



عموماً مشکلات ترش کردن معده به علت سردی عارض شده به معده می باشد که جهت رفع اورژانسی عارضه و درد حاصل از ترش کردن معده توصیه می گردد از جوش شیرین استفاده نمایید چرا که احساس ترش کردن معده با جوش شیرین از بین می رود، همان جوش شیرینی که متاسفانه امروزه بدنام کرده اند. برای اینکار به محضی که احساس کردید معده شما می خواهد ترش کند باید یک نصف قاشق چای خوری جوش شیرین را با نصف استکان آب خنک حل کنید و بخورید.

چون جوش شیرین یک باز محسوب می شود و ترشی از اسید است، وقتی آنها با هم ترکیب شوند تبدیل به آب و نمک می شود و احساس ترش کردن، رفع خواهد شد و معده سالم می ماند. البته لازم به ذکر است جوش شیرین درمان علت مشکل اصلی شما نیست و درمان علامتی محسوب می شود یعنی علامت مشکل شما که ترش کردن معده است را موقتاً رفع می کند. اگر شما دچار ترش کردن معده هستید، معده شما سرد است و باید نزد پزشک متخصص طب سنتی مراجعه نمایید تا درمان ارائه شود. ضمناً توصیه می شود برای رفع سردی معده هرگز چای نخورید، شربت زنجبیل و عسل هفته ای دو یا سه بار حتماً خورده شود و هیچ وقت غذای خام به همراه پخته میل نکنید، مدتی (حدود یک ماه) نیز از خوردن مواد خام، لیمو عمانی، ترشیجات و میوه ها (خصوصاً مرکبات) خودداری کنید و عسل بیشتر بخورید، مصطکی را هم به عنوان ادویه در غذاهایتان استفاده کنید. و با خوب جویدن غذا و پرهیز از مصرف نوشیدنی و آب وسط غذا و بعد از آن و پرهیز از مصرف کیک، کلوچه و بیسکویت به رفع مشکل معده خود اقدام کنید.