

# Elmulaszthatja a szívtájéki fájdalmat jógával és teával

A homeopátiában tudjuk, hogy egy adott alkatú ember testileg, lelkileg, hangulatilag, gondolatilag milyen adottságokat, jellemzőket hordoz. Van, aki kén, van aki higany, van aki viperaméreg, vagy oroszlántej stb. alkatú ember.

Ezek között több olyan is van, akire jellemző, hogy mellkasi fájdalommal járó szívritmusfelpörgéssel reagálhat már kisebb stresszre is az életében anélkül, hogy bármilyen szervi problémája lenne. Ilyenkor egy homeopata orvosra van szükség, aki az alkat meghatározása után felírja a kellő mennyiségben a megfelelő alkati szert, amitől a panaszok lassan elmúlnak.

Nyilván ilyen tüneteknél mindenké előtt legelső teendő egy alapos kardiológiai vizsgálat. Ha van kardiológiai ok, akkor az orvos előírásait fontos pontosan betartanunk, ami mellett speciális, csak személyre szabott teakúrákat, és terápiásan alkalmazható jóga, csi-kung alapú mozgásokat végezzünk rendszeresen, amivel nagyon jól lehet a szívet erősíteni, nyugtatni, regenerálni, még nagyobb bajoknál is.

Ha nincs szervi ok, akkor még gyanakodhatunk refluxra is, ami ugyanilyen tüneteket produkálhat. Volt olyan, ami-

**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”.**



kor a refluxroham még a mentősökkel is elhitette, hogy szívkatasztrófa közeleg, pedig csak a nyelőcső tövét marta ki a gyomorsav, és emiatt alakult ki a gyors szívdobogás mellkasi fájdalommal.

Refluxrta viszont kifejezetten ajánlható a teakúra, mert az a tapasztalatom, hogy néha még a gyógyszereknél is nagyobb segítséget jelenthet. Keressen fel egy tapasztalt gyógynövényszakértőt.

