

Грецкий орех интересен тем, что обладает целебными свойствами, как говорится, от корня до макушки. Питательных веществ в ядрах грецкого ореха больше, чем в мясе, яйцах, молоке, к тому же он содержит аминокислоту лизин, позволяющую усваивать белок без лишних затрат энергии. Именно поэтому грецкие орехи часто назначают при истощении организма после тяжелых недугов, однако, достоинства чудодейственного плода на этом не заканчивается.

Высокое (до 77%) содержание незаменимых полиненасыщенных кислот, а также рекордное содержание витамина Е, огромное количество витаминов, минералов и других полезных микроэлементов, необходимых для поддержания здоровья человека, делает масло из ядер грецкого ореха незаменимым продуктом диетического и профилактического питания. Масло грецкого ореха, улучшая обменные процессы в организме, является великолепным питательным продуктом в период восстановления после перенесённых болезней или операций. Оно необходимо людям преклонного возраста, особенно страдающим гипертонией, атеросклерозом, ишемической болезнью сердца, диабетом.

Ореховое масло применяется при хроническом гепатите, повышенной кислотности желудочного сока, в качестве слабительного и противоглистного средства, при гиперфункции щитовидной железы (зобе). Обладая противовоспалительными свойствами применяется при лечении воспалительных заболеваний кожи и слизистых, способствует заживлению ран, трещин, длительно незаживающих язв. Масло грецкого ореха используется при лечении туберкулёза, эффективно при лечении псориаза, экземы, фурункулёза, варикозного расширения вен, оно защищает организм от воздействия канцерогенных веществ.

Ореховое масло полезно и представительницам прекрасного пола. Диетологи советуют включать этот продукт в рацион питания беременных женщин. Во-первых, он богат витамином Е, необходимым для развития здорового плода, а во-вторых, предупреждает токсикоз.

Масло способствует укреплению стенок кровеносных сосудов и применяется для профилактики появления сосудистого рисунка на лице и варикозного расширения вен на ногах. В современной медицине масло грецкого ореха используют в комплексном лечении конъюнктивитов, отитов, болезней печени и почек, а также как глистогонное средство.

