

Bevor Sie sich entschließen ein Rezept nachzumachen, seien Sie sich sicher, dass Sie auf keinen der Inhaltsstoffe allergisch reagieren. Wir übernehmen keinerlei Haftung für eventuell auftretende Schäden!

Restless Leg Syndrome (RLS)

Die Bezeichnung „**Restless Legs**“ (auch Restless Legs-Syndrom, RLS) bedeutet übersetzt „**unruhige Beine**“. Betroffene verspüren oft ein quälendes Ziehen, Zucken oder Kribbeln in den Beinen. Die Beschwerden treten meist beim zu Bett gehen und/oder ausschließlich in Ruhephasen auf.

Abhilfe:

Es gibt eine Studie aus dem Jahr 2015 nach welcher 100% der Patienten mit mittlerem oder schwerem RLS nach spätestens 6 Wochen, bzw. über 50% schon nach 2 Wochen mit 1080 mg Kaliumcitrat täglich vollständig geheilt waren

Bezugsquelle:

- Kaliumcitrat 605mg Tagesdosis 120 Kapseln - <https://amzn.to/2Ys96f6>
- Kaliumcitrat Pulver 500 g - <https://amzn.to/2Y0mnMB>

Studie:



Abbildung 1 --> [Link zur Studie](#)

Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund – [PayPal-Spende](#)

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ©

