

خواص درمانی کنگر فرنگی

یک کارشناس ارشد تغذیه با اشاره به اینکه کنگر فرنگی (آرتیشو) خواص درمانی زیادی دارد، گفت: مبتلایان به عارضه کبد چرب می‌توانند با استفاده از این گیاه درمانی و رعایت رژیم غذایی مناسب به کاهش چربی خون کمک کنند.



یک کارشناس ارشد تغذیه با اشاره به اینکه کنگر فرنگی (آرتیشو) خواص درمانی زیادی دارد، گفت: مبتلایان به عارضه کبد چرب می‌توانند با استفاده از این گیاه درمانی و رعایت رژیم غذایی مناسب به کاهش چربی خون کمک کنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، مریم صالحی با بیان اینکه آرتیشو ترشحات صفراوی را افزایش می‌دهد گفت: استفاده از این گیاه درمانی با پیشگیری از تجمع چربی در کبد برای بیماران مبتلا به کبد چرب بسیار مفید است.

وی گفت: کنگر فرنگی هم مانند کنگر در درمان تب موثر است و مصرف آن به بیماران رماتیسمی و افراد مبتلا به ورم روده جهت از بین بردن نفخ توصیه می‌شود.

صالحی با تاکید بر اینکه کنگر فرنگی دارای خاصیت پایین آورنده کلسترول خون است، گفت: این گیاه نیز مانند کنگر حاوی فیبر بالایی است، بنابراین برای کاهش وزن، بهبود یبوست، تنظیم قند خون و تعدیل فشارخون بسیار مناسب است.

این کارشناس ارشد تغذیه با اشاره به تحقیقات انجام شده در این باره گفت: مشاهده شده که کنگر فرنگی در بهبود آسم و میگرن موثر است؛ همچنین در درمان آگزما و بیماری‌های پوستی تاثیر مثبتی داشته است. صالحی در پایان گفت: مبتلایان به عارضه کبد چرب می‌توانند با استفاده از این گیاه درمانی و رعایت رژیم غذایی مناسب به کاهش چربی خون کمک کنند.