

Hintergrund dieses Dokuments!

Gesundheit sollte jedem gehören!!! Während eines 5 minütigen Gesprächs beim Hausarzt ist es wohl kaum möglich Gesundheit zu verstehen.

Wahre Gesundheit beginnt aus dem tiefen Verständnis und der Erkenntnis daraus. Mit der tiefen und ganzheitlichen Erkenntnis, darf jeder selbst entscheiden ob er handeln möchte oder nicht. Das Schulsystem hat es versäumt uns dieses Thema näher zu bringen. Das ist leider Fakt! Gesundheit und Glück sind jedoch wichtige Voraussetzungen für das Leben selbst. Jedem Menschen sollte dies zu teil werden.

Weshalb ich auch Bücher darüber schreibe. Das wichtigste entsteht gerade und wird den Titel tragen "Gesundheit verstehen". Alle Themen die mit der Natürlichkeit und Ursprünglichkeit verbunden sind, sind sehr komplex und immer ganzheitlich zu sehen. Gesundheit ist ebenso Teil unserer wahren Natur und zu diesem Ursprung dürfen wir selber zurückfinden. Dies gibt es jedoch nicht frei Haus als eine chemische Pille! Sondern entwickelt sich genauso wie du dich selbst entwickelst und diese Zusammenhänge erkennst. Weshalb wahre Gesundheit nicht von heute auf morgen zu erwarten ist. Im Ganzheitlichen Sinne entsteht bzw. beinhaltet sie alle Themen auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene. Und gerade die geistige und seelische Ebene ist ein immerwährender Entwicklungsprozess. Näher kann ich in diesem kurzen Dokument nicht darauf eingehen, weil dieses Dokument eine Art Leitfaden und Zusammenfassung darstellen soll.

Dieses Dokument soll auch ein Leitfaden dazu sein um auf der körperlichen Ebene schnellstmöglich Resultate sehen zu können. Wenn man jedoch auf lange Sicht gesund und vital werden, oder sein möchte, sollte man auch die Theorie dahinter nicht vernachlässigen. Diese gebe ich dir gerne weiter in Form von Büchern, welche ich ebenfalls in diesem Dokument verlinke.

Wenn du also gewisse gesundheitliche Probleme oder Ziele hast, so kannst du dich daran orientieren. Zunächst indem du die physische Ebene, deinen Körper gut behandelst, ihm also das gibst was er zum Funktionieren braucht. Während dein Körper regeneriert, kannst du immer tiefer einsteigen in dem du auch die verlinkten Bücher beherzigst. Dies bleibt jedoch alles dir überlassen. Du darfst entscheiden wie schnell und wie weit du für deine Gesundheit wachsen möchtest. Jeder Mensch sollte selbstbestimmt leben dürfen!

Mein grosses Anliegen ist es die Menschen in ihre unabhängige Gesundheit zu führen. Und dies gelingt nur indem wir uns bewusst sind was das bedeutet! Und dabei darf jeder selbst für sich sein persönliches Gleichgewicht finden.

Weiterführende Informationen

Das Buch "Ernährung verstehen":

<https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-ernaehrung-verstehen/>

Dieses Buch erklärt insbesondere die Zusammenhänge der Ernährung. Es ist also vor allem dafür da um die physische Ebene zu verstehen.

Das Buch "Frühlingsputz von Innen":

<https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-entgiftung-fruehlingputz-von-innen/>

Dabei handelt es sich um ein Entgiftungsbuch. Eine Entgiftung könnte der erste Schritt in die wahre Gesundheit sein.

Das Buch "Endlich wieder schlafen":

<https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-endlich-wieder-schlafen/>

Ein Buch über Schlafprobleme und wie sie sich beheben lassen.

Das Buch "Blitzrezepte aus dem Blender":

<https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-blitzrezepte-aus-dem-blender/>

Ein kleiner Begleiter für Blitzschnelle Rezepte aus dem Blender (einem Bechermixer).

Das Buch "Gesundheit verstehen":

[Entsteht gerade!!!](#)

Ist das wichtigste Buch von allen. Hierbei versuche ich zu vermitteln was Gesundheit überhaupt ist und wie die Krankheitsentstehung zu verstehen ist. Es fasst zusammen, wie Körper, Geist und Seele miteinander verbunden sind. Denn alle drei Ebenen sind für uns als ein ganzheitliches Wesen von hoher Bedeutung.

Bei den Büchern handelt es sich nicht um dicke Wälzer die schwer zu lesen sind. Mein Versuch ist es ist das Thema kurz und knackig auf den Punkt zu bringen, damit der Zusammenhang von allem was ist, besser verstanden werden kann.

Noch sind sie leider ausschliesslich in elektronischer Form verfügbar. Dies soll sich in den nächsten Monaten ändern!

Um auf dem Laufenden zu bleiben, würde ich dir meine Kanäle empfehlen. Dort erhältst du ebenso kostenfreie Informationen zur Gesundheit und über die Projekte die gerade entstehen:

Der zentralste und wichtigste Kanal, ist mein Telegramkanal:

https://t.me/ich_bin_gesund

YouTube:

<https://www.youtube.com/channel/UC9YFzVcR1gtAFtChLst8xPw/videos>

Facebook Seite:

<https://www.facebook.com/ich-bin-gesundorg-102161311540589>

Warum empfehle ich die Produkte von Lebenskraftpur?

Nicht nur weil ich diese Produkte selber nehme, sondern auch weil ich bereits viele auf dem Markt verglichen habe und auch einen tieferen Einblick haben durfte bei diesem Hersteller. Die Philosophie von Lebenskraftpur stimmt mit meiner absolut überein. Ganzheitlichkeit, die Erkrankungen im Ursprung zu verstehen, Reinheit und Ursprünglichkeit. Viele Präparate auf dem Markt sind gut, während diese hier top sind! Auch wird bei Lebenskraftpur auf die Bioverfügbarkeit besonders Wert gelegt. Denn nicht jede Verbindung ist chemisch gesehen auch gut Verfügbar für unseren Körper (bsp. Magnesium ist nicht gleich Magnesium, es kommt darauf an was da noch als Rest dran hängt) Aufgrund dessen, weil ich auch freie Autorin für diese Firma sein durfte habe ich einen tiefen Einblick auch zu den Mitarbeitern und dem Chef höchstpersönlich haben dürfen. Für mich jedenfalls steht fest, dass Lebenskraftpur für die Menschlichkeit steht. Es geht nicht nur um Profit und steigende Zahlen. Die Menschlichkeit, die Ursprünglichkeit und das tiefe Verständnis für die Ursachen von körperlichen Ungleichgewichten stehen an oberster Stelle. Ich persönlich würde auch nur das empfehlen womit ich positive Erfahrung gemacht habe. Aber auch das darf jeder für sich entscheiden!!!

Grundversorgung

Die Grundversorgung mit Mikronährstoffen ist aufgrund der modernen Lebensweise leider nicht mehr gesichert. Dies ist einer der vielen Gründe für die steigenden Zahlen von chronischen Erkrankungen. Warum unsere Nahrung nicht mehr das liefert was wir benötigen, kannst du dem Buch "Ernährung verstehen" entnehmen. Erfahrungsgemäß profitieren Nutzer von der zusätzlichen Versorgung mit Nahrungsergänzungsmitteln, **neben einer gesunden Ernährung natürlich!**

Aus ganzheitlicher Sicht ist die tägliche Zufuhr folgender Produkte als ein Minimum zu sehen. Jeder Mensch ist verschieden und hat unter Umständen andere Voraussetzungen, weshalb eine weitere Versorgung, individuell betrachtet, herangezogen werden darf.

Für die Grundversorgung und Pflege des Darms (in unserem Darm sitzt zu 80% unsere physische Gesundheit!!!):



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Basis-Plus?produkt=10176>

Für die Grundversorgung unserer Zellen (Alles spielt sich auf biologischer Zellebene ab, ist die Zelle nicht gesund, so ist es auch der ganze Organismus nicht!!!):



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Zellkraft-Plus?produkt=10176>

Auch passend zu diesem Thema das folgende Buch:



Link zum Buch: <https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-ernaehrung-verstehen/>

Nicht zu vergessen ist das Wasser was du trinkst!

In diesem Video erfährst du mehr zu echtem Wasser als Lebensspender!

<https://www.youtube.com/watch?v=0HQ8y2mZ0EI&t=3s>

Mein persönlicher Favorit ist dieser Wasserfilter:

<https://aquosmonic.com/amoptimum-2/>

Der ist einer der teureren, aber auch der besten auf dem Markt. Entscheiden musst du selbst, ob du dich für die teure Variante entscheidest! Nach meiner Rechnung hat sich der Preis schon nach spätestens 1-2 Jahren beglichen, wenn ich vergleiche wieviel Wasser ich vorher gekauft habe.

Weitere Produkte gezielt auf bestimmte gesundheitliche Probleme

(diese sind als eine zusätzliche Versorgung zu betrachten. Die Grundversorgung leistet schon einiges, falls bestimmte Leiden mit der Grundversorgung nicht abgefangen werden können, so helfen folgende Vitalstoffe):

Die folgenden sind immer als Zusatz zur Grundversorgung zu verstehen!!!

Für das Immunsystem

Ein funktionierendes Immunsystem ist ebenfalls auf eine gesunde Ernährung angewiesen. Einige Mikronährstoffe sind jedoch nicht ausreichend in unseren Lebensmitteln und unserer Ernährungsweise zu finden. Hier findest Du einige wichtige Vitalstoffe die dein Immunsystem eventuell zusätzlich benötigen könnte.



Vitamin D: über 60-80% der Deutschen leiden an einem Vitamin D Mangel. Wichtiges Vitamin für das Immunsystem und auch bei Krebs. Zum Auffüllen der Depots 10 Tropfen am Tag. Zur Aufrechterhaltung der Depots ca. 4 Tropfen am Tag

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-D3K2-Komplex?produkt=10176>



Neben Vitamin D und Zink eines der wichtigsten Vitamine für das Immunsystem. Die empfohlene Menge der deutschen Gesellschaft für Ernährung ist zu tief angesetzt. Der Mensch benötigt mind. 1 g Vitamin C pro Tag um das Immunsystem ausreichend zu versorgen. Ausserdem gut für das Bindegewebe und die Haut!

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-C-Depot?produkt=10176>

Bei Entzündungen:



Das wichtigste Spurenelement für das Immunsystem. Auch wichtig für den Zellstoffwechsel und die Zellteilung/Heilung.

<https://www.lebenskraftpur.de/Zink-Picolinat?produkt=10176>

Link zum Produkt: [https://www.lebenskraftpur.de/Zink-](https://www.lebenskraftpur.de/Zink-Picolinat?produkt=10176)

Oder auch als Kombipräparat für das Immunsystem:



Ein einfaches Kombipräparat zur zusätzlichen Deckung der zellulären Grundversorgung. Kann obige drei ablösen. Jedoch im Vergleich zu obigen drei nicht so hochdosiert wie einzeln. Bei normaler Immunschwäche sicher ausreichend!

Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Vitamineral-Komplex?produkt=10176>

Bei Entzündungen:

Mit Entzündungen haben viel mehr Menschen zu kämpfen als bisher bekannt ist. Dies ist hauptsächlich auf die Ernährung und auf Umweltfaktoren zurückzuführen. Zum einen sind wir meist Unterversorgt, was Mikronährstoffe anbelangt, was die Abwehr gegen Entzündungen herabsinken lässt, als auch durch diverse Faktoren zusätzlich belastet. Entzündungen sind oft unterschwellig, man merkt sie kaum und sie können sich auch in Form von Schmerzen zeigen. Neben der Versorgung mit zusätzlichen Mikronährstoffen ist bei der Entzündung immer auch auf die Ernährung zu achten.



Ein gutes Kombipräparat bei entzündlichen Erkrankungen. Mit nützlichen Kräutern und Vitalstoffen aus der Natur. Zusätzlich auch Omega-3 Versorgung beachten!

[Link zum Produkt: https://www.lebenskraftpur.de/Inflamm-Relax?produkt=10176](https://www.lebenskraftpur.de/Inflamm-Relax?produkt=10176)



Die heutige Ernährung ist aufgrund der fälschlichen Empfehlungen Pflanzenöle wie Sonnenblumenöl, Diestelöl und Rapsöl zu verwenden, absolut entzündungsfördernd. Entzündungen sind eine der Hauptursachen für Erkrankungen. Das Omega 3-zu-6 Verhältnis welches unser Körper tatsächlich braucht ist aus dem Ruder gelaufen. Biochemisch und ganzheitlich betrachtet eine absolute Katastrophe. Dieses Präparat geht gegen Entzündungen vor indem es direkt in den antientzündlichen biochemischen Kreislauf eingreift. Zudem ist das Algenpräparat auch Veganern zu empfehlen und schmeckt neutraler als das Fischöl.

[Link zum Produkt: https://www.lebenskraftpur.de/Omega-3-Vegan?produkt=10176](https://www.lebenskraftpur.de/Omega-3-Vegan?produkt=10176)

Für die Psyche und Schlaf:

Die allerwichtigste Nahrung für die Psyche ist unser eigenes Mindset und die Informationen welche wir an uns heranlassen. Jedoch hilft das positive Denken allein nicht jedem, denn sie baut auch auf der Substanz auf, unserem Nervensystem. Dieses muss auch gepflegt werden und will versorgt sein. Schließlich basiert auch unsere Psyche auf biochemischen Prozessen. In der Ganzheit betrachtet ist bei der Erlangung einer gesunden Psyche auf die drei Ebenen, Körper,

Geist und Seele zu achten. Dies betrifft zwar unsere gesamte Gesundheit, jedoch nirgendwo so stark wie den psychischen Bereich. Da der Körper hinzugehört, ist die ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen ebenso eine wichtige Voraussetzung.



Hierbei handelt es sich um auserwählte Pflanzen die die mentale Balance in Einklang bringen können. Neben diesem Produkt ist eine ausreichende Grundversorgung und auf zusätzliche mit B-Vitamine und Magnesium zu achten.

[Balance?produkt=10176](https://www.lebenskraftpur.de/Mental-Balance?produkt=10176)

Link zum Produkt: [https://www.lebenskraftpur.de/Mental-](https://www.lebenskraftpur.de/Mental-Balance?produkt=10176)



Sowie die B-Vitamine ist auch der Mineralstoff Magnesium eine wichtige Komponente für das Nervensystem. Es wirkt entspannend und stresslösend. Je nach Versorgung kann eine erhöhte Versorgung (2 bis 3 fache Menge) notwendig sein, um schneller an sein persönliches Ziel zu gelangen.

Link zum Produkt:
<https://www.lebenskraftpur.de/Magnesium-Sieben?produkt=10176>



Das Nervensystem ist auf eine ausreichende Versorgung mit B-Vitaminen angewiesen. Schon vielen hat erfahrungsgemäß die zusätzliche Zufuhr, in hochkonzentrierter Form, bei leichten psychischen Beschwerden geholfen. Wozu auch ein gesunder Schlaf gehört.

<https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-B-Komplex?produkt=10176>

Link zum Produkt: [https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-](https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-B-Komplex?produkt=10176)

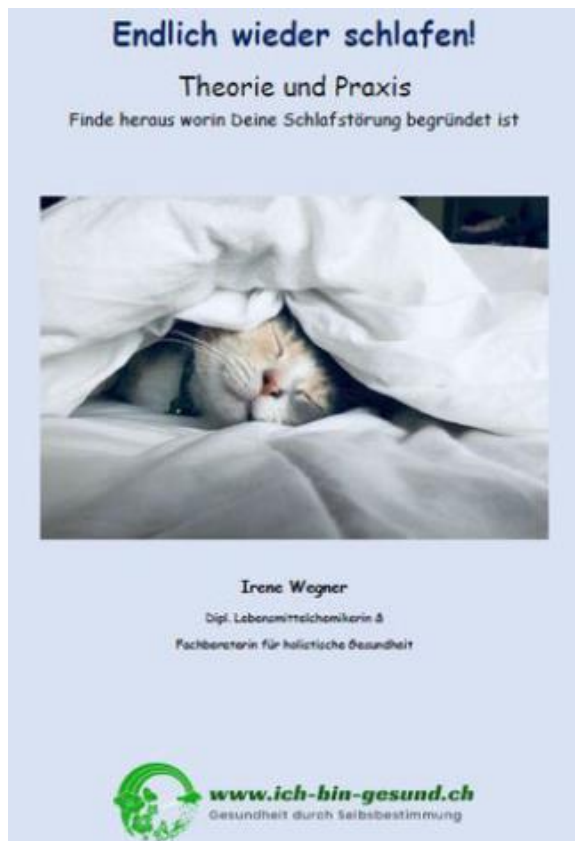


Besonders zu empfehlen bei Schlafproblemen. Bitte auch Buch beachten. Die Zusammenhänge zu verstehen ist besser für den langfristigen Erfolg!

Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Regeneration-Nacht?produkt=10176>

[Auch das Buch für die Psyche und den gesunden Schlaf:](#)



Link zum Buch: <https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-endlich-wieder-schlafen/>

Bei Entgiftungskuren:



Entgiftung Plus von Lebenskraftpur dient der gesamten Unterstützung des Entgiftungsprozesses. Dies ist zwar kein Muss, wenn Du dich der anderen Produkte bedienst (**siehe Buch**), jedoch definitiv sinnvoll. Schließlich wird es nicht dauerhaft angewendet, weshalb es sich lohnen kann zusätzlich darauf zurückzugreifen. Blinde Einnahme hilft aber bei einer Kur alleine nicht. Es ist besser dieses Thema zu verstehen. Beachte also bitte auch das folgende Buch zu diesem Thema...

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/corpora-plus?produkt=10176>

Auch unbedingt Buch beachten (dieses Präparat alleine bringt nichts, wenn du dich der Thematik nicht ernsthaft annimmst!)



Dieses Buch ist besonders wichtig für den Darm und für die Zellen. Es ist immer besser etwas zu verstehen, als blind zu vertrauen. Werde zu deinem eigenen Meister der Gesundheit!

Link zum Buch: <https://ich-bin-gesund-shop.ch/product/e-book-entgiftung-fruhlingputz-von-innen/>

Für die Leber:

Unsere Leber muss so einiges leisten. Sie ist der Sitz des Stoffwechsels. Durch die Leber gehen alle Stoffwechselprodukte und chemische Belastungen, darunter auch Medikamente, durch. Gerade in der heutigen Zeit wo wir mit vielen chemischen Substanzen konfrontiert sind, zudem auch noch unterversorgt sind, ist es eine harte Arbeit für die Leber gesund zu bleiben. Für das tiefere Verständnis eignet sich auch das obige Buch "Frühlingsputz von Innen".



Mariendistel und andere Leberstärkende Wildkräuter für die Leber. Ein besonders wichtiges Präparat bei einer Fettleber oder nach Alkoholmissbrauch.

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Leber-Galle-Plus?produkt=10176>



In den Lebensmitteln sind die meisten Bitterstoffe herausgezüchtet worden. Dabei sind sie sehr wichtig für unsere Gesundheit und insbesondere für die Verdauung und die Leber. Je bitterer dir dies vorkommt, umso entwöhnter ist dein Körper und umso nötiger hast du Bitterstoffe. Ist anfangs etwas gewöhnungsbedürftig, aber so ist es mit allem was Neu ist ;-)

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Wildkraeuter-Pur?produkt=10176>

Für die Gelenke:

Gelenke brauchen in erster Linie viel Bewegung und das richtige Wasser. Aber auch Vitalstoffe wie Schwefel aber auch andere Vitalstoffe die für den Aufbau des Bindegewebes zuständig sind. Denn Gelenke sind nur so gut wie es deine Knorpel sind. Knorpel sind Teil des Bindegewebes.



Speziell formulierte Vitalstoffe gezielt für die Knorpel.

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Arthro-Komplex?produkt=10176>



Mit den wichtigsten Vitalstoffen für das gesamte Bindegewebe (Aminosäuren, Vitamin C und Vit.B). Auch gut für Haare und Nägel.

Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Bindegewebe-Plus?produkt=10176>



MSM ist ein natürliches Schmerzmittel. Schwefel in dieser Form ist für unseren Körper leicht aufzunehmen und wird für den gesamten Körper benötigt. Von immenser Bedeutung für den Protein- und Enzymaufbau. Da Schwefel eher ein Mangelmineral ist, ist es ebenfalls Hauptverantwortlich an gesundheitlichen Problemen.

Link zum Produkt: [https://www.lebenskraftpur.de/MSM-](https://www.lebenskraftpur.de/MSM-Pur?produkt=10176)

[Pur?produkt=10176](https://www.lebenskraftpur.de/MSM-Pur?produkt=10176)

Bei Krebs:

Diesem Thema sollte eigentlich ein ganzes Buch gewidmet werden. Denn leider gibt es zu diesem Thema so viele Missverständnisse und absichtliche Verdrehungen, dass für die meisten Krebspatienten keine Alternative als die der Chemotherapie bietet. Das ist besonders schade, denn die Chemotherapie hilft dem Körper nicht dabei sich selbst zu helfen. Ich muss mich hier jedoch kurzfassen. Krebs entsteht auf körperlicher Ebene durch Sauerstoffmangel und Übersäuerung. Zucker ist ebenso, insbesondere bei einem

übersäuerten Körper, der Treibstoff für eine Krebszelle. Eine Krebstherapie sollte IMMER ganzheitlich angegangen werden. Denn die Ursache kann auch auf der geistig-seelischen Ebene liegen. Die Basis einer Krebstherapie liegt also in der gesunden Ernährung, gesundem Wasser, Entsäuerung, einer geistigen Gesundheit und beim Fokus auf das seelische Wachstum. Also einer ganzheitlichen gesunden Basis. Diese Themen erkläre ich näher in den Büchern "Gesundheit und Ernährung verstehen". Da all diese Faktoren nun den Rahmen hier sprengen würden, möchte ich mich auf DAS wichtigste Antikrebsvitamin hier beziehen. Das Vitamin B17 (Amygdalin). In zahlreichen Studien hat es sich bei der Antikrebsbekämpfung als sehr wirkungsvoll erwiesen.

Leider habe ich hierzu bei Lebenskraftpur nichts gefunden. Weshalb ich an dieser Stelle gerne folgendes Buch empfehlen würde. Es ist in Aprikosenkernen zu finden!

https://www.narayana-verlag.de/Krebs-bekaempfen-mit-Vitamin-B17-Peter-Kern/b23641?gclid=CjwKCAjwn8SLBhAyEiwAHNTJbfXHD4CZCv19OMIHnye_4NAgBF7drieTP_Ezz2xPfl8nQ_h8EI9VShoCBaUQAvD_BwE

Generell benötigt es bei Krebs eine besonders gute Vitalstoffversorgung, weshalb auch ein Grundversorgung und darüber hinaus angeraten ist. Antioxidantien sind ebenso besonders wichtig. Die folgenden Produkte enthalten mitunter die stärksten Antioxidantien:



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/MPC-Traubenkernextrakt-Pulver?produkt=10176>



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Astaxanthin-Antioxidans?produkt=10176>



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Vitaltee-Zistrose-Plus?produkt=10176>

Bei Eisenmangel / Energiemangel:

Bei Energiemangel ist auch immer an die Grundversorgung zu denken. Im Grunde wie auch bei allen anderen Beschwerden. Aber insbesondere bei Energiemangel sind die Zellen mit einem breiten Spektrum an Vitalstoffen unterversorgt. Auch ein Übersäuerung kann Grund für einen Energiemangel sein. Denn im Energiehaushalt dreht sich alles um die Reibungslose Produktion von ATP in den Mitochondrien. Darüber schreibe ich auch in den Büchern "Endlich wieder schlafen" und "Frühlingsputz von Innen". Zur Grundversorgung ist auch auf zusätzliche Eisenversorgung zu achten.



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Eisen-Plus?produkt=10176>

Bei hormonellen Störungen:

Viele hormonelle Probleme haben ihren Ursprung in den dafür wichtigsten Drüsen. In der Zirbeldrüse (darüber gibt es mehr im Buch "Endlich wieder schlafen" zu erfahren) und der Schilddrüse. Im Gegensatz zum Schulwissen, ist die Schilddrüse der meisten Menschen mit Iod und Selen unversorgt. Dies kann zu allen möglichen Schilddrüsenerkrankungen führen. Die Zirbeldrüse ist ein anderes Thema. Die ist regelrecht ein Hauptangriffspunkt der "modernen" Ernährung, Medikamente und Pflegeprodukte. Vermeide Fluorid! Weshalb das so ist, kann dem Buch entnommen werden. Daher ist bei Hormonstörungen an eine Versorgung mit Bor, Iod, Selen und Thyrosin zu denken. Bor hat Lebenskraftpur leider nicht verfügbar. Weshalb ich ein anderes gutes Präparat empfehle.



Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Schilddruese-Vital?produkt=10176>



Link zum Produkt: https://www.narayana-verlag.de/Boron-3-mg-365-Tabletten-von-Unimedica/b25757?gclid=CjwKCAjwn8SLBhAyEiwAHNTJbfBzHyKxAZic360QI78MNE1W6JESviWyG3EUVMuTmMPLR7sCFx-pwxoC4iEQAvD_BwE

Bei Osteoporose:

Osteoporose hat insbesondere mit einer Unterversorgung der Vitalstoffe Magnesium, Vitamin C, Silizium, Mangan und Bor. In diesem Präparat ist alles in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander vorhanden. Des Weiteren ist darauf zu achten, dass der Vitamin D Haushalt gut versorgt ist. Ausserdem sollte auch auf Kuhmilchprodukte verzichtet werden (ich weiss, Ärzte sagen das Gegenteil):



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Osteo-Komplex?produkt=10176>

Bei Autoimmunerkrankungen:

Die meisten Autoimmunerkrankungen beginnen im Darm! Dies ist so, weil der Darm, wenn er nicht gesund ist, durchlässig wird. Bestimmte Proteine dringen dann unverdaut in die Blutbahn und werden als Fremdstoffe vom Immunsystem erkannt. Dies ist auch richtig so, jedoch ähneln einige Nahrungsproteine auch den körpereigenen Proteinen, weshalb die gebildeten Antikörper nicht nur das Nahrungsprotein sondern auch das Körperprotein angreifen. Deshalb ist gerade bei Autoimmunerkrankungen an eine Darmsanierung zu denken. Dies ist ein Teil des Entgiftungsprogramms in meinem Buch "Frühlingsputz von Innen". Damit die Darmgesundheit auch nach der Kur erhalten bleibt, ist auch weiterhin eine gesunde Ernährung und ein Präparat angeraten das die Darmgesundheit unterstützt. Dies erledigt bereits das empfohlene Präparat in der Grundversorgung (Basis plus). Auch die Vitalstoffe für das Immunsystem sind wichtig bei Autoimmunerkrankungen. Insbesondere das Vitamin D.



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Basis-Plus?produkt=10176>



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-D3K2-Komplex?produkt=10176>

Bei hohem Stressempfinden (auch zu beachten sind die Empfehlungen für die Psyche / Schlaf):

Ein hohes Stressempfinden ist zunächst das Resultat eines unausgeglichene Lebensstils. B-Vitamine sind besonders wichtig für die Psyche. Aber auch die allgemeine Grundversorgung. Für stressempfindliche Menschen ist auch die Arbeit auf der geistigen Ebene von hoher Bedeutung. Sich klar darüber werden, was Stress auslöst und wie dieser umgangen werden kann. Vielleicht auch ist es ein unerfüllter innerer Wunsch, welches einen aus dem Gleichgewicht bringt. Nichts desto trotz kann ein hohes Stressempfinden mit der zusätzlichen Versorgung von beruhigend wirkenden Heilkräutern und Vitalstoffen abgefangen werden.



Eine gute und reichhaltige Zusammenstellung an Wirkstoffen für die innere Ausgeglichenheit.

Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Regeneration-Tag?produkt=10176>

Für die Zähne:

Fluoride in Zahnpasta bewirken nicht nur Zahnschmelzverhärtungen, sondern auch Verhärtungen im ganzen Körper, wo Calcium zu finden ist. Natriumfluorid und andere fluorida Verbindungen, wie sie in Zahnpasta eingesetzt werden, sind aggressives Fluorid, welches so in der Natur nicht vorkommt. Es sucht sich naturgegeben Calcium als Bindungspartner. Greift also jegliches Zellgewebe an, wo Calcium vorhanden ist. Bevorzugt die Zirbeldrüse (welches eine der wichtigsten Hormondrüsen und auch Sinnesorgan ist) und die Blutgefäße. Doch sind es nicht nur die Fluoride, sondern auch andere chemische Stoffe welche die Industrie gerne verwendet. Unsere Zähne brauchen vor allem ein stabiles Säure-Base-Gleichgewicht im ganzen Körper. Damit gesunder Speichel produziert wird. Trotzdem sollten wir uns die Zähne putzen. Wenn dann aber mit einem Produkt das nicht schadet und lediglich die gewünschte Wirkung erzeugt.



Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Zahnpflege-Weisse-Zaehne-Set?produkt=10176>



Natürlich auch für Erwachsene geeignet. Mein persönlicher Favorit für die ganze Familie.

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Zahnpulver-Kinder?produkt=10176>



Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Zahnpulver-Plus?produkt=10176>



Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Zahnpulver-Weisse-Zaehne?produkt=10176>

Weitere wichtige Produkte für die Gesundheit:



Link zum Produkt:

<https://www.lebenskraftpur.de/Abnehmbox?produkt=10176>

Kombibox zum Abnehmen:

Eine gute Mischung die den Energiestoffwechsel versorgt. Hauptursache für Übergewicht ist neben der falschen Ernährung, die Unterversorgung an Vitalstoffen, welche der Stoffwechsel zwingend benötigt.



Pflanzengrün als Lebenselixier:

Grassäfte und grüne Säfte sind eine gute Abhilfe wenn man zu wenig grünes zu sich nimmt. Dunkelgrünes Gemüse Blattgrün sind reich an Chlorophyll, man könnte es auch als Lichtvitamin bezeichnen. Energiespendenden, reinigend und ausgleichend auf der feinstofflichen Ebene

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Grassaft-Alkalisierer?produkt=10176>



Pflanzengrün als Lebenselixier:

Grassäfte und grüne Säfte sind eine gute Abhilfe wenn man zu wenig grünes zu sich nimmt. Dunkelgrünes Gemüse Blattgrün sind reich an Chlorophyll, man könnte es auch als Lichtvitamin bezeichnen. Energiespendenden, reinigend und ausgleichend auf der feinstofflichen Ebene

Link zum Produkt: <https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Gruener-Saft-Komplex?produkt=10176>



[Protein-Plus?produkt=10176](https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Protein-Plus?produkt=10176)

Proteine in bioverfügbarer Form:

Besonders sinnvoll für Veganer und Vegetarier. Da diese Pflanzenproteine reich an wichtigen Aminosäuren sind, welche zudem auch gut bioverfügbar sind. Nicht alle veganen Proteinprodukte sind geeignet. Das Pulver von Lebenskraft pur ist so zusammengestellt und auch aufgeschlossen, dass es unser Verdauungssystem verwerten kann. Guter Zusatz für Smoothies. Viele Beschwerden sind auf eine Proteinunterversorgung, oder bessergesagt Aminosäureunterversorgung zurückzuführen. Denn unser Körper besteht nach Wasser vorwiegend aus Proteinen.

Link zum Produkt: [https://www.lebenskraftpur.de/Bio-](https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Protein-Plus?produkt=10176)