



NATURHEILPRAXIS ARNDT
Angelika Arndt (Heilpraktikerin)

Bezeichnung /Seite: Kaffee-Einlauf

Generell:

Bitte nehmen Sie Bio-Kaffee-Pulver, die Belastungen aus dem konventionellen Anbau sind beim Kaffee-Einlauf sonst direkt bei der Leber, diese Zusatzbelastung sollte vermieden werden.

Vorbereitung:

1 Liter Wasser mit 2 Eßl. Kaffeepulver im Topf aufkochen und 20 Minuten sieden lassen.
Danach durch ein feines (Haar-)Sieb/ Papierfilter abgießen, damit kein Pulverreste im Sud verbleiben.
Abkühlen lassen auf „Hand-warm“.

Durchführung:

Kaffee-Sud in den Irrigator füllen und Einlauf nach bekanntem Muster vornehmen.
Nicht zu spät am Abend durchführen, durch das Koffein kann es sonst zu Einschlafproblemen kommen.
Täglich durchführen!
Fragen können Sie gerne unter [Kontakt](#) an uns senden.