

**معجزه خوردن یک حبه سیر با معده خالی**

این مرد به مدت 2 ماه هر روز به صورت ناشتا یک حبه سیر می‌خورد و پس از مدتی از نتایج آن به حیرت آمد.



این مرد به مدت 2 ماه هر روز به صورت ناشتا یک حبه سیر می‌خورد و پس از مدتی از نتایج آن به حیرت آمد.

به گزارش جام جم سرا ، از زمان گذشته همواره گفته شده است که سیر خواص دارویی و پزشکی فراوانی دارد و آنتی‌بیوتیکی بسیار قوی محسوب می‌شود که سرشار از آنتی‌اکسیدان است و با بسیاری از بیماری‌ها و عفونت‌ها مبارزه می‌کند. بهترین زمان برای مصرف این ماده مفید صبح و با شکم خالی است.

این مرد که به مدت 2 ماه به طور ناشتا هر روز صبح با شکم خالی یک حبه سیر می‌خورد، بعد از دو ماه متوجه شد که عفونت‌های باکتریایی و قارچی موجود در بدن او بهبود یافته است. پزشکان بعد از معاینه او به این نتیجه رسیدند که سیستم ایمنی بدن او در چند هفته گذشته به صورت چشمگیری تقویت شده بود.

گفته می‌شود که سیر را به صورت ناشتا میل کنید تا مواد مغذی موجود در آن بتواند به بهترین شکل به بدنتان جذب شود.

سیر سبب کاهش فشار خون می‌شود و می‌توان آن را بهترین دارو برای کاهش فشار خون در نظر گرفت که هیچ اثر جانبی بر سلامتی ندارد.

از طرف دیگر سیر از تورم و التهاب جلوگیری می‌کند و بهترین دارو برای افرادی است که از آرتروز و التهاب‌های مفصلی رنج می‌برند.

نتایج مطالعات متعددی نشان داده است که خوردن سیر به طور ناشتا می‌تواند دردهای مفصلی و دردهای ناشی از آرتروز را به طور چشمگیری کاهش دهد.

منبع: Family Health Freedom Network