

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	8
Der Alu-Test: Wie hoch ist Ihre Aluminium-Belastung?	12
1.) Alu-Check Kosmetik	12
2.) Alu-Check Arzneimittel	13
3.) Alu-Check Essen & Leben	15
1. WAS KANN ALUMINIUM ANRICHTEN?	17
»Wir leben in einer aktiven Phase der Evolution« – Exley Interview Teil 1	17
Aluminium: Gift für das Nervensystem	24
Blinde Passagiere am Weg ins Gehirn	37
Das Immunsystem: Unser bedrohter Schutzengel	40
Ein Alien im System	46
Aluminium als Auslöser von Allergien und Asthma	49
Krebs durch Aluminium?	51
Sonne auf der Haut	58
Tabuthema Aluminium	63
2. ALU-FALLEN	71
»Aluminium macht uns verwundbar und anfällig« – Exley Interview Teil 2	71
Alu-Falle Impfungen	79
Diphtherie: Lehren aus dem Ernstfall	83
Babyimpfungen: Hochdosis Aluminium	85
Freibrief für Aluminium	89
HPV: Schmutzige Tricks und kranke Mädchen	94
Katastrophale Impfpolitik in Afrika	103
Land der Zecken	110
Nutzen-Schaden-Bilanz der FSME-Impfung	114
Übersicht Alu-Impfungen	120
Fragen zu Impfungen	123
Alu-Falle Arbeitsplatz	147
Staub gegen Staub: Die Alu-Therapie	150
Metallstaub aus dem Laserdrucker	152
Alu-Falle Landwirtschaft	156

Alu-Falle Trinkwasser	160
Alu-Falle Verpackungen	166
Fragen zu Verpackungen	167
Verpackungsmonster Tetra Pak	170
Aluminium – das grüne Metall?	172
Alu-Falle Lebensmittel	174
Aluminiumgehalt in Lebensmitteln	174
Grillen und Braten mit Alufolie	175
Aluminiumgehalte in Fisch vor und nach der Zubereitung in Alufolie	176
Aluminium in Fruchtsäften	177
Alu-Akkumulator Tee	179
Wie kommt das Aluminium in die Schokolade?	181
Aluminium als Backtriebmittel	186
Zusatzstoffe in Lebensmitteln	188
Liste der Farbstoffe mit (verstecktem) Aluminium	191
Aluminiumhaltige Lebensmittelzusätze	198
Der große Soja-Fake	200
Aluminium im Babyfläschchen	205
Kaffee aus der Alu-Kapsel	208
Alu-Falle Kosmetik	214
Fragen zur Kosmetik	217
Übersicht: Aluminiumverbindungen in Kosmetikprodukten	224
Deos zum Selbermachen	230
Industrie unter Druck	232
Alu-Falle Medikamente	237
Aluminium-Verbindungen in Medikamenten	243
3. WIE KANN MAN SICH VOR ALUMINIUM SCHÜTZEN?	247
»Propaganda statt Forschung« – Exley Interview Teil 3	247
Im Zeitalter von Aluminium	256
Silizium, der Aluminium-Wächter	262
Aluminium ausleiten	266
Das Al-ex Institut	271
 Zum Schluss	 276
Endnoten	278