



Bentonit: Wirkungen und Nebenwirkungen

Autor: [Carina Rehberg](#)

Aktualisiert: 04 November 2020

Die Mineralerde Bentonit hat eine starke Bindungskraft und damit eine entgiftende Wirkung. Aber auch Nebenwirkungen sind möglich, insbesondere wenn Bentonit nicht sachgemäss eingesetzt wird.

Bentonit ist eine besondere Mineralerde

Bentonit ist ein Gesteinsmehl, eine Mineralerde. Der Name Bentonit stammt von jenem Ort, wo man die heilsame und hilfreiche Erde erstmals entdeckte: in Fort Benton, einer kleinen Stadt in Montana, USA. Doch gibt es mittlerweile auch in Deutschland und anderen Ländern der Erde Bentonit-Fundstätten.

Bentonit ist eine Mischung aus verschiedenen Tonmineralien und entstand durch Verwitterung von Vulkanasche. In Bentonit ist bis zu 95 Prozent Montmorillonit enthalten, ein Mineral aus der Klasse der sog. Schichtsilikate. Die Hauptbestandteile sind Aluminium und Silicium sowie Natrium, Calcium, Magnesium und Kristallwasser (Wasser, das gebunden in einem Festkörper vorkommt).

Bentonit weist eine enorm grosse und dazu noch negativ geladene Oberfläche auf, was zu einer erstaunlich hohen Resorptionsfähigkeit für Schadstoffe aller Art führt. Die innere Oberfläche eines Gramms normaler Tonerde beträgt sage und schreibe 2 Quadratmeter. Die Oberfläche eines einzigen Gramms Bentonit jedoch beträgt 400 bis 600 Quadratmeter!

So wirkt Bentonit

Bentonit weist grösstenteils eine negative ionische Ladung auf. Wenn die Bentonit-Partikel mit irgendeinem Stoff in Kontakt kommen, der eine positive Ionenladung trägt (wie z. B. Metalle, Schadstoffe, Bakterien etc.) zieht Bentonit diesen Stoff wie ein Magnet an sich und hält ihn fest. Der Bentonit-Schadstoff-Komplex wird anschliessend mit dem Stuhl ausgeschieden. Auch radioaktive Partikel tragen eine positive Ladung und werden daher von Bentonit gebunden und aus dem Körper entfernt.

* **Bentonit Detox Kapseln** finden Sie [hier unter diesem Link](#).

* **Bentonit Detox Pulver** finden Sie [hier unter diesem Link](#).

So kann Bentonit Schwermetalle ausleiten

Bei zahlreichen Entgiftungsprogrammen für Schwermetalle ist auch Bentonit ein wichtiger Bestandteil. Oft heisst es jedoch, Bentonit sei selbst schwermetallbelastet. Es ist jedoch anzunehmen, dass sich diese Schwermetalle nicht aus der Mineralerde lösen, sondern stabil in dieser gebunden sind. Blei soll beispielsweise in Bentonit enthalten sein, ein Schwermetall, das bei Menschen zahlreiche Organschäden verursachen kann. Bei Schweinen jedoch reduzierte Bentonit die zuvor erhöhte Bleikonzentration im Blut, im Gehirn, in der Leber, den Knochen, den Nieren und im Fell.

Bei Schafen konnte man ferner beobachten, dass diese durch die Gabe von Bentonit vor einer Kupferbelastung geschützt waren. Und bei Goldfischen, die Leber- und Nierenschäden aufgrund einer Cadmiumvergiftung erlitten hatten, konnte Bentonit (als Futterzusatz) diese Schäden wieder beheben.

Auch wenn also konkrete Studien am Menschen fehlen, scheint Bentonit ganz eindeutig ein entgiftendes Potential aufzuweisen, das sich auch auf das [Ausleiten von Schwermetallen](#) erstreckt.

So kann Bentonit vor Schimmelpilzgiften schützen

Aflatoxine sind natürliche Gifte, die von Schimmelpilzen ausgeschieden werden. Sie sind für den Menschen extrem giftig. Bei Konzentrationen von nur 10 Mikrogramm pro Kilogramm Körpergewicht schädigen sie akut die Leber. Aber auch schon in geringeren Konzentrationen wirken die Pilzgifte krebserregend, wenn sie regelmässig aufgenommen werden.

Aflatoxine gelten gar als eine der stärksten krebserzeugenden Verbindungen überhaupt. Aus diesem Grunde sollten angeschimmelte Lebensmittel komplett weggeworfen und nicht nur ausgeschnitten werden.

Leider sieht man aber nicht jeden Schimmelpilz, und so können Aflatoxine auch im Brot sein, in Reis, in Nüssen, im Getreide oder vielen anderen abgepackten Lebensmitteln.

Bentonit adsorbiert die gefährlichen Aflatoxine unmittelbar im Magen-Darmtrakt, bevor sie negative Folgen zeigen können. In Studien zeigte sich das ganz konkret: Die Bioverfügbarkeit der Aflatoxine wurde in Anwesenheit von Bentonit deutlich reduziert - und zwar ohne gleichzeitig die Bioverfügbarkeit von Vitaminen oder anderen Mikronährstoffen zu beeinträchtigen.

So kann Bentonit vor Pestiziden schützen

Organochlorpestizide (z. B. DDT, Lindan, Endrin) gelten als enorm giftig, unter anderem deshalb, da sie sich nur langsam abbauen, sich stattdessen im Körper ablagern und sich dort im Laufe der Zeit in immer höheren Dosen anhäufen. Bentonit kann diese Pestizide binden - zumindest aus Wasser unter Laborbedingungen.

Auch das hochgiftige Herbizid Paraquat wird von Bentonit gebunden. Das Unkrautvernichtungsmittel ist in der EU und der Schweiz schon länger verboten, wird jedoch beispielsweise in Kaffee- und Bananenplantagen in den Tropen verwendet. Es kann zu Nierenfunktionsstörungen, Atemwegsproblemen und je nach Dosis auch zum Tod führen, so dass es in den Entwicklungsländern häufig von Selbstmördern verwendet wird. In Vergiftungsfällen wurde zumindest in den 1980er Jahren noch Bentonit und ähnliche Mineralerden zur Magenspülung verwendet, um das Gift schnell auszuleiten und unschädlich zu machen.

So kann Bentonit Tiere vor Pflanzengiften schützen

Genauso kann Bentonit manche Pflanzengifte neutralisieren. Wenn Weidevieh beispielsweise vom Wandelröschen (*Lantana camara*) frisst, einer hochgiftigen Pflanze, dann hilft eine Behandlung mit fünftägiger Bentonitgabe das Leben der Tiere retten. In einem entsprechenden Versuch überlebten in der Bentonitgruppe fünf von sechs Kälbern, die das Wandelröschen gefressen hatten. In der Kontrollgruppe starben hingegen fünf von sechs Kälbern.

So entlastet Bentonit die Leber und die Nieren

Bentonit nimmt Schadstoffe, Stoffwechselschlacken sowie Bakterien- und auch Schimmelpilzgifte bereits im Verdauungssystem auf, so dass diese über die Darmschleimhaut gar nicht erst in den Blutkreislauf gelangen und sich im Körper verteilen können. Auf diese Weise werden die Leber und die Nieren, die sich andernfalls um die Entgiftung dieser Stoffe kümmern müssten, enorm entlastet und können sich anderen Aufgaben widmen.

Kreatinin beispielsweise ist ein körpereigener Abfallstoff, der von den Nieren ausgeschieden werden muss. Bei nachlassender Nierenfunktion steigt der Kreatininwert im Blut. Kreatinin gelangt mit dem Blutstrom jedoch auch in den Darm, wird dort aber wieder zurück ins Blut und dann zu den Nieren geleitet. Wenn im Darm jedoch Bentonit wartet, dann wird das Kreatinin dort gebunden und gelangt nicht wieder zurück ins Blut, so eine Studie von 2009. Die Nieren werden entlastet.

Auch Harnstoff ist ein Abfallstoff des Körpers. Er entsteht bei der Verstoffwechslung von Eiweissen und muss ebenfalls über die Nieren ausgeleitet werden. Genau wie beim Kreatinin der Fall, so kann auch der Harnstoff in den Darm gelangen und dort vom Bentonit aufgenommen werden (Studie). Erneut werden die Nieren entlastet.

So wirkt sich Bentonit auf den Darm aus

Bentonit schützt natürlich auch den Darm. Die Darmschleimhaut ist schliesslich die erste, die von Schadstoffen geschädigt wird, wenn man diese mit der Nahrung zu sich nimmt oder wenn Schadstoffe im Verlauf des Verdauungsprozesses entstehen. Ist Bentonit zur Stelle, bindet die Mineralerde die Schadstoffe, und die Darmschleimhaut bleibt unversehrt. Auch beeinflusst Bentonit die Darmflora positiv, so dass diese ihre Aktivitäten steigern und den Darm besser schützen kann.

Die Folge ist, dass der Darm nun seine wirkliche Aufgabe, nämlich die exakte Auswertung der Nahrung und die optimale Nähr- und Vitalstoffaufnahme sehr viel besser erledigen kann. Bentonit trägt also in einem erhöhten Mass nicht nur zur Darmgesundheit bei, sondern verbessert die allgemeine Gesundheit des ganzen Körpers.

So hilft Bentonit bei Durchfall

Seit früheren Zeiten werden Heilerden und so auch Bentonit als Hausmittel gegen Durchfall eingesetzt. In einer entsprechend alten Studie (von 1961) zeigte sich auch, dass Bentonit in 97 Prozent aller Durchfälle das Problem beheben konnte, ganz gleich was die Ursache des jeweiligen Durchfalls war. Bentonit half bei [Lebensmittelvergiftungen](#), bei virusbedingten Magen-Darm-Infekten, bei Durchfall aufgrund von Lebensmittelallergien und auch bei Durchfall infolge des Reizdarmsyndroms.

So hilft Bentonit beim Reizdarmsyndrom

Beim Reizdarmsyndrom zeigte sich ferner in einer Studie, dass Patienten, die zweimal täglich jeweils 3 Gramm Bentonit nahmen (8 Wochen lang), nicht mehr so stark an der zuvor vorherrschenden Verstopfung litten.

So wirkt Bentonit auf die Haut

Bentonit schützt auch die Haut, z. B. vor Kontaktallergenen. Der Giftsumach oder das Efeu beispielsweise können allergische Hautreaktionen verursachen. Eine Lotion aus Bentonit kann einer solchen Reaktion vorbeugen oder sie – wenn sie bereits aufgetreten ist – lindern. Auch eine chronische Handermatitis (entzündliche Hautekzeme an den Händen) kann mit einer Bentonitlotion besser kontrolliert werden.

Säuglinge leiden häufig an einem Windelausschlag. Bentonit zeigte sich in einer Studie als heilsamer und hilfreicher als eine Calendulacreme. Dazu wurde aus Bentonit eine 50prozentige Bentonitcreme hergestellt (z. B. indem man Bentonit mit Sheabutter mischt).

Genauso kann Bentonit in Sonnencreme gerührt werden. Ihre Schutzwirkung gegen UV-Strahlung war in einer Studie besser als jene von den übrigen bentonitfreien Produkten.

Da Bentonit auf die Haut ausserdem eine heilfördernde Wirkung hat, kann die Mineralerde auch bei Wunden oder Geschwüren zum Einsatz kommen.

So kann Bentonit vor schädlichen Bakterien schützen

Bei In-Vitro-Versuchen testete man die Wirksamkeit von Bentonit auf drei verschiedene krankheitserregende Bakterienstämme wie u. a. Staphylococcus aureus (Staphylokokken). Staphylokokken sind Bakterien, die fast überall vorkommen.

Bei geschwächtem Immunsystem jedoch führen sie zu unangenehmen Infektionen, wie z. B. eitrigen Hautinfektionen. Sie können auch nach Unfällen oder Operationen Wundinfektionen auslösen.

Bei etlichen anderen Krankheiten sind Staphylokokken mit von der Partie z. B. bei Bronchitis, Lungenentzündung und Mittelohrentzündung. Charakteristisches Zeichen einer Staphylokokken-Infektion ist die Produktion von dickflüssigem, gelbem und vor allen Dingen hartnäckigem Eiter.

Bentonit konnte bei den erwähnten Versuchen nicht nur die Staphylokokkenanzahl deutlich reduzieren, sondern auch die Zahl der anderen beiden Bakterienarten - und zwar teilweise um bis zu 90 Prozent innerhalb von 60 bis 90 Minuten.

So wirkt sich Bentonit bei einer Schilddrüsenüberfunktion aus

In einem Mäuse- bzw. Rattenversuch konnte Bentonit bei Mäusen mit [Schilddrüsenüberfunktion](#) den übermässig hohen Schilddrüsenhormonpegel reduzieren. Auch konnten die Mäuse daraufhin besser schlafen und waren generell nicht mehr so überaktiv. Sie hatten zwischen 0,3 und 2 g Bentonit pro Kilogramm Körpergewicht erhalten.

So hilft Bentonit bei Zahn(fleisch)problemen

Wer mit [Zahnfleischentzündungen](#) oder Zahnschmerzen zu kämpfen hat, kann ebenfalls von der starken Bindungsfähigkeit des Bentonits profitieren. Rühren Sie dazu einfach Bentonit mit etwas Wasser zu einem dickflüssigen Brei an.

Streichen Sie diesen Brei ein- bis zweimal täglich auf das Zahnfleisch oder auch auf schmerzende Zähne, lassen Sie ihn 10 Minuten einwirken und spülen Sie dann den Mund gründlich mit Wasser aus, wobei Sie den übrig gebliebenen Bentonit wieder ausspucken (ein Teil des Bentonits wird automatisch während des Einwirkens geschluckt).

Bentonit nimmt schädliche Bakterien und Säuren im Mundbereich auf, harmonisiert auf diese Weise Mundmilieu und Mundflora und entzieht so ganz nebenbei - besonders wenn Bentonit unmittelbar nach Süßspeisen oder anderweitig kohlenhydratreichen Mahlzeiten genommen wird - Kariesbakterien die Lebensgrundlage.

So hilft Bentonit bei Mundgeruch

Regelmässige Mundspülungen mit Bentonit lösen den oft hartnäckigen Zungenbelag und verhindern [Mundgeruch](#). Dazu rühren Sie vor dem Zubettgehen (nach dem abendlichen Zähneputzen) 1 Teelöffel Bentonit in ein halbes Glas Wasser und spülen damit kräftig und

ausdauernd den Mund. Bewegen Sie das Bentonit-Wasser dabei ständig im Mund umher und "ziehen Sie es durch die Zähne".

Nach dem Ausspucken nicht nachspülen, sondern die Bentonit-"Rückstände" über Nacht einwirken lassen. Eine solche Mundspülung können Sie auch während des Tages jederzeit durchführen.

Achtung: Bentonit kann zwischen den Zähnen stecken bleiben und in den Mundwinkeln oder auf den Lippen weissgraue (natürlich abwaschbare) Spuren hinterlassen, was beispielsweise im Berufsalltag nicht immer angebracht ist.

* **Bentonit Detox Kapseln** finden Sie [hier unter diesem Link](#).

* **Bentonit Detox Pulver** finden Sie [hier unter diesem Link](#).

So hilft Bentonit bei Rheuma und Gliederschmerzen

Bei rheumatischen Schmerzen haben sich warme oder kalte Bentonitpackungen bestens bewährt. Bereits vor 3000 bis 4000 Jahren setzte man Tonerde-Packungen erfolgreich gegen Gliederschmerzen und Rheuma ein.

So hilft Bentonit gegen Pickel und Akne

Unreine Haut ist für eine konsequente Bentonit-Anwendung besonders dankbar. Bentonit bindet überschüssiges Fett, zieht Talg und Eiter aus der Haut, festigt das Bindegewebe und ist somit auch ideal bei Akne.

So kann Bentonit auch bei Haustieren eingesetzt werden

Auch Haustieren kann Bentonit gegeben werden, z. B. bei Durchfall oder wenn etwas „Falsches“ gefressen wurde. Natürlich sollte man ernste Ursachen immer mit dem Tierarzt abklären.

Für Hunde beispielsweise rührt man einfach etwas Bentonit-Pulver mit Wasser an (bis zu einer flüssigen Konsistenz), zieht eine Einwegspritze (ohne Nadel) damit auf (2 bis 10 Milliliter – je nach Grösse des Hundes) und gibt diese Menge des Bentonitwassers mehrmals täglich ins Maul des Hundes.

So kann Bentonit vor Radioaktivität schützen

Auch radioaktive Partikel nimmt Bentonit auf und leitet sie aus dem Körper. Es heisst, russische Nuklearforscher würden ihre Haut mit Bentonit“schlamm“ (Bentonit mit Wasser angerührt) bedecken, bevor sie ihre Schutzanzüge anlegten. Die Mineralerde sorgt dafür, dass die radioaktiven Partikel nicht bis zur Haut vordringen können. Anschliessend muss der getrocknete Bentonitschlamm nur noch abgewaschen werden und mit ihm die eingefangenen radioaktiven Teilchen.

Da Bentonit so gut vor Radioaktivität schützt, kommt die Mineralerde auch in [Atommüllendlagern zum Einsatz](#). Man füllt die Behälter, in denen sich die radioaktiven Abfälle und die verbrauchten Brennelemente befinden mit Bentonit und verschliesst sie sodann. Das Bentonit soll verhindern, dass Radioaktivität nach aussen dringt.

Auch [im Viehfutter](#) wird Bentonit immer wieder eingesetzt, einerseits zur Verbesserung der Darmgesundheit und Erhöhung der Abwehrkraft der Tiere, andererseits zum Schutz vor Schimmelpilzgiften im Futter.

Ein weiterer Grund für die Gabe von Bentonit an Tiere ist eine mögliche radioaktive Belastung. Nach Tschernobyl beispielsweise war in vielen Regionen das Fleisch der Weidetiere nicht mehr essbar, da es zu hoch belastet war. Fütterte man dem Vieh jedoch einige Zeitlang vor der Schlachtung Bentonit, sank die radioaktive Belastung so stark (insbesondere die Belastung mit radioaktivem Cäsium), dass man das Fleisch oder die jeweiligen Milchprodukte problemlos essen konnte. Meist beträgt der Bentonit-Anteil am Gesamtfutter 2 bis 3 Prozent.

Auf diese Qualitätsmerkmale sollten Sie beim Kauf von Bentonit achten

Kaufen Sie Bentonit, das als Medizinprodukt der Klasse IIB zertifiziert wurde und somit zur medizinischen Anwendung geeignet ist, das ferner den Vorgaben des Europäischen Arzneibuches entspricht und eine Körnchengrösse aufweist, die zwar sehr fein ist, aber noch nicht in den Nanobereich fällt.

Die innerliche Anwendung und Dosierung von Bentonit

Bentonit (oder auch Zeolith) sollte am besten auf leeren Magen eingenommen werden – etwa 30 Minuten vor den Mahlzeiten und nicht mit anderen Nahrungsergänzungen zusammen (Antioxidantien, Kräuterpräparate, Vitalstoffe, Aminosäuren etc.), sondern immer für sich allein.

Ein alternativer Einnahmezeitpunkt für Bentonit ist 2 Stunden nach einer leichten Mahlzeit.

Im Notfall – wie z. B. bei akutem Durchfall oder einer angenommenen Vergiftung – kann man Bentonit natürlich jederzeit einnehmen.

Was die Dosierung betrifft, so nimmt man Bentonit im akuten Fall zwei- bis dreimal täglich 1 Teelöffel mit 400 ml Wasser.

Will man Bentonit vorbeugend oder im Rahmen einer Darmreinigung einnehmen, dann beginnt man mit kleinen Mengen – z. B. ½ Teelöffel (oder weniger) ein- bis zweimal täglich (mit jeweils 300 bis 400 ml Wasser. Mit dieser geringen Startdosis findet man leicht die persönlich passende Dosis heraus und kann etwaige Unverträglichkeiten vermeiden bzw. rechtzeitig erkennen.

Wenn erforderlich kann diese Dosis dann gesteigert werden (auf höchstens zweimal täglich je 1 TL), wobei Bentonit auch schon in kleinen Mengen eine sehr gute Wirkung erzielt.

Bentonit sollte immer nur mit Wasser eingenommen werden. Nicht mit Säften oder anderen Flüssigkeiten.

Nimmt man Bentonit-Kapseln, dann muss man ebenfalls darauf achten, viel Wasser zu trinken. Man dosiert, wie der Hersteller empfiehlt, startet jedoch auch hier am besten in geringeren Dosierungen.

So kann man Bentonit einnehmen, wenn man Medikamente nehmen muss

Die starke Bindungskraft des Bentonits führt dazu, dass die Mineralerde auch Medikamente binden und somit deren Wirksamkeit reduzieren würde. Bentonit wird daher grundsätzlich in einem zeitlichen Abstand von mindestens zwei bis zu drei Stunden zu Medikamenten und auch zur Antibabypille eingenommen.

So kombiniert man Nahrungsergänzungen mit Bentonit

Will man Nahrungsergänzungen einnehmen (Vitamine, Mineralstoffe, Antioxidantien, Algen, [Superfoods](#) etc.), so achtet man auf einen zeitlichen Abstand von idealerweise 1 bis 3 Stunden. Das Minimum sollte jedoch 30 Minuten betragen.

So wendet man Bentonit äusserlich an

Bentonit wirkt jedoch nicht nur bei einer innerlichen Anwendung, sondern auch bei einer äusserlichen Anwendung, und zwar in Form von Wickeln, Verbänden, Kompressen, Auflagen oder Gesichtsmasken.

Dazu wird Bentonit mit gerade so viel kaltem oder warmem Wasser angerührt, dass ein streichfähiger Brei entsteht.

Statt Wasser kann auch ein Kräutertee verwendet werden. Dabei wählt man Kräuter aus, die zum jeweiligen Problem passen, z. B. die entzündungshemmende Kamille oder die heilfördernde Ringelblume.

Der Bentonit-Brei wird sofort - möglichst fingerdick, mindestens 2 bis 3 mm - auf die Haut aufgetragen und mit einem feuchten Tuch abgedeckt. Darüber wickelt man ein trockenes Baumwolltuch, das man - zum Beispiel über Nacht - mit Hilfe von Sicherheitsnadeln fixieren kann.

(Bei einer Gesichtsmaske umwickeln Sie das Gesicht natürlich NICHT mit Tüchern!) Die Bentonit-Masse bleibt so lange an Ort und Stelle, bis sie annähernd trocken ist (30 Minuten bis mehrere Stunden).

Während des Trocknens zieht die Bentonit-Mineralerde Schadstoffe, Sekrete (z. B. Eiter) und Talg aus der Haut. Dabei wird gleichzeitig die Durchblutung der Haut angeregt, die Straffung der Haut sowie (bei Wunden) die Bildung von schützendem Schorf aktiviert und der Rückgang von Entzündungen eingeleitet.

Sobald die Bentonit-Masse krümelig wird, entfernt man sie unter lauwarmem fließendem Wasser.

So wendet man Bentonit in Bädern und Schlamm packungen an

Pro Bentonit-Vollbad gibt man mindestens 12 Esslöffel Bentonit ins einlaufende Badewasser. Nach etwa 20 Minuten tupfen Sie sich trocken, wickeln sich in einen Bademantel und ruhen 30 Minuten.

Dabei trocknen Bentonit-Reste auf der Haut, was die vorteilhafte Wirkung noch verstärkt. Anschliessend rubbeln Sie die getrockneten Bentonit-Reste mit einem feuchten Tuch ab. Dieses Peeling verleiht Ihrer Haut einen frischen und reinen Teint.

Für Bentonit-Schlamm packungen rührt man etwa 2,5 Kilogramm Bentonit in einem Eimer mit Wasser bis zu schlammartiger Konsistenz an, verteilt die dickflüssige Masse auf dem ganzen Körper, lässt sie 20 Minuten lang einwirken und streicht dann die Masse mit den Händen grob ab (z. B. im Garten oder im Badezimmer auf einer Plastikplane stehend, damit der verbrauchte Bentonit leicht entsorgt werden kann).

Ideal wäre es jetzt, wenn die auf der Haut verbliebenen Reste trocknen könnten, z. B. bei einem Sonnenbad. Anschliessend werden auch diese Reste sanft abgerubbelt, bevor man zum Abschluss eine kurze Dusche nimmt.

Schlamm packungen müssen nicht den ganzen Körper einbeziehen, sondern können selbstverständlich auch nur an ausgewählten Körperstellen zum Einsatz kommen.

Die Nebenwirkungen von Bentonit

Bentonit hat bei ordnungsgemässer Anwendung in den üblichen Dosierungen und über einen Zeitraum von z. B. 4 Wochen oder wenn man die Mineralerde ganz nach Bedarf (z. B. bei Kopfschmerzen oder Durchfall) nimmt, keine Nebenwirkungen.

In In-vitro-Versuchen (im Reagenzglas) konnte Bentonit manche Zellen (primäre Neuronen oder Endothelzellen der Nabelvene) so schädigen, dass sie sich auflösten, es zur sog. Lyse kam. Allerdings kommen primäre Neuronen (z. B. Riechzellen) oder Nabelvenenzellen nicht mit Bentonit in Berührung, wenn man die Mineralerde auf die Haut aufträgt oder einnimmt. Andere Zellen wurden in den genannten Versuchen nicht geschädigt.

Eine Bentonitvergiftung kann jedoch auftreten, wenn man als Katze regelmässig sein Katzenstreu frisst, das häufig aus Bentonitkügelchen besteht. In einem Fallbericht erlitt die entsprechende Katze einen Kaliummangel und Blutarmut. Sie war lethargisch und litt an Muskelschwäche.

In einem anderen Fallbericht hatte ein dreijähriges Mädchen von den Eltern (aufgrund von Verstopfung) sowohl oral als auch rektal Bentonit erhalten. Auch dieses Kind litt sodann an einer Hypokaliämie (niedriger Kaliumpegel) und allgemeiner Schwäche.

Bei Ziegen zeigte sich, dass eine langfristige Bentonitgabe in hohen Dosen geringfügig den Calciumeinbau in die Knochen minderte und den Magnesiumspiegel senkte. Andere Mineralstoffwerte blieben unberührt.

Untersuchungen an Schweinen oder auch an Ratten ergaben, dass Bentonit zwar viele organische und anorganische Materialien aufnehmen kann, doch den Mineralstoffhaushalt nicht zu beeinflussen scheint.

Wie bei nahezu jedem Hausmittel oder Nahrungsergänzungsmittel verhält es sich also bei Bentonit so, dass man die Mineralerde nicht in Überdosen zu sich nehmen sollte und auch nicht dauerhaft, dass sie aber in den üblichen Dosierungen keine Nebenwirkungen mit sich bringt.

*** Bentonit Detox Kapseln finden Sie [hier unter diesem Link](#).**

* Bentonit Detox Pulver finden Sie [hier unter diesem Link](#).

Kann sich Aluminium aus Bentonit lösen?

Ob sich Aluminium aus Bentonit bzw. der verwandten Mineralerde Zeolith löst, haben wir bereits hier besprochen: [Zeolith](#) - Löst sich Aluminium aus der Mineralerde?

Diese Reinigungsprogramme enthalten Bentonit

Bentonit wird in vielen [Darmreinigungsprogrammen](#) eingesetzt - gemeinsam mit [Flohamschalen](#) und einem Probiotikum.

Auch in manchen [Entsäuerungsprogrammen](#) findet Bentonit aufgrund seines positiven Einflusses auf den Säure-Basen-Haushalt Verwendung.

Natürlich kann auch [ein ganzheitliches Entgiftungsprogramm](#) mit Bentonit ergänzt werden.

Der Unterschied zwischen Bentonit und Zeolith

Wenn Sie sich für Zeolith - eine weitere entgiftende Mineralerde - interessieren oder auch für den Unterschied zwischen Zeolith und Bentonit, dann lesen Sie hier weiter: [Zeolith - Der Meister der Entgiftung](#).

**Dieser Artikel enthält Werbung. Unsere Website enthält Affiliate Links (* Markierung), also Verweise zu Partner Unternehmen, etwa zur Amazon-Website. Wenn ein Leser auf einen Affiliate Link und in der Folge auf ein Produkt unseres Partner-Unternehmens klickt, kann es sein, dass wir eine geringe Provision erhalten. Damit bestreiten wir einen Teil der Kosten, die wir für den Betrieb und die Wartung unserer Website haben, und können die Website für unsere Leser weiterhin kostenfrei halten.*

Quellen

- Phillips TD et al., "Reducing human exposure to aflatoxin through the use of clay: a review." Food Addit Contam Part A Chem Anal Control Expo Risk Assess. 2008 Feb;25(2):134-45. (Reduzierung der Aflatoxin-Exposition des Menschen durch den Einsatz von Tonmineralien: eine Bewertung.)
- Mirna A. 1970 "Beeinflussung der radioaktiven Kontamination von Tieren durch Zufütterung von Tonmineralien." Tierphysiologie, Tierernährung und Futtermittelkontrolle, 26, 7282.

- Voigt G "Chemical methods to reduce the radioactive contamination of animals and their products in agricultural ecosystems." *Sci Total Environ.* 1993 Sep 24;137:205-25. (Chemische Methoden, um die radioaktive Belastung von Tieren und deren Produkten in Agrarökosystemen zu reduzieren.)
- Unsworth EF et al., "Investigations of the use of clay minerals and Prussian blue in reducing the transfer of dietary radiocaesium to milk." *Sci Total Environ.* 1989 Sep;85:339-47. (Untersuchungen zum Einsatz von Tonmineralien und Preussisch Blau bei der Verringerung der Übertragung von radioaktivem Cäsium in Milch.)
- Ahman B "Effect of bentonite and ammonium-ferric(III)-hexacyanoferrate(II) on uptake and elimination of radiocaesium in reindeer." *Journal of Environmental Radioactivity*, 1996, 31, 2950. (Wirkung von Bentonit und Ammonium-Eisen (III)-Hexacyanoferrat (II) auf die Aufnahme und Beseitigung von radioaktivem Cäsium bei Rentieren.)
- European Food Safety Authority "Scientific Opinion on the safety and efficacy of bentonite as a technological feed additive for all species" 20 July 2012, EFSA-Q-2010-01539 (Wissenschaftliches Gutachten über die Sicherheit und Wirksamkeit von Bentonit als technologischer Futterzusatzstoff für alle Tierarten)

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker