

زرشک دفع کننده سموم بدن

زرشک، میوه بوته ای زیبا و همیشه سبز و بومی مناطق معتدل و نیمه استوایی اروپا، آسیا، آفریقا، شمال و جنوب آمریکاست.



سلامت نیوز : زرشک، میوه بوته ای زیبا و همیشه سبز و بومی مناطق معتدل و نیمه استوایی اروپا، آسیا، آفریقا، شمال و جنوب آمریکاست.

این گیاه ۳ هزار ساله دارای بیش از ۵۰۰ نوع است.

*زرشک سرشار از ویتامین C است که برای سلامت و شادابی پوست مفید است.

* ویتامین C موجود در آن مواد سمی بدن را دفع می کند و برای تقویت دندان و استخوان موثر است.

* ماده شیمیایی موجود در آن، عفونت های باکتریایی را درمان می کند.

* کاهش دهنده تب است.

* عفونت کیسه صفرا و ناراحتی های مربوط به سیستم گوارشی را برطرف می کند.

* باکتری موجود روی پوست را از بین می برد.*سیستم ایمنی بدن را بهبود می بخشد.

* میزان ضربان قلب را کاهش می دهد.

* با باکتری هایی که به مرور زمان به آنتی بیوتیک مقاوم می شود، مقابله می کند.

* اسهال خونی را برطرف می کند.

* با افزایش جریان خون به کبد، عملکرد این عضو بدن را بهبود می بخشد.

* سوء هاضمه و سوزش سردل را برطرف می کند.

* افراط در مصرف این گیاه باعث معده درد، خستگی مفرط، خون ریزی بینی، اسهال و استفراغ می شود.

منبع : خراسان