تعرف على فوائد التمر العجيبة

ثبت في الصحيح عن النبي (ص): "من تصبح بسبع تمرات، وفي لفظ: من تمر العالية لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر"، وثبت عنه أنّه قال: "بيت لا تمر فيه جياع أهله".. وثبت عنه أنّه (ص) أكل التمر بالزبد، وأكل التمر بالخبز، وأكله مفرداً. · وللتمر العديد من الفوائد، منها: 1- خفض نسبة الكوليسترول بالدم والوقاية من تصلب الشرايين لإحتوائه على البكتين. 2- منع تسوس الأسنان لإحتوائه على الفلور. 3- الوقاية من السموم لإحتوائه على الصوديوم والبوتاسيوم وفيتامين "ج". 4- علاج لفقر الدم (الأنيميا) لإحتوائه على الحديد والنحاس وفيتامين "ب2". 5- علاج للكساح ولين العظام لإحتوائه على الكالسيوم والفوسفور وفيتامين "أ". 6- علاج لفقدان الشهية وضعف التركيز لإحتوائه على البوتاسيوم. 7- علاج للضعف العام وخفقان القلب لإحتوائه على الماغنيسيوم والنحاس. 8- علاج للروماتيزم ولسرطان المخ لإحتوائه على البورون. 9- مضاد للسرطان لإحتوائه على السلينيوم، وقد لوحظ أن سكان الواحات لا يعرفون مرض السرطان. 10- منع الإصابة بسرطان الأمعاء الغليظة والوقاية من مرض البواسير وتقليل تشكل الحصيات بالمرارة.

11- تسهيل مراحل الحمل والولادة والنفاس لإحتوائه على الألياف الجيّدة والسكريات السريعة الهضم. 12- علاج الضعف الجنسي لإحتوائه على البورون وفيتامين "أ". 13- علاج جفاف الجلد وجفاف قرنية العين والعشى الليلي لإحتوائه على فيتامين "أ".