

## Türk ayının ilginç yararları ortaya ıktı

**Rize Ticaret Borsası (RTB) tarafından yaptırılan bir araştırmaya göre, çay ve posasının hayatı kolaylaştıran ilginç yararları olduğu ortaya ıktı.**

RTB Başkanı Mehmet Erdoğan, ay üzerinde değişik tarihlerde yaptırdıkları bilimsel araştırmalarda, insan sağlığının yanı sıra hayatı kolaylaştıran birçok faydasının da ortaya çıktığını açıkladı.

ayla ilgili yapılan son araştırmalarda çok yararlı bir bitki olduğunu öğrendiklerini ifade eden Erdoğan, şunları söyledi: "Türk ayı vücudun su dengesini koruma, kanser riskini azaltma, kanser yapıcı hücre oluşumunu engelleme, gerginlik ve uykusuzluğu giderme, cilt sağlığı, bağışıklık sistemini 5 kat arttırma, beyin tümörü riskini azaltma, sindirimi kolaylaştırma, ishalin durdurulması ve böbreklerin daha iyi çalışması gibi çok önemli yararlar sağlıyor. Vücuttaki mineral dengesini koruyor, kireçlenmeyi önlüyor, kemikleri güçlendiriyor. Diş hastalıklarını da önleyen çay, kan dolaşımının kolaylaştırıyor, damar sertliğini, yorgunluğu ve depresyonu önlüyor. İdrarı temizliyor, metabolizmayı yeniliyor, kalp krizi riskini de azaltıyor. Hormonları güçlendirerek mutluluğu da arttırıyor."

### Demlikte kalan ayı atmayın

Erdoğan, demlikte içildikten sonra kalan çay posasının da atılmaması gerektiğini belirterek posanın da bir çok yararı olduğunu söyledi. Erdoğan şöyle devam etti: "Ilık ay dolu bir leğende 10 dakika tutulan ayaklarda koku kalmıyor. Posası szlp soğuyan dem ile gargara yapılması boğaz ağrısını alıyor. ay posası kurutulup buzdolabına konulunca istenmeyen kokuları önlüyor. Vücudun ılık çayla ovalanması yağlanmayı engelliyor. Antibiyotik etkisi gösteren çay ile vücuttaki yaralar temizlenebiliyor. Sıcak ay ile ovulan ellerde balık veya soğan gibi istenmeyen kokular nlenebiliyor. ay buharı gözdeki apaklanmayı engelliyor. şampuanla yıkandıktan sonra bir çaydanlık çayla durulanan salar pırıl pırıl oluyor. Yemek yerken dilinizi ısırdıysanız veya ağız içerisinde oluşan yaralar varsa çay gargarası ile kısa sürede tedavi ediliyor."