



Bild: Kjetil Kolbjornsrud/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Einnahmeempfehlung

Im 1. Monat: 3x täglich 25 Tropfen*

Im 2. Monat: 2x täglich 30 Tropfen*

Im 3. Monat: 1x täglich 30 Tropfen*

Einnahmedauer: 3 Monate

*Ca. eine halbe Stunde nach dem Essen mit einem Glas Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine **einschleichende Dosis von 2x täglich 10 Tropfen** mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung. (Herxheimer-Reaktionen)

Dies gilt insbesondere für Algen, da sie bekannt dafür sind, Schwermetalle aus dem Körper auszuweisen und diesen zu entgiften.



Afa Alge

Aphanizomenon flos-aquae

Familie

Botanisch gesehen handelt es sich bei Afa Algen um *Cyanobakterien*. Da sich diese vermutlich schon seit 3,5 Milliarden Jahren auf unserer Erde befinden, zählen sie zu den ältesten Lebensformen überhaupt, welche sogar in der Lage sind Photosynthese zu betreiben.

Beheimatet

Die Afa Alge kommt an nur einem einzigen Ort der Erde vor: dem *Upper Klamath Lake*; ein Vulkankratersee in Oregon, USA.

Verwendete Pflanzenteile

Die Alge wird verwendet (Pulver).

Inhaltsstoffe

Besteht zu einem großen Teil aus Eiweiß (um die 70%), wobei die Afa Alge alle *20 essentiellen Aminosäuren* selbst produzieren kann. Weiters sind wertvolle *Mineralien* wie *Magnesium*, *Kalzium* und *Zink* vorhanden. Auf der Liste stehen auch: *mehrfach ungesättigte Fettsäuren* (wie u.a. *Gamma-Linolensäure*), *Chlorophyll* (Blattgrün), und *Ezyme* als auch *Co-Ezyme* bzw. *Vitamine* (v.a. der Gehalt an Vitamin B12 ist nennenswert, welcher im Vergleich zur Rinderleber 2-3 mal so hoch sein soll).

Anwendung

Die Afa Alge ist vor allem wegen ihres einzigartigen Nährstoffprofils bekannt und daher als Nahrungsergänzungsmittel sehr beliebt. Dies soll auf die besondere Zusammensetzung des Wassers im Klamath See zurückzuführen sein, weshalb sie nicht gezüchtet werden kann. Die Afa Alge soll bei einigen Beschwerden Abhilfe leisten: So soll das in der Alge enthaltene Chlorophyll (dessen Gehalt um 3% mehr betragen soll als in anderen grünen Pflanzen) **Energie liefern** und ist wichtig für die Zellatmung unseres Körpers. Die Fettsäuren sind wichtig für das Wachstum der Haut, Blutgefäße und dem **Nervengewebe**. Zusammen sollen deshalb Konzentrationsschwächen gelindert, die Kreativität und die Belastbarkeit in Stresssituation gestärkt werden. Auf das **Immunsystem** soll sich die Afa-Alge auch positiv auswirken. So sollen aufgrund der Fettsäureaufnahme mehr Abwehrzellen in der Thymusdrüse produziert werden und wie andere Algen soll auch die Afa eine **ausleitende Wirkung in Bezug auf Schwermetalle** und eine basische Wirkung auf den Körper aufweisen.