

Da li ste razmišljali o tome da jutro zapo?nete, umjesto kafom ili ?ajem, ?a?om vode, i to tople? Redovno ispijanje toplije vode, posebno ujutru, blagotvorno djeluje na na? organizam, pi?e Medical Daily.</p> <p style="margin: 0.5em 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; font-family: Roboto,'Open Sans'; line-height: 21px; text-align: justify; background-image: initial; background-attachment: initial; background-position: initial; background-repeat: initial;"><strong style="margin: 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; background: none repeat scroll 0% 0% transparent;">Pro?i?ava organe za varenje
?a?a tople vode ujutru mo?e vam pomo?i da o?istite tijelo od toksina, jer poma?e razlaganje hrane u ?elucu i odr?ava digestivni trakt. Topla voda ?e razlo?iti hranu br?e i time olak?ati varenje. Konzumiranje hladne vode u toku, ili poslije, obroka, zgu?njava masti u hrani i tako stvara masne naslage u crijevima.</p> <p style="margin: 0.5em 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; font-family: Roboto,'Open Sans'; line-height: 21px; text-align: justify; background-image: initial; background-attachment: initial; background-position: initial; background-repeat: initial;"><strong style="margin: 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; background: none repeat scroll 0% 0% transparent;">Poma?e kod varenja</p> <p style="margin: 0.5em 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; font-family: Roboto,'Open Sans'; line-height: 21px; text-align: justify; background-image: initial; background-attachment: initial; background-position: initial; background-repeat: initial;"><strong style="margin: 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; background: none repeat scroll 0% 0% transparent;">
Gr?evi i nadimanje koje povremeno osje?amo izazvano je nedostatkom vode u organizmu. Jedna ?a?a vru?e vode, ujutru na prazan stomak, pospje?i?e rad crijeva i pomo?i tijelu da profunkcioni?e normalno.</p> <p style="margin: 0.5em 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; font-family: Roboto,'Open Sans'; line-height: 21px; text-align: justify; background-image: initial; background-attachment: initial; background-position: initial; background-repeat: initial;"><strong style="margin: 0px; padding: 0px; border: 0px none; outline: 0px none; font-size: 14.4px; background: none repeat scroll 0% 0% transparent;">Ubla?ava bol
Smatra se da je topla voda najmo?niji prirodni lijek,

a moēe ublaēiti bol prilikom menstrualnih tegoba. Toplota ēe opustiti stomaēne miēiēe i osloboditi vas grēa, ēime ēe umiriti bol. Topla voda je dobra za sve vrste grēeva i zato ēto pospjeēuje kapilarnu cirkulaciju i opuēta miēiēe.

Smanjuje viēak kilograma

Topla voda poveēava temperaturu tijela i time ubrzava metabolizam. Na taj naēin organizam sagorjeva viēe kalorija. Takoēe blagotvorno ēe utjecati i na bubrege i sve organe za izluēivanje.

Poboljēava cirkulaciju

Konzumiranje tople vode oslobaēa organizam toksina. Na taj naēin poboljēava se i cirkulacija.

Usporava starenje

Prisustvo toksina u organizmu ubrzava starenje, a buduēi da topla voda oslobaēa organizam toksina, proces starenja se usporava, a elastiēnost koēe se poveēava.

Radiosarajevo.ba