



- البصل خضار أوراقه أنبوبية غضة، قواعده تحت سطح التربة متشحمة، مهمتها خزن المواد الغذائية، له ساق قرصية، أسفل قواعد الأوراق الشحمية تنتهي بجذور ليفية. عند نهاية موسم النمو الخضري يخرج منه شمراخ يحمل في نهايته نواة تتكون من عدة أزهار نجمية الشكل لونها أبيض. وللبصل رائحة نفاذة مميزة، ويرجع ذلك لكثرة المواد الكبريتية به



- فوائد البصل المختلفة

- من أهم فوائد البصل أنه يحتوي على كميات كبيرة من مضادات الأكسدة، والكويرسيتين (Quercetin)، والفلافونويدات (Flavonoids) التي تساهم في تثبيط أو إبطاء تلف الخلايا والأنسجة في الجسم، وقد وجد أن الكويرسيتين الموجود في البصل يساهم في التخلص من الجذور الحرة في الجسم.

- كما يقوم بتثبيط عمليات الأكسدة المرتبطة بالتصلب العصيدي (Atherosclerosis)، وأمراض القلب التاجية، كما يحتوي البصل أيضا على فيتامين هـ، وهو مضاد قوي للأكسدة بحد ذاته، حيث يقوم بإبطال المفعول الضار للمعادن في الدم.





- فوائد البصل من وجهة نظر الطب البديل
- للبصل استخدامات متنوعة في مجال الطب الطبيعي، حيث طرح البصل في إطار الطب الطبيعي كعلاج للعديد من الحالات الصحية، منها:
- الزكام.
- البحة في الصوت.
- السعال المهيج.
- [البواسير](#) (Hemorrhoids).
- تهيج الجلد.

- عمل طالبه.. شذى اللبدي
- باشراف المعلمه .. عصمت راشد
- مديره أسماء أبو صاع
- مدرسه بنات زيتا الثانويه