

סגולות הכורכום



הגבירו ככל האפשר את צריכת הכורכום במזון שלכם. למה ???

שורש הכורכום הוא צמח מרפא בעל איכויות מדהימות, המסייע במגוון רחב מאוד של בעיות ומחלות. לכורכום פיגמנטים צהובים עם רכיב פעיל בשם- כורכומין (נוגד חימצון חזק ביותר).

* הכורכום מחזק את מערכת החיסון, מטפל בבעיות בדרכי הנשימה, במצבי "אנרגיה נמוכה", עוזר במצבי דיכאון וחרדה, מעכב ומונע אלצהיימר, מונע התפתחות של תאים סרטניים, מסייע לחולי סכרת, מקטיץ סיכון לשבץ ולמחלות לב ע"י מניעת היווצרות קרישי דם.

* הכורכום מצוין למערכת העיכול- מסייע בבעיות גזים, עצירויות, טיפול בזיהומי מעיים ומחלות דלקתיות- מקל על תסמיני קוליטיס ומחלת הקרוהן.

* מסייע בהורדת כולסטרול וטריגליצרידים בדם ובהפחתת סיכון לחלות בטרשת עורקים.

* נוגד דלקת חזק ביותר ומעולה למצבים דלקתיים שונים, ביניהם- דלקות פרקים.

* מעודד ייצור מיצי מרה ומסייע בניקוי הכבד.

* מזרז ריפוי פצעים – מומלץ לפזר את אבקת הכורכום על חתכים ופצעים.
הכורכום מחטא ומזרז קרישת דם במקום.

* מצויץ לחולי סרטן- מגביר "התאבדות" של תאים סרטניים, מאט ומייצב את
התפשטות תאי הסרטן, מייצב את מצבם של החולים ומסייע בהתמודדות עם
הטיפול הכימותרפיים.

לטיפול במחלות כבד, אולקוס ושיבושים במערכת העיכול:

מרתיחים כפית אבקת כורכום בכוס מים, ממתיקים בדבש או סוכר,
משהים כ-5 דקות ושותים.

לטיפול בפרונקלים, נפיחויות ויבלות קשות:

מערבבים 50 גרם אבקת כורכום ב-3 כפות שמן זית
ואת המשחה המתקבלת מורחים על המקום. (קחו
בחשבון שזה צובע את העור)

*****על מנת לנצל את היכולות הרפואיות של הכורכום, מומלץ לצרוך אותו כתוסף
תזונה מרוכז.**



**לסיכום, עד עכשיו פיזרתם מעט כורכום בתבשיל?
מעתה, הוסיפו עוד כפית... ב ת א ב ו ן !!!**