

## Der Hilfescrei der Leber - Frühjahrsmüdigkeit

**Die Leber** - unser größtes Stoffwechselorgan - benötigt viel Energie für ihre Arbeit und reagiert bei Überbelastung mit Müdigkeit. Fast alles, was in unserem Körper aufgebaut, abgebaut, gespeichert, versorgt, sortiert, reguliert, organisiert, entfernt oder hinzu geführt wird, geschieht dort.

Säuren und Gifte belasten unser Stoffwechselsystem, so auch die Leber.

### Woher kommen Säuren?

Fleisch  
Wurst/Käse/Eier  
Zucker (Süßstoffe )  
verarbeitete Fett

### Woher kommen Gifte?

Nikotin, Alkohol  
Medikamente  
Zahnersatzgifte  
Umweltgifte

### Was machen Säure und Gifte?

( nach P. Jentschura )

**Strukturschäden** ( z. B. Bandscheibenleiden, Leistenbrüche, Venenleiden, Osteoporose, Magengeschwüre, Diabetes, Morbus Crohn, Herzinfarkt, Neurodermitis, Tinnitus),

**Ablagerungen** ( z.B. Arteriosklerose, Wassereinlagerungen, grauer Star, Gicht/Rheuma , Verspannungen, Gallen/Blasen/Nierensteine, Cellulite, Altersflecken, Myome, Zysten ),

**Ausscheidungen** (z.B. Ekzeme, Schuppenflechte, Pickel, Abzesse, Hornhaut, Schwitzen, Sodbrennen, Pilze, verstärkte Menses, Hitzewallungen, allergische Reaktionen.)

### Wo findest Du Dich wieder?

Betrachte Deinen Körper und spüre auch hinein. Welche Anzeichen hast Du bereits?  
Notiere sie auf einen Zettel:

## Steige um auf ein mehr an basische Lebensmittel. Ein mehr an Basen, ein mehr an Gesundheit.

### > genussreiche leichte Ernährung:

Hilfreiche Vitalkost für Deine Umbruchphase zum Besseren

### > Dreisprung

Effektiver Weg zum Säuren-Basen-Gleichgewicht

**Ich freue mich auf Dein Interesse.**

**Rufe an unter 06126 - 700 35 77, denn es geht um Deine Genesung und Gesundheit.**

*„Gesundheit ist gewiss nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts“ von Arthur Schopenhauer*

**Liebe Grüße**

**Sybille Pfeifer**

**Tipp: Lesenswert ist Wissenswertes November 2016 Adipositas - Übergewicht**