

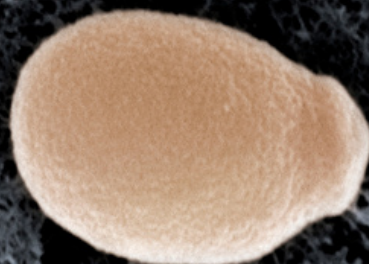


5R CODE



CANDIDA TEST

Bin ich betroffen?

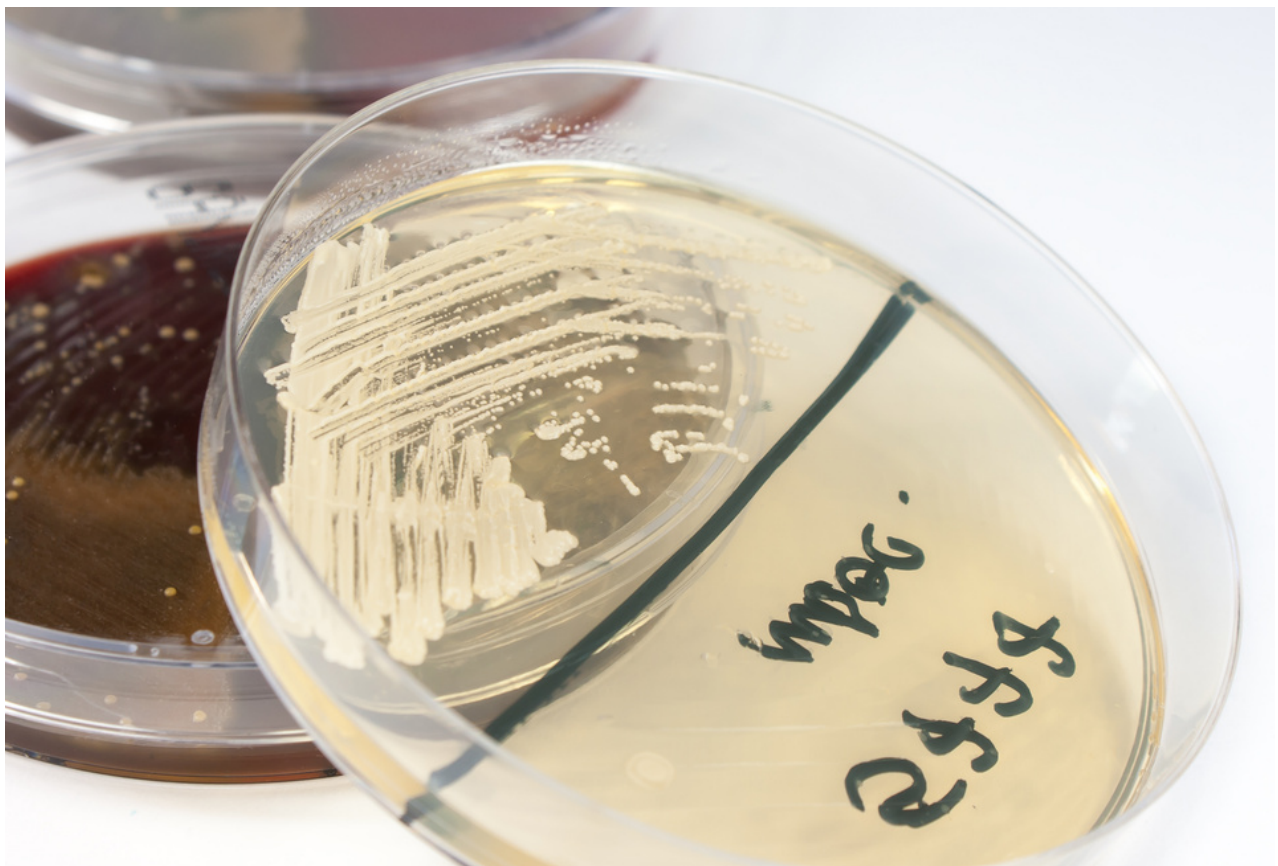


ANZEICHEN FÜR EINEN HEFEPILZ

Mit Hilfe dieses Fragebogens lässt sich eine Tendenz feststellen, ob ein Candida Befall vorliegt.

Candida und Darmpilze sind weit verbreitet und bleiben häufig unbemerkt. Dabei können sie zu vielfältigen Beschwerden führen, die sich vor allem an der Verdauung bemerkbar machen, aber auch zu einem geschwächten Immunsystem, chronischen Infektionen, Schlafstörungen, Blähbauch und Lebensmittelintoleranzen führen können.

Etwa ein Drittel der Bevölkerung hat Candida im Mund, Darm oder der Vagina. Candida sind Hefepilze, die wir teilweise durch die Nahrung aufnehmen, ohne es zu bemerken, oder die durch Gifte und Schwermetalle entstehen. Solange wir eine gesunde Darmflora haben, scheiden wir diese Hefepilze ohne weitere Folgen für unseren Körper aus, jedoch hat sich nach wissenschaftlichen Studien die Artenvielfalt der Darmflora bei einem Großteil der Menschheit drastisch reduziert. Vor allem nach Einnahme von Antibiotika, auch wenn diese länger zurück liegt, kann der Hefepilz zu ernsthaften Problemen führen.



Candida Fragen:	Punkte
Hast Du jemals Tetracyclin oder Antibiotika für Akne länger als einen Monat genommen?	25
Hast Du mehrmals in Deinem Leben Breitbandantibiotika genommen, z.B. gegen Blasenentzündung, Lungenentzündung oder andere Infektionen?	20
Hast Du jemals ein Breitbandantibiotika wegen einem einzigen Grund genommen?	6
Hast Du jemals eine hartnäckige Prostataentzündung, Scheidenentzündung oder der umliegenden Geschlechtsorgane gehabt?	25
Warst Du schwanger.... Einmal Mehrmals	3 5
Hast Du die Antibabypille genommen? Für mehr als 6 Monate bis 2 Jahre Für mehr als 2 Jahre	8 15
Hast Du Prednison oder Cortison genommen? Für 2 Wochen oder weniger Für mehr als 2 Wochen	6 15
Reagierst Du auf Parfums, Insektenstiche, künstliche Gerüche oder andere chemische Stoffe empfindlich.... Mit milden Symptomen Mit mittel bis schweren Symptomen	5 20



Candida Fragen:	Punkte
Werden Deine Symptome schlimmer bei feuchten, schwülen Tagen oder modrigen / schimmeligen Orten?	20
Hast Du Fußpilz (oder Stellen an den Füßen, die immer wieder aufreissen), Hautpilz (oftmals als Ekzeme unerkannt), Pilzinfektion im Leistenbereich oder andere chronische Erkrankungen der Haut oder der Nägel?	
Mittel bis schwer	10
Sehr stark bis anhaltend	20
Sehnst Du dich nach Zucker oder Früchten?	10
Sehnst Du dich nach Brot?	10
Sehnst Du dich nach Alkohol?	10
Hast Du Verlangen nach Tabak und stört Dich Tabakrauch wirklich sehr?	10



WELCHE SYMPTOME HABE ICH?

Für jedes der folgenden Symptome füge die entsprechende Punktzahl hinzu:

Gelegentlich oder mild = 3

Öfters oder mäßig bis mittelschwer = 6

sehr schwer bis komplett aus den Fugen geraten = 9

Hauptsymptome:	Punkte
Müdigkeit oder Lethargie	
Gefühl von „Ausgetrocknetsein“	
Schlechtes Erinnerungsvermögen	
Gefühl von „nicht anwesend zu sein“/ dumpfes Gefühl	
Depressionen	
Taubheit, brennen, kribbeln	
Muskelschmerzen	
Muskelschwäche oder Lähmungserscheinungen	
Schmerzende oder geschwollene Gelenke	



Hauptsymptome:	Punkte
Bauchschmerzen	
Verstopfung	
Durchfall	
Blutungen, auch immer wiederkehrende Zahnfleischblutungen	
Immer wieder auftretendes Vaginaljucken	
Immer wieder auftretendes Vaginalbrennen	
Prostataentzündung	
Impotenz	
Keine Lust auf Sex	
Endometriose	
Menstruationsbeschwerden/ Krämpfe	
Prämenstruale Beschwerden (PMS)	
Flecken in den Augen	
Verschwommene Sicht	



ANDERE SYMPTOME

Für jedes der folgenden Symptome füge die entsprechende Punktzahl hinzu:

Gelegentlich oder mild = 1

Öfters oder mäßig bis mittelschwer = 2

sehr schwer bis komplett aus den Fugen geraten = 3

Symptome:	Punkte
Schläfrigkeit	
Reizbarkeit I Überempfindlichkeit	
Schwindel I "Maddeligkeitsgefühl"	
Unfähigkeit sich zu konzentrieren I Brainfog	
Stimmungsschwankungen I Unentschlossenheit	
Kopfschmerzen, bis hin zur Migräne	
Gleichgewichtsstörungen I Gefühl von "betrunken sein"	
Druck auf den Ohren, Gefühl von einem geschwollenen Kopf und kribbeln	
Hautjucken	
Herzbrennen	



Symptome:	Punkte
Magenverstimmung	
Blähbauch	
Schleim im Kot	
Hämorrhoiden	
Trockenen Mund	
Nesselsucht, Bläschenbildung	
Schlechten Atem	
Geschwollene Gelenke oder Arthritis	
Nasenverstopfung	
Schnupfen, bzw ständiges Nasenlaufen	
Trockene Kehle	
Husten	
Schmerzen oder Engegefühl in der Brust	
Kurzatmigkeit	
Häufiges Urinieren	



Symptome:	Punkte
Sehschwäche	
Brennende Augen	
Rezidivierende Ohrspeicheldrüsenentzündung	
Ohrenschmerz, Schwerhörigkeit oder Empfindlichkeit	

Interpretation:

Nun zähle alle Punkte zusammen.

	Weiblich	Männlich
Es ist von stark auszugehen, dass eine Pilzinfektion vorhanden ist.	>180	>140
Eine Pilzinfektion ist höchst wahrscheinlich vorhanden.	120 - 180	90 - 140
Eine Pilzinfektion ist möglicherweise vorhanden.	60 - 119	40 - 89
Eine Pilzinfektion ist weniger vorhanden.	>60	>40



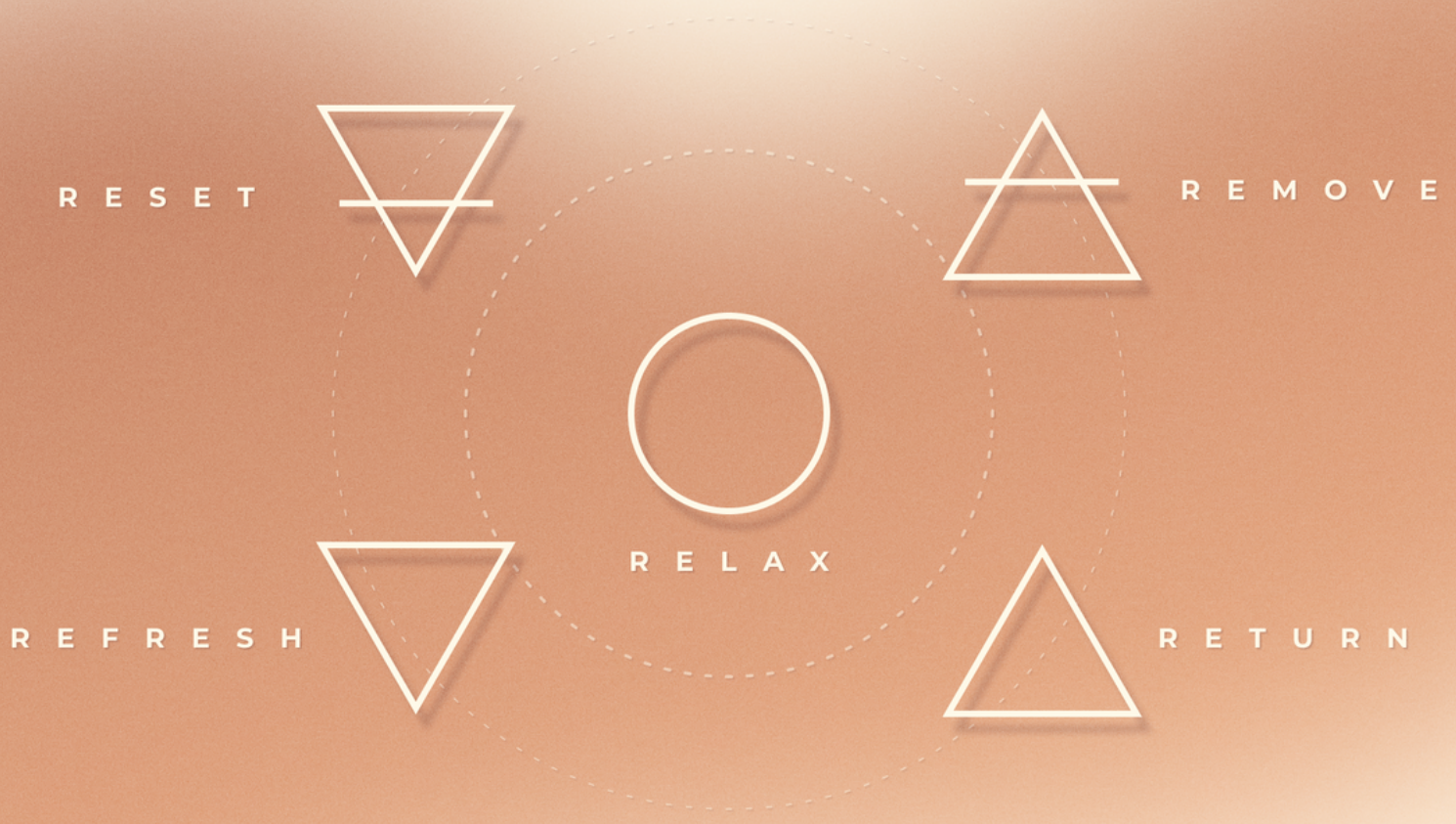


SYSTEMATISCHE BEHANDLUNG

Wenn nun der Verdacht auf Candida besteht, gibt es verschiedene Möglichkeiten und Hilfsstoffe, um seinen Körper zu unterstützen.

- 1.** **Ursache herausfinden:** Zunächst ist es wichtig zu verstehen, warum das Körpermilieu eine Besiedelung überhaupt möglich gemacht hat. Ohne die Ursache zu kennen wird die Behandlung schwer. Meist liegt es an langfristiger Medikamenteneinnahme, Antibiotika, Stress, Schwermetallbelastungen oder chronischen Erkrankungen, die das Immunsystem und die Vielfalt der Darmflora beeinträchtigen.
- 2.** **Nährboden entziehen:** Candida ernährt sich vor allem von Zucker. Das heißt, es ist wichtig, dem Hefepilz die Nahrungsgrundlage weitestgehend zu entziehen. Eine basische Ernährung wird zum Schlüssel. Gute Anti-Pilz Lebensmittel sind Kokosöl, Oregano, Knoblauch und Probiotika.
- 3.** **Binden und Ausleiten:** Mithilfe von Nahrungsergänzungsmitteln kann man die Candida Hefen aus dem Körper befördern. Dafür eignen sich Grapefruitkernextrakt, Zistrose, Olivenblattextrakt usw.

Mehr über das Thema Entgiftung erfährst du im [5R Online Kurs](#) von Carolin Tietz. Hier lernst du Schritt für Schritt alles über ganzheitliche Candida Behandlung, Entgiftung und Schwermetallausleitung. Ihre ALL-IN Box zur Tiefen-Reinigung für zu Hause erhältst du im [CURYU Shop](#).



IMPRESSUM

Carolin Tietz
Bergiusstraße 3
22765 Hamburg

Telefonnummer: 0176 59132087

Webseite: 5rcode.com

Email: service@5rcode.com

Gemeinfreies und lizenziertes Bildmaterial von Canva
CO Autorin & Layout Saskia Weigel: sonderversum.com

