

Toxiner (Giftstof) oplysninger og almindelige kilder

Vi lever i en verden, hvor vi er omgivet af menneskeskabte toksiske molekyler, som vi ikke tåler så godt. Et eksempel på dette er det, som tilsættes i næsten alle kosmetik og personlig plejeprodukter, så de lugter godt - nemlig duften. I virkeligheden bliver du påvirket hver eneste dag på badeværelset af over 3.000 forskellige kemiske ingredienser, der er med til at skabe de dufte, som er der. Hvis du forsøger at 'optimere' dine celler og din fordøjelses funktion, vil det være langt det bedste helt at undgå disse ingredienser, da de muligvis kan forårsage et væld af mild til alvorlige helbredsmæssige problemer. Gør dit bedste for at undgå alle kilder til toksiner og erstat produkterne med naturlige alternativer og kemikaliefrie produkter. En god ernæringsmæssig basis vil hjælpe din krop til at bekæmpe mange af dem, som "smutter igennem", i din daglige kost og livsstil.

Kemikalier

Kunststoffer	Medicin	Udstødningsgasser	Tobaksrøg	Industriforurening
Opløsningsmidler	Poleringsmidler	Lim	Lak	Farvestoffer
Rengøringsmidler	Pesticider	Hårfarve	Desinfektionsmidler	Bakteriedræbende
Parfumer	Tekstiler	Smøremidler	Svømmebassiner	Blegemiddel
Husholdningsmidler	Alkohol	Kosmetik	Personlige plejeprod.	Blæk-/tonerpatron.
Antifrostvæske	Maling	Myggebalsam	Gødning	Ukrudtsmiddel
Konserveringsmidler	Petroleum produkter	Tandpasta	Mundskyllemiddel	Tørrede frugter
Koffeinfri kaffe	Gummi	Cement	Fabrikationer	Tilsætningsstoffer

Stråling ioniserende - IKKE EMF eller ELF)

Røntgenstråler	Dental røntgenstråler	Atomreaktorer	Kosmisk stråling (sol)	Radon gas
CT scanninger	Medicinsk stråling	Thoron	Rummet	Jordstråling

Giftige metaller

Anti-perspiranter	Deodoranter	Salt	Dåser	Sølvpapir
Alu. køkkenudstyr	Tilsætningsstoffer	Medicin	Kosmetik	Tobak
Dieselmotorer	Pesticider	Tandlægeudstyr	Amalgamer	Syreneutraliserende
Læskedrikke	Te	Kaffe	Vaskepulver	Vand blødgørere
Hårfarve	Gryder	Smykker	Neglelak	Blæk-/tonerpatron.
Gamle rør	Dåsemad	Batterier	Bomuld produkter	Maling
Latex	Petroleum produkter	Stivelse	Hydrogene olier	Køkkenapparater
Mundskyllemiddel	Gulvbelægning	Glas produkter	Opløsningsmidler	Rengøringsmidler

Disse tabeller er på ingen måde udtømmende, og der er bogstaveligt talt tusinder og atter tusinder af produkter, som vi kommer i kontakt med, der enten indeholder, eller er blevet fremstillet ved hjælp af, kemikalier. Gør dig umage for at identificere og fjerne de mest oplagte fra daglige eksponering.