

## میخک، چاشنی شگفت‌انگیز!

میخک گیاهی بسیار کوچک اما با خواص درمانی فراوان است که درعین حال به عنوان یک ادویه شفا بخش و خوش عطر در تهیه غذاها مورد استفاده قرار می‌گیرد.



سلامت نیوز: میخک گیاهی بسیار کوچک اما با خواص درمانی فراوان است که درعین حال به عنوان یک ادویه شفا بخش و خوش عطر در تهیه غذاها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، میخک معمولاً به عنوان یک ادویه آشپزخانه و در ترکیب با فلفل، دارچین و زردچوبه و سایر ادویه‌ها برای تهیه پودر ادویه کاری، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

از روغن میخک نیز در تولید عطرها، صابون‌ها و یا بعنوان ماده طعم دهنده در لوازم پزشکی و دندانپزشکی استفاده می‌شود.

شبکه خبری تورنتو نیوز در مقاله جدیدی به بررسی خواص درمانی فوق‌العاده و شگفت‌انگیز این ادویه خوش عطر پرداخته است. برخی از این خواص مهم عبارتند از:

1- تحریک دستگاه گوارش و کمک به هضم غذا و متابولیسم؛ در طب سنتی چین از این چاشنی برای درمان حالت تهوع و مشکلات گوارشی استفاده می‌شود. میخک جریان آنژیومی را افزایش داده و در نتیجه فعالیت گوارشی را تقویت می‌کند. بعلاوه میخک تاثیر بی‌حسی موضعی دارد و به همین دلیل برای درمان معده درد و حالت تهوع مفید است.

### 2- کاهش درد دندان

استفاده از میخک برای کاهش دندان درد موثر است و همچنین به کاهش عفونت‌های دهانی کمک می‌کند. آغشته کردن محل پوسیدگی دندان به روغن میخک در تسکین درد دندان موثر است.

### 3- درمان سرفه

جویدن میخک به همراه یک تکه کوچک از نمک معمولی به تولید بیشتر آب دهان کمک کرده و در نتیجه تحریک پذیری در گلو را کاهش می‌دهد.

### 4- کاهش استرس و آرام کردن تنش‌های روانی

اگر احساس می‌کنید استرس دارید مقداری آب را به همراه کمی برگ ریحان، برگ نعناع و میخک بجوشانید سپس از این جوشانده برای تهیه چای سیاه استفاده کنید. این نوشیدنی را همراه با کمی عسل مصرف کنید. معجون گیاهی بدست آمده تنش‌های شما را تسکین می‌دهد.