

افرادی که قند دارند روزی ۵ "عناب" بخورند

یک کارشناس ارشد طب سنتی گفت: کسانی که قند دارند روزی پنج دانه عناب بخورند زیرا عناب برای کنترل قند خون مفید است.



یک کارشناس ارشد طب سنتی گفت: کسانی که قند دارند روزی پنج دانه عناب بخورند زیرا عناب برای کنترل قند خون مفید است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، هانیه ناصری در خصوص خواص عناب اظهار کرد: این میوه خشک تصفیه کننده خون بوده و به هضم غذا کمک می‌کند.

وی معتقد است عناب در درمان نامرتب بودن ضربان قلب، خستگی اعصاب، عرق شبانه و تعرق زیاد بدن نیز استفاده می‌شود.

این کارشناس طب سنتی با اشاره به اینکه عناب به دلیل داشتن لعاب زیاد نرم کننده سینه است و آسم و تنگی نفس را برطرف می‌کند، خاطرنشان کرد: این میوه خشک ملین است و اگر آن را با آب یا شیر بجوشانیم خاصیت ملین بودن آن بیشتر هم خواهد شد.

ناصری عناب را خواب‌آور و درمان کننده بی‌خوابی دانست که این خاصیت در هسته عناب بیشتر است. این کارشناس به افراد توصیه کرد برای برطرف کردن ورم چشم، عناب را به چشم بمالند. ناصری تقویت دستگاه هاضمه، تقویت حافظه و درمان کم‌اشتهایی را از دیگر خواص عناب برشمرد.

وی در خصوص خواص خود گیاه و درخت عناب نیز افزود: جوشانده پوست درخت عناب داروی ضد اسهال است، به علاوه ریشه گیاه در درمان سوء هاضمه مفید است.

به گفته این کارشناس، جوشانده ریشه به پودر تبدیل می‌شود و برای زخم‌ها و دمل‌های کهنه مفید است.

ناصری ادامه داد: آب عناب با کاهو برای درمان سرطان مفید است، همچنین برگ‌های آن بند آورنده خون و تب بر است و به شکل ضماد در درمان ادرار بندی به کار گرفته می‌شود.