

LEKOVITI CRNI KIM

Biljka za koju kažu da "leči sve osim smrti" sigurno je posebna među lekovitim biljem, a njeno ulje pomaže kod više od 200 bolesti

Crni kim (*Nigella Sativa*) je jedna od najlekovitijih biljaka na svetu! Čak su i naši preci bili svesni toga, pa se ona pominje u Bibliji, njeno seme je pronađeno u grobnici faraona Tutankamona, a prorok Muhamed je za ovu biljku rekao da "leči sve osim smrti"!

Lista bolesti i tegoba kod kojih crni kim može da pomogne je podugačka, a takođe je podugačka i lista aktivnih sastojaka koji se u njemu nalaze. Te aktivne supstance se najbolje čuvaju u obliku ulja, a od crnog kima se mogu praviti i kapsule.

Ulje sadrži:

- Omega 3 i omega 6 masne kiseline
- Kalcijum, gvožđe, fosfor, cink i bakar
- Timohinon – fitohemikalija koja se koristi čak i u lečenju epilepsije kod dece
- Vitamine B1, B2 i B3
- Stearinska, oleinska, linoleinska, miristinska, palmitinska i palmitoleinska kiselina
- Folna kiselina...



Imunitet i autoimune bolesti

Ulje crnog kima je nezamenljivo u tretiranju autoimunih bolesti poput psorijaze, lupusa, alergija, astme i drugih.

Autoimune bolesti su veoma nezgodne, jer ne postoji konkretan uzrok na koji bi moglo da se utiče lekovima, već su to bolesti gde se organizam, na neki način, “okreće sam protiv sebe”. Stvar je u tome da imunitet burno reaguje i počinje da se brani od supstanci koje ga uopšte ne ugrožavaju, kao što je slučaj kod alergija, gde se organizam brani od polenskog praha, iako ga on ni na koji način ne ugrožava. Imuni sistem tada bukvalno “podivlja” bez razloga i uništava sam sebe.

Za autoimune bolesti nema nekog “pravog rešenja”, zato se treba posvetiti sebi i raditi na podizanju svog imuniteta, a ulje crnog kima je nezamenljivo sredstvo u toj borbi.



Bolesti kod kojih pomaže:

- Multipla skleroza i reumatoidni artritis
- Bronhitis, kašalj, upala pluća, upala sinusa
- Bolovi u mišićima i zglobovima
- Stomačne tegobe, bol u želucu i crevima, uništava crevne gljivice, sprečava proliv, čisti jetru i oslobađa nadutosti
- Pomaže kod nesanice, depresije, anksioznosti...

- Poboljšava cirkulaciju, smanjuje proširene vene
- Tretira kožne bolesti – akne, suhu kožu, smanjuje perut, regeneriše kožu i smanjuje bore, a sprečava i opadanje kose
- Snižava nivo lošeg (LDL) holesterola i pomaže kod dijabetesa

Ako se pitate kako to da jedna biljka ima toliko širok spektar povoljnog uticaja na zdravlje, niste jedini. Mnogi su se pitali to isto, pa je zbog toga i sprovedeno više stotina istraživanja i svako od njih je samo potvrdilo pozitivno dejstvo ulja crnog kima.



Upotreba:

Kad su u pitanju alergije, najbolje je uzimati ulje preventivno, 8 do 12 nedelja pre nego što će se pojaviti polen na koji ste alergični. Tada se uzima po 25 kapi, 2 puta dnevno. Kada se polen pojavi, dodajte još jednu dozu, dakle 3 puta dnevno po 25 kapi.

Ako ste zdravi i želite da pijete ulje crnog kima preventivno, dovoljna je jedna doza od 25 kapi dnevno, a ako tretirate neku bolest, onda 3 puta po 25 kapi dnevno.

NAPOMENA: Osetljivi ljudi mogu osetiti kontraindikacije i u tom slučaju treba da prestanu sa uzimanjem ulja, a trudnice i deca do 3 godine ne bi trebalo da uzimaju ulje crnog kima. Ako vam se svideo ovaj članak, lajkujte stranicu “Granum” na Fejsbuku i upoznajte se i s drugim organskim proizvodima koji mogu poboljšati vaše zdravlje.