

ریواس موثر در کاهش قند خون

یکی از مهمترین خواص ریواس این است که لوزالمعده را وادار به ترشح انسولین می‌کند و از این رو قندخون را کاهش می‌دهد .



همشهری آنلاین: یکی از مهمترین خواص ریواس این است که لوزالمعده را وادار به ترشح انسولین می‌کند و از این رو قندخون را کاهش می‌دهد .

ریواس طبیعت سرد دارد و دارای ویتامین‌ها و املاح معدنی گوناگون است. برای تمامی اعضای بدن، ماده غذایی بسیار مفیدی است و اثر شگفت انگیز و معجزه آسایی دارد.

ریواس همچنین برای تقویت معده و کبد مفید است. خوردن 100 گرم آب ریواس یا رب ریواس برای بیماران تب دار و بی اشتها مفید است و یرقان و سستی را درمان می‌کند.

به گزارش ایرنا، خوردن ریواس صفرا و دل به هم خوردگی را رفع می‌کند و می‌توان از آن برای تهیه خورش، کمپوت، مربا و شربت استفاده کرد.

ریواس به عنوان فعال کننده عملکرد دستگاه گوارش، ناقل نمک‌های صفراوی و محرک ترشح کبد شناخته شده است. نخستین کار کرد آن در دهان این است که با تحریک اعصاب دهان به واسطه مزه تلخ خوشایندش، موجب پاک شدن حفره دهان می‌شود و دهان را برای چشیدن غذای بعدی آماده می‌کند.

این گیاه سبب افزایش ترشح معده می‌شود و علاوه بر این با تحریک ترشح نمک‌های صفراوی از کبد، به تنظیم جذب چربی از روده کمک می‌کند.

نوشیدن شربت ریواس برای درمان کم خونی و بی اشتهایی مناسب است. بهتر است ریواس تازه مصرف شود چراکه پس از گذشت یک سال به تدریج اثر دارویی آن کم می‌شود.

مصرف آب ریواس همراه با آب هویج، کرفس، خیار و سیب بسیار مفید است و می‌توان یک سوم آب ریواس و دو سوم آب بقیه مواد را هر روز میل کرد.

ریواس همچنین اشتها آور و برای درمان یبوست مفید است.