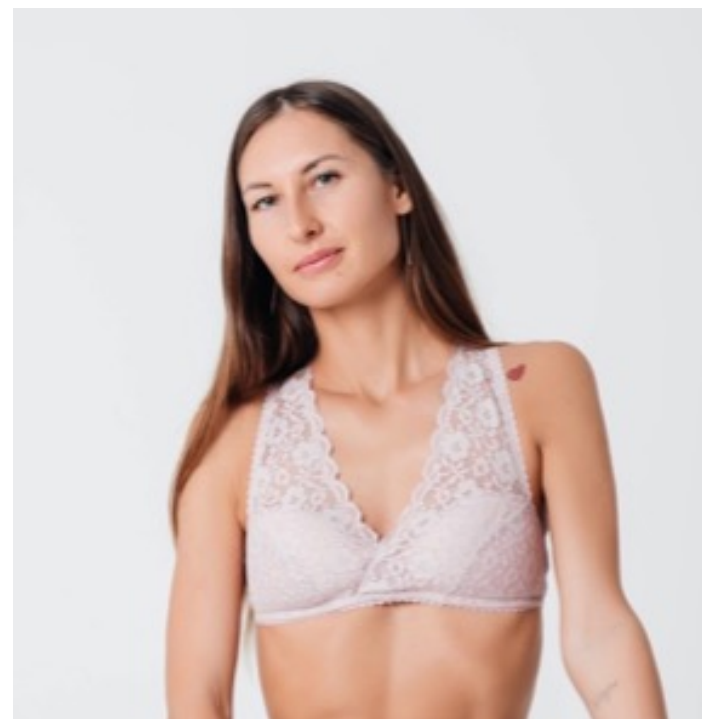


# Антигрибковая программа

ПОШАГОВАЯ РАБОЧАЯ СИСТЕМА  
ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ ЛЮБЫХ ГРИБКОВ  
В ОРГАНИЗМЕ!

# Коротко познакомимся

- ▶ **Меня зовут Марина Римарчук**
- ▶ Больше 10 лет я развиваюсь в направлении улучшения здоровья других людей
- ▶ Я нутрициолог, натуропат, составляю индивидуальные программы по оздоровлению
- ▶ Веду канал в телеграмм и блог вконтакте, кнопки для перехода ниже.
- ▶ **Вы всегда можете обратиться ко мне лично и задать любой интересующий вас вопрос о вашем здоровье и здоровье ваших близких**



# Откуда берутся грибки в теле?

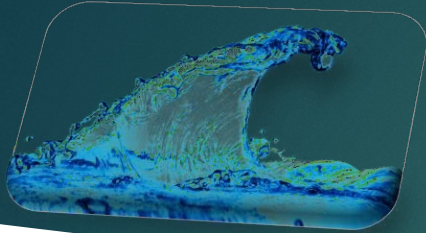
**Начнем с того, что грибки и так есть в нашем организме.** Но при снижении иммунитета, они начинают

- ▶ активно размножаться, например, кандида.
- ▶ Грибки могут попасть в организм при дыхании, тесном общении с другими людьми, у которых грибки активны, также при порезах и ранениях через рану.
- ▶ Грибки могут попасть с продуктами питания-испорченные продукты, грибковые продукты –кефир,
- ▶ плесневые фрукты, овощи и другие несвежие продукты.

К счастью, если организм здоров, количество грибов можно устранить, но чтобы добиться определенного времени, всё зависит от тяжести симптомов и иммунитета.

Иногда нужен месяц для выведения грибков из организма, иногда до полугода и больше.

Но очень важно начать их выводить, так как они вызывают серьезные нарушения и истощают организм.



# Размывка организма

**Только отрицательная вода выводит из организма бактерии, вирусы, патогенную микрофлору, вода восстанавливает кровь и переносит все питательные вещества внутрь клетки. Поэтому важно пить отрицательную воду. Рекомендую родниковую настоящую или коралловую воду (там кальций - вымывает грибок) или воду с h500 (в нем минералы-магний, кремний, бор, кремний - очищают организм от любых патогенов. Вода с такими добавками всегда очень хорошие результаты. Часто только благодаря ей и рациональному питанию решаются вопросы по здоровью.**

При недостатке питательных веществ, низком иммунитете отрицательная вода восстанавливает организм, разносит все питательные вещества в клетку и помогает быстрее привести жизненные показатели в норму.

**Пить нужно минимум 30 мл на 1 кг веса тела в сутки.**

Если воды с минералами у вас нет, то пить нужно хотя бы щелочную воду - воду с лимоном.

Кружочек лимона на 0,5-1 литр воды, если у вас повышенная кислотность, то можно меньше.

Смотрите на самочувствие, чтобы было комфортно.

# Питание на время очищения

**Сильно сократить или убрать совсем на время оздоровления:**

- ▶ Продукты не натуральные, с консервантами
- ▶ Молочные продукты
- ▶ Продукты сильно соленые и копченые
- ▶ Крахмалистые продукты - картофель и другие
- ▶ Глютеносодержащие продукты
- ▶ Сахар, фруктоза
- ▶ Тяжелое мясо (свинина, говядина и т.д)

## Продукты, содержащие глютен:

- хлебобулочные изделия,
- макароны,
- каши (манная, овсяная, пшеничная, перловая),
- выпечка (печенье, пряники, вафли).

## Следы глютена могут содержать:

- мороженое, йогурты, творожная масса, сухое или сгущенное молоко, сливки, маргарин и масло промышленного изготовления, сыры и майонезы;
- колбаса, котлеты, бифштексы.



# Питание на время очищения

## ЧТО МОЖНО:

- ▶ Овощи не крахмальные
- ▶ Зелень
- ▶ Морепродукты
- ▶ Соевые продукты
- ▶ Фрукты, ягоды не сильно сладкие
- ▶ Легкое мясо (индейка, кролик, домашняя курица)
- ▶ Сыры, сливочное масло натуральное свыше 82,5%
- ▶ Выпечка на безглютеновой муке
- ▶ Полезные сладости без сахара
- ▶ Орехи, семечки
- ▶ Бобовые, крупы - не много



# Какие витамины пить во время очистки?



- ▶ Омега-3 - минимум 3000 МЕ, восстанавливаем поврежденную мембрану клеток
- ▶ Витамин Д3 - минимум 2000 МЕ, восстанавливает иммунитет
- ▶ Цинк в хелатной или цитратной форме, помогает выводить грибок. Женщинам 15 мг в сутки, муж - 30 мг
- ▶ Витамины группы В - в аминокислотной форме, натуральные - восстанавливают кожу и нервную систему при грибках особенно нужны
- ▶ Сера - также помогает выводить грибки, восстанавливает кожу. 1 гр в сутки
- ▶ Витамин С в липосомальной форме, восстанавливает крепость сосудов и клеток, по 2-2,5 мг 3 раза в день

**Вы можете искать компоненты в любых компаниях, фирмах.** Но если не хотите искать и хотите сразу брать натуральный и рабочий продукт, то можете оформить себе номер на скидку 20% и брать тоже в коралловом клубе, вот ссылка <https://coral.club/ru/6292571.html>

# Первый этап антигрибковой программы

Пьем 7 дней тмин и кориандр + вода щелочная с лимоном или живая - коралловая (кальций выводит грибок) или H500 (минералы выводят грибок) если будет, если нет ничего, то только тмин и кориандр и лимонную воду ( на 1 литр воды 1 кружочек лимона выжать)

Пьем 7 дней тмин и кориандр и потом подключаем антигрибковую программу.

Тмин и кориандр нормализуют стул и выводят разного рода бактерии, грибки могут слабить немного, но если были запоры, то это будет даже хорошо. Может уже сократиться аллергия, но также по началу может быть обострение, но это нормально! Пить - 1 ч.л смеси тмина и кориандра на 0,5-1 стакан кипятка, пить теплым три раза в день до еды за 5-30 минут можно.

Тмин и кориандр - уникальная смесь семян, они работают против паразитоза, грибков, любой другой патогенной микрофлоры, нормализуют микрофлору кишечника, очищают кожу.

Также хорошо пить хлорофилл. Он заменит все вышеперечисленные ингредиенты. 1 ст л на литр воды и пить в течение дня. Щелочную воду пьем все время очищения! Тмин и кориандр 7 дней достаточно.



# Второй этап антигрибковой Программы. Вариант 1

**Месячный прием мощных антигрибковых компонентов.**

**1. Кора муравьиного дерева** – самое мощное антигрибковое, при этом довольно бюджетное по стоимости, но невероятно эффективное. Пить по две капсулы три раза в день в промежутках между приемами пищи.

**2. Черный орех** – следующее мощное противогрибковое. Пить по две штуки два раза в день, можно вместе с корой.

**3. Серебро гель или жир эму** – два эффективных средства на кожу от грибка. Серебро гель - если мокнущие ранки и воспаления, жир эму - если сухая и сильно сухая кожа, треснувшая кожа. Смазывать 3-4 раза в день.

**4. Витамин С в жировой форме**- рекомендую пить минимум неделю, а лучше месяц. Он с мочой выводит бактерии и вирусы и очень помогает при грибках - тормозит из размножения при нарушениях в питании. по 2-2,5 мг 3 раза в день

# От грибка



Черный орех, не только антигрибковое хорошее, но и приводит в порядок почки, нормализует работу ЖКТ.

Кора муравьиного дерева  
Еще и убирает орви, гриппы,  
снижает температуру, как и  
добавка H500



Гель серебро.  
Снимает самые разные  
воспаления с кожи



Благодаря высокой проникающей способности жир эму транспортирует все составляющие бальзама в глубокие слои кожи, усиливая их полезные свойства.

Специально подобранный состав улучшает местное кровообращение, расслабляет мускулатуру, способствует заживлению ран, регенерации кожи;

# Второй этап антигрибковой Программы. Вариант 2

## 1. Каприловая кислота, соединенная с девясилом и грецким орехом

Подавляет рост грибов в желудочно-кишечном и мочеполовом тракте. Обладает антибактериальным и антипаразитарным действием. Нормализует работу системы пищеварения

Взрослым по 2 капсулы 3 раза в день во время еды (именно в середине приема пищи)

## 2. Протеаза. Смесь протеаз

— ферменты, обладают выраженным противовоспалительным, противоотечным, рассасывающим, иммуномодулирующим действием. Эффективно работают на всех стадиях развития злокачественных новообразований, особенно в период радио- или химиотерапии, а также для облегчения состояния у больных в терминальной стадии, работают отлично по истреблению грибков, кист, миом, мастопатий.

По 2 капсуле 3 раза в день за 1-1,5 часа до еды или после

## 3. Кора муравьиного дерева.

Пить по две капсулы три раза в день в промежутках между приемами пищи.

# От грибка



- Обладают антибактериальным, противогрибковым, противовирусным, кровоочищающим и антикоагулянтным действием

- Стимулирует иммунную функцию, универсальные продукты долголетия

Можете взять в NSP (пишите мне, поможем оформить скидку) или в других магазинах продуктов оздоровления

# Третий этап антигрибковой программы. Восстановление печени

**Мы должны обязательно восстановить и очистить печень после антигрибковой программы.**

**Можно взять опистоп (набор трав для очищения печени, выводят и паразитоз) +репейник в капсулах.** Пить по инструкции. Или вместо всего этого- пить 1 чайную ложку масла черного тмина на ночь и днем 2 шт лецитина после еды. Но в идеале сначала опистоп (так как это антипаразитарка для печени)+ репейник. И также пьем много воды.

**Можно просто репейник! Он отменно гоняет желчь и помогает очищать и восстанавливать печень!**

Этот этап минимум 14 дней.

Если не хотите искать где-то компоненты и хотите сразу брать рабочий продукт, то можете оформить себе номер на скидку и брать тоже, где берем мы, вот ссылка <https://coral.club/7220648.html>

## Четвертый этап антигрибковой программы. Очищение лимфы

Переходим к лимфоочистению. Почему это важно? Потому что в лимфе застревает куча грибковых спор и их нужно обязательно довывести! Иначе после очищения через какое-то время снова грибки размножатся!

**Берем солодку в капсулах или продукт ЛИМФЛОУ.**

Солодку пьем по 1 шт 2 раза в день. ЛИМФЛОУ по инструкции (растительный продукт). Пьем 14 дней. Обычно после лимфоочистения уходят все остаточные симптомы. **Если не уходят, то повторяем антигрибковую программу со второго этапа до тех пор, пока вся симптоматика не уйдет! Это важно!**

**Можете сами сварить сироп солодки, но нужен свежий корень!** Корень варим 20 минут в трех стаканах воды, затем убавляем огонь и томим еще 15 минут, переливаем в банку, закрываем ее и ставим в холодильник, пьем утром до еды по 1 ст л.

Этап очищения лимфы - 10 дней минимум.

**С кем-то мы проходили антигрибковую программу месяц, с кем-то пол года, зависит от количества грибка в организме и от иммунитета.**

# Восстановительный этап. Какие добавки пить?

- ▶ **Комплексные витамины** - важно, не синтетические, но только в хелатной форме (связанные с аминокислотой), рекомендую Алтимейт и другие можно найти (пьем только после очищения), можно ПРЕНАТАЛ - они не только для беременных, их можно пить всегда - в коралловом клубе есть они сразу с омега -3.
- ▶ **Витамин Д3** - не менее 3000 МЕ в сутки, только в липосомальной форме - в жировой. Проблемы с иммунитетом и ростом бактерий и грибков- часто от недостатка витамина Д3. Витамин А и Витамин К2 помогают усваиваться витамину Д3, это идеальное сочетание - поэтому витамин Д3 пьется с комплексными витаминами и обязательно с омега-3.
- ▶ **Омега-3** - 4000 мг в сутки не меньше - восстанавливает структуру клеток кожи, волос и сосудов (рекомендую именно жир печени акулы, пить уже сейчас)
- ▶ **Кальций+магний** – обязательно вместе в одной таблетке, в цитратной форме. От недостатка магния может быть много проблем - и с кожей и с суставами и особенно с нервной системой, аллергии. Пить можно уже сейчас и вообще пить на постоянной основе и детям и взрослым.
- ▶ **Витамины группы В** - В2, В9, В12 - на них также, как и на белках завязаны все процессы в организме. От них зависит особенно сильно микрофлора кишечника и нервная система. Здоровье кожи, волос. Рекомендую Тейсти Би витамины, пропить месяц (они довольно бюджетные, около 400-500 р и эффективные). Пить после очищения.
- ▶ **Аминокислоты** – из них состоит кожа, волосы, ногти, все системы организма. В идеале их пить в наше время нужно на постоянной основе. Но при проблемах с кожей их пропить обязательно нужно хотя бы 1-2 месяца. Пьем после полной программы очищения организма. Рекомендую Protivity.

# Как не срываться в питании?

**Важно понимать, что сильные ограничения в питании могут дать срывы и депрессии.**

Поэтому после очищения от грибка, вы можете 10% в своём рационе допускать продукты не полезные, ваши любимые, при этом не испытывать недовольство по поводу того, что вам ничего нельзя!

Съесть пол банки сгущенки или мороженко летом – это не грех 😊

**Ведь важно, чтобы ваше питание в целом было рациональным!**

**И иногда можно позволять себе всё!**

**Также пить живую воду, щелочную, нужно на постоянной основе, не забывайте об этом.**

**И будьте здоровы!**

**Все вопросы пишите мне.**

**С Уважением, Марина**