

Liten info om östrogen m fl hormoner. Göteborg 2009-11-24

De som inte vill använda fabrikskemiska (kommersiella) östrogener kan i stället gå den naturliga (redan klara) vägen. Att hålla sig så nära naturen som möjligt är att samspara - miljövärna - friskhetsbevara - frihetsförnimma.

Lignaner, ämnen i råg-, nypon- och linfröekli, görs om i tarmen till växtöstrogen, även s k isoflavoner görs om. Rå fet mjölk och gravida varelsers urin innehåller mycket östrogen.

”Östrogentäta” växter i mängdordning:

- Råg (kliet). Blanda m. t ex Dinkelkli o. ät två msk/dag mot tumörer/tarmfickor.
- Vinruta (blad, stam). Blanda i maten el. gör te. Munkarnas ”avtändningsört”.
- Soja (bönan). I alla former, t ex Tofu.
- Luzern - ”Alfalfa” (frön, blad). Groddar eller ”Luzernpulver” till mat.
- Humle (kottar). I de flesta ölsorter (därav svullna män (”Öl(munk)gubbar”).
- Salvia (bladen). Som te eller i fullvärdesproteinrätter (mixa i t ex sojabiffar).
- Lin (fröna). Mals alldeles innan intag eller tuggas upp. Använd i t ex müsli.
- Lakritsrot (roten). Tugga på stänger (vid t ex rökavvänjning) eller gör te.
- Gröna ärtor. I sallad eller som grönärtsoppa. Blanda lite anis i soppan!
- Upptuggade tomatkärnor. Lägg in som ”snus” under överläppen.
- Anis. Som tilltugg till mat (äv. bitterämnen för levern) eller som te.
- Sparris, sesamfrön, broccoli m fl växter!

ps Allopaterna anv. artfrämmande östrogen bl a ifrån dräktiga stons urin. Det finns ju ”dräktiga” kvinnors överskottshormoner också på t ex BB el. KK. Syntetiska (”utforskade”) hormoner fördärvar naturen. Inte ens vattenreningsverken tar bort dem. Rena ditt kranvatten!

Många kvinnor läcker också östrogen. Detta utflöde, som sker genom bl a levern, kan delvis bromsas genom att äta grapefrukt el dricka som råpressad juice. Speciellt verksam är Tropicanas Grapejos. Drick mellan två till åtta deciliter/dag/tillfälle. Även män svarar på denna ”hormon(testosteron)sparterapi”. Prova! En liter blir en Viagra..

Östrogentillverkningen i kroppen kan också ökas genom att äta föda som innehåller grundämnet **Bor** t ex avocado, blåbär, rotselleri (ej mjuka) och päron (stenfria) samt i t ex preparatet B-Calm. Tre milligram (mg) Bor kan fördubbla östrogentillverkningen - äv. efter klimakteriet. Se också ”Borinformation” ur bok två: ”**Budskap från denna sidan**”. Det kan också vara brist på gulkroppshormonet progesteron, detta ämne finns naturligt i Jamsrot (äv. I krämform) samt i bidrottningsgelé och jättenattljusfröolja. Växttestosteroner finns i tallbarr, pumpakärnor, kummin, pors, kyndel m fl. **NATUREN HAR ALLT!** Östrogenbrist hos kvinnor visar sig som små streck ner mot munnen – se ”ansiktsläsning. Progesteronbrist visar sig som mustasch & extra hårväxt på bl a benen pga relativt för mycket testosteron. Syntetiskt progesteron/ gulkroppshormon, tar bort t ex utandningsöstrogenet vid sexupphetsning... **Illa!** ☺

pH-balans^{® AB} Naturlig ”medicin”. Hälso-/Läkekonst ur det som **redan finns**.

kurt.sandvik@phbalans.com sara.phbalans@yahoo.se www.phbalans.se .com eller .eu

PS. Fenoler i t ex rostat kaffe och sköljmedel samt dioxiner - miljögift, uppfattas även av män som östrogen. Östrogen finns i en havande kvinnas urin – anv. i plåster? Insulin finns på t ex grisslakterier. Osv gratishormoner.

Ps 2 Var och en är olycklig i sin **tro** - ty tro löser inget. Läkekonsttro, politikprogramtro, gudstexttro, statstro osv.