

اگر به دنبال دارویی برای جلوگیری از ریزش مو و شفاف شدن پوست تان هستید، حتما این صفحه را تا آخر بخوانید.

آلوئه‌ورا را چقدر می‌شناسید؟

گیاه آلوئه‌ورا به حدی خواص متعدد دارد که می‌توان گفت معجزه می‌کند. آلوئه‌ورا سابقه‌ای بسیار طولانی و درخشان دارد. اولین گزارش مکتوب که در آن به آلوئه‌ورا اشاره شده، متعلق به چهار هزار سال پیش از میلاد مسیح است که در غار نوشته‌ها و کنده‌کاری‌های روی ظروف در معابد باستانی مصر کشف شده است.

در داستان‌های به‌جای مانده از مصر باستان آمده است که آلوئه، گیاهی چنان گرامی بوده که افراد برای حضور در مراسم پس از مرگ یک فرعون باید تحفه‌هایی از برگ‌های آلوئه‌ورا تقدیم

می‌کردند.

این گیاه با ظاهری شبیه به کاکتوس، گیاهی دائمی، گوشتی و آبدار است که حداکثر حدود دو متر ارتفاع داشته و برگ‌های آن پهن و تیغ‌دار است.

اگر تیغ‌هایی را که در لبه برگ‌ها قرار دارند جدا کنیم از جای خالی آنها ژلی ترشح می‌شود که تمام خواص گیاه در آن نهفته است.

از آلوئه‌ورا که امروز در تمام دنیا کاشته می‌شود، برای درمان گسترده وسیعی از بیماری‌ها از انواع میگرن گرفته تا سوءهاضمه، درمان جوش، سوختگی و مخصوصا بیماری‌های پوست و مو استفاده می‌شود.

کلبه سلامت

ترجمه: نعیمه جلالی‌نژاد

یک نکته شگفت انگیز

در کمال شگفتی ۹۶ درصد ساختمان ژل آلوئه‌ورا از آب تشکیل شده و ۴ درصد باقیمانده حاوی مواد فراوانی است که ۷۵ نوع ماده در آن شناخته شده است. ترکیباتی که در ژل آلوئه یافت شده‌اند از «پلیساکاریدها» هستند که قادر به کاهش و ترمیم التهاب هستند. این ترکیبات همچنین دارای ویژگی آنتی باکتریال و ضد میکروب هستند.

آنتی اکسیدان‌هایی در قالب ویتامین‌های آ، ب، ث، ای، آمینواسیدها، رویواسیدهای چرب ضروری نیز در این ترکیب یافت می‌شوند. کلسیم و آلوئین نیز در آلوئه‌ورا موجود هستند.

معجزه آلوئه‌ورا

خواص دیگر آلوئه‌ورا

- (۱) تقویت کننده بدن است.
- (۲) پیوست را برطرف کرده و روده‌ها را تمیز می‌کند.
- (۳) برای معالجه آسم مفید است.
- (۴) سوء هاضمه را برطرف می‌کند.
- (۵) در معالجه صرع مفید است.
- (۶) برای کاهش درد کمر بسیار مفید است.
- (۷) خون را تصفیه می‌کند.
- (۸) برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات، شیر را با شیره آلوئه‌ورا مخلوط کرده و روی پوست می‌مالند.
- (۹) اگرما را درمان می‌کند.
- (۱۰) برای معالجه اسهال خونی مفید است.
- (۱۱) برای رفع ریزش مو کاربرد دارد.
- (۱۲) گرفتگی کبدی را برطرف می‌کند.
- (۱۳) برای التیام زخم‌ها مفید است.
- (۱۴) بهترین کرم مرطوب کننده است. برگ‌های آن را بشکند و ژله داخل آن را به پوست بمالید.
- (۱۵) مبتلایان به بیماری قند می‌توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند.

خواص آلوئه‌ورا

از بارزترین خواص آلوئه‌ورا جلوگیری از ضایعات پوستی و ترمیم آن‌ها است. کسانی که می‌خواهند پوستی صاف و درخشان داشته باشند، باید روزانه از این گیاه معجزه‌گر استفاده کنند.

مصرف خوراکی آلوئه‌ورا نیز به گوارش غذا کمک می‌کند. همچنین این گیاه سلامتی قلب و عملکرد کبد را بهبود بخشیده و قند و کلسترول خون را کنترل کرده و تولید انرژی را افزایش می‌دهد. از دیگر خواص این گیاه می‌توان به کاهش درد مفاصل، پاک کردن شش‌ها، تقویت سیستم ایمنی بدن و التیام زخم‌ها و جراحات اشاره کرد.