

# 凤凰园的排湿邪妙招

发布日期 2024-6-3

今天下午，我在习练《凤凰神掌》过程中，两个腋下好像在冒水。练完后我用手摸了腋下很湿很湿，在帮我排湿气，我很开心。

过后我就喝了同乐餐饮《红枣、芹菜煲汤》，两个腋下又很湿很湿的。以前我小便急的时候会漏尿，自从吃了同乐餐饮中的《芙蓉蛋》和《梅子酒饮》，还有这次的《红枣、芹菜煲汤》后，现在不漏尿了。

本来我睡觉起来，后背很不舒服的，这几天起床，后背舒服多了，爬楼梯的时候两条腿也轻松多了。

学子：韩月明

2024.5.30