

Süngomba turbózza fel az agyat

A feledékenység már népbetegség, ráadásul a többségnél az orvos mégis mindent rendben talál. Ilyenkor legelőször két dologra kell gondolnunk: stressz és mobiltelefon. Ki kell deríteni,

stresszmentes állapotban vagy egy-két hét mobiltelefon-mellőzés után megszűnik-e feledékenységünk. Sokaknál ez a módszer azonnal sikert fog hozni.

A mai városi ember élete, testi, lelki és gondolkodói valósága a túlterheltségről, túlfeszítettségéről szól. Olyan a mai emberek agya, mint egy nagy medence, amit folyamatosan ráznak, és közben töltik bele az ezerfajta, mindenféle méretű kavicsot még azután is, ha már csordultig telt. Nem kell meglepődni azon, hogy néha egyik-másik kavicsot nehezebb előkapni. Az állandó rázást – a stresszt – kell leállítani, utána pedig a folyamatosan és fölöslegesen mindenfelől kontrollálatlanul belénk áramló hatások és információk szűrését, rendsze-



A süngombából készült kivonatot rendszeresen érdemes szedni

rezését kell megoldani. Csak azt engedjük be a külvilágból, amit szeretünk, ami hasznos vagy ami szép. Minden más maradjon kívül kapuinkon!

A mobiltelefonról több kísérlet és párhetes mellőzésének a tapasztalatai kétséget kizáróan igazolták, hogy komoly memóriazavarokat okozhat rendszeres használata. Mindezek mellett vannak nagyon jó természetes memóriajavító, agyserkentő szerek. A ginko biloba, a szibériai rózsagyökér, de a süngomba is kiválóak, és együtt nagy dózisban szedhetőek. B1- és B12-vitamin tiznapos, nagy dózisú injekciókúrának, mellette napi 150 ml homoktövismag-olajjal nagyon jó hatása van.

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden héten hasznos információkat ad olvasóinknak.



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