

Zsurló űzi el a nyári náthát

A felfázás nem csak a hőmérséklettől függ, hanem a hőmérséklet-különbségektől is. Kánikulában a 20 fokos légkondis üzletbe lépve is megfázhatunk, és a sivatagi hőségben a 25 fokos vizes poló tüdőgyulladást okozhat.

Akiknél a húgyutak érzékenyek, a nyári átmelegedéstől fogékonnyá válnak a gyulladásra. Sűrűsödő vizezésnél mérjük vércukorszintet is, mert ez a diabétesz egyik alaptünete is lehet. A húgyutak gyulladásával, fertőzéseivel kegyesen bánt a természet, mert könnyen kezelhetők gyógynövényekkel, melyeket teakeverékként és ülőfürdőként is alkalmazhatunk. Elsőként a medveszőlő levelét említeném (amit egy kúra során két hétnél tovább ne használjunk), s teája hatékonyabb lúgos vízben vagy egy késhegynyi szóda-

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND

természetgyógyász
minden pénteken
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

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

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

bikarbóna hozzáadásával, ám előtte 4-5 percig főzni kell. Második a mezei zsurló, amit magában szintén ne használjunk pár hétnél tovább. Ha e két drog aránya együttesen 20 százalék alatt van egy keverékben, 5-6 szelídebb húgyúti droggal (ilyen a kukoricabujusz, a vörös áfonya levele, a hárslevél, az aranyvessző, a kökényvirág, a fehér árvacsalán, a körömvirág, a fehér mályva), egy-két hónapig is fogyaszthatjuk mindennap a gyógyteát, mely végképp megszünteti a felfázást.



FOTÓ: THINKSTOCK