



ПОЛЬЗА ЯБЛОК ОТ ВОСПАЛЕНИЯ КОЖИ

Свежее сочное яблоко — это идеальная здоровая еда: его легко носить с собой, оно хорошо наполняет желудок и освежает. Некоторые сорта яблок богаты витамином С, который

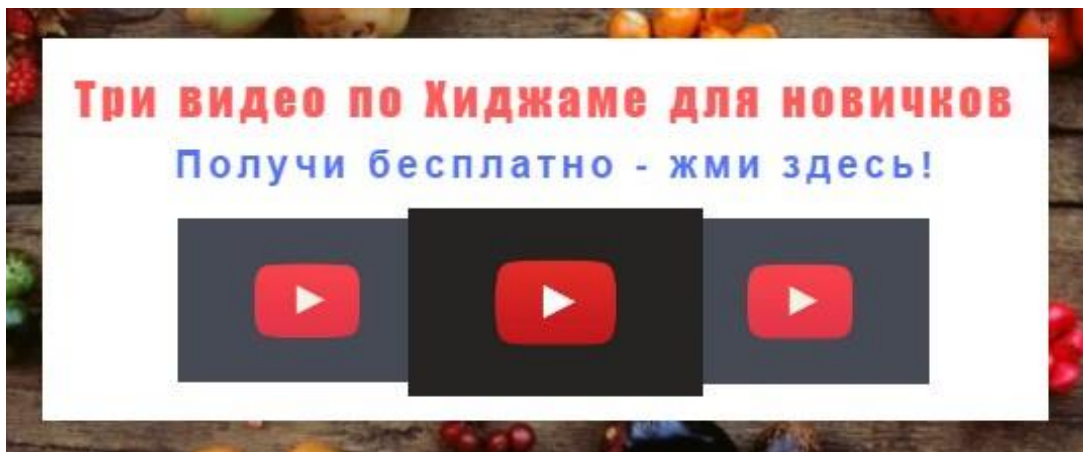
служит антиоксидантом и укрепляет иммунную систему.

Яблоки относительно низкокалорийны, но богаты фруктозой. Она слаще, чем сахароза (обычный тростниковый сахар), медленно усваивается в соде обмена веществ, а значит, способствует стабилизации уровня сахара в крови.

В альтернативной медицине, широко применяющей растительные средства, свежие спелые яблоки использовались для лечения запора, тогда как яблочный компот применяется при поносах и гастроэнтеритах. Из яблок делают припарки при лечении воспалений кожи.

Все свои пожелания, просьбы и вопросы пишите на Whatsapp +90 553 327 5507

Или пишите на почту: info@hijama-sunna.ru



Получи три бесплатных видео по хиджаме для начинающих.

С этих видео Вы узнаете:

1. Сколько брать крови за один раз?
2. Как правильно делать надрезы?
3. Как выстроить план идеального здоровья?

Подробнее здесь: [Ссылка на видео](#)