



9 خاصیت اعجاب‌انگیز دانه کدو

تحقیقات نشان می‌دهد تخم کدو تنبل در درمان سرطان، اضافه وزن و هشت نوع بیماری مفید است.

تحقیقات نشان می‌دهد تخم کدو تنبل در درمان سرطان، اضافه وزن و هشت نوع بیماری مفید است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران تخم کدو حلوائی با دربرداشتن مواد مغذی مانند منیزیم، منگنز، مس، پروتئین و روی برای سلامتی بسیار مفید است. با ما همراه باشید تا از فواید بی‌نظیر این ماده غذایی مطلع شوید.

کدوتنبل؛ قرص طبیعی چربی سوز و فشار خون

روغن دانه های دارای تخم کدو تنبل سرشار از فیتو استروژن است که افزایش دهنده لیپوپروتئین با چگالی بالا یا همان HDL و «کلسترول خوب» بوده و در کاهش فشار خون موثر است.

دیابت را با تخم های کدوتنبل درمان کنید

تخم های کدو تنبل می تواند سطح قند خون را کاهش دهد و ماده غذایی بسیار مناسبی برای افراد دیابتی محسوب می‌شود. معجزه کدوتنبل در کاهش وزن

این دانه ها سرشار از فیبر، پروتئین، ویتامین ها و مواد معدنی است. از این گذشته، دانه‌های کدوتنبل با داشتن فسفر که سوخت و ساز کربوهیدرات ها و چربی ها را در بدن افزایش می‌دهد، غذای مناسبی برای کاهش وزن به حساب می‌آید.

به جای داروی آرتروز از تخم کدوتنبل استفاده کنید

دانه های کدو تنبل سرشار از آنتی اکسیدان ضد التهاب بوده و از ایندومتاسین (نوعی داروی غیر استروئیدی) که جهت کاهش التهاب ورم مفاصل استفاده می شود، موثر است.

پوکی استخوان را به سادگی درمان کنید

افراد مسن اغلب دچار کمبود مواد معدنی شده و میزان تراکم استخوان در آنان کاهش می‌یابد. دانه کدو تنبل به طور طبیعی سرشار از روی و فسفر بوده که برای استحکام استخوان‌ها حیاتی است.

با تخم کدو تنبل خوش‌خلق شوید

تخم های کدو تنبل در بهبود خلق و خو و کاهش افسردگی مفید است. این دانه ها حاوی مواد شیمیایی گیاهی است که تربیپتوفان را به سروتونین تبدیل می کنند این فرآیند باعث شده واکنش های هورمونی در مغز ایجاد و در نتیجه نوعی نشاط و احساس خوب در فرد به وجود آید.

با کدو تنبل از شر گرگرفتگی های ناشی از یائسگی خلاص شوید

دانه کدو با تعدیل هورمون ها در کاهش علائم یائسگی مانند گرگرفتگی، سردرد، تعریق شبانه و نوسانات خلقی موثر هستند. پروستات را درمان کنید

دانه کدو تنبل به دلیل وفور آنتی اکسیدان ها در آن در درمان پروستات موثر است.

سرطان را به زانو دریاورید

تحقیقات نشان داده است که عصاره دانه کدو تنبل مانع از رشد سلول های سرطانی پروستات، روده بزرگ و پستان می شود.