

## เครื่องต้มล้างพิษในลำไส้.....ลดหน้าท้อง

นำเสนอเมื่อ : 10 ต.ค. 2552

ไขมันที่เกาะในผนังลำไส้ กระเพาะอาหารตับม้ามให้ดูดซึมบกพร่องเป็นเหตุให้เกิด โรคต่างๆ  
วันนี้เรามีสูตรเด็ดเคล็ดลับในการกำจัดเอาไขมันกวนใจมาบอกกันค่ะ

### \*\* เครื่องปรุง\*\*

1. โยเกิร์ต ครึ่งถ้วย 2. นมสด 1 ถ้วย 3. น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ 4. มะนาว 1 ลูก



### \*\* วิธีทำ\*\*

นำเครื่องปรุงทั้งหมดผสมให้เข้ากันชิมรสตามใจชอบ

### \*\* วิธีการดื่ม\*\*

ต้องดื่มตอนเช้า มือเดียวก่อนอาหารเช้า มืออื่นไม่เห็นผล มะนาวก็ควรบีบแล้วกินทันที  
เพื่อรักษาคุณสมบัติวิตามินซีไว้ และควรดื่มหน้าตาม 1-2 แก้ว จะเห็นผลดียิ่งขึ้น

### \*\* สรรพคุณ\*\*

ไม่ไช่ยาลดน้ำหนักโดยตรง แต่จะปรับธาตุ ล้างพิษในลำไส้ ล้างไขมัน กินวันแรกๆ จะ  
เห็นเลยว่าอุจจาระจะเป็นสีดำ และโลลมใน กระเพาะดีมาก ระยะต่อมา  
เมื่อลำไส้และกระเพาะอาหารในร่างกายปรับตัวได้กับอาหารที่กินแล้วจะเข้าสู่ ภาวะปกติ แต่ต่อมากจะมี  
ความรู้สึกว่าหน้าท้องยุบลงไปเรื่อยๆกินทุกเช้าติดต่อกันทุกวัน

### \*\* โทษของไขมัน\*\*

ไขมันที่เกาะในผนังลำไส้ กระเพาะอาหารตับม้ามให้ดูดซึมบกพร่องเป็นเหตุให้เกิดโรคต่างๆ ดังนี้

1. ุงหน้าดี ทำให้นอนไม่หลับ อารมณ์ฉุนเฉียว หัวใจโต สายตาเสื่อม ปวดเมื่อยตามร่างกาย
2. เลือดเลี้ยงสมองไม่พอ ทำให้มีศีรษะ
3. ไตเสื่อม ทำให้ความจำลดลงและเป็นคนขี้หนาว
4. ม้ามขึ้น ทำให้อาหารที่กินเข้าไปแปรสภาพเป็นไขมันเป็นผลทำให้อ้วนง่าย
5. ม้ามโต ทำให้เหนื่อยง่ายเพราะม้ามไปเบียดปอด
6. ถ้าไขมันเกาะลำไส้เล็กมากๆ จะทำให้ลำไส้เล็กไม่สามารถดูดซึมวิตามินซีได้  
เป็นผลทำให้เป็นหวัดในตอนเช้าหรือหวัด เรื้อรัง กลืนปัสสาวะไม่อยู่ เกิดโรคภูมิแพ้
7. ถ้าไขมันในตับสูง การสร้างเม็ดเลือดจะลำบาก ฉะนั้นการดื่มตามสูตรนี้ นอกจากช่วยลดหน้าท้อง  
ยังส่งผลให้อาการป่วยทั้ง 7 ประการนี้หายไป ด้วย