

خواص شگفت انگیز هویج

برای تقویت و رشد بدن و درمان نرمی استخوان بچه‌ها هویج رنده شده با لیموترش بدهید.



برای تقویت و رشد بدن و درمان نرمی استخوان بچه‌ها هویج رنده شده با لیموترش بدهید.

۱. طبع هویج گرم و تر است.
۲. هویج بازکننده گرفتگی‌ها و انسداد کبد است.
۳. هویج ملین است. قبل از غذا دو عدد هویج آب‌پز میل شود.
۴. هویج مقوی معده است بهتر است همراه برنج هویج هم پخته شود به شرط آن که برنج صافی نباشد.
۵. تقویت‌کننده نیروی جنسی و زیادکننده اسپرم است.
۶. هویج به هضم غذا کمک می‌کند.
۷. یک خوراک خوشمزه: هویج‌ها را به برش‌های کوچک خرد کرده همراه عسل کاملاً جویده و میل شود این خوراک برای تقویت نیروی جنسی بسیار خوب است و همچنین تقویت‌کننده آلات داخل شکم و رحم و هاضمه است.
۸. گرم مزاجان اگر هویج را با گوشت پخته کنند و بخورند بهتر است.
۹. کسانی که به بیماری گوارشی مبتلا هستند از هویج خام کمتر استفاده کنند.
۱۰. کسانی که سنگ کلیه دارند ۴ گرم تخم هویج و ۴ گرم تخم شلغم را داخل تری که خالی کرده‌اند ریخته سپس سر ترب را بسته در ظرفی گذاشته در آتش یا فر بگذارند تا پخته شود آن گاه آن را میل کنند این خوراکی همچنین برای رفع سختی ادرار به کار می‌رود.
۱۱. کسانی که کم‌خون هستند صبح ناشتا یک لیوان آب هویج با کمی عسل میل کنند.
۱۲. هویج کاهش دهنده انواع سرطان است مخصوصاً سرطان‌های ریه و لوزالمعده.
۱۳. کسانی که معتاد به سیگار هستند خوردن هویج رافراموش نکنند.
۱۴. هویج خام باعث کاهش کلسترول خون می‌شود به شرط آن که با صبحانه حداقل ۲۰۰ گرم هویج میل کنید.
۱۵. خوردن هویج پخته موجب کاهش ابتلا به سرطان کولون می‌شود.
۱۶. برای پختن هویج بیش از ۱۵ دقیقه زمان نبرید اگر بخارپز بشود خیلی بهتر است.
۱۷. کسانی که کرم دارند به مدت ۸ روز هویج رنده شده ناشتا میل کنند، حدود صد تا دویست گرم با کمی آب‌لیمو.
۱۸. برای درمان سوختگی، هویج رنده شده را داخل یک پارچه به صورت کمپرس در محل بگذارید از این روش برای درمان سودا، کورک و آگزا می‌توان استفاده کرد.
۱۹. برای تقویت و رشد بدن و درمان نرمی استخوان بچه‌ها هویج رنده شده با لیموترش بدهید.
۲۰. اشخاصی که عصبانی هستند یا پیرانی که دچار ضعف و ناتوانی شده‌اند هویج میل کنند، پخته آن بهتر است.
۲۱. اگر هر صبح ناشتا یک لیوان آب هویج میل کنید موجب باز شدن رنگ چهره شما می‌شود.
۲۲. برای درمان یرقان صبح ناشتا آب هویج بخورید.
۲۳. ماسک هویج باعث باز شدن رنگ چهره می‌شود و پوست‌های شل را سفت می‌کند.
۲۴. خوردن هویج باعث تقویت قوه بینایی و درخشندگی چشم‌ها می‌شود.
۲۵. خوردن هویج برای کسانی که مبتلا به بیماری قند هستند، مفید است.
۲۶. کسانی که فشار خون دارند، خوردن هویج را فراموش نکنند.
۲۷. هویج بازکننده رگ‌ها است.
۲۸. کسانی که سوخت و ساز بدن آنها خوب نیست هویج کم مصرف کنند زیرا مصرف آن به خاطر وجود اسیدازالیک باعث تشکیل سنگ کلیه می‌شود.
۲۹. کسانی که دردهای رماتیسمی، مفصلی و نقرس دارند صبح ناشتا هویج میل کنند.
۳۰. خوردن هویج با شیر و کمی عسل برای درمان ترشحات مجاری تنفسی مفید است.
۳۱. کسانی که از زخم معده و اثنی عشر رنج می‌برند آب هویج را کم‌کم میل کنند.
۳۲. سعی کنید همیشه آب هویج تازه بگیرید.

۳۳. خوردن آب هویج باعث می‌شود که زردختم زود خوب شود.
۳۴. کسانی که آسم دارند صبح ناشتا آب هویج با شیر میل کنند.
۳۵. آب هویج جوانی را برای مدت زیادی حفظ می‌کند.
۳۶. سوپ هویج غذای خوبی برای بیماران مبتلا به اسهال مخصوصا کودکان است.
۳۷. کسانی که بدبین بوده و نسبت به دیگران سوءظن دارند هویج را در برنامه غذایی خود قرار دهند تا از رشد این بیماری نجات یابند.
۳۸. همچنین هویج نگرانی‌های بی‌مورد و بی‌اساس را برطرف می‌کند.

منبع: روزنامه شهروند