



برای درمان گلو درد شکلات بخورید

آبلیمو و عسل؛ درمان آشنای بیماری شایع این روزهای سرد و آلوده .

آبلیمو و عسل؛ درمان آشنای بیماری شایع این روزهای سرد و آلوده .

مقصودمان سرماخوردگی و گلو درد است، مشکلی که به محض شنیدن نامش به یاد ترکیب معجزه آسای لیمو و عسل می افتیم؛ اما حالا پزشکان از یک راه اثر بخش دیگر خبر می دهند، راهی که به گمان بسیاری از ما عامل تشدید کننده درد گلو و سرفه می شود.

شایدی قدری عجیب و غیر قابل به نظر برسد ولی از این پس می توانید هنگام سرفه و گلو درد به شکلات پناه ببرید. این در حالی است که پیش از این گفته می شد شکلات به دلیل چرب و شیرین بودن یکی از خوراکی های ممنوعه دوران سرماخوردگی است. بر مبنای آخرین یافته های به دست آمده، این خوراکی لذیذ و هوس انگیز می تواند آرام بخشی تضمینی برای سرفه و التهاب گلو باشد.

آنچه این خاصیت را به شکلات می بخشد، وجود تئوبرومین در درخت کاکائو است. ترکیبی که گونه ای آلکالوئید گیاهی است و تأثیری به مراتب بهتر و بیشتر از کدئین ها در تخفیف و آرام کردن سرفه ها دارد.

بنابراین، اگر جز طرفداران شکلات هستید می توانید بدون هیچ نگرانی و استرسی در هنگام سرماخوردگی هم به خوردن این خوراکی لذت بخش ادامه دهید.

البته نباید فراموش کنید که تنها خود شکلات خالص می تواند به کاهش مشکلات گلو شما کمک کند، شکلات داغ یا شکلات های همراه با بیسکویت و مغزهای آجیل فاقد چنین اثر گذاری هستند.