

عرق گیاهی کرفس کاشان

عرق گیاهی کرفس کاشان برگرفته از گیاهی با همین نام (کرفس = celery) است. دسترسی به گیاه کرفس بسیار راحت است و همین امر موجب شده تا تولید عرق کرفس هم در کارگاه‌های سنتی هم در کارخانه‌ها به سادگی انجام پذیرد.

عرق گیاهی کرفس با داشتن طبعی گرم و خشک در بین پزشکان طب سنتی از جایگاه خاصی برخوردار شده و خواص درمانی فراوانی دارد، از مهم‌ترین خواصی که می‌توان برای این عرق گیاهی در نظر گرفت کاهش وزن است. عرق کرفس دارای مقدار زیادی از ویتامین‌ها چون ویتامین a-c-b و املاحی مانند فسفر- سدیم و پتاسیم است. چنانچه دوست دارید با خواص عرق گیاهی کرفس، طرز تهیه آن و لاغری با عرق کرفس، طریقه و بهترین زمان مصرف آن آشنا شوید ما را تا انتهای این مطلب همراهی کنید.

عرق گیاهی کرفس چگونه بدست می‌آید؟

قبل از اینکه نحوه تولید عرق کرفس را برای شما بیان کنیم بد نیست با انواع کرفس نیز آشنا شوید و بدانید که چه کرفسی برای عرق گیری مناسب است.

به طور کلی دو نوع کرفس شناخته شده وجود دارد؛ نوع اول که به آن کرفس آبی می‌گویند و مهم‌ترین نوع کرفس نیز هست در اطراف مرداب‌ها می‌روید. نوع دوم کرفس عطری است که اسم خود را نیز به همین دلیل (بوی زیاد) گرفته است. حال که با انواع کرفس آشنا شدید باید به این نکته توجه داشته باشید که برای تولید هر یک از عرقیات گیاهی بهترین نوع گیاه آن است که هم در محیطی (از نظر آب و خاک) مناسب رشد کرده باشد، هم گیاه تازه و کاملاً سالم باشد تا عرق حاصله مرغوب و با کیفیت بالا شود.

عرق کرفس از برگ و ساقه این گیاه حاصل می‌شود. بعد از اینکه عملیات تقطیر و عصاره گیری انجام شد مایع بدست آمده را با آب رقیق می‌کنند و ترکیب ایجاد شده که سرشار از مواد مغذی است در بطری‌های مخصوص ریخته می‌شود. این عرق به دلیل داشتن انواع ویتامین‌ها و املاح بالا بهترین داروی گیاهی در بین گیاهان دارویی شناخته شده و از آن به عنوان درمان هر درد یاد شده است.

خواص اعجاز آور عرق گیاهی کرفس در یک نگاه

عرق کرفس حاصل عصاره‌گیری از ساقه و برگ گیاه کرفس است و دارای غلظت بالایی است از این رو نمی‌توان آن را با کرفس و یا آب کرفس مقایسه نمود؛ از آنجا که گیاه کرفس دارای خواص بی شماری است عرق این گیاه دارویی نیز بسیار مورد توجه پزشکان طب سنتی قرار گرفته است. عرق کرفس سرشار از ویتامین‌های گروه b، ویتامین c، کلسیم، منیزیم، پتاسیم و... است و به همین علت دارای فواید و خواص بسیاری است که در ادامه به تشریح مهمترین آنها می‌پردازیم

برای مردان

عرق کرفس دارای مقدار زیادی ویتامین c است که خاصیت ضدالتهابی و آنتی اکسیدانی بالایی دارد. آنتی اکسیدان‌ها یکی از عوامل مبارزه با رادیکال‌های آزاد در بدن فرد هستند که این امر موجب حفظ سلامتی و کمتر شدن خطر ابتلا به بیماری‌ها می‌شود.

علاوه بر خاصیت ذکر شده در بالا آنتی اکسیدان‌ها می‌توانند بر سلامت جنسی مردان تاثیر بسزایی گذاشته و موجب افزایش تعداد اسپرم‌ها و بیشتر شدن تحرک آنها شوند؛ این دو مورد نقش بسیار زیادی در بالا بردن قدرت باروری مردان داشته؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت مصرف عرق کرفس برای مردان قدرت جنسی و باروری را تقویت می‌نماید.

برای کبد چرب

بر طبق تحقیقات به عمل آمده مشخص شده که آب کرفس باعث سم زدایی و پاکسازی کبد و کلیه می‌شود. بهترین و موثرترین دارو برای درمان کبد چرب که امروزه بسیاری از افراد را درگیر کرده مصرف آب کرفس است. مصرف عرق کرفس باعث تنظیم شدن آنزیم‌های کبد شده، عملکرد آن را بهبود می‌بخشد. از جمله خواص عرق کرفس برای بدن به موارد زیر می‌توان اشاره نمود

- سلامت کبد را حفظ می‌کند
- تنظیم آنزیم‌ها و میزان چربی کبد
- خارج شدن سموم از بدن
- کم شدن التهابات کبد

برای عفونت و کیست

عرق کرفس به دلیل داشتن خاصیت آنتی بیوتیکی خود می تواند دارویی مناسب برای درمان عفونت های و بیماری های عفونی باشد. درباره تاثیرات عرق کرفس برای رفع کیست تخمدان مطالب زیادی در دسترس نیست و نمیتوان گفت که این عرق گیاهی دارویی مناسب برای برطرف شدن کیست تخمدان است؛ اما چنانچه از این عرق برای درمان کیست تخمدان استفاده کردید و دچار خونریزی شدید بهتر است در زمان قاعدگی این عرق را مصرف نکنید.

بهترین تجربه لاغری با مصرف عرق ارگانیک کرفس کاشان

در سال های اخیر استفاده از انواع و اقسام گیاهان دارویی برای لاغری بسیار مورد توجه قرار گرفته است. یکی از این گیاهان دارویی کرفس است که با یک جستجوی ساده در گوگل می توان به اطلاعات کافی در مورد فواید و مضرات آن برای لاغری دست پیدا کرد؛ اما آیا واقعا عرق کرفس لاغرکننده است یا مصرف آب کرفس موجب کاهش وزن می شود؟ بیایید تا با هم این موضوع را از نظر علمی بررسی کنیم.

گیاه کرفس به دلیل داشتن ساقه های بلند مقدار زیادی از فیبر را در خود ذخیره می کند که این امر مانع از جذب برخی از چربی ها شده و در نهایت کاهش وزن را به دنبال دارد. مصرف گیاه کرفس باعث دفع آب زیادی از بدن شده و این تصور را در فرد ایجاد می کند که لاغر شده اما این اشتباه است، پس باید به فکر راه چاره باشیم و بهترین راه برای این مورد استفاده از عرق گیاهی کرفس است.

مصرف عرق کرفس برای لاغری از مطمئن ترین راه ها برای رسیدن به وزن مطلوب و مورد نظر شما است، هر چند باید توجه کنید که مصرف عرقیات گیاهی و داروهای شیمیایی مربوط به کاهش وزن نباید خودسرانه انجام شود و حتما باید زیر نظر پزشک متخصص صورت بگیرد.

درست است که اگر برای کاهش وزن تنها از داروهای شیمیایی کمک بگیرید به نتیجه مورد نظر خود می رسید؛ اما در کنار روند کاهش وزن خود ممکن است عوارض این قرص ها و داروها گریبان گیرتان شود لذا می توان گفت این روند روش خوبی برای کم کردن وزن نیست، بنابراین توصیه ما به شما مصرف عرق گیاهی کرفس است که علاوه بر لاغری دارای فواید بسیار زیادی برای شما است. در ادامه این متن شما را با طریقه مصرف و بهترین زمان برای مصرف عرق کرفس آشنا خواهیم کرد.

عرق کرفس برای لاغری را کی بخوریم؟

زمانی که شما برای درمان یک بیماری به پزشک مراجعه می‌کنید، علاوه بر گرفتن دارو زمان مصرف و میزان آن دارو هم در اختیار شما قرار داده می‌شود و شما با توجه به همان دستور دارو را استفاده می‌کنید تا هر چه زودتر بهبود یابید. در مورد مصرف عرقیات گیاهی هم باید همین طور عمل کنید و هرگز خودسرانه به خوردن گیاهان و عرقیات گیاهی دارویی نپردازید.

آیا طریقه مصرف عرق کرفس برای لاغری را می‌دانید؟ اگر شما بخواهید از عرق کرفس برای لاغری بهره ببرید کافی است روزانه یک لیوان از این عرق گیاهی بی نظیر را بنوشید و در طول زمان شاهد اثرات آن بر کاهش وزن خود باشید.

همانطور که گفتیم کافی است برای لاغری عرق کرفس را روزانه و به مقدار یک لیوان مصرف کنید؛ اما باید توجه داشته باشید که شرایط بدنی افراد با یکدیگر متفاوت است و ممکن است فردی توانایی خوردن بیشتر از یک لیوان عرق کرفس را در روز داشته باشد و فردی نتواند این کار را انجام دهد ولی در هر صورت باید دقت کنید چون عرق کرفس ادرار آور است از مصرف بیش از حد آن بکاهید زیرا موجب از دست رفتن آب بدنتان می‌گردد.

هر عرق گیاهی بنا به هدفی که مد نظرتان هست زمان مصرف متفاوتی دارد. طبق تحقیقات صورت گرفته بهترین زمان مصرف عرق کرفس برای لاغری صبح ناشتا است، این عرق گیاهی را می‌توان بعد از وعده‌های غذایی نیز میل نمود.

هر زندگی ارزشمند است؛ ما یک خانواده هستیم

فروشگاه آنلاین سلام کاشان به منظور حفظ سلامتی جسم و روح شما مشتریان گرامی دست به تولید انواع عرقیات گیاهی سنتی اصل با کیفیت بالا و قیمت مناسب همچون عرق گیاهی کرفس زده است. شما عزیزان می‌توانید تمامی محصولات ارگانیک گیاهی خود از قبیل عرقیات سنتی، شربت‌های گیاهی، معجون‌ها و روغن‌های گیاهی را به راحتی و با اطمینان کامل از این سایت فراهم نمایید.

فراموش نکنید سلامتی شما بسیار حائز اهمیت است بنابراین هیچگاه کیفیت را فدای قیمت نکنید. تیم پشتیبانی سلام کاشان به صورت ۲۴ ساعته و در تمام روزهای هفته آماده پاسخگویی به شما عزیزان است.