

Illóolajok védenek a klímától

A légtiszta levegő először is kiszűri a levegőt, s ezt nem képes mindenki tolerálni. Kézenfekvő az is, hogy a hideg levegő, a hűtés, ami a testünket éri, nemcsak az ízületeket bántja, hanem az idegvezetőinket is terheli.

A klímában szívesen telepsznek meg bacik, amik mérgező gázokat eregetnek, ezért jobb esetben folyamatos torokkaparás, köhécseles, állandósult meghűlésszerű tünetekkel válik életünk szélmalomharccá, szerencsétlenebbül járva a baciknál kisebb-nagyobb, sokszor az orvos számára szinte beazonosíthatatlan eredetű pszichés vagy testi, ideg-

mérgezésen alapuló tünetek alakulhatnak ki. Sajnos Magyarországon még nem nagyon figyelnek erre, a légkondik nincsenek rendszeresen, szakszerűen takarítva, úgyhogy éveken keresztül klimatizált levegőben ülve valami kis bacibajra biztosan számíthatunk.

Vannak olyan gyógynövények, amik melegítik az embert. A legismertebbek a hárs és a bodza, de a légkondival sajnos ezek sem tudnak megbirkózni. Gombamérgek ellen erős illóolajokkal védekezhetünk, ha a kijövő levegőbe mindig keveredik erdei fenyő vagy eukaliptusz illóolaj, azok előlik a kórokozókat.

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden pénteken
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk
a termeszetgyogysz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a
Bors, 1537 Bp., Pf. 446. címre.
A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”