# 5 ГЛАВНЫХ ПРИЗНАКОВ, ЧТО ВАМ СРОЧНО НУЖЕН ДЕТОКС

Представьте, что ваш организм — это дом. Каждый день в него попадает что-то лишнее: вредная еда, стресс, плохая экология, лекарства. Со временем «комнаты» забиваются хламом — токсинами, шлаками, продуктами распада. Печень, почки, кишечник и кожа работают на износ, пытаясь вывести все ненужное. А потом мусора становится слишком много, и система дает сбой.



## 1. ПРОБЛЕМЫ С КОЖЕЙ

Когда печень и кишечник перегружены — токсины ищут выход через поры

- Внезапные высыпания (прыщи, аллергия без причин)
- Сухость, сероватый оттенок
- Отеки под глазами, даже если выспались



## 2. КИШЕЧНИК НЕ СПРАВЛЯЕТСЯ

Залежи шлаков мешают нормальному пищеварению

- Вздутие после любой еды
- Запоры или нестабильный стул
- Тяжесть, даже после легкой пищи



## 3. ЭНЕРГИЯ НА НУЛЕ

Когда тело зашлаковано, то 70% сил уходит на нейтрализацию токсинов. Отсюда и хроническая усталость

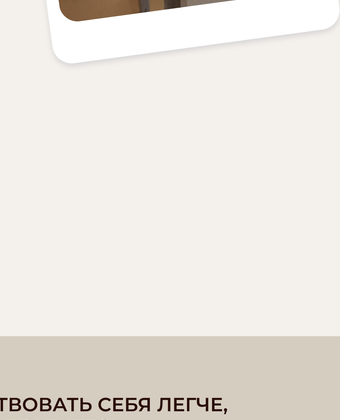
- Постоянная усталость, хотя спите достаточно
- Туман в голове, сложно сосредоточиться
- Раздражительность без повода



## 4. НЕОБЪЯСНИМЫЕ СБОИ

Хроническая интоксикация нарушает работу всех систем

- Частые простуды из-за сниженного иммунитета
- Головные боли без явных причин
- Ломота в суставах особенно по утрам

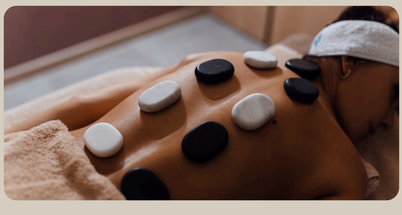


## 5. ВЫ ЕДИТЕ «КАК ВСЕ», НО ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ ХУЖЕ

- После фастфуда/алкоголя — сутки восстановления
- Тянет на сладкое
- Не чувствуете легкости даже после диет

Помните: тело умнее нас. Когда оно кричит о помощи — важно слышать и действовать!

Если вы заметили у себя хотя бы 2-3 симптома из этого списка — значит, тело уже перегружено токсинами и шлаками, и ему срочно нужна перезагрузка. Начните с простых разгрузочных дней дома, так вы уже облегчите жизнь организму.



ЧТОБЫ ВНОВЬ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ЛЕГЧЕ, БОДРЕЕ И МОЛОЖЕ — ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ-ДИЕТОЛОГУ ЗА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ ОЧИЩЕНИЯ.

ЗАПИСАТЬСЯ НА КОНСУЛЬТАЦИЮ


Звоните по номеру +7 (3022) 210-911

Телефон для связи в мессенджерах +7 924 022-78-88

Наши соцсети

eco-kuka.ru

Наш адрес: «Академия здоровья», Коханского, 13, Корпус 2.
Работаем ежедневно с 8:00 до 20:00.