5 Ιανουαρίου 2017

Γαστρίτιδα: Το απόλυτο ρόφημα για άμεση ανακούφιση

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





Η γαστρίτιδα είναι η φλεγμονή της βλεννογόνου, του εσωτερικού χιτώνα του στομαχιού.

Δεν αποτελεί ασθένεια αλλά μια κατάσταση που σχετίζεται με διάφορους παράγοντες που ερεθίζουν και προκαλούν φλεγμονή της βλεννογόνου του στομαχιού.
Τέτοιοι είναι το αλκοόλ, μολύνσεις με βακτηρίδια (π.χ. ελικοβακτηρίδιο του πυλωρού), το υπερβολικό στρες, η παλινδρόμηση κλπ.
Τα συχνότερα συμπτώματα της γαστρίτιδας είναι:
– Πόνος και δυσφορία στην κοιλιά
– Δυσπεψία
– Λόξυγκας και ρέψιμο
– Καούρες
– Ναυτία και εμετός

Αντιμετώπιση

Ένα από τα πιο δραστικά αφεψήματα που υπάρχουν για την αντιμετώπιση της γαστρίτιδας είναι η γλυκόριζα.
Το βότανο αυτό παράγει μια βλέννα στο στομάχι, η οποία επικάθεται στα τοιχώματά του, περιορίζοντας τις εκκρίσεις των οξέων.
Για να το παρασκευάσετε θα αναμείξετε σε 1/2 λίτρο βραστό νερό μία κουταλιά της σούπας γλυκόριζα σε μορφή σκόνης, θα την αφήσετε για 10 λεπτά και ύστερα

θα τη σουρώσετε.
Πίνετε αυτό το τσάι κρύο, 2-3 φορές τη μέρα πριν από τα γεύματα.
Προσοχή: Η γλυκόριζα είναι απαγορευτική για τους υπερτασικούς.

Πηγή: onmed.gr