



هویج داروی موثری برای درمان بیماری‌های عصبی و کلیوی

هویج دارای يك نوع آنسولین گیاهی است که اثر کم کننده قند خون را دارا می باشد بنابراین بر خلاف تصور قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری دیابت خوب نیست، این بیماران می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند.

مصرف هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد، مصرف هویج در رفع بیماری‌های آب آوردن انساج بدن، عدم دفع ادرار، تحریک مجاری هضم و تنفسی، سرفه های مقاوم، آسم، اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسانی دارد.

از هویج می توان در مورد زیر استفاده کرد:

- اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید.
- اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید.
- هویج و پیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی ، امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد.
- خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است.
- برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا دارد .
- خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند.
- برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است.
- هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند.
- برای برطرف کردن اسهال کودکان و بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین داروست.
- مصرف آب هویج در صبح و ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند.
- اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید.
- خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و گردن خود را با آب هویج پاک کنند.
- همچنین دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد می کند .

گفتنی است، هویج را نباید هیچگاه پوست کند زیرا مواد مغذی و ویتامین‌های خود را از دست می دهد بلکه باید آنرا با برس شست و مصرف کرد . البته با تمام خواص زیادی که هویج دارد مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهایی که هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم آنها زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود برمی گردند.

سمینار نیوز