

Friss gyümölcslevek űzik el a torokfájást

Először is körül kell nézni, nincs-e valami egyszerű oka a torokfájásnak. Ha nincs, akkor kukkantson bele egy orvos, nehogy mandulagyulladás vagy más komolyabb baj álljon a háttérben, mert a kikezeletlen mandulától a szívünk és az ízületeink is elég gyorsan tönkremehetnek egy életre. A toroknak sok kiváló öblögető gyógyteanövénye van, legjobb az izlandi zúzmó és az ibolyalevél. Egyedüli vagy 2:1 arányban kevert teájukból egy evőkanálnyit forrázson le 3 deciliter vízzel, majd legalább letakarva 15 perc ázás után szűrje le, és ha 30 fokra lehült, egy nagy kanál propoliszos méz mehet bele. Napi 2-3 csészével is megihatunk nyugodtan, de lassan, úgy, hogy a torkunkat alaposan mossuk át.

Az immunrendszer zseniális erősítői többek között a béta glükán gombák, az olajfalevél kivonatai és az ehinácia-kivonatok. Ezek szinte mindig képesek

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND

természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetgyogyasz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

néhány nap alatt csodákra, és nyugodtan alkalmazhatjuk őket együtt is, nagyobb dózisokban, nem veszélyesek. Általában torokra ezek jobban beválnak, mint az ezüstkolloid. Két-háromnapos folyamatos, nagy mennyiségű frissen csavart citrom-alma-narancs-gyömbér-kivi lékúra is elűzi a makacs torokbajokat.