

مزایای نگهداری آب در ظروف مسی

نگهداری آب در ظروف مسی باعث ایجاد یک فرآیند پالایش طبیعی می‌شود و مزایای بسیاری برای سلامتی در بردارد. برای آشنایی با مزایای نگهداری آب در ظروف مسی با ما همراه باشید.



نگهداری آب در ظروف مسی باعث ایجاد یک فرآیند پالایش طبیعی می‌شود و مزایای بسیاری برای سلامتی در بردارد. برای آشنایی با مزایای نگهداری آب در ظروف مسی با ما همراه باشید. نگهداری آب در ظروف مسی موجودات ریز مانند قارچ انگلی، گولک، جلبک و باکتری‌های موجود در آب را که مضر هستند، از بین می‌برد. در نتیجه آب بسیار سالمی به دست می‌آید.

علاوه بر این، آبی که در ظروف مسی نگهداری می‌شود، به ویژه آبی که در طول شب یا حداقل ۴ ساعت در این ظروف نگهداری شود، میزانی مس به دست می‌آورد. مس یک ماده معدنی ضروری است که برای سلامت انسان مفید است. این ماده معدنی خواص ضد میکروب، آنتی‌اکسیدان، ضد سرطان و ضد التهاب دارد.

همچنین نوشیدن روزانه ۲ الی ۳ لیوان آبی که در ظروف مسی نگهداری شده، یک روش آسان برای تأمین مس مورد نیاز بدن محسوب می‌شود.

در ادامه به ۱۰ مزیت آبی که در ظروف مسی نگهداری می‌شود، اشاره کرده‌ایم:
از ابتلا به بیماری‌های ناشی از میکروب‌های آب جلوگیری می‌کند: مس بسیاری از باکتری‌هایی را که باعث بروز بیماری‌هایی مانند اسهال، اسهال خونی و یرقان می‌شوند، از بین می‌برد.
به کاهش وزن کمک می‌کند: مس علاوه بر کمک به بهبود عملکرد دستگاه گوارشی، فروپاشی و از بین رفتن سلول‌های چربی را تحریک می‌کند.

سلامت قلب را بهبود می‌بخشد: مس نقش مهمی در پیشگیری از بیماری‌های قلبی دارد. این ماده معدنی به تنظیم فشارخون و ضربان قلب کمک کرده و سطح کلسترول بد و تری‌گلیسیرید را کاهش می‌دهد.
سلامت پوست را افزایش می‌دهد: مس جزء اصلی تولید ملانین است که رنگ چشم‌ها، مو و پوست را تعیین می‌کند. همچنین ملانین پوست را در مقابل آسیب در اثر نور خورشید محافظت کرده و روند بهبودی زخم‌ها را سرعت می‌بخشد.
با آنمی مقابله می‌کند: مس به بدن کمک می‌کند آهن جذب کند. آهن نقش مهمی در مقابله با آنمی دارد. زمانی که سلول‌های قرمز خون کم شوند و سطح هموگلوبین در خون کمتر از حد عادی باشد، فرد دچار آنمی می‌شود.
دستگاه گوارشی را سالم نگه می‌دارد: آب غنی شده با مس به هنگام ابتلا به زبانی اسید معده، گاز معده، یبوست یا سوءهاضمه به شما کمک می‌کند.

سرعت پیری را کاهش می‌دهد: مس یک آنتی‌اکسیدان قوی است که از بروز علائم پیری زودرس پیشگیری می‌کند. این ماده معدنی سلول‌ها را در مقابل آسیب رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند. در نتیجه چین‌وچروک‌ها، خطوط و شلی پوست کمتری به وجود می‌آید.

ذهن را تحریک می‌کند: داخل ذهن انسان، انتقال مداوم ضربان از یک عصب به عصب دیگر در ناحیه‌ای به نام سیناپس صورت می‌گیرد. پوششی به نام غلاف میلینی از اکسون‌های عصب‌ها محافظت می‌کند تا عصب‌ها بتوانند به تعامل ادامه دهند. مس به ترکیب فسفولیپیدها کمک می‌کند که به ساخت غلاف‌های میلینی کمک می‌کنند.
با التهاب مقابله می‌کند: مس خواص ضدالتهاب قدرتمندی دارد. به همین دلیل به تسکین دردهای ناشی از التهاب‌ها کمک می‌کند.

غده تیروئید را تنظیم می‌کند: مس یکی از مواد معدنی مهم محسوب می‌شود که مورد نیاز غده تیروئید است. کمبود مس باعث ایجاد اختلال در عملکرد تیروئید می‌شود.