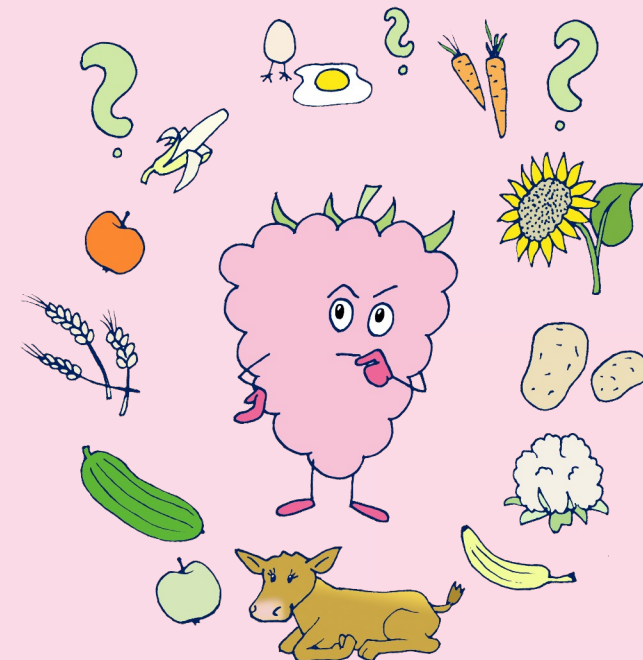


Jaro: jak předejít respiračním alergiím

Lída Jiříčková



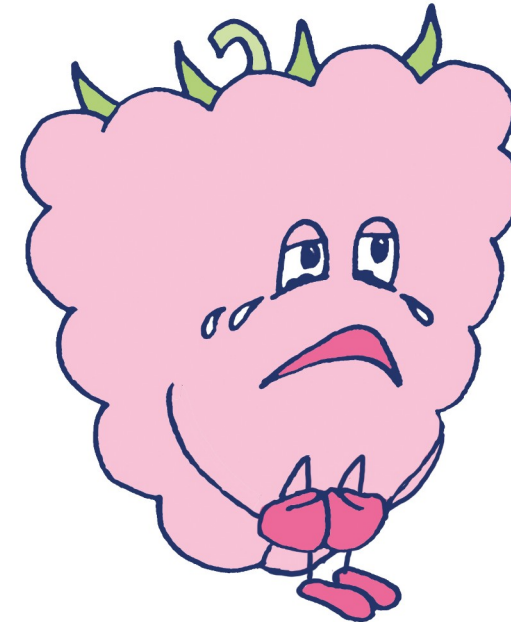
Co se dozvíte?

- Řeknu Vám:
 - Co je respirační alergie
 - Jak se rozvíjí?
 - 3 tipy, jak jim předcházet do budoucna
 - Pracovní list Jak začít?
 - Nástin řešení



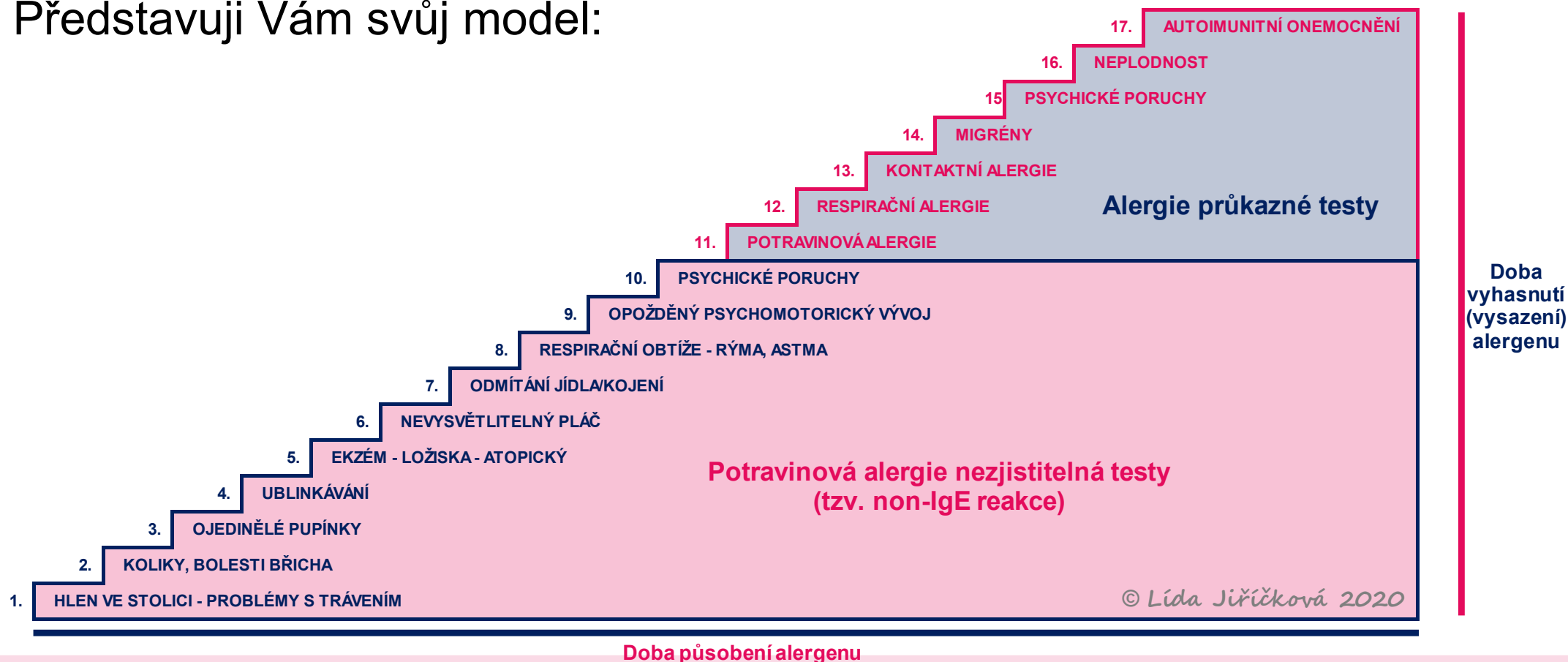
Co je respirační alergie?

- Alergické reakce způsobené alergenem ze vzduchu nejčastěji působí obtíže po vdechnutí alergenu
- Autoimunitní onemocnění
- Značně ztěžuje život
- Prý je trvalá
- Prý je dědičná
- Mezi hlavní respirační/inhalační alergeny patří:
 - Pyly trav, stromů i bylin, zvířecí alergeny, ro: a plísně
- Má však příčinu a díky tomu je možné ji odstranit.



Stupně závažnosti průběhu potravinových alergií

- Představuji Vám svůj model:



Hlavní projevy respiračních alergií

- Obtíže jsou sezónní
- Nejčastěji jde o sennou rýmu, svědění kýchání, zadní rýmu, ekzémy, astma
- Zhoršení při infektu
- Snížená imunita
- Silnější reakce ve vztahu k potravinám, které respirační alergie způsobují
- Zjistitelné pouze alergologickými testy z krve!!! Komplexní test **ALEX**



3 tipy jak jim předcházet do budoucna

- Je nezbytně nutné najít příčinu vzniku respiračních alergií
- Pokud neodstraníme příčinu respirační alergie se neustále roztáčí jako spirála

1 Je třeba zjistit v rámci komplexního ALEX testu na alergologii (hrazen pojišťovnou) jaké respirační či potravinové alergie máte

2 Je třeba začít hledat příčinu obtíží ve stravě

3 Je nutná snaha o eliminaci respiračního alergenu ve vzduchu



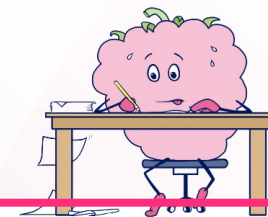
Pracovní list v PDF

Jak začít?

- Jaké máte již zjištěné alergie?
- Kdy naposledy jste byli na ALEX testu?
- Mají oba rodiče alergie?
- Jak dlouho již tyto alergie máte?
- Co je pro Vás největší alergen
- Jaké jsou všechny projevy Vašich respiračních či jiných alergií?

Jak předcházet respiračním alergiím

Workshop Jaro



JAKÉ MÁTE JIŽ ZJIŠTĚNÉ ALERGIE?

KDY NAPOSLEDY JSTE BYLI NA ALEX TESTU?

MAJÍ OBA RODIČE ALERGIE?

JAK DLOUHO JIŽ TYTO ALERGIE MÁTE?

CO JE PRO VÁS NEJVĚTŠÍ ALERGEN?

JAKÉ JSOU VŠECHNY PROJEVY VAŠICH RESPIRAČNÍCH ČI JINÝCH ALERGIÍ?



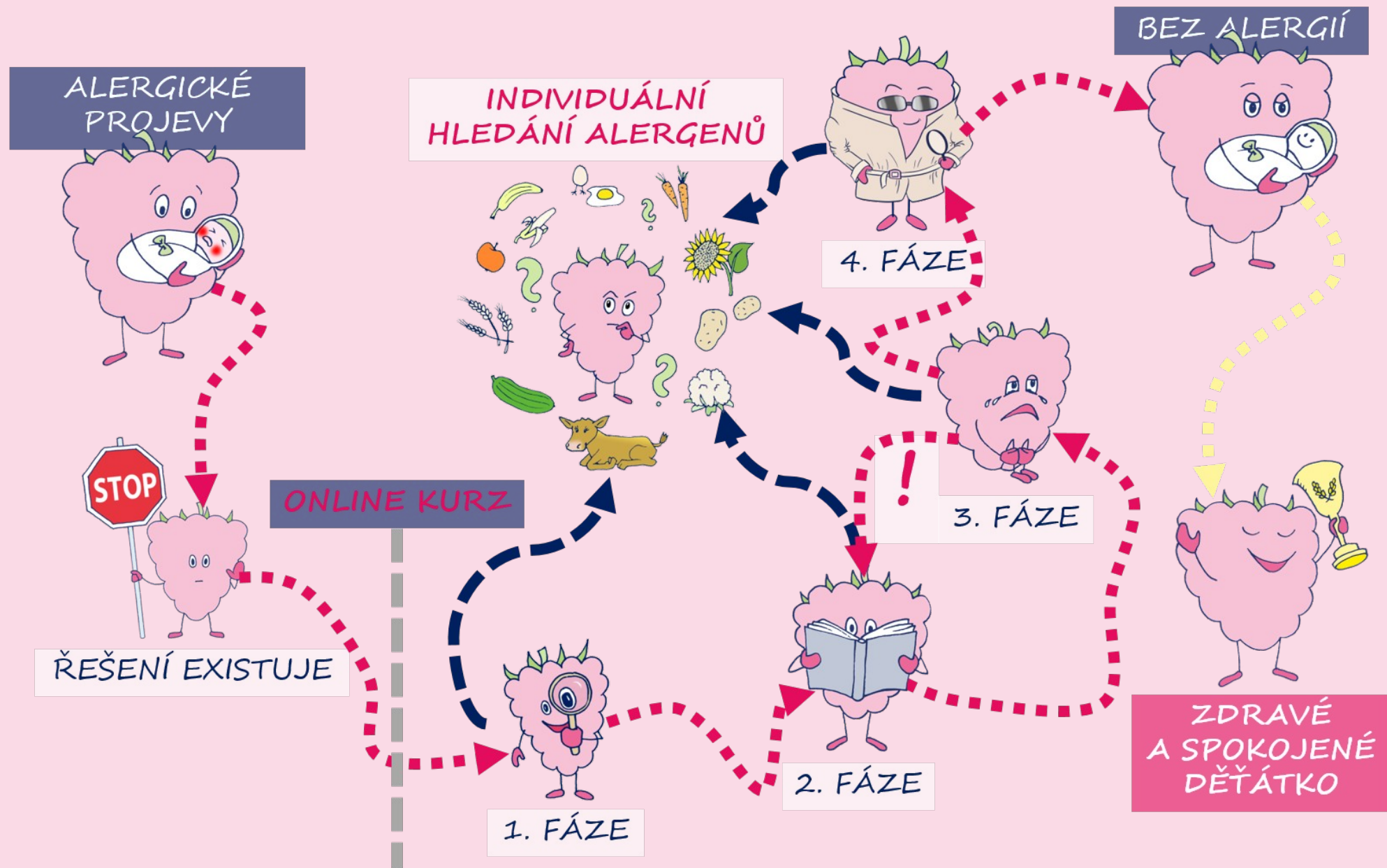
Nástin řešení

- Existuje neúplná tabulka, kde je vztah respiračních alergenů s potravinamiJe nutná snaha o eliminaci respiračního alergenu ve vzduchu
- Časté jsou alergie na břízu a trávy
- Alergii na kočky můžete snížit či nechat vymizet pokud z jídelníčku vyloučíte vepřové maso a omezíte kočičí alergen
- Čím dál tím častější je také alergie na latex

	vysoká	střední	nízká
BŘÍZA	POTRAVINY • jablka, broskev, kiwi, celer, mrkev, lískový ořech, vlašský ořech, mandle, med (obecně), kořeni – mix (ban)	POTRAVINY • nektarinka, meruňka, potržel, rajské jablčko, arašíd, ostatní stromové ořechy (para, kešu, pekan, pistácie), koriandr, fenýkl, papr	POTRAVINY • hruška, třešeň, švestka, brambory, špenát, pšenice, pohanka, dýňová semínka, sója, ananas, líči, banán, oliv
OLŠE	POTRAVINY • jablko, broskev, lískový ořech	POTRAVINY • mandle, celer, petržel	POTRAVINY • hruška, třešeň
PLATAN		POTRAVINY • lískový ořech, broskev, jablko, kiwi, hlávkový salát	POTRAVINY • meloun, oliv, kukuřice, některé luštěniny (zelené fazole, hrášek)
TRÁVY	POTRAVINY • rajské jablčko, obiloviny (pšenice, žito)	POTRAVINY • kiwi, ostatní obiloviny (ječmen, oves), kukuřice, meloun, vodní meloun, hrášek zelený	POTRAVINY • pomeranč, mangold (příbuzný špenátu), celer, pšenice i LATEX i pozn.: minimálně ryže, med, cibule a české ovoce
VEPŘOVÉ MASO			ZIVOČICHOVÉ • kočka
MLÉKO	POTRAVINY • kozí mléko, ovčí mléko	POTRAVINY • buvolí a bizoní mléko, hovězí a telecí maso	POTRAVINY • kočky mléko, velbloudí mléko
VEJCE		POTRAVINY • vejce ostatní (kachna, husa, křepelka, holub, pátros), drůbeží maso (kuře, krocan, křepelka aj.)	PERÍ • peli domácích i zpěvných ptáků
LATEX	POTRAVINY • banán, avokádo, kaštan jedlý, kiwi	POTRAVINY • fíky (fíci), papája (papája), meloun, jablko, mrkev, celer, oregano, kopr, šalvěj, brambory, rajské jablko, pohanka	POTRAVINY • meruňka, třešeň, broskev, hruška, hroznové víno, pomeranč, ananas (bromelín), vlašský ořech, lískový ořech, pistácie, arašíd, ryže, pšenice, sója, jahody, mučenka jedlá



DETEKTIVNÍ CESTA S KURZEM JAK NA POTRAVINOVÉ ALERGIE

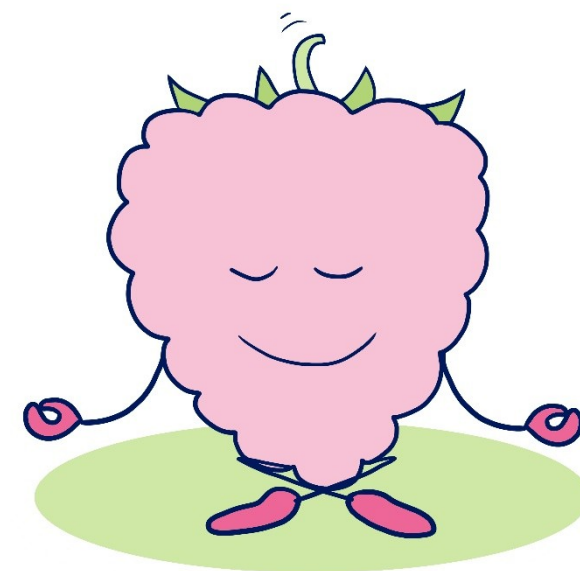


A funguje to?



A jak to změnilo náš život?

- Totálně od základů
- Změna stravování
- Změna myšlení a uvažování nad stravováním
- Pochopení souvislostí, které nikdo nevidí nebo snad nechce vidět
- Pomoc dalším maminkám v podobných situacích

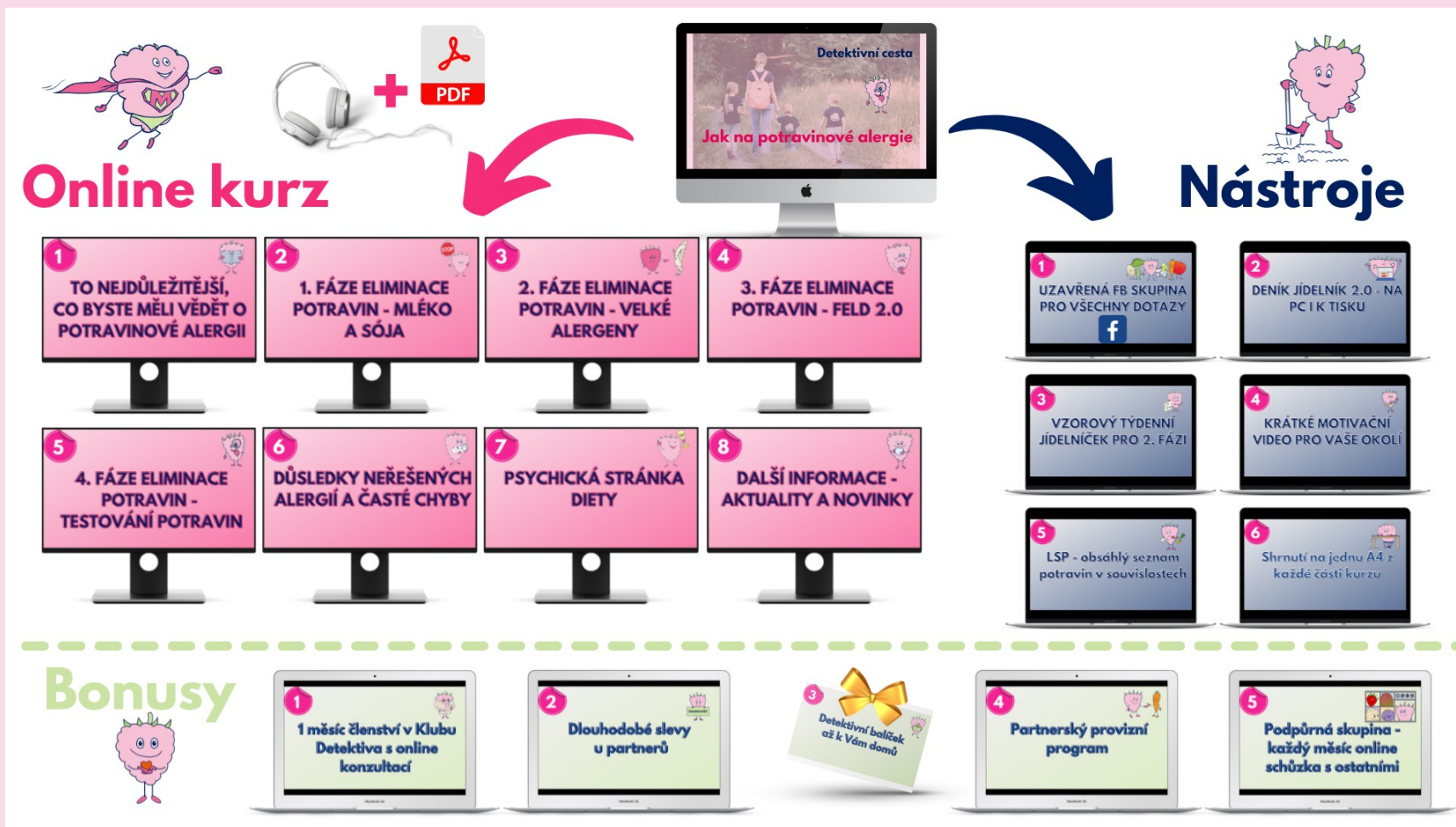


Online kurz: Jak na potravinové alergie

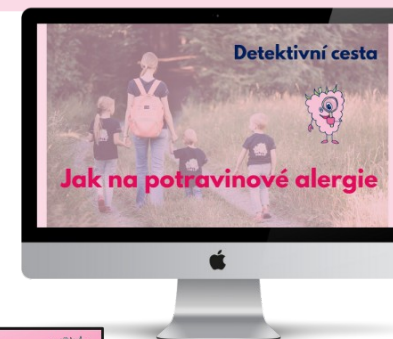
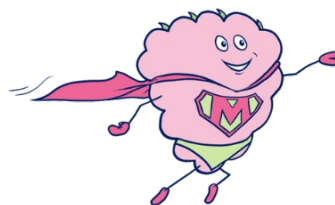
- Možná už jste o něm slyšeli – je zde od roku 2019
- Nejkomplexnější a ucelený přístup k řešení alergií u dětí, ale i dospělých
- Nový kabátek a forma: kurzová část, nástroje a bonusy
- Podpora v FB skupině – řešíme vše od Vaší Detektivní cesty, přes příkrmy, kojení, non-toxic, vitamíny a doplňky v čisté formě, atd.
- Kurz je Vám k dispozici na neomezenou dobu



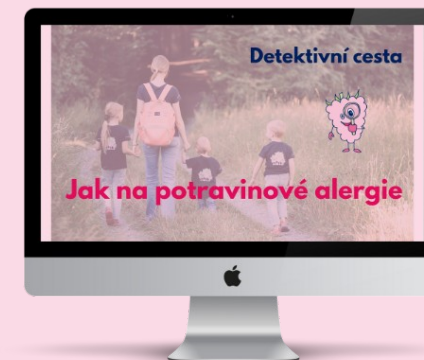
Co v kurzu najdete?



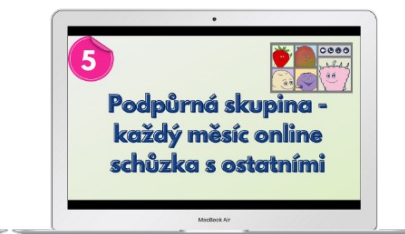
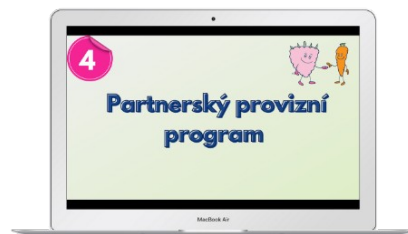
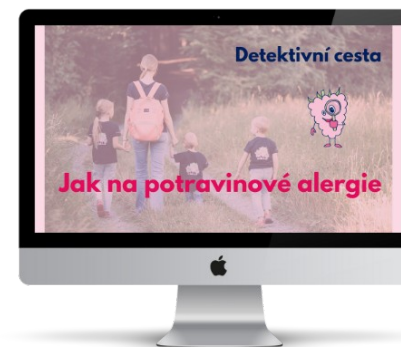
Jak na potravinové alergie – Online KURZ



Jak na potravinové alergie – NÁSTROJE

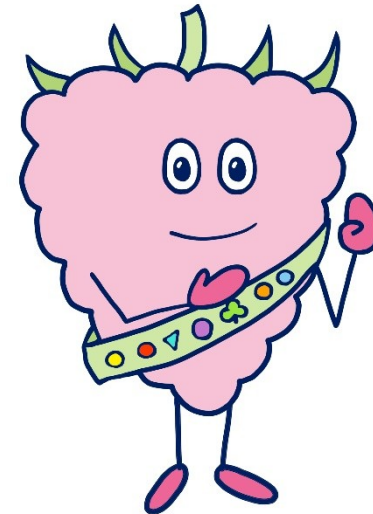


Jak na potravinové alergie – BONUSY



Co v kurzu NEnajdete?

- Jednoznačné seznamy potravin, které máte jíst a které nemáte jíst
- Seznam léků a mastiček z lékárny, MLM produkty, které musíte jíst, aby se efekt dostavil
- Doporučení umělého mléka
- Jídelníček, který Vám ihned pomůže
- Plané sliby



Jak na potravinové alergie včetně bonusů má celkovou hodnotu:

nevyčíslitelnou



Zde shrnutí nákladů u našeho druhorozeného od 6M-10M!!!

Položky	Cena
Lékařská vyšetření, speciální placené programy	13 000 Kč
Vyšetření na pediatrii, které VZP neuznala	14 000 Kč
Mastičky, kapičky, probiotika	6 000 Kč
Speciální potraviny, které jsme pak vyhodili	8 000 Kč
Homeopatika	3 000 Kč
Bachovky se sezeními	1 600 Kč
Čínská medicína	4 500 Kč
Šarlatáni	15 000 Kč
Knihy a kuchařky	15 000 Kč
Speciální placené stravovací programy (SCD, paleo v EN, no grain, atd.)	15 000 Kč
Celkem jsme zaplatili	95 100 Kč
VZP za 1 rok života (pouze 2M těch největších obtíží)	104 000 Kč

Celkem tedy 199 100 Kč!!!



Jak na potravinové alergie můžete získat za cenu:

4 470 Kč



Stálo by Vám to za to?

- Pokud byste získaly **jistotu a nástroje**, díky kterým se dostanete **do cíle** – mít **spoKOJENÉ** děťátko bez alergií. *Vyplatilo by se Vám to?*
- Pokud by pro Vás **kojení byla radost**, a ne strach a nervy, co zase s miminkem bude. *No řekněte, stálo by to za to?*
- A když Vám řeknu, že pokud **odchytáte všechny potraviny**, které Vašemu miminku právě teď vadí, bude Vaše **dítě do budoucna zdravé?**
Nebudete potřebovat denně užívat antihistaminika. Nebudete řešit astmatické záchvaty. Nebudete muset své dítě ve stravě nijak omezovat...
Líbila by se Vám taková budoucnost?



Je tu ale...

- Háček 1 – Nejde o žádný podrobný návod s jídelníčkem, kterého se můžete držet
 - Jde o postup, kterým Vy sama musíte jednotlivé potraviny otestovat
 - Nejde o to, jak špatné je to teď, ale jak tomu bude do budoucna!
- Háček 2 – Je to na Vás – Vy musíte převzít zodpovědnost za zdraví svého dítěte
 - Já Vám předám veškeré know-how, návody, postupy a především mnoho let zkušeností
 - Podám Vám pomocnou ruku, kdykoliv to budete potřebovat



Do konce března můžete využít slevu 500 Kč

- Se slevovým kódem:

Jaro007



A kde kurz získáte?

www.lidajirickova.cz/bez-alergii



Garance - Získat můžete mnoho, ztratit jen málo...

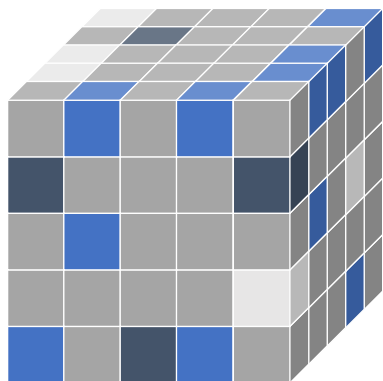
- Garance spokojenosti
 - Svému know how a postupu věřím natolik, že Vám nabízím záruku vrácení peněz
- Pomoc ve FB skupině
 - Kdykoliv a cokoliv budete potřebovat řešit



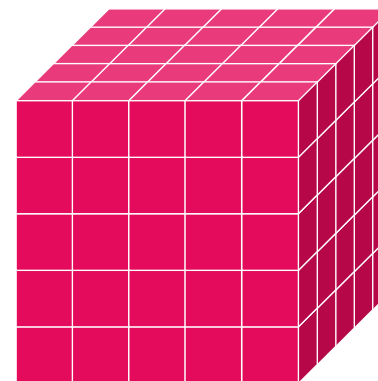
Potravinová alergie v kostce 😊

- Možná už se s potravinovou alergií nějakou dobu perete

Znalosti před kurzem



Znalosti po absolvování kurzu



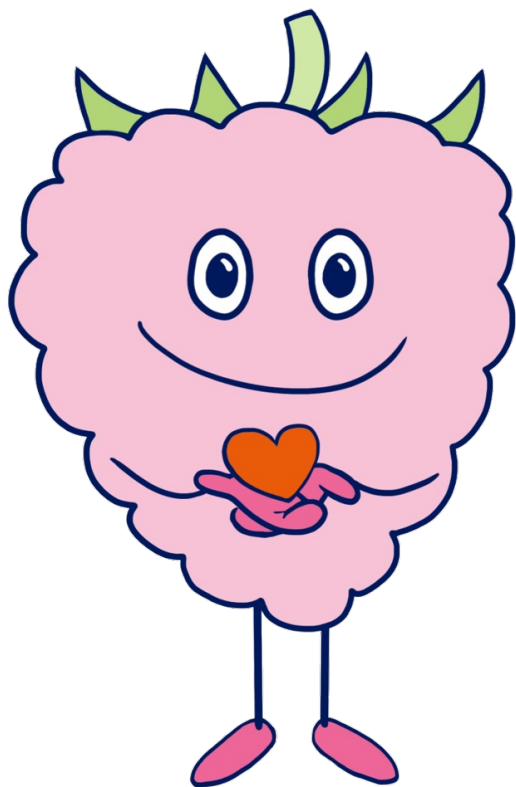
Bezkonkurenční online kurz Jak na potravinové alergie

**Do konce března za 3 970 Kč se slevovým
kódem „jaro007“**

www.lidajirickova.cz/bez-alergii



Díky za pozornost a držím vám palce na cestě...



www.lidajirickova.cz/bez-alergii

