

Доста хора страдат от дискомфорт по време на пътуване.

Какъв е начина да бъдат намалени неприятните усещания?

Решението е в джинджифилът. Може да дъвчете парче джинджифил преди да тръгнете на път или да приложите следната рецепта.

Взимате едно парченце джинджифил и го запарвате в 200 мл гореща вода. Оставяте го да се запари 10 минути, след което слагате течността в термос. Когато почувствате неразположение по време на пътуването, пийте от чая.

.**Какво е действието на джинджифила?**

Джинджифилът намалява контракциите в стомаха и червата и потиска стомашните сокове .