

زنجبیل (Ginger) و خواص آن

این گیاه همراه با گیاهان دیگر به عنوان تقویت کننده معده و بدن بادشکن و ضد نفخ به کار می رود. همچنین پزشکان چینی جدیداً کشف کرده اند ...



این گیاه همراه با گیاهان دیگر به عنوان تقویت کننده معده و بدن بادشکن و ضد نفخ به کار می رود. همچنین پزشکان چینی جدیداً کشف کرده اند که شربت زنجبیل بهترین دارو برای معالجه زخم معده می باشد. زنجبیل تازه و شربت زنجبیل با چای زنجبیل در بدن گرما تولید کرده و بدین وسیله مواد سمی و زائد بدن را به صورت عرق از بدن خارج می سازد.

زنجبیل بهترین داروی سرماخوردگی و گلو درد می باشد. هنگامی که حس کردید دچار سرماخوردگی شده اید چند بار چای زنجبیل بنوشید و اگر گلو درد دارید علاوه بر آنکه چای آن را میل می نمائید با آن نیز قرقره کنید. این گیاه برای خانمهایی که عادت ماهیانه آنها عقب می افتند تجویز شده است.

زنجبیل را حتی برای کمپرس نیز می توان استفاده کرد که سموم بدن را خارج می سازد. برای این منظور ابتدا چای زنجبیل استفاده کنید دستمالی را با آن آغشته و آب اضافی آن را فشار داده در محل زخم یا درد بگذارید.

شربت زنجبیل برای زخم معده بسیار مفید است. مبتلایان به زخم معده باید هر روز قبل از غذا یک قاشق چایخوری از این شربت را همراه با کمی آب بنوشید زخم معده آنها پس از مدتی التیام خواهد یافت.

یک قاشق چایخوری پودر خشک زنجبیل و یا دو قاشق چایخوری زنجبیل رنده شده تازه را در داخل قوری ریخته روی آن آب جوش بریزید و به مدت پنج دقیقه آن را با حرارت ملایم دم کنید و سپس آن را با عسل شیرین کرده و میل کنید.

چای زنجبیل هر چقدر بیشتر بماند و دم بکشد تندتر می شود. حتی می توان چای زنجبیل را بعد از سرد شدن در داخل یخچال گذاشت و خنک کرد و مانند یک نوشابه سرد استفاده نمود.

برای تهیه شربت زنجبیل یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت عسل مخلوط کرده و در شیشه در بسته در یخچال نگهداری کنید و هر موقع خواستید مصرف کنید.

برای درست کردن تنطور زنجبیل می توانید از الکل ۵۰ درجه استفاده نمائید. یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت الکل ۵۰ درجه مخلوط کرده و داخل یک شیشه تیره رنگ بریزید و به مدت چهارده روز آن را چند بار در روز تکان دهید. بعد از این مدت آن را صاف کرده و در جای خشک و خنک نگهداری کنید.