

## میوه گلابی و خواص آن

گلابی درختی است که بلندی آن به حدود 10 متر می‌رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می‌روید . این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر است .



سلامت نیوز : گلابی درختی است که بلندی آن به حدود 10 متر می‌رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می‌روید . این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر است .

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مردم سالاری ؛ ریشه گلابی عمیق است برگهای آن صاف و دندانه داراست ، گلهای گلابی سفید رنگ مایل به صورتی و بصورت خوشه ای است . میوه درخت گلابی مخروطی شکل ، گوشتدار ، شیرین و یا ترش و شیرین است از تمام قسمتهای گلابی مانند برگ‌های جوان، پوست و ساقه میوه آن استفاده طبی بعمل می‌آید .

ترکیبات شیمیایی:

برگ‌های جوان درخت گلابی دارای موادی مانند تانن ، گلوکوزید و هیدروکینون است . برگهای خشک درخت گلابی دارای اسید اورسولیک است دانه گلابی دارای ماده ای بنام آمیگدالین و مقداری روغن است.

در يك صد گرم گلابی مواد زیر موجود است .

انرژی: 55 کالری

آب: 83 گرم

مواد نشاسته‌ای: 12 گرم

پروتئین: 6 گرم

کلسیم: 10 میلی گرم

فسفر: 12 میلی گرم

آهن: 3 میلی گرم

ویتامین آ: 20 واحد

ویتامین ب 1 : 2 میلی گرم

ویتامین ب : 4/20 میلی گرم

ویتامین ب 3 : 1 میلی گرم

ویتامین ث: 3 میلی گرم

## خواص داروئی:

- 1- گلابی از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است.
- 2- گلابی سنگ مجاری ادرار را دفع می‌کند .
- 3- آرام بخش و تب بر است.
- 4- در رفع عفونت مجرای ادرار موثر است.
- 5- مقوی بدن است .
- 6- تشنگی را برطرف می‌کند .
- 7- سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می‌کند.
- 8- چون قند گلابی (فروکتوز) است بنابراین آنهایی که مبتلا به مرض قند هستند می‌توانند از آن استفاده کنند و برای آنها مضر نیست.
- 9- برای دفع سموم بدن بسیار موثر است.
- 10- برای پائین آوردن فشار خون باید مدت چند روز فقط گلابی مصرف کنید و غذای دیگر نخورید . البته این رژیم باید تحت نظر دکتر انجام گیرد و با اجازه پزشک متخصص باشد.

## خواص دیگر قسمت‌های درخت گلابی

برگ وشکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

- 1- شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می‌آورد.
- 2- در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید.
- 3- تخم گلابی ضدکرم معده و روده است.
- 4- دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است.
- 5- برای دفع سنگ کلیه 50 گرم برگ گلابی را با 50 گرم پوست سیب در يك لیتر آب جوش ریخته و به مدت 20 دقیقه دم کنید و آن را بتدریج بنوشید.
- 6- برای شستشوی زخمها 50 گرم پوست ساقه درخت گلابی را در يك لیتر آب ریخته و بگذارید چند دقیقه بجوشد و سپس آنرا کم کم بنوشید.

## مضرات:

اسراف در خوردن گلابی برای سرد مزاجان و اشخاصی که معده ضعیف دارند موجب نفخ معده می‌شود و اینگونه اشخاص باید آن را با مربای زنجبیل بخورند .