

*Erfahrungsbericht zum Krill-Öl von einer unserer Kundinnen:*

### **Wie wirkt das Krill-Öl bei mir:**

Zwei Wochen lang habe ich zwei Kapseln auf nüchternen Magen, vornehmlich am Morgen, mit einem Glas warmen Wasser und einem Schnapsglas EMA darin zu mir genommen.

An einigen Tagen davon habe ich die Kapseln am Mittag nach, und auch während dem Mittagessen zu mir genommen. Eines kann ich allerdings mit Bestimmtheit sagen, dass die Wirkung am Morgen bei mir wesentlich intensiver war.



Schon etwa 20 Minuten nach der allerersten Einnahme hat sich das Krill-Öl spürbar gemacht. Es passierte richtig viel. Während der ersten Woche hatte ich das Gefühl, als ob jemand ein großes Aufräumen in meinem Verdauungstrakt veranstalten würde. Ganz intensive Bewegung im Magen und Darm, was mich darauf schließen lässt, dass Krill Öl ganz offensichtlich der Gegenspieler für jegliche Fettarten ist.

Krill-Öl hat bei mir eine äußerst entschlackende Wirkung. Wenn ich noch mal damit anfangen würde, dann allerdings vornehmlich am Wochenende mit der ersten Einnahme beginnend, dazu auch Sport an der frischen Luft betreibend, denn die Wirkung der ersten drei Tage mit „vielen Winden“ waren bei mir schon beachtlich und unangenehm und so stark, so dass man sie sich nicht verkneifen konnte. Da braucht man schon einen gewissen Freiraum und Zeit.

Dazu habe ich super viel geschwitzt, vor allem in der Nacht, und am Tage viel und mehrmals abgeführt. Das bedeutet in Einzelnen, ein Schafanzug konnte nur für eine Nacht getragen werden. Sogar die Bettwäsche musste ein Mal gewechselt werden, da in der Nacht auch aus dem Darm eine Art öliger Schmier heraus gekommen war. Alles hat zu dem recht übel gerochen. Also, man hat in den ersten drei bis vier Tagen etwas zu tun und das, was mit dem eigenen Körper dann passiert, fordert Aufmerksamkeit. Der Weg hat sich trotz dieser Vorkommnisse gelohnt.

Ab der zweiten Woche ist es mit dem Krill-Öl entspannter. Ab der dritten Woche habe ich nur noch eine Kapsel genommen. Allmählich merke ich, dass ich vor allem viel ruhiger schlafen kann und benötige Buchlesen eigentlich nicht mehr als Einschlafhilfe. Ein Buch lesen im Bett kann ich aber auch jetzt viel besser als vorher, da ich viel länger lesen kann als vorher (macht Spaß), bin aber gleichzeitig nicht aufs Lesen als Einschlafhilfe angewiesen.

Ich fühle mich auch am Tag viel entspannter und gleichzeitig körperlich und geistig leistungsfähiger als vorher. Ich fühle mich insgesamt wacher als vorher und habe

eine viel bessere Laune. Ich habe auch das Gefühl, dass all die anderen Dinge, die ich für meine Gesundheit mache besser greifen. Ich habe nämlich festgestellt, wenn ich meine Schüsslersalze zusätzlich nehme, dass diese gerade in der Kombination viel besser aufgenommen werden.

Die Schüsslersalze für eine reibungslose Menstruation hatten bei mir ohne Krill-Öl nicht die Wirkung, die ich mir gewünscht hatte. Ich benötigte zwar weniger, dennoch weiterhin Schmerzmittel gegen Krämpfe. Mit dem Krill Öl alleine habe ich auch Schmerzmittel benötigt, allerdings die Kombination von Schüsslersalz und Krill-Öl hat erfreulicherweise dazu geführt, dass ich während meiner letzten Periode keine Schmerzmittel benötigt habe. Ich wünsche mir, dass dies so bleibt.

Außerdem stelle ich fest, dass meine Fingernägel kräftiger werden. Die Durchblutung wird besser, da meine Füße und Hände sich etwas wärmer anfühlen. Die Haut wird besser durchblutet und sieht glatter aus. Allerdings ist mein Körper offensichtlich noch immer mit Aufräumen beschäftigt aber nicht mehr so intensiv wie während der ersten Woche. Das merke ich daran, dass ich zurzeit nicht viel Hunger habe und das ist immer dann der Fall, wenn meine Verdauung stark aktiv ist.

Ich nehme das Krill-Öl nun sein einem Monat.  
Was sich noch in Zukunft verbessern wird, werde ich weiter an mir beobachten.

Haben Sie weitere Fragen?  
Mehr Informationen sowie ausgewählte und erprobte Produkte erhalten Sie in der

EFFEKTIVEN PRAXIS \* MARION KURSCHATKE  
Preusweg 68  
52074 Aachen

Kontakt:  
[service@ma-ku.info](mailto:service@ma-ku.info)  
[www.ma-ku.info](http://www.ma-ku.info)  
Tel. 0241 – 42 55 71 56

