

คุณประโยชน์ของ "มะเขือเทศ" ที่ดีต่อร่างกาย

นำเสนอเมื่อ : 7 มี.ค. 2556

มะเขือเทศผลมีรสเปรี้ยวช่วยดับกระหายทำให้เจริญอาหาร บำรุงและกระตุ้นกระเพาะอาหาร ลำไส้ ใต้ ให้ทำงานได้ดีด้วย ช่วยขับพิษและสิ่งคั่งค้างในร่างกายเป็นยาระบายอ่อน ๆ และเหมาะที่จะเป็นอาหารสำหรับคนเป็นโรคนี้่ว วัณโรค ไทฟอยด์ หูอักเสบ และเยื่อตาอักเสบ ให้รับประทานผลสดลดอัตราการเกิดโรคมะเร็งในลำไส้ และมะเร็งต่อมลูกหมาก โดยรับประทานมะเขือเทศเป็นประจำ

เป็นยาสมุนไพรไทยแก้ผิวหนังที่โดนแดดเผา โดยใช้ใบตำให้ละเอียดทาบริเวณที่เป็น นำราก ลำต้น และใบแกดุมกับน้ำรับประทานแก้อาการปวดฟัน นำน้ำมะเขือเทศพอกหน้า หรืออาจจะมะเขือเทศสุกฝานบาง ๆ แปะบนใบหน้า จะช่วยให้ผิวหนังอ่อนนุ่มรักษาสิ่ว สมานผิวหนังให้เต่งตึง ช่วยลดการแข็งตัวของผนังหลอดเลือด รักษาโรคโลหิตปิดลักเปิด เลือดออกตามไรฟัน ช่วยบำรุงสายตา และช่วยย่อยอาหาร ลดความดันโลหิต และช่วยบรรเทาอาการป่วยของผู้ป่วยเป็นโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง และโรคตับอักเสบ โดยรับประทานมะเขือเทศสุกเป็นประจำ คั้นน้ำมะเขือเทศสุกหรือปั่น ดื่มรับประทาน ลดอาการท้องอืดเฟ้อ และอาหารไม่ย่อย ช่วยดับกระหายคลายร้อน และช่วยรักษาโรคแผลร้อนใน.

ขอบคุณที่มาจาก [หนังสือพิมพ์เดลินิวส์](#)