

معجزه ای به نام زرشک

آیا می دانید زرشک دارای چه فواید مهمی می باشد؟



آیا می دانید زرشک دارای چه فواید مهمی می باشد؟

یک متخصص قلب و عروق گفت: عصاره میوه زرشک مقادیر زیادی ویتامین C دارد، موجب افزایش فعالیت سیستم ایمنی، تحریک جذب آهن و مانع بروز بیماری اسکوربرت می شود.

دکتر طوبی کاظمی تصریح کرد: بیماری های قلبی عروقی امروزه به یک مشکل جدی در جوامع بشری تبدیل شده و داروهای زیادی نیز برای درمان این بیماری ها ساخته شده است، اما این داروها دارای عوارض جانبی زیادی است.

وی ادامه داد: میوه زرشک طبیعتی سرد و خشک دارد و در طب سنتی به کار می رود.

این متخصص قلب و عروق اضافه کرد: زرشک با دارا بودن بربرین (berberin)، دارای اثرات مفید برای قلب است و خاصیت ضد آریتمی، اثر ضد پرفشاری خون و کاهش دهنده مقاومت عروقی دارد.

کاظمی تصریح کرد: میوه زرشک به دلیل داشتن اسیدهای آلی ملایم بوده و برای درمان سنگ کلیه مناسب است.

وی از خواص میوه زرشک به اثر تصفیه کننده و ضد عفونی کننده خون، منقبض کننده عروق، پایین آوردن تب، کاهش تورم و فشارخون، تنظیم و ضربان عضلات قلب اشاره کرد.

متخصص قلب و عروق تصریح کرد: از برگ زرشک به تنهایی با مخلوط داروهای مناسب می توان برای زخم روده، رفع اسهال های مزمن استفاده کرد.

وی اضافه کرد: جویدن برگ زرشک باعث سفتی لته ها می شود.

دکتر کاظمی ادامه داد: در موقع آنژین و گلودرد می توان دم کرده برگ زرشک را غرغره کرد.

متخصص قلب و عروق از خواص پوست ریشه زرشک به برطرف کردن بی اشتها، از بین بردن سوء هاضمه، درمان زردی و یرقان، تنظیم اعمال دستگاه گوارش اشاره کرد.