

Cum sa „topesti” chisturile mamare in 30 de zile folosind 2 combinatii naturale

Un articol de Maya

Chisturile la san sunt niste formatiuni fluide, care de obicei nu sunt de natura canceroasa (benigne). Chiar daca aceste chisturi sunt benigne si necontagioase, sunt totusi inconfortabile si destul de dureroase. Acest lucru afecteaza multe femei, mai ales pe cele de varsta mijlocie.

Conform mai multor experti, aceasta situatie are loc ca rezultat al unei vieti stresante. Femeilor care au chisturi mamare le este recomandat sa consume multe vitamine, sa aiba o digestie regulata si sa **CITESTE IN CONTINUARE**

Sursa: secretele.com

Stimularea anumitor puncte de pe corp elimina durerile de stomac, indigestia si arsurile stomacale

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Stiai ca exista anumite puncte pe corpul nostru care in urma stimularii lor dobandesti o stare de bine si scapi de foarte multe probleme de sanatate?

Hai sa descoperim impreuna 7 puncte de importante pe care ar trebui sa le iei in seama atunci cand ai o durere.

Daca vei folosi corect instructiunile, vei vedea efectele

imediat!

ATENTIE – Presiunea (presopunctura) pe aceste puncte nu trebuie sa se faca mai mult de 2 minute si sa nu fie facuta pe stomacul gol!

Punctul (A) – Centrul puterii CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Reteta care te scapa peste noapte de durerile articulare

Un articol de Cristian Iacov

Multi dintre voi poate ca suferiti de dureri articulare, dar foarte putini sunteti constienti ca pentru aceste probleme exista un remediu foarte eficient si la indemana in orice gospodarie: lamaia.

Vezi mai jos cum sa utilizezi lamaia pentru a scapa de durerile articulare!

Lamaia este recunoscuta pentru aroma sa revigoranta si efectele sale de intinerire, dar proprietatile sale curative sunt mult mai ample. Lamaia se numara printre ingredientele cele mai versatile, oferind un spectru larg de CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Ceaiul cu lapte – Un truc excelent pentru albirea dintilor!

Un articol de Maya

Adaugarea de lapte in ceai reprezinta, in esenta, un fenomen cultural, dar, pe de alta parte, exista si oameni carora le place sa experimenteze proprietatile uimitoare ale acestei combinatii.

Pentru unii, simpla idee a consumului de ceai in combinatie cu lapte poate parea bizara. Ce sa mai zicem de combinarea celor doua ingrediente in scopul folosirii lor pe post de tratament de infrumusetare.

Daca te numeri printre sceptici, s-ar putea sa iti schimbi parerea dupa ce parcurgi acest articol!

CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

De ce sa Inmuier in Apa Nucile si Semintele Inainte de a le Consuma?

Un articol de Cristian Iacov

Sunt sigur ca veti pune intrebarea – De ce este nevoie sa inmuier nucile si semintele crude inainte sa le mancam? De ce sa le luam din minunata aroma care ne poate binedispune ziua?

Va asigur ca dupa ce veti citi articolul, nu veti mai gandi in acest mod.....

Inhibitorii enzimelor

Nucile si semintele in general sunt extrem de bogate in grasimi si proteine, functii date de natura pentru a se asigura ca vor germina in crestere activa si vor avea toate hrana de care au nevoie. La fel ca CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Modul in care ghimbirul combate cancerul mai eficient decat chimioterapia

Un articol de Cristian Iacov

Ghimbirul ne-a condimentat viata de secole, in timp ce vindecatorii traditionali, vracii, au folosit aceasta planta pentru a vindeca diferite boli. Stiinta moderna a confirmat faptul ca ghimbirul nu este doar gustos si sanatos, ci si ca poate detine unele proprietati medicinale semnificative, printre care unele de combatere a cancerului.

Ghimbirul contine compusi anti-cancerigeni!

Un studiu publicat in Jurnalul de Toxicologie Alimentara si Chimica (The Journal of Food and Chemical Toxicology) CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Afla care este locul din corpul tau cu cea mai mare cantitate de grasime! Noi vom ghici stilul tau de viata si te vom ajuta sa iti rezolvi problema

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Stiinta a gasit si definit 6 tipuri de obezitate, cauzata de diferiti factori. Verifica carui grup apartii si cum sa rezolvi problema odata pentru totdeauna.

1. Obezitatea cauzata de regimul alimentar

Acest tip de obezitate este cel mai de intalnit in lume. Este generat de excesul de zahar si mancare. Ca sa rezolvi aceasta problema, trebuie sa iti modifichi regimul alimentar si sa faci 30 de minute de exercitii pe zi.

2. Obezitatea cauzata de „stomacul nervos”

Acest tip de obezitate este CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cel mai Eficient si Rapid mod prin care Putem Scapa de Lipom chiar la Noi Acasa

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Lipomul reprezinta o proliferare anormala a tesutului gras. Acesta poate aparea oriunde exista celule adipoase in organism, cel mai adesea fiind localizat in grasimea de sub piele. Ce se intampla de fapt este ca celulele adipoase nu se mai dispun intr-un strat uniform, ci formeaza aglomerari cu vascularizatie proprie, fiind de cele mai multe ori separate de tesuturile vecine.

Lipomul poate creste in timp la dimensiuni impresionante, insa acesta nu va fi niciodata de natura canceroasa si nici CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cu un Singur Ingredient vei face ca Parul tau sa Creasca Din Nou

Un articol de Calin Petru Barbulescu

O problema a barbatilor care pe multi dintre ei ii afecteaza este caderea parului. Multi dintre ei recunosc sau nu ca sunt afectati de aceasta problema, insa caderea parului poate fi o problema destul de jenanta pentru majoritatea barbatilor. De

medicamente impotriva caderii parului sau de diverse uleiuri pentru regenerarea radacinilor farmaciile sunt pline. Insa de fiecare data aceste medicamente nu au nici un efect si dezamagirea este din ce in ce mai mare.

Iata ca aceasta dezamagire nu CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

FAST WEIGHT LOSS METHOD: BURN 100 CALORIES IN JUST 4 MINUTES.

Jim Saret, one of the most popular fitness coaches in the United States, has built a unique technique for fast and easy weight loss. Jim Saret specially designed set of exercises that promises to burn as much as 100 calories in only four minutes. This 4 minute workout involves squats, pushups, jumping jacks and lunges. It's a complete body workout, in just 4 minutes. "The nice thing about the four-minute workout is you're mixing calorie burning, endurance, and strength training. It's a combination of everything," Coach Jim says.

Here's how the Jim Saret's 4 minutes workout goes:

1. SQUATS

10 repetitions will do the trick.



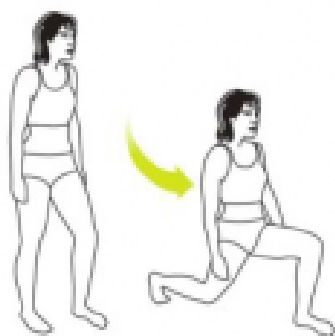
2. JUMPS WITH RAISING ARMS

Do the 10 repetitions.



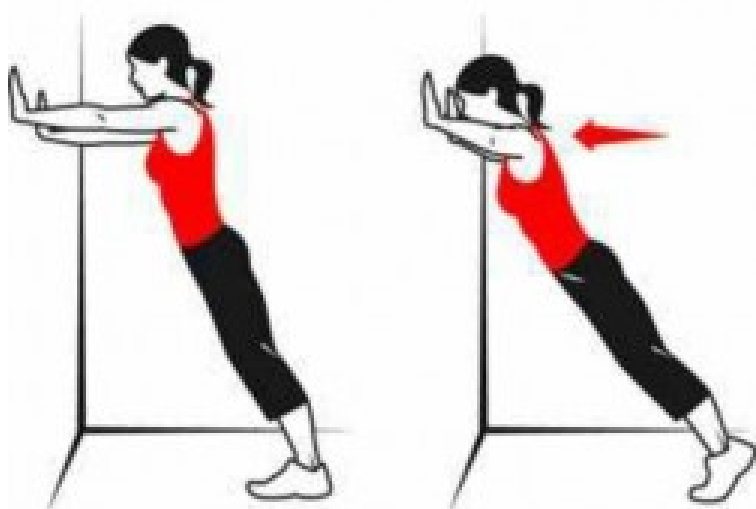
3. STEPPING

Perform 10 repetitions on each leg.



4. PUSH-UPS

Do it repeatedly up to 10 pushups. If you have difficulties with regular push-ups try doing them against the wall.



These exercises can be done in a short amount of time in four consecutive repetitions. Between the repetitions, take small breaks of about 1 minutes. Accordingly, this mini-complex of exercises can be converted to a full 20-minute training session.

Sursa: justforgirls.info