Co prawda obiegowa opinia mówi, że najlepszym remedium na nerkowe kamienie jest złocisty wywar chmielowy, popularnie zwany piwem :), dzisiaj jednak chcemy Wam zaprezentować alternatywę. A że z pewnością nikt nie chciałby dobrowolnie przeżywać „rodzenia" kamyczka nerkowego - zapraszamy do korzystania z poniższych przepisów!

Całkowicie naturalne i absolutnie zaskakujące. Do walki z kamieniami nerkowymi użyjemy bowiem nasion arbuza i selera.

1. Herbatka z nasion arbuza



Napój polecany tym, którzy często zmagają się z bólem nerek wywoływanym przez kamienie. Herbata ta pobudza nerki do działania, a tym samym organizm łatwiej eliminuje zalegający kamień.

Przygotowanie:
Jedną łyżkę stołową nasion arbuza miażdżymy na płaskiej powierzchni lub roztłukujemy w moździerzu. Zalewamy przegotowaną, ciepłą - nie wrzącą! - wodą (ok. 0,5 litra). Herbatka jest gotowa po ostygnięciu do temperatury pokojowej.

Zalecane jest picie takiej świeżej herbaty trzy razy dziennie, ale można też częściej, jeśli dolegliwości są wyjątkowo uciążliwe.

2. Herbatka z nasion selera zwyczajnego (Apium graveolens)



Zmielić lub drobno posiekać łyżkę stołową nasion selera, dodać szklankę ciepłej wody. Odstawić na chwilę do ostygnięcia i od razu wypić.

Spożywać raz dziennie lub minimum trzy razy w tygodniu. Napój nie zalecany dla kobiet w ciąży.

Tak więc - na zdrowie :)

Redakcja
Źródło: Health Care Above All