

Zenzero, l'antidolorifico naturale piÃ¹ potente del cortisone

Salute e Benessere

Inviato da : Anna Nappi

Pubblicato il : 12/11/2023 8:40:00

Zenzero, l'antidolorifico naturale piÃ¹ potente del cortisone. Ecco come usarlo per tornare in forma smagliante.Ã

Quando si dice che la natura Ã un miracolo, non lo si dice tanto per dire, ma perchÃ Ã esattamente cosÃ... Per esempio la natura fornisce tutta una serie di sostanze davvero preziose. Prendiamo lo zenzero, oltre a bruciare i grassi e a essere un ottimo rimedio contro il raffreddore, lo zenzero Ã anche un antidolorifico davvero potente. Ã quanto emerso da uno studio condotto da un team di ricercatori dell'UniversitÃ di Copenaghen secondo il quale lo zenzero sarebbe piÃ¹ efficace dell'ibuprofene e addirittura del cortisone per trattare le infiammazioni.Ã

Lo studio Ã stato pubblicato sulla rivista scientifica Arthritis.Ã Dallo studio Ã emerso come l'ibuprofene,Ã uno dei piÃ¹ comuni farmaci antidolorifici, non abbia alcun effetto sulla produzione di citochine, delle molecole proteiche che possono causare infiammazione nell'organismo e portare alla comparsa del dolore.

Sono stati invece identificati come antinfiammatori efficaci sia il cortisone che l'estratto di zenzero.Ã Inoltre, a differenza del cortisone, lo zenzero non ha effetti collaterali.Ã la somministrazione di cortisone puÃ invece condurre alla comparsa di conseguenze indesiderate per l'organismo come gonfiore, debolezza muscolare,pressione alta, ansia e problemi di insonnia. Inoltre lo zenzero Ã molto utile per prevenire il raffreddore o ad alleviare il mal di gola. Mangiandone infatti un pezzetto fresco, si hanno subito dei grandi benefici. Per di piÃ¹ lo zenzero calma la tosse: un infuso di zenzeroÃ aiuta a eliminare il muco dalle vie respiratorie e anche a curare la tosse.

Ã

Ã