

Den milde, den gode og den virkelige g...

Har du brug for udrensning, finder du her to helt nye muligheder, som har gået sin sejrsgang i USA, fordi de er nemme og effektive. Den ene er til dig, der gerne vil prøve en mild udrensningskur den allerførste gang eller måske bare har en uges tid eller fjorten dage til at prøve lidt støtteterapi til kroppen. Det andet produkt består af en morgen -og en aftenkur er til dig, der gerne vil gå all-in med det samme på en 30 dages kur.

Af Marianne Palm

Hvem har egentlig brug for udrensning? Det er det hele store spørgsmål i dag, hvor detoxbølgen er ved at lægge sig efter et årti, hvor alle har talt om emnet, men de færreste egentlig har gjort op med sig selv, om de også havde brug for udrensning - eller med det moderne engelske ord, detox.

For hvad menes egentlig med udrensning, og hvorfor kan kroppen ikke bare gøre det selv?

Det kan den såmænd også! En sund krop, hvor du ikke hælder mærkværdigheder i form af IKKE-MAD i den, kan alt muligt selv. Men alt for meget af læskedrikke, sodavand, kager, slik, kød eller kemikalier kan blive en for stor mundfuld, og kroppen bruger for mange ressourcer til at nedbryde de mange forskelligartede stoffer, eller den kan slet ikke nå at udskille det, i takt med at du hælder det indenbords.

De kommer udefra, de kommer indefra, de er der alle steder

Vi danner uophørligt affaldsstoffer og toxiner, hvor sidstnævnte fx kan være bakteriernes affaldsstoffer eller stamme fra ovennævnte kemikalier. Vi er konstant omgivet af tusindvis af kemiske komponenter. Faktisk mener WHO, at et moderne menneske i dag er udsat for ikke mindre end 100.000 kemikalier om dagen! Ikke alle er et onde, mange har vi brug for, for kemikalier er ikke bare alt det kunstige stads, mennesker har opfundet. Alt levende er kemiske substanser, og nogle af dem er absolut sundere end andre. Vi har brug for kemi af den rette slags og i en tilpas mængde, hverken mere eller mindre, for at kroppen kan fungere. Men præsenterer vi kroppen for to scenarier, hvor det ene er, at vi stopper den med unaturligheder, og det andet scenarie er, at vi ikke sørger for en god eliminering af affaldsstofferne, vil der ske en ophobning – og der bliver brug for en udrensning.

De vigtigste udrensningsmidler er vand, frugt, grøntsager og nødder samt friske planteolier og fx sunde fisk (hvis de findes derude). Vitaminer, mineraler, sekundære plantestoffer og fedtstoffer sørger for transport af næringsstoffer og affaldsstoffer - både i forhold til den enkelte celle og i det meget oversete lymfesystem og det mere kendte kredsløb.

Detox og udrensning.

*Om du jubler eller vrænger på næsen.
Læs artiklen, og måske bliver du klogere på,
hvem der egentlig har brug for at rense ud.
Det er måske flere eller færre, end du tror.*

Næringsstoffer træder til, affaldsstoffer dannes, og de skal hver dag elimineres og fjernes fra kroppen. Det gør vores kroppe via de såkaldte ekskretionsorganer:

Luftvejene:

Hvor dine bronkier og dine slimhinder i svælg og næse afsondrer slim med affaldsstoffer. For ikke at tale om udsondringen af kuldioxid, et affaldsstof baseret på den ilt, du indånder.

Fordøjelsen:

Hvor lever og tyndtarme er den aktive del af afgiftningen, mens tyktarmen fungerer som et rimeligt passivt transportsystem, der via endetarmen lukker affaldsstoffer ud – og systemet skal vel at mærke fungere hver dag og gerne to gange om dagen.

Urinvejene:

Lukker urin ud fyldt med affaldsstoffer, men det allerstørste afgiftende organsystem er faktisk...

Huden:

Fungerer disse transportsystemer ikke hensigtsmæssigt, kan der støde alle mulige kroniske problemer til.

Og her er det, der kan blive brug for optimering af kroppens funktioner, så man får skabt en god udrensning. Og det er lige her First Clean eller Cleanse kan blive en optimal hjælp, så du får sat et positivt opadgående løft af kroppen i gang.

Udrensning eller bare regulering?

Hundredvis af symptomer og sygdomme er af komplementære behandlere klassificeret som et udtryk for, at kroppen trænger til udrensning. Det er en sandhed med modifikationer, for det kan lige så vel være et tegn på, at der er brug for regulering af organsystemerne generelt i stedet for kun at fokusere på udrensning. For eksempel ved man i dag, at hormonsystem, immunforsvar og nervesystem arbejder tæt sammen, og er der koks i samarbejdet, kan det meget vel være her, der skal sættes ind frem for på de udrensende funktioner. Eller begge dele!

Men har du et eller flere af følgende symptomer, er det værd at kigge på de gode urteprodukter fra USA:

- Kroniske slimproblemer i luftvejene, hvor du aldrig helt får hostet færdigt eller ofte har tætte slimhinder i næsen og måske kronisk bihulebetændelse.
- Trægt tarmsystem eller ligefrem forstoppelse. Du skal kunne komme på toilettet en til to gange dagligt uden problemer.
- Ophobninger af væske især i ankler og fødder, men også sådan en lidt kvabset hud.
- Problemer med huden i form af irriteret hud - måske med eksem, bumser etc.
- Smerter i muskler og led, som enten kommer og går eller opholder sig permanent, uden der nødvendigvis er tale om gigt.
- Diverse typer af hovedpine, som ligesom med alle de andre ovennævnte symptomer - også hævede fødder - kan skyldes mangel på en hovedkomponent – vand!
- Vand skal der til, for at lymfesystemet kan transportere næringsstoffer ind i cellerne og affaldsstoffer væk fra cellerne. Vand skal der til, for at resten af kroppen fungerer optimalt.

To sammensatte urteprodukter, en mild og god og så den virkelige g.....

Har du aldrig prøvet en udrensningskur, så begyndt med First Cleanse. Kuren kan tages over 14 dage. Den er mild og rolig i sit virke. Er du parat til at gå all-in, fordi du har forstoppelse eller bare vil kunne mærke, at kuren virker, så tag Pure Cleanse! Der kommer fart på fordøjelsen, du vil hurtigt føle dig lettere, og urterne virker på alle udrensningsorganerne på én gang. Du kan læse om indholdet af urterne på www.sund-forskning.dk. *

To nye udrensningskure på de danske helsehylder!

Lymfesystemet

Kan lymfesystemet ikke give slip på affaldsstofferne, fordi det kører trægt, har lever, tarm, nyrer og hud sværere ved at eliminere dem korrekt.

Motion, vand, og tørborstning er måder at få vækket lymfesystemet på, det samme er massage, zoneterapi og andre kropsbehandlinger.

Hævede fødder og hænder skal have motion, du kommer ikke uden om det!

Kredsløbet

