

فوائد زيت الزيتون للعضلات



الثلاثاء 18 أبريل 2017 05:04 م

فوائد زيت الزيتون للعضلات أمّا ما يخصّ العضلات وفائدة زيت الزيتون لها، فهذه أهم فوائده: علاج مفيد وسريع عند التعرّض للكدمات أو الصدمات والحروق، وهو يعتبر العلاج الأول الذ يستخدمه الرياضيّون في حال تعرّضهم لمثل هذه الإصابات، ويتمّ التداوي به عن طريق دهنه أكثر من مرّة خلال اليوم، ويمكن خلطه مع اليزفون، ولا يسبّب أيّ من الأضرار

يُساعد في علاج تصلّب العضلات والمفاصل

يُعالج أمراض الروماتيزم والتهابات المفاصل، ويكون العلاج إمّا عن طريق الدهن أو تناوله فيعطي نفس النتائج يُعالج إصابات الكاحل عن طريق التدليك بلطف يُزيل التراكّبات الدهنية التي تتجمّع تحت الجلد (السلوليت).

يُستخدم للتدليك الإسترخاء يُعالج تشنّج العضلات فوائد أخرى لزيت الزيتون يُعالج التشقّقات والخطوط البيضاء التي تظهر في فترة الحمل لدى السيدات يربّط الجلد بشكل جيد، ويمنع من الجفاف والتقشر يزيل آثار الشيخوخة

المبكرة، ويعمل كمهدئ للأعصاب وملين للعضلات لا تقتصر فوائد زيت الزيتون فقط على العضلات وإنما له العديد من الفوائد التي لا تعد ولا تُحصى، حيث إنّهُ يُستخدم للحفاظ على البشرة من الإصابة بحروق الشمس، وكذلك يُستخدم في علاج جميع مشاكل البشرة من جفاف وعدم توازن في اللون، ويزيل التصبّغات التي يمكن أن تحدث للبشرة، غير أنّه يكافح أمراض الشيخوخة والتجاعيد، ويشدّ البشرة بشكل كبير ويحافظ على جمالها ورونقها بشكل مستمرّ، ويتمّ وضعه على البشرة الرطبة بعد غسل الوجه مع التدليك بأطراف الأصابع، مع تركه لمُدّة عشر دقائق ثم يُغسل ويُجفّف جيّداً