

لب النخيل يقضي على أمراض فقر الدم



«القاهرة:» الخليج

أكد خبير مصري بارز في مجال النباتات الطبية أهمية لبّ النخيل في علاج العديد من الأمراض. وأشار د.محمد سلام، الباحث في مجال النباتات الطبية، في دراسة حديثة، إلى أن لب النخيل أو ما يعرف في مصر باسم «الجُمَار» يعمل على الوقاية من الإصابة بفقر الدم، نظراً لما يتمتع به من عناصر غذائية كبيرة، مثل عنصر الحديد، الذي يسهم في زيادة نسبة الهيموجلوبين في الدم، إضافة إلى سهولة وصول لب النخيل إلى جميع خلايا وأنسجة الجسم المختلفة

وقال: «إن لب النخيل غني بفيتامين «أ» الذي يساعد على التخلص من مشكلة تعتم عدسة العين، كما يوجد فيه حمض الفوليك المهم للصحة بشكل عام، وللنساء الحوامل على وجه التحديد؛ إذ يعمل على الوقاية من التشوهات الخلقية للأجنة، ويساعد على نمو الجهاز العصبي للأطفال بصورة سليمة، ويساعد على بناء عضلات سليمة وأسنان قوية، «والوقاية من أمراض هشاشة وضعف العظام، التي يتعرض للإصابة بها كبار السن

