

لطفاً ورق بزنید

سیب:

سیب دارای انواع مختلفی است و به دلیل محبوبیت بسیار، در نقاط مختلف دنیا کشت می شود.

سیب شیرین دارای طبع گرم و تر و ترش مزه آن سرد و خشک است.

دکتر محبوبه رئیس زاده

متخصص داروسازی سنتی دانشکده طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی کرمان



لطفاً ورق بزنید

مصرف سیب در طب ایرانی:

- ۱- تقویت قلب، معده و کبد.
- ۲- بوییدن سیب نشاط آور است و می تواند باعث تقویت دل و دماغ شود.
- ۳- سیب پخته شده برای سرفه های خشک و تنگی نفس مفید است.

دکتر محبوبه رئیس زاده

متخصص داروسازی سنتی دانشکده طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی کرمان



۴- خوردن سیب نارس می تواند باعث فراموشی، نفخ، درد مفاصل و... شود.

خواص سیب در طب جدید:

- ۱- حفظ طراوت و شادابی پوست
- ۲- کاهش کلسترول خون
- ۳- تقویت سیستم ایمنی بدن
- ۴- جلوگیری از آلزایمر
- ۵- جلوگیری از آسم
- ۶- پیشگیری از دیابت نوع ۲
- ۷- کنترل فشار خون
- ۸- ضد استرس