

Matumizi ya Mrehani (basil) kutibu presha ya kushuka

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

Hii ni dawa nzuri ya kutibu shinikizo la chini la damu sababu ya kuwa na kiasi kingi cha vitamini C, magnesiamu na potasiamu, vilevile dawa hii husaidia kuweka sawa akili na kuondoa msongo wa mawazo (stress).

Matumizi

Vile vile unaweza kutafuna tu moja kwa moja majani kadhaa ya mrehani kila siku asubuhi.

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=24868>