



ANANAS

Viele Indios nutzen die Ananas in ihren Rezepturen, um Entzündungen, Infektionen, Verdauungsbeschwerden und andere Erkrankungen zu behandeln. Außerdem entspanne sie die Muskeln. Für viele Naturvölker hat die Ananas deshalb einen enormen medizinischen Nutzen. Forscher führen diese Wirkungen auf das Enzym Bromelain in der Ananas zurück. Bromelain spaltet Eiweiße und könne somit zur Heilung von akuten und chronischen Entzündungen im Körper beitragen und die Durchblutung fördern.

WASSERMELONE

Nicht nur die männliche Potenz steigert sich dank der süßen Melone, sie kann auch Prostatakrebs vorbeugen . Auch bei einer Infektion der Prostata oder Blasenbeschwerden, kann der Verzehr von Wassermelone gegen die Entzündung helfen. Dem in Wassermelonen vorkommenden roten Farbstoff Lycopin wird eine vorbeugende Wirkung zugeschrieben.

DIE REGELMÄSSIGE KUR

Eine ganze Ananas und eine halbe Wassermelone im Blender zu einem Saft / Smoothie pürieren und die entstehenden ca 1.5 bis 2 Liter an einem Morgen trinken. Bei Beschwerden den Vorgang an 3-4 Tagen wiederholen. Achtung: Mann muss viel Wasser lassen – aber das ist hier gewollt ! Bauen Sie das regelmässig in ihren Ernährungsplan ein, damit Sie auf diese Weise Entzündungen bekämpfen und Erkrankungen des Urogenitaltrakts vorbeugen.