**[Kako se rešiti bolečin v hrbtu, zglobih in nogah ﻿v sedmih dneh?](http://www.ognjic-logatec.si/uporabni-nasveti/kako-se-resiti-bolecin-v-hrbtu-zglobih-in-nogah-v-sedmih-dneh)**

**Ta recept je res -čudež!**  
  
Dolgo časa nazaj sem prebral nasvet od enega vojaškega zdravnika o tem, kako ohraniti svoje sklepe v dobrem stanju in hkrati odpraviti veliko težav, povezanih z njimi. Preveril sem to na sebi, mojih prijateljih in se prepričal, da ta recept zares deluje, da je  - čudež!  
Ta recept bom podelil z vami, ki imate bolečine v sklepih, hrbtu, nogah, vratu, itd..  
  
**Recept se glasi tako:**  
 Kupite v katerikoli trgovini 150 g katerekoli jedilne želatine (150 g - za zdravljenje, za mesec dni).  
 Zvečer damo 5 g želatine (dve ravni čajni žlički), v četrt kozarca hladne (iz hladilnika) vode.  
 Premešamo in pustimo stati do jutra (zunaj hladilnika).  
 Želatina bo nabreknila in se bo spremenila čez noč v žele.

Zjutraj popijte zmes na prazen želodec. Lahko dodate sok, vodo pomešano z medom ali zmes pomešajte z jogurtom ali s kislim mlekom. Ali na kakršen koli drug način, ki vam je všeč.  
  
Deluje tako, da ljudje, ki so se pritoževali na bolečine v sklepih, hrbtu, nogah, hrbtenici, vratu, itd,  jih po enem tednu več ne občutijo!  
  
Zdravljenje poteka en mesec. Ponovite ga čez šest mesecev. To je način za ponovno vzpostavitev "mazanja" sklepov . Od zdravih sklepov je odvisno tudi normalno delovanje številnih organov, saj je vse v našem telesu povezano.  
  
Edini "ne" – je to, ker mnogi tega ne verjamejo. Draga zdravila proti bolečinam polna kemije so za nekoga edina rešitev  in tako "primitivno" nezahtevno zdravljenje ne vliva zaupanja.  
  
**Zakaj je želatina tako koristna za sklepe?**  
  
Želatina -proizvod živalskega izvora, se pridobiva pri predelavi veznega tkiva velike rogate živali - tetiv, kosti, hrustanca, je v stvari kolagen v najčistejši obliki. Pozitivno deluje na stanje notranjih vlaken in manjših sestavov. V sebi vsebuje dve aminokisline: *prolin in hidrosiprolin,* ki imajo pozitiven vpliv na obnovo vezivnega tkiva. Želatina je sposobna povečati rast in obnovo veznega tkiva, kar je zelo pomembno pri obolelih sklepih.

**Želatina je koristen izdelek izjemne kakovosti za izboljšanje zdravja**   
  
    - Krepi sklepe in srčno mišico  
    - Izboljša presnovo  
    - Poveča mentalne sposobnosti  
    - Ohrani zdravo stanje kože  
    - Daje elastičnost in moč tetivam in vezem  
    - Preprečuje razvoj osteoporoze in osteoartritisa  
    - Vodi k večji rasti in strukture las in nohtov  
    - Nepogrešljiv je pri displaziji  
  
Iz osebne izkušnje vam lahko povem, da so res samo v sedmih dneh prenehale bolečine in togost v vratu, kar sem čutil že veliko mesecev, saj je moje delo povezano z dolgotrajnim sedenje za računalnikom. Po poteku zdravljenja od meseca dni sem se počutil veliko bolje, bolečine v hrbtu so izginile!