

Deze spiertesten zijn erop gericht allergieën, candida en intoleranties op te sporen,...

... de oorzaak te achterhalen, te achterhalen waarom ze zijn ontstaan en wat ze in het systeem verstoren. In de meeste gevallen is de allergie of intolerantie op te lossen.

Vermijden van bepaalde voedingsstoffen is dus niet het enige dat u kunt doen aan allergieën en voedingsintoleranties.

Ook emotioneel eetgedrag, overmatige zoetbehoefte en een onbalans in de suikerspiegel wordt met deze spiertestmethode positief beïnvloed.

De aanpak

Bij problemen met voeding test ik eerst de zogenoemde 'basis 5'. De basis 5 bestaat uit de eiwitten, calcium, vitamine C, vitamine B-complex en suiker. Bij een positieve spiertest uitslag geeft het lichaam aan deze stoffen energetisch goed te kunnen opnemen en verwerken. Bij een negatieve spiertest uitslag is er energetisch gezien een verstoring. Door de basis 5 te balanceren kunnen er al veel symptomen van overgevoeligheid bij voeding verdwijnen. De vervolgbehandeling is afhankelijk van de situatie.

Voorbeelden van een allergie of een intolerantie zijn:

- melkallergie
- sojamelkallergie
- waterallergie (mensen die moeilijk water kunnen drinken hebben waarschijnlijk last van een waterallergie)
- zoette trek
- voedingsallergie: allergieën voor specifieke voedingsmiddelen (bijvoorbeeld bepaalde fruiten of groente, e-stoffen, geraffineerde producten)
- allergieën andere stoffen (bijvoorbeeld huisstof, hooikoorts, wasmiddelen).

Meer informatie over allergieën en de spiertestmethode uit de kinesiologie, die ik toepas, is te vinden op de volgende website: www.praktijkfreedom.nl .

[Terug](#)

