

# Szódabikarbóna kell az esti fürdő vizébe

Bármilyen is a probléma, ma egyből azt lehet mondani: a szervezet elsavasodása okozta. Ez az elmélet addig igaz, míg nem kérdezik meg, pontosan mi savasodott el és mennyire.

Ha a XXI. századi átlagembernek anyagcseréire visszavezethető betegsége van, és elkezd 15-20-féle különböző (gyógy)növény keverékéből napi 3-4 evőkanálnyit 1-1,5 l teaként mindennap inni, akkor biztos, hogy tíz emberből legalább hárommal pár hónap alatt csoda fog történni. Azért, mert a nők 70 százaléka alig iszik, és a táplálkozásunk annyira egészségtelenné és természetellenessé vált, hogy egyszerűen a szükséges folyadék és a rengeteg fontos természetes anyag újrabevitele ezt eredményezi.

Egyébként elsavasodásra a 15-20 komponensű, főleg a növények szárából-leveleiből készített teák folyamatos fogyasztása ajánlható. Ha gyomrunk is elsavasodott, a keverékbe ke-

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**

természetgyógyász  
minden vasárnap  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



**Kérdéseiket várjuk**

a [termeszetgyogysz@borsonline.hu](mailto:termeszetgyogysz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

verjük akár a felét kitevő kálmosgyökeret is. Az egyik legjobb megoldás a szódabikarbónás fürdőkúra. Ha képesek rá, minden ételükből (ketchupból, mustárból, diétás joghurtból, üdítők-ből, még a leves rántásából is stb.) száműzzék a finomlisztet és a finomított cukrot, mert ez a csúcshatás savasodásnál. Ha más baj nincsen, akkor így szép, egészséges kisbabájuk lesz.