

Công Thức Trị Cảm Cúm Rất Hay

Xin chép lại đây 1 công thức tôi mới được biết và dùng qua, tuy rất đơn giản nhưng vô cùng hiệu quả để trị cảm, cúm, và những triệu chứng đi kèm như đau cổ, ho, nghẹt mũi, nóng lạnh (fever):

- a. 1/2 (nửa) tách nước trái táo hâm ấm (1/2 cup of warm apple juice)
- b. 2 Muỗng Canh dấm táo (2 Tablespoons of Organic & Unpasteurized Apple Cider Vinegar*)

Dùng từ 1 đến 3 lần trong 1 ngày. Vị ngon, rất dễ uống.



* Organic & **Unpasteurized** Apple Cider Vinegar mua ở các tiệm như Trader Joe's, hoặc health food như Whole Food markets etc.. Tôi đã dùng hiệu " Spectrum" mua ở tiệm health food. Không nên mua các dấm táo "thương mại" bán ở chợ supermarket thường vì loại dấm này đã bị pasteurized nên đã mất hết những chất liệu tốt của nó, không hiệu nghiệm và còn làm cho bị sốt ruột khi dùng.

Như 1 liều "thuốc thần", công thức trên đây đã giúp rất nhiều người chặn đứng bệnh cảm ngay khi bắt đầu cảm thấy bị đau cổ (sore throat), 1 triệu chứng của bệnh cảm đang bắt đầu. Nếu mới bắt đầu bị cảm thì chỉ cần dùng 1 hay nhiều lắm là 2 lần công thức bên trên là hết ngay các triệu chứng.

Nếu đã bị cảm vài ngày thì cần dùng 2, 3 lần hay hơn nếu cần, và cũng sẽ cảm thấy bình phục rất nhanh. Tức khắc trị được nghẹt mũi, ho ra đàm, v..v..

Thật ra lý do rất đơn giản, công thức trên đây giúp làm quân bình PH của máu và giúp cơ thể người bệnh trở nên quân bình hơn giữa acid và alkaline, khiến cho các vi khuẩn bệnh cảm bị tiêu trừ tức khắc, không thể sống sót lâu. Ngoài ra, công thức dấm táo thiên nhiên còn giúp hạ đàm cho người bị ho và nghẹt mũi .

Mến chúc các bạn trải qua 1 mùa đông khỏe mạnh !