



PRZYGOTOWANIE DO BADANIA MYCOTOX PROFILE

Odpowiednie przygotowanie do badania metabolitów pleśni MycoTox Profile pomoże uzyskać realne, miarodajne wyniki badań i nie pozostawić wątpliwości, co do otrzymanych wyników

Poniższe podsumowanie zawiera listę produktów, **które odstawiamy przed badaniem kwasów organicznych**

5 DNI PRZED BADANIEM

- ✗ Suplementacja probiotykami
- ✗ Suplementacja eradykacyjna fitoterapeutyczna
- ✗ Antybiotyki, leki przeciwpasożytom

3 DNI PRZED BADANIEM

- ✗ Cała suplementacja
- ✗ Produkty kiszone, kwaszone, marynowane, konserwowe
- ✗ Owoce cytrusowe
- ✗ Awokado, daktyle, banany, jabłka, gruszki, żurawina, granat, kantalupa, winogrona, gruszki
- ✗ Soki owocowe
- ✗ Ziemniaki
- ✗ Kukurydza i produkty z niej wytworzone
- ✗ Sery żółte, sery topione, sery pleśniowe
- ✗ Produkty wędzone (sery, wędliny, ryby)
- ✗ Wszystkie orzechy, masła orzechowe, tofu
- ✗ Wszystkie grzyby np. leśne, pieczarki, lecznicze
- ✗ Kolagen, żelatyna, galaretki, rosół
- ✗ Soja, zupa miso, sos sojowy
- ✗ Sosy vinegair
- ✗ Soda oczyszczona, proszek do pieczenia, drożdże piekarnicze
- ✗ Produkty przetworzone w tym z glutaminianem, sztucznymi dodatkami smakowymi, sztucznymi barwnikami
- ✗ Każda herbata: zielona, czarna, biała, czerwona



PRZYGOTOWANIE DO BADANIA MYCOTOX PROFILE

✗ Kawa

✗ Leki (o ile jest taka możliwość): w zależności od leku z przemnożeniem czasu ich pół trwania x 5, co pozwoli na pozbycie się „pozostałości” leku do badania. Lek odstawiamy tylko w porozumieniu z osobą zlecającą lek

1 DZIEŃ PRZED BADANIEM

- ✓ Zmniejszamy dzienną podaż płynów
- ✓ Unikamy wysiłku fizycznego
- ✓ Staramy się wydłużyć post nocny przed pobraniem próbki moczu
- ✓ Kiedy mocz jest oddawany kilka razy w nocy: zbieramy pobrane „porcje” moczu w nocy, przechowujemy w lodówce. Po pierwszym porannym oddaniem moczu, mieszamy cały pobrany mocz (również ten z nocy) i przelewamy wymaganą pojemność do zestawu pobraniowego

W DNIU BADANIA

- 🔧 Mocz do badania kwasów organicznych pobieramy z pierwszego, porannego oddania moczu po nocnym odpoczynku
- 🔧 Kiedy mocz jest oddawany kilka razy w nocy: zbieramy pobrane „porcje” moczu w nocy, przechowujemy w lodówce. Po pierwszym porannym zebraniem moczu, mieszamy cały pobrany mocz (również ten z nocy) i przelewamy wymaganą pojemność do zestawu pobraniowego
- 🔧 Mocz do badania MycoTox Profile pobieramy przed jedzeniem oraz pić
- 🔧 Przed pobraniem moczu do badania nie ćwiczymy, nie bierzemy również kąpeli zwłaszcza gorącej

! *moja sugestia:* mając na uwadze wyniki różnych Twoich badań, Twój praktyk może Ci wskazać inne przygotowanie do badania uwzględniające wcześniejsze pobudzenie wydalania toksyn przed wykonaniem badania MycoTox profile



PRZYGOTOWANIE DO BADANIA MYCOTOX PROFILE

BADANIA NIE PRZEPROWADZAMY

- ✗ Podczas miesiączki
Podpowiedź: Badanie wykonujemy po około 3-4 dniach od zakończenia miesiączki
- ✗ Podczas probiotykoterapii
- ✗ Podczas fitoterapii
- ✗ Podczas antybiotykoterapii
- ✗ Podczas infekcji

Powodzenia (☺_☺)



~ spectrumsens ~