

« بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ »

موضوع: د زيتون تيلو گټه پي .
ترتيب کوونکی: ډاکټر ارشاد [مومند].



EDIT BY DR MOMAND

☎ : +93777875911

د زيتون تيل د وينې شکر ناروغۍ کچې راکمولو کې مرسته کوي، ځکه خو ددې ناروغۍ متخصصين هم د شکر ناروغ لپاره د زيتون تيل خوراک مشوره ورکوي.

دماغ ژغوري

همدا رنگه د زيتون تيل دماغي روغتيا پياوړې کوي، د عمر په ډيروالي سره د دماغ کمزوري کيدو مخه نيسي، حافظه قوي کوي او انسان له خپګانه ساتي.

د کولمو درملنه

زيتون تيل هاضمه راولي او د قبض ناروغۍ مخه نيسي.

د بدن پوستکي ته ګټور دي

د زيتون تيل د بدن پوستکي او نوکانو ته خورا ګټور دي، ځکه چې دا پوستکي نرم او وينستان تغذيه کوي.

جګر/ينه صفا کوي

جګر د بدن ټولو داخلي ارګانونه/عضلات پاکوي، له دې کبله جګر بايد له زهرجنو موادو پاک سي، او دا د زيتون تيلو له لارې ممکنه ده، د زيتون تيل دوه کاشوغي د ليمو شربت کې ګډ کړل سي او بيا دې وخورل سي تر څو جګر له زهرجنو موادو پاک وساتي.