



Ernährung

So gefährlich ist Milch wirklich

Sorgt dank Kalzium für starke Knochen, kräftigt die Muskeln und versorgt uns mit Vitaminen, heißt es: Milch galt aufgrund ihrer gesunden Inhaltsstoffe lange als Wundergetränk. Viele Ernährungsexperten hinterfragen aktuell jedoch, ob das tierische Getränk tatsächlich so gut ist wie sein Ruf. So stellen verschiedene Studien fest, dass Milchtrinker eher zu Akne und Hautproblemen, Osteoporose oder Verdauungsbeschwerden neigen. Allerdings gibt es auch Studien, die gesundheitliche Vorteile durch den Konsum von Milch nahelegen. So fanden Forscher beispielsweise heraus, dass Milch, regelmäßig getrunken, das Risiko für Darm- und Brustkrebs senkt.

Der ALCAT Test für Nahrungsmittel-Intoleranz ist Ranglisten-Erster

Der ALCAT TEST ist ein Bluttest zur Identifizierung der Nahrungselemente, welche die Immunbalance und die Gesundheit stören. Das Verfahren basiert auf rund 30 Jahren Forschung, Entwicklung und klinischem Erfolg und wird für die gesundheitliche Prävention und als Grundlage einer Behandlung empfohlen. Viele Patienten erfuhren durch den ALCAT TEST einen überdurchschnittlich positiven gesundheitlichen Nutzen bei entzündungsbedingten und chronischen Beschwerden.

Ein aktiviertes Immunsystem kann, auf Grund von Nahrungsmittel-Intoleranzen, die Ursache sein für

- Magen-Darm-Beschwerden
- Übergewicht
- Hautprobleme
- Menstruationsprobleme
- Schwangerschaftsdiabetes / Wassereinlagerungen
- Beschwerden beim Stillen & Abstillen
- Probleme während der Wechseljahre / Menopause
- Migräne

Im Falle einer Nahrungsmittel-Intoleranz ist die zelluläre angeborene Immunabwehr gegen normalerweise harmlose Lebensmittel gerichtet. Werden diese Immunreaktionen nicht gestoppt, können die heftigen biochemischen Prozesse in den Zellen zu schleichenden chronischen Entzündungen führen.

Es können mit nur einer Blutabnahme bis zu 400 Substanzen rund um die Ernährung abgeklärt werden.

Eine Lebensmittelauswahl, die mit Ihrer persönlichen Veranlagung im Einklang steht, kann Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden optimieren.