عصير الرمان يعالج الصداع

عصير الرمان من أكثر المشروبات المرغوبة والمنعشة، ولا يمكن تجاهل خصائص الرمان الغذائية المفيدة للجسم، فهو يحتوي على مواد قلوية وسكرية وبروتينية وحمض الليمون وعدد من الألياف والفيتامينات، إضافة للعناصر المعدنية.

وقد أفاد الباحثون أن تناول كوبين من عصير الرمان يومياً يعالج الإسهال وإلتهاب الأمعاء والصداع، وأيضاً منقوع قشر الرمان يفيد في علاج الديدان المعوية والبواسير. وأظهرت الدراسات الحديثة أنّ الرمان يعتبر من المصادر الجيدة لمضادات الأكسدة، التي تلعب دوراً كبيراً في وقاية الجسم من الأمراض المزمنة كأمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين، إضافة إلى خصائصه المضادة لعسر الهضم.