Training use only

Onderwerp

HOE OM CANDIDA-OORGROEI TE VOORKOM

Instrukteur

Leah Coetzee

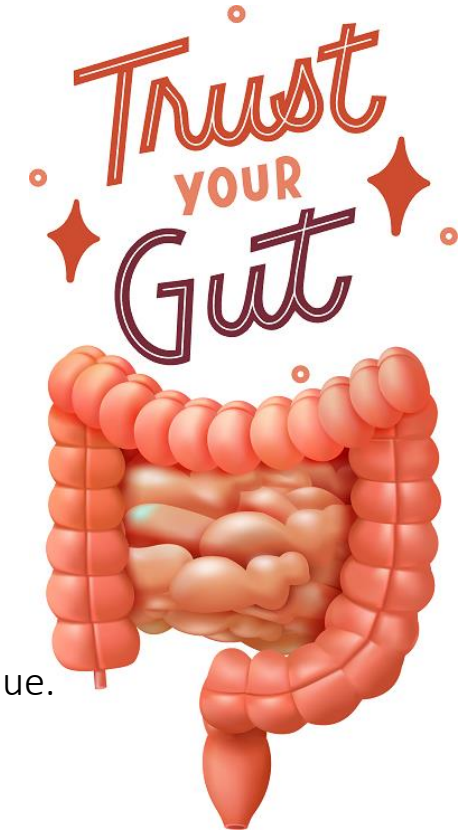
Produkte voorgestel

ALOE FEROX JUICE, AM FACE WASH, FABULOUS FIBRE BITTER. OMEGA-3, OUTLOOK, SUN CARE LOTION, SUPER ALOE GEL, VITAMIN C+, WINTER FIGHTER

~ This material is intended for training purposes only ~

Aloe Ferox learning

DERMGESONDHEID EN CANDIDA



Wat is dermgesondheid? (Gut health)

Dermgesondheid verwys na die **balans** van bakterieë, gis en ander mikroörganismes in die spysverteringstelsel. ’n Gesonde derm (gut) ondersteun ’n groot deel van ons algehele gesondheid, insluitend spysvertering, immuniteit en gemoedstemming. Probleme soos opgeblasenheid, slegte spysvertering, hardlywigheid, diarree en inflammasie dui dikwels op ’n wanbalans in die dermmikrobioom.

Wat is Candida?

Candida verwys na die **natuurlike gis** wat in die derm, in die mond en op die vel voorkom, en is heeltemal normaal.

Daar is egter ’n sterk verband tussen Candida (gis) en dermgesondheid.

- ✓ ’n Gesonde derm bevat voordelige bakterieë wat Candida onder beheer hou.
- ✓ Wanneer die balans van dermbakterieë egter versteur word, vermeerder Candida buitensporig en veroorsaak gesondheidsprobleme.
- ✓ **Candida-oorgroei** is skadelik en floreer in warm en vogtige areas soos die lieste, oksels, onder die borste en in velvoue.
- ✓ **Candida uitslag** is ’n **gisinfeksie** en lyk gewoonlik rooi en rou met wit kolle en kan ’n maaskaas-agtige voorkoms hê.
- ✓ **Candida** kom voor op die vel in die vorm van sproei, vaginale gisinfeksie of velinfeksie.

Training use only

Candida kan die volgende gesondheidsprobleme veroorsaak:

- Candida kan die dermvoering beskadig, en lekkende dermsindroom veroorsaak wat gifstowwe en onverteerde voeseldeeltjies in die bloedstroom laat beland, wat lei tot inflammasie en immuunreaksies.
- Candida kan verhinder dat belangrike voedingstowwe soos B-vitamine, magnesium en sink opgeneem word, en kan tot tekorte lei.
- Kan simptome soos winderigheid, hardlywigheid, diarree, sooibrand en opgeblasenheid veroorsaak.
- Omdat 70% van die immuunstelsel in die derm geleë is, kan ’n wanbalans wat deur Candida veroorsaak word, die immuunstelsel verswak, en die liggaam vatbaar maak vir infeksies.
- Stresbestuur: kroniese stres verswak dermgesondheid en dra by tot Candida oorgroei.

~ This material is intended for training purposes only ~

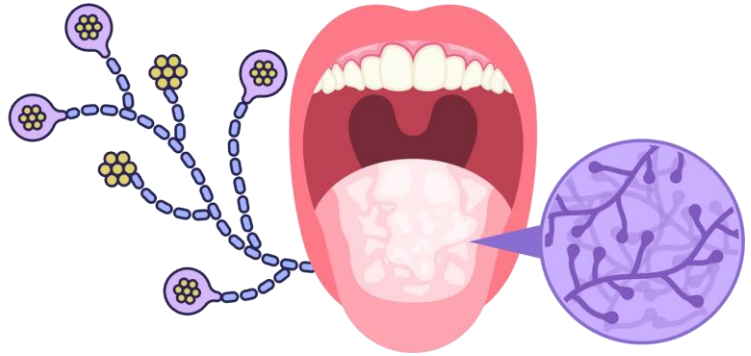
HOE KAN ONS CANDIDA ONDER BEHEER HOU?

Wat versteur die balans van dermbakterieë wat tot Candida-oorgroei kan lei?

- Antibiotika, stress, ’n verswakte immuunstelsel en ’n hoë suikerdieet is die hoofoorsake.
- Gis en swamme voed op:
  - Suiker.
  - Verfynde koolhidrate.
  - Alkohol.
  - Gaskoeldrank.

Hoe herstel ’n mens die balans van die mikrobioom sodat candida oorgroei kan stop?

- Verhoog probiotika inname (natuurlike jogurt, suurkool, kefir, kombucha, kimchi) om die voordelige bakterieë in die derm aan te vul en die mikrobioom te balanseer.
- ’n Probiotika-aanvulling kan gebruik word.
- Eet natuurlike antiswam voedsel soos knoffel, uie, aspersies, borrie en sampioene, wat help om Candida oorgroei te beveg.
- Eet genoeg gesonde vette soos klapperolie, olyfolie en avo’s.
- Goeie proteïene is hoender, vis, eiers en beeskerrie.
- Prebiotika’s soos *ALOE FEROX JUICE*, piesangs, aspersies, oats, gort, appels, kakao is nodig om die goeie bakterieë te voed.
- Eet neute en sade soos amandels, chia- en vlassade.
- *FABULOUS FIBRE BITTER* is bekend vir sy dermreinigende en anti-inflammatoriese eienskappe, en help met spysvertering.
- *VITAMIN C+* is nodig vir behoorlike funksionering van die immuunstelsel. *VITAMIN C+* moedig witbloedsel-produksie aan, en help só om die liggaam teen infeksie te beskerm.



Training use only

~ This material is intended for training purposes only ~

HERSTEL DERMGESONDHEID EN CANDIDA

Probiotiese jogurt bevat lewende, “goeie” bakterieë wat kan help met die behandeling van mondsproei. Dit maak nie Candida dood nie, maar stop die groei daarvan. Hierdie goeie bakterieë help ook om die behoorlike balans van goeie en slegte bakterieë in die mond te herstel. Aangesien jogurt so sag is, is dit veral van hulp wanneer ’n mens sukkel om te sluk a.g.v. pynlike mond- en keelletsels.

Candida-oorgroei kom voor op warm, vogtige plekke en moet so behandel word:

- Hou die area droog en koel.
- Dra los katoenklere om wrywing en vog te verminder.
- Gebruik mieliestysel om oortollige sweet en vog te absorber (nie talkpoeier nie).
- Al is Candida is nie baie aansteeklik nie, moet persoonlike items soos handdoeke, waslappe, kamme en borsels liefs nie gedeel word nie.

Training use only

Behandeling:

- Was aangetaste areas met *AM FACE WASH*.
- *AM ALOE GEL* verlig die jeuk en verminder inflammasie.
- Versterk die immuunstelsel met ’n dosis *WINTER FIGHTER*. . ’n Gesonde immuunstelsel help om balans in jou liggaam terug te bring.
- *OMEGA-3* help om inflammasie in die liggaam te verminder.
- *VITAMIN C+* is nodig vir behoorlike funksionering van die immuunstelsel. *VITAMIN C+* moedig witbloedsel-produksie aan en help só om die liggaam teen infeksie te beskerm.
- *VITAMIN C+* is noodsaaklik vir herstel van velselle asook vorming van nuwe velselle.

Dermgesondheid fokus op balans – Candida aantasting verwys altyd na die **oorgroei van gis**. ’n Langtermyn-gebalanseerde dermmikrobioom voorkom dat **Candida oorgroei** plaasvind.

~ This material is intended for training purposes only ~

OUTLOOK … MOOI EN VARS GETUIENISSE

Tina skryf: Ek en my kliënte is verheug en dankbaar dat *OUTLOOK* weer beskikbaar is! Ek is trots om ’n Aloe Ferox-verspreider te wees. Baie dankie vir julle uitstekende produkte. Dankie Tina, vir die getuienisse wat jy vir ons gestuur het:

- My pa het sy een oog verloor en het slegs 80% sig in die ander oog. Vandat hy *OUTLOOK* gebruik, het sy sig begin verbeter. Hy sien sy spesialis slegs 1 x per jaar, en dié sê elke keer dat sy sig verbeter het.
- My man het jare gelede sy linkeroog beseer in ’n motorongeluk in die weermag, en vandat hy *OUTLOOK* gebruik, het sy sig verbeter.
- Ek is ’n diabeet en my linkeroog is baie swak en sukkel om te fokus. Vandat ek *OUTLOOK* gebruik, het my sig begin herstel, en my oog raak nie meer so moeg nie. Terwyl *OUTLOOK* nie beskikbaar was nie, het my linkeroog dof en “moeg” gebly, en dit het veroorsaak dat ek meer migraine gekry het.

Hannes Louw skryf vir ons die volgende: Die oogarts behandel my oog nou al ’n paar jaar vir makulêre degenerasie.
Deel van die behandeling is ’n reeks inspuitings binne in die oë. Die agteruitgang van my oë was al so erg dat die buitelyne van voorwerpe skeef en krom voorgekom het. Ongeveer ’n jaar gelede het my dogter *OUTLOOK*-kapsules aanbeveel, wat ek getrou begin gebruik het. In Januarie 2025 het ek my jaarlikse afspraak nagekom. Die dokter is so tevrede met die verbetering dat hy gesê het ek hoef nie meer te kom vir verdere inspuitings nie.

2 Kort getuienisse:

- Dié dame het vir 15 jaar dieselfde bril gedra omdat sy nie ’n sterker bril nodig gehad het nie.
- Van iemand anders kom ’n vreugdevolle sug: Ag, ek kan weer my Bybel lees!!

Training use only

~ This material is intended for training purposes only ~

WAARVOOR WORD *OUTLOOK*-KAPSULES GEBRUIK?

OUTLOOK-kapsules is saamgestel uit plantekstrakte wat gunstig is vir die welsyn en versorging van oë:

- Verbeter die kwaliteit van sig.
- Versorg oogprobleme soos bv. droë oë.
- Help inflammasie opklaar.
- Bevorder bloedsirkulasie na die oë.
- Besit antioksidant-aktiwiteit wat teen UV-strale beskerm.
- Help stabiliseer skommelende bloedsuikervlakke en is dus voordelig vir diabete.
- Verbeter nagsig.
- Vertraag groei van katarakte, veral as dit saam met *VITAMIN C+* gebruik word.
- Help voorkom slym en slymvliesontsteking van die oë.
- Vertraag makulêre degenerasie (veroudering van die oë) en katarakte.

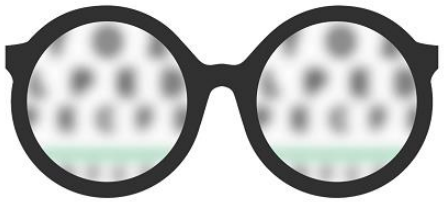
Training use o

Makulêre degenerasie en katarakte is ouderdomsverwant en die grootste oorsaak van oogkwale, maar daar is ook ander faktore wat ’n rol speel wanneer dit by oogkwale kom:

- Rook vernou ’n mens se are, asook die fyn aartjies in die oog.
- Dit verhinder behoorlike bloedvloei en suurstof na die oog en kan aanleiding gee tot beroerte in die oog.
- Hoë bloeddruk en stres kan ook beroerte in een of albei oë veroorsaak.
- Onstabiele bloedsuikervlakke versnel oogveroudering.
- Diabete ontwikkel dikwels oogprobleme en swakker sig, a.g.v. skommelende en onstabiele bloedsuikervlakke.
- Aarverkalking, inflammasie en alkohol is risiko-faktore wat ’n uitwerking op ooggesondheid het.
- UV-strale van die son en skerp lig, bv. ’n sweisvlam. Belê in ’n goeie sonbril om die oë te beskerm teen skerp lig en UV-strale.
- Ooreising van die oë (rekenaarskerm, swak lig, verkeerde bril) dra ook by tot oogprobleme.

~ This material is intended for training purposes only ~

NOG 2 OUTLOOK-GETUIENISSE



Chris skryf: In 2018 het 4 van ons na die Sterrewag in Sutherland gaan kyk. In Sutherland aangekom wou ek gou tent opslaan, maar die grond in die kampterrein was besonder hard. Na herhaalde barshoue om die tentpen ingeslaan te kry, was my regteroog skielik stokblind. Ek het dit vir die ander probeer wegsteek.

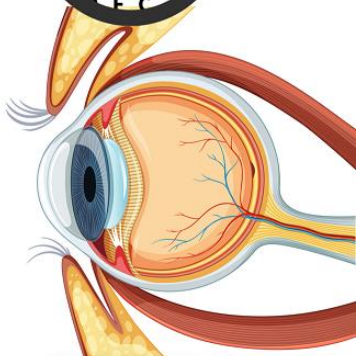
Vroeg die volgende oggend is ons terug Kleinbrak toe waar ek dadelik my dokter gaan raadpleeg het. In George Hospitaal het 2 oogspesialiste na ’n deeglike ondersoek die moontlikheid van ’n "retina-lossing” genoem, maar hulle wou eers verdere toetse doen. Die dokters het ook gekyk na katarakte, maar daar was geen teken daarvan nie.

Tydens ons gewone markte het ek ’n oogklap gedra. Al die bekendes het gesimpatiseer totdat een van die kliënte gesê het: “Maar jy sit met die medisyne op die rak!” terwyl sy beduie na die OUTLOOK-kapsules. Ek het net daar en dan ’n botteltjie oopgemaak en begin drink.

Training use only

Ek het gou ’n verandering opgemerk en na die derde maandelikse besoek aan die hospitaal het ’n dokter Opgemerk: “Jou oog het heelwat verbeter, wat gebruik jy?”

Toe Covid in Januarie 2020 uitbreek, het die hospitaalbesoeke doodgeloop, maar my oog het steeds verbeter. In die loop van 2022 dat ek op ’n dag besef dat my oog volkome genees het. Ek gebruik steeds OUTLOOK en is nie van plan om ooit daarsonder te wees nie.



Mev E. Vogel (85 jaar) skryf: Baie dankie vir die wonderlike OUTLOOK-kapsules. Ek was blind in die een oog a.g.v. gloukoom. Na een maand se gebruik het sig in die oog begin terugkom. Ek drink dit steeds en daar is wonderlike verbetering. Baie dankie nogmaals want dit werk verseker.

~ This material is intended for training purposes only ~

STALLETJIE WENKE

Kleuters is oneindig nuuskierig, hul helder ogies vonkel van verwondering terwyl hulle die verskillende stalletjies verken en bewonder. Hulle huiwer nooit om vrae te vra nie, en soms, in hul opgewondenheid, dwaal hulle weg sonder volwasse begeleiding.

Wanneer ek ’n kleintjie naby my stalletjie sien, gryp ek die geleentheid aan om iets spesiaals te deel. Ek gee vir hulle ’n sachet soos bv. *SUN CARE LOTION* op ’n sonnige dag, en verduidelik mooi: “Neem dit vir Mamma en sê vir haar om dit op jou en haarself te smeer sodat julle albei beskerm bly teen die son.”
Gewoonlik straal die gesiggies van opgewondenheid terwyl hulle wegskarrel, gretig om die boodskap oor te dra. Natuurlik sorg ek altyd dat daar ’n pamflet of besigheidskaartjie by is—net ietsie vir Mamma om te lees!

Training use only

Ander kere gee ek ’n sachet *SUPER ALOE GEL* met die woorde: “Sê vir Mamma om hierdie in haar handsak te hou – dit werk baie goed vir snye, skaafplekke of brandwonde!” Dit is verstommend hoe aandagtig sommige kinders luister, elke woord inneem en dan die boodskap met verbasende duidelikheid oordra.

Op dié manier het ek al baie kliënte gelok wat andersins sou verbystap, sonder om ’n tweede blik in my rigting te gee.
So lekker om ’n skril en opgewonde kinderstemmetjie te hoor wat sê: “Mamma, Mamma, hier is die tannie wat die sachet vir mamma gestuur het!

~ This material is intended for training purposes only ~