



Genex Mission

Dosierungs- und Einnahmefaden

Allgemeines Prinzip

Die Produkte wirken am besten, wenn sie **kurweise und in Synergie** angewendet werden. Für die meisten Anwender wird ein 6-monatiges Programm empfohlen (siehe Musterkur), **anschließend 3-4 Wochen Pause**.

1) Entgiftung

ImmunoDetox Produktlinie

Produkte: Spike Immuno Detox, Algae Complex, Parasite-STI Kapseln

Drei Stärken: Light Standard Quantum



Empfohlene Dosierung:

Kapsel täglich, abends vor dem Schlafengehen (die Leberfunktion ist nachts aktiver).

Wechsel-Logik (Durchschnittserwachsener):

- 1-2 Monat: Detox Light
- 3-4 Monat: Detox Standard
- 5-6 Monat: Detox Quantum

Für wen?

- **Light:** Kinder, empfindliche Personen/chronisch Kranke, vorsichtiger Einstieg
- **Standard:** Mehrheit gesunder Erwachsener
- **Quantum:** gut verträglich, aktive Erwachsene/Sportler

Häufige, vorübergehende Symptome (typisch 3-7 Tage)

- Kopfschmerzen, „Gehirnnebel“, Müdigkeit
- Muskel-/Gelenkempfindlichkeit, grippeähnliches Gefühl
- Blähungen, mehr Darmgas, weichere Stühle / leichter Durchfall
- Verstärktes Schwitzen, Körper- oder Mundgeruch, dunklerer Urin
- Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Schlafstörungen
- Hautreaktionen: kleine Ausschläge, vorübergehendes Jucken

Warum tritt das auf?

Toxine und Schwermetalle werden aus den Geweben gelöst, die Entgiftungsorgane (Leber, Nieren, Darm) werden vorübergehend stärker belastet – dies verursacht die Beschwerden.

Weniger häufig, aber möglich

- Blutdruckschwankungen (Schwindel beim Aufstehen)
- Herzklopfen (an stressreichen Tagen)
- Akneähnliche Hauterscheinungen

Praktische Vorgehensweise (Schritt für Schritt)

- **Mehr trinken:** 2-3 Liter Wasser/Tag + eine Prise Salz/Elektrolyte (fördert die Ausscheidung).
- **Dosierung anpassen:** bei starker Reaktion jeden 2. Tag oder halbe Dosis für 3-5 Tage, danach wieder steigern.
- **Zeitpunkt:** Detox-Kapsel abends vor dem Schlafengehen, Algae Complex Kapseln vor den Mahlzeiten (4 Kapseln gleichzeitig).
- **Ballaststoffe + Leberunterstützung:** Gemüse, Leinsamen/Chia, Sauerkraut; leichte, unverarbeitete Kost, weniger Zucker/Alkohol.
- **Ruhe & Bewegung:** in der ersten Woche moderate Aktivität, Sauna nur wenn angenehm und Flüssigkeit/Elektrolyte ersetzt werden.
- **Tagebuch:** Symptome, Schlaf, Wasseraufnahme notieren; nach 5-7 Tagen sollte eine Besserung sichtbar sein.

Wann Pause machen / reduzieren?

- Wenn die Symptome länger als 5-7 Tage unverändert stark bleiben.
- Wenn Kopfschmerzen, Durchfall oder Schlafstörungen den Alltag stören.

→ **Vorgehen:** 3-5 Tage Pause oder halbe Dosis / jeden 2. Tag, viel Flüssigkeit + mehr Ballaststoffe, dann vorsichtig wieder steigern..

Vorbeugung - klug starten

- **Beginne mit der Light-Version für 1-2 Wochen**, erst danach zu Standard/Quantum wechseln.
- **Nicht alles gleichzeitig ändern:** neue Elemente (Detox, Alge, Parasite, Stammzellen) jeweils mit 1 Woche **Abstand einführen**.
- In der ersten Woche einfach essen (kleinere Portionen, wenig Zucker/Alkohol, mehr Gemüse).
- Plane 30-60 Minuten mehr Schlaf in den ersten Tagen ein.

Kurzfassung

Die Detox-Symptome sind vorübergehend und zeigen, dass das System arbeitet. Wasser + Elektrolyte, Ballaststoffe, leichte Ernährung, vorübergehende Dosisreduktion und Geduld - das ist die Erfolgsformel. Wenn die Symptome stark sind oder länger als 5-7 Tage anhalten, Pause einlegen und ggf. Fachmann kontaktieren.

2) Algae Complex (Fucoidan + Astaxanthin + wichtigste Algen)



Dosierung: 4 Kapseln täglich auf einmal, vor den Mahlzeiten (~4000 mg/Tag).

Zeitpunkt: kann während der gesamten Detox-Phase parallel eingenommen werden.

Dauer: bis zu 6 Monate ohne Unterbrechung, dann 2-4 Wochen Pause, danach bei Bedarf wiederholen.

3) Parasite STI (Parasiten-/Bakterienunterstützung)



Dosierung: 1 Kapsel täglich.

Dauer: 1-2 Monate kurmäßig, besonders bei Haustierbesitzern oder erhöhter Belastung.

Rolle: Entlastung von Darm und Organismus, Synergie mit Detox.

4) Stammzell-Aktivator / Regenerationsprodukte

Varianten: Light

Standard

Forever (stärker)



Start: ab der 2.-4. Detox-Woche (oder sobald die Reinigung gut vertragen wird).

Dosierung: 1 Kapsel täglich (max. 2-3/Tag, wegen Obergrenze für Vitamine/Mineralstoffe).

Wechsel-Logik:

- 1-2 Monat: **Light** (ohne jodhaltige Algen, ohne Hirschsamt; ideal für Kinder/Empfindliche)
- 3-4 Monat: **Standard**
- 5-6 Monat: **Forever** (Meeresalgen + Hirschsamt + Astragalosid IV)

5) Prä-/Pro-/Postbiotika



Dosierung: 2 Kapseln täglich.

Zeitpunkt: nach der Detox-Phase (auch parallel), zur Wiederherstellung des Mikrobioms.

Musterkur - 6 Monate Programm (Durchschnitt 60-80 kg Erwachsener)

Monat 1-2:

- **Detox Light:** 1x1 Kapsel abends
- **Alge:** 4 Kapseln täglich vor den Mahlzeiten
- **Parasite STI:** 1x1 Kapsel (mind. im 1. Monat)
- **Stammzell-Aktivator Light:** 1x1 Kapsel (ab 2. Woche)

Monat 3-4:

- **Detox Standard:** 1x1 Kapsel abends
- **Alge:** Kapseln/Tag weiter
- **Stammzell-Aktivator Standard:** 1x1 Kapsel
- **Probiotikum:** 2x1 Kapsel/Tag

Monat 5-6:

- **Detox Quantum:** 1x1 Kapsel abend
- **Alge:** 4 Kapseln/Tag weiter
- **Stammzell-Aktivator Forever:** 1x1 Kapsel
- **Probiotikum:** 2x1 Kapsel/Tag

Dann: 3-4 Wochen Pause → bei Bedarf neuer Zyklus.

Für wen nicht geeignet / Vorsicht geboten?

Detox (ImmunoDetox):

- **Nicht empfohlen:** Schwangerschaft, Stillzeit; hormonempfindliche Tumoren; schwere
- **Leber-/Niereninsuffizienz.** (Light-Version evtl. unter Aufsicht möglich)
- **Vorsicht:** antivirale/immunsuppressive Therapie, insulinpflichtiger Diabetes, schwere Allergien, IBD.

Stammzell-Aktivator:

- **Nicht empfohlen:** hormonempfindliche **Tumoren**; **nach Transplantation.**
- **Schilddrüsenüberfunktion:** jodhaltige Algenversion (**Forever**) **nicht empfohlen** - **Light wählen.**
- **Allgemein:** auch bei natürlichen Inhaltsstoffen kann individuelle Empfindlichkeit/Allergie auftreten. Bei Ausschlag, Atemnot oder anhaltendem Durchfall → absetzen oder Dosis reduzieren und Arzt aufsuchen.

Praktische Tipps

- **Hydratation:** 2-3 Liter Wasser/Tag (Elektrolyt-Ersatz kann sinnvoll sein).
- **Ernährung:** ballaststoffreich, vollwertig unterstützt die Prozesse.
- **Aktivität:** in der 1. Woche moderat, dann steigern.
- **Monitoring:** wenn möglich, regelmäßige Kontrolle (Immunstatus/biologisches Alter) zur Erfolgskontrolle.

Wichtiger rechtlicher | gesundheitlicher Hinweis

Dieser Leitfaden dient nur der allgemeinen Information und ersetzt nicht die ärztliche Beratung. Bei chronischen Erkrankungen, Medikamenteneinnahme, Schwangerschaft oder Stillzeit bitte unbedingt vor Beginn Rücksprache mit dem Arzt halten.

Genex Mission

