

VODNIK: Gastritis in konopljne kapljice Spektrum MIX (CBD + CBG)

Naravna podpora pri vnetju želodčne sluznice, refluku, zgagi, bolečinah v želodcu

Kaj je gastritis in kako pomaga konoplja?

Gastritis je vnetje želodčne sluznice, ki ga povzročajo:

- Stres
- Neuravnotežena prehrana
- Okužba z bakterijo *H. pylori*
- Zdravila (NSAID, aspirin)
- Alkohol, cigarete, kava

CBD in CBG iz konoplje delujeta:

-  **Protivnetno** – pomirjata sluznico želodca
 -  **Antibakterijsko** – zavirata rast *H. pylori*
 -  **Regenerativno** – obnavljata epitelij prebavnega trakta
 -  **Pomirjevalno** – zmanjšujeta živčno napetost, ki vpliva na želodec
 -  **Proti refluku** – pomirjata požiralnik in zapirajo mikrolezije
-

Spektrum MIX kapljice (CBD + CBG)

 [Povezava do izdelka](#)

Učinki:

- Zmanjšanje bolečine in pekoče zgage
 - Zmanjšanje napenjanja in slabosti
 - Izboljšanje regeneracije želodčne sluznice
 - Umirjanje tesnobe, povezane s prebavo
-

Režim jemanja Spektrum MIX kapljic

DOZIRANJE (standardna terapija):

- **3x dnevno po 5 kapljic**, 30 minut po obroku
- Direktno v usta ali pod jezik
- **Ne spirajte z ničemer** vsaj 10 minut po zaužitju

Primer dnevnega režima:

Čas	Odmerek kapljic	Namen
08:30	5 kapljic	Po zajtrku – umirjanje prebave in začetek dneva brez zgage
13:00	5 kapljic	Po kosilu – pomiritev želodčne sluznice po hrani
19:00	5 kapljic	Po večerji – proti večerni kislini in refluksu

Po 7–10 dneh redne uporabe lahko:

- Odmerke povečate na **7–10 kapljic** po potrebi (če simptomi ne popustijo)
 - Kapljice kombinirate s **CBD pasto** za večji učinek (več info na zahtevo)
-

Priporočena dieta pri gastritisu

HRANA, KI POMAGA:

- Riž, krompir, ovseni kosmiči
- Korenje, bučke, buča, zelena
- Banane, hruške, jabolka (olupljena)
- Piščančje in puranje meso (kuhano / pečeno brez skorje)
- Laneno seme (namočeno)
- Kamilični, slezov in meta čaj

HRANA, KI ŠKODUJE:

- Kava, alkohol, gazirane pijače
 - Paradižnik, čebula, pekoče začimbe
 - Ocvrta hrana, industrijsko predelana hrana
 - Sladkarije, mlečna čokolada, pecivo
 - Kisle pijače in sokovi (limona, pomaranča)
-

Dodatna priporočila

-  Po obroku ne ležite takoj, počakajte **vsaj 2 uri**
 -  Zmanjšajte stres (globoko dihanje, nežna vadba, joga)
 -  Pijte toplo vodo – nikoli ledeno!
 -  Izogibajte se cigaretam in alkoholu
 -  Čaj iz sleza ali lanenih semen pomaga zaščititi sluznico
-

Pomembno:

- **Shranjujte kapljice** v temnem in suhem prostoru
 - Ob dolgotrajnih težavah priporočamo **test na *H. pylori***
 - Kapljice **niso nadomestilo za zdravila**, temveč **naravna podpora**
-