

KORISNE INFORMACIJE

Vanja Kovačić

099 197 0568

www.natura-naturans

Klistir od kave

Na 1 litru vode staviti 3 jušne žlice obične mljevene kave (po mogućnosti organskog uzgoja)
(ne instant kava, ne nescafe isl.)

Kava treba ca 3-5 minuta ključati, nakon toga smanjiti temperaturu i biti još ca. 15 minuta na laganoj vatri. Procijediti tekućinu, primjeniti kad se temperatura spusti na ca. 40°C.

Poželjno je prije kavenog klistira napraviti jedan klistir sa sodom bikarbonom.

Preporuča se zadržavanje kavenog klistira u tijelu ca 10-15 minuta.

Osnovni cilj kavenog klistira je jaka stimulacija jetre!

(poticanje stvaranja glutathion-a)

Nakon klistira, poželjno je unesti kvalitetno ulje, za njegu zadnjeg dijela debelog crijeva
ELDI ulje, razne recepture mini uljnih klistira, čepići