

## Natürliche Lebensmittel, die Parasiten abtöten

Es gibt viele natürliche Lebensmittel, die Parasiten abtöten können, ohne dass schädliche Medikamente verwendet werden müssen, die schwere Nebenwirkungen haben können. Dies sind natürliche Nahrungsmittel, die dazu beitragen, eine Umgebung zu schaffen, in der sich die Parasiten unwohl fühlen und daher gezwungen sind, zu sterben oder den Körper zu verlassen. Parasiten können im Körper nur überleben, wenn die Umgebung zu ihnen passt.

Ist dies einmal verstanden, erscheint die Aufgabe, Parasiten abzutöten, nicht mehr so unerschrocken. Kräuter und Gewürze Es gibt viele Kräuter und Gewürze, die in den Lebensmitteln verwendet werden können, um Parasiten abzutöten. Dazu gehören Nelken, Knoblauch, Wermut, Schwarznuss, &hellip;



*Salbei*

Es gibt viele natürliche Lebensmittel, die Parasiten abtöten können, ohne dass schädliche Medikamente verwendet werden müssen, die schwere Nebenwirkungen haben können. Dies sind

natürliche Nahrungsmittel, die dazu beitragen, eine Umgebung zu schaffen, in der sich die Parasiten unwohl fühlen und daher gezwungen sind, zu sterben oder den Körper zu verlassen. Parasiten können im Körper nur überleben, wenn die Umgebung zu ihnen passt. Ist dies einmal verstanden, erscheint die Aufgabe, Parasiten abzutöten, nicht mehr so unerschrocken.

## **Kräuter und Gewürze**

Es gibt viele Kräuter und Gewürze, die in den Lebensmitteln verwendet werden können, um Parasiten abzutöten. Dazu gehören Nelken, Knoblauch, Wermut, Schwarznuss, Kreuzkümmel, Kümmel, Rosmarin, Salbei, Ingwerwurzel, Katzenminze, Zimt und Cayennepfeffer.

Je nach Vorliebe können diese Kräuter und Gewürze in Kräuter- oder Gewürztees, Salatdressings, Smoothies und in Rohkostsuppen eingearbeitet werden. Sie eignen sich auch hervorragend in Reis- und Bohnengerichten, gebackenem oder gedünstetem Gemüse sowie in Pfannengerichten.

## **Gemüse**

Gemüse ist auch ein ausgezeichnetes Nahrungsmittel, das Parasiten auf natürliche Weise abtötet. Kohl, Gurken, Karotten, Rüben, Zwiebeln und Blattgemüse sind reich an Ballaststoffen und anderen wichtigen Nährstoffen, die helfen, Parasiten abzutöten und aus dem Körper zu vertreiben. Peperoni sind auch sehr effektiv, da sie helfen, den Körper von innen zu erwärmen, was die Parasiten nicht mögen.

Um das Beste aus dem Gemüse herauszuholen, sollte es nicht zu lange gekocht werden, da dies die Nährstoffe verbraucht. Sie können leicht angebraten, gedünstet oder bei niedrigen Temperaturen gebacken oder noch besser roh gegessen werden.

## **Früchte**

Früchte haben einen hohen Zuckergehalt und sollten daher bis zu einem gewissen Grad vermieden werden, insbesondere in den ersten Wochen der Parasitenreinigung. Es gibt jedoch Früchte, die nachweislich bei der Bekämpfung von Parasiten helfen, darunter Papaya, Ananas und Tomaten.

Zitronensaft ist ebenfalls wirksam und kann mit Honig in einer Tasse Wasser eingenommen werden.

## **Saat**

Auch bestimmte Samen können helfen, insbesondere Kürbiskerne, Kümmel und Papayasamen.

## **Öle**

Avocados, Kokosöl und Rizinusöl sollen sehr effektiv bei der Vertreibung von Würmern aus dem Körper sein. Diese Öle können in Salatdressings, Smoothies und vielen anderen Lebensmitteln verwendet werden. Beim Kochen oder Anbraten ist Kokosöl eines der besten Öle, da es hohen Temperaturen standhalten kann. Es ist auch ein großartiges Öl zum Hinzufügen zu heißen oder kalten Smoothies für zusätzlichen Geschmack und eine reichhaltige Textur.

## **Flüssigkeiten**

Auch warme Tees und viel Wasser sind hilfreich, um die Parasiten aus dem Verdauungssystem und anderen Körperteilen auszuwaschen. Zu wenig Flüssigkeit kann zu Verstopfung führen, einer Umgebung, die die Parasiten lieben.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**