

Candida Behandlungsüberblick

Antipilzmitteln

Lebensmittel:

Kokosöl, Oliveöl, Distelöl, Knoblauch, Frühlingszwiebeln, Lauch und andere Zwiebeln, am besten roh

Nahrungsergänzungen:

Caprylsäure, Grapefruitkerneextrakt, Oregano Öl, Knoblauch Ergänzungen, Pau d'Arco und Fungalite

Immunstimulanzien

Lebensmittel:

Grünes Blattgemüse, Kohl, Kräutern, Vollkorn Getreide, Nüsse, Samen, ölige Fische, Innereien (Leber und Herz)

Nahrungsergänzungen:

B-Vitamine, D-Vitamin, C-Vitamin, Jod, Eisen, Zinc, Omega-3-fettsäuren, Olive Blatt Extrakt, Echinacea, Chlorella/Spirulina und Kräuter Produkte

Die-Off

Nahrungsergänzungen:

Molybdän, B5-Pantheine, C-Vitamin, Mariendistel und Kräuterprodukte

Alternative Methoden:

Erhöhte Wasseraufnahme, Pause mit den Antipilzmitteln, Öl-Ziehung, Haut bürsten, Kontrast Duschen, moderate Bewegung, Entspannung und Sauna

Verdauung und Darm

Wiederaufbau der Darmflora:

Probiotische Bakterien, Milchsäure fermentiertes Gemüse, Kefir, Yoghurt Naturel, Prebioticum (Zichorie Wurzel) und Inulin

Verbesserte Verdauung:

B-Vitamine, Eisen, Zinc, Jod, Psyllium, Aloe Vera und verschiedene Kräutern