

RESEP ULTIMATE

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

2 kelingking kunyit

1 jempol jahe

1 bj jeruk nipis

3 sdm Madu cari yg kemurniannya jelas 300ml
air

Cara membuat :

Iris/parut/geprek kunyit dan jahe. Masak
dengan air hingga panas jgn sampai mendidih.

Tunggu hangat lalu beri perasan jeruk nipis.

Tambahkan Madu

Manfaat:

- memelihara saluran pencernaan
- daya tahan tubuh
- anti kanker dan tumor
- bisa untuk terapi haid yg tidak teratur
- bisa untuk promil



DETOX RAHIM

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan :

250ml Air + jahe

3,5cm kayu manis

1 sdt kapulaga (+/- 5-7 biji)

1 biji cengkeh

1 sdt ketumbar

Madu

Cara :

1. Rebus air+jahe sampai hangat atau mendidih 2 menit saja
2. Masukkan kayu manis, kapulaga, cengkeh, ketumbar ke dalam gelas lalu tuang air rebusan jahe, tunggu hangat baru tambahkan madu



DETOX REPRODUKSI

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

2 batang kayu manis

1 ruas jahe 600 ml Air

.

Cara

Rendam semua bahan

Diamkan min 6 jam

Ini infused water untuk Detox
Reproduksi.

.

Manfaat nya :

- 👉 meringankan nyeri haid
- 👉 mendetox bagian reproduksi
- 👉 mendetox perut
- 👉 tubuh lebih bertenaga



RESEP KISTA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.Bahan

3-5 batang licorice

1/2 gelas rumput laut

Air secukupnya

Cara

Didihkan licorice di dalam air hingga keluar aroma dan warna, tambahkan rumput laut setelah hangat di minum

.

Tambahan

3 sdm vco setiap hari

Minum wedhang Jahe dan kunyit



RESEP KEPUTIHAN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 Jempol jahe

2 Jempol Kunyit

Asem jawa secukupnya

[Madu](#) secukupnya

250-300 ml air secukupnya Cara

Rajang / iris tipis jahe & kunyit seduh dengan air mendidih masukan asam jawa diamkan hingga hangat tambahkan madu minum selagi hangat minum sehari sekali

.

Manfaat

Mengatasi keputihan ,Haid tidak pernah teratur/ tidak pernah haid, Nyeri haid, Masalah haid yang lain, bisa juga untuk promil



RESEP HAID BERLEBIHAN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 batang kayumanis

1 jempol jahe

2 sdm madu

300 ml air panas

.

Cara

seduh kayumanis dan jahe atau di
rebus dengan api kecil hingga
hangat matikan
kompor setelah hangat
tambahkan madu

.

jika perdarahan banyak minum 2-3 x sehari jika tidak banyak minum 1 x
sehari minum sebelum makan



RESEP MEMPERLANCAR HAID

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 jahe

2 jempol kunyit

1 batang sereh

Asem jawa secukupnya

Gula Aren / Madu secukupnya

Air secukupnya

cara

Rajang / potong halus jahe, kunyit,
sereh seduh dengan air mendidih
masukan asam jawa setelah hangat beri

[Madu](#) /

gula aren Mengatasi :

haid tidak teratur / tidak pernah

haid, keputihan Nyeri haid bisa untuk promil



RESEP UNTUK TUBA PALOPI

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1-2 kunyit ukuran Sejempol dewasa lada hitam seujung sdt

300 ml air

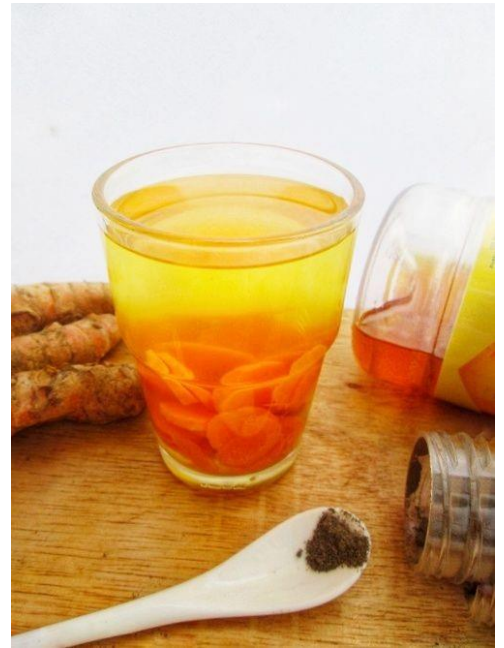
madu secukupnya

.

cara

kunyit di parut/ di iris di seduh dengan air panas tunggu hangat

beri madu dan lada hitam



RESEP PROSTAT VITALIS SUAMI DAN PROMIL SUAMI

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

🍉 Infusedwater semangka (yang ada bijinya) Rendam semangka di dalam air 600 ml, selama 2 jam

Atau bisa juga dengan membuat :

🍉 jus Semangka (daging, kulit putihnya dan biji)



RESEP MEMPERBANYAK SPERMA

. Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1/2 sdt kunyit bubuk

2 cap habatasuda serbuk Cara

1/2 sdt kunyit bubuk di campurkan dengan 2 cap habatasuda serbuk
lalu di sedug dengan air hangat secukupnya



RESEP BATUK/PILEK/ASMA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

3 sdm jahe bubuk

3 sdm Lemon juice/jeniper

3 sdm kunyit bubuk

1 sdm kayumanis bubuk

1/4 [Madu](#) (50 ml)

.

Cara

Semua bahan di blender masukan di wadah kaca masukan kulkas Minum 1 sdm setiap pagi

dan 1 sdm di malam hari



RESEP ALERGI

Sumber : Twitter @zaidulakbar

. Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 batang kayumanis

3-5 biji cengkeh

3 biji bunga lawang

200-300 ml air panas

Madu secukupnya

Cara

Seduh semua bahan dengan air panas, kecuali madu Setelah hangat tambahkan madu

Minum selagi hangat



RESEP SAKIT KEPALA / PUSING

Sumber : Twitter @zaidulakbar

. Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 ruas jahe

250 ml air

[Madu](#) secukupnya

.

Cara

Seduh jahe dengan air panas

Setelah hangat beri madu secukupnya



RESEP VERTIGO

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 ruas jahe

1/2 jeniper

1 kayumanis

250 ml air

Madu secukupnya

Cara

Seduh semua bahan

Setelah dingin beri madu
secukupnya



RESEP FLU

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 ruas jahe

1 batang kayumanis

3 buah cengkeh

2 sdm madu

½ sdt beepolen

200-300 Air

.

Cara

jahe di geprek / potong koin

/parut

Tambahkan kayumanis dan cengkeh Diamkan
hingga hangat tambahkan madu dan
beepolen



RESEP ANTI FLU

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 buah kunyit seukuran kelingking 1 buah Jeruk nipis peras

1-2 sdm Madu

.

cara

Seduh/rebus kunyit (tidak sampai mendidih)

tunggu

hangat beri jeruk nipis dan [Madu](#)



RESEP MIGRAIN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

2 sendok kayumanis

1-2 sdm Madu

Cara

Campurkan semua bahan

.



RESEP SAKIT KEPALA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

[Madu](#)

Garam Himalaya / himsalt

.

Cara

Makan sedikit garam terus baru madu
(madunya nyuplai glukosanya garam buka pintu-
pintu reaksi energinya)



RESEP ANTI RADANG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 sdt kunyit bubuk

1 jeniper

Seujung sdt lada hitam

300 ml air hangat

Madu secukupnya

.

Cara

Campur semua bahan aduk
rata

Segera minum selagi hangat



RESEP TEH ANTI PILEK

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 sdt teh bubuk

Sejempol dewasa jahe

5 butir kapulaga

Seujung sdt cengkeh

.

Cara

Rebus semua bahan dalam 300-400 ml air sampai mendidih dinginkan lalu minum, tambahkan madu .

Minum 2-3x sehari



BATUK KERING UNTUK DEWASA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 buah sereh

1 jempol jahe

1 buah jeruk nipis

1 sdm [Madu](#)

350 ml air

.

cara

Iris/geperek/parut jahe dan sereh masukan ke dalam air matang hingga berubah warna (tidak perlu sampai mendidih)

tunggu hangat beri jeruk nipis dan madu



RESEP BATUK KERING

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

250-300 ml Air

½ jeniper

[Madu](#) secukupnya

.

Cara

Air tambahkan madu

Dan jeruk nipis peras

.



RESEP BATUK BERDAHAK

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 sdt cengkeh

3 bunga lawang /pekak

250 - 300 ml air

Madu secukupnya

.

Cara

Seduh semua bahan dengan air panas, setelah hangat tambahkan madu .

Batuk berdahak paling sering disebabkan oleh infeksi dari bakteri, virus, atau jamur yang menyerang saluran pernapasan.

Infeksi tersebut membuat produksi lendir jadi lebih banyak.



RESEP OBAT BATUK/PILEK UNTUK BAYI

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

Air kurang lebih 1 liter

3 batang serai

10 buah cengkeh

1 sdm minyak habatusauda

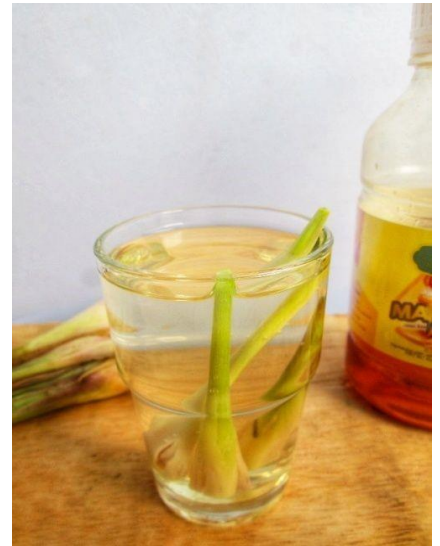
.

Caranya

Rebus semua bahan ketika sudah beruap uapnya di arahkan ke bayi atau

Minyak habattusauda bisa di balurkan ke dada dan punggung bayi

tambahkan sedikit vco



RESEP MENGHILANGKAN MUKUS/LENDIR

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

Air panas

Satu batang sereh yang sudah di geprek

1-2 lembar daun jeruk

.

Caranya

Maskan semua bahan kedalam gelas

Minum selagi hangat

.

Manfaatnya

Memhuang mukus/lendir di

saluran cerna



RESEP DEMAM

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

Putih telur

Madu

.

Cara

Putih telur aduk & kocok sampai

rata,

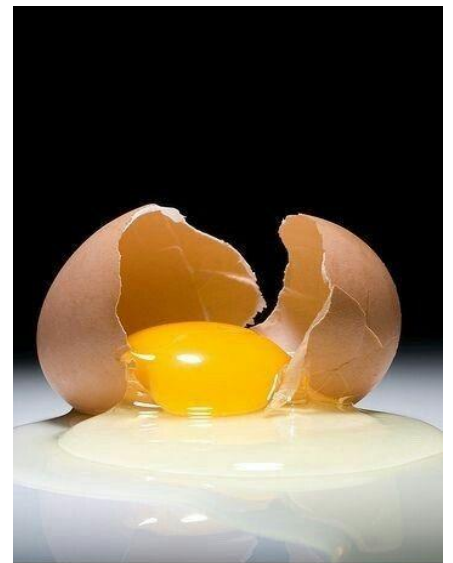
lalu campurkan madu aduk hingga tercampur rata

buat dewasa boleh

buat anak apalagi

Sumber Twitter @zaidulakbar

Pic Pinterest



RESEP MASUK ANGIN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1jempol jahe

1 sdm madu

300 ml air

.

cara jahe di geprek seduh dengan air

panas tunggu hangat lalu tambahkan madu

minum selagi hangat



RESEP TYPHUS

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1/2 sdt kunyit bubuk

1/2 - 1 jeruk nipis peras seujung sdt lada hitam 300 ml air hangat

madu secukupnya

Cara

campur semua bahan menjadi satu, segera minum selagi hangat



RESEP DEMAM BERDARAH

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

Beras merah 10 gr

Air kelapa 85 gr

Kedelai Non GMO 5 gr

.

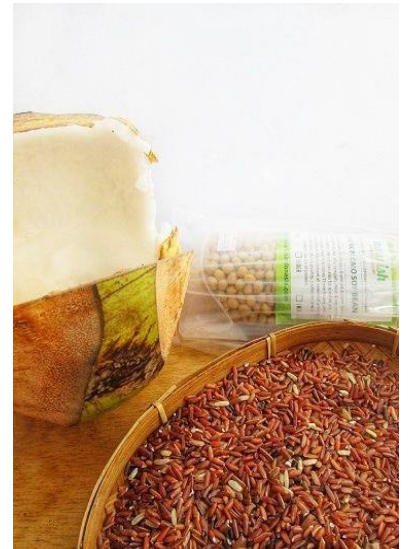
Cara

Blender ketiga bahan tersebut

.

Manfaat

Stimulasi imun sistem, Menaikan trombosit



RESEP SINUSITIS

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 bonggol nanas

1 cap habatasauda

1 gelas air

Cara

Blender semua bahan

Tuang ke dalam gelas

Tunggu hingga mengendap

Minum air bagian atasnya saja



RESEP ASAM LAMBUNG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

1 ruas jahe

1 batang kayumanis

1 sdt ketumbar

Madu secukupnya

.

Cara

Tuang semua bahan ke dalam gelas dengan air 250-300 ml air panas, tunggu hangat beri madu secukupnya



RESEP MAAG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bisa juga untuk Batuk berdahak

.

Bahan

7 lembar daun mint

1 ruas jahe di geprek

250 ml air mendidih

Madu secukupnya

.

Cara

Seduh jahe dan daun mint dengan air mint, tunggu hangat

tambahkan madu secukupnya

.



MASALAH PENCERNAAN MAAG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

3 buah jeruk nipis peras 3 sdm

madu seujung sendok himsalt

Air hangat secukupnya

.

cara

Campur semua bahan

Aduk hingga rata

Minum selagi hangat

Minum sebelum makan

Sehari sekali



MASALAH GERD

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

kurma

1 ruas jahe (Iris/geprek)

300 ml air

.

cara jahe dan kurma yang di belah masukin ke dalam botol yang berisi air bersama bijinya

.

Rendam min 6 jam



RESEP USUS BOCOR (LEAKY GUT)

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic. Pinterest

.

Bahan

Biji semangka

Madu secukupnya Air secukupnya .

cara

Haluskan biji semangka

di tumbuk , baru kasih air dan madu

.

Manfaatnya

Leaky gut

Kesuburan pasutri

.

dan resistant starch terbaik adalah biji kurma caranya cemplungin biji kurma bersama bijinya ke dalam air untuk infused water, Zen dan zinc yang tinggi di biji semangka Dan termasuk resistant starch (serat yang masuk ke usus dan bisa memperbaiki pencernaan dan tidak terserap sempurna, tapi menariknya bisa ngebonding dengan toksin toksin yang ada di dalam usus, merupakan salah satu treatment terbaik untuk usus bocor



DETOX USUS

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic. Pinterest

Bahan

1 buah alpukat

2 sdm madu

1/2 sdt bubuk kopi Air secukupnya . cara
membuat Blender sampai hancur

Minum sebelum makan

.

Manfaat

Mengikat mukoid mukoid usus, Detox usus

Memperbaiki pencernaan



RESEP MEMBERSIHKAN COLON /USUS BESAR

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1/2 pepaya matang

1 buah jeruk nipis

Madu secukupnya .

Cara

Pepaya di potong potong / blender, setelah hancur tuangkan perasan jeniper, setelah itu tambahkan madu

secukupnya . Manfaatnya

Melancarkan BAB

Membuang lemak jahat di usus

.

Di minum terbaik : saat perut kosong, full enzim, full mineral dan basanya tinggi



RESEP PELANCAR DARAH

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 ruas jahe di bakar / di panggang

1 ruas kunyit di bakar/ di panggang

1 buah kencur di bakar / di panggang

300 ml Air

Gula aren secukupnya 3-5 kapulaga sedikit kayumanis

Cara

campur semua bahan seduh dengan air panas

minum setelah hangat

.

Manfaatnya

Darah akan lancar,Tubuh akan hangat,Usus akan lebih

baik,BAB lancar,jantung akan lebih sehat,lendir di

badan akan raib, lemak di

badan akan raib



RESEP DIABETES

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 sdt kayumanis

1 sdt madu

250 ml air panas

.

cara

seduh kayumanis dengan air panas tunggu
hangat

tambahkan madu

.



RESEP BATU EMPEDU

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

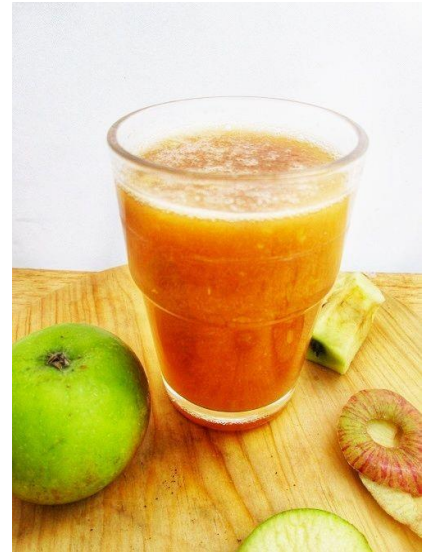
Bahan

2-3 buah apel

air secukupnya cara membuat
blender apel dengan air

Minum saat perut berisi (jika punya masalah
dengan pencernaan) .

Jika tida punya masalah dengan pencernaan,
bisa di minum langsung saat perut kosong



RESEP BATU EMPEDU

Sumber : Twitter @zaidulakbar

. Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

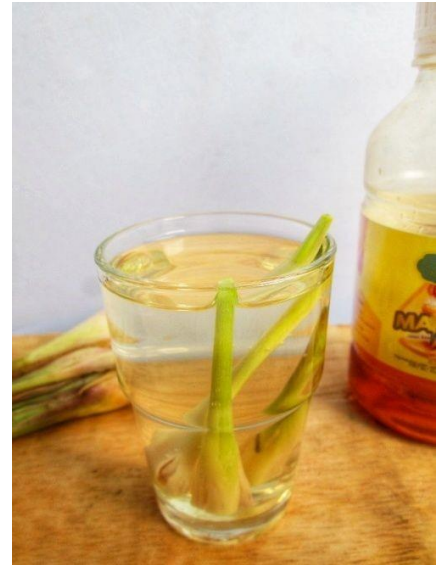
3 batang sereh Air secukupnya

madu secukupnya

.

Cara

Didihkan sereh dalam air tunggu hangat,
tambahkan madu minum selagi hangat



RESEP MEMPERKUAT GINJAL

Sumber : Twitter @zaidulakbar.

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

5 butir cengkeh

5 butir kapulaga

3 butir bunga lawang

200 ml air panas

Cara

Seduh semua bahan dengan air panas segera minum setelah hangat .

Konsumsi setiap hari setiap pagi

.



RESEP PENGAPURAN/NYERI TULANG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

3 buah jeniper

2 sdm madu

1 gelas air hangat

Seujung sdt himsalt

.

Cara

Campur semua bahan menjadi satu .

Minum selagi hangat

.

Manfaat

Bebas dari masalah pencernaan, masalah keasaman tubuh

.



RESEP ISK (INFEKSI SALURAN KENCING)

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1/4 gelas murni madu

1 sdt kunyit bubuk 2 tetes jinten hitam / vco / lada hitam / jinten hitam bubuk 2 kapsul

.

Cara

Campur semua bahan dalam madu

Jadikan seperti bubur Simpan dalam kaca dan taruh dalam kulkas

.

Konsumsi 2-3 sdm sehari



RESEP PENURUN KOLESTEROL

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

3 wortel

2 batang seledri

1 buah jeruk

1 buah lemon

1,5 jempol dewasa kunyit

1 jempol dewasa jahe

1 kale besar

1/4 sdt lada hitam

.

Cara

Blender semua bahan beri air dikit bisa
tambahkan madu



RESEP ANTI RADIKAL BEBAS

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

Air Kelapa 300 ml

1 kapsul habattusauda (buka kapnya gunakan serbuknya)

Es batu balok ukuran besar

.

Cara

Blender air kelapa dan dagingnya dengan serbuk habattusauda masukan ke dalam wadah kaca, simpan wadah tsb ke dalam baskom yang sudah di beri es batu (apabila es mencair, masukan lagi es batu yang baru) tunggu sampai mengendap selama 6 jam minum sarinya saja (bagian atasnya bukan endapannya)



RESEP ANTI RADIKAL BEBAS

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

Air Kelapa 300 ml

1 ruas kunyit (kupas kulitnya) kemudian di iris

Es batu balok ukuran besar

.

Cara

Blender air kelapa dan dagingnya dengan kunyit masukan ke dalam wadah kaca, simpan wadah tsb ke dalam baskom yang sudah di beri es batu (apabila es mencair, masukan lagi es batu yang baru) tunggu sampai mengendap selama 6 jam minum sarinya saja (bagian atasnya bukan endapannya)



RESEP HIPERTIROID

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 jempol jahe

1 kelingking kunyit

2 sdm madu

1 jeruk nipis

250 ml air panas

.

Cara

Rajang halus/parut jahe dan kunyit lalu seduh dengan air panas diamkan sampai hangat kasih madu dan jeruk nipis



RESEP HIPOTIROID

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

2 kapsul habattusauda / hari

cara

Minum 1 kapsul pagi hari

dan 1 kapsul malam hari



RESEP DIARE

Resep dari Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

▶ Larutan Oralit 300 ml air hangat 2-3 sdm madu 1/2 sdt himsalt
cara : campur semua bahan menjadi satu, minum

.

▶ Jus jambu biji 1 buah jambu biji 3-5 lembar
daun jambu biji (tidak terlalu muda dan tidak terlalu tua) .

▶ Minum air hangat dan kurma nipis dan
madu

RESEP INSOMNIA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

Segenggam kangkung

Segenggam toge

2 gelas air cara

rebus kangkung dengan 2 gelas air, Masukkan toge setelah kangkung agak layu

Biarkan 1 menit,matikan kompor

Bagi menjadi 2 gelas

Minum siang dan malam



DEMAM UNTUK ANAK DI BAWAH SATU TAHUN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

kunyit 1 buah kelingking di blender dengan air siap minum 300 ml,endapkan hasil blenderan

Ambil sari dari hasil blender tadi tambahkan madu 1 sdm lalu minum

RESEP ANTI MABUK PERJALANAN

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

Jahe

Air secukupnya

Madu

Caranya

Iris jahe tambahkn air panas

tunggu hangat tambahkan madu



RESEP PENINGKAT TROMBOSIT

.

Sumber Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

1 buah jambu merah biji 5 lembar daun

jambu(tidak tua,tidak muda) sedikit himsalt

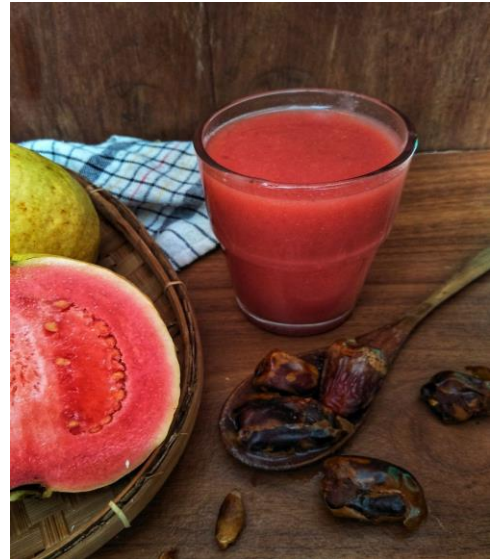
Madu secukupnya kurma (ganjil)

Air secukupnya

.

cara

Blender semua bahan



BALSAM UNTUK ANAK

Sumber Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu Bertuah](#)

Pic ig @zaidulakbar

.

Bahan

VCO 60 ml

10 tetes minyak kayuputih

murni

.

Cara

Campurkan semua bahan



RESEP THALASEMIA

Sumber Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

1 bit : 1 kurma : 1/3 kunyit

Misal

10 gram bit : 10 gram kurma : 3 gram kunyit

Cara

Blender semua bahan menjadi satu

Thalasemia :

Kelainan darah bawaanyang di tandai oleh

kurangnya protein,pembawa oksigen (hemoglobin) dan jumlah sel darah merah

dalam tubuh yang kurang dari normal



ANTI MUAL /ANTI MABUK/DIARE/KEMBUNG

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

5-7 lembar potongan kayu secang

Sejempol dewasa jahe(geprek)

Air panas mendidih 300-400 ml

3-5 potongan kecil pandan

1-2 sdm Madu

.

Cara

Seduh jahe dan secang tambahkan potongan pandan diamkan hingga hangat tambahkan madu



RESEP HIPERTENSI .

Resep dari Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

2 siung bawang putih

250 ml air panas

.

Cara

Haluskan bawang putih setelah itu
campurkan ke dalam air panas lalu tutup
gelasnya minum selagi hangat

.

Konsumsi sehari sekali atau 2 hari sekali

Di iringi makan buah semangka, timun dan sayur

.

Manfaat

Menurunkan tekanan darah tinggi

Melancarkan peredaran darah

.

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic. pinterest



RESEP TEKanan DARAH TINGGI

Bahan

Beberapa lembar daun sirsak
(ganjil)

1-2 gelas Air

.

Cara

Rebus daun sirsak hingga mendidih . Konsumsi
buah yang banyak mengandung air
juga dapat menurunkan tekanan darah tinggi

.

Resep dari Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic Pinterest



RESEP ASAM URAT

.

250 ml Segelas rumput laut murni

300 ml Air jahe

1 sdt chiaseed sudah lembut dan siap pakai (seduh dengan air panas terlebih dahulu) /bisa juga selasih

Kurma potong kecil kecil

.

Cara

Campurkan semua bahan dalam wadah/gelas

.

Resep dari Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#)

Bertuah



RESEP KEKURANGAN KALSIUM

.

Bahan

Wedang jahe

Kolang kaling

Rumput laut

Madu

1 sdm minyak zaitun /vco

.

cara

Penuhi gales dengan rumput laut dan kolang kaling yang sudah di potong tambahkan dengan wedang jahe masukan madu setelah hangat tambahkan zaitun atau vco

.

Resep dari Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic. Pinterest .



RESEP ANTI PEGAL LINU

.

Bahan jahe Kolang
kaling

Rumput laut

Kurma secukupnya

Madu secukupnya

.

Cara

Rebus air dengan jahe

Tambahkan rumput laut & kolang kaling,

Tambahkan kurma & madu sesuai selera

.

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pinterest pic



RESEP MENGHADANG VIRUS/PERUBAHAN CUACA

Sumber : Twitter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

- 3-5 lembar kayu secang -1 sdm Madu
- 1 batang serai -300 ml Air
- 1 buah Jahe seukuran jempol

.

cara

Seduh semua bahan, kecuali madu
setelah hangat tambahkan madu

.

Manfaat

Menghadang virus

.

Aturan minum

Pengobatan : 1-3 x sehari Pencegahan: 1 x sehari di
selingi dengan ramuan lain



RESEP ANTIBIOTIK

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

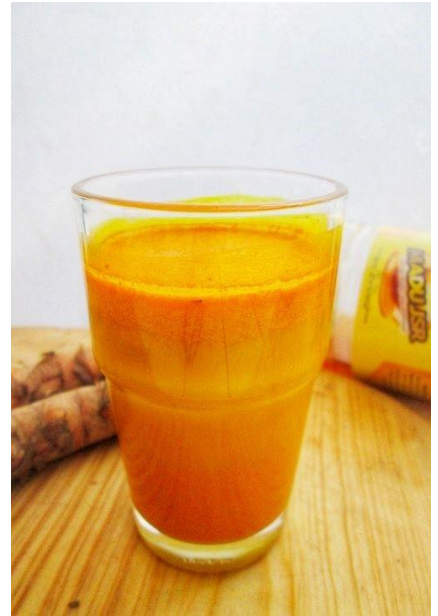
Bahan

2 sendok bubuk Kunyit

3 sendok Madu secukupnya

.

Dua king herbal ini jika di
minum rutin akan membuat tubuh, terhindar dari
masuknya bakteri jahatMembuat tubuh
sehat dan terjaga



DETOX LIVER

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Bahan

Segelas rumput laut murni

Air jahe segelas

Chiaseed 1 sdt

Kurma potong potong

.

Cara

Campur semua bahan
di kunyah hingga lembut

.

Manfaatnya

Asam urat

Susah BAB

Kolesterol

Darah tinggi

Kanker (konsisten selama 6 bulan)

Rumput laut sebagai libido booster

Detox liver yang mengalami perlemakan



RESEP JANTUNG JSR

Bahan

1/4 Bawang putih

1/4 Jahe merah (jangan jahe yang lain) 1/4 kg Apel malang 3/4 gelas belimbing- jeruk lemon 3/4 gelas cuka apel 6 gelas belimbing air .

Blender semua bahan, kecuali madu, masak sampai mendidih sambil di aduk setelah dingin, saring masukan madu

.

Sehari minum 3 sendok plastik pagi malam dan waktu mau tidur

Minum sebelum makan

Masukin kulkas tahan 1 bulan

Sumber dr @zaidulakbar

Pic Pinterest



RESEP AUTOIMUN

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Bahan

Daun Sereh 2 Batang diiris-iris tipis.

Jeruk Nipis (1/2 sd 1 Buah)

Sesuai Selera ya.

Madu

Cara Buat :

Daun Sereh yang sudah dipotong-potong tadi direbus sampai mendidih / rendam dalam air hangat dengan air kira-kira 300 ml sd 400 ml tunggu sampai keluar uapnya dan air berubah warna. Lalu saring dan diamkan sampai hangat & peras jeruk nipis 1/2 sd 1 buah (sesuai selera)

Setelah hangat

campurkan madu secukupnya sampai manis (sesuai selera)

Dalam 1 hari bisa diminum 3 sd 5 kali ya.

Semoga Allah mereset ulang imunnya.

.

Yang tidak memiliki riwayat Autoimun, minuman ini bisa juga dikonsumsi karena banyak khasiatnya juga, diantaranya :

- Menyeimbangkan Kolesterol
- Asam Urat - Nyeri Sendi - Memperbaiki Pencernaan



RESEP JANTUNG SEHAT JSR

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

2-3 sdm ketumbar

300-400ml air

3 sdm madu

.

Caranya :

Masukin ketumbar ke panci, tambah air.

Didihkan sampai air berubah warna.

Matiin kompor, pindahin ke gelas. Tunggu sampe rada anget. Udah anget, tambahin madu.

Minum deh



RESEP ULTIMATE JAHE JSR

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Cukup 1 potong sedang jahe di geprek + 3 helai kecil pandan , seduh pake air mendidih maka dan tambahkan madu secukupnya(saat hangat) maka yang terjadi adalah: (diminum saat hangat yaaa)

.

👉 Maag dan gerd anda akan kabur

👉 Mual mual akan hilang

👉 Lambung anda akan bahagia luar biasa 🍵 Jahe dan pandan sebelum tidur spt ini akan membuat

anda mudah mudah tidur 🍵 Reproduksi anda akan bahagiaaa luar biasaa, sperma ovumnya segera beraksi 🍵 Jantung anda akan tenang dan bahagia

👉 Pencernaan anda akan super hepi



JUICE ANTI VIRUS MINUMAN KAYA ENZIM DAN ASAM AMINO

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

3 potong kecil nanas

3 buah kurma

2 cap habatasauda

$\frac{1}{3}$ sdt beepolen

1 sdm madu

300 ml air

.

Cara

Blender semua bahan . Manfaatnya anti virus, bisa jg untuk penguat pencernaan dan meningkatkan HB



MORNING DETOX JUICE

Resep by By dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali
oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

3 butir kurma

½ apel lokal

½ pisang

1 jahe bonggol kecil

1 sdt chiaseed

.

Cara

Blender semua bahan

Beri air secukupnya .

Minum setiap pagi hari

RESEP CHELATION THERAPY

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Bahan

Ambil tape sepotong

1 - 3 kurma

300 ml air

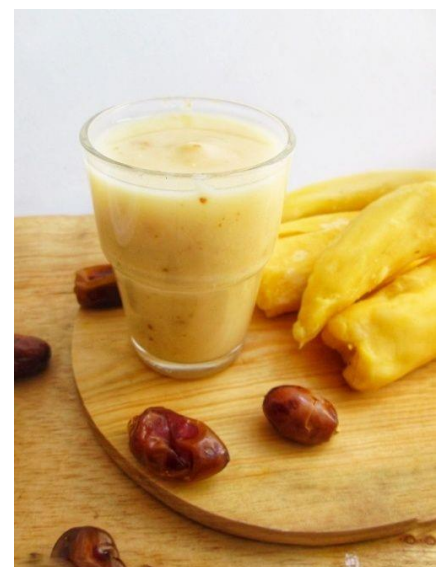
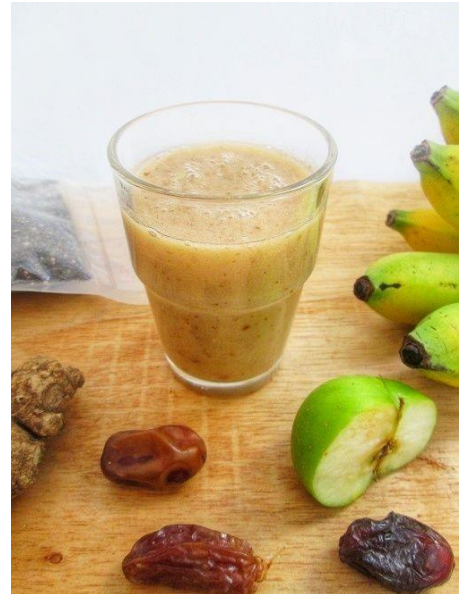
.

Cara

Blender semua bahan

.

Di tape ada termasuk jenis susu fermentasi yang di raginya mempunyai 2 fungsi



1. Menetralsir kelebihan logam berat
2. memanfaatkan logam transisi esensial yang di butuhkan untuk transfer energi seluler

.

Manfaatnya

Bukan hanya dari sekedar enzim suplier saja tapi sampe kategori Chelation therapy / mengakat logam berat_

DETOX CANGGIH

Resep by dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

Jeruk nipis secukupnya

Charcoal secukupnya

Madu secukupnya

.

Cara

Campur air perasan jeniper tambahkan madu dan charcoal aduk rata

.

Manfaat

Menyedot toxin di tubuh

Mempercepat penyembuhan luka .



HERBS DRINK MORNING JUICE

Bahan

7 buah wortel

2 apel hijau

1 jahe ukuran ibu jari

1 buah jeruk lemon

.

Cara

Blender wortel, apel dan jahe saring, tambahkan
perasan jeruk

lemon

.

Konsumsi setiap pagi Manfaat untuk meningkatkan
kekebalan tubuh, menaikkan energy, meningkatkan
sirkulasi darah, menghilangkan radang dan nyeri pada otot
serta membantu hormon
insulin dan liver bekerja sempurna

Sumber by @buan_buana Disampaikan kembali oleh
: Madu Bertuah



HERBS DRINK UNTUK WANITA

.

Bahan

1/2 buah nanas

1 ibu jari Jahe

1 buah jeruk lemon

3 sdm madu

Cara blender hingga halus nanas dan jahe saring,
tambahkan perasan
lemon & madu

.

konsumsi 2x sehari

Manfaat

Gangguan endometriosis, cyst, myom, menstrual
cramp, yeast vagina dan
gangguan reproduksi lainnya pada wanita

.

Sumber resep by @buan_buana

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



HERBS DRINK Autoimmune Infertility

.

Bahan

1 ibu jari kunyit

2 wortel

5 sdm madu

Air hangat secukupnya

.

Cara

Blender wortel dan kunyit hingga halus kemudian saring

tambahkan air hangat dan madu

Sumber Resep by @buan_buana

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



HERBS DRINK UNTUK MASALAH PARU PARU

Bahan

5 buah wortel

1 buah apel

2 buah kecil bawang putih

1 genggam daun bayam

1 buah jeruk lemon

.

Cara

Blender semua bahan tanpa jeruk lemon saring,
tambahkan perasan jeruk lemon

.

Konsumsi 3x sehari

.

Manfaat untuk Penyakit Paru2 seperti asthma, respiratory problems,
bronchitis, pneumonia, emfisema, TB dan gangguan paru2 lainnya,

Sumber @buan_buana Disampaikan

kembali oleh : Madu Bertuah



HERBS DRINK UNTUK GANGGUAN OTAK

.

Bahan

2 Buah Pisang

2 Cangkir Air Nanas

(Sblmnya Nanas dijuicer)

1/2 Cangkir Air Jahe

Madu secukupnya

Cara

Blender semua bahan hingga

halus tambahkan madu

.

Konsumsi pagi dan sore

Manfaat

Mampu Mengaktifkan Sistem Imunitas Tubuh Serta Menghilangkan

Fatigue Akut & Kronis, untuk minuman diabetes juga bisa Sumber

@buan_buana Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



JUICE MEMPERBAIKI HIDRASI GINJAL

.

Bahan

1 buah timun

1 buah jeruk

Madu secukupnya

Jahe seujung kelingking (jika ada permasalahan pencernaan)

.

Cara

Blender semua bahan, usahakan timun masih bisa di sendok(supaya ada kunyahan di mulut karena akan memberikan enzim dari mulut)

.

Manfaat

Melancarkan buang air kecil, melembutkan kulit, suplai enzim

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



HERBS DRINK HEMMORIODS

.

Bahan

2 buah wortel

1/2 buah nanas

(dijuicer)

masukan air parutan kunyit 1 ibu jari

Madu secukupnya

Cara

Blender semua bahan hingga halus tambahkan madu

Konsumsi 2 x sehari

Manfaat

anti inflamantory, anti cancer

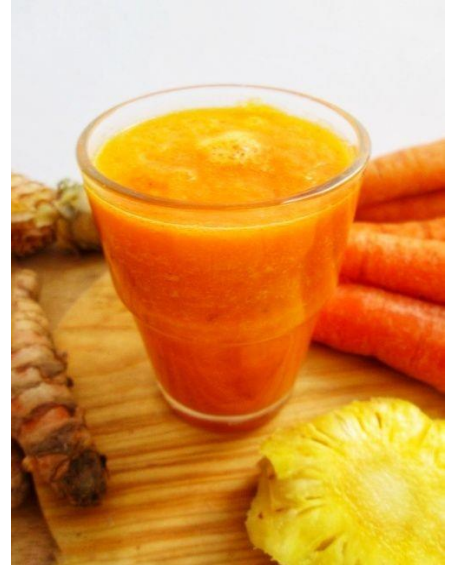
baik juga di konsumsi untuk penyakit thyroid tonic,

Imbalancing hormones, cyst, myom, prostate problems, diabetec,

GERD

Sumber @buan_buana Disampaikan

kembali oleh : Madu Bertuah



JUICE ANTI KANKER, ANTI TUMOR, PEMBERSIH DARAH

.

Bahan

5-7 tangkai seledri 1 buah jahe sejempol dewasa seujung sendok
himsalt

Madu secukupnya

.

Caranya

Blender semua bahan kecuali madu
tambahkan air secukupnya lalu beri madu
Minum sehari sekali sebelum makan

.

Sumber @zaidulakbar

Pic Pinterest



JUICE PENINGKAT FUNGSI OTAK

.

1 Alpukat

1 sdt bubuk cacao

1 kale besar

1 sdt Flaxseed

1 sdt chiaseed

1 sdt Hempseed

1 sdt dark chocolate

3 kurma

Hancurkan alpukat dengan sendok atau garpu dan campurkan dengan semua bahan

.

Manfaat

Meningkatkan daya ingat

Meningkatkan fungsi otak

.

Sumber @zaidulakbar

Pic Pinterest

PENCEGAH KANKER

.

Bahan



Kale

Alpukat

Jeruk nipis/Lemon

1 sdm Minyak Zaitun

9 buah K

Madu Secukupnya

.

Cara

Kale potong kecil-kecil (mentah)

tambahkan potongan alpukat

Beri perasan jeruk nipis di atas potongan alpukat Tuangkan minyak zaitun Aduk rata, tambahkan madu beri topping potongan kurma di atasnya

.

Sumber @zaidulakbar

Pic Pinterest



JUICE ANTI KANKER

Bahan

Buah Manggis

Madu Secukupnya

.

Cara

Blender beberapa buah manggis beserta bijinya, hingga larut menjadi satu setelah itu saring dan tambahkan madu

.

Manfaat

Mencegah Kanker

Darah tinggi

Asam urat

.

Sumber @zaidulakbar

Pic Pinterest



JUICE DETOX TINGGI ANTIOKSIDAN

Bahan

2 buah apel

2 buah timun

4 tangkai seledri

1 gengam bayam

1 jeruk nipis peras

1 ruas jahe

.

Cara

Blender semua bahan tambahkan air,
bisa

juga tidak Saring dan minum airnya

.

Konsumsi

1 X sehari (pagi/sebelum tidur)

Tidak untuk darah rendah

.

Sumber @zaidulakbar

Pic.pinterest



RESEP KELAPA ULTIMATE

sumber dr @zaidulakbar

.Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Bahan

1. Kurma 5-7 butir
2. Air kelapa 1 butir plus dagingnya (yg dagingnya lembut seperti ingusan)
3. Sejempol jahe
4. Himsalt

.

Caranya

Blender semua bahan diamkan hingga mengendap (maksimal 6 jam) “ Ambil tengahnya yg airnya CLEAR”

.

Prebiotik (kurma) bertemu dengan asam amino tinggi (air kelapa) dan Bertemu dengan produk surga (jahe) maka akan jadi kombjnasi luar biasa untuk banyak hal Di antaranya : 1. Maag / Gerd

2. Bersih bersih usus
3. Detox tubuh secara umum
4. Ngikat Logam berat
5. Anti kanker



JUS DETOX

.

Bahan

1 buah alpukat kecil

3 lembar selada

1 mangga kecil

1 sdt bubuk wheat grass

1 sdt psyllium husk

1 gelas air

Madu (optional)

.

Cara blender semua bahan Sumber dokter

@zaidulakbar

Pic. Pinterest



BOOSTER ASI

.

Bahan

Almond

Pistachio

Walnut

Hazelnut

Kurma

.

cara

Blende semua bahan Kasih air secukupnya
saring, bisa tambahkan madu

.

Sumber dokter @zaidulakbar

Pinterest pic



OSTEOPOROSIS

Bahan

4 batang seledri

1 buah timun

1/2 potong brokoli

1/4 lemon .

Caranya

Blender semua bahan

.

Sumber @buan_buana Disampaikan
kembali oleh : Madu Bertuah



RESEP MINUNAN PREBIOTIK

Bahan

½-1 buah pisang

⅓ siung bawang putih

1 sdm [Madu](#)

.

Caranya

Blender semua bahan hingga halus

Minum pagi sebelum sarapan

.

Manfaat

Prebiotik

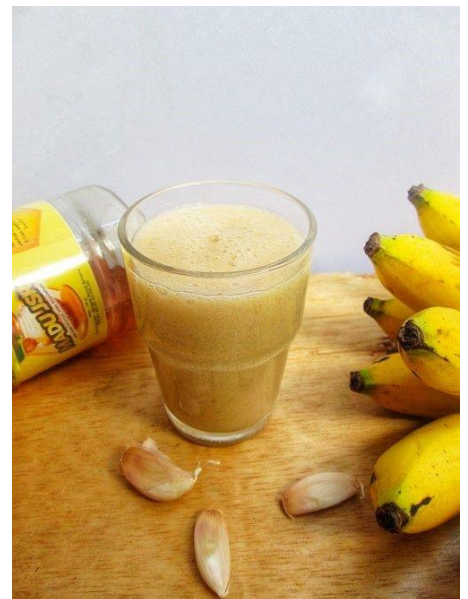
Suplier enzim pencernaan

Boost up energi tubuh

.

sumber dr @zaidulakbar

.Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



SMOOTHIE NANAS

.

1/2 buah nanas kupas dijuicer ambil airnya
masukan kedalam bkender Tambahkan 1 buah
pisang dan 1 buah wortel
blender hingga halus

.

konsumsi 3x sehari untuk menggempur lemak2 di liver
Resep @buan_buana
Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



JUICE DIABETES

5 buah jeruk (varitas jeruk apa saja) diambil airnya

3 buah wortel (di juicer) campurkan

.

Manfaatnya

Untuk DM, minuman ini sebagai penguat jantung, gangguan mata, nyeri sendi dan tulang

.

konsumsi 2x sehari (tanpa pemanis apapun)

.

Sumber @buan_buana

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



JUICE MENGATASI HORMON PADA WANITA

2 buah wortel di juicer

2 buah lemon diambil airnya

.

Manfaatnya Dapat mengatasinya gangguan Hormon pada wanita (imbalancing hormones) pemicu timbulnya keluhan dan penyakit serius pd wanita spt thyroid (hyper dan hypo), premature menopause, diabetic, kelenjar limfa, Autoimmune /lupus hingga cancer .

Bila di tambahkan dengan 1 ibu jari jahe Maka Alhamdulillah selain tinggi antioksidan juga utk gangguan mata

.

konsumsi 2x sehari sbllm makan apapun

Sumber @buan_buana Disampaikan

kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



GOLDEN LATTE

Sumber dr @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

2 gelas susu kacang (almond, pistachio
atao coconut milk jg boleh, santan bahasa
kampungnya, peras sendiri jangan
kemasan, saya pake
coconut milk) ..

1/2 sdt vanilla ekstrak (saya pake kurma)

1sdm coconut oil

1 sdm bubuk kunyit

Aduk sampai rata di diatas kompor dan tunggu hangat (jangan
mendidih ya, sampai hangat dan rata)

.

Angkat, lalu masukan bahan

1/2 sdt kayu manis bubuk

1/8 sdt lada hitam

1/4 sdt jahe

1 sdm [Madu](#)

Setelah terblend sempurna

Taburkan bubuk kayu manis diatasnya

.

Apa manfaatnya?

Nutrisi full

Kunyit ketika ketemu bahan2 lain maka terjadi hal spektakuler dalam
penyerapannya, mulai dari anti kanker, anti inflamasi, untuk
penyakit jantung, memperkuat pencernaan



JUS PEMBERSIH DARAH

.

Bahan

1 buah beet

1 buah apel

2 buah wortel

Sejempol jahe

.

Cara membuat

Blender semua bahan dan beri [Madu](#)
secukupnya

Manfaatnya

Buah beet buat naekin hb, pembersih darah, dan ketika di campur jahe dan apel maka pencernaan dan jantung akan mendapatkan angin segar alias di boost up sama jus ini

.

Resep by @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



RESEP UNTUK STAMINA

.

Bahan

Air mineral 500-700 ml

[Madu](#) 1-2 sdm

Seujung jari garam pink
himalaya .

Caranya

Campurkan semua bahan
dalam botol kemudian goncangkan botolnya
agar lebih mudah terserap

Manfaatnya

Minuman stamina

Minuman Asam amino

Minuman Enzim

Untuk masalah pencernaan

.

Minum saat perut kosong
dan menjelang tidur

.

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



PENYERAP TOKSIN

.

Bahan

2 sdm chia seed

2 sdm [Madu](#)

300-500 ml

Jeruk nipis/lemon

.

cara

Seduh chia seed dengan air panas (1/4 gelas)

tunggu sampai chia seed mengembang

tambahkan air suhu biasa hingga jar penuh

peras jeruk nipis /lemon

kemudian tambahkan [Madu](#)

.

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan

kembali oleh : [Madu Bertuah](#)



CARA MEMBUAT AIR TITRASI

.

Bahan

1 liter air

3 sdt habatasauda serbuk / cair

.

Cara membuat

Campurkan kedua bahan di atas

.

1 liter air titrasi harus di habiskan dalam 3 hari

Takaran 1 x minum sebanyak 350 ml

.

Manfaat

Mereset Hormon, penderita nyeri haid dan hormon

Konsumsi saat mulai mens

.

Satu hari kita minum air putih 2,5 Liter hari Pertama : 1 liter air + 3 sdt habatasauda untuk 3 hari berturut turut (1-3 hari) Hari kedua : 1 liter air + 4 sdt habatasauda untuk hari ke 4,5,6 (3 hari berturut-turut) Hari ke tiga : 1 liter air + 5 sdt habatasauda untuk hari ke 7,8,9

Hari ke empat : 1 liter air + 6 sdt habatasauda untuk hari ke 10,11,12

Hari ke lima : 1 liter air + 7 sdt habatasauda untuk hari ke 13,14,15

Setelah 16 hari berlalu kembali ke siklus hari pertama untuk mendapatkan hasil yang maksimal

Resep by dokter @zaidulakbar Disampaikan

kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



MENINGKATKAN IMUNITAS

Bahan

1-2 sdm [Madu](#) 1 kapsul habatasauda serbuk

1/2 sdt beepolen .

Cara

Ambil botol air 300/600 ml

Lalu goncangkan

semuanya

.

Manfaatnya

Full asam amino, antioksidan, full enzim, full mineral, yang jelas meningkatkan imunitas .

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



.

MINUMAN ANTI INFLAMASI

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan:

- ☞ Chia seeds 1 sdm
- ☞ [Madu](#) secukupnya

.

Cara :

- ☞ rendam sebentar dalam air panas kurang lebih 250 ml tunggu hangat
- ☞ baru kasih madu

.

Manfaat:

- ☞ Anti radikal bebas
- ☞ Kaya akan serat yg tinggi
- ☞ detox gorengan



INFUSED WATER KURMA dan JAHE

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1 ruas jahe (iris /geprek)

5 buah kurma

300 ml air

.

Caranya

5 buah kurma di belah masukan ke dalam

botol air beserta bijinya

Tambahakn irisan jahe

Rendam 6 jam

.

Manfaat :

1. Untuk daya tahan tubuh
2. Meredakan flu
3. Baik untuk pencernaan
4. Detoksifikasi
5. Menurunkan kadar kolesterol jahat



INFUSED WATER NANAS

Sumber @buan_buana

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Gunakan air 600ml, bahan yang dimasukan ga usah banyak, cukup bbrp potong atau 1/3

bagian dasar dr tumbler

.

Manfaat

(konsumsi ketika perut kosong),
mampu menyembuhkan penyakit
kanker, penyembuhan radang,
pembuangan racun, membunuh



parasit dlm usus dan liver, menguatkan liver, membantu pencernaan,
membersihkan darah, menyeimbangkan elektrolit tubuh,
memyehatkan mata, menguatkan gusi, menggempur penyumbatan
jantung, memerangi obesitas
serta membantu masalah konstipasi/sembelit

RESEP KUNYIT DAN LADA HITAM

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan

1/2 sdt kunyit bubuk

1/2 atau 1 jeniper

Seujung sdt lada hitam

300 ml air

[Madu](#) secukupnya .

Campur semua bahan

.

Manfaatnya

Anti aging

Kaya enzim

Kaya vitamin

Anti radang

Penguat pencernaan

Penghilang nyeri



PELUMAS SENDI

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Gunakan air 600ml,

½ buah jeruk nipis/jeruk lemon

Seujung sendok himsalt

.

Masukan ke dalam botol semua
bahan Diamkan 6 jam



DETOX WATER

Sumber @zaidulakbar Disampaikan
kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Bahan
1 buah timun

(potong-potong)

1 buah lemon

(potong-potong)

Jeruk nipis kecil

(potong-potong)

5 lembar daun mint

.

Cara

Masukan bahan dalam botol

Tambahkan air secukupnya Taruh kulkas min 3 jam
bagusnya 10 jam

.

Manfaat Membasakantubuh untuk sekaliminum, tidakusah di refiil



TEBU MURNI JAHE

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

300 ml tebu murni 1 jempol jahe merah kerok kulitnya

.

Potong koin jahe merah atau potong / geprek sesuai selera . Masukkan ke dalam tebu murni



BOOSTER ASI

Sumber dokter @zaidulakbar

Pic Pinterest

.

Bahan

Susu kambing cair/bubuk plain

7 kacang almond

7 pistachio

7 kurma

1 kapsul habattusauda

.

Caranya

Blender semua bahan

Minum 2-3 kali sehari



DETOX GINJAL

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

300 ml air

.

Akar alang alang & Serai

(dengab perbandingan 1:⅓) Jadi kalo akar alang alangnya 10

gr serainya 3 gr

Caranya

Semua bahan di rebus ssampai mendidih

Setelah hangat di saring

Tambahkan [Madu](#)



RESEP JUICE ANTIOKSIDAN

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

.

Bahan

$\frac{2}{3}$ buah jeruk

Ruthob 7 butir

[Madu](#) secukupnya

.

Cara

Blender semua bahan



RESEP JUICE TEMPE NON GMO

Sumber dokter @zaidulakbar

Pic@ dapoeramie

.

Bahan

Tempe sehat non gmo

400 ml air Kurma Cara

Blender semua bahan

.

Minum saat perut kosong atau 1-2 jam
menjalang tidur



RESEP MELANCARKAN PENCERNAAN

Sumber dokter @zaidulakbar by
@ [Madu](#)bertuah Pic@ dapoeramie

.

Bahan :

- 1 sendok makan coklat bubuk murni
- 20 butir almond - 7 butir kurma buang bijinya

Cara membuat :

- seduh coklat dgn sedikit air panas,aduk rata , lalu tambahkan air suhu normal 300-400 ml - masukkan air seduhan coklat tadi ke dalam blender, tambahkan kurma dan almond lalu blender hingga halus atau kasar (sesukanya aja maunya halus atau kasar)
- tuang ke dalam gelas dan siap di minum (cara minumnya baca basmalah,buka mulut dan minum perlahan) 🐼🐼

.

Manfaat minuman ini :

- melancarkan pencernaan
- membuang toksin
- sumber gizi tinggi dan lengkap
- mengenyangkan



JUS PEMBERSIH LIVER (jus asam jawa kurma [Madu](#))

Bahan:

- asam jawa secukupnya (aduk pake air hingga larut lalu saring)
- 7 butir kurma sukari / sesuai selera sebaiknya jumlah ganjil
- garam himalaya secukupnya (masak pake seujung sendok teh
- [Madu](#) secukupnya (masak pake 3 sdm)
- air secukupnya .
- .

Cara membuat :

- blender semua bahan sampai halus dan tercampur rata lalu saring (masak g pake disaring)
 - tuang ke dalam gelas dan siap di minum dokter @zaidulakbar
- Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Pic@ dapoeramie



"7DAYCHALLENGERJSR"

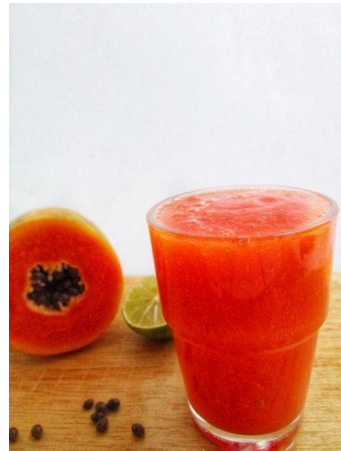
- 🍷 Konsumsi air mineral 2 liter sehari
- 🍷 Makan sayur (minimal 3 jenis dengan 2 warna /lebih) misal hijau, oranye, merah, prefer organik (kukus, rebus, sayur bening) porsi makan sayurnya adalah sebanyak handled
- mason jar (gelas tangkai jus) 🍷 Jus buah plus sayur 1 x sehari
- 🍷 Hindari gula pasir
- 🍷 Hindari Tepung
- 🍷 Hindari minyak
- 🍷 Hindari protein hewani (ganti protein nabati selama 7 hari) 🍷 Nasi putih ganti nasi merah
- 🍷 Konsumsi produk lebah [Madu](#)
- 🍷 Konsumsi bijian seperti walnut, almond dll



TIPS MENAIKAN BERAT BADAN

by dokter @zaidulakbar | @ [Madubertuah](#)

- ☞ Perbanyak konsumsi karbohidrat sehat dan protein
- ☞ Perbanyak konsumsi rempah2 dan infusedwater
- ☞ Makan dan Nyemil sehat sesering mungkin (porsi dikit tapi sering)
- ☞ Olahraga untuk meningkatkan massa otot
- ☞ Jangan minum air sebelum makan (bikin kenyang)
- ☞ Minum resep detox usus, Pembersih mukus saluran cerna sesekali untuk membersihkan usus dari plak plak jahat yang menghambat penyerapan makanan



TIPS MENURUNKAN BERAT

BADAN

Sumber dokter @zaidulakbar

🌀 Ikuti pola Jurus sehat Rasullullah 🌀 Rajin puasa sunah senin-kamis atau puasa daud

🌀 ikuti #7daychallengerjsr

🌀 Hindari minyak

🌀 Hindari protein hewani

🌀 Hindari Tepung-tepungan

🌀 Hindari susu sapi& turunannya

🌀 Hindari msg

🌀 Hindari gula pasir

🌀 Hindari garam meja ganti himsalt

Contoh

Pagi : sarapan buah dgn di jus/
kunyah

Siang : nasi merah, ubi, labu, nasi hitam, nasi pecah kulit dengan sayur rebus, kukus, mentah Malam : buah porsi kecil, sayur rebus, kukus, mentah Disampaikan kembali oleh : [Madu](#)
Bertuah



TREATMENT ASAM URAT

.

- ☞ Konsumsi Kunyit dan blackpaper (bisa di seduh /infusedwater)
- ☞ Perbanyak minum air putih, agar ginjalnya tidak terlalu asam
- ☞ Stop 5 hal (nasi putih, gluten, minyak, gula pasir dan dairy product)
- ☞ Stop makanan fast food /junk food



Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

TREATMENT WASIR

- ✿ Stop konsumsi nasi putih ✿ Hindari gluten, minyak gula pasir dan dairy product
- ✿ Stop konsumsi fast food / junk food
- ✿ Perbanyak buah dan sayur
- ✿ Membuat nabeez (air rendaman kurma)
- ✿ Minum rebusan daun cowek gopel (pegagan) sumber dokter @zaidulakbar | by @ [Madu](#)bertuah



TREATMENT UNTUK STROKE

.

☞ Konsumsi [Madu](#) setiap hari, oleskan [Madu](#) di bawah lidah (3X sehari) ☞ Konsumsi air kelapa dan cilantro (daun ketumbar)

☞ Rutinkan bekam dan Refleksi ☞ Makan coklat bubuk dicampur kurma ☞ Makan alpukat yang di blender dengan kurma

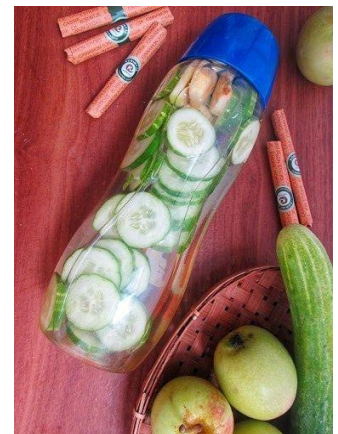
.

Sumber dokter

@zaidulakbar | by

@ [Madu](#)bertuah

Pic bekam google



TIPS BERHENTI MEROKOK

.

🍷 Perbanyak makan buah dan sayur

🍷 Rutinkan minum infusedwater (buah, rimpang, sayur dll)

🍷 Jika sudah di rutinkan, insyaAllah reseptor akan terisi nutrisi yang benar

.

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



TIPS UNTUK DARAH RENDAH

.

🍊 Konsumsi jus kurma

🍊 Konsumsi [Madu](#)

🍊 Konsumsi sayuran hijau pekat

🍊 Konsumsi buah yang mengandung vitamin c

🍊 Perbanyak berjemur di pagi hari

🍊 Makan garam pink himalaya

.

Sumber dokter @zaidulakba Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



TIPS MENAIKAN HB

.

☞ Konsumsi jus buah naga dan buah bit

☞ Makan kurma (ganjil)

☞ Minum infusedwater kurma dan kayumanis
3 cm (optional)

.

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan
kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



TREATMENT TRIGLISERIDA

.

🍷 Puasa

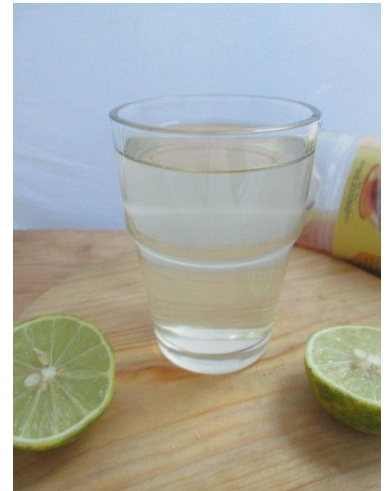
🍷 Stop makanan berminyak
dan gula pasir 🍷 Rutinkan setiap hari
minum air jeruk nipis dan [Madu](#)

🍷 3 sdm vco setiap hari

.

Sumber dokter

@zaidulakbar | by @ [Madu](#)bertuah



TREATMENT OLIGOSPERMIA
(SPERMA COUNTNYA DIKIT)

.

Bahan

Air Titrasi habattusauda 300 ml
(bisa di ambil dari hari manapun)

Semangka 1 potong sedang
(harus bersama bijinya)

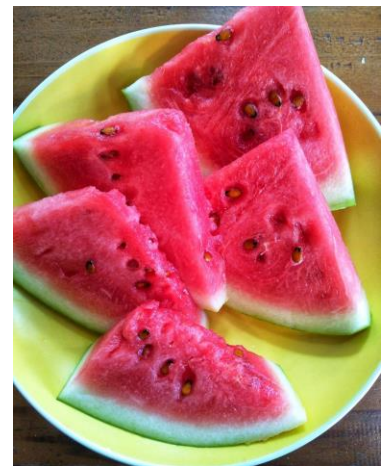
Kurma 3,5,7 butir

.

Cara

Semua bahan di blender halus

Sumber @zaidulakbar by @ [Madubertuah](#)



TREATMENT LIVER

1. Puasa sesering mungkin 2. Minum jus seledri/produk hijau

lainnya

3. Perkuat enzim dengan jeruk nipis peras

4. Minum minyak vco/olive

oil

5. Kurangi daging merah, tepung, gula, produk minyak dan produk susu

6. Rutin konsumsi sayur dan rimpang

.

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah



POLA MAKAN EMPIRIS PASIEN

TBC (TULANG, OTAK, PARU, USUS & KELENJAR)

Sudah di riset secara nanoherbal di lab sentral ilmu hayati UB

1. Subuh hari minum 250 cc air putih hangat (usahakan air alkali atau perasan jeruk nipis [Madu](#))

2. Pagi hari di buka dengan 2 sdm teh yang sudah di rendam dengan air panas sejak subuh (Teh daun zaitun, Teh daun tin, Teh daun bidara) di dalam gelas ukuran 250 cc

Makan kurma 1 atau 3 atau 5 atau 7 setiap pagi, sebelum sarapan makanan pokok

3. Minum ramuan herbal sbb

-Kunyit 3 batang kira kira panjang @3 cm - 9 cm diameter batang kunyit 2 cm (kalo di timbang 50 gr)

- Jeruk nipis/lemon 1 buahhi ambil airnya -Temulawak 1 ruas(2 cm panjangnya)
- Jahe merah 1 ruas (2 cm panjangnya)
- Asam jawa ukuran 1 sdm
- [Madu](#) Asli 2 sdm

Cara membuat

- 1.Kunyit,temulawak,jahe merah di parut,lalu masukan asam jawa bersama sama ke dalam panci di dalam air 500 cc lalu panaskan dan tunggu 2 menit dan matikan api (jangan lama lama nanti zat antioksidannya rusak)panci di dalam air 500 cc lalu panaskan dan tunggu 2 menit dan matikan api (jangan lama lama nanti zat antioksidannya rusak)
 - 2.tuang ke dalam gelas,tunggu hingga hangat-hangat kuku
 - 3.tambahkan perasan jeniper /lemon dan [Madu](#) minum selagi hangat (karena berhubungan dengan simbiosis microbiota saluran cerna yang harmonipada suhu tubuh
- 37 dc), Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah
sumber dokter @zaidulakbar

TREATMENT UNTUK LIMFE

1. Bergeraklah
2. Pijat
3. Castor oil/minyam jarak
4. Minum herbal yg meningkatkan imun
5. Minum air putih (ph netral)
6. loncat loncat min 10 x setiap hari Sumber dr @zaidulakbar by @madubertuah



TIPS BERSIHIN LIVER

.

1.1 sdt bubuk biji semangka seduh dalam satu gelas air kasih madu 1 sdm

2. Kurma 7 butir sehari

3. Zaitun 1 sdm sehari

4. Banyakin puasa

5. Stop nyampah

.

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



DETOX LIVER

•

1. Bawang putih di makan mentah

2. Enema kopi

3. Kunyit

4. Jus Hijau-hijauan

(Brokoli, sawi dll)

•

Kenapa Liver jadi acuan perbaikan? "Karena Lab.

pembersihnya ada di liver"

•

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



TREATMENT KOLESTERO

1. Konsumsi Lycopene dan xanthone yang ada pada tomat dan Manggis untuk menurunkan kolesterol dan mensuplai antioksidannya
2. Minum secang 2-3 X sehari untuk bersih darah
3. Minum air 2-3 liter
4. Madu 3-5 sendok sehari
5. Perbanyak berpuasa
6. Perbanyak minta husnul khatimah (siapa tau sebab penyakitnya anda bisa ketemu Allah dalam keadaan suci karena sakitnya menggugurkan dosa)
7. Jangan nyampah badan dengan makanan tidak sehat

Sumber @zaidulakbar | by @madubertuah

Pic.pinterest



TREATMENT HEPATITIS

1.Konsumsi Seledri / cilantro (bisa di buat jus ,sop /di makan langsung) 2.Kurangi 5 hal (nasi putih, gluten, minyak, gula pasir & dairy product)

3.Kurangi konsumsi fast food /junk food Catatan perhatikan tensi karena seledri juga mampu menurunkan tensi

Sumber dokter @zaidulakbar | by

@madubertuah

Pic Pinterest



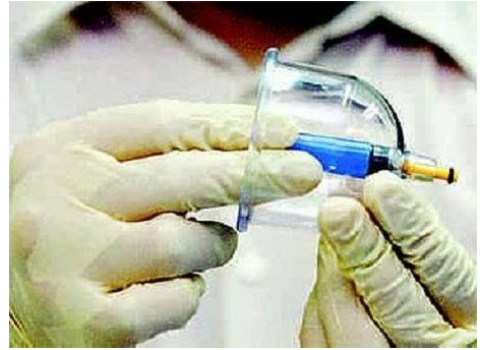
TREATMENT DIABETES

1. Rutinkan berpuasa sebanyak 8 x dalam sebulan (senin-kamis) dan 3 x dalam sebulan (ayyamul bidh)
 2. Rutinkan bekam
 3. Kurangi 5 hal (nasi putih, gluten, minyak, gula pasir & dairy product)
 4. Kurangi konsumsi fast food / junk food
 5. Konsumsi ramuan dari kayumanis dan [Madu](#) (seduh 1 sdt kayumanis bubuk dengan air panas 300-500 ml ketika sudah hangat tambahkan madu 1-2 sdm)
- Minum secara rutin Sumber dokter @zaidulakbar
@madubertuah



TIPS KOLESTEROL & PENYAKIT DEGENERATIF

1. Rutinkan berpuasa sebanyak 8x dalam sebulan (senin-kamis) dan 3 x dalam sebulan (ayyamul bidh)
 2. Rutinkan bekam
 3. Makan secukupnya (prinsip 1/3piring)
 4. Minum air putih
 5. Ketemu matahari di pagi hari dan petang
 6. Minum madu
 7. Makan dan minum produk lokal yang fresh tanpa di kemas
- Sumber dr @zaidulakbar | by @madubertuah
Pic bekam google



TREATMENT GAGAL GINJAL

Daun kelor di blender lalu di minum
atau bisa juga dijadikan infusedwater

.

Caranya

250 ml Air

50 gr daun kelor .

Blender/Infusedwater

.

Sumber dokter @zaidulakbar by @madubertuah



TREATMENT CEREBAL PALSY

.

1. Rutinkan Pijat
2. Rutinkan Bekam
3. Rutinkan Akupuntur
4. Konsumsi berbagai jenis rimpang
(bisa di seduh /infusedwater)
5. Rutinkan berjemur setiap pagi

.

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu BertuahPic. Pinterest



TREATMENT SARIAWAN

.

1. Kumur-kumur dengan VCO 2. Hancurkan cengkeh, lalu kumur kumur dengan cengkeh yang sudah hancur

3. Kumur-Kumur dengan Air hangat + garam himsalt (pengalaman pribadi)

.

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh :
Madu Bertuah



PicPinterest

TREATMENT MAAG

.

1. Bagi yang sakit maag coba untuk cooling down jangan terpaku dengan berbagai judgement tentang asam lambung

Tarik napas dalam dalam

dan sugesti ke diri sendiri bahwa asam lambung anda baik baik saja

2. Dengan Herbal

-Air rendaman kurma (nabeez) (untuk menyeimbangkan asam lambung) -Konsumsi habattusauda dgn madu -Air jahe di tambah

kayumanis -Kunyit di tambah jahe dan pandan -Air rebusan kayumanis

-Air madu tambah propolis

-Konsumsi gamat (tripang laut)

.

Sumber @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



TIPS SOLUSI SUSAH MAKAN PADA ANAK

1. Kurangi asupan gula pada anak (cokelat, minuman kemasan dll) karena menghilangkan napsu makan

2. Berikan madu & minyak habattusauda Campurkan 1-2 tetes ke dalam sendok madu (meningkatkan napsu makan dan meningkatkan daya tahan tubuh, serta mengobati infeksi pada anak berikan sore hari atau sebelum tidur

3. Lakukan pemijatan ringan pada telapak kaki dan tangan (pijat ringan pada telapak kaki dan tangan 2 x sehari pagi dan sore)

.

Sumber

@sehatnabawi Disampaikan kembali
oleh : Madu BertuahPic Pinterest



TREATMENT RADANG MULUT RAHIM

•

1. Membuat Ramuan sbb

Minyak Sereh

Miyak Jeruk

VCO .

Aduk ketiga bahan tsb hingga tercampur

Kemudian masukan ke kotak es (cari kotak es yang bahannya terbuat dari karet) kemudian masukan ke frezeer hingga beku ketika sudah beku, masukin balok es yang berisi ramuan tadi ke dalam vagina

2. Rutinkan minum ramuan ultimate kunyit Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu BertuahPic. google



TREATMENT TUBA PALOPI TERSUMBAT

•

1. Rutinkan Pijat

2. Rutinkan Bekam

3. Konsumsi Ramuan

-300 ml Air

-1-2 buah kunyit

-seujung sdt lada hitam

-Madu secukupnya

Caranya

Iris/geprek kunyit kemudian seduh dengan air panas, kemudian diamkan hingga hangat tambahkan madu & lada hitam Minum 1-2 X sehari

minimal 10 menit sebelum makan 4. Rutinkan olahraga (berkuda

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh :

Madu BertuahPic. Pinterest



TREATMENT KANKER LAMBUNG & KANKER USUS

.

1. Madu murni 2 sdm 3-5 X sehari

(Madu mempercepat penyembuhan & kemampuan sebagai obat pencernaan yang sangat baik)

2. Perbanyak makanan yang berfungsi sebagai antibiotik alami (bawang putih, teh hijau, teh kunyit & rimpangan lainnya)

3. Perbanyak makan makanan yang kaya probiotik & prebiotik, (makanan fermentasi dibutuhkan karena tubuh kita

memerlukan bantuan bakteri baik yang hidup di dalam usus serta untuk

mempertahankan pertumbuhan bakteri baik)

.

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.



TREATMENT KISTA, ENDOMETRIOSIS, PCOS, MIOM

.

Fase 1 (1-14 hari pertama haid)

1 sdm flaxseed

1 sdt biji labu Fase 2 (14-28 hari setelah haid berakhir)

1 sdm biji matahari

1 sdt biji wijen

Caranya

Boleh di campur dalam makanan atau bisa di makan langsung untuk mempermudah detox

Minum air alkali (Ph alkali 7)

2 liter Boleh tambah madu

Yang harus di hindari

Stop semua produk estrogenik

Stop gluten Stop gula pasir Stop ayam broiler Stop makanan dan olahan minyak goreng Stop produk makanan kemasan

Treatment Stop selama 3 bulan Disampaikan kembali oleh :

Madu Bertuah Sumber dokter

@zaidulakbar Pic. Pinterest

TREATMENT KISTA, ENDOMETRIOSIS, MIOMA, PCOS DAN MASALAH HORMONAL LAINNYA

Tips 1 yang harus di hindari 1.Stop makan tepung-terigu(glu-ten) 2.Hindari gula pasir

3.Hindari semua produk susu sapi, Produk kedelai(tahu,kecap,kacang kedelai, susu kedelai) 4.Hindari gorengan

5.Hindari nasi putih

6.Hindari minyak kelapa sawit

7.Hindari MSG

8.Hindari ayam broiler

9.Hindari cumi, udang, kerang, timun, kepiting,kacang tanah, makanan peras, minuman dingin

.

Tips yang ke 2

1.Perbanyak olahraga yang menekan kedaerah perut (sit-up, jongkok dll) 2.Olahraga teratur minimal 3 X seminggu

3.Perbanyak minum rimpang/rempah

4.Perbanyak sayur & buah

5.Perbanyak konsumsi semua produk lebah & rendaman kurma

6.Bekam per 21 hari

7.Puasa senin kamis, ayyamul bidh, puasa daud 3 bulan

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

TREATMENT KANKER SERVIKS / PAYUDARA

- 1.Selama 3 bulan rutinkan berpuasa (puasa daud lebih di sarankan)
- 2.Asuplah tubuh dengan asam amino (air kelapa) setiap hari, Konsumsi kunyit dan meniran (di blender dengan air kelapa dagingnya) masukan ke dalam wadah / botol kaca,simpan wadah tsb dalam baskom yang sudah di beri es batu tunggu sampai mengendap 6 jam, minum sarinya saja(bagian atasnya bukan endapannya)
- 3.Makan makanan tinggi albumin yang bisa di dapat dari ikan gabus / ikan toman
- 4.Stop 5 hal (nasi putih, gluten, minyak, gula pasir dan dairy product)
- 5.Stop makanan fast food / junk food
- 6.Kembali ke plandbased
- 7.Jangan tinggalkan tahajud
- 8.Rutin Minum resep ultimate Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



TREATMENT PASCA CHEMOTHERAPY

.

🍯 Perbanyak konsumsi produk lebah (madu, beepolen, royaljelly dan propolis)

🍯 Habatasauda

🍯 Olive oil

🍯 Alquran 🍯 Konsumsi makan mentah, kukus, rebus

🍯 Minuman yang berakali tinggi

🍯 Kangen water, Air timun, Air lemon, Air bengkong, Airpir hijau

🍯 Berjemur di matahari pagi 🍯 Juice kurma

Sumber @buan_buana | @madubertuah

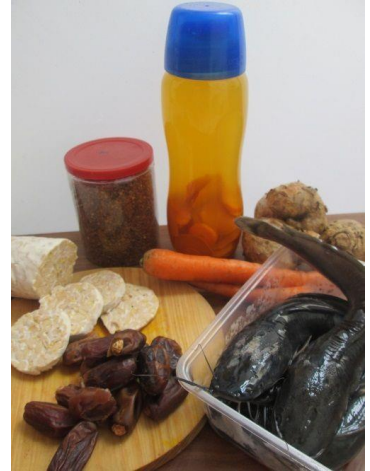


TREATMENT PASCA CHEMOTHERAPY / OPERASI

1.Konsumsi Temulawak dan wortel boleh di infused water,boleh di seduh, boleh di makan langsung 2.Karena kemo/operasi menguras enzim pangkal, maka konsumsi probiotik (tempe mentah di blender dengan kurma tambahkan beepolen) 3.Konsumsi protein baik (ikan gabus

/ikan lele sungai (bukan ternak) Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



TREATMENT PROGRAM HAMIL

.

- 1.Perbaiki pola makan 2.Hindari makanan yang mengandung minyak
 - 3.Rutinkan puasa daud selama 3 bulan 4.Konsumsi 21 butir kurma dalam sehari
 - 5.Konsumsi Habattusauda serbuk 3x3 sehari
 - 6.Konsumsi 5 sdm madu
 - 7.Konsumsi 1 sdm beepolen sehari 8.Konsumsi Omega 3, 2x2 sehari
- Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Stop nyampah (makanan yang mengandung micin, pewarna,

pengawet, dll) Banyakin Rempah

TREATMENT YANG SEDANG HAMIL

Konsumsi rutin setiap hari

1 sdm Madu

1 sdm Minyak zaitun

7 butir kurma

.

Sumber dokter @zaidulakbar . Disampaikan kembali oleh :
Madu Bertuah

TREATMENT untuk DETOX CILOK, SEBLAK, MI
INSTAN, PENYEDAP SINTETIK,PENGAWET secara rutin SELAMA
SEBULAN:

Sumber dokter @zaidulakbar
by@madubertuah

1. Hari pertama: rempah (kunyit,jahe, ketumbar, kayu manis) pilih salah satu ato dua

2. Hari kedua buah (semangka ,
anggur, jeruk nipis or lemon) dll

3. Hari ketiga sayur (timun, sawi, seledri)

Gunakan air 600ml, bahan yang dimasukan ga usah banyak, cukup bbrp potong atau 1/3 bagian dasar dr tumblr.

.

Ekstraksi mulai optimal di 6 jam pertama, dan maksimal 12 jam, stlh 12 jam ga usah di refil, bikin baru, karena kadar kamdungan udh mentok di 12 jam.

Kurma bisa msk di 3 hari tadi, di campur aja , 1-3 butir.

Hari ke empat balik ke pola hari 1 , polanya diulang gt trus selama sebulan .

dan tetep perlu minum air putih 2-3 lt
sehari yaa, pH netral atau alkali better

TIPS SAAT MAAG MENYERANG,

maka lakukan hal berikut: Sumber dokter
@zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu
Bertuah

.
ambil setitik jari telunjuk garam (seasalt atau himsalt) lalu isap garam tadi atau letakkan di bawah lidah. Tips ini bermanfaat untuk memperbaiki keseimbangan asam lambung kita karena garam tinggi mineral tsb punya peran baik sekali dalam memperbaiki keseimbangan pH darah

TIPS UNTUK SENDI atau ASAM

URAT.

Sumber dokter

@zaidulakbar

Timun diiris tipis, lalu tempelkan di sendi2 tsb lalu di tutup pake daun kol, lalu setelah itu di wrap pake plastik pembungkus, cukup membantu mengurangi nyeri dan radang di sendi.

Optimalnya si semalaman di balut gini, lebih bagus efeknya tp ya bbrp jam udh mulai enakan biasanya. Utk radang di tempat lain jg bisa, spt radang pada ibu2 menyusui di sekitaran dada.

.

Pic dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah



TREATMENT MATA MINUS/SILINDER

•
Sumber dokter @zaidulakbar
Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah
10 buah cepokak, makan
setiap pagi
Akupuntur



TREATMENT AMANDEL

Sumber dokter @zaidulakbar
Konsumsi
Sambiloto
Propolis
Madu
Secang



TREATMENT KOLESTEROL

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Kolesterol adalah bahan baku hormon yang ada pada kelenjar kelenjar ketika di cut off bagian atas apa yang terjadi? Supply hormon akan bermasalah pada semua organ

Itu sebabnya obat-obat jenis kolesterol (katalanlah statin) bisa menyebabkan efek samping resiko serangan jantung, kenapa?

Karena di mengcut off jalur hormon yang harusnya di supply dengan si kolesterol itu tadi

.

Lalu bagaiman cara mengatasinya? Dengan puasa, berikan asupan kolesterol terbaik Kolesterol terbaill apa?

Medium monounsaturated fatty acid

(MUFA), mengandung omega 9 ada di

minyal zaitun, vco dan alpukat

TIPS MENAIKAN HB

.

Sumber dokter @zaidulakbar

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

.

Bahan

Kurma

Angkak

Buah tin

Himsalt

.

Cara blender semua bahan

.

MENINGKATKAN FUNGSI PANKREAS

⋮

Sumber dokter @zaidulakbar

By @madubertuah

.

Konsumsi kayumanis, bunga lawang dan blackpaper
(infusedwater/seduh/rebus)

.



TREATMENT UNTUK KANKER

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali

oleh : Madu Bertuah -segelas rumput laut murni

-segelas air jahe

-1 sdt chiaa seed/selasih

-kurma potong potong ganjil ya

-madu

Cara

Rebus air jahe terlebih dahulu kemudian tunggu hangat campur semua bahan kunyah perlahan rumput laut,kurma dan chiaa seed minum airnya

Konsumsi 1-2 kali sehari sebelum makan

INFUSEDWATER UNTUK PARU PARU & MASALAH PENCERNAAN

.

Disampaikan kembali oleh : Madu Bertuah

Sumber dokter @zaidulakbar

Bahan

600 ml air Jahe

Jeruk

Daun mint

.

Cara

Masukan semua bahan ke dalam botol Diamkan hingga 6-8 jam Boleh di refiil dengan catatan masih dalam rentang rendaman max 12 jam

Konsumsi sebelum makan

Treatment untuk Benjolan, Kelenjar dan Tumor Payudara

Sumber dokter @zaidulakbar Disampaikan kembali oleh :

Madu Bertuah

.

✿ Puasa sunnah (senin-kamis,Ayyamul

bidh, Puasa daud) ✿ Bekam dan akupuntur

✿ Rubah pola makan,perbanyak sayur, buah dan rempah

✿ Stop makanan penyebab hormon tidak seimbang

✿ Rutin buat ramuan setiap hari secara bergantian (Resep ultimate, kunyit lada hitam,Infusedwater bawang putih, jus seledri dan resep

anti kanker lainnya) ✿ Konsumsi zaitun,vco dan habatussauda baik di

minum maupun sebagai kompres di kelenjar ✿ Konsumsi makanan tinggi

antioksidan (ubi

ungu,labu,ruthob,kurma dan biji bijian penyeimbang hormon)

TREATMENT UNTUK MASALAH PENCERNAAN, USUS BUNTU SERTA RADANG USUS

Disampaikan kembali oleh : [Madu](#) Bertuah

Sumber dokter @zaidulakbar

🍌 Perbanyak Bakteri Baik

-Tempe, Kimchi

-Yogurt homemade bukan pabrikan

-susu kefir

🍌 Perbaiki usus

-Perbanyak puasa

-Beri asupan tinggi omega 3 (ikan gabus, ikan toman)

-Minyak ikan omega 3 yang akan menurunkan inflamasi usus

-Minum seduhan/Infused water kayu manis cina (licorice)

-Konsumsi lidah buaya dan rumput laut