

Kutibu shinikizo la chini la damu kwa kutumia maji chumvi

By SW - Melkisedeck Shine · April 10, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Kunywa Maji yenye chumvi husaidia kutibu shinikizo la chini la damu sababu sodiamu iliyomo kwenye chumvi hupandisha juu shinikizo la damu. Usizidishe dawa hii kwa sababu chumvi nyingi kuzidi ina madhara kiafya.

Matumizi:

Changanya nusu kijiko cha chai cha chumvi ndani ya maji glasi moja (robo lita) na unywe mchanganyiko huu mara 1 au 2 kwa siku

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=24831>