

## ΔΙΑΙΤΑ ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΣΗΣ ΜΕ ΛΕΜΟΝΙ

Το σώμα διαθέτει τη θαυματουργή ικανότητα να αυτοκαθαρίζεται. Δυστυχώς πολλά από τα οποία καταναλώνουμε σήμερα στο δυτικό κόσμο είναι άχρηστα. Πολυάριθμα χημικά και τοξίνες έχουν εισαχθεί στο φυσικό περιβάλλον και εισχωρούν στο σώμα μας μέσω του αέρα που αναπνέουμε, του νερού που πίνουμε και της τροφής που τρώμε.

Η Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι, η οποία εφευρέθηκε πριν από πάνω από 30 χρόνια, είναι ένα εντελώς φυσικό πρόγραμμα καθαρισμού σχεδιασμένο να βοηθά στον περιορισμό δημιουργίας τοξινών στο σώμα και στην φυσική καύση του λίπους. Εξυμνείται σε όλο τον κόσμο για την αποτελεσματικότητά της και χρησιμοποιείται ευρέως από ιατρούς και θεραπευτές. Έχει γίνει ιδιαίτερα δημοφιλής στην Αυστραλία, την Ευρώπη, την Αμερική και την Ασία, όπου χιλιάδες χιλιάδων έχουν βιώσει τα καταπληκτικά **οφέλη της για την υγεία** και αξιοσημείωτη απώλεια βάρους.

Από καιρό σε καιρό κάθε μηχανή χρειάζεται μια γενική επιθεώρηση, κάθε σύστημα χρειάζεται έναν καθαρισμό και κάθε εργαζόμενος χρειάζεται ένα διάλειμμα. Τα σώματά μας δεν διαφέρουν σε αυτό. Η Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι ενισχύει την ικανότητα του οργανισμού να αυτοκαθαριστεί από τις συσσωρευμένες τοξίνες και βοηθά στην αποκατάσταση του βάρους ενώ κάνουμε διάλειμμα από τις στερεές τροφές. Απώτερος σκοπός της τροφής είναι η ενδυνάμωση του σώματος και η διατήρηση της υγείας, όμως πολλοί από εμάς έχουν μετατρέψει τη λήψη τροφής σε μία ολέθρια διαδικασία αποδυνάμωσης του σώματός μας και καταστροφής της υγείας μας.

Τα καταστήματα ειδών διατροφής αναφέρουν ραγδαίες αυξήσεις στις πωλήσεις του φυσικού σιροπιού **Madal Bal Natural Tree Syrup™** πάνω στο οποίο βασίζεται η **Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι** και οι διανομείς του σε **HB και Αυστραλία** επιβεβαιώνουν ότι οι παραγγελίες από 500 κουτιά το χρόνο έχουν εκτοξευθεί σε περισσότερα από 5.000 κουτιά το μήνα και συνεχίζουν να αυξάνονται.



Η **Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι** είναι μία από τις καλύτερες δίαιτες/θεραπείες αποτοξίνωσης στην Αυστραλία και το Χόλυγουντ. Διασημότητες όπως η Beyonce, η Tania Zaetta, και η **Angelina Jolie** το χρησιμοποίησαν για να αποκτήσουν γρήγορα λεπτή σιλουέτα για ταινίες ή για τελετές απονομών, όταν μία συνηθισμένη διαίτα απλά δεν ήταν αρκετή! Αυτή τη στιγμή είναι, μέσω προφορικής προπαγάνδας, το πιο διάσημο πρόγραμμα αποτοξίνωσης.

Η συμπαρουσιάστρια του Howard Stern **Robin Quivers** χρησιμοποίησε τη Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι, με την οποία εξαλείφθηκαν οι πόνοι στις αρθρώσεις και η κόπωση που την κατέβαλαν για περισσότερο από μία δεκαετία.

Η **Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι** είναι ένα εντελώς φυσικό, απλό και απολαυστικό μέσο για να αποκτήσει κανείς ένα πιο υγιές σώμα και μία καλύτερη ποιότητα ζωής. Είναι ασφαλής, αποτελεσματική, ενισχύει την ικανότητα του οργανισμού να αυτοκαθαρίζεται από τις συσσωρευμένες τοξίνες και βοηθά το σώμα να επανέλθει στο κανονικό βάρος.



Τα οφέλη που αναφέρθηκαν από πολλούς, οι οποίοι έχουν ολοκληρώσει τη Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι, περιλαμβάνουν τα εξής:

αθαρισμός του οργανισμού από τις τοξίνες  
πώλεια βάρους σε περίπτωση παχυσαρκίας: 3-6kg  
:ά μέσο όρο σε 10 ημέρες  
εγαλύτερη ανθεκτικότητα σε ασθένειες  
εγαλύτερη δύναμη της θέλησης και  
ιφασιστικότητα  
υξημένη συγκέντρωση και διαύγεια σκέψης  
ειωμένη εξάρτηση από συμπληρώματα και φάρμακα  
αθαρότερο δέρμα και μάτια

ιο λαμπερά μαλλιά και σκληρότερα νύχια  
αλύτερη διάθεση, πιο θετική θεώρηση  
[εγαλύτερη αίσθηση εσωτερικής γαλήνης  
αλύτερη πέψη & κυκλοφορία  
υξημένη ενέργεια και ζωντάνια  
ποσυμφόρηση

## Madal Bal Natural Tree Syrup

Η Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι παρουσιάστηκε αρχικά πριν από 50 χρόνια από τον επιτυχημένο και θρυλικό θεραπευτή, **Stanley Burroughs**. Την εποχή εκείνη το άφθονο σιρόπι από σφεντάμι κλάσης B ήταν το μόνο που χρησιμοποιείτο στο πρόγραμμα αποτοξίνωσης.

Στις αρχές της δεκαετίας του '80, με την πρόοδο της τεχνολογίας και της έρευνας, το φυσικό σιρόπι Madal Bal Natural Tree Syrup™ δημιουργήθηκε με την εμπειρία, συμβουλή και βοήθεια του **Stanley Burroughs** από μία ομάδα ειδικών από όλο τον κόσμο της οποίας ηγείτο ο Ελβετός ψυχολόγος Δρ. K.A. Beyer, και η οποία συμπεριλάμβανε τον Δρ. Meywald (ιατρό δυτικής και εναλλακτικής ιατρικής & ομοιοπαθητικής), τον Δρ. Raabe (ιατρό δυτικής και εναλλακτικής ιατρικής & αγιουρβεδικό ιατρό) και τον Δρ. Kumudini Weerawarna (αγιουρβεδικό ιατρό, φαρμακοποιό και βοτανολόγο).

Μετά από χιλιάδες τεστ και 5 εντατικά χρόνια ερευνών δημιουργήθηκε το **Madal Bal Natural Tree Syrup™** για να αντικαταστήσει το σιρόπι από σφεντάμι στο αρχικό μείγμα. Το νέο σιρόπι εφοδιάζει τον οργανισμό με υψηλότερα επίπεδα καλίου, ψευδάργυρου, βιταμίνης B, μαγνησίου, μαγανίου, νατρίου και ασβεστίου. Οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι το σιρόπι από σφεντάμι από μόνο του δεν υποστήριζε πλήρως τη διαδικασία καθαρισμού και προσδιόρισαν ότι όσο σημαντικός ήταν ο καθαρισμός του σώματος, άλλο τόσο σημαντικό ήταν να εφοδιάζεται ο οργανισμός με το υψηλότερο επίπεδο τροφής κατά τη διάρκεια της αποτοξίνωσης.

Το τελικό αποτέλεσμα είναι ένα άσπογα εξισορροπημένο μείγμα, το οποίο καλύπτει πλήρως όλες τις ανάγκες σε μεταλλικά και θρεπτικά στοιχεία κατά την εφαρμογή της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι.

Για δεκαετίες το απλό αυτό μείγμα χρησιμοποιείται επιτυχώς για τη θεραπεία πολυάριθμων παθήσεων. Είναι πραγματικά ένα Μεγαλοφυές Αποτοξινωτικό. Για 60 χρόνια η Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι χρησιμοποιείται από χιλιάδες ανθρώπους για τον περιορισμό της συσσώρευσης τοξινών και την αποκατάσταση της υγείας.

**Παρατηρήθηκε και κάτι ακόμα - όσοι ήταν υπέρβαροι, είχαν αξιοσημείωτη απώλεια βάρους.**

Το **Madal Bal Natural Tree Syrup™** είναι ένας συνδυασμός διαφόρων σιροπιών φοίνικα από την Νοτιοανατολική

Ασία και του καναδικού σιροπιού από σφεντάμι κατηγορίας Γ.

Το σιρόπι συλλέγεται με παραδοσιακές μεθόδους, υποβάλλεται σε επεξεργασία και συσκευάζεται εν θερμώ σε μία σύγχρονη εγκατάσταση στον Καναδά. Είναι 100% φυσικό προϊόν και δεν περιέχει σταθεροποιητές.

**Πώς να φτιάξετε το πόσιμο μείγμα της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι**

Η Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι είναι ένα πόσιμο μείγμα, το οποίο αποτελείται από το Madal Bal Natural Tree Syrup™, φρέσκο χυμό λεμονιού, πιπέρι καγιέν και νερό.

Όλα αυτά τα συστατικά είναι απαραίτητα για την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος.

Για ένα μείγμα 2 λίτρων (περίπου 6-9 ποτήρια), που είναι η συνιστώμενη ημερήσια δόση του αποτοξινωτικού ποτού:

- 140ml από το Madal Bal Natural Tree Syrup™,
- 3 ½ φρεσκοστυμένα λεμόνια
- 3 πρέζες πιπέρι καγιέν.



Αναμειγνύετε τα συστατικά και τα αραιώνεται με 2 λίτρα νερό.

Η ποσότητα του χυμού λεμονιού θα πρέπει να είναι περίπου ίση με την ποσότητα του σιροπιού στο μείγμα.

Μπορείτε να πιείτε το αποτοξινωτικό μείγμα λεμονιού κρύο, σε θερμοκρασία δωματίου ή ζεστό.

## Πόσο πρέπει να πίνω;

Κατά τη διάρκεια των βασικών και των βέλτιστων αποτοξινωτικών προγραμμάτων μπορείτε να πιείτε όσο επιθυμείτε. Ιδανική περίπτωση είναι 6 με 9 ποτήρια την ημέρα ή κάθε φορά που πεινάτε. Οι άνθρωποι που ασκούν έντονη σωματική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια του προγράμματος μπορούν να αυξήσουν την ημερήσια δοσολογία ή να προσθέσουν περισσότερο σιρόπι στο μείγμα τους.

Να θυμάστε ότι το πόσιμο μείγμα της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι είναι τροφή σε υγρή μορφή. Είναι δηλαδή θρεπτικό και προσφέρει ενέργεια. Παρέχει στο σώμα τα απαραίτητα μεταλλικά και θρεπτικά στοιχεία για το διάστημα που ακολουθείτε το πρόγραμμα.

Η λήψη υγρών είναι το κλειδί του προγράμματος. Το αποτοξινωτικό ποτό θα ικανοποιήσει την πείνα σας και θα σας δώσει ενέργεια.



## Τι άλλο μπορώ να τρώω κατά τη διάρκεια του προγράμματος αποτοξίνωσης με λεμόνι;

Για βέλτιστα αποτελέσματα σας συνιστούμε να μην τρώτε καθόλου στερεές τροφές στα βασικά και βέλτιστα προγράμματα.

Στην  πιο ξεκούραστη εκδοχή επιτρέπεται να τρώτε στερεές τροφές αλλά θα χρειαστεί περισσότερος χρόνος για τον καθαρισμό. 80% των πελατών ακολουθούν τη βασική ή τη βέλτιστη εκδοχή

**Σας συνιστούμε, εκτός από τα αποτοξινωτικά μείγματα με λεμόνι, να πίνετε τουλάχιστον 1-2 λίτρα νερό. Πιείτε το καθαρτικό τσάι το βράδυ και το θαλασσινό νερό το πρωί.**

Εάν χρειάζεστε ποικιλία, μπορείτε μία ή δύο φορές την ημέρα να πίνετε ένα φλιτζάνι τσάι βοτάνων ή ένα ποτήρι φρεσκοστυμμένο χυμό εσπεριδοειδών (πορτοκάλι ή γκρέιπφρουτ). Ροφήματα όπως ο δυόσμος, το κυνόροδο και το χαμομήλι είναι χρήσιμα συμπληρώματα του αποτοξινωτικού μείγματος με λεμόνι και αποτελούν ευχάριστη αντίθεση. Ειδικά ο δυόσμος ενισχύει την αποτοξινωτική διαδικασία, ανακουφίζει τους πονοκεφάλους, καθαρίζει τον ουρανίσκο και εξουδετερώνει τις στοματικές ή σωματικές οσμές που ενδεχομένως να προκύψουν. Εάν είναι απαραίτητο, ως γλυκαντική ουσία για τα τσάγια και τους χυμούς θα πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά το σιρόπι Madal Bal Natural Tree Syrup™, και να μην καταναλώνονται καθόλου γαλακτοκομικά προϊόντα

### Ποιό πρόγραμμα να επιλέξω;

“Το πρόγραμμα αποτοξίνωσης με λεμόνι είναι τόσο αυστηρό, όσο το θέλετε εσείς να είναι”.

Το υπέροχο σχετικά με το πρόγραμμα αυτό είναι ότι υπάρχουν πολλές [διαφορετικές εκδοχές](#) που μπορεί ο καθένας να εκτελέσει. Παρακάτω θα βρείτε τις τρεις κυριότερες εκδοχές.

#### **Η Βασική Εκδοχή – η πιο συνηθισμένη**

Η βασική εκδοχή της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι έχει διάρκεια 5-7 ημερών.

Αυτή είναι η κλασική εκδοχή που εφαρμόζεται από χιλιάδες ανθρώπους ανά τον κόσμο. Η πιο κοινές και αποτελεσματικές εκδοχές του προγράμματος αποτοξίνωσης με λεμόνι είναι η βασική και η βέλτιστη (διαβάστε παρακάτω). Οι εκδοχές αυτές αντικαθιστούν όλες τις στερεές τροφές με το πόσιμο μείγμα αποτοξίνωσης με λεμόνι. Αυτός είναι ο ταχύτερος και πιο αποτελεσματικός τρόπος καθαρισμού του σώματος από τις τοξίνες, διότι επικεντρώνετε την ενέργεια του σώματός σας στον καθαρισμό και την απομάκρυνση των τοξινών από τον οργανισμό σας. Η κατανάλωση στερεών τροφών κατά τη διάρκεια του προγράμματος θα παρακωλύσει την αποτοξινωτική διαδικασία στο σύνολό της και ως εκ τούτου οι άλλες εκδοχές θα χρειαστούν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα για να φέρουν αποτέλεσμα. Κάποιοι άνθρωποι, όταν σκέπτονται να κάνουν αποτοξίνωση για πρώτη φορά, φαντάζονται ότι δεν θα τα βγάλουν πέρα και τις επτά μέρες, αλλά αυτό που οι περισσότεροι ανακαλύπτουν είναι ότι μετά τη δεύτερη μέρα γίνεται όλο και πιο εύκολο. Η εκδοχή αυτή είναι επίσης εξυπηρετική, διότι ένα δοχείο σιροπιού του 1 λίτρου κρατάει στα περισσότερα άτομα 7 μέρες.

#### **Η Βέλτιστη Εκδοχή:**

Η ιδανική διάρκεια της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι είναι 10 ημέρες.

Ο Stanley Burroughs συνιστά την εφαρμογή της δίαιτας για 10 ημέρες, διότι έτσι διασφαλίζεται ο σωστός καθαρισμός του

οργανισμού. Όταν φτάσετε στην 7η ημέρα, κατά πάσα πιθανότητα θα αισθάνεστε τόσο καλά, που δεν θα δυσκολευτείτε να συνεχίσετε για μερικές μέρες ακόμα. Συνεχίζοντας για 10-14 ημέρες θα έχετε το μέγιστο αποτέλεσμα, διατηρώντας το σώμα σας σε καθεστώς νηστείας για όλο το χρονικό διάστημα - αλλά αυτό θα πρέπει να γίνεται μόνο με τη σύμφωνη γνώμη ενός ιατρού.

### **Η Ξεκούραστη Εκδοχή:**

Η ξεκούραστη εκδοχή επιτρέπει στο σώμα να αυτοκαθαριστεί με πιο αργό ρυθμό, λαμβάνοντας παράλληλα λίγη στερεά τροφή. Δοκιμάστε να αντικαταστήσετε είτε το πρωινό είτε το δείπνο (ή καλύτερα και τα δύο) με 2-3 ποτήρια από το ποτό αποτοξίνωσης με λεμόνι. Λάβετε ένα καλό γεύμα το μεσημέρι αλλά απέχετε από την κατανάλωση γλυκών, επεξεργασμένων τροφών, κόκκινου κρέατος, τηγανιτών, λευκού ψωμιού, επεξεργασμένων αλεύρων, γαλακτοκομικών, καφέ και οινοπνεύματος. Όλες αυτές είναι τροφές που εξαντλούν το φυσικό μας σύστημα πέψης/ καθαρισμού και εμποδίζουν το σώμα να αντιμετωπίσει τις ήδη συσσωρευμένες τοξίνες και τα άχρηστα κατάλοιπα.

Το ξεκούραστο πρόγραμμα λειτουργεί με την επέκταση του χρόνου καθαρισμού του σώματος κάθε βράδυ. Αυτό δίνει στο σώμα περισσότερο χρόνο για να ανανεωθεί. Η ξεκούραστη εκδοχή είναι κατάλληλη για εκείνους, των οποίων ο τρόπος ζωής δεν μπορεί να ενσωματώσει ένα πλήρες πρόγραμμα αποτοξίνωσης, για εκείνους, οι οποίοι επιθυμούν να δοκιμάσουν τη Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι αλλά δεν είναι σίγουροι αν μπορούν να αντέξουν 7-10 ημέρες χωρίς στερεά τροφή, ή για εκείνους που θα ήθελαν να εφαρμόσουν μια πιο χαλαρή εκδοχή, ώστε να προετοιμαστούν για την εφαρμογή της βασικής ή της βέλτιστης εκδοχής.

Η εκδοχή αυτή όμως θα πρέπει να εφαρμοστεί για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, τουλάχιστον ένα μήνα, ενώ παράλληλα θα πρέπει να γίνει κατανοητό ότι ενώ η ξεκούραστη εκδοχή δεν έχει τις έντονες και άμεσες επιδράσεις της βασικής ή της βέλτιστης εκδοχής, η εφαρμογή της για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα θα επιφέρει σημαντικά αποτελέσματα.

### **Απαλοιφή:**

Η απομάκρυνση των τοξινών από τον οργανισμό σας είναι το κλειδί για μια επιτυχή δίαιτα

Κάθε συστατικό του πόσιμου μείγματος εκτελεί μία σημαντική λειτουργία που δεν θα πρέπει να αγνοείται ή να παραβλέπεται.

Η χρήση του [τααγιού σέννα](#) και [του θαλασσινού αλατιού](#) είναι επίσης πολύ σημαντική και απαραίτητη κατά την διαδικασία αποτοξίνωσης. Το ποτό αποτοξίνωσης με λεμόνι θα διαλύσει τις τοξίνες μέσα στο αίμα, ενώ η σέννα θα διασπάσει τα στερεά εντερικά κατάλοιπα και το θαλασσινό αλάτι θα "ξεπλύνει" τις τοξίνες από το σώμα σας.

Το κλειδί του προγράμματος αποτοξίνωσης είναι η απομάκρυνση των διαλυμένων τοξινών από το σώμα σας και πολλά προβλήματα μπορούν να προκύψουν κατά τη διάρκεια του προγράμματος εάν δεν τις απομακρύνετε αποτελεσματικά μέσω του εντέρου σας. Εάν αυτές οι διαλυμένες τοξίνες δεν απομακρυνθούν αποτελεσματικά, θα επαναπορροφηθούν από τον οργανισμό σας. Τα συμπτώματα συνήθως επιμένουν εάν η διαδικασία απομάκρυνσης δεν είναι παραγωγική και οι κενώσεις του εντέρου απουσιάζουν. Με απλά λόγια, σας συνιστούμε μία ή δύο κενώσεις του εντέρου ημερησίως. Αυτό διασφαλίζει πως οι τοξίνες βρίσκονται στο στάδιο απομάκρυνσης από τον οργανισμό σας.



### **Λήψη υγρών:**

Προβλήματα μπορούν να προκύψουν εάν η λήψη υγρών κατά τη διάρκεια του προγράμματος είναι ανεπαρκής. Θα πρέπει να πίνετε τουλάχιστον 3-4 λίτρα υγρών την ημέρα. Αυτό περιλαμβάνει τα συνιστώμενα 2 λίτρα του μείγματος αποτοξίνωσης με λεμόνι και τουλάχιστον 1-2 λίτρα νερού επιπλέον. Όσο περισσότερα υγρά λαμβάνει το σώμα σας, τόσο καλύτερη θα είναι και η διαδικασία απομάκρυνσης, αφού τα υγρά είναι εκείνα που μεταφέρουν τις διαλυμένες τοξίνες έξω από το σώμα σας κι αυτό

διασφαλίζει ότι τα άχρηστα κατάλοιπα δεν θα είναι συμπυκνωμένα στα όργανα απομάκρυνσης. Επιπλέον υγρά διατηρούν το σώμα ενυδατωμένο κατά τη διάρκεια του καθαρισμού.

## Ολοκλήρωση του προγράμματος:

Εφόσον το πεπτικό σύστημα ξεκουραζόταν για πέντε με δέκα ημέρες, θα πρέπει να το μεταχειριστείτε με προσοχή και σύνεση κατά την ολοκλήρωση του προγράμματος. Η μετάβαση από το πόσιμο μείγμα αποτοξίνωσης με λεμόνι στην κανονική τροφή θα πρέπει να πραγματοποιηθεί σταδιακά.

Το πιο κοινό λάθος είναι η πρόωρη λήψη μεγάλης ποσότητας τροφής.

Επιστρέψτε σταδιακά στην υγιεινή διατροφή σε διάστημα δύο ή τριών ημερών.

**1η ημέρα** μετά την αποτοξίνωση: Συνεχίστε με φρεσκοστυμμένους χυμούς φρούτων.

**2η ημέρα** μετά την αποτοξίνωση: Ξεκινήστε το πρωί με χυμό και στη συνέχεια δοκιμάστε σούπα πολτοποιημένων λαχανικών για γεύμα.

**3η ημέρα** μετά την αποτοξίνωση: Λαχανικά στον ατμό ή ωμά. Μη φάτε καθόλου κρέας, ψάρι, αυγά, ψωμί και γλυκά και μην πιείτε αναψυκτικά τις πρώτες τρεις μέρες.

**4η ημέρα** μετά την αποτοξίνωση: Ξεκινήστε να τρώτε και πάλι "κανονικά".

## Ποια είναι τα συμπτώματα της αποτοξίνωσης;

Κάθε πρόγραμμα αποτοξίνωσης επιφέρει και κάποια σωματική δυσφορία και ενδέχεται να βιώσετε διάφορα συμπτώματα αποτοξίνωσης κατά τη διάρκεια του προγράμματος. Η δυσφορία αυτή δεν θα πρέπει να παρανοηθεί ως παρενέργεια. Στην πραγματικότητα, τα συμπτώματα αυτά είναι θετικά σημάδια λειτουργίας της αποτοξίνωσης με λεμόνι και ότι το σώμα σας βρίσκεται στη διαδικασία απελευθέρωσης επιβλαβών τοξινών από τον οργανισμό σας.

Τα κύρια συμπτώματα που βιώνει κανείς κατά τη διάρκεια του προγράμματος είναι δευτερεύοντα συμπτώματα όπως αδυναμία, ελαφριά ζάλη ή ίλιγγο. Τα συμπτώματα αυτά διαρκούν συνήθως μόνο μερικές μέρες λόγω των τοξινών που διαλύονται στο αίμα σας. Μέσω της αποτελεσματικής απομάκρυνσης θα διαπιστώσετε ότι τα συμπτώματα αυτά εξαφανίζονται συνήθως μετά από μερικές μέρες.

Μην θεωρήσετε εσφαλμένα τα συμπτώματα αυτά ως συνέπεια της έλλειψης στερεάς τροφής. Πρόκειται απλώς για την επίδραση των διαλυμένων άχρηστων καταλοίπων που κυκλοφορούν στο σώμα πριν από την τελική απομάκρυνσή τους.

Όσο τα κατάλοιπα αυτά απομακρύνονται, το σώμα σας ανακτά τη φυσική του δύναμη και ζωντάνια. Οι περισσότεροι άνθρωποι παρατηρούν την τρίτη ή τέταρτη ημέρα ότι αισθάνονται πιο δραστήριοι, διαυγείς, πιο υγιείς και πιο ισορροπημένοι από ότι τα τελευταία χρόνια. Η πλειοψηφία των ατόμων που εφαρμόζουν το πρόγραμμα είναι σε θέση να εκτελέσουν τις καθημερινές τους εργασίες και καθήκοντα χωρίς κανένα δισταγμό. Όσο περισσότερο ξεκουράζεστε κατά τη διάρκεια του προγράμματος, τόσο πιο αποτελεσματικά θα λειτουργήσει και η αποτοξίνωση.

Στην ιστοσελίδα μας παρουσιάζουμε μία παγκοσμίως αναγνωρισμένη [μελέτη περιπτώσεων](#), η οποία περιλαμβάνει συμπτώματα και οφέλη που κατέγραψαν οι συμμετέχοντες του προγράμματος.

## Απώλεια βάρους

### “Η μέση απώλεια βάρους είναι 3-6 κιλά σε 10 ημέρες”

Συνήθως το πρώτο σημάδι που θα δει και θα αισθανθεί ένα άτομο ως αποτέλεσμα της συσσώρευσης τοξινών στο σώμα είναι η πρόσληψη βάρους.

Η απώλεια παραπανίσιου βάρους είναι η πιο συνηθισμένη παρενέργεια του προγράμματος αποτοξίνωσης. Πολλοί χάνουν το παραπανίσιο βάρος χωρίς καμία περαιτέρω αρνητική επίπτωση. Αυτό συμβαίνει διότι το σώμα λαμβάνει όλα τα απαραίτητα διατροφικά στοιχεία και δεν υποφέρει από καμία σοβαρή έλλειψη. Η βασική επίδραση είναι η αποτοξίνωση των οργάνων του σώματος, ενώ ταυτόχρονα το σώμα απαλλάσσεται από τα παραπανίσια αποθέματα λίπους.

Τα μόνα υλικά που μπορεί να απολέσει ο οργανισμός κατά τη διάρκεια του προγράμματος είναι βλέννα, παραπανίσιο λίπος και άχρηστα κατάλοιπα λίπους ή κατεστραμμένα νοσούντα κύτταρα. Ο υγιής ιστός δεν επηρεάζεται. Πρόκειται για απώλεια πραγματικού βάρους.

Και παρόλο που η παχυσαρκία οφείλεται σχεδόν πάντα σε τοξίνωση του οργανισμού, εσείς θα πρέπει να στοχεύετε στην απόκτηση μιας πιο υγιούς υπόστασης, η οποία με τη σειρά της θα βοηθήσει στην απώλεια και τη διαχείριση του βάρους.

Το μεγαλύτερο μέρος της επιτυχίας του προγράμματος σε περισσότερες από 30 μεγάλες χώρες ανά τον κόσμο, η τριακονταετής παρουσία του σε συνδυασμό με τις χιλιάδες μαρτυρίες από όλον τον κόσμο αποδεικνύουν τη θέση του ως ένα από τα καλύτερα και πιο αναγνωρισμένα προγράμματα αποτοξίνωσης και διαχείρισης βάρους στον κόσμο. Και μέχρι σήμερα, οι ιατρικές αρχές δηλώνουν πως δεν έχουν διαπιστώσει καμία βλάβη που να προξενείται από τη Δίαιτα Αποτοξίνωσης με Λεμόνι.

Στα τελευταία τεστ, το 77% εκείνων που ακολούθησαν τη δίαιτα έχασαν 4-10 κιλά σε 10 ημέρες, ενώ οι περισσότεροι από το υπόλοιπο 23% έχασαν από 2-4 κιλά. Κατά τη διάρκεια των σταδίων καθαρισμού του προγράμματος αποτοξίνωσης το σώμα βρίσκει τη φυσική του ισορροπία, απαλλάσσεται από το παραπανίσιο βάρος χωρίς να βλάπτει τα υγιή κύτταρα. Το μεγαλύτερο μέρος της απώλειας βάρους οφείλεται στα διαλυόμενα κύτταρα λίπους, όπου αποθηκεύεται το μεγαλύτερο μέρος των τοξινών του οργανισμού.

Η δίαιτα δεν ενδείκνυται για άτομα που πάσχουν από ανορεξία. Εάν όμως είστε ελαφρώς λιποβαρής, μη φοβηθείτε να χάσετε λίγο ακόμα βάρος. Τα μόνα υλικά που μπορεί το σώμα να χάσει κατά τη διάρκεια του προγράμματος είναι βλέννα, παραπανίσιο λίπος και άχρηστα κατάλοιπα. Ο υγιής ιστός δεν επηρεάζεται. Εάν είστε ελαφρώς λιποβαρής, θα παρατηρήσετε ότι χάνετε λίγο βάρος ακόμα, αλλά μόλις ολοκληρώσετε τη δίαιτα, το βάρος σας θα επανέλθει στα φυσιολογικά του επίπεδα. Το βάρος που χάνετε κατά τη διάρκεια της Δίαιτας Αποτοξίνωσης με Λεμόνι οφείλεται κυρίως στην απώλεια λίπους και κατεστραμμένων νοσούντων κυττάρων. Πρόκειται για απώλεια πραγματικού βάρους.





**Απώλεια βάρους καταγράφηκε σε 111 μελέτες περιπτώσεων.**

Βασισμένη σε αποτοξίνωση 10 ημερών

Μέση απώλεια βάρους 3 με 6 κιλά

Εργαστηριακές τιμές, καταγράφηκαν σε 45 περιπτώσεις.

<b>Απώλεια βάρους</b>	<b>Αριθμός περιπτώσεων</b>
1 κιλό	1
2 κιλά	11
3 κιλά	14
4 κιλά	31
5 κιλά	24
6 κιλά	14
7 κιλά	11
8 κιλά	2
9 κιλά	2
10 κιλά	1

**Πού θα το αγοράσω;**

Το σιρόπι Madal Bal Natural Tree Syrup διατίθεται αποκλειστικά στην Αυστραλία μόνο από την Madal Bal Australia.

Μπορείτε να το αγοράσετε μέσω της ιστοσελίδας [www.lemondetoxdiet.com.au](http://www.lemondetoxdiet.com.au) ή καλώντας το (02) 9793 3332 σε ώρες λειτουργίας.

Οι δυνατότητες πληρωμής είναι η πιστωτική κάρτα, η άμεση κατάθεση και η εντολή πληρωμής. **Δεν αποδεχόμαστε επιταγές.**

**Μπορείτε επίσης να το παραλάβετε στα κεντρικά γραφεία μας στο Σίδνεϊ. Για λόγους επεξεργασίας παρτίδας δεν έχουμε στο γραφείο αυτό εγκαταστάσεις πιστωτικών καρτών ή πρωτοκόλλων μεταφοράς αρχείων.**

**(Επί τόπου αγορά μόνο με μετρητά).**

**Τοποθεσία: ENCOMPASS BUSINESS PARK**

**Unit C7 101 Rookwood Rd Yagoona, Sydney.**

**Απέναντι ακριβώς από την οδό Boardman**

**9π.μ.- 5μ.μ. Δε-Πα**

Το κόστος του Madal Bal Natural Tree Syrup είναι \$79.00 , του πιπεριού καγιέν \$2.60 , του καθαριστικού τσαγιού από βότανα \$3.00 και του θαλασσινού αλατιού \$2.40

Τα έξοδα μεταφοράς, αποθήκευσης και αποστολής στη Νέα Νότια Ουαλία ανέρχονται σε \$9.60 και στην υπόλοιπη χώρα \$13.60 για κάθε κουτί. Για κάθε επιπλέον κουτί, τα έξοδα μεταφοράς, αποθήκευσης και αποστολής ανέρχονται σε \$5.00.

Λόγω της αυξημένης ζήτησης και των επανειλημμένων παραγγελιών του Madal Bal Natural Tree Syrup αυτήν την εποχή, για αποστολή στη NNO απαιτούνται 1 - 3 εργάσιμες ημέρες.

3-5 εργάσιμες ημέρες (VIC, QLD, SA, TAS, ACT), 4-5 εργάσιμες ημέρες (WA, NT) και 5-6 εργάσιμες ημέρες (NZ και Ειρηνικό).

## **ΔΙΑΝΟΜΕΙΣ ΑΝΑ ΠΟΛΙΤΕΙΑ:**

**(Σημειώστε ότι η τιμή μπορεί να διαφέρει από διανομέα σε διανομέα)**

**NSW**

**Lemon Detox Diet Pty Ltd ( Head Office) Location:**

**Encompass Business Park: Unit C7 101 Rookwood Rd Yagoona, Sydney. Directly opposite Boardman Street (02)9793-3332**

Mt Druitt – Ross Trewin Soul Pattinson Chemist: Shop 19-20 Westfield Shoppingtown -  
(02)9832-0700

### VIC

Port Melbourne & Narre Warren : The Detox Clinique: 03 9646 3316 0421 724 724

Dandenong: Be Healthy Health Food Store: 0410 697767 0397921693

Elsternwick: Glo Health Meredith: 03 95237824

Nunawading: Health Muscle Body – Health Shop Maria: 03 9878 6232

Roxburgh Park: Hava Huner: 0401 420 890

Ferntree Gully: Mountain Health: Carmel 03 9758 8295

Box Hill: Youn Park Chiropractic Centre: 03 9899 7700

### QLD

Healthy Life Myer City Centre Shop 45, Level E Myers City Centre, Brisbane: 07-3229-0766

Healthy Life Queens Plaza Shop TLG 18 Queens Plaza, Brisbane: 07 3221 8877

Healthy Life Springfield Lakes Shop 26 Orion Town Centre, Springfield: 07 3470 0788

### WA

The Good Life –Yokine: 08 9443 1553

The Good Life – Albany: 08 98426326

### SA

Foods For Life – 15 Rundle Mall Adelaide: 8410 1788

Healthy Life Norwood: 8332-1085