

خوردن آب انار، لکنت زبان را برطرف می‌کند

یک کارشناس و مولف طب اسلامی راه درمان لکنت زبان را خوردن انار عنوان کرد و گفت: به کودکانی که لکنت زبان دارند تا قبل از دو سالگی روزانه یک قاشق آب انار داده شود.



یک کارشناس و مولف طب اسلامی راه درمان لکنت زبان را خوردن انار عنوان کرد و گفت: به کودکانی که لکنت زبان دارند تا قبل از دو سالگی روزانه یک قاشق آب انار داده شود.

به گزارش ایرنا، حجت الاسلام سید حسن ضیایی روز یکشنبه در سلسله جلسات طب المعصومین که با حضور زائران در حرم مطهر رضوی برگزار شد، افزود: بیوست و لکنت زبان را از عوارض خوردن زیاد موز تا قبل دو سالگی برای کودکان ذکر کرد.

وی اظهار داشت: خوردن روزانه یک لیوان آب انار برای افراد بزرگسالی که دچار لکنت زبان هستند، مفید است.

این کارشناس طب اسلامی همچنین گفت: با تغییر شیوه زندگی و رفع عادات بد غذایی می توان بیماری فشار خون را کنترل و درمان کرد.

وی در تشریح پرهیزها و توصیه های لازم برای فشار خون گفت: هفت نوع فشار خون داریم و این عارضه یکی از مهمترین عوامل زمینه ساز بیماری عروق تغذیه کننده قلب است که طی سالهای اخیر شیوع آن افزایش چشمگیری داشته است.

این کارشناس طب اسلامی تنگی عروق، انبساط و انقباض قلب، استرس و نگرانی، عادات بد غذایی و رفتارهای نامناسب اجتماعی را از عوامل موثر در افزایش فشار خون عنوان کرد.

ضیایی گفت: کسانی که مبتلا به بیماری فشار خون هستند باید از مصرف گوشت گاو، سوسیس، کالباس، همبرگر، چیپس، پفک، خیار شور، ماهی های شور و دودی و آجیل شور خودداری کنند.

این مولف و پژوهشگر طب اسلامی افزود: استفاده از ادویه جات، مشروبات الکلی، بادمجان، دوغ و نوشابه گازدار باعث تشدید فشار خون می شود.

وی اظهار داشت: خوردن سبزی شنبلیله، چای قرمز، آلوچه، تمرهندی، گوجه سبز، آب ماست و گریپ فروت برای بیماران مبتلا به فشار خون مفید است و تا حدودی فشار خون را کاهش می دهد.

وی افزود: افرادی که منزوی هستند و کمتر در روابط اجتماعی شرکت می کنند، بیشتر در معرض فشار خون هستند.

این کارشناس طب اسلامی گفت: در صورت داشتن اضافه وزن، آن را کم کنید زیرا رسیدن به وزن مناسب و حفظ آن می تواند به کنترل بیماری فشار خون کمک کند.

ضیایی حذف نمک از غذای افراد مبتلا به فشار خون را اقدامی نادرست در درمان دانست و گفت: براساس روایات غذا را بی نمک درست کنید، اما در شروع و انتهای غذا کمی از نمک پودر سنگ یا نمک دریا استفاده کنید.

وی افزود: علم جدید ثابت کرده مصرف روزانه بیش از شش تا هفت گرم نمک باعث افزایش فشار خون می شود.