Prolite – Kamu lagi ngalamin masalah pencernaan? Mau diet tapi gagal terus? Tenang, gak usah galau lagi! Teh daun jati cina bisa bantu kamu buat ngatasin masalah ini!

Ada yang tau sama daun teh satu ini? Yap mungkin teh daun jati cina masih terdengar asing bagi sebagian orang. Namun, belakangan tanaman ini mulai dikenal oleh masyarakat karena manfaatnya yang luar biasa sebagai obat herbal.

Jati cina, atau juga dikenal sebagai *Senna Alexandrina*, merupakan tanaman yang dapat dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional. Bahkan di Daerah Istimewa Yogyakarta, nenek moyang dan putri-putri keratonnya terbiasa mengkonsumsi teh ini untuk menjaga kelangsingan tubuh. Gak heran kan kalau mereka bisa cantik dan langsing, ternyata teh ini rahasianya!

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

Tanaman jati cina dapat dengan mudah ditemui di kebun atau bahkan di lahan terbuka. Meskipun rasanya cukup pahit, teh daun jati cina memiliki berbagai khasiat yang bermanfaat bagi tubuh kita.

Jadi, Apa aja sih Khasiat Teh Daun Jati Cina ?

cekpremi

1. Atasi Sembelit dan Masalah Pencernaan

Salah satu manfaat utama dari teh daun jati cina adalah sebagai obat sembelit. Tanaman ini telah digunakan sejak abad ke-9 untuk mengatasi masalah sembelit. Senyawa aktif dalam daun jati cina memiliki efek pencahar yang dapat merangsang gerakan usus, membantu melancarkan buang air besar. Teh daun jati cina sangat efektif dalam mengatasi sembelit ringan hingga sedang.

Baca Selanjutnya
Setelah Sholat Jumat, Baca 5 Zikir Terbaik