

Red Chilli - Natürliche Behandlung von Arthritis-Schmerzen

Was ist Arthritisschmerz? Wie wir alle wissen, ist Arthritis eine äußerst schmerzhaftes Erkrankung, die dazu führt Entzündung der Gelenke. Dies wird durch einen langsamen, aber stetigen Knorpelverlust und in einigen extremen Fällen durch eine Knochenschwächung verursacht. Verschiedene Daten zu Arthritis zeigen, dass sie in jeder Altersgruppe auftritt und normalerweise Gelenke wie Hüften, Hände, Beine, Wirbelsäule usw. betrifft. Die Diagnose ist recht einfach, da der Patient über einen längeren Zeitraum unter starken und anhaltenden Schmerzen leidet. Unbehandelt kann es noch schlimmer werden. Arthritis behandeln Abgesehen von der richtigen Medikation umfasst der Behandlungskurs für Arthritis körperliche Bewegung, Gewichtsverlust und die strikte Einhaltung …



Was ist Arthritisschmerz?

Wie wir alle wissen, ist Arthritis eine äußerst schmerzhaftes Erkrankung, die dazu führt

Entzündung der Gelenke. Dies wird durch einen langsamen, aber stetigen Knorpelverlust und in einigen extremen Fällen durch eine Knochenschwächung verursacht. Verschiedene Daten zu Arthritis zeigen, dass sie in jeder Altersgruppe auftritt und normalerweise Gelenke wie Hüften, Hände, Beine, Wirbelsäule usw. betrifft. Die Diagnose ist recht einfach, da der Patient über einen längeren Zeitraum unter starken und anhaltenden Schmerzen leidet. Unbehandelt kann es noch schlimmer werden.

Arthritis behandeln

Abgesehen von der richtigen Medikation umfasst der Behandlungskurs für Arthritis körperliche Bewegung, Gewichtsverlust und die strikte Einhaltung einer empfohlenen Diät. Jetzt ist der Diät-Teil ziemlich wichtig für die Behandlung von Arthritis-Schmerzen.

Nahrung zur Behandlung von Arthritis-Schmerzen

Ärzte raten zu einer Ernährung, die reich an Vitaminen, Mineralien, Antioxidantien usw. ist, um die durch Arthritis verursachten Schmerzen zu lindern. Wie viele von uns wissen jedoch, dass die feurig heißen roten Chilis Ihr perfekter Partner bei der Behandlung von Arthritis-Schmerzen sein können? Klingt zu schön um wahr zu sein, oder? Aber es ist.

Laut der American Physician's Desk Reference ist rotes Chili ein natürliches Schmerzmittel, da das Gewürz reichlich Capsaicin enthält. Es gibt fast 3000 wissenschaftliche Arbeiten, die in die US National Library of Medicine aufgenommen wurden und sich auf die medizinischen Eigenschaften von roten Chilis beziehen.

Red Chilli - ein natürlicher Heiler

Weltweit hat die Produktion von roten Chilis seit dem Mittelalter einen phänomenalen Anstieg erlebt. Obwohl sie auf vielen Kontinenten einen großen Teil der Küche ausmachen, hat sie

immer medizinische Verwendung gefunden. Es wird angenommen, dass die alten Rishis (Heiligen) die heilenden Eigenschaften von roten Chilis kannten und sie daher in viele Ayurveda-Medikamente in Indien und einigen anderen Ländern einbezogen haben. Die Geschichte der Medizin, die bis in die Antike zurückreicht, beweist die medizinischen Eigenschaften dieses Gewürzs.

Red Chilli als Schmerzmittel

Capsaicin, ein Bestandteil von roten Chilis, ist für seine schmerzlindernden Eigenschaften verantwortlich. Die Zusammensetzung von Capsaicin kann in verschiedenen Qualitäten dieses Gewürzs variieren. Zum Beispiel hat indische rote Chili einen hohen Gehalt an Capsaicin. Dies ist einer der Gründe, warum die meisten Leute es von indischen Lieferanten beziehen.

Abgesehen von seinen Anwendungen als Schmerzmittel kann es auch als Durchblutungsverstärker, Blutgerinnsel-Buster, Herzfutter, Blutdrucksenker, Cholesterinbekämpfer, lungenfreundliche Lebensmittel, antivirale, antibakterielle Mittel, Toxinentferner, Verdauungshilfe und Gewichtsverlust verwendet werden. Hilfe, Stimmungsverstärker, Antikrebs, Gesundheitsstimulans, Lebenserhalter, Strahlenschutz, Vorbeugung von Magengeschwüren und so weiter.

Die roten Chilis sind auch reich an Carotinoiden und anderen Vitaminen wie Vitamin B1 und B2, Kalzium, Eisen, Natrium, Magnesium usw.

Obwohl es sehr vorteilhaft ist, muss darauf geachtet werden, dieses Gewürz nicht im Übermaß zu konsumieren, da es Gastritis und Magengeschwüre verursachen kann.

Stellen Sie daher sicher, dass Sie dieses Gewürz als vorbeugende Maßnahme gegen Arthritis verwenden

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki