

Уч дона хурмо истеъмол қилишнинг фойдалари



11:02 / 22.04.2022 3174

Бир кунда уч дона хурмо истеъмол қилиш қуйидагилардан сақланишда ёрдам беради:

- Остеопороз — суяк мўртлашишида;
- Анемия - камқонликда;
- Кариес -тишларнинг емирилишида;
- Жиғилдон қайнашида;
- Терининг қуруқшашида;
- Ич қотишига қарши курашади;
- Кўз қуруқлигида фойда беради;
- Иштаҳасизлик ҳамда диққатни жамлай олмасликни муолажа қилади.

Рўза сабабли жигарда бироз қуруқлик ҳосил бўлади. Агар уни сув билан намлантирилса, у ҳолда жигар озуқадан фойда олишда давом этади. Шу сабаб ҳам ташна ва чанқоқ рўзадор ифтор вақтида аввал бироз бироз сув

ичиб, сўнгра ейишни бошласа, манфаатли бўлади. («Зодул маъод»)
асаридан.

Манба: Arabic.uz