

# Trị Bệnh Gout

Có bác nào bị gout hành hạ không ? Đau lắm nha các bác , ăn ngủ không yên với chứng bịnh này .

## Những kinh nghiệm bản thân cần chia sẻ

Rất mong muốn các ACE đóng góp và chia sẻ những kinh nghiệm của chính bản thân hay người thân trong gia đình về mọi vấn đề của cuộc sống hàng ngày.

Dĩ nhiên, trong đời ai cũng có gặp qua những chuyện đáng tiếc rồi mới nói **phải chi mình biết trước thì đâu ra nông nổi, hay là trách bạn bè sao không nói cho tui biết trước.....**

**Mong ACE thành thật - đừng ĐÙA - hãy kể những kinh nghiệm tận mắt thấy chứ không phải "tui có đọc đâu đó hay nghe đồn....."**

Đây là kinh nghiệm của chính bản thân tui về bịnh GOUT quái ác. Cách đây hơn hai năm, ngón chân cái của tui đột nhiên sưng lên, nhức nhối vô cùng, đụng vào chịu không nổi, khởi mang giày, đắp mền cũng không được vì sẽ đụng vào nó. Nếu ai có bị bịnh này thì biết tui nói thiệt và đau đớn như thế nào.

Tui quyết định thử cách tự chữa trị như sau:

Vô tiệm GNC mua chai dấm táo hiệu BRAGG, có ghi rõ là **Apple Cider Vinegar with mother** (có con dấm), người mình thì kêu con dấm, Mỹ họ gọi là mẹ dấm(!).  
Dứt khoát phải là chai này

Mua chai **mật ong** loại tốt.

Mua chai Cherry juice concentrate (đặc)

Xong, về nấu 2 lít nước lã để nguội. đổ vô 16 muỗng canh dấm táo, 8 muỗng canh mật ong, 2 muỗng cherry juice, quậy đều rồi bỏ tủ lạnh. Có thể thêm bớt chút đinh cho dễ uống.

Lúc đang bị Gout hành hạ thì uống ngày 4 lần, mỗi lần một ly xây chừng, nhấp nhấp như uống rượu vang vậy.

### **Kết quả của tui:**

Sau một tuần giảm thấy rõ, 3 tuần thì hoàn toàn không bị sưng hay nhức nhối gì nữa, hoạt động ăn uống trở lại bình thường.

Và tui vẫn tiếp tục uống mỗi ngày chỉ một ly thôi, và điều ngạc nhiên hơn nữa là tui vẫn uống bia, ăn phở, steak... như không hề có bệnh trước đây.

Nay đã hơn 2 năm, nhờ Trời thương,.....bình yên. No more Gout!

Tuy nhiên, tui hiện giờ và mãi mãi vẫn tuyệt đối không ăn các loại đồ lòng heo, gà, vịt, ngỗng, bò....và xương xí quách. Đồ lòng là kho chứa protein tạo số lượng acid uric khổng lồ cho thẳng Gout hoành hành.

**H.N. NGUYEN, CO/ US/OCC (Ret)**

---

Chuyển đến: **Nguyễn Thanh Bình**

Ngày 6/11/4892 – Quý Tỵ (6/12/2013)

[www.vietnamvanhien.net](http://www.vietnamvanhien.net)