

LINEE GUIDA PER IL TRATTAMENTO DELLE MICOSI CUTANEE

MODI D'USO

Prodotti INDISPENSABILI

Nome	Posologia	Tempi	Proprietà
GSE Detergente Viso e Zone Delicate	Detergere delicatamente la zona affetta, sciacquare abbondantemente con acqua e asciugare con cura per tamponamento	uso quotidiano	Azione detergente antimicotica e antibatterica nel pieno rispetto del film idrolipidico cutaneo e dei meccanismi di difesa dell'epidermide.
GSE Mycos Ointment	Applicare 3 volte al dì, sulla zona affetta, accuratamente detersa. Avvertenza: nel caso in cui la zona da trattare sia particolarmente sensibile (viso, genitali, ecc.) è opportuno diluire il prodotto con olio di girasole (una parte di GSE Mycos Ointment e una parte di olio di girasole)	Proseguire con le applicazioni fino a due settimane dopo la scomparsa dei sintomi visibili	Azione antimicotica, antinfiammatoria, emolliente e ripitelizzante. Efficace su oltre 100 ceppi fungini. La composizione anidra consente di assorbire l'umidità cutanea ostacolando la proliferazione dei miceti.
GSE Skin Powder	Cospargere abbondantemente l'area affetta, dopo l'assorbimento di GSE Mycos Ointment	Proseguire con le applicazioni fino a due settimane dopo la scomparsa dei sintomi visibili	Completa l'azione antimicotica del GSE Mycos Ointment, lenisce e asciuga la pelle senza seccarla.
GSE Biotic*	3 cpr al dì, prima dei pasti (1 mattino, 1 mezzogiorno, 1 sera)	per i primi 5 giorni	Azione antimicotica naturale associata a principi funzionali vegetali utili per rafforzare le naturali difese dell'organismo. Impedisce lo sviluppo di infezioni batteriche, spesso innescate dal grattamento.
	4 cpr al dì, prima dei pasti (1 mattino, 1 mezzogiorno, 2 sera)	per i 5 giorni seguenti	
	6 cpr al dì, prima dei pasti (2 mattino, 2 mezzogiorno, 2 sera)	fino a due settimane dopo la scomparsa dei sintomi visibili	

* In caso di bambini, sostituire GSE Biotic con GSE Biotic Baby 3-12

CONSIGLI ALIMENTARI DURATA DELLA DIETA: ALMENO 40 GIORNI

ALIMENTI DA ELIMINARE

- Zuccheri semplici (zucchero bianco, glucosio, saccarosio, fruttosio, maltosio, sorbitolo, mannitolo, lattosio, galattosio, succo d'acero, succo d'agave, miele, melassa)
- Cibi ricchi di lieviti e muffe (in altre parole tutti gli alimenti fermentati ossia pane, pizza, dolci, focacce, formaggi, aceto, birra, alcolici, vino, salsa di soia)
- Cereali raffinati (pasta e riso brillato), Frutta secca
- Latte e latticini
- Bevande e cibi confezionati, conservati, raffinati
- Alimenti a cui si è intolleranti o allergici

ALIMENTI DA CONSUMARE CON ESTREMA CAUTELA

- Pane non lievitato o lievitato con pasta acida
- Patate e mais
- Frutta zuccherina, Zucchero di canna integrale (solo se necessario)

ALIMENTI DA PREFERIRE

- Ortaggi, legumi (preferibilmente di stagione e se tollerati)
- Cereali integrali e derivati preferibilmente privi di glutine (riso, quinoa, miglio, tapioca)
- Pasta integrale senza eccedere, al massimo due volte alla settimana (farro, kamut..)
- Pesce, carni biologiche
- Semi oleaginosi (noci, mandorle, sesamo, girasole)
- Oli di semi e di oliva di prima spremitura e spremuti a freddo

ACQUA

Bere almeno due litri di acqua al giorno a temperatura ambiente lontano dai pasti scegliendo acque con residuo fisso inferiore a 50 mg/litro e con pH compreso tra 6 e 7.

CONSIGLI DI CARATTERE GENERALE

Evitare il più possibile l'uso di farmaci, se non strettamente necessari, in particolare antibiotici, cortisonici e anticoncezionali. Non utilizzare indumenti in tessuto sintetico. Fare giornalmente del movimento (almeno 20-30 minuti di passeggiata) ed evitare il più possibile le ansie e lo stress.