



Şifalı bitkiler ve baharat satan Tuğçe Nur Sarıhan: “İnsanlar gün boyu a kaldıkları için iftardan sonra mide şişkinlikleri, hazımsızlık gibi şikâyetlerde bulunuyor. Bu şikâyetlerden genel olarak bitki çayları içerek kurtulabilirler” dedi.

Özellikle Ramazan ayında insanın gün boyu a kalması ile vücut direncinin düşmesi sebebiyle akşam iftardan sonra toparlayıcı ve bedeni uyandırıcı baharatların bu aylarda tüketilmesi gerektiğini belirten baharat satıcısı Tuğçe Nur Sarıhan: “En ok Ramazanda bitki aylarının tüketilmesi vücut için yararlı olur.İnsanlar gün boyu a kaldıkları için iftardan sonra mide şişkinlikleri, hazımsızlık gibi şikâyetlerde bulunuyor. Tansiyon ve şeker hastaları ilaç yerine gelip bizden sürekli şifalı baharatlar ve otlar alıyor. Kendilerine çok yararlı olduklarını söylüyorlar. Baharatlarımızdan, mide şişkinliklerini gidermek açısından mate ayı; sudan da çok içilen ‘Sudan ayı’ diye geçen bisks ayı ve funda çayını özellikle alıyorlar. Bunun yanında özelliklerini belirtecek olursak, Sudan ayı sadece mide rahatsızlıklarına değil, şeker ve tansiyon hastalıklarına da çok iyi gelir.” dedi.