

# عشبة الميرمية

عمل الطالبة جنى جميل تيم

اشراف المعلمة : أمل عبد الجليل

مديرة المدرسة: أسماء أبو صاع

# الميرمية



## فوائد الميرمية

1) تقليل خطر الإصابة بمرض ألزهايمر

2) صحة الدماغ

3) تحسين مستويات السكر في الدم

4) تقليل مستوى الكوليسترول

# اضرار عشبة الميرمية

❖ إن الإكثار من تناول الميرمية يسبب ضررا على الصحة وتناول ملعقة واحدة يوميا تعتبر كافية ولمدة شهر واحد فقط.

❖ على المرأة الحامل أن لا تكثر منها في الأشهر الثلاثة الاولى من الحمل، ويفضل عدم استخدامها لأنها مدرة للطمث، وهي توقف حليب المرأة المرضع حيث تمنع إدرار الحليب لأنها توقف إفراز هرمون البرولاكتين ( Prolactin hormone) المسؤول عن إفراز الحليب.

❖ لا تعطى للأطفال دون سن الثالثة عشرة.

❖ لا تعطى للأشخاص المصابين بمرض الصرع