

Om de algehele gesteldheid van het lichaam te verbeteren, adviseren we onderstaande vitamines, supplementen en voeding voor. Het herstel van het lichaam wordt hiermee bevorderd.

Advies

Het stappenplan voor de komende 3 maanden:

Voedselgevoeligheden (vermijd deze zoveel mogelijk):

- Sinaasappelen
- Mosselen
- Harde kaas
- Gist
- Paranoten
- Eigeel en eiwit
- Tarwe
- Roggebloem

Lichen Sclerosus, chronische huidaandoening

Vrouwenpoli Boxmeer
Gerard Doustraat 4-A
5831 CC Boxmeer
0485 – 520 156

Deze poli heeft speciale olie voor lichen sclerosus.

Supplementen en homeopathie

- Vitamine B12 Combi 6000 met folaat van Vitakruid
Ondersteunt de stofwisseling van het homocysteïne gehalte, het geheugen, vorming van rode bloedcellen en de werking van het immuunsysteem.
- Hennepzaadolie, 2 eetlepel per dag
De olie zorgt voor het soepel houden van de aderen.
- Alfaliponzuur, 2 capsules tijdens of na het eten
Liponzuur ondersteunt de omzetting van glucose naar energie. Is een goede anti-oxidant en ontgift het lichaam.
- Vitamine E 200 Now Foods, 1 x daags 1 capsule
Draagt bij tot de bescherming van cellen tegen oxidatieve schade.

Helende edelstenen

– MALACHITE (malachiet)

Een krachtig werkende steen. Het beschermt tegen straling, vervuiling, ongevallen en andere bronnen van negatieve energie en gevaar. De steen brengt emotionele balans en stabiliteit en maakt weerbaarder. Het vermindert angst en kan onderdrukte gevoelens en ervaringen naar de oppervlakte brengen. Hierdoor helpt het om positieve veranderingen te maken en blokkades, remmingen en negatieve gedragspatronen los te laten. Malachiet versterkt empathie en begrip en stimuleert gezonde en gelijkwaardige (vriendschappelijke) relaties. Fysiek werkt het ontgiftend, bloeddrukverlagend en versterkt het immuunsysteem en het zelfgenezend vermogen van het lichaam. Daarnaast kan malachiet helpen bij astma, artritis en artrose, botbreuken, epilepsie en problemen aan het hart en de bloedvaten. De steen is vooral heel geschikt voor vrouwen omdat het een positieve werking heeft op de vrouwelijke geslachtsorganen, (pre)menstruele klachten, vrouwelijke seksuele problemen (vooral met een emotionele of traumatische achtergrond) en ondersteunt bij een bevalling.

– AVENTURINE (aventurijn)

Werkt kalmerend en beschermend en bevordert een gevoel van welzijn. De steen trekt voorspoed en geluk aan en motiveert je om je dromen waar te maken. De steen stimuleert tolerantie, geduld, enthousiasme, inlevingsvermogen, individualiteit en het bedenken van ideeën. Het werkt ontspannend en kalmerend bij woede, ergernis en irritaties. Aventurijn bevordert besluitvaardigheid, volharding, waarneming en creativiteit. De steen absorbeert elektromagnetische straling (van bijvoorbeeld mobiele telefoons en computers) en beschermt tegen de invloeden van milieuvervuiling en wateraders. Aventurijn werkt pijnstillend, ontstekingsremmend en heeft tevens een positieve werking op stress gerelateerde hoofdpijn en migraine, bindweefsel, ogen, zenuwstelsel, spieren en op mensen die stotteren en snel blozen.

– TURQUOISE (turkoois)

Een sterk geneeskrachtige, zuiverende en beschermende steen. Het brengt evenwicht: turkoois kan kalmerend werken en voor innerlijke rust zorgen maar werkt ook vitaliserend bij uitputting. Het heeft een positieve werking op depressie, stemmingswisselingen, apathie en paniekaanvallen. Turkoois werkt inzicht gevend en laat zien dat je verantwoordelijk bent voor je eigen geluk en gaat hierdoor een slachtofferhouding en zelfdestructief gedrag tegen. Het bevordert creativiteit bij het oplossen van problemen, empathie en (romantische) liefde. Turkoois beschermt tegen negatieve energie, straling, invloeden en stoffen van buitenaf, werkt zuiverend en brengt de chakra's in balans. Fysiek werkt de steen pijnstillend, kramp opheffend, ontstekingsremmend en ontgiftend. Het ondersteunt de opname van voedingsstoffen en heeft een positieve werking op reuma, jicht, maag, de ogen, het immuunsysteem en virusinfecties.