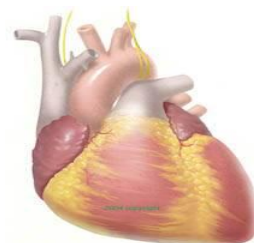


درمان طبیعی برای بازکردن رگ قلب



داروی بازکردن ورید قلب:

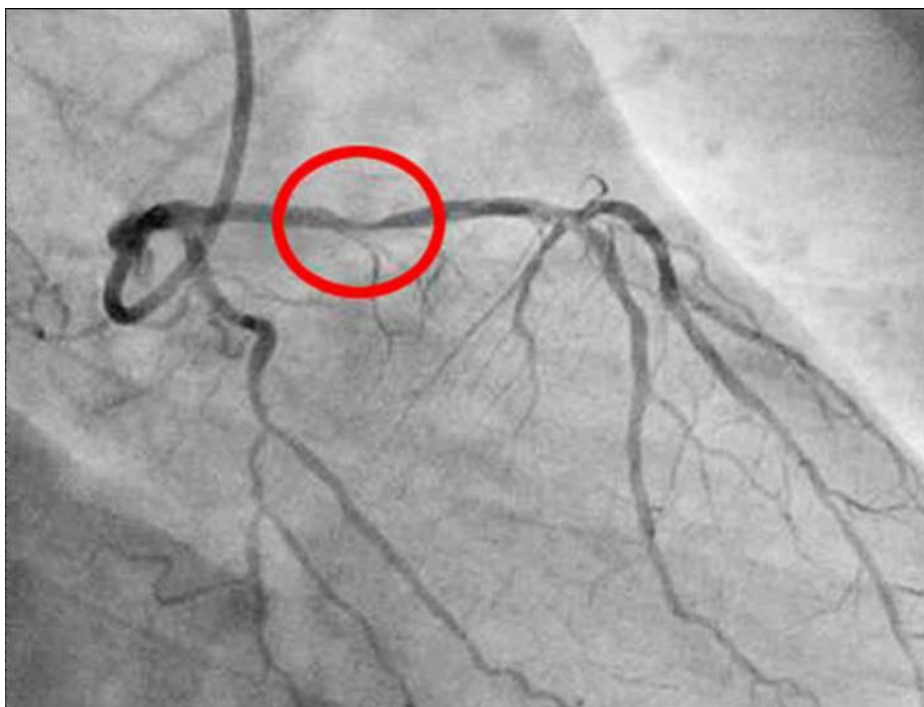
- | | |
|--------------|-------|
| ۱. آب لیمو | ۱ cup |
| ۲. آب زنجبیل | ۱ cup |
| ۳. آب سیر | ۱ cup |
| ۴. سرکه سیب | ۱ cup |

تمام موارد بالا را با هم مخلوط نمایید و به مدت نیم ساعت روی شعله ملایم بجوشانید. بعد از خنک شدن با سه فنجان عسل طبیعی مخلوط نمایید و در بطری نگهداری نمایید. هر روز صبح قبل از صبحانه یک قاشق غذا خودری به طور منظم مصرف نمایید. گرفتگی ورید شما بدون نیاز به هر گونه رگ انگاری یا بای پاس کردن باز خواهد شد.

این ایمیل از شخصی که در يك شرکت خدمات نرم افزاري کار مي کند دریافت گردیده است. همکاران عزیز، من در شرکت نرم افزار شهري بلور کار مي کنم. من مي خواهم در مورد واقعه اي که براي من اتفاق افتاد صحبت کنم به امید اینکه این امر سبب شود که شما آگاه تر شوید و در نتیجه سالیان طولانی تري زندگي کنید. در بعد از ظهر ۲۷ اکتبر من دچار يك حمله قلبی شدید شدم و سریعاً به بیمارستان منتقل شدم. بعد از رسیدن به بیمارستان، پزشك يك تست

که رگ انگاري نامیده مي شد تجویز کرد. این تست عموماً براي مشخص شدن جریان خون در عروق اصلي مورد استفاده قرار مي گیرد. وقتی که تست انجام شد. مشخص گردید که ۹۴ درصد گرفتگی در سرخرگ اصلي من وجود دارد.

لطفا تصویر داخل دایره قرمز را مشاهده کنید:



بر این اساس من میخوام سبک زندگی خودم که سبب این گرفتگی در عروق اصلی گردید توضیح دهم. لطفا نکات زیر را بخوانید و اگر این نکات در سبک زندگی شما نیز وجود دارد آن را تغییر دهید.

من بیش از ۱۰ سال بود که ورزش نمی کردم حتی سالیان سال است که ۳۰ دقیقه در روز نیز پیاده روی نکرده ام. زمان غذایی من عبارت بود از:

صبحانه (بعضی اوقات نیز نمیخوردم) ساعت ۱۱ صبح

ناهار ساعت ۳ تا ۴ بعد از ظهر

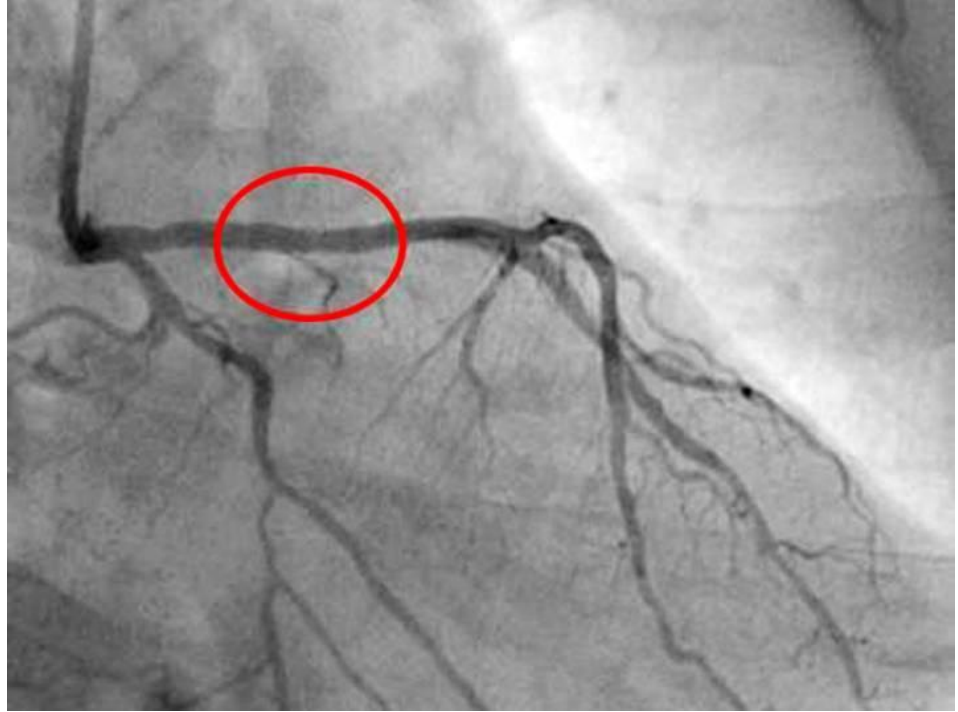
شام ساعت ۱۱ تا ۱۲ شب

در ساعات بسیار عجیب و غریبی می خوابیدم بین ساعت ۱۲ تا ۳ صبح می خوابیدم و بین ۹ تا ۱۰،۳۰ صبح بیدار می شدم. بعضی شبها نیز اصلاً خواب نمی برد.

سابقاً من بسیار وعده غذایی بزرگی می خوردم و این هم علتش فاصله زمانی زیاد بین ناهار و شام من بود. بیشتر اوقات سبزیجات استفاده نمی کردم و بیشتر وقتها دنبال خوشمزه ترین غذای غیر گیاهی در هتلهای شهر می گشتم. من هیچ علاقه ای به غذاهای گیاهی و سالم نداشتم.

علاوه بر آنها من سالیان سال است که پیوسته سیگار می کشیدم پدرم به خاطر مشکلات قلبی فوت کرد و پزشکان گفتند که مشکلات قلبی معمولاً ژنتیکی است. بمحض اینکه آنها متوجه گرفتگی رگ اصلی شدند. سریعاً رویه ای که آنژیو گفته میشد به همراه دو استنت انجام دادند. یعنی یک جسم خارجی در رگهای اصلی قلب جهت بازگشایی عروق قرار دادند.

لطفا عکس زیر را بعد از انجام فرایند ملاحظه کنید



من از دکتر یادگرفتم که ۶۰ درصد افراد قبل از رسیدن به بیمارستان فوت می کنند و ۲۰ درصد افراد نیز در فرایند ریکواری قلب فوت می کنند و تنها ۲۰ درصد زنده می مانند. من خیلی خوش شانس بودم که جزء ۲۰ درصد آخر بودم.

توصیه پزشک:

حتما حداقل ۴۵ دقیقه در روز ورزش نمایید. غذایان را در مناسبترین زمان میل نمایید. همانگونه که در زمان مدرسه رفتن انجام میدادید. وعده های غذایی را در مقدار کوچک و به دفعات استفاده نمایید. سعی کنید که از سبزیجات و غذاهای آب پز استفاده کنید و از غذاهای سرخ گردنی و چرب پرهیز نمایید. ماهی بهترین غذای غیر گیاهی است. روزی هشت ساعت بخوابید. این ۸ ساعت خواب باید قبل از طلوع خورشید تمام شده باشد. سیگار نکشید. ما نمیتوانیم از مشکلات ژنتیکی اجتناب کنیم ولی می توانیم با چکاپ منظم از آن دوری کنیم. راهی برای تخلیه استرس بیابید (یوگا، مدیتیشن و ...

تقاضا دارم که برای اجتناب از این وضعیت برنامه ریزی کنید و سبک زندگیان را تغییر دهید فقط با انجام چند نکته گفته شده در بالا- شرایط در دست خودتان است تا بتوانید به نفع خود تغییر دهید.