



**Natürlich**

## Regulationsplan 1 Herz-Kreislauf

Start	Art der Regulation	Medikation	Dosierung	Ende	Bemerkungen
01.11..	Ernährung/Trinken  Bewegung	5x täglich Obst + Gemüse 2-3 Liter Wasser + Schorle	Regelmäßig  5x/Woche 30 min		Analytik: Speichel-Stress-Test Urin-Test nach Sander HMA Florastatus Darm
01.11..	Säure-Basen-Haushalt	Basica, Basosyx o.ä. PRÄVENTO Balance	2 bis 4x täglich 1x täglich	3 Monate 6 Monate	Basenreiche Kost !
01.11..	Phytotherapie	Weißdorn (Crataegutt 450 mg o.ä.)	2 x 450 mg		
01.11..	Orthomolekulare Substitution -> Herz	Coenzym Q 10 Magnesiumorotat	30 – 100 mg 300 mg Mg		
01.11.	Orthomolekulare Substitution -> Gefäße	Folsäure/B6/B12  Omega-Fettsäuren Lycopin	1mg-10 mg- B12 400µg 1 gr. Lachsöl 5 -30 mg		Homocystein-Bluttest

**Natürlich**

**... ganzheitlich gesund**



**Natürlich**

## Regulationsplan 2 Prostata

Start	Art der Regulation	Medikation	Dosierung	Ende	Bemerkungen
01.11..	Ernährung/Trinken	5x täglich Obst + Gemüse 2-3 Liter Wasser + Schorle	regelmäßig		Analytik: PSA-Test aus Kapillarblut HMA Florastatus Darm
01.11..	Säure-Basen-Haushalt	Basica, Basosyx o.ä., PRÄVENTO Balance	2 bis 4x täglich 1x täglich	3 Monate 6 Monate	Basenreiche Kost !
01.11.	Phytotherapie	Sägepalme + Brennnesselwurzel extrakt	2 x 1 Kapsel		PSA-Test
01.12.	Orthomolekulare Substitution	Zink Selen	15 mg abends 100 – 200 µg tags (1,5 µg/kg KG)		
01.12.	Alternativ bei Prostatitis	Enzyme	3x 3 St. Wobenzym		

**Natürlich**

**... ganzheitlich gesund**



Natürlich

## Regulationsplan 3 Prävention ab 45 allgemein

Start	Art der Regulation	Medikation	Dosierung	Ende	Bemerkungen
01.11..	Ernährung/Trinken  Bewegung	5x täglich Obst + Gemüse 2-3 Liter Wasser + Schorle	Regelmäßig  5x/Woche 30 min		Analytik: Speichel-Stress-Test Urin-Test nach Sander HMA Florastatus Darm
01.11..	Säure-Basen-Haushalt	Basica, Basosyx o.ä.	2 bis 4x täglich	3 Monate	Basenreiche Kost !
01.11..	Orthomolekulare Ergänzung	Prävento „Beste Jahre“	2 x 1		
01.12..	Ausleitung und Entgiftung	Phönix-Ausleitung oder Pekana-Ausleitung	Lt. Schema für 6 Wochen		
15.01.	Orthomolekulare Substitution - > Gefäße  Phytoprophylaxe -> Prostata	Folsäure/B6/B12/Arginin mittels Regulafit Folvital Arginin plus Regulafit Prosta	2-3 x täglich 1 Kapsel  3 x täglich 1 Kapselg		Homocystein-Bluttest

Natürlich

... ganzheitlich gesund