

## خواص درمانی تربچه

تربچه از جمله سبزی‌هایی است که هم ریشه و هم برگ آن دارای خواص فراوانی است.



تربچه از جمله سبزی‌هایی است که هم ریشه و هم برگ آن دارای خواص فراوانی است.

تربچه گیاهی است یک ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می‌رسد. برگ‌های آن پهن، ناصاف، کرک‌دار و با بریدگی‌های نامنظم است.

گل‌های آن به رنگ سفید، زرد روشن، آبی روشن و بنفش است که در انتهای شاخه ظاهر می‌شود.

برخی از خواص این گیاه عبارتند از:

&#8226;#8226; برگ و ریشه تربچه دارای مقدار فراوانی ویتامین C است.

&#8226;#8226; مقدار ویتامین C موجود در برگ‌های این سبزی، نسبت به ریشه آن پنج برابر بیشتر است.

&#8226;#8226; ریشه کروی و قرمز این سبزی همچنین دارای مقادیر فراوانی پتاسیم، اسید فولیک و مس است.

&#8226;#8226; تربچه خاصیت ضد سرطان دارد و مدت مدیدی است که از این سبزی برای درمان اختلالات کبدی استفاده می‌شود.

&#8226;#8226; از تربچه برای دفع سنگ‌های کلیوی استفاده می‌شود و برای درمان نقرس و روماتیسم مفید است.

&#8226;#8226; اگر برگ آن همراه با غذا خورده شود کمک خوبی برای هضم غذا است. آب برگ تربچه برای تقویت چشم مفید است. خوردن تخم تربچه، ترشح شیرمادر را زیاد می‌کند.

&#8226;#8226; تخم تربچه اشتهاآور است.