Очищение печени изюмом

Страница статьи: https://www.yournutrition.ru/articles/ochishenie-pecheni-izyumom/
Процедура очищения и детоксикации печени с помощью изюма является одной из эффективных методик оздоровления организма и избавления от хронических заболеваний, ведь именно общая зашлакованность организма мешает ему включить механизм самовосстановления, а также заметно снижает эффективность действия лекарств и рецептов народной медицины.

Методика очищения печени с помощью изюма:

Необходимо горсть изюма хорошо промыть и ошпарить кипятком, поместить в стакан залить охлажденной кипяченой водой, настаивать в течение суток при комнатной температуре.

По истечении суток, лучше всего, если это будет утро следующего дня, вы должны выпить настой и съесть горсть изюма.

Принимать целебное средство следует один-два раза в неделю в течение одного месяца.

Обратите внимание на то, что в течение этого месяца вам следует включить в свой рацион как можно больше свежих овощей и фруктов, особенно богатых клетчаткой (яблоки, бананы, апельсин, сухофрукты, морковь, свекла, капуста) и обильно пить простую чистую воду.