

## این افراد از مصرف آویشن خودداری کنند

یک پژوهشگر طب سنتی با اشاره به خواص گیاه آویشن گفت: مادران باردار و مبتلایان به کم کاری و پرکاری تیروئید از مصرف آویشن پرهیز کنند.



همشهری آنلاین: یک پژوهشگر طب سنتی با اشاره به خواص گیاه آویشن گفت: مادران باردار و مبتلایان به کم کاری و پرکاری تیروئید از مصرف آویشن پرهیز کنند.

اصغر عباسی پژوهشگر طب سنتی در گفت و گو با باشگاه خبرنگاران جوان؛ با بیان اینکه آویشن درختچه‌ای کوتاه و پر از شاخه‌های علفی و جزء خانواده گیاه نعناع است، گفت: این گیاه برای بهبود و درمان بیماری‌ها استفاده می‌شود و یک آنتی اکسیدان قوی برای حفظ چربی‌های بدن در برابر آسیب رادیکال‌های آزاد است.

وی با بیان اینکه گیاه آویشن برای سلامتی مفید است، اظهار داشت: از گیاه و دمنوش آویشن در مصارف زینتی، آشپزی، مواد شوینده و مواد دارویی استفاده می‌شود.

عباسی مصرف آویشن بر افزایش قد و طول عمر انسان تاثیر گذار دانست و تصریح کرد: روغن گیاه آویشن دارای خواصی مانند افزایش قدرت ذهنی، بهبود سلول‌های بدن، تسریع جریان خون و جوانسازی پوست است.

این پژوهشگر طب سنتی با اشاره به تاثیر گیاه آویشن در درمان آکنه تاکید کرد: مصرف گیاه آویشن باعث کاهش موخوره، فشار خون، سرطان روده بزرگ، پوسیدگی دندان و ریزش مو می‌شود.

به گفته وی، روغن گیاه آویشن در تولید محصولاتی مانند صابون، شامپو، خمیر دندان و عطر کاربرد دارد.

این پژوهشگر طب سنتی با اعلام اینکه مبتلایان به کم و پرکاری تیروئید از مصرف آویشن خودداری کنند، اظهار داشت: مصرف زیاد گیاه و یا دمنوش آویشن در دوران بارداری احتمال سقط جنین را افزایش می‌دهد

عباسی با بیان اینکه این گیاه دارای خاصیت ضد باکتری است، تصریح کرد: ویتامین K موجود در آویشن باعث افزایش کلسیم، آهن بدن و بهبود یوکی استخوان می‌شود.

وی درباره دمنوش آویشن گفت: مصرف این دمنوش در فصل زمستان باعث بهبود سیاه سرفه، برونشیت، خلط گلو، تنفس و هضم غذا می‌شود.

وی با بیان اینکه تیمول، یکی از مواد شیمیایی موجود در آویشن است، تصریح کرد: وجود مواد شیمیایی مانند کلرگزیدین و تیمول در گیاه آویشن در زمان مصرف از پوسیدگی دندان جلوگیری می‌کند.

عباسی در خصوص بیماران کلیوی و افراد دارای تنگی نفس اظهار داشت: این افراد برای بهبود و کاهش بیماری، 10 گرم گیاه آویشن را با یک قاشق مربا خوری عسل مخلوط کرده و دم کنند.

این پژوهشگر طب سنتی با بیان اینکه مصرف آویشن برای بعضی افراد مضر است، افزود: ماده شیمیایی تیمول ممکن است باعث کاهش ضربان قلب، افت دمای بدن، بروز حالت تهوع، استفراغ، سرگیجه، سردرد و تاخیر در روند انعقاد خون شود.