

## Vom leckeren Kuchen zur schlechten Stimmung

Es ist klar, dass **Deine Darmgesundheit** entscheidend für Dein gesamtes Wohlfühl ist.

Über 100 000 Billionen Bakterien besiedeln unseren Darm. In jeder Darmschleife ein anderes „Völkchen“ mit den unterschiedlichsten Arbeitsaufgaben zur Verdauung, dem Stoffwechsel, der Entgiftung und vor allem dem Immunsystem.

**Die Wiederholung meiner Worte zur Sache BauchGehirn und Gehirn machen Sinn.  
Gleich weißt Du mehr und das ist gut.**

Ist die Darmflora geschwächt, reicht eine Ernährungsumstellung alleine nicht mehr aus, da gute Bakterien und Helfer, wie die Enzyme als Katalysatoren stark darunter leiden. Eine Darmsanierung oder Darmregeneration kann Linderung und Genesung hervorbringen, und unterstützt Deine Gesundheit

**Der Darm ist ein Multitalent und beeinflusst Deine körperliche und seelische Gesundheit.**

Über die Darm-Hirn-Achse steht das Bauchgehirn Darm mit dem Kopfgehirn in ständiger Kommunikation.

Esse ich einmal über den Tellerrand hinaus, wie Samstag und Sonntag zwei superleckere Kuchenstückchen, stelle ich fest, dass am übernächsten Tag die gute Stimmung vergeht. Ohhha, welcher Zusammenhang. Glücklicherweise weiß ich heute, wie ich dem entgegenwirken kann.

Negativen Faktoren wie Zucker, Fertigprodukte, Antibiotika, Umweltgifte und Stress strapazieren Deinen Darm und ein Ungleichgewicht zwischen guten und ungenuten Bakterien entsteht. Dies zeigt sich über Symptome, wie z.B. Verdauungsbeschwerden, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Allergien, Entzündungen, Haarausfall, Stimmungsschwankungen bis hin zu Ängsten.

**Was ist da noch der Unterschied und die Wirkungsweise zwischen Darmsanierung oder Darmregeneration?**

Es gibt genügend Darmprodukte zu kaufen, doch worin ist der Unterschied und liegt die Auswirkung?

Welches Indiz zeigt Dir Deinen körperlichen Stress auf und welche Reaktionen teilen es Dir mit?

*Die Einzelberatung zum Thema Darmsanierung zeichnet sich natürlich dadurch aus, dass Deine menschlichen Themen in einem geschützten Raum besprochen werden.*

*Aufgrund einer Kurzanamnese und meinem Nachfragen empfehle ich Dir Deine effektivsten Helfer für den besten Aufbau Deiner Darmflora. Eine gute Darmflora bedeutet Gesundheit.*

*Eine Darmregeneration bedeutet, dass über Deine Anamnese spezielle Lebensmittel herausgefunden werden, die eine 14-tägige Durchführung benötigen. Dein Darm kann sich von ungünstigen und störenden Stoffen befreien. Du erhältst eine Informationsmappe und meine persönliche Begleitung alle 3 Tage.*

*Viele meiner Klienten machen gerne ein paar Tage länger, weil eine schöne Ruhe in die Essensaufnahme kommt. Und ein Großteil genießt diese Zeit jedes Jahr. Sie fühlen sich klarer indem was sie beabsichtigen und brauchen, körperlich und geistig vitaler, leichter, ausgeglichen und erlöst von Altlasten.*

Spreche mich an und es klären sich Deine Fragen.

Meine Telefonnummer lautet **06128 – 8600 920**