

8 درمان خانگی برای دفع سنگ کلیه

سنگ کلیه زمانی رخ می دهد که کلیه ها دیگر قادر به پردازش سموم از بدن به طور موثر نیستند. این عارضه با درد و انسداد در جریان ادرار خود را نشان می دهد.



سنگ کلیه زمانی رخ می دهد که کلیه ها دیگر قادر به پردازش سموم از بدن به طور موثر نیستند. این عارضه با درد و انسداد در جریان ادرار خود را نشان می دهد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از آوای سلامت ،در اینجا درمان های طبیعی و ساده خانگی برای کمک به تسکین درد و و ناراحتی ناشی از سنگ کلیه و سرعت بخشیدن به روند درمان طبیعی بدن بیشتر معرفی شده است:

نوشیدن آب لیمو: یک راه کار ساده، موثر و در عین حال ارزان قیمت برای درمان سنگ کلیه و کاهش درد ناشی از آن، مصرف آب مرکبات بویژه آب لیموست که راه حلی کارآمد و امیدبخش برای این بیماران است.

برگ توت فرنگی: برگ توت فرنگی می تواند به درمان سنگ کلیه کمک کند. افرادی که به سنگ کلیه مبتلا هستند می توانند 40 گرم از برگ توت فرنگی را با یک لیتر آب به مدت 3 تا 4 دقیقه بجوشانند. سپس، این محلول را هر 5 ساعت یک بار بنوشند.

ریشه قاصدک: این گیاه پاک کننده کلیه است و مصرف آن به میزان 500 میلی گرم دو بار در روز می تواند برای دفع سنگ کلیه بسیار مفید باشد. ریشه قاصدک از صدها سال پیش به عنوان روشی درمانی برای دفع سنگ کلیه به کار رفته است.

لوبیا: لوبیا سرشار از پتاسیم و یک درمان خانگی موثر برای سنگ کلسیه است. به گفته متخصصان 60 گرم لوبیا قرمز باید برای 6 ساعت در آب گرم جوشانده شود. این آب را باید از صافی رد کنید و اجازه بدهید مایع به دست آمده برای 8 ساعت خنک شود. به مدت یک روز و هر دو ساعت یک بار می توان یک لیوان از این مایع نوشید و آنهم برای کاهش درد و وخامت سنگ کلیه.

چای ریحان: چای ریحان و به طور کلی ریحان از جمله سبزی های مفیدی است که مصرف آن به طور روزانه سلامت کلیه ها را تضمین می کند. در صورت ابتلا به سنگ کلیه می توانید طی شش ماه، هر روز یک قاشق چایخوری آب ریحان را با عسل مخلوط و میل کنید. این ترکیب به دفع سریع تر و آسان تر سنگ کمک می کند.

انار: همیشه شنیده ایم انار فواید زیادی برای سلامت دارد ولی هسته ها و آب آن به عنوان یک درمان طبیعی برای دفع سنگ های کلیوی به شمار می رود. دلیل آن هم ویژگی ترش و قابض بودن آن است که کلیه ها را شست و شو داده و به دفع راحت تر سنگ کمک می کند.

منیزیم: مطالعات نشان می دهد که مردم با سنگ های راجعه کلیوی هنگامی که مکمل های کلسیم را دریافت می کنند، نرخ بهبودشان به 92.3 درصد می رسد. دریافت روزانه 300 میلی گرم منیزیم برای پیشگیری و کاهش علائم سنگ کلیه توصیه می شود.

کرفس: افرادی که به سنگ کلیه مبتلا هستند می توانند نصف فنجان آب کرفس را قبل از هر وعده غذایی بنوشند.

منبع: <http://blogs.naturalnews.com/>