

الريحان مفید للزکام ونزلات البرد



أثبتت دراسة مصرية جديدة أن["] أوراق نبات الريحان تساعد على علاج الزكام ونزلات البرد الحادة. وأوضحت المهندسة بدیعة حسن - خبيرة تصنيف وتعريف النباتات - أن["] أوراق الريحان تحتوي على مجموعة من المواد الفعالة والزيوت التمطابرة التي تملك آثاراً مسكنة للصداع الشديد، وللسعال، فضلاً عن أنها تخفف الرشح والزكان، وتظهر المجرى التنفسية، وتقتل البكتيريا.

وقالت المهندسة المصرية - التي أجرت الدراسة على عينة من المرضى - : إن طريقة الإستخدام تتمثل في نقع ملعقة صغيرة من أوراق الريحان الجافة والقمح الذهري في كوب ماء مغلي، ثم["] تغطيته لمدّة تتراوح بين 10 و15 دقيقة، ثم["] تحليته بالسكر أو عسل النحل، مؤكدة إمكان إستخدام أوراق الريحان أيضاً مع النعناع لتسكين المغص، وإدرار البول.