

Sépia enyhíti a tüneteket

Hazánkban 49 éves kor körül, Ázsiában és Afrikában 44 körül várható a klimax. Soványaknál, dohányzóknál előbb jelentkeznek, mert nekik alacsonyabb az ösztrogénszintjük.

Régen ismerték azokat a gyógynövényeket, amelyekkel a klimaxot kockázat nélkül előrehozták azoknál a harmincas nőknél, akik már 3–4 gyermeket szültek. De ezeket a hatóanyagokat nagy antibébi tablettás gyógyszergyárak kutatták, így e hasznos módszerek nem jutnak el a nyugati világba.

Akkor számít korainak a menopauza, ha negyvenedik életév előtt érkezik. Oka lehet petefészkek-gyulladás, fertőzés stb. – ezt érdemes kivizsgáltatni. Erősebb, gyengébb, hetekig is eltartó vérzések előfordulhatnak úgy is, hogy 4–5 hónapja elmaradt már a menses. Tünetei a gyengülő vagy szeszélyessé váló vérzések mellett a hőhullámok, az izzadás, a szívdobogás, a legkülönfélébb kedélyzavarok, ilyen a váratlanul kialakuló feszült állapot, esetleg depresszió. Hajhullás, a bőr és a hüvely kiszáradásai, esetenként fokozottabb szőrösödési hajlam is jelentkeznek.

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetyogyasz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá:

„Természetgyógyász”

A vérnyomás-, a vércukor- és a vérszír- (koleszterin, triglicenid) problémák is megjelenhetnek vele, és a mellék összemehetnek. Mivel mindezek traumatikus önértékelési zavart is kialakíthatnak, fontos, hogy a család nagy szeretettel vegye körül ilyenkor a hölgytagjait, hogy csodálatos nagyívá válhassanak, ne démonná. Teája: cickafark, rózsaszirm, palástfü, pásztortáska egyenlő keveréke. Tápláléka: lucerna és vöröshere csírája. Homeopátiásan – ha fejfájással, depresszióval jár – a sépia.