

Programme à appliquer si vous avez des leucocytes dans les selles, et lors d'un estomac et d'un intestin enflammés

1. élixir de lentille d'eau

1 verre à liqueur le matin à jeûn et au coucher

2. vin au psyllium noir

Indications : inflammation de l'estomac, inflammation de la muqueuse intestinale, constipation, allergies et eczéma, démangeaisons et prurit, problèmes de peau, soin intestinal

Recette : 1 l de vin rouge, 3 c.s. de psyllium (plantago ps.)

Cuire énergiquement pendant 3 minutes, filtrer tout de suite et mettre dans des bouteilles stériles. Conserver au froid.

Dosage : 3x par jour 1 verre à liqueur avant chaque repas

Conseil : pour une bonne digestion et pour soutenir l'immunité, mangez régulièrement des gâteaux au psyllium

3. autres conseils

Mangez de l'**épeautre non-hybridé** sous toutes ses formes - aucun produit à base de blé et farine de blé

Graines de fenouil : à sucer chaque matin, ou comprimés de fenouil

Menthe pouliot : 1-3 pointes de couteau tous les jours, sur la nourriture

Pyrèthre et serpolet tous les jours pour épicer les plats