

Χρησιμοποιήστε μουστάρδα για να περάσει ο πονοκέφαλος και η βουλωμένη μύτη!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ένας στενός συγγενής του μπρόκολου και του λάχανου, η μουστάρδα, περιέχει μια ποικιλία χημικών ενώσεων με εντυπωσιακά διαπιστευτήρια επούλωσης.

Αποσυμπιέστε τη μύτη σας

Ας ξεκινήσουμε με το ρόλο της μουστάρδας ως αποχρεμπτικό. Όταν η μύτη σας είναι μπλοκαρισμένη και αναπνέετε με δυσκολία, μια κουταλιά μουστάρδας - σε ένα χοτ ντογκ, για παράδειγμα - σας δίνει μια βαριά δόση από myrosin και σινιγρίνη, χημικές ουσίες που κάνουν τις βλέννες υδαρής ώστε να της αποβάλλει πιο εύκολα το σώμα.

Διώξτε τους μύκητες από τα πόδια

Ένα κομμάτι σκόνη μουστάρδας σε ένα ποδόλουτρο, μπορεί να βοηθήσει στην εξολόθρευση των μυκήτων.

Χτυπήστε τον πόνο στην πλάτη

Οι βοτανολόγοι αποκαλούν τη μουστάρδα δερματοερεθιστική, πράγμα που σημαίνει ότι διεγείρει καταπραϋντική ζεστασιά όταν εφαρμόζεται στο δέρμα.

Όπως και το πιπέρι καγιέν, φαίνεται ότι καταστρέφουν τα νευρικά κύτταρα της ουσίας P, μια χημική ουσία που μεταδίδει σήματα πόνου από το πίσω μέρος του εγκεφάλου. Για να χρησιμοποιήσετε τη μουστάρδα για τον πόνο, μπορείτε να βουτήξετε ένα πανί σε ένα με ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε 1 κουταλάκι του γλυκού σπόρους μουστάρδας αφήστε για 5 λεπτά στο ζεστό νερό τη μουστάρδα και εφαρμόστε την κομπρέσα στο ευαίσθητο χώρο.

Πηγή: neadiatrofis.gr