

# TERAPIA CLARK: LIMPIEZA DE HÍGADO

Es frecuente que los conductos biliares del hígado y la vesícula se encuentren obstruidos por cálculos que dificultan la circulación de la bilis desde la vesícula al tubo digestivo.

El hígado también alberga piedras, aunque se trata de piedras “blandas y modelables”, al ser su composición lipídica a base de colesterol.

Al no estar calcificados como los cálculos de la vesícula su densidad es la misma densidad que la de nuestros tejidos, por lo que no son visibles en ultrasonidos, resonancias magnéticas o rayos X. De ahí que la medicina convencional sólo reconozca la existencia de cálculos en la vesícula, no en el hígado.

Las piedras son uno de los refugios favoritos de virus, bacterias y parásitos, donde permanecen a salvo del sistema inmunológico, lo que constituye un foco constante de infección para el organismo.

Las piedras, sea cual sea su localización y composición, impiden que el hígado realice eficientemente las labores de desintoxicación que le son propias.

El resultado es que tóxicos y restos de alimentos a medio digerir (la bilis ayuda a digerir las grasas) pasan del tubo digestivo al torrente sanguíneo, distribuyéndose por todo el cuerpo, lo que a la larga puede originar todo tipo de patologías.

Con la limpieza hepática de la doctora Clark se eliminan tanto las piedras de la vesícula como las localizadas en el hígado.

Puedes realizar limpiezas hepáticas aunque te hayan extirpado la Vesícula.

Como mantenimiento realizar un mínimo de una limpieza hepática anual.

Según la severidad de la patología a tratar se puede llegar a tardar hasta dos años en limpiar el hígado por entero.

## Recomendaciones ANTES de la limpieza:

\*No empezar la limpieza de hígado antes de concluir la limpieza de riñón.

\*Haber realizado la desparasitación herbal o sesiones de zapper diariamente durante al menos 1 semana. Según la doctora Clark los parásitos vivos dentro del hígado dificultan la expulsión de piedras, a la par que se pueden tener molestias.

## **Paquete de limpieza de hígado de la marca DrClarks:**

✓ 2 bolsitas de Sales de Epsom de 60 gr

✓ 1 bote Ornitina 500 mg 100 cápsulas

Los 2 paquetes de sales de Epsom duran para 3 o 4 limpiezas hepáticas.

A razón de 4 a 8 cápsulas de Ornitina por limpieza, un solo bote es suficiente para 12-15 limpiezas.

Opcionalmente puedes utilizar la ornitina durante la desparasitación herbal.



\*\*\*\*\* **Instrucciones** \*\*\*\*\*

No usar el Zapper ni tomar ningún tipo de medicina, vitaminas o cualquier otro tipo de suplemento alimenticio durante la limpieza.

Posponer la limpieza en caso de enfermedad, dolor de estómago, hígado o vesícula biliar.

Desde por la mañana hasta las 3 de la tarde ingerir sólo alimentos ligeros y sin grasa: verduras, frutas... (mejor evitar las grasas desde la cena del día anterior). De esta forma, la bilis se acumula en la vesícula y al vaciarse durante la limpieza ejerce una presión mayor, lo que incrementa el número de piedras que se expulsa.

A partir de las 3 de la tarde no comas ni bebas NADA. En caso contrario puedes sentir molestias.

Bebe agua en cantidad antes de empezar, puesto que durante toda la limpieza solo está permitido beber  $\frac{3}{4}$  litro de agua con las sales de Epsom.

Para mitigar la sed te puedes enjuagar la boca con agua.

Ingredientes:

- **Sales de Epsom** (4 cucharadas soperas)
- **Aceite de oliva** (media taza mediana)
- **Pomelo** (1 grande o 2 pequeños). Exprimir hasta que el zumo llene  $\frac{3}{4}$  partes de una taza. Puedes sustituir el pomelo por limones.  
Preferiblemente que tanto el aceite como los pomelos sean de cultivo ecológico.
- **Ornitina** (si duermes bien 4 cápsulas, en caso contrario, 8 o más cápsulas)

**19 horas.** Disolver 4 cucharadas soperas de sales de epton en 3 tazas de agua en una jarra de litro con tapa (cantidad suficiente para las 4 tomas de  $\frac{3}{4}$  de taza que se realizan durante la limpieza. Opcionalmente puedes añadir media cucharadita de vitamina C en polvo de la marca DrClarks para lograr un sabor más agradable.

Primera toma de  $\frac{3}{4}$  de taza de la mezcla de sales de epton y agua.

Colocar los pies en alto o masajearlos ayuda a desintoxicar el sistema linfático.

**21 horas.** Segunda toma de  $\frac{3}{4}$  de taza de la mezcla de sales de epton y agua.

Aunque no hayas comido nada desde las 3 de la tarde no tendrás hambre.

**22:45 horas.** Llenar media taza de aceite de oliva. El aceite estimula el vaciado de la vesícula biliar. La presión que ejerce la bilis liberada ayuda a expulsar las piedras.

Es conveniente **ozonizar** el aceite 10 minutos antes de preparar la mezcla.

Lavar con agua caliente, secar y exprimir el pomelo o los limones quitando la pulpa con un tenedor. Mezclarlo todo y agitar muy bien hasta que se forme una solución acuosa.

Opcionalmente añade 15 gotas de **tintura de nogal** a la mezcla del zumo de pomelo y aceite para acabar con los parásitos que se expulsan en la bilis.

Truco: unas gotas del edulcorante stevia contrarrestan el amargor de la mezcla.

Antes de beber la mezcla vete al baño, pero no más de un cuarto de hora.

**23 horas.** Bebe toda la mezcla recién preparada de pie con 4 a 8 cápsulas de ornitina en no más de 10 minutos y acuéstate inmediatamente. Si sigues levantado no expulsarás



piedras. Intenta permanecer al menos media hora boca arriba en la cama sin moverte con una almohada alta. Duerme boca arriba o de lado, procurando no levantarte en toda la noche.

Al levantarte (no antes de las 7 am) ingiere la tercera toma de  $\frac{3}{4}$  de taza de la mezcla de sales de epsom y agua. Si cuando te levantes te sientes mal no tomes la mezcla hasta que se te pase. Puedes volverte a acostar si lo deseas.

**9 horas.** Es hora de la 4ª y última toma de  $\frac{3}{4}$  de taza de la mezcla de sales y agua. Tienes la opción de permanecer levantado o volverte a acostar según prefieras.

**11 horas.** Ya puedes comer. Es recomendable romper el ayuno con líquidos, como un zumo de frutas natural. Media hora después ya puedes comer frutas, y una hora después comida ligera. Por la tarde estarás completamente recuperado.

Las sales de Epsom, también llamadas sales amargas, son sales de magnesio. Dado que el magnesio dilata los conductos del hígado las piedras salen sin ninguna molestia. Las sales relajan el hígado y el intestino produciendo diarrea.

Como vas a ir al baño con frecuencia es mejor programar la limpieza para un fin de semana, o en vacaciones cuando puedas permanecer en casa (calcula que la limpieza dura 21 horas).

Como en cada limpieza se depura una única zona del hígado hay que repetir la limpieza las veces que sean necesarias (a razón de 1 cada 3 semanas) hasta que se dejen de expulsar piedras.

Es posible que en alguna de las primeras limpiezas no se expulsen piedras si éstas se encuentran alojadas en las zonas más alejadas del conducto de salida. Poco a poco se irán movilizandohacia la salida en subsiguientes limpiezas.

Las piedras flotan en el líquido de las deposiciones. La mayoría adquieren la tonalidad verdosa de la bilis. Los tamaños varían según las personas, siendo el tamaño medio el de un guisante.

Tras finalizar la limpieza al día siguiente a la limpieza se recomienda realizar la toma de mantenimiento de la desparasitación herbal y una sesión de zapper, a fin de eliminar a los parásitos que se han liberado en el hígado.

La limpieza hepática no presenta contraindicaciones excepto en pacientes con deshidrataciones graves.

En caso de diabetes para evitar mareos por descenso del azúcar, añadir unas gotas del edulcorante natural estevia al diluir las sales de Epsom en agua.

Es muy recomendable realizar una limpieza de riñón y de hígado tras una Hidroterapia del Colón, dado que la presión del agua durante el tratamiento empuja las toxinas hacia el interior.

**IMPORTANTE:** Por precaución no realizar la limpieza durante el embarazo/ lactancia.

