

## Tinktura crnog oraha - prirodno čišćenje organizma



**Crni orah** čest je sastojak prirodnih antiparazitnih proizvoda, a preporučuje se u mnogim programima za **čišćenje organizma**. Zbog posebnog sastava, crni orah posjeduje jako djelovanje **protiv tumora, cista i parazita** te sadrži visoku koncentraciju **vitamina C**. Preporučuje se svim osobama (čak i zdravima), a u nastavku pročitajte koje su sve dobrobiti čišćenja organizma tinkturom crnog oraha.

Uz vitamin C, alkaloida i tanina, crni orah također sadrži jod, minerale te juglon. Juglon se koristi za čišćenje organizma na bezopasan način, a preporučuje se provoditi **temeljito čišćenje od parazita** i bolesti jednom godišnje za sve osobe.

Ova čudotvorna biljka je osim po **ljekovitom djelovanju** na organizam, poznata i po skupocjenom drvu od kojeg se izrađuje kvalitetan namještaj. Iako je crni orah lako uzgajati, njegovih stabala nema mnogo te je na našim područjima daleko zastupljeniji obični orah.

### Ljekovito djelovanje crnog oraha na organizam

- Snažno antivirusno i antibakterijsko djelovanje.
- Pospješuje i uravnotežuje probavu.

- Smanjuje krvni tlak i razinu lošeg kolesterola u krvi.
- Snažno antiparazitno djelovanje (ubija odrasle parazite).
- Pomaže u regulaciji razine šećera u krvi.
- Podržava zdavljje unutarnjih organa i probavnog sustava.
- Pomaže kod gljivice kandidate u organizmu.

Crni orah smatra se izrazito potentnom biljkom kada je u pitanju čišćenje organizma od parazita ili općenito bolesnih stanja. Istraživanja su pokazala kako tinktura crnog oraha **ubija odrasle parazite** i njihove **ličinke** te je preporučljiva ako se sumnja na prisutnost parazita jer konzumiranje ove tinkture **nije štetno niti za zdrav organizam**.

Tinktura crnog oraha preporučuje se **u kombinaciji** s tinkturama **pelina** i **klinčića** zbog njihovog odličnog djelovanja u sinergiji. **Pelin i crni orah** tako djeluju na **odrasle parazite** dok **klinčić ubija jajašca** parazita te vas ova kombinaciji može u potpunosti riješiti **preko 100 vrsta parazita**.

Ipak, korištenje samo **tinkture crnog oraha** odlično će pomoći u čišćenju organizma, a u nastavku vam donosimo **recept** za njenu izradu.



## Kako napraviti tinkturu crnog oraha?

Izrada ove tinkture vrlo je **jednostavna**, a sve što vam treba jest **alkohol** i **crni orasi** (u kori koja je zelena). Pripazite da su orasi zdravi, a ukoliko primjetite da su neobično mekani oko peteljke, prerežite ih da vidite jesu li pokvareni.

Prilikom čišćenja kore crnog oraha, **poslužite se rukavicama** kako biste zaštitili ruke od bojanja. Slijede količine sastojaka za pripremu **pola litre** i **jedne litre tinkture**, ovisno o vašim potrebama.

- 0.5 ili 1 L alkohola (40-70 %-tnog)
- 1 ili 1.5 kg crnih oraha (sa zelenom korom)
- Staklena tegla za pravljenje tinkture
- Boca od tamnog stakla za pohranu procijeđene tinkture

Kako biste napravili tinkturu, jednostavno odrežite i **očistite kore** (od njih se proizvodi tinktura) te ih **prelijte alkoholom**. Tegla ne bi trebala biti puna do vrha, već 3/4 puna. Zatim zatvorite teglu, odložite je na tamno mjesto 30-40 dana i promućkajte svakih nekoliko dana.

Kada je tinktura gotova, procijedite je i pohranite u **tamnim staklenim bocama**. Tinkтуру možete podijeliti na nekoliko manjih bočica ili jednu veliku, a preporučuje se čuvanje **dalje od direktnog sunca**.

## Uporaba tinkture crnog oraha i moguće nuspojave

Tinkturu je preporučljivo uzimati po **15 kapi tri puta dnevno**, tj. dnevna doza iznosi 50-ak kapi koje je najbolje raspodijeliti na nekoliko puta dnevno, razblaženo **u nešto vode**. Prilikom konzumiranja tinkture, preporučljivo je napraviti **14-dnevnu pauzu** nakon popijene bočice od **50 ml**.

**Moguće nuspojave** prilikom uzimanja tinkture crnog oraha su: **prvotno pogoršanje stanja** prije nego nastupi promjena na bolje, interakcija s pojedinim **ljekovima** pa je preporučljivo savjetovanje s liječnikom te **rijetka stolica** kod unošenja pretjerane količine tinkture.