

COMMENT NETTOYER LES KILOS DE POISONS QUE NOUS AVONS DANS LE CÔLON ?

L'être humain ne pense pas souvent au fonctionnement du côlon. Pourtant, il est une partie essentielle d'un corps sain et fonctionnel.

Le côlon, également connu sous le nom de « gros intestin », élimine l'eau, le sel et certains nutriments formant les selles. Un côlon qui ne fonctionne pas correctement gardera plus de déchets. Un côlon malsain n'évacue pas efficacement les déchets.

La nourriture doit être traitée par le corps en seulement 24 heures. Mais l'alimentation moderne, qui manque de nutriments essentiels, ralentit le temps du transit. Celui-ci atteint parfois 70 heures. Dans ce cas, des kilos de déchets sont accumulés dans le côlon et un des signes les plus courants de cette maladie est la constipation.

Le mucus qui revêt le côlon s'épaissit et devient un hôte de putréfaction. Les capillaires sanguins du côlon commencent à ramasser les toxines, les poisons et les débris nocifs qui s'infiltreront à travers la paroi intestinale.

Tous les tissus et organes du corps prennent ces substances toxiques. C'est le début d'une véritable auto-intoxication à un niveau physiologique. Cette accumulation peut avoir la consistance du caoutchouc d'un pneu de camion. C'est à dire dur et noir.

Le nettoyage du côlon contribue à améliorer la santé globale ainsi que le niveau de bien-être du corps. Il peut même réduire le risque de certaines maladies du côlon. Voici les principaux avantages d'un nettoyage du côlon :

1-Il améliore le système digestif

Lorsque le côlon est nettoyé, il pousse les déchets non digérés en dehors du système digestif, ce qui améliore la digestion.

2- Il contribue à prévenir la constipation

La constipation est chronique. Elle peut provoquer une réponse lente pendant la digestion, qui à son tour, laissera les déchets plus longtemps dans le système digestif.

3- Il augmente l'énergie

Lorsque les toxines sont libérées du corps, celui-ci se sent rajeuni. L'énergie est donc recentrée vers le déplacement des déchets à travers les intestins et les autres parties du corps.

4- Il augmente l'absorption des vitamines et des nutriments

Lorsque le côlon est détoxifié, cela permet aux nutriments essentiels d'être filtrés dans la circulation sanguine.

5- Il améliore la concentration

Lorsqu'une personne a une absorption de vitamines inefficace ainsi qu'une mauvaise alimentation, elle est souvent distraite et perd sa concentration.

6- Il aide à perdre du poids

Le nettoyage du côlon facilite grandement la perte de poids. Certains disent qu'il est possible de perdre jusqu'à 20 kilos en un mois.

7- Il diminue les risques d'avoir un cancer du côlon

La plupart des toxines que nous mangeons, buvons ou respirons sont absorbées et traitées par le système gastro-intestinal, y compris le foie. Elles doivent être chassées du côlon et du foie le plus rapidement possible sans quoi le système du corps sera affecté.

8- Il augmente la fécondité

Lorsqu'on augmente notre consommation de fibres et que notre régime alimentaire est sain, le nettoyage du côlon se fait plus régulièrement. Cela aide le corps à se débarrasser des toxines et des produits chimiques indésirables qui peuvent affecter la santé du sperme et des ovules.

9- Il maintient l'équilibre du pH

Les aliments qui bloquent le côlon fabriquent de l'acide qui déséquilibre les niveaux du pH.

10- Il améliore le sentiment de bien-être

Lorsque le côlon se débarrasse des toxines et des déchets, cela conduit à une sensation de légèreté et de bien-être général.

Le nettoyage du côlon est important pour le système ainsi que pour la peau. Lorsque les impuretés sont éliminées de l'organisme, cela améliore la beauté de la peau extérieure.

Lorsque le côlon ne fonctionne pas correctement, il est possible de souffrir de différents problèmes et troubles digestifs. Les aliments solubles et qui se composent de fibres aident à la digestion et à lutter contre la constipation. Pour nettoyer votre côlon, il est important d'ajouter certains produits à votre alimentation.

Pour bénéficier de tous ces avantages, il est important de suivre une cure détoxifiante de temps à autre, après une cure d'irrigation du côlon.

Il est l'une des plus faciles et des plus efficaces cures de détox pour bien nettoyer le côlon.

Ingrédients :

- 2 cuillères à café de jus de citron biologique
- 2 cuillères à café de sirop d'érable biologique pur
- 1/10 cuillère à café de piment de Cayenne
- 300 ml d'eau filtrée

Préparation :

Mélanger le tout et boire 5 à 8 fois par jour, durant au moins 10 jours. Cette cure ne doit jamais dépasser deux semaines.