Re:Ebizulidwa ku Kabotongo.

Posted by JeenaJulia - 2008/10/10 15:32

Kabotongo buba bujama mu mubiri

DOKITA Ssande Ssennyonga owa Dama Medicinal Herbs agamba nti kabootongo si bulwadde wabula kabonero ka bucaafu mu musaayi ne mu mubiri.

Ssennyonga annyonnyola nti kanaaluzaala wa kabootongo y'endya etali ntuufu. Agamba nti buli muntu lw'alya emmere etayamba mubiri, esigala omwo nga terina mulimu gw'ekoze era y'efuuka obucaafu oluvannyuma n'ekola obutwa obuvaako endwadde mu mubiri.

"Buli muntu lw'alya emmere, etuukira mu kyenda ekitono. Kino kisengejjamu emmere ey'omugaso eri omubiri gwo.

Etalina mugaso y'esindikibwa mu kyenda ekinene. Wabula emmere yandibadde telwa mu kyenda kino nga tennafuluma mubiri naye olw'endya embi, emmere eno esanga emiziziko n'ewagamira mu kyenda kino.

Emmere gy'ekoma okulwa mu kyenda kino, n'okuvunda. Engeri gy'eba ng'ebuguma, evaamu omukka omubi oguyingira mu mubiri ne mu musaayi.

Obucaafu buno bw'oyinza okuyita obutwa, bunafuya entambula y'omusaayi ne gulemwa n'okulwanyisa endwadde. Omusaayi bwe gunafuwa okutuuka ku ssa lino, omuntu atandika okujoogebwa obulwadde nga enkyakya, ensalika, okuwunya ebigere, okutuuyana ebigere, okuvaamu enjala n'okulumwa ennyingo.

Kuno kw'ogatta okubundula amazzi mu bakazi, abasajja okufuuka bassekibotte mu kisaawe, okujoogebwa endwadde z'olususu n'omubiri gwonna okutwalira awamu okunafuwa.

Embeera eno, abantu gye bakwanaganya n'akawuka ka kabootongo. So nga omuntu alina omusaayi omunafu, n'omwana gw'azaala omusaayi gwe guba munafu era ajoogebwa endwadde ze zimu nga bazadde be, olwo aboogezi ne bagamba nga bw'alina kabootongo omusikire", Ssenyonga bw'annyonnyola.

Kabootongo awona?

Ssennyonga agamba nti omuntu okuwona obulwadde buno alina kulwanyisa obucaafu mu mubiri gwe. Agamba nti okutuukiriza kino omuntu alina kulya mmere etawagamira mu kyenda kinene kubanga y'evaako kanaaluzaala.

Ayongerako nti okulya ebibala, emmere etali nsunsule, emmere ey'ensigo, okunywa ennyo amazzi, okukozesa omubiri dduyiro n'okweyoza mu kyenda (kino kikolebwa abasawo abakugu; kye bayita colon cleasing) bye biyinza okuyamba omuntu okulongoosa omusaayi n'okugoba kabootongo mu mubiri gw'omuntu.

==========