



ПОЛЬЗА МЕЛИССЫ ПРИ НЕРВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Мелисса по внешнему виду и запаху поминает мяту, именно поэтому их часто путают. Но от мелиссы исходит запах в котором есть нотки лимона. Из-за такой особенности ее еще называют лимонной мятой.

Мелисса быстро набрала популярность не только из-за своих ароматических, но и лечебных свойств. Это обусловлено богатым минеральным и витаминным составом. В ней можно найти: селен, марганец, цинк, медь, железо, магний, калий, кальций, органические кислоты, флавоноиды, стеарины, сапонины, дубильные вещества, эфирные масла, витамины группы В и С.

Обнаружено, что мелисса оказывает на организм успокаивающее, расслабляющее и седативное воздействие. По этой причине его активно применяют для приготовления чая, который хорошо помогает при лечении многих нервных заболеваний (нервных истощениях, неврозов, психозов и бессонницы).

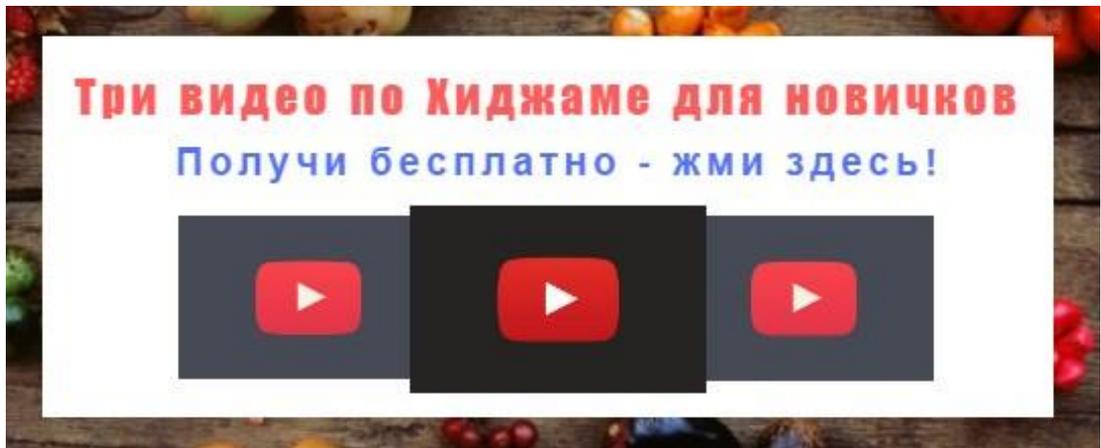
Если приготовить отвар из листьев мелиссы, то его можно давать гиперактивным детям, чтобы улучшить их концентрацию, усидчивость и память. Даже педиатры рекомендуют такие отвары.

Для тех, кто практикует хиджаму, стоит знать, что мелисса помогает при малокровии, мягко очищать и обновлять кровь, а также нормализует сердечный ритм.

Кроме индивидуальной непереносимости, противопоказаний не обнаружено.

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](#)