

GRATIS CHEAT SHEET

**DE 3 GEZONDE
VOEDINGSMIDDELEN DIE
DARMKLACHTEN VEROORZAKEN**

Copyright Nutricolon



NUTRICOLON

Welkom!

Wouter hier... ik ga jouw grootste zorg uitklaren indien je hier nieuw bent...

WIE BEN IK EN WAAROM ZOU JE NAAR MIJ LUISTEREN?

Hey, mijn naam is Wouter Schatteman. Ik ben de initiatiefnemer van Nutricolon.

Al sinds mijn kindertijd had ik veel last van buik- en darmklachten. Ik ging bijna wekelijks naar de arts maar mijn klachten werden niet serieus genomen.

Jaren heb ik met darmklachten rondgelopen, welke mijn levenskwaliteit ernstig verstoorden, zonder enige vorm van beterschap.

Tot ik het besluit nam om er zelf iets aan te doen. Ik was de frustratie en pijn meer dan zat en ging zelf onderzoek doen met succes.

Het resultaat was dat ik geen last meer had van darmklachten en ik eindelijk kon genieten van het leven, Terug kon genieten van een heerlijke maaltijd (zonder achteraf geplaagd te worden met pijn).

Na heel wat gepieker en getwijfel heb ik besloten om ook anderen met darmklachten te gaan helpen. Nutricolon was geboren.

Ons doel is om mensen een beter en gezonder leven te

Copyright Nutricolon



bieden, dit aan de hand van tips omtrent voeding en door kwalitatieve producten te creëren op basis van wetenschappelijk onderzoek.

Nutricolon is hetgene waar ik het meest trots op ben en vorig jaar hebben we de kaap van 100,000 klanten overschreden.

Hier bij Nutricolon focussen wij ons op het ontwikkelen van natuurlijke voedingssupplementen die:

- **wetenschappelijk onderbouwd zijn**
- **enkel ingrediënten bevatten met een bewezen werking**
- **ingrediënten van de hoogste kwaliteit en hoge doseringen zodat ze ook werken**
- **100% veilige producten die door het strenge voedselagentschap goedgekeurd zijn**
- **geen hype producten met loze beloftes**

Waarom vertel ik jou dit?

Ik wil dat je weet dat ikzelf en mijn team serieus zijn als het om ons doel en missie gaat, namelijk mensen een beter en gezonder leven bieden.

Kijk, wij willen dat jij resultaten behaalt en wel zo snel mogelijk. Daarom hebben we deze cheat sheet opgesteld.

Zodat jij vandaag nog de informatie uit deze sheet kan toepassen en resultaten kan boeken.

Copyright Nutricolon



Wat ga je hier ontdekken?

Deze sheet is kort en krachtig. Het vertelt je exact welke voedingsmiddelen voor darmklachten zorgen...

... voedingsmiddelen die gezond zijn maar niet voor iedereen evengoed verteren... en de kans is groot dat je ze dagelijks eet!

Het neemt slechts 5 minuten van je tijd in beslag en we hebben zelfs alternatieven voorgesteld waarmee je ze kunt vervangen (die wel goed verteerd worden :p)

Laten we erin vliegen...

Copyright Nutricolon



#1: zuivelproducten

Ik zal maar met de deur in huis vallen. Melk is ontworpen voor zuigelingen, de kalfjes van de koe. Niet voor personen die bedoeld zijn om vast voedsel te eten. De nummer 1 reden waarom personen darmklachten krijgen is door het consumeren van melkproducten.

Meer en meer mensen blijken lactose intolerant te zijn. Laat ik dit even verklaren.

Wanneer wij geboren worden is de enige manier om voeding en dus bouwstoffen binnen te krijgen vloeibaar voedsel, zoals melk. Als baby zoogdier krijgen we borstvoeding. In deze periode dat we borstvoeding krijgen produceert ons lichaam een zéér hoge dosis lactase, het enzym nodig om lactose of melksuiker te kunnen verteren.

De enige reden waarom wij zoveel lactase produceren is omdat de baby op moedermelk moet overleven. Als baby hebben we namelijk geen tanden...

Na de kaap van 2 jaar te hebben bereikt, daalt de aanmaak van lactase drastisch. Waarom? De meeste baby's stoppen met borstvoeding rond de leeftijd van 2 jaar. Als resultaat krijgen we na de leeftijd van 2 jaar last met het verteren van melksuiker.

Lactose is vaak niet de grootste reden waarom personen last krijgen van klachten. Eiwit wordt ook gevonden in melk en zorgt voor een nog groter probleem. Melkeiwit is zeer moeilijk te verteren door het menselijk lichaam, en niet omdat het de gewenste enzymen mist maar omdat de melkmolecule zo hard en dicht aan elkaar hangt dat het menselijk lichaam deze niet kan afbreken. Zelfs met voldoende enzymen!

Wist u dat melk de nummer één voedselallergie is gevonden in voedsel allergie testen? En wel door het eiwit, niet door de lactose.

Copyright Nutricolon



Probeer eens 2 weken zuivelproducten te vermijden of minstens te beperken:

Melk
yoghurt
kwark
kaas
Ijs
room
alle producten met melk, whey, lactose en caseïne in

Vervang zuivel met het volgende:

<u>Vervang dit</u>	<u>Door dit</u>
Koemelk	Rijstmelk, amandelmelk, havermelk of geitenmelk
Kaas	geitenkaas
Yoghurt, kwark	geitenyoghurt
Roomijs	waterijs

Opgelet: geitenmelk bevat ook lactose enkel is het eiwit in geitenmelk beter verteerbaar. Let dus ook op met geitenmelk indien u lactose intolerant bent.

#2: graanproducten

Graanproducten zorgen bij heel wat personen voor darmklachten door 2 redenen:

- 1) gluten
- 2) onverteerbare vezels (harde vezels)

Gluten zit in tarwe, gerst, spelt en rogge. Heel wat personen zijn intolerant voor gluten. Sommigen zelfs allergisch voor gluten (coeliakie).

Gluten is alweer een eiwit welke moeilijk verteerbaar is. En het zit niet enkel in brood, pasta en gebak maar in bijna elk voedsel dat verpakt is. Denk maar aan koekjes, bagels, gepaneerd voedsel.

Bij een gluten intolerantie kan het zijn dat je kleine hoeveelheden gluten kan eten zonder klachten te ontvangen. Bij coeliakie is dit anders. Het kleinste spoor van gluten kan al voor felle klachten zorgen...

Copyright Nutricolon



De 2de reden om graanproducten te beperken is door de in water onoplosbare vezels:

Deze vezels zijn zoals het woord zegt niet oplosbaar en schuren daardoor in de darmwand met als resultaat dat darmklachten ontstaan.

Personen die gevoelige darmen hebben vermijden best graanproducten door de harde vezels die het bevat. Fruit en groenten bevatten zachte vezels welke wel oplosbaar zijn in water. Deze zijn overigens prima.

Onoplosbare vezels zijn te vinden in brood, rijst, en andere hele granen. Het is dus beter om granen tijdelijk te beperken of zelfs volledig te vermijden.

Vervang graanproducten met het volgende:

<u>Vervang dit</u>	<u>Door dit</u>
Brood	Havermout (bevat geen gluten)
Pasta en rijst	Noedels, grote portie groenten
Aardappelen	Groenten

#3: soja producten

Soja producten werden enkele jaren geleden als een goed alternatief gezien voor zuivelproducten aangezien het veel calcium bevat.

Echter wijzen heel wat studies aan dat soja producten een directe link hebben met verschillende kankers! Doe maar eens een google search voor soy and cancer...

Het probleem met soja is dat dit alweer een voedingsmiddel is dat zeer moeilijk verteerbaar is. Het is allesbehalve licht verteerbaar zoals reclames beweren.

Een beter alternatief voor soja melk is rijstmelk. Dit is wel licht verteerbaar en bevat net zoals soja geen lactose.

<u>Vervang dit</u>	<u>Door dit</u>
Soja melk	rijstmelk
Soja boter	Gewone boter, olijfolie of kokosolie

Copyright Nutricolon



Conclusie

Hopelijk heb je wat opgedaan van deze sheet. Mijn advies aan U is om bovenstaande tips te gaan uittesten. Ga deze 3 voedingsmiddelen vervangen door de alternatieven die in deze sheet staan. Kijk of het helpt voor jou.

Ben jij een bourgondiër?

Indien je niet zonder je boterhammen of kaas kan of eender welk voedsel dat moeilijk verteerbaar is hebben wij goed nieuws voor jou!

Natuurlijk hebben wij hier een oplossing voor ontwikkeld. Je hoort het al aankomen...

Een topproduct dat jouw voeding helpt te verteren zodat darmklachten zoals buikkrampen, winderigheid, opgeblazen buik, borrelende darmen en prikkelbare darmen vermeden worden!

Kijk even naar de resultaten van enkele van onze klanten...

RE: reactie op gebruik Nutrilon



Annette de Groot

ma 17/10, 10:25

U



Beantwoorden | v

Geacht Nutrilonteam,

Ik ben druk bezig met het uit proberen van Nutrilon. Na eerst 2 moeilijke dagen , gaat het nu prima, het helpt echt. Binnenkort zal ik weer een nieuwe zending aanvragen.

Ook ga ik gebruik maken van de tips die ik heb gelezen.

Alvast hartelijk dank daarvoor.

Met vriendelijke groet,

Annette de Groot

Copyright Nutricolon



NUTRICOLOON

RE: Hoe Is Het Nu Met Jou?



Alessandro Sculetto [Toevoegen aan contactpersonen](#) 14/01/2015 ▶

Aan: nutricolon@hotmail.be ▼

Hallo,

Het gaat uitstekend met mijn darmklachten die ik vroeger had en nu zo goed als helemaal verdwenen zijn. Verder vind ik het een echt topproduct en zou ik het aan mensen aanraden die te kampen hebben met darmklachten.

Het is een schitterend mooi geschenk van jullie door 50% korting te geven aan trouwe klanten.

Met Vriendelijke Groeten,

Alessandro Sculetto

Re: Hoe Is Het Nu Met Jou?



Bob van der Put <bob.vanderput@gmail.com>

Gisteren, 9:53

U ▼



Beantwoorden | ▼

Na het gebruik van Uw product Nutricolon na vier weken

ben ik zo goed als van mijn klachten af

Bob van der Put

Verstuurd vanaf mijn iPhone

Bijna dagelijks ontvangen we mailtjes van tevreden klanten...

Hoe Is Het Nu Met Jou?



Christine Van der Put (christine.vanderput@gmail.com) [Toevoegen aan contactpersonen](#) 6/05/2016 ▶

Aan: nutricolon@hotmail.be ▼

Ik vertrouw christine.vanderput@gmail.com, inhoud altijd weergeven

Beste, Fijn om jullie interesse te horen hoe het met me gaat ik ben heel tevreden het is zeker voor mij en voor mijn omgeving heel wat aangenamer en ik durf nu terug wat meer in gezelschap vertoeven en dit na jaren van lactose intolerantie daar had ik wel de nodige medicatie voor maar die loste het andere probleem van flutatie niet op nu kan ik weer genieten bedankt

Op vr 6 mei 2016 om 16:28 schreef Nutricolon <nutricolon@hotmail.be>

Copyright Nutricolon



NUTRICOLON

Outlook.com Nieuw Beantwoorden | Verwijderen Archiveren Ongewenst | Opruimen Verplaatsen naar ... nutri colon

E-mail doorzoeken

Mappen

Postvak IN 24

Ongewenst

Concepten 1

Verzonden

Verwijderd

info@nutricolon.nl - inf...

Nieuwe map

Re: Hoe Is Het Nu Met Jou?

Harry V. [redacted] (harry.[redacted]@telenet.be) Toevoegen aan contactpersonen 29/03/2015

Aan: nutricolon@hotmail.be

Bedankt

Reden waarom ik nog geen mailtje gestuurd heb, ik wilde eerst het resultaat af wachten op de werking. Moet zeggen dat ik heel tevreden ben het werkt echt goed!

Groeten
Harry

Verstuurd vanaf mijn iPad

digestive enzyme complex

nutricolon.nl Toevoegen aan contactpersonen 26/03/2014

Aan: nutricolon@hotmail.be

Name	[redacted] geert
Email	geert.[redacted]@telenet.be
Subject	digestive enzyme complex
Message	heel goed produkt ,mijn zoon heeft alles geprobeerd dit is het enige dat echt werkt; geert
Site	http://nutricolon.nl

RE: Hoe Is Het Nu Met Jou?

Peggy V. [redacted] Toevoegen aan contactpersonen 15/09/2016

Aan: nutri colon

Zoals ik al eerder heb aangegeven gaat het zeer goed met mij. Dankzij de enzymen heb ik weer een vrijwel normaal leven. Niets geen angst meer om buiten te gaan. Gewoon boodschappen doen en uitgaan. Mijn darm is rustig en dat na 40 jaar.

Groetjes Peggy

Verzonden vanaf mijn Sony Xperia™-smartphone

Copyright Nutricolon



Re: Hoe Is Het Nu Met Jou?



Veerle
do 27/10, 7:51
U



Beantwoorden

Beste,

Sinds ik Nutricolon gebruik heb ik geen last meer van een opgeblazen gevoel en vervelende darmklachten.

Ik ben er dan ook zeer tevreden over en zal hoogstwaarschijnlijk terug een bestelling plaatsen. De korting is mooi meegenomen!

Groetjes

Veerle

Verzonden vanaf Samsung Mobile.

En zo kunnen we nog 100 pagina's met mailtjes van klanten tonen...

Maar genoeg van dat! Probeer het advies uit deze sheet uit en kijk of het wat voor jou doet. Eender deze dagen mail ik jou meer informatie over het product waar iedereen zo enthousiast over is.

Met vriendelijke groet,

Wouter Schatteman

Copyright Nutricolon

