

## Ein Heilgeschenk der Natur:

# Grapefruitkern-Extrakt

Grapefruitkern Extrakt ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit einem Extrakt aus den Kernen und Schalenteilen der Grapefruit. In ihm finden sich, in pflanzlichem Glycerin gelöst, wertvolle Bioflavonoide und essentielles Vitamin C. Flavonoide, die auch als sekundäre Pflanzenstoffe bezeichnet werden, sind relativ große pflanzliche Moleküle, die in oberirdischen Pflanzenteilen vorkommen. Sie sind besonders in den Kernen und Schalen von Obst und Gemüse enthalten, also in den Bestandteilen, die wir meistens entfernen und somit oft nicht ausreichend mit der täglichen Ernährung zu uns nehmen.

**Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe sind die natürlichen Helfer unseres Körpers!**

**->Grundregeln für die Einnahme von Grapefruitkern Extrakt.**

1. eine 2-3 malige tägliche Einnahme von 3-15 Tropfen, die es langsam zu steigern gilt. Höchstdosis sollte nach einer Woche erreicht sein. Besonders wichtig, wenn der Verdacht auf Darmpilze (Candida Albicans) besteht.
2. Pro 10kg Körpergewicht gelten 5 Tropfen als Tagesdosis
3. Grapefruitkern Extrakt immer verdünnt einnehmen- mit 200ml Flüssigkeit
4. Die Einnahme nach Abklingen der Symptome noch eine Woche verlängern. Bei bestimmten Parasiten, wie Darmpilze und bestimmte Bakterien (Helicobacter Pylori u.a.) sollte man mit mindestens 6-wöchiger innerer Einnahme rechnen

**Anwendungsgebiete innerlich u.a.:**

- **Abgeschlagenheit:** innere Einnahme
- **Arthritis:** monatelange innere Einnahme
- **Asthma, Bronchitis:** innere Einnahme und Gurgeln mit 10Tropfen pro 200ml
- **Blasenentzündung:** innere Einnahme
- **Candida albicans (Hefepilz):** innere Einnahme 3-4 Monate – mit 3 Tropfen anfangen
- **Colitis= Darmentzündung:** innere Einnahme mit Kamillentee, Antioxidantien
- **Entzündungen:** innere Einnahme (häufig durch Krankheitserreger verursacht)
- **Erkältungen:** innere Einnahme + Gurgeln 10Tr. Pro 200ml + Grapefruit Nasenspray
- **Kopfschmerzen, Migräne:** diese haben viele verschiedene Ursachen, manchmal sind Bakterien und Pilze beteiligt- innere Einnahme
- **Mittelohrentzündung:** innere Einnahme+ verdünnt äußerlich angewandt, 2 Tropfen pro Esslöffel Öl, Öl leicht erwärmen und öfters ins Ohr träufeln
- **Rheuma:** ist oft Folge von Ablagerungen von Giftstoffen- innere Einnahme

**->Grundregeln für die innere Einnahme von Grapefruitkern Extrakt:**

1. verdünnt auftragen- ausgenommen Warzen und Nagelpilz
2. auf Haut und Schleimhaut in jedem Fall verdünnt anwenden, und zwar mit Wasser, Glycerin oder optimalerweise mit Bio Jojobaöl!

**Anwendungsgebiete äußerlich u.a.:**

- **Akne:** innere Einnahme+ 5 Tropfen auf feuchten Waschlappen, auftragen, abwaschen
- **Aphten (Geschwüre der Mundschleimhaut):** 10 Tropfen pro 200ml Wasser- spülen
- **Hautausschläge:** ein Versuch mit 3-5Tropfen pro Essl. Öl, 2-3x täglich auftragen
- **Fußpilz:** pur oder etwas verdünnt mit Wasser oder Öl
- **Lippenherpes:** 5 Tropfen pro Essl. Öl
- **Insektenstiche:** 1 Tropfen auf feuchten Finger und auf die Stichstelle auftragen
- **Karies:** 1-2 Tropfen auf feuchte Zahnbürste und mit 200ml spülen

Neben der **virentötenden, pilzabtötenden** und **immunstärkenden** Wirkung hilft Grapefruitkern Extrakt auch um **überflüssiges Bauchfett** zum Schmelzen zu bringen!

*Mit uns bleiben Sie gesund!*