

Ontzuring

- Zorg dat u voldoende drinkt (minimaal 2 liter zwak mineraalhoudend water, bijvoorbeeld Bar le Duc zonder koolzuur).
- Zorg voor een afwisselend en gebalanceerd dieet.
- Eet langzaam en kauw goed.
- Pak dagelijks uw dosis zonlicht, buitenlucht en beweging.
- Vermijdt zoveel mogelijk stress in uzelf en van uw omgeving.
- Probeer zoveel mogelijk genotmiddelen te mijden (koffie, zwarte thee, suiker, alcohol, drugs, roken e.d.).
- Zie dit bericht niet als een straf, maar als een nieuwe uitdaging.
- Voorkom ergernis en denk positief!

Schema basentabs:

✓ Ontbijt	07.00 uur
✓ 2 tabs	08.30 uur
✓ Tussendoortje	10.30 uur
✓ 2 tabs	11.30 uur
✓ Lunch	13.00 uur
✓ 2 tabs	15.00 uur
✓ Diner	18.00 uur
✓ 2 tabs	20.00 uur

Matrixspoelmiddel 50 druppels opgelost in 1 liter zwak mineraalhoudend water samen met 60 druppels espritine (is drie maal 20 druppels per dag, maar om stress te vermijden waar telkens op de klok gekeken moet worden , voegen we dit samen en hoeft u alleen maar de hele dag te drinken) of ipv de espritine twee keer een mespuntje hoogwaardig zuiver zout per dag.

Overleg met uw therapeut over eventuele ontgiftende en immuun versterkende thee .

Ook overlegt u met hem over voeding , bereiding en timemanagement. Communiceer met uw omgeving om de veranderingen duidelijk te maken, zodat zij u hierin optimaal kunnen ondersteunen.



Ontzuring

Matrixspoelmiddel en espritine

Het matrixspoelmiddel bestaat uit een mix van een vijftal homeopathische middelen die samen de verzuring in bindweefsel en spierweefsel aanpakt. Deze middelen zijn:

- 1 – SanoDerm: Breedspectrummiddel bij alle vormen van eczeem. Geeft een verhoging van de celstofwisseling en heeft een regenererende werking op de huid
- 2 – SanoExchem: Neutraliseert toxinen (vooral uit levensmiddelen, land- en tuinbouw) en heeft een drainerende werking
- 3 – SanoHepat: Heeft een regulerende werking op de lever en de galblaas
- 4 – SanoMotorisan: Heeft een stimulerende werking op het lymfatisch systeem, bevordert de doorbloeding van de spieren en gewrichten. Bij overbelasting, chronische irritatie en/of trauma
- 5 – SanoSolidago: Is een diureticum; verhoogt de uitscheiding van afvalstoffen

Daarnaast gebruiken we Espiritine, een rechtsdraaiend melkzuur welke op celniveau de verzuring balanceert of een hoogwaardig extreem zuiver zout

Voeding en verzuring

Het linksdraaiende melkzuur wat ontstaat als afvalstof bij anaerobe celverbranding kan geneutraliseerd worden op celniveau door Espiritine, of een hoogwaardig extreem zuiver celzout.

Naast dit middel kunnen we met voeding ook rechtsdraaiend melkzuur in ons lichaam opnemen, helaas komt deze concentratie niet op celniveau maar wel in de weefsels.

Voeding waar rechtsdraaiend melkzuur in zit is: biogarde, rode biet, zuurkool, div biologische sappen.

