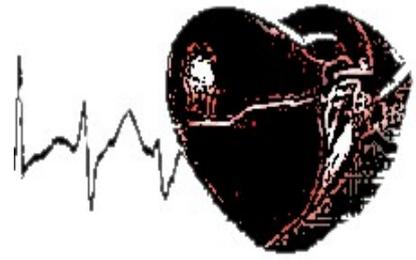




4 Remèdes naturels pour réduire la pression artérielle



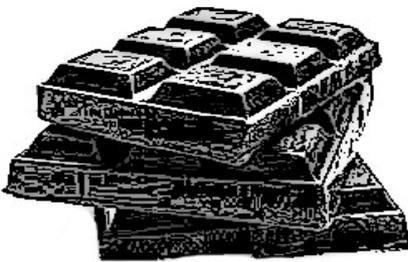
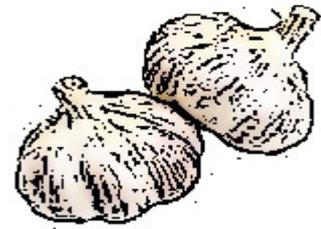
La pression artérielle est essentielle pour l'approvisionnement en oxygène et nutriments des organes du corps.

L'hypertension se définit comme une pression artérielle augmentée de manière chronique. La consommation de réglisse ou de boissons en contenant peut augmenter la pression artérielle. Le surpoids et l'obésité peuvent augmenter la tension artérielle.

L'hypotension artérielle est caractérisée par une pression du sang anormalement faible.

Ail

L'ail a des effets extraordinaires sur la dilatation des artères et empêche donc la formation de thrombus.
Manger une gousse d'ail par jour.

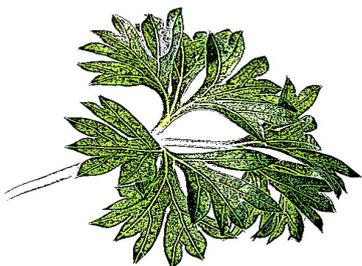
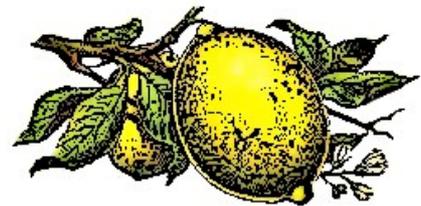


Chocolat noir

Consommer du chocolat noir a des effets positifs sur la réduction de la pression artérielle.

Citron

Boire à jeun le jus d'un citron mélangé dans une tasse d'eau tiède.



Persil

Boire à jeun une infusion de persil.