

InhibirelA®

ОБЩИ ПРЕПОРЪКИ

- В препоръчаните часове храната се усвоява най-добре, организмът се храни най-добре и не се пренатоварва с токсини от неусвоена храна. Прави се избор от препоръчаните за деня видове храни.
- Хранете се бавно, с любов, благодарност и наслада!
- Консумацията на протеини: месо, яйца, млечни продукти да се избягва в следобедните и вечерни часове.
- **Месо:** да се ограничи консумацията на месо и месни деликатеси до 1-2 пъти седмично – макс. 200 гр на седмица .
- **Яйца:** макс. 2-3 бр. седмично – твърдо сварени или на очи.
- **Млечни продукти:** Кашкавал – да се избягва, отделя токсини. Препоръчителни са сирене и кисело мляко.
- **Хляб и тестени:** винаги да се редува – пълнозърнест, типова, царевичен, ръжен, пшенично-ръжен хляб, спагети и макарони; по възможност да се изключи бял хляб и други тестени и сладкарски изделия.
- Да се избягва приема на грейпфрут по време на химиотерапия..
- **Подправки:** девесил, естрагон, джинджифил, майоран, черен пипер.
- **Салатите** се изкисват 20 мин в топла до гореща вода, след което се изплакват обилно със студена вода.
- **Други полезни напитки:** кафе, шипков чай, чаша червено вино или бира – до 3 пъти седмично.
- **ИнхибирелА®** – да се спазва препоръчаната дневна доза, съобразно съответната индикация на прием. Дневната доза да се разпределя на равни порции и да се приема на равни интервали през деня, непосредствено преди хранене.

InhibirelA®

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приемът на **ИнхибирелА®** в комбинация с програмата за лечебно хранене е препоръчителен в следните случаи:

- За детоксикация и укрепване на организма при онкологични и хематологични заболявания и особено след химиотерапия;
- За укрепване и засилване на имунната система и кръвта;
- При показания за артрити, ревматизъм, подагра;
- При лимфен застои и метаболитни нарушения;
- За подобряване на общото здраве.
- За пълноценно хранене и създаване на здравословни навици.

InhibirelA®

ПОНЕДЕЛНИК

Храна за черния дроб

07.00-09.00 Прясно изцеден сок/каша от зеле или краставица + сок от ½ лимон с леко препечен хляб; 50 гр пшеничен зародиш с чай, 1 ч.л. мед и сок от ½ лимон, или с кисело мляко.

11.00-13.00 Прясно нарязана краставица, залята със зехтин, лимонов сок, копър и магданоз, червен лук на колелца; Прясно приготвена супа – тип борш от следните добре сварени на умерен огън зеленчуци: прясно зеле, зелен боб, лапад и царевица; леко препечен царевичен хляб.

15.00 Ябълка

17.00-19.00 Салата от прясно нарязана краставица и предварително изкиснатата маруля, залети със сос от зехтин, лимонов сок и червен лук на колелца. Ястие със зеле или зелен боб.

Лечебно въздействие върху: панкреас, стомах, язва, рак, тумори

InhibirelA®

ВТОРНИК

Храна за кръвта

07.00-09.00 Прясно изцеден сок от банан, портокал, лимон с леко препечен хляб; 50 гр пшеничен зародиш с чай, 1 ч.л. мед и сок от ½ лимон, или с кисело мляко.

11.00-13.00 Салата от прясно нарязани домати, репички и/или червени чушки, заляти със зехтин, копър и магданоз (босилек), червен лук на колелца; Прясно приготвена супа – от коприва или спанак; пълнозърнест хляб.

15.00 Ябълка

17.00-19.00 Салата от прясно настъргана бяла ряпа (и хрян) залята със зехтин, лимонов сок и червен лук на колелца; Прясно приготвени печени червени чушки със доматиен сос, червен лук и чесън.

Лечебно въздействие върху: акне, очи, мозък, главоболие

InhibirelA®

СРЯДА

Храна за далака

07.00-09.00 Прясно изцеден сок от моркови или круши с леко препечен хляб; 50 гр пшеничен зародиш с чай, 1 ч.л. мед и сок от ½ лимон, или с кисело мляко.

11.00-13.00 Салата от прясно настъргани моркови, заляти със зехтин, копър и магданоз (босилек), червен лук на колелца; 1 твърдо сварено яйце с леко препечен хляб.

15.00 Ябълка, круша или пъпеш

17.00-19.00 Салата от прясно настъргани моркови, заляти със зехтин, копър и магданоз (босилек), червен лук на колелца с леко препечен хляб. Плодове.

Лечебно въздействие върху: запек, диария, храносмилане, бели дробове

InhibirelA®

ПЕТЪК

Храна за белия дроб

07.00-09.00 Прясно изцеден сок от малини, или домашно приготвен сироп малини или вишни, обикновени бисквити или кифла със сусам. 50 гр пшеничен зародиш с кисело мляко и плодчета.

11.00-13.00 Салата от прясно нарязани домати, заляти със зехтин, копър и магданоз (босилек), червен лук на колелца; Маслини; Задушен грах в масло и малко вода, подправен с магданоз, копър, и чесън с пълнозърнест хляб със сусам.

15.00 Череша, смокини, ягоди, малини, вишни, сини сливи

17.00-19.00 Салата от прясно нарязана краставица . Маслини; Ястие с грах.

Лечебно въздействие върху: щитовидна жлеза, бъбреци, зах. диабет

InhibirelA®

СЪБОТА

Храна за енергията

07.00-09.00 Прясно изцеден сок от грейпфрут и портокал; Покълнала пшеница или пшеничен зародиш 100 гр размесен с мед и счукани ядки и прясно мляко с какао. Кафе.

11.00-13.00 Салата от настъргани черна ряпа и червено зеле, овкусени със зехтин, копър, магданоз, и червен лук на колелца. Боб чорба или кьополу с препечен хляб залят с ленено масло и подправки.

15.00 Сушени плодове , орехи, бадеми, лешници, кестени

17.00-19.00 Салата от настъргани черна ряпа и червено зеле.

Ястие със зрял боб или патладжан.

Лечебно въздействие върху: артрит, ревматизъм, псориазис

InhibirelA®

НЕДЕЛЯ

Храна за духа

07.00-09.00 Прясно изцеден сок от цитрусови плодове с леко препечен хляб; Пшеничен зародиш 50 гр с чай, с 1 ч.л. мед, и сок от ½ лимон или с кисело мляко.

11.00-13.00 Ориз със стафиди (задуен или на фурна);

Чорба от леща без запръжка, подправена с чесън.

15.00 грозде, мандарини, портокали

17.00-19.00 Салата по избор. Ястие с ориз или леща.

Лечебно въздействие върху: гръб, гръбнак, сърце, възпаления

© 2013 **ИнхибирелА®** Спа26 Профешънъл ООД Всички права запазени!