

# Lépes méz erősíti a szervezetet

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**

természetgyógyász  
minden vasárnap  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a [termeszetyogyasz@borsonline.hu](mailto:termeszetyogyasz@borsonline.hu)

e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá: „**Természetgyógyász**”

*Ha náthás vagyok és köhögök, akkor honnan tudhatom, hogy csak meg vagyok fázva, vagy valamilyen vírust kaptam el?*

Az influenza tünetei néhány óra alatt robbannak ki rajtunk, míg egy megfázás, nátha lassabban, fokozatosan, sohasem hirtelen érkezik, és nem szokta elérni az influenza tüneteirősségi szintjét.

Egy cseppfertőzéssel a szájüregbe, garatba, légcsőbe kerülő agresszív, nagy szaporodóképességű vírusok ha lyukat találnak a nyálkahártyapajzson, akkor villámgyors szaporodásba kezdenek. Ilyenkor szervezetünk reakciója a gyorsan, akár negyven fok környékére is felszaladó láz. Ez azért jelentkezik, mert a hőtől gyengülnek a vírusok, szaporodásuk lassul vagy meg is áll. Amennyiben vírusok rohantak le minket, akkor a fáradtság és a gyengeségérzet, az ízületi vagy az egész testes fájdalomérzet néhány óra alatt letaglóz minket, gyakran fejfájással, esetleg erős torokfájással jelentkezik.

Az influenzát érdemes komolyan venni, szigorúan végigpihenni, hogy legyen ereje a szervezetünknek végigcsinálni ezt a csúnya háborút, és győztesen kerülhessen ki belőle. Lábon kihordva könnyen életre szóló nyomokat hagyhat maga után, amik tönkretelhetik egész életünket.

A tudomány máig nem tudta eldönteni, hogy a vírus élőlény vagy anyag, mert még nem tudja érzékelni, mérni azokat a lelki-bioenergetikai folyamatokat, melyek létrehozzák és működtetik a kis szörnyeket. Ezért a természetes megelőzés fontos. Immunerősítéssel és nyálkahártyáink erősítésével, például lépes méz szopogatásával, illóolajok párologtatásával, mályvafélés teákkal csökkenthetjük a kockázatot.