

## Cung cấp cao khô Chùm ngây hoàn toàn

Các bộ phận của cây chùm ngây chứa nhiều thành phần dinh dưỡng, giúp cung cấp lượng lớn vitamin, chất đạm, acid amin và nhiều hoạt chất chống oxy hóa. Chính nhờ những dưỡng chất này, chùm ngây giúp làm tăng hệ miễn dịch và cải thiện chế độ dinh dưỡng ở những bệnh nhân bị nhiễm HIV/AIDS.

Bên cạnh đó, hoạt chất saponin chứa trong chùm ngây có tác dụng giảm đau, hạ sốt và hỗ trợ bảo vệ mô thận, gan. Hơn nữa, lượng lớn chất chống oxy hóa từ lá chùm ngây như flavonoids, oleanolic acid, hyperosid, terpenoid và rutosid có tác dụng chống viêm loét dạ dày do rượu.

Mặt khác, cao chiết lá chùm ngây có tính kháng khuẩn mạnh mẽ giúp tiêu diệt nấm *Candida albicans* và chủng khuẩn Gram dương như *Enterococcus faecalis*, *Staphylococcus aureus*. Đồng thời, chúng giúp làm yếu đi hoạt động của vi khuẩn Gram âm như *Pseudomonas aeruginosa*, *Salmonella thyphimurium*, *Klebsiella pneumoniae* và *Escherichia coli*.

Ngoài ra, hạt chùm ngây được ứng dụng trong việc xử lý nước bẩn cho các vùng lũ ở nước ta, giúp giảm tình trạng đau bụng, tiêu chảy nhờ công dụng lắng lọc và diệt khuẩn gây bệnh đường ruột.

Một số tác dụng có lợi của cây chùm ngây đối với sức khỏe như:

- **Ngừa ung thư:** Cây chùm ngây giàu hàm lượng vitamin C và chất chống oxy hóa, giúp ngăn ngừa gốc tự do hình thành. Bên cạnh đó, niazimicin có trong lá chùm ngây có tác dụng ngăn chặn tế bào ung thư phát triển.
- **Bảo vệ gan:** Hoạt chất silymarin chứa trong lá chùm ngây có tác dụng làm tăng chức năng men gan, giúp bảo vệ gan khỏi các tổn thương do tiêu thụ nhiều chất béo.
- **Hỗ trợ điều trị huyết áp cao:** Nhờ chứa lượng lớn hoạt chất niaziminin và isothiocyanate, lá cây chùm ngây có thể giúp hạn chế tình trạng động mạch bị dày, làm giảm huyết áp.
- **Giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch:** Hoạt chất chống oxy hóa mạnh mẽ giúp hạ cholesterol xấu trong máu, giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch. Đồng thời giúp ngăn ngừa tổn thương tim.
- **Tăng sức đề kháng, hệ miễn dịch cho cơ thể:** Dựa vào nghiên cứu năm 2019 của Yu Yang và các cộng sự cho thấy, cây chùm ngây chứa lượng lớn kẽm, vitamin C và chất chống oxy hóa có tác dụng tăng sức đề kháng, hệ miễn dịch cho cơ thể. Từ đó, giúp chống lại vi khuẩn, vi rút gây bệnh.
- **Hỗ trợ điều trị bệnh sỏi thận:** Rau chùm ngây có tính lợi tiểu, giúp phá hủy và loại bỏ sỏi thận
- **Giúp trị táo bón:** Theo các nghiên cứu, rau chùm ngây có hàm lượng chất xơ hoàn tan và không hòa tan cao. Chính nhờ hoạt chất này, chúng có tác dụng thúc đẩy nhu động ruột, giảm chứng táo bón.
- **Bổ sung sắt, ngừa thiếu máu:** Cứ 100 gram bột lá chùm ngây khô giúp bổ sung khoảng 28 mg sắt. Vì vậy, sử dụng một lượng nhất định rau chùm ngây mỗi ngày sẽ giúp cải thiện tình trạng thiếu máu do thiếu sắt.
- **Giúp giảm cân:** Hoạt chất isothiocyanate có trong lá chùm ngây giúp hạn chế hấp thu chất béo, hỗ trợ quá trình giảm cân.

Liên hệ:

Mrs Lan: 083.888.3854

## **Bình luận**

### **Bài viết liên quan**

[IBP cung cấp cao khô sâm tố nữ](#)

[IBP cung cấp cao khô đan sâm](#)

[IBP cung cấp bột nhau thai cừu](#)

[DA DÀY RISOPHAR \(100% Novasol Curcumin nhập khẩu Đức\). 1 lọ dùng 35 ngày](#)

[IBP cung cấp nguyên liệu cao khô đỉnh lăng](#)

[IBP cung cấp bột nhau thai cừu](#)

[IBP cung cấp cao khô rau má](#)

[IBP cung cấp whey protein isolate 90%](#)

[IBP cung cấp cao khô cà gai leo](#)

[IBP cung cấp giảo cổ lam](#)

[IBP cung cấp cao khô mướp đắng](#)

[IBP cung cấp cao khô lựu](#)

[IBP cung cấp tảo chlorella](#)

[IBP cung cấp cao khô atiso](#)

[IBP cung cấp nguyên liệu chiết xuất hoa hòe](#)

[IBP cung cấp cao khô vông nem](#)

[IBP cung cấp cao khô bá bệnh](#)

[IBP cung cấp cao khô lá thường xuân](#)

[IBP cung cấp cao khô đỉnh lăng](#)

[IBP cung cấp bột nhau thai cừu](#)

[IBP cung cấp tảo spirulina](#)

[IBP cung cấp cao khô lựu](#)

[IBP cung cấp cao khô vông nem](#)

[IBP cung cấp cao khô rau đắng biển](#)

[IBP cung cấp nguyên liệu chiết xuất hoa hòe](#)

[IBP cung cấp cao khô xuyên tâm liên](#)

[IBP cung cấp resveratrol](#)

[IBP cung cấp cao khô atiso](#)

[IBP cung cấp chiết xuất hoa hòe Rutin 95%](#)

[IBP cung cấp cao khô kim ngân hoa](#)

- [« Đầu tiên](#)
- [Lùi](#)
- [2](#)
- [3](#)
- [4](#)
- 5
- [6](#)
- [7](#)
- [8](#)
- [Tiếp](#)
- [Cuối cùng »](#)