

# Meg is ölhet a hashajtós fogyókúra

A hashajtás jó fogyasztó, könnyen átfogyhatja magát a temető kerítésén, aki rendszeresen és intenzíven végzi. Annyira megbetegíthet minket, hogy teljesen egészségesek már nem lehetünk utána.

Sok hashajtó növény van, ami minden bevitt anyagot kivisz a szervezetből, meggátolja azok felszívódását. A szervezet a tartalékai felélése után saját magát kezdi el megemészteni (de leginkább sajnos nem a zsírt), de teljesen ki is száradhatunk a folyamatos hasmenéstől. Az intenzív hashajtás nagy veszélye, hogy néhány nap vagy hét alatt – alkattól függően – a beleinket egy olyan gyulladt, hurutos állapotba hozza, amit egy rövidebb kúra után is nehéz már elmulasztani, kikezelni.



## A természetgyógyász tanácsai



Tóth Zsigmond természetgyógyász tanácsadó rovatunkban várja kérdéseit a

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

Ha valakinek elmulaszthatatlan hasmenése alakult ki egy gyógyteakúra hatására, akkor annak is megvan az esélye, hogy valamilyen mérgezést kapott. Nem zárható ki az sem, ha csak rövid volt a teakúra, és még nem állt vissza a normális állapot a kúra befejezése után, hogy valamilyen rejtőzködő, tünetmentes bélrendszeri betegségét a hashajtó teakúrával sikerült átlendítenie a megnyilvánulás fázisába. Mindenképpen vizsgálta ki magát!

Ha nincs baj, mégis megmaradt a hasmenés, akkor először néhány napig igyon naponta három diólevélteát (egy csészébe egy teáskanál forrázatát). Ha ez nem elég, akkor 2-3 napig háromszor egy teáskanál fagyott disznósír következik.