

# Ausleitung und Entgiftung

Ausleitung und Entgiftung, gerne zusammengefasst im Modewort „DETOX“ stellen immer mehr das zentrale Element einer naturheilkundlichen Therapie dar. Warum ist das so? Wir sind einer wachsenden Anzahl an Schadstoffen ausgesetzt. Sich ausgewogen und gesund zu ernähren ist schon fast eine Herausforderung geworden. Und wie sieht es mit der täglichen Bewegung aus? Und mit der nötigen Entspannung? Sehr häufig kommt es zu einer Überlastung der körpereigenen „Reinigungssysteme“ Haut, Darm, Lungen, Nieren, Leber um nur die Wichtigsten zu nennen. Toxine und Säureschlacken sammeln sich im Zellzwischenraum und blockieren Stoffaustausch und Zellstoffwechsel. Erfahren Sie in diesem Vortrag wie wichtig es ist, immer wieder Elemente der Ausleitung und Entgiftung in Therapiekonzepte zu integrieren.

