

Poarta sosete ude inainte de a merge la culcare pentru a preveni si trata gripa sau raceala – 0 metoda incredibila de vindecare!

Un articol de Cristian Iacov

Moda sosetelor ude a fost folosita in cultura indiana pentru a preveni si trata raceala si gripa.

Chiar daca nu pare deloc placuta, aceasta metoda este insa foarte utila. Strategia de umezire ajuta in simptomele febrei datorita faptului ca sangele incepe sa circule prin picioare, ajutand la cresterea fluxului circulatiei.

Mai intai trebuie sa-ti incalzești picioarele in apa calda si apoi sa bagi o pereche de sosete subtiri in apa rece. Stoarcele si pune-ti-le inainte de a merge la CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Semne ale unui vagin nesanatos si cum sa il vindeci

Un articol de Maya

Vaginul are acizi naturali si include bacterii benefice, care

tin la distanta infectiile si pastreaza pH-ul la un nivel normal. Asa cum saliva este creata cu scopul de a ajuta curatarea cavitatii bucale, mici cantitati de substante sunt secretate de vagin, pentru ca acesta sa se mentina curat.

Infectiile sau iritatiile vaginale apar atunci cand aceste conditii normale sunt destabilizate. Este foarte important sa stii cum sa iti ingrijesti vaginul, astfel incat sa il mentii sanatos.

Inflamarea CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com