

Supplementen ter ondersteuning

In mijn praktijk werk ik met de producten van doTerra. Dat zijn essentiële oliën die je kan innemen, op de huid kan gebruiken en kan verstuiven in een diffuser. Het zijn 100 procent biologische oliën en het is allemaal Fair Trade. Je kunt het inzetten tegen hoofdpijn, buikpijn, slapeloosheid, verstopte neus, pukkeltjes, wondjes, luizen enz enz.

Het is dus ideaal om te gebruiken bij ontgiftingsverschijnselen. Ik was af en toe duizelig en met een paar druppels lavendel en geranium verdween de duizeligheid als sneeuw voor de zon.

Er zitten ook schimmeldoders tussen zoals oregano. Dat is een hele krachtige! Je kunt het na je dieet inzetten ter voorkoming van een infectie als je weerstand verlaagd is.

DoTerra bevat ook een Cleanse and Restore programma. Een programma met supplementen met vitaminen, mineralen en schimmeldoders. Dat is meer iets voor een tijdje na je dieet. En ook de algemene oliën zijn fijn ter ondersteuning na je dieet.