

Das Lymphsystem transportiert unerwünschte Reizstoffe (Müll) aus unserem Gewebe über das Drainagesystem und unsere Ausscheidungswege. Es ist dafür verantwortlich, alle Abfall- und giftigen Stoffe aus unseren Organen und Geweben in unserem gesamten Körper, auch aus dem Gehirn, abzuleiten.

Die Lymphgefäße haben ein offenes Ende und erstrecken sich in Ihr Gewebe, um die Lymphflüssigkeit aufzufangen, die durch Ihr Gewebe gespült wird und Giftstoffe und Zelltrümmer entfernt. Die Knoten sind Filterzentren, in denen Bakterien und andere Infektionen bekämpft werden können, bevor die Lymphflüssigkeit zur Leber gelangt und dort zurückfließt, um weitere Gewebe zu reinigen. Sie haben etwa 2 Liter dieser Flüssigkeit, die durch Ihr Gewebe zirkuliert, um Sie gesund zu halten und Giftstoffe auszuscheiden, und es gibt etwa 600 Lymphknoten in Ihrem Körper (im Darm sind es rund 150 Lymphknoten), die sich um Infektionen aller Art kümmern.

Jeder, der mit entzündeten Lymphdrüsen zu kämpfen hat, leidet an Vergiftungen, chronischen Entzündungen und einem Mangel an Lymphdrainage.

Das Lymphsystem hilft, den Flüssigkeitshaushalt im Körper aufrechtzuerhalten, indem es überschüssige Flüssigkeit und Partikel aus dem Gewebe sammelt und im Blutkreislauf ablagert. Die Lymphflüssigkeit besteht zu 95 % aus Wasser und ist eine gelartige Flüssigkeit, die bei Abkühlung oder Stagnation dicker wird. Es besteht aus einer klaren, wässrigen Flüssigkeit, die Proteine, Salze, weisse Blutkörperchen, vor allem aber Lymphozyten enthält. Die MTHFR-Genmutation wird häufig dadurch verursacht, dass diese Flüssigkeiten nicht entgiftet werden können, was zu einer Ansammlung von Toxinen in den Zellen führt und dazu führt, dass die in den Körper aufgenommenen Nährstoffe nicht genutzt oder verarbeitet werden können. Die Stimulation/Zirkulation der Lymphe ist für eine optimale Gesundheit von entscheidender Bedeutung, da es sich im Wesentlichen um das innere Drainagesystem unseres Körpers handelt.

Was passiert, wenn Ihr Lymphsystem verstopft ist?

Diese Liste umfasst die meisten häufigen Symptome:

- Ermüdung
- Gewichtszunahme
- Kopfschmerzen
- Blähungen/Schwellungen
- Steifheit

- Kalte Hände und Füße
- Wasserrückhalt
- Hirnnebel
- Hautprobleme
- Geschwollene Drüsen
- Juckende und trockene Haut
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Cellulite
- Erkältungen, Halsschmerzen, Ohrenprobleme und chronische Sinusitis

Schauen Sie gut zu Ihrem Lymphsystem

Die etwas Faulen gehen zur Lymphdrainage-Therapie und erreichen nicht viel. Es schadet wenigstens nicht. Die Cleveren suchen Bewegung und nochmals Bewegung und ernähren sich gesund.

Mehr braucht es nicht. Und es ist besser als Detox-Pulver und was sonst noch angeboten wird.

Viele erschrecken sich ab der Einfachheit und vergessen, dass der Körper nur Bewegung, gesunde Ernährung und etwas Liebe braucht. Ach so, ja verzichten Sie auf Giftstoffe, wie Medikamente, unnötige Operationen und Bestrahlungen.