**خواص کم نظیر هلو یا میوه زیبایی**

مجموعه : [خواص خوراكی ها](http://www.irannaz.com/news_cats_26.html)



درخت هلو درختی است زیبا ولی کم دوام و عمر ان 5 یا 6 سال است و می توان انرا با درخت بادام یا الو یا زرد الوو شفتالوپیوند زد.برگ های ان دراز و دندانه دار بوده با گلهای درشت به رنگ صورتی و مانند بعضی از گیاهان قبل از بیرون امدن برگ گل میدهد و منظره زیبا و [جالب](http://www.irannaz.com/news_cats_1.html)ی دارد .

میوه ان از نوع شفتالو ولی درشت تر و پر اب و شیرین با هسته سخت و درشت می باشد.از درخت هلو نوعی انگم ترشح می شود که دارای ماده لاکتوز بوده و پوست درخت دارای تانن است در تمام قسمتهای درخت هلو گلوکزید سمی موسوم به (امیگدالین)وجود دارد که در مغز هسته بادام تلخ و در دانه و جوانه یا اعضا بعضی گیاهان نیز موجود است .هلو دارای مواد قندی زیاد و اسید های الی ازاد مانند اسید سیتریک و اسید وینیک و اسید مالیک و مواد ازته و هیدروکربنه و مواد چرب و برم و کاروتن و ویتامین B,cمی باشد.

در برگ هلو قند های ساکاروز و کستروز و ماده لوروسرازین وجود دارد.
مغز هلو:دارای دیاستاز هایی به نام امولسین و کونگلوتین و روغنی شبیه به روغن بادام تلخ است.علاوه بر میوه این درخت می توان از برگ و گل و مغز ان در مصارف درمانی بهره برد.

مصرف جوشانده برگ ان برای درمان بیماری صرع مفید است.گل های درخت را در اب دم کنید و اب خالص ان را برای لینت مزاج بخورید درد اعصاب را تسکین می دهد . گل خشک و برگ خشک هلو را بقدر دو قاشق سوپخوری در یک لیتر اب بجوشانید و پس از صاف کردن اب خالص ان را در فاصله غذاها سه استکان بخورید تب بر است.
البته برگ گل و مغز هلو به علت دارا بودن امیگدالین اثر سمی دارند و مصرف زیاد و مداوم ان ها موجبات مسمومیت را فراهم می سازد .

درخت هلو از قدیم الایام در چین وجود داشته و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . درقرون وسطی از آن بصورت یك داروی گیاهی استفاده می شده است . برگ درخت هلو را برای بیماری صرع و سنگینی گوش ، پوست درخت هلو را برای رفع بوی بد دهان و مغز هسته آنرا برای رفع سردرد و اختلالات دستگاه هضم ،‌قرس و رفع بیماریهای ادراری بكار می رود.

درخت هلو درختی است زیبا به بلندی تقریبا 5 متر كه دارای شاخه های زیادی می باشد . برگهای آن بیضی شكل و دراز ودارای كناره های اره ای است . گلهای هلو زودرس هستند و قبل از باز شدن برگها ظاهر شده و منظره [زیبایی](http://www.irannaz.com/news_cats_13.html) به درخت می دهد . گلهای هلو برنگ صورتی ، قرمز یا سفید می باشد . میوه هلو گرد و برنگ طلایی و سرخ كه روی آنرا كركهای زیادی پوشانده است می باشد . هسته هلو بسیار سخت است و دارون آن مغز هسته قرار درد كه تلخ است .

**تركیبات شیمیایی:**
گل و مغز هسته هلو دارای امیگدالین می باشد . برگها و شاخه های هلو دارای امیگدونیتریل و فلاوونول گلیكوسید است .

مغز هسته سمی است و مصرف مدام آن موجب مسمومیت می شود از این جهت برای معالجه امراض فقط مقدار كمی هسته هلو مصرف می شود و آنهم باید تحت نظر پزشك باشد.

**در هر صد گرم هلو مواد زیر موجود است:**
آب 88 گرم ویتامین آ 1400 واحد انرژی 35 كالریویتامین ب 1 0/02 میلی گرم فسفر 17 میلی گرم ویتامین ب 20/05میلی گرم پتاسیم 200 میلی گرمویتامین ب 3 1 میلی گرم كلسیم 8 میلی گرم ویتامین ث 7 میلی گرمآهن 0/5 میلی گرم نشاسته 9 گرم

ضمنا هلو دارای منیزیوم و برومیوم نیز می باشد .

**خواص داروئی:**

· هلو ملین است و باعث تسكین تشنگی می شود.

· برای رفع بوی بد دهان هلو بخورید .

· هلو در افرادیكه گرم مزاج هستند باعث تقویت نیروی جنسی می شود .

· روغن مغز هسته هلو برای درد گوش و گرفتگی مجرای گوش مفید است .

· روغن مغز هسته هلو را به محل درد بواسیر بمالید اثر خوبی درد .

· برای برطرف كردن زخم هایی كه در بدن اطفال و پشت گوش آنها می زند هسته هلو را در آتش بیاندازید تا بسوزد سپس مغز هسته را در آورده و له كنید و بر محل زخم بمالید.

· خانمهای حامله اگر می خواهند بچه [زیبایی](http://www.irannaz.com/news_cats_13.html) داشته باشند باید هلو بخورند .

· مغز هسته هلو مسهل است و خون را تصفیه می كند .

· مغز هسته هلو برای رماتیسم مفید است .

· جوشانده برگهای درخت هلو برای بیماریهای پوست مفی است پوست را با این دم كرده بنوشید .

· برای بیماریهای مجاری ادرار ، سنگ كلیه و ورم مثانه جوشانده برگهای درخت هلو را تهیه كرده و یك فنجان در روز بخورید .

· دم كرده برگ یا گل هلو برای رفع سیاه سرفه استفاده می شود .

· هلو را له كنید و بصورت ضماد برای رفع دل پیچه بچه ها و دفع كرم روده روی شكم آنها قرار دهید .

· برگ هلو و جعفری را با روغن زیتون مخلوط كرده و روی سوختگی و محل ضرب دیدگی بگذارید.

· بهترین ماسك [زیبایی](http://www.irannaz.com/news_cats_13.html) را می توانید از هلو تهیه كنید برای طراوت و جوان كردن پوست هلو را پوست كنده وله كنید و روی پوست قرار داده و بگذارید مدت 20 دقیقه بماند و پس از آن صورت را با اب معدنی بشوئید

· برای برطرف كردن بواسیر مغز هسته هلو را بصورت پماد درآورده و به مقعد بمالید .

· جوشانده پوست درخت هلو اثر تب بر دارد .

· خوردن هلو سموم را از بدن خارج می كند .

· برای وزن كم كردن هلو بخورید .

· كسانیكه زخم معده دارند و یا مبتلایان به ورم معده و یا روده باید با شكم خالی هلو بخورند .
هلو میوه خوبی برای اشخاص مسن است مشروط براینكه با شكم خالی بخورند كه زود هضم شود .

· جوشانده گل هلو كرم كدو و كرم معده را از بین می برد .

· خوردن شكوفه هلو برای زنان بار دار ممكن است باعث سقط جنین شود .
اگر خانم های باردار می خواهند بچه [زیبایی](http://www.irannaz.com/news_cats_13.html) داشته باشند ، هلو بخورند

**مضرات :**
– هلو برای اشخاص سرد مزاج مضر است. به همین دلیل این افراد باید هلو را با عسل یازنجبیل بخورند
– هضم هلو برای بعضی از اشخاص دشوار است و نفخ ایجاد می كند . برای اینكه ایجاد نفخ نكند ، باید آن را حداقل نیم ساعت قبل از غذا خورد.