



## ПОЛЬЗА КОКОСА ДЛЯ СЕРДЦА

Олицетворением экзотических фруктов уже многие века является кокос. Это объясняется тем, что родина этого фрукта находится в таких странах, как Бразилия, Филиппины, Таиланд, Шри-Ланка, Индонезия. Европа и Россия открыли его для себя с началом эры великих географических открытий. Само слово кокос имеет португальские корни,

где слово «сосо» обозначает «обезьяна», т.к. черные пятнышки на кокосе напоминают мордочку обезьянки.

В этом фрукте содержится колоссальное количество витаминов группы В (В1, В2, В3, В5, В6), С, Е, Н и элементов (калий, кальций, фосфор, йод, медь, железо, марганец).

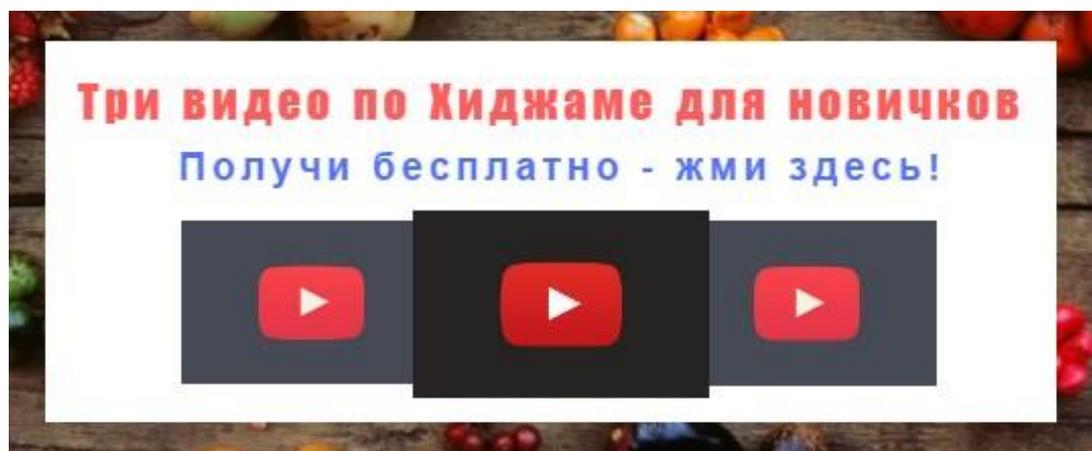
Для человека, который заботится о здоровье сердечно-сосудистой системы стоит знать, что в кокосе содержится лауриновая кислота, которая способствует снижению холестерина в крови. Таким образом, снижается риск возникновения заболеваний сердца.

Более того, этот фрукт обладает ранозаживляющим и антибактериальным действием, нормализуют пищеварительную систему, повышает иммунитет организма, укрепляет суставы.

Большое распространение кокос получил в косметологии из-за своих удивительных свойств, которые помогают очищать, омолаживать и питать кожу человека. Множество кремов, шампуней и мазей делается по всему миру из кокоса, чтобы любой желающий мог заботиться о своей коже.

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

Или пишите на почту: [info@hijama-sunna.ru](mailto: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](#)