

VODIČ: Naravna podpora pri MENOPAVZI s kapljicami Spektrum MIX

Menopavza je naravno obdobje prehoda, ki pogosto prinaša **hormonska nihanja, nespečnost, vročinske oblike, razdražljivost, utrujenost** in težave s kožo ali sklepi. Kapljice Spektrum MIX pomagajo pri uravnoteženju **endokanabinoidnega sistema**, ki igra ključno vlogo pri uravnavanju hormonov, razpoloženja in spanja.

PRIPOROČENI IZDELEK

Spektrum MIX kapljice (CBD + CBG)

 [Povezava do izdelka](#)

- **Sestava:** več kot 50 sort konoplje, polni spekter CBD, CBG, CBC, naravni terpeni
 - **Delovanje:**
 - uravnava hormonski sistem (hipotalamus, jajčniki, nadledvična žleza)
 - zmanjšuje vnetja, tesnobo in čustvena nihanja
 - podaljšuje REM fazo spanja
 - lajša glavobole in blage bolečine
 - blaži prebavne in kožne težave, povezane z menopavzo
 -  **Cena:** 45 € / 10 ml
 -  **Pakiranje:** zadostuje za 1 mesec redne uporabe
-

DOZIRANJE IN UPORABA

- **3× dnevno po 5 kapljic**, vedno **30 minut po obroku**
- Kapljice nakapajte direktno **pod jezik**, počakajte 30–60 sekund, **ne spirajte** z vodo 10 minut
- Ob večjih težavah z večernim spanjem: dodatno **5 kapljic pred spanjem**

Opomba: zaradi vsebnosti CBG kapljic ne uporabljajte pozno zvečer, če vas aktivirajo. V tem primeru zadnji vnos do 18:00.

PRIMER DNEVNE RUTINE

Čas	Izdelek	Uporaba
08:00	Spektrum MIX	5 kapljic po zajtrku
14:00	Spektrum MIX	5 kapljic po kosilu

Čas	Izdelek	Uporaba
19:00	Spektrum MIX	5 kapljic po večerji



DODATNA PODPORA IN PRIPOROČILA



Dodajte v vsakdan:

- Omega 3 maščobe (npr. laneno olje)
- Zeleni čaji, zelišča: žajbelj, rdeča detelja, kopriva
- Fermentirana hrana (kislo zelje, kefir)
- Zmerna vadba, sončenje, dihalne vaje



Izogibajte se:

- Sladkorju, alkoholu, kofeinu po 14:00
- Mlečnim izdelkom in glutenu ob vnetjih



Nasvet: redna uporaba kapljic 3–4 tedne lahko privede do bistvenega izboljšanja simptomov – posebno na področju **spanja, razpoloženja in valung**.



STROŠEK KURE

Izdelek

Cena

Spektrum MIX kapljice 45 €



Naročilo: [Spektrum MIX – trgovina](#)



Za svetovanje: **Mitja** – 051 691 391



Email: info@cbd-kmetija.si



Kapljice so popolnoma varne, brez zasvojenosti, THC < 0,2 %.



Delujejo kot podpora vašemu telesnemu in čustvenemu ravnoesju.