



## ПОЛЬЗА ЛИЧИ ДЛЯ СЕРДЦА

Плоды личи уже с древних времен выращивают и употребляют в пищу в Таиланде, Японии, Китае, Австралии и Африке. Если говорить про страны СНГ и Европы, то об этом удивительном фрукте тут узнали относительно недавно, в 17 веке. Но свое наибольшее распространение он получил в Китае, где

личи выращивают повсеместно, за что и получил свое второе название «китайская вишня», а сами китайцы его зовут «драконий глаз».

Китайская вишня содержит в себе много полезных для организма человека элементов: цинк, натрий, калий, фосфор, магний, железо и кальций. Если говорить про витамины, то и их достаточно много: В1, В3, В6, К, С и Е.

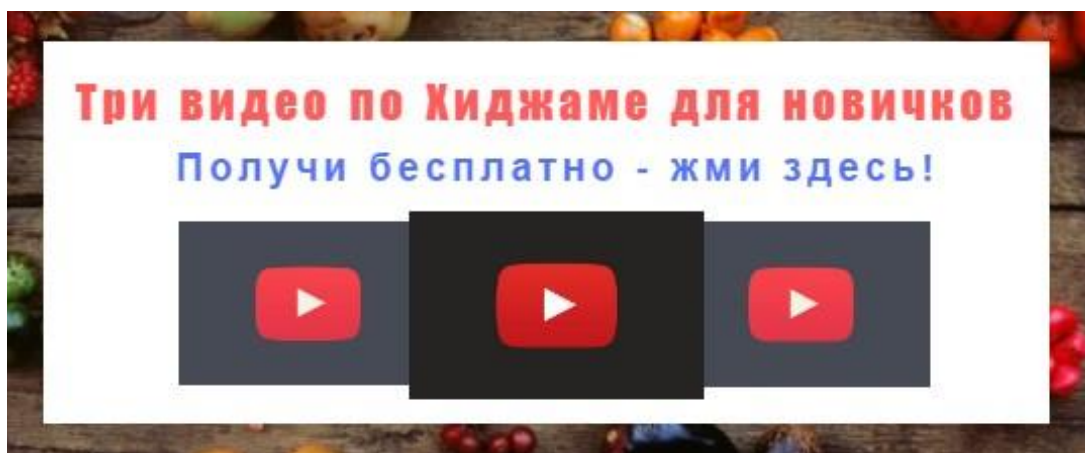
Особое внимание стоит уделить тому, что очень много калия, который крайне необходим для здоровой работы сердца. Если в организме не хватает калия, то он заменяется натрием. Натрий притягивает воду и из-за этого могут возникать отеки ткани или органа. Если произойдет отек мышцы сердца, то это приводит к нарушению в работе, сбивается ритм и возможны спазмы сердечной мышцы. Именно поэтому стоит на плоды личи

стоит обратить внимание людям, которые страдают различными проблемами с сердцем.

Олигонол — это еще один элемент в составе китайской вишни, который является сильным природным антиоксидантом. Тем самым люди, которые опасаются возникновения раковых клеток, могут кушать этот фрукт для профилактики онкологических заболеваний.

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](#)