



Pokonaj grzybicę
ABC SUPLEMENTACJI



POKONAJ GRZYBICĘ

Twoja droga do wiedzy i zdrowia





WSTĘP

Witaj w EBooku "Pokonaj grzybicę. ABC Suplementacji". Ten poradnik został stworzony z myślą o tych, którzy poszukują skutecznych sposobów radzenia sobie z grzybicą przy użyciu naturalnych substancji i suplementów. Grzybica to powszechny problem zdrowotny, który może dotknąć zarówno skórę, paznokcie, jak i narządy wewnętrzne. Dlatego też istnieje potrzeba znalezienia holistycznych i skutecznych rozwiązań w leczeniu i zapobieganiu tej infekcji.

W tym EBooku odkryjesz ABC suplementacji, czyli kluczowe informacje dotyczące suplementów, które mogą być pomocne w zwalczaniu grzybicy. Dowiesz się, jakie substancje aktywne wykazują potencjał zwalczania grzybiczych infekcji oraz jakie są ich właściwości i korzyści dla organizmu.

Ponadto, zgłębisz tematykę skutecznej suplementacji, zrozumiesz, jakie substancje mogą działać synergistycznie w walce z grzybicą, a także jak właściwie stosować suplementy w codziennej diecie, aby wspomóc organizm w walce z infekcjami grzybiczymi.

Przygotuj się na podróż przez świat suplementacji i odkryj, jak możesz wykorzystać ich potencjał w zapobieganiu i leczeniu grzybicy. Gotowy na zmiany w swoim podejściu do zdrowia? Zacznijmy!

ABS suplementacji jest subiektywnym zbiorem substancji, które mogą być wykorzystane w procesie antygrzybiczym. Zaznaczam, aby sugestie dotyczące suplementów były traktowane jako dodatkowe wsparcie i nie zastępowały wizyty u lekarza.

Ten przewodnik powstał w oparciu o moje własne doświadczenie z gabinetu, lata praktyki i bardzo uważny research produktów dostępnych na rynku. Zbiór substancji podzielony jest na 5 grup produktów. Każda z nich odgrywa ważną rolę w procesie antygrzybiczym i nie powinna być pominięta.

Złotą zasadą wprowadzania substancji jest ich rotacja co 3 tygodnie. Co 3 tygodnie rotujemy każdą z 5 wprowadzanych substancji z każdej grupy. To działanie jest konieczne z racji tego, że grzyby i pleśnie mają bardzo silne właściwości adaptacyjne i szybko dopasowują się do zmian / substancji zaistniałych w naszym organizmie. Rotując substancjami zwiększamy szansę na powodzenie terapii.





O MNIE

Magdalena Czerska

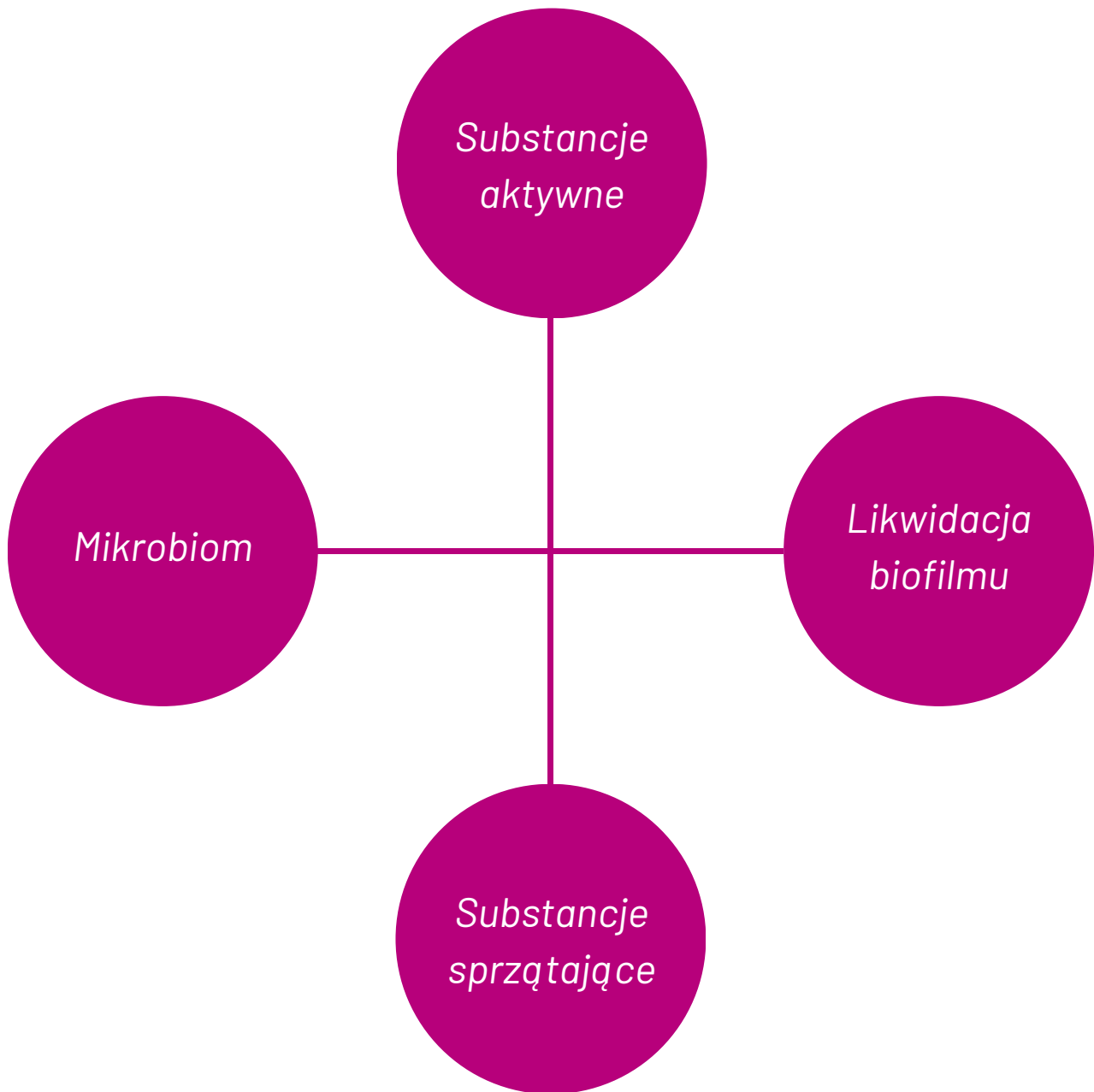
Dietetyk, terapeutka żywieniowa, założycielka platformy jelitolog.com

Od lat wspieram kobiety w drodze do zdrowia.

Fascynuje mnie medycyna funkcjonalna i medycyna stresu, z wielką miłością wykorzystuję wszystkie dary natury wplatając je w terapie. Zioła i oleje eteryczne są moją drugą miłością. Pracuję holistycznie, staram się codziennie motywować Cię do budowania nowej świadomości.

Wiedza eksperckiej z zakresu dietetyki i medycyny funkcjonalnej pozwoliła mi pomóc już dziesiątkom osób. Moje 6 letnie doświadczenie z gabinetu to sukces wielu indywidualnych podopiecznych.

PODSTAWOWY PODZIAŁ SUBSTANCJI



Podział jest oczywisty.

Wykorzystujemy jednocześnie substancje, które aktywnie działają antygrzybiczo, niszczą ich biofilmy, sprzątają i wiążą toksyny ale również dbają o mikrobiotę jelitową.

Założę się, że tej kombinacji jeszcze nie znasz.



Ten przewodnik powstał w oparciu o moje własne doświadczenie z gabinetu, lata praktyki i bardzo uważny reaserch produktów dostępnych na rynku. Zbiór substancji podzielony jest na 5 grup produktów. Każda z nich odgrywa ważną rolę w procesie antygrzybiczym i nie powinna być pominięta.

Złotą zasadą wprowadzania substancji jest ich rotacja co 3 tygodnie. Co 3 tygodnie rotujemy każdą z 5 wprowadzanych substancji z każdej grupy. To działanie jest konieczne z racji tego, że grzyby i pleśnie mają bardzo silne właściwości adaptacyjne i szybko dopasowują się do zmian / substancji zaistniałych w naszym organiźnie. Rotując substancjami zwiększamy szansę na powodzenie terapii.



O ABC SUPLEMENTACJI

1. Kobiety w ciąży stosują wybrane i omówione w materiale Video substancje w dawce dla dzieci.
 2. Dzieci to obywatele 3-10 lat
 3. Korzystajcie proszę z polecanych firm ponieważ są sprawdzonej jakości, w odpowiedniej nomenklaturze, z odpowiednimi certyfikatami.
 4. Co 3 tygodnie rotujemy substancjami z każdego rodzaju: aktywna, sprzątająca i likwidująca biofilm.
 5. Probiotyki mogą być stosowane dłużej niż podana 3 tygodniowa.
 6. Osoby ze stwierdzoną toksycznością / wrażliwością stosują substancje zgodnie z ustaleniami z modułu I!
- Najpierw 1/3 dawki - tydzień obserwacji, 1/2 dawki - kolejny tydzień obserwacji i jeżeli nic nie wskazuje na skutki uboczne stosowania preparatu, dawka pełna.



SUBSTANCJE AKTYWNE

SUBSTANCJE AKTYWNE



Działanie substancji aktywnych w procesie antygrzybiczym polega na ich zdolności do zwalczania lub hamowania wzrostu grzybów oraz eliminacji infekcji grzybiczych. Te substancje mogą mieć różne mechanizmy działania, które pozwalają im skutecznie zwalczać grzyby i zapobiegać nawrotom infekcji.

Na jakich płaszczyznach działają substancje aktywne?

1. Substancje aktywne mogą działać bezpośrednio na grzyby, niszcząc ich strukturę komórkową lub hamując ich wzrost i rozmnażanie.
2. Zaburzają procesy metaboliczne. Niektóre substancje aktywne mogą zaburzać procesy metaboliczne w komórkach grzybów, co prowadzi do ich obumierania lub osłabienia.
3. Wzmocniają odporność. Niektóre substancje mogą wspomagać układ odpornościowy w zwalczaniu infekcji grzybiczych, poprzez stymulowanie aktywności komórek odpornościowych.
4. Zwalczają biofilmy: Niektóre grzyby mogą tworzyć biofilmy, które chronią je przed działaniem leków. Substancje aktywne mogą pomagać w rozkładaniu tych biofilmów, umożliwiając skuteczniejsze działanie leków przeciwgrzybiczych. Pomimo tego, że wiele substancji aktywnych ma właściwości rozbijające biofilm stworzyła odrębną grupę produktów, które specjalizują się w tym zakresie.
5. Zmniejszają stany zapalne: Niektóre substancje mają właściwości przeciwzapalne, które pomagają zmniejszyć silent inflammation wywołany przez grzyby i przyspieszyć proces regeneracji usprawniając terapię.

W skrócie, substancje aktywne w procesie antygrzybiczym działają na różnych poziomach, aby skutecznie zwalczać grzyby, eliminować infekcje grzybicze i wspierać zdrowie skóry, paznokci i narządów wewnętrznych.

SREBRO KOLOIDALNE

SUBSTANCJA AKTYWNA / LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Srebro koloidalne, a które składa się z mikroskopijnych cząsteczek srebra zawieszonych w wodzie, od dawna było stosowane ze względu na swoje potencjalne właściwości antybakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwgrzybiczne. W kontekście aspektu antygrzybiczego, srebro koloidalne jest uważane za substancję mogącą hamować wzrost oraz rozwój grzybów.

Oto kilka sposobów, w jakie srebro koloidalne może działać przeciwko grzybom:

- Zaburzenie metabolizmu: Srebro koloidalne może zakłócać procesy metaboliczne grzybów, co prowadzi do osłabienia ich wzrostu i rozwoju.
- Uszkodzenie błon komórkowych: Cząsteczki srebra koloidalnego mogą przenikać do komórek grzybów i uszkadzać ich błony komórkowe, co może prowadzić do ich śmierci.
- Hamowanie replikacji DNA: Srebro koloidalne może zakłócać proces replikacji DNA grzybów, co uniemożliwia im rozmnażanie się i dalszy rozwój.
- Redukcja stanu zapalnego: Działanie przeciwzapalne srebra koloidalnego może również przyczynić się do redukcji stanu zapalnego skóry lub błon śluzowych, które często towarzyszą infekcjom grzybiczym.

DAWKOWANIE/ZASTOSOWANIE:

Można stosować doustnie, do ucha, bezpośrednio na zmiany naskórne, pod makijaż.

Dorośli:

3x 1 łyżeczka do herbaty 50 ppm

Dzieci:

3x 1 łyżeczka do herbaty 25ppm

Colway - srebro koloidalne w sprayu <https://sklep.colway.pl/168005>

MyVita - Biozdrowy

Nanosit

FUNGO FARM

SUBSTANCJA AKTYWNA

Preparat FungoFarm to specjalistyczny środek, którego działanie jest skoncentrowane na zwalczaniu grzybiczych infekcji skóry, paznokci oraz błon śluzowych. Główne składniki FungoFarm oraz ich działanie obejmują:

- Kwas kaprylowy (monolauryna): Monolauryna to substancja otrzymywana z oleju kokosowego, która wykazuje silne właściwości przeciwdrobnoustrojowe. Działa przeciwgrzybiczo, niszcząc błonę komórkową grzybów i hamując ich wzrost oraz rozwój.
- Ekstrakt z czosnku: Czosnek od dawna znany jest ze swoich właściwości przeciwdrobnoustrojowych. Zawiera związki siarkowe, które są skuteczne w zwalczaniu grzybów, bakterii i wirusów.
- Ekstrakt z szalwii: Szalwia ma działanie antyseptyczne i przeciwgrzybicze. Jej stosowanie pomaga zwalczać infekcje grzybicze oraz łagodzi podrażnienia skóry.
- Ekstrakt z nagietka: Nagietek to roślina o silnych właściwościach leczniczych. Jego ekstrakt działa przeciwzapalnie, łagodzi podrażnienia skóry i wspomaga proces gojenia się.
- Alantoina: Alantoina ma działanie kojące, łagodzi podrażnienia skóry i przyspiesza proces regeneracji tkanek.

Działanie preparatu FungoFarm opiera się na synergii tych składników, które skutecznie zwalczają infekcje grzybicze, redukują objawy takie jak świąd, zaczerwienienie czy łuszczenie skóry oraz wspomagają proces gojenia uszkodzonej skóry i paznokci. Regularne stosowanie preparatu może pomóc w skutecznym zwalczaniu grzybiczych infekcji skóry i paznokci oraz przywróceniu zdrowego stanu skóry i paznokci.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x po 2,5ml (50 kropli)

Dzieci: 2x po 1ml (20kropli)

Max. 2 tygodnie!

CHAGA

SUBSTANCJA AKTYWNA

Huba brzoza, znana również jako chaga, to grzyb rosnący na brzozech i wykazujący wiele korzystnych właściwości zdrowotnych, w tym potencjalne działanie przeciwdrobnoustrojowe. Oto kilka aspektów działania huby brzozowej w kontekście zwalczania grzybicy i innych zastosowań:

- **Przeciwdrobnoustrojowe działanie:** Huba brzoza zawiera substancje aktywne, takie jak polifenole, fenole i triterpenoidy, które wykazują właściwości przeciwdrobnoustrojowe. Badania wykazały, że ekstrakty z huby brzozowej mogą hamować wzrost różnych szczepów grzybów, w tym *Candida albicans*, który jest częstym patogenem wywołującym grzybicze infekcje u ludzi.
- **Wspomaganie układu odpornościowego:** Składniki zawarte w hubie brzozowej mogą wspomagać układ odpornościowy organizmu poprzez stymulację produkcji komórek odpornościowych, takich jak limfocyty T i komórki NK (natural killer). Silny układ odpornościowy może pomóc w zapobieganiu i zwalczaniu infekcji, w tym grzybiczych.
- **Działanie przeciwzapalne:** Huba brzoza wykazuje działanie przeciwzapalne, które może być korzystne w łagodzeniu stanów zapalnych skóry i błon śluzowych, które są często związane z infekcjami grzybiczymi.
- **Antyoksydacyjne właściwości:** Substancje antyoksydacyjne obecne w hubie brzozowej, takie jak polifenole, mogą pomagać w zwalczaniu wolnych rodników i redukować stres oksydacyjny, co może przyczynić się do poprawy zdrowia skóry i ogólnego stanu organizmu.
- **Zastosowanie jako suplement diety:** Huba brzoza jest dostępna w postaci ekstraktów, kapsułek lub herbat, które można stosować jako suplement diety. Regularne spożywanie huby brzozowej może wspomagać ogólne zdrowie organizmu i redukować ryzyko infekcji grzybiczych.

Podsumowując, huba brzoza wykazuje potencjalne działanie przeciwdrobnoustrojowe, przeciwzapalne i antyoksydacyjne, które mogą być korzystne w zwalczaniu grzybiczych infekcji oraz wspomaganie ogólnego zdrowia organizmu. Jednakże, przed zastosowaniem huby brzozowej w celach leczniczych zawsze zaleca się konsultację z lekarzem, zwłaszcza w przypadku osób z chorobami przewlekłymi lub stosujących inne leki.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2 x 1 kapsułka / 2ml podzielona na 2 porcje - pod język / 1 połowa dnia

Dzieci: połowa porcji

Do 1200mg

Hempking, Alohafungi

CORDYCEPS

SUBSTANCJA AKTYWNA

Cordyceps to rodzaj grzybów, który od wieków wykorzystywany jest w medycynie tradycyjnej, zwłaszcza w Azji, ze względu na swoje potencjalne właściwości lecznicze. Oto kilka aspektów działania Cordyceps, uwzględniając proces antygrzybiczy i zdolność do osuszania wilgoci:

- **Wzmacnianie układu odpornościowego:** Cordyceps zawiera substancje biologicznie aktywne, które mogą wzmacniać układ odpornościowy organizmu. Poprawa odporności może pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych poprzez zwiększenie zdolności organizmu do walki z patogenami.
- **Właściwości przeciwdrobnoustrojowe:** Badania sugerują, że Cordyceps wykazuje działanie przeciwdrobnoustrojowe, które może być skuteczne w zwalczaniu różnych rodzajów grzybów, w tym tych, które wywołują infekcje u ludzi. Mechanizm działania Cordyceps na grzyby może polegać na hamowaniu ich wzrostu i rozmnażania.
- **Regulacja wilgotności:** W medycynie chińskiej Cordyceps był tradycyjnie stosowany do regulacji wilgotności w organizmie. Chociaż brak jest badań naukowych potwierdzających tę właściwość, niektórzy ludzie wierzą, że spożywanie Cordyceps może pomóc w regulacji poziomu wilgotności w ciele.
- **Osuszanie wilgoci:** W tradycyjnej medycynie chińskiej Cordyceps był używany do wspomagania leczenia różnych schorzeń związanych z wilgocią, takich jak przewlekłe infekcje grzybicze, problemy z układem oddechowym i skórą. Jest to jednak raczej oparte na przekonaniach kulturowych niż na dowodach naukowych.
- **Ogólna poprawa zdrowia:** Cordyceps jest również znany ze swoich właściwości adaptogennych, które mogą pomóc w ogólnym wzmacnianiu organizmu i poprawie zdrowia. Poprawa stanu zdrowia ogólnego może również przyczynić się do redukcji ryzyka infekcji, w tym grzybiczych.

Cordyceps wykazuje potencjalne właściwości przeciwdrobnoustrojowe, zdolność do poprawy odporności oraz tradycyjnie przypisywane mu właściwości regulujące wilgotność.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2 x 1 kapsułka / 2ml podzielona na 2 porcje - pod język/ 1 połowa dnia

Dzieci: połowa porcji

Do 1200mg

Hempking, Alohafungi

REISHI

SUBSTANCJA AKTYWNA

Reishi, znany również jako *Ganoderma lucidum*, to grzyb o wielu potencjalnych właściwościach zdrowotnych. Oto kilka aspektów jego działania:

- **Wzmocnienie odporności:** Reishi jest uważany za adaptogen, substancję, która może pomóc organizmowi w radzeniu sobie ze stresem i poprawie ogólnego stanu zdrowia. Może również wzmacniać układ odpornościowy, pomagając w zwalczaniu infekcji, w tym grzybiczych.
- **Działanie przeciwbakteryjne:** Badania sugerują, że Reishi może mieć działanie przeciwbakteryjne, co oznacza, że może pomagać w zwalczaniu różnych rodzajów bakterii, w tym tych, które mogą powodować infekcje.
- **Właściwości przeciwwirusowe:** Niektóre badania sugerują, że Reishi może mieć właściwości przeciwwirusowe, które mogą pomagać w zwalczaniu różnych wirusów, w tym tych, które mogą powodować infekcje, takie jak grypa czy opryszczka.
- **Redukcja stanu zapalnego:** Reishi może mieć właściwości przeciwzapalne, co oznacza, że może pomagać w redukcji stanów zapalnych w organizmie. Zmniejszenie stanu zapalnego może być korzystne dla ogólnego zdrowia, a także dla zwalczania infekcji grzybiczych.
- **Poprawa funkcji wątroby:** Niektóre badania sugerują, że Reishi może pomagać w poprawie funkcji wątroby poprzez oczyszczanie organizmu z toksyn i poprawę procesów detoksykacyjnych.
- **Regulacja poziomu cukru:** Istnieją dowody sugerujące, że Reishi może pomagać w regulacji poziomu cukru we krwi, co może być korzystne dla osób z cukrzycą lub ryzykiem cukrzycy.
- **Wspomaganie funkcji mózgu:** Reishi może mieć korzystny wpływ na funkcje mózgu, w tym poprawę pamięci, koncentracji i ogólnego zdrowia psychicznego.
- **Właściwości przeciwnowotworowe:** Chociaż badania nad tym aspektem są wciąż w toku, niektóre badania sugerują, że Reishi może mieć potencjał przeciwnowotworowy, co oznacza, że może pomagać w zwalczaniu komórek nowotworowych.

Reishi wykazuje wiele potencjalnych właściwości zdrowotnych, w tym działanie przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe, przeciwzapalne, przeciwnowotworowe oraz poprawę funkcji układu odpornościowego i wątroby. Jednakże, zawsze zaleca się skonsultowanie się z lekarzem przed rozpoczęciem stosowania Reishi w celach leczniczych, zwłaszcza u osób z chorobami przewlekłymi lub stosujących inne leki.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2 x 1 kapsułka / 2ml podzielona na 2 porcje - pod język/ 1 połowa dnia

Dzieci: połowa porcji

Hempking, Alohafungi

FOSFATYDYLOCHOLINA

SUBSTANCJA AKTYWNA

Fosfatydylocholina, znana również jako lecytyna, to fosfolipid składający się z choliny i kwasu fosforowego. Jest ona istotnym składnikiem błon komórkowych i pełni wiele kluczowych funkcji w organizmie. Jest substancją o bardzo szerokim spektrum działania w różnych obszarach.

- Układ nerwowy:
 - Fosfatydylocholina odgrywa istotną rolę w zdrowiu układu nerwowego poprzez udział w tworzeniu błon komórkowych neuronów i innych komórek nerwowych.
 - Cholina, składnik fosfatydylocholiny, jest prekursorem neuroprzekaźnika acetylocholiny, który odgrywa kluczową rolę w przekazywaniu sygnałów między neuronami.
 - Zdrowe poziomy fosfatydylocholiny mogą wspierać funkcje poznawcze, pamięć i koncentrację.
- Żółć:
 - Fosfatydylocholina pomaga w emulgowaniu i transportowaniu tłuszczów w organizmie, co jest istotne dla produkcji i wydzielania żółci przez wątrobę.
 - Pomaga w procesie trawienia tłuszczów poprzez rozkładanie ich na drobne krople, co ułatwia ich trawienie przez enzymy trawienne.
- Zwalczanie grzybicy:
 - Fosfatydylocholina może wspomagać walkę z infekcjami grzybiczymi poprzez utrzymanie integralności błon komórkowych organizmów grzybiczych.
 - Może wpływać na zwiększenie odporności na infekcje poprzez wsparcie funkcji układu odpornościowego.
- Tworzenie mieliny:
 - Fosfatydylocholina jest ważnym składnikiem budulcowym mieliny, izolacyjnej osłonki otaczającej włókna nerwowe.
 - Zapewnia stabilność i elastyczność błon komórkowych komórek mielinowych, co umożliwia sprawną transmisję impulsów nerwowych.

W sumie, fosfatydylocholina odgrywa kluczową rolę w wielu procesach fizjologicznych, w tym w zdrowiu układu nerwowego, trawieniu tłuszczów, walce z infekcjami grzybiczymi oraz w tworzeniu mieliny. Jej odpowiednie spożycie i dostępność są istotne dla utrzymania zdrowia i prawidłowego funkcjonowania organizmu.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x 385mg, wskazane do obiadu i kolacji

Dzieci: 1x 385mg

Kenay

KOCI PAZUR

SUBSTANCJA AKTYWNA

Koci pazur, znane również jako *Uncaria tomentosa*, to roślina pochodząca z Ameryki Południowej, która jest wykorzystywana ze względu na swoje właściwości zdrowotne. Oto kilka aspektów dotyczących właściwości kociego pazura, zwłaszcza w kontekście leczenia antygrzybicznego:

- **Działanie immunomodulujące:** Kocie pazury zawiera związki chemiczne, takie jak alkaloidy i glikozydy, które mogą wspomagać funkcjonowanie układu odpornościowego. Poprawa funkcji immunologicznej organizmu może pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych poprzez zwiększenie zdolności organizmu do walki z patogenami.
- **Właściwości przeciwzapalne:** Składniki zawarte w kocim pazurze wykazują działanie przeciwzapalne, co może pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych skóry i błon śluzowych wywołanych przez infekcje grzybicze. Redukcja stanu zapalnego może przyspieszyć proces gojenia się i zmniejszyć objawy związane z infekcjami.
- **Działanie przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze:** Niektóre badania sugerują, że kocie pazury mogą mieć zdolność do hamowania wzrostu bakterii i grzybów. Choć większość badań skupia się na działaniu przeciwbakteryjnym, istnieją również dowody na to, że kocie pazury mogą być skuteczne w zwalczaniu niektórych rodzajów grzybów, w tym tych odpowiedzialnych za infekcje skórne i błon śluzowych.
- **Zastosowanie w leczeniu grzybicy:** Kocie pazury mogą być stosowane zarówno wewnątrz, w postaci suplementów, jak i zewnątrz, w postaci kremów lub maści, w celu leczenia infekcji grzybiczych. Substancje aktywne w kocim pazurze mogą pomóc w hamowaniu wzrostu grzybów, wspierając proces leczenia.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x dziennie 15 kropli, 15 min. przed posiłkiem w ¼ szklanki wody, albo pod język

Dzieci: 3x dziennie 5kropli, 15 min. przed posiłkiem w ¼ szklanki wody

NutraMedix, Magiczny ogród

KOLOREX

SUBSTANCJA AKTYWNA

Kolorex to preparat roślinny, który zawiera ekstrakt z liści rośliny o nazwie Pseudowintera colorata, znanej również jako horopito. Ekstrakt z tej rośliny jest bogaty w związki o działaniu przeciwgrzybiczym. Oto kilka cech działania preparatu Kolorex:

- **Przeciwdziałanie infekcjom grzybiczym:** Kolorex zawiera aktywne składniki, które pomagają w zwalczaniu infekcji grzybiczych, zwłaszcza tych wywołanych przez drożdżaki *Candida albicans*. Związki zawarte w Kolorex mogą wspomagać w hamowaniu wzrostu grzybów oraz redukcji objawów z nimi związanych, takich jak świąd, zaczerwienienie i pieczenie.
- **Naturalne składniki:** Preparat Kolorex oparty jest głównie na naturalnych składnikach roślinnych, co może być korzystne dla osób preferujących naturalne metody leczenia. Ekstrakt z liści horopito wykazuje silne właściwości przeciwdrobnoustrojowe.
- **Łagodzenie objawów infekcji grzybiczych:** Regularne stosowanie preparatu Kolorex może przyczynić się do złagodzenia objawów infekcji grzybiczych, takich jak pieczenie, swędzenie i podrażnienie skóry lub błon śluzowych.
- **Opcje różnych form preparatu:** Kolorex jest dostępny w różnych formach, w tym w postaci kremu, żelu, kapsułek oraz płynu doustnego, co umożliwia wybór najbardziej odpowiedniej formy stosowania w zależności od potrzeb i preferencji pacjenta.
- **Wspomaganie naturalnej równowagi organizmu:** Kolorex działa w harmonii z naturalnymi mechanizmami obronnymi organizmu, wspierając zdolność organizmu do walki z infekcjami grzybiczymi.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x 1 kapsułka, nie otwierać, popić wodą, do jedzenia

Dzieci: 1x 1 kapsułka

PROPOLIS

SUBSTANCJA AKTYWNA

Propolis, znany również jako kit pszczoły, to substancja otrzymywana przez pszczoły z pąków, żywicy drzewnej i innych substancji roślinnych. Posiada wiele właściwości zdrowotnych, w tym również działanie antygrzybiczne. Oto kilka aspektów antygrzybiczych działania propolisu:

- **Zwalczanie infekcji grzybiczych:** Propolis zawiera różnorodne związki biologicznie aktywne, takie jak flawonoidy, kwas kawowy, ester etylowy kwasu kawowego, które wykazują właściwości przeciwdrobnoustrojowe. Substancje te mogą hamować wzrost i rozwój różnych grzybów, w tym *Candida albicans*, grzybów pleśniowych i innych patogenów.
- ****Łagodzenie objawów infekcji grzybiczych:** Propolis może pomóc w łagodzeniu objawów infekcji grzybiczych, takich jak świąd, pieczenie, zaczerwienienie i podrażnienie skóry lub błon śluzowych. Może być stosowany miejscowo na dotknięte obszary skóry lub błony śluzowe w postaci kremów, maści lub płynów.
- **Wspomaganie procesu gojenia:** Dzięki swoim właściwościom przeciwzapalnym i przeciwbakteryjnym, propolis może przyspieszać proces gojenia uszkodzonej skóry spowodowanej infekcją grzybiczą. Może również zmniejszać ryzyko ponownego wystąpienia infekcji.
- **Stosowanie uzupełniające:** Propolis może być stosowany zarówno jako leczenie miejscowe, jak i doustne w postaci tabletek, kapsułek lub płynów. W przypadku infekcji grzybiczych układu pokarmowego lub jamy ustnej, propolis może działać jako uzupełniający środek wspomagający leczenie farmakologiczne.
- **Naturalne działanie antybiotykowe:** Propolis działa jako naturalny antybiotyk, eliminując patogenne mikroorganizmy bez szkodliwego wpływu na florę bakteryjną organizmu.

Warto jednak pamiętać, że skuteczność propolisu może się różnić w zależności od jego rodzaju, stężenia i sposobu wykorzystania.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x dziennie po 4 psiki bezpośrednio do buzi

Dzieci: 3 x dziennie po 2 psiki do wody albo inne napoju.

Profiltaktyka, Biodorwy, Miodysuszka

JEŻÓWKA

SUBSTANCJA AKTYWNA

Jeżówka, znana również jako Echinacea, to roślina lecznicza o długiej historii stosowania w medycynie ludowej, zwłaszcza do wsparcia układu odpornościowego i leczenia infekcji. Oto główne właściwości i działania jeżówki:

- **Stymulacja układu odpornościowego:** Jeżówka zawiera substancje aktywne, takie jak polifenole, które mogą stymulować produkcję białych krwinek, co pomaga w zwalczaniu infekcji wirusowych i bakteryjnych.
- **Zwalczanie infekcji:** Dzięki swoim właściwościom immunostymulującym, jeżówka może pomóc w leczeniu infekcji dróg oddechowych, takich jak przeziębienia, grypy i infekcje gardła.
- **Redukcja stanów zapalnych:** Jeżówka wykazuje również działanie przeciwzapalne, co może pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych i obrzęków, zwłaszcza w przypadku stanów zapalnych skóry lub błon śluzowych.
- **Leczenie infekcji skórnych:** Zewnętrzne zastosowanie preparatów z jeżówki może pomóc w leczeniu infekcji skórnych, takich jak opryszczka czy egzemy, poprzez łagodzenie stanów zapalnych i przyspieszenie gojenia się skóry.
- **Wspomaganie gojenia ran:** Dzięki swoim właściwościom przeciwzapalnym i antybakteryjnym, jeżówka może wspomagać proces gojenia się ran i owrzodzeń skórnych.
- **Ochrona przed infekcjami nawrotowymi:** Regularne stosowanie jeżówki może pomóc w zapobieganiu nawrotom infekcji poprzez wzmocnienie naturalnych mechanizmów obronnych organizmu.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3 x dziennie po 20 kropli na wodę, między posiłkami. Czas kuracji 10 dni.

Dzieci: Dorośli: 3 x dziennie po 7-10 kropli na wodę, między posiłkami. Czas kuracji 10 dni.

Lehning

PIOŁUN

SUBSTANCJA AKTYWNA

Piołun, znany również jako *Artemisia absinthium*, to roślina zielarska, której właściwości lecznicze są szeroko doceniane, zwłaszcza w tradycyjnej medycynie ludowej. Poniżej opisano działanie piołunu w kontekście leczenia grzybicy:

Właściwości przeciwdrobnoustrojowe: Piołun zawiera związki chemiczne, takie jak taniny, flawonoidy i olejki eteryczne, które wykazują działanie przeciwdrobnoustrojowe. Te substancje mogą pomagać w zwalczaniu różnych patogenów, w tym grzybów, które powodują grzybicę.

Antygrzybicze działanie: Substancje zawarte w piołunie, takie jak tujon i kamfora, wykazują działanie przeciwgrzybicze, które mogą hamować wzrost i rozwój grzybów, w tym tych odpowiedzialnych za infekcje skórne, paznokciowe i błon śluzowych.

Oczyszczanie organizmu: Piołun wykazuje również właściwości oczyszczające, które mogą pomagać w eliminacji toksyn z organizmu. Regularne stosowanie piołunu może wspomagać oczyszczanie organizmu związanego z infekcjami grzybiczymi i innymi infekcjami.

Wspomaganie układu odpornościowego: Niektóre badania sugerują, że piołun może wspomagać układ odpornościowy poprzez stymulację produkcji białych krwinek, co może zwiększyć zdolność organizmu do walki z infekcjami, w tym grzybicami.

Redukcja stanów zapalnych: Piołun wykazuje także właściwości przeciwzapalne, które mogą pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych skóry i błon śluzowych, które często towarzyszą infekcjom grzybiczym.

Należy jednak pamiętać, że piołun jest rośliną silnie trującą i może wywołać poważne skutki uboczne, jeśli jest spożywany w nadmiernych ilościach lub stosowany bez należytego nadzoru.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 10–20 ml nalewki 2–3 razy dziennie. Elixir najlepiej spożywać co 2–3 dni, w maksymalnej dawce 60 ml na dobę.

Albo jeżeli ekstrakt: 2x dziennie 10 kropli rozpuścić w 100 ml wody.

Dzieci: NIE przeznaczony dla dzieci, kobiet w ciąży i karmiących piersią!

Magiczny ogród, nalewka z piołunu świętej Hildegardy

IMBIR

SUBSTANCJA AKTYWNA

Imbir to roślina o wielu właściwościach zdrowotnych, a jego działanie może być różnorodne, obejmując zarówno wpływ na zdrowie fizyczne, jak i psychiczne. Oto kilka głównych właściwości i korzyści związanych z działaniem imbiru:

- **Właściwości przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe:** Imbir zawiera substancje, takie jak gingerol i shogaol, które wykazują działanie przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe. Regularne spożywanie imbiru może pomóc w wzmacnianiu układu odpornościowego i chronić organizm przed infekcjami.
- **Działanie przeciwzapalne:** Składniki zawarte w imbirze mają właściwości przeciwzapalne, które mogą pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych w organizmie. Osoby cierpiące na choroby zapalne, takie jak reumatoidalne zapalenie stawów, mogą odczuć ulgę po spożyciu imbiru.
- **Pomoc w łagodzeniu dolegliwości żołądkowych:** Imbir jest stosowany od wieków jako środek na dolegliwości żołądkowe, w tym na nudności, wymioty i problemy trawienne. Związki zawarte w imbirze mogą pomóc w uspokojeniu układu pokarmowego i łagodzeniu objawów dyskomfortu.
- **Poprawa trawienia:** Imbir może również wspomagać proces trawienia poprzez stymulowanie wydzielania soków trawiennych i enzymów trawiennych. Może to pomóc w lepszym trawieniu pokarmów i wchłanianiu składników odżywczych.
- **Redukcja bólu:** Niektóre badania sugerują, że imbir może pomóc w redukcji bólu, zwłaszcza bólu mięśni i stawów. Może to być przydatne dla osób cierpiących na przewlekłe dolegliwości bólowe lub dolegliwości związane z intensywnym wysiłkiem fizycznym.
- **Poprawa krążenia:** Składniki zawarte w imbirze mogą wspomagać poprawę krążenia krwi poprzez rozszerzanie naczyń krwionośnych i zmniejszanie ryzyka wystąpienia problemów związanych z układem sercowo-naczyniowym.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x dziennie 1 kapsułka

Dzieci: 1 x dziennie 1 kapsułka

Medica Herbs, Yango, Hempking. Można używać również połączenie czosnku z imbirem, np. firmy Jarrow,

OLEJEK IMBIROWY

SUBSTANCJA AKTYWNA

Olejek imbirowy ma wiele zastosowań i korzyści dla zdrowia i dobrego samopoczucia. Oto kilka głównych sposobów jego wykorzystania:

- Łagodzenie dolegliwości żołądkowych: Olejek imbirowy może pomóc w łagodzeniu dolegliwości żołądkowych, takich jak nudności, wymioty i problemy trawienne. Można go stosować poprzez wdychanie aromatu lub rozcieńczanie kilku kropel wody i spożywanie doustne.
- Poprawa trawienia: Dzięki swoim właściwościom rozgrzewającym, olejek imbirowy może wspomagać proces trawienia poprzez stymulowanie wydzielania soków trawiennych i enzymów trawiennych. Może to być szczególnie pomocne dla osób cierpiących na problemy z trawieniem.
- Redukcja bólu i stanów zapalnych: Olejek imbirowy ma właściwości przeciwzapalne i przeciwbólowe, co sprawia, że jest skutecznym środkiem łagodzącym ból mięśni, stawów i zapalenie stawów. Może być stosowany poprzez masaż miejscowego zastosowania lub dodawany do kąpiele.
- Poprawa krążenia krwi: Olejek imbirowy może również wspomagać poprawę krążenia krwi poprzez rozszerzanie naczyń krwionośnych i zmniejszanie ryzyka problemów związanych z układem sercowo-naczyniowym.
- Uspokojenie umysłu: Aromat imbiru jest znany ze swojego uspokajającego wpływu na umysł. Olejek imbirowy może być stosowany w aromaterapii do relaksacji, redukcji stresu i poprawy nastrojów.
- Wzmacnianie odporności: Olejek imbirowy może wspomagać układ odpornościowy poprzez swoje właściwości antybakteryjne i przeciwwirusowe. Regularne stosowanie może pomóc w zapobieganiu infekcjom i chorobom.

DAWKOWANIE:

Silnie zależne od stężenia i jakości olejku.

Można go kapsułkować, można stosować bezpośrednio na skórę, pod język.

Nie stosować u dzieci. Nie przekraczać 4 kropli dziennie

BERBERYS

SUBSTANCJA AKTYWNA

Berberys (Berberis) to roślina znana ze swoich właściwości zdrowotnych, a niektóre z jej składników wykazują pewne potencjalne właściwości antygrzybiczne. Kluczowym składnikiem berberysu, który jest odpowiedzialny za te właściwości, jest berberyna. Oto kilka aspektów dotyczących antygrzybiczych właściwości berberysu:

- **Antygrzybicza aktywność:** Berberyna, główny alkaloid obecny w berberysie, wykazuje pewne działanie przeciwdrobnoustrojowe, w tym przeciwko niektórym rodzajom grzybów. Może to obejmować grzyby odpowiedzialne za infekcje skóry, paznokci czy jamy ustnej.
- **Przeciwdziałanie stanom zapalnym:** Grzybice często towarzyszą stanom zapalnym. Berberyna może pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych, co jest istotne w przypadku infekcji grzybiczych.
- **Wspomaganie układu odpornościowego:** Substancje zawarte w berberysie mogą wspomagać układ odpornościowy w zwalczaniu infekcji, również tych wywołanych przez grzyby.
- **Ochrona przed uszkodzeniami komórkowymi:** Berberyna wykazuje także właściwości antyoksydacyjne, co może pomóc w ochronie komórek przed uszkodzeniem wywołanym przez grzyby.

Warto jednak podkreślić, że badania nad antygrzybiczymi właściwościami berberysu są wciąż w fazie eksperymentalnej, a skuteczność może się różnić w zależności od rodzaju grzyba i warunków badawczych. Ponadto, suplementacja berberyną powinna być stosowana ostrożnie, zwłaszcza w przypadku osób z istniejącymi schorzeniami lub stosujących inne leki. Jeśli masz problemy zdrowotne związane z grzybicą, zawsze warto skonsultować się z lekarzem w celu uzyskania odpowiedniej diagnostyki i leczenia. Suplementacja berberysu może być brana pod uwagę jako uzupełnienie

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2 x dziennie 1 kapsułka

NIE stosować u dzieci.

Medica Herbals, Swanson, Yango, Kenay, Biozdrowy

OLEJEK CYNAMONOWY

SUBSTANCJA AKTYWNA

Olejek Cynamonowy:

- **Antygrzybicze:** Olejek cynamonowy ma właściwości antygrzybiczne, co oznacza, że może pomóc w zwalczaniu różnych rodzajów grzybic, zwłaszcza w jamie ustnej.
- **Wzmacniające układ odpornościowy:** Związki zawarte w olejku cynamonowym mogą wspomagać układ odpornościowy, pomagając w zwalczaniu infekcji i zapobiegając rozwojowi chorób.
- **Stymulujące:** Aromat olejku cynamonowego może działać stymulująco na umysł i ciało, pomagając w poprawie koncentracji i wydajności.

DAWKOWANIE:

Silnie zależne od stężenia i jakości olejku.

Można fgo kapsułkować, można stosować bezpośrednio na skórę i zmiany grzybicze, pod język.

Nie stosować u dzieci. Nie przekraczać 4 kropli dziennie

OLEJEK GOŹDZIKOWY

SUBSTANCJA AKTYWNA

Olejek goździkowy, wytwarzany z goździków, również posiada podobne właściwości zdrowotne. Może być stosowany do masażu, aromaterapii lub jako składnik w naturalnych preparatach leczniczych. Jego silny zapach sprawia, że jest często wykorzystywany do aromatyzowania i relaksacji. Jednak należy stosować go ostrożnie, ponieważ może być drażniący dla skóry i błon śluzowych w wysokich stężeniach.

Olejek goździkowy jest znany ze swoich właściwości antygrzybiczych, co sprawia, że jest stosowany w różnych terapiach wspomagających zwalczanie infekcji grzybiczych. Oto kilka sposobów, w jakie olejek goździkowy może być wykorzystywany w terapii antygrzybiczej:

- **Zwalczanie infekcji skórnych:** Olejek goździkowy może być stosowany miejscowo do leczenia infekcji skórnych spowodowanych przez grzyby, takie jak grzybica stóp (łupież pstry) czy kandydoza skóry. Ma właściwości przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze, które mogą pomóc w zwalczaniu patogenów.
- **Leczenie infekcji jamy ustnej:** Stosowanie olejku goździkowego do płukania jamy ustnej może pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych, takich jak kandydoza jamy ustnej. Ma działanie przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwgrzybicze, co może przyczynić się do zmniejszenia obecności patogenów w jamie ustnej.
- **Dodatek do naturalnych preparatów:** Olejek goździkowy może być dodawany do naturalnych preparatów do pielęgnacji skóry lub do masażu, aby wspomóc walkę z infekcjami grzybiczymi. Może być również stosowany w mieszaninach olejków eterycznych do aromaterapii.
- **Pomoc w zwalczaniu infekcji paznokci:** Stosowanie olejku goździkowego na dotknięte infekcją paznokcie może pomóc w zwalczaniu grzybiczych infekcji paznokci. Regularne stosowanie może wspomóc w regeneracji zdrowego paznokcia i zmniejszyć obecność grzybów.
- **Naturalny dezodorant:** Olejek goździkowy może być również wykorzystywany w naturalnych dezodorantach ze względu na swoje właściwości antybakteryjne i przeciwapachowe. Może pomóc w zwalczaniu bakterii i zapobiegać nieprzyjemnemu zapachowi.

Zaleca się rozcieńczanie go z innymi olejkami bazowymi przed zastosowaniem na skórę.

DAWKOWANIE:

Dorośli wyłącznie. Bardzo drażniący olejek, który musi być używany z wielką starannością. Nie zalecam stosować bezpośrednio do buzi. Kapsułkowanie z max 5 kroplami. Rozcieńczony z innymi olejami - bezpośrednio na zmiany na paznokciu.

Idealny do dyfuzowania!

OLEJEK Z DRZEWA HERBACIANEGO

SUBSTANCJA AKTYWNA

Olejek z drzewa herbacianego, pochodzący z liści drzewa *Melaleuca alternifolia*, jest znany ze swoich licznych właściwości zdrowotnych i kosmetycznych. Oto kilka z nich:

Działanie przeciwbakteryjne. Olejek z drzewa herbacianego wykazuje silne działanie przeciwbakteryjne, zwłaszcza w przypadku bakterii gronkowca złocistego (*Staphylococcus aureus*) oraz paciorkowców, które są częstymi patogenami skórnymi.

Właściwości przeciwgrzybicze. Olejek ten jest skutecznym środkiem przeciwgrzybiczym, zwłaszcza w przypadku grzybiczej infekcji skóry, takiej jak grzybica stóp (łupież pstry) czy grzybica paznokci.

Działanie przeciwzapalne. Olejek z drzewa herbacianego wykazuje właściwości przeciwzapalne, co może pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych skóry, takich jak trądzik czy łuszczyca.

Przyspieszanie gojenia się skóry. Ze względu na swoje właściwości przeciwzapalne i przeciwbakteryjne, olejek z drzewa herbacianego może pomóc w przyspieszaniu procesu gojenia się ran i podrażnień skórnych.

Zwalczanie pcheł i wszy. Olejek ten może być skutecznym środkiem w zwalczaniu pcheł i wszy, zarówno u ludzi, jak i u zwierząt domowych.

Naturalny dezodorant. Ze względu na swoje właściwości przeciwbakteryjne, olejek z drzewa herbacianego może być składnikiem naturalnych dezodorantów, zapewniając ochronę przed nieprzyjemnym zapachem potu.

Środek do walki z opryszczką. Zewnętrzne stosowanie olejku z drzewa herbacianego może pomóc w łagodzeniu objawów opryszczki oraz przyspieszyć proces gojenia się zajętych obszarów.

Naturalny składnik kosmetyków. Olejek z drzewa herbacianego jest często stosowany w produktach do pielęgnacji skóry i włosów ze względu na swoje korzystne właściwości.

DAWKOWANIE:

Do stosowania w higienie domu, prania, zmywania podłóg, wycierania kurzy.

Do dyfuzora, inhalacji.

Nie do spożywania doustnego.

OLEJEK Z OREGANO

SUBSTANCJA AKTYWNA

Olejek z oregano jest znany ze swoich silnych właściwości antygrzybiczych, które mogą być skuteczne w zwalczaniu różnych rodzajów infekcji grzybiczych. Oto kilka aspektów jego działania antygrzybiczego:

- **Zwalczanie infekcji skórnych:** Olejek z oregano może być stosowany miejscowo do leczenia infekcji skórnych spowodowanych przez grzyby, takie jak grzybica stóp, łupież pstry czy infekcje paznokci. Jego silne właściwości antygrzybicze mogą pomóc w eliminacji patogenów i wspieraniu zdrowia skóry.
- **Leczenie infekcji jamy ustnej:** Stosowanie olejku z oregano do płukania jamy ustnej może pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych, takich jak kandydoza jamy ustnej. Działa on przeciwzapalnie i przeciwbakteryjnie, co może przyczynić się do zmniejszenia obecności grzybów w jamie ustnej.
- **Wsparcie układu odpornościowego:** Olejek z oregano może również wspierać układ odpornościowy w walce z infekcjami grzybiczymi. Zawiera on składniki aktywne, takie jak karwakrol i tymol, które wykazują działanie przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze i przeciwzapalne, wspomagając naturalne mechanizmy obronne organizmu.
- **Zwalczanie infekcji przewodu pokarmowego:** Olejek z oregano może być również stosowany wewnętrznie, aby pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych w przewodzie pokarmowym. Może on wspomagać równowagę mikroflory jelitowej i zapobiegać nadmiernemu wzrostowi grzybów, takich jak *Candida albicans*.
- **Naturalne konserwanty:** Dodatek olejku z oregano do żywności może również pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych poprzez działanie jako naturalny konserwant. Jego właściwości antygrzybicze mogą pomóc w zapobieganiu rozwojowi pleśni i drożdży w produktach spożywczych.

Olejek z oregano jest skoncentrowanym ekstraktem roślinnym, dlatego należy go stosować ostrożnie i zgodnie z zaleceniami.

DAWKOWANIE:

UWAGA!

Genialny preparat, ale bardzo drażniący. Nigdy nie przyjmujemy go doustnie. Zalecam stosowanie w gotowych kapsułkach ze względu na ostrożność.

Dorośli : 2x dziennie 1 kapsułka forte

Dzieci: 2x dziennie 1 kapsułka light , tylko wtedy kiedy mamy pewność, że dziecko nie przegryzie kapsułki!!

Stosujemy max, 2 tygodnie!!!!

KURKUMA

SUBSTANCJA AKTYWNA / LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Kłącze kurkumy (*Curcuma longa*) jest znane ze swoich licznych właściwości zdrowotnych, w tym również z potencjalnych właściwości przeciwdrobnoustrojowych, które mogą przyczynić się do walki z niektórymi rodzajami grzybów. Głównym składnikiem czynnym w kurkumie jest kurkumina, która posiada silne właściwości przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwdrobnoustrojowe.

Oto kilka aspektów, które podkreślają antygrzybicze właściwości kłącza kurkumy:

- **Antygrzybicza aktywność:** Kurkumina wykazuje pewne działanie przeciwdrobnoustrojowe, w tym przeciwko niektórym rodzajom grzybów. Może to obejmować grzyby, które są odpowiedzialne za infekcje skóry, paznokci, czy jamy ustnej.
- **Przeciwdziała stanom zapalnym:** Grzybice często wiążą się ze stanami zapalnymi. Kurkumina, dzięki swoim silnym właściwościom przeciwzapalnym, może pomóc w łagodzeniu objawów związanych z infekcjami grzybiczymi.
- **Wspomaganie układu odpornościowego:** Substancje zawarte w kłączu kurkumy mogą wspomagać układ odpornościowy w zwalczaniu infekcji, w tym tych wywołanych przez grzyby.
- **Ochrona przed uszkodzeniami komórkowymi:** Kurkumina posiada silne właściwości antyoksydacyjne, co może przyczynić się do ochrony komórek przed uszkodzeniami wywołanymi przez grzyby.

Kurkuminoidy, związki występujące w kurkumie, wykazują pewne właściwości przeciwbakteryjne, przeciwzapalne i przeciwutleniające, które mogą być korzystne w walce z biofilmami bakteryjnymi. Badania naukowe sugerują, że kurkumina, główny składnik aktywny kurkumy, może mieć zdolność do hamowania formowania się biofilmów oraz niszczenia istniejących biofilmów.

Biofilmy bakteryjne to skupiska bakterii osadzających się na powierzchniach, które są otoczone przez substancję zwężającą, tworzącą warstwę ochronną. Te struktury biofilmów mogą być trudne do usunięcia i są często związane z przewlekłymi infekcjami, ponieważ bakterie w biofilmach mogą być bardziej odporne na działanie antybiotyków i mechanizmów obronnych organizmu.

Kurkumina może wpływać na biofilmy poprzez kilka mechanizmów. Może hamować aktywność enzymów, które bakterie wykorzystują do utrzymania biofilmów. Ponadto, kurkumina może zakłócać sygnały komunikacyjne między komórkami bakteryjnymi, co jest istotne dla procesu formowania biofilmów.

KURKUMA

SUBSTANCJA AKTYWNA / LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Warto jednak pamiętać, że samodzielne stosowanie kurkumy nie zastąpi profesjonalnego leczenia, zwłaszcza w przypadku poważnych infekcji grzybiczych. Jeśli masz problemy zdrowotne związane z grzybicą, zawsze warto skonsultować się z lekarzem w celu uzyskania odpowiedniej diagnostyki i leczenia. Suplementy kurkumy lub spożywanie jej jako przyprawy do potraw może być wartościowym dodatkiem do zdrowej diety, ale nie powinno zastępować leczenia zaleconego przez specjalistę.

DAWKOWANIE

Dorośli: 3x dziennie 1 kapsułka, do 1500mg

Dzieci: 1 x dziennie 500mg

CITROKAP

SUBSTANCJA AKTYWNA / LIKWIDACJA BIOFILMÓW

produkt ten jest pozyskiwany z miazgi, nasion i białych błon z owoców grejpfruta. Przekonanie o jego pozytywnych właściwościach leczniczych wykształciło się za sprawą wykorzystania ekstraktu z grejpfruta w rolnictwie, dodając do pasz dla drobiu ryb w celach zapobiegawczych przed infekcjami bakteryjnymi. Przeciwdrobnoustrojowe działanie wyciągu z pestek grejpfruta przełożyło się na zastosowanie go przy zwalczaniu wielu różnorodnych chorób.

Do jednych z nich zalicza się grzybica. Wedle przeprowadzanych badań na in vitro, naukowcy udowodnili, że ekstrakt z grejpfruta charakteryzuje się silnymi właściwościami przeciwgrzybiczymi, w tym także szczepom z grupy *Candida albicans*, które wywołują kandydozę. Wykorzystanie preparatu z pestek grejpfruta skutecznie zniszczyło gromadzące się w organizmie drożdże. Przeciwdziałając rozwojowi infekcji można także poprzez naprowadzenie substancji zewnętrznie, bezpośrednio na skórę zakażoną grzybicą. Wyciąg z pestek grejpfruta od producenta Flos można też stosować przy walce z bakteriami. Przyjmując go w postaci doustnej, preparat skutecznie zwalcza infekcje bakteryjne.

DAWKOWANIE

Dorośli: 3x dziennie 15 kropli na niewielką ilość wody

Dzieci: 3x dziennie 5-7 kropli

Preparat należy stosować w odstępie czasowym przynajmniej 30 min od innych preparatów i pożywienia.



LIKWIDACJA BIOFILMU

LIKWIDACJA BIOFILMU



Biofilmy są złożonymi strukturami tworzonymi przez Candida oraz inne mikroorganizmy. W przeroście Candida biofilmy odgrywają kilka istotnych funkcji:

Chronią przed działaniem leków. Biofilmy tworzą warstwę ochronną, która chroni komórki Candida przed działaniem leków przeciwgrzybiczych oraz atakom układu odpornościowego. Dzięki temu, komórki Candida w biofilmach są bardziej odporne na terapię lekami.

Ułatwiają adhezję. Biofilmy umożliwiają komórkom Candida przyczepianie się do różnych powierzchni, takich jak skóra, błony śluzowe czy implanty medyczne. To ułatwia rozwój infekcji na różnych obszarach ciała.

Zwiększają przetrwalność. Komórki Candida w biofilmach mają zwiększoną przetrwalność w porównaniu do komórek swobodnie pływających. Dzięki temu mogą one przetrwać trudne warunki środowiska, takie jak niska dostępność składników odżywczych czy działanie układu odpornościowego.

Zapobiegają uszkodzeniom komórek. Struktura biofilmu chroni komórki Candida przed uszkodzeniami mechanicznymi oraz działaniem substancji toksycznych. To pozwala na dłuższe przetrwanie i rozwój infekcji.

Stymulują reakcje zapalne. Biofilmy mogą stymulować reakcje zapalne w otaczających tkankach, co przyczynia się do nasilenia objawów zakażenia Candida.

W związku z tym, biofilmy są kluczowym elementem zakażenia Candida, a ich obecność może sprawić, że leczenie staje się trudniejsze i mniej skuteczne. Dlatego likwidacja biofilmów jest ważnym aspektem terapii przeciwgrzybiczej.

NATTOKINAZA

LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Nattokinaza to enzym wyizolowany z japońskiego dania fermentowanego zwanego natto, wykonanego z fermentowanych nasion soi. Ma kilka potencjalnych korzyści zdrowotnych, w tym działanie przeciwzakrzepowe i przeciwzapalne.

- **Działanie przeciwzakrzepowe:** Nattokinaza może pomagać w rozkładzie fibryny, substancji białkowej, która jest głównym składnikiem skrzepów krwi. Poprzez rozkład fibryny, nattokinaza może pomagać w zapobieganiu powstawaniu skrzepów krwi, co może zmniejszać ryzyko zakrzepicy i udarów.
- **Działanie przeciwzapalne:** Nattokinaza wykazuje również działanie przeciwzapalne poprzez hamowanie aktywacji czynników zapalnych i redukcję stanów zapalnych w organizmie. Może to pomóc w łagodzeniu objawów związanych z procesami zapalnymi.
- **Działanie antygrzybiczne:** Niewiele badań odnosi się do bezpośredniego działania nattokinazy na grzyby. Jednakże, jako że grzyby i biofilmy grzybicze mogą być związane z procesami zapalnymi i zakrzepicą, działanie przeciwzapalne i przeciwzakrzepowe nattokinazy może mieć pośredni wpływ na redukcję infekcji grzybiczych.
- **Niewielujące biofilmy:** Biofilmy są warstwami bakterii, grzybów i innych mikroorganizmów, które mogą tworzyć się na powierzchniach, takich jak skóra, błony śluzowe i narządy wewnętrzne. Badania sugerują, że nattokinaza może pomóc w rozkładzie tych biofilmów poprzez swoje właściwości proteolityczne, czyli zdolność do rozkładania białek.

Chociaż nattokinaza nie jest bezpośrednio skoncentrowana na zwalczaniu infekcji grzybiczych, jej działanie przeciwzapalne, przeciwzakrzepowe i potencjalne właściwości rozkładania biofilmów mogą mieć korzystny wpływ na zdrowie ogólne organizmu i mogą wspomagać walkę z infekcjami grzybiczymi oraz związane z nimi komplikacje. Jednakże, przed rozpoczęciem suplementacji nattokinazą zawsze zaleca się konsultację z lekarzem, szczególnie jeśli osoba ma jakiegokolwiek problemy zdrowotne lub przyjmuje inne leki.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x dziennie ok 300mg

Dzieci: 1x dziennie 300mg

InventFarm, SourceNaturals,

MONOLAURYNA

LIKwidACJA BIOFILMÓW

Monolauryna to związek pochodzenia naturalnego, który jest estrem kwasu laurynowego, czyli składnika znajdującego się w oleju kokosowym. Główne właściwości i działania monolauryny obejmują:

- Działanie przeciwbakteryjne: Monolauryna wykazuje aktywność przeciwbakteryjną, zwłaszcza wobec bakterii Gram-dodatnich. Zdolność ta może pomóc w zwalczaniu różnych infekcji bakteryjnych.
- Działanie przeciwwirusowe: Badania sugerują, że monolauryna może hamować replikację niektórych wirusów, w tym wirusa opryszczki oraz wirusa grypy. Może to mieć znaczenie w leczeniu różnych infekcji wirusowych.
- Działanie przeciwgrzybicze: Monolauryna jest znana z swojego działania przeciwgrzybicznego, zwłaszcza wobec *Candida albicans*, grzyba odpowiedzialnego za wiele przypadków grzybicy. Monolauryna może zakłócać błony komórkowe grzybów, co prowadzi do ich obumierania i hamowania rozprzestrzeniania się infekcji.
- Wspomaganie zdrowia układu immunologicznego: Poprzez zwalczanie patogenów, monolauryna może wspomagać ogólną odporność organizmu, pomagając mu zwalczać infekcje.
- Stymulacja zdrowej mikroflory jelitowej: Monolauryna może również wspierać zdrowie jelit poprzez kontrolowanie wzrostu patogennych mikroorganizmów, co przyczynia się do utrzymania równowagi mikroflory jelitowej.

DAWKOWANIE:

Najlepiej stosować ją w proszku: Lauridicin

Dorośli: 3000mg dziennie w 2-3 dawkach.

Dzieci: (zalecenia producenta). Nie żuć granulatu. Należy przyjmować z posiłkami. Minipeletki można umieszczać w ustach i połykać, popijając wodą lub sokiem. Nie przyjmować z gorącymi płynami. W trudnych sytuacjach spróbuj dodać granulki (w całości lub w proszku) do musu jabłkowego, budyniu, masła orzechowego itp. W przypadku bardzo małych dzieci najlepiej zacząć od 1-3 granulek dziennie przez kilka dni, a następnie stopniowo zwiększać ilość.

NAC

LIKWIDACJA BIOFILMÓW

N-acetylocysteina (NAC) jest związkami organicznym, który ma wiele właściwości i zastosowań, zarówno w medycynie, jak i suplementacji diety. Oto kilka aspektów jego działania, uwzględniając jego wpływ na wątrobę, detoksykację, wsparcie niwelacji biofilmu oraz leczenie grzybicy:

- **Wspomaganie wątroby:** NAC jest prekursorem glutationu, który jest jednym z głównych przeciwutleniaczy w organizmie. Glutathion odgrywa kluczową rolę w detoksykacji, zwłaszcza wątroby, pomagając usuwać toksyny, wolne rodniki i inne szkodliwe substancje. Dzięki temu NAC może wspierać zdrowie i funkcje wątroby, chroniąc ją przed uszkodzeniami oksydacyjnymi i wspomagając procesy detoksykacji.
- **Detoksykacja organizmu:** NAC działa jako prekursor glutationu, który pomaga w usuwaniu toksyn z organizmu. Jest szczególnie skuteczny w detoksykacji związków chemicznych, metali ciężkich i innych substancji szkodliwych, które mogą gromadzić się w organizmie.
- **Wsparcie niwelacji biofilmu:** Biofilm to warstwa mikroorganizmów, która może się gromadzić na powierzchniach ciała, w tym na skórze, błonach śluzowych i wewnętrznych narządach. NAC wykazuje pewne właściwości przeciwbiofilmowe poprzez rozkładanie substancji, które mogą tworzyć biofilm i utrudniać leczenie infekcji.
- **Leczenie grzybicy:** Chociaż NAC nie jest bezpośrednim lekiem przeciwgrzybiczym, to jego zdolność do zwiększania poziomu glutationu może wspierać organizm w zwalczaniu infekcji grzybiczych. Glutathion jest istotny dla zdrowego funkcjonowania układu odpornościowego, co może przyczynić się do skuteczniejszego zwalczania infekcji, w tym grzybiczych.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x dziennie 750mg (do 2000mg dziennie)

Dzieci: 2x dziennie 300mg

NIE przyjmować wieczorem!

OstroVit, Hempking, Noow, LifeExtension

KWAS KAPRYLOWY

LIKwidACJA BIOFILMÓW/SUBSTANCJA AKTYWNA

Kwas kaprylowy, znany również jako octan kaprylowy, to kwas tłuszczowy o właściwościach, które mogą przynosić korzyści zdrowotne. Oto kilka istotnych właściwości kwasu kaprylowego:

- **Antygrzybowe działanie:** Kwas kaprylowy jest znany ze swojego potencjału antygrzybowego. Może pomagać w zwalczaniu niektórych drożdżyc, takich jak *Candida albicans*, co jest istotne w przypadku infekcji grzybiczych.
- **Antybakteryjne działanie:** Kwas kaprylowy wykazuje działanie przeciwbakteryjne, co może pomagać w kontrolowaniu niektórych rodzajów bakterii, szczególnie tych, które są wrażliwe na kwasy tłuszczowe.
- **Wspomaganie trawienia:** Kwas kaprylowy może pomagać w utrzymaniu równowagi mikroflory bakteryjnej w przewodzie pokarmowym, co przyczynia się do zdrowego trawienia.
- **Wsparcie dla układu immunologicznego:** Poprzez kontrolowanie rozwoju drożdżyc i bakterii, kwas kaprylowy może wpływać na równowagę mikrobiomu jelitowego, co może z kolei wpływać na funkcję układu immunologicznego.
- **Podwyższanie poziomu energii:** Niektóre badania sugerują, że kwas kaprylowy może być przetwarzany w organizmie na ketony, co może stanowić alternatywną formę paliwa dla mózgu i mięśni, co potencjalnie przyczynia się do zwiększenia poziomu energii.
- **Wsparcie dla zdrowej skóry:** Kwas kaprylowy może być również stosowany miejscowo w pielęgnacji skóry, pomagając w utrzymaniu zdrowej równowagi bakterii skórnych.

Warto jednak pamiętać, że przed rozpoczęciem suplementacji kwasem kaprylowym lub zmianą diety zaleca się skonsultowanie się z lekarzem, zwłaszcza jeśli istnieją istniejące problemy zdrowotne czy stosowanie innych leków.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x dziennie 600mg

Dzieci: 2x dziennie 600mg

Swanson, Osvan, Noow

ENTEROSGEL

LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Enterosgel to preparat farmaceutyczny stosowany w celu oczyszczania przewodu pokarmowego oraz w leczeniu różnych zaburzeń żołądkowo-jelitowych. Działanie Enterosgela opiera się na jego zdolności do absorbowania i usuwania toksyn, patogenów, gazów oraz nadmiaru kwasów żółciowych z przewodu pokarmowego.

Głównym składnikiem Enterosgela jest metylosilikan krzemu, który tworzy strukturę o porowatej powierzchni, zdolnej do chłonięcia szkodliwych substancji. Enterosgel działa jak gąbka, absorbuje toksyny i inne substancje drażniące, a następnie wydalany jest z organizmu wraz z nimi.

Dzięki temu działaniu Enterosgel może być stosowany w leczeniu biegunek, zatrucia pokarmowego, chorób żołądka i jelit, wzdęć oraz nietolerancji pokarmowych. Preparat pomaga w łagodzeniu objawów różnych schorzeń przewodu pokarmowego, poprawiając samopoczucie pacjenta i wspomagając proces leczenia.

DAWKOWANIE:

Dorośli: zgodnie z zaleceniami producenta. Każdy producent ma inne zalecenia w związku z inną gęstością produktu

Dzieci: 1/3 dawki osoby dorosłej

ALICYNA

LIKwidACJA BIOFILMÓW/SUBSTANCJA AKTYWNA

Alicyna, zwana również allicyną, to związek organiczny pochodzący z czosnku, który jest odpowiedzialny za wiele z jego korzystnych właściwości zdrowotnych, w tym za działanie antygrzybiczne. Oto kilka szczegółowych informacji na temat działania alicyny:

- **Działanie antygrzybicze:** Alicyna wykazuje silne działanie przeciwgrzybicze, co oznacza, że jest skuteczna w zwalczaniu różnych rodzajów grzybów, w tym tych powodujących infekcje u ludzi. Może być stosowana zarówno w leczeniu infekcji grzybiczych skóry, jak i wewnętrznych infekcji grzybiczych, takich jak grzybica jamy ustnej czy infekcje przewodu pokarmowego.
- **Mechanizm działania:** Alicyna działa poprzez niszczenie błon komórkowych grzybów. Jest to skuteczne działanie, ponieważ błony komórkowe grzybów są istotne dla ich życia i funkcjonowania. Uszkodzenie błony komórkowej prowadzi do śmierci komórki grzyba, co eliminuje infekcję.
- **Szerokie spektrum działania:** Alicyna jest skuteczna w zwalczaniu różnych rodzajów grzybów, w tym *Candida albicans*, który jest jednym z głównych patogenów odpowiedzialnych za infekcje grzybicze u ludzi. Działa również przeciwko innym rodzajom grzybów, co sprawia, że jest uniwersalnym środkiem w leczeniu infekcji.
- **Naturalny składnik czosnku:** Alicyna występuje naturalnie w czosnku, zwłaszcza gdy czosnek jest kruszony, miażdżony lub krojony. Jest to składnik, który nadaje czosnkowi jego charakterystyczny zapach i smak, a jednocześnie odpowiada za wiele jego korzystnych właściwości zdrowotnych.
- **Alternatywa dla antybiotyków:** Ze względu na swoje silne właściwości przeciwdrobnoustrojowe, alicyna może stanowić alternatywę dla antybiotyków w leczeniu infekcji grzybiczych, szczególnie w przypadkach, gdy grzyby wykazują oporność na standardowe leczenie farmakologiczne.
- **Ostrożność i dawkowanie:** Pomimo swoich korzystnych właściwości, należy stosować alicynę ostrożnie, ponieważ w dużych dawkach może być drażniącą dla żołądka i jelit. Dawkowanie alicyny zależy od rodzaju infekcji i stanu zdrowia pacjenta, dlatego zawsze warto skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem suplementacji lub leczeniem czosnkiem.

Wniosek: Alicyna, obecna w czosnku, jest naturalnym związkiem o silnym działaniu przeciwgrzybiczym. Jej zdolność do zwalczania różnych rodzajów grzybów czyni ją cennym środkiem w leczeniu infekcji grzybiczych zarówno skórnych, jak i wewnętrznych.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x dziennie 1 kapsułka

Dzieci: 1x dziennie 1 kapsułka

Soul Farm, ForMeds,



SUBSTANCJE SPRZĄTAJĄCE

SUBSTANCJE SPRZĄTAJĄCE



Wiązanie toksyn w procesie antygrzybiczym odgrywa istotną rolę w eliminacji szkodliwych substancji z organizmu oraz wspieraniu walki z infekcją grzybiczą. Oto kilka kluczowych aspektów znaczenia wiązania toksyn w antygrzybiczej terapii:

Neutralizacja toksycznych substancji: Toksyny wydzielane przez grzyby mogą prowadzić do uszkodzenia tkanek oraz nasilenia stanu zapalnego w organizmie. Wiązanie tych substancji przez odpowiednie preparaty lub substancje naturalne może pomóc w ich neutralizacji, co przyczynia się do zmniejszenia szkód dla zdrowia.

Oczyszczanie organizmu: Toksyny, takie jak produkty przemiany materii, substancje chemiczne czy metale ciężkie, mogą być obecne w organizmie i przyczyniać się do pogorszenia stanu zdrowia. Proces wiązania toksyn umożliwia ich usunięcie z organizmu, co wspomaga jego oczyszczanie i detoksykację.

Redukcja obciążenia układu odpornościowego: Toksyny mogą osłabiać układ odpornościowy, co zwiększa podatność na infekcje grzybicze i inne choroby. Wiązanie toksyn pomaga zmniejszyć obciążenie układu odpornościowego, co sprzyja skuteczniejszej walce z infekcją grzybiczą.

Wspomaganie terapii przeciwgrzybiczej: Wiązanie toksyn może wspierać skuteczność terapii przeciwgrzybiczej poprzez redukcję stresu oksydacyjnego i usprawnienie funkcjonowania układu odpornościowego. To może przyspieszyć proces gojenia i zmniejszyć ryzyko nawrotów infekcji.

Zmniejszenie objawów toksyczności: Toksyny mogą powodować różnorodne objawy toksyczności, takie jak zmęczenie, bóle głowy czy zaburzenia trawienne. Wiązanie tych substancji może zmniejszyć nasilenie tych objawów, poprawiając ogólne samopoczucie i komfort życia.

SUBSTANCJE SPRZĄTAJĄCE



Wiązanie toksyn w procesie antygrzybiczym stanowi istotny element terapii, wspomagając eliminację szkodliwych substancji z organizmu i wspierając walkę z infekcją grzybiczą. Jednak należy pamiętać, że skuteczność tego procesu może być uzależniona od rodzaju substancji wiążącej oraz indywidualnych potrzeb i stanu zdrowia pacjenta.

Istnieją przeróżne metody wiązania toksyn w organizmie. Zwracam uwagę na ten istotny proces, ponieważ bez niego proces pełnego wyleczenia jest niemożliwy.

Wszystkie substancje sprzątające powinny być stosowane z dala od innych suplementów. W przerwie między posiłkami.

KWASY HUMUSOWE

SUBSTANCJA SPRZĄTAJĄCA

Kwasy humusowe to organiczne związki chemiczne, które występują naturalnie w glebie, torfie, i niektórych kompostach. Mają one różnorodne korzystne właściwości dla organizmu człowieka, w tym:

- Detoksykacja organizmu: Kwasy humusowe mają zdolność do wiązania i usuwania toksyn z organizmu, co może pomóc w oczyszczaniu organizmu z metali ciężkich i innych substancji szkodliwych.
- Poprawa wchłaniania składników odżywczych: Dzięki swojej strukturze chemicznej, kwasy humusowe mogą zwiększać wchłanianie składników odżywczych, takich jak witaminy i minerały, z przewodu pokarmowego do krwiobiegu, co sprzyja ogólnemu zdrowiu i kondycji organizmu.
- Wspomaganie układu immunologicznego: Niektóre badania sugerują, że kwasy humusowe mogą wspomagać układ immunologiczny poprzez stymulację produkcji limfocytów T i innych komórek odpornościowych.
- Antyoksydacyjne działanie: Kwasy humusowe posiadają właściwości antyoksydacyjne, co oznacza, że mogą one pomagać w zwalczaniu wolnych rodników i redukować stres oksydacyjny w organizmie.
- Regulacja funkcji metabolicznych: Istnieją dowody na to, że kwasy humusowe mogą mieć pozytywny wpływ na metabolizm organizmu, co może mieć korzystny wpływ na zdrowie metaboliczne, w tym na poziomy glukozy i lipidów we krwi.

DAWKOWANIE:

Dorośli: zgodnie z zaleceniami producentów

Dzieci: połowa dawki

<https://ukryteterapie.pl/kwas-fulwowy-250-ml-visanto>

<https://biozancjum.pl/produkt/holistic-anti-v-kwas-humusowy/>

<https://e-greenhills.pl/pl/p/Kwasy-Huminowo-Fulwowe-Koncentrat-50-ml-/832>

Tych preparatów nie stosować u dzieci.

W dzieci wykorzystujemy Activomin, OL Humin, węgiel aktywny, mumio

PŁYN LUGOLA

SUBSTANCJA SPRZĄTAJĄCA/ SUBSTANCJA AKTYWNA

Płyn Lugola to roztwór jodu i jodku potasu w wodzie, który jest stosowany w medycynie głównie ze względu na swoje właściwości antyseptyczne i dezynfekujące. Płyn Lugola działa

Antyseptycznie. Jod, który jest głównym składnikiem płynu Lugola, wykazuje silne właściwości antyseptyczne, co oznacza, że może zabijać lub hamować rozwój bakterii, wirusów i grzybów na skórze i błonach śluzowych.

Leczy rany i oparzenia. Płyn Lugola może być stosowany do dezynfekcji ran, otarć i oparzeń o niewielkim stopniu nasilenia. Jego antyseptyczne działanie pomaga w zapobieganiu infekcjom oraz wspiera proces gojenia się skóry.

Leczy infekcje skóry. W przypadku infekcji skórnych wywołanych przez bakterie, grzyby lub wirusy, płyn Lugola może być stosowany miejscowo do zwalczania patogenów i wspomagania procesu leczenia.

Leczy stany zapalne gardła. Płyn Lugola jest również używany jako płukanka do gardła w leczeniu stanów zapalnych gardła, zapalenia migdałków czy infekcji bakteryjnych. Jego działanie antyseptyczne pomaga w zwalczaniu patogenów i zmniejszaniu stanu zapalnego.

Wspomaga terapię w przypadku zaburzeń pracy tarczycy. Jod, który jest składnikiem płynu Lugola, może być stosowany jako uzupełnienie diety w przypadku niedoboru tego pierwiastka, co jest istotne dla prawidłowego funkcjonowania tarczycy.

Wiąże toksyny i metale ciężkie.

DAWKOWANIE:

Dorośli i dzieci: Silnie zależne od stopnia wysycenia. Badanie na minerały / na skórze.

Dorośli: Zaczynamy od 1 kropli 5%, dochodzimy do 5 kropli 5 %

Dzieci: 1 kropla 1-5%, 3 razy w tygodniu

Jod dobrze jest przyjmować na czczo, między posiłkami w konsekwentnym odstępie od witaminy C.

PRODUKTY:

<https://chemworld.pl/produkt/plyn-lugola-5-procent> albo firma NatVita

ZIEMIA OKRZEMKOWA

SUBSTANCJA SPRZĄTAJĄCA

Ziemia okrzemkowa, zwana także diatomitem, to naturalny minerał składający się głównie z krzemionki, który posiada wiele potencjalnych zastosowań, w tym w terapii antygrzybiczej. Oto kilka sposobów, w jaki ziemia okrzemkowa może być wykorzystywana w walce z infekcjami grzybiczymi:

- **Właściwości absorbujące:** Ziemia okrzemkowa posiada zdolność do absorpcji nadmiaru wilgoci i toksyn z otaczającego środowiska. W przypadku grzybiczych infekcji skóry, ziemia okrzemkowa może pomóc w utrzymaniu suchej i suchotliwej skóry, co utrudnia rozwój grzybów.
- **Działanie przeciwbakteryjne:** Chociaż głównie znana jest ze swoich właściwości absorbujących, ziemia okrzemkowa może również wykazywać działanie przeciwbakteryjne. Poprzez absorpcję wilgoci i składników odżywczych, może ograniczać dostępne zasoby dla bakterii, co zmniejsza ich wzrost i rozmnażanie się.
- **Leki miejscowe:** Ziemia okrzemkowa może być stosowana jako składnik maści, kremów lub proszków stosowanych miejscowo do leczenia infekcji grzybiczych skóry. Działa poprzez wchłanianie nadmiaru wilgoci i wysuszenie obszarów dotkniętych infekcją, co może pomóc w zwalczaniu grzybów.
- **Dodatek do kąpieli:** Dodanie ziemi okrzemkowej do kąpieli może być korzystne w leczeniu infekcji grzybiczych skóry, szczególnie tych zlokalizowanych na stopach lub w okolicach pach i pachwin. Kąpiele w wodzie zawierającej ziemię okrzemkową mogą pomóc w wysuszeniu obszarów dotkniętych infekcją i zmniejszeniu jej nasilenia.

DAWKOWANIE:

Zgodnie z zaleceniami producenta i w zależności od sposobu podaży. Wyżej wymieniłam jak można wykorzystać ziemię okrzemkową.

PRODUKTY:

NatVita, PERMA-GUARD

WĘGIEL AKTYWNY

SUBSTANCJA SPRZĄTAJĄCA

Węgiel aktywny, zwany także węglem aktywowanym, to forma węgla o dużej porowatości, co oznacza, że ma dużą powierzchnię wewnętrzną do absorbowania substancji chemicznych i toksyn. Oto kilka kluczowych punktów dotyczących działania węgla aktywnego:

- **Absorpcja toksyn:** Jedną z głównych właściwości węgla aktywnego jest jego zdolność do absorbowania toksyn, zanieczyszczeń i substancji chemicznych. Dzięki swojej dużej powierzchni wewnętrznej, węgiel aktywny może łatwo przyciągać i zatrzymywać szkodliwe substancje.
- **Neutralizacja gazów:** Węgiel aktywny jest często stosowany do neutralizacji gazów, zapachów i oparów. Działa poprzez absorpcję gazów i zapachów, co pomaga w oczyszczaniu powietrza i usuwaniu nieprzyjemnych woni.
- **Usuwanie substancji szkodliwych z organizmu:** W medycynie, węgiel aktywny jest wykorzystywany w przypadkach zatrucia pokarmowego lub przedawkowania leków. Działa poprzez absorpcję substancji toksycznych w przewodzie pokarmowym, co pomaga zapobiec ich wchłanianiu przez organizm.
- **Oczyszczanie wody:** Węgiel aktywny jest również wykorzystywany do oczyszczania wody pitnej. Jest skutecznym filtrem, który może usuwać zanieczyszczenia chemiczne, metale ciężkie i inne substancje szkodliwe z wody.
- **Ulepszanie stanu skóry:** Węgiel aktywny znajduje zastosowanie także w kosmetyce. Jest stosowany w produktach do pielęgnacji skóry, ponieważ może pomagać w usuwaniu zanieczyszczeń, nadmiaru sebum i innych

DAWKOWANIE:

Ponad wszystko cenię sobie węgiel aktywny z kokosa. Charakteryzuje się unikalnym procesem spalania i jest bardzo czysty. Dobrze sprawdza się w podaży dla dzieci. Można nim pokolorować jedzenie, jodurt, wodę, albo podać niewielką ilość w jakimś płynie. Skrzypi pod zębami.

Dorośli: 1/4 miarki ok 300mg produktu. od tego zaczynamy. Zwiększamy do 450mg.

Dzieci: 150mg

Aliness

CHLORELLA

SUBSTANCJA SPRZĄTAJĄCA

Chlorella jest mikroalgą o dużych właściwościach odżywczych i zdrowotnych. Oto jak działa, zwłaszcza w kontekście wiązania toksyn:

- **Detoksykacja organizmu:** Chlorella posiada zdolność do wiązania różnych toksyn, metali ciężkich i zanieczyszczeń chemicznych, które mogą znajdować się w organizmie. Działa poprzez adsorpcję, czyli absorpcję szkodliwych substancji na swojej powierzchni. To sprawia, że jest stosowana jako suplement detoksykacyjny, pomagający oczyścić organizm z nagromadzonych toksyn.
- **Usuwanie metali ciężkich:** Chlorella może wiązać metale ciężkie, takie jak ołów, rtęć, kadm i arsen, które mogą być obecne w organizmie w wyniku zanieczyszczenia środowiska lub spożywanych produktów. Dzięki temu pomaga w ich eliminacji z organizmu, zmniejszając ryzyko toksycznych skutków dla zdrowia.
- **Poprawa funkcji wątroby:** Chlorella wspiera zdrowie wątroby, pomagając w usuwaniu toksyn i zanieczyszczeń z organizmu. Zdrowa wątroba jest kluczowa dla skutecznej detoksykacji, a chlorella może wspomagać jej funkcje oczyszczające.
- **Oczyszczanie przewodu pokarmowego:** Spożycie chlorelli może również przyczynić się do oczyszczenia przewodu pokarmowego poprzez wiązanie toksyn, które mogą być obecne w jelitach i jelitowej florze bakteryjnej. Może to przyczynić się do lepszej absorpcji składników odżywczych i ogólnego zdrowia jelit.
- **Wsparcie układu immunologicznego:** Poprzez oczyszczanie organizmu z toksyn, chlorella może pomóc w wzmocnieniu układu immunologicznego. Zdrowe, czyste środowisko wewnętrzne może sprzyjać lepszej pracy układu odpornościowego i zapobiegać różnym chorobom.
- **Antyoksydacyjne właściwości:** Chlorella zawiera również dużo przeciwutleniaczy, które pomagają w zwalczaniu wolnych rodników i zapobiegają uszkodzeniom komórek spowodowanym stresem oksydacyjnym.

DAWKOWANIE:

Dorośli: Dawka do 4g dziennie, 2x 2g między posiłkami

Dzieci: 1,5g dziennie 2x 750mg między posiłkami

PRODUKTY:

Hempking, This is Bio,

KWAS HUMINOWY

SUBSTANCJA AKTYWNA / LIKWIDACJA BIOFILMÓW

Kwas huminowy, zwany również jako preparat Activomin albo Omni-Logic Humin, to substancja pochodzenia naturalnego, która wykazuje wiele korzystnych właściwości zdrowotnych. Główne działanie kwasu huminowego obejmuje:

- **Antyoksydacyjne działanie:** Kwas huminowy jest silnym antyoksydantem, co oznacza, że pomaga zwalczać działanie wolnych rodników w organizmie, chroniąc komórki przed uszkodzeniami oksydacyjnymi.
- **Antygrzybicze właściwości:** Istnieją badania sugerujące, że kwas huminowy może wykazywać działanie antygrzybicze poprzez hamowanie wzrostu i rozwoju niektórych grzybów, w tym *Candida albicans*, który jest częstą przyczyną grzybicy.
- **Detoksykacja:** Kwas huminowy może wiązać toksyny i metale ciężkie w organizmie, co pomaga w ich usunięciu.
- **Poprawa stanu jelit:** Kwas huminowy może wspomagać zdrowie jelit poprzez poprawę równowagi mikroflory jelitowej oraz wspomaganie procesów trawiennych i wchłaniania składników odżywczych.
- **Wspomaganie układu immunologicznego:** Niektóre badania sugerują, że kwas huminowy może wspomagać funkcjonowanie układu odpornościowego poprzez regulację odpowiedzi immunologicznej.

Kwas huminowy, zawarty w preparacie, może być stosowany jako naturalna opcja wspierająca zdrowie organizmu, zwłaszcza w kontekście walki z grzybicą, detoksykacji i ogólnego wsparcia dla układu trawiennego oraz odpornościowego.

Jego cechą charakterystyczną jest to, że wiąże toksyny zarówno na poziomie fizycznym jak i biochemicznym. Dzięki tej właściwości toksyny nie mają możliwości być zmetabolizowane w końcowym odcinku układu pokarmowego.

Kwas huminowy wykorzystujemy również do oczyszczania z glifosatu!

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x 2 kapsułki – pierwsze 10 dni, 3 x 1 kapsułka następne 10 dni

Dzieci: 6-18 lat 3x 1 kapsułka 7-10 dni, 2x 1 kolejnych kilka dni do max. 15 dni.

Dzieci: 3-6 lat 1x 1 kapsułka przez 10 - 15 dni



MIKROBIOM

MIKROBIOM



Mikrobiom jelitowy, czyli zespół mikroorganizmów żyjących w jelitach, odgrywa istotną rolę w procesie antygrzybiczym. Oto kilka kluczowych aspektów znaczenia mikrobiomu i mikroflory jelitowej w zwalczaniu infekcji grzybiczych:

Konkurencja z patogenami: Korzystna mikroflora jelitowa, składająca się głównie z bakterii probiotycznych, może konkurować z grzybami patogennymi, w tym *Candida albicans*, o przestrzeń i składniki odżywcze w jelicie. Poprzez kolonizację jelit, probiotyki mogą ograniczać namnażanie się grzybów, zmniejszając ryzyko infekcji grzybiczych.

Wzmacnianie bariery jelitowej: Mikrobiom jelitowy pomaga w utrzymaniu integralności bariery jelitowej, która stanowi ważną barierę ochronną przed przenikaniem patogenów, w tym grzybów, do krwiobiegu. Zdrowa mikroflora jelitowa wspomaga produkcję śluzu jelitowego oraz reguluje procesy zapalne, co przyczynia się do utrzymania zdrowia jelit i ograniczenia ryzyka infekcji grzybiczych.

Modulacja odpowiedzi immunologicznej: Mikrobiom jelitowy wpływa na funkcjonowanie układu immunologicznego poprzez interakcje z komórkami układu odpornościowego w obrębie jelit. Odpowiednio zrównoważona mikroflora może modulować odpowiedź immunologiczną, zmniejszając nadmierną reaktywność immunologiczną lub wzmacniając odpowiedź przeciwwirusową i przeciwbakteryjną, co może również przyczynić się do ograniczenia ryzyka infekcji grzybiczych.

Produkcja kwasów organicznych: Pewne bakterie probiotyczne obecne w mikrobiomie jelitowym mogą produkować kwas octowy, mlekowy i inne kwasów organicznych, które tworzą kwaśne środowisko w jelitach. To środowisko może niekorzystnie wpływać na rozwój grzybów, które często lepiej rozwijają się w zasadowym lub neutralnym środowisku.

MIKROBIOM



Wspomaganie metabolizmu: Niektóre składniki odżywcze produkowane przez korzystne bakterie w jelicie mogą wspomagać metabolizm i wzmacniać ogólną odporność organizmu, co może również wpłynąć na ograniczenie ryzyka infekcji grzybiczych.

Mikrobiom jelitowy i mikroflora jelitowa odgrywają istotną rolę w procesie antygrzybiczym poprzez konkurencję z patogenami, wzmacnianie bariery jelitowej, modulację odpowiedzi immunologicznej, produkcję kwasów organicznych i wspomaganie metabolizmu. Wspieranie zdrowego mikrobiomu jelitowego może być skuteczną strategią w zwalczaniu infekcji grzybiczych oraz utrzymaniu ogólnego zdrowia jelitowego i organizmu.

Pisząc bardzo na skróty, nie doszłoby do przerostów Candidy gdyby mikrobiom był w pełni zdrowy. To od niego zaczyna się choroba i na nim skupiamy się w procesie regeneracji i zapobiegania nawrotowi.

BESTBIOTIC

MIKROBIOM

Preparat BestBiotic jest suplementem diety zawierającym mieszankę różnych probiotyków, które mają na celu wspieranie zdrowia układu pokarmowego oraz ogólnego stanu organizmu. Oto kilka składników, które występują w preparacie BestBiotic oraz ich działanie:

- **Lactobacillus acidophilus:** Jest to probiotyk, który występuje naturalnie w przewodzie pokarmowym i pomaga w utrzymaniu zdrowej mikroflory jelitowej. Może wspierać trawienie, wchłanianie składników odżywczych oraz wzmacniać układ odpornościowy.
- **Bifidobacterium lactis:** To kolejny probiotyk, który korzystnie wpływa na zdrowie jelit. Może pomagać w zapobieganiu bieguncie podróźnych, poprawiać trawienie laktozy oraz wspierać odporność.
- **Lactobacillus rhamnosus:** Jest probiotykiem, który może wspierać zdrowie układu pokarmowego, zmniejszać ryzyko wystąpienia infekcji bakteryjnych oraz wzmacniać układ odpornościowy.
- **Fructooligosacharydy (FOS):** To prebiotyk, który stanowi pożywienie dla probiotyków, pomagając im rosnąć i rozmnażać się w przewodzie pokarmowym.

Działanie preparatu BestBiotic może obejmować:

- Poprawę trawienia i wchłaniania składników odżywczych.
- Wzmacnianie odporności organizmu poprzez zwiększenie liczby korzystnych bakterii w przewodzie pokarmowym.
- Zmniejszenie ryzyka wystąpienia infekcji jelitowych i innych schorzeń związanych z zaburzeniami mikroflory jelitowej.
- Pomaganie w utrzymaniu równowagi mikroflory jelitowej, co może przeciwdziałać problemom jelitowym, takim jak biegunka czy zaparcia.

DAWKOWANIE:

Dorośli i dzieci: 1 kapsułka, wieczorem, na czczo

OMNI-BIOTIC 10AAD

MIKROBIOM

Teoretycznie OB 10AAD przeznaczony jest dla osób, które stosują antybiotyki. Antybiotyki są w niektórych przypadkach konieczne i mogą ratować życie. Jednak zasada ich stosowania brzmi: tak rzadko, jak to możliwe, ale tak często, jak to konieczne. Ważne jest, aby antybiotyk był przyjmowany tylko wtedy, gdy faktycznie występuje infekcja bakteryjna (w przypadku infekcji wirusowych i grzybiczych antybiotyki są nieskuteczne). Można to łatwo ustalić w laboratorium za pomocą badania. Podczas "zwykłego" przeziębienia z umiarkowanym kaszlem, katarzem lub bólem gardła zwykle nie jest konieczne stosowanie antybiotyku i nie powinno być lekkomyślnie przyjmowane "na wszelki wypadek". Nawet zapalenie zatok, zapalenie migdałków lub infekcje dróg moczowych czasami wymagają antybiotyków - ciężkie infekcje, takie jak zapalenie płuc wywołane przez bakterie lub zapalenie miedniczek, zawsze muszą być leczone antybiotykami. Ważne jest, aby podczas stosowania antybiotyków dostarczyć wystarczającą ilość korzystnych bakterii do jelit. Powodem tego jest to, że antybiotyk niszczy nie tylko niepożądane drobnoustroje, ale także całe szczepy "dobrych" bakterii jelitowych: ma to wpływ na nasze trawienie i osiedlanie się obcych drobnoustrojów (np. *Clostridium difficile*) w jelitach. Dlatego szczególnie ważne jest, aby w trakcie terapii antybiotykowej dostarczać organizmowi "dawkę uzupełniającą" w postaci naturalnie występujących w jelicie ludzkim bakterii, które mogą się osiedlać i rozmnażać w jelicie.

Ale jego rola nie ogranicza się tylko do antybiotykoterapii, ponieważ ten sam proces namnażania się flory patogennej zachodzi przy przerostach grzybiczych.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 1 saszетка na wieczór, na czczo

Dzieci do 3 roku życia: 1/2 saszетки albo odpowiednik 10AAD dla dzieci

OMNI-BIOTIC TRAVEL

MIKROBIOM

OMNi-BiOTiC® REISE / TRAVEL stworzony jest z myślą o podróżnikach, którzy mają styczność z nową florą bakteryjną, bakteriami, które często przyczyniają się do powstawania biegunek.

To kombinacja dziesięciu specjalnie wybranych szczepów bakterii i wysoka liczba 5 miliardów bardzo aktywnych "pomocników" (bakterie jelitowe) na porcję. Sprawiają one, że zdolność adaptacyjna organizmu vs. patogeny jest zwiększona. Wyjątkową cechą OMNi-BiOTiC® REISE jest macierz, w której osadzone są bakterie: enzymy i błonnik znacząco zwiększające aktywność tych symbiotycznych pomocników i zapewniające ich przetrwanie w wrogim środowisku żołądka i dwunastnicy - całkowicie bez użycia substancji chemicznych, takich jak kapsułki czy powłoki.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 1 saszetka na wieczór, na czczo

Dzieci do 3 roku życia: 1/2 saszetki

MYCOBIOTIC

MIKROBIOM

Zalecany dla wszystkich osób, w szczególności:

- dla osób po antybiotykoterapii (zgodnie z licznymi dostępnymi publikacjami naukowymi na ten temat – w razie pytań napisz do nas)
- dla osób z grzybicą układu pokarmowego wywoływaną przez *Candida* spp. (badanie kliniczne – <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT04909437?term=Nature+Science&cntry=PL&draw=2&rank=1>)
- dla osób z nietolerancją laktozy i glutenu (ze względu na brak ww. w składzie)

WŁAŚCIWOŚCI

- przyczynia się do zmiany składu jakościowego i ilościowego mikrobiomu jelitowego (ze względu na dostarczane żywe szczepy bakterii probiotycznych zawartych w produkcie)
- wspiera procesy prowadzące do ograniczenia namnażania się bakterii patogennych (wynika ze statusu GRAS – dostępny w plikach do pobrania)
- może prowadzić do redukcji toksyn wytwarzanych przez mikroorganizmy patogenne (wynika ze statusu GRAS – dostępny w plikach do pobrania)

DAWKOWANIE:

Dorośli i dzieci po 3 roku życia 1 saszetka, 1 raz dziennie, na czczo

MUMIO

MIKROBIOM

Mumio, zwane także "mumie" lub "shilajit", to naturalna substancja organiczno-mineralna pochodząca z górskich obszarów, zwłaszcza z rejonów Azji Środkowej, Kaukazu i Himalajów. Zawiera ona różnorodne składniki mineralne, pierwiastki śladowe, kwasy organiczne, substancje organiczne i związki fitochemiczne.

W kontekście mikrobioty jelitowej, mumio może nieść wiele korzyści.

Wspomaga równowagę mikrobioty. Mumio może mieć działanie prebiotyczne, co oznacza, że może służyć jako pożywka dla korzystnych bakterii jelitowych, pomagając w utrzymaniu równowagi mikrobioty jelitowej.

Poprawia funkcję jelitową. Dzięki zawartości różnorodnych składników odżywczych, mumio może wspomagać zdrowie jelit poprzez poprawę procesów trawiennych, absorpcję składników odżywczych i regulację ruchów jelit.

Wspiera układ immunologiczny. Zdrowa mikroflora jelitowa odgrywa istotną rolę w funkcjonowaniu układu odpornościowego. Poprzez wspieranie zdrowej mikrobioty, mumio może pośrednio wpływać na ogólną odporność organizmu.

Zmniejsza stan zapalny. Działanie przeciwzapalne mumio może pomagać w zmniejszaniu stanu zapalnego w jelitach, co może być korzystne dla zdrowia jelit i ogólnego stanu zdrowia.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 2x dziennie 1 porcja rozpuszczona w wodzie. Najlepiej mumio przygotować dzień wcześniej.

Dzieci: Mumio z Narum ze szczepami bakteryjnymi w kapsułce. 1 kapsułka na wieczór, na czczo

Biolit, Narum

OMNI-BIOTIC 6

MIKROBIOM

Dla kogo jest przeznaczony OMNi-BiOTiC® 6? Nasze bakterie jelitowe pełnią kluczowe funkcje życiowe: budują barierę jelitową przeciwko obcym zarazkom, usuwają szkodliwe i trujące substancje, oraz wchłaniają i produkują istotne składniki odżywcze. Bakterie mogą jednak zostać wyparte z jelit (m.in. przez niezdrową dietę, stres, leki) – powstaje dysbioza, "nierównowaga" w jelitach. Skutkuje to łatwiejszym rozmnażaniem się obcych zarazków, nieusuwanie szkodliwych i trujących substancji, osłabienie pracy jelit, niewłaściwe wchłanianie składników odżywczych oraz nietolerancję pewnych pokarmów.

Jest jednym z niewielu przebadanych probiotyków pod kątem zwalczania przerostów grzybiczych.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 1 saszетка na wieczór, na czczo

Dzieci do 3 roku życia: 1/2 saszетки

COLOSTRUM

MIKROBIOM

Colostrum, zwane również pierwszym mlekiem, to bogate źródło składników odżywczych i biologicznie aktywnych związków. Oto jego działanie w różnych aspektach:

- **Wsparcie wątroby:** Colostrum zawiera różne składniki, w tym czynniki wzrostu, immunoglobuliny, białka, witaminy i minerały, które mogą pomóc w regeneracji i ochronie wątroby. Substancje zawarte w colostrum mogą wspomagać procesy detoksykacji i oczyszczania organizmu.
- **Wsparcie układu immunologicznego:** Colostrum jest bogate w immunoglobuliny, peptydy i cytokiny, które wzmacniają naturalną odporność organizmu. Działa jak naturalny booster układu odpornościowego, pomagając w zwalczaniu infekcji, w tym grzybiczych.
- **Leczenie grzybicy:** Składniki zawarte w colostrum, takie jak laktoferyna czy lizozym, wykazują właściwości antygrzybicze. Mogą one pomóc w zwalczaniu infekcji grzybiczych, działając bezpośrednio na patogeny oraz wspomagając naturalne mechanizmy obronne organizmu.
- **Niwalacja biofilmu:** Biofilm to warstwa ochronna, którą tworzą bakterie, grzyby i inne mikroorganizmy, by przetrwać w niekorzystnych warunkach. Colostrum może pomóc w rozkładaniu biofilmu poprzez swoje właściwości antibakteryjne i przeciwgrzybiczne, co ułatwia zwalczanie infekcji.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 1500mg na czczo, rano

Dzieci: 500mg na czczo, rano

Genactiv



SUBSTANCJE WSPOMAGAJĄCE

SUBSTANCJE WSPOMAGAJĄCE



Działanie substancji aktywnych w procesie antygrzybiczym polega na ich zdolności do zwalczania lub hamowania wzrostu grzybów oraz eliminacji infekcji grzybiczych. Te substancje mogą mieć różne mechanizmy działania, które pozwalają im skutecznie zwalczać grzyby i zapobiegać nawrotom infekcji.

Na jakich płaszczyznach działają substancje aktywne?

1. Substancje aktywne mogą działać bezpośrednio na grzyby, niszcząc ich strukturę komórkową lub hamując ich wzrost i rozmnażanie.
2. Zaburzają procesy metaboliczne. Niektóre substancje aktywne mogą zaburzać procesy metaboliczne w komórkach grzybów, co prowadzi do ich obumierania lub osłabienia.
3. Wzmacniają odporność. Niektóre substancje mogą wspomagać układ odpornościowy w zwalczaniu infekcji grzybiczych, poprzez stymulowanie aktywności komórek odpornościowych.
4. Zwalczają biofilmy: Niektóre grzyby mogą tworzyć biofilmy, które chronią je przed działaniem leków. Substancje aktywne mogą pomagać w rozkładaniu tych biofilmów, umożliwiając skuteczniejsze działanie leków przeciwgrzybiczych. Pomimo tego, że wiele substancji aktywnych ma właściwości rozbijające biofilm stworzyła odrębną grupę produktów, które specjalizują się w tym zakresie.
5. Zmniejszają stany zapalne: Niektóre substancje mają właściwości przeciwzapalne, które pomagają zmniejszyć silent inflammation wywołany przez grzyby i przyspieszyć proces regeneracji usprawniając terapię.

W skrócie, substancje aktywne w procesie antygrzybiczym działają na różnych poziomach, aby skutecznie zwalczać grzyby, eliminować infekcje grzybicze i wspierać zdrowie skóry, paznokci i narządów wewnętrznych.

HEPASET PRO

SUBSTANCJA WSPIERAJĄCA

Hepaset Pro to suplement diety, którego działanie jest skoncentrowane głównie na wsparciu funkcji wątroby oraz procesów detoksykacji organizmu. Oto szczegółowe omówienie jego działania:

Wsparcie funkcji wątroby:

- Hepaset Pro zawiera składniki, które wspomagają zdrowie wątroby poprzez oczyszczanie i regenerację tego narządu.
- Składniki odżywcze w suplemencie mogą pomóc w odbudowie i ochronie komórek wątrobowych oraz poprawie ich funkcji metabolicznych.

Detoksykacja organizmu:

- Działanie detoksykacyjne Hepasetu Pro opiera się na jego zdolności do wspierania eliminacji toksyn i substancji szkodliwych z organizmu.
- Składniki zawarte w suplemencie mogą pomagać w usuwaniu toksycznych substancji, które mogą się gromadzić w organizmie w wyniku działania środowiska, diety lub innych czynników.

Ochrona przed uszkodzeniami oksydacyjnymi:

- Niektóre składniki Hepasetu Pro posiadają właściwości antyoksydacyjne, co oznacza, że mogą chronić komórki przed uszkodzeniami oksydacyjnymi wywołanymi przez wolne rodniki.
- Działanie antyoksydacyjne może przyczynić się do ogólnego wsparcia zdrowia i funkcji organizmu.

Poprawa trawienia:

- Niektóre składniki w suplemencie mogą wspomagać proces trawienia i wchłaniania składników odżywczych z pożywienia, co może przyczynić się do ogólnego zdrowia i dobrej kondycji organizmu.

Wspomaganie metabolizmu:

- Hepaset Pro może również wspierać zdrowy metabolizm, co jest istotne dla utrzymania odpowiedniej masy ciała i ogólnego samopoczucia.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x 1 kapsułka

Dzieci: 1x 1 kapsułka

HEPASTRONG COMPLEX

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

Preparat Hepastrong Complex + to suplement diety, który został zaprojektowany z myślą o wspieraniu zdrowia wątroby oraz procesów detoksykacji organizmu. Poniżej znajduje się szczegółowe omówienie jego działania:

Oczyszczanie i regeneracja wątroby:

- Hepastrong Complex + zawiera składniki aktywne, które mogą wspomagać procesy oczyszczania wątroby oraz regenerację jej komórek.
- Składniki te mogą pomóc w usuwaniu toksyn i substancji szkodliwych, które gromadzą się w organizmie w wyniku działania środowiska, złej diety lub innych czynników.

Wsparcie funkcji wątroby:

- Preparat może wspierać zdrowie i funkcje wątroby poprzez ochronę przed szkodliwymi substancjami i toksynami.
- Składniki zawarte w preparacie mogą pomagać w utrzymaniu zdrowego stanu tego ważnego narządu poprzez regulację procesów metabolicznych.

Detoksykacja organizmu:

- Działanie detoksykacyjne Hepastrong Complex + polega na wspomaganiu procesu usuwania toksyn i szkodliwych substancji z organizmu.
- Składniki preparatu mogą pomagać w eliminacji zbędnych substancji, które mogą być przyczyną różnych problemów zdrowotnych.

Ochrona przed uszkodzeniami oksydacyjnymi:

- Niektóre składniki Hepastrong Complex + posiadają właściwości antyoksydacyjne, które mogą chronić komórki wątroby przed uszkodzeniami oksydacyjnymi.
- Działanie antyoksydacyjne jest istotne dla zapewnienia ochrony przed wolnymi rodnikami i utrzymania zdrowego stanu wątroby.

Poprawa trawienia:

- Składniki preparatu mogą także wspomagać proces trawienia i wchłaniania składników odżywczych, co wpływa na ogólne zdrowie organizmu.

Wsparcie metabolizmu:

- Hepastrong Complex + może wspierać zdrowy metabolizm, co jest kluczowe dla utrzymania prawidłowej masy ciała i ogólnego samopoczucia.

Regularne stosowanie preparatu Hepastrong Complex + może pomóc w utrzymaniu zdrowia wątroby oraz ogólnego stanu organizmu. Należy jednak pamiętać, że suplementacja nie zastępuje zrównoważonej diety i zdrowego stylu życia.

DAWKOWANIE:

Dorośli: 3x 1 kapsułka

Dzieci: Hepaset zamiast Hepastrong

GOŹDZIKI

SUBSTANCJA AKTYWNA

Goździki, znane również jako pąki goździkowe, są popularnym przyprawowym składnikiem o silnym aromacie i charakterystycznym smaku. Oprócz zastosowań kulinarnych, goździki mają również właściwości lecznicze i zdrowotne. Oto kilka ich potencjalnych korzyści dla zdrowia:

- **Właściwości przeciwbakteryjne:** Olejki eteryczne zawarte w goździkach, zwłaszcza eugenol, wykazują działanie przeciwbakteryjne, co może pomóc w zwalczaniu infekcji bakteryjnych.
- **Właściwości przeciwzapalne:** Goździki mogą pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych w organizmie dzięki zawartości związków o działaniu przeciwzapalnym.
- **Wspomaganie trawienia:** Goździki są stosowane od wieków jako środek wspomagający trawienie. Pomagają w redukcji gazów, wzdęć oraz mogą łagodzić dolegliwości związane z problemami żołądkowymi.
- **Łagodzenie bólu:** Działanie goździków może pomóc w łagodzeniu bólu, zarówno bólu zęba, jak i innych dolegliwości bólowych, dzięki ich właściwościom przeciwbólowym.
- **Poprawa krążenia:** Niektóre badania sugerują, że goździki mogą wspomagać zdrowie serca poprzez poprawę krążenia krwi i obniżenie poziomu cholesterolu.

DAWKOWANIE:

Okołoposiłkowe ssanie goździków

CYNAMON

SUBSTANCJA AKTYWNA

Cynamon jest znany ze swoich właściwości antygrzybiczych, co oznacza, że może pomagać w zwalczaniu lub zapobieganiu wzrostowi grzybów. Główne składniki cynamonu, takie jak kumaryna, eugenol i kwas kawowy, wykazują działanie przeciwwgrzybicze.

- **Kumaryna:** To związek chemiczny obecny w olejku cynamonowym. Badania laboratoryjne sugerują, że kumaryna może hamować wzrost grzybów, w tym *Candida albicans*, który jest jednym z grzybów powodujących infekcje drożdżakowe.
- **Eugenol:** Jest to substancja, która występuje w olejku cynamonowym, nadając mu charakterystyczny aromat. Eugenol wykazuje właściwości przeciwdrobnoustrojowe, w tym przeciwwgrzybicze.
- **Kwas kawowy:** Inny składnik cynamonu, który może wykazywać aktywność przeciwwgrzybiczą. Badania sugerują, że może on ograniczać wzrost grzybów, zwłaszcza w kontekście infekcji drożdżakowych.

Warto jednak pamiętać, że choć cynamon może być pomocny, samodzielne leczenie poważnych infekcji grzybiczych może nie wystarczyć. Zawsze najlepiej jest skonsultować się z lekarzem w przypadku podejrzenia lub diagnozy infekcji grzybiczej, aby uzyskać odpowiednie leczenie. Cynamon można wprowadzić do diety jako dodatek do potraw, ale nie zastępuje to profesjonalnej opieki zdrowotnej.

Cynamon:

- **Przeciwbakteryjne:** Związki zawarte w cynamonie mogą pomóc w zwalczaniu różnych bakterii, pomagając w utrzymaniu higieny jamy ustnej i przewodu pokarmowego.
- **Przeciwzapalne:** Cynamon zawiera substancje o właściwościach przeciwzapalnych, które mogą pomóc w łagodzeniu stanów zapalnych w organizmie.
- **Regulacja poziomu cukru:** Badania sugerują, że spożywanie cynamonu może pomóc w regulacji poziomu cukru we krwi, co może być korzystne dla osób z cukrzycą typu 2.
- **Poprawa zdrowia serca:** Niektóre badania wskazują, że regularne spożywanie cynamonu może pomóc w obniżeniu poziomu cholesterolu oraz ciśnienia krwi, co może wspierać zdrowie serca.

DAWKOWANIE:

Jako słodzik do wszystkiego

OLIWA Z OLIWEK

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

oliwa z oliwek może wykazywać pewne właściwości antygrzybiczne, głównie ze względu na zawarte w niej związki fenolowe, takie jak hydroksytyrozol. Oto kilka aspektów związanych z potencjalnym działaniem antygrzybiczym oliwy z oliwek:

- **Zawartość związków fenolowych:** Oliwa z oliwek jest bogatym źródłem związków fenolowych, które wykazują właściwości przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwgrzybicze. Hydroksytyrozol, główny związek fenolowy w oliwie z oliwek, ma potencjał antyoksydacyjny i przeciwwirusowy, co może wspierać walkę z infekcjami grzybiczymi.
- **Działanie przeciwzapalne:** Składniki zawarte w oliwie z oliwek, takie jak kwasy tłuszczowe omega-9 i związki fenolowe, mogą wykazywać działanie przeciwzapalne, które pomaga w zwalczaniu infekcji grzybiczych poprzez redukcję stanu zapalnego.
- **Wspomaganie równowagi mikroflory jelitowej:** Spożywanie oliwy z oliwek może również wspierać zdrowie jelit poprzez zapewnienie odpowiedniej równowagi mikroflory jelitowej. Zdrowa mikroflora jelitowa może pomóc w zapobieganiu nadmiernemu wzrostowi grzybów, takich jak *Candida albicans*, które mogą prowadzić do infekcji grzybiczych.
- **Ochrona przed pleśnią i drożdżami:** Oleuropeina, inny związek fenolowy obecny w oliwie z oliwek, wykazuje działanie przeciwgrzybicze i może pomóc w zapobieganiu rozwojowi pleśni i drożdży w żywności.
- **Podatność na warunki środowiskowe:** Oliwa z oliwek jest bardziej stabilna w warunkach kuchennych niż inne oleje roślinne, co może przyczynić się do jej skuteczności w zwalczaniu wzrostu grzybów i pleśni w produktach spożywczych.

Znajdzie swoje zastosowanie również jako olej do płukania jamy ustnej.

To metoda, która działa oczyszczająco i ściągająco toksyny już na poziomie jamy ustnej.

WITAMINA C

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

Witamina C, znana również jako kwas askorbinowy, odgrywa istotną rolę w wielu procesach zachodzących w organizmie. Oto kilka kluczowych funkcji witaminy C:

- **Silny antyoksydant:** Witamina C działa jako silny antyoksydant, pomagając w neutralizacji szkodliwych wolnych rodników w organizmie. Zapobiega to uszkodzeniom komórek i tkanek, przyczyniając się do ochrony przed chorobami serca, nowotworami i innymi chorobami związanymi ze stresem oksydacyjnym.
- **Wspomaganie układu odpornościowego:** Witamina C wzmacnia układ odpornościowy, wspierając produkcję białych krwinek, które walczą z infekcjami. Regularne spożywanie witaminy C może pomóc skrócić czas trwania przeziębienia i łagodzić objawy.
- **Synteza kolagenu:** Witamina C jest niezbędna do produkcji kolagenu, białka odpowiedzialnego za elastyczność skóry, ścięgien, naczyń krwionośnych i kości. Dlatego też jest istotna dla utrzymania zdrowej skóry, ścięseł, kości i zębów.
- **Wchłanianie żelaza:** Witamina C zwiększa wchłanianie żelaza z roślinnych i zwierzęcych źródeł, co pomaga w zapobieganiu niedokrwistości z niedoboru żelaza.
- **Regeneracja witaminy E:** Witamina C odgrywa rolę w regeneracji witaminy E, kolejnego silnego antyoksydantu.
- **Utrzymanie funkcji mózgu:** Istnieją dowody sugerujące, że witamina C może wpływać na funkcje mózgu i zapobiegać starzeniu się mózgu poprzez ochronę przed stresem oksydacyjnym.
- **Regulacja ciśnienia krwi:** Niektóre badania sugerują, że witamina C może pomagać w regulacji ciśnienia krwi poprzez poprawę funkcji naczyń krwionośnych.

Witamina C jest niezbędna dla zachowania ogólnego zdrowia i dobrego samopoczucia.

Znajduje się w wielu świeżych owocach i warzywach, takich jak cytrusy, kiwi, papryka, brokuły i jagody. Dla utrzymania odpowiednich poziomów witaminy C zaleca się regularne spożywanie różnorodnych produktów spożywczych bogatych w tę witaminę.

ZIELONA HERBATA

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

Zielona herbata jest znana ze swoich różnorodnych korzyści zdrowotnych, jednak bezpośrednie działanie antygrzybicze zielonej herbaty nie jest tak dobrze zbadane jak niektóre inne właściwości. Niemniej jednak, istnieje kilka potencjalnych aspektów, które sugerują, że zielona herbata może mieć pewne korzystne działania w kontekście antygrzybiczym:

- **Polifenole:** Zielona herbata zawiera polifenole, takie jak katechiny, które posiadają właściwości przeciwutleniające. Niektóre badania sugerują, że katechiny mogą wpływać na różne patogeny, w tym grzyby.
- **Epigallokatechiny galianowe (EGCG):** EGCG jest jednym z głównych składników aktywnych w zielonej herbacie. Badania laboratoryjne wskazują, że EGCG może mieć pewne właściwości przeciwdrobnoustrojowe, w tym przeciwko niektórym rodzajom grzybów.
- **Właściwości przeciwbakteryjne:** Zielona herbata jest znana ze swoich właściwości przeciwbakteryjnych. Chociaż niektóre bakterie różnią się od grzybów, istnieje pewne podobieństwo w mechanizmach obronnych.

Warto jednak podkreślić, że istniejące badania są ograniczone, a skuteczność zielonej herbaty w zwalczaniu infekcji grzybiczych nie została jeszcze w pełni potwierdzona. W przypadku poważnych infekcji zawsze zaleca się skonsultowanie się z lekarzem, który może zalecić odpowiednie leczenie.

Zielona herbata jest również bogata w składniki odżywcze i może być korzystna dla ogólnego zdrowia. Jednak dla konkretnych problemów zdrowotnych, takich jak infekcje grzybicze, zawsze warto korzystać z medycznej porady.

OLEJ KOKOSOWY

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

Olej kokosowy jest znany z szerokiego zakresu korzyści zdrowotnych, w tym z potencjalnego działania przeciwbakteryjnego, przeciwwirusowego i przeciwgrzybicznego. Oto kilka aspektów związanych z działaniem oleju kokosowego:

- **Kaprylowy i laurynowy kwas:** Olej kokosowy zawiera kwasy tłuszczowe, takie jak kwas kaprylowy i kwas laurynowy, które wykazują działanie przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwgrzybicze. Te kwasy tłuszczowe mogą pomagać w zwalczaniu infekcji grzybiczych, w tym zakażeń *Candida albicans*.
- **Kwas laurynowy:** Jest głównym składnikiem oleju kokosowego, który jest uważany za skuteczny w zwalczaniu różnych patogenów, w tym grzybów, wirusów i bakterii. Kwas laurynowy działa poprzez zakłócanie błon komórkowych patogenów, co prowadzi do ich zniszczenia.
- **Kwas kaprylowy:** Jest kolejnym składnikiem oleju kokosowego, który wykazuje działanie przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze. Kwas kaprylowy może być skutecznym środkiem w zwalczaniu infekcji grzybiczych, w tym grzybicy skóry i błon śluzowych.
- **Zawartość kwasu laurynowego:** Olej kokosowy może pomóc w utrzymaniu równowagi mikroflory jelitowej poprzez zwalczanie nadmiernego wzrostu grzybów, takich jak *Candida albicans*, co może przyczynić się do zmniejszenia ryzyka infekcji grzybiczych.
- **Działanie przeciwzapalne:** Olej kokosowy może wykazywać działanie przeciwzapalne, które pomaga w łagodzeniu stanów zapalnych skóry i błon śluzowych, co może być przydatne w leczeniu infekcji grzybiczych.
- **Stabilność:** Olej kokosowy jest stabilny nawet w wysokich temperaturach, co oznacza, że może być używany do gotowania i pieczenia bez utraty swoich korzystnych właściwości.

Olej kokosowy znajdzie swoje zastosowanie również jako olej do płukania jamy ustnej. To metoda, która działa oczyszczająco i ściągająco toksyny już na poziomie jamy ustnej.

BŁONNIK POKARMOWY

SUBSTANCJA WSPOMAGAJĄCA

Błonnik pokarmowy będzie ogólnym wsparciem dla organizmu. Szalenie ważny dla jelita w procesie regeneracji. Karmi bakterie probiotyczne.

Wspomaga regularne oddawanie stolca.

Można zastosować gotowe mieszanki z firmy Omni-Biotic. Moim ulubionym omni-logicznym jest OL Immune. Serdecznie polecam, jest mega wydajny i świetny.

W niższej klasie cenowej jest błonnik z akacji.



PRZYKŁADOWE PROTOKOŁY

WZMOCNIENIE UKŁADU IMMUNOLOGICZNEGO

PRZYKŁADOWY PLAN SUPLEMENTACJI

NA CZCZO

- Ciepła woda ze szczyptą soli kłodawskiej
- Colostrum - 1500mg

ŚNIADANIE

- Witamina D3 - 4.000.I.E (dawka w zależności od poziomu 25OHD3 w surowicy, zwykle min. 4-6 tys. j.m)
- Omega 3 - 10 ml
- Cynk - 15-30mg
- B-Komplex - 1 kapsułka

OBIAD

- Witamina C - 1g
- Hepaset - 1kapsułka

KOLACJA

- Magnez około 300 mg jonów magnezu
- Selen - 100µg

PRZED PÓJŚCIEM SPAĆ

- Reishi - 1-2 ml
- Probiotyk - 1 saszetka

PODSTAWA SUPLEMENTACJI

PRZYKŁADOWY PLAN SUPLEMENTACJI W PROTOKOLE ANTYGRZYBICZYM

NA CZCZO

- Ciepła woda ze szczyptą soli kłodawskiej
- Colostrum - 1500mg (rotacyjnie z probiotykiem)

ŚNIADANIE

- Witamina D3 - 4.000.I.E
- Omega 3 - 10 ml
- B-Komplex - 1 kapsułka
- BestLife - 1 kapsułka

OBIAD

- Witamina C - 1g + Elektrolity + kolagen
- VitaminBest

KOLACJA

- Zioła do picia

PRZED PÓJŚCIEM SPAĆ

- Probiotyk - 1 saszetka

PROTOKÓŁ ANTYGRZYBICZY

PRZYKŁADOWY PLAN SUPLEMENTACJI

NA CZCZO

- Ciepła woda ze szczyptą soli kłodawskiej
- Colostrum - 1500mg (rotacyjnie z probiotykiem)

ŚNIADANIE

- Witamina D3 - 4.000.I.E
- Omega 3 - 10 ml
- FungoFarm

OBIAD

- Witamina C - 1g + Elektrolity + kolagen
- VitaminBest
- FungoFarm
- Monolauryna

KOLACJA

- HepasetPro

PRZED PÓJŚCIEM SPAĆ

- Probiotyk - 1 saszetka

DODATKOWO ZIOŁA DO PICIA, OLEJKI ETERYCZNE W DYFUZORZE / INHALACJA

MIĘDZY POSIŁKAMI: SUBSTANCJA WIĄŻĄCA/SPRZĄTAJĄCA

PROTOKÓŁ ANTYGRZYBICZY

PRZYKŁADOWY PLAN SUPLEMENTACJI

NA CZCZO

ŚNIADANIE

OBIAD

KOLACJA

PRZED PÓJŚCIEM SPAĆ

DODATKOWO

MIĘDZY POSIŁKAMI

KONTAKT



Wiedeń :)



napisz@jelitolog.com



www.jelitolog.com



[jelitologcom](https://www.instagram.com/jelitologcom)