

اعجاز گردو برای «سلامتی» بدن

بررسی های جدید دانشمندان نشان می دهند تنها مصرف 3 عدد گردو در روز معجزات زیادی برای سلامتی بدن ما دارد.



مصرف روزانه گردو برای سلامتی بدن اعجاز می کند.

به گزارش تسنیم، بررسی های جدید دانشمندان نشان می دهند تنها مصرف 3 عدد گردو در روز معجزات زیادی برای سلامتی بدن ما دارد.

دانه گردو خوب برای زنان باردار می تواند تاثیر مثبت بر توسعه مغز نوزاد داشته باشد و به افرادی که فشار خون پایین دارند می تواند از بروز حملات قلبی جلوگیری کند.

گردو برای درمان آکنه و ریزش مو بسیار مفید است و در بیماران دیابتی که اعصاب ضعیف دارند می تواند تاثیرگذار باشد.

برگ گردو تازه می تواند به عنوان یک پوشش برای بهبود سریع تر زخم استفاده شود و می تواند برا درمان گلو ملتهب، انگل در روده ها، بواسیر و برای تخلیه روده استفاده شود.

برگ گردو می تواند در درمان مشکلات پوستی مانند زخم، تعریق بیش از حد از پا، سوختگی و غیره نیز استفاده شود و برای خلاص شدن از مورچه ها به خانه، سوسک، پروانه و غیره می توان با کمک برگ گردو این کار را انجام داد.

افرادی که از زخم معده، مشکلات صفرا و یا مشکلات کبدی رنج می برند باید گردو را جزو منابع غذایی مهم روزانه خود قرار دهند.

مصرف روزانه گردو برای سلامتی بدن اعجاز می کند.

به گزارش تسنیم، بررسی های جدید دانشمندان نشان می دهند تنها مصرف 3 عدد گردو در روز معجزات زیادی برای سلامتی بدن ما دارد.

دانه گردو خوب برای زنان باردار می تواند تاثیر مثبت بر توسعه مغز نوزاد داشته باشد و به افرادی که فشار خون پایین دارند می تواند از بروز حملات قلبی جلوگیری کند.

گردو برای درمان آکنه و ریزش مو بسیار مفید است و در بیماران دیابتی که اعصاب ضعیف دارند می تواند تاثیرگذار باشد.

برگ گردو تازه می تواند به عنوان یک پوشش برای بهبود سریع تر زخم استفاده شود و می تواند برا درمان گلو ملتهب، انگل در روده ها، بواسیر و برای تخلیه روده استفاده شود.

برگ گردو می تواند در درمان مشکلات پوستی مانند زخم، تعریق بیش از حد از پا، سوختگی و غیره نیز استفاده شود و برای خلاص شدن از مورچه ها به خانه، سوسک، پروانه و غیره می توان با کمک برگ گردو این کار را انجام داد.

افرادی که از زخم معده، مشکلات صفرا و یا مشکلات کبدی رنج می برند باید گردو را جزو منابع غذایی مهم روزانه خود قرار دهند.