



Behandling af kroniske sygdomme

Af Friederich Damore Bruun

Velkommen

Vil du forebygge sygdomme og tage hånd om din egen sundhed og dit helbred?

Friederich Damore Bruun:

Jeg kommer oprindeligt fra Sverige, men jeg har boet det meste af mit liv i Spanien og i Danmark. Jeg startede min rejse som behandler for ca. 18 år siden.

Min rejse har ført mange ting med sig og den dag i dag er jeg:

Far til 2, Kæreste med Chloe, Forfatter til 2 bøger, jeg har bragt fænomenet Detox til Danmark og startet dillen Detox, Detox dit liv og Detox mad.

Jeg har utallige af 1:1 sessioner bag mig og med min store erfaring har jeg speciale i kronisk sygdomme og laborietester.

Har du en masse spørgsmål undervejs, så skriv dem endelig ned, så tager vi dem til sidst.



Mit arbejde

Idag skal vi gennem en lille rejse på ca. 2 timer.

I mit arbejde behandler jeg:

Hudproblemer: eksem, psoriasis m.m.

Gigt og andre led, muskel, knogle og kredsløb problemer:

Osteoporose, Besvær ved opbyggelse af muskelmasse, Smerter, Hjerte- og karlidelser, Muskel- og skeletlidelser

Hormonelle forstyrrelser: fertilitetsproblemer, PCO, Stress, Menstruationsproblemer, Insulinresistens og kræft

Adfærdsproblemer: ADHD, Autisme, asperger og Skizofreni

Vægtproblemer: Spiseforstyrrelse, Over/Under Vægt

Depression og træthed: Afhængighed, Træthed

Mave -Tarm Problemer: Forstoppelse, Diarre, Cøliki, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa, Oppustethed, Parasitter, Overvækst af svamp og Borrelia

Allergiske reaktioner: Astma, Fødevare allergi, allergi.

Hvorfor?

Fordi at kroppen er kompleks og vi alle er ens.

Der bliver set for meget på symptomer, men den egentlige grund til at problemet eller ubalancen er der, bliver ikke.

Men i bund og grund er der ikke forskel på dig og mig!



Mange faktorer påvirker, mange faktorer healer

Giftstoffer:

Tungmetaller, pesticider, syntetiske tilsætningsstoffer og konserveringsmidler, petrokemikalier, perflourokemikalier, E-numre, parabener, egenproducerede giftstoffer

Dårlig mad:

Negativ kost som dræner din krop for energi - Sukker/sødemidler, stivelse, nikotin, dårlig fedt, alkohol og koffein

Livsstil:

Stress påvirker din krop som et giftstof og nedbryder din krop

Vaner og gentagelse af negative mønstre:

Sidestillende, ingen motion, meget passiv underholdning

Genetik:

Livsstilen aktiverer din genetik, (hvad er der af sygdomme/ubalancer i din familie?)

Belaster immunforsvar og udskillelsesorganer:

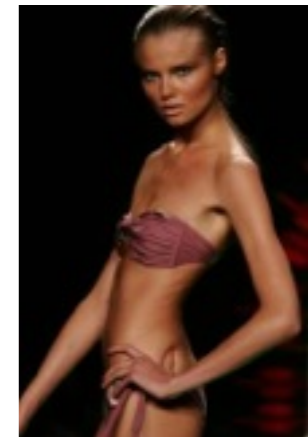
Alt overstående

Organerne prøver at genoprette sig selv til normal tilstand



Når din krop er belastet

- Økonomiske vanskeligheder
- Giftstoffer
- Psykologiske belastninger
- Manglende afslapning, søvnmangel
- Negative holdninger og overbevisninger
- Uønskede arbejdssituationer
- Angst
- Kaffe, koffein
- Ægteskabsproblemer
- Mangel på sund kost, dårlig spisevaner
- Medikamenter i håndkøb og recept
- Mangel på motion eller for meget motion
- Sårheling
- Fødevarer/produkter med sukker og mel
- Rygning
- Overanstrengelse
- Allergier
- Følelsesmæssige belastninger
- Gentagende belastninger
- Infektion akut eller kronisk
- Dødsfald tæt på



Kig på din krop

Din krop er biologisk skabt!

Derfor er det så vigtigt at behandle din krop derefter.

- **Din krop er ikke skabt** til at indtage kemisk medicin
- Din krop er ikke skabt til at spise raffineret mad
- Din krop er ikke skabt til at håndtere alle de kemikalier, der er omkring os (parfume, bilos, plastik, e-numre, elektronik, osv.)
- **Din krop er skabt** til at sove minimum 8 timer i døgnet, gerne så vi følger solens timer
- Din krop er skabt til at få minimum 1-2 kilo grøntsager, hver dag
- Din krop er skabt til at spise kød dagligt
- Din krop er skabt til at være i bevægelse, mange timer dagligt

Tænk på din krop som:

Din krop har ikke ændret sig siden stenalderen, men det har dine omgivelser.

Derfor er det nødvendigt med kosttilskud

- Vi får ikke længere de nødvendige næringsstoffer i vores mad!
De har ofte været gennem en længere behandlingsproces.
(frugt, grønt, kød, tarmflorabakterier osv.)

Det er ligeledes nødvendigt med homøopati, da homøopati hjælper din krop med at opbygge sig selv, det hjælper kroppen med dens arbejde og det healer kroppen (Lige Helbreder Lige)



Få mere ud af din krop og liv

Spis det du er lavet af!
Hvis du fjerner, så vil du undgå:

Raffinerede kulhydrater: *Sukker og sødemidler i alle former. Ender på -ose og -ol.*

Du slipper for stress, søvnløshed, hysteri, depression, negative tanker, angst, svimmelhed, rastløshed, konfuse tanker, forvirring, hukommelsesproblemer, identitetsproblemer, mareridt, frustrationer, irritabilitet, uventede vredesudbrud, hovedpine, rynker og gråt hår.

Korn (*alle former*), Kartoffler og Ris:

Du slipper for hudkløe, tung i kroppen, eksemmer, væskeophobninger, underlige knopper, tør hud, hårtab, rynker, gråt hår, forvirring, mareridt, dvaskhed, træthed, cellulitis, ildelugtende sved, kriller hoste, hovedpine.

Mælkeprodukter: (*alle slags*) (*vær obs. på smør*)

Du slipper for betændelser, udflåd, bumser, bylder, propper i ørene, kløe, snot, slim, stoppet næse, svamp, skinnebetsbetændelse, ildelugtende sved, belægninger på tænder og tunge, slim hoste.

Gris: (*Giftstoffet sutoxin*)

Problemer med din PH-værdi, nedbrydelsesreaktioner, hudreaktioner som bylder og bumser, en følelse af at huden gør ondt i bestemte områder, røde eksemmer eller plamager, svien i læber, mund eller svælg, stivhed i fingre og tåled og en følelse af, at du svier på indersiden af kroppen.

Er din krop din skraldespand?

Se din mave som en skraldespand:

Vil du putte maden i en skraldespand eller i din mund?

(Du er, hvad du spiser)

SPIS: GRØNTSAGER, KØD (ALT ANDET END SVIN), FRUGT, NØDDER, OLIE OG VAND

“Du kan få symptomer til at forsvinde hurtigt, hvis du støtter din krop, med kost der nærer og udrenser. “

”Vi kan ikke overdrive betydningen af en rigtig kost”

(dr. John Tintera – The hypoadrenia Cortical State and its Management)

“Din mad er dine bygge klodser for din krop!”



Mangler i Kroppen

Byggestene i din krop:

Du kan skabe et mangler p.g.a.: genetik, oplevelser, dårlig mad, livsstil, chok, dårlige vaner osv.

Din krop skaber mangler, som kan komme til udtryk via: smerte, træthed, svaghed, sygdom, tristhed, depression etc.

Du kan opbygge dig selv ved hjælp af: en god livsstil som passer til dig, sund kost, masser af GOD olie, gode og gavnlige kosttilskud (lab tests), homøopatisk ampulkur, sunde vaner, glad tankegang, selvforkælelse mv.

SPIS: GRØNTSAGER, KØD (ALT ANDET END SVIN), FRUGT, NØDDER, OLIE OG VAND

- Spis hver 2.-3. time, til du ikke er sulten mere, får du mæthedfølelsen, har du spist for meget. **Sæt gerne dit ur, så du husker at spise i tide.**
- Spis protein og olie til alle hovedmåltider.
- Drik minimum 2 liter vand dagligt



Kredsløbsproblemer

Eksempel fra den virkelige verden

Kredsløbsproblemer: *herunder; åreknuder, karspringninger, ben der sover, smerte i kroppen, højt eller lavt blodtryk, kolesterol problemer, for mange tanker etc.*

4 **omega 3** kapsler vil have gavnlig virkning på dig. Det vil smørre dig indvendigt og sænke dine tal.

Grøntsager, meget gerne de farverige (grønne) som indeholder en masse af antioxidanter

Aminosyre pulver (udfra test) vil hjælpe din krop til at opbygge dine ødelagte kar og de mangler du har i din krop -> tilstedeværelse i nuet og mere mobilitet

Vitaminmulti pille er ALTID en god ide, da mange af vitaminerne i pillen, bruger din krop til at danne de forskellige celler i dit kredsløb

Afslut **badet** med en kold skyller - det vil booste dit kredsløb og din tilstedeværelse i nuet

Saltskub med olie - booster dit kredsløb og åbner op for udrensning



Hormonproblemer

Eksempel fra den virkelige verden

Hormonproblemer: herunder PCO, PMS problemer, smerter, svaghed, træthed, tristhed, svært ved at tabe sig, kuldeskær, thyroidism og binyretræthed, søvnproblemer, infertilitet etc.

Tester som fortæller om dit problem, så vi præcis ved hvor det ligger

En **livsstil** som gavner og opbygger dig

Juice af mange grøntsager

Tanke og **vane** opbygning og brydning

Olie og **kosttilskud** der opbygger og gavner dig

Spa-tur, så du mærker din krop og tilstedeværelsen i nuet

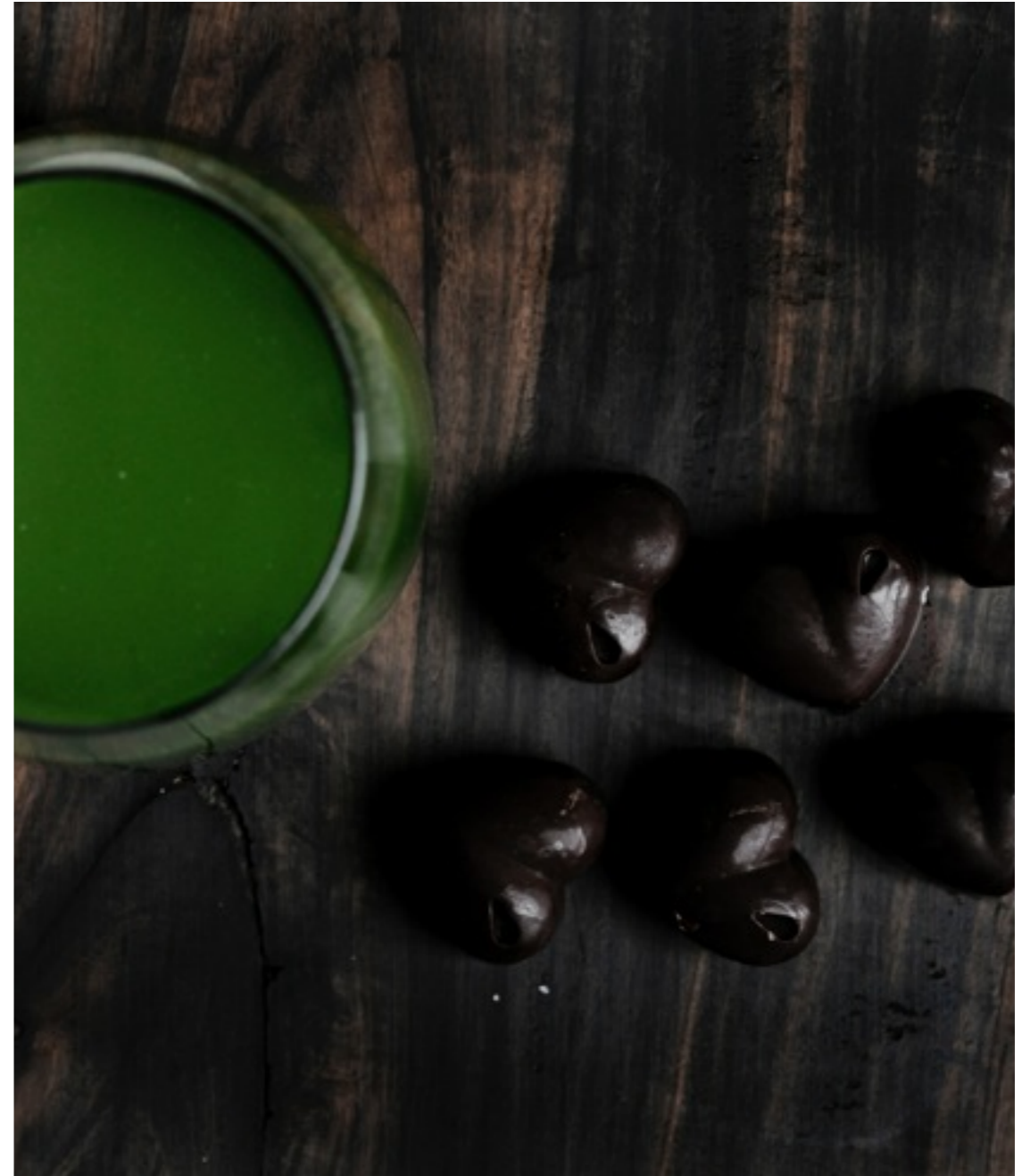
Aminosyrer (udfra test) så du får fyldt dine depoter og dine mangler

Motion der sætter gang i din forbrændning

Affirmationer

3 **omega 3** kapsler vil have gavnlig virkning på dig

Homøpati og naturlig **hormon medicin**



Depression

Eksempel fra den virkelige verden

Depression: *herunder; dårligt selvværd, mindreværdsfølelse, tristhed, ugidelighed, søvnproblemer etc*

Du skal helt sikkert tage en **aminosyre** test, der ringen tvivl om, at det vil være det mest gavnlige for dig

5 HTP er utrolig god for dig

Glutamin er ligeledes godt for dig

En **kost** uden belastning, herunder mælk, sukker og korn

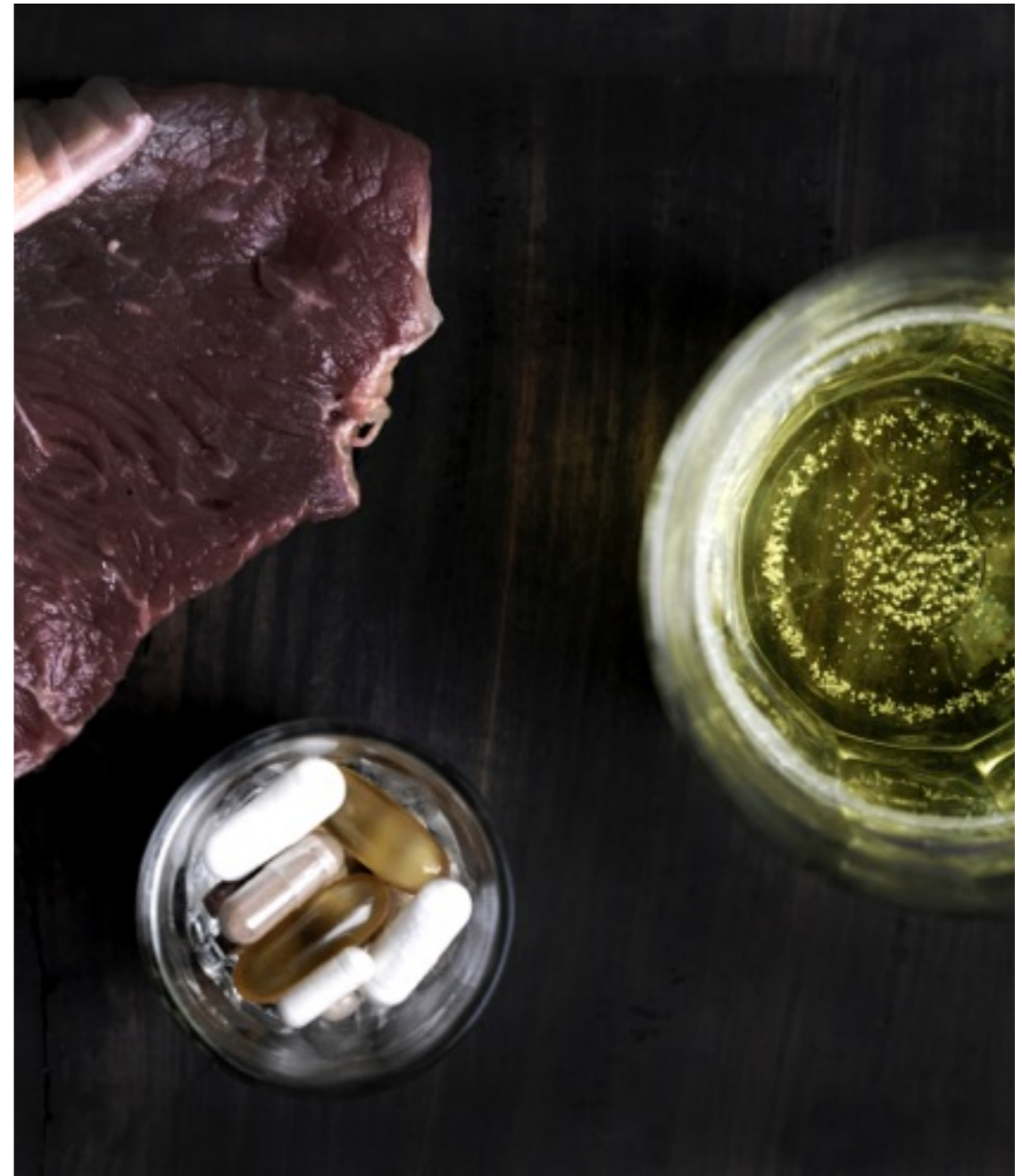
Tanke og **vane** brydning

Affirmationer

Kosttilskud og **homøopati** der opbygger dig

Opgaver, såsom "jeg gør en god ting for mig selv dagligt"

'En **varm 8'er**'



Led, knogle og muskel problemer

Led, knogle og muskel problemer: *herunder osteoporose, smerte, træthed, svaghed etc.*

Masser af **olier** - gode koldpressede olier, gerne hørfrøolie 3-6 spsk. dagligt.

4 **omega 3** kapsler vil have gavnlig virkning på dig.

Masser af **fisk**

En **kost** uden belastning herunder; svin, mælk, sukker og korn

Kosttilskud og **homøopati** der opbygger dig

Motion der gavner og ikke nedbryder

Test, så du ved hvor problemet stammer fra

Mange Grøntsager, meget gerne de farverige (grønne) som indeholder mange af antioxidanter

Krydderier og **urter**

D-vitamin og magnesium

Carnetine, glutamin, glukosamin, chondroitin, MSM

Traumeel



Hudproblemer

Hudproblemer: *herunder eksem, psoriasis, smerte, tørhed etc*

Masser af **olie** - gode koldpressede, gerne hørfrøolie; 3-6 spsk. dagligt

Masser af **fisk**

4 **omega 3** kapsler vil have gavnlig virkning på dig.

En **kost** uden belastning herunder intet mælk, sukker, svin og korn

Kosttilskud og **homøopati** der opbygger dig

Fidesan

Test, så du ved hvor problemet stammer fra

Masser af grøntsager, meget gerne juice

Urter



Mave-Tarm Problemer

Mave-Tarm problemer: *herunder; forstoppelse, diarre, cøliki, morbus crohn, colitis ulcerosa, oppustethed, parasitter, svamp, borrelia, astma, fødevare allergi, allergi etc*

Mange **grønnsager**, fisk og en sund livsstil
3 **omega 3** kapsler vil have gunstig virkning på dig.

Hørfrøolie; 3-6 spsk. dagligt

Tests så vi kan finne ud af, hvor dit problem stammer fra

Vitaminmulti pille er ALTID en god ide, da mange af vitaminerne bruger din krop til at danne de forskjellige celler i din tarm

Probiotic og glutamin

Homøopatisk ampulkur som opbygger dine tarmvægge

Motion som booster din fordøjelse

'**Den klamme blanding**'

En **kost** uden belastning herunder intet mælk, sukker og korn

Kosttilskud der opbygger dig

Masser Grønnsager, meget gerne også som juice



Laboratorietester:		Hormontester:	
ION Profil: kr. 7500,-	Tester hele dit system Organix, amino, fedt, d-vitamin En af de vigtigste tester vi har	Komplet hormontest , Thyroid & adrenal stress: kr. 2750,-	Tester hele dit hormonsystem og giver forslag til behandlingsplan, samt naturligt medicin
Organix test: kr. 2875,-	Til dig der lider af en sygdom, har/haft cancer (ligger i familien), har taget meget kemisk medicin, vil gerne vide hvordan din krop har det. En af de vigtigste tester vi har	Binyretræthed , hormontest: kr. 1250,-	Tester din binyre funktion i kroppen
Aminosyretest, Test af 11 aminosyrer: kr. 1275,- Test af 20 aminosyrer: kr. 1595,-	Til dig der har dårligt selvværd, depression, negative tanker, smerter, problemer med led og muskler En af de vigtigste tester vi har	Skjoldbruskkirtel hormontest: kr. 1995,-	Tester din skjoldbruskkirtel funktion i kroppen
Afføringsprøve: kr. 2800,-	Til dig der har problemer med din mave, immunforsvar, taget meget kemisk medicin	Comprehensive female test 1: kr. 2275,-	All around kvinde hormon test
IPA tarmtest: kr. 995,-	En hurtig screening af din mave-tarm system og immunforsvar	Comprehensive male test 1: kr. 2275,-	All around mande hormon test
DNA Health test: kr. 1995,-	Denne DNA test giver dig et indblik i hvilke livsstilssygdomme du er disponeret til og hvad du kan gøre	Female/Male saliva profil, hormontest: kr. 1700,-	Tester kønsorganer i kroppen
DNA Fit test: kr. 1995,-	Denne DNA test fortæller dig, hvad DIN krop vil træne, hvordan du kan undgå skader, hvordan du kan støtte kroppen og meget mere	Estradiol, progesterone, testosterone hormontest: kr.1250,-	Tester estradiol, progesterone, testosterone i kroppen
DNA Diet test: kr. 1495,-	Denne DNA test fortæller dig, hvad du skal spise, hvad din krop vil spise, en lille ide omkring træning og livsstilssygdomme		Alle giver forslag behandlingsplan og medicin (naturligt) :)
Intolerancetest, tester for 30 forskellige madvarer: kr. 1200,- Tester for 150 forskellige madvarer: kr. 3850,	Reagere du på mad, har dårligt immunforsvar, problemer med maven?		Samt forklaring på hvorfor tingene er som det er, du vil ofte opnå bedre forståelse for din krop efter test svar
Test af antioxidanter : kr. 1100,-	Hvordan ser dit antioxidante status ud i kroppen, cancer?		

At komme tilbage

Homøopati er lavet af naturlige stoffer.

For dig som menneske er det vigtigt, at du er sund, og lever i balance med dig selv og miljøet, men desværre kan din balance blive forstyrret, og du bliver syg. Det er her homøopati kommer ind.

Homøopati hjælper din krop til at bekæmpe sygdomme og genvinde din sunde biologiske balance. Homøopatisk medicin understøtter regulering af dine indre processer. I stedet for at undertrykke symptomerne, er homøopati designet til at hjælpe kroppen tilbage til den biologiske tilstand. Homøopatisk medicin er designet til at opnå de bedst mulige helbredende resultater.

Bestil din ampulkur her info@currame.com for kun 950 kr pr. mdr.

Homøopatisk medicin fremmer kroppens processer af selv-healing. For dig som menneske er det vigtigt, at du er sund, og lever i balance med dig selv og miljøet, men desværre kan din balance blive forstyrret, og du bliver syg. Det er her homøopati kommer ind.

En ampulkur kan fungere som en udrensningsskur, opbyggelseskur, vedligeholdelseskur eller healingskur.

Vi anbefaler altid en udrensning minimum 3 måneder om året (hvert år).



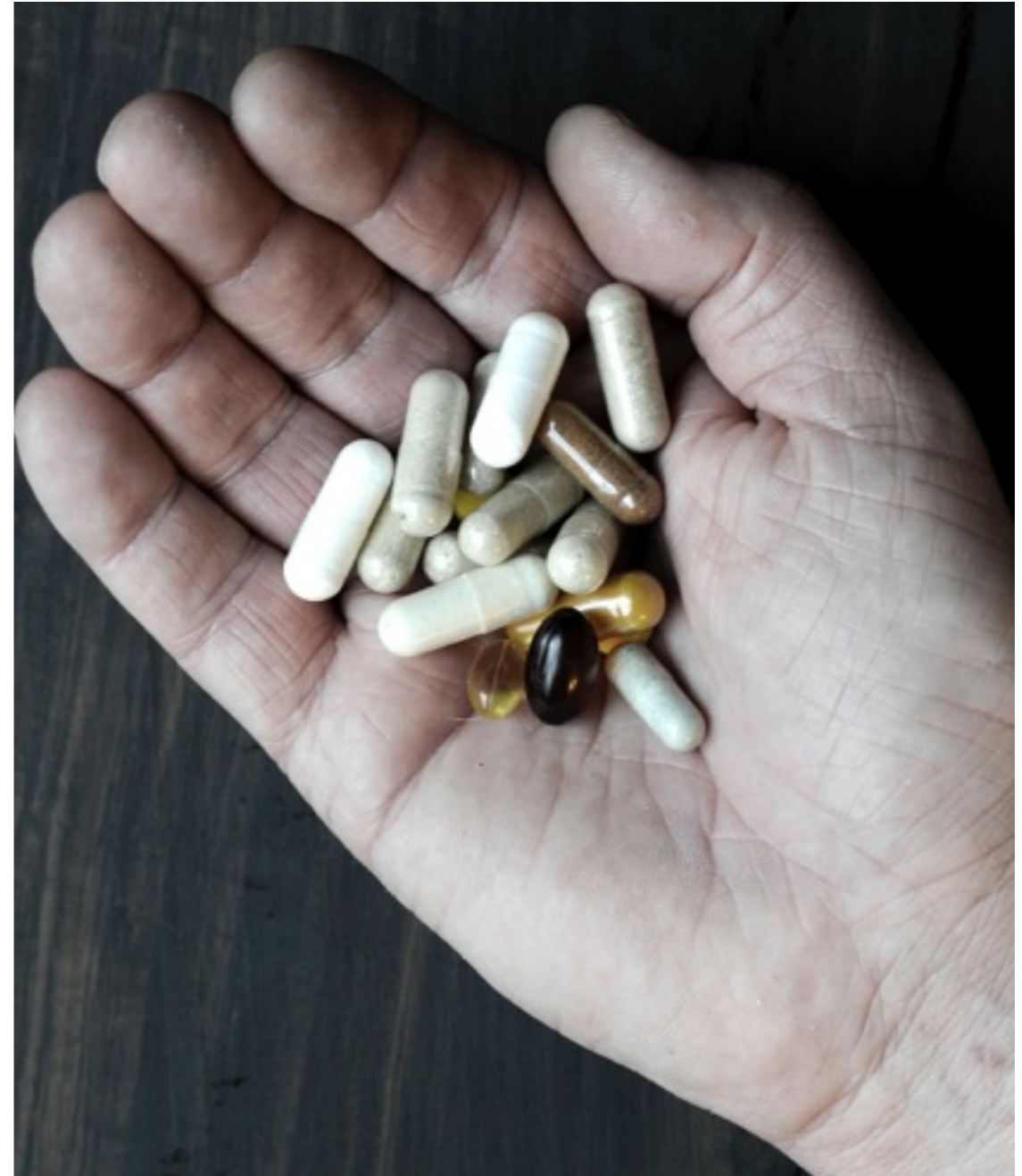
En god start

Tag altid dine kosttilskud om morgenen sammen med en lækker morgenmad, der er fyldt med grøntsager, fedt og protein!

Vi anbefaler ALTID:

- En god Multi Vitaminpille
- En god Probiotic
- Omega 3
- 5 HTP
- Gerne Glutamine
- Gerne ekstra D-vitamin
- Spirulina, wheatgrass og eller grønte

Dette er en god base for alle mennesker!



Når du kommer til mig



Jeg ser dig som en helhed

Jeg anderkender alle aspekter i dit liv, derfor kommer du til at arbejde med alle niveauer af dit liv.

Jeg starter altid med :

- At lære dig, din krop og din historie at kende ved hjælp af en journal udfyldt af dig inden behandlingsopstart.
- Dernæst analyserer jeg dig - Udfra din kropsform, dine farver, dine fuger, din iris mm.
- Efterfølgende ligger vi en behandlingsplan for vores arbejde og taler evt. om laboratorietester.

Jeg tilbyder laboratorietester, da det er den eneste måde, hvorpå vi kan se direkte ind i din krop.

Testerne fortæller, hvad du har af mangler og derfra kan du få en forståelse for, hvorfor du har dette problem.

Du kan finde ud af, hvad DIN krop har brug for at spise, hvordan det er bedst at træne, hvilke livsstilssygdomme du er disponeret til og derved bearbejde dem du har i bagagen.

Se på på din familie, hvad har de af livsstilsproblemer? Ønsker du disse problemer? Hvis ikke, så er der brug for, at du tager ansvar og gør en forskel i dit liv, da livsstilssygdomme er arvelige.

Du vil tage ansvar for dit liv og krop!

Vi opbygger dig ved hjælp af en kost der gavner DIG. Vi fylder de mangler din krop har, i form af kosttilskud og homøopati, og vi arbejder med mønsterbrydning og positive tanker og vi taler om udrensning og hormonmedicin.

Ny hjemmeside

The Holistic Lifestyle - Et 5 måneders live forløb i København til omkring 1500 kr. om måneden

Simple Detox - Et 3 måneders online forløb til 25 kr. om dagen.

Holistic Health Mentor - Et 9 måneders uddannelses forløb live i København for dig der er behandler, formidler eller privat person som ønsker at tage næste skridt i livet.



Drikke vand

Kvaliteten af drikkevand er temmelig afgørende for vores helbred.

- Basisvand
- Naturlige vs. syntetiske vitaminer
- Basisk vand
- Blødt vand
- Vandvitalisering

Drik vand med samme vibration som dit eget vand indeni din krop har.

Næsten uanset hvilke problemer der er med vandet, kan man altid give det et løft med vitalisering.



Tørbørstning

Kredsløb

Giv din hud en tørbørstning dagligt, inden du går i bad.

Vær grundig, men **kærlig!**

4 Fordele ved tørbørstninger:

- Det aktiverer kredsløbet og afgifter huden
- Det får dig til at mærke kroppen
- Det skaber opmærksomhed i NUET
- Det udrenser dine stresshormoner



Tak for idag

Jeg sender foredraget ud inden for få dage :)

Du er altid velkommen til at kontakte mig gratis med spørgsmål etc.

Friederich Damore Bruun

www.cura-me.com

Email: friederich@currame.com

TLF: 27 20 77 23

