

بیماری‌ها دارای راهکارهای مقابله‌ای می‌باشند که یکی از آنها قارچ است



خواص دارویی قارچ‌ها در طول تاریخ، مورد توجه اقوام و ملل مختلف بوده است. مصرف سبزی‌ها و میوه‌ها با کاهش بیماری‌های مختلف همراه است.

مطالعات بی‌شماری نشان می‌دهد که مصرف غذاهای طبیعی همچون [قارچ](#) می‌تواند خطر ابتلا به چاقی، دیابت و بیماری‌های قلبی را کاهش دهد و باعث رشد موها، افزایش انرژی و کاهش وزن شود.

خواص دارویی و تغذیه ای قارچ دکمه ای

قارچ دکمه ای به دلیل داشتن ترکیبات پلی ساکاریدی متنوع، در رفع آلودگی های ویروسی، باکتریایی، قارچی و کاهش مقاومت ویروس ها و باکتری ها و قارچ ها در برابر آنتی بیوتیک های رایج نقش مهمی ایفا می کنند. عصاره قارچ دکمه ای سفید به عنوان کاهنده گلوکز خون معرفی شده است و در رژیم غذایی افراد دیابتی نوع یک و دو توصیه می شود.

قارچ دکمه ای ۸۵ تا ۹۵ % آب دارد. این میزان آب، به ارزش غذایی قارچ افزوده است. قارچ دکمه ای دارای پروتئین، کربوهیدرات و گروهی از ویتامین ها می باشد.

@irmushroombusiness

تحقیقات پزشکی نشان می دهد که با خوردن قارچ، دستگاه دفاعی بدن تقویت می شود، طول عمر افزایش و گردش خون در بدن بهبود می یابد، کلسترول خون پایین می آید، ویروس ها از بین می رود، از بروز بیماری های قلبی جلوگیری می شود. قارچ ها خواص ضد توموری دارند تا اینکه با پیشرفت علم و تکنولوژی خواص درمانی قارچ ها کشف گردید و در نهایت ترکیبات ضد توموری، چندین نوع گلوکان از دیواره سلولی قارچ ها کشف گردید.