

Remedii casnice pentru fibromul uterin

Un articol de Cristian Iacov

Fibroamele, denumite si leiomioame uterine, se numara printre cele mai raspandite tumori musculare necanceroase ale uterului. Aproximativ 80% din femei dezvoltă aceasta problema pana la varsta de 50 de ani.

Cauza exacta a fibroamelor uterine nu a fost inca elucidata. Se cunosc, insa, o serie de factori care favorizeaza dezvoltarea acestor tumori. Printre ei se numara: bagajul genetic, anomaliiile sistemului circulator sau vascular, dezechilibrele hormonale si alti factori de crestere. CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Incearca Ceaiul Verde si nu vei Regreta!

Ceaiul verde are beneficii pentru sanatate aproape nelimitate. Cititi mai departe, pentru a vedea cum puteti imbunatati multe aspecte ale sanatatii dumneavoastra.

Ceaiul verde este din ce in ce mai popular, datorita numeroaselor beneficii pentru sanatate, precum si pentru continutul sau ridicat de antioxidanti si vitamine. Beneficiile pe care le are se datoreaza atat continutului sau cat si modalitatii de pastrare si recoltare a acesteia, procedeu ce presupune culegerea lor rapida, si pastrarea CITESTE IN CONTINUARE

Reflexologia talpilor picioarelor la indemana oricui: 7 puncte de presopunctura care reduc stresul si accelereaza metabolismul!

Un articol de Cristian Iacov

Gandurile si proiectiile noastre se rasfrang asupra lumii care ne inconjoara, dar mai ales asupra fiecaruia dintre noi in parte. Imaginatia noastra lucreaza cel mai eficient atunci cand suntem relaxati.

De aceea, dimineata imediat dupa trezire si seara inainte de culcare sunt momentele cele mai potrivite ale zilei pentru a practica exercitii de vizualizare a propriului trup in forma sa optima.

Reflexoterapia inlesneste si sustine relaxarea profunda a trupului si a mintii, stari in care **CITESTE IN CONTINUARE.**

Toarna 2 picături de otet si ulei de masline in ureche si ceva minunat se va intampla!

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Ceara din urechi, sau cerumenul, este o problema care ne ingrozește pe multi dintre noi, deoarece tindem sa o corelam in mod direct cu impuritatile si murdaria care trebuie eliminate cu orice pret.

Dar cerumenul joaca un rol esential in protejarea segmentelor interne ale urechilor tocmai impotriva acestor impuritati, a prafului si a bacteriilor. Practic, actioneaza ca o bariera impotriva particulelor si microorganismelor care nu trebuie sa patrunda in ureche.

Corpul nostru are propriile sale CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Reteta impotriva varicelor si trombozei alcatuita din doua ingrediente simple

Un articol de Maya

Femeile sunt mult mai predispuse la aparitia varicelor si trombozei decat barbatii si multe dintre acestea sufera de aceste afectiuni, care pe langa faptul ca sunt inestetice sunt si foarte greu de tratat.

Venele marite si umflate impiedica circulatia sangelui catre inima si de aceea se formeaza aceste „cheaguri de sange”. Varicele apar mai ales la nivelul gleznelor si pe picioare. Intrebarea este cum apar si daca aceste conditii de sanatate pot fi tratate natural!

Lipsa miscarii, sarcina, CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cum sa scapi de punctele negre in 15 minute!

Un articol de Maya

In acest articol vei descoperi cum sa-ti faci singur cea mai buna masca naturala, preparabila in casa, pentru indepartarea punctelor negre in 15 minute!

Punctele negre sunt o problema foarte frecventa astazi. Ele afecteaza persoane de toate varstele, dar sunt cel mai des intalnite in randul adolescentilor si tinerilor, aparand cu preponderenta pe nas, barbie si in zona obrazilor.

Totusi, majoritatea punctelor negre apar in zona nasului. Principalii factori responsabili pentru aparitia lor CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

7 Dureri pe care nu trebuie sa le ignori

Un articol de Cristian Iacov

Exista diferite tipuri de durere; unele nu necesita atentie imediata, in timp ce altele reclama o deplasare de urgenta la medic, mai ales daca sunt insotite de febra sau daca se instaleaza brusc.

Citeste mai departe ca sa afli exact care sunt formele de durere ce necesita ingrijire medicala imediata.

• Dureri de cap/migrene severe

Pot semnala: Un anevrism, umflarea peretilor vaselor sanguine

Durerile de cap acute necesita un control medical imediat, spre deosebire de cele care cedeaza CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Imbunatateste-ti postura corpului si scapa de durerea de spate cu ajutorul acestui exercitiu

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Durerile de spate se instaleaza din cauza posturii corporale incorecte, care suprasolicita vertebrele si musculatura lombara. Ele pot aparea inclusiv ca urmare a stresului si a

oboselii.

Daca suferi de aceste dureri, si nu poti sa adormi din cauza lor, vei gasi mai jos un exercitiu simplu si eficient pentru tine, exercitiu pe care il poti parcurge intr-un timp foarte scurt.

Citeste mai jos cum sa-l faci!

Inainte de toate, iata mai jos trei motive simple pentru care ar trebui sa ai grija de CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Ce se intampla cand pui un plic de ceai pe piele!

Un articol de Maya

Daca bei ceai, si probabil asa se intampla, atunci cu siguranta arunci pliculetele de ceai dupa folosire. Ceaiul verde, ceaiul de sunatoare, ceaiul de galbenele sau ceaiul de menta vor ajunge la gunoi.

Dar stiai ca acele pliculete de ceai pot avea si multe alte intrebuintari?

De fapt, chiar si pliculetele nefolosite de ceai pot fi utilizate in cateva situatii inedite.

—
Iata mai jos cateva sfaturi de folosire a pliculetelor de ceai pentru sanatatea ta, care te vor ajuta in anumite CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Incearca acest exercitiu chinezesc si poti preveni aparitia bolilor grave

Un articol de Maya

Cand boala evolueaza, expertii in medicina traditionala chinezeasca cred ca acest lucru se intampla ca urmare a unui dezechilibru dintre elementele yin si yang, mai pe inteles – pierderea conexiunii dintre organele interne.

Nu este simplu sa intelegi, mai ales daca nu ai cunostinte in domeniul medicinei chinezesti. Nu toata lumea este dispusa sa studieze aceasta teorie, insa eu vreau sa ma conving daca exista o modalitate simpla de a reda corpului echilibrul si armonia.

Se spune ca, la CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com