

## Помощь сосудам головного мозга



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/pomosh-sosudam-golovnogo-mozga/>  
Очищение сосудов головного мозга крайне полезно при нарушениях кровоснабжения шейного отдела позвоночника, остеохондрозе, после перенесенных травм, либо других болезнях, воздействующих на шейный отдел.

От этих нарушений страдает головной мозг, получающий недостаточное питание. Со временем организм адаптируется, однако, чтобы улучшить его работу не помешает привести в порядок сосуды шейного отдела.

Несколько несложных рецептов народной медицины.

1. Возьмите по одному стакану лукового сока и меда. Смешайте. Принимайте по 2 ч. ложки этой смеси 3 раза в день перед едой. Курс 3 месяца.

Данная смесь не только поможет головному мозгу, но и имеет дополнительные свойства, укрепляющие организм.

2. 10-граммовую горсточку корней лопуха насыпать в термос. С вечера залить кипятком и оставить до утра настояться. Каждое утро до еды процеживать и выпивать по 5, максимум 6, ст. ложек настоя. Курс 1,5-2 месяца. Затем сделать двухнедельный перерыв и еще раз повторить.

Данное лечение полезно проводить и в профилактических целях людям, которые много сидят в течение рабочего дня и в целом вынуждены вести сидячий образ жизни, но не имеют вышеуказанных травм или остеохондроза.

3. Старайтесь пить гранатовый сок он очень хорошо помогает, а также кушать больше ягод: калину, рябину, пить соки яблочные и морковные, и не забывать правильно питаться.