

## Darm-Balance-24

Zur Entgiftung, Sanierung, Revitalisierung und Harmonisierung des Darmes.

- Kur bequem und mit wenig Zeitaufwand zu Hause durchführbar.
- Kein Fasten oder schwierige Diäten.
- Hochwirksame Kräuter-, Mineralien-, Vitamin-, Enzym-, Mikroorganismenmischung.
- Reinigt und entgiftet den Darm, harmonisiert die Darmflora und baut sie auf.
- Spürbare Gesundung und Steigerung des Wohlbefindens.
- Immunstimulierende Wirkung.
- unterstützt einen regelmäßigen Stuhlgang sowie eine sanfte Gewichtsreduzierung (nur bei Übergewicht).
- sorgt für deutlich mehr Energie und Schaffenskraft.

### Warum Darmpflege?

Über 80% des Immunsystems befindet sich im Darm und im Lymphsystem!

Unsere verfeinerten Lebens(?)mittel, Medikamente (besonders Antibiotika), Alkohol, Drogen, Nikotin, Farb- und Konservierungsstoffe sowie Schädlingsbekämpfungsmittel in Nahrungsmitteln schädigen permanent die Darmflora und begünstigen ein Ausbreiten von schädlichen Parasiten (Störung der Darmbalance).

Die Darmverschlackung durch Eiweißüberschuß (Fleisch, Wurst, Eier, Getreide...) tut ihr übriges: Klebrige Massen überziehen wie Kleister die Darmwände und bilden den Nährboden für Parasiten und schädliche Mikroorganismen. **Eine Aufnahme der lebensnotwendigen Vitamine und Mineralien durch die Darmschleimhäute ist so kaum noch möglich.** Dafür werden die giftigen Stoffwechselprodukte der schädlichen Darmflora und Pilze, die in dieser faulenden Schleimschicht leben, verstärkt aufgenommen und so Ihr ganzer Körper vergiftet. Der ständige Leistungsdruck unserer Gesellschaft und psychische Konflikte schwächen zudem ständig unser Verdauungssystem und fördern oben genannte Prozesse.

Die Folge davon sind: Verschlackung, Vergiftung und Schwächung Ihres gesamten Organismus, Hautkrankheiten, Rheumatische Erkrankungen, Versäuerung des Körpers, Übergewicht, dickflüssiges Blut, Verpilzung und vieles mehr. Auch eine gründliche Blutreinigung nützt nicht viel. Das saubere Blut wird durch die Fäulnisprozesse im Darm sofort wieder mit neuen Stoffwechselgiften angereichert.

Gesunde eiweißarme Ernährung, wie z. B. Rohkost ist prima (nur wer macht das schon), es entstehen dann keine weiteren Kotablagerungen im Darm. Die alten Ablagerungen hingegen, aus oft jahrzehntelanger Fehlernährung, können wirkungsvoll durch eine spezielle Darmpflegekur aufgeweicht und ausgeschieden werden. Ansonsten faulen die "Altlasten" trotz bester Ernährung weiter in Ihrem Körper und verseuchen ihn mit giftigen Stoffwechselprodukten. Auch verhindern diese Ablagerungen eine gute Aufnahme der lebenswichtigen Vitamine und Mineralien durch die Darmschleimhaut.

Um sich wieder sauber, gesund und fit zu fühlen gibt es einen effektiven Weg: Die schleimigen und verhärteten Kotablagerungen im Darm werden aufgeweicht und gründlich entfernt. Das geht leicht und schnell durch eine intelligente und gut durchdachte Darmreinigungskur. Je älter und schwächer eine Person ist, um so verschmutzter ist auch der Darmtrakt und um so positiver wirkt sich diese Entschlackung auf den gesamten Organismus aus. Auch Kinder können diese Kur mit entsprechend reduzierter Dosierung durchführen.

Die Darm-Balance-24-Kur ist eine wunderbare Pflegekur, die selbst völlig verschlackte Därme ohne viel Aufwand wieder entschlacken kann. Schädlichen Bakterien und Parasiten wird der Nährboden und damit die Lebensgrundlage entzogen. So enthält der Darm am Ende der Darmpflegekur wieder 85% Laktobakterien und 15% Kolibakterien und nicht umgekehrt, wie beim kranken Darm.

**Inhalt von Darm-Balance-24:** Flohsamenpulver, Flohsamenschalen, Topinambur, DMAE (Dimethylaminoethanol), Spirulina, Chlorella, Zeolithe-Pulver, MSM, Olivenbaumblätter, Rote

Beete-Pulver, Camu-Camu-Pulver (nat. Vitamin C), Artischockenpulver, OPC, Curcumpulver, Propolis-Extrakt, Ananas-Enzyme, Papaya-Enzyme, Grapefruitkern-Extrakt, Walnussblättepulver, Reiserferment, PABA (Vitamin B10), Lactobazillus Acidophilus und Bifidus. Die Beschreibung zu den einzelnen Zutaten finden Sie unter: [www.provitas.org](http://www.provitas.org)

Frei von Konservierungs- und Farbstoffen.

### **Anwendung:**

Die Kur besteht aus Massebildnern, Reinigungspulver, Aufbaupulver, Anti-Pilz-Wirkstoffen und Mikroorganismen. Die Anwendung ist ganz einfach:

Sie beginnen mit 1 gestrichenen Teelöffel (oder 3 Kps.) täglich morgens (vor dem Frühstück), füllen diesen in ein verschließbares Marmeladenglas mit mind. 250 ml Wasser ohne Kohlensäure (am besten dampfdestilliertes oder Umkehr-Osmose-Wasser – Volvic o.ä. geht auch). Apfel-, Trauben- oder Gemüsesäfte (keine Zitrus-säfte) oder ein wenig Honig können den Geschmack verbessern. Es schmeckt aber auch ohne Zusatzstoffe schon nicht schlecht. Schütteln Sie das Ganze kräftig und trinken Sie es dann aus. Trinken Sie auch über den Tag verteilt viel (sauberes) Wasser (2 – 3 Liter). Das ist wichtig, damit die aufgelösten Schlacken und Gifte schnell den Körper verlassen können.

**Ab dem dritten Tag** nehmen Sie zusätzlich zu dem Teelöffel am Morgen vor dem Mittagessen einen weiteren Teelöffel (oder weitere 3 Kps.) in Wasser gelöstes Pulver und ab dem 8. Tag abends dann auch noch mal einen Teelöffel (oder weitere 3 Kps.) vor dem Abendessen.

Wir empfehlen zusätzlich eine morgendliche Bürstenmassage mit einer trockenen Bürste mit Naturborsten. Dabei wird der ganze Körper nach dem Aufstehen mit der Massagebürste in Richtung Darm gebürstet um die lymphreinigende Wirkung der Kräuter zu unterstützen. Dies dauert ca. 3 Minuten. **Schwangere oder Patienten, die Digitalispräparate** nehmen sollten die Darmkur nicht durchführen. Personen mit **entzündlichen Erkrankungen der Darmschleimhaut** (Morbus Crohn und Colitis ulcerosa) sollten sich vorher mit ihrem Arzt absprechen.

Die Anwendungstabelle auf der letzten Seite ist lediglich eine unverbindliche **Orientierungshilfe**. Aufgrund des unterschiedlichen Dehnungs- und Fassungsvermögens der Eingeweide benötigen Sie auch **unterschiedliche Mengen des Pulvers**. Sie können die eigene Einnahmemenge selbst je nach Bedarf variieren, da nicht mit Nebenwirkungen, wie bei einem Arzneimittel, zu rechnen ist. Hören Sie einfach auf Ihr Körpergefühl. Geschieht viel auf einer Dosierungsebene, brauchen Sie die Menge nicht zu steigern.

Die Darm-Balance-24 Pflegekur kann auch über einen **längeren Zeitraum** eingenommen werden (6 Monate und mehr). Die Inhaltsstoffe reinigen den Darm permanent schonend, sie stellen für die tägliche Ernährung wertvolle Mineralien, Vitamine, Aminosäuren, Fettsäuren etc. zur Verfügung und sorgen so für eine dauernde Immunstabilisierung sowie wie einen hohen Energiestatus.

### **Laktobakteriennahrung**

Zusätzliche Laktobakterien werden hauptsächlich durch milchsauer vergorenes Gemüse (meist Sauerkraut – nicht gekocht) zugeführt. Am Ende der Kur sollten Sie so viel wie möglich davon essen.

### **Körperreaktionen**

Je mehr Reaktionen Ihr Körper auf die Darmpflege zeigt, um so mehr ist eine Entschlackung des Darms angesagt. Wenn sich Ihr Bauch stark spannt, sollten Sie die Dosierung auf die Hälfte heruntersetzen.

Wenn Sie sich nicht wohl fühlen: ein Einlauf mit abgekochtem Wasser schafft oft eine schnelle Besserung. Notfalls verringern Sie die Dosierung des Pflegepulvers, bis Sie sich wieder gut fühlen. Achten Sie darauf, dass Sie täglich genügend Wasser trinken, mind. 2 Liter pro Tag, bzw. 2 Gläser Wasser **vor** jeder Mahlzeit.

Lösen sich zu viele alte und verhärtete Kotmassen gleichzeitig, „**kann**“ es bei manchem Stuhlgang zu Stockungen kommen. Achten Sie darauf, dass Sie genügend Wasser trinken.

In der Regel bemerken Sie ab der 3. bis 5. Woche der Pflegekur die Ausscheidung alter Ablagerungen aus dem Darm (oft auch früher oder später). Diese sind meist von schleimiger oder verhärteter Konsistenz und riechen nicht gerade angenehm, da in diesen alten Kotablagerungen noch starke Fäulnisprozesse stattfinden. In den letzten Wochen der Kur werden eher graue, sehr harte Ablagerungen ausgeschieden, die nicht mehr riechen, da dort der Fäulnisprozeß schon beendet ist. Eine deutliche **Vermehrung der Stuhlmassen** ist während dieser Darmkur üblich und normal.

Häufig verringert sich während der Kur Ihr Appetit. Ihr Körper braucht jetzt weniger Nahrung, um sich mit den lebensnotwendigen Vitalstoffen zu versorgen. Auch sind in der Regel bei fülligeren Personen ein deutlicher **Gewichtsverlust** eine erwünschte Begleiterscheinung (nur bei Übergewicht – normalgewichtige Personen nehmen nicht ab).

### Ernährung

Grundsätzlich können Sie Ihre bisherige Ernährung beibehalten. Sie werden die Entschlackung Ihres Darmes jedoch unterstützen, wenn Ihre Nahrung möglichst viel frische Früchte, Rohkost und frische Gemüse enthält.

**Folgende Nahrungsmittel sollten während der Kur vermieden werden:**

Milchprodukte, Fleisch- und Wurstwaren, Brot und Weißmehlerzeugnisse, Industriezucker und alle Süßigkeiten, die Industriezucker enthalten sowie alle raffinierten und verfeinerten Speisen. Ferner sind die größten Feinde einer gesunden Darmflora: **Antibiotika, Drogen, Alkohol, Kaffee...**

Da die Kotablagerungen im Darm oft schon Jahrzehnte alt sind, ist eine Durchführung der Kur für mindestens 3 - 4 Monate angebracht. Bei Obduktionen wurden schon Dickdärme gefunden, die durch ihre alten Kotablagerungen bis zu 20 kg wogen. Falls Ihr Bauch schon stark gerundete Formen aufweist, die teilweise einer Schwangerschaft ähneln, so ist eine 9-monatige Kur angesagt. Nach der Kur fühlen Sie sich in der Regel bedeutend **besser, frischer und lebendiger. Sie haben mehr Energie**, brauchen oft weniger Schlaf und sind **leistungsfähiger, Sie sehen gesünder aus** und haben häufig sogar abgenommen (nur bei Übergewicht). Meist wird auch ein sehr positiver Einfluss auf alle **chronischen Krankheiten** festgestellt. Eventuell stellt sich Ihre Ernährung um - ohne Zwang und Verzicht. Der Appetit auf Süßigkeiten kann evt. sogar völlig verschwinden.

Die Darmpflegekur schafft einen Ausgleich zu einer einseitigen Ernährung und deren verschlackenden Folgen. Sie reinigt und nährt die Darmschleimhäute und unterstützt die Selbstreinigungs- und Selbstheilungskräfte des Körpers. Dadurch wird das Wachstum der im Darm angesiedelten wichtigen Laktobakterien begünstigt. Deshalb fällt diese Darmpflegekur **nicht** unter die Kategorie Arzneimittel.

### Anwendungstabelle

Tag	Darm-Balance-24
1 - 3	1 gestr. Teel.* (oder 3 Kps.) mit 250 ml Wasser, morgens vor dem Frühstück
4 - 7	1 gestr. Teel.* (oder 3 Kps.) mit 250 ml Wasser, morgens und mittags, jeweils vor den Mahlzeiten
ab 8	1 gestr. Teel.* (oder 3 Kps.) mit 250 ml Wasser, morgens, mittags und abends, jeweils vor den Mahlzeiten

*\* ab 90 kg Körpergewicht 1 gehäufte Teelöffel*

### Die "Krise bei der Heilung"

Bei Personen, die zum ersten Mal Darm-Balance-24 einnehmen kann es zum Auftreten von Symptomen früherer Krankheiten kommen. Diese werden fälschlicherweise häufig als Nebenwirkungen angesehen. Es handelt sich um einen **vorübergehenden Zustand**, bei dem es den Anschein hat, dass sich alte Symptome verschlimmern, während tatsächlich ein **Heilungsprozeß** stattfindet. Dies ist als "Krise bei der Heilung" bekannt und wird von den chinesischen Kräuterheilkundigen als "Heilungsreaktion" bezeichnet.

### **Ursache der Krise bei der Heilung**

Weil sich die meisten Menschen in einem toxischen Zustand befinden, kann der Entgiftungsprozeß, der bei der Einnahme von Darm-Balance-24 eintritt, zu Veränderungen im Körper und entsprechenden Symptomen wie Kopfschmerzen, Hautausschlag und Schwindelgefühl führen. Auch zu Durchfall und Verstopfung. Während des Entgiftungsprozesses kann die Bewegung von Toxinen zu Symptomen wie Gelenk- oder Muskelschmerzen (Arthritis) oder häufigem Stuhlgang mit schlechtem Geruch führen.

### **Wie lange hält sie an?**

Dieser Zustand kann etwa 3 bis 7 Tage lang auftreten (muss nicht), doch hängt dies von Lebensumständen, Alter, Dosierung und Gesundheitszustand jedes einzelnen ab. Manchmal kommt es ein paar Tage später zur "Krise bei der Heilung", die 1 bis 2 Wochen lang in verschiedenen Körperteilen auftreten kann, Dies ist ein Anzeichen für den schlechten Gesundheitszustand des Anwenders.

### **Symptome der Krise bei der Heilung**

- Symptome der "Krise bei der Heilung": Schläfrigkeit, Müdigkeit, Gelenksbeschwerden, Durchfall, Blähungen, Kopfschmerzen, Schwindelgefühl, leichtes Fieber, Hautausschlag, Anstieg des Blutdrucks (nur zeitweise), schweres Atmen...

### **Schlussfolgerung**

Die "Krise bei der Heilung" ist nur ein vorübergehender Zustand und ein Anzeichen dafür, dass der Heilungsprozess stattfindet. Eine der besten Möglichkeiten, die "Krise bei der Heilung" zu überwinden, ist, die Dosierung herabzusetzen und allmählich wieder zu erhöhen, wenn die Symptome abgeklungen sind. Oder beginnen Sie, wenn Sie gesundheitliche Probleme haben, um sicherzugehen mit einer niedrigen Dosis, die Sie dann allmählich erhöhen. Die "Krise bei der Heilung" sollte nicht fälschlicherweise als Nebenwirkung angesehen werden. Alle Inhaltsstoffe von Darm-Balance-24 sind nicht als toxisch bekannt und die Einnahme ist absolut sicher. Die fortgesetzte Einnahme von Darm-Balance-24 über mindestens 2-6 Monate wird empfohlen. Wenn sich die positive Wirkung nach Anwendung von Darm-Balance-24 nicht einstellt, sind folgende Punkte zu prüfen:

- Achten Sie auf gute Ernährungsgewohnheiten (mehr grünes Gemüse, weniger Fleisch und tierische Fette).
- Meiden Sie Zucker, Salz, Kaffee und andere säurebildende Nahrungs- und Genußmittel.
- Bauen Sie Streß ab und verzichten Sie auf Zigaretten und Alkohol.
- Regelmäßige Körper- und Atemübungen an der frischen Luft.

Viel Erfolg.

Info-Texte zu den Einzelbestandteilen von Darm-Balance-24 können Sie auf Wunsch gerne kostenlos bei uns anfordern. Sie finden aber auch gut recherchierte Texte auf [www.provitas.org](http://www.provitas.org).