

TYTUŁ: Jak pozbyć się nadmiaru wody z organizmu**CENA: DO UZGODNIENIA**PARAMETRY: **Nowy**

DANE KONTAKTOWE:

Sprzedający: **GetFit** (: Krys :.)

Adres:

Miasto: **Pruszków**Województwo: **mazowieckie**

Telefon:



OPIS:

Cierpisz z powodu obrzęków i nie wiesz, jak pozbyć się nadmiaru wody z organizmu? Warto zacząć od wizyty u lekarza i sprawdzić, czy nie ma jakiejś toczącej się choroby nerek, wątroby itp.

Jeżeli ze zdrowiem wszystko wydaje się w porządku, ale ciągle cierpimy na nadmiar wody w organizmie, warto zająć się szeroko pojętą higieną życia. Zdrowy sen, odpowiednia dieta (jak najmniej produktów przetworzonych, soli i tłuszczu), aktywność fizyczna to nie tylko modne hasła, ale rzeczywista, prosta i zdrowa profilaktyka nadmiaru wody w organizmie. Jeśli zastanawiasz się jak pozbyć się nadmiaru wody z organizmu, musisz zadbać również o odpowiednie nawodnienie organizmu i regularnie pić wodę.