

# Hvad er symptomer på toxin belastning?

- Hududslæt inkl. eksem og psoriasis
- Hormonforstyrrelser og infertilitet
- Mænds Sundhed (brystøgning, erektil dysfunktion)
- Cancer og autoimmune lidelser inkl. alzheimers, fibromyalgi og ALS
- Mentale lidelser og depression, ADHD, Autisme
- Vægttpabsresistens

# Hvad du ikke tester for, kan du ikke behandle.

- **Virus/Bakterie belastning** - Epstein-barr + Borrelia
  - Æteriske olier af pebermynte og ingefær, Haptener, Tomentosa, Citronmelisse, Lysin, Lakrids, Astaxanthin, Jod
- **Mykotoxin belastning** - **ophobes i galde/lever!**
  - Aktiveret kul fra kokos, grønt ilite ler, cholestyramin, nyastatin (sporer), Interfase fra Klaire labs (biofilm), æteriske olier af citrongræs eller nellike (sporer)
- **Toxin belastning** - kemikalier, pesticider, tungmetaller
  - Klorella, koriander, ALA
- **Parasitter**
  - Sort valnød, Artimisin, æterisk nellikeolie

**ALTID:** infrarød sauna/sauna + lymfe stimulering (Heel homeopatisk detox serie, trampolin, FREMS elektrisk stimulering, citrus olier, kaffelavement)

# Top 10 Mykotoxin kilder

1. Vandskadet hus (tjek bag ved tørretumbler!)
2. Jordnødder
3. Kaffe
4. Rødvin
5. Øl
6. Økologiske kornprodukter
7. Tørret frukt
8. Rå “RAW” kakao/chokolade
9. Majs
10. Camembert, roquefort, gorgonzola, skimmeloste

**NB: Mykotoksiner har synergistisk virkning med andre naturlige toksiner, infektioner og ernæringsmæssige mangler.**

**Mykotoxiner kan videredannes i forbindelse med opbevaring af ovennævnte hvis de opbevares varmt og fugtigt - opbevar derfor køligt som i køleskab altid.**

**Generet er problemet løst ved at undgå vandskade og meget ensidige madvaner - dvs. en sund krop kan godt håndtere at spise chokolade og rødvin, men en syg krop bør undgå indtil normalstatus er gevundet.**

# De 5 Steps i Detox

1. Identifier hvilke toxiner din krop er belastet af
2. Stop toxinskade af dine celler
3. Fjerne toxinerne fra polære (vand) og upolære (fedt) lagringssteder:
  - Polære toxiner (i vandige området)= brug ler, aktivt kul, zeolit, cholestyramin
  - Upolære toxiner (i fedtvæv)= brug klorofyl, chlorella, koriander, pectin, ghee
4. Reparer mave-tarm fra skader fra toxinerne.
5. Stop med at indhalere toxiner og med at spise dem!

# Strategier for daglig lever, lymfe + nyre support

- Smag: bitter, surt
- Madfarver: **mørk grøn, gul/orange, lilla**
- Morgenritual: Drik 1/2 l varmt vand tilsat saft af **1/2 grape** + 2 spsk **oliven olie** 20 min. før morgenmad
- Daglig drik: 3 kopper **grøn te eller mælkebøtte te** dagligt tilsat lidt **citron eller koldslynget honning** (+2 liter vand)
- Aftenritual: Spis kun frugt eller kulhydrat hvis du snacker inden sengetid - let fordøjeligt evt. lidt nødder for blodsukker

# Superfoods for din lever, nyre og lymfe

- **Rå æblecider eddike** (pectin + stimulerer lever enzymer)
- **Jomfru oliven olie** (stimulerer galde dannelse)
- **Bladgrønt** (bittert stimulerer galde frigivelse)
- **Øko lever** (samme organstruktur)
- **Blødkogt æg** (cholin indgår i leveren)
- **Gulerødder + Rødbeder** (stimulerer lever funktion)
- **Avokado** (stimulerer leveren til at danne detox-stoffet glutathion)
- **Æbler** (pectin samarbejder med leveren i detox)
- **Grape + Citron** (stimulerer lever enzymer)
- **Grøn te** (catechiner + bitterstoffer)
- **Broccoli + Kål** (glucosinolat stimulerer enzymproduktion i leveren)
- **Hvidløg** (allicin + sulphur for lever detox)
- **Gurkemeje** (stimulerer leverenzymmer til detox)
- **Kardemomme** (stimulerer fordøjelse)
- **Sort peber** (stimulerer fedtforbrænding, lever og fedtfordøjelse)

# Kosttilskud for lever, lymfe og nyre

- Herrens Mark mælkebøtte 30 ml morgen og aften
- Liposomal C-vitamin 1 spsk. morgen og aften
- Gurkemeje m. sort peber 4 kapsler morgen og aften
- Jod 12.5mg morgen (afhængig af hudtest/scanning)
- Selen 200mcg morgen
- Magnesium citrat 800mg morgen
- Zink 90mg aften (afhængig af hudtest/scanning)
- Detox heel (homøopatiske dråber til stimulering af afgiftningsorganer)

# Negative biologiske effekter af Wi-Fi

- Hjernens udvikling og sundhed - blod-hjernebarriere, glucosemetabolisme, termisk versus ikke-termiske virkninger, hyperaktivitet og digital demens
- Hjernekræft - fra kraftig brug af mobiltelefoner
- Brystkræft - fra at bære mobiltelefoner i bh
- Børns udvikling - stråling kan absorberes dybere i børns hjerner på grund af blødere og tyndere kranier
- Kvindelig reproduktion - EMF har skadelige virkninger på æggestokkene
- Mandlig reproduktion - trådløs stråling kan dræbe sædceller
- Oxidativ stress - forstyrrer den normale tilstand af celler, hvilket underminerer kroppens evne til at modvirke skadelige virkninger fra ting som frie radikaler
- Søvn - inklusive at falde i søvn, sovevarighed og søvnkvalitet

# Tips til beskyttelse

- Oplad din elektronik i et område i dit hjem væk fra hvor du bruger mest af din tid.
- Sørg for at din mobiltelefon og tabletter er i flytilstand og ikke har Bluetooth eller Wi-Fi aktiveret, når de ikke er i brug.
- Husk altid at slukke Wi-Fi og mobil om natten!
- Placer dig mere end 4 meter væk fra Wi-Fi routeren
- Brug speakerphone
- Hav ikke mobilen på kroppen
- Brug beskyttelsescover
- Frankincense æterisk olie beskytter mod EMF stråling
- **SPIS:** Kelp, blæretang, spirulina, brændnælde, mælkebøtte

# Hvad har vi snakket om i dag?

- **ALTID Årsagsdiagnose:** mykotoxiner, tungmetaller, kemikalier, pesticider + Epstein-barr + jod
- **Tag bindemidler til de toxiner du har i kroppen**
- **Spis grøn, lilla, gul/orange (lever-nyre-lymfe mad)**
- **Drik 1/2 l varmt vand** tilsat saft af **1/2 grape** + 2 spsk **oliven olie** 15 min. før morgenmad
- **Dræb mykotoxin sporer i sinus med næseskyller og nasya olie (rosmarin+timian æteriske olier)**
- **Stimuler afgiftningsmotorvejene:** kaffelavement, trampolin, løb, hop eller FREMS teknologi



**EVENT TILBUD:**  
**Tungmetal + Mineralanalyse**  
**Normalpris 1750 kr. KUN idag 950 kr.**  
**Mobilepay 950 kr. til 51867730 idag**

**Infrarødscanning (lægersuperviseret)**  
**Normalpris 2850 kr. KUN idag 2450 kr.**  
**Mobilepay 2450 kr. til 51867730 idag**

# Referencer

1. Braun, Lesley, and Marc Cohen. "Herbs and Natural Supplements, Volume 2: An Evidence-Based Guide, Volume 2." Elsevier Health Sciences, 30 Mar. 2015. Print.
2. Guan, Yong-Song, and Qing He. "Plants Consumption and Liver Health." *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine : eCAM* 2015 (2015): 824185. PMC. Web. 6 Mar. 2017.
3. Váli, László, et al. "Liver-Protecting Effects of Table Beet (*beta Vulgaris* Var. *Rubra*) During Ischemia-Reperfusion." *Nutrition*, vol. 23, no. 2, Feb. 2007, pp. 172–178.
4. Sakata, R., Nakamura, T., Torimura, T., Ueno, T., Sata, M. "Green tea with high-density catechins improves liver function and fat infiltration in non-alcoholic fatty liver disease (NAFLD) patients: A double-blind placebo-controlled study." *International Journal of Molecular Medicine* 32.5 (2013): 989-994.
5. "Green Tea (*Camellia Sinesis*)."*LiverTox*, U.S. National Library of Medicine. Accessed 6 Mar. 2017.
6. Dashwood, Roderick. "Chlorophyll and Chlorophyllin."*Linus Pauling Institute*, Oregon State University, June 2009. Accessed 6 Mar. 2017.
7. Brai, BIC, et al. "Hepatoprotective Properties of Aqueous Leaf Extract of *Persea Americana*, Mill (Lauraceae) "avocado" Against Ccl4-Induced Damage in Rats." *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, vol. 11, no. 2, 1 July 2014, p. 237.
8. Bobek, P., et al. "Effect of Dehydrated Apple Products on the Serum and Liver Lipids in Syrian Hamsters." *Die Nahrung.*, vol. 34, no. 9, 1 Jan. 1990, pp. 783–9. Accessed 6 Mar. 2017.
9. Nakbi, Amel, et al. "Effects of Olive Oil and Its Fractions on Oxidative Stress and the Liver's Fatty Acid Composition in 2,4-Dichlorophenoxyacetic Acid-Treated Rats." *Nutrition & Metabolism* 7 (2010): 80. PMC. Web. 6 Mar. 2017.
10. Zali, Mohammad Reza, et al. "Liver Complications in Celiac Disease." *Hepatitis Monthly* 11.5 (2011): 333–341. Print.
11. Wu, Guoyao, et al. "Arginine Metabolism and Nutrition in Growth, Health and Disease." *Amino acids* 37.1 (2009): 153–168. PMC. Web. 6 Mar. 2017.
12. Taha, Nael Abu. "Utility and Importance of Walnut, *Juglans Regia* Linn: A Review." *African Journal of Microbiology Research*, vol. 5, no. 32, 30 Dec. 2011.
13. Kaplowitz, N. "The Importance and Regulation of Hepatic Glutathione." *The Yale Journal of Biology and Medicine* 54.6 (1981): 497–502. Print.
14. Scorletti, E., and CD Byrne. "Omega-3 Fatty Acids, Hepatic Lipid Metabolism, and Nonalcoholic Fatty Liver Disease." *Annual Review of Nutrition.*, vol. 33, 19 July 2013, pp. 231–48. Accessed 6 Mar. 2017.
15. "Recalls, Market Withdrawals, & Safety Alerts - Update: Gel Spice, Inc. Issues Expanded Recall of Ground Tumeric Powder Due to Elevated Lead Levels." US Food and Drug Administration Home Page. Office of Regulatory Affairs, 5 Aug. 2016. Web. 09 Mar. 2017.
16. Furness BW, Beach MJ, Roberts JM. Giardiasis surveillance—United States, 1992–1997. *MMWR CDC Surveill Summ.* 2000;49(7):1–13.
17. Goldmann DA, Wilson CM. Pinworm infestations. In: Hoekelman RA. Primary Pediatric Care. 3d ed. St. Louis: Mosby, 1997:1519.6
18. M. Novotna, J. Hanusova, J. Klose, M. Preiss, J. Havlicek, K. Roubalova, and J. Flegr. "Probable neuroimmunological link between Toxoplasma and cytomegalovirus infections and personality changes in the human host." *BMC Infect Dis.* 2005 Jul 6;5:54.
19. K. Hanevik, V. Dizdar, N. Langeland, and T. Hausken. "Development of functional gastrointestinal disorders after *Giardia lamblia* infection." *BMC Gastroenterol.* 2009 Apr 21;9:27.
20. Chelsea E. Matisz, Jason J. McDougall, Keith A. Sharkey, and Derek M. McKay, "Helminth Parasites and the Modulation of Joint Inflammation," *Journal of Parasitology Research*, vol. 2011, Article ID 942616, 8 pages, 2011. doi:10.1155/2011/94261
21. Costantini, 1998/99
22. Costantini, A. Etiology and Prevention of Atherosclerosis. *Fungalbionics Series*. 1998/99)