

Analgésico Natural sin contraindicaciones

Esto es realmente algo fantástico!

El Dr. Al Sears indica un analgésico que no tiene efectos secundarios.

Y lo más interesante es que usted probablemente ya tiene este analgésico en su casa! Plantado en una maceta en el patio o jardín. Los pedazos de jengibre pueden durar mucho tiempo fuera o dentro del refrigerador.

Sorprende, pero este analgésico se llama Ginger. ¡Eso es! Ginger. Durante siglos, el jengibre se ha utilizado en Asia para tratar el dolor las articulaciones, los resfriados y hasta indigestión.

El jengibre crudo o cocido puede ser un analgésico efectivo, incluso para enfermedades inflamatorias como la artrosis.

Esto se debe a que la inflamación es la causa raíz de todo tipo de problemas como la artritis, dolor de espalda, dolores musculares, etc.

Contiene 12 diferentes compuestos que combaten la inflamación. Uno de estos compuestos disminuye los receptores del dolor y actúa sobre las terminaciones nerviosas.

Juntos trabajan casi lo mismo que los medicamentos anti-inflamatorios, tales como el ibuprofeno y la aspirina, pero sin los efectos secundarios.

Por lo tanto, si su intención es eliminar estos analgésicos, siga consumiendo jengibre.

Estos son algunos consejos para que usted tenga una buena dosis diaria de jengibre:

Esto estimulará la circulación sanguínea y aliviará el dolor articular.

Beber té de jengibre: Es barato. Es muy fácil. El sabor es muy bueno.

Esta es una receta utilizada por el Dr. Al Sears:

- * Cuatro vasos de agua;
- * Un trozo de jengibre de aproximadamente 5 cm, pelado y cortado

en rodajas; * Limón y miel a gusto.

Si lo prefiere, utilice naranja en lugar de limón. Es muy bueno!

Procedimiento:

Hierva agua en una olla con fuego alto.

A medida que comience a hervir agregar el jengibre en rodajas, dejar a fuego lento,

tape la olla para que los vapores no salgan y mantener la ebullición durante unos 15 minutos.

El té está listo!

Solo tienes que colarlo y añadir la miel y el limón o naranja.