

***План восстановления при
неприятном запахе пота***

ЗАПАХ ПОТА — ЭТО НЕ ПРО ГИГИЕНУ

Это сигнал, что организм не справляется с выведением

Пот сам по себе почти не пахнет.
Запах появляется, когда тело не выводит токсины
правильно → они идут через кожу.

1. РАЗБОР: КАКОЙ ЗАПАХ О ЧЁМ ГОВОРИТ

Резкий кислый запах

- 👉 Нарушение углеводного обмена
- 👉 Часто: перегрузка ЖКТ, кандидоз

Причины:

- избыток сахара
- грибковая нагрузка
- слабая печень

Что подключать:

- 🌿 Чёрный орех
- 🌿 Березит
- 🌿 Сбор для ЖКТ
- 🌿 Курс «Тотальный детокс»

Запах тухлого / гнилостный

- 👉 Застой в кишечнике
- 👉 Гниение белка

Причины:

- запоры
- слабая ферментация
- дисбактериоз

Что подключать:

- 🌿 Сбор для ЖКТ
- 🌿 Сок лопуха
- 🌿 Желчегонный сбор
- 🌿 «Тотальный детокс»



🐟 Рыбный запах

- 👉 Нарушение работы печени
- 👉 Плохая детоксикация

Причины:

- застой желчи
- перегрузка печени
- жирная пища + алкоголь

Что подключать:

- 🌿 Желчегонный сбор
- 🌿 Березит
- 🌿 Сок лопуха



 **Резкий аммиачный запах**

👉 **Нарушение белкового обмена**

👉 **Перегрузка печени и почек**

Причины:

- **избыток белка**
- **обезвоживание**
- **проблемы с почками**

Что подключать:

 **Сок лопуха**

 **Березит**

 **«Тотальный детокс»**

 **Запах сырости / затхлый**

👉 **Лимфатический застой**

👉 **Плохой отток жидкости**

Причины:

- **гиподвижность**
- **слабая лимфа**
- **хроническое воспаление**

Что подключать:

 **Березит**

 **«Тотальный детокс»**

⚠ 2. ЧТО НА САМОМ ДЕЛЕ ПРОИСХОДИТ

Если появился запах пота:

- ✗ печень не справляется
- ✗ кишечник не выводит
- ✗ лимфа перегружена
- ✗ токсины выходят через кожу

👉 Поэтому дезодорант не решает проблему
Он просто блокирует выход

🖋 3. АНАЛИЗЫ (ОБЯЗАТЕЛЬНО)

Минимальный чек-лист:

- ✓ Общий анализ крови
 - ✓ Биохимия:
 - АЛТ
 - АСТ
 - билирубин
 - щелочная фосфатаза
 - ✓ Глюкоза
 - ✓ Инсулин
 - ✓ Копрограмма
 - ✓ Кал на дисбактериоз
 - ✓ Анализ на паразитов
 - ✓ Общий анализ мочи
-

4.. ДОПОЛНИТЕЛЬНО (УСИЛЕНИЕ ЭФФЕКТА)

- ✓ убрать сахар и дрожжи
- ✓ пить воду 30 мл/кг
- ✓ добавить клетчатку
- ✓ уменьшить белок при аммиачном запахе
- ✓ больше движения (лимфа не качается сама)

! ВАЖНО

*Запах пота — это ранний сигнал.
Пока тело справляется — оно «выводит через кожу».*

Но дальше идут:

- 👉 кожа
- 👉 давление
- 👉 воспаление
- 👉 хронические состояния

 WhatsApp: +7 777 097 8675
