

گیاهان دارویی مفید برای پوست

دکتر محمد حسین صالحی سورمقی، گیاهان دارویی مفید برای پوست را به شرح زیر نام می برد:



دکتر محمد حسین صالحی سورمقی، گیاهان دارویی مفید برای پوست را به شرح زیر نام می برد:

آواکادو ، آویشن ، اسیدهای گیاهی ، انگور ، بابونه ، بادام ، بادام زمینی ، پنیرک ، توت فرنگی ، جو دو سر، حنا ، خارمریم ، ختمی ، زیتون ، شنبلیله ، شیرین بیان ، شاهتره ، صبرزرد ، عسل ، گزنه ، ماست ، همیشه بهار و هویج.

در متن پایین تعدادی از گیاهان دارویی مفید برای بهبود و رفع برخی عوارض پوستی را بیان می کنیم که تعدادی با هم و تعدادی به تنهایی استفاده می شوند.

این نکته ی خیلی مهم را باید متذکر شویم که بیان موارد استفاده ی این گیاهان دارویی، تنها بر اساس وظیفه اطلاع رسانی سایت می باشد و به هیچ عنوان به معنای تجویز یا تکذیب مورد درمانی ذکر شده نمی باشد.

1- خارش پوست

الف) عصاره گیاه شاهتره، اسانس برگ گیاه برگ بو، روغن اسطوخودوس و اسانس نعناع، هر کدام به تنهایی برای رفع خارش پوستی مفیدند که می توانید آن ها را به قسمت خارش دار بمالید.

ب) 4 تا 6 گرم مغز بادام شیرین و 4 تا 6 گرم مغز بادام تلخ را با 60 گرم قند بسایید و حاصل را با دو لیوان آب مخلوط کنید. در نتیجه نوعی شیر بادام به صورت امولسیون به دست می آید که باید آن را در مدت 24 ساعت به موضع خارش دار بمالید.

ج) یک قسمت گل حلوا را با یک قسمت ریشه انجبار و یک قسمت درمنه به مدت پنج دقیقه بجوشانید (منظور از قسمت، نسبت مواد به هم می باشد). سپس جوشانده را صاف کنید. حاصل صافی را پس از سرد شدن روزی دو تا سه بار به محل خارش دار بمالید.

د) برگ سنا، پوست هلیله زرد، مدرسنگ و سفیداب قلعی (از هر کدام یک قسمت) را بکوبید و با 20 قطره روغن گل سرخ و 20 قطره روغن بنفشه مخلوط کنید. سپس مخلوط حاصل را روی محل مورد نظر قرار دهید.

2- دمل و زخم

کتیرا، تخم مرو، تخم کتان، گل بابونه و گل ختمی (از هر کدام یک قسمت) را بکوبید و با دو لیتر شیر مخلوط کنید و روی حرارت قرار دهید تا بپزد. ماده ی حاصل را چند نوبت به موضع مورد نظر بمالید.

3- آگزما و جوش های صورت

2 تا 4 گرم گیاه گلدار بنفشه سه رنگ را بکوبید. سپس در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و روزی سه بار، هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : در مصرف خارجی از دم کرده آن می توان جهت پاک کردن زخم های عفونی و ناراحتی های پوستی نیز استفاده کرد.

4- شکاف پاشنه پا و ناراحتی های پوستی

2 تا 4 گرم اسانس و گل بابونه اصلی را بکوبید. سپس در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و به محل ناراحتی پوستی بمالید.

5- آگزا و زخم هاي پوستي

الف) 2 تا 4 گرم پوست بلوط را بکوبید. سپس در يك لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و موضع مورد نظر را با آن شستشو دهید.

ب) گیاه تازه علف چشمه را له کرده و به صورت ضماد بر روی موضع قرار دهید.

6- قارچ هاي پوستي

الف) مقداري تخم شنبلیله را بکوبید و با آب مخلوط کنید تا به شکل خمیر درآید. سپس آن را روی محل مورد نظر قرار دهید.

ب) 10 تا 20 گرم حنا را در دو لیوان آب جوش حل کنید و مدت نیم ساعت صبر کنید. سپس آن را بدون صاف کردن به موضع قارچی بمالید و مدت نیم ساعت روی پوست باقی بگذارید. در انتها موضع را با آب گرم شستشو دهید.

7- جوش و ورم پوست

100 گرم ریشه زنجبیل شامی را بکوبید. سپس در يك لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و به صورت لوسیون یا کمپرس گرم استفاده کنید.

8- محافظت پوست و رفع شکنندگی آن

4 تا 6 گرم شیر تازه گل همیشه بهار را با 600 گرم کره یا چربی دیگری مخلوط کنید. سپس به موضع مورد نظر بمالید.

این گیاه دارویی همچنین برای التیام زخم های سطحی بدن، سوختگی، سرمازدگی، رفع دانه های پوستی و آگزا توصیه شده است.

9- تحریکات آلرژیک پوست

3 تا 5 گرم روغن مغز بادام را به موضع مورد نظر بمالید.

10- کوفتگی و التیام پوست

5 تا 10 گرم همیشه بهار کوهی را بکوبید. سپس در يك لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و به محل بمالید.

11- زخم هاي پوستي

5 تا 10 گرم ریشه سمفیتون (کنسود طبي) را بکوبید. سپس در يك لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و به موضع مورد نظر بمالید.

12- التیام دهنده و نرم کننده پوست

روغن بادام شیرین را به موضع مورد نظر بمالید.

این گیاه دارویی در موارد زیر نیز استفاده می شود:

- التهاب های سطحی بدن

- سوختگی ها

- ضد خارش در سرخك و مخلصك

- تسکین دهنده آگزا