

A close-up photograph of a hand holding a glass bottle, pouring a thick, golden-yellow oil into a clear glass dish. The oil is captured mid-pour, creating a smooth, continuous stream. The background is softly blurred, focusing attention on the liquid and the hand. The text is overlaid on the image, with the author's name at the top, the title in large yellow letters in the center, and the subtitle at the bottom.

S ö r e n S c h u m a n n

# Öle, Öle, Öle

Die Ölwechsel Challenge

## Öle, Öle, Öle

Ohne Fette können wir nicht leben. Allein 60 % des Gehirns in Trockenmasse bestehen aus Fett.

**"Öle, Öle, Öle" ist das oberste Gebot** des Causa-Logica-Prinzips nach Universalmediziner Christian Burghardt.

Er bezeichnet die richtigen **Öle sogar als "flüssiges Gold"**.

**WICHTIG:** Die falschen Öle wirken hingegen höchst toxisch und gesundheitsschädlich.

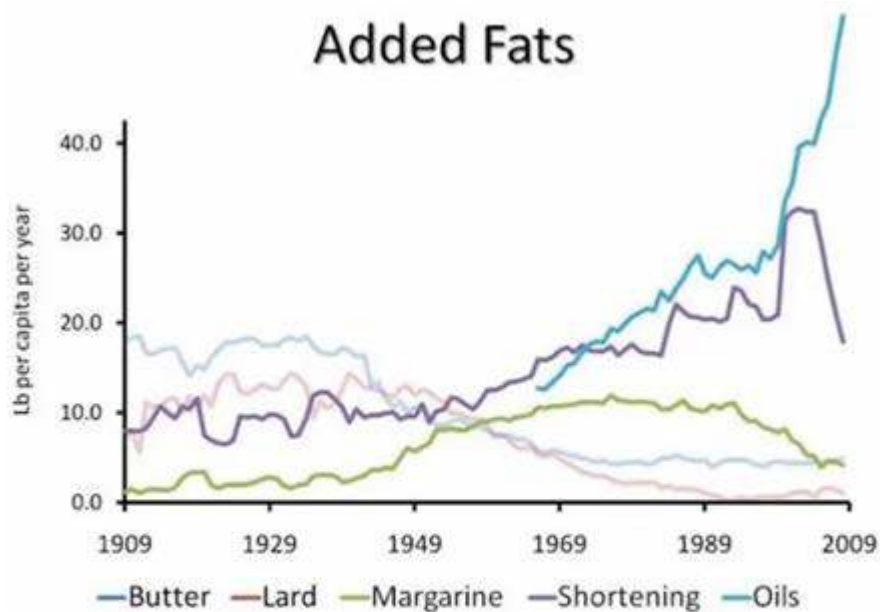
**Ich muss zugeben, dass ich dieses Thema lange Zeit unterschätzt habe.**

Die meisten Menschen nehmen zu viel Omega-6 und zu wenig Omega-3 zu sich — das ist klar (doch auch hier gibt es sehr viel zu beachten).

Und hast du schon von der Wichtigkeit der Ölsäure oder der Phospholipide gehört?

Ich bin mir sicher: In diesem E-Book und dem dazugehörigen Interview wirst du sehr viel Praktisches für deine Gesundheit lernen!

## Warum wir alle einen Ölwechsel brauchen!



Source: National Center for Health Statistics (US). Health, United States, 2008: With Special Feature on the Health of Young Adults. Hyattsville (MD): National Center for Health Statistics (US); 2009 Mar. Chartbook. Kris Gunnars

*Lard = Schmalz, Shortening = gehärtete Pflanzenfette, Oils = industriell verarbeitete (oxidierte) Pflanzenöle*

**Diese Grafik zeigt eindrücklich, wie stark der Konsum von verarbeiteten Pflanzenölen (zum Großteil sind diese sehr schädlich) die letzten Jahrzehnte angestiegen ist.**

Der "Genuss" des gesundheitsschädlichen Mixes aus verarbeiteten Ölen, Transfetten, modifizierter Stärke, Speisesalz, Emulgatoren, Konservierungs- und Farbstoffen, Aromen (im Volksmund auch Margarine genannt) ist trotz großer Werbekampagnen (und Anti-Butter-Kampagnen) zum Glück wieder gesunken.

## Die Ölwechsel Challenge

Die hochwertige Butter hat seit den 1940er/50er Jahren (mit dem Start der großen Margarine-Marketingkampagnen) an Beliebtheit verloren.

Der Großteil der westlichen Bevölkerung konsumiert überwiegend gesundheitsschädliche Fette. Daher ist ein "Ölwechsel" mit gesunden Fetten dringend anzuraten!

### Die unglaubliche Wahrheit über Öle (Arzt spricht Machtwort)



Du wirst sehr viel Neues lernen, glaub mir :)

[Hier geht es zum Video.](#)

Eine wichtige Funktion der Öle und Fette ist es, die Elastizität und Struktur der Zellmembran zu gewährleisten. Der Körper benötigt bestimmte Fettsäuren, um zum Beispiel den Aufbau der Zellmembranen aktiv unterstützen zu können.

**Die Membranen bestehen zu etwa 76 % aus bunt gemischten Lipiden, abhängig vom Zelltyp und der Membran.**

Wie wichtig die Zellmembranen sind, zeigt folgender Fakt: Man kann andere Teile der Zelle beschädigen oder sogar die DNA entfernen, aber mit einer funktionierenden Membran kann die Zelle noch mehrere Monate weiterleben. Wenn jedoch die Membran beschädigt wird, stirbt die Zelle zeitnah.

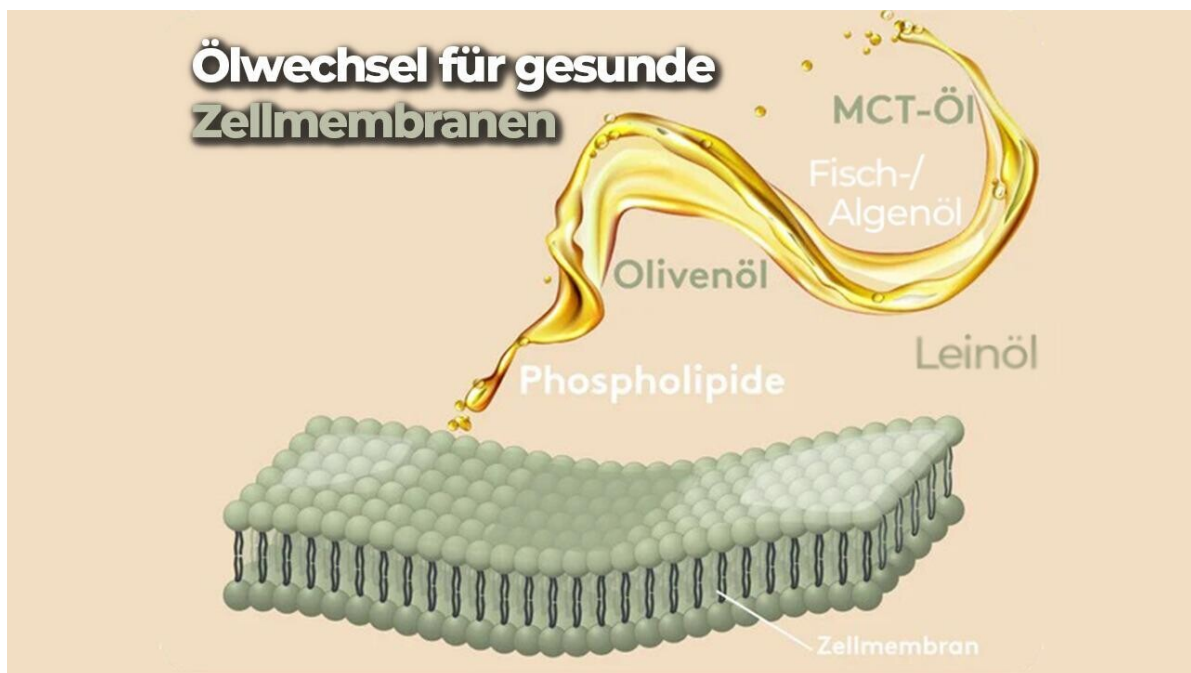
**Je "fitter" die Zellmembran, desto "intelligenter" kann sie funktionieren (und desto gesünder die Zelle und der Gesamtorganismus).**

Die Zellmembranen entscheiden, welche Stoffe in die Zelle kommen und welche nicht. Eine gesunde Zellmembran sorgt also dafür, dass viel von dem "Guten" in die Zelle gelangt und verwehrt Toxinen den Eintritt. Zudem hilft sie auch dabei, "Müll und Abfall" aus den Zellen herauszutransportieren, sodass die Zelle gesund bleibt.

**Wenn wir die Zellmembranen gezielt unterstützen wollen, sollten wir ihnen ihre wichtigsten Bestandteile zur Verfügung stellen: die richtigen Fettsäuren in bester Qualität. Nur dann können sie regenerieren und ihr volles Potential abrufen.**

## Ölwechsel-Challenge – Bist du dabei?

Für den ultimativen Ölwechsel brauchen wir die richtigen Fettsäuren in bester Qualität. Nur dann können die Öle wirken und deine Gesundheit boosten.



**Christian Burghardt hat mir das hundertfach in seiner Praxis bewährte Rezept für den ultimativen Ölwechsel verraten.**

# Die Ölwechsel Challenge

Hier sind die genauen Mengenangaben:

- Phospholipide mit Oxidationsschutz (Lipo Curcumin Booster) : 10 ml (2 Teelöffel) 👉 [Produkttempfehlung](#) (mit dem Code „soeren10“ sparst du 10 %)
- Ultramolekular gereinigtes Omega-3 mit hohem Polyphenolanteil: 10 ml (2 Teelöffel)    [Produkttempfehlung](#): [Fischöl](#) oder [Algenöl](#) (die meines Wissens mit Abstand besten Omega-3-Öle)
- Polyphenolreiches, kaltgepresstes, ungestrecktes Bio-Olivenöl (leicht bitter-scharfer Geschmack): 3 Esslöffel  
[Produkttempfehlung](#) (das beste mit dem weltweit höchsten Polyphenolgehalt von über 2000 mg/kg)
- Wirklich kaltgepresstes Bio-Leinöl (hält nur wenige Wochen): 1-2 Esslöffel    [Produkttempfehlung](#) (mit „soeren5“ sparst du 5%)
- Bio (!) MCT-Öl: 1-2 Esslöffel 👉 [Produkttempfehlung](#) (mit „soeren5“ sparst du 5 %)

**Welche Funktionen die einzelnen Fettsäuren haben, erfährst du [genau hier im Video](#).**

**Praxistipp:** Wenn dir das anfangs zu viel Öl ist, dann nimm weniger und achte auf ein ähnliches Verhältnis. Frisch gepresster Zitronensaft und auch Bitterstoffe wie z. B. aus Löwenzahn können die Fettverwertung verbessern.

**Wichtig:** Ich betone hier nochmals, dass man keinesfalls an der Qualität sparen sollte. Nimm im Zweifelsfall also lieber kleinere Mengen der besten Öle statt mehr von den minderwertigen.

### **Die Grundregeln für einen gelungenen Ölwechsel**

- Keine industriellen, minderwertigen, ranzigen etc. Öle nutzen
- Omega-6-Quellen wie Sonnenblumen-, Soja-, Sesam-, Kürbiskernöl usw. und die Saaten, aus denen sie hergestellt werden, stark reduzieren
- Qualität über Quantität: Dies trifft bei den Fetten/Ölen besonders zu. 95 % der angebotenen Ware würde ich als minderwertig bezeichnen (oxidiert, ranzig, gestreckt und/oder toxinbelastet).
- Alle Fettsäuren und vor allem deren Verhältnisse zueinander sind wichtig
- Generell von echten, hochwertigen Lebensmitteln ernähren

### **Die große Ölwechsel-Challenge mit dem Öl-Papst**

Damit der Ölwechsel bei dir gelingt, habe ich mir etwas ganz Tolles einfallen lassen.

Ich lade dich ein zur Ölwechsel-Challenge nach dem Messen, Machen, Messen - Prinzip ... gemeinsam mit dem Öl-Papst Christian Burghardt.

In einem Livecall werden wir dabei die Fettsäureanalysen der Teilnehmenden auswerten.



# Die Ölwechsel Challenge

Voraussetzung dafür ist, dass du dir [dieses Paket mit dem besten Omega-3 und zwei Tests gönnst](#).

Christian Burghardt und ich empfehlen dir [dieses Paket](#), weil du damit ca 50 % im Vergleich zum Originalpreis sparst. Mit dem enthaltenen Omega-3 kommst du ca. 6-9 Monate aus. Natürlich kannst du es dir auch mit deinem Freund oder Partner teilen. Einfach nur 1-2 Monate ein gutes Omega-3 einzunehmen, wird dir wenig bis nichts bringen.

## **So setzen wir das Messen, Machen, Messen - Prinzip um:**

1. Messen (Fettsäurenanalyse machen: dauert zwei Minuten und nach 14 Tagen hast du das Ergebnis)
2. Machen (Öle einnehmen)
3. Messen (erneute Fettsäurenanalyse nach ca. 120 Tagen)

Mit welchen Ergebnissen du rechnen kannst, erklärt dir Christian Burghardt [genau hier im Video](#).

## **Das Paket mit den Ölen und Tests gibt es in vier verschiedenen Optionen:**

- [Omega-3 Fischöl Abo](#)
- [Omega-3 Fischöl Prepaid](#)
- [Omega-3 Algenöl Abo](#)
- [Omega-3 Algenöl Prepaid](#)

# Die Ölwechsel Challenge

Die Pakete (Abo/Prepaid) enthalten jeweils die gleiche Anzahl an Flaschen, außer dass es bei der Prepaid-Variante jeweils eine große Flasche Algenöl bzw. Fischöl kostenfrei dazu gibt.

Bei Prepaid zahlst du die Summe einmalig und bekommst auch die Ware direkt in einem Paket. Beim Abo bekommst du monatliche Lieferungen nach einem Startpaket zu Beginn.

Das Abo ist nach sechs Monaten kündbar.

## **Alle Käufer bekommen Folgendes per Mail zugeschickt:**

- Den Termin zum Live-Call zur Auswertung der Tests (es wird auch eine Aufzeichnung geben)
- Eine Zusammenfassung mit den wichtigsten Infos und Grafiken zum Ölwechsel als PDF
- Eine Gesundheitscheckliste von Christian Burghardt, damit du vor und nach der Ölwechsel-Challenge deinen Zustand bestimmen kannst bzw. die Fortschritte erkennst

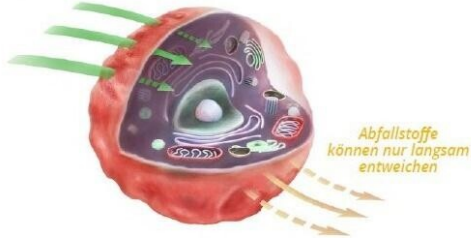
**Es gibt ein Leben vor und ein Leben nach dem Ölwechsel, wie die Grafik unten eindrücklich zeigt ...**

## Das passiert in unseren Zellen

### Vor dem Ölwechsel

**EINGESCHRÄNKTE FUNKTION**  
Harte, feste Membran

*Nährstoffe gelangen nur langsam ins Innere*



*Abfallstoffe können nur langsam entweichen*

### Nach dem Ölwechsel

**NORMALE FUNKTION**  
Weiche, flexible Membran

*Nährstoffe werden einfach aufgenommen*



*Abfallstoffe werden rasch ausgestoßen*

**PS:**

Es gibt sogar eine Geld-Zurück-Garantie:

Diese ist gültig bei einer Omega-6:3-Balance von 3:1 oder besser beim ersten BalanceTest. Das Angebot gilt nur bei Monatsabonnement.

Wir freuen uns, die Ölwechsel-Challenge testbasiert mit dir gemeinsam durchzuführen!