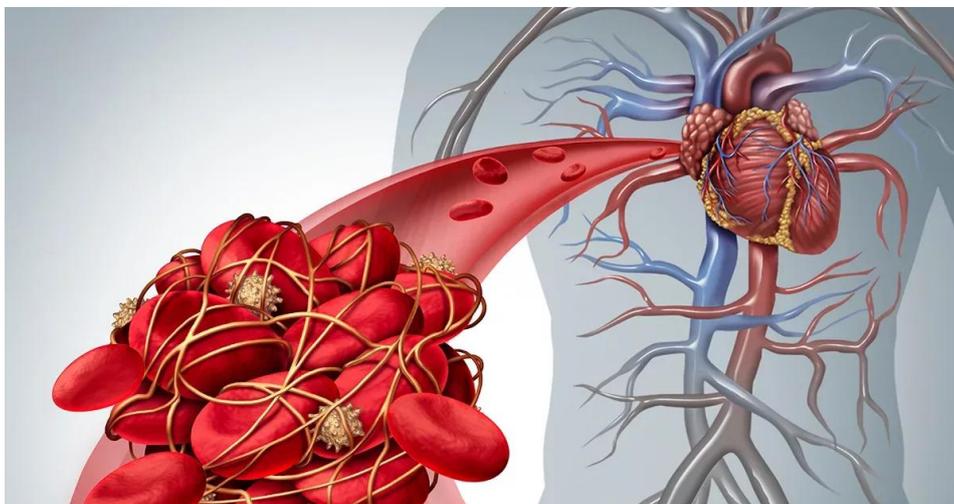




5 unglaubliche Hausmittel um Blutgerinnsel vorzubeugen

Blut ist der wichtigste Energieträger, den der Körper besitzt denn es hilft beim Transport von Nährstoffen zu den Zellen und sorgt für ein reibungsloses Ablauf des Systems, indem es die verschiedenen Organe des Körpers mit Sauerstoff versorgt. Manchmal können sich jedoch Blutgerinnsel bilden, die die Arterien verstopfen und die Versorgung der lebenswichtigen Organe mit Nährstoffen weiter blockieren können. Blutgerinnsel sind einfach eine Ansammlung roter Blutkörperchen, die sich an der Stelle einer Verletzung oder aufgrund einer bestimmten Erkrankung bilden. In einigen Fällen kann dies normal sein, da es übermäßige Blutungen im Körper stoppt. Übermäßige Blutgerinnung kann jedoch ein Zeichen für schwere …



Blut ist der wichtigste Energieträger, den der Körper besitzt denn es hilft beim Transport von Nährstoffen zu den Zellen und sorgt für ein reibungsloses Ablauf des Systems, indem es die verschiedenen Organe des Körpers mit Sauerstoff versorgt.

Manchmal können sich jedoch Blutgerinnsel bilden, die die

Arterien verstopfen und die Versorgung der lebenswichtigen Organe mit Nährstoffen weiter blockieren können. Blutgerinnsel sind einfach eine Ansammlung roter Blutkörperchen, die sich an der Stelle einer Verletzung oder aufgrund einer bestimmten Erkrankung bilden.

In einigen Fällen kann dies normal sein, da es übermäßige Blutungen im Körper stoppt. Übermäßige Blutgerinnung kann jedoch ein Zeichen für schwere Gesundheitsprobleme wie tiefe Venenthrombose sein.

Vereinfacht ausgedrückt, ist ein Blutgerinnsel eine Verstopfung eines gesunden Gefäßes, die zu verschiedenen Gesundheitsproblemen führen kann. Eine Masse roter Blutkörperchen verklumpt und stoppt den Blutfluss im Gefäß. Blutgerinnsel bilden sich nicht nur in einem Teil des Körpers, sondern können überall auftreten. Hier sind einige erstaunliche Hausmittel gegen Blutgerinnsel.

Blutgerinnsel-Symptome

Die Symptome eines Blutgerinnsels können davon abhängen, wo sich das Gerinnsel befindet. Hier sind die verschiedenen Symptome von Blutgerinnseln in verschiedenen Bereichen des Körpers

Herz

Schweregefühl und Schmerzen in der Brust, Schwitzen, Kurzatmigkeit und Unwohlsein im oberen Bereich des Körpers

Lunge

scharfe Schmerzen in der Brust, Herzrasen, Schwitzen, Aushusten von Blut und Kurzatmigkeit

Gliedmaßen

übermäßige Schmerzen, Schwellungen, Wärmegefühl im betroffenen Bereich und Krämpfe

Bauch

Bauchschmerzen, Durchfall und Erbrechen

Gehirn

Sehstörungen, Schwierigkeiten beim Sprechen, starke Kopfschmerzen und Schwindel

Blutgerinnsel-Ursachen

Blutgerinnsel können durch Plaquebildung in den Arterien, Bluthochdruck, Diabetes, Herzerkrankungen, Cholesterin, innere Verletzungen, Fettleibigkeit, Lebererkrankungen, Rauchen oder Anämie verursacht werden.

Blutgerinnsel - Hausmittel und natürliche Behandlung

Laut der Ernährungsberaterin und makrobiotischen Gesundheitsberaterin Shilpa Arora sollten Sie entzündungsfördernde Lebensmittel wie Weißbrot, Kuchen, Gebäck, Kekse, raffiniertes Öl und raffinierte Mehle meiden. All diese Lebensmittel neigen dazu, die Entzündung im Körper zu verschlimmern, was wiederum zu Blutgerinnseln führt.

Hier sind einige Hausmittel gegen Blutgerinnsel, die Sie vielleicht ausprobieren sollten

Kurkuma

Der in Kurkuma enthaltene Wirkstoff Curcumin wirkt auf die Blutplättchen, um Blutgerinnsel zu verhindern. Seine medizinischen Eigenschaften können auch bei der Heilung von

Schmerzen helfen, die durch die Bildung von Blutgerinnseln verursacht werden. Die bioaktiven Eigenschaften von Kurkuma werden auf verschiedene Komponenten zurückgeführt, die aus dem Rhizom isoliert werden. Kurkuma wirkt als antithrombotisches oder gerinnungshemmendes Mittel, das zahlreiche Faktoren moduliert, die bei der Gerinnselbildung helfen.

Knoblauch

Ernährungswissenschaftlerin Shilpa zufolge enthält Knoblauch Schwefelverbindungen, die dafür bekannt sind, dass sie Blutgerinnsel auflösen. Verzehren Sie eine rohe Knoblauchzehe am Morgen, um effektive Ergebnisse zu erzielen. Knoblauch wirkt auf die glatten Muskeln der Arterien und bewirkt, dass sie sich entspannen und erweitern, wodurch der Blutdruck gesenkt wird. Außerdem wirkt er blutverdünnend und beugt so der Bildung von Blutgerinnseln bei Patienten vor, die ein erhöhtes Risiko für Blutgerinnsel haben.

Cayennepfeffer

Cayennepfeffer ist ein natürlicher Blutverdünner und hat aufgrund der darin enthaltenen Salicylate eine effektive Wirkung auf den Körper. Die in Cayennepfeffer enthaltene Verbindung Capsaicin trägt zu einem reibungslosen Blutkreislauf bei und hilft, Blutgerinnsel zu verhindern. Die Verbindung hilft, arterienverengende Fettablagerungen zu beseitigen, und kann dazu beitragen, Arterien und Blutgefäße zu erweitern, um Gerinnsel und die damit verbundenen Schmerzen zu beseitigen.

Arjun ki Chhaal

Ernährungswissenschaftlerin Dr. Simran Saini vom Fortis Hospital zufolge ist Arjun ki chhaal oder Terminalia Arjuna ein sehr wirksamer natürlicher Blutverdünner. Alles, was Sie tun müssen, ist, Arjun ki chhaal (Rinde) in warmem Wasser einzuweichen und das Wasser jeden Morgen zu trinken. Arjun ki

chhaal fördert eine stärkere Kontraktion des Herzmuskels, so dass das Herz effizient arbeiten kann.

Leinsamen und Chiasamen

Diese winzigen Samen sind voller gesunder Omega-3-Fettsäuren, die zur Vorbeugung von Blutgerinnseln beitragen und die Durchblutung verbessern. Es heißt, dass Leinsamen die Blutplättchen, die an der Blutgerinnung beteiligten Blutzellen, weniger klebrig machen. Tatsächlich können diese Samen das Risiko einer Arterienverkalkung verringern. Chiasamen sind als natürliche Blutverdünner bekannt. Sie enthalten viele wichtige Nährstoffe, insbesondere Omega-3-Fettsäuren, die gut für das Herz sind.

Folgende Artikel können

Folgende Artikel können Ihnen ebenfalls weiterhelfen, da sie das gleiche Thema aus einem anderen Licht betrachten:

Themenverwandte Artikel:

[fu_postlist search='stuff' maxposts=10
search="Blutgerinnsel"]

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki