



VITAMINEREI
SPIN UP YOUR LIFE



darmdetox



6/3 TAGESKUR

DIE KUR ZU EINEM
GESUNDEN DARM

DIE GESUNDHEIT SITZT IM DARM

Müdigkeit, Antriebslosigkeit, nicht abschalten können und innerer Stress sind oft Anzeichen für einen überforderten Darm. Der Darm wird nicht umsonst als das Zentrum der Gesundheit bezeichnet.

Durch verschiedenste Dauerbelastungen wie hochindustrialisierte Nahrung (Konservierungsmittel, Stabilisatoren, Geschmacksverstärker usw.), Toxine oder Stress kann es oft von einer Verschiebung des Darmmilieus (Dysbiose) und Entzündungsprozessen bis hin zum Leaky-Gut-Syndrom (löchriger Darm) kommen. Diese verursachen bei anhaltender Fehlfunktion entzündliche Darmkrankheiten, Stoffwechselstörungen, Schwierigkeiten beim Abnehmen, Verstopfung, Gas- oder Blähbauch, unreine Haut und Hautkrankheiten (z.B. Schuppenflechte). Auch vielen psychoemotionalen Problemen bis hin zu Depressionen und Autoimmunerkrankungen liegt eine Fehlfunktion und Dysbiose des Darms – und vor allem des Dünndarms zu Grunde.

Wichtig für die Bedeutung eines gesunden Darms ist zudem das Verständnis, dass 80% aller Immunreaktionen im oberen Verdauungstrakt stattfinden und sich ca. 70% aller Immunzellen im Bereich des Dünndarms befinden! Dies zeigt deutlich die enge Verknüpfung des Immunsystems mit dem Darm und die enorme Bedeutung einer intakten Darmflora.

Eine große Herausforderung besteht immer noch darin, gerade den Bereich des Dünndarms mit seiner enormen Gesamtoberfläche von 300-400m² effektiv zu reinigen und das Verdauungssystem nachhaltig zu entlasten. Hier bietet der DarmDetox Spin und das anschließende Aufbauprogramm eine ideale Lösung, denn dieses Konzept ist darmreinigend, hilft eine normale Darmfunktion zu erhalten und das Wachstum der nützlichen Darmflora zu erhöhen. Der Darm wird vom angelagerten Biofilm befreit, Entzündungen beruhigen sich, Darm- und Kotpeche werden von der Darmwand gelöst und Parasiten und Viren werden ausgeschieden.

POSITIVE EFFEKTE DES DARMDETOX SPIN:

- Ein sauberer, gesunder Darm steigert das Wohlbefinden
- Verbessert den allgemeinen Stoffwechsel
- Bessere und effektivere Verdauung
- Positive Auswirkung auf Zucker- und Cholesterinspiegel
- Direkte Stärkung des Immunsystems
- Stoppt die Rückvergiftung über den Darm (Leaky Gut)
- Löst Darm- und Kotpeche
- Fördert und unterstützt die Schwermetallausleitung
- Fördert die Ausleitung von Viren und Parasiten
- Fördert die Ausleitung von Leber- und Gallensteinen

NOTIZEN

DER DÜNNDARM

Der Dünndarm, mit seiner Gesamtlänge von 6-7 Meter, ist das Gesundheitszentrum unseres Körpers und deshalb ein wichtiges, jedoch oft vernachlässigtes Puzzleteil. Ein sauberer Dünndarm funktioniert wie ein Magnet, der alle schädlichen Stoffe (z.B. Schwermetalle) im Körper anzieht und diese zur Ausscheidung weiterleitet. Erst wenn dieses Anziehen und Ausscheiden nicht mehr richtig funktioniert, kann es unter anderem zu einer Schwermetallbelastung, Ablagerungen und einer Störung des Saure-Basen-Haushaltes im Körper kommen. Muskelkrämpfe und Gelenkprobleme sind oft die logische Konsequenz. Dies passiert schleichend, da der Körper zuerst in der Peripherie abzulagern beginnt, weit weg von den lebenswichtigen Organen (Gelenkscapseln, Bindegewebe). Auch die Folge- und Filterorgane (z.B. Leber, Gallenblase, Niere) müssen bei einem schlecht funktionierenden Dünndarm mehr arbeiten und sind ab einem gewissen Punkt überlastet, wodurch es zu chronischen Zuständen kommen kann.

Wie kommt es eigentlich dazu, dass der Dünndarm nicht richtig funktioniert?

Durch Umweltbelastungen, Elektrosmog, unbewusste Ernährung und einer ungesunden Lebensweise bildet sich an der Darmwand ein sogenannter Biofilm. Der Biofilm liegt wie eine zweite Haut an der Darmwand, verhindert so einen optimalen Stoffwechsel, die Aufnahme von Nährstoffen und verklebt die Dünndarmzotten. Auch die Darmschleimhaut trocknet durch den Biofilm immer mehr aus und die darin lebenden Bakterienstämme werden immer weniger.

Diese wären aber wichtig für ein starkes Immunsystem und die Nährstoffaufspaltung. Durch die verklebten Dünndarmzotten und dem schlechten Stoffwechsel im Darm kann es zusätzlich zur Bildung von Kot- und Darmpechen an der Darmwand kommen. Die Kot- und Darmpeche entstehen aus Speiseresten, die an der Darmwand hängen bleiben und zu faulen beginnen. In der Zwischenschicht (Darmwand – Biofilm) bildet sich der optimale Nährboden für Parasiten, Viren, Pilze und Fäulnisbakterien.

Deshalb ist es so wichtig den Darm vom Biofilm zu befreien und ihn gründlich zu reinigen, da so die Dünndarmzotten wieder frei und beweglich werden, der Speisebrei optimal im Darm weiterbewegt wird und Nährstoffe bestmöglich aufgenommen werden. Erst dann bildet sich eine gesunde Darmschleimhaut, so dass sich die wichtigen Bakterienstämme wieder ansiedeln können.



NOTIZEN

3. DARMDETOX SPIN

Die Wirkung der DarmDetox Spin Kur beruht auf den fermentierten Rindenfasern einer Palme. Diese Fasern erzeugen feine Schnitte im Biofilm. Die feinen Schnitte ermöglichen dem Okrapulver in den Biofilm zu gelangen, dort anzuschwellen und damit den Biofilm abzulösen. Okrapulver kann das Hundertfache seines Eigengewichts an Wasser aufnehmen, wodurch der Biofilm mit Wasser aufquillt und dadurch hinausgespült werden kann. Die DarmDetox Spin Kur ist keine Entschlackungs- oder Abnehmkur, sondern wurde gezielt für das Lösen des Biofilms entwickelt. Darüber hinaus wirkt die Kur positiv auf die Funktion der Verdauung, Gallenblase, Leber und Nieren, was sich positiv auf den Zucker- und Cholesterinspiegel auswirkt.

Vorab

- Die DarmDetox Spin Kur dauert 6 Tage
- Pro Tag nimmt man 7 Shakes zu sich
- Sie sind aufgeteilt in 3 Hauptmahlzeit Shakes, 2 Aufwach-/Nacht Shakes und 2 Snack Shakes

Den Beutelinhalt vermischt man mit Wasser im mitgelieferten Shaker. Während der DarmDetox Spin Kur sollten keine weiteren Mahlzeiten zu sich genommen werden, da sonst die Kur ihre Wirkung nicht best möglich erzielen kann. Es entstehen keine Mangelerscheinungen, da in den Shakes alle benötigten Nährstoffe, Vitamine und Energieträger enthalten sind. Die 3 Mahlzeit-Shakes erzeugen ein Sättigungsgefühl. Man nimmt mit den Shakes ca. 2,5 Liter Wasser pro Tag zu sich und deckt somit den täglichen Flüssigkeitsbedarf ab.

NOTIZEN

DER TAGESABLAUF

- 08:00 Aufwach-Shake
Zu 300 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen und schütteln.
- 08:30 Mahlzeit-Shake
Zu 400 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen,
3-4x gut schütteln und sofort austrinken.
- 10:30 Snack-Shake
Zu 300 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen und schütteln.
- 13:00 Mahlzeit-Shake
Zu 400 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen,
3-4x gut schütteln und sofort austrinken.
- 15:00 Snack-Shake
Zu 300 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen und schütteln.
- 18:00 Mahlzeit-Shake
Zu 400 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen,
3-4x gut schütteln und sofort austrinken.
- 22:00 Nacht-Shake
Zu 300 ml Wasser im Schüttelbecher hinzufügen und schütteln.

Wenn einem die 400 ml des Mahlzeit Shakes zu viel sind, um sie auf einmal auszutrinken, kann man diesen auch auf 2 x 200 ml Portionen aufteilen und möglichst schnell hintereinander trinken.

Zum Mischen des Beutelinhalts mit Wasser nur den Shaker oder einen Holz- oder Plastiklöffel benutzen. Kein Besteck aus Metall.

Die Mahlzeit-Shakes nur 3-4x gut schütteln und dann so gut es geht in einem Zug austrinken. Das Okrapulver reagiert sehr schnell mit Wasser und der Shake wird sonst sehr schnell zu einer geleeartigen Masse.

Da in den Shakes keine Süßstoffe vorhanden sind, ist der Geschmack ziemlich neutral und die Shakes können somit nach persönlichem Geschmack verfeinert werden. Man kann die Shakes mit gutem Steinsalz, Pfeffer oder anderen Gewürzen verfeinern. Eine kalte Gemüsebrühe oder einen biologischen Apfelsaft kann man ebenfalls verwenden.

Nach den 6 Tagen empfiehlt es sich mit leichter Kost zu starten, um den Körper wieder langsam an den normalen Alltag zu gewöhnen.



Scan mich - Direkt zum Produkt:

MÖGLICHE REAKTIONEN

Jede Entgiftung ist immer eine Art Lupe für die bestehende gesundheitliche Situation. Wenn mit einer Entgiftung begonnen wird, will der Körper selbst zuerst das bearbeiten, was ihm am dringlichsten erscheint. Solange man normal isst, kann der Körper die Energie dafür nicht aufbringen. Den größten Teil der Energie, die wir aufnehmen, benötigen wir für die Verdauung selbst. Sobald die gewöhnliche Nahrungsaufnahme nicht mehr stattfindet, hat der Körper Energie zur Verfügung, um „ausstehende Wartungen“ in Angriff zu nehmen. Manche Menschen leben mit gesundheitlichen Problemen die sie gar nicht bemerken, die aber zum Vorschein kommen, sobald man mit der Entgiftung beginnt.

EINE VOLLE GALLENBLASE

Es gibt zum Beispiel Menschen, die eine übervolle Gallenblase haben, was mit keinen oder nur sehr wenigen Symptomen einhergeht. Solange keine echten Gallensteine vorhanden sind, bemerkt der Mensch davon recht wenig. Beginnt man mit der DarmDetox Spin Kur, will der Körper die Gallenblase möglichst schnell entleeren. Dies geschieht mit spastischen Kontraktionen der Gallenblase und ist oft begleitet mit Erbrechen. Es können auch Kopfschmerzen auftreten, da der Gallenblasenmeridian entlang beider Seiten des Kopfes verläuft. Hier kann ein Tag pausiert werden. In schweren Fällen ist es aber ratsam die Entgiftung vorerst komplett zu stoppen und zuerst eine Gallenblasenreinigung vorzunehmen. (Siehe „Tipps zur Einnahme – Wichtig für den Start“)

EIN VÖLLEGEFÜHL IST NORMAL

Die Schwellung des Biofilms erzeugt bei einem kleinen Prozentsatz von Menschen ein Gefühl von Unbehagen und Völle. Vor allem wenn der Biofilm bei diesen Menschen zäh und hart ist, wird dieser sehr viel Wasser aufnehmen. Das kann ein aufgeblasenes Gefühl erzeugen. Das ist jedoch kein schlechtes Zeichen, denn so merkt man, dass der DarmDetox Spin seine Wirkung zeigt. Die Blähungen haben nichts mit Fermentation im Darm zu tun. Man spürt lediglich den Biofilm, der sich mit Wasser vollgesaugt hat. Das wird auch sichtbar, wenn er herauskommt. Normalerweise ist es eine dünne, durchscheinende Haut. Durch das Eindringen der Palmenfasern sieht der mit Wasser angereicherte Biofilm eher aus wie eine aufgeblähte Wurst.

WENIG ODER KEIN STUHLGANG IST NORMAL

Manche Menschen haben während der DarmDetox Spin Kur keinen Stuhlgang. Dies ist jedoch im Gegensatz zur allgemeinen Annahme kein Problem. Jeder Körper ist anders und wird in seiner eigenen Art und Weise reagieren. Es ist leider nicht bei jedem Menschen so, dass der Biofilm während der Kur vollständig herauskommt. Wenn das nicht der Fall ist, könnte man denken, dass die Kur nicht wirksam war. Das Gegenteil ist jedoch der Fall. Hunderte Tests von Anwendern in der Naturheilkunde haben das in der Praxis gezeigt. Wenn der Biofilm während der Kur nicht herauskommt, dann ist die Ursache ein besonders zäher und harter Biofilm, der erst mit der festen Nahrung heraustransportiert wird. In diesem Fall wird der Biofilm mit dem Stuhl ein paar Tage später ausgeschieden. Das kann auch oft unbemerkt in kleinen Stücken erfolgen.

NOTIZEN

FRAGEN & ANTWORTEN

Muss ich nur die Mahlzeiten-Shakes auf einen Zug austrinken oder die Aufwach-, Nacht- und Snack Shakes auch?

Die Aufwach-, Nacht- und Snack Shakes müssen nicht auf einen Zug ausgetrunken werden und könne ohne Weiteres über etwa 15 Minuten verteilt getrunken werden.

Darf man während der DarmDetox Spin Kur etwas trinken?

Während der DarmDetox Spin sollte nichts zusätzlich getrunken werden, da dies die Wirkung der Kur beeinträchtigen kann. Durch die Kur nimmt man 2,4 Liter Wasser zu sich. Wenn man jedoch den Drang verspürt, etwas trinken zu wollen, kann man nach dem Mahlzeit Shake ein paar Schluck Wasser trinken.

Kann die gesunde Darmschleimhaut während der Kur angegriffen werden?

Da die DarmDetox Spin Kur so entwickelt wurde, dass sie nur den Biofilm löst, kann die gesunde Darmschleimhaut während der Kur nicht angegriffen werden.

Gibt es Nebenwirkungen der DarmDetox Spin Kur? Wenn ja, welche?

Während der DarmDetox Spin Kur können Entgiftungserscheinungen wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Sodbrennen, Kreislaufbeschwerden (Schwindel) oder Kraftlosigkeit auftreten. Diese Symptome sind unbedenklich und treten häufig während einer Entgiftung auf.

Kann die DarmDetox Spin Kur auch bei Übergewicht angewendet werden?

Ja, die DarmDetox Spin Kur kann auch bei Übergewicht angewendet werden.

Kann die DarmDetox Spin Kur auch bei Untergewicht angewendet werden?

Solltest Du untergewichtig sein und möchtest die DarmDetox Spin Kur durchführen, kontaktiere bitte vorab Deinen Arzt.

Muss man sich genau an den Zeitplan der Shakes halten?

Der Zeitplan ist ein Richtwert. Der Ablauf der Shakes sollte nicht verändert werden, die Zeit darf jedoch gerne persönlich angepasst werden (30min. +/-).

Ist Essen während der DarmDetox Spin Kur völlig tabu oder darf man eine Kleinigkeit essen?

Während der DarmDetox Spin Kur darf nichts gegessen werden, da dies den Darm belasten würde und es sein kann, dass die Kur ihre Wirkung nicht erzielen kann.

Hat man während der DarmDetox Spin Kur Hunger?

Da vor allem die Mahlzeit-Shakes im Magen aufquellen, sollte man kein oder nur leichtes Hungergefühl verspüren.

Darf man während der Kur Kaffee trinken?

Während der DarmDetox Spin Kur sollte man auf Kaffee, Saft, Alkohol, etc. verzichten.

Darf man während der DarmDetox Spin Kur rauchen?

Da Rauchen die Darmtätigkeit und den Stoffwechsel beeinflussen, empfehlen wir, während der Kur auf das Rauchen zu verzichten.

Löst sich der Biofilm mit einem Mal oder in kleineren Stücken?

Dies ist bei jedem Menschen sehr individuell. Es kann sein, dass sich der Biofilm in den ersten Tagen löst und dieser auch gleich ausgeschieden wird. Es kann auch sein, dass der Biofilm in den 6 Tagen DarmDetox garnicht ausgeschieden wird. Dann kommt dieser im Laufe der nächsten Tage mit dem normalen Stuhl heraus.

Kann man von der DarmDetox Spin Kur Durchfall bekommen?

Das ist sehr unwahrscheinlich.

Kann die DarmDetox Spin Kur in der Schwangerschaft durchgeführt werden?

Die DarmDetox Spin darf in der Schwangerschaft NICHT durchgeführt werden.

Kann die DarmDetox Spin Kur in der Stillzeit durchgeführt werden?

Dazu gibt es wenig Erfahrungen. Bitte kläre das mit Deinem Hausarzt ab.

Ist die DarmDetox Spin Kur auch eine Abnehm-Kur?

Die DarmDetox Spin Kur ist KEINE Abnehm-Kur. Sie wurde speziell für das Entfernen des Biofilms im Dünndarm entwickelt.

Ist Sport während der DarmDetox Spin Kur ok?

Moderate Bewegung unterstützt die Kur.

Kann man die Shakes auch warm anrichten?

Die Shakes des DarmDetox Spin können warm (nicht heiß) getrunken werden.

Sind die Shakes des DarmDetox Spin Vegan?

Die Shakes sind Vegan, frei von Gluten, Laktose, Soja und ohne Zuckerzusatz.



VITAMINEREI

SPIN UP YOUR LIFE

URKORNSTÜBERL
ERSTE VITAMINEREI FÜR MEHR LEBENSFREUDE

www.orkornstueberl.com

Autoren: Markus Huber und Dr. Günther Beck

Satz und Druckfehler vorbehalten. Ausgabe 1. Stand Juli 2023.

Wir verweisen auf das österreichische Urheberrecht in der geltenden Fassung StF: BGBl. Nr. 111/1936 (StR: 39/Gu. BT: 64/Ge S. 19.)

<https://www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=10001848>

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht auf Vervielfältigung, Verbreitung und Übersetzung.

Jegliche Vervielfältigung, kommerzielle Verwendung oder Weitergabe, komplett oder auch Auszüge ohne vorheriger schriftlicher Genehmigung der Autoren sind untersagt.

Impressum unter www.vitaminerei.com