สูตรลดหน้าท้อง พร้อมล้างพิษไปในตัว ...คุณทำได้!!

นำเสนอเมื่อ : 27 เม.ย. 2552

สูตรลดหน้าท้อง พร้อมล้างพิษไปในตัว

ส่วนผสม

1. โยเกิร์ตรสจืด ครึ่งถ้วย
2. นมสดรสจืด 1 กล่อง
3. น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ
4. มะนาว 1 ลูก

วิธีทำ

นำส่วนผสมทั้งหมดผสมให้เข้ากันชิมรสตามใจชอบ

วิธีการดื่ม

ต้องดื่มตอนเช้า มื้อเดียวก่อนอาหาร มื้ออื่นไม่เห็นผล

มะนาวก็ควรบีบแล้วกินทันที เพื่อรักษาคุณสมบัติวิตามินซีไว้ และควรดื่มน้ำตาม 1-2 แก้ว จะเห็นผลดียิ่งขึ้น

สรรพคุณ

ไม่ใช่ยาลดน้ำหนักโดยตรง แต่จะปรับธาตุ ล้างพิษในลำไส้ ล้างไขมัน

กินวันแรกๆ จะ เห็นเลยว่าอุจจาระจะเป็นสีดำ และไล่ลมในกระเพาะดีมาก ระยะต่อมาเมื่อลำไส้และกระเพาะอาหารในร่างกายปรับตัวได้กับอาหารที่กินแล้วจะเข้าสู่ ภาวะปกติ แต่ต่อมาจะมีความรู้สึกว่าหน้าท้องยุบลงไปเรื่อยควรกินทุกเช้าติดต่อกันทุกวัน

โทษของไขมัน

ไขมันที่เกาะในผนังลำไส้ กระเพาะอาหารตับม้ามให้ดูดซึมบกพร่องเป็นเหตุให้เกิดโรคต่างๆ ดังนี้

1. ถุงน้ำดี ทำให้นอนไม่หลับ อารมณ์ฉุนเฉียว นิ่วในไต สายตาเสื่อม ปวดเมื่อยตามร่างกาย

2. เลือดเลี้ยงสมองไม่พอ ทำให้มึนศรีษะ

3. ไตเสื่อม ทำให้ความจำลดลงและเป็นคนขี้หนาว

4. ม้ามชื้น ทำให้อาหารที่กินเข้าไปแปรสภาพเป็นไขมันเป็นผลทำให้อ้วนง่าย

5. ม้ามโต ทำให้เหนื่อยง่ายเพราะม้ามไปเบียดปอด

6. ถ้าไขมันเกาะลำไส้เล็กมากๆ จะทำให้ลำไส้เล็กไม่สามารถดูดซึมวิตามินซีได้ เป็นผลทำให้เป็นหวัดในตอนเช้าหรือหวัดเรื้อรัง กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ เกิดโรคภูมิแพ้

7. ถ้าไขมันในตับสูง การสร้างเม็ดเลือดจะลำบาก ฉะนั้นการดื่มตามสูตรนี้ นอกจากช่วยลดหน้าท้อง ยังส่งผลให้อาการป่วยทั้ง 7 ประการนี้หายไปด้วย

....ลองดูนะคะ เชื่อแน่ว่าคุณก็ทำได้....ได้ผลอย่างไรอย่าลืมบอกด้วยค่ะ...

ขอบคุณที่มาข้อมูล toffee.exteen.com/

จะพบว่าในน้ำผึ้งมีสารเอนติออกซิเดนท์ เช่นเดียวกับที่มีในผักใบเขียวและยังมีวิตามินบี ซี ฟอสฟอรัส แคลเซียม เกลือแร่ และกรดอะมิโน ซึ่งมีประโยชน์ต่อสุขภาพ และช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์

แร่ธาตุที่กล่าวมาล้วนมีความจำเป็นต่อร่างกายที่จะเข้าไปซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ บำรุงโลหิต

บอกเป็นภาษาโภชนาการมาพอสมควร เรามายกตัวอย่างที่เห็นง่ายๆ กันดีกว่า ช่วยปรับสมดุลร่างกายและควบคุมน้ำหนัก ผู้ที่รักสุขภาพ และผู้ที่มีปัญหาสุขภาพ เช่น โรคปวดข้อ เป็นตะคริวอยู่บ่อยๆ หรือโรคอ้วน สามารถนำวิธีนี้ไปใช้ดื่มเป็นประจำ เพื่อสุขภาพที่ดี และช่วยบรรเทาโรคต่างๆ ได้ ซึ่งได้มีการพิสูจน์และใช้กันมานานในอเมริกาและยุโรป