

# Allergiebehandlungen nach NAET



KARL TAFFELT HEILPRAKTIKER



## Eisen-Mix

### Verhalten während der Karenzzeit

In der Karenzzeit müssen Sie folgende Produkte generell meiden:  
Fertigmischungen, Fertigsoßen, Gewürzmischungen, Snacks und Fertiggerichte.  
Seien Sie vorsichtig bei Cremes, Shampoos und Nahrungsergänzungsmitteln.



### NEIN

**Sie dürfen weder zu sich nehmen,  
noch in Berührung kommen:**

Alle Getreideprodukte, Roggen,  
Vollkornceralien, Vollkornprodukte, Eier

Milchprodukte

Rotes Fleisch z.B. Rind, Innereien

Dunkelgrünes Gemüse z.B.

Brokkoli, Spinat, Rosenkohl

Rote Beete

Spargel

Bananen, Pfirsiche, Aprikosen

Alle Nüsse,

Kräuter,

Schokolade

Rotwein, Säfte



### JA

**Sie dürfen konsumieren:**

Weißer Reis

Kartoffel gekocht

Blumenkohl, Aubergine, Mais

Gurke

Hähnchenbrust

Orange, Apfel, Mandarine

Sojaöl, Sonnenblumenöl

Kaffee, Tee