



Kérdése van? A Blikk Nők szakértői segítenek, ha tanácsra van szüksége! A borítékra írja rá: „Egészség”!

Ezen a héten válaszol:
Lévai Tímea
aranyasszony

Feszítő érzés

▶ Állandóan ödémás vagyok, a mensesem előtt pedig kifejezetten bevizesedem, úgy érzem magam, mintha felfújtak volna. Szeretném egyszerűen, természetes módon megoldani ezt a problémát.

(Bán E.-né, e-mail)

▶ A vízajtás azt is jelenti, hogy a vér elszállítja a felesleges vizet oda, ahol meg lehet szabadulni tőle. A vért a szív pumpálja, ezért ha sok vizet

A hét érdekessége

19%

A dohányosok ekkora része csak otthon, de a lakáson kívül gyújt rá. Bent csupán 10%-uk fújja a füstöt.

kell elhajtania, akkor sokkal több vért is kell megmozgatnia a benne szállított víz mennyisége miatt. A természetes vízajtók esetén megfigyelték, hogy ugyanolyan határfok esetén sem terhelik meg annyira a szívet, mint ha gyógyszerrel szabadulnánk meg ugyanattól a mennyiségtől.

A menstruáció előtti vizesezés ellen próbálja ki a boróka-bogyót. Ugyanilyen hatásos vízajtó a medveszőlőlevél és a mezei zsurló is, ám szakember megkérdezése nélkül egyiket se használja! A nyírfalevél, a tarackbúza és az aranyveszszőfű is jó vízajtó, az ezek keverékéből készült teát bátran iszogathatja.