تعلم أن لكل مرض عصير

عصير الاناناس :

السمنة.

يساعد على الهضم ومفيد جداً للمعدة كما انه مدر للبول وطارد للسموم في الجسم وينصح به المصابون بفقر الدم وعسر الهضم وعصير الاناناس له قدرة كبيرة على تذويب الشحوم لذلك فهو مفيد جداً للمصابين بفرط

السمنة

عصير المشمش :

مكافحة الاسهال.

ينصح به الاشخاص المصابون بالوهن والهزل كذلك الوهن العقلي والمصابون بفقر الدم كما إنه مفيد جداً للاطفال بالاضافة إلى فوائده الاخرى.

عصير الخوخ :

غني جداً بفيتامين سين ومفيد للمراهقين وينصح به دوماً للذين يزاولون الالعاب الرياضية المرهقة.

عصير الكرز :

على يومين يسهل عملية طرد السموم والفضلات من الجسم.

غني جداً بالعناصر المعدنية ومقوي لمفاصل الجسم.

عصير البرتقال:

بعد الاصابة بالحمى او الانفلونزا.

ينصح به الاطفال والمراهقون في طور النمو كما ينصح به في فترة النقاهة.

عصير التفاح :

عصير محبب يعالج الكثير من الامراض.

مصدر للطاقة مدر للبول ملين ضد انقباض المعدة لغنائه بالاليفاف.

عصير الليمون:

مفيد جداً للاطفال في طور النمو ولمكافحة امراض البرد والانفلونزا في فصل الشتاء.

عصير التوت :

يعمل على تقوية وظائف الكبد وينظم الجهاز العصبي كما ينصح به المصابون بالنقرس الام المفاصل الروماتيزم للتخفيف من اوجاعها.

عصير الفراولة :

مرطب وملين اذ اخذ ممزوجاً بالماء وقابض اذا اخذ بمفردة كما يوصف بشكل عام غرغرة ضد التهابات الحلق والبلعوم.

عصير العنب :

من أفضل عصائر الفواكة لانه طارد للسموم وينصح به مرضى الكليتين والامعاء وامراض القلب وارتفاع ضغط الدم كما انه مزيل لاحتقانات الكبد ويخفف من إلتهابات الجهاز الهضمي وهو ذو تاثير جيد في تنظيم الدورة

الدموية وينصح به الاشخاص المصابون ببعض انواع الحميات.