

75 Natural Herbal Remedies For Natural Healing

Amanda Maes



75 naturale rimedi erboristici per la
guarigione NATURALE

DI

AMANDA MAES

75 naturale rimedi erboristici per la
guarigione NATURALE

Copyright © 2016 da Amanda Maes

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di

questo libro può essere citato o
riprodotto in qualsiasi modo modo se
non con il permesso scritto dell'editore.

TABELLA DEI CONTENUTI

INTRODUZIONE

IL MIRACOLO di papaia

LE MERAVIGLIE DELLA AGLIO

ZENZERO

Raccolta di erbe e loro utilizzo

ACQUA

Benefici nutrizionali di acqua di cocco

INTRODUZIONE

medicina di erbe è la più antica e in questo momento il sistema più diffuso della medicina nel mondo di oggi. Si tratta di medicine derivate dalle piante completamente. I suoi tagli di applicazione in tutte le società e culture. medicina di erbe è sempre più provata dalla ricerca scientifica che cerca di comprendere la chimica delle piante. L'uso della pianta come medicina dà vantaggi ineguagliabili nel trattamento di molte condizioni.

L'uso di prodotti a base di erbe è di

importanza globale a causa dei loro effetti collaterali bassi, accessibilità e convenienza rispetto medicina convenzionale. Uno dei motivi fondamentali che la medicina a base di erbe è così efficace è che si basa su piante e il nostro corpo li accetta così rapidamente.

IL MIRACOLO di papaia L'impianto

pawpaw si crede abbia avuto origine dal Sud America, dove viene coltivato prima dei tempi colombiana. Ci sono venti di due alberi nel genere di papaia. Carica papaya è il più famoso di tutti. Pawpaw arriva in Europa nel corso dell'anno 1690, l'Asia nel 18 ° secolo. E 'cresciuto in tutto il mondo di oggi. È usato come ornamento per abbellire case in alcune parti del mondo. Papaia è uno dei doni sorprendenti della natura per l'umanità. Carica papaya è farmacia sul proprio a causa dei suoi valori medicinali per la salute umana. In

generale, papaia è una pianta meravigliosa che può servire numerosi impieghi in funzione della conoscenza di coloro che vogliono usarlo. Per esempio, può essere usato per trattare mal di gamba che sembrava sfidare droghe sintetiche e, allo stesso tempo, quando le foglie fresche sono pigiate è utile come un sapone per il bagno! Tale è la natura straordinaria della pianta papaya. Carica papaya aiuta la digestione delle proteine ■■ed espelle i vermi intestinali. I frutti maturi pawpaw sono ricchi di vitamine A, B e C. La

vitamina A è essenziale per una buona vista. Vitamina B aiuta le attività dei nervi e dei muscoli. La vitamina C è noto per rafforzare il sistema immunitario ed aiutare nella lotta contro le malattie. GLI USI di papaia (Carica papaya) (1) Per i vermi intestinali

Masticare due cucchiari di semi di frutta matura Carica papaya frutta, quando ci si alza al mattino e durante il sonno nella notte. Nota questo dovrebbe essere fatto, come si sta svegliando prima e l'ultima cosa da fare la notte prima di andare a letto. Questo dovrebbe essere fatto per

tre giorni. Mangiare solo frutta per la prima colazione e cena per i periodi di quei tre giorni. (2) Per le piaghe croniche e ulcere esterni Sei a tagliare un pezzo di acerbo Carica papaya frutta e legarlo direttamente alle ferite.

Ripetere questa procedura quattro volte al giorno. Questa procedura deve essere continuato finché la ferita guarita. Per accelerare il processo di guarigione della ferita, consumare molta papaia matura anche. (3) la malaria Spremere alcune foglie giallastre pawpaw in acqua. Bere un bicchiere tre volte al

giorno per sette giorni.

(4) ittero

Spremere alcune foglie pawpaw gialli in acqua e prendere un bicchiere pieno tre volte al giorno per sette giorni.

(5) ulcera allo stomaco

Un grande acerba papaia frutto deve essere tagliato in pezzi. La buccia o dei semi non devono essere rimossi. ammollo in cinque bottiglie di acqua per quattro giorni. Poi Sieve e bere mezzo bicchiere tre volte al giorno per due settimane. Questo rimedio è molto buono per qualsiasi forma di ulcera intestinale.

(6) Diabetes

Le foglie verdi di papaia sono straordinari buone per il trattamento del diabete e ipertensione diabete-indotta.

Sei a spremere le foglie verdi di papaia in acqua. Bere un bicchiere tre volte al giorno.

(7) Ulcera esterno

Il succo bianco latte della papaia acerba è ricca di grande percentuale di papaina, una sostanza eccellente per ferite croniche e ulcere. Il succo può essere ottenuto attraverso un leggero taglio sulla papaia frutta cruda per

consentire la linfa di raccogliere. Vi è anche la presenza di papaina nella papaia frutto maturo.

(8) Stipsi

Le foglie verdi di papaia sono utili per il trattamento di costipazione. Spremere le foglie pawpaw verdi in acqua e prendere un bicchiere di preparazione tre volte al giorno.

(9) Convulsioni

Le foglie marroni secchi di papaia sono un ottimo elisir per convulsioni. Le foglie pawpaw marroni secchi devono essere macinati in forma polverulenta.

Mescolare due cucchiaini di polvere di mezzo bicchiere di olio di nocciolo di palma. Mescolare accuratamente e strofinare tutto mai il corpo. Questo produce un risultato immediato.

(10) Bronchite

Nella radice della pianta di papaia si trova un buon rimedio per tutti i tipi di malattie respiratorie, soprattutto la bronchite. Alcune radici pawpaw devono essere lavati con acqua per pulire il suolo da allora e poi bollire in acqua. Bere un bicchiere tre volte al giorno.

(11) Tosse

Masticare una radice tenera papaia e la deglutizione il succo sarebbe curare la tosse.

(12) Asma

foglie secche pawpaw dovrebbero essere bruciati e fumo è inalare durante un attacco di asma. Questo porta un sollievo immediato. Per scongiurare attacco d'asma inala il fumo ogni notte.

(13) Piles

radice Papaia è buono per curare pali. Alcune radici pawpaw devono essere lavati con acqua per pulire il suolo da

allora e poi bollire in acqua.

Prendere mezzo bicchiere due volte al giorno.

(14) Impotenza

Due frutti acerbi dovrebbe essere tagliato in diversi pezzi, tra cui la buccia e i semi. tutti Lessare in otto bottiglie d'acqua. Bere mezzo bicchiere due volte al giorno.

LE MERAVIGLIE DELLA AGLIO

Allium sativum, aglio, è un membro

della famiglia Allium, che consisteva di circa 700 specie. L'aglio così com'è, è tra prime piante medicinali scoperti che l'uomo conosca. Tutte le civiltà rinomati hanno fama di aver fatto uso di aglio generosamente. E 'stato anche riportato nella Bibbia in Numeri II versi 4-6 per mostrare come gli ebrei è piaciuto molto. Nell'antica Babilonia, greco e l'aglio Roma è stato ampiamente consumati. Le pagine di storia ha rivelato che Aristotele consigliato l'aglio per tutti coloro che desiderano rimanere sani e forti. Ippocrate, il padre

della medicina moderna prescritto aglio crudo per il trattamento della bronchite. Dai tempi antichi fino ad oggi, l'aglio è stato visto come una pianta misteriosa. Il risultato di cui numerosi miti sono state tessute intorno a questa meravigliosa pianta. L'odore di aglio se consumato permea tutte le secrezioni corporee: urina, respiro, saliva e rutti. Questa caratteristica odore di aglio è dovuta alla presenza di diallil solfuro, un enzima originato da alliicine, un sottoprodotto di alliinase. Aglio comprende alliine, niacina e vitamina

A1, B1, B2. Perché alliin e diallile disolfuro sono sostanze volatili, che permeano tutti gli organi del corpo, in tal modo impossibile nascondere l'odore. Gli organi di eliminazione, come reni, fegato, polmoni, pelli e beneficio bronchi ampiamente da aglio.

I metodi di utilizzo di aglio

(1) Rondine quattro spicchi d'aglio crudo tre volte al giorno. Notare che deve essere inferiore a 12 spicchi menzionati ogni giorno, in modo che l'effetto terapeutico completo può essere sentito.

(2) Mash tre teste d'aglio e immergersi in bottiglia di acqua durante la notte calda. Prendete un bicchiere tre volte al giorno.

(3) Mash 10 lampadine di aglio. E mescolare con due bottiglie di miele insieme. Si prega di non aggiungere acqua. Prendere due cucchiaini tre volte al giorno.

Caratteristiche medici di aglio

(1) Antibiotico: aglio è uno degli antibiotici naturali conosciute dall'uomo. E 'scientificamente stabilito che il

lavoro aglio ottimamente contro i
seguenti batteri:

(I) Escherichia coli, noto per causare
dysbacteriosis intestinali e infezioni
urinarie.

(Ii) Shigella Dysentariae: responsabile
per la dissenteria.

(Iii) Salmonella typhi: un batterio che
causa la febbre tifoide.

(Iv) streptococco e stafilococco: Essi
sono responsabili per l'infiammazione
degli organi genitali, infezioni della
pelle, cellule spermatiche distrutte e
macchie. L'aglio ha nessun effetto a

differenza degli antibiotici di sintesi.

(2) anti-ipertensivo: L'aglio è un barlume di speranza per i pazienti ipertesi in tutto il mondo. L'aglio non solo regola la pressione del sangue anche normalizzare esso.

(3) Anti-diabetici: In collaborazione con altre erbe, l'aglio è stato molto utile nel ridurre la glicemia. Se il diabete gestito nella vostra famiglia fa un amico con l'aglio, che servirà come un baluardo contro di essa.

(4) Worms pannello: L'aglio è una sostanza per eliminare i vermi

intestinali.

(5) anti-tumorale: Rafforza le cellule del sangue contro i microrganismi dannosi.

Aglio distrugge le cellule cancerose nel corpo. Il popolo di Asia centrale sono noti come i più grandi mangiatori di aglio, e come vivono più a lungo, con insorgenza più basso di cancro. E

'consigliabile per le donne a fare amico con aglio e consumano molto bene, in altri l'incidenza di cancro al seno.

L'aglio sarà sicuramente distruggere le cellule cancerose all'interno dei loro corpi.

(6) Indigestione: E 'un bene per l'indigestione, perché rimuove i rifiuti dal sistema corpo.

ZENZERO

Zingiber officinale è un membro di circa 1400 specie della famiglia Zingiberaceae. E 'originario dell'Asia e

cresce anche molto bene nei tropici. Lo zenzero è il più potente e il più popolare della famiglia Zingiberaceae di erbe aromatiche. Ginger è stato parte della Cina dell'erbario più di 5000 anni fa. Ha caratterizzato in manuale indù di medicina e Ayurveda nel V secolo aC. E'anche a verbale che medico romano Dioscoride citato zenzero nel suo libro classico, ' De Materia Medica '. Allo stesso modo, è scritto nel Corano che tra i più ricchi in cielo 'sono passati oggetti d'argento e coppe di vetro, ... e una tazza, la mescolanza dei quali è zenzero.'

Valori medicinali di zenzero

Ginger composto da fenoli, resine e molti oli volatili come borneolo, citrale, eucaliptolo, camphere, e zingiberol. E' ricco di proteine, sali minerali, vitamine e carboidrati. Ginger era conosciuto come un alimento importante e la medicina nel Medioevo in Europa. Le proprietà riscaldamento aromatiche di zenzero sono stati utilizzati da tempo immemorabile per il trattamento di raffreddore e influenza. Ginger ha indotto una sudorazione benefica che aiuta ad eliminare le tossine dal corpo

sistema. Quando si miscela con limone e miele, può essere bevuto come tè durante la prima fase di un brivido. Lo zenzero stimola il sistema circolatorio e di immenso beneficio per mani e piedi freddi. Aiuta nella digestione del cibo e produce un effetto calmante sul sistema alimentare. E 'praticamente impossibile indicare tutti i benefici medicinali di zenzero sul corpo, perché lo zenzero funziona su quasi tutti gli organi del corpo. Ginger riduce infiammazioni agendo sul sistema muscolo-scheletrico. Questo è il motivo di zenzero di base è

utile per il trattamento di artrite, reumatismi, l'appendicite e gouts. Nel sistema alimentare, zenzero ostacola la crescita di microrganismi nocivi, ma consente quelle benefiche a crescere. Questa qualità non è mai presente in droghe sintetiche. Ginger svolge un ruolo fondamentale nel sistema circolatorio, impedendo la formazione di trombossani, una sostanza responsabile per l'aggregazione delle piastrine del sangue che alla fine risultano per la coagulazione dei vasi sanguigni che porta ad un attacco

cardiaco, ipertensione e ictus.

Scientificamente, è dimostrato che lo zenzero è efficace come l'aspirina inibendo la formazione di coaguli di sangue nelle arterie. Il vantaggio è che lo zenzero ha alcun effetto collaterale noto a tutti.

(1) L'ittero e Epatite: Lo zenzero è un buon rimedio per ittero ed epatite, soprattutto quando combinato con kola amaro. Mescolare cinque o dieci cucchiaini di polvere di Kola amaro con una pari quantità di zenzero in polvere. Mettere un cucchiaino della miscela in

un bicchiere di acqua calda e dare circa cinque minuti per infondere correttamente prima di aggiungere due cucchiaini di miele.

Bere un bicchiere ogni giorno. Si prega di non superare mai questo dosaggio raccomandato a causa del suo effetto sul fegato.

(2) La febbre: Lo zenzero è un ottimo rimedio per la febbre. Stimola il corpo di sudore e abbassa la temperatura del corpo. Immergere un cucchiaino di zenzero in polvere in un bicchiere di acqua calda, e bere.

(3) la tosse e mal di gola: Lo zenzero è una delle erbe più efficaci contro tosse e mal di gola noto all'umanità. In questa situazione, il grezzo, zenzero fresco è più desiderabile. Basta staccare un dito di zenzero e masticare su di esso. Il succo dovrebbe poi essere inghiottito. Ripetere queste due volte al giorno.

(4) Cancro: Mettete un cucchiaino di secchi, zenzero in polvere ad una tazza di acqua calda. Dare una decina di minuti per infondere molto bene. Bere un bicchiere due volte al giorno. Questa preparazione deve essere preso per

circa tre mesi in altri per vedere i suoi effetti benefici. Lo zenzero ha un ruolo essenziale da svolgere nella lotta contro il cancro.

(5) L'alta pressione sanguigna e ictus: Come accennato in precedenza, lo zenzero è utile per il trattamento di ipertensione e ictus. Questo è il risultato di gingerolo, una sostanza chimica antiaggregante che ostacola lo sviluppo del trombossano. Prendere un bicchiere due volte al giorno. Questa preparazione deve essere preso per circa tre mesi in altri per vedere i suoi effetti benefici.

(6) benessere generale: Lo zenzero è utile per i sistemi di tutto il corpo, si propone pertanto che ognuno che desidera una buona salute, dovrebbe prendere l'abitudine di assumere regolarmente zenzero.

(7) soppresso e mestruazioni dolorose: Aggiungere un cucchiaino di zenzero in polvere secca ad una tazza di acqua calda. Prendete una tazza due volte al giorno.

Raccolta di erbe e loro utilizzo

(1) Cipolla: *Allium cepa*

Parti utili: lampadina, foglie

Costituente: Riboflavina

Usi medicinali

(I) Insonnia: Chew una lampadina di cipolla ogni notte

(Ii) Ipertensione: Grind cinque bulbi di cipolla e mescolare con una bottiglia di miele. Prendere quattro cucchiaino due volte al giorno.

(Iii) la perdita di memoria: Chew la metà di una lampadina ogni mattina e sera.

(Iv) Mal di testa: Crush una lampadina di cipolla e spremere il succo.

Strofinare il succo sulla fronte.

(V) tosse e freddo: Crush alcuni bulbi di cipolle, mescolare il succo con il miele.

Prendere due cucchiaino due volte al giorno.

(Vi) Diabete: Masticare una lampadina di cipolla ogni mattina e sera.

(2) L'aglio: sativum *Alium*

Costituenti: saponine, tannini

Usi medicinali

(I) Asma: Grind cinque bulbi di aglio e mescolare con una mezza bottiglia di

miele. Bere due cucchiaini da tavola tre volte al giorno.

(Ii) Epilessia: Chew cinque spicchi d'aglio ogni notte.

(Iii) Tosse: Crush cinque bulbi di aglio e mescolare con una mezza bottiglia di miele. Utilizzare due cucchiaini da tavola tre volte al giorno.

(Iv) Worms: Grind cinque lampadine di aglio e mescolare con una mezza bottiglia di miele. Bere due cucchiaini da tavola tre volte al giorno.

(V) Allergia: Per tutti i tipi di pelli infezioni, schiacciare l'aglio, spremere

il succo e si applicano alle parti interessate.

(Vi) Artrite: Crush alcuni aglio, premere per il succo e quindi applicare il succo alle parti dolorose.

(3) Pine mela: comosus Ananas
Contiene: bromelina

(I) Indigestione: Prendete mezzo bicchiere di succo di ananas acerbo, advisably a stomaco vuoto.

(Ii) scorbuto (Vitamina C): prendere un sacco di succo di ananas.

(Iii) soppresso mestruazioni

(amenorrea): Far bollire quattro ananas

acerbo (con le bucce) in dieci bottiglie di acqua. Bere bicchieri ogni giorno.

(Iv) Infezioni della pelle: per l'eczema, macchie della pelle neri, e così via, applicare il succo di ananas per le zone colpite della pelle.

(4) in legno Sgabello (*Alstonia boonei*)

Costituenti: Echitamine, tannini, saponine, alcaloidi

Usi medicinali

(I) Diabete: Mettere le foglie fresche in pentola e fate bollire. Bere un bicchiere tre volte al giorno

(Ii) Fever: Mettere la corteccia in un

pentolino e fate bollire. Bere un bicchiere due volte al giorno.

(Iii) Artrite: Lessare le cortecce e le radici. Lasciare sta per 24 ore. Bere un bicchiere mezza due volte al giorno.

(Iv) Convulsioni: Mettere la corteccia appena tagliata in acqua tiepida per ben 12 ore. Bere un bicchiere due volte al giorno.

(5) anacardi (*Anacardium occidentale*)

Costituenti: acido Anarcadic, tannini e fenoli

Usi medicinali:

(I) Diabete: E 'scientificamente

confermato che la corteccia di anacardi è molto buono per il trattamento del diabete. Far bollire la corteccia in una pentola e bere un bicchiere tre volte al giorno.

(Ii) Dissenteria: Lessare le foglie e la corteccia di impianto di anacardio insieme. Bere un bicchiere mezza tre volte al giorno.

(Iii) la malaria: Far bollire la corteccia degli impianti anacardi e bere un bicchiere tre volte al giorno.

(6) Lime (*Citrus aurantifolia*)

Costituente: Oli essenziali

Usi medicinali

(I) mal di testa: Pound le foglie fresche. Spremere il succo. Il succo nella sua forma naturale deve essere miscelato con succo di cipolla e applicare alla testa ribalta. Il mal di testa scomparirà nel giro di pochi minuti.

(Ii) ittero: Le foglie di lime dovrebbero essere bolliti con alcune foglie papaia. Bere un bicchiere mezza due volte al giorno.

(Iii) Fever: Lessare le foglie fresche e bere un bicchiere due volte al giorno. Per risultato migliore e immediato,

mescolare con mango, neem e anacardi foglie.

(Iv) tifoide: La buccia del frutto deve essere bollita. Bere mezzo bicchiere tre volte al giorno.

(7) limone (Citrus limon)

Costituente: olio essenziale, vitamina B2, pectina e vitamina C.

Usi medicinali

(I) il dolore dell'orecchio: Pound le foglie fresche di limone. Spremere il succo. Mettere due gocce di succo non diluito a orecchio due volte al giorno.

(Ii) Mal di gola: Il succo di limone deve

essere miscelato con acqua. Utilizzare l'impasto per gargarismi due volte al giorno.

(Iii) la debolezza del corpo generale: Far bollire la scorza di limone frutta e bere un bicchiere mezza due volte al giorno.

(Iv) Bronchite: Far bollire le foglie più tenere e le bucce insieme in una pentola. Bere mezzo bicchiere tre volte al giorno.

(8) di cocco (Cocos nucifera)

Costituente: Minerali, glycerioles di caprilico, stearico, proteine, acido oleico, etc.

Usi medicinali

(I) Generale cattiva salute: acqua di cocco è un eccellente tonico detergente e la salute. L'acqua è un buon antidoto per il veleno di cibo.

(Ii) Scarsa memoria: Mangiare la polpa bianca della noce di cocco immaturo migliorerà la memoria notevolmente.

(Iii) Bronchite: Lessare le radici di noce di cocco e bere mezzo bicchiere due volte al giorno.

(Iv) il cancro: Mescolare una bottiglia di miele con una bottiglia di acqua di

cocco. Bere mezzo bicchiere due volte al giorno.

(V) reni e fegato disturbati: far bollire la radice della noce di cocco con alcune foglie di limone e radici di piante amaro-foglia. Bere un bicchiere due volte al giorno.

(9) Citronella (*Cymbogon citratus*)

Costituenti: saponine, tannini, alcaloidi, oli essenziali (principalmente citrale e myrcene).

Usi medicinali

(I) disturbo nervoso: foglie bollire e le

radici in acqua e lasciare riposare per dodici ore. Prendere un bicchiere tre volte al giorno.

(Ii) Reumatismi: Lessare le foglie fresche in collaborazione con anacardi e foglie di mango. Prendere un bicchiere tre volte per sette giorni.

(Iii) Fever: Lessare le foglie fresche di erba limone con anacardi, mango lascia insieme. Bere un bicchiere tre volte al giorno per 7 giorni.

(10) erbaccia asma (*Euphorbia hirta*)

Costituenti: tannini, ingenotriacetate, cycloar-tenol, Euphorbol hexacozonate.

(I) Asma: Ottenere le foglie fresche e secche (non lavare a secco direttamente sotto il sole). Mettere un cucchiaino di secchi, foglie in polvere di asma in una tazza di acqua calda. Bere una tazza due volte al giorno.

(Ii) Stipsi: Crush le foglie fresche e aggiungere un po 'd'acqua ad esso.

Quindi premere il succo e prendere un mezzo bicchiere ogni sera per tre giorni. Assicurarsi che non si prendono più di tre giorni.

(Iii) Tosse: Lessare le foglie fresche di asma erbaccia e bere mezzo bicchiere

due volte al giorno.

(Iv) Bronchite: Lessare le foglie fresche di asma erbaccia e bere mezzo bicchiere tre volte al giorno.

(V) Polmonite: Portare le foglie fresche di asma infestanti a bollire. Bere mezzo bicchiere tre volte al giorno.

(Vi) Dissenteria: Far bollire le foglie fresche di asma erbaccia in acqua. Bere un bicchiere tre volte al giorno per cinque giorni.

(11) La febbre Tree- Eucalipto
(*Eucalyptus officinalis*)

Costituente: cineolo, tannini, resine, oli

essenziali.

uso medicinale

(I) l'infezione delle vie urinarie: bollire le foglie fresche di eucalipto. Prendere mezzo bicchiere tre volte al giorno per un periodo di sette giorni.

Nota: Non superare i giorni consigliati.

(Ii) Bronchite: Le foglie fresche di eucalipto dovrebbero essere bolliti.

Bere mezzo bicchiere tre volte al giorno, per 7 giorni

(Iii) febbre tifoide: bollito le foglie fresche di eucalipto. Prendere mezzo bicchiere tre volte al giorno per un

periodo di sette giorni. Bere un bicchiere al giorno per cinque giorni.

(Iv) Asma: Mettere un cucchiaino di secchi, foglie in polvere di eucalipto in un bicchiere di acqua bollente. Lasciare in infusione per circa quindici minuti. Bere due bicchieri due volte al giorno.

(V) Insetticida: bruciare le foglie di eucalipto secchi in una stanza per allontanare le mosche e zanzare.

(12) Guava (*Psidium guasava*)

Costituenti: tannini, oli essenziali, resine

Usi medicinali

(I) Diarrea: Far bollire alcune foglie fresche di guava. Prendete mezzo bicchiere due volte al giorno.

(Ii) le mestruazioni irregolari: Far bollire un po 'di zenzero fresco con corteccia gambo di guava. Prendere mezzo bicchiere due volte al giorno

(13) Umbrella Tree (Terminalia catappa)

Costituente: oli essenziali, tannini

Usi medicinali

(I) Salute Tonic: Metti due manciate di corteccia gambo di Umbrella albero in

due bottiglie di gin per dieci giorni.

Prendete due cucchiaini tre volte al giorno,

(Ii) Insonnia: Far bollire alcune foglie fresche di albero di ombrello. Bere due bicchiere ogni notte.

(Iii) le malattie veneree: Lessare il gambo -bark fresco. Bere mezzo bicchiere due volte al giorno.

(14) di mais (*Zea mays*)

Usi medicinali

(I) Diabete: Mettere una manciata di seta per un litro di acqua bollente. Lasciare raffreddare. Bere un bicchiere tre volte

al giorno.

(Ii) Ipertensione: Immergere una manciata di seta in un litro di acqua bollente. E quando si raffredda, prendere un bicchiere tre volte al giorno

(Iii) Infezione renale: Mettere una manciata di seta ad un litro di acqua bollente. Lasciare raffreddare. Bere un bicchiere tre volte al giorno

(Iv) Obesità: Una manciata di seta dovrebbe essere messo in un litro di acqua bollente. E quando si raffredda, bere un bicchiere tre volte al giorno

(V) Cuore: Immergere una manciata di

seta in un litro di acqua bollente. Dategli il tempo di raffreddarsi, poi prendere un bicchiere tre volte al giorno

(Vi) Edema: Inserire una manciata di seta in un litro di acqua bollente. Quando raffreddori, prendere un bicchiere tre volte al giorno

acqua

Questo è elisir magico della natura.

Amazing benefici di acqua

miracolo Liquid

E 'piccanti e incolore. L'acqua scioglie più sostanze più di liquido conosciuto.

Trasporta minerali, prodotti chimici e sostanze nutritive in tutto il mondo si va.

Temperatura corporea

Come è noto tra le persone che se uno è surriscaldato, è indispensabile bere

acqua. E 'ancora più importante bere

acqua quando il vostro corpo è il

congelamento. Il rischio di disidratazione è molto alto nella stagione fredda, perché il corpo è più difficile lavorare per tenere in caldo. L'acqua regola la temperatura corporea e allo stesso tempo idratandola.

una migliore respirazione

Acqua mantiene il contenuto di umidità dei nostri tessuti corporei. Questo fornisce protezione per i vostri organi essenziali, soprattutto i polmoni perché hanno bisogno di un sano livello di umidità. Recenti studi scientifici hanno rivelato che esiste un nesso tra bere più

acqua e ottenere sollievo da l'effetto di asma.

Riempirlo

Una persona sana può bere circa tre litri o circa 48 bicchieri di acqua ogni giorno. Il popolare "8-12 tazze" di essere sbandierati in tutta la città è solo una goccia nel mare rispetto a ciò che il corpo poteva contenere.

Siete disposti a

Quasi il 70% del corpo di un adulto è composto di acqua. E 'bene che più si riempire il vostro corpo con l'acqua tanto meglio funzionerà in modo

ottimale.

Disintossicazione del corpo

Ci sono diverse tossine si aggirano intorno al corpo. L'acqua aiuta a scovare fuori naturalmente. Per ricavare maggiori benefici, basta mescolare un po' di limone con esso.

I livelli di zucchero nel sangue

I livelli di zucchero nel sangue giocano un ruolo chiave nel vostro totale salute e la dieta. Tenerli sotto controllo semplicemente bere più acqua e consumare cibi più idratanti come la frutta fresca al posto dello zucchero

pieno di giunche.

Mantiene freddo lontano

Ogni volta che si sente un raffreddore in arrivo, idrato quanto più possibile. Essa aiuterà il vostro corpo per riscaldare più velocemente e può causare i sintomi di passare inosservato. Un consiglio suona è quello di bere acqua fino urine diventa più chiara.

Rapida perdita di peso

Un recente studio condotto dalla American Chemical Society ha rivelato che gli adulti che hanno bevuto due bicchieri 8 onces di acqua prima di

colazione, pranzo e cena finito per mangiare 75-90 meno calorie durante ogni pasto.

Fare le cose senza intoppi

In aggiunta a tutti gli effetti negativi che accompagnavano idratazione improprio, costipazione potrebbe essere un altro effetto collaterale orribile. Bere abbastanza acqua per fare le cose che scorre senza intoppi.

Mood Enhancer

lieve disidratazione è associata a sentimenti di rabbia e depressione.

Potere del cervello

Se si hanno problemi di pianificazione o concentrandosi sulle cose, la disidratazione potrebbe la ragione perché scientificamente il lungo periodo di disidratazione è stato collegato a funzioni cerebrali deteriorate.

Good Bye al mal di testa

Se siete costantemente ricevendo un sacco di mal di testa, la disidratazione può essere la colpa. Le persone che non bevono abbastanza acqua sono più spesso soffrono di crampi e altri dolori anche.

diminuzione macchie

Oltre a incandescente, carnagione liscia, bere più acqua può effettivamente eliminare l'acne, perché ostacola i batteri di crescere internamente.

a combattere le malattie

L'acqua protegge cellule e migliorare la salute generale. Una corretta idratazione è collegata alla prevenzione di tutto, dal cancro ai disturbi emotivi.

Muscoli forti

Facendo in modo che il corpo è adeguatamente idratato, la tua volontà mantenendo le articolazioni e muscoli

ben lubrificato, impedendo così piccole lesioni come distorsioni o usuali lesioni in esecuzione.

restare sotto tensione

Quando si è disidratati, il vostro corpo è più probabile che sia stanco, perché gli organi devono lavorare di più per pompare il sangue ossigenato. Così omettere il caffè e bere un po 'd'acqua, invece.

pelle luminosa

Sono alla ricerca della fontana della giovinezza? Be ', forse arriverà sotto forma di acqua potabile. La pelle si

illumina e giovanile, se si assiste a voi stessi di più acqua ogni giorno.

TERAPIA ACQUA

Acqua terapia può semplicemente essere descritto come un trattamento naturale per il controllo delle malattie e mantenere il corpo idratato. Si è dimostrato che in effetti "l'acqua è vita". La terapia L'acqua è molto utile nella cura delle malattie senza l'utilizzo di medicine.

I benefici della terapia dell'acqua

L'acqua potabile al mattino all'istante ti svegli avere incredibili effetti

terapeutici per diversi condizioni- salute di dolori al cancro per l'asma.

Questa terapia acqua sorprendente origine da antica medicina ayurvedica.

In sanscrito, il nome Usha Paana Chikitsa è dato alla pratica, che letteralmente significa "trattamento delle acque di prima mattina".

Per un tempo molto lungo, è noto per l'antica che bere acqua prima cosa al mattino a stomaco vuoto purifica il sistema interno del corpo. Un risultato particolarmente importante di questo trattamento è che purifica il colon, che

permette al corpo di assorbire più sostanze nutritive dal cibo. Questo viene fatto dalla secrezione di sangue nuovo. La nuova anima ha un effetto rigenerante prezioso sul corpo e allo stesso tempo può anche curare disturbi già all'interno del corpo.

L'acqua come medicina potente
Secondo possedere acqua dottor
Fereydoon Batmanghelidj poteri di
guarigione e non vi è un legame tra la
disidratazione e le malattie croniche.
Anche un scoperte giapponese Medical
Society mostrano che la terapia

dell'acqua è una cura di 100% per l'epilessia, la bronchite, la tubercolosi, la meningite, artrite, diarrea, malattie della gola e molti altri disturbi.

Questa ricerca ha inoltre confermato che la terapia l'acqua da sola può curare queste condizioni molto rapidamente senza altri trattamenti medici. Ha inoltre affermato che la terapia di acqua allevia la stitichezza in un solo giorno, il diabete in una settimana e l'ipertensione e anche il cancro entro un mese.

Come trarre il massimo vantaggio dei benefici della terapia dell'acqua

E 'così semplice e praticamente privo di bere acqua al mattino!

Tuttavia, ci protocolli essenziale seguire. I protocolli di base consigliate dagli esperti sono:

1. Immediatamente al risveglio al mattino, bere 1,50 litri di acqua, che è lo stesso di 5-6 bicchieri d'acqua.
2. Non mangiare bere niente altro per un'ora prima e dopo aver bevuto l'acqua.
3. non consumano bevande alcoliche la sera prima.

Normalmente può non essere facile da bere 1,50 litri di acqua alla volta, ma

con il tempo il tuo corpo sarà gradualmente abituarsi ad esso.

In principio si può modificare leggermente il protocollo come questo: Prendete 4 bicchieri, attendere 2 minuti, poi bere le ultime 2 bicchieri.

Tuttavia, si deve rilevare che la qualità di acqua che si beve meglio i risultati che otterrà dalla terapia dell'acqua.

Benefici nutrizionali di acqua di cocco

Acqua di cocco è il liquido che si trova all'interno di un giovane di cocco verde.

Nei paesi tropicali, non è visto solo come una bevanda rinfrescante, ma

anche tonico salute. Acqua di cocco ha una lunga storia di utilizzo sia come cibo e come medicina. acqua di cocco è apprezzato al di sopra di tutti gli altri succhi di frutta. Essa non solo disseta ma tonifica il corpo e porta un senso di benessere e di salute rinnovata. Le donne sono invitati a bere durante la gravidanza e l'allattamento così il loro latte fornirà tutti i nutrienti essenziali per un bambino sano.

Acqua di cocco ha una varietà di sostanze nutritive tra cui vitamine, minerali, antiossidanti, aminoacidi,

enzimi, fattori di crescita e altre sostanze nutritive. Acqua di cocco è una fonte perfetta dei principali minerali come magnesio, calcio e potassio. Si tratta prevalentemente ricca di potassio, un nutriente essenziale; una tazza di 8 once di acqua di cocco ha più potassio di una banana. Ha inoltre composto da una varietà di oligoelementi quali zinco, selenio, iodio, zolfo, manganese, boro, molibdeno e altri. Questi minerali sono in forma di elettroliti in modo che siano facilmente assorbibile dal corpo umano. Decine di benefici per la salute attribuiti

a acqua di cocco è grazie al suo contenuto di minerali.

Qui nei tropici, dove un colpo di calore e disidratazione sono problemi generali, acqua di cocco è molto più utile per alleviare i sintomi legati a queste condizioni che sia semplice acqua o succo di frutta.

Più di due decenni acqua di cocco è stato ampiamente utilizzato come trattamento per il colera, dissenteria, influenza e altre malattie infettive che promuovono la disidratazione. acqua di cocco ha salvato migliaia di vite, in

particolare dei bambini nei paesi sottosviluppati. L'acqua naturale è inefficace nel trattamento di grave disidratazione causata da vomito e diarrea, ma in possesso di composizione chimica eccezionale del acqua di cocco è in grado di reidratare il corpo e dargli la forza e l'energia necessaria per scongiurare l'infezione.

Acqua di cocco ha un effetto terapeutico sui sistemi urinario e riproduttivo. E' noto per cancellare-up le infezioni della vescica, rimuovere i calcoli renali, e migliorare la vitalità sessuale.

La ricerca medica ha dimostrato che il consumo di acqua di cocco può essere molto efficace per sciogliere i calcoli renali.

Dr. Eugenio Macalalag, direttore del reparto di urologia dell'Ospedale generale cinese nelle Filippine, dice che l'acqua di cocco ha stabilito la sua efficacia nei pazienti affetti da rene e uretrale pietre. Egli riferisce che il consumo di acqua di cocco solo 2 o 3 volte a settimana si traduce in una significativa riduzione delle dimensioni in pietra e l'espulsione, eliminando la

necessità di un intervento chirurgico.

L'ipertensione arteriosa è uno dei principali fattori di rischio associati alle malattie cardiache e ictus.

Il potassio e magnesio minerali sono noti per contribuire a ridurre la pressione arteriosa alta. Studi scientifici hanno rivelato che l'acqua di cocco è una buona fonte di questi minerali, ed efficace nel ridurre la pressione arteriosa alta e aumentare la circolazione.

Gli studi dimostrano anche che il consumo di acqua di cocco riduce il

rischio di insufficienza cardiaca nei pazienti con malattie cardiache.

Perché l'acqua di cocco migliora la circolazione sanguigna, è utile per i diabetici. Acqua di cocco dilata i vasi sanguigni, migliora il flusso sanguigno, e riduce la formazione della placca.

Acqua di cocco contiene anche alcune forme di fibre alimentari e aminoacidi che aiuta l'assorbimento di zucchero moderato e migliorare la sensibilità all'insulina.

Alcuni dei componenti più notevoli di acqua di cocco sono gli ormoni della

crescita delle piante, in particolare citochinine. Citochinine sono una serie di ormoni che controllano la crescita, lo sviluppo, e l'invecchiamento.

Citochinine sono noti anche come gli ormoni anti-invecchiamento.

Acqua di cocco è la più ricca fonte alimentare naturale di citochinine. I ricercatori hanno suggerito che il consumo di una ricca fonte di citochinine, come l'acqua di cocco, può creare un effetto anti-invecchiamento sul corpo, diminuendo il rischio di sviluppare malattie degenerative e di età

correlate. Nella regolazione della crescita cellulare, citochinine ostacola anche gli errori che possono portare alla crescita del cancro. Le cellule normali vengono messe da parte in buona salute, mentre le cellule cancerose sono previste a morire, impedendo loro di crescere e si diffonde. Gli effetti anti-cancro di citochinine sono stati ben documentati.

Schema dei benefici nutrizionali di acqua di cocco

Acqua di cocco contiene un complesso

mix di vitamine, minerali, aminoacidi, carboidrati, antiossidanti, enzimi, ormoni della crescita migliorando la salute e altri nutrienti vitali. Per la ragione che il suo contenuto elettrolitico è simile al plasma umano, ha ottenuto l'approvazione internazionale come sport drink naturale per la reidratazione orale. Come tale, essa ha dimostrato la superiorità di altre bevande sportive commerciali. Essendo differente da altre bevande, è interamente ben abbinato con il corpo umano, così in larga misura che può essere infuso direttamente nel flusso

sanguigno. È un dato di fatto, i medici hanno utilizzato acqua di cocco successo come fluido endovenosa per più di 60 anni.

i ricercatori scientifici hanno dimostrato e stabilito che l'acqua di cocco:

- Buono come un eccellente per la reidratazione orale, bevande sportive - sostituisce gli elettroliti da esercizio fisico, stress da calore e la malattia
- Aiuta a prestazioni di esercizio
- bevanda isotonica naturale - hanno lo stesso livello di elettroliti trovata nel

sangue umano

Contiene 15 volte la somma di potassio come la maggior parte delle bevande sportive ed energetiche (264 mg vs 12,5 mg / 100 ml)

- Riduce al minimo i problemi per i bambini che soffrono di disturbi intestinali
- Cardio protettiva: aiuta la pressione sanguigna normale (a causa degli elevati di potassio); migliora la circolazione
- Diminuisce gonfiore alle mani e ai piedi
- Impedisce la coagulazione anormale di

sangue

- Aiuta della funzione renale insieme a quelli con i calcoli renali; supporto nutrizionale per i problemi alla vescica che hanno tratto urinario /
- equilibrio Aids di zucchero nel sangue nei diabetici
- Migliora la digestione
- Contiene sostanze nutrienti che alimentano batteri intestinali amichevoli
- E 'alleviare la costipazione o diarrea
- Presenza di proprietà anti-invecchiamento
- il supporto alimentare per la salute

della pelle: ripristina la forza ed elasticità alla pelle; riduce i punti di età; riduce le rughe e cedimenti

- Regola le prestazioni dell'intestino che promuove liscia, la pelle più idratata
- promuove la guarigione delle ferite e lesioni
- Migliora buona visione e fornisce supporto nutrizionale in coloro che hanno una predisposizione verso il glaucoma
- Contiene potenti antiossidanti
- nutrizionale aiuta la funzione immunitaria

- Fornisce nutriente essenziale per prevenire l'osteoporosi