

Γνωρίζατε ότι το Δενδρολίβανο ενισχύει τη μνήμη;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Το Δενδρολίβανο περιέχει φλαβονοειδή (διοσμετίνη, διοσμίνη), φαινόλες (καφεϊκό οξύ, χλωρογενικό οξύ), ενώ το αιθέριο έλαιο του έχει σαν κύρια συστατικά: τερπενικούς υδρογονάνθρακες (α- και β- πινένιο, καμφένιο, καμφορά σε περιεκτικότητα από 20-50%). Είναι επίσης σπασμολυτικό, κατευναστικό, αντιφλεγμονώδες, αντί-ηπατοτοξικό, διουρητικό και αντιμικροβιακό. Τονώνει το νευρικό σύστημα, ενισχύει τη μνήμη και θεωρείται το παυσίπονο της φύσης.

Τα φύλλα και το αιθέριο έλαιο του σαν φυσικά συμπληρώματα διατροφής, είναι ευεργετικά για την καταπολέμηση του πονοκεφάλου και της ημικρανίας, ενώ ανακουφίζουν από μυαλγίες, ισχυαλγία νευραλγίες και δυσπεψία. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως ρόφημα και ως αιθέριο έλαιο. Για την ομορφιά, είναι ευεργετικό κατά της τριχόπτωσης όταν γίνεται μασάζ με αυτό στο τριχωτό της κεφαλής.

Πηγή: ikypros.com