بەرهەمە سروشتییەکانی

کارگەی بەهار

سرکەی سروشتی ، ئاوتکی گیایی و زەیتی ڕووەکی

بەڕێوەبەری کارگە	0771 920 7373
فرۆشی کۆ	0770 509 9292 0751 520 7373
فرۆشی تاک	0771 820 7373

Bahar factory

کارگەی بەهار

معمل بهار

Bahar Factory
Natural vinegar & Distilled Herbs

FOOD SAFETY
ISO 22000
MANAGEMENT SYSTEM

کارگەی بەهار خاوەنی بڕوانامەی سیستەمی بەڕێوەبردنی سەلامەتی خۆراکە

ISO 22000: 2018

وە چەندین بڕوانامە و خەڵات و سوپاسنامەی تر

کارگەی بەهار سوپاسگوزاری متمانە و پاڵپشتی بەردەوامی ئێوەیە

هێڵی بەرهەمهێنانی
سرکە سروشتیەکانی کارگەی بەهار

ئێمە بە خۆشەویستی و ئەمانەتەوە
لە زۆربەی میوەکانی کوردستان
باشترین سرکەکانتان بۆ بەرهەم دەهێنین

تێبینی : بەرهەمەکانی کارگەی بەهار
دەرمان نین و جێی ڕاوێژ بە پزیشک ناگرنەوە

شێوازی بەکارهێنانی سرکەکان :
سێ ژەممە دوای نانخواردن کەوچکێکی زەڵاتە لەگەڵ پەرداخێک ئاوی شلەتێن دەخورێتەوە، یان دەکریتە ناو زەڵاتە و شلەوە

سرکەی سێوی سەوزی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سێوی سەوزی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- تەندروستی گشتی دڵ و جگەر دەپارێزێت

٢- کێشی لەش دادەبەزێنێت بە بێ زیان

٣- چەورییە زیان بەخشەکان لەناو دەبات

٤- بەرزە فشاری خوێن دادەبەزێنێت

٥- دژی پیری و چرچی و لۆچییە

٦- دژە ئۆکسان و ڕەگی ئازاد و شێرپەنجەیە

٧- دژە هەوکردن و پەتا و ئازاری ناو سکە

سرکەی سێوی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سێوی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- ڕێکخستنی شەکری خوێن و باشترکردنی هەستیاری ئەنسۆلین

٢- یارمەتی دابەزاندنی کۆلیسترۆڵی خراپ دەدات بەهۆی بەرزی ڕێژەی پۆلیفینۆل

٣- هەرس و هاوسەنگی بەکتریا سوود بەخشەکان باشتردەکات و ئاوسانی سک کەم دەکات

٤- بەسوودە بۆ پێستی چەور و زیپکە بە تایبەتی بە تەڕکردن و مەساج پێکردنی هەروەها کرێشی سەرکەم دەکاتەوە

سرکەی هەنگوینی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سروشتی هەنگوینی پاڵفتەکراو بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- دەوڵەمەندە بە زۆربەی کانزا و ڤیتامین و پۆلیفینۆڵ و فلاڤۆنۆید و دژە ئۆکسانەکان

٢- توانای جەستە باشتردەکات و ماندوێتی کەم دەکاتەوە

٣- بەشدارە لە چالاککردنی میتاپۆلیزم و سووتاندن و گۆڕینی چەوری و شەکری لەش بۆ وزە

٤- دژە ئۆکسێنەرەکانی ناو سرکەی هەنگوین هەوکردن کەمدەکەنەوە و بەرگری لەش باشتردەکەن

٥- کرداری هەرس باشتردەکات ، بەمەش غازات و ئاوساوی و هەوکردنی ڕیخۆڵەکان کەم دەکاتەوە

سرکەی بەهێی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سروشتی میوەی بەهێی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- بەهۆی بوونی ڕێژەیەکی باش لە ڤیتامین و ترشی فینۆلیک بەرگری لەش بەهێزدەکات دژی پەتا و نەخۆشییەکان

٢- هەوکردنی سنگ و بۆرییەکانی هەناسە کەمدەکاتەوە

٣- تا ڕادەیەکی باش یارمەتیدەرە لە هاوسەنگکردنی شەکری خوێن

٤- کێش دادەبەزێنێت و چەوری خراپ کەم دەکاتەوە

٥- دژە ئۆکسینەرێکی بەهێزە و دژە هەوکردنە کە یارمەتی کەمکردنەوەی هەوکردن دەدات بە گشتی

تێبینی: بەرهەمەکانی کارگەی بەهار بە ڕاوێژ لەگەڵ پزیشکی پسپۆڕی کلینیکی خۆراک بەکاربێنە

سرکەی چەوەندەری سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سروشتی چەوەندەری خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- پاکەرەوەی لەش و جگەرە لە ژەهرەکان

٢- زۆر بەسوودە بۆ چارەسەری دەوالی بە خواردنەوە و مەساج کردن

٣- زۆر بەسوودە بۆ کەمکردنەوەی چەورییەکان بەتایبەتی چەوری سەر جگەر

٤- دژە ئۆکسان و دژە پیری و چرچولۆچی پێستە

٥- لێدانی دڵ و فشاری خوێن ڕێک دەخات

٦- بۆ ئامادەکردنی ترشیاتی سروشتی بەکاردێت

٧- دەوڵەمەندە بە مادەی ئاسن کە بەسوودە بۆ کەمخوێنی

سرکەی گۆێژی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی سروشتی میوەی گۆێژی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- ماسولکەی دڵ بەهێزدەکات و دڵ کاراتردەکات

٢- ڕۆیشتنی خوێن باشتر دەکات و بۆرییەکانی خوێن فراوانتر دەکات

٣- کۆلیسترۆڵی گشتی و زیانبەخش (LDL) کەمدەکاتەوە

٤- دژە ئۆکسانێکی بەهێزە ، خانەکانی دڵ لە فشاری ئۆکسجین و هەوکردن دەپارێزێت

٥- بەسوودە بۆ ئەو کەسانەی بەرزەفشاری خوێنیان هەیە

سرکەی سروشتی بە زرشک

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، میوەی زرشک بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- بەسوودە بۆ توشبوانی جۆری دووەمی شەکرە چونکە مادەی چالاکی (بربرین)ــی تێدایە و ڕێژەی شەکری خوێنیان دادەبەزێنێت

٢- بەهۆی بوونی دژە ئۆکسانەوە، ئەنزیمەکانی جگەر ڕێک دەخاتەوە ، هەوکردن و ڕێژەی چەوری جگەر و بە مۆمبوون کەم دەکاتەوە

٣- ڕێژەیەکی بەرچاو ڤیتامین (C) تێدایە کە بەرپرسە لە بەهێزکردنی بەرگری لەش و لەناوبردنی ڕەگە ئازادەکان

٤- دژە میکرۆب و دژە هەوکردنێکی باشە و بۆ هەوکردنی جومگەکان و نەخۆشییەکانی پێست بەسوودە

٥- کۆئەندامی هەرس بەهێز دەکات و سکچوون و خوێنبەربوون ڕادەگرێت

سرکەی سروشتی بە مەلیسە

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی ڕووەکی مەلیسە بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- هێورکردنەوەی کۆئەندامی دەمار و نەهێشتنی فشار و دڵەڕاوکێ

٢- ڕێکخستنی خەو و ئارام کردنەوەی مێشک و باشکردنی کوالێتی خەو

٣- یادگە بەهێز دەکات و چڕی مێشک (ترکیز) زیاد دەکات

٤- بەسوودە بۆ کۆنیشانەی کۆڵۆنی ورووژاو (القولون العصبي)

٥- ئازار بە گشتی و سەرئێشە و لاسەرئێشە (شقیقة) کەم دەکاتەوە

سرکە سروشتییەکانی کارگەی بەهار، بە ڕێگەی کۆنی ترشاندن و بە ئامێری نوێ بەرهەم دێن **لە میوەکانی وڵاتی خۆمان**، بە پێچەوانەی بەشێک لە سرکە بازاڕییەکان، کە لە ترشی ئەسیتیکی دەستکرد و ئاو و ڕەنگ و تام دروست دەکرێن و چەندین **زیانیان بۆ تەندروستی مرۆڤەکان هەیە**

سرکەی سروشتی بە ترشەسماق

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، ترشەسماقی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن، بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- بەرزە فشاری خوێن دادەبەزێنێت لەو کەسانەی بەرزەفشاری خوێنی درێژخایەنیان هەیە

٢- تەندروستی دڵ دەپارێزێت و سوڕی خوێن چالاک دەکات

٣- چەوری زیانبەخش (LDL) کەمدەکاتەوە

٤- تامێکی جیاواز بە زەڵاتە و ژەمەکانتان دەبەخشێت و بەهای خۆراکیان زیاد دەکات

٥- بەسوودە بۆ هەوکردن و برینی گەدە و دوانزەگرێ بە تایبەتی بۆ لەناوبردنی بەکتریای (H.pylori)

ئەگەر دوای ژەمی خواردن بخورێتەوە لەگەڵ کوپێک ئاودا

سرکەی سروشتی میوەکان

پێکهاتە: سرکەی سروشتی میوەکان بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن لەم میوانە (سێو، ترێ، خورما هەنار، توو، هتد...) بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو :

١- بەسوودە بۆ دابەزاندنی کێش لەژێر چاودێری پسپۆڕی خۆراکدا

٢- ڕێژە و مەترسی چەوریيە زیانبەخشەکان کەم دەکاتەوە

٣- بۆ نەخۆشانی دڵ و بۆرییەکانی خوێن و بەرزە فشاری خوێن بەسوودە

٤- بۆ نەخۆشانی شەکرەی جۆری دوو بەسوودە

٥- دابینکەری ڕێژەیەکی باشە لە ڤیتامین و کانزا گرنگەکانی لەش

٦- بەهۆی بوونی ڕێژەیەکی باش لە بەکتریای سوودبەخش و ڕیشاڵی میوەکان ، بەسوودە بۆ کێشەکانی کۆڵۆن و هەوکردن و غازات و ئاوساوی

سرکەی تووی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی تووی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- کێشەکانی کۆڵۆن و غازاتی ناوسک ، بەهۆی بوونی ڕێژەیەکی زۆر لە ڕیشاڵی سروشتی

٢- بە ڕێگەیەکی سروشتی کێش دادەبەزێنێت بە بێ بوونی مەترسی لەدەستدانی ڤیتامین و کانزا و ماددە خۆراکییە پێویستیەکان.

٣- لەش پاک دەکاتەوە لە ژەهرەکان (بەتایبەتی جگەرو ڕیخۆڵەکان)، بەرگری لەش بەرز دەکاتەوە وە سوودبەخشە بۆ بەشێک لە نەخۆشیەکانی جگەر و پێست.

٤- دژە ئۆکسانە و دژی گەشەکردنی خانە شێرپەنجەییەکان و ڕەگە ئازادەکانە.

٥- بۆ هەوکردنی ناودەم و پوک و قوڕگ و ئاڵوەکان (اللوزتين) بەسوودە (بەغەرغەرە و خواردنەوە).

سرکەی ترێ ڕەشی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی ترێ ڕەشی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن، بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

ئەم سرکەیە دەوڵەمەندە بە دژە ئۆکسێنەرەکانی وەک ڕێسڤێراترۆل و ترشی ئەسیتیک، ئەمەش سوودە تەندروستیە ئەگەرییەکانی پێدەبەخشێت کە لەلایەن توێژینەوە سەرەتاییەکانەوە پشتگیری دەکرێن

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- ڕێکخستنی شەکری خوێن : یارمەتی دابەزاندنی ئاستی شەکری خوێن دەدات دوای ژەمەکان بەتایبەت بۆ ئەو کەسانەی نەخۆشی شەکرەی جۆری دووەمیان هەیە کاتێک پێش خەوتن دەیخۆنەوە لەگەڵ کوپێک ئاوی شلەتێن دا

٢- تەندروستی دڵ: کۆلیسترۆڵی خراپ (LDL) کەمدەکاتەوە و سوڕی خوێن باشتردەکات، پەستانی خوێن دادەبەزێنێت بەمەش ئەگەری تووشبوون بە جەڵتەی دڵ کەمدەکاتەوە

٣- دابەزاندنی کێش: هەستی تێربوون دروست دەکات هەڵمژینی چەوری کەم دەکاتەوە، هەروەها هەرسکردنی کاربۆهیدرات خاو دەکاتەوە بەهۆی ترشی ئەسیتیکەوە

٤- باشترکردنی هەرس: جوڵەی ڕیخۆڵە خێرا دەکات، یارمەتی دەردانی شیرەی هەرس دەدات، هەروەها پرۆبایۆتیکەکانی تێدایە کە سوودیان هەیە بۆ باشتربوونی تەندروستی ڕیخۆڵە

٥- پاراستنی تەندروستی جگەرو گورچیلە: یارمەتی نەهێشتنی ژەهرەکان دەدات، هەروەها ئەرکی ئەم ئەندامانە دەپارێزێت بەهۆی دژە ئۆکسێنەرەکانەوە

سرکەی ترێ سپی سروشتی

پێکهاتە: سرکەی ترێ سپی خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

ئەم سرکەیە دەوڵەمەندە بە ترشی ئەسیتیک و دژە ئۆکسێنەرەکانی وەک پۆلیفینۆل و کانزاکانی وەک پۆتاسیۆم و کالیسیۆم

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- - بەهێزکردنی سیستەمی بەرگری: دژە ئۆکسێنەری تێدایە کە خانەکان لە ڕەگە ئازادەکان دەپارێزێت و سیستەمی بەرگری لەش دژی نەخۆشی بەهێز دەکات

٢- باشترکردنی کرداری هەرس: ڕێژەی هەڵمژینی ترشی ئەمینی بەرز دەکاتەوە، ئەنزیمەکانی هەرس چالاک دەکات و میتاپۆلیزم باشتر دەکات

٣- تەندروستی دڵ: بەرزی پەستانی خوێن کەم دەکاتەوە و کۆلیسترۆڵی خراپ (LDL) دادەبەزێنێت و لە ڕەقبوونی خوێنبەرەکان دەتپارێزێت

٤- بەهێزبوونی ئێسک: ترشی ئەسیتیک یارمەتی لەش دەدات کانزاکانی وەک کالیسیۆم و مەنگەنیز هەڵبمژێت بۆ پشتگیریکردنی تەندروستی ئێسک و جومگەکان

٥- ئازار کەم دەکاتەوە: سەرئێشە و هەوکردن و گرژبوونی سوڕی مانگانە کەمدەکاتەوە، هەروەها وەک دژە بەکتریا و دژە ڤایرۆس کاردەکات

سرکەی خورمای سروشتی

پێکهاتە: سرکەی خورمای سروشتی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن، بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

ئەم سرکەیە دەوڵەمەندە بە ترشی ئەسیتیک و دژە ئۆکسێنەرەکانی وەک پۆلیفینۆڵ و کانزاکانی وەک ئاسن و پۆتاسیۆم، ئەمەش وایکردووە کە چارەسەرێکی نەریتی کاریگەر بێت لە پزیشکی میللی و کۆن دا

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- دابەزاندنی کۆلیسترۆڵ: ئاستی کۆلیسترۆڵی گشتی و چەوری خراپ (LDL) کەمدەکاتەوە، وەک لە توێژینەوەیەکی چینی لە زانکۆی جیانگسودا دەرکەوتووە

٢- بەرەنگاربوونەوەی هەوکردن: دژە ئۆکسێنەری بەهێزی تێدایە کە بەرەنگاربوونەوەی ڕەگە ئازادەکان و کەمکردنەوەی هەوکردن و بەهێزکردنی سیستەمی بەرگری لەش دژی نەخۆشی لەخۆدەگرێت

٣- ڕێکخستنی شەکری خوێن: یارمەتی دابەزاندنی تێکڕای شەکری خوێن HbA1c دەدات لە کەسانی تووشبوو بە جۆری دووەمی شەکرە کاتێک ڕۆژانە بۆ ماوەیەکی دیاریکراو دەخورێتەوە لەگەڵ کوپێک ئاوی شلەتێن دا دوای ژەمی خواردن

٤- باشترکردنی کرداری هەرس: یارمەتی دەردانی شیرەی هەرس دەدات و قەبزی و ئاوسانی سک کەمدەکاتەوە هەروەها هەڵمژینی کانزاکانی وەک ئاسن و کالیسیۆم باشتر دەکات

٥- پشتیوانی تەندروستی دڵ دەکات: پەستانی خوێن دادەبەزێنێت و لێدانی دڵ ڕێکدەخات و ڕێگری لە ڕەقبوونی خوێنبەرەکان دەکات بەهۆی پۆتاسیۆم و مەگنیسیۆمەوە

شەربەتی سکەنجەبینی سروشتی

پێکهاتە : سرکەی خورمای سروشتی، هەنگوینی ساغ، ئاوتکی نەعنای بۆندار

سوودی چاوەڕوان کراو:

بەهۆی پێکهاتە بەنرخەکەیەوە سوودەکانی یەکجار زۆرن بەتایبەنی بۆ ئەو کەسانەی کە

١- ئیشتیهای خواردنیان کەمە و لاوازو بێ وزە و بێهێزن

٢- کێشەکانی گەدە و ڕیخۆڵە و کۆڵۆنیان هەیە وەك هەوکردن و غازات و ئاوساوی ناوسك

٣- کێشەکانی سنگ و قوڕگ و هەستیارییان هەیە

٤- بەسوودە بۆ بەهێزکردنی بەرگری لەش و دووربوون لە پەتا و نەخۆشی گوازراوە

سرکەی سروشتی بە زەنجەفیل

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی ڕووەکی زەنجەفیل بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- کێشی لەش دادەبەزێنێت .

٢- چەوربیە زیان بەخشەکان کەم دەکاتەوە .

٣- سوڕی خوێن چالاک دەکات .

٤- دەزگای هەرس چالاک دەکات .

٥- بەرگری لەش بەهێزدەکات دژی پەتا و نەخۆشییەکانە .

٦- دژە هەوکردن و دژە مەکرۆبە .

تێبینی :

گونجاو نیە بۆ کەسانێک:

١- برینی گەدەیان هەیە

٢- بەرزەفشاری خوێنیان هەیە

٣- بۆ خانمانی دووگیان و شیردە ر گونجاو نیە

سرکەی سروشتی بە ڕازیانە

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی ڕووەکی ڕازیانە بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- کێشی زیادی لەش کەمدەکاتەوە

٢- سیستەمی هەرس ڕێکدەخاتەوە

٣- بۆ ئازاری گەدە و ڕیخۆڵە بەسوودە

٤- گرژبوونی سوڕی مانگانە کەم دەکاتەوە و هۆڕمۆنەکان ڕێک دەخات

تێبینی :

گونجاوە بۆ خانمانی دووگیان و شیردەر

سرکەی سروشتی بە سیر

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی ڕووەکی سیر، بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- چەورییە زیان بەخشەکان کەم دەکاتەوە

٢- بەسودە بۆ خەستی خوێن و ڕێگری لە خوێن مەین دەکات

٣- بەرزەفشاری خوێن دادەبەزێنێت

٤- سوڕی خوێن چالاک دەکات

٥- دژە هەوکردن و بەکتریا و ڤایرۆس و کەڕووە

٦- لەناوبەری کرم و مشەخۆرەکانی ڕیخۆڵەیە

تێبینی:

١- لەگەڵ دەرمانەکانی ڕوونکردنەوەی خوێندا ناخورێت

٢- بۆ تەمەنی خوار ١٢ ساڵ نابێت

سرکەی سروشتی بە شاڕیحانە

(لاڤندەر)

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی گەڵا و گوڵی شاڕیحانە، بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- بەرزەفشاری خوێن دادەبەزێنێت.

٢- هێورکەرەوەی دەمارییە.

٣- بۆ کۆڵۆنی دەماری بەسودە.

٤- کێشی لەش کەم دەکاتەوە.

٥- دژە خەمۆکیە.

سرکەی سروشتی بە پیاز

پێکهاتە: سرکەی سێوی سروشتی ، پوختەی ڕووەکی پیاز، بەدەستهێنراو بە ڕێگەی خوساندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- ڕێژەی شەکری خوێن کەمدەکاتەوە لە جۆری دووەمی شەکرە

٢- بەسودە بۆ کۆکە و هەڵامەت و پەتا

٣- بەسوودە بۆ قەڵەوی و بەرزی چەورییەکان و فشاری خوێن

٤- بۆ هەوکردن و ئازاری ڕۆماتیزمە بەسوودە

٥- ڕێگری دەکات لە ڕەقبوونی خوێنبەرەکان و جەڵدە و سەکتەی دڵ

سرکەی هەناری سروشتی

پێکهاتە: سرکەی هەناری خۆماڵی بەدەستهێنراو بە ڕێگەی سروشتی ترشاندن بێ زیادکردنی مادەی کیمیایی و پارێزەر

ئەم سرکەیە دەوڵەمەندە بە دژە ئۆکسێنەرو پێکهاتەی چالاکە زیندووەکان، ئەمەش پشتگیری لە سوودە تەندروستییەکانی دەکات بەپێی لێکۆڵینەوە زانستییەکان

سوودی چاوەڕوان کراو:

١- توێژینەوەکان ئاماژە بە توانای کەمکردنەوەی چەوری و قەڵەوی و تایبەتمەندی دژە بەکتریاکانی دەکەن

٢- تایبەتمەندی دژە ئۆکسانی هەیە و ئاستێکی بەرزی فینۆڵ و فلاڤۆنۆیدی تێدایە، وەک ترشی گالیک، کە توانای دژە ئۆکسێنەرو توانای پاککردنەوەی ڕەگە ئازادەکان بەرز دەکەنەوە

٣- بەسوودە بۆ قەڵەوی و کەمکردنەوەی چەوری و کێشی زیادە، هەروەها بۆ کەمکردنەوەی بارستەی چەوری و چەوری سیانی لە جگەرو خوێندا

٤- تایبەتمەندی دژە میکرۆبی هەیە و کاریگەرییەکی بەهێزی دژە بەکتریا و ڤایرۆس و کەڕوو نیشان دەدات

هێڵی بەرهەمهێنانی
ئاوتکە گیاییەکانی کارگەی بەهار

به قەبارەی 250 مل و 500 مل

تێبینی : بەرهەمەکانی کارگەی بەهار دەرمان نین و جێی ڕاوێژ بە پزیشک ناگرنەوە

شێوەی بەکارهێنان :

کەوچکێکی گەورەی لێدەکرێتە ناو کوپێك ئاوەوە و سێ ژەمە پێش ژەمی نانخواردن دەخورێتەوە

ئاوتکی گیایی پێکوڵە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی گورچیلە و میزەڵدان
وەکو هەوکردن و ڕمڵ و بەرد

ئاوتکی گیایی شارێحانە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی کۆئەندامی دەماری
ناوەند وەکو خەو زڕان و دڵەراوکێ
و ناجێگیری باری دەروونی

ئاوتکی گیایی چەقچەقە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی جگەر: وەکو هەوکردن و بەمۆمبوون و چەوری و سستی جگەرو زراو

ئاوتکی گیایی توێکڵی لیمۆ

بەسوودە بۆ :

بەهێزبوونی بەرگری لەش و دووربوون لە دەرد و پەتا و نەخۆشی گوازراوە .

ئاوتکی گیایی کیندەر

(لبان الذکر)

بەسوودە بۆ :

١- پاراستنی تەندروستی گورچیلە و بۆری میز
٢- دابەزاندنی یوریا و کریاتینین (لە نەخۆشانی سستی گورچیلەدا)
٣- خێراکردنی هەرس و چالاککردنی جگەر
٤- کەمکردنەوەی چرچ و لۆچی پێست (بە مەساج کردن)

ئاوتکی گیایی گوێژ

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی دڵ و بۆری خوێن و چەوریەکان و خوێن خەستی و بەرزەفشاری خوێن

ئاوتکی گیایی دارچینی

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی قەڵەوی و کێش زۆریی و سوتاندنی چەوری کەمەر

ئاوتکی گیایی ڕۆزماری

بەسوودە بۆ :

بەهێزبوونی یادەوەری و چڕی مێشک (ترکیز) و چالاکبوونی سوڕی خوێن

ئاوتکی گیایی تۆوی کەرەوز

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی ڕۆماتیزمە و دەردەشا (داء الملوک) و سەوەفان و هەوکردنی جومگەکان

ئاوتکی گیایی تۆوی شویت

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی منداڵان وەکو کەمخەوی و ئازاری ناوسک و غازات

ئاوتکی گیایی مێخەک

بەسوودە بۆ :

هەوکردن و ئازاری گشتی (ئەنتی بایۆتیکی سروشتی و دژە ئازار) هەروەها بەسوودە بۆ ئازارو هەوکردنی گەدە و دوانزەگرێ

ئاوتکی گیایی تۆوی ڕازیانە

بەسوودە بۆ :

ڕێخستنی هۆرمۆن و زیادکردنی شیری خانمان ، ئازار و غازاتی ناوسک بۆ منداڵان

ئاوتکی گیایی تۆوی وێنجە

بەسوودە بۆ :

ئیشتیهاکردنەوە و زیادکردنی حەزی خواردن و دابینکردنی کانزا و ڤیتامینی لەش .

ئاوتکی گیایی گەڵای زەیتون

بەسوودە بۆ :

نەخۆشی شەکرە جۆری دووەم، چالاک کردنی پەنکریاس و دابەزاندنی ڕێژەی شەکری خوێن

بۆ بەرزیی چەورییەکان و فشاری خوێنیش بەسوودە

ئاوتکی بنێشتە تاڵ

بەسوودە بۆ :

١.کەمکردنەوەی ترشەڵۆکی گەدە

٢. هەوکردن و برینی گەدە و دوانزەگرێ

٣. قەبزی و غازات و ئاوساوی ناوسک

ئاوتکی قسطی هندی

بەسوودە بۆ :

١. زۆربەی کێشەکانی دەزگای هەناسە (کۆکە و ڕەبۆ و هەوکردنی بۆری هەناسە)

٢. ڕێکخستنەوەی چالاکیی گلاندی پەریزادە (الغدة الدرقية)

٣. لەناوبردنی میکرۆبەکان (بەتایبەتی ئەو نەخۆشیانەی کە هۆکارەکەیان بەکتریانە)

ئاوتکی گیایی بۆژانە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی خانمان وەکو تێکچونی هۆرمۆن و نەزۆکی و لاوازی و کیسی هێلکەدان

ئاوتکی گیایی تۆوی زیرە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی کۆڵۆن وەکو هەوکردنی کۆڵۆن و قەبزی و غازات و ئاوساویی ناوسک

ئاوتکی گیایی تۆوی یانسۆن

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی کۆئەندامی هەناسە وەکو کۆکە و هەوکردنی سنگ و بۆرییەکانی هەوا و تەنگەنەفەسی.

ئاوتکی گیایی جاترە

بەسوودە بۆ :

کێشەکانی گەدە و ڕیخۆڵە وەکو هەوکردن و برین و بەکتریای گەدە .

ئاوتکی گوڵەباخی جوانکاری

سوودەکانی :

۱. شێدارکردن و نەرمکردنەوەی پێست
۲. ڕێگری لە وشکبوونەوەی پێست دەکات و هاوسەنگی چەوری و وشکی ڕادەگرێت
۳. بەرەنگاربوونەوەی زیپکە و هەوکردنی پێست بەتایبەتی بۆ پێستی چەور یان هەستیار
٤. بە قووڵی کونیلەکانی پێست پاک دەکاتەوە و ڕێگری دەکات لە گیران و داخرانیان
٥- خوران کەم دەکاتەوە کە بەهۆی بەرکەوتنی خۆریان هەستیارییەوە دروست دەبێت
٦- کەمکردنەوەی چرچ و لۆچی و نیشانەکانی پیربوون

پڕژە

ئاوتکی گوڵەباخی خۆراکی

سوودەکانی :

۱. تام و بۆنی خواردن و خواردنەوە خۆشتر دەکات و تەندروستی زیاتر دەبەخشێت بە جەستە و دەروونی مرۆڤ
۲.دژە ئۆکسێنەر زیاد دەکات کە خانەکان دەپارێزێت لە پیربوون
۳.لەش بە شێداری دەهێڵێتەوە و هەستێکی قووڵی خۆش دروست دەکات لەگەڵ خواردنەوەکاندا

شێوازی بەکارهێنان:

۱- چەند دڵۆپێک بخەرە ناو ئاو یان شیرەوە بۆ خواردنەوەیەکی فرێش
۲- تێکەڵی محەلەبی و هەویرکاری بکە بۆ تام و چێژی زیاتر
۳- لەگەڵ ئاو و هەنگوین تێکەڵی بکە بۆ قورگ ئێشە

ئاوتکی گیایی نەعنای بۆندار

سوودەکانی :

۱.ئازارو غازاتی ناوسك کەمدەکاتەوە
۲. هەرس چالاك دەکات
۳.دژی میکرۆبە (بەکتریا و کەڕوو)
٤.کۆڵۆنی دەماری و روژاو هێور دەکاتەوە

ئاوتکی گیایی ڕەگی بەلەك

سوودەکانی :

۱. برین و هەوکردنی گەدە ناهێڵێت
۲.هەوکردن و بەمۆمبونی جگە رکەم دەکاتەوە
۳.بەڵغەم فرێدەرە و بۆ ڕەبۆ و کۆکە بەسوودە
٤. ڕۆماتیزم و ئازاری جومگەکان کەم دەکاتەوە
٥. نەرمکەرەوەی ڕیخۆڵەیە

ئاوتكی گیایی تاڵیشكه

سوودەكانی :

١. میزپێكەرە و فشاری خوێن دادەبەزێنێت
٢. بەردی بچوكی زراو لەناو دەبات
٣. جگەر پاكدەكاتەوە لە ژەهر و زراو چالاك دەكات و بۆ (بیرۆ,كاژۆكی , زیپكە) بەسودە
٤. بۆ هەوكردنی جومگە و دەردەشا
٥. نەرمكەرەوەی ڕیخۆڵەیە و ڕێگری دەكات لە قەبزی

ئاوتكی گیایی پونگە

سوودەكانی :

١. هەرس چالاك دەكات
٢. غازات و ئاوساوی ناوسك ناهێڵێت
٣. كرمی ڕیخۆڵە لەناو دەبات و سكچون ڕادەگرێت
٤. سەرئێشە و تا كەمدەكاتەوە
٥- بەسوودە بۆ كێشەكانی كۆئەندامی هەناسە بە گشتی

ئاوتكی گیایی گوڵەبەیبوون

سوودەكانی :

١. بۆ برین و هەوكردنی دەزگای هەرس
٢. غازات و ئازاری ناوسك و ئاوساوی
٣. نەخۆشی (كرۆن) و كۆڵۆنی وروژاو
٤. ئازاری سوڕی مانگانە
٥. ڕەبۆ و هەستیاری وەرزی

ئاوتكی گیایی كالیپتۆس

سوودەكانی:

١. فراوانكەری بۆری هەوا و سییەكانە
٢. هەوكردنی بۆریەكانی هەوا و گیرفانەكانی لوت
٣. بۆ كۆكە و هەڵامەت و پەتا
٤. بەڵغەم فرێدەرە و بۆ هەوكردنی قورگ بەسوودە

ئاوتكی گیایی كەرتەشی

سوودەكانی:

١. جگەر پاك دەكاتەوە لە ژەهرەكان
٢. دەزگای هەرس و زراو و جگەر چالاك دەكات
٣. ڕێژەی كۆلیسترۆڵ دادەبەزێنێت
٤. ڕێژەی شەكری خوێن دادەبەزێنێت

ئاوتكی گیایی چاوبازە

سوودەكانی :

١. جگەر دەپارێزێت لە ژەهرو هەوكردن و بەمۆم بوون
٢. هەوكردنی جگەر و زەردوویی و شێرپەنجەی جگەر
٣. بۆ ئەو كەسانەی توشی شێرپەنجە بوون و چارەسەری كیمیاویان وەرگرتوە
٤. شیری خانمان زیاد دەكات

ئاوتكی گیایی شاتەرە

سوودەكانی :

١. جگەر و زراو چالاك دەكات و لەش لە ژەهرەكان پاكدەكاتەوە
٢. بۆ بیرۆ بەسوودە
٣. میز پێكەرە
٤. نەرمكەرەوەی ڕیخۆڵەیە
٥. بۆ هەستیاری زۆر بەسوودە

پاکێجی بەسوود بۆ پێست

بە قەبارەی: 100 مل

سوود و شێوازی بەکارهێنانی پاکێجی (زەیت و ئاوتکی) پێست

١- بەسوودە بۆ زیپکە و پەڵەی پێست لەڕێگەی ڕێکخستنی بەرهەمهێنانی چەوری و شێدارکردنی پێست بەبێ ئەوەی کونیلەکانی پێست دابخات

٢- هەوکردن و خورانی پەیوەست بە زیپکە کەمدەکاتەوە بەهۆی تایبەتمەندی دژە هەوکردنییەوە

٣- بەسوودە بۆ بیرۆ (اکزیما) و کاژۆکی (سەدەفیە) و پێست لە ڕەگە ئازادەکان دەپارێزێت و هەستیاری کەمدەکاتەوە

٤- بەرەنگاربوونەوەی وشکی و زبری دەکات لەبەر ئەوەی پێست بە قووڵی شێدار دەکات و زیاتر نەرم و نۆڵی دەکات بەهۆی بوونی ترشە چەوریەکان و ڤیتامین E

٥- چینێکی پارێزەر دروست دەکات کە ڕێگری دەکات لە لەدەستدانی شێ و یارمەتی بەرهەمهێنانی زەیتی سروشتی پێست دەدات

شێوازی بەکارهێنان:

١- سەرەتا پێستت بە نەرمی و بە سابوونێکی سروشتی و ئاوی شلەتێن بشۆ و پاشان وشکی بکەرەوە

٢- لەسەر شوێنێکی بچووک (لەسەر قوڵت بە نموونە) زەیتەکە تاقی بکەرەوە بۆ دڵنیابوونەوە لە نەبوونی هەستیاری

٣- شەوانە (لە هەفتەیەکدا دوو بۆ سێ جار) کەوچکە چایەک لە زەیتەکە بخەرە ناو لەپی دەستت و شوێنی زیپکە و پەڵەی پێ چەور بکە و بۆ چەند خولەکێک شوێنەکەی پێ بشێلە (مەساجی پێبکە) بە سەری پەنجەکانت

٤- دواتر بە ئاوی شلەتێن بیشۆ و وشکی بکەرەوە

٥- پاشان چەند پەمپێک لە ئاوتکە گیاییەکە بدە لە تەواوی دەم و چاوت و مەساجی پێبکە و لێیگەڕێ بەبێ شتن

پاکێجی بەسوود بۆ قژ

بە قەبارەی: 100 مل

سوود و شێوازی بەکارهێنانی پاکێجی (زەیت و ئاوتکی) قژ

١- خۆراکێکی باش بە قژ و پێستی سەر دەبەخشێت و تاڵە مووەکان شێدار و بەهێز دەکات

٢- یارمەتیدەرە بۆ کەمکردنەوە و ڕاگرتنی هەڵوەرینی قژ و موخورکە و زبری و وشکی مووەکان

٣- سوڕی خوێن لە پێستی سەردا خێرا دەکات و گەشەی قژ زیاتر دەکات

٤- بەسوودە بۆ کرێشی سەر و چەوری و هەوکردنی پێستی سەر و هەستیاری و خوران

٥- مووی سەر بە خاوی و بریقەداری دەهێڵێتەوە

شێوازی بەکارهێنان:

١- دوای سەر شتن بە شامپۆیەکی گیایی و وشککردنەوەی ، کەوچکێکی مامناوەند (زەڵاتە) لە زەیتەکە بخەرە ناو لەپی دەستت و پێستی سەر و تاڵە مووەکانی پێ چەور بکە

٢- سەرەتا پێستی سەرت بە زەیتەکە بشێلە (مەساجی پێبکە) بۆ ماوەی سێ چوار خولەک بە سەری پەنجەکانت

٣- پێویستە بۆ ماوەی دوو سێ کاتژمێر پێوەی بێت و دواتر بیشۆ بە ئاوێکی شلەتێن

٤- دوای سەرشتن و وشککردنەوەی ، چەند پەمپێک لە ئاوتکە گیاییەکە بدە لە سەر و قژت و با پێوەی بمێنێتەوە بۆ زیاتر بەهێزبوون و ڕەونەق و بریقەداری

هێڵی بەرهەمهێنانی
زەیتە سروشتیەکانی کارگەی بەهار

بە قەبارەی: 30 مل، 60مل، 250 مل، 1 لیتری

شێوازی بەکارهێنانی زەیتەکان : ڕۆژانە (٣) جار بە کەوچکی چا پێش نان یان بۆ مەبەستی دەرەکی (پێست و قژ) بە پێی پێویستی

٪١٠٠ سروشتی

زەیتی زەیتون
گوشراوی یەکەم

زەیتی گوێزهندی
گوشراو بە پرێسی سارد

زەیتی بەهێزکردنی ڕیش

٪١٠٠
سروشتی

شێوازی بەکارهێنانی زەیتی ڕیش:

ڕۆژانە یەکجار، کەوچکێکی مامناوەند (زەڵاتە) لەم زەیتە بکە ناو لەپی دەستت و تاڵەکانی ڕیش و پێستی ژێر ڕیشەکەی پێ مەساج بکە بۆ ماوەی چەند خولەکێک تا چەور و نەرم دەبێتەوە، پاشان بۆ ماوەی (٣-٥) کاتژمێر پێوەی بێت، دواتر بە ئاوی شلەتێن و سابوونێکی گونجاو بشۆرێت

بەسوودە بۆ:

١- بۆ پڕکردنەوەی ڕیش
٢- نەرم کردنەوەی مووی ڕیش
٣- ڕەونەقدارکردنەوە و بریقەدارکردنی
٤- تێربوونی ڕەنگی ڕیش
٥- بەهێزکردنی تاڵەکانی ڕیش لە ڕەگەوە

چاوەڕێی کۆمەڵێک زەیتی بۆنداری پڕ بەها و تەندروست بن

30 ml 60 ml

زەیتی ڕۆزماری

سوودەکانی:

١- هەڵوەرینی قژ کەم دەکاتەوە

٢- کرێشی سەر ناهێڵێ و بەرهەمهێنانی چەوری پێستی سەر ڕێکدەخات

٣- یارمەتی باشترکردنی ڕۆیشتنی خوێن دەدات بەتایبەت لە پێستی سەر و ماسولکەکاندا

٤- یادەوەری و تەرکیز بەهێز دەکات (بە خواردن)

60 ml 125 ml

زەیتی ڕەشکە

سوودەکانی:

١- بەهێزکەری سیستمی بەرگری لەشە

٢- بەسوودە بۆ نەخۆشیەکانی شەکرە، بەرزە فشاری خوێن و چەورییەکان

٣- بۆ حاڵەتەکانی سنگ وەکو هەوکردن و تەنگە نەفەسی بەسودە

٤- قژی سەر پڕ و بریقەدار دەکات (بە چەورکردنی پێستی سەر)

30 ml 60 ml

زەیتی گوڵەبەیبوون

سوودەکانی:

١- بۆ هەوکردن و برینی گەدە و دوانزەگرێ بەسودە

٢- خەوهێنەر و هێورکەرەوەی مێشك و دەمارە

٣- بۆ برین و سوتاوی سووك بەسودە

٤- بۆ بیرۆی وشک (اكزيما) و کاژۆکی (صدفيه) بەسودە

60 ml

زەیتی مۆرد

سوودەکانی:

١- کۆکە و بەڵغەم و گیرانی سنگ ناهێڵێت

٢- یارمەتی باشترکردنی کوالێتی خەو دەدات و خەوێکی ئارامت پێدەبەخشێت

٣- بەرگری دروستدەکات لە دژی بەکتریا و کەڕووەکان

٤- یارمەتی کەمکردنەوەی هەڵوەرینی قژ دەدات، ڕەگی مووەکان بەهێزدەکات

60 ml 250 ml

زەیتی گوێزهندی

سوودەکانی:

١- قژ بەهێز دەکات و مووخورکە و شکانی قژ کەم دەکاتەوە

٢- قژی وشک شێدار دەکات و بریقەیەکی سروشتی پێدەبەخشێت

٣- شێدارکەرەوەیەکی زۆر باشە بۆ پێستی وشک و قلێشاو

٤- وزە زیاد دەکات و میتاپۆلیزم چالاک دەکات

٥- بە شێوەیەکی ناڕاستەوخۆ بەرگری لەش زیاد دەکات

60 ml

زەیتی سیر

سوودەکانی:

١- یارمەتی دابەزاندنی پەستانی خوێن و باشترکردنی ڕۆیشتنی خوێن دەدات

٢- یارمەتی کەمکردنەوەی کۆلیسترۆڵی خراپ دەدات

٣- یارمەتی نەهێشتنی کۆکە و گیرانی سنگ دەدات

٤- تاڵەکانی قژ بەهێز دەکات و هەڵوەرینی قژ کەم دەکاتەوە

٥- کرێشی سەر ناهێڵێت

60 ml

زەیتی ڕازیانە

سوودەکانی:

١- ئیشتیها کەرەوەیە و غازات و ئاوساوی ناوسك ناهێڵێت بەتایبەتی بۆ منداڵان

٢- شیری خانمانی شیردەر زیاد دەکات و حەزیان بۆ خواردن زیاد دەکات

٣- بۆ هەوکردن و ڕمڵ و بەردی گورچیلە و میزەڵدان بە سوودە

60 ml

زەیتی ئیسفەند

سوودەکانی:

١- ئازار و گرژبوونی ماسولکە و جومگەکان کەم دەکاتەوە

٢- یارمەتیدەرە بۆ هێورکردنەوەی ئازارەکانی ڕۆماتیزم بە مەساجکردن

٣- چالاکە دژی هەندێک لە بەکتریا و کەڕووەکان

تێبینی: بۆ ئافرەتی دووگیان و دایکی شیردەر و منداڵ گونجاو نییە

30 ml

زەیتی توێکڵی پرتەقاڵ

سوودەکانی:

١- یارمەتی پاککردنەوەی پێستی چەور دەدات و بەرهەمهێنانی چەوری ڕێکدەخات

٢- درەوشاوەیی و تازەیی بە پێستی ماندوو دەبەخشێت

٣- بەرگری لەش زیاد دەکات بەهۆی بوونی ڤیتامین C لە پێکهاتەکەیدا

30 ml

زەیتی گژنیژ

سوودەکانی:

١- ئاوساوی و غازات ناهێڵێت

٢- یارمەتیدەرە بۆ ڕێکخستنی شەکری خوێن

٣- یارمەتی هێورکردنەوەی گرژبوونی گەدە و قوڵۆن دەدات

60 ml

زەیتی شمڵی

سوودەکانی:

١- شەکری خوێن ڕێکدەخات
٢- هەوکردنی گشتی لەش کەم دەکاتەوە
٣- بۆ کرێش و شکبوونەوەی پێستی سەر بەسوودە
٤- دەم و چاو قەڵەو دەکات (بە مەساج کردن)

60 ml

زەیتی خەرتەلە

سوودەکانی:

١- بەسوودە بۆ ئازاری ماسولکە و جومگە و ڕۆماتیزم بە مەساجکردن
٢- بۆ چاودێریکردنی پێستی سەر و پێست بەسوودە
٣- تاڵەکانی قژ بەهێز دەکات و هەڵوەرینی قژ کەم دەکاتەوە
٤- چەوریە بەسوودەکانی تێدایە کە یارمەتی باشترکردنی هاوسەنگی چەوری دەدات

زەیتی گوژاڵك

60 ml

سوودەکانی:

١- قەبزی ناهێڵێت و ڕیخۆڵەکان نەرم دەکاتەوە
٢- کرمی ناوسك لەناو دەبات
٣- ئازار شکێنە بەتایبەتی ئازاری دەردەشا (داء الملوك) (بە مەساج کردن)

60 ml

زەیتی شاریحانە

سوودەکانی:

١- دڵەڕاوکێ و گرژی دەمارەکان کەم دەکاتەوە
٢- یارمەتی باشترکردنی خەو دەدات و چارەسەری کەمخەوی دەکات
٣- یارمەتی هێورکردنەوەی کۆکە و هەڵامەتێکی سووک دەدات
٤- بەسوودە بۆ ئازاری جومگەکان و ڕۆماتیزم بە مەساجکردن

60 ml

زەیتی خەنە

سوودەکانی:

١- قژ بەهێز و جوان دەکات
٢- برین و زیپکە و کرێشی سەر کەمدەکاتەوە
٣- بۆ برین و سوتاوی و ئازاری جومگەکان بە سوودە
٤- بۆ گرێی مەمک و برینی مایەسیری و ناسۆر و قلیشی کۆم بەسودە (بە چەورکردن)

125 ml 60 ml

زەیتی گەرچەك

سوودەکانی:

١- قەبزی ناهێڵێت، نەرمکەرەی ڕیخۆڵەیە
٢- لەناوبەری کرمی ڕیخۆڵەیە
٣- مووی سەر و برۆ و برژانگ بەهێزدەکات

زەیتی دارچینی

60 ml

سوودەکانی:

١- گەرم کەرەوەی لەشە لەکاتی سەرمادا (بەخواردن و چەور کردن)
٢- پاکەرەوەی برینە (ناوەکی و دەرەکی) و دژە میکرۆب و هەوکردنە
٣- بۆ پەتاو هەڵامەت و نەخۆشیەکانی وەرزی سەرما بەسوودە

30 ml

زەیتی کیندەر

لبان الذكر

سوودەکانی:

١- پێست توند دەکاتەوە و چرچی و هێڵە وردەکان کەم دەکاتەوە
٢- کۆکە و گیرانی سنگ ناهێڵێت
٣- بەسوودە بۆ برینی گەدە

30 ml

زەیتی گوێز

سوودەکانی:

١- پاڵپشتی تەندروستی خوێنبەرەکان دەکات و هەوکردنی دڵ کەمدەکاتەوە
٢- یارمەتی باشترکردنی هاوسەنگی کۆلیسترۆڵ دەدات
٣- پێستی وشک و زبر تەڕ و شێدار دەکات
٤- بەهۆی دژە ئۆکسێنەرەوە نیشانەکانی پیربوون دوادەخات

30 ml

زەیتی ناوکی قەیسی

سوودەکانی:

١- سوودی هەیە بۆ ئەکزیما و شکبوونەوە
٢- گونجاوە بۆ پێستی منداڵ و پێستی زۆر هەستیار
٣- قژ بەهێز دەکات و نەرمی و بریقەی پێدەبەخشێت
٤- دەوڵەمەندە بە ڤیتامین E، ڤیتامینA

60 ml

زەیتی خاکشیر

سوودەکانی:

١-دژە هەستیاری گشتیە (بەخواردن و چەور کردن)
٢- بۆ خوران و سوربونەوە و هەوکردنی پێست بەسودە
٣- پاڵفتەکەری خوێن و جگەرە لە ژەهرەکان

60 ml

زەیتی سەروو

سوودەکانی:

١- بەسوودە بۆ سیستەمی سووڕی خوێن و خوێنبەرەکان
٢- ئازاری ماسولکەکان و گرژبوونیان ناهێڵێت
٣- ئارەقکردنەوەی زۆر کەمدەکاتەوە

60 ml

زەیتی تۆوی تەرەتیزە

سوودەکانی:

١- وەک تەواوکەری خۆراکی بەسوودە بۆ کەمخوێنی
٢- تەندروستی ئێسک دەپارێزێت (کالیسیۆم + مەگنیسیۆم)
٣- قژ بەهێز دەکات و شکانی مووەکان کەم دەکاتەوە
٤- وزەی گشتی باشتر دەکات و ماندوێتی کەم دەکاتەوە(بەتایبەت لایەنی جنسی)

60 ml

زەیتی سمڵ

سوودەکانی:

١- گەشەی مووی شوێنی نەخوازراو خاو دەکاتەوە بە بەکارهێنانی بەردەوام (دوای لابردنی مووەکان)
٢- هەوکردن و سووربوونەوە کەم دەکاتەوە
٣- دژە گرژبوونە؛ ئاوساوی و غازاتی ناوسک کەم دەکاتەوە

60 ml

زەیتی جاترە

سوودەکانی:

١- دژە بەکتریا و کەڕوە (بەتایبەتی نەخۆشیەکانی سنگ)
٢- بۆ هەوکردنی بۆرییەکانی هەوا و ڕەبۆ بەسودە (بە خواردن و بە هەڵم کردن)
٣- بۆ هەوکردنی گەدە و دوانزە گرێ بەسودە

125 ml 60 ml

زەیتی کونجی

سوودەکانی:

١- یارمەتی دابەزاندنی کۆلیسترۆڵی خراپ LDL دەدات
٢- تەندروستی جگەر دەپارێزێت
٣- پێستی وشک شێدار دەکات
٤- یارمەتیدەرە بۆ نوێبوونەوەی پێست و کەمکردنەوەی چرچ و لۆچی
٥- تاڵەکانی قژ بەهێز دەکات و هەڵوەرینی کەم دەکاتەوە

60 ml

زەیتی زەنجەفیل

سوودەکانی:

١- بۆ دڵ تێکچون (هێڵنج و ڕشانەوە) کاریگەرە
٢- وزە بەخشی سێکسیە بۆ هەردوو ڕەگەز
٣- چەورییە زیان بەخشەکان کەمدەکاتەوە و ڕێ دەگرێت لە ڕەقبونی خوێنبەرەکان

125 ml 60 ml

زەیتی کەتان

سوودەکانی:

١- کۆلیسترۆڵی خراپ (LDL) کەمدەکاتەوە و کۆلیسترۆڵی باش (HDL) زیاد دەکات
٢- دەوڵەمەندە بە ئۆمیگا 3 کە بەشدارە لە باشترکردنی تەرکیز و بیرەوەری
٣- یارمەتی باشترکردنی تەندروستی ڕیخۆڵە دەدات
٤- پێست شێدار دەکات و وشکبوونەوەی کەمدەکاتەوە
٥- قژ بەهێز دەکات و بریقەی زیاد دەکات

60 ml

زەیتی زەیتون - گوشراوی یەکەم

سوودەکانی:

١- بۆ نەخۆشیەکانی دڵ و چەوری و فشاری خوێن زۆر بەسودە
٢-پێست جوان و پاك ڕادەگرێت دوور لە نەخۆشی و قڵیشان و وشکی و زبری
٣- قژ بەهێز دەکات و ڕێ دەگرێت لە هەڵوەرین و مووخورکە

60 ml

زەیتی مازوو

سوودەکانی:

١- زەیتێکی کرژکەری بە هێزە و بۆ توندکردنەوەی ماسولکەکان دوای منداڵبون کاریگەری هەیە (بە شێوەی مەساج کردن)
٢- بۆ برینی گەدە و ڕیخۆڵە و مایەسیری و پێست بەسوودە
٣- یارمەتی نەهێشتنی هەوکردنی سنگ و کۆکە دەدات

30 ml

زەیتی میخەک

سوودەکانی:

١- ئازار شکێنە بە تایبەتی ئازاری ددان و پوک
٢- هەوکردنی ناودەم و پوک ناهێڵێت
٣- بەهێزکەری سێکسی پیاوانە و سوڕی خوێن چالاک دەکات
٤- بۆ هەوکردنی گەدە بەسودە
٥- بە مەساجکردن بۆ ئازاری جومگە و ڕۆماتیزمە و گرژبوونی ماسوولکە بەسوودە

60 ml

زەیتی بادەمی تاڵ

سوودەکانی:

١- بۆ لابردنی پەڵەی پێست کاریگەرە
٢- دژی چرچ و لۆچی پێستە
٣- بە خواردنی ڕێژەیەکی کەم بۆ تای ماڵتا و گرانەتا بەسوودە (بۆ ماوەی هەفتەیەک ڕۆژانە کەوچکە چایەک)

زەیتی کالیپتۆس

60 ml

سوودەکانی:

١- بۆری هەوا دەکاتەوە و تەنگەنەفەسی ناهێڵێت
٢- بەسوودە بۆ هەڵامەت و کۆکە
٣- بەسوودە بو هەوکردنی گیرفانەکانی لووت (التهاب الجیوب الانفیة)
٤- دژە بەکتریا و دژە ڤایرۆسە

60 ml

زەیتی بادەمی شیرین

سوودەکانی:

١- چەوری سوودبەخشی تێدایە کە پاڵپشتی دڵ دەکات
٢- قەبزی سووک ناهێڵێت
٣- قژ بەهێز دەکات و شکانی مووەکان کەم دەکاتەوە
٤- خوران و سووربوونەوە ناهێڵێت
٥- بۆ پێستی هەستیار و پێستی منداڵان گونجاوە

60 ml

زەیتی تۆوی کەرەوز

سوودەکانی:

١- میز پێکەرێکی سووک و سروشتییە
٢- دژە ئۆکسێنەرە و پارێزگاری لە خوێنبەرەکان دەکات و هەوکردن کەمدەکاتەوە
٣- ئازاری جومگەکان و ڕۆماتیزم کەم دەکاتەوە بە مەساجکردن
٤- ئارەزووی خواردن زیاد دەکات و هەرسکردن چالاک دەکات
٥- بۆ دەردەشا (داء الملوک) بەسوودە

60 ml

زەیتی تۆوی مەعدەنوس

سوودەکانی:

١- بۆ نەزۆکی ژنان و پیاوان بەسوودە
٢- بۆ لاوازی سێکسی ژنان و پیاوان کاریگەرە
٣- بەرد و ڕملی گورچیلە و بۆری میز ناهێڵێت

زەیتی زەردەچەوە

60 ml

سوودەکانی:

١- بۆ تەندروستی کۆئەندامی هەرس و جگەر بە سوودە
٢- دژە هەوکردنێکی باشە بۆ جومگەکان و ڕۆماتیزمە
٣- یارمەتی گەشەی قژ دەدات و هەڵوەرینی قژ کەمدەکاتەوە
٤- بۆ پێستی چەور و زیپکە و هەوکردنی پێست بەسوودە

60 ml

زەیتی گوڵەپوران (مەریەمی)

سوودەکانی:

١- ئازاری سوڕی مانگانە کەم دەکاتەوە
٢- هۆرمۆنی شیر (پرۆلاکتین) ڕێکدەخات (بۆ خانمانی دووگیان گونجاو نییە)
٣- لاوازکەرێکی گونجاوە بۆ خانمان

60 ml

زەیتی زیرە

سوودەکانی:

١- بۆ غازات و کوڵۆن و ئاوساوی ناوسک بەسوودە
٢- ئیشتیهاکەرەوەیە و هەرس چالاک دەکات
٣- ئازاری سوڕی مانگانە و گرژبوون کەم دەکاتەوە لە خانمان

60 ml

زەیتی نەعنا

سوودەکانی:

١- بۆ کوڵۆنی دەماری (القولون العصبي) بەسوودە
٢- غازات و ئاوساوی ناوسک ناهێڵێت
٣- ئازاری ناوسک و زراو و جومگەکان کەمدەکاتەوە

زەیتی هێڵ

60 ml

سوودەکانی:

١- بەهێزکەری گەدەیە و ئیشتیهاکەرەوەیە

٢- بۆ ڕێگری و باشبونی هێڵنج و ڕشانەوە بەسوودە

٣- بۆ نەخۆشیەکانی سنگ بەسوودە

زەیتی درەختی چا

60 ml

سوودەکانی:

١- بۆ زیبکەی دەم و چاو و برین و سوتاوی زۆر بەسوودە

٢- قژ بەهێز دەکات و کرێشی سەر کەمدەکاتەوە

٣- سنگ نەرم دەکاتەوە و بۆ کۆکە و بەڵغەم کاریگەرە

زەیتی گوڵەباخ

60 ml 30 ml

سوودەکانی:

١- پێست جوان و گەشاوە دەکات , نەرم و بریقەداری دەکات

٢- بۆ چرچ و لۆچی و پەڵە و زیبکە بەسوودە

٣- سپی کەرەوەی پێستە و پیری دوادەخات

٤- زەیتێکی هێورکەرەوەی بەهێزە بۆ فشار و دڵەڕاوکێ

٥- هەستکردن بە گرژبوونی سوری مانگانە کەم دەکاتەوە بە هێورکردنەوەی کۆئەندامی دەمار لە خانماندا

زەیتی مەستەکی

60 ml 30 ml

سوودەکانی:

١- بۆ برینی گەدە و دوانزەگرێ بە سوودە و خوێنبەربوون ڕادەگرێت

٢- میزە چورکێ ڕادەگرێت و کەمەر توند دەکاتەوە

٣- دەزگای هەرس و جگەر و سپڵ بەهێز و چالاك دەکات

٤- پووک بەهێز دەکات و هەوکردنی کەم دەکاتەوە

زەیتی یانسۆن

60 ml

سوودەکانی:

١- هێلکەدان بەهێزدەکات و هۆرمۆنی ژنانە چالاك دەکات

٢- شیری خانمان زیاد دەکات

٣- بۆ کۆکەو بەڵغەم زۆر بەسوودە

٤- غازاتی منداڵان ناهێڵێت و ئیشتیهاکەرەوەیە

زەیتی وەنەوشە

60 ml 30 ml

سوودەکانی:

١- دژە هەوکردنە و سووربوونەوەیە و خوران کەم دەکاتەوە

٢- بەسودە بۆ فشار و دڵەڕاوکێ

٣- بۆ فرێدانی بەڵغەم و هەوکردنی قورگ بەسوودە

زەیتی کولەکە ئاوی

60 ml

سوودەکانی:

١- بۆ هەوکردن و گەورەبوونی پرۆستات بەسوودە

٢- لەناوبەری جۆرەکانی کرمی ڕیخۆڵەیە

٣- چەوری زیانبەخش کەمدەکاتەوە

زەیتی ناوکی هەنار

60 ml

سوودەکانی:

١- مولولەکانی خوێن پتەو دەکات و بۆ شەقیقە و دەوالی و مایەسیری بەسوودە

٢- هەرسکردن ئاسان دەکات و هەوکردنی ڕیخۆڵە کەمدەکاتەوە

٣- پێست بە گەنجی و جوانی دەهێڵێتەوە

زەیتی ئەرگان

30 ml

سوودەکانی:

١- بۆ قژ بەهێزکردن کاریگەرە و درێژ و بریقەداری دەکات

٢- خانەی ماندووی پێست تازە دەکاتەوە

٣- بۆ زۆربەی نەخۆشیەکانی قژ و پێست بەسوودە

زەیتی ناوکی ترێ

60 ml

سوودەکانی:

١- دژە ئۆکسانە و جەستە بە گەنجی و دوور لە پیربون دەهێڵێتەوە

٢- بۆربییەکانی خوێن بەهێز دەکات و ڕێ دەگرێت لە دەرهاویشتەکانی نەخۆشی شەکرە وەکو برینی شەکرە

٣- فشاری خوێن دادەبەزێنێت و چەوریەکانی دڵ و جگەر کەمدەکاتەوە

30 ml

زەیتی
گلیسرینی ڕووەکی

سوودەکانی:

١- پێست نەرم و جوان دەکات

٢- بۆ قڵیشی دەست و پێ بەسودە

٣- بۆ زبری و وشکی پێست بەسوودە

٤- قژ بریقەدەر و جوان دەکات

60 ml

زەیتی
تۆوی جەرجیر

سوودەکانی:

١- بە هێزکەری سێکسیە بۆ پیاوان

٢- سوڕی وەستاوی خانمان چالاك دەکات

٣- ماندوێتی کەمدەکاتەوە

٤- قژ بە هێز دەکات

زەیتی ئەلۆڤێرا

60 ml

سوودەکانی:

١- بۆ هەوکردنی سورێنچك و گەڕانەوەی ترشەڵۆکی گەدە بەسوودە

٢- بۆ هەوکردنی برینی گەدە و دوانزەگرێ کاریگەرە , کاری کۆڵۆن ڕێکدەخات

٣- کاریگەری بیرۆ و کاژۆکی (صەدەفیە) کەمدەکاتەوە

٤- بۆ پێستی وشک و هەستیار بەسودە

زەیتی سنەوبەر

30 ml

سوودەکانی:

١- قژ بەهێز و خاودەکاتەوە

٢- پێست جوان دەکات و پاکی دەکاتەوە و ڕیگری لە چرچ و لۆچی دەکات

٣- ئیشتیهاکەرەوەیە و حەزی خواردن زیاد دەکات

٤- تەندروستی خوێنبەرەکان دەپارێزێت و هەوکردنیان کەمدەکاتەوە

زەیتی پرۆپۆڵس

60 ml

سوودەکانی:

١- دژە زیندەگیبەکی بەهێزە و بۆ زۆربەی نەخۆشیە ناوەکی و دەرەکییەکانی پەیوەندیدار بە بەکتریا , کەڕوو و ڤایرۆسەوە بەسوودە

٢- بەرگری لەش بەهێز دەکات و دژە هەوکردن و ئازارە

٣- بۆ حاڵەتەکانی هەوکردنی پێستی بریندار , کەڕوو , برین , کاژۆکی کاریگەرە

٤- خوران و سووربوونەوەی پێست کەمدەکاتەوە

زەیتی ناوکی قەزوان

30 ml

سوودەکانی:

١- بەسودە بۆ نەخۆشیەکانی گەدە و دوانزەگرێ

٢- بەسودە بۆ نەخۆشیەکانی سنگ بەتایبەتی هەوکردنی سییەکان

٣- ڕێگری دەکات لە قژ هەڵوەرین

٤- یارمەتیدەرە بۆ پاراستنی جگەر لە هەوکردن

زەیتی غار

60 ml

سوودەکانی:

١- پاڵپشتی هەرسکردن دەکات و ئاوساوی و غازات ناهێڵێت

٢- بۆ گەری و خورانی پێست , بۆ ڕۆماتیزمە و ئازاری ماسولکە و جومگە بەسوودە

٣- گەشەی بەکتریا و کەڕوو لەسەر پێست و ناو دەم کەم دەکاتەوە

زەیتی تۆوی گێزەر

30 ml

سوودەکانی:

١- بۆ نەزۆکی پیاوان و ژنان بەسودە

٢- چاو بەهێز دەکات

٣- بۆ نەخۆشیەکانی پێست بەتایبەتی بیرۆ بەسوودە

٤- تەندروستی جگەر دەپارێزێت و لە ژەهر پاکی دەکاتەوە

60 ml

زەیتی بیبەری سور

سوودەکانی:

١- بەسودە بۆ نەهێشتنی ئازاری ماسولکەکان و ڕۆماتیزم و کرژبوون

٢- سوڕی خوێن چالاک دەکات لە ماسولکە و جومگەکان بە مەساجکردن

٣- چورییە زیانبەخشەکان کەمدەکاتەوە

٤- ئارەزووی خواردن زیاد دەکات و هەرس خێرا دەکات

30 ml

زەیتی تۆوی توور

سوودەکانی:

١- وزەبەخشی سێکسیە و بۆ نەزۆکی هەردوو ڕەگەز بەسودە

٢- شیری خانمان زیاد دەکات و میزپێکەرە

٣- پێکهاتەی تێدایە کە ڕەنگە ڕژێنی تایرۆید (الغدة الدرقية) هان بدات و بە شێوەیەکی مامناوەند پشتگیری میتابۆلیزم بکات.

30 ml

زەیتی هەمیشە بەهار

١- بەسودە بۆ نەخۆشیەکانی هەوکردنی پێست
٢- بەسودە بۆ کاژۆکی و بیرۆ
٣- بەسودە بۆ هەستیاری و خوران

30 ml

زەیتی جوجوبا

١- پێستی سەر شێدار دەکات و کرێش کەم دەکاتەوە
٢- یارمەتیدەرە بۆ دووبارە دروستکردنەوەی پێست و دەیپارێزێت لە وشکبوونەوە و قڵیشان
٣- پێست لە گەشەکردنی هەندێک بەکتریا و کەرووی ڕووکار دەپارێزێت
٤- سەلامەتە بۆ هەموو جۆرە پێستێک

30 ml

زەیتی تۆوی مۆرینگا

١- بەرگری لەش بەهێز دەکات
٢- توانای بەرگەگرتنی لەش بۆ فشارەکان زیاد دەکات
٣- دابینکەری ڤیتامین و کانزا و ترشە ئەمینیەکان

30 ml

زەیتی تۆوی نیم

١- بەسودە بۆ ڕشک و ئەسپێ
٢- بۆ نەخۆشیەکانی وەک کەڕوی پێست و گەری بەسوودە
پێش سەرشوشتن دەدرێت لە سەر و دەدرێت لەپێستی سەر دوایی بە شامپۆ دەشۆردرێت
٣- زیپکەی پێست کەمدەکاتەوە

30 ml

زەیتی قستی هندی

١- بەسودە بۆ هەوکردنی گلاندی پەریزادە (الغدة الدرقية)
٢- یارمەتی ئارامکردنەوەی گەدە و قوڵۆن دەدات
٣- بەسودە بۆ نەخۆشیەکانی دەزگای هەناسە وەک کۆکە و هەوکردنی قورگ و سییەکان

30 ml

زەیتی مەلیسە

١- بۆ نەخۆشیە ڤایرۆسیەکانی پێست وەک تامێسک بەسودە
٢- دژی خەمۆکی و دەڵەراوکێیە
٣- بۆ قژی چەور و زیپکەی سەر بەسودە

30 ml

زەیتی تۆوی چیا

١- پێستی وشک شێدار دەکات و هەوکردن و سووربوونەوە کەم دەکاتەوە
٢- تاڵەکانی قژ بەهێز دەکات و بریقە زیاد دەکات
٣- قژ بەهێز دەکات
٤- دەوڵەمەندە بە ترشی چەوری ئۆمیگا 3، کە تەندروستی دڵ و خوێنبەرەکان دەپارێزێت

30 ml

زەیتی ڕێحانە

١- یارمەتیدەرە بۆ هێورکردنەوەی فشار و دڵەڕاوکێ و باشترکردنی باری دەروونی
٢- هەرسکردن هاندەدات و غازات و ئاوسانی ناوسک کەم دەکاتەوە
٣- بەسوودە بۆ نەخۆشی شەکرە جۆری دووەم

30 ml

زەیتی ئەڤۆکادۆ

١- ڤیتامینەکانی A و E لەخۆدەگرێت کە یارمەتیدەرن بۆ دووبارە دروستکردنەوەی خانەکانی پێست و دواخستنی نیشانەکانی پیربوون
٢- هەڵوەرینی قژ کەمدەکاتەوە کە بەهۆی وشکبوونەوە و لاوازی پێستی سەرەوە دروست دەبێت
٣- دەوڵەمەندە بە ترشە چەورییە ناتێرەکان (وەک ترشی ئۆلیک)، کە پاڵپشتی تەندروستی دڵ و خوێنبەرەکان دەکەن

30 ml

زەیتی توێکڵی لیمۆ

١- بۆ خاڵی ڕەشی دەموچاو بەسوودە
٢- هاندەرێکی سروشتییە کە وریایی و سەرنج و بیرەوەری بەرز دەکاتەوە
٣- ڕەنگی پێست گەشاوە دەکات و پەڵەی ڕەش کەم دەکاتەوە
٤- بەرگری لەش بەهێز دەکات بەهۆی ڕێژەیەکی زۆر لە (ڤیتامین C)

30 ml

زەیتی بۆنداری بنێشتە تاڵ

سوودەکانی:

١- یارمەتی نەهێشتنی برینی گەدە و دڵەکزی دەدات

٢- کۆئەندامی هەرس چالاک دەکات و گەدە ئارام دەکاتەوە

٣- پێست جوان دەکات و پەڵە ناهێڵێت

٤- تەندروستی دەم و ددان دەپارێزێت و بۆنی ناخۆشی ناودەم ناهێڵێت

30 ml

زەیتی بەلەک (مێکوک)

سوودەکانی:

١- پێست شێدار و نەرم دەکات

٢- خوران و سووربوونەوەی پێست کەم دەکاتەوە

٣- بەشدارە لە دواخستنی نیشانەکانی پیربوون

٤- بۆ شوێنی وشک وەک ئەژنۆ و پاژنەپێ بەسوودە

٥- بەسوودە بۆ هەوکردنی برینی گەدە و دوانزەگری

30 ml

زەیتی سیدر

سوودەکانی:

١- هەڵوەرینی قژ کەم دەکاتەوە و قژ بەهێز و بریقەدار دەکات

٢- کرێشی سەر ناهێڵێت و دژە کەڕووە

٣- پێست شێدار دەکات و هەوکردن و وشکی کەم دەکاتەوە

٤- شوێن سووتاوی بچوک ناهێڵێت

30 ml

زەیتی تۆوی دار مەڵهەم

سوودەکانی:

١- تەندروستی قۆڵۆن دەپارێزێت

٢- تێکچوون و ئازاری گەدە کەم دەکاتەوە

٣- بەسوودە بۆ برینی گەدە

٤- کونیلەکانی پێست دەکاتەوە و پێست یەک ڕەنگ دەکات

٥- زۆر گونجاوە بۆ پێستی وشک و زبر و هەوکردن و پەڵەی پێست

30 ml

زەیتی کافور

سوودەکانی:

١- گرژبوونی ماسولکەکان کەمدەکاتەوە

٢- بەسوودە بۆ ڕۆماتیزم و ئازاری جومگەکان

٣- ئازارشکێنێکی سروشتییە

٤- بەسوودە بۆ لووت گیران و هەوکردنی گیرفانەکانی لووت (التهاب الجیوب الانفیة)

30 ml

زەیتی بۆنداری ئۆریگانۆ

سوودەکانی:

١- کۆئەندامی هەناسەدان چالاک دەکات و سنگ پاک دەکاتەوە

٢- سیستەمی بەرگری لەش بەرز دەکاتەوە بەرامبەر هەڵامەت و نەخۆشییەکان

٣- بەشدارە لە کەمکردنەوەی غازات و ئاوسانی سک

٤- دژە میکرۆبێکی زۆر بەهێزە

ئێمە کێین ؟

ستافێکی زانستی و ئەکادیمین لە بەرواری ٢٠١٨/٨/٥ مۆڵەتی یەکەمین کارگەمان وەرگرت بۆ بەرهەمهێنانی چەندین جۆری سرکەی سروشتی و ئاوتکی گیایی ، دوای نزیکەی ساڵێک بەشی زەیتە ڕووەکییەکانمان کردەوە لەناو کارگەدا ، ئێستا لە کارگەی بەهار بە (٣) هێڵی جیاواز بەرهەمەکان ئامادە دەکەین و دەیخەینە بازاڕەکانی هەرێمی کوردستان و عێراقەوە کە ژمارەیان زیاترە لە (١٢٥) بەرهەم

ئامانجمان چییە ؟

١- کرینەوەی بەروبومی جوتیار و خاوەن باخ و کێڵگەکانی خۆمان لە سێو و ترێ و گوڵ و گژوگیاکانی وەکو نەعنا و جاترە و ... هتد، هەروەها تۆوەکانی وەکو ڕەشکە و کونجی و کەتان و ... هتد

٢- بەرهەمهێنانی چەندین جۆر سرکەی سروشتی ، ئاوتکی گیایی و زەیتی ڕووەکی بە ڕێگەی سروشتی و بێ زیادکردنی هیچ ماددەیەکی کیمیاوی و پارێزەر.

٣- گرینگی دان بە پیشەسازی کشتوکاڵی و برەودان بە بەرهەمی خۆماڵی و بەگەڕخستنی دەستی کاری ناوخۆ لە دەرچوانی کۆلێژو پەیمانگا کشتوکاڵیەکان بە تایبەتی لە بەشەکانی خۆراك و ڕووەك

سوپاس بۆ بەکارهێنانی بەرهەمەکانمان، متمانەی ئێوە جێی شانازی ئێمەیە

تکایە بۆ هەرتێبینی و ڕەخنە و پێشنیارێک، بێ دوودڵی پەیوەندیمان پێوە بکەن

هێڵی بەرهەمهێنانی
دۆشاوە سروشتیەکانی کارگەی بەهار

ڕووبەهەناری سروشتی بە قەبارەی 350 و 700 گرام

پێکهاتە : ڕووبەهەناری سروشتی بەدەستهاتوو بە کوڵاندنی شەربەتی هەنار بێ زیادکردنی هیچ مادەییەکی کیمیایی و شەکر و خوێ, بەڵام سرکەی هەناری سروشتی بە ڕێگەی ترشاندنی هەناری خۆماڵی بەرهەم دێت

کارگەی بەهار بۆ بەرهەمهێنانی جۆرەکانی

سرکەی سروشتی ، ئاوتکی گیایی و زەیتی ڕووەکی

ژمارەی مۆڵەتی تەندروستی : (1051 أ ك ن)

ناونیشانی کارگە : عێراق – هەرێمی کوردستان – سلێمانی

پڕۆژەی ویستکار کۆگای ژمارە (B48)

ناونیشانی (بەهار) لە تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان

(کارگەی بەهار - BAHAR FACTORY)

بەڕێوبەر: +964 771 920 7373

info@baharfactory.com

بەهار هەڵبژێرە بۆ ژیانێکی تەندروست