**[Nasvet tete Pehte - proti grip](http://www.ognjic-logatec.si/zeliscaron269a/nasvet-tete-pehte-proti-gripi)i**

Čas je, da jo zopet odkrijemo in pokažemo, da niso farmacevti ednini carji na tem svetu:
I**ngver** olupite ali bolje na rahlo postrgajte z žlico, samo tako, da odrgnemo kožo, narežemo in pokapljamo z limono, malo pustimo, da se sokovi  premešajo nato pa pojemo...zažge vse bacile na 100 m - odpre še tako  "zaštopan " nos in prečisti dihalne poti.

**Nekaj  preventivnih nasvetov:**
Po  stanovanju si " razstavite " neolupljeno čebulo - veže nase viruse in bakterije.

Zvečer pred  spanjem si na koščke narežite eno čebulo, malo posolite in pokapljajte z  olivnim oljem, dodajte malo tofu-ja ali tune (za okus) zmešajte in pojejte s  kosom kruha - pa NIČ umit zobe in NIČ spit povrhu (nič vode ali kakršne koli  tekočine) - zavijte v posteljo... in boste videli >>reakcijo<< čiščenja - nos,  oči...

To je  preizkušeno - deluje... ponovite 3 večere - ste kot roža**!**

Če vas  draži grlo ali nos >> gnoj<< - pomaga skuta - zavijte 2-3 žlice v papirnato  brisačko  (položite na vrat in /ali  čelo), jaz dam na drugo stran  prozorno folijo ter si ovijem okrog šal... in grem s tem spat... ponovi 3 večere ...  skuta vleče ven >>vnetja - gnoj<< - pomaga-preiskušeno

Priporočljivo  pa je tudi, da zaužijete 2 žlici medu s  cimetom na dan (ali v čaj ali na kruh) - dezinfekcija.

Za  razkuževanja stanovanja pa zažgite - kadilo - suh žajbelj in pojdite po stanovanju  ...

Pa seveda  veliko vitaminov - zelena paprika, limona, čajčki...
VELIKO VODE, da vam telo izloči te strupe in "nepridiprave" iz  telesa..