**Sezamová kůra**

Léčím se s TČM a abych léčbě napomohla, začala jsem si přidávat 3 x denně do jídla sezamový olej (1 lžičku) a sezamová semínka/mouku. V tomto případě chci zázračnou moc sezamu použít při boji proti virům a plísním v organismu, dále k očistě a podpoře ledvin a jater.

 Vlastně mám z této kůry radost (ikdyž bych jí radši nepotřebovala☺), protože se vždy těším na tu příjemnou chuť sezamového oleje.

Zaměřit tuto kůru můžete také na stabilizaci hladiny cukru v krvi, úpravu cholesterolu a krevního tlaku. Pokud si chcete pořídit miminko, tak na podporu tvorby spermií a ovulaci. Také jí můžete užívat za účelem zklidnění nervového systému, proti stresu a při poruchách spánku. Zkuste jí v případě, že trpíte na migrény a chronické bolesti hlavy. Umí Vám pomoci i v případě problémů s trávením a při chronických poruchách metabolizmu.

Je jasné, že každý je jiný a každému tedy pomůže něco jiného, ale nejlepší na této kůře je, že je vyloženě příjemná, nemá žádné vedlejší nežádoucí účinky a Vašemu tělu může jedině prospět.

A pokud se cítíte zcela zdraví, což Vám moc přeju, jistě oceníte schopnost sezamu podpořit pamět, činnost štítné žlázy, imunitu a ochranu před rakovinným bujením.

