

# عرق گیاهی شلتوک



**PADDY WATER**

## عرق شلتوک:

برنج، گیاهی یک ساله است که ارتفاع آن تا ۱.۵ متر هم می‌رسد و در مناطق گرم و مرطوب می‌روید. دانه‌ی برنج در ابتدای امر در پوسته‌ای با نام شلتوک قرار دارد که از طریق کوبیدن، از آن جدا می‌شود. این شلتوک در واقع همان سبوس برنج است که منبع ویتامین‌ها و مواد معدنی است اما از برنج جدا می‌شود. فیبر موجود در شلتوک سبب می‌شود تا بلع و هضم آن سخت باشد و بیشتر برای انسان غیر قابل هضم است. به همین علت برای بهره‌گیری از خواص شلتوک، مصرف عرق آن را پیشنهاد می‌کنیم. عرق شلتوک که از تقطیر گیاه شلتوک تهیه می‌شود، طبیعتی گرم دارد.



| Height (cm)<br>ارتفاع | Width (cm)<br>عرض | Length (cm)<br>طول | Vol (ml)<br>حجم |
|-----------------------|-------------------|--------------------|-----------------|
| 31                    | 5.5               | 8.5                | 1000            |
| 27.5                  | 5.3               | 7.7                | 750             |
| 24.4                  | 4.5               | 7                  | 500             |
| 20                    | 3.5               | 5.5                | 250             |

## عرق شلتوک:

ویتامین ب۵ موجود در عرق شلتوک موجب تحریک پیاز مو شده و از سفید شدن و ریزش مو جلوگیری کرده و به مرور زمان موجب رویش مجدد موها می شود. با توجه به اهمیت و فراوانی ویتامین های گروه ب در سبوس و شلتوک برنج و نیاز به ویتامین ب۵ برای سوخت و ساز و فعال سازی پیاز مو، توصیه می شود که روزانه از این ماده غذایی استفاده کنید تا به رشد بهتر موها کمک کند. همچنین مقادیر بالای فیبر موجود در عرق شلتوک باعث کاهش اشتها شده و با جلوگیری از پرخوری به لاغری و کاهش وزن افراد کمک می کند.



## خواص عرق شلتوک

اضطراب را برطرف می کند.

توانایی مغز را زیاد می کند (برای پیشگیری از بیماری آلزایمر و جلوگیری از پیشرفت این بیماری)

رفع سوء هاضمه

تاثیر در عملکرد صحیح قلب

تقویت پیاز و ریشه مو

رویش مجدد مو

ضد ریزش مو

برطرف کننده سفیدی مو

جلوگیری از سفیدی زود هنگام مو (ارثیتی)

## مضرات مصرف بیش از حد عرق شلتوک :

زیاده روی در مصرف آن ممکن است ایجاد اسهال نماید و همچنین منجر به انسداد روده و التهاب روده می شود.

