



لیمو ، عسل و دارچین معجزه می کند

لیموترش و دارچین هر یک خواص خود را دارد. به عنوان مثال لیمو سیستم ایمنی را تقویت و از بدن سم زدایی می کند، سوءهاضمه را برطرف و لکه های پوستی را کم رنگ می کند و باعث کاهش وزن می شود.

لیموترش و دارچین هر یک خواص خود را دارد. به عنوان مثال لیمو سیستم ایمنی را تقویت و از بدن سم زدایی می کند، سوءهاضمه را برطرف و لکه های پوستی را کم رنگ می کند و باعث کاهش وزن می شود. دارچین نیز دارای خاصیت ضد میکروبی، ضد سرطانی، کنترل کننده قند خون و... است و ترکیب این دو ماده با هم می تواند معجزه کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه خراسان، هر روز صبح یک لیوان آب حاوی یک قاشق چای خوری پودر دارچین، یک قاشق چای خوری عسل و چند قطره آب لیمو ناشتا مصرف کنید.

ضماد تهیه شده از چند قطره آب لیمو و یک قاشق چای خوری پودر دارچین در خشک کردن آکنه و جوش موثر است. خاصیت ضد میکروبی دارچین با عفونت مقابله می کند؛ اسیدینه خفیف لیمو نیز روند خشک شدن لکه ها را افزایش می دهد و اثر آن را به حداقل می رساند.

لیمو دارای خاصیت چربی سوزی است در حالی که دارچین میزان سوخت و ساز را افزایش می دهد. در نتیجه فرد با سوخت کالری و چربی بیشتری وزن کم می کند. افزودن کمی پودر دارچین و آب لیمو به چای سبز نیز معجزه می کند.

مخلوط آب لیمو و دارچین در رفع چین و چروک موثر است. این مخلوط را به آرامی روی صورت ماساژ دهید و بگذارید کمی بماند. خاصیت آنتی اکسیدان لیمو، پوست آسیب دیده را درمان و خط و چین و چروک پوست را کم رنگ می کند.

مصرف مخلوط این مواد سموم را از بدن دفع می کند.