Medicamente naturale care ajuta la vindecarea tiroidei

Un articol de Calin Petru Barbulescu

Alimentele proaspete, crude si organice ajuta tiroida. Fructele si legumele sunt de mare ajutor in orice afectiune. In plus, alimentele bogate in iod si seleniu imbunatasesc functionarea tiroidei.

Glanda tiroida are nevoie de iod pentru a functiona, insa iodul luat ca atare sau in forma sarii iodate poate sa genereze probleme. Sursele alimentare includ: fructele de mare si pestele, iaurtul, laptele si ouale, dar exista si solutii pentru vegani.

Citeste mai jos care sunt acestea:

Alimente CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com