***انار(رمان)***

* انارمیوه ی بومی کشورایران است وبهترین آن بستانی،شیرین و بیدانه است که به آن املسی گویند( بیدانه یعنی هسته های کوچک داشته و پرآب باشد.)
* 3نوع انار ازنظر طعم وجوددارد که ازنظر درمانی با هم متفاوت اند: ترش ،شیرین و میخوش.
* انار مز یامیخوش (ترش وشیرین )ازلحاظ سردی و تری مزاج مایل به اعتدال است وازلحاظ اثرات کاربردی ومفیدبه انار شیرین نزدیک تر است.درافراد صفراوی مزاج انارمیخوش بهتراز انارشیرین وترش است.
* انار منبع خوبی از پتاسیم است و برای پیشگیری از بیماری های قلبی-عروقی کاربرد دارد و دارای ترکیباتی است که پیشگیری کننده ازسرطان نیز میباشد.
* طبیعت انار شیرین سرداست.
* بر ای صاف کردن صدامیتوان انار را سوراخ کرده وداخل آن روغن بادام شیرین ریخته وانار را درمکان گرم قرارداده ،این کاررا چندین بار تکرار کرده وسپس آن رامکیده که برای سرفه نیز بسیار مفیداست.
* مصلح انارشیرین، انار ترش است که باید البته آن را درسرد مزاجان در زنجبیل بپرورند.
* (زنجبیل درآبلیمو بجوشد و آب آن را بریزند.)
* افرادی که ریفلاکس معده دارند بهتراست بجای انار شیرین ،انار ترش مصرف کنند. انار ترش سرد وخشک است.مصرف زیاد انارترش موجب ایجاد زخم ها ی گوارشی وبرای سردمزاجان مضراست.
* مصلح آن انارشیرین ،زنجبیل پرورده وسیر است.
* نگه داشتن انار ترش دردهان جهت منع زخم های پیشرونده موثراست.برای آفت دهان بهتراست از ترکیبات دیگری ازجمله :گلنار،مورد،پوست عناب وسماق استفاده شود.
* رب انار شیرین از آب انار فواید بیشتری داراست و البته مصلح آن مصطکی است.
* رب انارین (انارترش وشیرین باهم مخلوط میشود)سرد وخشک است وجهت رفع التهاب وتسکین تشنگی مفرط و تب های تند وهمچنین در ویارخانم های باردارمفید میباشد.
* برای تهوع شدید دانه انار به همراه زیره در دهان جویده شود.پوست انارنیزبرای اسهال مفید میباشد.
* (فرآورده های دارویی از پوست انار و به شکل کپسول در بازار دارویی وجود داردکه برای پیشگیری از بیماری های قلبی –عروقی استفاده میشود.)
* شربت انار همراه بانعنابرای درمان بی اشتهایی ،تقویت معده وکبد وقلب ودرمان سکسکه کابرد دارد.
* حریره انار از آب انار،آرد برنج ونشاسته تهیه میشودوبرای سرفه گرم کاربرد دارد.
* انار نقش مهمی در تصفیه و تقویت کبد دارد و موجب خوش رنگ شدن چهره میشود .