

ULAM ULAMAN KAYA DENGAN KHASIAT

SERAI KAYU ATAU DAUN SALAM

© Sekumpulan penyelidik dari Universiti Sains Malaysia (USM) Kampus Kubang Kerian, Kelantan berjaya membuktikan pengambilan daun serai kayu atau salam ini mampu **menurunkan kadar darah tinggi**.
© Kajian saintifik yang dijalankan terhadap dua spesies tikus, Wistar

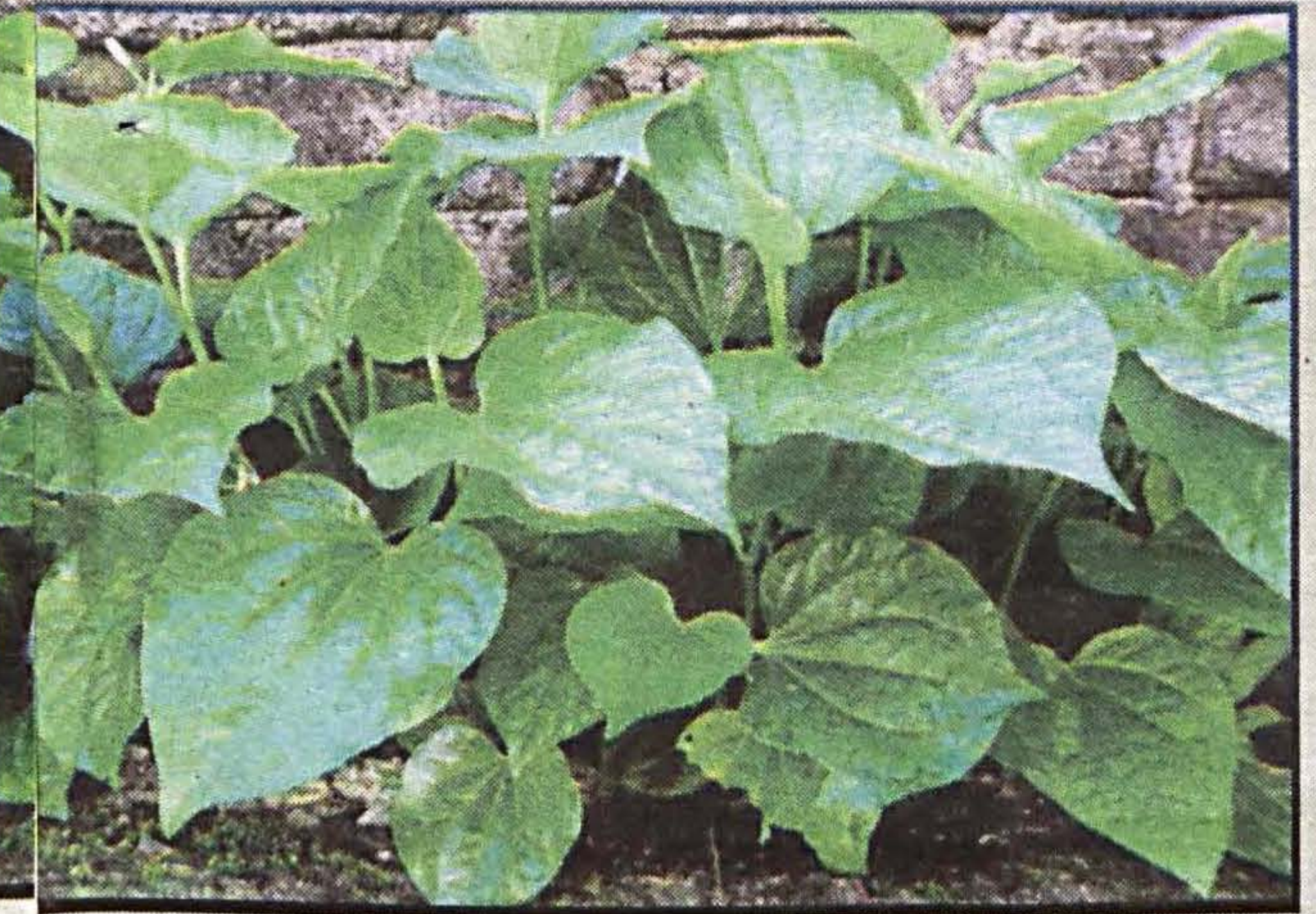
Kyoto (WKY) dan Spontaneously Hypertensive (SHR) mendapati ekstrak daun serai kayu mampu menurunkan tahap tekanan darah haiwan itu.
© Kajian itu juga mendapati daun serai kayu **mengandungi asid galik (gallic), asid oleik, asid linoleik dan seselin**, yang berfungsi menurunkan tekanan darah.



DAUN KADUK

© Bahagian Perubatan Berasaskan Tumbuhan Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia (FRIM) mengenal pasti daun kaduk yang sering dijadikan **ulam-ulam masyarakat Melayu dan Siam, kaya dengan antioksidan yang mampu melambatkan proses penuaan**.

© Ia termasuk 30 ulaman di negara ini yang dikenal pasti **mengandungi kadar antioksidan yang tinggi** seperti bunga kantan, daun pandan, daun kunyit, daun kari, halia dan lengkuas.



LEMPOYANG

© Sekumpulan penyelidik Universiti Putra Malaysia (UPM) berjaya menghasilkan bahan semula jadi khusus bagi **merawat dan kanser serviks pada peringkat awal** lagi menggunakan herba tempatan yang dikenali sebagai daun lempoyang.

© Herba ini berkeupayaan seperti ubat antikanser komersial yang sering digunakan bagi merawat pesakit, tetapi pada masa sama, **tidak membunuh sel-sel normal atau sihat yang lain**.

