

14 Makanan Ini Ampuh untuk Mengeuarkan Parasit di Usus



ILUSTRASI

Jakarta, 6/2 (LintasMedan) – Parasit biasanya tak terlihat dengan mata telanjang, dan sering menyebar melalui air dan makanan. Organisme parasit bisa hidup dimana saja. Bahkan temuan dari sebuah penelitian baru-baru ini oleh Centers for Disease Control (CDC) mengatakan, ada beberapa juta kasus di Amerika Serikat setiap tahunnya.

Menurut studi yang sama oleh CDC, dari jutaan orang Amerika yang terinfeksi parasit, lebih dari 300.000 orang terkena parasit *trypanosoma cruzi*, yang merupakan penyebab penyakit yang menyebabkan komplikasi jantung dan otak.

Infeksi parasit dapat mengkhawatirkan, bukan hanya karena prevalensinya, namun lebih karena efek serius berbahaya yang dapat mengubah kehidupan. Parasit bisa mengakibatkan gagal jantung, kebutaan, kejang, dan kematian lainnya.

Sebenarnya ada cara ampuh untuk membunuh parasit dengan cara yang murah dan alami. Dan berikut adalah makanan dan herbal yang ampuh untuk membunuh parasit, terutama yang ada di dalam usus.

1. Bawang Putih

Selain menambah rasa terhadap makanan kita, bawang putih juga memiliki banyak manfaat kesehatan. Termasuk menyingkirkan

parasit seperti giardia dan cacing gelang di dalam usus. Konsumsi bawang putih secara rutin.

2. Bawang Merah

Jus bawang mungkin tidak terdengar enak, tapi sangat manjur dalam melawan cacingan seperti cacing pita dan cacing benang. Senyawa sulfurnya memiliki sifat anti-parasit. Setelah Anda telah mendiagnosis bahwa Anda memiliki parasit usus, minumlah 2 sdm jus bawang dua kali sehari. Anda sudah bisa merasakan manfaatnya setelah 2 minggu.

3. Extra Virgin Coconut Oil

Sebagian besar manfaat minyak kelapa extra virgin adalah karena kandungan lemak jenuh alami. Ini juga bertanggung jawab untuk mengurangi parasit internal. Minyak extra virgin oil ini sangat serbaguna dan digunakan dalam resep yang berbeda. Cukup tambahkan dua sendok ke dalam smoothies agar lebih enak saat dikonsumsi.

4. Minyak Oregano

Minyak lain yang bisa efektif dalam memerangi parasit adalah minyak oregano. Cukup campurkan dua sendok makan ke air minum dan minumlah hingga tiga kali sehari. Tambahkan beberapa tetes jus lemon segar agar rasa pahitnya bisa dikurangi.

5. Nenas

Nenas tidak hanya enak tapi juga bergizi. Di antara manfaat kesehatan nanas adalah kemampuannya untuk menyingkirkan infeksi parasit tertentu seperti cacing pita. Ini karena kandungan bromelain buah ini. Bromelain adalah enzim pencernaan yang melakukan pekerjaan ini.

6. Kulit Delima

Buah dan kulit buah delima telah digunakan untuk tujuan pengobatan lainnya, namun bila sampai pada penyembuhan parasit, kulit pohon yang paling berguna. Kulit kayu telah lama digunakan untuk mengobati masalah pencernaan seperti diare dan disentri. Anda juga bisa minum jus delima untuk

membunuh parasit, tapi Anda perlu meminumnya 4 atau 5 kali sehari.

7. Lidah Buaya

Lidah buaya termasuk yang paling populer. Ini digunakan sebagai obat untuk berbagai kasus seperti luka bakar, dan juga salah satu bahan yang banyak digunakan dalam produk kecantikan dan kulit. Selain itu, lidah buaya memiliki sifat pencucian, dan membantu mencuci parasit. Jika lidah buaya akan dikonsumsi, disarankan berkonsultasi dengan dokter terlebih dahulu.

8. Epazote

Ramuan lain yang diketahui bisa membantu membunuh parasit adalah epazote. Pohon ini tidak begitu terkenal, karena sebagian besar dibudidayakan di Amerika Tengah dan Selatan. Tumbuhan ini akan menyingkirkan parasit seperti cacing pita dan cacing kait. Biasanya dan sebaiknya diambil sebagai teh.

9. Pakis

Pakis sangat manjur untuk menyingkirkan parasit di usus. Namun, karena mengandung racun dalam jumlah banyak, Anda harus berhati-hati saat mengkonsumsi tanaman ini. Penyalahgunaan berpotensi menyebabkan kematian, jadi berhati-hati sangat penting.

10. Wormwood

Wormwood terdengar seperti hanya salah satu parasit, tapi sebenarnya tanaman hias ini memiliki sifat yang bisa melawan parasit. Untuk tujuan membunuh parasit, cara yang paling efektif adalah dengan mengonsumsinya sebagai minyak esensial.

11. Almond

Sejumlah besar asam lemak terkandung dalam kacang almond. Hal ini dapat membantu membantu mengurangi iritasi usus. Efek anti parasit dari kacang almond ini telah dibuktikan oleh penelitian, dan salah satu yang paling relevan dipublikasikan di "Journal of Ethnopharmacology."

12. Black Walnut Tincture

Efek anti parasit dari tingtur kenari hitam telah dibuktikan dengan berbagai penelitian. Ramuan ini adalah pencahar efektif, memiliki kemampuan untuk membersihkan usus dari parasit. Juga mengandung senyawa lain yang meningkatkan oksigen dalam darah, dan dengan demikian menyebabkan parasit mati.

13. Biji Labu

Menurut beberapa penelitian, biji labu merupakan obat antelmintik alami dalam sistem pencernaan. Ini berarti mereka memiliki kemampuan untuk mengobati parasit di dalam usus. Biji labu tidak membunuh cacing tapi, tapi membantu mengeluarkannya dari sistem pencernaan. Anda bisa memanggangnya di oven dan dikonsumsi begitu saja.

14. Biji pepaya

Benih lainnya yang bisa membantu menghilangkan parasit usus adalah biji pepaya. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Maryland Medical Center dan Asian Pacific Journal of Tropical medicine. Dalam sebuah penelitian baru-baru ini, 30 peserta mulai meminum biji pepaya yang dicampur madu, dan 23 telah dilaporkan telah membersihkan tinja dari parasit.(LMC/int)