



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ISIRGANOTU

Isırgan otunun yaprakları üzerinde bulunan ince tüyler, cildi tahriş eden kimyasal maddeler içerir, cilt ile temas ettiğinde kimyasal salgılama gerçekleşir ve acı verici olabilir. Bu nedenle dikkat etmek gerekir. Geleneksel olarak vücuttan fazla suyun atılması, idrar söktürücü olması, organları temizlemek için, detoks amaçlı kullanılır. Isırgan otu, ayrıca böbrek ve mesane taşı oluşumuna karşı kullanılır. Egzama ve egzamaya eşlik eden baş ağrılarına iyi gelir. Kan temizleyici ve kan yapıcı bir bitkidir. Pankreas üzerinde de olumlu etkisi olduğundan, ısırgan otu çayı ile kandaki şeker düzeyi düşürülebilir. İdrar yolları hastalıkları ve iltihaplara karşı çayı içilir. Aynı zamanda dışkılama kolaylıkları sağladığından, 4 haftalık bir çay kürü önerilir.

