

Teakúra erősítheti a vékony érfalakat

A bőrünket és az egész testünket vékonyka vér- és nyirokerek hálózják be. Útéstől vagy vágástól ezek a vezetékek elszakadhatnak, eltöredeznek, és a bennük lévő vér és nyirok kiömlik. Azt lehet mondani, hogy a bekékülés a vértől, a sárgás, fehéres vizesedés pedig a nyirokfolyadéktól alakul ki.

Az első dolog, amit ki kell vizsgáltatnia, vére alvadási képessége. Ha vérzékeny, akkor ezt kiválthatják a gyógyszerek is, például az aszpirin, a vérnyomáscsökkentők, a szívgyógyszerek, a szteroidok, ezért egy gyógyszer mellékhatásokból felkészült orvost keressen fel, s váltson hatóanyagot. A gyógynövények is okozhatnak vérszegénységet a helytelen használat miatt (például a fekete áfonya levele, az orbáncfű is), de a K-vitamin hiánya is.

Az érfalak rugalmatlansága miatt vagy gyengeségük esetén könnyebben szakadnak el, ebben az esetben is hamarabb kékülnek el a sérülések, s nehezebben regenerálódnak. Hosszabb teakúrával ezen is javíthatunk (ribizli-

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND

természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

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

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

levél, medvehagyma, csipkebogyó, galagonya virágos ága stb.) és szedjük nagy mennyiségű Omega 3-at is.

A nyomástól könnyen kialakuló és nehezen eltűnő kékes foltok utalhatnak súlyos immungyengeségre is, mivel ezek az immunrendszer aktivitása miatt szívódnak fel. Ilyen esetben olajfalevél-kivonatból, csalánból, ribizlilevélből, gyömbérből, ginsengből, csillagánizsból és kasvirággyökérből készített tea mindennapos fogyasztása segít.