

## แนะเคล็ดลับ...4 วิธีง่ายๆ...ต่อสู้กับมะเร็ง

นำเสนอเมื่อ : 19 ส.ค. 2552

โรคมะเร็งเป็นโรคที่น่ากลัวและอันตราย จึงมีผู้คิดค้นหาวิธีการต่อสู้ ป้องกัน และรักษามะเร็งมากมาย ที่นำมาเล่าสู่กันฟังก็ได้รับการยืนยันว่าได้ผล เลยนำเอามาบอกต่อ วิธีการรักษามะเร็ง แบบธรรมชาติง่ายๆ มี 4 ข้อ ดังนี้

**1.จิตใจ ต้องสู้** อย่ายอมแพ้กับโรคมะเร็ง

**2.อาหาร งดเว้นเนื้อสัตว์** (ปลารับประทานได้) แล้วหันมารับประทานอาหารที่มะเร็งไม่รับประทาน 15 ชนิด ได้แก่

**2.1 ธัญพืช 5 ชนิด** ได้แก่ ข้าวกล้อง, ข้าวมัน, ข้าวบาเลย์, ข้าวสาลี, และลูกเดือย  
นำมาหุงด้วยหม้อข้าวไฟฟ้า

**2.2 ผักผลไม้ 10 ชนิด** ได้แก่ หอมหัวใหญ่, มันฝรั่ง, หรือมันเทศ, กล้วยน้ำว้าสุก, (8 ลูก/วัน), พักทอง, ข้าวโพดหวาน, ยอดแค, ถั่วพู (2 ชนิดนี้ห้ามขาด), บลอคโคลี่ หรือกะหล่ำ ดอก, ถั่วหวาน และคะน้าฮ่องกง (ผักผลไม้ 5 ชนิดแรกใช้หนึ่ง) นำทั้ง 10

ชนิด หั่นเป็นชิ้นๆ นำมาเข้าเครื่องปั่นแบบไม่ต้องละเอียดมาก เพื่อให้กระเพาะอาหารทำหน้าที่ย่อย จากนั้นนำมารับประทานหนัก 1 กก./วันกับธัญพืช

**3. อาบน้ำร้อนสลับเย็นหรือเย็นสลับร้อน** อย่างละ 2 นาที รวมเวลา 10 นาที 1 ครั้ง/วัน เตรียมน้ำร้อน โดยใช้เครื่องทำน้ำร้อน เตรียมน้ำเย็นโดยหาถังน้ำใส่น้ำแข็ง แล้วอาบร้อนจัดและเย็นจัด เท่าที่ร่างกายทนได้ ภูมิต้านทานโรคทั้งสิ้น 2 จำพวก จะถูกกระตุ้นขึ้นมาทำหน้าที่อย่างเข้มข้น

**4. การออกกำลังกาย** เดินเร็วหรือวิ่งเหยาะๆ ประมาณ 45 นาที/วัน

ง่ายไหม...ช่วยแนะนำและบอกต่อเพื่อเป็นวิทยาทานด้วยค่ะ