

"Citrosept Einnahmeanleitung"

CITROSEPT enthält ca. 33% bzw. 20% des konzentrierten GKE-Extrakts, pflanzliches Glycerin als Trägermittel und Wasser. In den Kapseln wird Pulver mit Kieselerde als Trägermaterial verwendet. CITROSEPT ist in dieser Form seit 1997 in Österreich als Nahrungsergänzung angemeldet und kann ohne Bedenken auch langfristig zur Einnahme, zur Stärkung des Immunsystems verwendet werden. Im Rahmen der regelmäßigen Kontrolle durch die Lebensmittelbehörde und Rückmeldungen von Kunden hat sich gezeigt, dass bei sachgemäßer Anwendung keine schädlichen Nebenwirkungen entstehen.

Dennoch ist es sehr wichtig, ein paar Punkte zu beachten, da der Organismus des Menschen völlig unterschiedlich geartet ist und daher fast jeder Mensch unterschiedlich auf GKE reagiert.

GKE kann sowohl innerlich als auch äußerlich angewendet werden. Wir empfehlen GKE im Allgemeinen nur zur innerlichen Einnahme.

Sie sollten CITROSEPT niemals unverdünnt anwenden, weder innerlich noch äußerlich. Obwohl in div. Literatur besonders bei äußerlicher Anwendung von GKE oft der Einsatz des unverdünnten Extrakts empfohlen wird, hat sich gezeigt, dass verschiedene Hauttypen völlig unterschiedlich reagieren können

Bei der äußerlichen Anwendung vorsichtig beginnen und 1 Tropfen des Extrakts entweder in ein paar Tropfen eines hautpflegenden Öles oder ein paar Tropfen Wasser auflösen. Dann auftragen. Nur dann anwenden, wenn Sie merken, dass Ihre Haut nicht zu sensibel auf pures GKE reagiert.

Bei der innerlichen Anwendung sollten Sie folgendes beachten:

Wenn Sie Bitterstoffe nicht mögen oder allergisch gegen Zitrusfrüchte sind, beginnen Sie vorsichtig mit der niedrigsten Dosierung von 1 - 7 Tropfen. Kapseln haben den Vorteil, dass sie -im Gegensatz zu den sehr bitteren Tropfen- geschmacklich kaum wahrgenommen werden. Im Allgemeinen ist zu Beginn eine niedrige Dosierung, die man allmählich bis zur gewünschten Dosis steigert, empfehlenswert. Dies ist jedoch keine Regel und viele Anwender beginnen gleich mit 10 - 30 Tropfen CITROSEPT Extrakt, bzw. einer CITROSEPT Kapsel (ca. 20 Tropfen)

Einnahme der Kapseln:

Bitte bedenken Sie, dass eine Kapsel ca. 20 Tropfen des Extrakts entspricht. Wenn GKE auch sehr sicher in der Anwendung ist, so darf man doch in keinem Fall fahrlässig damit umgehen, ebenso wenig wie man Zitronenkonzentrat nicht pur anwenden kann. Wie Zitronensäure kann auch das pure GKE-Konzentrat auf der Schleimhaut zu sehr unangenehmen Reizungen führen; dies ist zwar nicht gefährlich, aber trotzdem sehr unangenehm. **Deshalb: Viel Trinken!**

Nehmen Sie nicht mehr als eine Kapsel auf einmal.

Nehmen Sie die Kapsel am besten kurz vor oder zum Essen, jedoch nicht nach einem ausgiebigen Essen. Sie können die Kapseln natürlich auch unabhängig vom Essen je nach Bedarf zu sich nehmen.

Nehmen Sie mindestens 1/4 Liter Flüssigkeit pro Kapsel zu sich. Das ist sehr wichtig. Es ist zu wenig, wenn Sie die Kapsel einfach nur runterschlucken oder runterspülen.

Die Kapseln nicht vor dem Schlafengehen einnehmen, sondern mindestens 1 Stunde bevor Sie sich hinlegen. Wenn Sie merken, dass eine Kapsel nicht richtig verschluckt wurde, trinken Sie solange Flüssigkeit nach, bis die Kapsel ganz sicher im Magen ist.

Zur Prophylaxe oder als Kur nehmen Sie täglich zwischen 7 - 30 Tropfen bzw. 1 Kapsel ihrer Wahl. Sie können auch Kapseln und Tropfen kombinieren. Zu Beginn der Einnahme ist in jedem Fall eine

längerfristige Einnahme von 1 - 4 Wochen in der gewünschten Dosierung zu empfehlen. Als oberste Richtlinie kann man ca. 1 Tropfen pro kg Körpergewicht nehmen, dies ist jedoch keine Regel.

Es sind keine Wechselwirkungen mit Medikamenten oder anderen Mitteln bekannt. Vor Kindern geschützt aufbewahren. Bei Augenkontakt die Augen lange und gründlich mit klarem Wasser ausspülen.