

ПОЛЬЗА ЧЕРЕМШИ ПРИ АВИТАМИНОЗЕ

Одна из самых знаменитых дикорастущих трав, которые знают на всей территории России — это черемша, в разных регионах она может называться по-другому: луч победный, медвежий лук, левурда, дикий лук, колба. Это трава имеет большое историческое значение для людей, которые проживают на территории СНГ, т.к. именно ей питались люди в голодные годы.

Хотя энергетическая ценность черемши не велика (36 ккал на 100г), но именно витаминами и полезными веществами помогает организму функционировать. В ее составе можно найти:

- эфирные масла;
- жиры и аминокислоты;
- витамины А, РР, С и группы В;
- микроэлементы: бор, йод, марганец, железо, медь, селен, фтор, цинк;
- минералы: кальций, калий, сера, фтор.

Фармакологические свойства колбы похожи на свойства чеснока. Она усиливает выделение пищеварительных соков, что улучшает работу ЖКТ и повышает аппетит. Большое распространение и богатый состав послужил тому, что ее активно использовали для профилактики цинги и холеры.

Колба противопоказана беременным, людям страдающими язвой, гастритом, гепатитами, панкреатитом, воспалениями ЖКТ.

Получите 3 видео по хиджаме бесплатно. Жмите здесь: http://m.hijama-sunna.ru/3/?utm_source=vk&utm_medium=statiya-pdf&utm_campaign=3_besplat_video&utm_content=cheremsha-avitamoniz&utm_term=19-00

#хиджама #сунна #ислам #коран #хадис #здоровье #зож #медицина #муслим #пророк #вебинар #обучение #бесплатно #еда #питание #завтрак #вкусно #полезно #лечение #травы