

C-vitamin enyhíti a macskajaj tüneteit

Másnaposság ellen az első pont: soha ne keverjük az italokat! Egy buli – egy-fajta pia. Második pont: ne kísérvük sok cigarettával (vagy esetleg más szívni valóval) az alkoholt. Harmadik szempont: az igazán tiszta ital – például a valóban csak gyümölcsből készített, és a fényét megtartott pálinkától, vagy a tiszta szőlő eredetű jó boroktól – nem okoz másnaposságot. De ugyanez igaz a jó vodkára és a jó whiskey-re is. Komoly piások az utóbbit tartják a legkisebb másnaposság veszélyt hordozó itókának.

Ha mégis úgy alakul, hogy nagyon rossz volt felébredni, s a fejfájástól a rosszulletig minden bajunk van, csak erőnk és életkedvünk nincs, akkor egy komoly szaunázás megment minket. Nagyon jónak tartják a méhpempőt is. A sok vízivással egybekötött nagy mennyiségű magas C-vitamin tartalmú (citrom, grépfrút stb.) frissen csavart gyümölcszsaftok folyamatos kortyolga-

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND

természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetyogyasz@borsonline.hu

e-mailre vagy levélben a

Bors, 1149 Bp., Róna u. 120–122. címre.

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

tása is gyorsan kivezeti az embert a szenvedésből. Aki bírja a savanyú káposzta levét (ami nem az ecettől savanyodott meg, hanem az éréstől), másfél liternyitől feloldozást nyer. A homeopátia méregtelenítő csúcsszere a hánytató dió (nux vomica) C 30-as potenciálban szintén gyors megoldás, reggel ébredéskor is beválik, de legjobb még esti beajulás előtt a nyelv alá.