



Hausmittel gegen Blähungen

Was ist Erdgas? Blähungen sind ein weit verbreitetes Problem, das jeden irgendwann betrifft. Es tritt auf, wenn Sie die überschüssige Luft, die sich in Ihrem Körper ansammelt, austreiben müssen. Der Darm von der Speiseröhre oder Speiseröhre bis zum Rektum enthält viele Gase, hauptsächlich jedoch Stickstoff und Sauerstoff, die durch den Mund durch die bei regelmäßigen Aktivitäten wie Essen und Sprechen verschluckte Luft in den Körper gelangen. Kohlendioxid entsteht, wenn die im Magen vorhandene Säure mit Galle und Säften aus der Bauchspeicheldrüse in Kontakt kommt. Einige dieser Gase werden ins Blut aufgenommen und zu gegebener Zeit wieder ausgeatmet. Der Rest wird …



Was ist Erdgas?

Blähungen sind ein weit verbreitetes Problem, das jeden irgendwann betrifft. Es tritt auf, wenn Sie die überschüssige Luft, die sich in Ihrem Körper ansammelt, austreiben müssen.

Der Darm von der Speiseröhre oder Speiseröhre bis zum Rektum enthält viele Gase, hauptsächlich jedoch Stickstoff und Sauerstoff, die durch den Mund durch die bei regelmäßigen Aktivitäten wie Essen und Sprechen verschluckte Luft in den Körper gelangen.

Kohlendioxid entsteht, wenn die im Magen vorhandene Säure mit Galle und Säften aus der Bauchspeicheldrüse in Kontakt kommt. Einige dieser Gase werden ins Blut aufgenommen und zu gegebener Zeit wieder ausgeatmet. Der Rest wird durch das Rektum ausgeschieden

Häufige Ursachen von Gas

- Überproduktion von Bakterien im Magen
- Lebensmittel mit vielen Ballaststoffen
- Produkte mit Malzextrakten
- Verdauungsstörungen wie Gastroenteritis
- Reizdarmsyndrom (IBS)
- Bakterien und andere Organismen
- Kontaminiertes Essen oder Wasser
- Speisen, die unter unhygienischen Bedingungen zubereitet werden

Hausmittel für Gas

Tipp 1:

Mischen Sie 1/2 TL trockenes Ingwerpulver mit einer Prise Asafoetida und einer Prise Steinsalz in 1 Tasse warmem Wasser. Getränk.

Tipp 2:

Ein Tropfen Dillöl in einem Teelöffel Honig direkt nach einer Mahlzeit hilft.

Tipp 3: Mischen Sie 2 TL Brandy mit einer Tasse warmem Wasser und trinken Sie es vor dem Schlafengehen.

Tipp 4:

Kauen Sie nach dem Essen ein paar frische Ingwerscheiben, die

in Limettensaft getränkt sind.

Tipp 5:

Pulver 1 TL Pfeffer, 1 TL trockener Ingwer und 1 TL grüne Kardamomsamen. Mischen Sie 1/2 TL dieser Mischung mit Wasser und trinken Sie eine Stunde nach einer Mahlzeit.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki