



## **Buğday Çimi ve Buğday Şirasının 40 değişik faydalarından biri de kanseri yok etmesi.**

### **Ayrıca gençlik iksiri!**

Kanseri engelleyen besinlerin başında atalarımızın Orta Asya'da içtikleri buğday şirası geliyor. Klasik tedavi yöntemlerini reddeden tüm doktorların ortak iddiası, buğday çimi yenilmesi ve buğday şirası içilmesi Pakistan'daki Hunzakut Prensiği'nde kanserden ölüm yok. Hunzakutlular, acıbadem ve kayısı çekirdeğini yiyorlar ve kansere yakalanmıyorlar.

Türkiye'de de acıbadem ve kayısı tüketilen bölgelerde kanser vakalarının azlığı dikkat çekiyor. Ödemiş'le Salihli arasında, bin bir efsaneye konu olmuş, Bozdağ'ın eteklerinde cennet Gölcük kıyısında **kanseri yenen, bu zaferi kazandıktan sonra mücadelesi herkese örnek olsun diyerek bir de kitap yazan Doktor İlhami Güneral ile sohbetimiz sürüyor.**

Önemli olan bağışıklık sisteminin güçlendirilmesidir. Bağışıklık sistemini güçlendirmek çok da zor bir şey değildir. Buğday müthiş bir kanser ilacıdır. Buğday şirası kanseri önler ve bu önemli bir bitkisel tedavi aracıdır. Buğday çimi, bol klorofil maddesi dışında 100 kadar vitamin, mineral ve besin maddesi içerir. Taze olarak kullanılan buğday çiminde, aynı ağırlıktaki portakaldan 60 kez daha fazla C vitamini ve aynı ağırlıktaki ıspanaktan 8 kat Fazla demir bulunmaktadır.

Buğdayın bir başka özelliği ise kandaki toksinleri nötralize eden maddeler içermesidir. Sıvı oksijenle dopdolu olan buğday çimi doğanın en güçlü anti kanseri olan *'laetрил'* (Vitamin b17)

## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

içermektedir. Izgara etler ve füme besinlerin kanserojen maddeler taşıdığı kanıtlanmıştır. Japon bilim adamı Nagivara,taze buğday çiminde bu maddeyi etkisiz hale getiren enzimler ve aminoasitler bulmuştur.



**Soru:** Buğday çimini evde üretebilir miyiz?

**Cevap:** Evde de üretilebilir, küçük bir saksıda bile üretilebilir ve olduğu gibi yenebilir. Evde üretemeyenlere tavsiyemiz ise buğday şırası üretmeleri....

**Soru:** Buğday şırasını herkes yapabilir mi?

## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

---

**Cevap:** Evet elbette mutlaka üretilebilir. İsterseniz tarif edeyim. Bir bardak aşurelik buğday, önce tertemiz yıkanarak bir litrelik cam kavanoza konur. Üzerine 3 bardak su klorlu olmamak şartıyla ilave edilir. Kavanozun ağzı bir tülbentle kapatılarak serin bir yerde 24 saat bekletilir. Bu ilk su kullanılmaz, dökülür. Kavanoza yeniden 3 bardak su ilave edilir. 24 saat bekletildikten sonra oluşan yarı gazozlu su içilmek üzere bir kaba aktarılır. Böylece bir bardak aşurelik buğdaydan kış aylarında günde 5 kez, yazın ise günde 3 kez şıra alınır. Buğday şirasının lezzeti bazılarına itici gelebilir. O takdirde her şıra bardağına bir C vitamini tableti eklenirse, nefis bir içecek ortaya çıkar

**Soru:** Az önce sözünü ettiğimiz *'laetril'* buğday çiminden başka nelerde bulunur? Çünkü anlaşıyor ki, *'laetril'* kanserin tedavisinde en etkin maddelerden biri...

**Cevap:** Evet, Türkiye'de en kolay laetrole ulaşabileceğimiz yer acı badem ve kayısı çekirdeğidir. Ayrıca elma çekirdeğinde de vardır. Elmanın çekirdeği yenilirse çok da iyi olur. Amerika'daki ilaç sanayinin maşaları bu *'laetril'* adlı ilacı yasaklatmayı başarmışlardır ama Meksika'da satılan *'laetril'* bu ülkeden alınıp kaçak olarak ABD'ye sokulmaktadır. Laetril, vitamin ve minerallerle verildiğinde çok daha iyi sonuçlar alınmaktadır. *"Kanserin Ölümü"* adlı kitabında Manner, bu madde ile yüzde 90 başarı kazandığını söylemişti.

**Soru:** Acıbadem ve kayısı çekirdeği de laetril içeriyor öyle mi?

**Cevap:** Evet öyle. Türkiye'de acıbadem ve kayısı çekirdeğinin sıkça tüketildiği yerlerde resmi bir istatistik yok ama kanser vakalarının az olduğuna inanılıyor. Resmi istatistik yapılan bir ülke var... Pakistan'a komşu küçük bir prenslik olan Hunzakut'ta şimdiye kadar hiç kanser olayına rastlanmadı. Hanzakut'un özelliği temel besinleri kayısı ve kayısı çekirdeği...

**Soru:** Dünyada bugün kullanılmakta olan kemoterapi ve radyoterapi bağışıklık sistemini bozduğunu iddia ediyorsunuz. Alternatif tedavilerin bir sıralamasını yapsak en öne hangisini koyarsınız ?

**Cevap:** Önceliği bağışıklık sistemini güçlendiren tedavilere veririm, daha sonra biyolojik tedaviler ve bitkisel tedaviler gelir. Bağışıklık sistemi konusunda Alman doktor Issel'in tüm beden tedavisi bugün bu ülkedeki 60/70 klinikte başarı ile uygulanmaktadır. Başarılı bir yöntem: Tüm beden tedavisi...

**Soru:** Tüm beden tedavisi nedir?

**Cevap:** Joseph Issel de bizim gibi kanseri lokal bir hastalık olarak değil, tüm vücudu ilgilendiren sistemik bir hastalık olarak ele alıyordu. Ona göre vücutta sürekli olarak kanser hücreleri ürüyor fakat sağlıklı bir bağışıklık sistemi bu hücreleri hemen tahrip ediyor. Issel'in bir diğer tedavi yöntemi de, ayda bir olmak üzere, özel olarak muamele görmüş bir kolibasıl aşısı olan Pyrifer ile ateş şoku tedavisi idi. Bu yöntemle hastadan bir miktar kan alınıyor, bunu ozon oksijen birleşim ile karıştırarak yeniden hastanın damarından enjekte ediyordu. Binlerce kanser hastası bu yöntemle iyileşmişti.

**Soru:** Biyolojik tedavilerden de söz edelim biraz...

**Cevap:** Memnuniyetle efendim. Kanserde belli başlı ölüm sebebi ya tümörün hayati organları sararak yok etmesi,. Ya da glikojenezis denen bir kısır döngü sonucu oluşan savunma gücünü yok eder ve hasta basit bir enfeksiyonla bile ölebilir. Boston'daki Beth Israel Hastanesi şef patoloğu Dr. Harold Dvorak, 'Gerçekte hiç kimse kanserden ölmez' diyor. Çok başka sebeplerle, mesela organların iflası sonucu ölür. Kanser hücresinin glikoza olan açlığı, hızla çoğalmasından ötürü normal hücrelerden 10/15 kat fazladır. Üstelik glikozu da tam olarak yakmaz, fermantasyon yoluyla kullanır ve geriye atık olarak laktik asit bırakır. Bu atık karaciğere ulaştığında, bir enzim vasıtasıyla enerji birikimi de harcayarak yeniden glikoza dönüşürdü. Böylece karaciğerle tümör arasında hastayı tüketen bir alışveriş sürer gider.

**Soru:** Bu durumda karaciğer ve kanser arasında yakın ilişki ortaya çıkıyor...

**Cevap:** Evet efendim . Karaciğer ile kanser kitlesi arasındaki bu kısır döngüyü durdurabilirsek kanserin de ilerlemesini durdurabiliriz.

**Soru:** Peki bunun ilacı bulunabildi mi?

**Cevap:** Elbette bulundu. 1970 yılından beri de kullanılıyor. ilacın içindeki aktif madde Hydrazine Sulphate... Bu madde laktik asidi, glikoza dönüştürüyor ve hem glikojenizisi durduruyor, hem de tümörlerin büyümesini. Eski Sovyetlerde, şimdiki Rusya'da halen kullanılıyor.

### **Dr. Serap KIRMIZI**

*Uludag University  
Faculty of Science and Arts  
Department of Biology  
16059 Gorukle/Bursa TÜRKİYE*

Buğday çimi ve suyu neredeyse her derde deva! 1955 yılından bu yana başta A.B.D. olmak üzere birçok ülkede sunduğu mucizeler sebebiyle insan sağlığını desteklemek amacıyla kullanılmakta. .. Çünkü bedenimiz buğday çimi suyunu seviyor, o kadar faydalı ki sevmemesi mümkün değil!

Geçtiğimiz günlerde basında yer aldığı gibi, anti-aging araştırmalarının yeni gözdesi buğday çimlerinin ya da filizlerinin suyu! Hiç dikkat ettiniz mi... Tamamen etobur olan kedi ve köpekler bile zaman zaman çim yerler. Çünkü doğadaki tüm canlılar gibi onlar da kendilerine neyin yararlı olduğunu içgüdüleri sayesinde çok iyi bilirler. Buğday çiminin önemi öncelikle yaprakların, yeşil görünmesini sağlayan klorofil içeriğinden gelir. Klorofil birçok bitkide bulunur. Buğday çimi yenilebilir canlı klorofil için bildiğimiz en uygun ve en zengin doğal kaynaktır. İçeriğindeki klorofil oranı yüzde 70'i bulur.

### Kanı Temizler

\* Klorofil neden bu kadar önemlidir? Klorofil güneşin yaşam veren gücünün bir başka formudur. Bu madde bitki yaşamının temelidir. Biliyorsunuz ki bitkiler şu güzel dünyamızı, akıl almaz mükemmellikteki sistemi ayakta tutan en önemli etkidir. Yağmur ormanlarının azalmasıyla başımıza neler gelebilir, düşünmek bile istemiyorum... Klorofilin besin olarak önemi, 1911 yılından bu yana inceleniyor. Klorofilin en önemli özelliklerinden birisi, insan kanında oksijen taşıyan kırmızı kan hücreleri olan hemoglobinle hemen hemen aynı kimyasal yapıya sahip olmasıdır. Klorofil ağızdan alındığında, kırmızı kan hücrelerine hemen karışır ve kanımızı temizler. Klorofil dokuların iyileşme hızını artırır. Bu nedenle uzun yıllardır kanserli hastaların tedavisinde kullanılıyor.

\* Buğday çimi ile mükemmel detox! Araştırmalara göre, buğday çiminde 20 çeşit amino asit, diğer gıdalarda bulunmayan yüzlerce farklı enzim bulunmaktadır. Organik toprakta yetişen buğday filizleri, 102 doğal mineralin 90 tanesini içinde barındırır. Bu gerçekten istisna sayılacak bir zenginliktir. Buğday çimi taze olarak tüketilirse; metabolizmayı uyarır, tiroid bezlerinin sağlıklı çalışmasını sağlar, lenf sistemini temizler, kalbin fonksiyonlarını artırır, kan basıncını normalleştirir, kolesterolü düşürür, iç organlarımızı özellikle rahmi, akciğerleri, karaciğeri, böbrekleri ve bağırsakları temizler. Sindirim sisteminde kötü koku yaratan bakterileri yok eder. Buğday çimi bir sağlık ve gençlik iksiridir. Bir bardak buğday çiminde, 5000 mg klorofil ve 92 mineral dışında hiç küçümsenmeyecek oranda vitaminler bulunur. Bunların başlıcaları 2000 mg ile C vitamini, 360 mg. E vitamini, F, K ve B grubu vitaminleridir. Buğday çimini suyu;

## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

---

havuç suyu, sebze suları ve diğer meyve suları ile karşılaştırıldığında, onlardan daha güçlü detox etkisi olan bir maddedir.

\* Buğday çimi ve cildimiz: Buğday çimi suyu; başta sedef ve egzema olmak üzere, yara, yanık, kaşıntılar, güneş yanıkları, böcek sokmaları ve her türlü cilt tahrişine iyi gelir. Az miktarda kullanıldığında diş çürümelerini ve diş eti hastalıklarını önler. Gargara yapılırsa boğaz enfeksiyonlarını iyileştirir. Saçlı deriye sürerseniz, saçlarınızın kalitesini yükseltir.

## PIŞİRMEYEN TÜKETİN

Başucunuza buğday çimi ektiğiniz bir saksı koyarsanız, gece boyunca havası temizlenmiş, bol oksijenli bir odada güzel güzel uyursunuz.

\* Önerilen doz: Buğday çimi tazeyken yararlıdır. Pişirecek olursanız tüm değerini kaybeder. Sağlığınızı korumak için günde 2–8 yemek kaşığı kadar içmeniz yeterlidir. Tedavi amacıyla kullanılacaksa günlük doz 8-16 yemek kaşığına kadar çıkarılabilir. Tabii hepsi birden içilmez. Bu dozlar gün içinde bölünerek alınmalıdır.

## En iyisi taze sıkılmışı

Buğday çimi suyu, yurtdışında tablet ve toz olarak satılsa da en iyisi taze sıkılmış olarak kullanmaktır. En pratik çözüm, evinizde yetiştirmektir. Bu amaçla;

\* İsteddiğiniz büyüklükte bir saksıyı organik toprakla doldurun. Buğdayları ekmeden önce 1 gece suda bekletin. Güzelce sulanmış toprağa buğdayları ekin. Üzerini ince bir toprak tabakası ile örtün. Toprağın üzerine 4–8 parça iyice ıslatılmış gazete kâğıdı yerleştirin. Bunun üzerine de gazete kâğıdının kurumaması için ince bir naylon örtü koyun. Ama kenarlarını saksının içine sıkıştırmayın. Çünkü tohumların hava alması gerekir. Dört gün sonra örtüyü açarak yeşilliği sulayın.

\* Saksınız gölge bir yerde olmalı, direkt güneş ışığı ile temas etmemelidir. Günde 1 kere sulamanız yeterlidir. Buğday çimleri yerini severse, 7. günde iyice büyümüş olurlar. Yeşillik 12–15 cm kadar uzadığında, ihtiyacınız kadarını, olabildiği kadar dibinden kesin. Vitamin ve minerallerin çoğu bitkinin dibine yakın yerdedir. Sonra isterseniz salatanın üzerine doğrayın ya da en iyisi suyunu çıkarıp taze iken için. İsterseniz diğer meyve suları ile karıştırabilirsiniz.

### Protein

Buğday çimeni gerekli amino asitlerin hepsini bünyesinde barındırdığı için bütünsel bir proteindir. Filizlendirme işlemi sayesinde buğday çimeninde bulunan tüm amino asitler bedenimiz tarafından minimum sindirim işlemi ile emilme ve asimile olma becerisini gösterirler. Bu sayede bedenimize giriş yolu bulan amino asitler kolayca hücrelerimize ulaşır ve onları tamir etme işlemine başlarlar. İlk okunduğunda kulağa çok teknik gelen tüm bu anlatılanların özeti, bütünsel bir protein olan buğday çiminin şifa ve onarım kaynağı olduğudur.

### Mineraller

Buğday çimi tohumu olumsuz anlamda etkileyen glüten ve diğer elementleri içermez. Organik topraklarda yetişen buğday çimi işte bu sebepten dolayı bünyesinde mükemmel sağlık için gerekli olan tüm mineralleri barındırır.

### Vitaminler

Buğday çimi suyu A, D, E, k vitamini ve B vitaminleri açısından zengindir. Aynı zamanda folik asit ve C vitamini deposu olan buğday çimi filizlendirildiği zaman kolayca kan akışına ve hücrelere dahil olur ve hiçbir bozulmaya uğramadan sindirilebilir.

### Klorofil

Buğday çimi % 70 oranında klorofil içerir. Bu, herhangi bir bitkide rastlayabileceğiniz en yüksek orandır. Bitkilerin kanı olarak kabul edilen klorofil insan kanında bulunan hemoglobin ile aynı moleküler özellikleri sergiler. Klorofil sayesinde kanımızda bulunan hemoglobin miktarı artar ve oksijenin transferi kolaylaşır, daha alkalize ve daha sağlıklı oluruz. Beyin ve diğer önemli tüm dokularımız kaliteli oksijene ihtiyaç duyarlar ve klorofil oksijen üretimine destek olur.

### Detoks

Buğday çiminde bulunan klorofil, kanın toksinlerden arınmasına, toksinlere maruz kalmaktan dolayı oluşan mukoza tabakasının kırılmasına ve toksinlerin nötralize edilmesine yardımcı olur.

Buğday çimi suyunda bulunan klorofil ve enzimler sayesinde bedeninizi ilaç artıklarından ve ağır metallerden arındırabilirsiniz. Kolon temizliğinde de kullanabileceğiniz buğday çimi suyu kolonların temizlenmesine ve iyileşmesine yardımcı olur, içerdiği magnezyum sayesinde kabızlığı giderir.

### Bağışıklık Sistemi

Buğday çiminin bünyesinde bulunan yüksek miktarda klorofil, besinsel değerler ve enzimler bağışıklık sisteminizi güçlendirir. Anti bakteriyel özellikleri sayesinde iyi olmayan bakterilerle etkili biçimde savaşan buğday çimi suyu bedenimize ihtiyaç duyduğu oksijenize ortamı sağlar ve kanser hücrelerinin oluşmasını engeller.

## BUĞDAY ÇİMİNİN MADDELERLE 40 ÖNEMLİ FAYDASI:

1. Buğday çimi suyu %70 klorofil içerir.
2. İsviçre'deki ünlü Bircher-Benner Clinic'in kurucusu, "müsli"yi icat eden, araştırmacı bilimadamı Dr. Max Bircher, klorofili "Konsantre Güneş Gücü" olarak isimlendirmiş tir.
3. Klorofil hücre ve dokulara nüfuz ederek onları temizler, canlandırır ve yeniden yapılanmalarına destek olur.
4. Klorofil vücuttaki ilaç artıklarını ve kimyasalları temizler.
5. Klorofil vücuttaki toksinleri nötralize eder "zararsız" hale getirir.
6. Klorofil karaciğeri temizler.



## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

---

7. Buğday çimi, havuç suyu ve diğer meyve ve sebzelerle karşılaştırıldığında MUHTEŞEM bir toksin attırıcıdır. Dr. Earp Thomas yaklaşık 6,8 kg buğday çiminin toksin attırıcı etkisinin yaklaşık 158,8 kg havuç, marul, kereviz vb. sebzeye eşit güçte olduğunu belirtmektedir.

8. Dr. Max Bircher'e göre "Klorofil; kalp ve damar sistemini güçlendirir, bağırsakları, rahmi ve akciğerleri olumlu etkiler... Bu nedenle de, canlandırıcı etkileri dikkate alındığında, başka hiçbir gıda ile karşılaştırılmayacak kadar güçlü bir toniktir."

9. Dr. Ann Wigmore buğday çimini 30 yıl boyunca hastalarının kronik rahatsızlıklarının tedavisine destek amaçlı besin olarak kullanmıştır.

10. Klorofil kan şekeri problemlerinin tedavisinde etkilidir.

11. Klorofil ışığın oluşturduğu ilk üründür ve herhangi bir elementin içerdiğinden daha fazla ışık enerjisi içerir.

12. Dr. Bircher'e göre, doğa klorofili (buğday çimini) vücudu temizleyen, zehirli maddelerin nötralle edilmesini -zararsız hale getirilmesini sağlayan- ve canlandırarak yeniden yapılanmasına -yenilenmesine- destek olan bir madde olarak kullanılmaktadır.

13. 1940 yılında Dr. Benjamin Cruskin American Journal of Surgery'de klorofili;

- \* Kötü kokuların giderilmesi
- \* Bakteri enfeksiyonlarının giderilmesi
- \* Yaraların iyileşmesi
- \* Cilt naklinde doku adaptasyonunun hızlandırılması
- \* Kronik sinüzit tedavisi
- \* Kronik iç kulak iltihaplanma ve/veya yangı tedavisi
- \* Varis damarlarının tedavisi
- \* Bacak ülserlerinin tedavisi
- \* İltihaplı isilik tedavisi
- \* Kabuklu cilt kabarıklıklarının tedavisi
- \* Rektum (anal) yaralarının tedavisi
- \* Rahim boynu yangılarının tedavisi,
- \* Vajinal parazit enfeksiyonlarının tedavisi
- \* Tifo, karahumma ateşini düşürme ve
- \* İrin akma durumlarının birçoğunun tedavisi için önermiştir.

14. Bilimsel çalışmalar klorofilin, zararlı bakterilerin büyüme ve yayılımını engellediğini ispatlamıştır.

15. Klorofil aynı zamanda antibakteriyel olduğu için gerektiğinde vücudun hem içten hem de dıştan tedavisine/iyileşmesine ve sağlıklı kalmasına destek olur.

16. Klorofil pek çok bitkiden elde edilebilir, ancak buğday çimi en çok tavsiye edilen gıdadır, çünkü insanın ihtiyacı olan 100 den fazla besin içerir. Eğer organik toprakta yetiştirilirse toprakta var olan 102 mineralden 92'sini emerek kendi bünyesine alır.

## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

---

17. Buğday çimi klorofil içeren tüm yeşil bitkiler gibi yüksek miktarda oksijen içerir. Beyin ve tüm vücut dokularının işlevlerini sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri bol oksijenli bir ortamda mümkündür.
18. Buğday çimi suyu aknelerin iyileşmesini sağlar ve hatta 7-8 ay düzenli tüketim sonrasında yara izlerinin kaybolmasına bile destek olur. Tabii bunun için aynı zamanda sağlıklı beslenme de şarttır.
19. Klorofil tüm bitkilerin hayatı için temel olan maddedir.
20. Tanınmış Beslenme Uzmanı Dr. Bernard Jensen vücudun buğday çimi suyunu sadece birkaç dakika içinde ve oldukça düşük miktarda enerji harcayarak sindirebildiğini belirtmektedir.
21. Buğday çimindeki klorofil kan akışını yeniden düzenler. Değişik hayvanlarla yapılan testler klorofilin hiçbir toksik yan etkisi olmadığını ispatlamıştır. Kandaki kırmızı hücrelerin sayısı 4-5 günlük klorofil tüketiminden sonra normal seviyelerine yükselir ki bu ileri düzeyde anemi hastası veya kan sayımı düşük olan hayvanlarda yapılan testlerle de ispatlanmıştır.
22. Doğurganlığı düşük inek ve boğalara sahip olan Amerikalı çiftçiler hayvanların doğurganlığını artırmak amacıyla hayvanları buğday çimi ile beslerler, çünkü klorofilin içerdiği yüksek miktardaki magnezyum seks hormonlarını onaran enzimleri yapılındırır.
23. Buğday çimi "çim suyu faktörü" içerir ki bu madde otobur hayvanların hayatını sürdürebilmesi açısından gereken önemli maddelerden biridir.
24. Buğday çimi suyu vücudu temizleyen bir deterjan gibi hareket eder ve deodorant olarak da kullanılır, en önemlisi arkasında zararlı kalıntı bırakmaz.
25. Ham -işlenmemiş- saf klorofil içeren buğday çimi suyu, hiçbir toksik yan etkisi olmaksızın vücuttaki toksinlerin atımını açısından da çok faydalıdır.
26. Günlük beslenmeye ilave edilen küçük bir miktar çim suyu diş çürümelerini önler.
27. Ağızda 5 dakika tutulan buğday çimi suyu diş ağrılarını hafifletir ve diş etlerindeki zehirli maddelerin atılmasını sağlar.
28. Buğday çimi ile gargara yapmak iltihaplı boğaz ağrılarını hafifletir, iyileşmeyi hızlandırır.
29. Ağız apselerinde -iltihaplı durumlarda- buğday çimi suyuna batırılmış buğday çimi posasını iltihaplı bölgeye koyun veya buğday çimi çiğneyin. Posayı bir süre sonra tükürerek atın.
30. Buğday çimi suyu zengin bir enzim deposudur.
31. Buğday çimi suyu kabızlık tedavisinde ve bağırsakların açık tutulmasında çok etkilidir.
32. Sedef ve egzema gibi cilt hastalıkları için düzenli buğday çimi suyu için.

## Buğday Çimi Gençlik iksiri

Yazar Kamil DEMİRTAŞ

Pazartesi, 12 Temmuz 2010 08:30 - Son Güncelleme Pazartesi, 19 Temmuz 2010 12:48

---

33. Düzenli buğday çimi suyu içmek saçların beyazlamasını önler.

34. Buğday çimi suyu her tür kan probleminin -rahatsızlığının- tedavisinde faydalıdır.

35. Buğday çimi suyu mükemmel bir cilt temizleyicidir ve cilt tarafından besin olarak emilebilir. Yeşil buğday çimi suyunu ılık suyla dolu küvete dökün ve 15-20 dakika küvette yatın, sonrasında soğuk suyla duş alarak durulanın -sabun kullanmayın-.

36. Buğday çimi suyu hazmı kolaylaştırır.

37. Buğday çimi suyu kolon duvarlarının temizlenmesi ve tedavisi için çok etkilidir.

38. Buğday çimi suyu akciğerlerde asidik gazları solunmak nedeniyle oluşan yaraları iyileştirebilir. Klorofille artan hemoglobin üretimi sonucu hücrelere kanla daha fazla oksijen taşınabildiği için vücuttaki karbonmonoksidin vücuda zararlı etkileri minimize edilir.

39. Buğday çimi suyu kılcal damarları güçlendirdiği için yüksek tansiyonu düşürücü etkiye sahiptir.

40. Buğday çimi suyu kurşun gibi ağır metallerin vücuttan atılımını kolaylaştırır.

Özetle;

Düzenli\* buğday çimi suyu içen kişi kendini daha güçlü, dayanıklı, sağlıklı, hafif, özetle oldukça farklı bir şekilde iyi hisseder.

\* Düzenli içilmesi önerilen buğday çimi suyu miktarı; sağlığı korumak amacıyla içildiğinde günde 30 ml, tedaviye destek amaçlı içildiğinde günde 60 ml'dir.

Kaynak: Hippocrates Health Institute, USA ve annwigmore.com