

Bekämpfen Sie Candida im Darm mit natürlichen Heilmitteln

Candida oder Candida albicans ist eine natürliche Hefe, die in Ihrem Darm lebt und wächst. Es ist eine einzellige Hefe, die im Wesentlichen eine Art Pilz ist, und es ist nur eine Art von mehreren hundert verschiedenen Arten von Mikroorganismen, die im Darm leben. Im Allgemeinen stellt das Vorhandensein dieser Mikroorganismen keine Gefahr für unsere Gesundheit dar, aber wenn ein übermäßiges Wachstum von Candida auftritt, kann eine ernsthafte Erkrankung, die als Candidiasis bekannt ist, die Folge sein. Symptome, auf die Sie achten sollten Leider gibt es eine Vielzahl von Symptomen, die das Vorhandensein von Candidiasis begleiten können, was die Diagnose …



Candida oder Candida albicans ist eine natürliche Hefe, die in Ihrem Darm lebt und wächst. Es ist eine einzellige Hefe, die im Wesentlichen eine Art Pilz ist, und es ist nur eine Art von mehreren hundert verschiedenen Arten von Mikroorganismen, die im Darm leben. Im Allgemeinen stellt das Vorhandensein

dieser Mikroorganismen keine Gefahr für unsere Gesundheit dar, aber wenn ein übermäßiges Wachstum von Candida auftritt, kann eine ernsthafte Erkrankung, die als Candidiasis bekannt ist, die Folge sein.

Symptome, auf die Sie achten sollten

Leider gibt es eine Vielzahl von Symptomen, die das Vorhandensein von Candidiasis begleiten können, was die Diagnose etwas schwierig macht. Sollten Sie eines dieser Symptome bemerken, insbesondere wenn Sie unter den meisten oder allen leiden, konsultieren Sie Ihren Arzt für eine gründliche Untersuchung. Es ist nie eine gute Idee, zu versuchen, sich selbst zu diagnostizieren.

- Blähungen
- Chronische Müdigkeit oder Muskelschwäche
- Depression
- Reizdarmsyndrom
- Gelenkschmerzen
- Unterbauchschmerzen
- Soor
- Infektion der Harnwege

Candida wird am häufigsten bei Frauen diagnostiziert, aber auch Männer sind gefährdet, daher sollte sich jeder bewusst sein, wie ernst eine Candida-Wucherung sein kann.

Einer der Gründe, warum dieser Zustand in der modernen Gesellschaft so weit verbreitet ist, ist der Überfluss an raffinierten Kohlenhydraten und Zucker in unserer Ernährung. Warum ist das so ein Problem?

Wenn wir zuckerhaltige Lebensmittel essen, fermentiert Candida in unserem Darm, wodurch Kohlendioxid entsteht. Dies führt zu Blähungen, Blähungen und allgemeinen Bauchbeschwerden. Außerdem werden Alkohol und andere Chemikalien produziert, die die Darmschleimhaut reizen. Das Endergebnis dieser Kette

von Ereignissen ist entweder Durchfall oder Verstopfung.

Es ist wichtig zu beachten, dass Candida sich im ganzen Körper ausbreiten kann und nicht nur auf Ihren Darm beschränkt ist. Wenn sich Candida in Ihrem Körper ausbreitet, beginnt sie, immer größere Mengen toxischer Nebenprodukte zu produzieren. Diese Nebenprodukte haben eine schreckliche Wirkung auf den Körper und verursachen eine Vielzahl von psychischen und physischen Symptomen.

Natürliche Heilmittel

Wenn Sie Candida haben (oder vermuten, dass Sie es haben), gibt es einige positive Schritte, die Sie unternehmen können, um dieses ernsthafte Gesundheitsproblem zu kontrollieren und schließlich zu beseitigen. Eines der ersten Dinge, die Sie tun sollten, ist, Ihre Kohlenhydrat- und Zuckeraufnahme zu reduzieren. Für viele Menschen ist dies nicht einfach, daher kann es erforderlich sein, viele der Lebensmittel oder Getränke, an die Sie gewöhnt sind, schrittweise zu reduzieren.

Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn Sie Ihre Ernährung schrittweise umstellen müssen. Die Realität ist, dass allmähliche Veränderungen im Allgemeinen dazu neigen, uns langfristig beizubehalten, während plötzliche Ernährungs- und Lebensstiländerungen dazu führen, dass wir uns benachteiligt fühlen und normalerweise scheitern.

Sie sollten versuchen, Milchprodukte und Lebensmittel, die Hefe enthalten, zu eliminieren, da diese Produkte nur dazu dienen, Ihren Zustand zu verschlimmern. Also, was soll man essen? Die besten Dinge, die Sie Ihrer Ernährung hinzufügen können, sind Salate, frisches Gemüse (aber kein stärkehaltiges), Fisch, Hühnchen und rotes Fleisch. Wählen Sie nach Möglichkeit Bio-Lebensmittel, damit Sie vermeiden können, die Antibiotika zu konsumieren, die einigen Lebensmitteln, insbesondere Fleisch, zugesetzt werden.

Eine andere Sache, die Sie tun sollten, ist, einige Nahrungsergänzungsmittel einzunehmen, die entwickelt wurden, um Menschen zu helfen, die an Candida-Überwucherung leiden. Grapefruitkernextrakt, Aloe Vera Saft, Acidophilus und Mariendistel sind ausgezeichnete Nahrungsergänzungsmittel zur Beseitigung dieses Problems. Sie sollten auch versuchen, jeden Tag viel Wasser zu trinken, um die angesammelten Giftstoffe aus Ihrem Körper zu entfernen.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki