

Jaarlijks wordt een grote hoeveelheid bananen geproduceerd en de schil, die ongeveer een derde van het vruchtgewicht uitmaakt, wordt meestal als afval weggegooid. De schil is van oudsher gebruikt voor de behandeling van verschillende aandoeningen. Dit bijproduct is rijk aan fenolen met meer dan 40 geïdentificeerde individuele verbindingen. De samenstelling en niveaus van deze verbindingen worden echter beïnvloed door verschillende factoren, waaronder variëteiten, rijpheid, kweekomstandigheden en voorbehandelingen. Fenolen binnen bananenschillen blijken krachtige anti-oxidatieve en antimicrobiële eigenschappen te bezitten en zijn gekoppeld aan verschillende gezondheidsvoordelen.

Honderd monsters (63% vrouwen, 37% mannen) van parodontale patiënten. Klinische en bacteriële onderzoeken werden gedaan. Meer dan 4 verschillende genen van bacteriën waren aanwezig in deze infectie Bacteroides spp, Fusobacterium spp werden het meest frequent geïsoleerd gevolgd door Streptococcus spp. Gepigmenteerde bacillen en niet-sporevormende bacillen die in enkele gevallen aanwezig waren. Deze resultaten laten zien dat de gingiva normalere groep patiënten meer dan 3-4 keer retourneert door het tandvlees rondom te wrijven met het oppervlak van de bananenschil totdat alle banden zijn verwijderd. is voltooid. De waterige extractie van de bananenschil blijkt zeer effectief tegen aerobe en anaërobe geïsoleerd van parodontale aandoeningen

Het gebied van deze uitvinding is behandelingen voor artritis en jicht, en meer in het bijzonder behandelingen die de symptomen van deze ziekten verlichten met behulp van natuurlijke ingrediënten.

Methode en samenstelling voor het verlichten van symptomen van artritis en jicht met behulp van vruchten van wonderen

Abstract

Een werkwijze en samenstelling voor het behandelen van jicht en artritis, in het bijzonder jichtartritis en reumatoïde artritis. De samenstelling is een vloeibaar mengsel van het vloeibare deel van drie verschillende suspensies. Elke suspensie is een mengsel van alcoholoplosmiddel en ofwel appelschillen, bananenschillen of sinaasappelschillen. De samenstelling wordt bereid door elk van de vruchtschillen en het alcoholoplosmiddel ongeveer zes maanden ingesloten in een houder te laten zitten en vervolgens de drie houders te mengen om de zalf te verkrijgen en vervolgens plaatselijk de zalf op het aangetaste gebied van de huid aan te brengen. Zwelling en pijn worden betrouwbaar gedurende vele maanden geëlimineerd. In een voorkeursuitvoeringsvorm wordt het alcoholgehalte van de houders bewaakt en aangevuld als zij afnemen.

Fytochemicaliën zoals polyfenolen en carotenoïden worden steeds belangrijker vanwege hun bijdrage aan de menselijke gezondheid en hun meervoudige biologische effecten zoals antioxidant, antimutogene, anticarcinogene en cytoprotectieve activiteiten en hun therapeutische eigenschappen. Bananenschil is een belangrijk bijproduct in de pulpindustrie en het bevat verschillende bioactieve stoffen zoals polyfenolen, carotenoïden en andere. In de huidige studie werd het effect van rijping, oplosmiddelpolariteit op het gehalte aan bioactieve verbindingen van ruwe bananenschil en het beschermende effect van schil-extracten van onrijpe, rijpe en lekkende rijpe bananen op waterstofperoxide geïnduceerde hemolyse en hun antioxidantcapaciteit onderzocht. Banaan (Musa paradisiaca) Schil in verschillende stadia van rijping (onrijpe, rijpe, lekkende rijpe) werden met 70% aceton, die zijn verdeeld teneinde polariteit met water, ethylacetaat, chloroform (CHCl₃) en achtereenvolgens hexaan. De antioxidantactiviteit van de monsters werd geëvalueerd door middel van de hemolysetest met rode cellen, verwijdering van vrije

radicalen (1,1-difenyl-2-picrylhydrazyl vrije radicalen eliminatie) en superoxide dismutase-activiteiten. De Folin-Ciocalteu's reagenstest werd gebruikt om het fenolgehalte van extracten te schatten. De bevindingen van dit onderzoek suggereren dat het onrijpe bananenschilmonster hogere antioxiderende potentie had dan rijp en lekrijp. Verder fractionering ethylacetaat en water oplosbare fracties van onrijpe schil weergegeven hoge antioxiderende activiteit dan CHCl₃ en hexaanfractie, respectievelijk. Een positief verband tussen het vermogen tot vrije radicalenvangst en het gehalte aan fenolische verbindingen werd gevonden in onrijpe, rijpe en lekkende rijpe stadia van bananenschil.

Banaan is de algemene naam voor kruidachtige planten van het geslacht Musa en voor de vruchten die ze produceren. Het is een van de oudste gecultiveerde planten. Alle delen van de bananenplant zijn medicinaal toepassingen: de bloemen bij bronchitis en dysenterie en bij zweren; gekookte bloemen worden gegeven diabetici; het samentrekkende plantensap in gevallen van hysterie, epilepsie, lepra, koorts, bloedingen, acute dysenterie en diarree, en het wordt toegepast op aambeien, insecten en andere steken en beten; jonge bladeren worden geplaatst als kompressen op brandwonden en andere huidaandoeningen; de samentrekkende as van de onrijpe schil en de bladeren worden genomen bij dysenterie en diarree en worden gebruikt voor de behandeling kwaadaardige zweren; de wortels worden toegediend bij spijsverteringsstoornissen, dysenterie en andere kwalen; banaanzaadslim wordt gegeven in gevallen van diarree in India. Antischimmel- en antibioticumprincipes zijn te vinden in de schil en pulp van volledig rijpe bananen. Het antibioticum werkt tegen Mycobacteriën. Een fungicide in de schil en pulp van groen fruit is actief tegen een schimmelziekte bij tomatenplanten. Norepinephrine, dopamine en serotonine zijn ook aanwezig in de rijpe schil en pulp. De eerste twee bloeddruk verhogen; serotonine remt maagzuurafscheiding en stimuleert de gladde spieren van de darmen

MEDICIJN BELANG

Minder risico op hoge bloeddruk. Bananen zijn een van de beste bronnen van kalium, een essentieel mineraal voor het handhaven van normaal bloed druk en hartfunctie. Een middelgroot banaan levert 350 mg of kalium. De effectiviteit van kalium-rijk voedsel bij het verlagen bloeddruk is aangetoond door een aantal studies. De Amerikaanse Food and Drug Administratie heeft de bananenindustrie toegestaan om officiële claims te maken voor het vermogen van de vrucht om het risico op bloeddruk en beroerte verminderen. Volgens de FDA, "Diëten met voedingsmiddelen dat zijn goede bronnen of kalium en laag in natrium kan het risico op hoog bloed verlagen druk en beroerte. "Bovendien helpt kalium je lichaam handhaaft normale vloeistof en elektrolyt evenwichten in de cellen. Wetenschappers rapporteren dat natuurlijke verbindingen bananen werken op dezelfde manier als antihypertensiva. Het team bestudeerde zes populaire bananenrassen en vonden dat alle ACE-remmende eigenschappen hadden, hoewel de gerijpte bananen had een sterkere actie dan onrijpe. Onderzoekers hebben gemeld dat de bloeddruk daalde met 10% bij mensen die dagelijks twee bananen aten week. Verminderd risico op een beroerte

Wetenschappers suggereren dat mensen met een laag aantal of kalium in hun dieet kan verhoogd zijn risico op een beroerte. Een studie van 5.600 mensen ouder dan 65 vonden dat degenen met de laagste inname van de kalium had 50% meer kans om a te lijden beroerte. Hoog kaliumvoedsel, zoals bananen, kan verminderen het risico op een beroerte, maar onderzoekers zeggen dat meer studies zijn nodig om te bevestigen of niet de toename van kalium in de voeding kan dit voorkomen beroertes. Herstel normale darmactiviteit Omdat de banaan rijk is aan niet-verteerbare vezels (inclusief cellulose, hemicellulose en alfa-glucanen) kunnen helpen de normale stoelgang te herstellen en helpen bij zowel constipatie als diarree.

Bananen normaliseren de functie van de dikke darm om te absorberen grote hoeveelheden water voor de gewone darm bewegingen. Hun nut is aan hen te danken rijkdom van pectine, dat water absorbeert en dit geeft hen een bulkproductiecapaciteit. Bananen zijn een uitzonderlijk rijke bron van fructooligosaccharide, een verbinding genaamd a prebioticum omdat het probiotisch voedt (vriendelijk) bacteriën in de dikke darm. Deze voordelige bacteriën vitamines en spijsverteringsenzymen produceren verbeteren van ons vermogen om voedingsstoffen te absorberen, plus verbindingen die ons beschermen tegen onvriendelijk zijn micro-organismen.

Wanneer fructooligosacchariden worden gefermenteerd door deze vriendelijke bacteriën, niet alleen doen aantallen probiotische bacteriën toenemen, maar zo is het vermogen van het lichaam om calcium te absorberen. Voor deze reden, inname van antibiotica schaadt dit gunstig bacteriën. Onderzoek gepubliceerd in spijsverteringsziekten en Wetenschappen onderstrepen precies hoeveel bananen dat kunnen de opname van voedingsstoffen verbeteren. In deze studie, 57 baby's (5-12 maanden) met aanhoudende diarree van er werden minstens 14 dagen per week gegeven behandeling met een op rijst gebaseerd dieet dat beide bevat groene banaan, appelpectine of het rijstdieet alleen. Behandeling met zowel groene banaan als appel pectine resulteerde in een vermindering van 50% in ontlasting gewichten, wat aangeeft dat de baby's geabsorbeerd zijn aanzienlijk meer voedingsstoffen. Bescherming tegen maagzweren en maagzuurremedie. Bananen worden al lang erkend voor hen antacida-effecten die beschermen tegen maagzweren en ulcerschade. Een flavonoïde in de banaan, leucocyanidin, is significant gevonden verhoog de dikte van het slijmvlies laag in de maag. Omdat bananen helpen. Neutraliseer zuurgraad, ze zijn ook een geweldige manier om te krijgen ontdoen van brandend maagzuur. In een dierstudie, een eenvoudige mengsel van banaan en melk aanzienlijk onderdrukte zuursecretie.

Bescherming tegen neurodegeneratieve ziekten (Ziekte van Alzheimer)

Onderzoekers aan Cornell University onderzocht de effecten van extracten van appel, banaan en sinaasappel op neuroncellen en vond dat het fenol fytochemicaliën van het fruit worden voorkomen neurotoxiciteit van de cellen. Onder de drie vruchten, appels bevatten het hoogste niveau van beschermende stoffen antioxidanten, gevolgd door bananen en sinaasappelen. Deze resultaten suggereren dat verse appels, banaan, en oranje in onze dagelijkse voeding samen met anderen fruit kan neuroncellen beschermen tegen oxidatie door stress geïnduceerde neurotoxiciteit en kan er één zijn belangrijke rol bij het verminderen van het risico van neurodegeneratieve aandoeningen zoals de ziekte van Alzheimer ziekte.

Perfekte babyvoeding

Bananen zijn het beste vaste voedsel om te introduceren zuigelingen. Een gepureerde rijpe banaan is een extreem eenvoudig en gezond babyvoedsel. Kalium, vezel, Calcium, Magnesium, Fosfor, Selenium, IJzer, Vitaminen A, B2, B6, C, E, Niacine, Foliumzuur, en pantotheenzuur. Verder zijn bananen zeer licht verteerbaar en veroorzaakt zelden allergie reacties. Bananen maken deel uit van het BRAT-dieet, a dieet veel artsen aanbevelen voor kinderen herstellen van gastro-intestinale problemen, met name diarree. Recent onderzoek gevonden bewijs dat een hogere consumptie van bananen en appelsap uit concentraat kan beschermen tegen piepende ademhaling bij kinderen.

Cholesterolverlagend effect. Dierstudies hebben aangetoond dat banaan de potentieel om cholesterol te verlagen. Er werd gesuggereerd dat de voedingsvezelcomponent in bananenpulp was verantwoordelijk voor zijn cholesterolverlagende werking effect. De hoeveelheid voedingsvezels in banaan is relatief constant tijdens bananenrijping. Niergezondheid Bananen bevorderen een algehele verbetering van de functionele efficiëntie van nieren. Voordelen voor de nieren zijn opnieuw te wijten aan het hoge kalium inhoud van bananen. Een normale inname van kalium onderdrukt de calciumuitscheiding in de urine en minimaliseert het risico op nierstenen. De resultaten van de Zweedse bevolking gebaseerd prospectieve studie (13,4 jaar) van 61.000 vrouwen van 40-76 jaar, laten zien dat vrouwen meer eten dan 75 porties fruit en groenten per maand (wat zich vertaalt in 2,5 per dag), verkleint hun risico op nierkanker 40%. Onder de vruchten,

bananen waren vooral beschermend. Vrouwen eten bananen vier tot zes keer per week halveerden hun risico van het ontwikkelen van de ziekte in vergelijking met degenen die heb deze vrucht niet gegeten.

Kater

Een van de snelste manieren om hang-over te genezen is om **maak een zuivelbanaancocktail met melk en honing**. Van bananen is bekend dat ze een streek kalmeren maag en help je lichaam rehydrateren. bananen zijn rijk aan de belangrijke elektrolyten, magnesium en kalium, die ernstig zijn uitgeput tijdens zwaar drinken. **Banaan met de honing bouwt de uitgeputte bloedsuikerspiegel op, wat energie leveren**. Energie booster Bananen bevatten drie natuurlijke suikers - sucrose, fructose en glucose gecombineerd met vezels. Kalium is ook essentieel voor het helpen van de spieren contract goed tijdens de oefening en vermindert krampachtig. Een banaan geeft een moment, volgehouden en substantiële boost van energie. Onderzoek heeft bewezen dat slechts twee bananen voldoende zijn energie voor een inspannende training van 90 minuten. **Immuniteit booster Bananen bevatten 25 procent van de aanbevolen hoeveelheid dagelijkse hoeveelheid (ADH) voor vitamine B6, noodzakelijk voor het produceren van antilichamen en rode bloedcellen als en helpen bij het metabolisme van vet**. Daarnaast dient vitamine B6 als een immuniteit booster. Dus deze vrucht versterkt je harnas tegen infectieziekten. Met elke gemagaliseerde banaan, neem je ongeveer 15 procent van de RDA voor vitamine C, een van de sterkste antioxidanten. **Depressie: Volgens een recent onderzoek uitgevoerd door MIND onder mensen die lijden aan depressie, velen voelden veel beter na het eten van een banaan**. Deze is omdat bananen tryptofaan bevatten, een type eiwit dat het lichaam omzet in serotonine, bekend om je te laten ontspannen, je humeur te verbeteren en over het algemeen voel je je gelukkiger. **PMS: Vergeet de pillen - eet een banaan**. De vitamine B6 die het bevat, reguleert de bloedglucose niveaus, die van invloed kunnen zijn op uw humeur. **Bloedarmoede: rijk aan ijzer, bananen kunnen de productie van hemoglobine in het bloed en zo helpt bij bloedarmoede**. **Brain Power: 200 studenten op een Twickenham (Middlesex) school werd geholpen door hun examens dit jaar door het eten van bananen bij het ontbijt, pauze en lunch om hun brein een boost te geven macht**. Onderzoek heeft aangetoond dat het met kalium verpakte fruit kan helpen bij het leren door leerlingen te maken meer alert. **Muggenbeten: voordat je naar het insect reikt bijt slag, wrijf het getroffen gebied met de binnenkant van een bananenschil**. **Veel mensen vinden het ongelooflijk succesvol in het verminderen van zwelling en irritatie**.

Zenuwen:

Bananen bevatten veel B-vitamines die helpen kalmeer het zenuwstelsel. Industrieel gebruik De bovengenoemde schimmelwerende eigenschappen van bananenpulp en schil zijn met succes gebruikt om tomatenzwam in een agrarische omgeving te behandelen. In hun eigen land gebruiken de bewoners bananenbladeren voor alles, van paraplu's tot constructie materialen. Banaan- en weegbreevezels worden gebruikt over de hele wereld om touwen, matten en andere textiel. Tannines aanwezig in rijpe bananenschil fungeren als looimiddelen bij de verwerking van leer

VOORDELEN

1. Het rijpe fruit is **laxerend als het vroeg wordt gegeten in de ochtend**.
2. Een **uitstekend voedsel voor die bloedarmoede personen**, met algemene zwakte, geelzucht, zenuwinzinking, obesitas, zwakke spijsvertering en vitamine-tekort.
3. Afkooksel van de onrijpe vruchten is goed **voor diarree en scheurbuik**.
4. Het sap van de plant wordt geneutraliseerd bloedingen, cholera, epilepsie en hysterie.
5. Een extract van het sap van de stam kan zijn gebruikt om hoofdhuid te masseren om gezond te **bevorderen haargroei en het voorkomen van haaruitval**.
6. De bonsde bloeiwijze "puso" is gebruikt als kompres voor huidzweren en wonden.
7. De bloemen worden als een infusie ingenomen normale doses voor pijnlijke menstruatie.
8. **De verse bloem kan worden gekookt en gegeten om diabetes te behandelen. Het is ook goed voor**

het zwakke hart.

9. Het eten van rijpe bananen kan voorkomen constipatie, colitis en brandend maagzuur.

10 Eet voor blaasontsteking 3 tot 4 bananen per dag.

HAARVERZORGING

Er zijn een aantal voordelen van bananen. De voordelen zijn niet alleen beperkt tot gezondheid, maar ook tot schoonheid behandelingen ook. Het is een effectieve schoonheid behandeling voor zowel huid als haar.

1. Bananen zijn geweldig voor je haar en hoofdhuid. Ze verbeteren de beheersbaarheid en schijnen terwijl je je huid hydrateert en helpt om roos te voorkomen en te beheersen.

2. Banaan is rijk aan: Kalium, Natuurlijke oliën, Koolhydraten en vitamines. Deze helpen bij het verzachten van het haar en beschermt de natuurlijke elasticiteit van het haar gespleten punten en breuk voorkomen. Bananen die voor haar worden gebruikt, hebben een nummer van voordelen zoals het creëert beheersbaarheid, glans, groei en controles roos. Dit zijn gewoon de beste voor haar en de hoofdhuid. Bananen verbeteren de kracht en het uithoudingsvermogen en glans van het haar en kan worden verwezen als het bananenafval. Meeste van de bananenhaarproducten zijn alleen verkrijgbaar bij dure spa's en salons. Jij echter kan je eigen bananenhaar maken conditioner of masker. Net als een gezichtsbehandeling masker verbetert de glans van je gezicht onmiddellijk verbetert ook een haarmasker je haar dramatisch. Bananen zijn er vol van vitamines en is een nummer één ingrediënt voor het versterken en volumiseren van het haar.

Het helpt bij het repareren van droog en zonbeschadigd haar.

3. De schade aan het haar veroorzaakt aan de haar door blootstelling aan het vuil, vervuiling en andere milieugiften kunnen worden behandeld met het bananenmasker. Banaan helpt in het haar beschermen tegen verdere schade. De vitamine B helpt bij het voorkomen van gespleten punten.

4. Het type haar dat hiervoor geschikt is behandeling zijn droog haar, geverfd haar en voor haar na permanenten. Het dient ook als een uitstekende behandeling voor het aanpakken van de probleem van roos en is nuttig in vocht vasthouden op je hoofdhuid. Als u echter allergisch bent voor een van de ingrediënten gebruikt in de verpakking dan is het 't beste om het niet te gebruiken.

5. Bananen bevatten mineralen en andere voedingsstoffen die haarherstel bevorderen en revalidatie. Bananenmasker is perfect geschikt voor droog, geverfd haar en voor haar na de permanent.

TRADITIONELE TOEPASSINGEN VAN BANANA

Bananen bevatten drie natuurlijke suikers - sucrose, fructose en glucose gecombineerd met vezels. Een banaan geeft een instant, aanhoudende en substantiële verhoging van energie.

Onderzoek heeft bewezen dat slechts twee bananen zorg voor voldoende energie voor een inspannende 90 minuten training.

Geen wonder dat de banaan de belangrijkste vrucht is met 's werelds toonaangevende atleten.

Maar energie is niet de enige manier waarop een banaan kan helpen wij blijven fit.

Het kan ook helpen een substantieel te overwinnen of te voorkomen aantal ziekten en aandoeningen, waardoor het een moet toevoegen aan onze dagelijkse voeding.

Depressie: volgens een recent onderzoek ondernomen door MIND onder mensen die lijden