



Hausmittel für NIEDRIGEN BLUTDRUCK

Was ist niedriger Blutdruck? Niedriger Blutdruck (Hypotonie) ist der Druck des Blutes in den Arterien. Es tritt auf, wenn der Blutdruck ungewöhnlich niedrig ist. Der Blutdruck wird typischerweise als systolischer Druck (während das Herz schlägt) über dem diastolischen Druck (Zeit zwischen zwei Schlägen) aufgezeichnet. Ein konstanter Blutdruckwert von 90/60 mm Hg oder darunter gilt als niedriger Blutdruck. Bei Menschen mit niedrigem Blutdruck können Schwindel oder Ohnmachtsanfälle auftreten, wenn der Blutfluss zum Gehirn und anderen lebenswichtigen Organen unzureichend wird. Häufige Ursachen für niedrigen Blutdruck Dehydrierung (aufgrund von Schwitzen und/oder Durchfall) Medikamente (bei hohem Blutdruck oder anderen Behandlungen) Schwere Infektion Herzinfarkt Herzfehler …



Was ist niedriger Blutdruck?

Niedriger Blutdruck (Hypotonie) ist der Druck des Blutes in den Arterien. Es tritt auf, wenn der Blutdruck ungewöhnlich niedrig ist. Der Blutdruck wird typischerweise als systolischer Druck (während das Herz schlägt) über dem diastolischen Druck (Zeit zwischen zwei Schlägen) aufgezeichnet. Ein konstanter Blutdruckwert von 90/60 mm Hg oder darunter gilt als niedriger Blutdruck. Bei Menschen mit niedrigem Blutdruck können Schwindel oder Ohnmachtsanfälle auftreten, wenn der Blutfluss zum Gehirn und anderen lebenswichtigen Organen unzureichend wird.

Häufige Ursachen für niedrigen Blutdruck

- Dehydrierung (aufgrund von Schwitzen und/oder Durchfall)
- Medikamente (bei hohem Blutdruck oder anderen Behandlungen)
- Schwere Infektion
- Herzinfarkt
- Herzfehler
- Schwangerschaft
- Ohnmacht

Hausmittel gegen niedrigen Blutdruck

Tipp 1:

32 kleine Rosinen über Nacht in einer mit Wasser gefüllten Keramikschale einweichen. Kauen Sie sie morgens als erstes einzeln. Gut kauen und das Wasser auch trinken.

Tipp 2:

7 Mandeln über Nacht in Wasser einweichen. Schäle sie und mahle sie zu einer glatten Paste. Ein Glas Milch hinzugeben und aufkochen. Warm trinken.

Tipp 3:

**10-15 heilige Basilikumblätter (Tulsi)
zerdrücken und durch ein sauberes
Musselintuch passieren. Mit 1 TL Honig
mischen. Habe es morgens als erstes.**

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki