Muchos hombres que tienen disfunción eréctil recurso a la utilización de los medicamentos con receta, cuando se puede curar de forma natural. Aquí vamos a ver las causas de la impotencia y algunos cambios simples de vida y remedios naturales.

En primer lugar, si usted quiere curar su problema que necesita para poner los fundamentos en lugar de un estilo de vida saludable en general.

Esto significa que el alcohol, las drogas y el fumar tiene que ser cortado drásticamente o incluso mejor cortar por completo. A continuación, necesita una dieta saludable y esto significa comer tan natural “de la tierra” como sea posible – un montón de fruta fresca, verduras y carne magra. Las grasas saturadas y los alimentos refinados

deben ser solamente las sorpresas!
Tu cuerpo es un reflejo del combustible que puso en él, asegúrese de que usted le está dando el combustible adecuado, no sólo para la salud sexual, sino para el bienestar general.
Los problemas más comunes de la disfunción eréctil son:
– Los bajos niveles de la hormona masculina testosterona tecla
– Los bajos niveles de óxido nítrico
Este producto químico es el que es fundamental para conseguir una erección y que disminuye con la edad. Se permite que los vasos sanguíneos del pene se relajen y sangre a inundar conseguir una erección.
El hecho es que – si usted no obtiene suficiente de que usted no tendrá una erección.

– mala circulación sanguínea
Esta es una virtud de la causa de la disfunción eréctil puntuación – pero su crítica para la libido y la salud en general pocas palabras, se necesita la sangre de bombeo, a todas las áreas del cuerpo y para la salud sexual esto por supuesto significa que los genitales.
– El estrés y el estado de ánimo
Cuando sus estresadas, sus niveles de energía y disminución del estado de ánimo y simplemente no tiene ganas de sexo. El estrés es una de las principales razones de la impotencia y también es un asesino.
– La fatiga y baja energía
mismo resultado que el anterior – que simplemente no se siente en el estado de ánimo para el sexo, ya que el cuerpo desvía la energía a los asuntos que se siente son

más importantes.
Por lo que tiene una buena dieta en su lugar y que también es necesario añadir en lo que necesita un poco de ejercicio suave, así. No nos referimos a golpear el gimnasio durante horas a sólo 30 minutos al día en que su ritmo cardíaco aumenta.
Ahora bien, en países como China, que han sido el tratamiento de disminución de la libido de forma natural durante siglos y muchas de las hierbas que se usan para combatir la impotencia, lleve a cabo las mismas acciones que las drogas sintéticas – pero lo hacen de forma natural.
Vamos a echar un vistazo a algunos de ellos y lo que hacen.
Vamos a empezar con los dos deben Ginseng y Ginkgo Biloba común.
Estas son las grandes hierbas tónicas

generales sino en términos de salud sexual que son grandes en la elevación del estado de ánimo, combatir la fatiga y aumentar la energía. Además son excelentes hierbas circulatorio, ayudando a bombear la sangre a las extremidades y mantener los vasos sanguíneos saludables.

Hemos mencionado la sustancia química clave de óxido nítrico anteriormente y cómo lo necesite.

Se puede conseguir desde el bien llamado Horny Goat Weed y otro no tan famosos, pero igualmente hierba potente Cnidium – ambos de ayuda superiores a los niveles de óxido nítrico de forma natural.

Horny Goat Weed, también aumenta los niveles de testosterona y ayuda a combatir el estrés y la fatiga, el levantamiento de los niveles de energía. Cnidium también actúa

como un tónico de la sangre nutrir la sangre.
Así que ahí tienen una combinación de 4 hierbas chinas, para ayudar a mejorar y aumentar la libido.
Hemos utilizado sólo 4 hierbas en calidad de ejemplo – pero hay muchos más y si se toma en la dosis correcta y combinaciones adecuadas, pueden ser muy eficaces.
Se puede curar la disfunción eréctil, naturalmente, si pones los cambios de estilo de vida simples en su lugar, comer bien y algunas hierbas naturales probadas.
No hay que esperar resultados durante la noche, pero a los pocos meses se sentirá mejor, tener más energía y reavivar su deseo sexual.
Source by Monica Hendrix