

Уч дона хурмо истеъмол қилишнинг фойдалари



ISLOM.UZ

11:02 / 22.04.2022 2915

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

- Остеопороз — суяк мўртлашишида;
- Анемия – камқонлиқда;
- Кариес -тишларнинг емирилишида;
- Жиғилдон қайнashiда;
- Терининг қуруқشاшида;
- Ич қотишига қарши курашади;
- Кўз қуруқлигига фойда беради;
- Иштаҳасизлик ҳамда диққатни жамлай олмасликни муолажа қиласди.

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 ифтотор вақтида аввал бироз сув

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

Манба: Arabic.uz