

## Μπανάνες, Μέλι & Νερό: Το μείγμα που θα κάνει το Βήχα και τη Βρογχίτιδα να Εξαφανιστούν

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



H

Θεραπεία του **χρόνιου βήχα** και της **βρογχίτιδας** ήταν πάντοτε μια πρόκληση, ακόμη και για τη συμβατική ιατρική. Τώρα όμως έχει έρθει η φύση, να δώσει τη λύση της!

Αυτή η νέα **φυσική θεραπεία** περιλαμβάνει μερικά από τα παλαιότερα και πιο **ισχυρά συστατικά** που καταπραΰνουν το λαιμό και τους πνεύμονες και **θεραπεύουν τον βήχα και τη βρογχίτιδα σε χρόνο μηδέν!**

Χάρη στις πανίσχυρες ιδιότητες του μελιού και της μπανάνας, που περιλαμβάνονται στη συνταγή, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτό το φάρμακο για ενήλικες παιδιά και ενήλικες και να απολαύσετε τη γεύση του.

Αυτή η συνταγή είναι ικανή να θεραπεύσει τον πονόλαιμο, τον βήχα, ακόμα και στομαχικά προβλήματα.

# Φυσική Θεραπεία για το Βήχα και Τη Βρογχίτιδα: Πως να τη Φτιάξετε

Συστατικά:

- 400 ml βραστό νερό
- 2 μέτριες ώριμες μπανάνες (με μαύρες κουκκίδες)
- 2 κουταλιές της σούπας μέλι

## Προετοιμασία

Αρχικά, ξεφλουδίστε τις μπανάνες και πολτοποιήστε τες χρησιμοποιώντας ένα ξύλινο πιρούνι ή κουτάλι. Μην χρησιμοποιείτε μεταλλικά μαχαιροπίρουνα, δεδομένου ότι οι μπανάνες έχουν την τάση να σκουραίνουν όταν έρχονται σε επαφή με το μέταλλο.

Έπειτα, τοποθετήστε τις μπανάνες σε μια κατσαρόλα και προσθέστε βραστό νερό. Αφήστε το μείγμα για 30 λεπτά.

Τέλος, όταν το μείγμα κρυώσει, προσθέστε το μέλι. Μπορείτε να στραγγίσετε το μείγμα αν θέλετε. Είναι σημαντικό να προσθέσετε το μέλι στο τέλος, έτσι ώστε να μη χάσει τις σημαντικές ιδιότητες από το βραστό νερό.

## Δοσολογία:

- Πιείτε 100 ml αυτής της φυσικής θεραπείας 4 φορές την ημέρα (συνολικά 400 ml ημερησίως).
- Η ποσότητα αυτή είναι αρκετή για μία ημέρα και μπορείτε να ετοιμάσετε ένα φρέσκο το επόμενο πρωί.
- Τα πρώτα αποτελέσματα έρχονται σε 5 ημέρες.

Εκτιμήστε περισσότερο τη φύση και μην ξεχνάτε πως οι φυσικές θεραπείες μπορούν να σας βοηθήσουν στην αντιμετώπιση προβλημάτων υγείας, χωρίς να προκαλούν παρενέργειες.

**Επιμέλεια-Μετάφραση:** [copyrights © www.hippieteep.ee.gr](http://www.hippieteep.ee.gr)