

---

Subject: Magnesium-Mangel als Ursache für

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 02 Jul 2015 12:47:11 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Unsere Nahrung ist arm an Magnesium und reich an Calcium.

Alleine schon das viele Calcium in der Milch.. Es ist unnatürlich, denn Milch ist ausschließlich für Säuglinge bestimmt.

Sie brauchen viel Calcium zum Knochenaufbau.

Beim Erwachsenen hingegen ist es so, dass zu viel Calcium zur Verkalkung führt, wenn nicht ausreichend Magnesium mit der Nahrung zugeführt wird.

Und Magnesium-Mangel hat fast jeder. Es ist DAS Mangel-Mineral Nr. 1!

Ohne Magnesium verhärteten die Muskeln.

Am besten nehmt ihr Magnesiumchlorid. Das wird topisch zu 100% resorbiert.

Oral hat Magnesium eine sehr viel schlechtere Resorptionsfähigkeit.

Was liegt da also näher, als das Magnesiumchlorid direkt auf die Kopfhaut zu schmieren?

---