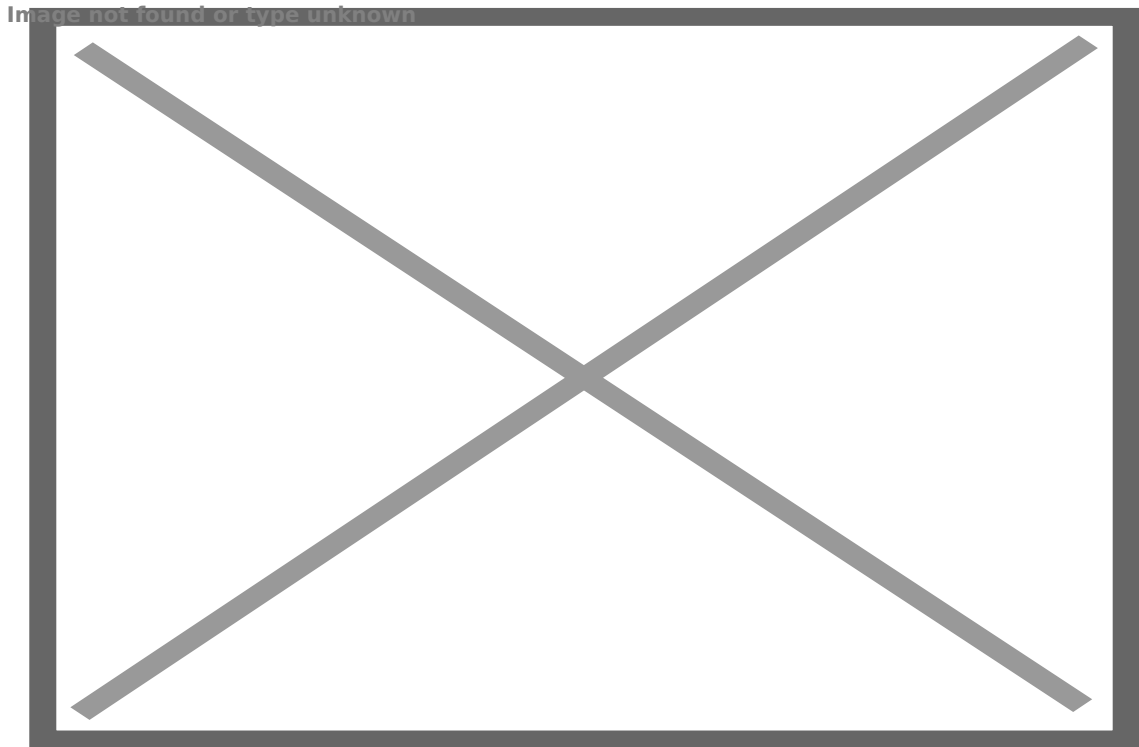


PushMax Chanh leo- giải pháp tuyệt vời giảm cơn hen suyễn

03:00 30/12/2016

Tác giả: Phạm Thùy Dung

Tình trạng viêm mãn tính đường hô hấp hay còn gọi là hen suyễn, gây ho dai dẳng, mất ngủ, hay sổ mũi, ngạt mũi, khó thở,... là căn bệnh rất phổ biến tại Việt Nam.



Hen suyễn là căn bệnh phổ biến mà rất nhiều mắc phải (nguồn: Internet)

Đây là căn bệnh khó chữa dứt điểm, hay tái phát gây cảm giác khó chịu, đặc biệt trong điều kiện thời tiết lạnh. Vậy có biện pháp nào giúp giảm hen suyễn mà hạn chế phải sử dụng thuốc hay các dụng cụ hỗ trợ?

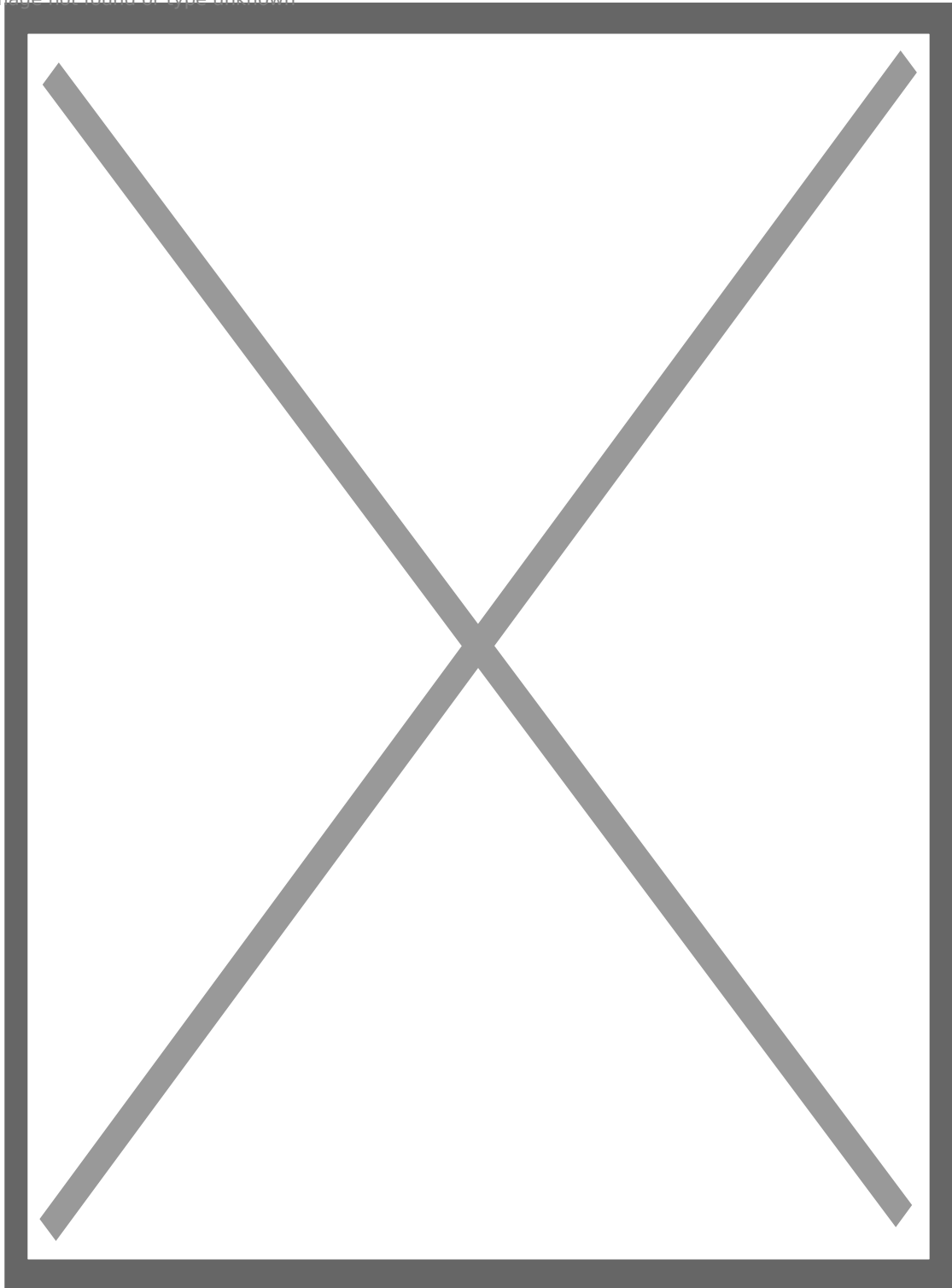
Đáp án là: Chanh leo!

Một ly chanh leo thanh lọc cơ thể mỗi ngày là liều thuốc bổ cho mọi người, đặc biệt là người mắc bệnh hen suyễn. Theo tờ Daily Mirror đưa tin: Các nhà khoa học đã cho thử nghiệm sử dụng vỏ chanh leo như một loại thuốc dành cho người bệnh hen suyễn. Kết quả là 90 % trong số họ khỏi các triệu chứng khó thở hay thở khò khè trong vòng 4 tuần.

Loại “dược liệu” này có công dụng hiệu quả như vậy bởi chúng chứa các chất chống oxy-hóa,

chống dị ứng và chống viêm với hàm lượng cao. Đặc biệt, chanh leo rất giàu Vitamin C, thành phần giúp tăng hệ miễn dịch cho cơ thể.

Image not found or type unknown



Chanh leo có thể giúp hạn chế cơn hen suyễn (nguồn: Internet)

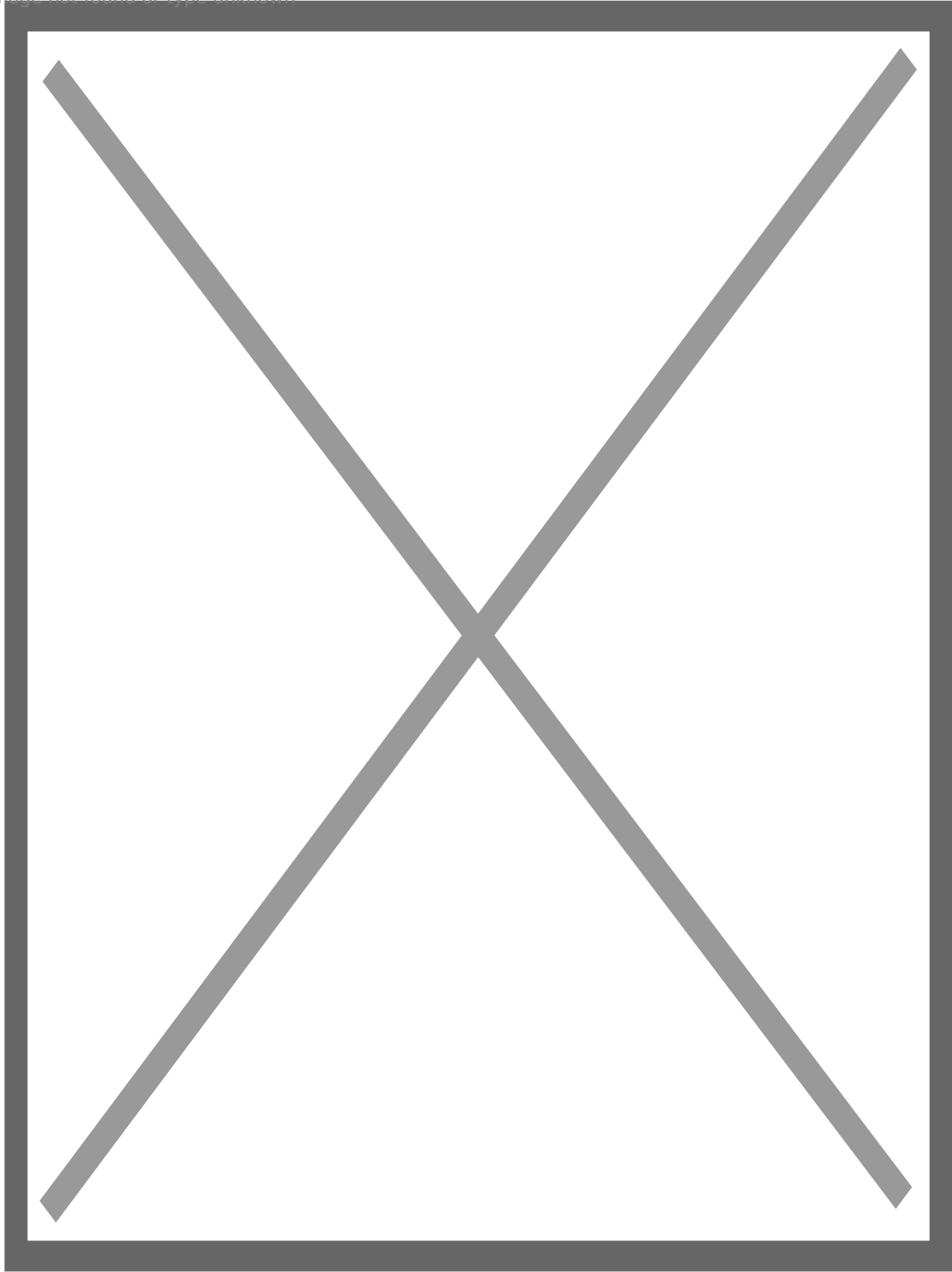
Đa phần những người mắc bệnh hen suyễn là những người có hệ miễn dịch yếu. Vì vậy, để phòng tránh và giảm thiểu những hậu quả của căn bệnh này, bảo vệ hệ miễn dịch là vô cùng quan trọng.

Một ly chanh leo mỗi ngày sẽ giúp bạn đáp ứng đủ lượng Vitamin C cần thiết, bên cạnh đó lượng Vitamin A dồi dào trong loại quả này còn giúp bạn chống viêm nhiễm, giải tỏa căng thẳng và an thần, là bài thuốc hiệu quả mà không hề tốn kém để bạn có thể áp dụng.

Cách làm “thuốc” chống hen suyễn với chanh leo

Trong nhịp sống bận rộn thời hiện đại, không phải ai cũng đủ thời gian để tự tay chuẩn bị cho mình và những người thân yêu một ly chanh leo tươi mỗi ngày. Tuy nhiên, bạn có thể làm siro chanh leo dùng dần, cách làm vô cùng đơn giản.

Image not found or type unknown



Lọc hạt chanh leo bằng rây thật kỹ là công đoạn quan trọng nhằm đảm bảo hương vị và thời gian bảo quản cho siro (nguồn: Internet)

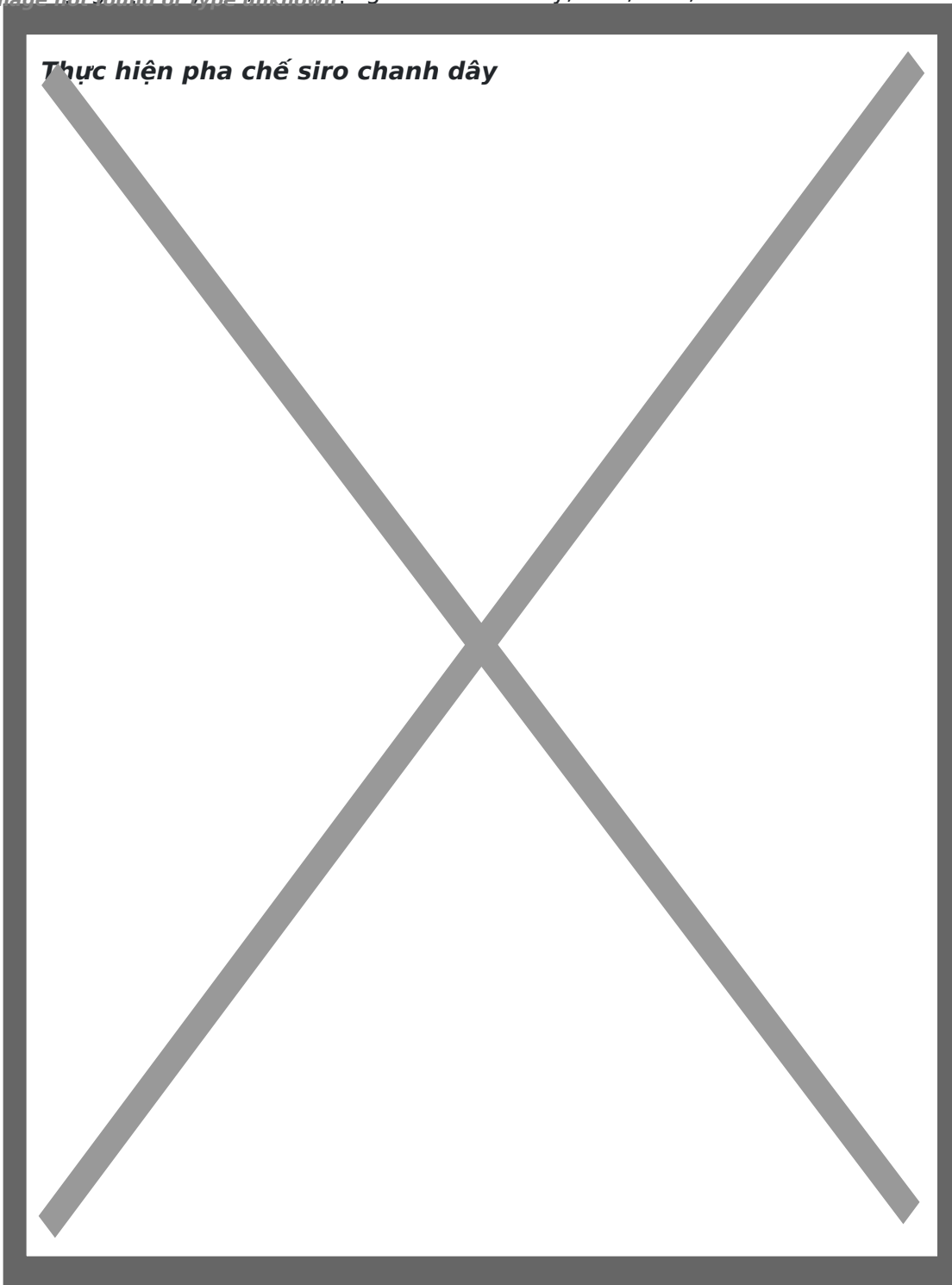
1. **Chuẩn bị nguyên liệu**

- Chanh leo: 2 kg
- Đường phèn (hoặc đường cát trắng): 1 kg
- Nước lọc: 600 ml

- Dụng cụ: Rây lọc, chày đung siro chanh dây, dao, thìa, nồi inox

Image not found or type unknown.

Thực hiện pha chế siro chanh dây



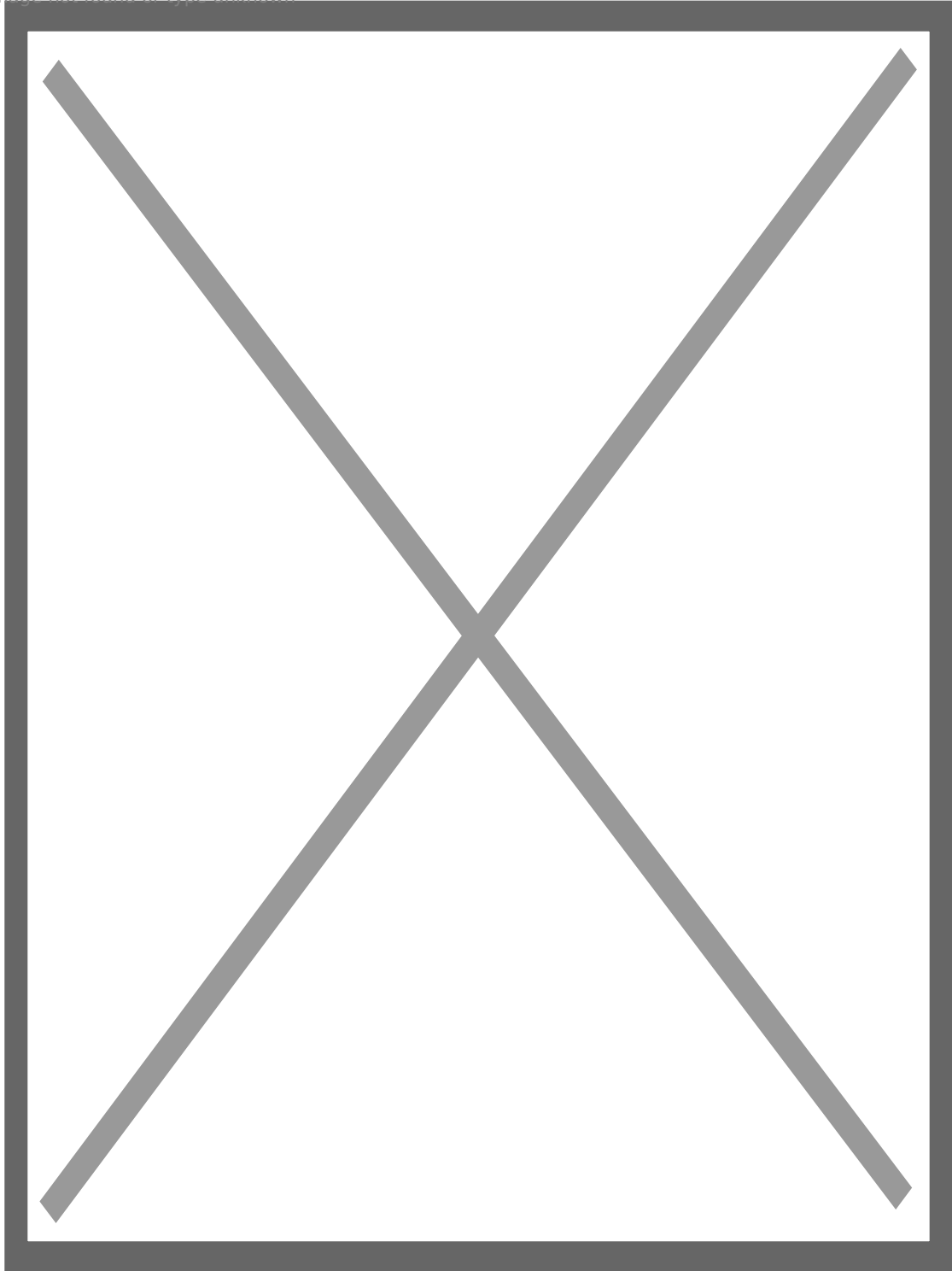
Nước cốt chanh

leo nguyên chất. (nguồn: Internet)

- Đường phèn: Đập nhỏ mịn.
- Chanh dây: Rửa sạch, để ráo, dùng dao cắt làm đôi theo chiều ngang rồi dùng thìa nạo hết phần ruột chanh dây cho ra tô lớn.

- Cho phần hạt chanh dây vào nồi cùng 300ml nước lọc sau đó dùng muống chà mạnh để lớp màng bọc lớp hạt chanh dây vỡ ra và ra nước cốt chanh
- Cho phần hạt chanh này vào rây và rây lấy nước. Tiếp tục thực hiện như bước trên để có thêm 300ml nước ép.

Image not found or type unknown



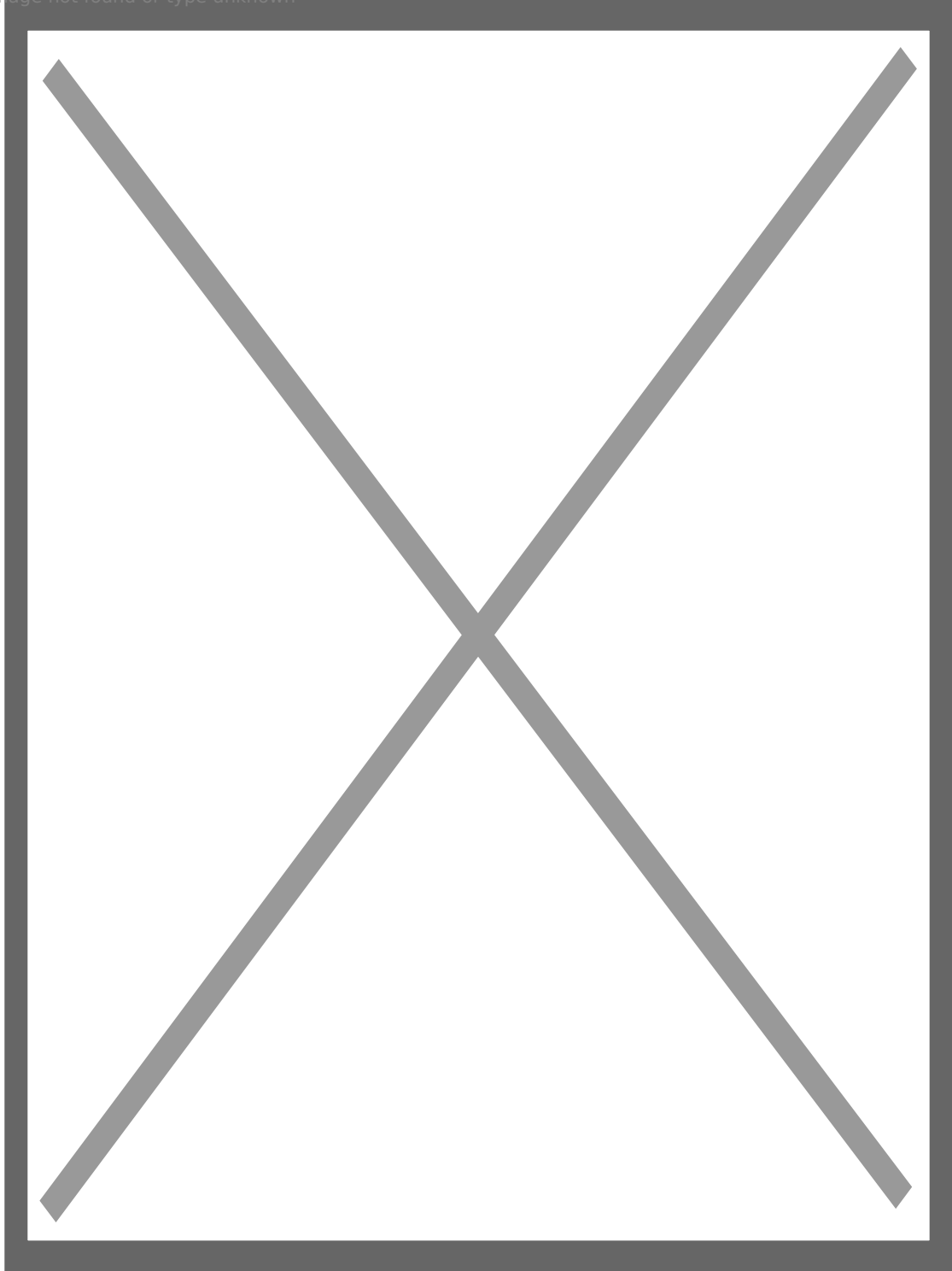
Đổ đường nhẹ nhàng và khuấy đều tay. (nguồn: Internet)

- Bắc nồi nước ép chanh leo lên bếp, cho đường vào vừa nấu vừa khuấy đều cho đường tan

hết. Sau khi nước sôi, vớt bọt rồi hạ nhỏ lửa, nấu trong 30 phút cho nước chanh dây keo lại thành siro rồi tắt bếp. Siro chanh keo nguội thì cho vào hũ thủy tinh khử trùng **đậy kín nắp**, để vào ngăn mát tủ lạnh bảo quản. Pha thêm với nước ấm vừa dùng khi sử dụng.



Image not found or type unknown

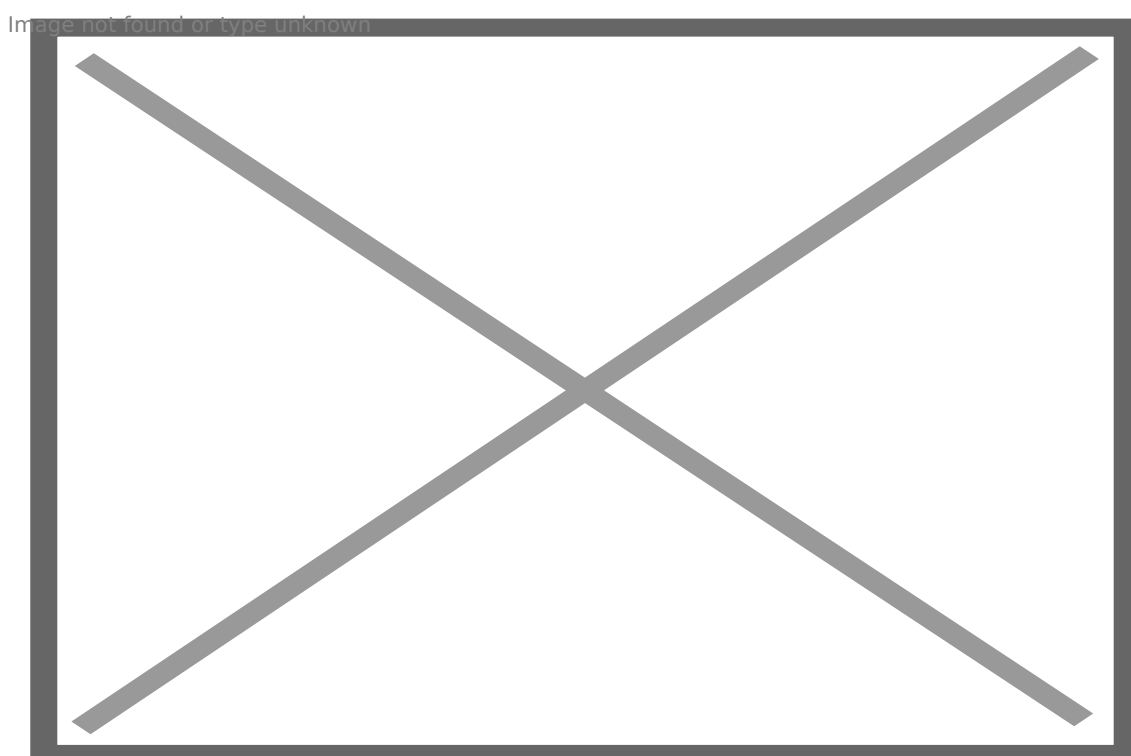


*Chỉ khoảng 45 phút, bạn đã có 1 hũ siro chanh leo tự tay chế biến tại nhà để dùng dần hàng ngày
(nguồn: Interet)*

PushMax Chanh leo - Giải pháp giảm hen suyễn tuyệt vời cho người bận rộn

Một biện pháp khác không kém phần nhanh chóng, tiện lợi là sử dụng nước chanh leo đóng lon. Trên thị trường hiện nay có khá nhiều loại nước chanh leo, một trong những sản phẩm có uy tín và chất lượng cao nhất, được nhiều người tiêu dùng lựa chọn là nước chanh leo PushMax.

Được chiết xuất từ nước cốt chanh leo tươi, không chứa đường hóa học, PushMax Chanh leo có hương vị thơm ngon và đem lại cảm giác an tâm cho người sử dụng.



*PushMax Chanh leo chiết suất từ chanh leo tươi giàu vitamin giúp tăng sức đề kháng cho cơ thể
(nguồn: Internet)*

Điểm cộng lớn nhất của PushMax Chanh leo so với nhiều sản phẩm khác là thành phần giàu các loại vitamin A, vitamin C,...và khoáng chất phong phú có trong chanh leo giúp giải nhiệt, mát gan, đẹp da, tăng cường sức đề kháng cho cơ thể và đặc biệt có lợi trong phòng ngừa và hạn chế cơn hen suyễn.

Hãy chủ động phòng tránh và giải quyết sự “đeo bám” của những cơn hen suyễn khó chịu bằng việc bổ sung vitamin A, C, các khoáng chất giúp tăng sức đề kháng cho cơ thể bằng cách uống PushMax Chanh leo mỗi ngày.

Nguồn: Eva.vn

Link bài viết: <https://nguoilambao.vn/public/pushmax-chanh-leo-giai-phap-tuyet-voi-giam-con-hen-suyen>