

فوائد مذهلة لعصير البطاطس تعرف عليها



الأربعاء 19 يوليو 2017 10:07 م

كشفت دراسة بريطانية حديثة، أن العصير المستخرج من البطاطس له العديد من الفوائد المهمة لجسم الإنسان كما أن له دورًا كبيرًا وفعالاً في الوقاية من أمراض خطيرة، ومن أهم هذه الفوائد التي كشفت عنها الدراسة:
*عصير البطاطس يعالج قرحة المعدة:
وجاءت فكرة البحث لأحد علماء جامعة مانشستر الذي تناول وجبات تحتوي على البطاطس فقط في أحد الأيام وقد أدت هذه التجربة لاكتشاف جزيء رئيسي يمكن أن يساعد في علاج بل والوقاية من البكتيريا التي تعيش في المعدة وتتسبب في القرحة المعدية والحموضة، ولا تستطيع هذه البكتيريا تطوير مقاومة لعصير البطاطس
يذكر أن العلماء أجروا الاختبار على مختلف أنواع البطاطس وتوصلوا إلى نفس النتيجة
ويأمل فريق الباحثين أن يتحول المكون المستخرج من عصير البطاطس إلى منتج يتم تناوله كمكمل غذائي يومي
*عصير البطاطس أيضا له تأثير قوى على الشعر ومن خلال وصفة منزلية بسيطة يستخدم فيها هذا العصير يمكن تقوية الشعر وأطالته وهذه الوصفة تتلخص في:
استخراج ماء البطاطس ووضعه على فروة الرأس ثم تدلكيها جيدا، وتركيها على الشعر لمدة 30 دقيقة، ثم شطف الشعر جيدا بالماء، وتكرر هذه الوصفة مرتين في الأسبوع