

Suoliston kuntoutusohjelma auttaa suolistoa puhdistumaan ja muokkaa sen olosuhteet suotuisiksi hyvien, suoliston sekä koko kehon hyvinvointia edistävien bakteerien toiminnalle. Emäksisiä kivennäisaineita sisältävät valmisteet auttavat kehoa pääsemään eroon liiallisesta happokuormasta ja siten voimaan paremmin.

Pascoe -hoito-ohjelma koostuu neljästä tuotteesta. Kokonaisvaltainen suoliston kuntoutusohjelma kestää 10 viikkoa ja se on hyvä tehdä kokonaisuudessaan 2-3 kertaa vuodessa. Henkilöillä joilla on hidas aineenvaihdunta, voivat tehdä hoito-ohjelman useamman kerran peräkkäin hyvän hoitotuloksen saamiseksi.

pH-liuskat: Ennen kuuria sekä kuurin aikana on tärkeä seurata elimistön pH-arvoja virtsasta. Neutraali pH arvo on 7. Päivän aikana pH-arvon on suositeltavaa nousta ainakin kaksi kertaa yli 7,4. Mitä alhaisemmaksi virtsan pH jää, sitä tärkeämpää on käyttää pH:ta tasapainottavia tuotteita. Testaa ennen kuuria mittaliuskoilla virtsan pH-arvo. Tee mittaukset 4-6 kertaa päivässä (tai jokaisen vessassa käynnin yhteydessä) 3 päivän ajan; aamulla ensimmäisenä ja päivän mittaan. pH-liuskavihkosessa sekä kauppiailta saatavissa pH:n seurantalomakkeissa on pH-kaavio, josta näkee pääpiirteittäin missä arvoissa pH:n tulisi olla eri kellonaikoina. Kaaviosta näkee myös, että pH vaihtelee päivän aikana, eikä sen pidä pysyä samana jatkuvasti. Testaa pH:ta myös Pascoe-hoito-ohjelman aikana noin 4 viikon välein seurataksesi pH-arvon muutoksia. Hoitokuurin jälkeen pH-arvon tasapainottamista on hyvä jatkaa vielä Emäsjauheella tai pH-balance -tableteilla, sillä happamuuden poistumiseen kaikkialta sidekudoksista voi mennä useita kuukausia tai jopa vuosia.

KOKO KUURIN AJAN on tärkeää juoda runsaasti vettä (2-6 litraa päivässä), jotta happamat aineenvaihduntatuotteet sekä kuona-aineet pääsevät poistumaan elimistöstä. Aineenvaihdunnan hitaus tai vatsan toiminnan ”jumittuminen” kuurin aikana johtuvat yleensä aina liian vähäisestä veden juonnista. Liian vähäinen veden juonti voi myös aiheuttaa ns. paasto-oireita, kuten päänsärkyä tai huonoa oloa. Osan vedestä voi korvata tarvittaessa vihreällä (ei mustalla eikä hedelmä/marja) teellä.

KOKO HOITO-KUURIN AJAN:

Pascoe-Emäsjauhe tai pH-balance -tabletit

Emäsvalmisteen käytön voi aloittaa jo ennen hoito-ohjelman aloittamista ja jatkaa hoitokuurin jälkeen. Jos aiheenvaihdunta ennen kuuria on kovin hidas, suositellaan aloittamaan emästuotteen käyttö pH-balance -tableteilla. Kehon puhdistuminen voi aiheuttaa alkuun vatsan löystymistä. Puhdistumisen alkuvaiheessa happamat aineenvaihduntatuotteet saattavat elimistöstä poistuessaan viedä mennessään mineraaleja (oireina ripuli, suonenvedot). Tällöin suositellaan käytettäväksi emäsvalmisteen rinnalla monipuolista mineraalivalmistetta, esim. Donsbach-sarjan Mineral plussia tai B-Calmia.

Pascoe-Emäsjauhe 260 g

Tri Sandersin emäksinen kivennäisaineseos. Keventää kehon happotaakkaa ja tukee normaalia aineenvaihduntaa. Kokeile, jos närästä, vatsan toiminta hidastelee, lihakset kipeytyvät, kramppeavat tai kehoosi kertyy selluliittia. Tehokas ja riittoisa.

Annostus ja käyttö: Emäsjauheen käyttö suositellaan aloitettavaksi ½ teelusikallisella; jauhe sekoitetaan kehonlämpöiseen veteen, ja nautitaan aamulla tyhjään vatsaan tai päivällä noin 2 tuntia ruokailun jälkeen. Pääasia on, että tuote nautitaan tyhjään vatsaan. Näin vaikuttavat aineet pääsevät alemman mahaportin läpi suoraan ohutsuoleen vaikuttamaan. Noin viikon käytön jälkeen annostus voidaan nostaa 1 tl:aan / pv. Annostusta voidaan nostaa maksimissaan viiteen annokseen / pv kuukauden välein (1 annos on 1 tl). Annokset otetaan eri aikoihin, ei useampaa teelusikallista jauhetta / lasillinen. Harvemmin annostusta kuitenkin tarvitsee nostaa.



pH-balance -tabletit 100 tabl. ja 200 tabl.

Helppokäyttöiset kivennäisainetabletit. Emäksiset kivennäisaineet auttavat kehoa pääsemään eroon liiallisesta happamuudesta ja tehostavat aineenvaihduntaa. Helppo pitää aina mukana.

Annostus ja käyttö: 2 tablettia 4 kertaa päivässä; aamulla tyhjään vatsaan ja päivän mittaan n. 2 tuntia ruokailun jälkeen runsaan veden kera.



KOKO HOITOKUURIN AJAN:

ARONIA-PASCOE 30 kaps.

- Vahvin marja-antioksidanttiluomiste (aroniatiiviste-kapseli)

Aronialla on todettu mm. oksidatiivista stressiä ja tulehduksia lieventäviä vaikutuksia sekä suoliston limakalvoja suojaavia vaikutuksia. Jo itsessään elimistön puhdistuminen voi aiheuttaa elimistössä tulehdusta sekä oksidatiivista stressiä.



Annostus ja käyttö: 1-2 kapselia kahdesti päivässä koko hoitokuurin ajan sekä muutamia viikkoja sen jälkeen. Sopii myös antioksidanttiluomisteeksi koko perheelle jokapäiväiseen käyttöön.

SUOLISTON KUNTOUTUSOHJELMA:

1 VAIHE (viikko 1)

OZOVIT MP 100 g

- Suoliston puhdistusvaihe

Kuuri alkaa Ozovitilla, jolla ensiksi puhdistetaan suolisto. Se on magnesiumperoksidivalmiste, jolla vatsan toiminta saadaan tehokkaaksi ja haitalliset bakteerit suolistosta tuhottua. Suoliston puhdistaminen ja huonojen bakteerien tuhoaminen on tärkeää, jotta päästään istuttamaan hyvää bakteerikantaa puhtaalle alustalle.



Annostus ja käyttö: 2 kertaa päivässä (aamulla ja illalla) 1-3 mittalusikallista jauhetta veteen tai mehuun sekoitettuna. Noin 1 tunti ennen ruokailua tai noin 1 tunti ruokailun jälkeen. Käyttö on hyvä aloittaa pienellä annostuksella, ½ - 1 mittalusikallisella ja nostaa annostusta vähitellen. Jos käyttö aloitetaan pienellä annostuksella, kuuria voidaan jatkaa vielä toisen viikon ajan.

2 VAIHE (viikot 2 - 4)

MARKOFRUCT 200 g

- Suoliston sisäisten olosuhteiden kunnostus

Seuraavana ohjelmassa on hyvän kasvuympäristön luominen hyödyllisille ja välttämättömille maitohappobakteereille, probiooteille. Prebioottinen Markofruct sisältää kamomillankukkauutetta, joka rauhoittaa suolistoja, lievittää tulehduksia ja vakauttaa vatsaa. Sen sisältämä oligo-fruktoosi parantaa suoliston sisäisiä olosuhteita. Oligofruktoosi auttaa ja ruokkii hyviä bakteereita sekä muodostaa niille hyvän toimintaympäristön.



Annostus ja käyttö: 2-4 tl jauhetta kaksi kertaa päivässä, aamiaisella ja illalla viimeisen aterian jälkeen. Sekoita jauhe kupilliseen kuumaa vettä. Sopii mainiosti ilta- ja aamuteeksi!

3 VAIHE (viikot 5 - 10)

DASYM -Pascoe 50 annospussia à 2 g

- Suoliston hyvän bakteerikannan vahvistus

Kun suolistoon on saatu oikeanlainen ja puhdas toimintaympäristö probiooteille, aloitetaan Dasym-Pascoen käyttö. Se sisältää Lactobacillus acidophilus- ja Bifidobacterium bifidum-maitohappobakteereita, jotka ovat tärkeitä paitsi suoliston hyvinvoinnille myös kehon puolustuskyvylle.



Annostus ja käyttö: 1 annospussi päivässä sekoitetaan lasilliseen vettä tai maitoa.

Merkkejä elimistön happamuudesta:

- selluliitti, epätasainen iho (kuonakertymiä) → näkyvin ja konkreettisin merkki happamuudesta
- huonokuntoinen, kalpea ja kelmeä iho, ihottumat ja ihotulehdukset
- katkeilevat, elottomat hiukset
- hauraat kynnet tai jatkuva kynsisieni-infektio
- hiivatulehdukset sekä suun ja ruokatorven hiivatulehdukset
- tummat silmänympärykset
- turvonnut vatsa, sormet ja nivelet
- immuunipuolustuksen heikkeneminen, infektioalttius
- ruuansulatusongelmat, ummetus tai jatkuva ripuli ja ilmavaivat
- lihasjäykkyys tai jännittyneisyys

Pyydä jälleenmyyjäsi tekemään pH-balance Pascoe -tableteilla mielenkiintoinen makutesti, joka antaa viitteitä elimistösi happamuudesta ja kuona-ainetilanteesta. Kysy myös pH-arvon seurantalomakkeita, johon saat merkittävää virtsan pH-arvosi ylös ja verrattua ihannekäyrään.