

СЕРИЯ МИНИ-КУРСОВ  
«ПОМОГИ СЕБЕ САМ»

# МИНИ-КУРС «ДИАБЕТИЧЕСКИЙ»

Здоровья желает Вам  
программа "Помоги себе сам"!!



**СОСТАВ НАБОРА:**  
бальзам «Жизненный поток+» - 2 шт.,  
бальзам «Диабалюкс+» - 2 шт.

**Цель курса:** нормализация функции поджелудочной железы, стабилизация уровня сахара в крови (диабет 2 типа).

**ВАЖНО! Помнить о воде!  
СЛЕДИТЬ ЗА УРОВНЕМ САХАРА  
В КРОВИ!**



Занимаясь очищением организма, мы с вами должны помнить, что выведение шлаков, токсинов и других продуктов метаболизма и продуктов белкового распада происходит через жидкие среды – через межклеточную жидкость, лимфу, кровь, даже через кишечник с каловыми массами, через мочевыводящие пути. **Поэтому начинаем:**

- питьё воды и изменение рациона питания,
- соблюдение диеты (употребление в пищу медленных углеводов),
- активный образ жизни (прогулки, ходьба, зарядка, плавание).

### **ПРОХОЖДЕНИЕ МИНИ-КУРСА:**

**1 день:** экстренное очищение кишечника **сульфатом магния** (подробная схема проведения в брошюре «Путь к самому себе. 1 часть»). В некоторых случаях можно не проводить экстренное очищение.

**2 – 21-й день (20 дней):** прием бальзама **«Жизненный поток»**, по 1- 2 ч.л. с водой, 2 раза в день.

**22 – 42 день (20 дней):** прием бальзама **«Диабалюкс+»**, по 2 ч.л., 2 раза в день, за 20-30 минут до еды.

Во время прохождения курса, желательно подключить проведение **солевых ванн** (с добавлением фитоэкстракта «Релакс») – 8-10 ванн через день. На ванну растворить от 1 до 1.5 кг морской соли, температура воды от 37 до 38 градусов. Время приема до 20 минут. Ванну лучше делать перед сном. После ванны – **ипликатор Кузнецова**, желательно на всю спину не менее 40 минут. Рекомендуется проведение **2-3 курса в год**. Для контроля прохождения курса воспользуйтесь трекером на обороте.

## ПОДДЕРЖКА ОРГАНИЗМА ВО ВРЕМЯ МИНИ-КУРСА:

1. Снять нагрузку с печени и облегчить работу поджелудочной железы можно с помощью **чая из солянки холмовой и стевии**. Лучшее время для приема чая – с 19-00 до 21-00.
2. Помочь мочевыделительной системе можно с помощью **настоя петрушки**: 1 ст.л. нарезанной свежей петрушки или 1 ч.л. сухой заварить 1 стаканом горячей воды, укутать, настоять 20 минут, процедить, пить теплым. 1-2 стакана в день (утром за 15-20 минут до завтрака и около 19-00). Пить 2 недели.
3. Включить в рацион ежедневно: **1 стакан воды + 1 ч.л. рапы**.
4. Помнить о том, что при проведении программы очищения организма возможны обострения в виде высыпаний на коже, болей в мышцах и другие. Это значит, что **организм включился в работу** по восстановлению здоровья. При ярко выраженных обострениях необходимо прервать программу, по возможности переждать обострения, при необходимости воспользоваться лекарственными препаратами или обратиться к врачу, затем снова продолжить программу.
5. Во время проведения мини-курса рекомендуется включить в программу прием бальзама **«Полифит-М»** (по 1 ч.л. – 3 раза в день) – 21 день.
6. Между курсами рекомендуется принимать препарат **Альга Хелиантус** – природный противодиабетический комплекс, сочетающий свойства регулятора углеводного обмена и пребиотика.

## РЕЦЕПТ СНИЖЕНИЕ УРОВНЯ САХАРА В КРОВИ ОТ АЛЕКСЕЕВА А.Е.:

3-4 стручка корицы измельчить, добавить 1 литр холодной воды и томить 25 минут. Вылить в термос, добавить пол лимона (порезать) и 1 столовую ложку меда - в термосе настаивать ночь.

Выпить в течение следующего дня.

**Питье воды:** с завтрашнего дня и до тех пор, пока живы, Вы начинаете пить чистую, некипяченую, желательно структурированную воду. Это может быть талая вода, настоянная на кремнии. Это может быть обычная вода, пропущенная через водоочищающий фильтр, в основе которого – трековая мембрана. Вода разжижает кровь, очищает лимфу, выводит шлаки и токсины из организма. Пить надо глоточками, капельно, а не залпом. Именно такой прием позволяет равномерно распределяться воде по всему организму. Начинать пить надо с двух стаканов в день и постепенно довести до 2-х литров (при весе 60-70 кг), 2,5 (71-100 кг).

**Рацион питания:** важно отказаться от сладостей и изделий из белой муки. Отдать предпочтение слабосоленой морской рыбе, икре. Разрешаются растительные нерафинированные масла, кисломолочные продукты (но без приставки "био"). Разрешается 1-2 яйца в неделю, сваренное "в мешочек", овощные супы на бульоне из бобовых (гороха, фасоли, чечевицы), особенно настоянные. Также в рацион можно добавить тушеные или запеченные овощи, хлеб из муки грубого помола, ограниченно любые зерновые каши, особенно из цельного зерна, кроме гречки.

## ТРЕКЕР МИНИ-КУРСА

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

## СВЯЖИТЕСЬ С НАМИ

**Справки по тел.**

8 (800) 301-6601,

+7 (925) 514-4423, +7 (968) 371-4311

**Консультация врача:**

понед., ср., с 11-00 до 13-00 ч.

по телефону +7 (916) 596-2815 (МТС).

**Адрес:** г. Москва,

пр. Серебрякова, д. 2, корп. 1, этаж 4

[tv-pss.ru](http://tv-pss.ru)