

GUT HEALING ♥ GUT HEALING
♥ SUGAR DETOX ♥ SUGAR DETOX ♥ SUGAR DETOX



LISTA SUPLEMENTÓW

Sugar Detox

HOLLINS



ANNA SKURA & SAMUEL HOLLINS



ANNA SKURA & SA

Hej, Superstar!

Suplementy mogą stanowić istotne wsparcie podczas Twojego detoksu cukrowego, wzmacniając jego skuteczność i poprawiając ogólne samopoczucie. Choć stosowanie suplementów jest opcjonalne, włączenie ich do swojej rutyny może zoptymalizować doświadczenie detoksu i pomóc w osiągnięciu lepszych wyników.

Oto szczegółowy przegląd kluczowych suplementów, ich korzyści i jak je skutecznie stosować:

WĘGIEL AKTYWNY

Węgiel aktywny to potężny detoksyfikator, który wiąże toksyny i pomaga w ich usuwaniu z organizmu. Jest szczególnie skuteczny w usuwaniu toksyn z przewodu pokarmowego, redukcji gazów i wzdęć oraz poprawie ogólnego zdrowia układu trawiennego.

Jak stosować:

- **Dawkowanie:** Postępuj zgodnie z instrukcjami dawkowania na suplemencie. Zazwyczaj przyjmuje się 1-2 kapsułki lub 500-1000 mg węgla aktywnego z pełną szklanką wody.
- **Czas:** Dla najlepszych wyników przyjmuj węgiel aktywny na pusty żołądek, godzinę przed lub dwie godziny po posiłkach. To pomaga uniknąć interferencji z wchłanianiem składników odżywczych i leków. Uwaga: Węgiel aktywny może zakłócać wchłanianie niektórych leków i składników odżywczych, dlatego ważne jest, aby przyjmować go oddzielnie od innych suplementów i leków.

WITAMINA D3 + K2 MK7

Witamina D3 wspiera funkcje układu odpornościowego, zdrowie kości i regulację nastroju. K2 MK7 działa synergicznie z witaminą D3, kierując wapń do kości i zębów, zapobiegając jego odkładaniu się w tętnicach.

Jak stosować:

- **Dawkowanie:** Postępuj zgodnie z instrukcjami na etykiecie suplementu, które zazwyczaj zalecają przyjmowanie 1000-5000 IU witaminy D3 i 90-120 mcg K2 MK7 dziennie.
- **Czas:** Przyjmuj z posiłkiem zawierającym tłuszcz, aby zwiększyć wchłanianie. Uwaga: Regularne przyjmowanie jest kluczowe dla utrzymania optymalnych poziomów tych witamin w organizmie.



DETOX GREEN POWDER

Zielone proszki detoksykacyjne zazwyczaj zawierają mieszankę superżywności bogatej w składniki odżywcze, takich jak chlorella, spirulina, trawa pszeniczna i trawa jęczmienna. Te składniki są bogate w witaminy, minerały i przeciwutleniacze, które wspierają detoksykację, zwiększają poziom energii i promują ogólne zdrowie.

Jak stosować:

- **Dawkowanie:** Wymieszaj zalecaną porcję (zazwyczaj jedna miarka) z wodą, smoothie lub sokiem zgodnie z instrukcjami na etykiecie.
- **Czas:** Dla najlepszych wyników spożywaj codziennie, najlepiej rano, aby rozpocząć dzień z dawką składników odżywczych. Uwaga: Zielone proszki mogą być wygodnym sposobem na zwiększenie spożycia zieleni i wspieranie ogólnego zdrowia.

ŁUSKA BABKI PŁESZNIK

Łuska babki płesznik to rozpuszczalne włókno wspierające trawienie i regularność. Pomaga wchłaniać wodę w jelitach, tworząc żelową substancję, która wspomaga gładkie przechodzenie stolca i promuje ogólne zdrowie układu trawiennego.

Jak stosować:

- **Dawkowanie:** Zaczynij od niskiej dawki około 1 łyżeczki wymieszanej z pełną szklanką wody i stopniowo zwiększaj do 1-2 łyżek dziennie, gdy organizm się dostosuje.
- **Czas:** Przyjmuj łuskę babki płesznik z pełną szklanką wody, aby zapobiec zadławieniu i zapewnić odpowiednie nawodnienie. Uwaga: Ważne jest, aby pić dużo wody przez cały dzień podczas przyjmowania łuski babki płesznik, aby uniknąć zaparć.

ZEOLIT KLINOPTYLOLIT

Jest to opcjonalny dodatek do Twojego detoksu i może zastąpić aktywny węgiel, aby zapewnić głębsze oczyszczenie z metali ciężkich. Przeczytaj poniżej, aby dowiedzieć się więcej o jego korzyściach.

JAK DZIAŁA ZEOLIT?

Zeolit to alkaliczny minerał, który jest bardzo porowaty i należy do nielicznych minerałów, które są naturalnie naładowane ujemnie. Ponieważ większość toksyn, takich jak metale ciężkie, promieniowanie i pestycydy, są naładowane dodatnio, zeolit jest przyciągany do toksyn jak magnes i wchłania je do swojej struktury. Te niebezpieczne substancje zostają uwięzione w klatkowej strukturze zeolitu, a następnie są bezpiecznie i delikatnie usuwane z organizmu.

DO CZEGO ZEOLIT SIĘ WIAŻE?

Zeolit ma silny ujemny ładunek i dlatego jest przyciągany do cząsteczek naładowanych dodatnio. Ponieważ większość substancji, które nie powinny znajdować się w naszym organizmie, jest naładowana dodatnio, zeolit może być skuteczną metodą detoksykacji dla wielu toksycznych elementów, które osłabiają nasze zdrowie.

OTO KILKA RZECZY, DO KTÓRYCH WIAŻE SIĘ ZEOLIT:

Metale Ciężkie – Metale ciężkie to toksyczne metale, które gromadzą się w naszych ciałach z czasem i obciążają nasze układy odpornościowy i nerwowy, co sprawia, że nasze organizmy pracują ponad miarę, aby pozostać zdrowymi. Ostatecznie nasze ciała tracą zdolność do radzenia sobie z nadmiernym zapotrzebowaniem, a objawy takie jak przewlekłe zmęczenie, zamglenie umysłu, drażliwość i wiele innych objawów i schorzeń mogą się ujawnić. Zeolit może celować w ukryte metale, takie jak ołów, kadm i arsen w twoim ciele, i uwięzić je w swojej klatkowej strukturze, aby bezpiecznie je usunąć. Gdy obciążenie metalami ciężkimi zostanie zmniejszone, twoje ciało może zacząć funkcjonować na pełnym potencjale.

Toksyny Środowiskowe – W XXI wieku mamy do czynienia z bezprecedensową liczbą toksycznych stresorów w naszym codziennym życiu. Od powietrza, którym oddychamy, po jedzenie, które spożywamy – toksyny są wszędzie. Z czasem te toksyny gromadzą się w twoim ciele, powodując spustoszenie w twoim zdrowiu. Zmęczenie, zamglenie umysłu, przyrost wagi, osłabiony układ odpornościowy i niezliczone problemy zdrowotne są powszechnymi skutkami ubocznymi, gdy te toksyny się gromadzą. Ponieważ te toksyny mają dodatni ładunek, większość z nich padnie ofiarą silnej zdolności wiązania zeolitu do bezpiecznego usunięcia z organizmu.

Pleśń – Toksyczność pleśni jest coraz częściej uznawana za poważny problem i czynnik przyczyniający się do wielu poważnych przewlekłych schorzeń. Nawet jeśli obecnie nie jesteś narażony na pleśń w swoim domu lub miejscu pracy, możliwe jest, że pleśń z poprzedniej ekspozycji mnoży się w Twoim ciele. Zarodniki pleśni mogą utrzymywać się i nadal rozmnażać w Twoim ciele przez lata, nawet w braku zewnętrznej ekspozycji na pleśń. Zeolit to niesamowity środek detoksykujący pleśń i jest niezbędnym elementem w każdym protokole detoksu pleśni.

Materiały Radioaktywne – Po ekspozycji na promieniowanie jonizujące, w twoim ciele pozostają materiały radioaktywne, które będą utrzymywać się przez lata, jeśli nie podejmiesz działań, aby je usunąć. Prawdopodobnie masz w swoim ciele sporo materiałów radioaktywnych, które nagromadziły się na przestrzeni lat od tomografii komputerowych, mammografii, promieniowania rentgenowskiego, naturalnie występującego promieniowania, jak radon, procedur medycznych z użyciem promieniowania, skażenia nuklearnego itp. Zeolit to fantastyczne narzędzie, które może pomóc usunąć pozostałe promieniowanie z Twojego ciała.

Patogeny Mikrobiologiczne – Zeolit może wiązać się z wieloma patogennymi mikroorganizmami, w tym z Candida i szeregiem wirusów. Zeolit ma właściwości przeciwwirusowe dzięki swojej potencjalnej zdolności do absorbowania cząstek wirusowych.

ZEOLIT A TWÓJ UKŁAD ODPORNOŚCIOWY

Skuteczne dwuetapowe podejście do optymalizacji układu odpornościowego to po pierwsze: usunięcie elementów obciążających odporność, a po drugie: dodanie wzmacniaczy odporności.

Bez usunięcia toksycznych elementów, które kompromitują funkcję odpornościową, drugi krok jest bardzo ograniczony. Metale, toksyny środowiskowe, pleśnie, materiały radioaktywne i patogeny mikrobiologiczne to tylko niektóre z toksycznych elementów osłabiających odporność, które wielu z nas nabyło na przestrzeni lat i nosi w swoich ciałach. Zeolit może wchłonąć wiele z tych toksycznych elementów i usunąć je z Twojego ciała, uwolnić Twój układ odpornościowy, aby mógł skoncentrować swoją energię na innych problemach.

Dawkowanie: Postępuj zgodnie z instrukcjami dawkowania na suplemencie zeolitu. Zazwyczaj zaleca się przyjmowanie 5 gramów (1 łyżeczka) wymieszanych z wodą każdego ranka.

Czas: Najlepiej przyjmować zeolit na pusty żołądek, z dala od innych suplementów i leków, aby uniknąć interferencji z wchłanianiem.

Konsystencja: Dla najlepszych wyników przyjmuj zeolit codziennie przez co najmniej trzy tygodnie, aby zapewnić dokładną detoksykację.



ZALECANE SUPLEMENTY I LINKI

[Hempking.eu](https://hempking.eu)

Użyj kodu [**sugardetox20**] przy składaniu zamówienia, aby uzyskać, aż 20% na wszystko w sklepie z wyłączeniem waporyzatorów, zestawów i wyprzedaży.

[Aquaphor.pl](https://aquaphor.pl)

Użyj kodu [**Detox10**] na wszystkie filtry z wyjątkiem wymiennych wkładów filtrujących.

[Koreanskapielegnacja.pl](https://koreanskapielegnacja.pl)

Użyj kodu [**SUGARDETOX**] przy składaniu zamówienia, aby uzyskać 5% na szczotki do ciała.

[Mudii.com](https://mudii.com)

Użyj kodu [**DETOX25**] przy składaniu zamówienia, aby uzyskać 25% na wszystkie produkty pełnowymiarowe MUDII z wyłączeniem zestawów oraz akcesoriów.

[Zdrowazupa.pl](https://zdrowazupa.pl)

Buliony collagenowe - jeśli nie masz czasu na gotowanie swojego bulionu collagenowego to mamy dla Ciebie gotowe propozycje od Zdrowa Zupa - z kodem [**detox11**] masz zniżkę 11%

[Natvita.pl](https://natvita.pl)

Mają szeroką gamę niemal wszystkich dodatków, które mogłyby być użyteczne podczas detoksu, w tym składniki do kąpieli detoksykacyjnej i aktywny węgiel lub zeolit.

Na natvita.pl użyj kodu [**SAMANIA2**], gdzie znajdziesz **10% zniżki*** na najwyższej jakości środki zdrowotne, które uzupełnią Twoją podróż detoksykacyjną. Wszelkie pozostałych dodatków, których nie ma w linkach, proszę znaleźć je w lokalnym sklepie ze zdrową żywnością lub ulubionym sklepie internetowym.

*Obowiązuje tylko przy zakupach powyżej 100 PLN, bez kosztów wysyłki. Kod może być wykorzystany 2 razy dla jednego klienta. Kod jest aktywny do 18.08.2024r. do godziny 24:00.

TWOJA LISTA SUPLEMENTÓW WSPOMAGAJĄCYCH DETOX (OPCJONALNIE)

Nie musisz szukać — znaleźliśmy dla Ciebie odpowiednie suplementy
(kliknij nazwę, aby znaleźć się na stronie)

[Witamina D3](#)

[Witamina K2 mk7](#)

[Omega 3](#)

[Chlorella](#)

[Trawa pszeniczna](#)

[Spirulina proszek](#)

[Węgiel aktywny](#)

[Zeolit](#)

[Maślan sodu](#)



ANNA SKURA & SAMUEL HOLLINS

Ochrona Praw Autorskich:

Ten przewodnik z suplementami to wynik naszej pasji i zaangażowania w Twój rozwój i dobre samopoczucie. Jest chroniony prawami autorskimi, jest imienny i przeznaczony wyłącznie dla osób, które go zakupiła wyzwanie Sugar Detox. Rozpowszechnianie tego materiału jest zabronione i może skutkować usunięciem z wyzwania.

