

Algemene richtlijnen bij het innemen van Klassiek Homeopathisch middel:

**A:** Eet en drink 30 min. voor- en 30 min. na het innemen van je middel niet.

**B.** *Raak het middel niet aan!*

**C.**

1. Gebruik een uitgekookt glazen potje ( van jam bv. ). Neem hiervoor geen potje waar azijn of ander zuur in heeft gezeten!

2. Vul het (afgekoelde ) potje voor de helft (ong. 250 ml.) met gekookt water. Laat dit water helemaal afkoelen tot het koud is. Is het lauw, dan doet dit de werking van het middel teniet.

Je kunt ook mineraal water gebruiken. Dat is direct koud te gebruiken.

3. Gooi de korrel in het koude water en laat het een kwartier oplossen.

4. Sluit het potje goed en sla ..... keer stevig met de pot op je vlakke hand.

5. Neem een schone thee- of koffielepel en neem één lepel vloeistof in de mond.

Houd dit één minuut in de mond en slik het daarna door.

De rest van de inhoud van het potje kunt u weggooien.

Aanwijzingen voor **NA** de middeliname:

De werking van een homeopatische middel kan ernstig verstoord worden of zelfs teniet gedaan worden door het gebruik van de vermelde ingrediënten:

- **Pepermunt** en alle producten waar **mint** in zit verwerkt. Let goed op, want dit zijn er veel. De belangrijkste zijn tandpasta (alternatief: weleda, homeofresh), kauwgom, kruidenthee waar munt in is verwerkt.
- **Koffie**, cafeïne houdende producten zoals cola, cafeïne vrije koffie.
- **Thee** en theïne houdende producten, een alternatief is rooibos, verveine.
- Andere homeopatische geneesmiddelen.
- Reguliere geneesmiddelen, zoals bijv, paracetamol.
- Voor alle genotmiddelen (zoals alcohol) geldt: "Overdaad schaadt".
- Geen creme smeren die op doktersadvies is voorgeschreven.

*Bij twijfel, neem gerust contact met mij op: 06-813 94 013*