



## ПОЛЬЗА БУЗИНЫ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА

Бузина является цветковым растением с плодами ягод, который распространен преимущественно в умеренном и субтропическом поясе северного полушария, но некоторые его виды можно найти и в

Австралии. Лечебных целей используют черную бузину, красная же ядовита и нашла применение на пчелиных пасеках.

В народной медицине используют настоит и отвары из цветов, цветных почек, ягод и даже из корня. И это не удивительно, ведь в каждой части этого растения содержатся вещества, которые можно использовать для лечения разных болезней.

В цветах можно найти эфирное масло, органические кислоты, фруктоза, глюкоза и рутин. В ягодах же есть дубильные вещества, каротин, витамины Р и С.

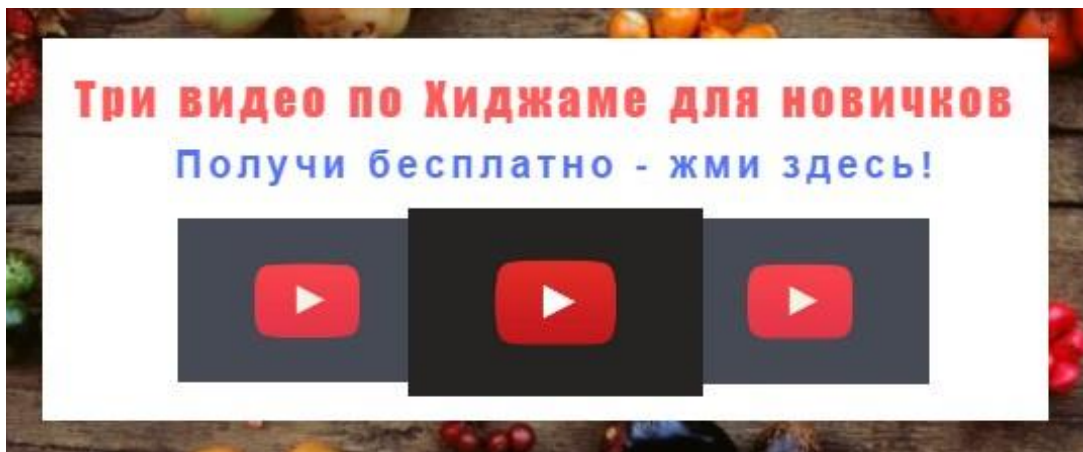
Для того чтобы получить пользу из этого растения достаточно просто взять свежи ягоды и приготовить из них сок. Такой напиток хорошо

выгоняет лишнюю жидкость и очищает от вредных веществ организм, также нормализует работу печени и почек. Сок из ягод бузины укрепляет стенки сосудов сетчатки глаза, предотвращает появление катаракты и куриной слепоты, способствует улучшению зрения.

Бузину не рекомендуется употреблять беременным женщинам и людям с хроническими заболеваниями ЖКТ.

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](#)