

# Bélcsavarodást okoz a visszatartott puki

A váratlan pukinál kevesebb ciki dolog van a világon. Szegény barátom kamasként sétálgatott egy teliholdas éjszakán a barátnőjével egy parkban. Épp készült az első csókot levadászni, amikor kis patakokskához értek. Úgy érezte, előbb megmutatja, milyen ügyes srác, átugorja a patakot, amíg a kedvese átmege a kis fahídon. Ahogy landolt, nagyot durrant a gatyája, amitől olyan zavarba jött, hogy se szó, se beszéd, csapot-papot otthagya hazáig futott.

Ha egy jó teát megivott volna a randi előtt, biztos másképpen alakul az estéje. A bélgázok kialakulása a táplálékainkban lévő fehérje, cukor, szénhidrátartalom minősége és mennyisége mellett igazoltan összefügg a stresszel is. Mindettől függetlenül is vannak kifejezetten gázosító táplálékok.

Fontos tudni, hogy nem szabad sokáig elfojtani a bélgázokat, mert életveszélyes bélcsavarodás alakulhat ki!

**A természetgyógyász tanácsai**

Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a **termeszetgyogyasz@borsonline.hu** e-mailre vagy levélben a **Bors 1149 Bp., Róna u. 120-122.** címre. A borítékra írja rá: „Természetgyógyász”.



Ha ezzel küszködnek, akkor teaként étkezés közben kortyolgassanak egy evőkanál ánizs-kömény-édeskömény egyenlő arányú, 3 percig főzött keverékét, amit 20 perc ázás után szűrjenek le. Ha ez kevés, akkor mellé egy teáskanálnyi apróra vágott angelikagyökere forrázzanak le 3 dl vízzel és 15 perc letakart ázás után leszűrve igyanak meg belőle minden étkezés előtt egy pohárral.

Ha a családban valakivel „gáz” van, akkor a fűszersóban mindig bőven legyen finomra tört görögszénamag vagy -levél. Pici gyerekeknél majorannás kenőccsel kenjék be a köldöktájat alaposan, és meleg kendővel takarják le a pocit. Ez hatásos, kipróbált módszer, gyorsan hoz enyhülést.

