

**HET ANTI-VEROUDERINGS – EN GEZONDHEID BEVORDEREND WONDER**

# **INDIUM**

**By Dr. Robert Lyons**

**Vertaling: Peter P. van Oosterum**

## **Disclaimer**

De informatie in deze publicatie is bedoeld om u te helpen betere beslissingen te nemen betreffende voeding en gezondheid. Het is zeker niet bedoeld om de adviezen van uw arts te vervangen.

Als u het gevoel hebt dat u gezondheidsproblemen hebt, zoek dan betrouwbare medische hulp. Denk eraan dat voedingsbehoeften van persoon tot persoon variëren, afhankelijk van leeftijd, geslacht, gezondheidstoestand en het totale dieet. Schrijvers van deze publicatie zijn niet verantwoordelijk voor het optreden van ongewenste effecten of gevolgen van verkeerd gebruik van middelen of methoden in deze publicatie.

De informatie in dit boekje is niet bedoeld voor diagnose, behandeling of voor het voorkomen van ziekte, doch uitsluitend als visie op voeding. Getuigenissen die u zult aantreffen betreffen persoonlijke ervaring. Individuele effecten kunnen variëren.

# INHOUD

## Disclaimer

**Introductie:** Wat is Indium eigenlijk?

Eerste gebruik van Indium.

Het doel van dit boekje

**Hoofdstuk 1:** Het leeftijd omkerend effect van Indium.

Twee theorieën over verouderen.

**Hoofdstuk 2:** Indium, HGH hormonen (menselijke groeihormonen) en anti-veroudering.

Het afnemen van de hormoonproductie

Hormoontherapieën.

Indium en HGH

De Hypothalamus-Hypofyse biofeedback lus.

Hormonen van de hypofyse.

Hormonen van de hypothalamus.

Bewijs dat Indium de hypofyse-hypothalamus biofeedback lus stimuleert.

**Hoofdstuk 3:** Indium, sporenelementen en anti-veroudering.

De rol van sporenelementen in het algemeen

Het belang van Chroom.

Het belang van Koper.

Het belang van Mangaan.

Het belang van Selenium.

Het belang van Zink.

Andere belangrijke voedingsstoffen.

Hoe Indium helpt bij het opnemen van sporenelementen.

**Hoofdstuk 4:** Klinische ervaringen met Indium.

Algemeen commentaar.

Verbeterde energiehouding, verbeterd libido en welbevinden.

Meer uithoudingsvermogen.

Verbeterde eetlust.

Verbeterd gezichtsvermogen.

Verbeterd geheugen.

Slinkende tumoren bij laboratoriumdieren.

**Hoofdstuk 5:** Twee mythes over Indium

Een: Indium werkt alleen in vloeibare vorm

Twee: Indium wist binnen korte tijd de sporen uit van een jarenlang zwaar leven.

**Hoofdstuk 6:** Hoe Indium toe te dienen.

Het voordeel van Indium druppels.

Het voordeel van Indium tabletten.

Speciale Indium voorschriften.

**Hoofdstuk 7:** Wat Indiumgebruikers zeggen.

Gewichtsverlies, spieropbouw.

Verbeterde waarneming, zicht, smaak, reuk, beter slapen en meer regelmaat.  
Meer energie, verbeterde haren en nagels.  
Beter slapen, meer uithoudingsvermogen, beter libido,  
Meer kracht, beter geheugen, minder vermoeid, ouderdomsvlekken vervagen.  
Haarkleur keert terug. Zich tien jaar jonger voelen.

# INTRODUCTIE

## Wat is Indium eigenlijk?

Indium is een sporenelement dat voor de meeste mensen niet veel meer is dan de letters “In” op de 49<sup>e</sup> plaats in het periodiek systeem van elementen. Velen hebben er waarschijnlijk nooit van gehoord.

Voor een bescheiden, maar snel groeiende groep mensen is Indium echter een goedkoop middel om de verouderingsverschijnselen tegen te gaan en om te keren.

Hoewel het in diverse industriële processen wordt toegepast was het tot vijf jaar geleden eigenlijk onbekend. Voedingwetenschappers hebben lang geen aandacht aan Indium geschonken of het als nuttig supplement gezien, omdat het feitelijk niet voorkomt in de biologische voedselketen.

Bijna alle in de natuur voorkomende Indiumverbindingen zijn niet oplosbaar in water. Dientengevolge wordt Indium niet gevonden in planten of dieren. Om die reden meende men dat Indium als supplement van geen betekenis kon zijn. Als planten en dieren overleven zonder Indium, hoe belangrijk kon het dan zijn?

Dat is een goede vraag waarop een logisch antwoord moet worden gegeven.

Indium is niet nodig om het leven te ondersteunen, maar dat betekent niet dat het geen rol van grote betekenis kan hebben bij het verbeteren van de kwaliteit van leven en zelfs de verlenging ervan.

Over de hele wereld leven mensen met ernstige gebreken als het gaat om noodzakelijke voedingscomponenten, zelfs van essentiële nutriënten. Als gevolg daarvan ontwikkelen die mensen degeneratieve ziekten en overlijden vaak jong.

## Het eerste gebruik van Indium

Dr. Henry Schroeder, een Amerikaanse milieuwetenschapper die bekend werd door zijn werk om lood uit de benzine te krijgen, deed veel studies betreffende Indium voor de overheid van de VS. Zijn belangrijkste drijfveer was dat hij de toxiciteit wilde onderzoeken samen met die van andere metalen. Dr. Schroeder besteedde jaren aan het onderzoek naar de concentratie waarin de door hem onderzochte elementen tumoren konden veroorzaken.

In zijn eerste onderzoeken ontdekte Schroeder de concentratie waarin zes sporenelementen – inclusief Indium – tumoren bij laboratoriumratten konden veroorzaken. Hoewel hij in het begin de betekenis over het hoofd zag, lieten zijn observaties zien dat in de groep ratten die Indium kregen veel minder tumoren voorkwamen dan in de groep die geen enkele van die elementen had toegediend gekregen.

Een andere studie liet zien dat bij de laboratoriumratten Chroom, Yttrium, Scandium, Gallium, Rhodium en Palladium 200% meer tumoren bleken te veroorzaken. De zelfde studie toonde dat Indium 40% verlaging in het ontstaan van die zelfde tumoren te zien gaf.

Hoewel Dr. Schroeder een belangrijke rol speelde in het op de voedingskaart zetten van Indium was hij zeker niet de enige die zich met Indium bezig hield. Dr. Walter Mertz heeft eveneens veel belangrijk onderzoek met betrekking tot Indium verricht.

Beide onderzoekers verzorgden meerdere publicaties in toonaangevende media met betrekking tot sporenelementen in toonaangevende media.

## Het doel van dit boekje.

Veel onderzoek betreffende Indium moet nog gedaan worden, maar wat tot heden bekend is, is zeker voldoende om belangstelling te garanderen bij iedereen die geïnteresseerd is in een langer en gezonder leven. Daarom is het doel van dit boekje te

publiceren wat tot op dit moment bekend is over Indium en verdere bestudering van Indium als voedingssupplement aan te moedigen.

## **HOOFDSTUK 1**

### **De verjongingskracht van Indium**

De eeuwige zoektocht naar genezing van veroudering en dood is zeker zo oud als de geschiedenis der mensheid. Mensen zochten antwoorden in magische rituelen, bijzondere voedingsmiddelen, een wonder elixer, een toverdrank, een levenswijze, een pil om toch maar het onverbidde verouderingsproces te stoppen.

Tot in de vorige eeuw was deze zoektocht allesbehalve wetenschappelijk. Maar nu, terwijl er een enorme explosie aan medische kennis plaatsvindt, wordt werkelijke vooruitgang geboekt voor de gehele bevolking als het om levensverlenging gaat – en zelfs nog meer voor diegenen die zich op de hoogte houden van de technologieën die het leven kunnen verlengen.

Hoewel het wemelt van de theorieën over ouder worden en de onderzoekers op veel fronten terrein winnen, zien we twee theorieën die een brede acceptatie genieten.

#### **Twee theorieën over ouder worden.**

De eerste theorie wijst op de relatie tussen afnemende hormoonproductie met het vorderen der jaren – in het bijzonder menselijk groeihormoon (HGH) en de verschillende geslachtshormonen – en de toenemende ziekte en sterfte.

En inderdaad hebben studies aangetoond dat verhoogde concentraties in het bloed van deze hormonen veel van de verouderingssymptomen vertragen en zelfs omkeren.

In hoofdstuk 2 wordt onderzoek op dit gebied besproken.

De tweede theorie die rondgaat komt voort uit de gedachte dat veel ziekte en vroege sterfte te maken heeft met een gebrek aan goede voeding. Vaak refereert men aan het feit dat alle groepen die zich met langer leven bezig houden diëten noemen met een overvloed aan sporenelementen. Hier heeft opnieuw recent onderzoek aangetoond dat mineralen die onvoldoende aanwezig zijn of geheel ontbreken in het dieet vaak gezondheid – en levensduur bevorderende effecten hebben, wanneer ze worden toegediend. Hoofdstuk 3 handelt onder meer over dit onderwerp.

Laat duidelijk zijn dat deze theorieën niet lijnrecht tegenover elkaar staan of elkaar uitsluiten. Waarschijnlijk zal er waarheid te vinden zijn waar deze theorieën elkaar overlappen.

Interessant is dat het eerste onderzoek naar Indium laat zien dat het niet alleen de hypothalamus stimuleert om meer van de hormonen te produceren die tegen veroudering werken, maar dat het ook het opnamevermogen van het lichaam verbetert met betrekking tot al die andere mineralen die in verband gebracht zijn met levensverlenging en gezondheidsbevordering. Deze klaarlijkheid maakt het zeer waarschijnlijk dat het toedienen van Indium van groot belang is voor iedereen die zich ten doel stelt langer en gezonder te leven.

## **HOOFDSTUK 2**

### **Indium, Menselijke groeihormonen (HGH) en anti-veroudering.**

De opvallendste theorieën betreffende veroudering suggereren dat de symptomen die in verband gebracht kunnen worden met het verouderen van de mens verband houden met afnemende productie – en voorkomen van bepaalde hormonen. Voornamelijk het menselijk groeihormoon, testosteron, oestrogeen en progesteron.

Onderzoeker Rudmund deed veel spraakmakend onderzoek naar de werking van menselijk groeihormoon. Zijn onderzoek werd gepubliceerd in de *New England Journal of Medicine* in 1990. Hij concludeert daar dat de afnemende productie van menselijk groeihormoon deels verantwoordelijk is voor de afname van de slanke lichaamsmassa, de uitbreiding van de vetweefselmassa en het dunner worden van de huid dat we waarnemen bij het ouder worden.

#### **Het wegglijden van de hormoonproductie.**

Het valt op dat na de puberteit er zich een daling inzet in de productie van groeihormoon en geslachtshormonen richting het vierde en vijfde decennium van het leven.

Gewoonlijk valt een scherpe daling in deze hormoonspiegels waar te nemen rond het midden van de vijftig jaar, resulterend in belangrijke fysiologische veranderingen. De meeste van deze veranderingen houden verband met verminderde lichamelijke functies en een verminderde weerstand tegen ziekte en ouderdomsklachten.

Bij vrouwen zijn de veranderingen heel duidelijk door het begin van de menopauze. Bij mannen gaan de veranderingen geleidelijker, maar zijn nog steeds zeer waarneembaar.

#### **Therapieën met groeihormonen.**

Veel klinische onderzoeken met menselijk groeihormoon hebben opmerkelijke verjongingsresultaten met dit belangrijke hormoon getoond. Sedert deze ontdekking hebben bedrijven gepoogd er hun voordeel mee te doen. Ze verkopen zogenaamde HGH-voorlopers en homeopathische HGH-sprays. Vanwege de wetgeving kunnen therapeutische doseringen van hormonen uitsluitend op recept verkregen worden. In homeopathische middelen komen de inhoudstoffen per definitie in een schier oneindig kleine concentratie voor, waardoor de te verwachten resultaten niet het niveau bereiken waarover de onderzoekers rapporteren. Wel worden de onderzoekers vaak geciteerd, wanneer deze bedrijven hun sprays op de markt brengen.

Er is geen betrouwbaar onderzoek bekend dat aantoonde dat deze voorloper HGH-sprays een vergelijkbaar resultaat produceren met die waarbij HGH wordt ingespoten.

#### **Indium en HGH**

Indium is geen HGH voorloper. Hoewel er geen studies zijn die tonen dat Indium direct betrokken is bij verhoogde HGH spiegels in het bloed, zijn er niettemin observaties die indiceren dat Indium een belangrijke rol speelt bij het stimuleren van de Hypothalamus-Hypofyse biofeedback lus.

#### **De Hypothalamus-Hypofyse Biofeedback Lus.**

Biofeedback lussen zijn essentiële mechanismen die helpen bij de controle en aansturing van elk hormonaal systeem in het lichaam. Door verschillende concentraties van stoffen in het bloed te monitoren (inclusief andere hormonen) worden hormonen gemaakt die de productie van andere hormonen stimuleren of remmen. Er zijn positieve en negatieve feedback lussen. Dat wordt nergens duidelijker dan in de samenhang tussen de hypothalamus en de hypofyse.

De hypothalamus monitort de omgeving door middel van een ingewikkeld systeem van het gebruik van hormonen en zenuwprikkels. Er is een continu uitlezen van – en reageren op hormoonconcentraties, temperatuur, bloedsuiker en talloze andere parameters.

Als de hypothalamus meet dat verandering nodig is, dan wordt een signaal afgegeven aan de hypofyse om hormonen af te geven die de bedoelde verandering bewerkstelligen. Deze wisselwerking staat bekend als de hypothalamus-hypofyse feedback lus.

Dit reguleringsysteem controleert de functie van feitelijk elk orgaan in het menselijk lichaam. Elk beetje informatie dat vanuit het brein komt gaat eerst door de hypothalamus. De hypothalamus reageert op de informatie en initieert de reacties van het lichaam.

### **Hypofyse hormonen.**

Beschouwing van de hormonen van dit orgaan maakt duidelijk waarom het goed functioneren van deze klier zoveel aandacht krijgt. Boeken zijn volgeschreven over de hypofysehormonen. Het verdient aanbeveling zich daarin te verdiepen. Hier volgt nu een lijstje van deze hormonen met een korte beschrijving van hun werking.

- **Groeihormoon:** bevordert indirect de groei, controleert en reguleert de eiwit, vet en koolhydraat stofwisseling. Beïnvloedt de botmassa – en dichtheid. Heeft enige invloed op de lever en op het vetweefsel.
- **Schildklierstimulatie hormoon:** Stimuleert de uitscheiding van schildklierhormonen.
- **Adrenocorticotropisch hormoon:** Stimuleert de uitscheiding van bijnierschors hormonen door de bijnierschors.
- **Prolactine:** Stimuleert de melkproductie door de melkklieren.
- **Luteïne:** voor het stuurmechanisme over de ovaria en de testes.
- **Follikel stimulerend hormoon:** Controleert eveneens de ovaria en de testes.
- **Antidiuretisch hormoon:** zorgt voor communicatie met de nieren zodat het lichaam voldoende water houdt
- **Oxytocine:** Stimuleert de melkproductie en de contracties van de baarmoeder.

### **Hormonen van de Hypothalamus:**

- **Corticotropine-vrijmakende factor:** stimuleert de bijnierschors.
- **Gonadotropine-vrijmakende factor:** Sturende factor voor de geslachtshormonen.
- **Prolactine remmende factor:** remt het vrijkomen van prolactine.
- **Groeihormoon vrijmakende factor:** Stimuleert de secretie van groeihormoon.
- **Somatostatine:** Remt het vrijkomen van groeihormoon.
- **Thyrotropine:** Stimuleert de werking van de schildklier.

### **Indirect bewijs dat Indium de Hypofyse-hypothalamus biofeedback lus stimuleert.**

Omdat de resultaten van het grote klinische onderzoek dat reeds in 2004 begonnen is nog op zich laat wachten maken we hier dankbaar gebruik van indirect bewijs. *Indiumgebruikers hebben sterke verbeteringen gerapporteerd voor wat betreft het korte termijn geheugen, helderheid van geest en gestegen libido, het terugkeren van verloren zintuigfuncties als reuk en smaak alsmede een verminderde behoefte aan slaap.*

Omdat de hypofyse en de hypothalamus al deze functies aansturen lijkt het niet meer dan logisch aan te nemen dat de hormoonproductie van deze klieren is toegenomen door het gebruik van Indium.

Een verband tussen Indium en het functioneren van de hypothalamus en de hypofyse valt deels te verklaren uit de inmiddels bekende verbetering in opname van sporenelementen bij Indium suppletie.



Sporenelementen spelen een rol bij praktisch elk hormoon in het menselijk lichaam. Hun gecompliceerde betrokkenheid bij elk van de wegen van de stofwisseling betekent dat een gebrek aan elk van deze mineralen voor een schier onafzienbare reeks van problemen kan zorgen, waarbij het telkens weer moeilijk blijkt nauwkeurig vast te stellen wat de werkelijke oorzaak is .

Gebrek aan een of meerdere mineralen kan de oorzaak zijn van een afgenomen hormoonproductie van vele hormoonklieren inclusief de voornaamste, de hypofyse.

Uit de voorgaande onderzoeken blijkt steeds sterker dat door de aanwezigheid van Indium in de combinatie met de andere sporenelementen er een grotere toevloed van hormonen is die de hypofyse stimuleren. Indium blijkt daar een katalyserende functie te vervullen. De bewijzen stapelen zich op dat het zeer waarschijnlijk is dat zal blijken dat Indiumsuppletie effectiever is dan het inspuiten van HGH (menselijk groeihormoon).

De reden hiervoor is deze. Wanneer kunstmatige, synthetische hormonen worden ingespoten stoppen de natuurlijke hormoonklieren vaak geheel of gedeeltelijk met het zelf aanmaken van de bedoelde hormonen. Het monitorsysteem geeft dan duidelijk aan dat er al voldoende van dat hormoon circuleert. Juist, terwijl het de bedoeling is om de productie van dat hormoon te verhogen.

Heel duidelijk is dit verschijnsel te zien bij het gebruik van schildkliermedicatie om T3 en T4 te verhogen. Wanneer eenmaal begonnen wordt met het gebruik van deze substitutie medicatie neemt de eigen productie van deze hormonen doorgaans af door de monitorfunctie van het hypothalamus-hypofyse systeem.

Het probleem is echter nog gecompliceerder. Ons lichaam produceert meer dan honderd verschillende hormonen. De werking van deze machtige communicatie moleculen vindt plaats in onderling afhankelijke samenhang. Het is onmogelijk de aanwezigheid van een enkel hormoon te verhogen of te verlagen zonder die onderlinge samenhang volledig in de war te gooien.

Anderzijds is het zo dat stimulering van de belangrijkste klier, de hypofyse, om meer anti-verouderingshormonen te produceren wenselijk is. Dit moet echter gebeuren op een manier die de aansturing van de biofeedback mechanismen niet stoort doordat er een overvloedige aanwezigheid van het een of andere hormoon wordt waargenomen. Dan valt er een omkering van veel verouderingssymptomen waar te nemen.

Klinisch – en exemplarisch bewijs toont een verband tussen toegenomen activiteit van de hypofyse en Indiumsuppletie, ondanks het feit dat het exacte werkingsmechanisme tot op heden niet bekend is. Dit betekent in feite dat de voordelen die worden toegeschreven aan HGH en geslachtshormooninjecties met grote waarschijnlijkheid kunnen worden bereikt zonder deze kostbare en vaak pijnlijke therapie methoden.

Er zijn geleidelijke verbeteringen gezien bij mensen met een verstoorde hormoonbalans: premenstruele klachten, menopauze – of vruchtbaarheidsproblemen. De verbeteringen waren te zien in de maanden waarin Indiumsuppletie werd toegepast. Ook waren er mensen die droogheid van de huid zagen verdwijnen zowel als de groei van nieuw haar.

## HOOFDSTUK 3

### Indium, sporenelementen en anti-veroudering

#### De rol van sporenelementen in het algemeen.

Er zijn veel gevalsbeschrijvingen waarin mineralen werden toegepast als enig middel ter bestrijding van gezondheidsproblemen.

In zijn commentaar op het gebruik van mineralen door de geschiedenis heen laat Dr. Joel Wallach zien dat mineralen in de geneeskunde algemeen gebruikt werden bij bloedarmoede, huidontsteking, epilepsie, tuberculose, eetlustverlies, krampen, rachitis, vervroegd grijs worden, gebitsproblemen en nog een hele reeks van aandoeningen tot crimineel gedrag aan toe.

Zoals in hoofdstuk 1 al werd gesteld is de kern van een van de belangrijkste theorieën over ouder worden en dood het ontbreken van bepaalde sporenelementen in ons voedsel.

In zijn boek: *Zeldzame Aarde, Verboden geneeskunde* schrijft Dr. Wallach een verklaring voor het feit dat in vijf groepen mensen leeftijden worden bereikt van gemiddeld 120 tot 140 jaar. Hij benoemt vijf belangrijke kenmerken:

1. De groepen leven op een hoogte variërend van 2800 tot 4000 meter in beschutte bergvalleien.
2. De jaarlijkse neerslag is minder dan vijf centimeter.
3. Hun bron voor drinkwater en irrigatie is smeltwater van gletsjers en wordt vaak glaciale melk genoemd omdat dit mineraalrijke smeltwater blauwachtig wit van kleur is, net als melk.
4. Er is geen zware industrie die water en voedsel kan vervuilen.
5. Er worden alleen natuurlijke meststoffen gebruikt als mest, compost en gletsjerwater
6. Westerse allopathische medicijnen waren in deze culturen nooit bekend.

Merk op dat kenmerken 2, 3 en 5 tonen dat deze mensen voortdurend bio beschikbare mineralen en sporenelementen in hun water en hun voedsel gebruiken.

In een commentaar betreffende gebrek aandoeningen aangaande mineralen schrijft A.P. Avtsyn dat deze elementen van zodanig elementair belang zijn in het functioneren van alle systemen dat gebrek zich in mensen op onvoorspelbare wijze kan uiten.

Osteoporose komt in de westerse wereld extreem vaak voor. Veel factoren spelen hierbij een rol (erfelijkheid, hormonen en oefening). Belangrijkste onderwerp van onderzoek betreft echter de rol van voeding en meer in het bijzonder van mineralen, vitamine en sporenelementen. Speciaal de rol van Koper, mangaan en zink als componenten van enzymen die een rol spelen bij de botstofwisseling krijgt veel aandacht.

In een studie toonden de onderzoekers Saltman en Strause dat het verlies aan botdichtheid bij vrouwen na de menopauze kan worden gestopt en omgekeerd door suppletie met Calcium, Koper, Mangaan en Zink. Zij zijn ervan overtuigd dat deze elementen voorwaarde zijn voor het tot stand brengen van een optimale been-matrix en voor een blijvende botdichtheid.

Reeds in de zeventiger jaren van de vorige eeuw herkenden wetenschapper al het belang van sporenelementen en hun rol bij het ontstaan van vele ziekten waaraan de mens lijdt. Meer en meer werd ook herkend dat bij het ontstaan van veel voorkomende ziekten als bloedarmoede, struma, hartproblemen, hoge bloeddruk, aderverkalking, diabetes type 2 en veel andere gebrek aan mineralen en sporenelementen een rol speelden.

Het doel van dit boek laat niet toe een uitgebreide beschrijving van alle micro-elementen en hun respectievelijke belang te geven. Niettemin is het van belang enkele van deze elementen nader te beschouwen.

### **Het belang van Chroom**

De absolute noodzaak van Chroom in mens en dier is aangetoond en geaccepteerd. In een klinisch onderzoek met het dieet van verschillende patiënten werd Chroom volledig geëlimineerd. Een reeks van condities kwam al snel aan het licht. De glucose tolerantie raakte volledig uit balans, hoge bloedsuiker concentraties, insuline werd slecht opgenomen, perifere neuropathie en nog veel meer klachten. Zodra Chroom weer werd toegelaten verdwenen alle klachten.

Chroom gebrek in de voeding laat de volgende aandoeningen ontstaan:

- Acne
- Verminderde vruchtbaarheid
- Symptomen van diabetes
- Verhoogde eiwitconcentraties in het bloed.
- Glucose intolerantie
- Verminderde groei
- Plaque vorming in de aorta
- Verhoogd cholesterol
- Geestelijke verwarring

Meerdere studies hebben getoond dat Chromosuppletie de suikerstofwisseling kan verbeteren bij mensen met een glucose intolerantie.

Chroom blijkt een belangrijk sporenelement bij de behandeling van niet insuline afhankelijke diabetes.

Het is bekend dat het gebruik van corticosteroïden diabetes kan veroorzaken. In tenminste één groot onderzoek werd aangetoond dat het gebruik van steroïden chroom in het lichaam doet verminderen en dat op deze wijze veroorzaakte diabetes kan worden omgekeerd door Chromosuppletie.

Dat Chroom belangrijk is bij de glucose stofwisseling is inmiddels ruimschoots bekend. Als bij diabetes gewichtsproblemen voorkomen kan Chroom helpen de gewichtstoename te verminderen. Veel diabetesonderzoekers hebben intussen ontdekt dat een hogere dan de dagelijks aanbevolen inname een gunstig effect kunnen hebben.

Recentelijk is er verband gevonden tussen Chroom en een goede hartfunctie.

Een slotopmerking in dit verband: zoals ten aanzien van veel sporenelementen is gebleken dat Indium een sterk verbeterde opname van Chroom laat zien.

### **Het belang van Koper**

Koper is een heel gewoon mineraal en het heeft lang weinig wetenschappelijke belangstelling gekregen. Vanaf dit moment wordt Koper echter beschouwd als een essentiële voedingstof.

Gebrek aan koper veroorzaakt:

- Bloedarmoede
- Cholesterol onbalans
- Grillige bloeddruk
- Problemen met de glucose stofwisseling
- Vermeerderde plaque-vorming in de aorta

- Onregelmatige hartfunctie
- Problemen met de zuurstof voorziening van het hart
- Osteoporose
- Vroegtijdig grijs worden
- Onbalans van de schildklier

Koper is noodzakelijk bij de aanmaak van acht belangrijke enzymen Superoxide dismutase (SOD) is er een van. Het is verantwoordelijk voor het wegvangen van de vrije radicalen die onze vetzuren aanvallen.

Lysyloxidase is ook een belangrijk enzym dat de bloedvaten soepel moet houden.

Ook speelt koper een rol bij onderhoud en opbouw van beenderstelsel en gewrichten. De opname van ijzer en jodium kan niet zonder koper, evenmin als hart en bloedvaten. Bij kopergebrek kunnen ook hartritmes storingen optreden evenals gevaarlijke afwijkingen in bloeddruk en cholesterol stofwisseling.

Populair is de idee dat hoge cholesterol concentraties het gevolg zijn van de consumptie van verkeerde vetten. Recente studie tonen echter aan dat hoge cholesterolspiegels het gevolg zijn van een te hoge ijzer inname bij gebrek aan koper.

### **Het belang van Mangaan.**

Mangaan is nodig voor de opbouw van bindweefsel. Het speelt een rol bij de vertering van eiwitten en koolhydraten en het speelt ook een rol bij het glucosetransport.

Dit essentiële sporenelement blijkt ook te werken bij het glucosamine gebruik van het lichaam.

Gebrek aan Mangaan veroorzaakt:

- Geboortefwijkingen
- Storingen in de vet – en koolhydraat stofwisseling
- Gewrichtsproblemen
- Afwijkingen aan het skelet
- Terugkerende bewegingsproblemen zoals carpaal tunnelsyndroom.

Evenals koper is Mangaan ook aanwezig in het enzym superoxide dismutase (SOD) dat belangrijk is bij antioxidant en anti ontstekingsprocessen. In therapeutische doses wordt mangaan gebruikt bij de behandeling van verstuingen en verrekkingen, ontstekingen, epilepsie en diabetes.

Indium verbetert de opname en functie van Mangaan.

### **Het belang van Selenium**

Selenium is een essentiële component van het antioxidant enzym glutathion peroxidase. Dit enzym beschermt de celwanden tegen beschadiging door vrije radicalen en is in het bijzonder van belang in het hart waar het voortdurend is blootgesteld aan vrije zuurstofradicalen. De werking van Selenium lijkt op die van vitamine E en kan die vervangen.

### **Selenium gebrek kan leiden tot**

- Ouderdomsvlekken
- Bloedarmoede
- Kanker
- Myocarditis
- Cataract
- Hartaanvallen

- Hartkloppingen
- Belasting met zware metalen (in het bijzonder Kwik en Cadmium)
- Immuun storingen
- Lever cirrose
- Spierzwakte
- Spierpijn
- Pancreatitis

Selenium versterkt het immuunsysteem door de rol die het speelt in de uitscheiding van zware metalen die het immuunsysteem onderdrukken. Ook stimuleert het de vorming van lymfocyten (witte bloedcellen) die infecties bestrijden.

Sommige onderzoekers beweren dat een verhoogde Selenium inname de stemming verbetert en angst, depressie en vermoeidheid vermindert. Seleniumpuppletie blijkt ook bescherming te bieden tegen huidschade door UV licht. Ook is Selenium nodig bij de productie van Prostaglandines. Dit zijn hormoonachtige stoffen die ontstekingen bestrijden. Belangrijk voor mensen met artritis en andere ontstekingen.

Indium blijkt de absorptie van Selenium in alle weefsels te versterken.

### **Het belang van Zink**

Zink is een van de noodzakelijkste sporenelementen. De Tymusklier heeft zink nodig om hormonen te kunnen maken. Zink is onontbeerlijk. Killerzellen kunnen hun werk niet doen zonder Zink.

Bij het vrijmaken van de benodigde energie maakt elke cel kooldioxide . Voor de verwijdering van dit gas uit het lichaam is Zink nodig.

Voor de calcificatie van botten is Zink nodig.

Veel vitale enzymsystemen, zoals betrokken bij de spijsvertering, de ademhaling en de voortplanting kunnen niet werken zonder Zink.

Nagenoeg elk enzymatisch proces heeft Zink nodig.

Zinkgebrek kent vele gevolgen die een ernstige impact op de menselijke gezondheid hebben.

- Acné
- Gebrekkige eetlust
- Artritis
- Goedaardige prostaatvergroting
- Geboorte defecten
- Onaangename lichaamsgeur
- Roos
- Verminderde test en reukzin
- Depressie
- Diarree
- Slecht zien
- Haarverlies
- Groei vertraging
- Immuun zwakte
- Verminderde glucose tolerantie
- Verzwakte cognitieve functie
- Zere mond
- Trage wondgenezing

Een licht zinkgebrek bij zwangere vrouwen wordt in verband gebracht met overlijden in het kraambed, abnormale smaaksensaties, moeizame bevalling, bloedingen en verhoogd risico voor de foetus.

Zinkgebrek komt in grote delen van de wereld voor, wellicht even vaak als door ijzergebrek ontstane bloedarmoede waaraan bijna een miljard mensen lijden.

Studies tonen dat zink helpt de dunne darm te kalmeren en de voortdurend terugkerende diarree periodes te verminderen.

Zink blijkt ook van belang om een normale gezichtsfunctie te behouden. Zink komt voor in het vaatvlies en het netvlies.

In diverse dierstudies veroorzaakte zinkgebrek een aantal fysiologische afwijkingen in de structuur en de werking van het oog. Zink wordt verondersteld samen met vitamine A en taurine in de lichtgevoelige plasma membranen te werken om het licht op te vangen en de synaptisch transmissie te moduleren. Zinkgebrek kan het voortschrijden van diverse oogandoeningen veroorzaken.

Het is bekend dat zink belangrijk is voor het kwaliteitsbehoud van de epitheelcellen die de wanden van de organen en systemen bekleden, inclusief de bloedvaten, de ademhalingsorganen en het spijsverteringsstelsel. Nieuw onderzoek veronderstelt dat Zink onmisbaar zou zijn bij de bescherming tegen vrije radicalen waar deze aderverkalking veroorzaken.

Leptine is een stof in de bloedsomloop die een sleutelrol speelt in een feedback lus die de energiebalans handhaaft. Leptine geeft het verzadigingsgevoel en reguleert op die manier de eetlust. Onderzoekers nemen aan dat Zink een belangrijke rol speelt in de regulering van de eetlust.

Verschillende studies hebben thans de voordelen van Zinksuppletie aangetoond bij infectieuze aandoeningen bij mensen. Dubbelblind placebo gecontroleerde proeven lieten zien dat acute, zowel als chronische diarree significant verbeterde als gevolg van zinksuppletie.

### **Andere belangrijke nutriënten**

Buiten goede voeding spelen vele factoren een rol bij het verkrijgen van een goede gezondheid en een lang leven. Medische wetenschap, milieuwetenschap – en politiek en doorbraken op het gebied van voeding zullen daarbij allemaal helpen.

Natuurlijk zijn er veel meer mineralen en sporenelementen, vitamines enzovoort die van belang zijn, maar waarvoor in dit kader niet voldoende ruimte is.

De mineralen die echter in dit hoofdstuk genoemd zijn hebben drie dingen gemeen.

1. Ze hebben allemaal bekende eigenschappen en voordelen.
2. De meeste mensen kunnen hun voordeel doen met suppletie met deze middelen.
3. Indium helpt het lichaam deze mineralen te absorberen in de weefsels waar ze nodig zijn.

### **Hoe Indium helpt bij de opname van sporenelementen.**

De rol van sporenelementen in relatie tot longevity en anti-veroudering is door veel wetenschappers aangetoond. De navolgende gegevens tonen de cruciale rol van Indium bij deze processen.

Dr. Schroeder noemde de verbeterde opname van de mineralen bij zijn onderzoeken met laboratoriumratten. In een van zijn meest recente onderzoeken vergeleek hij de opname van de mineralen Chroom, Koper, Mangaan en zink in de weefsels van lever, longen, hart, nier en milt met en zonder Indium suppletie.

Wat hij vond is te zien in de volgende tabel.

### **Toename van de opname van nutriënt metalen in vitale organen van ratten**

<b>Orgaan</b>	<b>Cr</b>	<b>Cu</b>	<b>Mn</b>	<b>Zn</b>
<b>Lever</b>	<b>+332%</b>	<b>+128%</b>	<b>+115%</b>	<b>+138%</b>
<b>Longen</b>	<b>+212%</b>	<b>+136%</b>	<b>+190%</b>	<b>+187%</b>
<b>Hart</b>	<b>+636%</b>	<b>+146%</b>	<b>+136%</b>	<b>+146%</b>
<b>Nier</b>	<b>+794%</b>	<b>+209%</b>	<b>+225%</b>	<b>+252%</b>
<b>Milt</b>	<b>+190%</b>	<b>+188%</b>	<b>+305%</b>	<b>+172%</b>

- Chroom absorptie nam toe met gemiddeld 433%
- Koper absorptie nam toe met gemiddeld 161%
- Mangaan absorptie nam toe met gemiddeld 194%
- Zink absorptie nam toe met gemiddeld 179%

Hoewel bovenstaande studie uitgebreid en uiterst nauwkeurig was betrof het hier laboratoriumratten, geen mensen. De fysiologie van ratten lijkt sterk op die van de mens, maar voor de mens zijn er uit dit onderzoek natuurlijk geen conclusies te trekken. Wel verwachtingen en veronderstellingen. Toekomstige studies met menselijke proefpersonen zullen meer uitsluitsel kunnen geven. Tevens is het te verwachten dat de absorptie van Magnesium, Selenium, Vanadium, Kobalt, Nikkel, Tin en Zilver in het onderzoek zullen worden meegenomen.

Het volstaat hier te stellen dat veel van de positieve effecten door de suppletie van deze mineralen ook genoemd zijn door de mensen die regelmatig Indium suppletie gebruiken.

## **HOOFDSTUK 4**

### **Klinische ervaringen met Indium**

#### **Algemene beschouwing**

De volgende gevalsbeschrijvingen kunnen als betrouwbaar gelden, waarbij begrepen dient te worden dat genoemde personen onder doktersbehandeling waren. Er wordt niet geclaimd dat Indium ziekte kan of heeft genezen. Indium werd als supplement gebruikt in combinatie met andere therapie.

Mocht de lezer ergens aan lijden begin dan niet lukraak Indium in te nemen zonder uw arts te raadplegen.

#### **Vermeerderd libido, energie en welbevinden**

Indicatief voor de effectiviteit van Indium gebruik is het terugkeren tot normale waarden van libido in zowel mannen als vrouwen. Ze ervaren een toenemend gevoel van welbevinden. Lichamelijke kracht en energie nemen toe. Gezinsleden rapporteren dat de gebruiker gemakkelijker in de omgang is. Reukvermogen keert terug. Minder slaap is nodig.

#### **Meer uithoudingsvermogen**

Een Hongaarse studie laat zien dat ook twintigers en dertigers kunnen profiteren van Indiumsuppletie. De studie werd gedaan met vijftien mannen die allen lid waren van het Hongaarse National Kung Fu Kampioensteam.

Bloedonderzoek liet zien dat alle proefpersonen vrij waren van parasieten en ziekte.

Vervolgens werd bij ieder het uithoudingsvermogen gemeten. 60 dagen lang kreeg ieder een druppel Indium onder de tong op een nuchtere maag.

Na 60 dagen werd er opnieuw getest. Dertien van de vijftien toonden een verbetering van het uithoudingsvermogen van 20%. Geen enkele bijwerking werd waargenomen.

#### **Verbeterde eetlust**

Een vrouw leed aan multiple sclerose. Indium suppletie wekte bij haar een opmerkelijke verbetering van de eetlust. De patiënte was al drie jaar bedlegerig. Na 11 dagen Indium suppletie was haar eetlust opmerkelijk verbeterd. Een aantal maanden later kon zij zonder hulp de trap af komen. Zij meldde dat ze erover dacht weer aan het werk te gaan.

#### **Verbeterd gezichtsvermogen**

Vaak wordt een radioactief Indium isotoop toegediend als diagnostisch middel om oogproblemen ten gevolge van schildklierandoeningen vast te stellen. Een aantal van deze patiënten rapporteerden vermindering van hun symptomen.

Onderzoekers ontdekten dat het Indium isotoop door de schildklier wordt opgenomen en door de lymfocyten achterin het oog.

Vervolgonderzoek aan patiënten met een door de schildklier veroorzaakte oogaandoening liet zien dat 24% van deze patiënten een significante vermindering van hun symptomen ervoeren na toediening van het Indium isotoop.

#### **Beter geheugen**

Eind 2000 werd een dubbelblind studie met Indium gedaan aan de TCM Academie in Bad Ischl, Oostenrijk, in samenwerking met de Oostenrijkse Alzheimer vereniging en de Parkinson vereniging, M.A.S.

Vierentwintig Alzheimer en Parkinson patiënten werden geselecteerd om het effect van Indium suppletie te testen op leeftijd gerelateerde ziekten.



De helft van de proefpersonen kreeg 37 mg vloeibaar Indium onder de tong, voorafgaand aan eten of drinken.

Alle proefpersonen kregen een speciale mix van Chinese kruiden en massagetherapie. Ook behelsde het protocol dagelijks een half uur klassieke muziek.

Na 30 dagen toonde de proefgroep die geen Indium had gekregen een verbetering van het uithoudingsvermogen en een verbetering van het kortetermijngeheugen van 8%.

In tegenstelling hiermee vertoonden de proefpersonen die Indium hadden gekregen een verbetering van 37%. Sommige van de meest afhankelijke proefpersonen konden weer veel beter voor zichzelf zorgen.

### **Tumor reductie bij laboratoriumdieren.**

Hoewel Dr. Schroeder nooit Indium studies met mensen deed, toende zijn sporenelementen en toxicologie werk in de zestiger en zeventiger jaren van de vorige eeuw een aantal anti tumor effecten van Indium aan.

Zijn studies over sporenelementen in voeding lieten zien dat er minder tumoren voorkwamen bij laboratoriumratten.

Deze resultaten spoorden hem zonder twijfel aan om Indium te betrekken bij zijn onderzoek naar verdachte sporenelementen met mogelijk toxische of carcinogene eigenschappen. Met uitzondering van Indium gaven alle sporenelementen: Scandium, Chroom, Gallium, Yttrium, Rhodium en palladium een sterke verhoging in tumorvorming te zien. Bij laboratoriumdieren die Indium kregen toegediend verminderde de carcinogene tumorvorming met 40%.

Alleen Indium veroorzaakte een afname van gemiddeld 40% in de vorming van kankertumoren. Vergeleken met de andere sporenelementen had Indium een duidelijk anti kanker effect.

Vanaf die tijd zijn geen studies met menselijke proefpersonen in enig toonaangevend tijdschrift gepubliceerd. Het is te hopen dat dit binnenkort gaat gebeuren.

## **HOOFDSTUK 5**

### **Twee mythes over Indium ontkrachten**

Zoals met vele medische en gezondheidsdoorbraken gebeurt zijn de eigenschappen van Indium overdreven tot aan het punt waarop een aantal onbewezen aannames als waarheid zijn gepresenteerd.

#### **Mythe 1: Indium werkt alleen in vloeibare vorm.**

Deze mythe moet zeker worden ontkracht. Een aantal jaren werd geloofd dat in water oplosbare biologisch geschikte zouten van Indium niet in een tablet effectief konden zijn. Waar was in elk geval dat Indiumzouten sterk hygroscopisch zijn. Ze absorberen water uit de lucht. Indiumsulfaat, de meest gebruikte supplementvorm onttrekt negen maal zijn volume aan water uit de lucht die we ademen. Dit maakte het onmogelijk er tabletten van te maken. Wetenschapper hebben nu echter een mogelijkheid ontwikkeld om het probleem te omzeilen en daarop ook patent aangevraagd.

De tabletvorm heeft twee duidelijke voordelen. Ten eerste weerhoudt de super-zure smaak van Indiumsulfaat de gebruiker niet lang van het in te nemen en ten tweede kunnen andere nuttige en noodzakelijke mineralen en sporenelementen gemakkelijk ermee worden gecombineerd in één tablet.

#### **Mythe 2: Indium zal binnen zeer korte tijd de schade van een moeizaam leven uitwissen.**

Deze tweede die minstens gematigd dient te worden is dat Indium binnen de kortste keren twintig, dertig of misschien wel veertig jaar van een zwaar en belastend leven teniet doet.

De waarheid is, dat enkele personen een verbazingwekkend verjongingseffect dat in korte tijd plaats greep hebben gerapporteerd. Dit is echter niet de standaard en moet ook niet worden verwacht. Ook door de arts toegediende HGH injecties laten doorgaans geen razendsnelle effecten zien.

Indium is geen drug en dat het op soortgelijke wijze zou werken moet ook niet worden verwacht. Indium is een krachtig supplement en het kan diep ingrijpende effecten hebben op de gezondheid en de levensduur.

## **HOOFTUK 6**

### **Hoe Indiumsuppletie het best gebruikt kan worden.**

In de beginjaren van Indiumsuppletie werd aangenomen dat de enige bruikbare vorm van toedienen de Indiumsulfaat oplossing was. Producenten versterkten deze opvatting. Er is echter, zoals eerder gezegd, een proces ontwikkeld om Indium in tabletvorm te geven, waardoor het ook met andere mineralen gecombineerd kan worden. Beide toedieningsvormen hebben voordelen die we hier zullen bespreken om de keuze eenvoudiger te maken.

#### **Voordelen van de druppelvorm**

Belangrijk voordeel van de vloeibare vorm is dat het waarschijnlijk sneller dan een tablet door het lichaam wordt opgenomen. Bovendien zijn er mensen die een hekel aan pillen hebben.

Vervolgens is het een groot gemak dat een flesje met een voorraad voor drie maanden gebruik gemakkelijk in je jaszak kan worden meegenomen.

#### **Voordelen van de tabletvorm**

Het eerste voordeel is dat in de tabletvorm ook andere sporenelement kunnen worden mee gegeven. Het kan een manier zijn om enkele van de pillen die je al gebruikt weg te laten omdat die sporenelementen al in de Indiumpillen zitten. En waarschijnlijk worden die elementen dan ook beter opgenomen.

Een ander voordeel van de tabletten is dat je af bent van de ontzettend wrange smaak van de druppels.

Wat de keus ook moge zijn, koop in elk geval van een betrouwbare bron.

#### **Speciale voorzorgen**

Indiumsulfaat is uiterst reactief met nagenoeg alle voedingsstoffen. Het is daarom belangrijk het Indiumsupplement op een lege maag te nemen, zonder voedsel of drank, uitgezonderd water. Dit lukt het best vlak na het opstaan.

*Aangetoond is dat Indiumverbindingen zich snel met veel soorten voedsel binden en daarbij heel stabiele verbindingen vormen die moeilijk of in het geheel niet door het lichaam kunnen worden opgenomen.*

Waarnemingen in 1971 kwamen tot dezelfde conclusie. Het is het beste om na inname van Indium een half uur te wachten alvorens te eten of te drinken.

Tenzij de arts anders voorschrijft heeft het geen enkele zin meer dan een druppel Indiumsulfaat per dag te nemen.

## HOOFDSTUK 7

### Wat Indiumgebruikers zeggen

(namen en andere persoonsgegevens zijn om privacy redenen weggelaten)

*De volgende bevindingen zijn ongevraagd binnengekomen bij East Park Research Inc. Een bedrijf dat Indium verkoopt. Individuele resultaten kunnen en zullen verschillen.*

#### **Gewichtsverlies, body building**

‘Ik ben eigenaar van een sportschool in Chicago, Illinois en ik doe al 9 jaar body building. Op 41 jarige leeftijd woog ik honderddrie en een halve kilo. Hoewel iedereen vond dat ik er fantastisch uitzag vond ik zelf dat ik drie a vier kilo rond mijn middel kwijt moest. Ondanks een koolhydraat arm dieet en zware training tweemaal daags en veel supplementen lukt het me niet die kilo’s kwijt te raken.

Toen ontdekte ik Indium en binnen vijf weken was ik vijf kilo kwijt zonder krachtverlies. Ook heb ik geen last meer van mijn allergieën. Ik beveel Indium aan bij al mijn body building cliënten.

NN.

#### **Verbeterde zintuigen: zicht, smaak, reuk. Beter slapen en meer regelmaat.**

Ik ben 58 jaar en ik heb veel vitamines en supplementen gebruikt, maar niets had het snelle effect dat Indium heeft. Ik had problemen met een onregelmatige darmwerking, mijn haar werd dun en grijs en ik had een slechte bloedsomloop in mijn benen. Al deze problemen zijn drastisch verbeterd.

Mijn zicht, reuk en smaak zijn verbeterd. Het is moeilijk te geloven dat een enkel element in zoveel opzichten verbetering kan brengen.

NN.

#### **Meer energie en verbetering van haar en nagels**

Ik wil graag vertellen hoeveel beter ik me voel sinds ik in april 2002 ben begonnen Indium te gebruiken . Ik heb veel meer energie en ik ben dat eeuwige vermoeide gevoel kwijt. Ik was naar mijn arts gegaan, maar hij kon niets verkeerd bij mij ontdekken, waardoor ik ging denken dat ik er maar mee moest leren leven. Maar sinds ik Indium gebruik realiseer ik me dat ik niet met die vermoeidheid hoeft te leven. Ik ben 68 en ik herken mezelf bijna niet. Ik zie er zelfs beter uit en mijn haar en nagels zien er ook mooier uit.

Tot dusver heb ik nooit langdurig medicijnen hoeven gebruiken. Ik gebruik vitamines en kruiden samen met Indium.

Het is prettig elke morgen fris en uitgerust op te staan en ik heb ook weinig last meer van mijn allergieën.

NN.

#### **Meer energie, beter slapen, meer uithoudingsvermogen, meer seksuele energie.**

De reden dat ik dit schrijf is te bedanken en de resultaten te rapporteren van het gebruik van Indium.

- Na 14 dagen begon mijn reukzin te verbeteren en dat gaat nog steeds door.
- Ik heb heel duidelijke dromen die ik me na het ontwaken herinner.
- Niet meer soezig na het ontwaken.
- Geen behoefte meer aan korte slaapjes.
- Energie verbetert continu.
- Meer seksuele energie

- Sterk verbeterd uithoudingsvermogen
- Verbeterde eetlust.
- Heel klein beetje aangekomen
- Ik voel me beter dan ik in twintig jaar heb gedaan
- Ik word niet meer wakker tijdens de slaap. Vroeger 3 – 4 keer per nacht.

Dank opnieuw voor uw goede werk.

NN.

### **Meer kracht, een beter geheugen, niet vermoeid, ouderdomsvlekken vervagen.**

Ik ben 80 jaar oud en ik ben altijd een beetje een gezondheidsfreak geweest. Ik heb alles geprobeerd dat langs kwam. Ik heb mezelf in een meer dan gemiddelde gezondheid gehouden, maar dit Indium is absoluut fantastisch. Ik heb nooit in zo korte tijd zo veel kunnen doen.

- Meer kracht in mijn bovenlijf. Van mijn pijnlijke schouder heb ik geen last meer.
- Ik gebruik medicijnen voor mijn hoge bloeddruk, maar gisteren mat ik 127 over 65 en dat is na vijf weken Indium gebruik. Ik dacht dat mijn bloeddrukmeter misschien stoorde, dus mat ik nog eens. Die meting kwam uit op 125 over 66.
- Mijn geheugen werkt veel beter
- Ik heb 's middags geen behoefte meer aan een dutje.
- Weinig verandering heb ik gezien in mijn diabetes type 2, maar ik weet zeker dat ook daar resultaat zal volgen.
- Ik zie net dat mijn ouderdomsvlekken bijna niet meer zichtbaar zijn

NN.

### **Meer energie, haarkleur keert terug, kleding zit wijd.**

Ik wil uw onderzoekcentrum graag mijn bevindingen met Indium laten weten. Ik heb nu één flesje op dat ik overigens deelde met een huisgenoot. We namen ieder elke dag 1 druppel, zoals aanbevolen. In ons geval was dat voldoende. We hebben energie, pijntjes zijn verdwenen, het haar lijkt weer zijn oude kleur te krijgen en de afgelopen twee weken lijkt het merendeel van mijn kleding te groot te worden.

NN.

### **Verbeterde smaak en reukzin. Ik voel me 10 jaar jonger.**

Toen ik uw aanbevelingen voor Indium las had ik het onderwerp bijna terzijde geschoven, ervan uitgaande dat wat te goed lijkt om waar te zijn dat doorgaans ook is.

Ik ben 82 jaar oud en ik had heel veel problemen waarvoor Indium claimt de oplossing te zijn. Na 3 maanden Indiumgebruik heb ik minder van die problemen en ik hoop er nog minder last van te krijgen met de tijd.

Twee jaar geleden verloor ik mijn smaak en reukzin. Eten wordt daardoor een vervelende bezigheid. Ik beschouw smaak – en reukzin als van levensbelang. Bij twee gelegenheden heb ik vroeger brand geroken voor dat het levensbedreigend werd.

Er zijn nu drie maanden voorbij en ik geniet weer van mijn eten nu mijn smaak – en reukzin naar mijn idee weer voor 95% terug zijn. Vroeger had ik een heel scherpe reukzin en die is nog niet helemaal terug, maar ik ruik in ieder geval als de hond nodig in bad moet.

Ook heb ik geen moeite meer met opstaan uit een stoel en mijn knieën kraken ook niet meer. Ook heb ik gemerkt dat mijn schildklier beter werkt.

Per etmaal kan ik tegenwoordig met twee uur minder slaap toe.

Ik voel me jaren jonger.

Indium bedankt.

NN.

# BRONNEN

## INTRODUCTIE

1. Schroeder Dr. Henry, Journal of nutrition 101: 1431-8. 1971, spoerelementen in de menselijke en dierlijke voeding 5<sup>e</sup> editie 1986
2. Schroeder Dr Henry, Scandium, Chromium (VI), Gallium, Yttrium, Rhodium, Palladium, Indium in mice: Effects on growth and life span, Journal of nutrition 101: 1431-8, 1971
3. Underwood Eric, editor: "Trace elements in human and animal nutrition, 5<sup>th</sup> edition," Academic Press New York 1977

## HOOFDSTUK 2

4. Merz Walter, editor, "Trace elements in human and animal nutrition, 5<sup>th</sup> edition, Academic press, New York 1986
5. Rudman D, Feller AG, Nagray HS, Gergans GS, Lalitha PY, Goldberg AF, Schlenker RA, Cohn L, Rudmans IW, Mattson DE. "Effects of Human Growth Hormone in men over 60 years old". N Engl Med 1990 July 5; 323(1): 1-6.
6. Rutman D, Feller AG, Cohn L, Shetty KR, Rutman IW, Draper MW. "Effect of Human Growth Hormone on body composition in elderly men." Horm Res 1991; 36, supl.1:73-81
7. Agget PJ, "Physiology and metabolism of essential trace elements.: an outline," Clin Endocrinal Metab 1985

## HOOFDSTUK 3

8. Wallach, Joel, *rare Earths: Forbidden cures*, pp. 19-36 DH Publishing company, November 1994
9. Wallach, *ibid.* page 191
10. Avtsyn AP., "An insufficiency of trace elements and its manifestation in pathology," Arkh Patol 1990; 52(3): 3-8
11. Saltman PD, Strausse LG., "The role of trace minerals in osteoporosis," J Am Coll Nutr. 1993 12: 384-389.
12. Qureshi PD, Strause LG., "Trace elements analysis: a diagnostic tool," J Pak Med Assoc 1977 Jul 27(7): 364-7
13. Navarro M, Wood R., Plasma Changes in Micronutrients Following a multivitamin and mineral supplement in healthy adults." J Am Coll Nutr 2003 22: 124-132.
14. Wallach S., "Clinican and biochemical aspects of Chromium deficiency," J Am coll Nutr 1985 4: 107-120.
15. Lee NA, Reasner CA., "Beneficial effects of Chromium supplementation on serumtriglyceride levels in NIDDM." Diabetes Care 1994; 17: 1449-52.(abstract)
16. Ravina A, Slezak L, Misky N, Bryden NA, Anderson RA., "Reversal of cortico steroid induces diabetes with supplemental Chromium." Diabet Med 1999; 16: 164-7
17. Bahijri SM., "Effect of Chromium supplementation on glucose tolerance and lipid profile," Saudi Med J 2000 Jan 21(1): 45-50.
18. Anderson RA, Cheng N, Bryden NA, Polansky MM, Chi J, Feng J., "Elevated intake of supplemental Chromium improves glucose and insulin variables in individuals with type 2 diabetes." Diabetes 1997; 46: 1788-91 (abstact)
19. Crawford V, Scheckenbach R, Preuss HG. "Effects of Niacin-bound Chromium supplementation on body composition in overweight African-American women," Diabetes Obes Metab. 1999 Nov; 1(6):331-7

20. Davies S, McLaren Howard J, HunnisettA, Howard M., "Age related decreases in Chromium levels in 51,665 hair, sweat, and serum samples from 40.972 patients-implications for prevention of cardiovascular disease and type 2 diabetes mellitus," *Metabolism* 1997 May; 46(5): 469-73.
21. Wallach S., Clinica and biochemical aspects of Chromium deficiency," *J Am Coll Nutr* 1985 4: 107-120.
22. Schroeder Dr. Henry, "Interactions of trace metals in rat and mouse tissues; Zinc, Chromium, Copper and Manganese with 13 other elements." In interactions of trace metals in rat tissues: cadmium and Nickel with Zinc, Chromium, Copper, Manganese," *Journal of Nutrition* 104: 167-168.
23. Murray Michael: *Encyclopaedia of nutritional supplements*, p 129, Prima Publishing Rocklin CA 1996.
24. Reihart, Tonia, *The vitamin source book*, p. 263-264. Lowell House, Lincolnwood, Il, 1968
25. Sandstead HH., Zinc deficiency a public health problem?" *Am J Dis Child* 145: 835-859, 1991
26. Altaf W. Perveen S., et al. "Zinc Supplementation in Oral Rehydration Solutions: Experimental Assesment and Mechanisms of Action," *J Am Coll Nutr* 2002 21: 26-32
27. Grahn B., Paterson P., et al. "Zinc and the eye," *J Am Coll Nutr* 2001: 20: 106-118.
28. Mantzoros C, Prasad A, et al: "Zinc may regulate Serum Leptin Concentrations in Humans." *J Am Coll Nutr.* 1998 17: 270-275.
29. Sazawal S, Black RE Bhan MK, Bhandari N, Sinha A, Jalla S., "Zinc supplementation in Joung Children with Acute Diarrhea in India," *N England J Med* 333: 839-844, 1995.
30. Sazawal S, Black RE, Jalla S, Mazumdar S, Sinha A, Bhan MK, "Zinc supplementation reduces the incidence of acute lower respiratory infections in infants and pre-school children: a double blind controlled trial." *Pediatrics* 102: 1-5. 1998

#### HOOFDSTUK 4

31. Lyons Dr Robert, Indium: *The missing trace mineral*, p. 53-54, New Helth Press Inc, Henderson Nevada 2001
32. Lyons Dr. Robert, per telephone interview in Budapest Hungary on Jan 9 2002
33. Schroeder Dr. Henry, *Journal of Nutrition* 101: 1431-8, as reported in "Trace Elements in Human and Animal Nutrition, 5<sup>th</sup> edition, 1998.
34. Schroeder Dr. Henry, "Scandium, Chromium (VI) Gallium, Yttrium, Rhodium, Palladium, Indium in Mice Effects on Growth and Life Span." *Journal of Nutrition* 101: 1431-8, 1971.

#### HOOFDSTUK 6

35. Cooly Patent #3.937.806, file for Proctor & Gamble.
36. Smith Ivan C. et al, *Trace Metals in the environment*, Volume 5 – Indium, Ann Arbor Science Publishers 1978.