



LÉČIVÉ POTRAVINY 14. 08. 2017

Dýně Hokkaidó

Dýně Hokkaidó představuje hotovou vitamínovou bombu a na náš organismus působí přímo zázračně. Její léčivé účinky se nejvíce využívají při problémech...

Léčivé účinky dýně Hokkaidó

Dýně Hokkaidó představuje hotovou vitamínovou bombu a na náš organismus působí přímo zázračně. Její **léčivé účinky** se nejvíce využívají při problémech se **žaludkem, slezinou a slinivkou břišní**. Příznivé účinky má i na **srdeční poruchy** a **ledviny**, hlavně díky vysokému obsahu draslíku a nízkému obsahu sodíku. Dokáže na sebe také vázat toxiny a vyloučit je z těla ven. Obsažený betakaroten pozitivně působí na **kůži** a chrání ji před UV zářením.

Dužina dýně Hokkaidó má **močopudné a žlučopudné účinky** a pány určitě potěší, že dýňová semínka pozitivně ovlivňují **potíže s prostatou**.

Dýně je vhodná i **pro diabetiky** a díky nízkému množství tuku a vysokému obsahu vlákniny je vhodná i **pro těhotné a kojící matky**. Před a po porodu je také dobré pít nápoj připravený ze semen dýně. Ta se očistí, usuší a povaří ve vodě.

Kdy dýně Hokkaidó škodí?

Stejně jako cokoli jiného, může být i **dýně Hokkaidó** pro někoho alergenem. Každé dítě reaguje na něco jiného, musíte sami zkusit, zda mu bude chutnat polévka nebo kašička z dýně, nebo jestli je alergické.