

Protokoll för mögeldetox:

- Innan detox påbörjas så ska Pre detox intas med 30 droppar tre gånger dagligen i tio dagar innan. Den intas i en dl vatten och ej med mat
- Chlorella: Tio tabletter tre gånger dagligen, ej med mat. Om du inte tagit chlorella förr så börja med en tablett och fortsätt till tio när det känns bra (inga utrensningssymtom). Om du börjar med en tablett så kan du göra det samtidigt som du börjar med pre detox. Annars efter tio dagar med full dos
- Mögelkomplex: Trettio droppar tre gånger dagligen i en dl vatten. Ej med mat
- Maintenance cleanse: Fem kapslar uthållt i fyra dl vatten. Släng kapslarna när ni hållt ut innehållet i en shaker. Drick direkt. Om smaken är för illa så går det bra att skölja ner kapslarna som de är
- Aktivt kol: Åtta kapslar (2000mg) på kvällen. Inget förutom vatten en timme före och två timmar efter intag av kolet.
- Kost: Försök äta minst 50% raw food i form av frukt, sallad och grönt. Uteslut socker, mejeri, koffein, gluten och processad mat. Inta inget som eventuellt kan ha mögel i sig som tex kaffe och vissa nötsorter. Inta fyra-fem paranötter, innehåller selen som är bra vid detox.
- Inta extra vitlök i maten
- Vattenfasta några dagar
- Drick mycket vätska under hela detoxen
- Sanera boendet helt från mögel, inkl tvättning av kläder, sängkläder, duschdraperi, prylar med mera
- Om det blir stopp i tarmen så minska på intag av kolet eller gör ett uppehåll. Inta örter för att få igång tarmen. Alternativt magnesium, höga doser c vitamin

- Övriga tillskott som kan va bra vid detox av mögel: Maria tistel, vitamin c, bitterörter, nac, spirulina klorofyll, Q10, glutatione med flera
- Pre detox och mögelkomplex är modertinkurer. Ekologiska och färska
 - Pre detox innehåller: Gurkmeja, maskroslöv och rot, snärjmåra och mahoniabuske
 - Mögelkomplex innehåller: Vild vitlök, oreganolja, maskroslöv och rot, echinacea angustifolia och rhodiola

Denna detox bör göras tills du är symtomfri