

# بهترین نوشیدنی و دمنوش با طبع گرم

14 خرداد 1402

## دمنوش زعفران

زعفران ادویه‌ای است که معمولاً در اکثر مصارف خوراکی چه در آشپزی و چه در تهیه انواع نوشیدنی‌ها و... در صدر لیست قرار دارد.

زعفران دارای طبع گرم و خشک و یکی از نوشیدنی‌های گرم و شادی‌آور است. مصرف آن باعث رفع افسردگی و تسکین اعصاب می‌شود.

همچنین این گیاه دارویی دارای آنتی‌اکسیدان است که سیستم ایمنی بدن را تقویت و فرد را در مقابل بیماری‌ها مقاوم می‌کند.

از زعفران به صورت ترکیب با سایر گیاهان دارویی، دمنوش‌های مختلفی تهیه می‌شود، مانند:

دمنوش زعفران، هل و دارچین

دمنوش زعفران و هل

دمنوش زعفران و گلاب

دمنوش زعفران و زنجبیل

دمنوش زعفران و رازیانه

دمنوش زعفران و گل گاو زبان

دمنوش زعفران و عسل

خواص دمنوش زعفران

زعفران گران‌ترین ادویه دنیا هست و خواص بسیاری دارد که فقط به بخشی از آن‌ها در ادامه اشاره می‌کنیم. برای آشنایی کامل با خاصیت‌های این گیاه دارویی می‌توانید به مقاله خواص زعفران مراجعه کنید.

زعفران شادی‌بخش و آرام‌بخش است. برای آشنایی بیشتر با این خاصیت زعفران، می‌توانید مقاله خواص ضد افسردگی زعفران را بخوانید.

موجب کاهش استرس و اضطراب می‌شود.

زعفران موثر در درمان سوءهاضمه و اشتها آور است. باعث بهبود عملکرد دستگاه گوارش می‌شود.  
زعفران با وجود ترکیبات کروسستین چربی سوز است و باعث کاهش چربی و کلسترول خون می‌شود.  
**ضد اکسیدان و ضد انواع سرطان است.**

زعفران ضد عفونی‌کننده، ضد باکتری، ضد ویروس، ضد قارچ است.  
موجب بهبود عملکرد دستگاه تنفسی و متسع‌کننده مجاری تنفسی هست.  
زعفران کمک به درمان آسم، سیاه سرفه و سرفه‌های خشک می‌کند.  
زعفران مانع بروز بیماری‌های قلبی و عروقی می‌شود.  
ادرار آور هست و باعث پاک‌سازی مجاری ادراری و کلیوی می‌شود.



**زعفران باعث کاهش فشارخون می‌شود.**  
زعفران باعث پاک‌سازی کبد و رفع اختلالات کبدی می‌شود.  
زعفران باعث رفع التهابات بافت ملتحمه چشم و تقویت بینایی می‌شود.  
زعفران محرک قوای جنسی بوده و نیروی جنسی را افزایش می‌دهد.  
زعفران موجب شفافیت پوست و مو می‌شود. وی بد دهان می‌شود. از هل در صنعت آدامس سازی بدین منظور استفاده می‌کنند.