Kurutulmuş Trabzon hurması içim 0543 410 49 85 numaralı telefonu arayıp sipariş verebilirsiniz.

**NOT:** siparişler sadece Ankara için geçerlidir. Kilogram fiyatı 70 TL. Kapıya teslim.

Japon bilim insanlarının yaptığı deneysel çalışma, Trabzon hurmasından elde edilen tanen maddesinin Covid-19'a yakalanma veya şiddetli semptomlar geliştirme ihtimalini düşürdüğünü ortaya koydu. Peki, Trabzon hurması nedir, faydaları nelerdir?

**Trabzon Hurmasının faydaları nelerdir?**

* Trabzon hurması güçlü bir antioksidan kaynağıdır. Antioksidan özelliği sayesinde serbest radikallerin oluşumunu engelleyerek kanser oluşumunu önlemeye yardımcı olur.
* Cennet hurması, vücudun normal bağışıklık sisteminin fonksiyonuna katkıda bulunur. Bu yönüyle Trabzon hurması, kişinin, viral veya bakteri kaynaklı enfeksiyonlardan korunmasına katkı sağlar.
* Cennet hurmasının içeriğinde bulunan vitamin ve mineraller, vücudun enerji metabolizmasına katkıda bulunur. Bu bağlamda değerlendirildiğinde Trabzon hurması önemli bir enerji kaynağıdır. Enerji metabolizmasını destekleyerek yorgunluk, stres ve bitkinlikle savaşır. Enerji metabolizmasını desteklemesi sayesinde kış mevsiminin rahat geçirilmesine yardımcı olur.
* Vücudun dirençli olmasına katkı sağlar.
* Trabzon hurması içerisinde bulunan antioksidanlar sayesinde göz sağlığına katkıda bulunur.
* Vücudun ihtiyacı olan C vitamininin büyük çoğunluğunu karşılar. Önemli bir C vitamini deposu olan Trabzon hurması vücudun savunma mekanizmasını güçlendirir.
* Enfeksiyonlara karşı vücudu korurken, enfeksiyonlarla savaşmaya yardımcı olur.
* Saç ve cilt sağlığını destekler, saçların düzenli uzamasına yardımcı olurken saç dökülmelere karşı etkilidir. Trabzon hurmasının yapraklarının kaynatılmasıyla elde edilen su, saç ve cilt bakımında kullanıldığında cildin ve saçın parlaklığını, canlılığını kazanmasına yardımcı olur.
* Zengin lif kaynağı olan cennet hurması, mide ve bağırsak sağlığını destekler. Kabızlığa ve ishale iyi gelir. Özellikle on iki parmak bağırsağında problem olanların tüketmesi faydalı olabilir. İltihaplı bağırsak hastalıklarının tedavisinde destekleyici olarak kullanılabilir. Gastrit ve ülsere bağlı gelişen semptomların hafifletilmesine yardımcı olabilir.
* Trabzon hurması diyet listelerinde sıklıkla tercih edilir. Bu yönüyle Trabzon hurmasının kilo vermeye yardımcı olan besinlerden olduğu söylenebilir.
* İçerisinde bulunan vitamin ve mineraller sayesinde kalp ve damar sağlığını destekler. Kardiyovasküler hastalık riskinin azaltılmasına yardımcı olur.
* Beslenme planı içerisinde düzenli olarak kullanıldığı zaman cinsel sağlığı olumlu yönde destekler.
* Hemoroid tedavisinde etkilidir. Hemoroid yaralarında görülen aşırı kanamaların durdurulmasına yardımcı olur.
* Kandaki şeker seviyesini yükseltir. Ancak içerisinde yüksek miktarda karbonhidrat da bulunduğu için diyabet hastasıysanız cennet hurmasını tüketirken günlük tüketim miktarına dikkat etmelisiniz. Trabzon hurmasının yanında bir porsiyon süt ve yoğurt tüketilmelidir.
* Zengin A vitamini sayesinde yaşlanmaya bağlı gelişen etkileri azaltır. A vitamini bağ dokudaki kolajen üretimini destekleyen vitaminlerden olduğu için Trabzon hurması, doku onarımında, kemiklerin gelişiminde, kıkırdak sağlığında ve hücrelerin yenilenmesinde de aktif rol oynar.
* Cennet hurması potasyum açısından zengindir. İçeriğinde bulunan potasyumun damar genişletici özelliği vardır. Bu sayede kan basıncını düzenlemeye yardımcı olurken damar sağlığını da destekler. Eğer düşük tansiyon sahibiyseniz bu meyveyi tüketirken tüketim miktarında aşırıya kaçmayınız.
* Düşük sodyum seviyeleri sayesinde hipertansiyon hastalarının tüketebileceği meyvelerdendir.
* İçerisinde bulunan vitamin ve mineraller sayesinde metabolizmanın normal fonksiyonunu destekler.
* Cennet hurması vücuttaki toksik maddelerle mücadele ederek karaciğerin temizlenmesine yardımcı olur. Ancak tüketiminde aşırıya kaçılması karaciğer yağlanmasına neden olabilir.