Maßnahmen bei Nagelerkrankungen:

Freie Radikale unschädlich machen:
Freie Radikale stürzen sich auch gern auf Proteine (Eiweiße), und diese sind u.a. als Gerüststoffe am Aufbau unseres Körpers mitbeteiligt. So werden Nägel von Proteinen zusammengehalten.[1]

Silicium= Kieselsäure:
Bindegewebe finden wir z.B***. in den Nägeln*** oder als Hüllsubstanz zwischen den verschiedenen Organen. Dort hat das Bindegewebe alle Hände voll zu tun: Es muss Nährstoffe heranschaffen und Gifte und Abfallstoffe über die Lymphe bzw. das Blut wegtransportieren. Die äußere Hautschicht ist nicht mit Blutgefäßen versehen – die Ernährung und der Stoffaustausch erledigen die tiefer gelegenen bindegewebshaltigen Hautschichten. Ist das Bindegewebe fest und gesund, sind die Nägel kräftig. Ein ganz wesentlicher Baustein des Bindegewebes ist das Silicium, ein Spurenelement, das in Kieselsäure zu finden ist. Kieselsäure stärkt das Bindegewebe, unterstützt den Feuchtigkeitshaushalt und fördert die Kollagenbildung.[2]

Silicium:
Auch unsere Nägel sind wie die Haare Anhängsel der Haut. Hier kann die Kieselsäure ebenfalls gute Dienste leisten. Silicium verbessert die Nährstoffversorgung der Nägel über die bindegewebsreiche Lederhaut und sorgt damit für eine optimale Ernährung der Nagelplatten. Nur gut ernährte Fingernägel sind gesund und fest. Auch hier empfiehlt sich eine „innere Anwendung“, die allerdings über 5-6 Monate erfolgen sollte – denn diese Zeit benötigen Nägel zur vollständigen Erneuerung. Empfehlenswert ist die Anwendung von Silicium-Gel (z.B. im Reformhaus erhältlich, ist Kieselsäure in feinstverteilter Form (Gel), nur dann wird das Silicium vom Körper auch gut aufgenommen. Die winzigen Teilchen liegen hier feinstverteilt vor und können daher die Darmwand gut passieren. Von dort gelangen sie mit dem Blut und der Lymphe direkt in das Bindegewebe, wo sie ihren Dienst verrichten können. Das Gel kann sowohl innerlich (einen Esslöffel in einem Glas auflösen) als auch äußerlich (z.B. bei Insektenstichen; verdünnt oder unverdünnt) angewendet werden.[3]

Schwefel:
Schwefel ist für unsere Nägel unverzichtbar.[4]

Hilfe durch Vitamin-A:
Vitamin A-Mangel: Kräftezerfall (S.523), Hautleiden, negative Veränderung von Haaren, Zähnen, Nägeln (S.623), Anfälligkeiten für Schnupfen, Luftröhrenkatarrh, Entzündungen aller Schleimhäute, Augenentzündung, Entzündung der Augenlieder, der Hornhaut, Nachtblindheit (S.523), Hornhauterweichung der Augen (S.623), verminderte Sehkraft (S.614), vermehrtes Nasenbluten, Hämorrhoidenblutungen, Herzschwäche (S.524),
fehlende Regulierung der Schilddrüse und anderer Drüsen mit Folge der Überfunktion oder Unterfunktion der Schilddrüse und anderer Drüsen, somit bei Unterfunktion der Schilddrüse drüsenbedingte Fettsucht möglich (S.623). Vitamin A in: Tomaten, Paprikaarten, Karotten (S.523), Karottensaft, Brunnenkresse, in 100g frischen Heidelbeeren 1,6mg Vitamin A, in 100g Brombeeren 0,8mg Vitamin A (S.623).[5]

Möhren:
In ihnen steckt 200-mal mehr Beta-Carotin als in Blumenkohl. Daraus bildet der Körper Vitamin A, den Bodyguard für Augen, Lunge, Haut und Schleimhäute. Vitamin A stoppt den Alterungsprozess der Zellen,

---

[1] Döll, die Kraft der Antioxidantien, 51
[2] Döll, Die Kraft der Antioxidabtien, 318f.
[3] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 321ff.
[4] Fischer-Reska: Die Entsäuerungs-Revolution, 2010, S. 122
[5] Quelle: http://www.geschichteinchronologie.ch/med/DrVogel/10_allgemeine-krankheiten.htm
Wahrscheinlich aus: Alfred Vogel: Der kleine Doktor. Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit. Verlag A.Vogel, Postfach, CH-9053 Teufen AR, 66.Auflage 1991
(-> der Artikel, den Palomio daraus zusammengestellt hat, dürfte lauten: (und findet sich auf der oben angegebenen Internetseite): Dr. Vogel: Naturheilkunde mit Gemüse, Früchten, Blumen, Ölen und Milch; 10. Krankheitsbehandlungen: Allgemeine Krankheiten von Michael Palomino).

sorgt für schöne Haut, lässt Fingernägel wachsen, beschert klare Augen. Es arbeitet eng mit dem lebensverlängernden Wachstumshormonen zusammen.[6]

[6] Strunz, Ulrich: forever young, 2000, . 102