

# RAGAM KHASIAT DAUN KELOR BAGI KESEHATAN

Di balik bentuk daunnya yang kecil-kecil, daun kelor ternyata memiliki banyak manfaat bagi tubuh manusia. Maka tak heran kalau pohon yang memiliki nama lain *Moringa Oleifera* ini dijuluki sebagai “Pohon Ajaib”

## MANFAAT DAUN KELOR

### KAYA ANTIOKSIDAN

Antioksidan berfungsi untuk melindungi tubuh dari radikal bebas. Kadar radikal bebas yang terlalu tinggi, dapat meningkatkan risiko terhadap berbagai penyakit seperti diabetes melitus tipe 2.

### MENGATASI PERADANGAN

Daun kelor mengandung isotiosianat, yang merupakan zat antiperadangan. Sehingga, tumbuhan ini dipercaya dapat membantu meredakan peradangan yang terjadi di tubuh.

### MELINDUNGI DARI KERACUNAN ARSEN

Pada penelitian yang dilakukan, daun kelor disebut dapat melindungi tubuh dari racun arsenik, yang tidak jarang bisa masuk ke tubuh melalui kontaminasi makanan dan air.

### MEREDAKAN INFEKSI

Ekstrak daun kelor, juga dipercaya dapat membantu meredakan infeksi yang terjadi akibat bakteri. Pasalnya, tanaman ini mengandung bahan yang bersifat antimikrobia.

## TAHUKAH ANDA?

DALAM 100GR DAUN KELOR KERING MENGANDUNG:

Vitamin A

**10X** Lebih banyak dibandingkan wortel

Vitamin C

**12X** Lebih banyak dibandingkan jeruk

Kalsium

**17X** Lebih banyak dibandingkan susu



Dikutip dari berbagai sumber



Mandiri Inhealth



Mandiri\_Inhealth\_

Mandiri Inhealth terdaftar dan diawasi oleh Otoritas Jasa Keuangan