

Antiinflammatorisk Kost Fortsättningskurs

- Kroppens balans och signaler
- Stress & Inflammationer
- Vår hjärna och sinnesintrycken
- Hypofysen, binjurarna och sköldkörteln
- Kortisol och stress
- Kortisol och sömn
- Trötthetssymptom
- Binjurarna och utbrändhet
- Tarmar och magbekymmer
- Förstoppning och ballongmage
- IBS
- Halsbränna
- Processad föda
- Hormonstörande ämnen
- Bioaktiva livsmedel 59
- Gluten
- Laktos & Mjölkproteiner
- E-tillsatser
- farliga fetter
- Omega 3
- Omega 6
- Födoämnesintolerans
- Detox - avgiftning
- Gifter i hemmet
- Kroppens avgiftningssystem
- Långtidsfasta
- Lymfsystemet