

La gastritis puede tener diferentes causas, como ingerir grandes cantidades de alcohol, tener la bacteria helicobacter pylori en el estómago, estrés extremo y el consumo de medicamentos tales como la aspirina, el ibuprofeno, el naproxeno, entre otros. Con el objetivo de que puedas aliviar ese insoportable malestar y sanar, te ofrecemos varios remedios naturales para la gastritis:

**Remedio para la gastritis con Papa,** para ello debes de pelar una papa, luego rallarla y colócala en medio vaso de agua, deja reposar esto por una noche y al día siguiente lo cueles y te tomas el agua, con esto vas a experimentar un gran alivio.

**Remedio para la gastritis con Perejil,** toma un puñado de perejil colócalo en una licuadora junto a un vaso de agua, licua.

Toma este jugo varias veces al día y veras como los síntomas de la gastritis irán disminuyendo.

**Remedio para la gastritis con Linaza,** coloca una cucharada de linaza en un vaso de agua, deja esta mezcla reposando por 12 horas, transcurrido este tiempo tomo esta bebida la cual te calmara gracias a las propiedades de linaza.

**Remedio para la gastritis con Gelatina,** come una tacita de gelatina sin sabor tres veces al día, en la mañana cómela en ayunas, al medio día y en la noche antes de irte a dormir, esto te aliviará la gastritis además es bueno para la acidez (Ardores de estómago).

**Remedios para la gastritis con jugos y batidos de frutas:** Existen varias opciones

de jugo que puedes hacer para mejorar la gastritis.

Agua de coco, Puedes tomar varias veces al día eso te va a mejorar.

Haz un batido con un cuarto de cebolla blanca, medio litro de jugo de naranja, 4 hojas de chaya, una penca de sábila. Toma una tasa dos veces a la semana, debes llevar este tratamiento por 3 semanas para obtener los resultados esperados.

**Remedio para la gastritis con Cebada,** coloca una cucharada de cebada en un vaso de agua, deja esta mezcla reposando por 12 horas, transcurrido este tiempo tomo esta bebida y te va a mejorar.

**Remedio para la gastritis con Miel,** coloca una cucharada de miel en una tasa de agua tibia y toma esta bebida todas las

mañanas en ayunas.

**Remedio para la gastritis con aceite de oliva**, este remedio simple es eficaz hasta para la gastritis crónica, solo tienes que tomar una cucharada de aceite de oliva todas las mañanas además de ser bueno para la gastritis te vas a beneficiar de todas las propiedades curativas del aceite de oliva.

**Infusión para la gastritis**, a una taza de agua hirviendo, agrégale media cucharadita de comino, media cucharadita de hinojo y media cucharadita de anís. Tapa y deja reposar por 3 minutos, luego cuela. Es recomendable tomar una taza de este té después de cada comida, la cual además de ayudar con la gastritis, también es buena

para los espasmos, mejorar la digestión y para la acidez.

## Recomendaciones

Aunque parezca extraño se recomienda toma agua con medio limón exprimido, pues la acidez del limón le dará al estómago una señal de que tiene suficiente acidez y dejara de producir los jugos gástricos que causan los dolores además que las propiedades curativas del limón pueden facilitar la cicatrización de las llagas que pueda tener el estómago.

También se recomienda tomar té de jengibre, esta raíz tiene excelentes propiedades que te van a favorecer además de mejorar la gastritis.

Es importante que identifiques cual es la

causa de tu gastritis para que erradiques esos hábitos por ejemplo si es a causa del alcohol, en caso de que sea por algún medicamento, es recomendable que hables con tu médico, y si la gastritis fue causada por la bacteria Helicobacter Pylori, debes de llevar una tratamiento médico para combatirla.

Debes evitar comer comidas con picante, verduras crudas, café.

Si presentas los siguientes síntomas es recomendable que visites un médico: dolor abdominal constante en la parte superior, vomito ensangrentado o con manchas oscuras, heces negras.

[Source link](#)