

يعمل كالسحر في جسديكم □□ ماذا سيحدث لكم إذا تناولتم الثوم كل صباح على الريق؟ ستتفاجأون



الاثنين 29 يناير 2018 02:01 م

على الرغم من قوة مذاق الثوم ورائحتها الغير مقبولة، إلا أنها تعد من أكثر البهارات المفيدة لصحة الإنسان، فقد اكتشف الأطباء أن الثوم يشفي الكثير من الأمراض ويكافحها □

وإليكم ماذا يحدث في جسمك عند تناول الثوم في الصباح على الريق □□□

1- يقلل من ارتفاع ضغط الدم: فهو أفضل علاج طبيعي لارتفاع ضغط الدم كونه يساعد في السيطرة على ضغط الدم وتحسين تدفق الدم □

2- مضاد للالتهابات: حيث أن له خصائص مضادة للالتهابات، ما يجعله مثالياً لتخفيف جميع أنواع الألم خاصة التهاب المفاصل □

3- محاربة العدوى: فالثوم يؤمن الحماية من مضادات الميكروبات، كما يعمل كمطهر طبيعي قوي ويمنع انتشار الأمراض المعدية □

4- مفيد لصحة الرئة: فالثوم علاج قوي لأمراض التنفس، ويكافح مرض السل، الالتهاب الرئوي، التهاب الشعب الهوائية ونزلات البرد □

5- مضاد للسرطان: حيث يحتوي الثوم على مركبات الكبريت التي تمنع انتشار الخلايا السرطانية الجديدة، كمت يمنع الإصابة بسرطان المعدة والقولون، سرطان الثدي والمريء والرئة □