



Darm-Reinigungsprogramm mit dem „Colon Cleansing Kit“ von „Blessed Herbs“

Substanzen: Bestellung im Internet unter: [www.blueherbs.co.uk/](http://www.blueherbs.co.uk/)

- „Digestive Stimulator“ Kapseln
- „Toxin Absorber“ Pulver

Wichtige Kriterien:

- Trinkmenge von min. 2 Liter Wasser täglich einhalten
- 2-3 Stuhlgänge täglich (wird im 2. Schritt weniger werden)

Schritt 1 – Vorbereitung - Dauer: 3 Tage

Ziel:

- Vorbereitung auf das Entgiftungsfasten
- Festlegung der Menge der „Digestive Stimulator“ Kapseln
- Reduzierung der täglichen Nahrungsmenge um 25% täglich

Durchführung:

- Dauer Vorbereitungsphase: 3 Tage
- Normale Mahlzeiten um  $\frac{1}{4}$  der Menge täglich reduziert
- Vor dem Abendessen die „persönliche“ Anzahl „Digestive Stimulator“ Kapseln
- 1 Stunde vor dem Zubettgehen 1 Beutel „Toxin Absorber“ in  $\frac{1}{4}$  Liter Apfelsaft eine halbe Minute im „Shaker“ geschüttelt – danach  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser trinken.

Persönliche Anfangsdosierung der „Digestive Stimulator“ Kapseln:

Gemessen an der Anzahl der Stuhlgänge im normalen Alltag nehmen Sie bitte nach folgender Tabelle:

|                        |           |
|------------------------|-----------|
| 2-3 Stuhlgänge täglich | 1 Kapsel  |
| 1 Stuhlgang täglich    | 2 Kapseln |
| Alle 2 Tage            | 3 Kapseln |
| Alle 3-4 Tage          | 4 Kapseln |



#### Anmerkung:

Wichtig in der Vorbereitungsphase ist es 2-3 weiche Stuhlgänge pro Tag zu fördern und sich durch die tägliche Reduzierung der Nahrung auf die folgende Fastenphase vorzubereiten. Sollte nach Einnahme der persönlichen Anfangsdosis „Digestive Stimulator“ Kapseln nicht mindestens 2 Stuhlgängen am 2.Tag bewirkt haben, muss die Menge der Kapseln am 2.Tag um 1 Kapsel erhöht werden. Hierbei ist es von großer Wichtigkeit, die Trinkmenge an Wasser täglich einzuhalten. An diesen drei Tagen kann man normal Essen (jeden Tag  $\frac{1}{4}$  weniger), eine Übergangsphase mit leichter Rohkost und sanft gedämpften Gemüse mit Reis liefert die besten Ergebnisse. Nahrungsmittel wie Milchprodukte, Fleisch, Zucker, Weißmehlprodukte sind einzuschränken oder bestenfalls auszugrenzen.

#### Schritt 2 – 5 Entgiftungstage

##### Ziel:

- Intensive Darmreinigung durch „Toxin Absorber“ Pulver
- Ablösung alter Schichten von Darmschleimhaut

##### Wichtige Kriterien:

- Trinkmenge von min. 2 Liter Wasser täglich
- Verzehr von Fruchtsäften (keine Zitrus-säfte) und klarer Gemüsebrühe erlaubt

##### Durchführung:

- Dauer: 5 Tage
- Kein Verzehr von Nahrungsmittel = Fasten
- Alle 3 Stunden 1 Beutel „Toxin Absorber“ in  $\frac{1}{4}$  Liter Apfelsaft – danach  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser trinken. Am besten ist es, gleich nach dem Aufstehen anzufangen.
- 2 Stunden vor dem Schlafengehen die „persönliche“ Anzahl „Digestive Stimulator“ Kapseln einnehmen.

#### Anmerkung:

In dieser Phase wird kein „festes“ Essen zu sich genommen. Durch die Quellmenge des „Toxin Absorber“ Pulvers verspürt man in der Regel kein Hungergefühl. Am ersten Tag ist der Appetit noch vorhanden – das ist aber „Kopfsache“. Wichtig ist es eine Stunde nach Einnahme des „Toxin Absorber“ keine Flüssigkeit mehr zu sich zu nehmen – das betrifft nicht den halben Liter Wasser direkt nach der Einnahme des „Toxin Absorbers“. Ab dem 2. oder 3. Tag wird sich der Darm von Schleimhautresten befreien. Man kann diese Phase natürlich mit Zitronenwasser- und Kaffeeinläufen zusätzlich unterstützen.

##### Rechtlicher Hinweis:

Bei den hier beschriebenen Methoden handelt es sich um schulmedizinisch nicht anerkannte und mit schulmedizinischen Methoden hinsichtlich der Wirksamkeit nicht belegten Behandlungsformen. Schulmedizinisch anerkannte Nachweise für die Wirksamkeit und Eignung liegen nicht vor. Insbesondere liegen keine klinischen Studien vor, die die beschriebenen Methoden als wirksam belegen.“