

## Ожирение

- Сок капусты белокочанной. Пьем свежий сок капусты за 30 - 40 минут до еды 3 - 4 раза в день, начиная с пол стакана на прием и увеличивая до 1 стакана. Курс лечения 3 - 4 недели.

- Семена петрушки огородной - 20 г, семена фенхеля - 20 г, кора крушины - 50 г, листья мяты перечной - 15 г, корни одуванчика лекарственного - 15 г. Заливаем 2 столовые ложки сбора 0,5 л кипятка, настаиваем в течение 30 минут. Настой пьем утром натощак.