

معجزه جعفری در پیشگیری از پیری چشم

آنتی اکسیدان های جعفری در افزایش سلامت دستگاه بینایی معجزه و از ابتلا به پیری زودرس چشمی پیشگیری می کند.



آنتی اکسیدان های جعفری در افزایش سلامت دستگاه بینایی معجزه و از ابتلا به پیری زودرس چشمی پیشگیری می کند.

دکتر حسن رجبی جراح و فوق تخصص چشم در گفتگو با باشگاه خبرنگاران گفت: فلانوئید و لوتئولین جعفری می تواند با اکسیژن مولکول های بدن ترکیب و از آسیب سلول ها پیشگیری کند.

وی افزود: این سبزی مفید بهترین منبع ویتامین A و C است که نقش مهمی در سلامتی پوست و مو دارد.

این متخصص خاطرنشان کرد: ناگفته نماند که جعفری به خاطر بتاکاروتن فراوان می تواند تا حد زیادی خطر ابتلا به تصلب شراین، دیابت و سرطان روده را کاهش دهد.

رجبی اظهار داشت: همچنین ویتامین C و بتاکاروتن این سبزی برای بیماران مبتلا به آسم، التهاب مفاصل و روماتیسم نقش معجزه گر دارد.

وی یادآور شد: جعفری منبع خوبی برای دریافت اسید فولیک و ویتامین B نیز هست از همین رو مصرف آن به بیماران قلبی هم توصیه می شود.