

Kiedy głowa pęka od nadmiaru informacji, poznaj sekretny składnik, który odbuduje odporność przed zimą.

written by Ewa Kozioł

Nie używasz ziół, nie dlatego, że nie masz wiedzy, tylko dlatego, że wiedzy jest za dużo. Wiem, jak to jest, kiedy jako mama szukasz rozwiązania nagłego problemu zdrowotnego Twojego dziecka.

W grupie [„Zielony Zagonek... po prostu”](#) często pojawiają się wpisy mam, które nie chcą udać się do apteki po komercyjne środki, ponieważ wiedzą, że to, co w nich znajdą, niekoniecznie jest tak kolorowym wyjściem, jak kreuje to reklama, i że skutki uboczne nie powinny być wypisane drobnym makiem na miniulotce.

W chwili, kiedy potrzebują konkretnego, sprawdzonego i skutecznego przepisu, znajdują dziesiątki przepisów na naturalne maści, syropy i herbatki. Ilość dostępnych informacji zwyczajnie przytłacza. Co wybrać, na co się zdecydować, gdy za plecami małe dziecko płacze z powodu gorączki? Jak zareagować? W tak stresującej sytuacji często wybieramy opcję najpewniejszą i udajemy się do apteki, ponieważ tak robią wszyscy.

Czas choroby to z pewnością nie pora na eksperymenty czy naukę zielarstwa; to czas, kiedy jako Supermatka wyciągniesz z szafki odpowiednie zioło i z zimną krwią podajesz je maleństwu lub większemu dziecku. Zanim jednak nastąpi czas korzystania z ziół o czym więcej się dowiesz w kolejnej edycji kursu „Ziołowa Apteczka” wróćmy do naszego planu odbudowy układu odpornościowego, aby nie przegapić tegorocznej edycji kursu

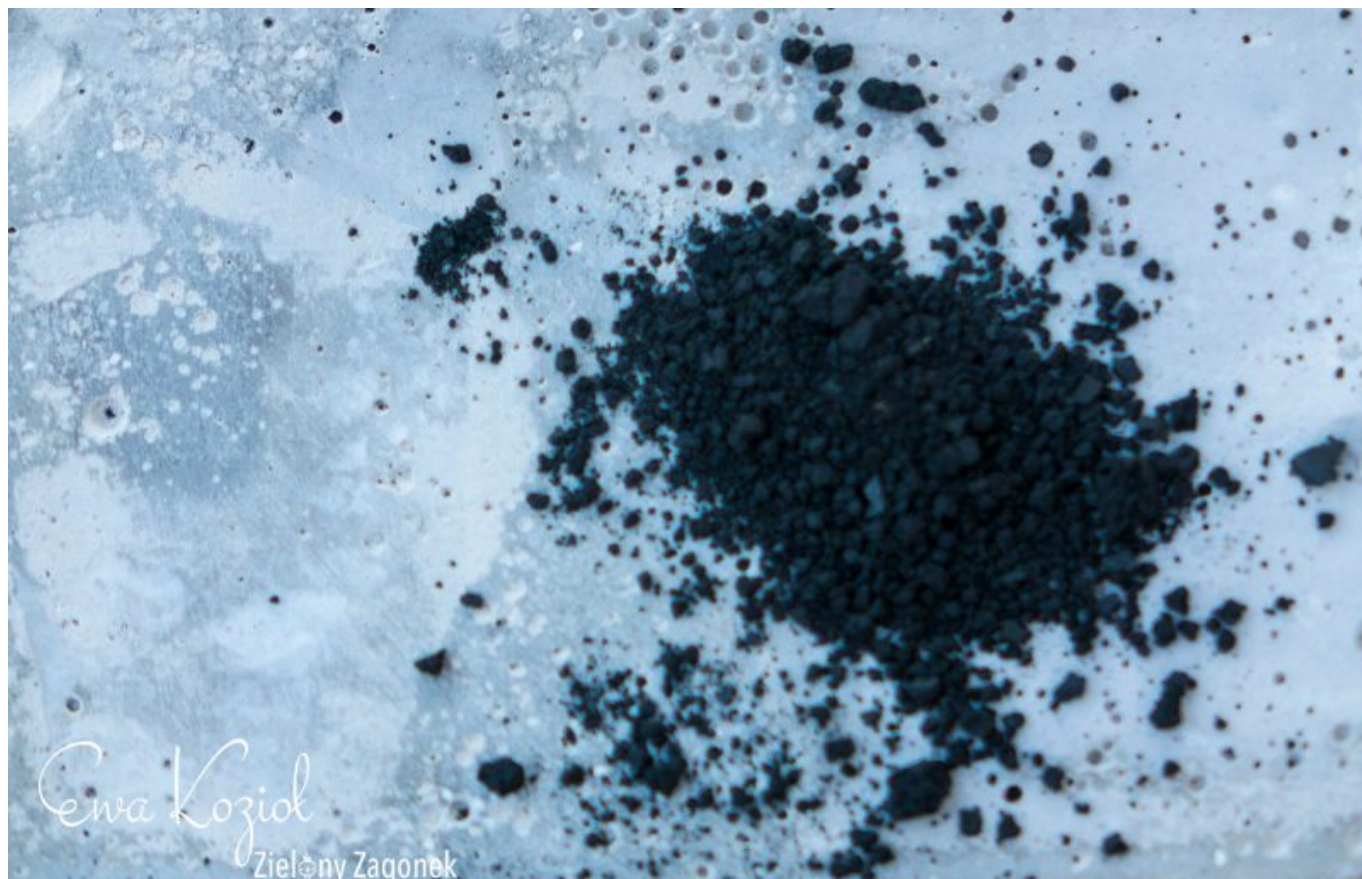
zostaw swój adres email.

[mpp_inline id="55194"]

Pierwszego dnia pozbyliśmy się z domu rafinowanego cukru, gazowanych napojów i słodzonych pseudoowocowych jogurczików. Dziś i przez następne dni usuńcie, proszę, z diety gluten i nabiał; to potrwa tylko kilka dni i w sezonie letnim, ze względu na dostępność warzyw i owoców, naprawdę nie powinno być trudne do wykonania.

Twoim celem powinno być spożywanie potraw jak najbardziej lekkostrawnych, a równocześnie odżywczych. Mowa tutaj o wszelakich zupach, dzięki którym organizm dziecka nie będzie skupiał się na trawieniu i przetwarzaniu, lecz na usuwaniu toksyn. W kolejnych dniach zaczniemy pomagać naszemu dziecku, by zaczęło prawidłowo trawić pokarmy. Często zapominamy, że to od jakości pożywienia zależy nasze zdrowie. Zanim sięgniesz po zioła, można zrobić coś naprawdę łatwego – zacząć od pożywienia. Do diety dziecka dodaj probiotyki ([klik](#)), zaś do codziennego funkcjonowania spore ilości południowego słońca, aby ciało mogło wytworzyć witaminę D.

**Tego się nie spodziewasz,
poznaj sekretny składnik,
który pomoże**



poprawić odporność przed zimą.

Węgiel drzewny jest znany człowiekowi od zarania dziejów. Obecnie pomoże Twojemu dziecku eliminować toksyny z organizmu. Współczesny węgiel aktywowany powstaje wskutek kontrolowanego spalania, w które są włączone para wodna lub powietrze, zwiększające właściwości wchłaniające węgla (tworzy się więcej drobnych otworów). Jest to wspaniały tradycyjny lek używany w walce o zdrowo funkcjonujący układ trawienny.

Węgiel pomaga usuwać toksyny i trucizny z układu trawiennego (pestycydy czy toksyczne barwniki) sprawia, że nie przedostają się one do krwi. Znane są przypadki naukowców testujących skuteczność węgla. Farmaceuta Touery, który spożył dziesięciokrotnie większą dawkę strychniny od dawki śmiertelnej zneutralizował ją trzema łyżkami stołowymi węgla.

Najlepszymi formami przyjmowania węgla leczniczego są proszek

lub kapsułki ze zmielonym węglem – zwiększa to jego skuteczność prawie o połowę! Węgiel leczniczy jest jednym z najbezpieczniejszych środków i nie odnotowano żadnych przypadków przedawkowania tego naturalnego leku. Ponadto nie stwierdzono żadnych alergii na węgiel.

Jak stosować węgiel?



- Jak w przypadku większości naturalnych terapii, ważny jest umiar.
- Węgiel lepiej stosować przez krótki okres. Nigdy nie zażywamy węgla przed posiłkiem ani po posiłku, ponieważ może zabrać z niego wszystkie wartościowe składniki.
- U małych dzieci z kolei może wywołać wymioty lub zaparcia, chociaż te ostatnie można zniwelować kilkoma szklankami wody.
- Nie spożywaj węgla podczas posiłków, ponieważ ogranicza to jego zdolności chłonne. Pamiętaj, że najlepszą porą

przyjmowania węgla jest czas tuż po przebudzeniu, tuż przed snem i między posiłkami, ale nie wcześniej niż dwie godzin po posiłku i przed nim.

- Nigdy nie popijaj go herbatą (teina zmniejsza wchłanianie). Węgiel neutralizuje działanie sporej ilości leków, dlatego nie należy go spożywać z lekami.
- Najlepszą formą podania węgla jest po prostu podanie dziecku na łyżeczce. Alternatywę stanowi ukrycie węgla w soku malinowym z drobinkami lub innym gęstym soku (na przykład marchewkowym).

Jak stosujemy węgiel podczas regeneracji układu odpornościowego?

„1 łyżka stołowa proszku rozmieszana w małej ilości wody (odpowiednik 4 kapsułek aktywowanego węgla drzewnego lub 10 tabletek zwykłego węgla)” – wypis z książki Agathy Trash i Calvina Trash, „Leczenie węglem drzewnym” i taką kurację stosowałam w swoim domu przez wszystkie dni planu delikatnego odbudowywania odporności.

Jak wygląda stosowanie węgla u dziecka?

Z dziećmi zaczynamy zawsze od najmniejszej ilości specyfiku i warto zachować ostrożność i obserwować reakcję dziecka. Poniższe zestawienie pochodzi z książki Medical Herbalism Dawida Hoffmanna. Tabelka bierze pod uwagę dawkę dla dorosłego – 1 łyżeczkę czyli około 10g węgla. Według Dr Younga cytowanego u Davida Hoffmanna w takim wypadku stosujemy

następujące dawki dla dzieci:

$$(Waga\ dziecka \times Dawka) / 70$$

Wiek	Waga dziecka (kg)	obliczenia	Dawka w gramach
Noworodek	3,4	$(3,4 \times 100) / 70$	4,9
36 miesięcy do 7 lat	14	$(14 \times 100) / 70$	20

[mpp_inline id="55194"]