

Matumizi ya tunda la shelisheli kama dawa ya ngozi

By SW - Melkisedeck Shine · April 15, 2022

Baini Siri za Kuwa na Afya Bora na Utimamu · #Karibu AckySHINE · #SMS, Vichekesho, Mahusiano, Biashara na Ujasiriamali, Afya, Chemsha Bongo, Dini pamoja na Vitabu kwenye PDF

Shelisheli lililokomaa huwa na uzito wa hadi kilo 6, ambapo mshelisheli unaweza kukua kwa urefu wa kati mita 9 hadi 18 na huanza kuzaa matunda ukiwa na miaka 6 na kuendelea kwa miaka zaidi ya 50.

Lakini pia tunda la shelisheli ni zao kuu maeneo ya Pasifiki na lina kiwango kikubwa cha wanga na huweza kuliwa likiwa bichi au baada ya kupikwa.

Tunda hili lina faida mbalimbali zikiwemo za kiafya na za kiuchumi, lakini moja ya sifa kuu ya tunda hili ni kuwa na kiwango kizuri cha wanga.

Kutokana na kiwango kikubwa cha wanga kwenye shelisheli kunalifanya tunda hilo kutumika badala ya unga wa ngano kwenye baadhi ya nchi na hivyo hutengenezewa chapati.

Aidha, utomvu wake unaelezwa kutumika kama njia asili ya kupunguza matatizo ya kuhara na magonjwa ya ngozi.

Hivyo basi kwa kuzingatia na kujali afya yako unashauriwa kuweza kutumia tunda hili ili uweze kuifanya ngozi yako iwe nyororo lakini pia uweze kujitibu matatizo yote yatokanayo na kuhara.

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=25026>