

مصرف این گیاه عمر را طولانی می‌کند

گیاه جنسینگ روی فعالیت حافظه، استرس و شادابی تاثیر گذار است و با پیری مبارزه می‌کند زیرا هنگامی که انسان شاداب است دیرتر پیر می‌شود.



گیاه جنسینگ روی فعالیت حافظه، استرس و شادابی تاثیر گذار است و با پیری مبارزه می‌کند زیرا هنگامی که انسان شاداب است دیرتر پیر می‌شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از باشگاه خبرنگاران، حمید عبدی متخصص تغذیه گفت: گیاه جنسینگ معمولاً در سرزمین‌های با ارتفاع کره شمالی، جنوبی، روسیه و قسمت‌های شمالی کانادا پرورش داده می‌شود به دلیل اینکه در زمین‌های بکر و خاصی پرورش داده می‌شود یکسری مواد کافی و معدنی را جذب می‌کند که در مجموع تقویت وضعیت عمومی بدن را به دنبال دارد.

وی افزود: ماده‌ای به نام جین سینوساید در این گیاه وجود دارد و بیماری‌هایی را که با قدرت و ذهن بدن مرتبط هستند مرتفع می‌سازد همچنین جنسینگ روی فعالیت حافظه، استرس و شادابی تاثیر گذار است. عبدی تصریح کرد: این گیاه از خانواده عشقه است و با پیروی مبارزه می‌کند زیرا هنگامی که انسان شاداب است دیرتر پیر می‌شود.

این متخصص در پایان خاطرنشان کرد: جنسینگ "سیستم ایمنی" و سوخت و ساز بدن را تقویت می‌کند و زمانی که سیستم ایمنی قدرت پیدا کند بیماری‌هایی نظیر سرماخوردگی، سردرد، بی‌خوابی و عوارض یائسگی در انسان کمتر رخ می‌دهد همچنین این گیاه فشار و قند خون را تنظیم می‌نماید و افسردگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد.