

Prolite – Ternyata bahan-bahan herbal ini bagus digunakan untuk mengatasi permasalahan kewanitaan, karena banyak manfaat yang terkandung di dalamnya.

Bagi kaum perempuan terutama remaja jaman sekarang, kesehatan organ kewanitaan menjadi salah satu hal yang harus diperhatikan dan tak boleh dianggap sepele. Hal tersebut sebaiknya dapat kita cegah dengan berbagai cara yang sudah dipastikan keamanannya. Salah satu cara yaitu dengan meracik ramuan detox Rahim.

Jika kamu masih bingung bahan apa saja yang sebaiknya kamu gunakan, berikut 6 manfaat bahan herbal yang kandungannya baik untuk organ kewanitaan :

Baca Juga: [Analytical Thinking vs Critical Thinking: Jangan Sampai Ketukar, Ini Bedanya!](#)

1. Kapulaga



halodoc.com

Kapulaga memiliki manfaat meringankan gejala halitosis dengan kandungan limonene, borneol, eucalyptol, terpinene, dan camphor di dalamnya. Selain itu, kapulaga mampu membantu mengontrol tekanan darah tinggi serta memiliki komponen antikanker dan mampu melindungi tubuh dari penyakit kronis.

2. Jahe



Dok. Shutterstock/ pilipphoto

Jahe memiliki kandungan yang baik bagi tubuh, seperti protein, lemak, vitamin C, kalsium, zat besi hingga kalsium. Jahe juga mengandung zat antioksidan yang bisa mengurangi kadar enzim pemicu peradangan. Oleh karena itu, jahe bisa membantu meredakan kondisi peradangan pada tubuh yang disertai rasa nyeri saat timbul kram menstruasi.

3. Ketumbar



halodoc.com

Kandungan stimulan alami dalam ketumbar berfungsi untuk mengeluarkan dan mempertahankan keseimbangan hormon yang tepat. Dengan mengonsumsi 6 biji ketumbar yang direbus dalam setengah liter air dan ditambah dengan satu sendok teh gula ini juga dapat mengatasi gangguan menstruasi yang tidak teratur.

Baca Juga: Bukan Sekadar Tarian, Ini Alasan Tari Topeng Cirebon Mampu Memukau Dunia Selama Berabad-abad!

4. Cengkeh



hellosehat.com

Cengkeh adalah salah satu rempah-rempah serbaguna yang memiliki sensasi manis dan aroma harum yang sangat khas. Kandungan cengkeh yang bisa menjadi bahan detox rahim memiliki manfaat dalam menurunkan kadar gula darah dan meningkatkan fungsi organ hati. Selain itu juga dapat membantu sebagai anti stress dan meredakan nyeri sendi.

5. Kayu manis



idea.grid.id

Kayu manis mengandung cinnzelanol, benzoate, benzyl, dan felandren. Kandungan tersebut berfungsi untuk meningkatkan kesuburan pada wanita karena, menangani fibroid rahim, PCOS (Sindrom Ovarium Polikistik), meningkatkan penurunan berat badan dan membantu mengatur aliran menstruasi yang normal.

6. Madu



Dok.Shutterstock

Kandungan dari nutrisi dalam madu sangat lengkap dan hampir sempurna, seperti kalium, seng, magnesium, natrium, dan 24 jenis nutrisi lainnya. Oleh karenanya, madu berfungsi sebagai bahan herbal untuk detox rahim karena dapat mengatasi masalah PMS (premenstrual syndrome).

Sebenarnya, masih banyak lagi bahan herbal beserta ribuan manfaat yang terkandung di dalamnya, yang dapat digunakan untuk meracik ramuan detox Rahim ini.

Namun berdasarkan paparan di atas, bahan-bahan tersebut ialah bahan herbal yang dinilai baik digunakan untuk mengatasi masalah kewanitaan secara umum.

Kaya Akan Manfaat, 6 Bahan Herbal Ini Baik Digunakan Untuk Detox Rahim

Kamu juga bisa menggunakan bahan-bahan yang lain sesuai dengan apa yang tubuhmu butuhkan. Jangan lupa juga untuk mengecek terlebih dahulu manfaat yang terkandung pada bahan tersebut.

Namun, jika ramuan detox Rahim ini tidak bekerja sebagaimana fungsinya, sangat disarankan untuk segera konsultasi kepada dokter spesialis yang lebih ahli mengenai kondisi atau permasalahan kesehatan yang sedang kamu alami. Agar dapat segera diberi penanganan khusus dan tidak menimbulkan permasalahan yang berarti di masa yang akan datang.



Baca Selanjutnya
[Donor Darah Komunitas Le93nd](#)