- usuwania brzydkich zapachów kosza na śmieci (po umyciu kosza sprzyjającego pleśni i bakteriom),
- usuwania brzydkiego zapachu z szafki pod zlewem i wnętrza bateryjek (sprzyjającego rozwojowi pleśni i bakterii),
- Płyn rozcieńczony nadaje się do:
- mycia lustер, okien i szyb (1 łyżka płynu na litr wody),
- mycia samochodu (1 część płynu na 2 części wody),
- dezynfekcji powierzchni w kuchni i łazience, dziecięcych zabawek i kącików dla zwierząt (3 łyżki płynu na litr wody),
- „alpinet" pas bez detergentów, aby nie łapał pchieł (1 łyżka płynu na 3 litry wody jako płukanka). Pamiętaj, że kąpanie psa to ostateczność, była już o tym mowa.
- myjka szarłat, drzwi, mopowania podłóg (2 łyżki na trzylitrowe wiadro wody).
- nawozenia roślin (2 łyżki na 3 litry wody albo *możesz wykorzystać wodę po mopowaniu podłóg*!).

Wiem, że płyn nie zastąpi wszystkich Twoich zasobów chemii domowej. Wierzę mi lub nie, ale poczuj en pranie, wybielacze, a nawet tabletki do zmywarki i inna chemia domowa nie muszą być kupione w sklepie. Łatwo to wszystko przygotować samodzielnie z poszczególnie dostępnych i tanich składników, np. *sody kalcynowanej i boraksu*. Odpowiednie informacje znajdziesz w sieci. Istnieją internetowe grupy, gdzie można wymieniać się cennymi informacjami, a nawet kupić gotowe mieszanki. Chwila zadań toksycznej konserwanty, dezodorant może zabieg powinien. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, a najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

Płyn możesz przelać do miniejszej butelki np. z atomizerem, lekiej to spłokowym prepanacie do mycia okien, bo do gego cedu Twój płyn będzie m.in. służył.

Płyn się nie psuje. Biała powłoka na powierzchni płynu i osad na dnie świadczą tylko o jakości filtracji. Gdy się pojawią, wystarczy dobrze wstrząsnąć butelkę. Dokładna filtracja zapobiegnie zatykaniu pompki atomizera.

Zastosowania płynu w zależności od stężenia *Płyn nierozcieńczony nadaje się do:*

- Płyn rozcieńczony nadaje się do:
- mycia lustер, okien i szyb (1 łyżka płynu na litr wody),
- mycia samochodu (1 część płynu na 2 części wody),
- dezynfekcji powierzchni w kuchni i łazience, dziecięcych zabawek i kącików dla zwierząt (3 łyżki płynu na litr wody),
- „alpinet" pas bez detergentów, aby nie łapał pchieł (1 łyżka płynu na 3 litry wody jako płukanka). Pamiętaj, że kąpanie psa to ostateczność, była już o tym mowa.
- myjka szarłat, drzwi, mopowania podłóg (2 łyżki na trzylitrowe wiadro wody),
- nawozenia roślin (2 łyżki na 3 litry wody albo *możesz wykorzystać wodę po mopowaniu podłóg*!).

Wiem, że płyn nie zastąpi wszystkich Twoich zasobów chemii domowej. Wierzę mi lub nie, ale poczuj en pranie, wybielacze, a nawet tabletki do zmywarki i inna chemia domowa nie muszą być kupione w sklepie. Łatwo to wszystko przygotować samodzielnie z poszczególnie dostępnych i tanich składników, np. *sody kalcynowanej i boraksu*. Odpowiednie informacje znajdziesz w sieci. Istnieją internetowe grupy, gdzie można wymieniać się cennymi informacjami, a nawet kupić gotowe mieszanki. Chwila zadań toksycznej konserwanty, dezodorant może zabieg powinien. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

ANEKS D

SKUTECZNY, NIESZKODLIWY DEZODORANT I LECZNICZA PASTA DO ZĘBÓW W JEDNYM

O tym wspomniałym specyfiku owiedziałem się od pana Jerzego Ziąby, autora książek (*Chyże lezgije* i wiele filmów edukacyjnych dostępnych w sieci. Kiedy zaisosowałem ten przepis na raz pierwszy, od razu wiedziałem, że będę go stosował zawsze. To prawdziwa rewelacja. Mojm znajomym też wystarczyła próba, żeby się przekonać. Szczególnie tym, którzy mają skłonności do obfitego pocenia się. Sprobuj i Ty.

Najpierw, obowiązkowo, umyj się pod pełnym. Oczywiście samą wodą. Na łyżeczkę nabierz nieco sody oczyszczonej (1/2–1/3 łyżeczki) i zalej wodą ułtenioną, tak żeby powstała rzadka pasta. Zamocz w niej dwa palce i posmaruj pod pachą. Z czasem dojdziesz do wprawy w użyciu tej niepozornej odbiłości pocenia się, aktywności łzyczenej i temperatury. W razie potrzeby możesz zabieg powtórzyć. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

chronić DMSO przed światłem, dodatkowo przechowując w szafie, ale nie w lodówce, bo zamarznie.

Krople do oczu: DMSO 8%

Roztwór przygotuj na bazie sterylnej wody, którą kupisz w aptece. Zakraplaj zmęczone oczy, szczególnie po długotrwałej pracy przy komputerze.

Tak przy okazji, na koniec tej krótkiej opowieści warto wspomnieć, że DMSO bywa składnikiem niektórych leków z apteki. Tutaj słowa lek nie biorę w cudzysłów, bo te substancje mogą działać skutecznie. Przykładem jest przeciwbólowy Opokan Actigel.

Co zawiera ten lek? Jak czytamy w ulotce, substancją czynną rzekomo jest naproksen. Ale czy aby na pewno? Ten znany żel zawiera również etanol (alkohol etylowy) 96%, glikol propylenowy, hydroksypropyloceluloze, wodę oczyszczoną oraz… dimetylosulfotlenek, czyli DMSO! Gdyby więc usunąć z niego rzekomo czynny naproksen, niepotrzebny etanol i inne dodatki, to przecież przeciwbólowo działałby czysty DMSO. Czy warto iść do apteki i wydawać pieniądze na naproksen i alkohol, jeśli masz śmieszne tani, czysty i nieszkodliwy DMSO w swojej aptece? Żeby udzielić sobie pełnej odpowiedzi na to pytanie, trzeba wziąć pod uwagę ostrzeżenia w ulotce dołączonej do opakowania Opokanu. Co tam znajdziesz? Cytuję:

„Długotrwałe stosowanie żelu, zwłaszcza na duże powierzchnie skóry, może spowodować wystąpienie objawów niepożądanych charakterystycznych dla ogólnoustrojowego działania naproksenu, jak np.:

- ✓ zaburzenia żołądka i jelit (nudności, wymioty, zaparcia, biegunka, zgaga, bóle brzucha),
- ✓ nasilenie objawów choroby wrzodowej żołądka i (lub) dwunastnicy,
- ✓ żółtaczkę (żółte zabarwienie skóry i białkówki oka),
- ✓ zaburzenia czynności nerek,
- ✓ bóle i zawroty głowy,
- ✓ osłabienie koncentracji, bezsenność,
- ✓ szumy uszne, zaburzenia widzenia".

DMSO nie powoduje żadnego z tych działań niepożądanych.

Jaki stąd wniosek? Lepiej kupić w aptece Opokan czy też inny „lek" z do-

Płyn możesz przelać do miniejszej butelki np. z atomizerem, lekiej to spłokowym prepanacie do mycia okien, bo do gego cedu Twój płyn będzie m.in. służył.

Płyn się nie psuje. Biała powłoka na powierzchni płynu i osad na dnie świadczą tylko o jakości filtracji. Gdy się pojawią, wystarczy dobrze wstrząsnąć butelkę. Dokładna filtracja zapobiegnie zatykaniu pompki atomizera.

Zastosowania płynu w zależności od stężenia *Płyn nierozcieńczony nadaje się do:*

- Płyn rozcieńczony nadaje się do:
- mycia lustер, okien i szyb (1 łyżka płynu na litr wody),
- mycia samochodu (1 część płynu na 2 części wody),
- dezynfekcji powierzchni w kuchni i łazience, dziecięcych zabawek i kącików dla zwierząt (3 łyżki płynu na litr wody),
- „alpinet" pas bez detergentów, aby nie łapał pchieł (1 łyżka płynu na 3 litry wody jako płukanka). Pamiętaj, że kąpanie psa to ostateczność, była już o tym mowa.
- myjka szarłat, drzwi, mopowania podłóg (2 łyżki na trzylitrowe wiadro wody),
- nawozenia roślin (2 łyżki na 3 litry wody albo *możesz wykorzystać wodę po mopowaniu podłóg*!).

Wiem, że płyn nie zastąpi wszystkich Twoich zasobów chemii domowej. Wierzę mi lub nie, ale poczuj en pranie, wybielacze, a nawet tabletki do zmywarki i inna chemia domowa nie muszą być kupione w sklepie. Łatwo to wszystko przygotować samodzielnie z poszczególnie dostępnych i tanich składników, np. *sody kalcynowanej i boraksu*. Odpowiednie informacje znajdziesz w sieci. Istnieją internetowe grupy, gdzie można wymieniać się cennymi informacjami, a nawet kupić gotowe mieszanki. Chwila zadań toksycznej konserwanty, dezodorant może zabieg powinien. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

ANEKS C

NATURALNE PREPARATY ZAMIAST TOKSYCZNEJ CHEMII DOMOWEJ I OGRODOWEJ

Przepis na domową produkcję tego płynu znalazłem dawno temu gdzieś w Internecie. Zacząłem go robić i stosować. Skuteczność przerosła moje oczekiwania. Próbki płynu rozdaję dla zachęty moim znajomym. Wszyscy są zachwyceni, sami robią i stosują. Spróbuj i Ty.

Oto przepis:

30 dkg skórek z cytrusów (niekoniecznie Twoich, bo na diecie ketogennej jesz za mało cytrusów) kroisz w cienkie paski (na tyle wąskie, żeby przeszły przez szyjkę butelki). Wkładasz je do 1,5 l butelki np. po wodzie mineralnej (niekoniecznie musisz sam ją pić, bo wiesz, że może być gorsza niż przefiltrowana kranówka) i dodajesz **10 dkg cukru** oraz **1 litr wody**. To będzie jedyne zastosowanie cukru w Twoim domu. Ale zjadać go będą tylko drożdże i bakterie. Zakręcasz butelkę i energicznie wstrząsasz, aż cukier się rozpuści. Na butelce zapisujesz bieżącą datę i stawiasz ją w jakimś ciemnym miejscu, np. do szafki, ale z odkręconą nakrętką, żeby nie rosło ciśnienie wewnątrz. Pod butelkę podłóż szmatkę, na wypadek gdyby się wylewało. Raz na parę dni na chwilę dokręcasz zakrętkę i wstrząsasz butelką, po czym znowu zostawiasz odkręconą. Jeśli masz czas czekać, to proces zajmuje jakieś 3 miesiące. Jeżeli nie chcesz czekać tak długo, to możesz dodać do butelki 1 łyżkę dowolnych drożdży i dokładnie rozpuścić. Wtedy wystarczą 2 tygodnie. Gotowość płynu do użycia łatwo poznać po kolorze – robi się nie tylko ciemniejszy, ale i bardziej przezroczysty – oraz po tym, że nie wydziela się już gaz, bo proces fermentacji ustał.

Przez gęste sitko lub lejek wyłożony gazą przefiltrujesz gotowy płyn do jakiejś butelki i już jest gotowy do użycia. Ma formę nierozcieńczoną.

W zależności od zastosowania rozcieńczysz go w odpowiedniej proporcji.

bo woda utleniona rozkłada się i przestaje działać. Dlatego nie możesz zrobić pasty na zapas, a buteleczka z wodą utlenioną musi być od razu szczelnie zamknięta. Z kolei soda oczyszczona jest higroskopijna (chłonie wilgoć z powietrza), więc należy ją przechowywać w szczelnym pojemniku.

- usuwania brzydkich zapachów kosza na śmieci (po umyciu kosza sprzyjającego pleśni i bakteriom),
- usuwania brzydkiego zapachu z szafki pod zlewem i wnętrza bateryjek (sprzyjającego rozwojowi pleśni i bakterii),
- Płyn rozcieńczony nadaje się do:
- mycia lustер, okien i szyb (1 łyżka płynu na litr wody),
- mycia samochodu (1 część płynu na 2 części wody),
- dezynfekcji powierzchni w kuchni i łazience, dziecięcych zabawek i kącików dla zwierząt (3 łyżki płynu na litr wody),
- „alpinet" pas bez detergentów, aby nie łapał pchieł (1 łyżka płynu na 3 litry wody jako płukanka). Pamiętaj, że kąpanie psa to ostateczność, była już o tym mowa.
- myjka szarłat, drzwi, mopowania podłóg (2 łyżki na trzylitrowe wiadro wody),
- nawozenia roślin (2 łyżki na 3 litry wody albo *możesz wykorzystać wodę po mopowaniu podłóg*!).

Wiem, że płyn nie zastąpi wszystkich Twoich zasobów chemii domowej. Wierzę mi lub nie, ale poczuj en pranie, wybielacze, a nawet tabletki do zmywarki i inna chemia domowa nie muszą być kupione w sklepie. Łatwo to wszystko przygotować samodzielnie z poszczególnie dostępnych i tanich składników, np. *sody kalcynowanej i boraksu*. Odpowiednie informacje znajdziesz w sieci. Istnieją internetowe grupy, gdzie można wymieniać się cennymi informacjami, a nawet kupić gotowe mieszanki. Chwila zadań toksycznej konserwanty, dezodorant może zabieg powinien. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

ANEKS D

SKUTECZNY, NIESZKODLIWY DEZODORANT I LECZNICZA PASTA DO ZĘBÓW W JEDNYM

O tym wspomniałym specyfiku owiedziałem się od pana Jerzego Ziąby, autora książek (*Chyże lezgije* i wiele filmów edukacyjnych dostępnych w sieci. Kiedy zaisosowałem ten przepis na raz pierwszy, od razu wiedziałem, że będę go stosował zawsze. To prawdziwa rewelacja. Mojm znajomym też wystarczyła próba, żeby się przekonać. Szczególnie tym, którzy mają skłonności do obfitego pocenia się. Sprobuj i Ty.

Najpierw, obowiązkowo, umyj się pod pełnym. Oczywiście samą wodą. Na łyżeczkę nabierz nieco sody oczyszczonej (1/2–1/3 łyżeczki) i zalej wodą ułtenioną, tak żeby powstała rzadka pasta. Zamocz w niej dwa palce i posmaruj pod pachą. Z czasem dojdziesz do wprawy w użyciu tej niepozornej odbiłości pocenia się, aktywności łzyczenej i temperatury. W razie potrzeby możesz zabieg powtórzyć. Chyba żadni toksycznej komercyjny dezodorant nie jest tak skuteczny. Jest powiem skutek obeczny: wiosy pod pachami zostaną na zawsze!

Na czym polega działanie tego dezodorantu? Zabija bakterie, których konwowe produkty metabolizmu są przyczyną brzydkiego zapachu. Tak, to nie Twój pot cuchnie. Jest to sprawka tych substancji. Pomieważ jednak bakterie te na skórze są niezbędne, nie smuuj całego ciała, lecz tylko miejsca, które stwarzają problemy np. stopy. Ale to nie wszystkie zalety tego wspaniałego preparatu.

Pozostałość pasty zmajdujęcej się na łyżeczce nabierz *od razu* na szczoteczkę i wyczyść zęby. Wedlug mnie zadna z past sklepowych nie może się z nią równać. Twój własny wyrob zabija na powiem czas nadmiar bakterii w jamie ustnej, chóc nie na tak długo jak pod pachami. Wystarczy, żeby krwawiące dziąsła przeszły do historii. Zadna poreja pasty nie może zostać na później, ale nie może zostać na zawsze. Bilans powinien być dodatni, a nie ujemny. Jak rozwiązać ten problem? Jest to bardzo proste. Wystarczy dobrze wszorować zęby przynajmniej dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku. Jeśli nie masz szczoteczki pod ręką, wystarczy dobrze wypłukać usta wodą. Jeśli nie masz pod ręką wody, wystarczy dobrze wypłukać usta własną śliną. Jeśli nie masz pod ręką śliny, wystarczy dobrze wypłukać usta powietrzem. Jeśli nie masz pod ręką powietrza, wystarczy dobrze wypłukać usta... Nie, to już przesada.

dałkiem DMSO, a może czysty i tani DMSO wyjąć z własnej apteczki?

Skąd wziąć czysty DMSO? Jest dostępny w sklepach chemicznych lub przez Internet. Odpowiednie sięgnie uzyskasz, rozcieńczając go wodą destylowaną, a do przygotowania kropli wodą stertną (do kupienia w aptece). Na przykład aby wykonać roztwór 70%, wlej do naczynia 7 części DMSO i 3 części wody. Przez chwilę roztwór zrobi się gorący, ale nie parzący.

ANEKS C

NATURALNE PREPARATY ZAMIAST TOKSYCZNEJ CHEMII DOMOWEJ I OGRODOWEJ

Przepis na domową produkcję tego płynu znalazłem dawno temu gdzieś w Internecie. Zacząłem go robić i stosować. Skuteczność przerosła moje oczekiwania. Próbki płynu rozdaję dla zachęty moim znajomym. Wszyscy są zachwyceni, sami robią i stosują. Spróbuj i Ty.

Oto przepis:

30 dkg skórek z cytrusów (niekoniecznie Twoich, bo na diecie ketogennej jesz za mało cytrusów) kroisz w cienkie paski (na tyle wąskie, żeby przeszły przez szyjkę butelki). Wkładasz je do 1,5 l butelki np. po wodzie mineralnej (niekoniecznie musisz sam ją pić, bo wiesz, że może być gorsza niż przefiltrowana kranówka) i dodajesz **10 dkg cukru** oraz **1 litr wody**. To będzie jedyne zastosowanie cukru w Twoim domu. Ale zjadać go będą tylko drożdże i bakterie. Zakręcasz butelkę i energicznie wstrząsasz, aż cukier się rozpuści. Na butelce zapisujesz bieżącą datę i stawiasz ją w jakimś ciemnym miejscu, np. do szafki, ale z odkręconą nakrętką, żeby nie rosło ciśnienie wewnątrz. Pod butelkę podłóż szmatkę, na wypadek gdyby się wylewało. Raz na parę dni na chwilę dokręcasz zakrętkę i wstrząsasz butelką, po czym znowu zostawiasz odkręconą. Jeśli masz czas czekać, to proces zajmuje jakieś 3 miesiące. Jeżeli nie chcesz czekać tak długo, to możesz dodać do butelki 1 łyżkę dowolnych drożdży i dokładnie rozpuścić. Wtedy wystarczą 2 tygodnie. Gotowość płynu do użycia łatwo poznać po kolorze – robi się nie tylko ciemniejszy, ale i bardziej przezroczysty – oraz po tym, że nie wydziela się już gaz, bo proces fermentacji ustał.

Przez gęste sitko lub lejek wyłożony gazą przefiltrujesz gotowy płyn do jakiejś butelki i już jest gotowy do użycia. Ma formę nierozcieńczoną.

W zależności od zastosowania rozcieńczysz go w odpowiedniej proporcji.

bo woda utleniona rozkłada się i przestaje działać. Dlatego nie możesz zrobić pasty na zapas, a buteleczka z wodą utlenioną musi być od razu szczelnie zamknięta. Z kolei soda oczyszczona jest higroskopijna (chłonie wilgoć z powietrza), więc należy ją przechowywać w szczelnym pojemniku.

0337_2025_Sadlon_Mit chorob Dodruk 999_2024_srodek_CX102_Work-and-turn_16_09/25/2025_06:17:24_Black