



SCIENTIFIC JOURNAL OF RESEARCH IN MEDICINE (SJRM)

Article available online : <https://savanticjournals.uz> Volume 1 Issue 1 July 2022

MEDICINAL PROPERTIES OF LEMON PEEL AND ITS USE IN TRADITIONAL MEDICINE

Atakulova Nargizakhon Bakhtiyorjon qizi

Andijan State University, Faculty of Natural Sciences, Lecturer in the Department
of Chemistry

Toychieva Diyorakhon Isomiddin qizi

4th year student of chemical education of Andijan State University, Faculty of
Natural Sciences

Abstract: The article presents the medicinal properties of lemon peel and recommendations for its use in traditional medicine.

Key words: Lemon peel, essential oil, potassium, magnesium, vitamins.

Introduction

Полезные свойства цедры лимона известны уже много лет, и ее уже много лет используют для улучшения работы сердца и кишечника. Также цедру лимона используют для избавления от лишнего веса, для оздоровления желудочно-кишечной системы, а заодно и для оздоровления сердечно-сосудистой системы, а также для повышения иммунитета. Ускоряет пищеварение и ускоряет выработку ферментов. Очищает организм человека от токсинов и чешуек.

Для изгнания кишечных паразитов и глистов кожуру одного лимона, кедровую (мякоть) и семена измельчают, кладут в миску и заливают стаканом кипятка. Рекомендуется пить каждый день перед сном.

При мигрени помогает снять головную боль свежая лимонная цедра. В этом случае при головной боли мокрой стороной лимонной цедры прижимают к виску до высыхания, в



SCIENTIFIC JOURNAL OF RESEARCH IN MEDICINE (SJRM)

Article available online : <https://savanticjournals.uz> Volume 1 Issue 1 July 2022

этом случае висок может чесаться и болеть, а может образоваться красное пятно, с помощью этого метода быстро снимаются головные боли.

Для профилактики гипертонии (повышения артериального давления) в первую очередь сушат и измельчают кожуру лимона, затем берут 2 столовые ложки, заливают 2 стаканами воды и кипятят в закрытой посуде 30-35 минут на слабом огне. Охлаждают и флотируют 10-15 минут. Пить по 100 мл сока тайопры 3 раза в день за 30 минут до еды.

Профилактика заболеваний щитовидной железы - Гипотиреоз (снижение активности щитовидной железы) Цедру одного лимона, одну чайную ложку меда и одну чайную ложку семян льна прокипятить в 1 литре воды в течение 10 минут, затем остудить. Приготовленный сок пить каждый день вместо воды.

Если вас укусили насекомые или комары, следует быстро протереть место кожной лимона, это поможет снять зуд.

Для укрепления сердца 6 кусочков цедры лимона пропускают через мясорубку, добавляют к ней 1 кг меда, по 1 части толченого чеснока и лука и хорошо перемешивают, помещают в стеклянную банку и хранят в прохладном месте. , темное место в течение 1 недели.рекомендуется съесть по 1 столовой ложке каждое утро.

Для укрепления сосудов и стенок сердца растереть 200 г красного перца и 200 г розы без косточек с кожурой 1 лимона, затем добавить к ним мед и хорошо перемешать. Приготовленный сок выдерживают в течение 1 месяца 2 раза в день, 1 чайная ложка.

Хранить в темном месте. Для сведения следует также сказать, что смесь из 50 граммов цедры лимона и 50 граммов меда в равных пропорциях снимает сердечные спазмы.

При растворении солей пропустить через мясорубку 250 г листьев и корней петрушки, 150 г цедры лимона и смешать с 300 г меда. Затем оставляют на 1 сутки и процеживают. Приготовленный сок принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 1 час до еды. Срок лечения продлевают до 3 месяцев. Количество процедур увеличивают до 3-х. 4.

При выведении солей из организма измельчить 3 кусочка цедры лимона, по 150 г чеснока и лука, закипятить 500 мл холодной воды и залить, оставить на 1 сутки и процедить в стеклянную посуду через марлю и рот. контейнера хорошо закреплена Готова Пьют по 50 мл сока каждое утро перед завтраком.

Лимон играет важную роль в косметологии. Его используют для улучшения цвета кожи и улучшения кислотного баланса. Плоды отбеливают веснушки и пигментные пятна, лечат солнечные ожоги и избавляют от прыщей. Шампуни из цитрусовых способствуют росту волос. Мякоть лимона Маски и мытье волос обновляют, отбеливают, удаляют пятна и сужают поры. Содержащийся в продуктах из кожи витамин С очень полезен для кожи, а в сочетании с оливковым маслом предотвращает старение и подтягивает кожу.

6	Articles Published by "Global Research Network LLC" under Volume: 1 Issue: 1 in June-2022 https://savanticjournals.uz/view-journal?journal=399263992
	Copyright (c) 2022 Author (s). This is an open-access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution License (CC BY). To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/



SCIENTIFIC JOURNAL OF RESEARCH IN MEDICINE (SJRM)

Article available online : <https://savanticjournals.uz> Volume 1 Issue 1 July 2022

Для увлажнения тела смешивают 100 г сахара, 1 кусочек цедры лимона и 2-3 столовые ложки оливкового масла, затем массируют тело. После этого скраб смывается теплой водой.

Использованная Литература

1. Ne'matjon Hoshimov, Ro'zmatjon Boyqo'ziyev-Limonkeltirarmilliont..2011
2. Белоусова Г.Т. Энциклопедия комнатного цветоводства-Москва-Изд-во "Колос"-1993-С11.6 Бойкузиев Р.Л
3. Маркелова И.В Лимоны Уход и выращивание - Москва-Изд-во "Абеонт"-2006-С-51