

Physiologische Wirkungen von Essig

Blutzuckersenkende Wirkung

Dosierung: 1 bis 2 EL Apfelessig pro Tag (Dosis!)

Verstärkung des Sättigungsgefühls

Schutz vor Infektionen

Saubere Arterien

Dosierung: 1 TL bis 1 EL pro Tag

Schutz vor Nierensteinen

Essig erhöht den Citratspiegel im Urin

Physiologische Wirkungen von Essig

Darmflora – Darmmikrobiom – chronische Darmerkrankungen

Dosierung: morgendliches Essigwasser/Sauerhonig

Bluthochdruck

Dosierung: 1 EL pro Tag

Stärkung des Gedächtnisses

Antitumorfaktor NMalphaG

entsteht nur bei der Essigsäuregärung

Apfelessig äußerlich gegen Krampfadern

Verdünnung 1:5 bis 1:10