

علاج الضغط العالى والمنخفض



علاج الضغط العالى والمنخفض وتصلب الشرايين بالاعشاب

1- ارتفاع الضغط

1- ملعقة جنين القمح على زبادي

2 - شرب عصير ليمون محلى بعسل نحل مع الإقلال من الملح فى الطعام وكثره استخدام الثوم والبصل .

3 - يبلع 3 فصوص ثوم مقطعه قبل النوم بكوب حليب .

4 - يؤخذ ورق التوت ويجفف ثم يطحن ويعبأ فى برطمان زجاج وتسف معلقه صغيره بكوب ماء على الريق .

5 - يؤخذ لب البطيخ ويجفف ويدق قدر معلقه كبيرة وتشرب كالشاي الكشري على الريق وقبل النوم .

6- شراب التمر الهندى البلدى يخفض الضغط وكذلك منقوع الدوم

7- شراب التلبينه ثلاث مرات يوميا يخفض الضغط ويحافظ على معدله الطبيعى

2- هبوط الضغط

1 - أكل الجبن وزيتون .

2 - معلقه ماء بصل ومثلها جنستا الصباغين متواجد عند العطار ويشرب كالشاي مساءً .

3 - يؤكل عسل نحل مع زبادى فى العشاء .

4 - يشرب فنجان عصير بنجر على الريق .

5- شراب العرقسوس ثلاث مرات يوميا مفيد جدا لرفع الضغط

6- شراب حبة البركه ثلاث مرات يوميا

7- شراب الحلبه ثلاث مرات يوميا

3- تصلب الشرايين وضغط الدم

1- يدق الثوم (رأس ثوم كامله) وتوضع فى كوب زيت زيتون وتغطى على أن تبقى فى الشمس لمدة أربعين يوما ثم تؤخذ منها معلقة على الريق يوميا لمدة أربعين يوما أخرى .

2 - ثلاث قطرات من العنبر على نصف كوب حليب بقرى يوميا

3 - شرب كوب حبهان يوميا مثل الشاي .

4- شراب التلبينه ثلاث مرات يوميا بعد الاكل بساعه

كل هذا واكثر من خلال موقعنا على جوجال فقط اكتب الدكتور وحيد احمد عبد العال أو

waheedaesha@facebook

www.drwaheedahmed.com