

**شیرین بیان حاوی ۱۰ نوع آنتی اکسیدان**

شیرین بیان بومی جنوب اروپا و آسیای مرکزی است که ۵۰ برابر شیرین تر از شکر است ...



سلامت نیوز: شیرین بیان بومی جنوب اروپا و آسیای مرکزی است که ۵۰ برابر شیرین تر از شکر است و به وفور از آن برای تهیه شکلات و طعم دادن به غذا استفاده می شود. این گیاه بیش از ۵ هزار سال است که طب چینی مورد استفاده قرار می گیرد و پس از جیسینگ، پرطرفدارترین گیاه است.

خواص:

- \* به نوشته «ehealth;171#&» این گیاه ضدویروسی قوی حاوی ۱۰ نوع آنتی اکسیدان و ۲۵ نوع ماده ضد قارچی است.
- \* شیرین بیان برای درمان زخم گوارش بسیار مفید است.
- \* روند پیشرفت بیماری ایدز را کند می کند.
- \* در صورت مصرف موضعی تاثیر مشابه به هیدروکورتیزون دارد و با بیماری های پوستی از جمله اگزما، داءالصدف و التهاب پوست مقابله می کند.
- \* شیرین بیان روند بهبود تبخال را سرعت می بخشد.
- \* نتایج بررسی ها در ژاپن نشان می دهد شیرین بیان به طور موثر به درمان هیپاتیت B و C کمک می کند.
- \* میزان بالای استروژن در بدن، مشکلات قاعدگی را افزایش می دهد. شیرین بیان، به دلیل کاهش دادن میزان استروژن این مشکل را کاهش می دهد.
- \* ناراحتی های حاد تنفسی مانند سرفه، آسم، گلودرد و برونشیت را درمان می کند.
- \* در صورتی که گیاهان دیگری را با شیرین بیان مصرف کنید، اثرگذاری آن ها افزایش می یابد.
- \* با حفظ اسید معده، در کنترل وزن موثر است.
- \* با تب مقابله می کند.
- \* دم کرده این گیاه، اسهال، سردرد و گلودرد را معالجه می کند.
- \* دم کرده آن، تشنگی مفرط را برطرف می کند.
- \* مصرف شیرین بیان سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند.

منبع: روزنامه خراسان