

## Kein Schwitzen mehr: Wie man aufhört, wie ein Schwein zu schwitzen

Ich habe die ganze Zeit geschwitzt. Es war egal, was ich tat. Ob mir heiß oder kalt war, ob ich trainierte oder einfach nur still saß. Mein Gesicht würde rot werden und mein Haar wäre ein klatschnasser Mopp. Ich wusste nicht, wie ich mit dem Schwitzen aufhören sollte. Es war so schlimm, dass ich mich mitten am Tag umziehen musste. Es war extrem peinlich! Endlich hatte ich genug und ich beschloss herauszufinden, was mich wie ein Schwein ins Schwitzen bringt und wie ich es heilen kann. Ich habe gelernt, dass es ein paar unglaublich einfache Dinge gibt, die ein Mensch &hellip;



*Salbei*

Ich habe die ganze Zeit geschwitzt. Es war egal, was ich tat. Ob mir heiß oder kalt war, ob ich trainierte oder einfach nur still saß. Mein Gesicht würde rot werden und mein Haar wäre ein klatschnasser Mopp. Ich wusste nicht, wie ich mit dem Schwitzen aufhören sollte. Es war so schlimm, dass ich mich mitten am Tag umziehen musste.

Es war extrem peinlich! Endlich hatte ich genug und ich beschloss herauszufinden, was mich wie ein Schwein ins Schwitzen bringt und wie ich es heilen kann. Ich habe gelernt, dass es ein paar unglaublich einfache Dinge gibt, die ein Mensch tun kann, um mit dem übermäßigen Schwitzen aufzuhören und ein normales Leben zu führen.

Zuerst habe ich gelernt, dass die Ernährung eine große Rolle dabei spielt, wie viel unser Körper schwitzt. Die Vermeidung von scharfen Speisen, die dem Körper „heißer“ machen, als er wirklich ist, kann viel helfen. Ich fand auch, dass übermäßiges Schwitzen durch eine Überfunktion der Schilddrüse verursacht werden kann. Die Schilddrüse produziert Hormone, indem sie Jod aufnimmt. Daher kann eine Reduzierung von Jod in der Nahrung manchmal helfen.

Also versuchte ich, jodhaltige Lebensmittel wie Brokkoli und Leber und Jodsalz zu vermeiden. Das schien ziemlich zu helfen.

Mein Zustand hatte sich etwas verbessert, aber ich war die meiste Zeit immer noch ein schweißtreibendes Durcheinander. Endlich habe ich in den sauren Apfel gebissen und bin zum Arzt gegangen. Er hat mir ein Medikament namens Robinul verschrieben. Ich war sofort skeptisch, da ich keine Tabletten nehme, aber ich habe es probiert. Es hat ziemlich gut funktioniert. Nach ein paar Tagen war ich trockener als schon lange nicht mehr, aber die Nebenwirkungen waren schrecklich. Ich hatte ständig Kopfschmerzen und mir war die ganze Zeit schwindelig und es schien, als hätte ich einen miesen Zustand gegen den anderen eingetauscht. Ihre Laufleistung kann mit solchen Medikamenten variieren, aber ich entschied, dass sie nichts für mich sind.

Da beschloss ich herauszufinden, wie ich auf natürliche Weise mit dem Schwitzen aufhören kann. Ich bin auf viele natürliche Methoden gestoßen, mit denen die Leute über große Erfolge berichteten. Eine Methode, die für mich sehr gut funktionierte, war das Trinken von Salbeitee. Salbeitee wirkt, weil er einen

hohen Anteil an Tanninen hat. Tannine sind natürliche Verbindungen, die im Körper als natürliches Adstringens wirken. Im Grunde trocknen sie dich aus! Ich habe jeden Tag eine Mischung aus Salbeitee getrunken und mein Schwitzproblem wurde wahrscheinlich um 75% reduziert. Meine Lebensqualität hat sich dramatisch verbessert.

Wenn Sie das gleiche Problem wie ich hatten, bei dem Sie nicht wissen, wie Sie mit dem Schwitzen aufhören können, kann ich nur sagen, geben Sie nicht auf. Ich suchte und suchte, bis ich eine Kombination natürlicher Techniken fand, die mich vollständig heilte. Sie müssen nicht den Rest Ihres Lebens mit diesem elenden Zustand leben.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**