

“ถั่วเขียว” แก้วเช่าเสื่อม (10 ก.พ. 52)



อาการ ของโรคเช่าเสื่อมส่วนใหญ่มักเกิดขึ้นกับคนสูงอายุ เมื่อเป็นแล้วจะปวดตามข้อเช่าทำให้เดิน เหนียวลำบาก บางคนเป็นถึงขนาดเดินไม่ได้ก็มี ต้องไป พบแพทย์กระดูกรักษาจึงจะหายหรืออาการดีขึ้น ซึ่งในทางสมุนไพรมีสูตรแก้โรคเช่าเสื่อม หรือรักษา อาการโรคเช่าเสื่อมได้ ให้เอา “ถั่วเขียว” กะจำนวนตามต้องการต้มกับน้ำขาวขำน้ำที่ 2 เพราะน้ำแรกจะสกปรก กะจำนวนน้ำตามต้องการเช่นกัน ต้มจนเดือด ต้มกินทั้งน้ำและเนื้อครึ่งละครึ่งแก้วก่อนอาหารเช้ากลางวันเย็น ต้มกิน 10 วัน อาการจะไม่ปวด เดินเห็นได้สะดวกขึ้น สามารถต้มกินได้เรื่อยๆ ไม่มีอันตรายใดๆ

ถั่วเขียว หรือ GREEN BEAN มีถิ่น กำเนิดจากประเทศอินเดีย อยู่ในวงศ์ PAPILIONOIDEAE มีสรรพคุณทางโภชนาการ กินต้ม “ถั่วเขียว” ในช่วงฤดูร้อนจะช่วยลดอาการเมาแดด ปวดบวม ฝี ตุ่มหนองได้ นอกจากนั้นยังมีรายงานว่า ยังช่วยลดไขมันในเลือด บำรุงตับ ต้านภูมิแพ้ด้วย

อย่างไรก็ตาม “ถั่วเขียว” มีฤทธิ์เย็น คนที่มีธาตุเย็น หรือมีร่างกายอ่อนแอไม่ควรรับประทานมากเกินไป ซึ่ง “ถั่วเขียว” มีขายตามตลาดสดทั่วไป หาซื้อได้ง่าย และสูตรทำก็ง่ายทดลองทำดู ถ้าถูก โฉลกโรคเช่าเสื่อมหายได้ถือว่าโชคดีที่สุด

ที่มา : เขียน โดย SARAPEE_SAN ที่ 16:06

ป้ายกำกับ: ถั่วเขียว, ไทยรัฐ--เกษตรบนแผ่นดินกระดาษ