

ห่วงใย...ใส่ใจสุขภาพ...อ่านบ้างสักนิดยังดี...

นำเสนอเมื่อ : 3 พ.ค. 2552

....อโรคยา ปรมาลาภา

ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ...ทุกคนปรารถนาและต้องการมีสุขภาพที่ดี...ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เนื่องจากกาลเวลา..ช่วงวัยอายุที่เสื่อมโทรม หากมีโรคภัยไข้เจ็บก็ต้องดูแลรักษาทั้งยา...และอาหารการกิน โรคภัยมีมากมายหลายโรค..หากว่าท่านหรือคนใกล้ตัวท่านกำลังประสบพบเจอโรคเหล่านี้รุมเร้า..เราควรมาใส่ใจและศึกษา นำพาปฏิบัติตามเพื่อจะได้หายจากโรคที่เป็น...กลับมามีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงเหมือนเดิม.....

ผู้ป่วยโรคถุงน้ำดี,อาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยโรคนิวในถุงน้ำดี,อาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้ป่วยโรคถุงน้ำดี และนิวในถุงน้ำดี,ตับอ่อนอักเสบ,ภาวะดีซ่าน,โรคพยาธิใบไม้ในตับ,ตับอักเสบจากไวรัส,ตับอักเสบจากไวรัสเอ,ตับอักเสบจากไวรัสบี,ไวรัสตับอักเสบดี,ไวรัสตับอักเสบจี,

Artichokes (ATISO) อาร์ติโชค

อาร์ติโชค (Cynara scolymus) เป็นพืชที่นิยมปลูกในต่างประเทศ เฉพาะภูเขาสองมากกว่า 1,500 เมตร เท่านั้น ปี 2513 นักวิทยาศาสตร์ชาวยุโรป ได้ค้นพบสารไซนารินทร์ ” มีคุณค่าทางอาหาร และยา นำมาบริโภคสด หรือปรุงอาหารได้ทุกส่วน หรือนำมาสกัดสารไซนารินทร์(Synarin) รับประทานเพื่อบำรุงรักษาสุขภาพได้ดี”

ในยุคโบราณอาร์ติโชคเป็นอาหาร และยารักษาโรคของชาวอียิปต์ ชาวกรีก และชาวโรมัน

และเป็นเมนูอาหารที่สำคัญในทุกงานเลี้ยงของกรุงโรม นอกจากนี้จะเป็นอาหารเสริม แล้วยังมีสรรพคุณทางยา ดังนี้

1. ช่วยบำรุง
ซึ่งตับเป็นอวัยวะที่สำคัญของร่างกาย หรือสิ่งแปลกปลอมออกจากกระแสโลหิต และเปลี่ยนแปลงหรือสร้างสารอาหาร ที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย

กระตุ้นการทำงานของตับ
ทำหน้าที่ในการสกัดสารพิษ สร้างน้ำดีและน้ำย่อย

2. กระตุ้น การสร้างน้ำดีของตับ ทำให้มีประสิทธิภาพในการลดไขมัน (Cholesterol) ในเลือด ช่วยให้ระบบหลอดเลือดและหัวใจทำงานดี ป้องกันหลอดเลือดอุดตัน

3. เสริมสร้างการทำงานของถุงน้ำดี ช่วยสร้างน้ำดีป้องกันถุงน้ำดีอักเสบ ซึ่งมักเกิดจากการรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก ทำให้ระบบการย่อยอาหารดี ลดอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ มีแก๊สในกระเพาะอาหารมาก

4. ช่วยป้องกันตับอักเสบ ซึ่งเป็นสาเหตุของโรคดีซ่าน และโรคตับแข็ง (Cirrhosis) ในประเทศบราซิล อาร์ติโชค เป็นยาสมุนไพรพื้นฐานที่ใช้รักษาอาการเจ็บป่วยของตับ และโรคอื่นหลายโรค ได้อย่างกว้างขวาง เช่น โรคโลหิตจาง เบาหวาน ใช้รักษาบาดแผล และเกาต์

สนใจดูรายละเอียดเพิ่มเติม

www.artichokeliver.com

ด้วยความปรารถนาดีและห่วงใย : ครูรัชณี คุณมานุวัฒน์

คลิกฟังเพลง เพื่อฟื้นฟูสุขภาพกายและใจ >>>

<http://charyen.com/jukebox/play.php?id=21657>



ขอบคุณที่มาข้อมูล