

# Mật ong và quế có thể giúp trị được nhiều bệnh

Các nhà khoa học đã thừa nhận mật ong (honey) là một dược liệu rất hữu hiệu trong việc chữa trị đủ các loại bệnh tật. Mật ong có thể được sử dụng cho nhiều loại bệnh mà không sợ có bất cứ phản ứng phụ nào. Mặc dầu có vị ngọt, mật ong không gây nguy hại gì cho người bị tiểu đường nếu được dùng đúng liều lượng.

Quế được sử dụng làm gia vị trong nhiều nền ẩm thực các nước trên thế giới mang lại sự hấp dẫn cho món ăn. Ngoài ra quế cũng là một vị thuốc có giá trị được dùng phổ biến trong Đông y lẫn Tây y.



Trong tạp chí Weekly World News xuất bản tại Canada, chúng tôi thấy có giới thiệu danh sách những căn bệnh mà theo y học đông phương một hỗn hợp mật ong và quế có thể trị khỏi như trích dẫn dưới đây

## 1-Bệnh tim

Bạn hãy trộn mật ong với bột quế phết lên bánh mì thay cho mứt và ăn đều đặn mỗi ngày vào bữa điểm tâm, như vậy cholesterol trong máu sẽ giảm và bạn tránh được nguy cơ bị lên cơn đau tim. Những người đã bị lên cơn đau tim rồi thì rủi ro bệnh tái phát sẽ không còn. Ngoài ra hơi thở hết bị đứt đoạn cũng như tim đập mạnh hơn. Tại Hoa kỳ và Canada, nhiều viện dưỡng lão đã chữa trị cho người già bằng phương pháp cách này và đạt được kết quả tốt. Khi con người tới tuổi già thì các động và tĩnh mạch mất tính đàn hồi và bị nghẽn tắc và, chính hỗn hợp mật ong và quế đã giúp chúng hồi phục lại

## 2-Viêm khớp (arthritis)

Người bị bệnh viêm khớp có thể uống mỗi ngày hai lần, sáng và tối, một ly nước nóng có pha hai muỗng mật ong và một muỗng nhỏ bột quế. Nếu uống đều như vậy thì bệnh viêm khớp mạn tính cũng có thể chữa khỏi. Trong một nghiên cứu mới đây, Đại học Copenhagen đã phát hiện là những bệnh nhân uống một hỗn hợp (1 muỗng mật ong + nửa muỗng bột quế) mỗi ngày trước bữa điểm tâm thì trong vòng một tuần 73 trong số 200 bệnh nhân đã hoàn toàn khỏi bệnh và sau khoảng một tháng những bệnh nhân trước đó không bước đi hoặc không đi lại được có thể bắt đầu đi lại mà không đau đớn,

## 3-Nhiễm khuẩn bàng quang

Bệnh nhân hãy uống một ly nước ấm có pha hai muỗng bột quế và một muỗng mật ong, các mầm bệnh trong bàng quang sẽ bị tiêu diệt

## 4- Cholesterol

Pha 2 muỗng mật ong và 3 muỗng bột quế vào 16 ounces nước trà rồi cho bệnh nhân uống thì mức cholesterol trong máu sẽ giảm 10 phần trăm trong vòng hai tiếng. Đối với người bị viêm khớp thì nếu uống ba lần một ngày bệnh cholesterol mạn tính sẽ được chữa khỏi. Mật ong tinh khiết dùng mỗi ngày với thực phẩm có tác dụng tốt lên mức cholesterol trong máu.

## 5- Cảm lạnh

Người bị cảm lạnh nặng nên uống một ly nước ấm có pha một muỗng mật ong và ¼ muỗng bột quế mỗi ngày trong vòng ba ngày. Trong tiến trình này, bệnh ho mãn tính, cảm lạnh và nghẹt xoang mũi sẽ được chữa khỏi

## 6-Đau dạ dày

Mật ong và bột quế trị được bệnh đau bao tử và triệt tận gốc các vết loét bao tử (stomach ulcers)

## 7-Đầy hơi

Các nghiên cứu thực hiện tại Ấn và Nhật chứng tỏ là mật ong uống với bột quế có thể làm dạ dày hết đầy hơi

## 8- Hệ miễn dịch

Nếu hàng ngày đều uống mật ong trộn với bột quế thì hệ miễn dịch sẽ được tăng cường và cơ thể được bảo vệ chống vi khuẩn và vi-rút. Các nhà khoa học đã tìm thấy nhiều vitamin và sắt trong mật ong,

### **9- Khó tiêu**

Uống hai muỗng mật ong có rắc bột quế trước bữa ăn làm dạ dày bớt acid và giúp cho sự tiêu hóa các đồ ăn "nặng bụng"

### **10- Cúm**

Một khoa học gia Tây ban nha đã chứng tỏ là mật ong có một thành phần tự nhiên có thể giết các mầm bệnh cúm và giúp tránh được bệnh cúm

### **11- Sống thọ**

Trà làm với mật ong và bột quế ngăn chặn được sự tàn phá của tuổi già nếu uống hàng ngày. Nấu trà bằng cách lấy bốn muỗng mật ong, một muỗng bột quế và ba ly nước rồi đun sôi. Uống ba hay bốn lần một ngày, mỗi lần ¼ ly, như vậy da sẽ tươi mát và tuổi già sẽ chậm tới. Có thể sống tới 100 tuổi, và có sức khoẻ như trẻ 20.

### **12- Mun mủ (pimples)**

Trộn thành bột dẻo ba muỗng mật ong với một muỗng bột quế. Bôi bột dẻo này lên các mun mủ trước khi đi ngủ, sáng dậy rửa sạch bằng nước ấm. Làm như vậy mỗi ngày trong hai tuần bệnh sẽ được trị tận gốc

### **13- Nhiễm khuẩn da**

Trộn mật ong với bột quế với phần bằng nhau, rồi bôi lên chỗ da bị nhiễm thì có thể trị được viêm da eczema, nấm da ringworm, và các loại bệnh nhiễm khuẩn khác của da

### **14- Giảm cân**

Mỗi ngày, nửa giờ trước bữa điểm tâm lúc dạ dày còn trống và buổi tối trước khi đi ngủ, hãy uống mật ong và bột quế đun sôi với một "cup" nước. Nếu uống đều như vậy, ngay cả những người mập phì cũng sẽ giảm cân. Ngoài ra đối với những người ăn theo thực chế nhiều calori cũng không bị tụ mỡ trong cơ thể.

### **15- Ung thư**

Nghiên cứu mới đây tại Nhật và Úc phát hiện là hỗn hợp mật ong và bột quế có thể trị ung thư dạ dày và ung thư xương ở tình trạng quá phát triển. Bệnh nhân phải uống mỗi ngày một muỗng mật ong trộn với một muỗng bột quế trong một tháng, mỗi ngày ba lần

### **16- Mệt mỏi**

Nghiên cứu mới đây chứng tỏ là đường trong mật ong tốt cho sức khoẻ chứ không có hại. Người già, uống hỗn hợp đồng đều mật ong và bột quế mỗi ngày sẽ lanh lẹ hơn. Bác sĩ Milton cho biết nếu uống nửa muỗng mật ong pha trong nước có rắc thêm bột quế mỗi ngày sau khi đánh răng và khoảng 3 giờ chiều khi mà mà sinh khí trong cơ thể bắt đầu giảm thì người già sẽ tăng cường được sức sống trong vòng một tuần lễ

### **17- Miệng hôi**

Người dân Nam Phi châu mỗi sáng đều súc miệng với nước nóng có pha một muỗng nhỏ mật ong và bột quế để cho hơi thở được thơm tho mát mẻ suốt ngày

### **18- Lãng tai**

Uống hỗn hợp đồng đều mật ong và bột quế mỗi ngày, sáng và tối, thì thính giác sẽ được hồi phục.

Xem thêm:

<http://www.benefits-of-honey.com/honey-and-cinnamon.html>

It is found that mixture of honey and cinnamon cures most of the diseases. Honey is produced in most of the countries of the world. Scientists of today also accept honey as a "Ram Ban" (very effective) medicine for all kinds of diseases.

Honey can be used without any side effects for any kind of diseases. Today's science says that even though honey is sweet, if taken in the right dosage as a medicine, it does not harm diabetic patients.

Weekly World News, a magazine in Canada, in its issue dated 17 January, 1995 has given the following list of diseases that can be cured by honey and cinnamon as researched by western scientists.

**HEART DISEASES:** Make a paste of honey and cinnamon powder, apply on bread, chapatti, or other bread, instead of jelly and jam and eat it regularly for breakfast. It reduces the cholesterol in the arteries and saves the patient from heart attack. Also those who already had an attack, if they do this process daily, are kept miles away from the next attack. Regular use of the above process relieves loss of breath and strengthens the heart beat. In America and Canada, various nursing homes have treated patients successfully and have found that as you age, the arteries and veins lose their flexibility and get clogged; honey and cinnamon revitalizes the arteries and veins.

**BLADDER INFECTIONS:** Take two tablespoons of cinnamon powder and one teaspoon of honey in a glass of lukewarm water and drink it. It destroys the germs in the bladder.

**TOOTHACHE:** Make a paste of one teaspoon of cinnamon powder and five teaspoons of honey and apply on the aching tooth. This may be applied three times a day until the tooth stops aching.

**CHOLESTEROL:** Two tablespoons of honey and three teaspoons of cinnamon powder mixed in 16 ounces of tea water, given to a cholesterol patient, was found to reduce the level of cholesterol in the blood by 10% within 2 hours. As mentioned for arthritic patients, if taken 3 times a day, any chronic cholesterol is cured. As per information received in the said journal, pure honey taken with food daily relieves complaints of cholesterol.

**COLDS:** Those suffering from common or severe colds should take one tablespoon lukewarm honey with 1/4 teaspoon cinnamon powder daily for 3 days. This process will cure most chronic cough, cold and clear the sinuses.

**UPSET STOMACH:** Honey taken with cinnamon powder cures stomach ache and also clears stomach ulcers from the root.

**GAS:** According to the studies done in India & Japan, it is revealed that if honey is taken with cinnamon powder the stomach is relieved of gas.

**IMMUNE SYSTEM:** Daily use of honey and cinnamon powder strengthens the immune system and protects the body from bacteria and viral attacks. Scientists have found that honey has various vitamins and iron in large amounts. Constant use of honey strengthens the white blood corpuscles to fight bacteria and viral diseases.

**INDIGESTION:** Cinnamon powder sprinkled on two tablespoons of honey taken before food, relieves acidity and digests the heaviest of meals.

**INFLUENZA:** A scientist in Spain has proved that honey contains a natural ingredient which kills the influenza germs and saves the patient from flu.

**LONGEVITY:** Tea made with honey and cinnamon powder, when taken regularly, arrests the ravages of old age. Take 4 teaspoons of honey, 1 teaspoon of cinnamon powder and 3 cups of water and boil to make like tea. Drink 1/4 cup, 3 to 4 times a day. It keeps the skin fresh and soft and arrests old age.

**PIMPLES:** Mix three tablespoons of honey and one teaspoon of cinnamon to make a powder paste. Apply this paste on the pimples before sleeping and wash it next morning with warm water. If done daily for two weeks, it removes pimples from the root.

**SKIN INFECTIONS:** Apply honey and cinnamon powder in equal parts on the affected parts to cure eczema, ringworm and all types of skin infections.

**WEIGHT LOSS:** Daily in the morning 1/2 hour before breakfast on an empty stomach and at night before sleeping, drink honey and cinnamon powder boiled in one cup water. If taken regularly, it reduces the weight of even the most obese person. Also, drinking this mixture regularly does not allow the fat to accumulate in the body even though the person may eat a high calorie diet.

**CANCER:** Recent research in Japan and Australia has revealed that advanced cancer of the stomach and bones have been cured successfully. Patients suffering from these kinds of cancer should daily take one tablespoon of honey with one teaspoon of cinnamon powder for one month <NOBR>3 times</NOBR> a day.

**FATIGUE:** Recent studies have shown that the sugar content of honey is more helpful rather than being detrimental to the strength of the body. Senior citizens who take honey and cinnamon powder in equal parts are more alert and flexible. Dr. Milton who has done research says that a half tablespoon honey taken in a glass of water and sprinkled with cinnamon powder, taken daily after brushing your teeth and in the afternoon at about 3:00 p.m. When the vitality of the body starts to decrease, increases the vitality of the body within a week.

**BAD BREATH:** People of South America first thing in the morning gargle with one teaspoon of honey and cinnamon powder mixed in hot water, so their breath stays fresh throughout the day.