
١٩- أظعمة تفيد في نقص المناعة المكتسبة (الأيدز) Aids

الزيتون Olive :

- يساعد ورق الزيتون على تخفيف عوارض المرضى المصابين بمرض نقص المناعة المكتسبة.
- ورق الزيتون يقوي جهاز المناعة ويعطي الجسم المؤونة والذخائر لمكافحة الالتهابات.
- ورق الزيتون يحتوي على مركبات Deuropeinacid وهي تقتل الميكروبات وأجناسا من الفيروسات والفطريات.
- يستخدم في معالجة الالتهابات الصعبة التي تحدثها الفيروسات.

العنب Grape :

- تلعب بذور العنب باحتوائها مواد بروانثو سينيديين دورا مهما في مكافحة الأمراض عن طريق تنشيط جهاز المناعة المقاوم للبكتيريا والفيروسات والفطريات، كما تكافح الحساسية بأنواعها وتعمل كمواد مضادة للالتهابات
- Anti- inflammatory

فطر شيتاكا Shitake

- أبدى هذا الفطر نشاطا مضادا لمجموعة الفيروسات من ضمنهم فيروس الإيدز (HIV).