

بذور الكتان تحمي القلب وتساعد في الرجيم وحرق الدهون

مستخلص الخلايا الجذعية للطماطم قد يحمي الجلد من إجهاد المعادن الثقيلة

وفقاً لبحث من إيطاليا وسويسرا والذي نشر في International Journal of Cosmetic Science فمستخلص الخلايا الجذعية من أوراق النبات الطماطم قد يحمي الجلد من إجهاد المعادن الثقيلة.

وأوضح الباحثون في Arterra Bioscience أن المعادن الثقيلة الأكثر خطورة كالكاديوم والرصاص والكروم والنيكل يمكن أن يكون لها آثار سمية على المادة الوراثية للخلايا. فالجلد هو الجهاز الأكثر اتصالاً مع البيئة الخارجية وهو الأكثر تعرضاً لإجهاد المعادن الثقيلة والتلف من آثارها السمية.



ويوضح الباحثون أن النباتات أيضاً تتعرض لإجهاد المعادن الثقيلة. ودفع الطماطم هو مصدر الهام للبحث عن مستحضرات تجميل جديدة نشطة. فرداً على المستويات العالية من المعادن الثقيلة في البيئة تزيد مستويات مركبات phytochelatins في الخلايا النباتية والتي ترتبط بالمعادن. فهذه المركبات تنتج استجابة للإجهاد المعدني بهدف حماية النباتات من سمية المعادن الثقيلة.

ووجد الباحثون أن منتجات العناية بالبشرة التي تحتوي على مستويات عالية من مركبات phytochelatins ستساعد على حماية خلايا الجلد من سمية المعادن الثقيلة. عن طريق ربط المعادن الثقيلة التي قد تأتي على الجلد وبالتالي تمنع هذه المعادن من الدخول للخلايا وتمنع سميتها.

وتظهر الاختبارات أن سمية المعادن الثقيلة على الخلايا تزيد أنواع الأوكسجين التفاعلية إلى حد كبير. ووجد أن الخصائص المضادة للأكسدة لمستخلص الخلايا الجذعية من أوراق النبات الطماطم تقلل كثيراً أنواع الأوكسجين التفاعلية. كما تحمي ضد ضرر الحمض النووي. وتقلل عمل الإنزيمات التي تحطم الكولاجين.

الكتان نبتة من الفصيلة الكتانية الجزء المستخدم منها البذور وزيت البذور ويمكن أن نجدها عند العطارين فهي شبيهة بحبة السمسم ولكنها أكبر حجماً.

بذور الكتان فوائدها مذهشة فهي غنية بالألياف والأحماض الدهنية ويعتبر زيت بذور الكتان من الزيوت ذات دهون متعددة غير مشبعة بنسبة ٤٦٪ وكما تشكّل أحماض الأوميغا-٣ النافعة أكثر من نصفه. ولكن بالمقابل هنالك بعض المحاذير من الإفراط في استخدامها أو سوء استخدامها..

عرفت بذور الكتان منذ القدم بفوائدها العديدة واستخدمت في علاج العديد من الأمراض في الطب القديم. أما الطب الحديث فيعتبرها كنزاً علاجياً للعديد من الأمراض والأعراض.

• تستخدم بذور الكتان المطبوخة والمذقوقة كلبخات للإلتهابات الجلدية. القروح. التهاب الغدة للمفاوية. التهابات المعدة والغدة النكفية. وفي معالجة الحروق.

يستخدم شراب بذور الكتان كمسكن للألم القرحة ونوبات مغص حصى المرارة والكليتين. وآلام التهابات المثانة والبروستات. وكعلاج للسعال الجاف ولقروح الأمعاء الغليظة - قروح التيفوئيد.

• بذور الكتان تساعد في حرق الدهون الزائدة وانقاص الوزن وتعتبر فعالة في سد الشهية وبالتالي هي مفيدة جداً في نجاح برنامج الرجيم والعديد يؤكد فعاليتها في حرق الدهون المتراكمة حول البطن. الخصر. والارءاف. أما طريقة الاستخدام فهي كالتالي: تستخدم البذور على شكل شراب (طريقة تخضير الشراب مذكورة في الأعلى) وذلك بمعدل كوب بعد كل وجبة أساسية. وكما يمكن اضافتها مجروشة الى الحساء او الصلصات. بذور الكتان تساعد في الرجيم وانقاص الوزن ولكن يجب استخدامها الى جانب برنامج رءيم صحي وبرنامج لياقة ورياضة.

أما الزيت الموجود في البذور فيمتاز بمفعول مسكّن للأغشية. محسّن للتبادلات الخلوية ومخفّف للكوليسترول لذلك فهو خير وقاية من الأمراض القلبية الوعائية:

• زيت بذور الكتان مفيد للكوليسترول ومفيد في حماية الاوعية الدموية من حدوث التجلطات

• زيت بذور الكتان يستخدم لعلاج البواسير وحالات الإمساك

• زيت بذور الكتان غني بالألياف والأوميغا ٣ المفيدة في تكوين أغشية جدار خلايا المخ والأوميغا ٦ التي تساهم في تحسين نوعية البشرة

• زيت بذور الكتان كالبذور يساعد في علاج القروح المعوية والتهابات المثانة والبروستات ومسكن للألم مغص حصى المرارة أو الكليتين (ملعقة صغيرة مرتين أو ثلاثة يومياً)

• كما البذور كذلك زيت بذور الكتان فعال في الرجيم وحرق الدهون وانقاص الوزن وخصوصاً تلك المتراكمة حول البطن والخصر والارءاف وذلك بإضافة ملعقة صغيرة الى السلطات الصحية.



EMERGENCY SHOP

Emergency & Rescue Products and Services
Medical and Special Purpose Vehicles Builder



Defibrillators, AEDs
Educational Training Manikins
Pulse Oximetry
Patient Handling
Respiratory Solutions
Transport Incubator
Splinting
Burn Relief



BISCO Center
Jamal Abdel Nasser Boulevard, Tayouneh
Beirut- Lebanon
Phone: 01.388588/688/788 Mobile: 70.310505
E-mail: support@bisco.com.lb - www.bisco.com.lb

مستشفى القديسة تريزيا- الحدث

يستوعب مستشفى القديسة تريزيا الاقسام التالية:

- طب الاطفال
- العناية الفائقة لحديثي الولادة ICN
- العناية الفائقة ICU - CCU
- التوليد و الجراحة النسائية
- الطبابة العامة
- الجراحة العامة
- الجراحة التجميلية
- تقنيات الحصى
- غسيل الكلى
- المعالجة الفيزيائية
- التخاطيط على أنواعها EEG - EMG - ECG - Holter rythmique et tensionnel
- الأشعة والتصوير الطبقي على أنواعه Doppler - Echographie - Panoramique - Mamographie
- التنظير على أنواعه Gastroscopie - Colonoscopie - Bronchoscopie
- عيادات خارجية لجميع الاختصاصات



جديد قسم تمييل القلب والشرابين