

توصیه های طب ایرانی در سفر اربعین

پیشگیری و کمک به رفع

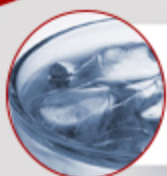
اسهال و استفراغ

اربعین

چای سیاه یا چای سبز را
همراه با نبات میل کنید



از نوشیدن آب یخ و خوراکی های چرب
یا شور یا تند پرهیز کنید



شربت رقیقی از آبلیمو همراه
با نمک و شکر را جرعه جرعه بنوشید



مقداری سنجد پودر شده رو در کمی
ماست ریخته و مصرف کنید



سعی کنید همراه غذا سماق بخورید



مصرف رب به یا دمنوش به، قبل از غذا
توصیه می شود



شربت به لیمو و گلاب پیشنهاد می شود

