



**Alba Agoras**  
-Hälsa för Kropp och Själ-

# MSM



[Marknadsförs av Ion Silver](#)



Organiskt svavel är kroppens åttonde mest förekommande ämne i vikt räknat. Svavel är en viktig beståndsdel i protein, kollagen och keratin vilka bygger upp brosk, senor, hjärna, bindväv, muskler, skelett, hud, hår och naglar. Hälften av kroppens svavel återfinns i muskler, hud och skelett.

Svavel är nödvändigt för cellernas uppbyggnad och funktion. Svavel har betydelse för nervernas funktion liksom för matsmältningen. Svavel behövs vid läkning av skador och förnyelse av celler.

**Eftersom MSM är ett kosttillskott och inte ett läkemedel får inga påståenden göras om dess verkningar på kroppen. Vi förmedlar endast det som redan finns skrivet om MSM runt i världen.**

MSM kan användas av alla oavsett ålder, kön eller hälsotillstånd.

MSM används för att ge lindring åt personer med kroniska smärtor.

Elitidrottare använder MSM för att minska träningsvärk och snabba upp återhämtningen.

MSM är också en kraftfull antioxidant som sätter stopp för fria radikaler i din kropp.

Dessutom upplever många som börjat med MSM att dom får mer energi. Man blir piggare och får ett ökat välbefinnande.

MSM tolereras även av personer med allergier och inflammerad tarm.

## Innehåll

Mineralet Organiskt svavel, MSM – Metylsulfonylmetan  
Lignisul MSM tillverkas av naturliga ekologiskt riktiga råvaror.

Vi tillverkar vårt MSM av tallar som vuxit i Nordamerika.

MSM klassas som en av de minst toxiska substanser som finns, jämförbar med vatten.

MSM är en organisk svavelförening.

Innehåller 99,5 % MSM (metylsulfonylmethan) organiskt svavel, 0,5 % kiseldioxid (antiklumpningsmedel).

En burk (200 gr) räcker 50 dagar, vid en tesked om dagen.



# Alba Agoras

-Hälsa för Kropp och Själ-

## Dosering

MSM-pulver blandas i dryck/vatten.

Börja försiktigt med 1 kryddmått (1 g) per dag löst i ett glas vatten.

Efter ca en vecka kan du sedan öka dosen med 1 kryddmått upp till det att du nått optimal dos, som brukar vara en till två teskedar om dagen (4-8 g). Dosen kan fördelas över ett par gånger per dygn.

Skulle du bli lös i magen, gå ner i dos till en nivå som din mage kan hantera.

Drick mycket vatten under tiden, det främjar utrensningen.

MSM tas med fördel tillsammans med C-vitamin.

MSM kan ha en uppiggande effekt, och skall därför helst inte tas strax före sänggåendet.

MSM påverkar inte annan medicinering.

Inga kända kontraindikationer.

Kan ha en viss hämmande effekt på trombocyttaggregationen och därigenom ge ökad blödningstid. Här tar du en liten dos en längre tid för att se hur du reagerar.

## MSM och olika sjukdomssymtom

Listan med områden som MSM kan hjälpa dig med är lång. Den kan verka märkligt lång, men det är faktiskt otroligt många områden man konstaterat att MSM kan vara behjälpligt inom! Existerar det en brist på metyl och organiskt svavel i kroppen, så kan det ta sig uttryck på många vis.

## MSM har visat sig kunna hjälpa människor som uppvisat följande symptom:

Osteoartrit (förslitningsreumatism).

Artros.

Olika belastnings- och förslitningsskador, tex repetitiva.

Höftproblem.

Reumatism. Reumatisk värk. Heberdens knölar.

Kroniskt ryggont.

Kronisk huvudvärk.

PMS - Premenstruella symptom.

Muskelvärk. Träningsvärk, benhinneinflammation.

Morgonstelhet i händer och leder.

Fibromyalgi.

Tendinit - tex tennisarmbåge.

Bursit - slem säcksinflammation i leder.

Karpaltunnelsyndrom (inflammation i handleden).

TMD (Temporomandibulär dysfunktion - käkmuskelvärk).

Inflammationer och värk.

Muskelkramper.

Halsbränna, magproblem, för mycket magsyra och sura uppstötningar.

Lupus - SLE (Systemic Lupus Erythematosus). En autoimmun sjukdom.

Gikt. Överskott på urinsyra som ansamlas i lederna, oftast först i stortån.

Sjögrens syndrom. Muntorrhet och torra ögon. MSM får igång saliv- och tårproduktionen.



# Alba Agoras

-Hälsa för Kropp och Själ-

Blåskatarr. Infektion i urinblåsan.

Sklerodermi, hudsjukdom, huden hårdnar, drar ihop sig och blir stel. MSM mjukar upp huden.

Chrons och ulcerös colit. Avföringen kan stabiliseras från lös till mer fast med MSM.

Parasiter. MSM hindrar parasiter från att fästa i mage/tarmar.

Astma. MSM ger antiinflammatorisk hjälp, stabiliserar kroppen och gör det lättare att andas.

Vuxendiabetes. MSM kan medverka till att stabilisera kroppens glukosnivåer.

Acne. Sprayas på Acnen samt drickes. Acnen går ner och huden läker. Väldigt effektivt.

Ögon - starr, grå starr och grön starr (Glaucoma). Tas som ögondroppar.

Ögon - bindhinnekatarr (Conjunctivitis). Tas som ögondroppar.

Ögoninfektioner. Tas som ögondroppar.

Pälsdjursallergi. Kroppens känslighet för allergenerna minskas.

Pollen och olika miljöorsakade allergier (damm, mögel mm). MSM reducerar histaminnivåerna.

Födoämnesallergier. Kroppens känslighet för allergenerna minskar.

Förstoppningar eller diarré. Hård i magen? MSM kan hjälpa dig få en normal avföring.

Ärrvävnad i huden mjukas upp och jämnas ut. Appliceras på huden samt drickes.

Snarkning. Tas som spray i näsan och svalget vid sänggående.

Fotsvamp. Sprickor mellan tårna. Spraya MSM.

Insektsstick. Blanda med lite vatten och gnid in i huden. Dämpar kliandet.

Idrottsskador. Sträckningar och stukningar. Används även förebyggande.

Alzheimers. MSM stimulerar indirekt produktionen av dopamin genom aminosyran metionin.

Candida. Svampangrepp på slemhinnor och andra delar av kroppen. MSM höjer kroppens PH-värde.

Håravfall. MSM stimulerar produktionen av de proteiner som behövs för ett friskt hår.

Autoimmuna sjukdomar. MSM verkar stabiliserande på immunförsvaret.

Kroniskt trötthetssyndrom.

Klimakteriebesvär. Övergångsproblem, vallningar minskar.

Hjärndimma. Problem med tankeverksamheten. Koncentrationssvårigheter.

Urinvägsinfektioner. MSM höjer kroppens PH-värde och försvarsförmåga mot mikroorganismer.

Hudbesvär och eksem. Många former av eksem reagerar positivt på MSM.

Psoriasis. MSM medverkar till att minska homocysteinnivån i kroppen.

Självsprickor i fötter och händer läker genom näringen MSM tillför kollagenet.

Åderbrock. Naringen som MSM ger kollagenet kan hjälpa kroppen få bukt med besvärliga åderbrock.

Depressioner och nedstämdhet. MSM stimulerar bland annat serotoninproduktionen..

Dessutom upplever många som börjat med MSM att dom får mer energi.

## Tips och råd

**Spray** blanda en del MSM pulver i 6 delar kokt kallt vatten.



**Alba Agoras**  
-Hälsa för Kropp och Själ-

Löser upp nästäppa, minskar snarkande, droppa i ögonen.  
Spraya på sår och eksem.

**Salva** ta salvan eller cremen du brukar använda eller en aloe vera bas.  
Stöt pulvret fint och blanda 1/3 MSM i 2/3 salva.  
Smörj sedan in den del du har inflammation eller värk med salvan.

Här kan ni läsa referenser från människor som använt MSM och Kollodialt silver