



Dalga tv axşam.az-a istinadən şaftalının bilmədiyiniz faydalarını tədim edir:

1. Həzmə son dərəcə faydalıdır, bədəndəki zərərli maddələri və toksinləri çıxarır. Sinir sisteminə yaxşı təsir göstərir, gərginliyi azaldır.
2. Tərkibində A, B və C vitaminləri olan şaftalı vitamin və kalium mənbəyidir. Böyrək daşlarını əritməyə və böyrək daşlarının düşməsinə yardım edir. Ürək xəstəliklərinə və infarkta qarşı qoruyucudur.
3. Şaftalı, mürəbbə, marmelad və meyvə suyu kimi də həm yayda, həm də qışda rahatlıqla istifadə oluna bilən bir meyvədir.
4. Şaftalı eyni zamanda sidik yolunu təmizləyir və sidikqovucudur.
5. Hemoroidi olanlar üçün rahatladıcı bir meyvədir.
6. Şaftalı bağırsağın qurdlarını salmaqda da çox təsirlidir.

7. Şaftalı dəriyə çox yaxşı təsir edir, dərinini cavanlaşdırır. Mineral baxımından zəngindir.