

## REAKCJE OCZYSZCZAJĄCE ORGANIZMU

Toksyny zawarte w otaczającym nas środowisku są częścią naszego życia. Zawarte są we wdychanym powietrzu, pitej wodzie i wszelkich napojach, żywności i są również wytwarzane przez ciało w wyniku przemian biochemicznych. Organizm posiada wiele systemów odtruwających. Jednak często się zdarza, że po wielu latach intensywnego życia, najczęściej nieodpowiedniego odżywiania, reakcje obronne nie nadążają z usuwaniem toksyn. Nadmiar nieusuniętych toksyn z organizmu przyczynia się do powstawania wielu chorób.

Skrajną odpowiedzią naszego organizmu na uwalnianie toksyn jest tzw. reakcja Jarisha-Herxheimera (RJH).

Jest to krótkotrwałe i nieszkodliwe „zatrucie” organizmu substancjami toksycznymi, powstałymi wskutek masowego obumierania szkodliwych mikroorganizmów, głównie chorobotwórczych grzybów i pasożytów jelitowych

Najczęstsze objawy RJH to: podwyższona temperatura ciała, poboлевania głowy, dreszcze, bóle mięśniowe i kostne, wysypki skórne, nieżyt nosa, pokaszływanie, czasami pocenie się, ospałość, nadwrażliwość na inne zapachy i dźwięki, lekkie zawroty głowy, poirytowanie, jednodniowe kłopoty ze snem, zatwardzenia lub biegunka, wzdęcia, ogólne osłabienie, kołatania serca, zawroty głowy, nieznaczna zmiana zabarwienia moczu.

Objawy te mogą zmieniać się jak w kalejdoskopie i najczęściej ustępują po 2-3 dniach, lub **tak jak jest najczęściej nigdy nie występują.**

Objawy RJH są symptomem oczyszczania i zdrowienia organizmu.

Mimo zauważalnych symptomów poprawy zdrowia ogólnego i samopoczucia nie każdy doświadcza bezpośrednio reakcji oczyszczających, niezależnie od ilości dni stosowania Colon Pack.

### CO ZROBIĆ, JEŻELI STWIERDZISZ NASILONĄ REAKCJĘ OCZYSZCZAJĄCĄ?

Najczęściej jest tak że cieszymy się z reakcji oczyszczających organizmu. Lecz sami też powinniśmy pomóc w czyszczeniu naszej Katedry.

- Dodaj sobie więcej relaksu i snu.
- Codzienny spacer 20 min w jedną stronę.
- Dwa dni wegetariańskie w ciągu tygodnia
- Dwa dni bez produktów pochodzących od krowy
- Picie 8-10 szklanek czystej wody (pamiętając że woda w zupce to też woda), bo kto wywiezie toksyny?
- Jeżeli palisz papierosy to zmniejsz liczbę wypalanych papierosów do 7 dziennie
- Poczytaj coś miłego, pomedytuj
- Po skończeniu stosowania oczyszczania organizmu kontynuuj powyższe drobne i nieuciążliwe zasady

### POZYTYWNE REAKCJE OCZYSZCZAJĄCE

Reakcje pozytywne są zauważalne już po kilku dniach, jak np.: regulacja wypróżnień, znaczna poprawa pamięci, znikają wzdęcia w nadbrzuszu, poprawia się nastrój dobrego samopoczucia, pojawia się więcej energii życiowej, normalizacja wagi ciała w ciągu 4-6 tygodni, spokojniejszy sen.