

فوائد الثومة



- لثوم والحروق الكيميائية
- يجب الانتباه إلى أن ثمة مخاطر يجب الحذر منها عند استخدام الثوم على شعرك أو أي جزء آخر من جسمك، خاصة بالنسبة للأشخاص ذوي البشرة الحساسة.
- إذ يمكن أن يسبب الثوم حروقا عند وضعه على الجلد، وهناك حالات موثقة بصورة جيدة بشأن حالات الحروق الكيميائية الخطيرة الناجمة عن استخدام الثوم علاجا منزليا.
- لا يقتصر هذا الخطر على الثوم النيء؛ فيمكن للمنتجات التي تحتوي على الثوم، مثل الزيوت الأساسية، أن تهيج الجلد والعينين أيضا. لذلك من المهم التحدث إلى طبيبك قبل البدء في أي علاج يحتوي على الثوم.

- الثوم غني بالفيتامينات والمعادن، مثل فيتامينات "بي-6" (B-6 و"سي") (C) والمنغنيز والسيلينيوم، وكلها تعزز صحة الشعر.
- قد تسهم الخصائص الطبيعية المضادة للميكروبات والفطريات الموجودة في الثوم أيضا في فوائد الشعر، حيث يمكن أن تساعد هذه الخصائص في قتل البكتيريا ومحاربة الجراثيم، والحفاظ على صحتك وفروة رأسك.
- وجدت دراسة أجريت عام ٢٠١٦ أن الثوم يحمي الخلايا الكيراتينية من أضرار الأشعة فوق البنفسجية، وأظهرت هذه الخلايا نتائج واعدة بوصفها مواد مضادة للشيخوخة. والخلايا الكيراتينية هي خلايا الجلد التي تنتج الكيراتين، وتوجد في الطبقة الخارجية من جلد الإنسان، بما في ذلك جلد فروة الرأس وبصيلات الشعر.

عمل الطالبة : عائشة رائد
باشراف المعلمة عصمت راشد
المدرسة :بنات زيتا الثانوية
المديرة : اسماء ابو صاع