

## طرق تنظيف الرحم من الدورة

-المكونات:ملعقة صغيرة كمون مطحون/ نص ملعقة صغيرة رشاد مطحون/7حبات حبة سودة مطحونة/7حبات حلبة حب لا تطحنية علشان

2\_طريقة الاستعمال:تعجن مع بعضها وتؤكل مع كاس ماء دافئ (ملاحظة:الافضل ان يكون مع ماء ويجب ان يكون دافئ)وتؤكل على الريق في الثلث

3\_دواعي الاستعمال:أ- لتنظيف الرحم وستلاحظين خروج قطع من الدم المتكتل والمتجمد فلا تخافين لانة يزيل باذن الله كل الاوساخ والترسبات

ب\_ان كنتي مجهزة وقر لك عملية تنظيف تكفيك هذه الطريقة لكي تنظفي رحمك من غير عملية وهناك الكثير ممن جرب هذه الطريقة

ج\_بعد الولادة وخاصة الولادة القيصرية يكون فيها نزول الدم قليل ولما تظف المراة بسرعة هذه الوصفة تنزل كل المتبقى في الرحم باذن الله.

د\_واذا كنتي تشكين من الام او جفاف بالارحام ستلاحظين الفرق بعد استعمال الوصفة.

4-الاثار:ستلاحظين بان حتى بطنك اصبحت لين يعني لو معك امساك ستستفيدين ايضا من الوصفة باذن الله كما جربنا في كذا حالة لانتوجد اي