



Dagligdagens luner.

- | | | |
|-----|---|---|
| 1 : | Bivirkninger ved indtagelse af kaffe: vanedannende, hæver kolesterolspejlet i blodet , virker stærkt sammentrækkende på karrene, syrevirkning i maven, indeholder mutagener fra brændingen, hæmmer jernoptagelsen, udvasker vitaminer og mineraler. | 4 |
| 2 : | Bivirkninger ved indtagelse af alm. The : vanedannende, virker sammentrækkende på karrene, syrevirkning i maven, hæmmer jernoptagelsen. | 4 |
| 3 : | Bivirkninger ved indtagelse af alkohol: Vanedannende, ødelægger hjerne- og leverceller, hæver blodets indhold af mættede fedtsyrer drastisk, udvasker B-vitaminer , Mg og Zn. Ved store indtagelser udvaskes samtlige vandopløselige vitaminer pga alkohols hæmmende virkning på ADH-produktionen. | 4 |
| 4 : | Bivirkninger ved indtagelse af raffineret hvidt sukker: Belaster pancreas og giver en urolig blodsukkerbalance. Nærer bakteriedannelsen på tænderne, virker forstyrrende på tarmens bakterieflora, bevirker underskud af kalk og B-vitaminer i kroppen, indeholder ”tomme kalorier”, syredannende effekt pga at kroppen kommer i kalkunderskud. | 4 |
| 5 : | Bivirkninger ved produkter af hvidt mel: Indeholder tomme kalorier, kan give forstoppelse pga manglende fiberstoffer, kan være medvirkende årsag til allergi. | 4 |
| 6 : | Bivirkninger ved hvidt salt: Er frataget havsaltets nyttige sporstoffer, binder vand og kan give ødemer og forhøjet blodtryk. Fremmer knogleafkalkningen. | 4 |
| 7 : | Bivirkninger ved brug af tobak: Indeholder 4000 kendte giftstoffer hvoraf 50 er kræftfremkaldende. Hæmmer iltoptagelsen, og fremmer knogleafkalkningen. | 4 |
| 8 : | Bivirkninger ved indtagelse af cola: Indeholder koffein, fremmer knogleafkalkningen, kan udvikle barnløshed, indeholder aspartam. | 4 |
| 9 : | Bivirkninger ved brug af aluminiums kogegej: hæmmer dannelsen af mavesyre, forstyrrer mineraloptagelsen. | 4 |
| 10: | Bivirkninger ved brug af tandpasta med flour: normalt indeholder tandpasta natrium, flour er et restprodukt efter aluminiums fremstillingen. Forstyrrer og forrykker mineralbalancen. | 4 |
| 11: | Bivirkninger for kulsyre: irriterer og afsliber tarmene, forstyrrer mineralbalancen. | 4 |
| 12: | Bivirkninger ved brug af mikrobølgeovn: Bakterielle problemer, maden dræbes af elektromagnetisme, stråling = immunforsvaret svækkes. | 4 |

