

## **Gondtad volna, hogy**

- agyműtétet már 7 ezer évvel ezelőtt is végeztek;
- agyunk a testünk legzsírosabb szerve: 60 %-ban zsírból áll;
- nem csak az ujjlenyomatunk jellemző ránk, hanem a nyelvlenyomatunk is;
- hajszálereink olyan szűkek, hogy a sejtek csak libasorban haladhatnak át rajtuk;
- az ember a 10 decibeles hangot még éppen meghallja, a kutyák viszont a mínusz 4 decibeles hangot is érzékelik;
- a nők testének súlypontja alacsonyabban van, mint a férfiaké, ezért a tartásuk stabilabb;
- a máj az egyetlen szerv, mely képes regenerálódni;
- idős korunkra a férfiak anyagcseréje 20 %-kal, a nőké 13 %-kal lassul;
- minél idősebbek vagyunk, annál jobbat tesz agyunknak a testmozgás, mert az idegsejtek közötti kapcsolatokat erősíti! Ezt is jó tudni!

Fentieket szemezgette: Székelyné Rita

## **Ha időben komolyan vesszük, elkerülhetjük a szívrohammal járó nagy bajt**

Legyünk figyelmesek, az intő, a figyelmeztető jelekre.

### **1. Gyomorégés, hányinger**

- ezek jelentkeznek, keressünk fel feltétlenül az orvost.

### **2. Szorongás és álmatlanság**

- a betegségek egyik legjellemzőbb tünete a csökkent oxigén szint.

### **3. Izzadás**

- erős izzadás esetén érdemes ellátogatni az orvoshoz.

### **4. Túlzott fáradtság**

- ha több héten keresztül küzdesz a fáradtsággal, orvoshoz kell menni.

### **5. Mellkasi fájdalom**

- legjellemzőbb tünet a mellkasi fájdalom, égetést, nyomást, szúrást érzünk, irány az orvos, ha a fájdalom már a bal karban is érezhető, akkor már nagyon sürgős.

### **6. Fájdalmak**

- a mellkasi fájdalom mellett, más típusú fájdalmak is jelentkezhetnek. Pl. váll-, kar-, állkapocs-, vagy nyakfájdalom, menjünk orvoshoz.

### **7. Szédülés, légszomj**

- a szív lassan tudja az oxigént pumpálni, ez légszomjat és fejfájást okozhat.

**A természetgyógyászat se maradjon ki, íme, egy 800 éves recept, állítólag minden szívbetegséget legyőz, ha időben el kezdenék kezelni, elkerülhető lenne a betegség.**

A receptet egy apáca találta fel, még az orvosok is elismerték a természetes gyógymód hatékonyságát. Maria Treben is leírta a receptet az Egészség Isten Patikájából című könyvében. A receptet a szívpanaszokra (megelőzésére) lehet használni.

Végy:

10-12 friss petrezselyem szárat,

4 kávécsésze házi bort,

két evőkanál borecet,

300 g természetes virág mézet.

**Elkészítés:**

A petrezselymet a borral és a borecettel 10 percig alacsony lángon megfőzzük, majd adjuk hozzá a mézet és főzzük tovább 4 percen át. Szűrjük le a keveréket és öntsük még melegen egy fertőtlenített tiszta, befőttes üvegbe. Zárjuk le jól és pihentessük pár órán át.

**Használata:**

Minden nap kell fogyasztani az italból, egy evőkanállal.

(Szerző: „A tudás fája” és ennek útján szemezgette: netyem)