

زنجیل
و
خواص آن

www.ketab.ir

نویسنده: محسن سمیعی آشتیانی



اثر: محسن سمیعی آشتیانی

ناشر: اندیشه زرین

شاک: ۸ - ۸۶ - ۶۶۷۳ - ۶۰۰ - ۹۷۸

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: چاپ اول ۱۴۰۱

خیابان انقلاب، خیابان بهار جنوبی، برج بهار، طبقه سوم اداری، واحد ۵۴۹

تلفون: ۷۷۶۱۳۴۲۳ - ۶۶۳۱۹۷۷۲

همراه: ۰۹۱۲۱۹۳۷۴۵۷ - ۰۹۱۲۳۷۱۸۹۵۹

زنجبیل ۹

- ۱۴ ارزش غذایی زنجبیل
- ۱۵ روش های مصرف زنجبیل
- ۱۷ روز خود را با زنجبیل آغاز کنید
- ۱۸ ۱. قهوه و زنجبیل
- ۱۸ ۲. چای زنجبیل
- ۱۹ ۳. مربای زنجبیل
- ۱۹ ۴. دسر و شیمیونی زنجبیل
- ۲۰ ۵. گرانولا
- ۲۰ ۶. اسموتی با طعم زنجبیل
- ۲۱ ۷. نان زنجبیلی

خواص زنجبیل ۲۲

- ۲۲ رشد مو
- ۲۳ شوره سر
- ۲۳ ماسک صورت
- ۲۳ لایه بردار پوست
- ۲۴ جوان سازی پوست
- ۲۵ از بین برنده جای زخم و لک
- ۲۵ سوختگی و عفونت
- ۲۶ آکنه

۲۶	ضد التهاب
۲۷	سرماخوردگی و گلو درد
۲۸	آسم
۲۸	کبد چرب
۲۹	دیابت
۳۱	میگرن
۳۱	بهبود عملکرد مغز و آنزایمر
۳۲	معده
۳۴	سنگ کلیه
۳۴	آرتروز
۳۵	اگزما
۳۵	حالت تهوع
۳۷	کاهش درد
۳۸	سوء هاضمه
۳۸	کاهش کلسترول
۴۰	فشار خون
۴۰	اعصاب و لرزش
۴۱	تقویت سیستم ایمنی بدن
۴۲	قنب
۴۳	جنگ گیری از سرطان

۴۵	مبارزه با عفونت‌ها
۴۶	التهاب‌های دهانی
۴۶	کاهش نفخ
۴۷	ضد انعقاد خون
۴۷	رفلاکس معده
۴۸	بهبود مراحل هضم
۴۸	اسهال
۴۹	سردرد
۴۹	زنجبیل برای آقایان
۵۰	قاعدگی
۵۲	الرژری
۵۲	درمان جاقی
۵۷	کاهش وزن با لیمو ترش و زنجبیل
۵۹	نوشیدنی آب گرم و آب لیمو
۶۰	آبلیمو، فلفل کاین و شیرۀ افرا
۶۰	چای لیمو، نعناع و گریپ فروت
۶۱	لیموناد زنجبیلی
۶۲	چای سبز همراه با زنجبیل
۶۲	مقدار مناسب مصرف زنجبیل
۶۳	زمان مناسب مصرف زنجبیل و غسل

طرز تهیه عصاره زنجبیل..... ۶۳

طرز تهیه شیر زنجبیل..... ۶۴

طرز تهیه چای زنجبیل..... ۶۵

طرز تهیه شربت زنجبیل..... ۶۵

منع مصرف ۶۶

دوران قاعدگی..... ۶۶

زنان باردار و شیرده..... ۶۶

افرادی که نیاز به افزایش وزن دارند..... ۶۷

افراد مبتلا به هموفیلی..... ۶۸

افراد مبتلا به بیماری قلبی..... ۶۹

افرادی که دارو مصرف می کنند..... ۶۹

کودکان زیر دو سال..... ۷۰

سنگ کلیه..... ۷۰

سیستم عصبی..... ۷۰

تحریکات پوستی..... ۷۱

زنجبیل در دوره ی بارداری..... ۷۱

پرورش زنجبیل در خانه..... ۷۳

پرورش زنجبیل داخل گلدان..... ۷۴

نکاتی برای کاشت و برداشت زنجبیل در گلدان..... ۷۵