

## Рецепти с хималайска сол

С този вид сол се лекуват различни болестни състояния и кожни проблеми.

Хималайската сол подобрява метаболизма и подсилва имунната система, тъй като оказва антиоксидантна защита.

### *Приложение на хималайската сол у дома – рецепти при нужда*

#### **При запек:**

Нужен ви е еднопроцентов солен разтвор, който се приема сутрин на гладен стомах. Той е известен още като соле.

Изпива се една чаша, която събужда организма и активира по напълно естествен начин дейността на всички системи.

Макар механизмът да е съвсем простичък, той носи бързи и ефикасни резултати. По здравословен път бива освободен чревния тракт от токсични натрупвания и шлаки.

#### **При гъбички:**

Те се срещат най-често по краката. Провежда се терапия, която задължително съчетава външно и вътрешно приложение. Сутрин се поглъща солена вода (една чаша). Тя се приготвя с разреждане.

Вечерно време се извършват солени бани на краката. За близо 15 минути те се накисват в солен разтвор, като е нужно да се увеличи концентрацията. Стартира се с 10-процентно съдържание на сол и след броени дни се увеличава с 1-2 процента.

Тази тактика продължава до достигане на 26-процентор разтвор. Променя се храненето за максимален ефект от лечението. Не се приемат кисели храни, нито консервирани продукти.