

## لا تُعد ولا تحصد..إليكم فوائد نبتة الزنجبيل



وإليكم أكثر الفوائد المعروفة للزنجبيل:

- 1- الزنجبيل يقاوم الخلايا السرطانية ويحد من إنتشارها في الجسم.
- 2- من فوائد الزنجبيل الرائعة أنه يقوي الذاكرة ويقي من النسيان المرضى.
- 3- يعالج الصداع وآلام الرأس.
- 4- الزنجبيل يقوي النظر ويعالج الغشاوة.
- 5- يعالج إحتقان الصوت ويساعد على التكلم بصورة صحيحة.
- 6- يعالج الدوخة والدوار ويساعد على التوازن.

- 7- من فوائد الزنجبيل المذهلة أنه يعتبر علاجًا رائعًا في حالات السعال لأنه يطرد البلغم بسهولة.
- 8- الزنجبيل يساعد على تقليل التوتر والقلق ويساعد على النوم الهادئ لأنه يعالج الأرق.
- 9- الزنجبيل يحفز الدماغ على إفراز مادة تزيد من نسبة السعادة والإنتعاش و يعتبر منشط طبيعي يزيد من طاقة الإنسان.
- 10- مطهر طبيعي للمعدة وعلاج رائع للإمساك وآلام المعدة.
- 11- يعالج ويسكن آلام القولون.
- 12- يعتبر الزنجبيل فاتح شهية رائع وصحي.
- 13- الزنجبيل يحسن وظائف الجهاز الهضمي ويعالج مشاكل العسر الهضمي.
- 14- يعتبر الزنجبيل موسع للشعب الهوائية حيث أن تناوله فعال جدًا لمن يعانون من ضيق التنفس.
- 15- الزنجبيل يعالج أيضًا أمراض العظام والروماتيزم وآلام المفاصل.
- 16- الزنجبيل يقي من أمراض تصلب الشرايين والقلب ويعمل على تقليل نسبة الكوليسترول في الدم.
- 17- الزنجبيل يقوي عضلة القلب ويوسع الأوعية الدموية ويحافظ على كفاءة وعمل الدورة الدموية.
- 18- الزنجبيل يقوي الأعصاب وينشط الجسم.
- 19- يعتبر الزنجبيل حسب الدراسات الطبية مكافحًا قويًا للسرطانات.
- 20- الزنجبيل يحفز الجسم للحصول على التدفئة.
- 21- لا تخلو فوائد الزنجبيل من تحسين الصحة الجنسية للرجال.

22- الزنجبيل يحفز جهاز المناعة لدى الإنسان ويجعله قويًا .

23- الزنجبيل ينشط الدورة الدموية ويطرد الغازات من الجسم.

24- الزنجبيل يقي بنسبة كبيرة من آثار الشيخوخة.

25- الزنجبيل مُدر للبول وطارد للرياح.