



Magnesium Health Institute



Arts Richard Danel: magnesium moet!

“Bron onder Veendam is een wereldoplossing”

DOOR JOYCE SMITS

Het is naast water en zuurstof de meest essentiële levensbehoefte van de mens: magnesium. Aan kennis hierover onder de wereldbevolking schort het echter op grote schaal. Onze voeding werkt niet mee en onder medici is het nog niet vanzelfsprekend om magnesium voor te schrijven, al gebeurt dat de laatste tijd steeds vaker. Zeventig tot tachtig procent van de westerse wereldbevolking krijgt nog niet de helft van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid magnesium binnen.



“Mensen die magnesium gebruiken geven aan dat ze beter slapen”

Arts en oprichter van het Magnesium Health Institute (MHI) in Groningen, Richard Danel, heeft het tot zijn missie gemaakt om in 2055 het magnesiumtekort uit de wereld te hebben.

Daaraan wil hij een substantiële bijdrage leveren. Richard stuitte zo'n tien jaar geleden bij toeval op de problematiek van magnesium, toen een buurman hem in contact bracht met mensen van Zechstein Minerals.

Zechstein Minerals bedient de cosmetische en medische markt met de puur natuurlijke magnesiumchloride uit de Zechstein-bron. Sindsdien was de nieuwsgierigheid van Richard gewekt.

Bron

Richard Danel werkt nauw samen met chemicus Bert Hooiveld en mijnbouw-kundige Dave Janse. De keuze voor die laatste heeft alles te maken met de locatie van de Zechstein-bron. Onder Veendam, op ongeveer 1600 meter diepte, ligt de grootste bron van het meest zuivere magnesium, ontstaan uit de Zechsteinzee. De Zechsteinzee bestond 250 miljoen jaar geleden en is dezelfde zee als waaruit het leven op het land zich ontwikkelde.

“Tijdens het prikken naar gas werd 35 jaar geleden dit magnesium ontdekt”, vertelt Richard. “Ter wereld zijn er dertien vergelijkbare vindplaatsen, maar niet één bevat zulk zuiver natuurlijk magnesium als hier in Veendam. Deze bron is van ons allemaal, daar moeten we trots op zijn. Het is een schat voor de hele wereld. Veendam is een wereldoplossing.”

Tien jaar geleden stond de medische wereld nog sceptisch tegenover de werking van magnesium in het

menselijk lichaam. Richard: “Ik kreeg geen voet aan de grond.” Vele onderzoeken in Nederland en het buitenland later, ook van het Magnesium Health Institute zelf, hebben de verbanden tussen de werking van magnesium en ziektebeelden bij de mens wetenschappelijk bewezen. En eigenlijk komt het onderzoek nu pas echt op gang.

Kunstmest

De uitkomst van een onderzoek dat bekend werd gemaakt tijdens een internationaal symposium over magnesium in Rome in 2016, was baanbrekend: er is een bewezen correlatie tussen magnesiumtekort en een verhoogd risico op darmkanker, prostaatkanker, longkanker, slokdarmkanker en alvleesklierkanker. En de lijst is langer: een tekort aan magnesium zorgt voor een verhoogde kans op onder meer Alzheimer, Parkinson, diabetes type 2, hoge bloeddruk, beroerte, hart- en vaatziekten, depressie en migraine.

“Mensen die magnesium gebruiken geven allemaal afzonderlijk ook nog eens aan dat ze beter slapen”, aldus Richard. Het gebruik van extra magnesium is nodig omdat onze voeding door het gebruik van kunstmest tegenwoordig minder magnesium bevat. Het tekort wordt vergroot door het drinken van veel frisdrank, eten van veel suikers en stress. Veel medicijnen zorgen voor extra afscheiding van magnesium.

Via de huid

Richard: “Er bestaan zeker wel magnesiumsupplementen en die worden ook steeds vaker toegeschreven. Maar orale inname van magnesium kan leiden tot diarree. Onlangs is bewezen dat magnesium ook heel goed via de huid

wordt opgenomen, op plekken waar de meeste zweetklieren zitten. Daarom is het gebruik van magnesiumolie heel belangrijk. Hiermee voorkom je maag- en darmproblemen, terwijl je wel extra magnesium binnenkrijgt. En juist daarvoor is het magnesium uit de Zechsteinzee-bron onder Veendam het meest geschikt. Het is de aanvullende route die we nu hard nodig hebben.”

Magnesium Health Institute

Magnesium Health Institute (MHI) in Groningen is opgericht in 2009. MHI doet onderzoek naar de balans van magnesium in het menselijk lichaam en streeft naar een groter bewustzijn onder mensen over het belang van magnesium voor de volksgezondheid. Wie vragen heeft over magnesium en de relatie daarvan tot de gezondheid kan terecht bij MHI. MHI geeft veiligheidsvoorschriften uit voor magnesiumproducten. Het instituut biedt ook hulp op het gebied van wetgeving en geeft training en educatie aan professionals in de gezondheidszorg. MHI is lid van de International Society for the Development of Research on Magnesium (SDRM).



Wie is Richard Danel?

Richard Danel studeerde van 1978 tot 1986 aan de Rijksuniversiteit Groningen en behaalde de titel Medical Doctor (MD). Sindsdien is hij in binnen- en buitenland (onder andere in Vancouver, Canada) werkzaam als arts, adviseur en ondernemer op vele medische terreinen. In 2009 richtte hij het Magnesium Health Institute in Groningen op en sindsdien doet hij uitgebreid onderzoek naar de werking van magnesium in het menselijk lichaam. Richard Danel werkt eraan om in 2055 het magnesiumtekort de wereld uit te hebben. Daarover geeft hij wereldwijd lezingen.

“Ook in allerlei wellnesstoepassingen kan magnesium worden gebruikt”

Naast verspreiding van de boodschap kunnen masseurs in de praktijk ook zeker iets betekenen op dit gebied. “Er is bijvoorbeeld een gel op basis van magnesiumolie die veel door masseurs wordt toegepast. Dan snijdt het mes aan twee kanten. Ook in allerlei wellnesstoepassingen kan magnesium worden gebruikt. Zo zijn er magnesiumflakes voor in bad of voetenbad.”

Magnesium zit onder meer in bonen, groene groenten, noten, chocolade, granen, broccoli en avocado. “Voldoende magnesium is belangrijk voor zwangere vrouwen en topsporters. Beachvolleyballer Dirk Boehlé gebruikt een spray. Hij geeft aan sneller te herstellen. Verschijnselen waarvan we

dachten dat die simpel waren toe te schrijven aan het ouder worden, blijken nu verband te houden met magnesiumtekort. Voldoende magnesium is dus voor ons allemaal van belang”, zegt Richard.

Bandbreedte

Aanvulling van ons magnesiumtekort is ook nodig vanwege de verstoorde calcium/magnesium-verhouding in ons lichaam. “Onze inname van calcium, dat onder meer in zuivel zit, is veel te hoog. Daardoor verstoort die balans, die juist zo belangrijk is voor de mate van werking van magnesium. Hoe je weet of die balans juist is? Dat is lastig. Men is bezig met een test. Aan te

raden is elke avond een voetenbadje van magnesiumolie te nemen of je buik elke avond met magnesiumolie in te smeren. Of je te veel magnesium kunt innemen? Je moet het zo zien: Kun je te veel water drinken? Zo is de bandbreedte van magnesium ook. De bandbreedte van calcium is veel smaller. In ons voedsel zit eigenlijk al te veel calcium. Daarom is magnesiumsuppletie noodzakelijk. Magnesium moet!” Richard Danel geeft inmiddels lezingen over de hele wereld. “Ik wil het bewustzijn over magnesium verhogen, bij het publiek, maar ook bij behandelaars. Magnesium moet in ieders hoofd gaan zitten.” ●

Kennis van de Kennisdag

Tijdens de NGS Landelijke Kennisdag volgden 325 masseurs verschillende inhoudelijke sessies. De kennis uit de best bezochte bijeenkomsten passeert in de komende nummers nogmaals de revue. Intussen zijn de voorbereidingen op de NGS Landelijke Kennisdag 2019 alweer in volle gang. Deze zal zijn op zaterdag 28 september 2019. Noteer deze datum alvast in je agenda!

Doctor Richard Danel: Magnesium is a Must!

“Source beneath Veendam is a world solution”.

BY **JOYCE SMITS**

Translated by Wesley Pechler, Phrase Perfect

Besides water and oxygen, it is the most essential life necessity for humans: magnesium. The world population, however, lacks knowledge about this on a large scale. Our average diet does not contribute enough to healthy magnesium levels and among doctors it is not yet common practice to prescribe magnesium supplements, although this is happening more and more lately. Seventy to eighty percent of the population of the western world fails to get even half of the recommended daily amount of magnesium.



“People who take magnesium supplements report that they sleep better”

Richard Danel, doctor and founder of the Magnesium Health Institute (MHI) in Groningen, has made it his mission to eliminate magnesium deficiency worldwide by 2055. He wants to make a substantial personal contribution to this. About ten years ago, Richard happened to come across the issue of magnesium deficiency when a neighbour brought him into contact with the people of Zechstein Minerals. Zechstein Minerals serves both the cosmetic and medical industry with the pure and natural magnesium chloride from the Zechstein source. That encounter aroused Richard’s curiosity, and he has remained curious ever since.

Source

Richard Danel collaborates closely with chemist Bert Hooiveld and mining expert Dave Janse. The choice for the latter has everything to do with the location of the Zechstein source. Below Veendam, at a depth of about 1,600 metres, lies the largest source of the purest magnesium, originating from the Zechstein Sea. The Zechstein Sea existed 250 million years ago and is the same sea that life on land developed from. “This magnesium was discovered 35 years ago during test drills for natural gas,” says Richard. “There are thirteen similar sites in the world, but not one of those contains magnesium as pure and as natural as the source here in Veendam. This source belongs to all of us and we should be proud of that. It is a treasure for the entire world. Veendam is a world solution”.

Ten years ago, the medical world was still sceptical about the effect of magnesium on the human body. Richard: “I couldn’t get a word in edgeways. Many studies later, both in the Netherlands as well as abroad,

and some by the Magnesium Health Institute itself, the links between the effects of magnesium and several human diseases have scientifically been proven. And the pace of research is only now just truly picking up.

Fertilizer

The outcome of a study released at an international symposium on magnesium in Rome in 2016 was groundbreaking. It proved the correlation between magnesium deficiency and an increased risk of colon cancer, prostate cancer, lung cancer, esophageal cancer and pancreatic cancer. And the list goes on: magnesium deficiency increases the risk of Alzheimer’s disease, Parkinson’s disease, type II diabetes, hypertension, stroke, cardiovascular disease, depression and migraine, among other things. “People who take magnesium supplements all report that they sleep better,” Richard says. Taking additional magnesium supplements is necessary, as the widespread use of artificial fertilizer on our crops means that our food contains less magnesium nowadays than before. The shortage is exacerbated by drinking lots of soft drinks, eating too much sugar, and stress. Many types of medication cause magnesium levels to drop as a side effect as well.

Absorption through the skin

Richard: “Certainly, magnesium supplements are readily available and they are increasingly being prescribed. However, supplementing magnesium orally can lead to diarrhea. Recently it has been proven that magnesium is absorbed very well through the skin, especially on areas of skin with a lot of sweat glands. Using magnesium oil,

therefore, is very important. This prevents any stomach issues or intestinal problems, while still getting the extra dose of magnesium. That is exactly why magnesium from the Zechstein Sea source under Veendam is the most suitable. It is the additional way of supplementation that we truly need right now.”

Magnesium Health Institute

The Magnesium Health Institute (MHI) in Groningen was founded in 2009. The MHI researches the magnesium balance in the human body and strives for a greater awareness among people about the importance of magnesium for public health. Anyone who has any questions about magnesium and its relation to health can contact the MHI. The MHI issues safety instructions for magnesium products. The institute also offers assistance on legislative aspects and provides training and education for health professionals. The MHI is a member of the International Society for the Development of Research on Magnesium (SDRM).



Who is Richard Danel?

Richard Danel studied at the University of Groningen from 1978 to 1986 and graduated as a Medical Doctor (MD). Since then, he has worked as a doctor, advisor and entrepreneur in numerous medical fields both in the Netherlands as well as abroad, such as in Vancouver, Canada. In 2009, he founded the Magnesium Health Institute in Groningen and he has been doing extensive research into the effects of magnesium on the human body since then. Richard is working towards the end goal of eliminating magnesium deficiency worldwide by 2055. He gives lectures all around the world on this subject.

“Magnesium can be used in all kinds of wellness applications as well”

In addition to spreading magnesium awareness, masseurs can certainly also make a difference in eliminating magnesium deficiency in practice. “For example, there is a magnesium oil-based gel that is often used by masseurs. In this case, the knife cuts both ways. Magnesium can also be used in all kinds of wellness applications. For example, there are magnesium flakes available to use in a bath or a foot bath.

Magnesium is found in beans, green vegetables, nuts, chocolate, cereals, broccoli and avocado, among others. “An adequate level of magnesium is important for pregnant women and top athletes. Dutch beach volleyball player Dirk Boehlé, for example, uses a spray. He has reported to recover faster thanks to using it. Phenomena

that we used to think were simply an inescapable part of aging, now appear to be related to magnesium deficiency. A sufficient magnesium balance, therefore, is important for all of us,” says Danel.

Bandwidth

Supplementing our magnesium deficiency is also necessary because of the disturbed calcium/magnesium ratio in our bodies. “Our intake of calcium, a mineral found in dairy products, is far too high. This disturbs the ratio, which is problematic as the balance between the two is crucial for magnesium to reach its full health potential. How do you know if your calcium and magnesium levels are balanced? At the moment, it is quite difficult to measure. Scientists are currently working on a test. It is advisable to either take

a magnesium oil foot bath every evening or to apply magnesium oil to your stomach every evening.

Whether it is possible to supplement too much magnesium? That question can be answered with another question: Can you drink too much water? Yes, but you would have to drink an extreme amount. Magnesium enjoys a similar bandwidth of healthy levels and amounts. The bandwidth of calcium, however, is much narrower. Our average diet actually contains too much calcium already. That is why magnesium supplementation is necessary. Magnesium is a must!

Richard Danel now gives lectures all across the world. “I want to raise awareness about magnesium, among the public, but also among health and wellness practitioners. Magnesium should be something to always take into consideration.” ●

Some knowledge about the Day of Knowledge

During the National Day of Knowledge by the Dutch Society for Sports- and Wellness Masseurs (NSG), 325 masseurs attended various expert meetings and training sessions. The knowledge from the meetings that were best attended will be reviewed in the coming issues. Meanwhile, preparations for the 2019 edition of the NGS National Day of Knowledge are in full swing already. It will be held on Saturday, the 28th of September 2019. Jot it down in your schedules!