

# Detox 1

Namn: \_\_\_\_\_  
 Personnummer: \_\_\_\_\_

Datum:    /    /

## — Steg 1

Ät obegränsat av någon ekologisk grön grönsak, som t ex broccoli, sparris, spenat, ruccola eller gröna bönor under 7 dagar. Växla dina grönsaker varje dag under dessa 7 dagar, t ex sparris en dag, gröna bönor nästa dag. Tillsammans med grönsakerna, intag en obegränsad mängd av någon av följande näringsdrycker, ca 3-5 gånger dagligen, under 7 dagar.

Ultra Inflamm X

*Används under följande omständigheter:*

Inflammation

IBS

Artrit

Hudproblem

Smärta

Ultra Clear Plus PH  
Stödjer Fas II

*Används under följande omständigheter:*

Toxiska symtom, sur urin

Låg energi

Utsatt för kemikalier, metaller

Allmän rening, alkaliserande näringsämnen

Estro Balance

*Används under följande omständigheter:*

Hormonrelaterade

symptom

PMS

Prostata problem

Menopaus

Ultra Meal Plus 360

*Används under följande omständigheter:*

Metabolt syndrom

Viktninskning

Förhöjda blodfetter

Diabetes

Ultradetox  
Ultra Balans

*Används under följande omständigheter:*

Effektivt renar tarmar, lever, njurar, lungor, hud

Stimulerar avgiftning och utrensning av mikrober

Grays tarm  
Reningsprogram

*Används under följande omständigheter:*

Långsammare tarm

Reningsprogram

Ingen tarm, lavemang etc behövs under programmet

Ingen sträng diet behövs under programmet.

Övrigt

---

Ultra Clear Plus  
Stödjer Fas II

Ultra Clear  
Stödjer Fas I

Metalloclear

---

*Används under följande  
omständigheter:*

Toxiska symtom

Låg energi

Känsligare

Stöd för immunförsvar

*Används under följande  
omständigheter:*

Mest avgiftande

Långsiktig avgiftning

Metabolisk reningsterapi

*Används under följande  
omständigheter:*

Utrensning av tungmetaller

Kelering

## — *Steg 2*

När du fullföljt Steg 1, gå över till följande under 30 dagar:

Ta en portion 2 gånger om dagen av samma näringsdrycker som i Steg 1.

## — *Steg 3*

Välj något av alternativen nedan:

### *Alternativ 1*

Fortsätt med Steg 2 så länge det behövs.

### *Alternativ 2*

Börja att sakta inkludera mat ur kolumnen "Mat att undvika" från listan med reningskost, en i taget; förutom vitt socker, alla typer av majssirap, läskedrycker, margarin, raffinerad mat och vegetabiliska oljor, vitt mjöl och vitt salt.

## — *Övriga tillskott till detoxkur:*

---

---

---

---

---

*Kom ihåg att dricka rikligt med vatten och örtte t ex. maskros, altearot, åkerfräken, pau D'arco, persilja, gullris och nässlor under kuren!*