

# 自然健康空间

癌症预防与支持 — 天然疗法

faithseriesllc.com

欢迎来到您的自然健康空间。作为Faith Series社区，我们相信我们的身体是圣灵的殿堂，照顾好它是我们的职责。这些天然疗法以健康和相互支持的精神分享。

## 重要医疗免责声明

这些食谱是天然健康补充品，仅供参考。

它们不能替代任何处方医疗治疗。在引入新的补充品之前，尤其是在治疗期间，请务必咨询您的医生或肿瘤科医生。

## 食谱第1号 — 每日晨间饮品



■ Daily Morning Drink



■ Ready to drink

每天早晨空腹饮用，增强免疫力

配料：

500毫升热水（不沸腾）

1个新鲜柠檬的汁

制作方法：

1. 将水加热至热但不沸腾。
2. 榨柠檬汁倒入热水中。
3. 每天早晨起床时空腹饮用。

■ 热水刺激免疫系统，使柠檬对肝脏的刺激性减小。

## 食谱第2号 — 强化煎剂（每两周一次）



■ Reinforced decoction



■ Adding turmeric

密集天然支持 — 每2周更新一次

配料：

- 新鲜生姜：大量，压碎或切碎。
- 新鲜大蒜：几瓣，充分压碎。
- 柠檬：1整个水果，榨汁或切片。
- 姜黄：非常少量的一小撮。
- 蜂蜜：少许增甜。
- 水。

制作方法：

1. 压碎生姜和大蒜瓣。
  2. 用生姜和大蒜加热水。
  3. 煮沸至完全浸泡。
  4. 离火后，榨柠檬汁加入。
  5. 加入一小撮姜黄。
  6. 加入少许蜂蜜，搅拌后趁热饮用。
- 频率：每2周更新一次作为定期支持。

### ■■ 重要 — 姜黄用量

切勿过量使用姜黄，因为它可能对肝脏产生影响。两指间的一小撮就足够了。

## ■ 摘要 — 每日良好习惯

时机	建议行动	频率
每天早晨起床时	热水 + 柠檬汁	每天
支持疗程	煎剂：生姜、大蒜、柠檬、姜黄、蜂蜜	每2周
持续	定期与医生随访	始终

# 自然健康空间

癌症预防与支持 — 天然疗法

faithseriesllc.com

## 天然疗法1 — 大蒜与柠檬 | 动脉清洁

### 天然动脉清洁 (大蒜与柠檬)

一种净化血液、降低胆固醇并支持心血管健康的传统疗法。

配料：

- 大蒜30瓣
- 有机柠檬5个
- 水1升

制作方法：

将所有材料放入搅拌机，只煮沸一次，然后过滤。

用量：

每天一小杯，持续3周。

注：健康是上帝的礼物，我们必须以智慧维护它。

## 天然疗法2 — 生姜、洋葱与蜂蜜 | 保护糖浆

### 保护糖浆 (生姜、洋葱与蜂蜜)

这种疗法非常适合增强呼吸道并舒缓喉咙。

配料：

- 1个大红洋葱
- 纯蜂蜜2汤匙
- 50克新鲜磨碎的生姜

制作方法：

将洋葱切碎，与磨碎的生姜和蜂蜜混合在罐子里。静置12小时直到形成糖浆。

用量：

早晚各一汤匙，用于镇咳或预防。

## 天然疗法3 — 丁香与姜黄 | 抗炎精华

### 抗炎精华 (丁香与姜黄)

强效混合物，用于缓解关节疼痛和增强免疫力。

配料：

丁香5粒

姜黄粉1茶匙

黑胡椒一小撮（激活姜黄）

热水250毫升

制作方法：

将丁香和姜黄在热水中浸泡10分钟。最后加入黑胡椒。

用量：

每天一杯，最好在早晨。

注：自然为我们提供了保护健康的强大解决方案。

## ■ 摘要 — 所有天然疗法

疗法	主要配料	用量
晨间饮品	热水 + 柠檬	每天早晨空腹
强化煎剂	生姜、大蒜、柠檬、姜黄、蜂蜜	每2周
动脉清洁	大蒜(30瓣) + 柠檬 + 水	1杯/天 - 3周
保护糖浆	生姜 + 洋葱 + 蜂蜜	早晚各1汤匙
抗炎精华	丁香 + 姜黄 + 胡椒	早晨1杯/天

此健康空间由faithseriesllc.com — Faith Series — 以分享和自然健康的精神提供。如有严重的医疗问题，请咨询合格的医疗专业人员。