



گیاهی که گردش خون را آسان می‌کند

گیاه زعفران به عنوان یک محصول ارگانیک برای مادران شیرده و بارداری توصیه می‌شود و گردش خون را آسان می‌کند.

گیاه زعفران به عنوان یک محصول ارگانیک برای مادران شیرده و بارداری توصیه می‌شود و گردش خون را آسان می‌کند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، علیرضا باقری، کارشناس طب سنتی گفت: زعفران از نظر طب قدیم ایران محصولی گرم و خشک است و از مهمترین خواص دارویی آن درمان افسردگی است.

وی افزود: از دیگر خواص دارویی زعفران می‌توان به هضم سریع غذا، تقویت حافظه و یادگیری، روشن کننده پوست، کاهش فشار و چربی خون نیز اشاره کرد.

این کارشناس طب سنتی گفت: زعفران نه تنها عوارضی مانند رنگ دهنده های مصنوعی همچون حساسیت زایی را ندارد، بلکه حاوی ویتامین هایی نظیر B6، B2، B1 و ویتامین C و دیگر مواد غذایی مورد نیاز بدن است و همچنین اگر می‌خواهید شاد و خندان باشید زعفران دم کرده نیز میل کنید.

باقری افزود: این محصول ارگانیک به تمامی مادران بارداری و شیرده توصیه می‌گردد، زیرا می‌تواند از خطرات بعد از زایمان برای آن‌ها جلوگیری کند، در واقع زعفران، خون‌ساز است و گردش خون را آسان می‌کند و گاهی اوقات می‌تواند آرامبخش و خواب‌آور باشد.