

# Orthomolekulare Darmpflege

Lebensfreude beginnt im Darm



Bei den meisten Menschen ist der Darm seit Jahren belastet. Nach und nach können sich über einen undichten Darm (Leaky Gut) Krankheiten im Magen-Darm-Trakt z. B. Allergien entwickeln. Die Regeneration und Gesundung des Darms benötigen jedoch etwas Zeit. Unsere drei Phasen der Darmpflege sind optimal abgestimmt und bauen aufeinander auf. In den meisten Fällen zeichnet sich schon während der ersten Phase eine Zunahme der Lebensfreude und spürbare Besserung des Allgemeinbefindens ab.

## 1. Phase

### REHA 1 Allgemeiner Zellschutz Unterstützt den Säure-Basen-Haushalt\*

Lachsöl, Spurenelemente,  
Vitamin B-Komplex plus, Magnesium-Calcium

## 2. Phase

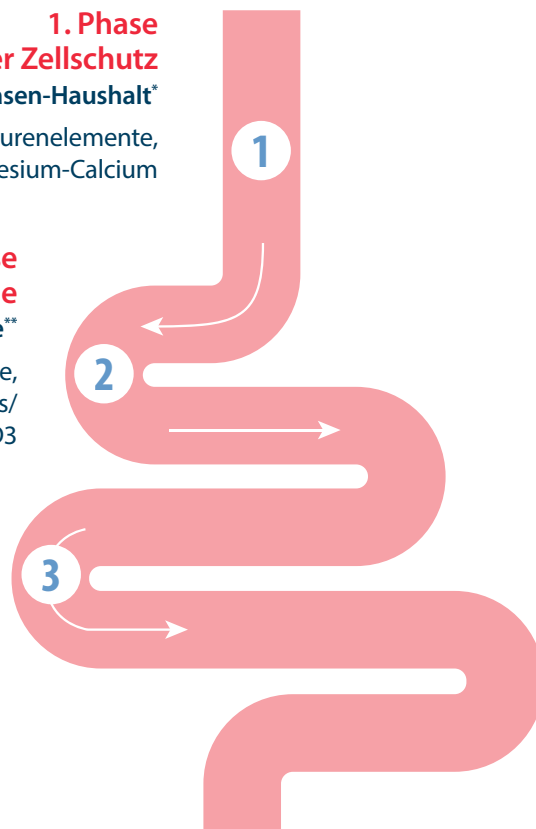
### ODS 1A Dünndarmpflege Erhält die Schleimhäute\*\*

Schwarzkümmelöl, Vitamin AE + Lycopin, Kalium spe,  
3-Symbiose mit je  $10^9$  Bifidobacterium lactis/  
Lactobacillus acidophilus, Zink, Folsäure, Vitamin B12, D3

## 3. Phase

### ODS 2 Dickdarmpflege Für eine gesunde Verdauung\*\*\*

Lachsöl, Schwarzkümmelöl,  
Magnesium-Calcium,  
3-Symbiose plus mit je  $10^9$  Bifidobacterium  
bifidum/Lactobacillus acidophilus/  
Enterococcus faecalis,  
Folsäure, Vitamin B5, B6, B12, D3



\* Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei.

\*\* Vitamin A trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei. Zink trägt zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel bei. Vitamin D und Zink haben eine Funktion bei der Zellteilung.

\*\*\* Calcium trägt zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei. Vitamin B6 trägt zu einem normalen Eiweiß- und Glycogenstoffwechsel bei.



### Verzehrempfehlung für die orthomolekulare Darmpflege in 3 Phasen

#### 1. REHA 1

Produkt	Verzehrempfehlung pro Tag
Lachsöl	2x 2 Kapseln vor dem Essen
Spurenelemente	1 Kapsel zum Essen
Vitamin B-Komplex plus	1 Kapsel zum Essen
Magnesium-Calcium	2x 2 Kapseln nach dem Essen

#### 2. ODS 1A

Produkt	Verzehrempfehlung pro Tag
Schwarzkümmelöl	2x 2 Kapseln vor dem Essen
Vitamin AE + Lycopin	1 Kapsel vor dem Essen
3-Symbiose	1 Kapsel zum Essen
Kalium spe	2 Kapseln zum Essen

#### 3. ODS 2

Produkt	Verzehrempfehlung pro Tag
Lachsöl	2x 2 Kapseln vor dem Essen
Schwarzkümmelöl	2x 2 Kapseln vor dem Essen
3-Symbiose plus	1 Kapsel zum Essen
Magnesium-Calcium	2x 2 Kapseln nach dem Essen

Bei dieser Empfehlung handelt es sich um ein Konzept für gesunde Menschen. Sollten Sie unter Vorerkrankungen leiden, stimmen Sie sich bitte stets mit Ihrem Therapeuten ab.

**Peter-Hansen Volkmann**  
Arzt für Allgemein- & Sportmedizin, Naturheilverfahren,  
Experte für Regulationsmedizin

“ Für mich steht der Darm im Zentrum unserer Gesundheit. Ob Immunsystem, Stoffwechsel oder Psyche – eine gepflegte Darm-Hirn-Achse ist die Basis unserer Lebensfreude!

**Hinweis:** Nach dem Verbrauch der ersten Kapselsorte, spätestens jedoch nach 30 Tagen, wird in die nächste Phase gewechselt. Die übrigen Kapseln aus dem vorhergegangenen Schritt können in der nächsten Phase weitergenommen oder nach Abschluss aller 3 Schritte während der Stabilisierungsphase verzehrt werden.