Gesunde Nieren mit Kräutern

Die Nieren sind wichtig für Ihre Gesundheit. Sie sind bohnenförmige Organe, die näher an der hinteren Muskelwand der Bauchhöhle liegen. Sie sind dafür verantwortlich, Giftstoffe aus dem Blut zu entfernen. Sie regulieren den Blutdruck, steigern die Produktion roter Blutkörperchen, helfen bei der Synthese von Vitamin D, gleichen Körperflüssigkeiten aus, bilden Urin und viele andere Funktionen. Damit die Nieren gesund bleiben, müssen sie hydratisiert und gesund ernährt, Giftstoffe entfernt und die Nährstoffe richtig aufgenommen werden. Wenn Ihre Nieren nicht gesund sind, können Sie sie mit Reinigungskräutern unterstützen, von denen die bekannteste wahrscheinlich Petersilie ist, die häufig verwendet wird, um Lebensmitteln Geschmack …

Die Nieren sind wichtig für Ihre Gesundheit. Sie sind bohnenförmige Organe, die näher an der hinteren Muskelwand der Bauchhöhle liegen. Sie sind dafür verantwortlich, Giftstoffe aus dem Blut zu entfernen. Sie regulieren den Blutdruck, steigern die Produktion roter Blutkörperchen, helfen bei der

Synthese von Vitamin D, gleichen Körperflüssigkeiten aus, bilden Urin und viele andere Funktionen. Damit die Nieren gesund bleiben, müssen sie hydratisiert und gesund ernährt, Giftstoffe entfernt und die Nährstoffe richtig aufgenommen werden.

Wenn Ihre Nieren nicht gesund sind, können Sie sie mit Reinigungskräutern unterstützen, von denen die bekannteste wahrscheinlich Petersilie ist, die häufig verwendet wird, um Lebensmitteln Geschmack zu verleihen. Es ist ein Diuretikum, was bedeutet, dass es den Körper dazu bringt, Flüssigkeiten als Urin zu sammeln und freizusetzen. Urin enthält oft viele Toxine, die er entlang der Harnwege sammelt und dann freisetzt. Ebenso entgiften Goldruten die Nieren. Kombinieren Sie dies mit Selleriewurzel, die auch ein natürliches Diuretikum und Tonikum ist, das Kalium und Natrium enthält, oder fügen Sie Marshmallowwurzel hinzu, um das Wasserlassen zu erhöhen, und Sie haben ein großartiges Rezept für die Reinigung Ihres Harnsystems.

Uva-ursi ist ein weiteres Kraut, das adstringierend wirkt und die Harnwege beruhigt und strafft. Chanca Piedra ist ein ayurvedisches Kraut für Niere, Blase und eine gesunde Leber. Kombinieren Sie dies mit Löwenzahnwurzel, die die Leber reinigt und Abfall beseitigt. Bereits jetzt gibt es eine Reihe von Kräutern, die Sie für Ihre Heilung kombinieren können. Sie können in ihrer rohen Form oder in Tees und einige sogar in Kapselform gefunden werden, je nachdem, was für Sie leichter einzunehmen ist. Alternativ können Sie einige als Pulver kombinieren.

Schachtelhalm ist ein weiteres verbreitetes Kraut, das harntreibende Eigenschaften sowie antioxidative Eigenschaften für die Nieren und das Nierensystem hat. Erhältlich als Tee oder Kapsel, macht es einfach, in Ihre Ernährung aufzunehmen.

Wenn es jedoch etwas spät ist und Sie bereits an Nierenproblemen leiden, ist die Hortensienwurzel ein

Lösungsmittel und soll die Kanten von Nierensteinen glätten und dem Körper helfen, Kalzium richtig aufzunehmen. Die Fehlplatzierung von Kalzium im Körper kann oft ein wichtiger Faktor bei der Bildung von Nierensteinen sein. Oder Sie möchten versuchen, Kieswurzel, die gegen schädliche Organismen wirkt, die möglicherweise für die Verursachung von Infektionen verantwortlich sind.

Wie Sie sehen können, gibt es eine Reihe von Kräutern, die zur Unterstützung Ihrer Nierengesundheit verwendet werden können. Es ist jedoch eine gute Idee, immer einen Arzt zu konsultieren und sich nicht selbst zu diagnostizieren oder selbst zu behandeln. Es erfordert oft viel Fachwissen, um herauszufinden, welches Kraut für eine Person in welcher Form geeignet ist. Auch die Dosierung muss stimmen. Das kann man nicht aus der Forschung eines Laien durch Lesen von Google herausfinden. Auf diese Weise kann viel Schaden angerichtet werden. Daher ist es wichtig, einen natürlichen Arzt aufzusuchen, dem Sie vertrauen können, um Ihren Körper zu heilen – unabhängig von der Krankheit.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki