خوردن «به» در طول دوران بارداری و حاملگی

13 آذر 1403

نقش میوه به در جلوگیری از سقط جنین: میوه به قابض است و نیز باعث تقویت سلول های جداره رحم شده و از این دو نظر در جلوگیری از سقط جنین در دوران بارداری بسیار موثر است.

تاثیر میوه به در جلوگیری و بهبود ویار خانم باردار:

از آن جایی که در طول دوران بارداری خانم ها عادت ماهیانه آن ها قطع می شود و در نتیجه مواد زائدی که از طریق خون حیض از بدن زن خارج می شدند در طول بارداری خارج نشده و در بدن خانم باردار باقی می مانند، این مواد زائد بر معده خانم باردار تاثیر منفی می گذارند. میوه به با تقویت معده و دستگاه گوارشی نقش عمده ای در جلوگیری و بهبود ویار حاملگی دارد.

تاثیر میوه به بر هوش جنین در بارداری:

میوه به به واسطه خاصیتی که دارد باعث باهوش شدن جنین می شود.

نقش میوه به در زیبایی جنین در بارداری:

میوه به باعث زیبا شدن جنین و فرزند می شود و اگر شما طالب فرزندی زیبا هستید یکی از راه کارهای آن خوردن میوه به در طول دوران بارداری و حاملگی توسط مادر باردار می باشد.

نقش میوه به در خوشبو شدن فرزند در دوران بارداری:

خوردن میوه به عرق بدن را خوشبو می نماید. خوردن به توسط خانم باردار باعث خوشبو شدن نوزاد می شود.

نقش میوه به در تقویت قلب جنین در بارداری:

مطابق حدیثی از حضرت علی (علیه السلام)، خوردن میوه به برای ضعف قلب مفید است و معده را پاک کرده و ذهن را روشنی می بخشد و آدم ترسو را شجاع می کند. مطابق این حدیث ، نقش میوه به در تقویت قلب جنین و شجاع شدن فرزند کاملا مبرهن است.

نقش میوه به در آرامش مادر باردار:

طبق حدیثی از حضرت امام جعفر صادق (علیه السلام) ، به غم و اندوه را از بین می برد ؛ پس میوه به می تواند به مادران بارداری که ممکن است دچار حالت غم و اندوه شده باشند کمک موثری در جهت زدودن غم و غصه آن ها بکند. ضمنا مادر باردار می تواند شب هنگام خوابیدن ، چند عدد میوه به را در ظرفی در بالای سر خویش بگذارد که بوی به موجب آرامش خواهد شد.

نقش میوه به در سیستم عصبی جنین:

میوه به دارای ویتامین ب می باشد و از این نظر در سیستم عصبی جنین می تواند موثر باشد و نیز میوه به می تواند سبب تعادل اعصاب مادر باردار شده و موجب کاهش استرس و احیانا افسردگی او بشود.

نقش میوه به در کاهش فشار خون مادر باردار:

میوه به دارای مقدار زیاد پتاسیم می باشد و تحقیقات ثابت کرده است که مواد دارای پتاسیم در کاهش فشار خون موثر هستند؛ از اینرو مصرف به در دوران بارداری می تواند در کاهش فشار خون بارداری موثر باشد.

در مصرف به توجه نمایید که اگر خوردن به برای شما دشوار است آن را به صورت کمپوت درست کرده و میل نمایید. ضمنا پرزهای روی پوست به را موقع خوردن جدا کنید. از آنجایی که میوه به قابض است در هفته های آخر بارداری از مصرف به خودداری نمایید زیرا میوه های قابض برای آخر بارداری خوب نیستند و موجب مشکل در زایمان طبیعی می شوند.