

الكركيه.. مشروب رمضاني منعش



الكركيه من أكثر المشروبات الرمضانية شهرة في الدول العربية

.ويتميز بنكهة منعشة يستمتع بها الكثيرون ساخناً أو مثلجاً

.ويستخدم في علاج مشكلات متعددة من ارتفاع ضغط الدم إلى عسر الهضم

.ونبات الكركيه غني بمضادات الأكسدة، مثل بيتا كاروتين وفيتامين ج والأنثوسيانين

.وتعمل مضادات الأكسدة على تدمير الجزيئات الضارة المعروفة بالجذور الحرة داخل الجسم

يلعب الكركيه دوراً مهماً في علاج الالتهابات، الى جانب السرطان والربو وألزهايمر وأمراض القلب والتهاب المفاصل الروماتويدي

وتبين أن شرب الكركديه يخفض ضغط الدم لدى البشر و لكن لا يمكن استبداله بالعلاجات الطبية خاصة لمن يعانون
الضغط المرتفع ويحسن الكركديه صحة الكبد

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.