

### 정화과정

자가복구시스템의 첫번째 단계는 독소제거, 내재된 독소가 피로 밀려 나오면서 밖으로 나오는 현상입니다. 가스/방귀나 잦은 소변 대변(흔함) 혈뇨와 혈변(드뭄): 평균 2 일  
매속거림/코피/구토(매우드뭄): 평균 1 일  
피부 가려움증/발진,종기(흔함): 평균 7 일  
키모테라피나 약에 오래 의존했던 몸은 3 주정도 가기도 합니다.

### 호전과정

따뜻한 수분섭취, 충분한 수면, 운동은 호전반응을 빨리 넘어가게 하며 보통 강행군하여 일주일 안에 짧고 굵게 넘어가는 것이 좋습니다. 부실했던 부위들이 정확하게 돌아가며 더 아파오거나 불편해지는현상이 나타나기도 합니다. 부었던 부위는 부어오르고 다쳤던 부분은 더 열이 나며 통증이 오는 등 더 나빠지는 듯한 느낌이 들수있습니다. 이는 통증을 통해 혈관이 열리고 더 많은 피, 산소, 영양소, 줄기세포가 집중적으로 배달되게 하는 자연 치유의 확실한 증거입니다. 대부분은 1-7 일이면 지나가며, 만성일 경우는 3 주-3 개월동안 몇번 반복하며 현상이 나타납니다. 호전과정은 꼭 넘어가야 할 언덕이며 어떤 약도도움이 안됩니다. 수치와 느낌만 그럴뿐, 몸이 밸런스를 잡으며 복구해가는 과정인 두려움이 아닌 기대와 감사로 경험하실것을 권유합니다. 센터의 교육과 상담을 통해 조율해 가면 큰 차이를 경험하실것입니다. 섭취 초기에 최서 3 번은 센터 방문을 통해 도움받으시는것이 필수입니다. 몸에 사과하는 시간을 가지시고 부정적인 감정이나 분노가 올라온다면 이해와 용서로 녹여내시면 빨리 이 과정을 지나가실수있습니다.

### 변비나 설사

장속의 유익균들(예:유산균 비피더스)이 늘어나고 유해한 대장균들이 줄어드는 과정에서 대장균 종류에 따라 며칠간 설사가 나오거나 1-3 주간 변비가 더 심해지듯 아랫배가 뻥뻥해지는 불편한 과정(장속에 염증들이 단기간 붓다가 사라지는 호전과정)을 넘기면 굵은 쾌변이 나오기 시작합니다.

### 혈당 혈압 콜레스테롤 수치상승

핏속에서 탁한 것들을 몰아내고 혈관을 복구하고 피를 정화하는 과정에서 수치가 출렁거리며 올라가는 것은 매우 정상적인 현상이며, 다시 떨어졌다가 몇주 후 다시 올라가는 현상이 반복적으로 나타나며 피가 꾸준히 맑아집니다. 평균 9 개월-일년이면 젊었을때처럼 됩니다.

### 두통(3-7 일)

뇌를 복구하며 나타나는 현상이며 스트록의 경험자는 더 장기적으로 여러번 나타날수있습니다.

### 나른함, 눈에 이물질 낄(3 일)

간이 복구되는 과정이며 산성체질인 경우 3 주정도 나타납니다.

### 위가 매우 약하거나 위염등이 있는 경우

이런 경우는 제품 섭취 후 위가 불편하거나 따끔거리는 듯한 느낌이 올수 있으며, 많이 불편하다면 식후에 먹거나 그래도 불편하면 가루를 다른 음식과 섞어 편하게 섭취하면 됩니다. 평균 두달 후 정도면 다시 빈 속에 캡슐로 섭취해도 소화가 편해질 만큼 위의 기능이 건강해지십니다.

**심장이 답답하거나 뛰는 현상(3-7 일)**

심혈관이 복구되면서 잠시 지나가는 현상이니 놀라지 마십시오

**몸살 감기, 온몸이 두드려 맞은 것처럼 쭈시고 원인없이 아픈 증상(3 일)**

신경계 계통, 혈액순환 관련 장기 등이 복구되는 과정입니다.

**수면장애**

밤에 운동한 듯 에너지가 생겨 잠이 오하려 깨는 경우에는 아침/점심 전에 섭취하십시오. 평균 두달 후면 체력, 신경계, 장 기관등 전체적으로 건강해지면서 자기 직전에 먹어도 매우 깊은 수면을 취하는 체질로 바뀝니다.

**전립선**

평균 한달 후부터 소변이 굵어지고 밤에 화장실 가는 횟수가 꾸준히 줄어듭니다.