PREGUNTAS Y RESPUESTAS ACERCA DE LA LIMPIEZA HEPÁTICA (LH)

extraídas del blog:

Preguntas: a cargo de los visitantes del blog

Respuestas: a cargo de Carlos de Vilanova, su autor

Recopilación y edición: a cargo de Francesc

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Primera edición
Febrero 2009

ÍNDICE

Citas iniciales 5

Introducción 6

Mapa conceptual de la limpieza hepática 7

1. CUESTIONES ACERCA DEL MÉTODO

Intolerancia al zumo de manzana 8

Inflamación abdominal 8

Horas adecuadas para ingerir el zumo de manzana 9

Cómo disminuir el mal sabor de los ingredientes (sales y aceite) 9

Ingestión de agua después de las sales de Epsom 10

Efecto del ácido málico sobre los cálculos biliares 10

Efectos de la ingesta de cápsulas de ácido málico 11

Temperatura de los ingredientes 11

Cómo realizar una lavativa (1) 11

Cómo realizar una lavativa (2) 12

Limpieza del colon 12

Bolsa PIC (irrigador del colon) 12

Tipo de agua a utilizar para las irrigaciones de colon 13

Empleo de la tabla *colema board* (1) 13

Empleo de la tabla *colema board* (2) 13

Limpieza de intestinos mediante sales de Epsom 15

Cómo realizar un enema de café 15

Centros que practican hidroterapia de colon 15

Número de limpiezas necesarias 16

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Período de tiempo entre limpiezas 16

Opinión sobre el protocolo de la Dra. Clark 17

Cálculos renales y limpieza renal 17

Más sobre limpieza renal (1) 18

Más sobre limpieza renal (2) 18

Limpieza renal y riesgo de deshidratación 18

2. CUESTIONES ACERCA DE LOS POSIBLES RESULTADOS, SÍNTOMAS Y PROBLEMAS

Cantidad de piedras expulsadas en sucesivas limpiezas 20

Comprobar la cantidad y calidad de las piedras eliminadas 20

Mala experiencia en la primera limpieza 21

Resultados negativos en la primera limpieza 21

Síntomas hepáticos 22

Molestias después de las limpiezas (1) 22

Molestias después de las limpiezas (2) 23

Molestias después de las limpiezas (3) 24

Molestias después de las limpiezas (4) 25

Dolores abdominales después de las limpiezas 25

Dolor de cabeza después de las limpiezas 26

Dolor de oído después de las limpiezas 27

Molestias en los riñones después de las limpiezas 28

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (1) 28

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (2) 29

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (3) 30

Piedra(s) de grandes dimensiones en la vesícula (1) 30

Piedra(s) de grandes dimensiones en la vesícula (2) 31

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Piedras en la vesícula que no se llegan a expulsar (1) 31

Piedras en la vesícula que no se llegan a expulsar (2) 33

Existencia de pólipo(s) en la vesícula 34

Limpieza hepática con la vesícula extirpada (1) 35

Limpieza hepática con la vesícula extirpada (2) 35

Caso de obstrucción del conducto de la vesícula por un cálculo 36

Caso de gastritis crónica 36

Caso de pancreatitis 38

Caso de colon irritable 39

Caso de expulsión de supuestos parásitos 40

Caso de expulsión de supuestas cándidas 41

3. CUESTIONES SOBRE OTROS ASPECTOS RELACIONADOS CON LA LIMPIEZA HEPÁTICA

Entusiasmo por la limpieza hepática 42

Dieta previa a las limpiezas 42

Necesidad de vigilar la alimentación antes y después de las limpiezas 43

Acerca de la fuerza digestiva 45

Antecedentes patológicos y limpieza hepática 46

Cantidad de piedras que puede albergar el hígado 47

Escala de heces de Bristol 48

Pérdida de peso y limpieza hepática 48

Olor corporal y limpieza hepática 49

Insomnio e hipermenorreas 50

Amamantamiento y limpieza hepática 50

Contagio de parásitos a través de animales 50

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

4. CUESTIONES SOBRE TEMAS VARIOS

Práctica de deportes 52

Alternativas a la quimioterapia 53

Análisis de minerales mediante test del cabello 53

Opinión sobre las soluciones milagrosas a corto plazo 54

Acerca de la meditación 55

Sobre lo que piensen los demás 55

Me preguntan por qué hago todo esto 56

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Citas iniciales

"...No hay nada más difícil de manejar, ni más peligroso de llevar a cabo y con menos garantías de éxito, que tomar la iniciativa de introducir un nuevo orden de las cosas, porque las innovaciones tropiezan siempre con la hostilidad de todos aquellos que resultaron beneficiados en el pasado y sólo encuentran tibios apoyos por parte de los que pueden beneficiarse de la nueva situación, tibieza que dimana de la escasa confianza que los hombres ponen en las innovaciones, por buenas que parezcan, hasta que no hayan pasado por el tamiz de una sólida experiencia..."

Nicolás Maquiavelo
"El Príncipe" (1513)

"Lo efectivo es la medida de lo verdadero"

Uno de los siete principios de la filosofía Huna de la Polinesia

"Una vela no pierde nada al encender otra vela"

Proverbio originario de los países de lengua inglesa

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Introducción

Querido/a amigo/a,

Esta primera edición del documento **"Preguntas y Respuestas acerca de la Limpieza Hepática"** recoge las dudas más relevantes planteadas por los visitantes del blog **http://lalimpiezahepatica.blogspot.com**, así como las respuestas ofrecidas por mí (Carlos), como autor del mismo, durante el primer año de su existencia.

El objetivo de este blog es servir como foro de intercambio de experiencias para los practicantes de la limpieza hepática según los protocolos establecidos por el terapeuta Andreas Moritz y la Dra. Hulda Clark. Por tratarse de una terapia muy poco conocida en nuestro entorno, y después de comprobar personalmente su gran eficacia, me decidí a abrirlo, con el fin de difundir y dar a conocer esta maravilla terapéutica.

A lo largo de este primer año de funcionamiento el blog ha recogido y se ha hecho eco de numerosos testimonios, tanto gráficos como escritos, de personas que practican la limpieza hepática como terapia para el tratamiento de las dolencias crónicas que padecen. Estos testimonios aparecen en las entradas, las cuales constituyen el grueso y la parte más visible del blog. Pero aparte de ellos se han formulado también multitud de cuestiones en la zona reservada a comentarios, las cuales quedan más escondidas, como "en un segundo plano". El motivo por el cual se ha elaborado este documento de preguntas y respuestas es precisamente hacer aflorar la rica cantidad de aportaciones hechas por los visitantes en esta área menos visible.

Espero que con él, los que todavía no os habéis iniciado en la limpieza hepática (por temor o desconocimiento) encontréis todavía más argumentos para hacerla (además de los testimonios personales ofrecidos en el blog), y a los que ya la conocéis y practicáis, os sirva para profundizar aún más en el método y sus resultados. Tanto a unos como a otros os invito a compartir vuestras experiencias.

Quisiera acabar expresando mi agradecimiento a Francesc, por su gran ayuda en la labor de recopilación y edición de los textos extraídos del blog.

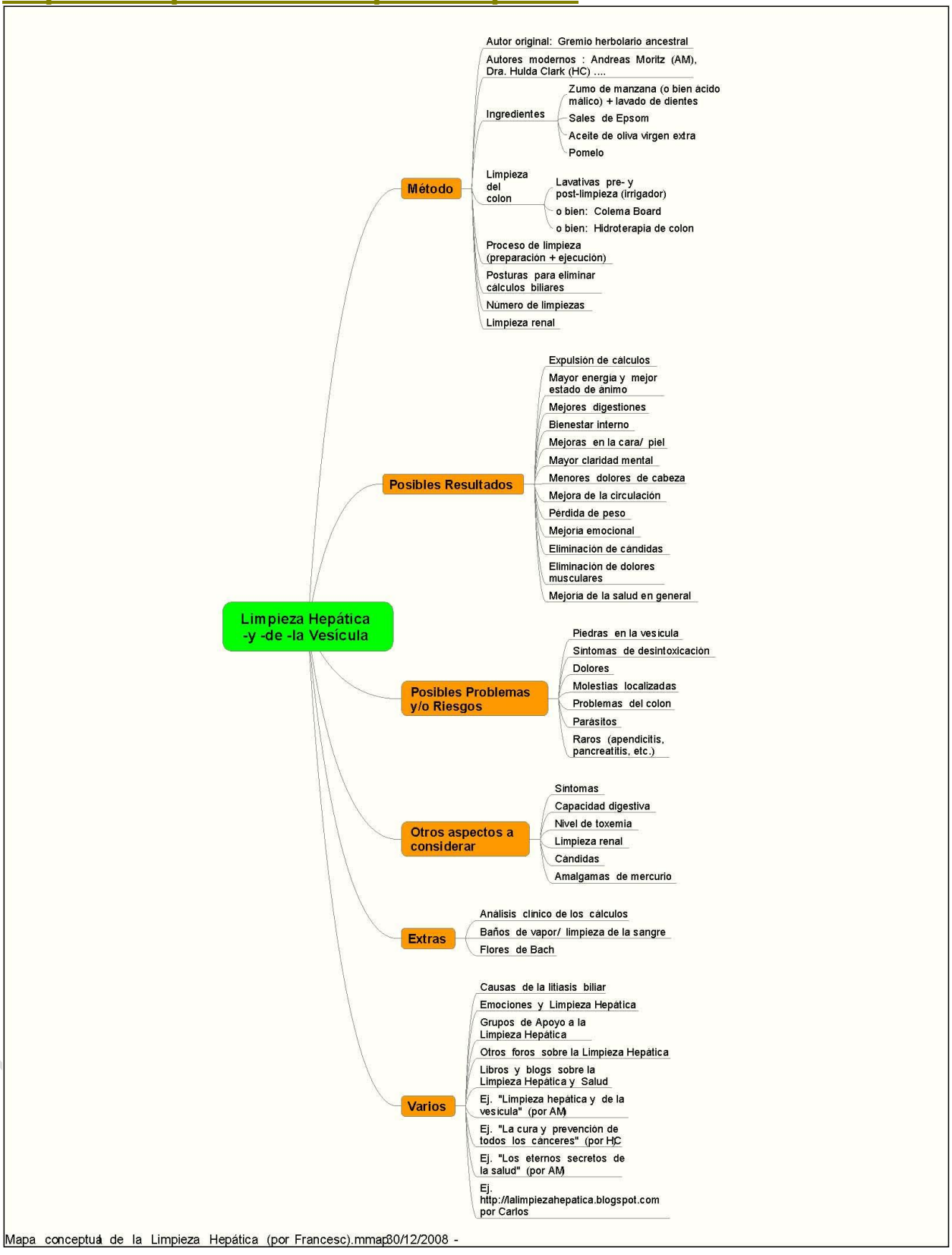
Y muchas gracias también, cómo no, a todos los que habéis formulado preguntas y hecho aportaciones al blog a lo largo de este tiempo. Entre todos vamos enseñándonos mutuamente, compartiendo mejores modos de hacer las cosas y, sobre todo, la eficacia de las mismas. Así, pues, deseo sinceramente que este material os sea de gran utilidad para avanzar por el camino de la salud y la curación.

¡Un abrazo!

Carlos

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Mapa conceptual de la limpieza hepática



1. CUESTIONES ACERCA DEL MÉTODO

Intolerancia al zumo de manzana

Chus preguntó...
He comenzado a tomar el zumo de manzana. Cuando estaba con el segundo vaso, me empezó a doler la cabeza y el estómago. Aún así quería hacer mi limpieza y al día siguiente seguí tomando el zumo. Después de dos días he dejado de tomarlo, ya que este dolor persiste intensamente. Estoy muy preocupada por si esto ha afectado a mi salud. ¿Me podéis indicar algo al respecto?

Carlos respondió...
Sólo puedo decirte que no conozco ningún caso que le haya pasado eso. A algunos el zumo les da diarrea, a otros lo contrario y, eso sí, ¡a todos nos da muchos gases!
Pero el dolor de cabeza, puede provenir de varias causas:

1ª) Intolerancia al zumo.

2ª) Zumo muy frío que afecta al estómago (y el estómago produce dolor de cabeza).

3ª) Beber muy rápido el zumo, o mucha cantidad (dos vasos seguidos o más). Si además está frío, peor.

Para la primera, la única solución es cambiarlos por cápsulas de ácido málico. Tómate 4 al día, espaciadas. Para la segunda, la solución es mezclarlo con agua templada o ponerlo al baño maría un ratito, para quitarle el frío excesivo. Y para la tercera, bébelo poco a poco y un vaso cada varias horas.

No se me ocurre que más puede pasarte, pero esa es una respuesta particular tuya a la ingesta del zumo que debes controlar y evitar. Con el ácido málico en cápsulas no creo que tengas problemas y podrás hacer igualmente la limpieza. Además te sale más barato que el zumo y las puedes tomar sin cepillarte y sin cargar con el zumo por todos lados.

Inflamación abdominal

Anónimo preguntó...
Quisiera saber si a alguien le ha pasado que al empezar a tomar el zumo de manzana ha sentido dolor y mucha inflamación abdominal. Es lo que me ha sucedido el primer día de tomarlo, a parte de evacuar varias veces, pero la inflamación abdominal continua.

Carlos respondió...
Ya está comentado aquí y en otros apartados lo de la inflamación intestinal. Me remito a ello y te recomiendo las cápsulas de ácido málico y la ingestión de muchas manzanas. Desinflámate el colon con ayuda de la hidroterapia mediante baños de vientre fríos y paños en el mismo. ¡Suerte!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Horas adecuadas para ingerir el zumo de manzana

Anónimo preguntó...
Tengo varias preguntas para ti: ¿A qué horas se toma durante los 6 días el jugo de manzana?. ¿Durante las comidas, antes de las comidas, después de las comidas?. ¿Qué intervalos de tiempo tengo que esperar para ello?

Carlos respondió...
El zumo no debes tomarlo con las comidas, sino media hora antes de ellas, o más. Fermenta y produce gases. Por eso es mejor tomarlo templado y con el estómago vacío. Yo lo tomo al levantarme, a media mañana, a media tarde y al anochecer, dos vasos cada vez. El ácido málico en cápsulas sí que lo puedes mezclar con las comidas, o tras las mismas.

Acordaos de cepillaros bien los dientes con pasta tras la ingesta de zumo, pues a lo largo de seis días se nota que el ácido se come el esmalte. Cepillaros justo tras ingerirlo, ¡siempre! ¡No esperéis a comprobar que tengo razón!

Si llega tarde este aviso (reiterado) no os preocupéis, porque se recupera de nuevo si dejáis de tomarlo o empezáis a cepillaros. La pasta de dientes lleva bicarbonato, que es alcalino, y neutraliza la acidez del zumo en los dientes. Cuidado, pues, con ello.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Cómo disminuir el mal sabor de los ingredientes (sales y aceite)

Pecosa preguntó...
Ayer terminé con mi primera limpieza. No boté ninguna piedra (en la ecografía me aparece una de 3 cm.), pero sí tuve una gran limpieza. Jamás pensé que tuviera tanta suciedad en mi cuerpo.

Sé que deberé hacer varias limpiezas más para poder tener resultados, pero quisiera consultar si hay alguna posibilidad de mezclar las sales con algún saborizante. Realmente lo pasé muy mal tomándolas y, sinceramente, quiero continuar con el tratamiento, porque no quiero que me operen. Pero si tengo que pasar por lo de las sales tal cual como se hace, no quiero ni pensarlo.

Agradeciéndote una vez más el precioso tiempo que nos regalas orientándonos, también quiero agradecer a las personas que se la han realizado y que nos regalan sus fotos y testimonios.

Carlos respondió...
Descárgate el resumen de cómo hacer la limpieza hepática y renal del blog, y tendrás las respuestas. Aparece en el lado derecho de la pantalla. Y léete todo el blog con calma. También puedes escribirme al correo electrónico del mismo.

Para anular el sabor de las sales de Epsom ten preparado un vaso con zumo de manzana en ese instante y dale un sorbo tras la toma de las sales. El zumo te anulará su sabor e impedirá que se te revuelva el estómago o tengas náuseas.

Para el aceite haz lo mismo, pero con zumo de mandarina, naranja o bien limón. Pero éste último me gusta menos que la mandarina. El aceite con el tiempo se hace también insoportable, pues el cuerpo lo conoce por el olor y lo rechaza instintivamente, ya que está harto de empachos.

Te quedan muchas limpiezas, pero paciencia. Con el tiempo tendrás bilis suficiente en tu vesícula para expulsar esa gran piedra. Para ello primero has de limpiar reiteradamente el hígado, hasta que su fabricación de bilis aumente, se acumule en tu vesícula y arrastre la piedra en una de las limpiezas. ¡¡Ánimo!!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Ingestión de agua después de las sales de Epsom

Noemí preguntó...
Una cosita, ¿vosotros bebéis agua después de las sales de Epsom? Yo no. Es que no sé si puedo minimizar el efecto de éstas para dilatar los conductos y la verdad es que paso una sed... ¿Y después del aceite soléis beber o ya esperáis a la mañana?

Carlos respondió...
Yo bebo agua en cualquier momento, después de las sales también. Trato de asegurar tener líquido suficiente en el cuerpo para cuando se aligere el vientre mediante las sales. No hay problema de minimizar los efectos de éstas por beber agua. Yo la tomo caliente siempre y me entra mejor.

Efecto del ácido málico sobre los cálculos biliares

AnaV comentó...
Hoy es mi 6º día tomando el zumo. Lo hice así porque mañana tengo festivo y puedo estar en casa. El sábado he vuelto a tener un cólico. La verdad es que nos fuimos a cenar con amigos y no hice dieta y ya sabía que me arriesgaba a ello. Pero tengo que decir que no ha sido tan fuerte como otras veces, debe ser que el zumo de manzana las ablanda y lo pude soportar. Mañana será mi gran día y espero tener muy buenos resultados...

Carlos respondió...
El ácido málico no sólo reblandece los cálculos, sino que incluso creo que llega a licuarlos si se toma en grandísimas cantidades, cosa que no os recomiendo, pues por sentido común hay que huir de los excesos. Sin embargo, es cierto que hay gente que ha llegado a expulsar pequeños cálculos sin el aceite, sólo por tomar mucho zumo de manzana. El problema es que se genera también diarrea, y no hay que maltratar al intestino, pues generalmente ya lo tenemos trabajando muy duro.

Pero el caso es que las puntas cristaloides que tienen las piedras se suavizan rápidamente con el zumo y en una semana se ablandan lo suficiente para salir expulsados por el colédoco sin problemas. Si sigues tomando zumo, aún se reblandecerán más y más, con lo que tu digestión mejorará y tus cólicos desaparecerán pronto, espero que tras la primera limpieza. ¡Suerte!

Efectos de la ingesta de cápsulas de ácido málico

Salva preguntó...
Esta semana he empezado a tomar las cápsulas de ácido málico para prepararme a realizar mi primera limpieza hepática. Quería comentaros que en esta semana me estoy encontrando con menos energía. Estoy como más cansado de lo habitual y me gustaría saber si esto tiene relación con el ácido málico y si es por tomarme las cápsulas sin disolver en agua. Muchas gracias.

Carlos respondió...
Toma mucha agua templada. Sobre todo el día de la limpieza por la tarde y el de la expulsión por la mañana. Tu pregunta requiere más datos, como por ejemplo saber lo que comes, etc. Pero puede ser un síntoma de desintoxicación, debido a la reducción del consumo de tóxicos habituales (café, carne, refrescos, etc.).

Tómate 4 cápsulas de ácido málico espaciadas al día y muchas manzanas. Ingiere además mucha agua y procura llevar una semana tranquila, acumulando fuerzas y energía para la noche de la limpieza, ique para algunos es dura!

Temperatura de los ingredientes

Yo preguntó...

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Me he dado cuenta de que, a pesar de la calefacción, los pomelos y el aceite están helados. Así que me pregunto si esto no repercutirá negativamente y si no podría calentarlos un poco antes de hacer la mezcla.

Carlos respondió...
Sí, es bueno templarlos al baño maría y lograr así que en esta época de invierno no estén fríos a la hora de ingerirlos. Hay personas que han tenido una reacción vagal (del nervio vago) por esta causa. Además, el aceite caliente también será más digerible. Yo tomo el zumo de manzana mezclado con agua caliente para templarlo, y el pomelo lo caliento un poco antes de mezclarlo con el aceite. ¡Las grasas y el frío se llevan muy mal!

Cómo realizar una lavativa (1)

Cristina preguntó...
Voy a hacer la limpieza hepática por primera vez este fin de semana y no sé como hacer lo de la lavativa. ¿Hay que llenar la pera entera y vaciarla entera dentro del colon? ¿Hay que repetir el proceso varias veces? ¿Cómo es mejor hacerlo: sentada en el WC o tumbada?

Carlos respondió...
Tumbada sobre el costado izquierdo o boca arriba, te pones todo el contenido líquido de la pera y lo evacuas en unos minutos, o cuando no aguantes más. Que el agua esté a 37 grados, aproximadamente. Lo repites varias veces (2-3) hasta que salga el agua limpia. Puedes usar café en alguna ocasión. Para saber más, mira en el blog o vete a éste: **http://higaditis.blogspot.com/2008/11/el-enema-de-caf.html**

Cómo realizar una lavativa (2)

Anónimo preguntó...
Tengo una cuestión en base al lavado de colon. Me he comprado un enema de capacidad 250 ml ¿Cuál es la cantidad de agua que he de introducirme? ¿250 ml. de golpe? ¿Menos cantidad? ¿250 ml. varias veces? Ruego me expliquéis con detalle como hacerlo, ya que desconozco totalmente como hacerlo. Gracias a todos por todo.

Carlos respondió...
Para las lavativas con pera de goma o con bolsa de PIC (supongo que es como la tuya) lo que hay que hacer es situarse sobre el costado izquierdo (o girarse tras la colocación) y aplicarse el enema de agua a 37ºC. La cantidad es la que soportes, normalmente sobre medio litro o ¾ (que es lo que lleva la pera de goma estándar). Hay quien se pone hasta 1 litro con la bolsa de PIC. Bien.

Lo retienes un ratito, te das masajes en el vientre, y al cabo de un minuto o dos lo evacuas. Repites esta operación 4 o 5 veces o hasta que no salgan heces, y salga solo el agua que introduces, pero sin restos. Usa vaselina o aceite en la punta del aplicador, del cual solo hay que introducir la puntita.

Limpieza del colon

Anónimo preguntó...
Me quiero hacer una limpieza dentro de dos semanas. Me pregunto si puedo hacerme una limpieza (hidroterapia) de colon antes y si el número de veces no importa. ¿Qué piensas al respecto?

Carlos respondió...
Puedes hacerte la limpieza antes sin problemas pero, salvo que la hagas el mismo día de la limpieza, debes ponerte igualmente las lavativas previas al aceite.

Bolsa PIC (irrigador del colon)

Salva preguntó...
La bolsa PIC podría sustituir a la hidroterapia de colon, o ¿es mejor usarla como complemento?

Carlos respondió...
La bolsa sustituye a las lavativas. Digamos que es una lavativa mejorada, por el hecho de que te permite introducir más cantidad de agua de una sola vez, que una simple pera que lleva 500 mililitros. La bolsa PIC puede contener 2.000 ml, o sea 2 litros. Por tanto, de una atacada le podemos meter 1 o más litros, según cada uno, y ahorrarnos la aplicación de varias peras de goma.

No obstante, no sustituye la hidroterapia de colon (HC). A ésta sólo se le acerca en sus propiedades la tabla de colema, conocida como *Colema Board* en el mundo anglosajón, que es donde más se practica la HC.

Es fácil de hacer, especialmente si usáis las cánulas que vienen en la bolsa PIC. El resto es una tabla con un agujero, un tubo de bricolaje de 2 metros, con una llave de paso, un tiesto con un agujero y un barreño o cubo para el agua. Mirad las fotos, y ¡¡manos a la obra!! Tenéis los datos en el blog para haceros una vosotros mismos en la entrada correspondiente al día 8 de agosto de 2008.

Tipo de agua a utilizar para las irrigaciones de colon

David preguntó...
Este domingo hago mi 2ª limpieza. Por cierto, ¿cómo consigo agua purificada para hacerme mi propia irrigación de colon?

Carlos respondió...
Necesitas un filtro de agua del tipo ósmosis inversa. Pero sólo en el caso de que en tu ciudad tengan una muy mala calidad de agua en la traída municipal.

Si es normal, puedes hacerlo con agua del grifo. Hiérvela si quieres o si tienes dudas, y tras enfriarla, úsala. Generalmente vale el agua del grifo, pero es mejor que esté purificada mediante filtros de carbón activado. Si es con membrana, mucho mejor.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Empleo de la tabla *colema board* (1)

Jordi preguntó...
La semana que viene me haré la segunda limpieza y quiero hacerme la tabla de *colema.* En el blog hablas de 10 a 15 litros de agua. ¿Tiene que ser especial o puede ser del grifo? Y otras cuestiones: ¿los litros de agua van seguidos? ¿Te pones el pitorro y evacuas al mismo tiempo o cómo va? ¿Me lo puedes aclarar, por favor? Gracias.

Carlos respondió...
Yo uso agua del grifo, porque aquí el agua es buena. Si tiene muchos residuos o es mala, mejor que la filtres con un filtro. Pero puede valer la del grifo.

Ponte en el *colema* y aplícate el agua que aguantes en el colon. Después cierra el paso al agua y evacua. Date masajes circulares con la mano para soltar incrustaciones y hacer entrar o salir el agua mejor. Abre otra vez para que se llene tras la evacuación y así todo el rato. El agua debe estar a 37 grados, aproximadamente.

blogspot.com

Empleo de la tabla *colema board* (2)

Salva preguntó...
El tema es sobre la limpieza de colon. Me he fabricado el *"colema board"* casero, según explicas en el blog, y tengo dos dudillas:

1ª) Dices que compremos un adaptador de plástico de doble cono, donde se enchufa por un lado la toma de agua y por el otro la sonda rectal. Y yo digo que si no podríamos ahorrarnos el adaptador de doble cono conectando directamente la toma de agua a una cánula o sonda rectal (perdona mi ignorancia sobre el tema).

2ª) Por otro lado veo que, en el dibujito donde explicas el funcionamiento, aparece como si hubiera un flujo constante de agua, desde la toma de agua hacia el colon y después se expulsa sin necesidad de quitarse la sonda rectal. Si es así: ¿cómo se hace? Y si no es así y tiene que quitarse primero la sonda rectal, ¿qué diferencia hay de hacértelo con una bolsa PIC? ¿Tienes que estar tumbado y sentarte en el WC cuando no aguantas más? Bueno espero que me haya explicado bien y puedas resolver mis dudas. Gracias de nuevo.

Carlos respondió...
Sí, es buena idea hacer la conexión directa a la sonda rectal, si puedes y tienes forma de hacerlo, claro. Lo ideal es que la sonda esté bien recta, pues si no la expulsas al evacuar. Y que quede bien estirada, si no sale y se corta todo el proceso en un momento crítico. Y tienes que empezar de nuevo, con otra sonda.

Para eso lo ideal es que el tiesto no sea muy profundo, o bien que la sonda tenga un soporte rígido que la acerque al ano, de tal modo que no quede mucha fuera haciendo que se doble. Los fabricantes del *colema board* usan por esto una sonda rectal rígida,

que venden en **www.colema.com,** pero que no he conseguido por aquí. Y eso que la he buscado. La busque en eBay, pero no la envían a España.

En el tubo de agua tienes que poner un cierre tipo pinza, que debes abrir para que entre agua al colon. Cuando éste se llene, notarás molestia. Cierras el paso en el tubo y haces de vientre sin sacar la sonda, por supuesto. Las heces salen alrededor de ella, que permanece introducida todo el tiempo. Salen a su alrededor sin problemas, dada la capacidad del anillo anal para dilatarse. Cuando has evacuado, abres de nuevo la entrada de agua, y llenas el colon otra vez. Puedes masajear el vientre en dirección contraria a las agujas del reloj y verás que cabe más agua que si no lo haces. Mueves el vientre para que al agua se distribuya y favorezca la desincrustación de los restos en las paredes del colon. Y cuando lo necesites vuelves a evacuar, y así todo el rato, hasta que se vacíe el cubo o bañera de agua a 37ºC. Si quieres ver los restos salidos, pon el escurridor de verduras en el interior del inodoro.

Así, sin moverte, tumbado cómodamente, pasas más de 20 litros de agua por todo el colon, y tras unos cuantos intentos, puedes mejorar mucho el estado de tu colon, especialmente si eres estreñido. Los que tengan problemas de divertículos, hemorroides etc. que no lo hagan o en todo caso que decidan por sí mismos. Las hemorroides mejoran mucho con la LH, al mejorar la perfusión del hígado y no estorbar éste la circulación de la vena porta que lleva la sangre del colon al hígado, que es lo que produce -junto con el estreñimiento- las molestas almorranas.

Me parece tan bueno el artilugio este del *colema board,* tanto, que al final he decidido comprar uno original, con una fina sonda rígida de acero y colchoneta. ¡Sin embargo, el que fabriqué artesanalmente me sirvió para darme cuenta de que es una estupenda inversión (más de 300€)!

Limpieza de intestinos mediante sales de Epsom

Anónimo preguntó...
Yo llevo ya 3 limpiezas y en cada limpieza las piedras que salen son cada vez más grandes. Tengo una duda. Son muchos los que no se hacen limpiezas de colon ni antes ni después y prefieren tomar las sales de Epsom. ¿Cual es la manera correcta de tomarlas? El día de la limpieza creo que hay que tomarlas por la mañana, pero que cantidad ¿una cucharada de café o una cucharada sopera en un vaso de agua?. Las sales de Epsom que hay que tomar tras la limpieza hepática, ¿cuando hay que tomarlas, al día siguiente o a los 2 días? ¿Y qué cantidad?

Carlos respondió...
Si no quieres hacerte lavativas o hidroterapia de colon, casi te recomendaría que no hicieras limpiezas hepáticas. Pero en último extremo, si así lo decides, debes tomar un vaso de sales de Epsom por la mañana, pasadas 24h. y otro a las 48-72h., con el fin de aligerar el vientre y que no quede nada dentro de lo que pueda estar saliendo de tu hígado. Una cucharada sopera bien colmada de sales por cada vaso. Asegúrate de que anda ligero el vientre y se vacía. Pero repito que es más cómodo e instantáneo con unas sencillas lavativas. Todo esto ya está explicado en el blog.

Cómo realizar un enema de café

Anónimo preguntó...
¿Para hacer la limpieza debo hacer un enema de café antes de la limpieza o no es necesario que sea de café? ¿Es mejor hacer un enema de café? Luego de hacer un enema de café, ¿tengo que hacer uno con agua, para limpiar los restos de café, o lo dejo dentro?

¿Cómo se hace un enema de café? ¿El café tiene que ser granulado? ¿Se introducen los granos de café también o solo el jugo de café? ¿El café usado tiene que ser orgánico?

Carlos respondió...
Para ahorrarme tiempo te remito al blog de Noemí, que es una experta limpiadora hepática: **http://higaditis.blogspot.com/search/label/enemas**
¡Ah! ¡¡Y ni se te ocurra meterte los granos de café!!

Centros que practican hidroterapia de colon

Lupanca preguntó...
Me gustaría saber si alguien conoce centros donde practiquen la hidroterapia de colon.

Carlos respondió...
En España existe la Asociación Nacional e Internacional para el Estudio y Difusión de la Hidroterapia del Colon, la cual facilita los datos de contacto de diversos centros que practican la hidroterapia de colon en España. Puedes mirar en: **http://www.adhico.com**

Número de limpiezas necesarias

A partir de varios **casos expuestos ....**

Carlos respondió...
Yo sólo puedo deciros que llevo más de 15 limpiezas. ¡¡Creí que tendría que hacer muchas menos!! Pero en la 12ª. me aparecieron otra vez síntomas insidiosos y antiguos, pero bien conocidos por mí, como son: mareos, dolor en rodillas, mala digestión, dolor en hipocondrio derecho, etc. Pensé que me volvía la anemia y, ya cansado, triste y aburrido de ellos, decidí hacerme otra limpieza más, creyendo que no saldría nada y ¡¡zas!! ¡¡Otro mogollón!! ¡Y mejoría instantánea! Desaparecieron las molestias como por arte de magia, pero es que el hígado se había vuelto a atrancar con más lodo hepático.

Y tendré que seguir hasta que no salga nada. Pero las mejorías son sustanciales con cada una que hago. Estoy mejor que nunca en el último año y aún sigo mejorando. Creo que tengo algo de margen para mejorar aún, y mientras siga expulsando basura, debo seguir limpiando mi hígado.

Cierto que es lento (llevo 11 meses), tedioso, pero también maravilloso a la vez, al comprobar los resultados en mí. ¡¡Gracias a la LH estoy curado!! Si no, sería imposible. Seguiría arrastrándome con síndrome de fatiga crónica, sin apetito, con dispepsia, con anemia, mareos, gases, pies fríos, insomnio, dolor muscular, etc. Con incapacidad

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

laboral, en suma. Ahora nada de esto está conmigo y sólo ligeras insinuaciones me acometen una o dos semanas después de la última limpieza, lo que me indica que debo continuarlas.

¡¡En *curezone.com* hay gente que ha hecho hasta 30 limpiezas!! Poca, pero alguna hay. ¡Sin embargo hay bastante que ha hecho más de 20! Yo espero no ser uno de ellos, pero si me siguen dando este resultado y tengo que hacerlas, las haré. ¡Es recomendable hacer dos al año como mantenimiento! Realmente le estoy agradecido, pues la salud que me está aportando nadie ni nada me la iba a dar. Estoy seguro.

Mi hígado es la clave de mi salud y de mi enfermedad. Es mi mejor médico y quiero cuidarlo, y el modo es teniéndolo limpio. Es la mejor de las bazas pro salud que conozco. Y creedme que conozco unas cuantas, pues llevo más de 25 años metido en este mundillo naturista. ¡Aunque esto no quiere decir nada, porque lo que importa no es lo que sabes, sino lo que funciona! Y la limpieza hepática, ¡¡vaya si funciona!!

Período de tiempo entre limpiezas

Itziar preguntó…
Mi pareja y yo hicimos la 4ª limpieza y no expulsamos nada. Esta mañana mi pareja ha recogido una piedra oscura un poco grande con unas 4 pequeñitas color verde. ¿Piensas que debemos continuar haciendo las limpiezas todos los meses, o tal vez deberíamos distanciarlas a cada dos meses?

Carlos respondió…
Puedes hacerla cada 1 y 1/2 o 2 meses sin problemas, pero ten en cuenta que cuando mueves los sedimentos de tu hígado, van a empezar a resbalar y a dar síntomas que quizás antes no notabas, lo que te estará reclamando que vuelvas a limpiarlos. ¡Estate atenta a tus reacciones sintomáticas!

De todos modos con 4 limpiezas, ¡ya sois expertos en síntomas! Es probable que si habéis echado poco, lo tengáis bastante limpio. Aunque como dice Moritz, quizá tenéis partes sin empezar a salir aún, por ejemplo un conducto principal.

Según mi experiencia a veces expulsas poco y otras mucho. Yo expulsé más en la 12, que en la 10 y la 11. Por tanto, guíate por tus síntomas y cuando te sientas bien y expulses poco, no hagas mas limpiezas hepáticas, salvo las anuales. Pero es cosa vuestra esta decisión.

Opinión sobre el protocolo de la Dra. Clark

A una cuestión formulada por **Salva …**

Carlos respondió…
Si quieres hacer todo el protocolo de la Dra. Clark adelante, pues viene bien. Pero yo creo que no es necesario en absoluto. Lo digo porque yo lo he hecho también. Explicarlo sería tema para una sola entrada. No voy a entrar a un debate de opinión, pero con todas las ventajas que tiene ese método, la LH produce lo mismo, más fácilmente y sobre todo más barato.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Sé lo que dicen: que migran los parásitos y demás, pero cuando se les retira el medio propicio, mueren aunque no hayas hecho la desparasitación. Por eso yo creo que la clave del método de la Dra. Clark es la limpieza hepática. Con la limpieza hepática se arrojan hasta cándidas.

La limpieza renal la puedes hacer más barata utilizando infusiones de la planta *Rompepiedras* y mucha agua. Si esto no te sirve, prueba el método Clark. Avanza siempre de menos a más.

Cálculos renales y limpieza renal

Anónimo preguntó...
Hola compañero, mencionas en tu post que tenias un cálculo en el riñón. ¿Se te fue éste con la limpieza hepática o tuviste que tomar también jengibre, perejil, magnesio, etc.? Y de paso, ¿sabéis si puedo hacer la limpieza hepática en caso de que tuviera piedras o arenilla en el riñón, sin hacer limpieza de riñón previa?

Carlos respondió...
No era yo quien tenía cálculos de riñón, pero te aconsejo que no te arriesgues a sobrecargar tu sistema renal con el montón de tóxicos que se liberan del hígado.

Llevas toda la vida sin hacer limpieza hepática y puedes esperar un mes o dos. Límpialos bien con infusiones de las plantas *Rompepiedras, Arenaria* u otras similares, bebe muchísimos líquidos y después haz la limpieza hepática.

Más sobre limpieza renal (1)

Anónimo preguntó...
¿Se puede hacer la limpieza renal sólo con *Rompepiedras*? ¿Que plantas aconsejáis para hacer la limpieza renal?

Carlos respondió...
El libro especifica hierbas que pueden colaborar para limpiar el riñón. Yo recomiendo la *Rompepiedras,* pero puedes simultanearla con otras. Hay muchas fórmulas herbáceas y te las pueden dar en tu herbolario. Incluso las hay ya en sobrecitos. En todo caso, bebe mucho.

Más sobre limpieza renal (2)

Florencia preguntó...
Voy a hacer la limpieza hepática, pero leí que antes tengo que hacer la limpieza renal. Quisiera saber cómo hacerla. Por otro lado, en cuanto al jugo de manzana, quería consultarte si podía ser de esos comprados en los supermercados, tipo Tropicana, de cajita.

Carlos respondió...

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Léete el blog de abajo a arriba y encontrarás todas las respuestas que buscas, más ampliadas de lo que puedo reiterar aquí. Usa infusión de *Rompepiedras* o de *Arenaria* u otras fórmulas herbales para disolver los cálculos del riñón y bebe 3 litros de agua al día, mejor ionizada, al menos en parte.

El zumo de manzana vale del de supermercado procedente de concentrado, pero es mejor el natural hecho por ti, o al menos el biológico comprado en tiendas de alimentación natural. Merece la pena hacerlo. Sin embargo, sirve el barato de los supermercados.

Léete el libro a fondo y sigue el protocolo fielmente. No hagas nada hasta que sepas bien todo el proceso, los inconvenientes, posibles molestias, etc. Para ello debes leer el blog a fondo y el libro *("Limpieza hepática y de la vesícula",* por Andreas Moritz, publicado por Ediciones Obelisco).

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Limpieza renal y riesgo de deshidratación

Alberto preguntó...
Mi chica ha empezado a tratarse con una nutricionista que hasta ahora ha solucionado sus problemas estomacales a una velocidad vertiginosa a base de limpiezas, restricción de alimentos, etc. (*quantum biofeedback*), cosa que los médicos no han hecho en 10 años de pruebas y estudios.

El problema que tenemos ahora es que ha empezado una limpieza de riñón (después de la de colon) y al cuarto día de tomar sus hierbitas y dejar de comer proteína animal, acaba de sufrir lo que pensamos que es un ataque de artritis gotosa o gota, vamos. Nos gustaría saber si hay una relación directa y el motivo. Si puede aliviarlo de alguna manera o si debe esperar que su cuerpo pase por este doloroso proceso.

Carlos respondió...
Me da la impresión de que lo que tu chica padece es de una deshidratación por las hierbas diuréticas y depuradoras de riñones. Asegúrate de que beba más de dos litros de agua templada al día, o mejor ionizada. Esto pasa a menudo, pues la gente no acaba de entender la necesidad de beber 2 litros al día, especialmente cuando estás haciendo limpiezas hepáticas o renales. Cuidado por tanto.

Además, si puede evitar todos los excesos proteicos y seguir unos meses una dieta vegetariana, irá mucho mejor, pero supongo que la nutricionista ya le habrá aconsejado al respecto. No conozco vuestro caso, pero cuidado con las dietas hiperproteicas, que producen casos así también.

2. CUESTIONES ACERCA DE LOS POSIBLES RESULTADOS, SÍNTOMAS Y PROBLEMAS

Cantidad de piedras expulsadas en sucesivas limpiezas

Anónimo preguntó...
La semana pasada realicé mi 6ª limpieza hepática, llevándome una sorpresa (y decepción), pues no arrojé ningún cálculo, mientras que en las tres anteriores (3ª, 4ª y 5ª limpiezas) arrojé más de 100 y de tamaño entre guisante y avellana.

Estoy convencido de que mi hígado todavía tiene cálculos por expulsar. Desearía saber si es habitual el hecho de eliminar cálculos un día, no eliminar ninguno en la siguiente sesión, y volver a eliminarlos en las siguientes. Me gustaría que alguien, si ha pasado por lo mismo, me ayudara a comprender esta situación.

Carlos respondió...
¡Sí, seguro que tienes más, especialmente si sólo has expulsado sobre cien! Ten paciencia. A veces salen de un conducto y los del otro están atascados aún. Con sucesivas limpiezas van saliendo.

¡¡Toma el zumo de manzana, bebe mucha agua caliente o templada, mejora tu dieta y hazla del tipo mediterránea y en la siguiente limpieza los aflojarás!! Es normal. Algunos no expulsan nada hasta la 3ª o más limpiezas. ¡Tú ya sacaste algo! ¡¡Si sigues así 3 limpiezas más, puedes pensar que tienes un hígado limpio del todo!!

Comprobar la cantidad y calidad de las piedras eliminadas

Otraconlimpiezas comentó...
Hoy haré la tercera limpieza. En las dos primeras, al final no anduve "revolviendo" buscando cálculos, pero creo que algo expulsé. Además me encontré muy bien los días posteriores. Con más energía. Llevo unas tres semanas mal (de un cólico de vesícula) y esta última he estado mejor y por eso la repito ahora.

Carlos respondió...
Es bueno comprobar la cantidad y la calidad de las piedras eliminadas. ¿Por qué? Para determinar si hemos expulsado mucho, poco o nada. Duro (si hay piedras en vesícula) o blando (para ver descender las tasas de colesterol). Para enseñar a otros, para fotografiarlas y no olvidarse de la cantidad eliminada.

No sólo "intentes mirar", sino que usa un escurridor de verduras para recoger tus piedras y lavarlas de suciedad, sin tocarlas. Cierto que no es muy agradable, pero si nos hemos lavado bien el colon con lavativas antes del aceite, no expulsaremos más que piedras y éstas serán muy fáciles de recoger. Si queréis conservarlas, congeladlas o se derretirán, pues son grasas. Aunque las duras duran más, pero se llenan de moho al estar llenas de gérmenes.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Mala experiencia en la primera limpieza

David preguntó...
Mi primera limpieza ha sido dura, pues he pasado hambre. Por la noche me he encontrado fatal, no he pegado ojo y alrededor de las 3 de la madrugada fui a vomitar, porque no podía más. Saque un liquido amarillento. Me meto en la cama de nuevo con mucho frío interno. Pero la verdad es que una vez pasado este mal trago, empecé a mejorar. Ya no sentía náuseas.

He sacado bastantes piedras pequeñas, diría que sobre 100 más o menos. Las más grandes, del tamaño de un guisante, no más grandes. Por un lado estoy desanimado, porque ha sido una experiencia desagradable. No me gustaría que las siguientes limpiezas fueran como esta última. Pero por el otro, animado porque han salido piedras en mi 1ª limpieza.

Carlos respondió...
¡¡Ánimo hombre, la mejoría merece la pena, ya lo verás!! ¡Las mías primeras también eran terribles, pero las hacía con gran ilusión, visto como mejoraba! ¡Las últimas, en cambio, han sido chupadas! ¡Al tener ya fuerza digestiva, se hacen mucho mejor! Pero la fuerza digestiva sólo la recuperas con sucesivas limpiezas. Por tanto, ¡paciencia!

Ponte una bolsa de agua caliente en los pies esa noche y abrígate bien, porque lo que se te ha producido es un destemple a causa de la eliminación y el efecto de las sales, desequilibrando el precario equilibrio térmico interno de tu cuerpo.

Las próximas serán mejores. Has empezado vomitando en la primera y es mala pata, pues es muy desagradable. Ten cuidado con no moverte tras tomar el aceite. Si vas al servicio esa noche y fuerzas al evacuar, puede refluirte al estómago también y darte vómitos, o si duermes sin doble almohada lo mismo. ¡La experiencia te irá guiando y si tienes dudas, léete el blog a fondo, de abajo arriba!

¡Saludos y verás como en próximas limpiezas te irá mejor! Tendrás mas fuerza digestiva y más conocimientos. El precio de esta cura es imposible de pagar, pues nada ni nadie puede procurarla en medios oficiales de salud. ¡Y la tenemos aquí, no cuesta nada, y no sabemos valorarla! Sin embargo no conozco ninguna terapia tan integral y completa, sencilla y barata, y rápida, para recuperar y mantener la salud. ¡Y créeme que conozco muchas!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Resultados negativos en la primera limpieza

Jordi preguntó...
Hice mi primera limpieza. Fue frustrante, pues no eché nada. Pero por lo que estoy leyendo es normal. He dormido de un tirón, lo que hacía tiempo que no me ocurría. De todas formas esta mañana no tengo toda la vitalidad que me esperaba, pero creo que mejorará. ¿Es normal todo esto?

Carlos respondió...
Bueno, has mejorado algo el sueño, pero no has arrancado nada. Eso supone que has movido las piedras del hígado, sin hacerlas salir aún. Ya saldrán. Tranquilo.

Sin embargo, este corrimiento de tierras interno te puede dar cansancio y molestias varias tras la limpieza hepática. Sigue tomando zumo, dos o tres vasos/día y repítela en 3 semanas, especialmente si se agudizan las molestias.

Suele pasar cuando no se arranca nada, pues dentro se mueve todo y se tapan los conductos hepáticos en el intento, dando síntomas adversos e indeseables que suelen preocupar. Lo que hay que hacer es repetir todo cuanto antes, para expulsarlo de una vez. La próxima o la siguiente serán expulsiones eficaces, pero ayúdales con zumo y te saldrán mejor. ¡Suerte!

Síntomas hepáticos

JCS comentó…
No padezco de ninguna enfermedad grave. Sin embargo, sí que tengo síntomas leves que espero mejoren con las limpiezas:

- Mala circulación.
- Poca flexibilidad, rigidez muscular.
- Vista cansada (me cuesta mantener el enfoque visual al leer).
- Cojo gripes y virus todos los años.
- Mucosidad en nariz y garganta en cualquier época del año.
- Dolores musculares (tirones en el cuello de vez en cuando, que se mantienen varios días)
- Una hemorroide (que de vez en cuando da mucha guerra).
- Poca energía.
- Falta de concentración.
- Vientre abultado, etc.

Vamos, que espero me venga como anillo al dedo. Llevo dos limpiezas y estoy muy animado a completar las que sean necesarias para dejar el hígado y vesícula limpios del todo. Además intentaré limpiar también los riñones y eliminar cualquier parásito que pueda andar por ahí pululando.

Carlos respondió…
Prácticamente todos tus síntomas son hepáticos o tienen mucho que ver con el hígado. ¡¡Paciencia por tanto y buenas limpiezas!!

Molestias después de las limpiezas (1)

Marisol preguntó…
Ya llevo dos limpiezas hepáticas y, de verdad, de mi vida han desaparecido los fuertes cólicos vesiculares. Sin embargo siguen apareciendo las molestias. No tengo un dolor, pero se me hincha la panza luego de las comidas o 4 horas después aparece un leve dolor, ya no en el hígado (digo yo), porque es del lado izquierdo, así que no sé si será el estómago o el intestino. ¿Me puedes explicar que puede estar sucediendo?

Veo que mucha gente luego de la primera limpieza ya se ha sentido mucho mejor. Pero yo sigo luchando contra la posible extirpación de mi vesícula, que muchos quieren

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

que me la practique. ¿Acaso mi cuerpo está tan congestionado de basura que no termina de limpiarse? ¿Puedo tener alguna otra complicación en otro órgano, o sigue siendo el hígado el que me da todavía malestares?

Carlos respondió...
Sí, estás sobrecargada de piedras. Con las dos limpiezas has removido todos los sedimentos del hígado y te está pidiendo nuevas limpiezas. Hazlas cada 3 semanas y sigue tomando el zumo entre limpiezas.

Los dolores izquierdos parecen ser de la curva del colon, que seguramente hace ángulo porque el transverso está muy caído. Esto hace que se acumulen ahí los gases. Vigila tu estado intestinal y su función. Ponte de lado en la cama y masajea el vientre en la dirección de las agujas del reloj para favorecer expulsión de los gases acumulados.

También puedes empezar a darte baños de asiento fríos para combatir las fermentaciones intestinales excesivas. Los *colema board* ocasionales o la hidroterapia de colon te pueden ayudar mucho, pero vigila tu tránsito intestinal para que sea diario, sin olores excesivos, color bronceado y que no manchen el papel. Todo esto te indicará que has digerido bien los alimentos del día anterior.

Tu déficit de bilis (por congestión hepática y biliar) está produciéndote malas digestiones y absorciones intestinales, lo que promueve los gases y la intoxicación orgánica y sobrecarga hepática en un círculo vicioso. Se resolverá con el tiempo, cuando tengas limpio el hígado, fabriques bilis suficiente y tu vesícula acumule bastante bilis como para evitarte estos trastornos. Pero piensa que te pueden quedar de 6 a 8 limpiezas, o más, en función de los síntomas.

¡Ánimo! Siempre estarás a tiempo de que te quiten la vesícula (aunque nunca te limpiarán el hígado de piedras). Pero antes sigue intentando e informándote bien de lo que puedes hacer por medios naturales. Ya has mejorado mucho, pues los cólicos biliares no se quitan con nada y terminan en pancreatitis o cirugía. ¡Ánimo, por tanto, y paciencia!

Molestias después de las limpiezas (2)

José Luis Méndez preguntó...
He realizado mi primera limpieza este sábado y la verdad es que estoy muy contento, pues he tirado como unas 100 piedras, casi todas verdes. Lo que me ocurre es que no termino de encontrarme del todo bien: tengo mareos y algo de dolor de cabeza. También molestias en el estómago en el lado derecho. Tengo el estómago algo hinchado y gases. Me realicé una hidroterapia de colon en un centro el lunes y creí que lo expulsé todo. ¿Alguien me puede decir si estos síntomas son normales durante los primeros días?.

Carlos respondió...
¡Enhorabuena por tu liberación de basura hepática! Es normal sentir molestias en el costado derecho tras la limpieza. Cambian los depósitos de sitio y estos obstruyen en parte el recorrido de la circulación intrahepática y asimismo pueden interferir la salida hacia el intestino de los jugos que el hígado libera continuamente. Esto da en

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

consecuencia cierto dolor sordo y puede limitar la cantidad de bilis aportada a la digestión, con las subsecuentes molestias digestivas.

La clave es tomar 3 vasos de zumo al día tras la limpieza, al menos por una, o mejor, dos semanas. Así mantenemos fluidos los canales de salida y los depósitos no atrancan la salida de los productos hepáticos. Espacia los vasos de zumo en tres tomas M-T-N y come muchas manzanas si puedes. El zumo siempre es mejor del biológico, está claro. Bebe mucha agua templada también, mínimo 2-3 litros al día.

Come muy suave y bien masticado, ¡¡que acabas de hacerte casi una cirugía sin bisturí!! Por lo tanto, dieta blanda, como para los recién operados O sea: patata cocida, arroz, purés, caldos, y cosas ligeritas. Come poco y repito: muy bien masticado. Evalúa tu mejora digestiva antes de meterte con los alimentos de siempre.

Haz una limpieza renal cuando puedas, y mejor cuanto antes para que puedas limpiar todos los tóxicos que tienes en sangre y que te dan molestias de ese tipo como dolor de cabeza. Empieza bebiendo mucha agua como te digo para minimizar éstos.

Molestias después de las limpiezas (3)

Anónimo preguntó...
Os cuento mi experiencia. Tengo rinitis alérgica, hernia de hiato, pirosis, gases, en definitiva muchos problemas digestivos, sin llegar a tener piedras en la vesícula (confirmado por ecografía).

Me hice hace tres semanas la limpieza y quedé alucinada por los resultados. No daba crédito a la cantidad de barro biliar y piedras verdosas que eché (y sé muy bien como son, porque soy sanitaria y he hecho muchas CPREs (la sigla proviene del término Colangio Pancreatografía Retrógrada Endoscópica).

Después de la primera limpieza noté como si me llenara de energía. La comida comenzó a sentarme mucho mejor, menos gases, etc. Pero esta última semana (la tercera desde la limpieza) he vuelto a tener molestias, creo que aún más acusadas, acompañadas de mucha mucosidad nasal y de garganta. No sé si tiene algo que ver.

No quiero hacer otra limpieza hasta pasado un mes y medio, más o menos, porque, la verdad, exprime bastante la vesícula y no quiero abusar. Me gustaría que me dijérais si alguno/a de vosotros/as habéis experimentado alguno de estos síntomas. Muchas gracias.

Carlos respondió...
Gracias por tu testimonio. La CPRE es la técnica utilizada para desatascar las piedras que se atrancan en el colédoco ¡Que tu testimonio sirva para los que aún dudan que lo que sale con la limpieza son piedras del hígado y no producto de las sales con el aceite! Tú las conoces bien, pero este debate ya está zanjado hace tiempo entre la gente que está informada.

Es normal lo que te sucede. Tras la mejoría pasajera, vuelve el barro del hígado a bajarte y se reproducen los síntomas previos. Tan sólo indica la necesidad de una nueva limpieza cuanto antes. Si prefieres esperar, toma mucho zumo (3 vasos/día)

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

para que los sedimentos te dejen pasar los jugos hepáticos sin colapsar su salida, pues es lo que te da los síntomas. Cuanto antes la repitas mejor, pero cada 3-4 semanas es lo normal. No tardes más de 3 meses, en todo caso.

La mucosidad nasal no tiene que ver, aunque tu hígado afecta a todo, inclusive la inmunidad frente a virus y bacterias.

Molestias después de las limpiezas (4)

Lupanca preguntó...
Ya he terminado mi 2ª limpieza y he alucinado con todas las piedras que me han salido. Muchas más que la primera vez. Esta vez el ácido málico lo he tomado en cápsulas y para el estómago me ha ido mejor. En la primera limpieza no tuve ningún síntoma y pude dormir bien. Pero ¡¡madre mía la segunda!! Tuve náuseas a la hora de tomarme el aceite con el pomelo. El mes que viene haré mi 3ª limpieza.

Me gustaría me dijeras si después de haber echado las piedras (el día siguiente) se sienten molestias o dolor leve en el lado derecho en la zona del hígado y vesícula, pues he comprobado que si me agacho a coger algo del suelo o torsiono el cuerpo, me duele. ¿Debe ser por que los conductos han estado expuestos a la salida de las piedras? Lo que sí no me ha desaparecido es un pequeño dolorcillo/molestia en la misma zona. No es continuo, pero no desaparece.

Carlos respondió...
Sí, es habitual sentir molestias y dolor sordo durante días en el costado derecho, pues indica que hay barro ahí atrancando algún conducto.

Bebe mucha agua caliente estos días y tómate 3 vasos de zumo al día durante 2 semanas, para que se vayan despejando los conductos de salida de este barro que ha sido removido y da molestias.

Acuérdate de las lavativas a las 24 horas y puedes repetirlas a las 48 h. para limpiar el colon de restos. Esto es fundamental.

Dolores abdominales después de las limpiezas

Con respecto a algunas cuestiones planteadas al respecto por **Noemí ...**

Carlos respondió...
Los baños de asiento con frotación del vientre al estilo Dr. Vander y Lezaeta ayudan a recuperar y desinflamar los intestinos que suelen quedar un poco inflamados tras cada "barrido" de las sales de Epsom. Esto es especialmente recomendado para los que les quede el tracto intestinal algo dolorido.

También se puede dormir con un paño mojado y escurrido en forma de pequeña compresa en el vientre (una funda de almohada por ejemplo), que recubriremos con una toalla seca. Esta compresa derivativa absorbe el exceso de calor intestinal y aporta

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

un suave reacondicionamiento intestinal. Además de ello, la ingestión de *bífidus* puede ayudar también a su recuperación.

El dolor que refieres en la zona del apéndice puede ser tanto una inflamación del mismo, como una leve inflamación del colon por gases. Lo mejor es que te des los baños de asiento con frotación del vientre y te acuestes con un paño mojado en agua fría y escurrido como comenté antes. Si el dolor se agudiza, el vientre se pone duro (en tabla) y tienes sudores fríos, vete a urgencias porque entonces si que puede ser una apendicitis. Ahora bien, si no es para tanto, intenta controlar la inflamación del modo citado. Por causa de las piedras no creo que sea, pues las has lavado con las lavativas creo que suficientemente. Aplícate estos remedios naturistas, pues creo que tienes inflamado y resentido el colon, no sólo de ahora, sino de modo crónico.

Aparte de esto, deciros que es normal que tardemos 2-3 días en recuperar un bolo fecal aproximado al habitual. No sólo eso: el color y consistencia de las heces pueden variar durante bastantes días, debido a que sigan bajando sedimentos y debido probablemente a la alteración de la flora bacteriana tras el paso de las sales barriendo con todo. Por eso digo lo de los *bífidus*, que ayudan mucho no sólo a la digestión, sino a la expulsión y fermentación intestinal. Mejor que no estén fríos.

Poco a poco el colon se irá reacondicionando. Las heces deben adquirir su aspecto normal, lo cual indicará el estado de nuestra digestión. Deben ser diarias, color bronceado, poco fétidas, compactas, y que no manchen el papel. Cuando sean así, es porque ese día habremos digerido y eliminado correctamente.

Dolor de cabeza después de las limpiezas

En relación con el dolor de cabeza experimentado tras las limpiezas por **JCS ...**

Carlos respondió...
El dolor de cabeza es por las toxinas eliminadas. Lávate el colon cada día, durante 3-4 días y creo que te mejorarán los síntomas de desintoxicación que pareces tener, incluido el mal "humor". Tranquilo, que puedes pasar 15 o más días con señales de "revolución interna", debido a los depósitos que has movilizado y que tienden a realojarse más abajo, esperando una nueva ronda de limpieza.

Por supuesto, beber mucho es esencial para lavar -a través del riñón- todos los tóxicos que pasan a la sangre tras salir del hígado. Y también seguir tomando zumo de manzana (2-3 vasos /día), para que se sedimente todo ello poco a poco y no repentinamente, lo que impediría la normal salida de los jugos hepáticos hacia el intestino.

En la primera limpieza expulsaste pocos cálculos, pero no porque no los tuvieras, como algunos pueden creer, sino porque aún no estaban suficientemente reblandecidos. ¡A la segunda, ya ves! Supongo que has tomado mucho zumo y al ablandarse los cálculos han salido en forma de "bola de nieve", acumulándose y agregándose al rodar por los conductos y por el intestino. Por eso te han salido esas bolas. Si las dejas al aire, comprobarás que con el calor se deshacen en una masa gelatinosa, pues los verdes son colesterol (grasa) al 96% y se ponen cada día más oscuros al oxidarse. Por tanto, creo que se han compactado en el colon, no en la vesícula.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Los conductos hepáticos son ramas finas que atraviesan todo el hígado, conectando sus lobulillos y que terminan engrosándose en dos ramas principales, como si fueran las de un árbol que evacuan al colédoco, que es el tubo que va a la vesícula primero y después al intestino. Ambos pueden estar llenos de depósitos o sedimentos de bilis coagulada o endurecida, que es lo que expulsamos en parte en cada limpieza hepática que realizamos.

Pueden salir en pequeñas bolas como guisantes, o resbalar formando bolas mayores con posterioridad, agregándose entre sí en su recorrido por ambos intestinos y secándose un poquitín, lo que les da cierta consistencia. Creo que es tu caso. No creo que sea una dilatación de los conductos lo que haya permitido salir esas "piedras", que quizá habría que denominar mejor sedimentos acumulados.

Dolor de oído después de las limpiezas

David preguntó...
Síntomas después de mi primera limpieza: molestias en los riñones. Por eso inicié la limpieza de riñón. Ahora parece que han desaparecido. He empezado a tomar agua ionizada y a beber más agua, para ayudar a la desintoxicación.

Lo que me preocupa más es la molestia en mis oídos, sobre todo el derecho. Es como una presión o molestia, no sé. Apareció justo después de la limpieza y jamás la había sentido antes. Ya llevo 4 días con ella y no ha desaparecido todavía. Espero que con la limpieza del riñón se irán estas molestias. En medicina china el oído está relacionado con el riñón. ¿A ver que os parece? No sé si alguien ha tenido algún síntoma parecido.

Carlos respondió...
Sí es cierto que el oído está relacionado con la energía de riñón y puede ser un síntoma a distancia del mismo. Pero: ¿bebiste mucha agua? Hay que beber 2 o más litros al día, preferentemente templada, y sobre todo después de hacer la limpieza. También el sábado o día previo a la misma, para tener líquidos suficientes para la diarrea. Si no bebes dos litros, como mínimo, puedes tener molestias considerables.

Cuidado con esto, lo repito continuamente. Beber es muy importante para minimizar todos los síntomas de desintoxicación que aparecen tras la limpieza. Además favorece el trabajo renal y así vamos limpiando el riñón poco a poco.

Beber agua templada en ayunas y a lo largo del día (o ionizada, si queremos, aún mejor) es mantener nuestra salud y longevidad. Debe ser un agua filtrada con un buen filtro, o al menos con una jarra tipo *Brita*, que algo quita (si bien poco).

Tómate *Rompepiedras* u otra hierba depurativa de los cálculos renales como *Arenaria.* Tómala durante 2-3 semanas, dos o tres veces al día y mucha agua. Repite esto hasta que compruebes tener un buen estado renal. ¡Y a mejorarse!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Molestias en los riñones después de las limpiezas

AnaV preguntó...
Ayer hice mi 1ª limpieza hepática. Mi pareja, MAC, aunque lleva una vida muy sana y es deportista, también la hizo para solidarizarse conmigo, ya que hace años le habían diagnosticado principio de úlcera y pensó que le vendría bien. No tuvimos ningún tipo de problema, ni con el zumo, ni las sales (que saben a rayos), ni la mezcla del aceite con el zumo de pomelo. Todo bien. Pasamos la noche estupendamente, sin molestias. Yo pensaba que por la mañana tendríamos retortijones, pero ni eso.

Fui la primera en ir al baño y me asombré de las piedras que expulsé sin ningún tipo de dificultad. Algunas grandes y verdes, pero la mayoría pequeñas y blancas o color café. Miles durante la mañana.

Más asombrados nos quedamos cuando él expulsó tanta cantidad de piedras verdes y grandes. Decía "si no lo veo, no lo creo...". Expulsó muchas más que yo. No dejamos de hablar de ello en todo el día. Nos encontramos estupendamente y espero que esto pueda evitar que pase por el quirófano. En 4 semanas nos haremos la 2ª limpieza. ¡Ah! Lo que sí noté ayer eran molestias en los riñones. ¿Pueden estar relacionadas con la limpieza?

Carlos respondió...
Sí pueden estar relacionadas. Quizás por no beber suficiente. Bebe mucho tras la limpieza, porque la pérdida de agua es considerable con las sales laxantes y el riñón puede quedar sin mucho líquido. Templa o calienta un poco el agua que bebas y un mínimo de 8 vasos al día (2 litros), pero mejor 3.

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (1)

Anónimo preguntó...
Terminé mi primera limpieza hepática y todo fue correctamente. Eché alrededor de 80 piedras verdes. Por la tarde fui al baño 2 veces y no eché casi nada. El lunes al mediodía eché como 30, o más piedras, completamente distintas a todas las del domingo. Eran grandes y amarillas como garbanzos. La verdad es que me quedé bastante alucinada. Creía que era comida que no había digerido, pero el domingo no comí nada que tuviera esa pinta. ¡Ah y eran huecas!

Hoy he visto en el blog que las piedras de la vesícula tienen esa pinta. ¡¡¡Me gustaría saber si es posible que primero se me limpiara el hígado y luego la vesícula (perfectamente separados), o eso procede de otra cosa, ya que a las personas que conozco que han hecho la limpieza no les ha pasado!!! ¡¡¡Muchas gracias a quien me pueda responder!!!

Carlos respondió...
¿Tenías piedras en la vesícula? Si es así, pueden ser perfectamente de ellas. De hecho, si son huecas deduzco (no lo sé a ciencia cierta, como casi nada) que pueden haberse formado al ir girando con los jugos que entran y salen en la vesícula, como si fueran cantos rodados. No tengo mas datos sobre el hecho de que san huecas, pero más gente lo ha apuntado.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Está clara la importancia de las lavativas a las 24 horas de la limpieza (también las recomiendo repetir a las 72 horas). Si esas 30 piedras te quedan dentro, te darán problemas al reabsorberse, sin duda.

Por tanto, pueden ser expulsadas piedras del hígado durante días, al haber sido reblandecidas con el ácido málico e incluso de la vesícula (si las tenemos). Por tanto, mucho cuidado los que tengáis piedras en la vesícula. ¡Reblandecedlas bien tomando mucho zumo de manzana continuamente y comprobad con ecografía si vuestras piedras han salido tras cada limpieza!

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (2)

Anónimo preguntó...
Tengo varias dudas y cuestiones referentes a las piedras en mi vesícula:

1) Las piedras de la vesícula pueden crecer con el tiempo. También es cierto que con la ecografía, dependiendo del ángulo con que se mire la piedra, puede medir de un día para otro pocos milímetros de diferencia (porque vista de un lado puede medir más que desde otro).

2) La piedra del cuello de la vesícula es la misma que está en el cuerpo de la vesícula. Simplemente ha cambiado de lugar. Cuando la vesícula se comprime para sacar sales biliares a través de su cuello, para luego pasar por las vías biliares al intestino, las piedras también tienden a seguir ese movimiento. Cuando cesa el movimiento, la piedra puede volver al cuerpo de la vesícula.

3) Generalmente la vía biliar que comunica la vesícula con el intestino mide <7-8 mm. de diámetro. Por ello las piedras de mayor tamaño pueden obstruir la vía biliar. Se me hace muy difícil creer que una piedra de 2 cm. pase a través de ella. Alguien con una vía de ese diámetro no es normal (es como decir que tiene el corazón en la derecha, puede estar, pero es demasiado raro). Lo que sí es que si la piedra se fragmenta y pierde tamaño, esa quizás si pueda pasar.

Carlos respondió...
Quizás no haya salido la piedra. Tienes razón. Es probable que sólo haya cambiado de sitio, pero lo ha hecho porque han salido todas las que estaban debajo, no calcificadas e invisibles por esta razón al ecógrafo, dado que son de colesterol casi puro. Al removerse éstas (o gran parte) con la limpieza hepática, la piedra grande y calcificada ha variado su posición. Es una hipótesis más.

En cuanto al tercer comentario, es lógico tu escepticismo. No seré yo quien lo combata, pues no tengo argumentos. Sólo quiero decir que el ácido málico reblandece las piedras de colesterol (la mayoría) y las hace adaptables al estrecho colédoco, pero es que además, el sulfato de magnesio relaja y dilata los conductos de tal modo que permite salir piedras grandes, y por supuesto también las pequeñas que producen los temidos cólicos.

No es que el conducto cístico tenga ese tamaño, ¡sino que éste se dilata gracias a las sales de Epsom! ¡De ahí la importancia de tomar suficiente cantidad! Especialmente si

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

tienes piedras en la vesícula, no sea que se atranque una por no logar suficiente dilatación para su paso. Además el aceite lubrifica el colédoco y facilita su expulsión, a la par de desencadenar la contracción vesicular.

La piedra no se puede fragmentar, que yo sepa, dentro de la vesícula. Tan sólo el ácido málico la puede suavizar si es dura. No salen al romperse, sino que salen enteritas, como cantos rodados y lubricados, por un conducto dilatado.

Limpieza hepática teniendo piedras en la vesícula (3)

AnaV preguntó...
El médico me dijo que es aconsejable que me opere y extirpe la vesícula, ya que tengo piedras y éstas no van a desaparecer. He tenido varios cólicos, pero siempre los asocié con el estrés, los nervios, etc. . Y desde hace años en las analíticas me salen las transaminasas disparadas. Tengo cita con los cirujanos para el último trimestre, con lo cual voy a hacer esta limpieza y espero que me resulte como a vosotros y no tenga que pasar por quirófano.

Carlos respondió...
¡Siempre estás a tiempo de pasar por el quirófano! Puede que no te salgan todas las piedras con una sola limpieza (a veces sí) y que necesites más, como hay algunos casos. Puede que las transaminasas no te bajen en unas cuantas limpiezas, pero te aseguro que expulsarás muchas piedras y colesterol, y que poco, con los meses, arreglarás todo lo demás.

Paciencia porque tu operación es innecesaria si sigues el procedimiento con perseverancia, conocimiento y paciencia. Además, aunque te operes, seguirás teniendo el hígado lleno de sedimentos, que te continuarán molestando perpetuamente hasta que los limpies. ¿No es mejor empezar por ellos? Ahora bien, infórmate y tú decides. Esto no es una consulta, sino tan sólo un foro de experiencias.

Los cólicos no eran por estrés, si bien éste afecta a todo, sino por piedras que salen e interrumpen el flujo del colédoco. Son peligrosos porque pueden producir pancreatitis, si lo hacen al final del conducto y si no se desobstruyen a tiempo. Las piedras salen duras y producen un espasmo del colédoco con el fin de movilizarlas, por eso duelen.

Somos ya muchos los que hemos comprobado que gracias a la acción del ácido málico los cálculos salen blanditos y muy maleables. Así no obstruyen el colédoco, que además está muy dilatado gracias a las sales de Epsom y a la lubricación facilitada por el aceite. Gracias a ello no duelen al ser expulsadas con la limpieza hepática y no se atrancan. Y por eso es lo mejor que se puede hacer con ellas: limpiarlas, en vez de extirpar la vesícula.

Piedra(s) de grandes dimensiones en la vesícula (1)

Ana preguntó...
Tengo 32 años y hace menos de un año me hice un control en el cual me encontraron una piedra de 2,8 cm. Mi pregunta es la siguiente: ¿no es muy grande para despedirla? Espero sus consejos. Desde ya, muchas gracias.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Carlos respondió...
Mi opinión es que para operarte siempre tienes tiempo. Yo en tu lugar intentaría durante meses limpiar la vesícula. ¿Cuántas? ¡Las que haga falta! Pueden ser 10-12-15. No lo sé. Depende de condiciones individuales, pero aunque vayas a que te quiten la vesícula con sus piedras, te quedarás con el hígado lleno de cálculos a su vez.

Comprende que si tienes piedras en la vesícula, ¡tienes muchas mas en el hígado! Y si te operas permanecerán en el hígado y encima te quedarás sin la bolsa donde se almacena la bilis para las digestiones.¡Un gran problema! Por tanto, trata de limpiar el hígado con una serie de limpiezas hepáticas seguidas, una cada 3-4 semanas, y de paso quizás se limpie también tu vesícula.

A mi hermana se le limpió en una sola limpieza la suya, pero sus piedras no eran tan grandes. Hay más gente en el blog con esa situación (lee a Noemí, Jorge, Isabel), que llevan bastantes limpiezas y aún no han expulsado su piedra. Pero la vida ya les ha mejorado, pues al limpiar su hígado con cada limpieza hepática, todo mejora. Creo que pronto eliminarán sus piedras. ¡Moritz la expulsó en la 8ª y su mujer en la 12ª limpieza! Así que, paciencia. ¡Léete el blog y mi resumen a fondo, y suerte!

Piedra(s) de grandes dimensiones en la vesícula (2)

Jota preguntó...
Tengo una piedra de 1,7 cm. en la vesícula que está bloqueando la salida de la bilis, ya que esté en el cuello de la vesícula. Me pregunto si corro algún peligro al hacer la limpieza y que ésta quede a medio camino.

Voy por mi tercera limpieza. A ver si saco ésta de una vez por todas, ya que casi nada de lo que como me sienta bien. ¿Será peligroso? ¿O es mejor probar antes que operar?

Carlos respondió...
Si ya vas por la 3 limpieza ya conoces el método y debieras conocer lo que implica. El riesgo lo tienes por el hecho de tener una piedra ahí alojada, no por la LH. La LH es lo único que puede resolver tu problema, ahora bien, si tienes síntomas de obstrucción, fiebre o cólicos biliares ¡¡vete a urgencias!! Corres riesgo de una peritonitis si se te atasca en el cuello de la vesícula una piedra. ¡Supongo que ya has valorado todo esto! ¡Y por eso haces la limpieza hepática!

Bebe mucho zumo, siempre, no solo para las limpiezas. Bebe mucha agua templada también. Come comidas ligeras y usa poco aceite en las comidas, y que sea virgen extra. Cuida de no tomar alimentos que produzcan cólicos biliares como grasas, huevos, nueces, etc. Haz limpiezas cada 15 o 21 días y sigue fielmente el protocolo.

Piedras en la vesícula que no se llegan a expulsar (1)

Isabel preguntó...
Me gustaría compartir mi experiencia con vosotros y además hacer una consulta. Llevo 11 limpiezas desde junio de 2007 hasta hoy. He expulsado 1.300 piedras de varios tamaños y de color verde y blanditas. En las ecografías continúo teniendo

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

piedras en la vesícula. ¿Por qué? ¿Cómo es posible que mi vesícula siga siempre llena? ¿Hay luz al final del camino? ¿La gente consigue dejarla vacía?

Y una última duda: Comer con pocas grasas (lo hago para evitar dolores, ya que al principio lo pasaba muy mal con los cólicos), ¿puede hacer que haga más piedras, ya que la bilis se estanca?

AnaV preguntó...
El leer lo que Isabel ha escrito me desanima bastante. ¿Eso quiere decir que tal vez cuando me vuelvan a hacer la ecografía sigan las piedras en mi vesícula?

Carlos respondió...
Voy ver si soy capaz de expresar mi opinión, que es tan sólo una opinión más. Como bien dice Isabel el camino no es fácil ni cómodo, pero eso es porque quizás pretendemos curarnos de un día para otro con una limpieza hepática, los males que llevamos arrastrando y promoviendo toda la vida. Pero voy despacio. No os desaniméis.

A Isabel le diría que lo que ha conseguido no lo puede conseguir de ninguna otra forma y sin efectos secundarios o económicos. Creo que a estas alturas tiene que tener un estado notablemente mejor que el inicial, y ella reconoce que es así. Por lo tanto, no vamos mal. Aún tienes piedras en la vesícula, pero ¿sabes el tamaño? Quizás son muy grandes para salir y hay que seguir reblandeciéndolas. Yo es que no sé nada de ti y por lo tanto no puedo opinar certeramente.

De las personas que padecéis de piedras en la vesícula (no en el hígado), es cierto que algunos tardan en expulsarlas varias limpiezas hepáticas. Yo he ido confirmando esto conforme me llegaban testimonios. El mismo Moritz las expulsó ¡¡en la sexta limpieza!! En el blog participa gente que lleva hasta 6 limpiezas y aún no le han salido. Están cansados y es normal. Tú eres otro caso.

Por otra parte hay gente que las expulsa a la primera, como fue el caso de mi hermana. De ahí que yo en un principio lo considerara más asequible para todos, de lo que ahora está pareciendo. Pero también es verdad, que yo no puedo supervisar todas las limpiezas. Me pregunto, por ejemplo, si tomáis las cucharadas de sales de Epsom bien llenas, o si habéis tomado lácteos o grasas desde la noche anterior al aceite, que hagan perder la fuerza expulsiva a la vesícula. Quiero decir que puede haber detalles que aborten la cura y la expulsión de las piedras intravesiculares, y el fallo no esté en el protocolo, sino en quien hace la limpieza.

No lo sé, pero partiendo de que todo sea hecho conforme al protocolo, como yo creo que lo es, sólo nos queda pensar que cada cuerpo puede tener una reacción individual y lanzarlas antes, o después, o nunca. Puede que el protocolo necesite mejorarse en este punto específicamente para los que padecéis de piedras en la vesícula. El protocolo va perfecto para las piedras del hígado, pero parece que en ocasiones puede ser insuficiente para los que después de reiteradas limpiezas, no conseguís arrancarlas.

Mi opinión de lo que puede estar fallando tiene que ver con la forma y posición de la vesícula. Esta conversación ya la he tenido por correo electrónico con algunos de vosotros, pero la hago extensiva a todos ahora que la plantean públicamente en los comentarios del blog. Es una opinión y no tenéis por qué seguirla, pero no se me ocurre otra cosa para determinar qué es lo que os está pasando. Pero voy al grano.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

La vesícula tiene forma de pera, como si estuviera colgando de la rama de un árbol. Su drenaje o eliminación no está favorecida por esta posición, pues precisamente su función es almacenar y acumular la bilis, sin que ésta se derrame. La bilis líquida se transforma en más gelatinosa y concentrada en la vesícula, pero sale sin dificultad con las contracciones de la misma a pesar de esta posición colgante.

Las piedras duras y grandes en cambio no son capaces de superar la curva del conducto cístico (o rabo de la pera) para llegar a introducirse en el colédoco, y pasar de ahí al intestino delgado. Es decir, no son capaces de superar la fuerza de la gravedad por la propia posición anatómica de la vesícula que cuelga. Claro, hay personas en que esto sí sucede, pero en otras no.

Se trata, por tanto, de saber que pasa, para que unos expulsen y otros no. ¿Se debe a la fuerza de contracción de la vesícula? Probablemente sí y habrá que ayudarle no consumiendo grasas ni lácteos 24 horas antes de la limpieza, para mantenerla llena. Ya está explicado en el blog.

Pero también podemos ayudarla colocándola de tal modo que se favorezca su vaciado por gravedad, o sea darle la vuelta hasta donde sea posible. Todo esto no deja de ser un experimento, pero vosotros debéis decidir hasta que punto merece la pena intentarlo. Fijaos en la forma anatómica de la vesícula. Si nos colocamos boca arriba, pero sobreelevando el costado derecho, al introducirle un cojín debajo, o sea, ligeramente flexionados hacia la izquierda, entonces hacemos que la vesícula tienda a vaciarse mejor.

AnaV: No te desanimes, pues cada caso es único y no todos tienen que retrasarse tanto. También decirte que las piedras por supuesto que son del hígado y de la vesícula, como lo demostró el análisis de laboratorio que colgué en el blog.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Piedras en la vesícula que no se llegan a expulsar (2)

Isabel preguntó...
Tengo piedras en la vesícula y desde mayo de 2007 que voy haciendo limpiezas. Hace un par de semanas hice mi limpieza número 12 y desde entonces siento la presencia de la vesícula y dolor en el hombro derecho, como varios meses atrás me pasaba. Además en estas dos semanas he tenido 2 cólicos, cosa que hace tiempo no me pasaba, ya que mi estado de salud había mejorado muchísimo. Antes de la limpieza estaba estupenda.

Estoy tomando las hierbas del hígado (ajenjo, cardo mariano y el bendito diente de león y menta piperita). En algo me ayudan, pero no mejoro. ¿Qué más podría hacer? No he incorporado nada nuevo en mi alimentación que me pueda dar molestias. ¿Qué puede estar pasando?

Carlos respondió:
Yo tras la 12ª. limpieza me asaltaron los síntomas de casi un año antes, cuando me intoxicaron con setas en un restaurante. Hice de modo urgente la 13ª. limpieza, sin apenas tomar zumo, y eliminé más cálculos. Pero sobre todo ime desaparecieron los

molestos síntomas al instante! ¡Paciencia por tanto! Hay gente que lleva 20 y aún tiene algunos síntomas asociados.

Cada persona es un mundo y no todas las expulsiones son iguales. Sigue haciéndolas. Bebe bastante, mejora tu dieta lo que puedas y que sea lo más parecido posible a la dieta tipo mediterránea. ¡Piensa en todo el trabajo de eliminación que está haciendo tu hígado! ¡No podemos pretender que nos cure sin darle ni tiempo! ¡Es normal que se sature con todo lo que está depurándote y te pida que lo limpies con dolores recidivantes! Te indica que está de nuevo congestionado, pero de paso, te está evitando muchas posibles enfermedades y problemas que te acometerían en el futuro si no lo hubieses limpiado. Nunca podremos saber cuáles a ciencia cierta, pero así funciona nuestro filtro y laboratorio: ¡previniendo!

Contra el dolor de la vesícula puedes ponerte barro o bien una compresa de tela de sábana mojada y escurrida. A ver si te mejora. Te la desinflamará, pero primero habría que ver si la tienes inflamada. Consulta al médico. Pero los baños de vientre fríos te pueden ir bien.

Otra cosa es el dolor del hígado, que es un dolor sordo tras la arcada costal derecha. Es debido a que los sedimentos bajan y obstruyen los canales en parte, lentificando el flujo hepático y limitándolo. Eso es porque nos está pidiendo otra limpieza. Este dolor a mí me duró hasta la 9ª. o 10ª. limpieza. ¡Después se hizo muy intermitente, ¡hasta que desapareció completamente en la 14ª!

Si puedes haz las limpiezas cada 3 o 4 semanas. Bebe mucho el día de la expulsión (zumos, agua caliente, sopa...) para rehidratarte bien y que no te dé tanto bajón, y de paso no sobrecargar tanto el riñón. ¡Buena suerte!

Existencia de pólipo(s) en la vesícula

Sergio preguntó...
Llevo unos 2 años con problemas en mi organismo: gases, malestar, frío en manos y pies cuando deja de ser verano, cansancio, etc. Me han hecho 3 ecografías y no se veían piedras. Sólo un pequeño pólipo, al que los médicos no dieron importancia.

¿Puede ser que tenga piedras, aunque no se vean en la ecografía? ¿Puede ser ese pólipo una piedra o cálculo? Me gustaría hacerme la limpieza, pero si en la ecografía no se ven piedras y no tengo, no merecería la pena, supongo...

Carlos respondió...
¡Tienes piedras, seguro! Puede que no se vean, por lo que ya hemos explicado que tienen igual consistencia que el tejido hepático. Pero las tienes. Fijo. ¡Y muchas! Y quizás también en la vesícula. Lo que pasa es que no están calcificadas y no se ven.

El pólipo a veces se opera. Depende de la evolución que tenga. Por eso lo mejor es que limpies tu hígado y que con el tiempo (pueden ser años) se reabsorba. Si no tienes el hígado despejado, seguirás padeciendo de todo eso y de más cosas. Ahora bien, tú decides. ¡Léete el libro a fondo y buena suerte!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Limpieza hepática con la vesícula extirpada (1)

Anónimo preguntó...
Quisiera saber si hay alguien que no tenga vesícula y que haya hecho la limpieza. Por favor: que cuelgue en el blog la experiencia de dicha limpieza. Es mi caso, aunque sé que debo de arriesgarme yo. Pero al igual que existen las experiencias de limpiezas de hígado, que motivan a hacerla y la gente va orientada, sin embargo no he visto ninguna limpieza en el blog de alguien que no tenga vesícula. Para mí sería importante saber las reacciones. Sería interesante, por lo menos para mí, descubrir si hay alguna diferencia.

Carlos respondió...
Tienes una imagen de una amiga mía que lleva 30 años sin vesícula y que hizo la limpieza. Se llama M. y verás la foto de su impresionante expulsión de cálculos, incluso calcificados, en el lateral derecho, hacia abajo del todo.

M. estuvo padeciendo constantemente de malas digestiones y lleva ya 6 limpiezas hepáticas, notando mejorías y recaídas según se mueven sus sedimentos intrahepáticos. ¡Pero está en franca mejoría! ¡Espero que incluso le mejore la osteoporosis que padece, a causa de no digerir las grasas durante tantos años! Con el tiempo espero contar su caso.

Por tanto, los que no tienen vesícula pueden hacer la limpieza perfectamente, pues la resección de la misma no les va a evitar todo tipo de molestias previas, que proceden del hígado congestionado por los cálculos.

Limpieza hepática con la vesícula extirpada (2)

Anónimo preguntó...
Quiero hacer la limpieza hepática. Como no tengo vesícula, el libro recomienda tomar unas hierbas durante dos o tres semanas, que no encuentro en España. Supongo que lo que debería hacer es aumentar de 6 a 20 el número de días de zumo de manzana.

Carlos respondió...
No son necesarias las hierbas que mencionas, sino que puedes hacer igual la limpieza, pero sí está bien que aumentes el período de zumo, como hacen algunos que tienen piedras en ella. Esto reblandecerá más tus numerosos cálculos que tienes alojados en el hígado.

Una de las primeras fotos que están en el blog es de mi amiga M., a la cual le quitaron la vesícula hace más de 30 años. Echó piedras duras, como las de la vesícula, pero procedentes del hígado.

¡Tienes una cantera, pues si tenías piedras en la vesícula, muchas más tienes en el hígado! Una vez que empieces, sigue la serie de limpiezas o si no ¡se pueden acentuar tus síntomas! ¡Pero es lo único que te puede ayudar a mejorar y mucho!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Caso de obstrucción del conducto de la vesícula por un cálculo

José preguntó...
Recientemente sufrí una pancreatitis por obstrucción del conducto de la vesícula por un cálculo. He estado 11 días ingresado, de los cuales 6 en la UCI. Me hicieron una CPRE (Colangio Pancreatografía Retrógrada Endoscópica) y me quitaron el cálculo. Me han recomendado quitarme la vesícula por laparoscopia. Mi pregunta es si podría evitar la extirpación con la limpieza hepática.

Carlos respondió...
Mi opinión personal (repito que ni soy médico, ni esto es una consulta) es que lo mejor que puedes hacer es limpiar el hígado y la vesícula. Léete el blog a fondo, compra el libro y si ves que te resulta posible, hazlo. Yo creo que te resolverá tus problemas, pero esa decisión la debes tomar tú extrayendo información de todos los ámbitos, incluido el médico.

Si decides hacerlo y compruebas su eficacia, sería muy interesante que nos lo contaras en este blog, pues los que habéis pasado por ese sufrimiento personal sois los que mejor testimonio podéis ofrecer de las bondades y sencillez de esta terapia de limpieza orgánica realmente asombrosa.

Caso de gastritis crónica

Sergio preguntó...
A ver si alguien me puede ayudar en mis sospechas. Os cuento: hace unos 3 años comencé a tener problemas en el estómago. Según los médicos una gastritis crónica, que me acompañaría el resto de mi vida.

Desesperado por los síntomas (malestar de estómago después de las comidas, pérdida del apetito, vómitos) acudí a una naturista, de la que me hablaron muy bien. El primer día me dijo que debía hacer una limpieza de hígado, ya que lo tenía muy cargado de tanto medicamento. Dicha limpieza era muy parecida a ésta de Andreas Moritz, aunque más simple. Simplemente trataba de un sábado no comer nada y a partir de las 14.00 h. beber cada 15 minutos una cucharada de aceite de oliva y otra de limón, así hasta completar medio de litro de aceite.

Después de todo el día realizando los sorbos de aceite y limón conseguí beberme la mitad (ya no soportaba el sabor del aceite en mi boca cada 15 minutos) y decidí irme a dormir, como me recomendó, y esperar a la mañana siguiente en la que debía expulsar piedras.

Pues bien, mi maltrecho estómago no aguantó el potingue y lo vomité de madrugada. Además, al día siguiente mis heces fueron normales en un principio, pero después sólo echaba el poco aceite que no había vomitado. Por lo que de piedras, nada de nada.

A la semana de realizar esta limpieza empecé a notar que, además de los problemas de estómago que no se habían curado, empezaba a tener muchas flatulencias y que la consistencia de mis heces había cambiado. Eran más blandas y parecía como si no digiriera bien.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Al mes seguía igual, con el estómago mal, y además ahora con el intestino, además, empezaba a notarme sin energía y con somnolencia durante el día, no dormía bien, etc.

Mi pregunta es la siguiente: ¿Puede que esa limpieza, más que expulsar las piedras que tengo, haya hecho que se junten más y que hayan obstruido algún conducto en el hígado o vesícula?

Es curioso, pero desde que la hice, he tenido malas digestiones, flatulencias, malestar, diarreas, etc., y ya han pasado 2 años y sigo mal. Al principio sólo tenía un simple dolor de estómago y vomitaba a veces, pero ahora estoy sin energía, con diarreas, etc.

¿Puede que, haciendo la limpieza de Andreas Moritz, por fin expulse esas piedras y comience a estar mejor? Veo que hay gente que en la primera limpieza no expulsa nada y que le viene peor que mejor. Quizás ese haya sido mi caso y esa única limpieza haya removido las piedras por ahí y ahora me siente mal.

De todas formas, me han hecho varias ecografías y no me han dicho nada de piedras. ¿Se ven en las ecografías?

Carlos respondió...
Sí, los cálculos o bilis coagulada de tu hígado muy probablemente se te han atascado con esa pseudo limpieza. Es decir, se han movido con tu intento. Conozco esa limpieza o purga de aceite y no es mala idea, pero requiere un buen control por algún experto, al igual que la LH al estilo Moritz o Clark. Para eso se hizo el blog y por eso se crearon los grupos de apoyo a la limpieza, para suministrarnos apoyo unos a otros por nuestra mayor o menor experiencia.

Al igual que otras limpiezas del hígado, por ejemplo a base de nata, que se vienen practicando desde hace muchos años con resultados irregulares, quizás por no estar bien contrastadas y no recogidas las piedras. Digamos que su protocolo, menos preciso, lleva a no percibir claramente sus beneficios y sí su mayor molestia, por lo que las convierte en una experiencia no deseable de repetir.

De ahí que con las sucesivas mejoras incorporadas a estas fórmulas de limpieza del hígado, y especialmente gracias a la sistematización de Moritz (aunque no es sólo de él), y a la conceptualización o aclaración de ideas de que la proveyó, hayan desencadenado una auténtica revolución en esta terapia formidable.

Pero para contestarte, te diré que sí: creo que el barro o sedimento biliar presente en tu hígado ha sido desplazado en su momento (dos años atrás) y creo que ha congestionado más tu hígado. Ya no está en el colon, sino que éste está repercutido por los trastornos hepáticos, debido a la falta de bilis suficiente. Descartando otras patologías, esto puede ser así.

El hecho de no tomar ácido málico lo complicó aún más todo, pues las piedras duras intrahepáticas se mueven y atrancan más el flujo hepático, menoscabando tu digestión, y terminaron por mermar la fabricación y salida de bilis en cantidad suficiente para los múltiples procesos que es requerida.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Cuando tomas ácido málico, las piedras se reblandecen y van soltándose, como los bloques de hielo de la Antártida con el calor. Discurren hacia abajo y también obstruyen el flujo, pero dejan salir mejor a la bilis, sin atrancarla tanto, por estar más suaves y gelatinosas. A veces ruedan tan blandas que se adhieren por el intestino abajo y forman bolas muy grandes. Mira las fotos de algunas expulsiones.

Por eso, sólo con tomar el zumo muchos hepáticos ya mejoran sus síntomas al mejorar el flujo. Si además mensualmente proceden a expulsar una parte de esos residuos con la LH, se van descargando de lo que atranca las funciones hepáticas y recuperando, poco a poco, con los meses, su salud.

Los fragmentos de bilis coagulada que atrancan el hígado no se ven en los ecógrafos, porque son de la misma densidad que el tejido hepático, pues son colesterol fabricado por el hígado y no se aprecian, salvo que el hígado esté tan lleno y duro, crecido de tamaño y reventando sus células (dando lugar a elevadas transaminasas o enzimas liberadas por esa razón), que es lo que se conoce como hígado graso. Ese sí que se ve en la ecografía. Las piedras, cálculos o bilis coagulada no. Te recuerdo que la bilis es principalmente colesterol.

Caso de pancreatitis

JC dijo…
Comentaros que, después de mi primera y única limpieza en el mes de junio, la cual me fue muy bien, a los 10 días ingresé en urgencias con una pancreatitis aguda provocada por las piedras en la vesícula. He pasado dos meses muy difíciles, hasta que me han quitado la vesícula, cosa que nunca pensé. Desconozco la relación, si es que la hay, entre la limpieza hepática y lo que a mí me sucedió. Lo que sí sé es que no me atrevo a volverla a hacer.
.....

No tengo respuestas para todas tus preguntas. Seguí a rajatabla todas las indicaciones en la limpieza. Incluso seguí tomando zumos los días posteriores. Terminé la primera y única limpieza el fin de semana del 21/22 de junio de este año. El primer ingreso fue la noche del 2 al 3 de julio. En este momento me diagnostican una pancreatitis aguda grave. Permanezco ingresado hasta el 8 de julio. Me dan el alta este día y el 12 vuelvo a ingresar con diagnóstico similar, aunque leve. Lo mismo unos días en el hospital a casa y me vuelve a dar el dolor el 25 de julio. Finalmente me operan el 08 de agosto por laparoscopia y lo más sorprendente es que, dándome de alta el 9, me vuelve a dar el peor de todos los dolores el 11 de agosto. Vuelta a ingresar, con el alta, espero que definitiva, el 15 de agosto. Este último no me supieron explicar o no les entendí muy bien la causa, ya que sin vesícula al parecer el páncreas continuaba inflamado.

Ahora me encuentro muy bien, tengo un apetito increíble y todo de momento me sienta bien, aunque nunca he abusado de comidas muy grasientas. Espero que mi vida sea lo más normal posible aunque, honestamente, nunca pensé en extirparme ningún órgano. Ha sido una dura experiencia, que considero la gente debe saber, sin decir que la limpieza fuera la causa de ello.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Carlos respondió...
Bueno, me comenta JC que él si padecía de piedras en la vesícula y que por eso se animó (y le animaron) a hacer la limpieza de las mismas. Ahora bien, no está claro por qué razón se le enclavaron y dieron lugar a la pancreatitis 10 días después de la limpieza. Yo soy partidario de que quienes tengan piedras en la vesícula tomen más de 1 litro de zumo al día y también por más días (10-15 días), con el fin de reblandecer totalmente los cálculos -calcificados- en ella. Estos cálculos duros no son como los de colesterol del hígado y no se reblandecen tan rápido con el ácido málico. Por eso es bueno esperar un poco más, atacándoles con el zumo, hasta que sean como cantos rodados que puedan salir fácilmente por el colédoco, ya dilatado con sales de Epson y de paso lubricado con aceite.

Como algunos de vosotros sabéis, suelo recomendar esto a los que tienen piedras en la vesícula, que afortunadamente sois pocos comparativamente con los del hígado. Quizás haya estado ahí el error: en no tomar suficiente tiempo el zumo y tampoco en cantidad suficiente, como para modelar los duros cálculos de vesícula y que salieran sin dolor y sin enclavarse.

De todos modos, lo que se debe hacer si a alguien le da un cólico biliar tras limpieza hepática es tomar de nuevo las sales de Epsom y aceite de modo urgente para desenclavar la piedra (y me refiero sólo a los que hagan la limpieza para las piedras en la vesícula ya diagnosticadas). Si es necesario que acuda a Urgencias, pues las pancreatitis son muy peligrosas y más vale quedarse sin vesícula, que sin otra cosa.

Caso de colon irritable

Anónimo preguntó...
Tengo 28 años y sufro de colon irritable desde los 15, aunque ahora me están haciendo pruebas para descartar la enfermedad de Crohn. Mi mayor inconveniente es que tengo la necesidad (o ganas) de hacer de vientre muchas veces al día (unas 6 o más), siempre blando, lo que entraría dentro de la consideración de diarrea, con todo lo que esto conlleva. Además estoy muy delgada (40 Kg.) y tengo una salud muy frágil.

Acabo de hacer mi 2ª limpieza, que considero un fracaso, pues apenas he expulsado nada. En la 1ª sólo fueron unos pocos grumos verdes, más bien pequeños. Seguiré haciéndola. Pero lo que me gustaría saber es si hay alguien que tenga más o menos las mismas características (de enfermedad) que yo y que le haya ayudado realmente hacer la limpieza.

Carlos respondió...
No tengo conocimiento de nadie, pero sí creo que te va a ayudar mucho. También puedes empezar a practicar los baños derivativos de vientre, para desinflamar el intestino delgado de tu problema crónico. Creo que te servirán muy bien, y mientras puedes seguir haciendo limpiezas.

No has echado nada porque están muy duras. Saldrán en sucesivas limpiezas, paciencia. A veces tarda 3 limpiezas en arrancarse. Sigue tomando el zumo a diario y mucha agua templada. Dieta mediterránea y léete el blog de abajo arriba.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Caso de expulsión de supuestos parásitos

Mirtha comentó...
Antes de la tercera limpieza del hígado, comencé a tomar paico (una hierba para los parásitos). Ese día comí sólo dos manzanas y tuve un malestar general. O era el yuyo tóxico, para mí, o estaban muriendo los parásitos y al hacerlo despedían toxinas, lo que generaba mi malestar.

Al otro día en la materia fecal salieron dos pseudo lombrices. Como creía que eran lombrices, seguía tomando el paico a la mañana y el ajenjo a la tarde. Y me salieron muchas pseudo lombrices: una tenía unos 25 cm. de largo y la que me llamó la atención fue la de 40 cm., ya que en la punta se abría como una medusa. Al analizarla me dijeron que eran mucosidades, con muchísimos glóbulos blancos adheridos.

Supuse que los yuyos que estaba tomando eran tóxicos para mi cuerpo y que el cuerpo para protegerse generaba mucosidad, con el objeto de proteger a las mucosas digestivas. Así que suspendí los yuyos, tomé bastante agua, comí liviano, y al otro día mermo muchísimo la mucosidad. Por ahí salían algunos hilitos chiquitos.

Yo considero que cuando ingerimos algo que es tóxico para nuestro cuerpo, por ejemplo alguna bebida fría, aunque sea agua, el cuerpo se protege y las mucosas, como su nombre indica, segregan mucosidad para protegerse del tóxico que ingresa.

Después de cumplida la función de protección, esa mucosidad el cuerpo la debe eliminar, ya sea por la materia fecal, o por la vagina. Si los sistemas de eliminación están colapsados porque ingerimos muchos tóxicos, esa mucosidad se va almacenando en el cuerpo, y nos va dejando cada vez más duros y con órganos que cada vez funcionan peor, ya que se encuentran sumergidos en esa mucosidad.

Carlos respondió...
Todo esto es aproximado y caben errores de interpretación. ¡¡Es normal!! Pero lo que parece que expulsaste eran lombrices (áscaris) e incluso una tenia (?). Fíjate en fotos de Google y comprueba si la punta de ese parásito que tenia forma de medusa coincide con el escólex con ventosas propias de la tenia o solitaria.

Puede que fueran mucosidades. ¡Habría que verlo! Y sobre todo llevarlo a analizar. Pero la cándida, por ejemplo, forma crecimientos por el intestino delgado, recubriéndolo internamente como si fuera una mucosa. Esto es lo que se desprende con la limpieza hepática y, claro, lleva agregados glóbulos blancos. Si lo llevas a analizar, la determinarán mediante tinciones y demás, pero eso no significa que no pueda verse cuando ha crecido suficiente su tamaño.

Es cierto que todo esto no puedo asegurarlo al cien por cien, pues está basado en mi método empírico de ir contrastando mis propias experiencias con los datos que voy recogiendo. Yo no dispongo de tantos conocimientos, ni de laboratorio, para analizar todo lo que observo, por lo que me tengo que conformar con adelantar hipótesis.

Por tanto aprovechad lo que os sirva. El resto dejadlo irse. La cándida que se observa al microscopio es la vaginal, la bucal o la de las uñas, pero cuando crece y forma micelios (o agregaciones de sus hifas), es visible como un manto blanco que tapiza la

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

boca, el esófago o el intestino. ¡Este es el que expulsamos con la limpieza hepática! ¡Pero habría que llevarlo a analizar y desde esa perspectiva puede que acierten con él! Si queréis saber más sobre el susodicho hongo visitad:
http://www.candidiasiscronica.org

Caso de expulsión de supuestas cándidas

Pedro preguntó...
Hace tiempo que sigo el blog, pero es la primera vez que comento algo. Me ha impresionado la foto de las "cándidas", porque en una de mis limpiezas (la tercera creo) expulsé una igual. Fue en la primera evacuación, después de hacer una hidroterapia de colon. Pensé que sería algún tipo de parásito, pues acababa de empezar el tratamiento antiparasitario de la Dra. Clark. Busqué fotos de parásitos intestinales por Internet, pero no encontré ninguno que se le pareciera.

No he visto que haya expulsado más durante las hidroterapias de colon. El médico no ha visto nada raro. Lo más parecido ha sido mucosidad. A veces en forma de hilos, pero trasparentes, por lo que esta información me parece valiosísima y convendría que algún experto en el tema viera las fotos o ver si se puede analizar el bicho. No tiene sentido que le llamemos "cándidas", porque se supone que son hongos microscópicos.

Carlos respondió...
Yo no entiendo demasiado de cándidas, ni éste es un foro al respecto. Pero no puedo evitar mencionarlas tangencialmente, dados los sucesos acaecidos al respecto de las mismas. Especialmente por su expulsión, que es realmente difícil de otro modo.

La foto colgada en el blog no es de Mirtha, sino que la extraje del foro de *Curezone.* Podéis ir a él picando en la imagen de la columna lateral derecha y veréis más fotos subidas por alguien de los EE.UU. Las denomina cándida. Supongo que es porque lo son.

Decís que son hongos microscópicos, pero ese es su estado de levadura. Cuando pasan a hongo ya son visibles, como cuando colonizan la boca dando lugar al *muguet,* o manchas blancas perfectamente visibles. O los mencionados bastoncillos de las comisuras labiales. Las cándidas son levaduras microscópicas, pero que se convierten en hongos debido a que van creciendo sus hifas o brazos, formando rizoides (raíces) cada vez mayores y que van formando lo que se llaman micelios. Estos micelios pueden tapizar la pared interna del intestino delgado, perforándolo y dando lugar al síndrome del intestino agujereado. En la red tenéis mucha mas información sobre todo esto.

Lo que Mirtha y más gente me ha contado es que ellos expulsaron esta especie de pieles blancas (que yo creo que son cándidas, pero no de un modo definitivo, pues no las he llevado a analizar), por lo que he puesto su foto para que las conozcáis. Si alguien puede analizarlas, nos haría un gran favor.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

3. CUESTIONES SOBRE OTROS ASPECTOS RELACIONADOS CON LA LIMPIEZA HEPÁTICA

Entusiasmo por la limpieza hepática

Cuca comentó...
Este fin de semana me he hecho mi primera LH y he alucinado. ¡No podía dar crédito a todo lo que me ha salido! A la mañana siguiente llamé a una amiga, que es médico, y se las mostré. Se quedó muy impactada. Se las ha llevado a su hospital, para que las analicen.

Me he deshinchado, ha mejorado mi humor, tengo vitalidad, claridad mental, las cosas cotidianas fluyen...También lo conté en mi centro de yoga y están todos/as como locos/as por comprarse el libro y empezar a limpiar...

Carlos respondió...
¡¡Entusiasmo habitual de la gente que hace la primera limpieza y sabe cuidarse!! Dile a tu amiga que las analicen como cálculos de vesícula o, mejor, que se las enseñe a un cirujano de vesículas para confirmar su origen, pues es improbable que tengan medios en el laboratorio para diagnosticar si son de vesícula. Ahora no se usan kits de laboratorio para confirmar la procedencia de las piedras de la vesícula, como se hacía antaño, pues han sido sustituidos por medios electrónicos como la ecografía. Al menos en mi zona no las analizan en el hospital. Por lo que tuve que llevarlas a un laboratorio particular, diciendo que eran de vesícula y pidiéndoles que analizaran la composición de las mismas.

Pásales a tus compañeros/as de yoga mi resumen, que encontrarás en el lateral derecho del blog. Estáte atenta a las recidivas que se producen unos días después de las limpiezas y que anuncian que hay que repetirla, pues siguen bajando residuos hepáticos. Ahora los has movido y van a ir resbalando hacia abajo y te pueden dar síntomas de oclusión hepática. Indicarán el momento de repetir la limpieza.

Dieta previa a las limpiezas

Anónimo preguntó...
Tengo piedras en la vesícula desde hace al menos 7 años y me han propuesto operar, claro, aunque no tengo ninguna intención de hacerlo. Pero cada día tengo más molestias y me he planteado hacer la limpieza el primer fin de semana de febrero.

Estoy con ganas de hacerla y a la vez muy asustada. Ya he empezado a tomar zumo de manzana (de *tetra brick*) y una cápsula de ácido málico por la noche con dos vasos de agua. He comprado todo el material: las sales, el aceite, etc. El martes tengo una hidroterapia de colon.

En fin, que estoy muy nerviosa. Tengo muchas dudas. No sé ni qué comer. Te agradecería que me dieses algunas pautas para comer estos días. Ya sé que es necesario beber mucha agua templada ¿no? ¿Será demasiado beber zumo de manzana y tomar ácido málico?

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Carlos respondió...
Tranquila, con un poco de suerte no sólo salvarás tu vesícula, sino los muchos problemas que se acumularán por su causa, tanto si te operas como si no. Pero sobre todo si te operas.

Léete mi resumen junto con el blog, de abajo arriba. Hay muchos detalles que no puedo darte aquí. El libro de Moritz es fundamental que lo leas y saber las implicaciones de tu hígado en toda tu salud y por parte de tu vesícula también. Estudia todo bien, pues es una decisión importante hacerte cargo de tu salud. El hígado repercute en todo, para bien y para mal. ¡¡Y limpiarlo es lo mejor que puedes hacer!! ¡¡Así que a estudiar!!

Tómate 4-6 cápsulas de ácido málico al día si no tomas el zumo. También puedes tomar ambos. Si tomas zumo toma más de un litro al día, al menos durante 10-15 días. También puedes hacerlo a los 6 días como dice Moritz, pero cuantos más días de zumo tomes, más reblandecerás tus piedras. Sólo con el zumo algunos ya mejoran en sus síntomas vesiculares. Toma las cápsulas tras cada comida si tienes problemas de estómago. Y cepíllate tras el zumo, porque se come el esmalte. ¡Está dicho en el blog todo esto! ¡Y come manzanas!

Come ligero, sano, y mejor aún dieta mediterránea o vegetariana. Ambas se diferencian solamente en que una lleva pescado y la otra no. Sólo con este cambio te puede cambiar la vida, pues la dieta es un factor clave en tu problema. Y bebe mucha agua (2 litros al día, por lo menos), pues es el segundo factor clave para formar piedras, así como otros que vienen dados por tener hormonas femeninas, haber tenido hijos, etc.

Sigue el protocolo de la limpieza hepática y te irá bien. A partir de ahora hazte una cada 2 o 3 semanas, pues moverás mucha tierra ahí dentro y notarás las molestias que producen su salida, pero también las ventajas. ¡¡Es como remover toda la casa para limpiarla!!

Necesidad de vigilar la alimentación antes y después de las limpiezas

Eduardo comentó...
En las semanas previas es bueno ir comiendo cosas más sanas, evitar comidas fritas, café, sal, etc. Comer más frutas y verduras crudas. Esto es más necesario cuando recién estás comenzando. Lo mismo hay que hacer en los días siguientes a la limpieza. Gracias a todos los que colaboran y sobre todo al creador del blog.

Anónimo comentó...

Habitualmente como así. En mi dieta, desde hace años, no entran el gluten, las leches y derivados de animales, carnes, café, fritos, embutidos, sal refinada, comidas procesadas. Procuro alimentarme con una dieta higienista a base de mucha verdura cruda, verdura poco cocida, proteínas vegetales, alguna vez algo de pescado, semillas, nueces, cereales integrales (arroz, trigo sarraceno, amaranto, mijo, quinoa, etc.), fruta e infusiones.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Carlos respondió...
Tenéis toda la razón en lo de vigilar la alimentación antes y después de las limpiezas. Yo escapo de los fritos sobre todo, si bien soy vegetariano desde hace más de un cuarto de siglo. Pero cuidado también con las salsas, mayonesas, especias, picantes, bebidas frías, carbonatadas o refrescos.

Yo suelo beber mucha agua. Ionizo (o caliento) agua al levantarme y me la bebo. De 2 en 2 vasos. Me va muy bien templar el agua y beberla a lo largo del día, pues bebo mucho más que cuanto la tomaba fría, que no me entraba en tanta cantidad. No me estropea la capacidad digestiva. Al revés: la promueve. No se debe beber con la comida, sino media hora antes, o un par de horas después de la misma.

Los alimentos crudos, como la fruta o algunas verduras, son más digeribles al estar crudos, pues contienen enzimas que favorecen el acto digestivo. Yo desayuno y meriendo a base de fruta, pero cada cual debe elegir lo mejor para él en este sentido. Cuando la digestión está mal, ni siquiera los alimentos crudos se digieren con facilidad y hay que tirar de cosas más suaves o que sienten mejor individualmente.

Por supuesto la corriente higienista tiene mucho que aportar en todo esto. En el país vasco está "Sumendi" y también hay varios centros de reposo por la península que siguen estas prácticas ("Los madroños", "Tres azules", "Puertas abiertas a la nueva era", etc.). Si os interesa esta corriente higienista, os recomiendo "La Antidieta" de Harvey y Marilyn Diamond que fueron el origen del boom de la dieta disociada (no consumir proteínas con hidratos de carbono), que mucha gente sigue actualmente.

Sienta también muy bien incorporar frutas digestivas como la papaya y la piña, pero siempre 1/2-1 hora antes de la comida. Cualquier fruta hay que comerla con el estómago vacío, pues son agua y fructosa, y si las ingerimos como postre fermenta encima de lo que hayamos ingerido, dando molestias y gases. En cambio, antes de comer, pasan rápidamente al intestino y abren el apetito y preparan para hacer la digestión. Fijaos cómo, si coméis fruta, se os abre el apetito poco después y necesitaréis comer algo más "consistente" a continuación. Si no la tomáis fría, mejor que mejor, ¡pues la digestión requiere calor!

Si además os acompañáis de un yogur natural tras la comida, favorecéis la acidez propia del estómago, con lo que mejoraréis vuestra capacidad digestiva trastocada. Yo uso los yogures naturales con bífidus, y los tomo a temperatura ambiente, nunca fríos, pues ello merma el calor del estómago y perjudica la digestión. Los que padecen de gastritis crónica y acidez, no quieren ni oír hablar de tomar cosas calientes. Esto es debido a la inflamación (calor) de su mucosa estomacal, que les demanda frío que les refresque internamente. Necesitan la limpieza hepática urgentemente, pero en cambio, pueden consentirse tomar mas cosas frías que aquellos de nosotros que tenemos el cuerpo mas ying o frío y que precisamos aporte de calor.

Por cierto, que el hígado es también la estufa del cuerpo. Y los pies el termostato. Si éstos están fríos, corremos riesgo de que proliferen los gérmenes y virus que todos llevamos dentro nuestro, por causa del desequilibrio térmico que se produce. Procurad tener siempre calientes los pies. Calentadlos con una bolsa en la cama, o daros baños de pies calientes a menudo en invierno. Los pies fríos son la antesala de todas las patologías infecciosas, porque la sangre se ha refugiado en el interior del cuerpo y deja a la piel sin calor. Las digestiones se estropean también por ese exceso de temperatura

interna, pues hay demasiado calor, lo que origina más fermentación gastrointestinal, la cual termina por intoxicarnos si el problema se cronifica.

Todo esto lo explica muy bien Manuel Lezaeta en su libro "La medicina natural al alcance de todos", que edita ediciones Cedel (Barcelona). Os lo recomiendo, pues gracias a esta técnica de devolver el equilibrio térmico al cuerpo, mis hijos jamás han tomado un antibiótico o un paracetamol en su vida, y tampoco homeopatía ni soluciones naturales. Y han tenido infecciones como cualquiera que pase por una guardería o un colegio. Por supuesto, yo tampoco los tomo. Pero esto es otro tema, así que mejor os remito al libro citado o bien al de Louis Kuhne: "La nueva ciencia de curar" que edita Kier. Éste creo que está descatalogado. ¡¡En fin, que en unos meses estaréis comiendo (y digiriendo) como en vuestros mejores tiempos!!

Acerca de la fuerza digestiva

Francesc preguntó...
Un tema sobre el que estaba reflexionando es si existe una correlación entre la edad y el estado de salud que uno tiene, y las molestias que puede experimentar al realizar las primeras limpiezas hepáticas. Me explico: una cosa que me ha llamado mucho la atención es ver cómo hay gente que explica que sus primeras limpiezas las pasaron bien, sin que sintieran prácticamente dolores ni molestias importantes, ni durante ni después de las mismas, mientras que otras comentan que no fueron nada agradables o que incluso lo pasaron fatal (como creo que fue tu caso, si no tengo mal entendido).

A raíz de este hecho, creo que es probable que exista esta correlación: si uno tiene una cierta edad y además tiene problemas más o menos graves de salud, entonces es más probable que las primeras limpiezas sean bastante más desagradables y difíciles que si no se dan estas circunstancias. Es una hipótesis, aunque me imagino que el tema puede ser llegar a ser bastante más complejo que todo ello.

Como creo que a estas alturas ya estás hecho un experto en limpiezas hepáticas y después de meses de haber recibido consultas por parte de (imagino) centenares de personas sobre ellas, ¿nos podrías confirmar si en tu experiencia existe tal correlación? Así cada uno podría saber más o menos qué puede esperar en el momento de iniciar las limpiezas, en función de sus circunstancias personales (en el bien entendido que esto de la edad y, sobre todo, del estado de salud puede llegar a ser muy elástico).

Carlos respondió...
Efectivamente creo que tienes razón en lo que planteas de la edad y el estado previo de salud con respecto a sobrellevar la LH con mayor o menor comodidad. Depende de la fuerza digestiva que mantengamos a la hora de enfrentar la LH, para que ésta sea más llevadera o no.

Evidentemente, muchos enfermos crónicos padecen de la digestión (aunque yo creo que es más bien al revés) y no tienen capacidad suficiente para hacerse cargo de la digestión del aceite. ¿Por qué? Porque no fabrican suficiente bilis, debido a los sedimentos o cálculos que obstruyen el flujo de la misma en el hígado. Esto supone un empacho de aceite y pasar una noche mala. En cambio los que llegan con hambre al aceite, por tener fuerza digestiva, ¡casi lo agradecen! y llevan peor lo de las sales.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Se puede decir que los que hacen la terapia por prevención pasan una buena noche en general, pues no tienen una merma digestiva ni de salud general que les impida sobrellevarla sin coste. En cambio, los enfermos crónicos la pasan peor, pero según recuperan su energía a todos los niveles, cada limpieza es más suave y llevadera. Yo en mis últimas limpiezas no sentía ni la cuarta parte de las molestias que en las primeras 5 o 6. Esas fueron las peores. Pero tampoco nada que no pudiera soportarse. ¡Era mucho peor seguir en mi estado previo, que una mala noche!

Por tanto, si tienes buen apetito habitualmente y no padeces de indigestión o pesadez tras las comidas, de retardo digestivo, flatulencias excesivas etc., probablemente pases una buena noche de LH. Acuérdate de dormir medio incorporado para que el aceite abandone el estómago. En una de mis limpiezas, éste volvió al estomago cuando fui al baño a las 5 de la madrugada y me produjo vómitos. Es lo peor que puede pasarte, porque es asqueroso. El estómago se contorsiona una vez tras otra, hasta que expulsa el contenido, y terminas sudando y renegando de la limpieza. Pero después dormí de maravilla y expulsé piedras como siempre, porque el resto del aceite había hecho ya su trabajo. Por eso es importante estarse quitecitos la primera hora y que el aceite vaya fluyendo hacia abajo.

Antecedentes patológicos y limpieza hepática

Anónimo preguntó...
No he realizado todavía ninguna limpieza hepática, pero sí he leído el libro. Soy una mujer de 50 años que ha tenido varias patologías: desde los 11 años, psoriasis, y a los 36, un cáncer de mama con cirugía y quimioterapia. A partir de todo esto me diagnosticaron hígado graso.

Ahora estoy bien, aunque con problemas de digestión y siempre con cansancio. Supongo que mis antecedentes no contraindican la limpieza, pero me gustaría si pueden asesorarme en esto. Gracias.

Carlos respondió...
¡¡No sólo no está contraindicada, sino que creo que es lo mejor que puedes hacer por tu salud!! Tienes el hígado sobrecargado desde antes de los 11 años. Pues muchos niños lo tienen. Toda la sobrecarga tóxica que padece tu cuerpo, poco a poco puede ir limpiándose con la limpieza hepática y el filtrado orgánico que tu hígado irá realizando con los meses y a lo largo de los años.

Sin embargo esta delicada situación a la que has llegado debe ser ayudada con todos los recursos naturales (quiero decir del cuerpo) que sea posible: dieta limpia (preferiblemente vegetariana), limpiezas de colon, limpiezas de riñones, limpiezas de la sangre y limpiezas emocionales, o del ego.

Creo que así utilizarías todos los recursos de que tu cuerpo se provee para desarrollar y mantener la salud en el organismo. Otra cosa es que se nos enseñe a hacerlo, pero ahí están, esperando a que los usemos con la medicina natural, la cual te provee de ellos. ¡Suerte en tu búsqueda, aunque creo que ya has empezado a encontrar! ¡Ahora sólo te falta llevarlo a la práctica! ¡Animo y suerte!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Cantidad de piedras que puede albergar el hígado

Juan preguntó...
Acabo de terminar las lavativas tras mi 6ª limpieza y me he quedado alucinado. A lo largo de todas mis limpiezas, ésta ha sido en la que más piedras y más grandes he sacado: unas 20 piedras de 1 cm. a 1,5 cm. de diámetro, y luego unas 50 minúsculas. Y a la mañana siguiente expulsé dos piedras de 2 cm. de color blancuzco, pero no me queda claro si son piedras o ya restos de comida, porque no tenían una consistencia muy dura, aunque el aspecto blancuzco y su cohesión me mosquean para pensar que sí son piedras.

Cada vez saco más piedras y más grandes: ¿habrá un punto de inflexión? Otra de mis preguntas es: ¿dónde caben todas esas piedras? Porque el hígado tiene que ser realmente grande para albergar todo eso (unido a lo que he expulsado en otras limpiezas). Y eso que soy un individuo sano que hago las limpiezas por prevención...

Carlos respondió...
Es normal expulsar piedras, incluso aunque estés bien. Todos tenemos más o menos sedimentos en el hígado, debido a su funcionamiento habitual. Igual que el filtro de tu aspiradora, pues de vez en cuando hay que vaciarlo. Pues esto es igual, o al menos parecido.

Con una buena dieta se limpia él mismo y además no se coagulan los depósitos, pero ¿cuál es una buena dieta? Yo que creo que la que predomine alimentos crudos, frutas etc., o sea la dieta tipo mediterránea, con aceites vegetales, mucha fruta y verdura, cereales y pescado.

Son bolas verdes grandes porque al reblandecer los depósitos con el zumo, van bajando por los conductos y al llegar al intestino delgado se juntan de nuevo, formando bolas mayores que ruedan intestino abajo como pelotas de diversos tamaños. No es que sean así de grandes, sino que se han reunificado. Hay fotos en el blog de grandes bolas verdes por el efecto bola de nieve.

Está bien templar el zumo de manzana. Yo lo mezclo con agua caliente. Beberlo frío en invierno y de golpe puede resultar molesto, y llegar a doler el estómago y la cabeza, especialmente si bebemos dos vasos seguidos o más. Cuidado por tanto. El agua y el zumo, e incluso el aceite deben ir templados. Si lo preferís al baño maría, también vale.

Boca arriba es una posición más cómoda. En todo caso muchos alternamos con la del lado derecho para vaciar el aceite hacia el píloro. Cualquiera de las dos posturas vale igualmente, pues el aceite excita la vesícula cuando llega al duodeno. Otra cosa es para los que tienen piedras en la vesícula, las cuales en ocasiones no salen fácilmente debido al tamaño. Éstos tienen que buscar un modo de facilitarle el desalojo a la vesícula y parece mejor sobre el costado derecho. Todo esto no está muy claro y está por desarrollar una postura absolutamente eficaz. Pero espero que pronto, entre todos, lo logremos.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Escala de heces de Bristol

Francesc comentó...
Al hilo de una respuesta de Carlos a un testimonio, referente a que "el test del estado digestivo de uno lo da el aspecto de las heces", os invito a que conozcáis la llamada "Escala de heces de Bristol" (podéis verla en esta página de la wikipedia: **http://es.wikipedia.org/wiki/Escala_de_heces_de_Bristol**).

Muestra de una forma visual y bien explícita los diferentes tipos de heces humanas que pueden darse, en una escala de 7 niveles, que van desde el estreñimiento hasta la diarrea.

Reconozco que todo esto es bastante escatológico, pero puestos a ser prácticos, creo que la inspección visual de las heces puede ser una muy buena herramienta para diagnosticar día a día cómo funciona nuestro sistema digestivo. También gracias a ella podemos visualizar si se observan progresos visibles en nuestras digestiones, tras sucesivas limpiezas hepáticas.

Carlos respondió...
Muy interesante. Buen aporte, no sabía ni que existía una escala. La morfología ideal es la que se encuentra entre la del tipo 3 y la del tipo 4 de la escala, siempre que sean heces diarias (lo ideal es 2 veces al día), sin olor excesivo y de color marrón.

Sobre todo la del tipo 4: como una salchicha o serpiente, suave, lo que indica que conlleva una mucosidad en su cobertura que la hace salir sin manchar el ano, y por tanto no manchamos tampoco el papel al limpiarnos. ¡Este es un dato que nos ayuda en la valoración muchísimo! ¡Heces que salen sin dificultad y sin manchar!

Pérdida de peso y limpieza hepática

Francesc preguntó...
En tu experiencia, por lo que llevas visto con las personas que te contactan a través del blog, ¿se puede afirmar que la pérdida de peso es un "efecto colateral" de la LH habitual en los que la llevan a cabo o bien se deben dar determinadas circunstancias? (p.e. metabolismo alterado, sobrepeso, predisposición personal...).

No sé si tendrás respuestas para ello, porque imagino que el tema puede ser bastante complejo, pero al menos sí que nos podrías indicar si es un fenómeno que la gente lo reporta con frecuencia.

Carlos respondió...
Son numerosas las personas que están consiguiendo adelgazar al poner a su hígado en una situación de normal funcionamiento, por haberlo limpiado. Pero los que estén excesivamente delgados estoy seguro que subirán su peso, por contra. ¡¡El hígado los regula a ambos!!

El metabolismo de las grasas se dirige desde el hígado y creo que mantenerlo limpio lo capacita para lograr la perfecta regulación de las grasas orgánicas. Es decir, creo que el hígado limpio nos mantiene sanos y delgados y sólo cuando entra en "recesión"

(como la economía), engordamos. Esto es debido a que se ralentizan sus funciones y se altera el metabolismo de las grasas, dándose prioridad a otras funciones vitales.

Por eso algunos no adelgazan de ninguna manera y otros no engordan por más que comen. La clave, una vez más, está en el órgano olvidado: nuestro hígado. Además la grasa en un buen acumulador de tóxicos orgánicos, por lo que probablemente también la usa el hígado para esto.

Dudo que haya alguien que conozca perfectamente la multiplicidad de funciones que lleva a cabo el hígado, pero si vais a este enlace del blog veréis las implicaciones que la Dra. Sandra Cabot fue haciendo con el paso de los años al ofrecer a sus pacientes una dieta de limpieza del hígado:
http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/search/label/adelgazar

¡¡Este órgano es espectacular y la LH también!! ¡¡Hay varios testimonios que me confirman la pérdida de peso y volumen a partir de la limpieza hepática!! ¡¡Sobre todo cuando le ayudamos un poco con la dieta!!

Olor corporal y limpieza hepática

Anónimo preguntó...
¿Alguien puede decirme si nota diferencias en el olor corporal a medida que va haciendo limpiezas?

Juan comentó...
... Respecto al olor corporal, sí he notado que sudo algo más y que el olor es ligeramente más fuerte. Pero supongo que tiene que ser absolutamente normal, puesto que a través de la piel (del sudor más exactamente) también estamos limpiando las toxinas que estaban en el hígado y es normal que produzcan más olor. Probablemente sea pasajero. En cualquier caso, si se produce más sudoración. Digo yo que será buena señal de que se están expulsando y no te las estás quedando dentro.

Carlos respondió...
Sí, hay gente que refiere mayor capacidad transpiratoria tras varias limpiezas. Me consta algún caso más que me lo ha mencionado. La mejora circulatoria y el progresivo desatasco del sistema linfático supongo que intervienen a todos los niveles, incluido el de la transpiración, que seguro que se ve facilitada.

Además, creo que la presencia de sustancias liberadas del hígado, las cuales pasan a la sangre, pueden durante un tiempo indeterminado aumentar la intensidad del sudor. Esto sucede también, por ejemplo, a algunas mujeres durante la regla, pues es una fase eliminatoria muy activa también a nivel cutáneo. Es natural, pues la piel es el tercer riñón y el sudor un producto parecido a la orina. Puede ser más cargado o menos, pero eliminar a través de la piel alivia el trabajo renal y facilita el equilibrio térmico del cuerpo, del que ya hablé en otro comentario.

El cuerpo no es una suma de sistemas, como se empeña en hacernos ver la ciencia de la Anatomía, sino un sólo órgano con una sola función, que es la Vida. Por tanto, todo repercute en TODO. Hasta las mínimas agresiones tienen su lugar de afectación, aunque no se noten, pero se van acumulando. Este concepto se denomina "Holismo" y

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

es un principio básico de la medicina natural o Naturismo. No tenerlo en cuenta es perder los referentes que mantienen y desarrollan la salud.

Insomnio e hipermenorreas

Anónimo preguntó...
Ya sé que esto no es un consultorio médico, pero el otro día creo que comentábais que el insomnio es porque el hígado no puede retener suficiente sangre. Yo sufro de insomnio y también de unas hipermenorreas bestiales, que he leído por ahí que es de lo mismo. ¿Debo entender, entonces, que a medida que vaya limpiando el hígado ambas cosas mejorarán?

Carlos respondió...
Creo que sí, que mejorarás de ambas cosas. ¡El hígado repercute en todo! El sueño lo hemos comprobado mucho cómo la limpieza hepática lo regula completamente. Y la hipermenorrea es debida a un esfuerzo defensivo de tu cuerpo por eliminar todo lo que le sobra y no es capaz por los conductos habituales y más eficaces. Por eso utiliza a fondo también la menstruación para depurarse. Esto, a veces, conduce a una pérdida excesiva de hierro.

Amamantamiento y limpieza hepática

A una cuestión planteada por **Isabel...**

Carlos respondió...
No debes practicar la limpieza hepática, ni ninguna cura drenante de toxinas, como ayuno u otras, mientras estés amamantando a tu hija, o si no parte de las toxinas le irán por esa vía. Procura, en cambio, llevar una dieta variada con mucha fruta y verdura sin cocinar, para proveerle de los mejores nutrientes durante este período de su crecimiento.

Cuando dejes la lactancia será el momento de ocuparte de ti misma y de tu depuración, especialmente si deseas volver a procrear, pues tener un hígado limpio es una clave fundamental a la hora de transmitir una herencia genética saludable. Y tus hijos te lo agradecerán.

Contagio de parásitos a través de animales

Carlos comentó...
Cuidado con los alimentos que ingerís y la limpieza de los mismos. Siguen un ciclo ovario a través de los animales (los que los tengáis) y por sólo tocarles el pelo, muchos huevos ya pasan a las manos y de ahí a la boca. ¡¡Leed a la Dra. Clark y se os quitarán las ganas de tenerlos!!

Anónimo respondió...
No puedo evitar poner mi opinión sobre lo que nos contagian los animales de compañía. Ciertamente me ha dolido, pues contagiarnos podemos hacerlo de infinitas

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

maneras y no sólo por estos bellos seres que nos toleran y aguantan como no lo hace nadie. Por otro lado, me pregunto si la Dra. Clark ha hecho un estudio de porqué desinfectan y cicatrizan las heridas la saliva de los perros -en concreto- además de lamer esa herida... sin condiciones y sin pensar si se van a contaminar ellos. ¿Hay algún ser humano que haga algo parecido?

Esto sin entrar en el apoyo moral que supone la compañía de estos seres, que no piensan en intercambios, ni si se les maltrata o se les corresponde lo suficiente: ahí están dando todo su ser.

Por supuesto que esto no evita el que tome mis precauciones y utilice lo que hay al alcance de la mano en desparasitación, pero, sinceramente, entre mi perro y evitar una posible contaminación no tengo ninguna duda, al igual que él no duda en abandonarme o serme fiel como no he conocido a ser humano.

Y mi opinión muy particular: los peores parásitos o infecciones, a veces, están en la mente o en los sentimientos.

Carlos respondió...
Siento haber herido tu amor propio con frases sin desarrollo o aclaraciones. ¡Imagínate que hablas acerca de los millones de bacterias que pueblan la boca y de sus riesgos a alguien que está enamorado! ¡Por supuesto que te dirá que las personas siempre se han dado besos y no pasa nada! Pues lo mismo con los parásitos y los animales.

Se trata tan sólo de que seamos conscientes de lo que los parásitos nos producen, y especialmente a los animales. Son vectores de propagación y es bueno (como dices) desparasitarlos. ¡Pero sobre todo desparasitarnos también nosotros!

Claro que no todo el mundo desarrolla parásitos, pues depende del estado interno y de nuestro sistema inmunitario. Así que no se trata de rechazar a los animales, sino de protegerse de los que se aprovechan de ellos para acceder a nosotros. Fíjate en esto: **http://www.saval.cl/link.cgi/CienciayMedicina/ArticulosDestacados/1829**

De ahí que lo más importante sea mantenernos con nuestro máximo poder inmune y hacer lo mismo con nuestras mascotas y fomentar la buena higiene de los mismos, tanto interna como externa.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

4. CUESTIONES SOBRE TEMAS VARIOS

Práctica de deportes

Otro Carlos preguntó...
Tengo una duda que te quería preguntar. Soy aficionado al atletismo y me encuentro estupendamente. No tengo problemas ni de fatiga crónica, ni de cálculos en la vesícula, etc., afortunadamente. Pero es sabido que los en los grandes esfuerzos en el deporte (maratón) lo que más trabaja es el hígado y los riñones al metabolizar ácido láctico, etc. ¿Sería recomendable o beneficioso para mí hacer alguna limpieza hepática?

Carlos respondió...
Lo mejor que puedes hacer para obtener la máxima capacidad de tu hígado es limpiarlo. Mucha gente con enfermedades crónicas (y, por tanto, con el hígado sobrecargado sin ellos saberlo) creen que haciendo ejercicio a diario, éste les va a beneficiar. Craso error. Pues hacer ejercicio con el hígado cargado de cálculos (como lo tienen todos los pacientes crónicos) supone empeorar su condición, pues le obligamos a un esfuerzo depurativo de todas las toxinas que se liberan al torrente sanguíneo con el esfuerzo. Esto colapsa aún más el hígado y redobla su trabajo sin beneficiarnos, produciendo un notable cansancio y torpeza, en vez del supuesto beneficio.

Por eso cuidado con el ejercicio si tienes el hígado sucio. O lo que es lo mismo: no hagas ejercicio intenso si tienes un hígado sucio. No digo que no te muevas, sólo que no hagas ejercicio, pues ¡¡lo primero es limpiarlo!!

Quien tiene el hígado limpio rinde mucho más en los deportes, por la sencilla razón de que a la sangre le cuesta mucho menos atravesarlo para ser depurada, y los nutrientes y enzimas que desde él se segregan lo hacen con mayor rapidez y eficacia, pues su rendimiento es total. La neutralización de toxinas o el metabolismo del glucógeno y todas las funciones hepáticas se ven reforzadas con la LH.

Por tanto, los beneficios de tenerlo limpio son siempre un recurso a considerar a la hora de tratar de mejorar nuestro rendimiento deportivo. Esta es mi opinión, contrastada por mi experiencia personal y por el decaimiento físico que padecí durante meses. Durante un tiempo acudí a un gimnasio para ayudar a mi cuerpo a reestablecerse, pero salía fatal, como borracho e intoxicado con los propios residuos del esfuerzo orgánico. No hacía demasiadas tablas, pero siempre acababa agotado por dos días y con una especie de borrachera en vez de desarrollar agujetas.

Con la limpieza hepática pude volver a recuperar no sólo mi energía, sino mi capacidad física, si bien fue poco a poco y a lo largo de todo el año pasado. Lleva un tiempo, ¡¡pero limpiar el hígado merece la pena!!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Alternativas a la quimioterapia

Roger preguntó...
A mi compañera le acaban de diagnosticar metástasis hepática secundaria, tras varias recidivas de cáncer de mama localizado y de una leucemia mieloblástica aguda, secundaria a los múltiples tratamientos de quimioterapia y radioterapia. Su oncólogo le propone más quimioterapia con dos medicamentos (vinorelbina y gemcitabina), que por lo que he podido saber pueden reducir los glóbulos blancos y las plaquetas, o sea, causar anemia y una nueva leucemia.

Estamos buscando alternativas a la quimioterapia, pues vemos que cada vez lleva a un nuevo cáncer más agresivo. Nos hemos puesto en contacto con el Dr. Moritz, interesados en su método del lavado hepático. ¿Alguien tiene a algún conocido o familiar que haya seguido este método y con qué resultado?

Carlos respondió...
¡¡Todo el blog está dedicado al método de lavado hepático!! En él tienes algunas de las experiencias que la gente se va encontrando tras limpiar su hígado.

¡Creo que lo mejor que puedes hacerle a tu mujer es eso mismo! Pero yo seguiría buscando ayuda en la salud natural y en la fuerza curativa del organismo, en vez de la quimioterapia. Puedes ver esto al respecto:
http://www.dsalud.com/editoriales_017.htm

Análisis de minerales mediante test del cabello

Francesc preguntó...
¿El análisis de minerales se basa en el análisis de los mismos presente en una muestra del cabello?. ¿De qué manera sabe uno que tiene deficiencias en alguno de ellos?.

Sobre este particular podéis ver, a título informativo, las siguientes páginas web de dos laboratorios de análisis que las realizan, que ofrecen una información interesante al respecto:
http://www.sabater-tobella.com/index.php?id=232
http://www.drnin.com/148501/index.html

Carlos respondió...
Bueno, acerca del test de cabello os diré que yo me hice uno a raíz de mi problema, antes de saber qué es lo que me pasaba, y otro a continuación cuando me curé. Lo encargué mandando una muestra al laboratorio de **http://www.sabater-tobella.com** y me costó 140€, pero mereció la pena.

Me daban alterados los patrones renales y tenía un exceso de cobre (elevadísimo), que tiene mucho que ver con la fatiga y dolor muscular que padecía sin cesar. Lo tenía todo bastante descompensado en realidad. Te mandan un análisis bastante completo, pero te dicen que lo contrastes con tu médico, con análisis de otro tipo. Te da algunas pistas, sobre todo cuando no sabes de qué va el problema, como era mi caso. Sin embargo tampoco me resolvió nada, aunque comencé a tomar algunos suplementos como molibdeno, zinc y hierro, pero no noté mejorías significativas.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

Después de las primeras 3 o 4 limpiezas ya me sentía muy repuesto y repetí el análisis. Corté otro poco de cabello y lo envié de nuevo al mismo laboratorio, comprobando que la mejoría significativa no sólo era a nivel de mis síntomas, sino también de mis parámetros clínicos en el cabello. Se confirmaba así la importancia de que mi hígado se estaba recuperando y estaba trabajando duro.

Las alteraciones bioquímicas que se manifiestan en el cabello indican un recorrido a medio plazo de nuestro estado de intoxicación y nutrición, contrariamente a los simples análisis de sangre, que muestran estados más puntuales, con menor recorrido en el tiempo. Sin embargo, este recorrido temporal para el cabello está en torno a dos o tres meses, no mucho más tampoco. Pero nos ayuda a ver de donde estamos desequilibrados esa temporada. La nutrición ortomolecular viene a prevenir y a corregir todo esto.

Sin embargo, ya conocéis mi postura: yo creo que el gran regulador de todo esto es el hígado, nuestro laboratorio central. Tiene un peso y un volumen de sangre parecido al cerebro, y yo estoy seguro además de que es nuestro segundo cerebro (a veces el primero).

El cuerpo es quien debe regularse a sí mismo, y lo hace perfectamente cuando está bien nutrido y limpio por dentro. Tener el hígado funcionado correctamente es darse la posibilidad de que todo vuelva a la normalidad por sí mismo, sin fármacos, hierbas, suplementos dietéticos, ni vitaminas, etc. Eso no quiere decir que durante un tiempo no podamos o debamos ayudarle. De hecho, la LH es eso mismo.

Opinión sobre las soluciones milagrosas a corto plazo

Anónimo preguntó...
Alguien sabe decirme si hay algún alivio para un dolor de ovarios agudo, que no se cargue más a mi hígado, porque por lo que veo todo es malísimo. Me refiero a algo expeditivo, no pensando a largo plazo.

Carlos respondió...
Lo mejor es hacerte ver y controlar cualquier problema agudo derivado de esa aparente inflamación dolorosa. Busca la causa o te arriesgas a que el problema aumente. No te guíes por remedios puntuales.

Una vez conocido el foco u origen, podrás decidir qué remedios son los adecuados para tu mal. Pero evitando las causas podrás detener los efectos indeseables que pretendes eliminar ahora de modo "expeditivo". Me encanta la limpieza hepática porque el hígado sabe mejor que nadie arreglar las causas que determinan posteriores síntomas.

Os recuerdo que éste no es un foro médico, ni un foro para el trapicheo de remedios sintomáticos. Los síntomas son un aviso que se produce como resultado de un desequilibrio orgánico que debemos corregir. O sea, que resulta arriesgado ofrecer recetas por Internet. ¡¡No todo es tan fácil como para poder acertar con tu problema!!

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/

Acerca de la meditación

Itziar comentó...
En general, si nos centramos que para estar bien hay que ocuparse del cuerpo, del espíritu y de la mente, yo tengo la seguridad total que tendremos energía vital y mucha felicidad. Que todos los seres sean felices.

¡Ah! y no olvidarse de la meditación. Diariamente. Todos los días debemos meditar al menos dos veces al día: mañana y noche. Y cuando miras hacia atrás, ves que tu vida ha cambiado a mejor.

Carlos respondió...
¡Buena recomendación la de la meditación! Meditar es detener la mente: observarla. Es practicar el silencio interno. Meditar es detener la cháchara con la que la mente se entretiene (y nos entretiene). Al observarla, sentados y en silencio, veremos como ésta se calla por unos momentos, pero pronto nos sume de nuevo en su "sueño": el mundo de nuestros pensamientos.

Detener la mente a conciencia (meditar) nos permite liberarnos de muchos condicionantes subconscientes. Nos permite alejarnos de quien creemos ser, para acercarnos a Aquel que Somos. En eso consiste el "conocernos a nosotros mismos", lo cual rezaba en el frontispicio del templo de Delfos y así "conoceremos el universo". ¡Los griegos antiguos eran muy sabios!

Una gran recomendación, la de meditar. Ahora bien, sólo los que estén preparados podrán emprenderla. Pero cada uno recibe las cosas en su momento. No hay prisa. Nada es real. Todo es "Maya" o ilusión...

Sobre lo que piensen los demás

Yo comentó...
Tengo fatiga crónica y las personas de mi entorno me miran como si me hubiera escapado de un manicomio. Sólo me falta decirles que saco piedras del hígado y que hay un librito muy interesante de un médico vasco dedicado a Santiago Brouard y a Josu Muguruza...

Carlos respondió...
Las ideas políticas de Eneko son tan respetables como las médicas, pues si no me equivoco Santiago Brouard optaba por la vía política y no por la armada en lo que respecta a ETA. Sin embargo, los ideales de salud de Eneko son, a mi juicio, plenamente compatibles con la salud, que es de lo que tratamos aquí. Además ahora Sumendi está supuestamente despolitizada (si es que hay algo que pueda estarlo). Yo temo más al que dice ser apolítico, que a los que expresan abiertamente su tendencia. Todos somos políticos, pero no todos lo reconocemos. Es mi opinión.

Por supuesto que exponer lo de la LH a los profanos es meterse en un berenjenal explicativo, sobre todo si va aderezado con acusaciones de charlatanismo, y salpicado con el ventilador de la prensa del sistema. Os recomiendo al respecto leer la entrada

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

del día 5 de Enero de 2009. En este mundo todos quieren tener la razón. En fin, que cada uno crea lo que quiera (hay libertad de credo, ¿no?).

Yo no necesito "salvadores" ni por parte de la medicina, ni por parte de los chamanes. Me conformo con seguir mi propia vía y equivocarme por mí mismo. Para mí **LA EFICACIA ES LA MEDIDA DE LO VERDADERO,** como dicen los Huna de la Polinesia.

Creo en lo que funciona, pero que cada uno juzgue y luego decida. Conozco bien como funciona el sistema sanitario-farmacológico y el naturista también (cada día más entregado a los laboratorios).

Ahora bien, cuando uno está jodido y se recupera, sabe de lo que habla mejor que los que no lo han vivido. Eso es todo lo que puedo decir. Y es lo que cuento aquí, por si sirve de algo a alguien. Espero que te diviertas por el camino, mientras te recuperas, cuando veas cómo otros minimizan tus precedentes síntomas, restándoles valor para justificar su opinión o prejuicio. ¡Qué le vamos a hacer! ¡¡El caso es que te cures!! ¡¡Que piensen lo que puedan!!

Me preguntan por qué hago todo esto

En respuesta a varias cuestiones planteadas por **D...**

Carlos respondió...
Yo estaba con síndrome de fatiga crónica y fibromialgia, anemia, insomnio etc. debido a una intoxicación por setas en un restaurante. Llevaba 5 meses sufriendo, hasta que encontré el modo de limpiar mi hígado.

Como soy enfermero y estudiante perpetuo de medicina natural, y nunca había oído hablar a nadie de la limpieza hepática, me propuse difundir la cura por el universo digital. De ahí lo del blog. Afortunadamente cada vez se oye más en España, entre otros gracias al Dr. Pérez León. Pero los auténticos difusores han sido Andreas Moritz y la Dra. Hulda Clark. Tienes sus enlaces en el lateral del blog.

A todo el mundo le viene bien limpiar el hígado. Lo explico en el mismo. Es como hacerle el mantenimiento a tu coche (filtros del gasoil, aire, aceite, etc.), Pero especialmente les viene bien a los que tienen problemas **digestivos** o cualquier patología crónica. Tu cuerpo se fabrica cada día en tu hígado. Es más: **TU MÉDICO ES TU HIGADO**, y no el que te receta las medicinas que tomas. Por tanto, si tienes libre de depósitos los conductos hepáticos, podrás disponer de salud, al ejecutarse a la perfección los cientos de funciones de este versátil órgano que se reflejan por todos los sistemas de tu cuerpo. Creemos que enfermamos de otros órganos, pero en realidad, muchísimas veces, ello es sólo consecuencia del deterioro hepático por cálculos o depósitos en sus canales, el cual se refleja en otro lado.

Ahora bien, no me creas: lee el libro, ponlo en práctica y observa los resultados. Si estás enferma lo comprobarás en ti misma. Tampoco tienes que pagar un alto coste. Sólo hay que tomar un poco de aceite, unas sales laxantes inocuas, que muchos toman a diario, y que aquí son dos días, y mucho zumo de manzana. No tienes que hacerte el *harakiri,* ni permanecer un mes en ayuno. Es muy sencillo. ¡Por eso lo difundo! Pero a

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com

veces lo sencillo nos parece imposible, y preferimos creer en cosas más artificiosas, como la quimioterapia y la litotricia...

No, no tengo estudios sobre esto (bastante tiempo le dedico ya). Es tan sólo mi experiencia (que aunque es poca, ya van 9 curas). Y además es mía y sólo vale para mí. Esto no es una consulta gratis en la red, ni pretende serlo tampoco cobrando nada. Yo no me fío de nada por Internet, y menos de una opinión empírica. Pero eso no resta para que la difunda. El que quiera que la haga. A mí me da igual. Yo no tengo que convencer a nadie. Funcionó para mí y me sobra lo que opinen otros, que además no saben casi nada, probablemente, de ello. Si te sirve úsalo, y si no, déjalo irse. Puedo considerarlas todas, pero a mí no me sirven las opiniones no doctas en la materia que se trate.

Pero cuando uno esta jodido de verdad, sabe lo que vale el hecho de que le enseñen estas terapias. **Yo no escribo para mariposillas curiosas, sino para los que están hartos de buscar soluciones a sus problemas de salud y los que ansían encontrar respuestas lógicas, coherentes con la medicina natural y con la salud natural.** Sólo busco transmitir la cadena de favores, pues si a mi me sirvió, también les servirá a otros. Estoy seguro. Es lo que hago y no sé lo que duraré haciéndolo. Cuando me canse, pararé, pues los correos empiezan a agolparse y no tengo demasiado tiempo, sobre todo porque se repiten los temas ya. Por eso cuelgo esta entrada.

Me preguntas por la limpieza colónica. Te diré que es estupenda, incomparable. Pero puede sustituirse por lavativas, para despejar el colon de restos alojados en él tras la limpieza. Si no haces limpieza de colon con lavativas o con hidroterapia, no hagas la limpieza hepática, pues puede ser contraproducente.

La limpieza hepática hay que hacerla 1 vez al mes, aproximadamente. Nunca menos de cada 3 semanas, ni con un máximo de cada 3 meses. Así, hasta que tras 6-8-10 o más limpiezas no salga nada de tu hígado, que podrás darlas por concluidas. Sólo entonces estará limpio. Cada 2-3 limpiezas de hígado hay que hacer una de riñón. Esto es muy importante también.

Como comprenderás, hoy por hoy no hay estudios aún de esto. Pero los habrá con el tiempo. Ya lo verás. Hasta que la Limpieza Hepática sea tan conocida que los sectores dominantes del negocio de la salud la difamarán y "demostrarán" que es mala o contraproducente. ¡Se atreven hasta con la Homeopatía!, qué te voy a contar...

Cuando la masa social la conozca más y se extienda, seguro que difunden alguna trola desde sus plataformas mediáticas por parte de los sectores más reacios, que suelen estar capitaneados por médicos a la antigua usanza, laboratorios mercantilistas y farmacéuticos, que no permiten que nadie entre en lo que ellos consideran su huerto. Me da igual, y espero equivocarme con ellos, pero lo dudo.

Tu misma debes hacerte responsable de tu salud. Estudia la cura a fondo. Incluso, si quieres hazla. Si no quieres, no la hagas: ¡es tu responsabilidad! no la mía. No te dejes asesorar de nadie por Internet, aunque ten cuidado con quien te asesora en la consulta también. Tu salud depende de ti y de tus decisiones, pues los errores de otros los pagas siempre tú. No pretendas que otros tomen TUS decisiones por tanto, ni en la red, ni en ningún lado.

Buena suerte y mucha Salud.

http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/