

# Κρεμμύδι για την υγεία και το σώμα!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Πλούσιο σε αντιοξειδωτικές ουσίες, αποτελεσματικό για την πρόληψη του καρκίνου, του διαβήτη, και ακόμη και για το κοινό κρυολόγημα, τα κρεμμύδια είναι απλά ένα superfood.

Αλλά δεν κάνει μόνο αυτά το κρεμμύδι. Οι ίδιες ιδιότητες του το καθιστούν ικανό και για άλλα μεγάλα πράγματα, από την επούλωση του δέρματος μέχρι τον καθαρισμό μετάλλων.

## Υγεία & Σώμα

1. Απωθεί τα έντομα. Το τρίψιμο ενός κρεμμυδιού στο δέρμα είναι ένας απλός τρόπος για να απωθήσετε τα έντομα.
2. Απαλύνει τα τσιμπήματα των εντόμων και τσιμπήματα. τρίψτε κρεμμύδι στα σημεία των τσιμπημάτων και αφήστε το κρεμμύδι να σας απαλύνει τον πόνο.
3. Απαλύνει τον πονόλαιμο. Φτιάξτε τσάι από κρεμμύδι για να καταπραΰνετε τον πονόλαιμο. Βράζουμε νερό και βάζουμε μέσα τις φλούδες του κρεμμυδιού, (περίπου

1 φλιτζάνι νερό για τις φλούδες από 1/2 κρεμμύδι). Το αφήνετε να φτάσει σε θερμοκρασία βρασμού και μετά αφαιρείτε τις φλούδες.

4. Νιώθετε υπερκόπωση και αίσθημα ζάλης; Τα κρεμμύδια είναι μια σπουδαία φυσική θεραπεία για να χρησιμοποιήσετε τις στιγμές που ζαλίζεστε ή νιώθετε πολύ κουρασμένοι.

5. Απαλύνει τον πόνο ενός εγκαύματος. Το τρίψιμο κρεμμυδιού πάνω σε εγκαύματα, βοηθάει στην ανακούφιση του πόνου.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)