



از خواص هندوانه چه می‌دانید؟

هندوانه یکی از بهترین میوه‌های تابستان و از نظر طب قدیم، سرد است و گرما را برطرف می‌کند. هندوانه به پایین آوردن فشارخون کمک کرده و معده را تقویت می‌کند...

هندوانه یکی از بهترین میوه‌های تابستان و از نظر طب قدیم، سرد است و گرما را برطرف می‌کند. هندوانه به پایین آوردن فشارخون کمک کرده و معده را تقویت می‌کند. همچنین، پوست سفید داخل هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار مؤثر بوده و مغز تخمه آن، کرم‌های معده و روده را از بین می‌برد.

این میوه برای ورم مثانه مفید و بدن را شاداب و برای اشخاص گرم مزاج بسیار مناسب است.

آب هندوانه مخلوط با سکنجبین، یرقان را درمان و سنگ کلیه را دفع می‌کند.

برای خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر خورده و برای برطرف کردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شیر خشت میل کنید.

لازم به ذکر است برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندی بخورید.

هندوانه را باید همیشه بین دو غذا خورد یعنی تقریباً سه ساعت بعد از غذا و یک ساعت قبل از غذا، زیرا اگر بلافاصله بعد از غذا خورده شود در هضم غذا اختلال ایجاد می‌کند. همچنین نباید آن را با میوه‌های دیگر مخلوط کرد زیرا باعث نفخ شکم می‌شود.

هندوانه برای اشخاص سرد مزاج و آنهایی که دارای معده سرد هستند مناسب نیست، این گونه اشخاص اگر می‌خواهند هندوانه بخورند باید آن را با شکر یا عسل و قند بخورند.

همچنین هندوانه در اشخاص سرد مزاج باعث درد مفاصل و ضعف جنسی می‌شود .