

OBSAH



Uzdravení je jen na vás 9

Úvod 11

- KAPITOLA 1 -

Pár faktů o průvodci Jak přírodně na candidu 14

Můj příběh a příběhy z praxe 19

Úspěch je váš! 23

Zbavte se kvasinkové infekce celostně 24

- KAPITOLA 2 -

Vše o kvasinkové infekci 26

Část I. ● Co je kvasinková infekce? 26

Skutečná příčina kandidózy 28

Druhy kvasinkových infekcí 34

Příznaky genitální kvasinkové infekce 34

Další příznaky přemnožené Candidy 36

Komplikace přemnožené Candidy 38

Část II. ● Celostní medicína vs. konvenční medicína v léčbě kvasinkové infekce 42

Přírodní medicína vs. chemické preparáty – zásadní rozdíly 42

Smutná pravda o lécích na kvasinkové infekce 43

Volně prodejné léky 45

Přístup celostní medicíny 47

- KAPITOLA 3 -

Diagnóza kvasinkové infekce 50

Jste v nebezpečí? 50

Jak se přemnožená Candida diagnostikuje? 52

Jak se Candida albicans přenáší 54



Dotazník symptomů k určení kvasinkové infekce	54
Diagnostika vaginální kvasinkové infekce	58
Jednoduchý domácí test ke zjištění závažnosti kvasinkové infekce	58

- KAPITOLA 4 -

Přírodní terapie na úlevu od projevů kandidózy 60

Představení terapie	60
Produkty potřebné k léčbě odstranění příznaků	62
Rozpis terapie	76
Postup terapie kvasinkové infekce v koutcích úst	78
Kvasinková infekce a plíseň na nehtech	80
7hodinová úlevná terapie genitální infekce ve 3 krocích	83
TERAPIE kvasinkové infekce u mužů	86
Kvasinková infekce v těhotenství	88
Kvasinková infekce u kojenců	90

- KAPITOLA 5 -

Rychlý a účinný mini program pro ústup kvasinkové infekce, když nemáte dost času 92

- KAPITOLA 6 -

Celostní systém terapie kvasinkové infekce 96

Základní principy celostního systému terapie	98
--	----

Část I. ● Systém celostní terapie kvasinkové infekce v 5 krocích 99

Krok 1: 5 principů protikvasinkové diety a optimalizace trávení	99
Protikvasinková dieta – Princip # 1 – Eliminace nevhodných potravin	101
Princip # 2 – Vhodné a léčivé potraviny	113
Princip # 3 – Raw food (syrová strava)	124
Princip # 4 – Potravinové alergený	128
Princip # 5 – Optimalizace trávení	131
Krok 2: Posílení imunity a potravinové doplňky	135
Imunitní podporovatelé a potlačovatelé	136
Zvýšení činnosti brzlíku	138
Nutriční doplňky a imunitní funkce	139
Účinné „omlazovače“ krve a pleti	145
Krok 3: Vnitřní očista a detoxikace jater	148

Co je půst? 150

Třidenní šťávková očista organismu 156

Jak pomoci detoxikačním orgánům v odstraňování toxinů 167

Prevence re-absorpce toxinů do krve 170

Očista těla od těžkých kovů 175

Léčebná krize a jak ji přežít 177

Zbavte se parazitů - týdenní program 180

Detoxikace jater 182

Krok 4: Vyhubení přemnožené candidy a plísni protikvasinkovými doplňky 184

Krok 5: Doplnění a opětovná kolonizace přátelskými bakteriemi 190

Část II. • Kontrola stresu, optimalizace spánku, cvičení, sexuální opatření a hygiena 192

Krása meditace a správného dýchání 194

Důležitost smíchu 202

Kouzelné účinky cvičení 203

Práce s mentálními technikami - Kontrola stresu 205

Plán optimalizace spánku 213

Hygienická, sexuální a praktická preventivní doporučení: Řešení vnějšího prostředí candidy 216

Candida a plísně v prostředí 219

Symptomy, podle kterých poznáte, že jste byli vystaveni plísni 222

Část III. • Jak zabránit opětovnému přemnožení candidy a udržovat rovnovážné vnitřní prostředí 224

- KAPITOLA 7 -

Doplňková terapie kvasinkové infekce 226

Aromaterapie 226

Masáže 228

Akupunktura 229

Homeopatie vhodná k léčbě přemnožených kvasinek 230

- KAPITOLA 8 -

Protikvasinková detoxikační dieta 232

Co jíst během protikvasinkové detoxikace 234

Co nejíst během protikvasinkové detoxikace 234





- KAPITOLA 9 -

Ājurvédský detoxikační program 240

- KAPITOLA 10 -

Psychosomatika a kvasinková infekce 248

Jak uvolnit napětí? 250

Konkrétní psychosomatické příčiny kvasinkových infekcí u žen 251

Závěr 252

Zdroje 254