

Słońce może leczyć

[Strona główna](#) » [Horoskop](#) » Słońce może leczyć

O leczniczych właściwościach słońca wiadomo nie od dziś - pisał o nich już Hipokrates. Jest źródłem energii, witamin i... dobrego nastroju.



Słońce może leczyć

Słońce jest gwiazdą która ma ok. 5 mld lat. Składa się głównie z wodoru i helu. Odgrywa decydującą rolę w naszym życiu oraz w zdrowiu, a przez tysiące lat było uważane za **źródło życia**. W starożytności ludzie czcili je jako Boga. Korzyści, jakie niesie za sobą światło słońca są ogromne, jest ono siłą, która **odżywia i daje energię** naszym ciałom oraz tworzy środowisko abyśmy my w nim mogli egzystować.

[Dowiedz się też, jak oczyszczać i uzdrawiać relacje.](#)

Rośliny za jego pośrednictwem wytwarzają tlen i dwutlenek węgla, a słońce reguluje temperaturę i wilgotność aby sprzyjała naszemu życiu. Hipokrates uważał, że słońce ma korzystny wpływ na leczenie pewnych chorób i nazwał wykorzystywanie światła słonecznego helioterapią. **Witamina D** wytwarzana przez nasz organizm dzięki słońcu zapewnia nam proste i mocne kości, zapobiega

chorobom krzywicy, odgrywa rolę w wchłanianiu wapnia i fosforu. Wystarczy wystawić na słońce twarz na piętnaście minut i to zapewni więcej niż dzienne zapotrzebowanie tej właśnie witaminy. Oczywiście zawsze należy używać [kremów](#) wyposażonych w filtry UVA i UVB, które dodatkowo ochronią skórę. Niezbędne są także dobre [okulary przeciwsłoneczne](#) kupione u optyka, nie na bazarze.

[Zobacz też: Kamień dla Twojego znaku zodiaku!](#)



W pomieszczeniach warto otwierać okna, aby wpuścić światło słoneczne do mieszkania, ponieważ zabija zarazki, które gromadzą się na ubraniu, skórze, podłodze, ścianach i meblach. Jeśli w Twoim domu panuje grypa, nie zamykaj okien i nie zaciągaj zasłon-**światło słoneczne zabije mnożące się bakterie i wirusy**. Słońce, podobnie jak wysiłek wpływa też na zmniejszenie spoczynkowej częstotliwości akcji serca. Dostraja mięsień sercowy i poprawia jego wydolność, **normalizuje ciśnienie krwi, wzmacnia również układ odpornościowy**, zwiększa pojemność krwinek czerwonych, limfocytów i ich obronnego działania, łagodzi [choroby skóry](#), bóle stawów, pomaga zwalczać depresję. Światło słoneczne reguluje też rytm biologiczny, poprawia nastrój, reguluje apetyt i sen, dlatego **korzystajmy jeszcze z wrześniowego słońca** i wychodźmy na powietrze kiedy tylko jest to możliwe.

Jednak róbmy to z umiarem, ponieważ słońce ma zarówno zbawienny jak i zgubny wpływ. Nie należy być czcicielem słońca i opalać się godzinami. [Poparzenie słoneczne](#) może być bardzo bolesne. Umiar jak wszędzie wskazany.

Jaki wpływ mają planety na Twoje życie? Zapraszam do kontaktu!

Wróżka Agnes

Zadzwoń: 700 688 336

Opłata za minutę połączenia to 4.26 zł brutto

Wyślij SMS o treści: TC.AGNES. treść pytania do eksperta

pod numer 73068 Koszt SMS 3.69 zł brutto

Pełny profil Wróżki znajdziesz [tutaj](#)

Foto: Thinkstock

**Milion
Kobiet.pl**