



خواص درمانی رزماری؛ منبع ویتامین E

رزماری، گیاه بومی منطقه مدیترانه است. گل و برگ‌های این گیاه بوی تندى شبیه به کافور دارد. رزماری علاوه بر کاربرد دارویی، در پخت و پز نیز استفاده می‌شود.

رزماری، گیاه بومی منطقه مدیترانه است. گل و برگ‌های این گیاه بوی تندى شبیه به کافور دارد. رزماری علاوه بر کاربرد دارویی، در پخت و پز نیز استفاده می‌شود.

* رزماری منبع عالی ویتامین E است و با رادیکال‌های آزاد مقابله می‌کند.

* روغن طبیعی آن مجرای تنفسی را باز می‌کند.

* با مالیدن پودر رزماری روی بدن بوی ایجاد شده از باکتری و قارچ از بین می‌رود.

* قبل از تمیزکردن زخم، برگ‌های تازه را روی قسمت مورد نظر قرار دهید تا مانع از عفونی شدن آن شود.

* دم کرده آن به طور طبیعی خستگی مفرط را برطرف می‌کند.

* تاثیر ضداسپاسمی دارد و ناراحتی‌های گوارشی را برطرف می‌کند.

* آنتی‌اکسیدان آن مانع از تشدید بیماری آرتریت می‌شود.

* برای پیش‌گیری از بروز آب مروارید، دم کرده رزماری را به طور مرتب بنوشید.

* تقویت کننده بدن است.

* سردرد را رفع می‌کند.

* گردش خون را تحریک می‌کند.

* در صورت مصرف منظم، عملکرد کلیه را بهبود می‌بخشد و جریان ادرار را افزایش می‌دهد.