

ریواس به سلامت مغز کمک می کند

ریواس گیاهی سرشار از خواص درمانی است که پیشینه مصرف آن در کشورهای آسیایی به صدها سال قبل باز می گردد.



ریواس گیاهی سرشار از خواص درمانی است که پیشینه مصرف آن در کشورهای آسیایی به صدها سال قبل باز می گردد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه خراسان، بخشی از خواص درمانی این گیاه چنین است:

از بروز بیماری آلزایمر پیشگیری می کند و آن را به تأخیر می اندازد.

ویتامین K موجود در آن برای عملکرد درست مغز و محافظت از سلول های مغزی لازم است.

روند پیری را کند می کند. سرشار از آنتی اکسیدان است که فعالیت رادیکال های آزاد را متوقف می کند.

ویتامین C موجود در آن نیز به کارآیی کلژن پوست می افزاید.

التهاب مزمن را کاهش می دهد. مصرف منظم آن برای افرادی که دچار درد مفاصل، چاقی مفرط، دیابت، فشارخون بالا و مشکلات دیگر بر اثر التهاب مزمن هستند، مفید است.

به حرکت روده ها کمک می کند.

سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند. به دلیل داشتن ویتامین C مصرف آن به افرادی که سیستم ایمنی بدنشان ضعیف است، توصیه می شود. فیبر موجود در آن، روند دفع سموم از بدن را سرعت می بخشد.

به تولید صفرا کمک می کند.

ریشه آن تأثیر زیادی بر کبد دارد و برای مبتلایان به هپاتیت B مفید است.

ویتامین A و لوتئین موجود در این گیاه برای تقویت بینایی بسیار مفید است.