



## Топ список антипаразитарных и противогрибковых продуктов

Практически все люди заражены паразитами. Это заявление некоторых медиков и не связанных с наукой и медициной людей, посвятивших себя изучению проблемы паразитов, может повергнуть в шок. Но еще больше шокируют факты, которые приводят ученые исследователи, касаясь последствий заражения паразитами. Они связывают страшные заболевания, такие как рак, инфаркт, инсульт и диабет именно с наличием паразитов в больном организме, определяя их как возбудителей болезни.

### 1. Масла

- 1.1 Тыквенное
- 1.2 масло тмина
- 1.3 Льняное

### 2. Специи

- 2.1 горчица
- 2.2 перец
- 2.3 Карри
- 2.4 Тмин
- 2.5 Зира

**2.6** Куркума

**2.7** Корица

**2.8** Гвоздика. справляется с плоскими, ленточными и круглыми червями;

### **3. Травы**

**3.1** листья грецкого ореха

**3.2** Стевия

**3.3** Чабрец

**3.4** Корень аира.

**3.5** Корень алтея

**3.6** Пижма. эффективна практически от всех видов паразитов, но эта трава является ядовитой, поэтому употребляя ее, следует строго соблюдать дозировку;

**3.7** Полынь. является наиболее популярным средством от глистов, трава эффективно борется с аскаридами и острицами;

**3.8** Крапива. может уничтожить паразитов, которые обосновались в кишечнике и легких

**3.9** Цветки календулы являются мощным антигельминтным средством;

### **4. Продукты**

- 4.1** Лук
- 4.2** Чеснок
- 4.3** Хреновина, хрен
- 4.4** Грибы лисички в них присутствует вещество, которое отрицательно сказывается на состоянии яиц глистов. Хиноманноза разрушает личинки гельминтов, а также убивает половозрелых особей.
- 4.5** Гриб шиитаке
- 4.6** Черемша (колба)
- 4.7** Тыквенные семечки
- 4.8** Семена льна
- 4.9** Имбирь
- 4.10** Гранаты, сок граната
- 4.11** Свежая зелень (руккола, кинза, укроп)
- 4.12** Редька
- 4.13** Цитрусовые : лимон, грейпфрут, апельсин
- 4.14** Ананас. Ананас представляет собой эффективное средство от глистов. В его состав входит бромелайн – вещество, которое может полностью очистить организм от ленточных червей,

## **5. Правила при организации детокс питания :**

- 5.1** 1 Мясная пища, молочные продукты и рыба способствуют

активному размножению гельминтов.

- 5.2** 2 Вместо чая и кофе лучше пить травяные отвары, которые готовят из полыни, чабреца, алтея.
- 5.3** 3 Красители и консерванты лучше не употреблять в пищу.
- 5.4** 4 Сахар заменить медом.
- 5.5** 5 Соль лучше заменить на морскую розовую гималайскую и сократить ее потребление.
- 5.6** 6 В меню должны быть включены термически необработанные овощи и свежие фрукты.
- 5.7** 7 Нельзя переедать, питание должно быть дробным.

Необходимо иметь в виду и такой факт, что никакие продукты не помогут избавиться от паразитов, если человек не будет соблюдать гигиену. Овощи и фрукты перед употреблением нужно тщательно промывать, зелень с грядки обдавать кипятком или замачивать в растворе соды на 10мин перед употреблением, не употреблять в пищу плохо проваренное мясо или рыбу. Если есть признаки паразитов и грибов, необходимо пройти чистку организма по комплексной программе. И для профилактики чиститься раз в полгода.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?