

خواص عناب برای سلامتی زنان

13 مرداد 1401

عناب را «خرمای قرمز» و «خرمای چینی» هم می‌نامند و خراسان جنوبی قطب تولید این میوه پرخاصیت است.

از عناب می‌توان به روش‌های مختلف استفاده کرد: آبنبات‌های طعم‌دار، شربت، به صورت طعم دهنده و اسانس در انواع چای و دمنوش و کیک همچنین به صورت کنسرو شده و گاهی به صورت عادی و به عنوان تنقلات استفاده می‌شود.

خواص عناب برای زنان

از خواص دیگر عناب می‌توان به خواص آن برای جلوگیری و درمان بیماری‌های رحم، گردن رحم و تخمدان‌ها مانند سرطان و افزایش قطر آندومتر رحم، سندرم پلی کیستیک [تخمدان](#) که مهم‌ترین علل نازایی است و همچنین تنظیم سیکل سلولی اشاره کرد. خواص عناب برای زنان مربوط به رحم و تخمدان‌ها است که با ارتقای سلامت این اندام‌های داخلی به پیشگیری از سرطان و یا نازایی کمک می‌کند. به همین دلیل مصرف به‌اندازه عناب برای خانم‌ها و به‌خصوص خانم‌های جوانی که به دلیل ابتلا به سندرم پلی کیستیک تخمدان، [قاعدگی](#) نامنظمی دارند؛ ضروری است.