

## ดอกคำฝอย ทำได้มากกว่าลดน้ำหนัก

นำเสนอเมื่อ : 27 ธ.ค. 2552



สรรพคุณที่ทำให้ดอกคำฝอยได้แจ้งเกิดในใจของแฟน ๆ มาจากความสามารถในการลดไขมันในเส้นเลือด แต่ที่จริงแล้วมันยังมีประโยชน์ที่มากกว่านั้น

#### สลายลิ่มเลือด

คนที่ชอบกินของหวานจะมีน้ำตาลในเลือดสูง จากนั้นเลือดจะเหนียวข้นจับตัวกลายเป็นลิ่มเลือด ทำให้ระบบการหมุนเวียนโลหิตไม่ดี แต่คำฝอยมีสรรพคุณช่วยย่อยสลายลิ่มเลือดให้เล็กลงได้และป้องกันไม่ให้เลือดเกาะตัวกลายเป็นลิ่มเลือดขึ้นมาใหม่

#### หัวใจแข็งแรง

เมื่อตัวยาจากดอกคำฝอยสลายลิ่มเลือดไปแล้ว ร่างกายก็จะมีเลือดไปเลี้ยงที่หัวใจมากขึ้น ทำให้หัวใจแข็งแรงและยังลดไขมันอุดตันที่เกาะอยู่ตามหลอดเลือดหัวใจไปในตัว

#### รักษาแผลกตทับ

ตำราแพทย์โบราณบอกไว้ว่าให้ต้มดอกคำฝอย 500 กรัม ในน้ำ 7 ลิตรต้มด้วยไฟปานกลางประมาณ 2 ชั่วโมงจนดอกคำฝอยเป็นสีชา ตักกากออกให้เหลือแต่น้ำ แล้วเคี่ยวด้วยไฟอ่อนๆ , ต่อไปจนน้ำยาเหนียวเป็นกาว จากนั้นก็เอาyalงบนผา เอาไปปิดที่แผลกตทับ ทำติดต่อกันประมาณ 1 อาทิตย์ แผลกตทับก็จะหายเอง

#### ลดโคเลสเตอรอล

คุณสมบัติอันโด่งดังของดอกคำฝอยคือการลดโคเลสเตอรอลนี่เอง แต่ถึงจะดื่มน้ำดอกคำฝอยแล้วก็ควรลดอาหารที่มีไขมันสูงควบคู่ไปด้วย ถึงจะลดความอ้วนได้ผล

#### หมายเหตุ

ถึงแม้ดอกคำฝอยจะมีดีหลายอย่าง แต่ถ้าดื่มเอาเป็นเอาตายก็อาจจะกลายเป็นโทษได้เหมือนกัน เพราะดอกคำฝอยมีคุณสมบัติสลายลิ่มเลือด ถ้าดื่มมาก ๆ จะทำให้โลหิตจาง เลือดน้อย แถมยังเหนียวง่าย อ่อนเพลีย ใจหวิว มีน้ีรณะ กลายเป็นผู้หญิงซีโรคไม่รูตัว

ขอบคุณข้อมูล : นิตยสาร Spicy