

Артрит-артроздан тегін сауығыңыз

(https://youtu.be/hbXEpyCQe_w - бейне жаттығуларды көріңіз)

Мен коттеджде тұрамын, көп қозғалмайтын өмір салтын ұстанамын. Бір күні тізем қатты
ауырып, бас
палдақтан түсіп,
шығуым қиындап кетті
. Тайландқа массаж жаса
т
уга бардым, көмектеспеді. Алматы
дада
көмектес
педі
. Қорыққан жоқпын. Себебі осыдан 10 жыл бұрын Алла
һ
маған омыртқа
ның грыжасынан
, протрузиядан және омыртқаның проблемаларынан құтылуды үйретті.
Подушка
Мейрам
аны
ойлап таптым, қазірдің өзінде миллиондаған адам дүние жүзінде тегін емделіп шықты.
Мен
Аллаһт
ың бұл жолы да көмектесетінін
е сендім
.
ӘлхәмдулиЛләһ
,
төртінші
күні жеңілдетті. Бәрі қарапайым, даналықтың қажеті жоқ.
Әрбір жаттығуды ауырганына қарамай
1-2 минут үзіліспен кем дегенде 3
рет қайталау
керек

Артрит-артроздан тегін сауығыңыз

Автор: Administrator
31.03.2026 19:58 -

,
қуыне
бірнеше рет.
Казір ө
р жаттығуды
уақыт алмау үшін
3 рет
төн
кайталаймын! Ал сіз шаршағанша кайталаныз.
Аллаһт
ан менін әдісімді өзіңіздің сауығуыңыздың себебі етуін сұраныңыз! Массаж,
укол
және физиотерапия уақытша
комектеседі
. Менін
видеомды
тараты
п
, YouTube
тағы
каналыма жазылыңыз -
Мейрам Мейірханов
, менін сайтыма кіріңіз -
<https://ummakz.kz>
, онда осы
видеоны
н
тексын
таба аласыз.

Сайт иесі - <https://ummakz.kz> Мейрханов Мейрам.