

Mchanganyiko wa asali na mdalasini una faida hizi

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 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

Mchanganyiko wa mdalasini na asali unasaidia katika mambo ya aiana tofauti tofauti kama ifutavto:

Kuvu au fungus miguuni

Changanya kijiko kimoja cha asali, vijiko viwili vya mdalasini na upake kwenye sehemu zilizoathirika usiku kwa muda wa nusu saa, kisha safisha kwa sabuni na maji fufutende.

Maumivu ya jino

Changanya vijiko viwili vya asali na kijiko kimoja cha mdalasini na utumia kukupunguzia maumivu ya jino.

Mafua

Tumia kijiko kimoja cha asali iliyochanganywa na robo kijiko cha mdalasini, mchanganyiko huu husaidia kuondoa chafya na kuvimba kwa koo.

Tumbo kusokota

Asali imetambuliwa kwa kipindi kirefu kwamba ni dawa ifaayo kuondoa kadhia ya tumbo kuchafuka. Unachohitaji kufanya ni kuongeza kiasi kidogo cha mdalasini kwenye asali na uchanganye kisha uongeze maji kikombe kimoja na unywe mchanganyiko huu.

Ugonjwa wa viungo

Tumia mchanganyiko wa kijiko kimoja cha asali, vijiko viwili vya maji ya ufufutende na kijiko 1 cha mdalasini na upake kwenye sehemu zilizoathirika.

Kukatika kwa nywele

Changanya asali, mdalasini na mafuta ya mizeituni kisha upake mchanganyiko huo kichwani na uache kwa dakika 15 kabla ya kuosha nywele zako.