



مهندس رضا پور مهدی علارلو  
کارشناس مجتمع تحقیقات کاربردی و تولید  
شرکت توسعه کشت وازهای روغنی

## خواص دارویی تخمه و روغن کدو

### ۴. پیشگیری از سرطان:

تخمه و روغن کدو به دلیل وجود کارتنوئیدها، فیتواسترولها و ویتامین E، باعث افزایش قدرت سیستم ایمنی بدن شده و خطر ابتلا به انواع سرطانها را کاهش می دهد.

### ۵. کاهش دهنده کلسترول:

یکی از ترکیبات مفید موجود در روغن کدو، فیتواسترولها هستند که ساختار شیمیایی مشابه با کلسترول دارند و باعث کاهش میزان کلسترول در خون می شوند.

### ۶. محافظت از استخوانها:

مصرف تخمه کدو و روغن آن با توجه به داشتن عناصر معدنی مختلف از جمله روی و منیزیم، باعث می شود که استخوانها از تراکم مناسب برخوردار بوده و از پوکی استخوان جلوگیری شود.

روغن کدو برای اینکه خواص اصلی خود را حفظ نماید باید از طریق پرس سرد استخراج شود و مصرف خوراکی آن نیز باید به صورت خام و در سالاد یا بعد از پخت غذا در آن استفاده شود.

### منابع:

[www.healthdiaries.com/](http://www.healthdiaries.com/)  
[Www.keshavarzi2020.ir/](http://Www.keshavarzi2020.ir/)

با توجه به اثرات جانبی داروهای شیمیایی، سالهای اخیر توجه به داروهای گیاهی و طب سنتی اهمیت بیشتری پیدا نموده است، در نقاط مختلف دنیا استفاده از ترکیبات گیاهی بمنظور درمان بیماریهای بشر رو به رشد می باشد. یکی از گیاهانی که از گذشته دور اثرات دارویی آن شناخته شده و اخیراً نیز مورد توجه واقع شده کدو (بویره تخم و روغن آن) می باشد که در زیر به برخی از خواص مهم آن اشاره می گردد:

### ۱. پیشگیری و درمان تورم خوش خیم پروستات:

تورم غده پروستات در مردان بالای ۵۰ سال شایع است که در اثر رشد زیاد سلولها بوجود می آید. از روغن تخم کدو برای ساخت دارو جهت درمان ورم خوش خیم غده پروستات در مراحل اولیه و ثانویه استفاده می گردد که از جمله میتوان به قطره پروستاتان که به صورت تجاری در بازار وجود دارد اشاره کرد.

### ۲. پیشگیری از ایجاد سنگ کلیه و مثانه:

مصرف تخمه و روغن کدو از طریق پایین آوردن سطح کلسیم و کریستالهای اگزالات کلسیم، خطر ابتلاء به سنگ کلیه و مثانه را کاهش می دهد.

### ۳. از بین بردن انگلها:

از تخمه و روغن کدو در طب سنتی خیلی از کشورها به عنوان داروی کرم کش و دفع کننده کرمهای انگل مانند آسکاریس استفاده شده است.