

# Illóolajok kockázat nélkül tisztítják az eldugult nózit

A természetgyógyász a természetből indul ki. Ha egyszerűen nézzük, akkor azt a megállapítást tehetjük, hogy az orrunk légnemű anyagok beszívására lett kialakítva, belülről egy nagyon érzékeny nyálkahártyával. Ez az egyik olyan hely szervezetünkben, ahol a legerősebb a felszívódási képesség. Ami ide jut, azonnal benne lesz a vérünkben is, ezért szét is terjed pillanatok alatt egész testünkben.

A természetgyógyász mindig sokkal óvatosabb a kémiai laborokban előállított, vagy kivont anyagokkal. Főleg, ha azokat egyből a vérkeringésbe küldjük, mint ahogy az orrlukba spricelt dolgokkal is ez történik. Én az orrdugulás elhárítására minden esetben valamilyen homeopátiás orrsprayt használom és ajánlom. Ez gyors, hatásos és kockázatmentes, szemben a kémiázott dol-

*A természetgyógyász tanácsai*



Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a

[termesztgyogysz@borsonline.hu](mailto:termesztgyogysz@borsonline.hu) e-mailre vagy levélben a **Bors, 1149 Bp., Róna u. 120-122.** címre. A borítékra írja rá: „Természetgyógyász”.

gokkal, amiknél mindig csak évek vagy évtizedek múlva derül ki, hogy mekkora veszélyt jelentenek.

Ha folyamatosan be vagyunk dugulva, akkor fontos az ok kiderítése, amit immunerősítő, általános nyálkahártyanyugtató, gyulladáscsökkentő hatású hosszabb teakúrával esetleg korrigálni lehet. Nem erőszakoljuk meg a természetet akkor sem, ha nappali és éjszakai tartózkodási helyeinken az orrnyálkahártyát nyugtató és gyógyító kellemes illóolajok közül egyet vagy többet folyamatosan párologtatva mulasztjuk el orrdugulásunkat. Erre kiválóak többek között a citromfű, levendula, kamilla, eukaliptusz, teafa, és a zsálya illóolajok.

