

# Gyógynövények kúrálják a fekélyt

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**

természetgyógyász  
minden vasárnap  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a [termeszetygyasz@borsonline.hu](mailto:termeszetygyasz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

Könnyen lehet, hogy ez a túlsavasodás már a fekélyek, sebek kialakulása miatt ennyire fájdalmas, ezért érdemes mielőbb kivizsgáltatni: hol és mekkora az az elfekélyesedett rész.

A gyomorfekély legtöbbször kiválóan kezelhető 3-6 hónapos intenzív tea-kúrával és finomított szénhidrátmentes mediterrán diétával. A savcsökkentés legtöbbször alkalmazott növényei az akácvirág, a fehér árvacsalán és a kálmos gyökér – utóbbi be is állítja az optimális gyomorsavszintet. Egyenlő arányú keverékből egy evőkanálnyit for-

rázzon le reggelente egy liter vízzel, s hagyja állni 20 percre, majd szűrje le, s a főétkezések előtt három részletben igya meg. A gyomorfekélyre a savcsökkentésen kívül még olyan növények is javallottak, amik bevonják, regenerálják a gyomor nyálkahártyáját, gyulladáscsökkentő hatásúak, valamint a gyomorfalán elszaporodott káros baktériumokat is képesek elpusztítani. Többek között kiváló erre a cikafark, az apróbojtorján, a fehér mályva, a körömvirág és az édesgyökér. Teakeverék néhány hónap alatt képesek megszüntetni a gyomorfekélyt, ha naponta több csészényit fogyaszt belőle. Ezek a növények, illetve kombinációjuk abban az esetben is segítenek, ha előrehaladott refluxról van szó, s a nyelőcső alja is tele van fekélyekkel. Az intenzív tea-kúrát 3-6 hónapig tanácsos folytatni, majd ha már teljesen elmúltak a fájdalmak és a savasodás is megszűnt, napi egy csészényi úgynevezett emlékeztetőt reggel vagy este érdemes ezután is inni, ez megakadályozza, hogy kiújuljon a fekély.



Hétlőn

**Bors-horoszkóp**