

bewegt.gesund

life in balance

Darmcheck

- **Haben Sie mehr als drei Monate unspezifische Beschwerden (Völlegefühl, Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall, Verstopfungen, Sodbrennen, Reizdarm)?**
- **Fühlen Sie sich müde, lustlos und abgeschlagen und leiden unter depressiven Verstimmungen?**
- **Haben Sie Schlafstörungen?**
- **Leiden Sie unter Hautproblemen, Allergien, Ekzemen und Cellulite?**
- **Haben Sie häufig Kopfschmerzen und Entzündungen?**
- **Wurden Stoffwechselstörungen wie z. B. Diabetes 2 bei Ihnen diagnostiziert?**
- **Leiden Sie unter Gelenkschmerzen, rheumatischen Erkrankungen, Arthrose, Osteoporose?**
- **Spüren Sie hormonelle Störungen wie Prämenstruelles Syndrom oder Regelschmerzen?**

Wenn Sie nur eine Frage mit Ja beantworten können, ist eine Störung der Darmmikrobiotika sehr wahrscheinlich. Ihr Säure-Basen-Haushalt ist in einer Dysbalance. Ein gesunder Organismus verfügt über eine Säure-Basen-Regulierung, die über die Nieren, die Haut und über Puffersysteme dafür sorgt, dass alle körperlichen Funktionen reibungslos ablaufen können. Wenn aber die Reserven der Puffersysteme aufgebraucht sind, kann es schleichend zu einer chronischen Übersäuerung kommen. Diese Übersäuerung führt zu Beschwerden, die die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können.

Bleiben Sie gesund.

Ihre Nicole Dohrwardt