

30-Tage-Darmreinigung

Ein gutes Bauchgefühl

Begleitete Darmreinigung und Entgiftung
mit Aloe Vera





Die sanfte Darmreinigung

Eine Darmreinigung stellt den Beginn einer bewussten und sorgsamten Veränderung des Organismus dar und wirkt sich ganzheitlich auf unser Wohlergehen aus. Eine Darmreinigung sollte zu unserer Routine werden, denn diese gehört zu den wichtigsten präventiven Maßnahmen unserer Zeit.

Gründe und Symptome für eine Darmreinigung

Ratsam bei beispielsweise:

- Durchfall
- Verstopfung
- harter Stuhl
- seltener Stuhlgang
- Blähungen
- Krämpfen
- zu Beginn einer Fastentherapie



Aber auch bei anderen Beschwerden, die nicht unmittelbar im Darmbereich zu finden sind, kann eine Darmreinigung Abhilfe schaffen oder als begleitende Maßnahme eingesetzt werden.

Hierzu zählen:

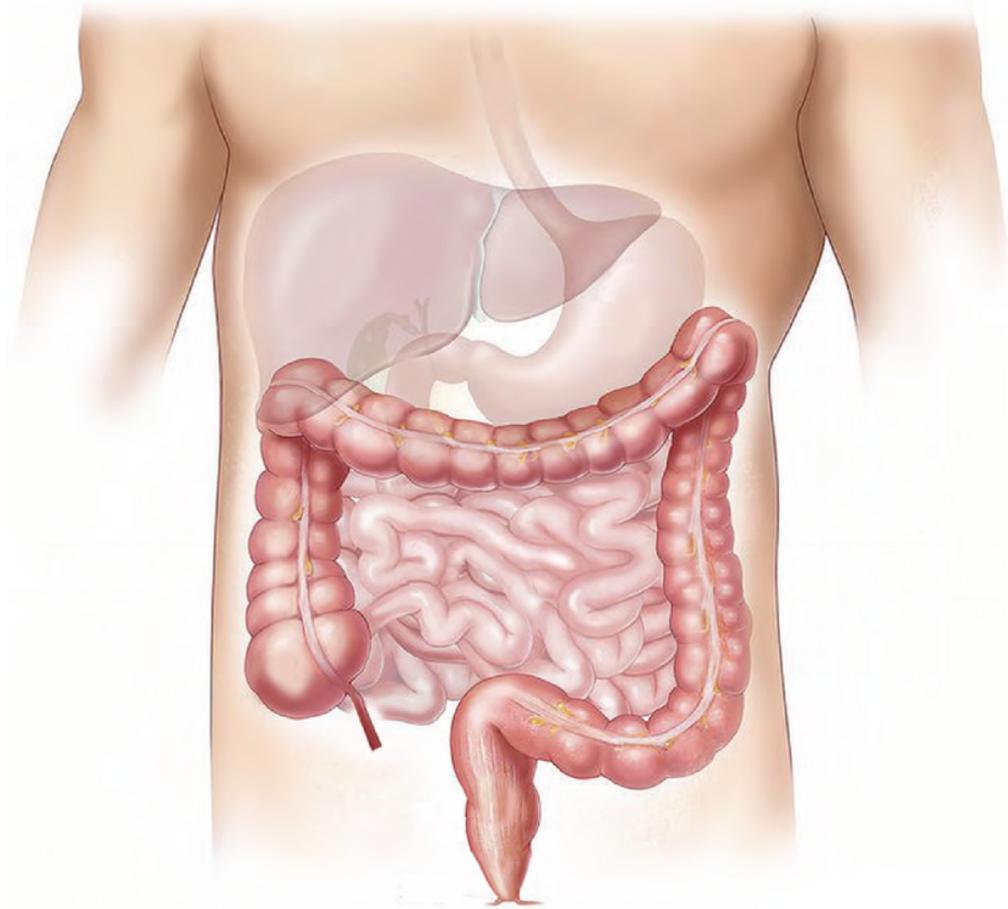
- Müdigkeit
- Reizbarkeit
- Konzentrationsschwäche
- Reizdarm Symptome
- häufige Kopfschmerzen
- wiederkehrende Pilzinfektionen
- Neurodermitis
- Umstellung der Ernährung
- Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien
- Rheuma und Gelenkbeschwerden
- Bluthochdruck
- Erhöhte Cholesterinwerte
- präventive Maßnahmen vor oder nach stressigen Zeiten
- als Entlastung nach intensiven Feiern oder Essen – beispielsweise der Weihnachtszeit



Der Darm

Der Darm ist das größte und faszinierendste Organ des Menschen. Schenkt man ihm besondere Pflege und Beachtung, so zahlt sich das ein Leben lang aus!

Jede Gesunderhaltung und Gesundheit beginnt mit einer Darmkur. Der Darm ist das wichtigste Organ des Immunsystems, das bedeutendste Entgiftungsorgan und entscheidend für die Nährstoffaufnahme. Dennoch kümmern wir uns kaum um den Darm. Ablagerungen (bis zu 15 kg!) können bei Fehlernährung über Jahre entstehen, die in den Darmzotten als ständige Giftherde liegen.





Der Darm

Der Darm ist unser zweites Gehirn, das völlig eigenständig agiert, wahrnimmt und lernt. Unser Darm informiert die Zentrale im Kopf, lässt sich jedoch selbst vom Kopf nur wenig sagen.

Viel mehr Nervenstränge führen vom Darm zum Gehirn als wieder zurück. In den Darmwänden sind rund 100 Millionen Nervenzellen zu einem Netz verflochten. Das sind mehr als das gesamte Rückenmark besitzt. Der Darm ist unser emotionales Zentrum und entscheidet auch über Stimmung und seelisches Wohlbefinden.

Ein kaputter und verschmutzter Darm führt folglich zu vielerlei Beschwerden physischer und psychischer Natur.

Von Verdauungsbeschwerden bis hin zu Allergien, Asthma, Schuppenflechte, Kopfschmerzen, Blähungen, Würmern, Immunschwäche, Pilz- und Nervenerkrankungen aufgrund einer schleichenden Vergiftung:

An all dem kann ein ungesunder Darm beteiligt sein!



Die begleitete 30-Tage-Darmreinigung

Für die begleitete Darmreinigung nutzen wir die Produkte von Lifeplus, die sich bewährt haben, durchdacht sind und über eine sehr hohe Qualität verfügen. Als Grundlage werden folgende Produkte benötigt:



COGELIN

Cogelin besteht zu 100% aus natürlichen löslichen Ballaststoffen – vor allem reichlich lösliche Fasern aus Flohsamenschalen, Flachssamen, Meeresalgen und wertvollen Kräutern. Wie ein Schwamm saugen die Flohsamenschalen Darmgifte auf und erhöhen gleichzeitig das Stuhlvolumen, wodurch eine zügige Darmentleerung erfolgt. Bentonite – natürlicher Ton – bauen Gifte ab und Alginat – eine Meeresweidensubstanz – absorbieren Metalle und Umweltgifte, die der Körper nur schwer ausscheiden kann.



ALOE VERA

Aloe Vera Caps basiert auf Aloe Vera und zwei verschiedene Aminosäuren, L'Glutamin und L'Glycin, die eine gesunde Schleimhaut und die Entgiftungsfähigkeit der Leber unterstützt. Wirkt sanft und wohltuend.



MSM PLUS

MSM Plus sind eine natürliche Quelle biologischen Schwefels. MSM ist ausleitend und wirkt daher stark unterstützend auf die Körperreinigung, indem er sich auf die gesamten Zellen des Körpers ausdehnt. Biologischer Schwefel fördert den Zellstoffwechsel, entschlackt und entgiftet das gesamte Körpergewebe, indem er Toxine und Schwermetalle bindet und dem Körper dabei hilft, diese unerwünschten Substanzen auszuscheiden.



BIOTIC BLAST

Biotic Blast enthält 14 verschiedene probiotische Stämme in einer patentierten Kapsel, die ihren Inhalt im unteren Teil des Dünndarms (Ileum) oder im oberen Abschnitt des Dickdarms (Caecum) freisetzt. Dadurch können die Probiotika den Magen und den oberen Teil des Dünndarms unbeschadet passieren und in den unteren Darmbereich gelangen, wo der Großteil des Darm-Mikrobiom angesiedelt ist.



Goldene Darmreinigung

Als goldene Variante empfehlen wir zusätzlich entweder die Golden Milk oder das Green Medley. Zusätzlich empfehlen wir TVM Plus, eine Kombination von allen essentiellen Vitaminen und Mineralien, um den Körper gut zu versorgen.



SOLIS GOLDEN MILK

Die Golden Milk ist eine köstliche Mischung aus Botanicals und Gewürzen. Inspiriert von einem seit Jahrtausenden überlieferten Rezept. Sie enthält sowohl traditionelle als auch innovative Inhaltsstoffe, die für ihre ausgleichende Wirkung auf Körper und Geist bekannt ist.

Solis Golden Milk bietet durch die Kombination aus Kurkuma, Ashwagandha, Glycin, Shiitake, Ingwerwurzel und einer Vielzahl synergetischer Gewürze den einzigartigen Geschmack der beruhigend, wärmend und entspannend wirkt. Die Zutaten der Golden Mild unterstützen neben vielen anderen Aspekten die Verdauung, den Blutzuckerspiegel, eine gesunde Haut, den Blutdruck und den Cholesterinspiegel sowie ein gesundes Darmmikrobion. Außerdem trägt es zur Reduzierung oxidativer Schäden durch freie Radikale und zur besseren Schlafqualität bei.



SOLIS GREEN MEDLEY

Das Green Medley ist eine einzigartige Kombination natürlich nährstoffreicher Inhaltsstoffe. Jeder der 27 Inhaltsstoffe wurde sorgfältig ausgewählt, um nicht nur maximale Nährstoffe, sondern auch deren optimales Zusammenspiel zu erzielen. Dieses adaptogene Bio-Superfood voller natürlicher Vitamine, Mineralstoffe, Phytonährstoffe und Antioxidantien überzeugt in jeder Hinsicht. Es reinigt und entgiftet Darm, Nieren und Leber dank Mariendistel, Brennessel, Klettenlabkraut, Löwenzahn, Ackerschachtelhalm, Spirulina, Chlorella, Moringa, Brunnenkresse uvm.



TVM Plus

Das TVM (unsere interne Übersetzung dafür lautet "Tolle Vitamine und Mineralien") enthält alle essentiellen Nährstoffe und noch mehr. Es wurde auf der exklusiven PhytoZyme™-Gruppe von Lifeplus entwickelt, die Pflanzenenzyme und synergistische Frucht-, Gemüse- und Kräuterextrakte enthält und die dafür sorgt, dass die wertvollen Nährstoffe auch da ankommen, wo sie hin sollen - nämlich in die Zellen.

TVM ist ein tolles Produkt für die tägliche Vitalstoffversorgung und sorgt in der Darmkur für mehr Energie, besseren Schlaf und weniger Entgiftungssymptome.



Wichtige Hinweise & Empfehlungen

Während des Darmreinigungsprogramms täglich **3-4 Liter reines Wasser** ohne Kohlensäure trinken, um die Ausscheidung von Giftstoffen zu unterstützen.

Die Produkte der Darmreinigung wirken bei jeder Ernährung. Unterstützt wird die Darmreinigung durch den Verzicht auf Alkohol, Zucker, Fertigprodukte, Wurst und Kaffee. Stattdessen die Mahlzeiten frisch zubereiten und viel Gemüse und Obst. Oder ganz einfach: Je weniger abgepackte Nahrungsmittel gegessen werden, desto mehr Effekt hat die Darmreinigung.

Sollten Verstopfungen auftreten, unbedingt die Flüssigkeitszufuhr, vor allem direkt nach Einnahme des Cogelins, erhöhen. Für einen besseren Stuhlgang können 3-5 EL ganze Leinsamen über Nacht eingeweicht und morgens mit einem knappen Esslöffel Kokosöl im Mixer (z.B. im Smoothie) zerkleinert und eingenommen werden.

Empfehlenswert ist es, diese **Darmreinigung zweimal jährlich durchzuführen**. Besonders, wenn der Darm bereits sehr verschmutzt ist, kann eine vollständige Reinigung lange dauern.

Rechtlicher Hinweis und Haftungsausschluss

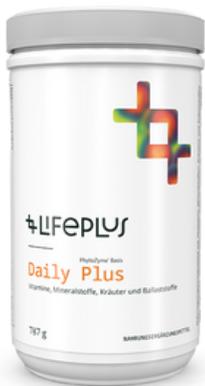
Bei den Informationen zu der Darmreinigung soll nicht der Eindruck erweckt werden, dass eine medizinische oder psychologische Untersuchung durchgeführt, eine Diagnose erstellt, ein Heilungs-, Linderungsversprechen getätigt wird oder physische oder psychische Gebrechen behandelt werden. Eine Darmreinigung ist kein Ersatz für eine medizinische oder psychologische Behandlung oder Beratung. Konsultiere bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden bitte immer den Arzt deines Vertrauens. Bei Störungen mit Krankheitswert bitte in ärztliche Untersuchung und Behandlung begeben. Keine Haftungsübernahme Dritter für Unannehmlichkeiten oder Schäden, die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Information ergeben.



Nach der Darmreinigung - den Körper nähren

Im Anschluss an die Darmreinigung kann dein Körper wieder viel besser Nährstoffe aufnehmen und verarbeiten. Jetzt kannst du ihn so richtig gut mit Vitalstoffen verwöhnen - und staunen, was das über die Zeit in deinem Körper bewirkt.

Lifeplus empfiehlt dafür die sogenannte Goldene Grundversorgung:



DAILY BIOBASICS/DAILY PLUS

Das Daily ist eine eindrucksvolle Multivitamin-Mineralstoff-Komplettmischung in konzentrierter Form. Man kann es einfach in ein Getränk seiner Wahl oder einen Smoothie mischen. Es enthält alle essenziellen Vitamine und Mineralstoffe, die der Körper tagtäglich benötigt, sowie Phytonährstoff-Konzentrate aus 35 Obst- und Gemüsesorten, 19 Kräutern, verschiedenen Algen, Enzymen, sekundäre Pflanzenstoffen, zahlreiche Antioxidantien, Präbiotika sowie mehr als die Hälfte der empfohlenen Ballaststoffmenge, die für eine natürliche Reinigung des Darms und die Aufrechterhaltung einer gesunden Darmfunktion unerlässlich sind.



OMEGOLD

OmeGold hebt sich durch seine Spezialmischung aus ätherischen Pflanzenölen mit wirksamen fettlöslichen Antioxidantien von anderen Produkten ab. Jede Softgel-Kapsel enthält eine exakte Mischung der Omega-3-Fettsäuren DHS und EPA, kombiniert mit Vitamin D und einer exklusiven Mischung von ätherischen Ölen mit einem hohen Anteil an Antioxidantien. OmeGold ist ein sicheres, wirksames Mittel, das die ganze Familie mit essenziellen Omega-3-Fettsäuren versorgt. Gibt es auch als Vegan.



PROANTHENOLS 100 DE

Der echte Schutz durch Antioxidantien mit Proanthensols beruht auf 50 Jahren Forschung durch Dr. Jack Maquelier und der Firma Berkem in Südfrankreich. Der Hauptbestandteil Real OPCs (echte oligomerische Proanthocyanidine) wird aus Weintraubenkernen und Kiefernrinde extrahiert. Der antioxidante Schutz dieser Substanz liegt fünfzigmal höher als bei Vitamin E und zwanzigmal höher als bei Vitamin C. Darüber hinaus unterstützt Proanthensols die Zusammenarbeit aller anderen Antioxidantien (auch Vitamin C und E). Die Real OPCs schützen die Zellen vor freien Radikalen und unterstützen die Kollagenstruktur aller Organe im Körper.

Proanthensols zählt definitiv zu den bedeutendsten Produkten von Lifeplus.



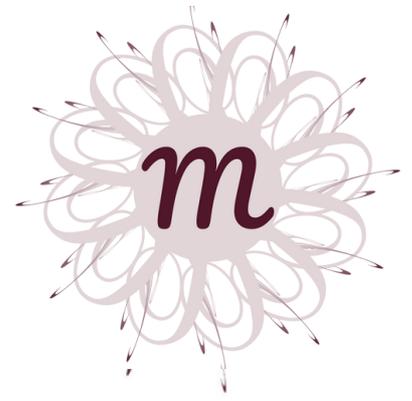


Einnahmeplan

Der höhere Messlöffel (20cc) ist fürs Coeglin,
 der niedrigere Messlöffel (15cc) ist für die Golden Milk und das Green Medley.

ML = Messlöffel.

Tag	Datum	Cogelin 1 ML = 20cc		MSM Plus			Biotic Blast		Aloe Vera		TVM Plus		Golden Milk 1 ML = 15cc	Green Medley 1 ML = 15cc	
		morg.	abends	morg.	mitt.	abends	morg.	abends	morg.	abends	morg.	abends	pro Tag	morg.	abends
1		1/2 ML	1/2 ML	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/4 ML	1/4 ML
2		1/2 ML	1/2 ML	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/4 ML	1/4 ML
3		3/4 ML	3/4 ML	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/3 ML	1/3 ML
4		3/4 ML	3/4 ML	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/3 ML	1/3 ML
5		1 ML	1 ML	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
6		1 ML	1 ML	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
7		1 ML	1 ML	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
8		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
9		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
10		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
11		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
12		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
13		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
14		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
15		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
16		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
17		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
18		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
19		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
20		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
21		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
22		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
23		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
24		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
25		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
26		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
27		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
28		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
29		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML
30		1 ML	1 ML	3	3	3	1	1	1	1	3	3	1 ML	1/2 ML	1/2 ML



30-Tage-Darmreinigung

Wir wünschen dir viel Erfolg!

