

## Έντονο πρήξιμο στο στομάχι; Αυτό το σπιτικό ρόφημα θα σας «σώσει»

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αγαπάτε τις σπιτικές συνταγές και για αυτόν ακριβώς το λόγο εμείς προσπαθούμε να βρούμε διαρκώς φυσικούς τρόπους για να αντιμετωπίζετε κάθε πιθανό πρόβλημα. Σειρά έχει, λοιπόν, σήμερα το στομάχι!

Αν ταλαιπωρείστε από έντονα φουσκώματα και ο πόνος στο στομάχι σας είναι επίμονος, τότε δοκιμάστε την παρακάτω συνταγή:

### **Θα χρειαστείτε:**

30ml εκχύλισμα μάραθου

30ml εκχύλισμα χαμομηλιού

30ml εκχύλισμα λυκίσκου

### **Εκτέλεση:**

Σε ένα καθαρό γυάλινο μπουκαλάκι, ρίχνετε μέσα όλα τα εκχυλίσματα και ανακινείτε το δοχείο πολύ καλά. Μπορείτε να πιείτε μισό κουταλάκι του γλυκού έως τρεις φορές την ημέρα (ιδανικά, 15-20 λεπτά πριν από το γεύμα σας).

**Πηγή:** [cytoday.eu](http://cytoday.eu)