



عشبة الميرمية .. صيدلية طبيعية

تعد الميرمية عشبة معمرة تنمو في حوض البحر الأبيض المتوسط في الأماكن الجبلية والأراضي الجرداء وتوجد على مدار السنة. وتحتوي على زيوت عطرية وفلافونيدات وأحماض فينولية.

تستخدم زيتها كمشروب
لتحلب العفشات، وآلام ومضيق
والسعال، والمعدة

تقلل نسبة السكر في الدم، وتخفض مستوى الكوليسترول

تعمل على تحسين وظائف الجهاز الهضمي
المعدة، فهي تساعد على تقوية
الجهاز المناعي للجسم، كما أنها
في الجسم

تعالج آلام البطن
والحموضة وغازات البطن

تعمل على تحسين
العملية الهضمية، كما أنها
والزكري

تستخدم أوراقها
لصنع مشروب الفم
الذي يزيل البكتيريا

تعمل على تحسين
والعملية الهضمية، كما أنها
والزكري

تعمل على تحسين
والعملية الهضمية، كما أنها
والزكري

تقلل من خطر
الأمراض بمرور الزمن

54%

تعمل على تحسين
والعملية الهضمية، كما أنها
والزكري

تعمل على تحسين
والعملية الهضمية، كما أنها
والزكري

تعمل على تحسين
والعملية الهضمية، كما أنها
والزكري



تعد الميرمية (Sage (Salvia officinalis أحد الأعشاب المعروفة منذ قديم الزمان. وهي شجيرة معمرة دائمة الخضرة ذات نكهة حادة ورائحة عطرية، تتواجد في مناطق حوض البحر الأبيض المتوسط وجنوب شرق أوروبا.

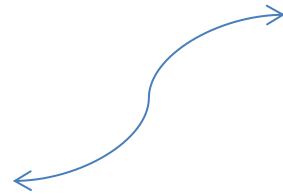
تنمو الميرمية في التربة القلوية والرملية وبوجود إضاءة شمس كافية، وتمتاز بأفرعها الخشبية وأوراقها الفروية ذات اللون الأخضر المائل إلى الرمادي، وتزهو في فصل الصيف بزهور بنفسجية وزرقاء جالبة للنحل.



عشبة الميرمية

تحتوي **عشبة الميرمية** على حمض **الكارنيوس**،
الذي يمنع تلف الجذور الحرة في المخ، ويزيد من
إنتاج الجلوتاثيون **المضاد للأكسدة** والشيخوخة،
الذي **يستخدم** لعلاج عدد من الاضطرابات
العصبية بما في ذلك مرض الزهايمر **والتوحد**.

فوائد الميرمية:



أفضل 10

فوائد لعشبة الميرمية

عمل الطالبة فرح سائد
بإشراف المعلمه :عديلة صباح
المديرة الفاضله أسماء ابو صاع
مدرسه بنات زيتا الثانويه