

# Cojile de nuci, MIRACOL pentru sănătate. Ce beneficii au

Deși multa lume le considera nefolositoare și le arunca, cojile de nuci au, datorită compoziției lor, câteva calități extraordinare.

Dacă unele dintre aceste calități terapeutice au fost cunoscute încă din vechime (dacă întrebi o gospodină la ce este bun ceaiul din coji nuci, cel mai probabil primul răspuns oferit de aceasta este că e bun pentru circulație deoarece contribuie la subțierea sângelui îngroșat) alte calități ale cojilor de nuca au ieșit la iveală abia în ultimii ani după ce cercetătorii le-au analizat cu atenție în cadrul unor studii de laborator meticuloase.

Cojile de nucă au efecte depurative, stimulente pentru tiroidă, antifungice, bactericide, antiseptice intestinale, dezinfectate gastro-intestinale și renale, vermifuge, tonic-amare, hipoglicemizante, hipotensive, antialergice, antiinflamatoare, cicatrizante, emoliente și calmante.

Cojile de nuci administrate sub formă de ceai, ajută la curățarea sângelui și subțierea sângelui îngroșat, la întărirea stomacului, îmbunătățirea funcției ficatului și tranzitului intestinal, la tratarea incontinenței urinare sau a infecțiilor cu streptococi, stafilococi, sifilis sau micoze.

## *Tratamente cu coji de nuci*

### **Lipsa de calciu**

Persoanele care consideră că au deficiență de calciu pot recurge la varianta consumului constant de ceai din coji de nuci. Zilnic este indicat să bei undeva între o jumătate de litru și un litru din acest tip de lichid.

Dacă aveți vinișoare și varice, acestea se pot vindeca dacă faceți frecții ușoare sau aplicați niște comprese cu macerat din coajă verde de nucă. Rețeta: se umple un borcan cu coji tăiate mărunt sau tocate. Se toarnă deasupra oțet de mere și se macerează vreme de trei săptămâni.

### **Macerat de nuci pentru curățarea sângelui**

Se toacă mărunt coaja de la 14 nuci uscate și se pune la macerat vreme de 2 luni jumătate cu 500 ml de țuică. Se ia câte o lingură de macerat, dimineața pe stomacul gol, pentru curățarea vaselor de sânge, tromboză, chisturi, depuneri de săruri, tumori sau mastopatie fibromatoasă.

### **Ceai de coji de nucă pentru ulcer**

Se face o infuzie din membranele uscate (pereții interni care despart miezul) a 4 nuci și o cană de apă clocotită. Se lasă în termos o oră, apoi se strecoară și se ia câte o linguriță dimineața pe stomacul gol.

### **Afecțiuni digestive, diabet, hipertensiune**

Se prepară o tinctură din membranele uscate ale nucilor. Se toacă mărunt și se pun într-un borcan de 500 ml, cât să umple o treime. Se umple borcanul cu țuică naturală și se lasă 21 de zile la macerat. Se strecoară într-o sticlă de culoare închisă. Se ia câte o lingură, diluată cu o jumătate de pahar de apă, cu jumătate de oră înainte de masă.

### **Oboseală, imunitate scăzută, boli de stomac**

Se prepară un sirop din 2 pumni de coji verzi de nucă tocate mărunt, și un litru de apă. se pune amestecul pe foc și fierbe 10 minute, apoi se adaugă câteva cuișoare. Se lasă la răcit, se strecoară și la final se adaugă 1 kg de zahăr tos sau miere de albine. Se toarnă în sticle închise la culoare. Se ia câte o linguriță de sirop, de 3 ori pe zi, după masă.

### **Varice, dermatoză, dureri reumatice**

Se aplică pe zonele afectate macerat din coji verzi de nuci, sau se fac frecții cu acest macerat. Se umple un borcan pe un sfert cu coji tocate mărunt, și peste ele se toarnă oțet de mere. Se lasă 2-3 săptămâni la macerat.

### **Calmează tusea**

Ceaiul din coji de nuci este un bun remediu pentru persoanele care vor să scape de tuse, scrie frunzaverde.ro. O mână de coji de nucă pot fi puse într-un recipient, este adăugată apă și pus la foc pentru a da în clocot. Ceaiul se bea cald, nu fierbinte, neîndulcit, îndulcit cu miere simplă sau cu miere cu lămâie. Evitarea ceaiului fierbinte este indicată deoarece în momentul în care suntem răciți lichidul ne usucă mucoasa și poate produce arsuri la nivelul ei, ceea ce poate duce la favorizarea apariției bacteriilor.

Sursa: [obiectiv.info](http://obiectiv.info)