



Devenir membre

*Service gratuit

[Recettes](#) [Soins](#) [Remèdes naturels](#) [Bonnes habitudes](#) [Beauté](#)

[Bonnes habitudes](#) [Remèdes naturels](#)

Les bienfaits de boire du jus d'orange



Le jus d'orange possède de grands bienfaits. En effet, les composants de ce jus sont beaucoup plus concentrés, et c'est d'ailleurs ce qui le rend bien plus thérapeutique que l'orange même !

Acide urique – Que faire?

Notre traitement 100% naturel lutte efficacement contre la goutte.



Les propriétés du jus d'orange

Pour l'appareil digestif

Il est prouvé que le jus d'orange a de nombreuses propriétés pour l'**estomac**. En effet, il a la capacité de réguler ses fonctions en évitant certaines complications dans son fonctionnement. On parle par exemple :

- **Des gastrites et des ulcères gastro-duodénaux** : Le jus d'orange est très efficace pour soulager l'excès d'acide **gastrique**, il aide aussi à guérir les **ulcères**. Ce jus doit être consommé entre les repas : il doit être bu sans manger aucun aliment à côté. En effet, c'est comme ça qu'il sera bien plus efficace !
- **Du foie** : Si le jus d'orange est la seule chose que l'on consomme entre les repas, il sera très utile pour le **foie**. En effet, il a la capacité d'éviter une mauvaise digestion, des **ballonnements** et une fermentation des aliments.
- **D'une insuffisance biliaire** : Ce jus vous aidera à produire plus de bile, et c'est d'ailleurs pour cette raison qu'on le considère comme très utile pour les personnes souffrant d'insuffisance **biliaire**.
- **De la diarrhée et de la constipation** : C'est bien connu, lorsque des épisodes de diarrhée ou de **constipation** se produisent, les intestins souffrent beaucoup. C'est pour cela que nous recommandons la consommation de ce jus. En effet, il a la capacité de réguler et de stabiliser les fonctions de cet organe !
- **De l'indigestion**: De même, le jus d'orange peut améliorer grandement les problèmes causés par une mauvaise digestion. En effet, il a la capacité d'éliminer tous les résidus qui produisent un mal-être **intestinal**.

Le système urinaire

Le jus d'orange a de grandes propriétés d'alcalinisation. Il est donc très important pour purifier le sang puisqu'il dissout les acides. Il empêche donc ces derniers de s'installer dans les reins : **on évite ainsi les calculs rénaux**.

Le métabolisme

L'acide urique est principalement responsable de la formation de cailloux dans les reins. Il est en plus alcalinisant, **ce qui signifie qu'il a un grand effet sur le métabolisme**.

La consommation de jus d'orange peut aussi aider de nombreux patients souffrant des maladies suivantes :

La goutte ou l'arthrite

L'acide urique se dépose dans les articulations des gens qui ont la **goutte** ou de l'**arthrite**. C'est ce qui peut engendrer une douleur très forte. Le jus d'orange alcalinise, il nous aide donc à faire baisser les taux de cet acide. L'état de santé des patients s'améliorent alors.

Le diabète

On recommande également le jus d'orange aux patients qui souffrent de **diabète**. En effet, ce fruit contient peu de sucre, En plus, les oranges ont des propriétés diurétiques : **elles peuvent donc réguler**

les taux de sucres dans le sang. Grâce à son haut contenu en **vitamine C**, le jus d'orange protège les malades de diabète de **type II** des effets de cette maladie sur l'organisme. On parle par exemple des infections, de la mauvaise **circulation**, d'une mauvaise vision, etc.

Le jus d'orange contre la grippe



Le jus d'orange a une grande quantité de vitamine C. Il est donc très efficace pour se remettre rapidement de certaines maladies telles que la **grippe**. En effet, on ne peut pas l'éviter, mais on peut par contre accélérer sa guérison en évitant au maximum ses symptômes. Le jus d'orange peut aussi être d'une grande aide pour ceux qui souffrent de maladies respiratoires. Il aide aussi ceux qui ont des **allergies** et réduit les quintes de **toux**.

Le jus d'orange contre le vieillissement

La vitamine C de l'orange a également de grandes propriétés antioxydantes : on peut donc dire que ce jus est très efficace contre les effets nocifs des radicaux libres dans l'organisme. N'oublions pas que ces derniers provoquent le **vieillissement** physique. **Boire beaucoup de jus d'orange** peut donc prévenir, ou du moins retarder, les maladies qui affectent notre organisme au fil des années. Parmi elles, on peut citer, par exemple :

- **L'athérosclérose :** Le jus d'orange est très important pour améliorer la **circulation** du sang. Ses grandes propriétés antioxydantes et antiplaquettaires ont la capacité d'améliorer la circulation. Elles empêchent ainsi la formation de caillots dans les artères, tout en évitant et prévenant l'athérosclérose.
- **L'hypertension :** Lorsqu'on a une bonne circulation dans le sang, la pression artérielle est très probablement adéquate. Donc, grâce au jus d'orange, nous n'avons pas de problème d'**hypertension**.
- **La surdité :** C'est prouvé ! La vitamine C est un excellent outil pour prévenir la **surdité**.
- **La perte de vision :** Un apport adéquat de vitamine C est d'une grande aide, car cela permet de prévenir la perte de la **vision** et les maladies associées, telles que la cataracte.
- **Le cancer :** De nombreuses recherches ont été faites sur cette

vitamine. Elles ont prouvé que cette dernière est un puissant antioxydant. La vitamine C a ainsi la capacité de réduire l'apparition du **cancer**. D'ailleurs, il a été démontré que lorsque l'on consomme énormément de jus d'orange, **le risque de cancer est bien plus faible !**

Acide urique – Que faire?

Notre traitement 100% naturel lutte efficacement contre la goutte.



Tweet 7

J'aime 5,6k

g+ Share 6

Nous vous recommandons



Partner
Points noirs : 2 astuces de grand-mère (Grands-meres.net)



Partner
Recettes gastronomiques : 5 plats signés par un chef étoilé à tester (Marie France)



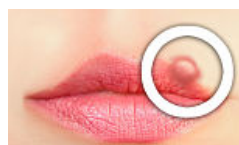
Boire de l'eau tiède citronnée chaque matin : 10 avantages



7 aliments pour éliminer la graisse abdominale



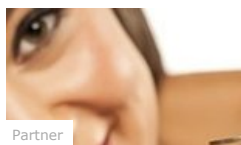
Partner
Ces destinations ensoleillées qui ne coûtent pas si cher.. (Conseils Eco)



Comment prévenir les boutons de fièvre



Le traitement naturel des pores dilatés



Partner
Comment profiter des aides pour faire des économies d'énergie ? (Quelle Energie)



Les 8 symptômes d'un problème de foie

recomendado por

ARTICLE PRÉCÉDENT

Des remèdes maison pour éliminer les cernes

ARTICLE SUIVANT

Comment prévenir les boutons de fièvre

u