گزارش خبر
NEWSREPORT
کد خبر: ۴۵۲۳۱۳
دوشنبه ۳۱ خرداد ۱۴۰۰ ۸:۰۸

# معجزه لاغری و کاهش چربی خون با گیاه زنیان!

گیاه زنیان علاوه بر کمک به کاهش وزن و چربی خون، از خاصیت ضد اسپاسم و ضد میکروبی برخوردار است.

به گزارش خبرنگاران زندگی و سرگرمی گزارش خبر، دکتر ساره حسینی، عضو گروه پژوهشی مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی جهاددانشگاهی خراسان جنوبی با اشاره به این‌که گیاه زنیان را با نام‌هایی چون انیسون بری، کمون حبشی، اجوان، اسپرکای، خرد دانه و نام محلی اجقو می‌شناسند، گفت: طبیعت این گیاه گرم و خشک است و در ساخت مشمع‌های ضد درد کاربرد دارد. زنیان از جمله گیاهان زراعی خراسان جنوبی به شمار می‌آید و به‌صورت محصول فرعی در باغ‌ها و مزارع اطراف کشت اصلی، پرورش می‌یابد و از محصولات مهم این استان است.
وی افزود: این گیاه به عنوان دارو برای ناراحتی‌های گلو و سرفه اثربخش بوده، سوءهاضمه را برطرف و برای درمان درد معده نیز مفید است. همچنین برای درمان اسهال مفید بوده و کوبیده آن به عنوان دارو برای ناراحتی‌های معده و کبد مورد استفاده قرار می‌گیرد. خاصیت ضد کرم، ضد اسپاسم، ضد میکروب داشته و مقوی و محرک است.
عضو گروه پژوهشی مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی جهاددانشگاهی خراسان جنوبی با بیان این‌که از زنیان به عنوان ادویه و نگه‌دارنده مواد غذایی استفاده می شود، خاطر نشان کرد: از این گیاه در تهیه پودر کاری، بیسکویت و ترشیجات استفاده می‌شود.
به گزارش روابط عمومی جهاددانشگاهی خراسان جنوبی، دکتر حسینی با بیان این‌که دانه زنیان برای کاهش وزن کاربرد دارد، افزود: این گیاه برای کاهش چربی خون اثربخش و برای درمان تومورهای شکمی مفید است. مصرف یک قاشق چایخوری دانه گیاه مخلوط با شیر و مصرف آن تا ۴۰ روز، در کاهش قند خون اثربخش است. مصرف نصف استکان عرق زنیان نیز بعد از غذا، از نفخ و ترشی معده جلوگیری می‌کند. مصرف زنیان برای گرم مزاجان توصیه نمی‌شود و در صورت لزوم باید به مقدار کم و به همراه گیاهانی که طبیعت سرد دارند، مصرف شود.