

گیاهانی که معجزه می کنند

یکی از گیاه شناسان پزشکی اوکلاهاما، فهرستی از گیاهان ارایه کرده است که باعث افزایش انرژی، تمرکز، کاهش استرس و مقابله با آنفلوآنزا می شود.



یکی از گیاه شناسان پزشکی اوکلاهاما، فهرستی از گیاهان ارایه کرده است که باعث افزایش انرژی، تمرکز، کاهش استرس و مقابله با آنفله آنزا می شود. این فهرست حاوی چند مکمل گیاهی در دسترس است که محقق آنان را معجون گیاهی معجزه آسا نامیده است. این گیاهان علاوه بر افزایش انرژی و تمرکز از بروز آنفلوآنزا جلوگیری می کنند. این گیاهان معجزه آسا به شرح زیر هستند:

سیر

سیر حاوی ترکیبی به نام آلیسین است که پس از شکستن حبه سیر، به آلیسین تبدیل می شود. آلیسین یک آنتی بیوتیک طبیعی است که با ارگانیزم های مضر مبارزه می کند. این ترکیب گیاهی از بیماری های قلبی و سکنه مغزی و انسداد شریان ها جلوگیری می کند. برخی دیگر از خواص سیر عبارتند از :
 آکنه را از بین می برد.
 از بیماری پسوریازیس جلوگیری می کند.
 باعث کنترل وزن می شود.
 از قارچ پوستی پا جلوگیری می کند.
 پشه ها را فراری می دهد.
 باعث کاهش فشار خون می شود.
 از بروز آلزایمر جلوگیری می کند.
 باعث استحکام استخوان ها می شود.
 مسمومیت فلزات سنگین را در بدن از بین می برد.
 باعث زیبایی مو می شود.

زردچوبه

زردچوبه حاوی ماده ای به نام کورکومین است که از سرطان لوزالمعده، سرطان روده بزرگ، پسوریازیس، ورم مفاصل، افسردگی و آلزایمر جلوگیری می کند. کورکومین دارای خاصیت ضد التهابی قوی است و از بیماری های خود ایمنی مانند آرتریت جلوگیری می کند.

زنجبیل

زنجبیل یک گیاه ضد ویروسی است که خاصیت ضد التهابی و ضد سرطانی دارد. زنجبیل از تهوع جلوگیری می کند. برخی از خواص دیگر این گیاه عبارتند از :
 تعدیل کننده آنزیم های گوارشی و هورمون های جنسی است.
 جذب مواد مقوی را در بدن افزایش می دهد.
 از نفخ شکم جلوگیری می کند.
 درد عضلات و مفاصل را از بین می برد.
 در این تحقیق آمده است که استفاده از این سه گیاه معجزه آسا، باعث تحول در سلامتی می شود. (ایرنا)