Боремся с условно-патогенной флорой (грибы и глисты) и полностью восстанавливаем главный орган, контактирующий с внешней средой – ЖКТ.

Для этого пригодится [**набор – ЖКТ как основа**](http://nsp.com.ru/catalog/body/64411), и 3 месяца неспешной работы.

В течение 1, 2 и 3 этапов придерживайтесь низкоуглеводного питания. Без него программа теряет 50% эффективности.

***Разрешается****- любое количество мяса, птицы, рыбы, креветки, все бобовые, орехи сырые (кроме арахиса), ягоды, фрукты (нельзя виноград, бананы), овощи (нельзя картошку, варёной свеклу), любые масла, яйца, мед (1 ч.л.),* [***стевия***](http://nsp.com.ru/catalog/body/1386)*, кефир домашний на флоре.*

***Нельзя****– крупы, кисломолочные продукты (кроме домашней простокваши и йогурта), сухофрукты, хлеб (никакой), булки, шоколад, сахар.*

**["Здоровье ЖКТ как ОСНОВА"](http://nsp.com.ru/catalog/body/64411)**

**1 этап.**

**Подготовка к реабилитации желудка и 12-перстной кишки
(курс 10-15 дней)**

[**Paud`Arco**](http://nsp.com.ru/catalog/body/514)- 2-3 капсулы заварить в стакане кипятка, дать остыть до температуры прохладного чая, добавить 1 ч. л. [**Chlorophyll liquid**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1580)– выпить за 30-40 мин. до завтрака, обеда и на ночь.

Если так не приятно пить – просто глотайте капсулу и запивайте тёплой водой

[**BifidophilusFloraForceNSP**](http://nsp.com.ru/catalog/body/4100)- по 1 капсуле на ночь

**2 этап.
Собственно - реабилитация желудка
(курс 20 дней)**

[**H-pFighter**](http://nsp.com.ru/catalog/body/917)- по 1 капсуле за 20-30 мин. до завтрака, обеда и на ночь, запивая раствором – 1 ч. л. на 1 стакан воды – [**ChlorophyllLiquid**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1580).

[**По д арко**](http://nsp.com.ru/catalog/body/514) допиваем из предыдущего этапа

Хлорофилл по 1 ст л в 1 литр воды – попивать в течение дня на всех последующих этапах программы

[**BifidophilusFloraForceNSP**](http://nsp.com.ru/catalog/body/4100)- по 1 капсуле на ночь

**3 этап.
Подготовка к реабилитации кишечника
(курс 15 дней)**

[**Caprylic Combination**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1808)- по 2 капсулы 3 раза в день с едой

Допиваем **H-pFighter по 1 3 раза тоже с едой из предыдущего этапа**

[**Чеснок**](http://nsp.com.ru/catalog/body/292) (супер чеснок) – по 1 3 раза (его нет в наборе, надо докупить)

[**Чёрный орех**](http://nsp.com.ru/catalog/body/90) по 1 3 раза (его нет в наборе, надо докупить)

[**BifidophilusFloraForceNSP**](http://nsp.com.ru/catalog/body/4100)- по 1 капсуле на ночь

**Сайт заказа продукции по России -** [**http://nsp.com.ru/**](http://nsp.com.ru/)

**4 этап.
Программа лимфодренажа
(21 день)**

1. Утро (или любое другое время перед нагрузкой) – 20 капель [**Лимфатик Дренаж**](http://nsp.com.ru/catalog/body/3171)(его нет в наборе Реабилитация ЖКТ – надо докупить) в стакане воды (разжижает пространство между клетками, облегчает отток лимфы). Для усиления программы **-**[**протеаза**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1841)(это по желанию – усилит программу) по 2 капсулы натощак. Она расщепляет белковый межклеточный мусор, облегчая его вывод по путям лимфооттока.
После приёма лимфатик дренаж у нас есть 45 минут, чтобы попотеть - это может быть сауна, пробежка, фитнес-зал или просто уборка (я выхожу на пробежку). Для чего? Чтобы облегчить отток лимфы. Ведь она движется вопреки силе гравитации снизу верх через всё тело до подключичной зоны.
Что происходит в течение этих 45 минут:
лимфа оттекает от тканей, попадая во всё более крупные лимфопротоки, в подключичной области выбрасывается в венозное русло, эта кровь проходит через печень, печень собирает токсины, связывает их и в виде желчи выбрасывает в двенадцатиперстную кишку. А там эти токсины надо «словить и обезвредить».
2. Одна чайная (со временем десертная) ложка [**ЛОКЛО**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1346)**,** но начинайте с 1 чайной (это смесь растворимых и нерастворимых волокон) плюс стакан воды через 45 минут после приёма Лимфатик Дренажа.

Локло «обнимет» все токсины и больше не отпустит, а выведет из организма.

3. Через 30 минут можно покушать, добавив 1 капсулу [**Бердок**](http://nsp.com.ru/catalog/body/140)(репейника) для ещё большего желчегонного эффекта. [**Бердок**](http://nsp.com.ru/catalog/body/140) необходимо добавлять к каждому приёму пищи (по 1 капсуле 3 раза в день). Внимание! если у Вас камушки в желчном пузыре - Вам [**лецитин**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1661) по 2 капсулы 2 раза в день между приемами пищи. Бердок при ЖКБ не используйте, чтоб не спровоцировать движение камней.

4. Кислые среды всегда вязкие, если «ощелачивать» кровь, лимфу, то наши внутренние жидкости перестанут быть болотами, а станут бурными горными речками! Поэтому в течение дня выпиваем должное количество воды с добавлением [**хлорофилла**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1580). Должное – это масса тела умноженная на 0.03.

[**BifidophilusFloraForceNSP**](http://nsp.com.ru/catalog/body/4100)- по 1 капсуле 2 раза в день один раз с [**локло**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1346), другой раз на ночь

**Сайт заказа продукции по России -** [**http://nsp.com.ru/**](http://nsp.com.ru/)

**То есть для заказа нужно:**

[**Набор ЖКТ как основа**](http://nsp.com.ru/catalog/body/64411),

[**Чеснок**](http://nsp.com.ru/catalog/body/292) с 2 этапа

[**Чёрный орех**](http://nsp.com.ru/catalog/body/90)по 1 3 раза

[**Лимфатик дренаж**](http://nsp.com.ru/catalog/body/3171) с 4 этапа

[**Протеаза**](http://nsp.com.ru/catalog/body/1841) (по желанию) с 4 этапа

**Сайт заказа продукции по России -** [**http://nsp.com.ru/**](http://nsp.com.ru/)