Curcuma au miel un antibiotique naturel

Les vertus du curcuma au miel appelé miel d’or:

Le miel au curcuma cumule les vertus du curcuma, celles du miel, mais aussi le résultat de l’interaction de ces deux aliments miracles.

Cela fait du mélange un bon remède anti inflammatoire et analgésique, permettant de lutter contre toutes les douleurs, principalement les douleurs liées aux rhumatismes, arthrite, arthrose et toutes les maladies inflammatoires : articulaires, musculaires, cutanées, etc. En plus de calmer la douleur, il permet de soulager et de limiter l’inflammation.

Il permet de lutter contre l’ostéoporose, en contrôlant la libération de certaines protéines qui causent des inflammations et qui détériorent les os, mais également le cartilage.

Formidable antioxydant, le curcuma au miel permet de lutter contre l’action des radicaux libres et donc de lutter contre les maladies liées au vieillissement prématuré des cellules : cancer, Alzheimer, etc.

Le miel d’or est un formidable fortifiant et stimulant général : stimulant du système immunitaire, nerveux, digestif, stimulant cérébral, bref, il est excellent pour un bon état de santé général.

Le miel et le curcuma ont tous les deux un impact bénéfique sur le foie, en permettant de le protéger, le stimuler et le purger des excès : alcool, sucre, etc.

Vous souffrez d’insomnie et de troubles du sommeil ? Vous souffrez de stress, d’anxiété et d’état dépressif ? Le miel au curcuma est votre allié, avec ses vertus calmantes, relaxantes et stimulantes, il permet d’après certaines études, d’obtenir naturellement, sainement et sans accoutumance, les mêmes effets que le Prozac.

Vous souffrez de problèmes de digestion ? Mangez de ce miel épicé pour réguler la flore intestinale et tous vos problèmes intestinaux : flatulences, ballonnements, crampes et brûlures d’estomac, ulcères, constipation, diarrhée.

C’est un des meilleurs antibiotiques naturels et il possède des propriétés antiseptiques sans pareil, permettant de lutter contre les petites infections et maux de l’hiver : grippe, rhume, congestion nasale, bronchites, angines et autres irritations de la gorge. Cet effet est accentué avec ses vertus stimulantes du système immunitaire.

Ce remède permet une baisse du mauvais cholestérol (Ldl-cholestérol), une régulation du taux de sucre dans le sang (diabète) et la stimulation du métabolisme et de l’évacuation des graisses permettant de perdre du poids.

Plus étonnant, on peut aussi en faire une application externe. Avec ses propriétés antiseptiques, antifongiques, antibactériennes et cicatrisantes, c’est un excellent remède pour les affections de la peau : cicatrice, plaies, éraflures, eczéma, acné, psoriasis, etc.

La recette du curcuma au miel:

Ingrédients:

- 100 g de miel d’abeilles
- 10 g de curcuma en poudre (une bonne cuillère à soupe)

Préparation:

Mélangez le curcuma et le miel et jusqu’à obtenir un mélange homogène, et c’est prêt !

Conservez le miel au curcuma dans un bocal en verre avec un couvercle.

En prévention:

Nul besoin d’attendre une maladie pour se soigner, consommez le miel d’or de manière préventive, à raison d’une cuillère à café tous les matins à jeun. C’est pour cet usage qu’il est le meilleur et le plus efficace à mon humble opinion.

En traitement curatif :

Tout dépend du mal qui vous atteint, mais de manière générale :

En cas de maladie ponctuelle (rhume, grippe, etc.), prenez 1/2 cuillère à café de miel au curcuma toutes les heures pendant toute une journée. Le jour suivant, vous prenez 1/2 cuillère toutes les 2 heures, pareil le 3ème jour.

En cas de problème digestif, buvez, avant chaque repas, un verre d’eau, de jus d’orange ou de lait avec une cuillère à café de curcuma au miel dilué.

En cas de problème cutané, appliquez le miel au curcuma directement sur la peau.

Contre indications du miel d’or :

Ce sont plus des précautions que des contre-indications, les nombreuses études menées à ce sujet n’ayant jamais montré d’effets indésirables.

Le curcuma pourrait avoir une interaction avec certains médicaments. Il pourrait accroitre l’effet d’anticoagulants ou de traitement anti diabétiques.

Le curcuma est à consommer avec prudence en cas de troubles de la vésicule biliaire. Même s’il aide à réguler la production de bile, en cas d’obstruction des voies biliaires (calculs par exemple), la prise de curcuma pourrait aggraver le problème.

Il est souvent déconseillé, toujours par principe de précaution, de trop consommer de curcuma pour les femmes enceintes et qui allaitent.