

میخک و خواص مفید آن

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



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

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 به عنوان ماده طعم دهنده در لوازم پزشکی و دندان‌پزشکی استفاده می‌شود.

این گیاه به علت زیبایی خاصی که دارد امروز در بیشتر نقاط دنیا به عنوان گیاه زینتی پرورش داده می‌شود البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرمخانه نگه داری می‌شود.

در قدیم میخک ادویه ای گران قیمت بود که تنها پادشاهان و ثروتمندان می‌توانستند از آن استفاده کنند.

فواید میخک

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 آنزیمی را افزایش داده و در نتیجه فعالیت گوارشی را تقویت می‌کند. به علاوه میخک تأثیر 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.

اوتونول همانند بی‌حس‌کننده‌های موضعی موجب مهار هدایت پیام‌ها از گیرنده‌های حس درد به طور محیطی می‌شود و با مهار التهاب و تأثیر بر مسیر درد به صورت مرکزی موجب تسکین درد مزمن نیز می‌گردد. میخک در حدود 20 برابر قدرتمندتر از اوتونول و دیگر ترکیبات ضد درد می‌باشد.

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 نعنا و میخک بجوشانید سپس از این جوشانده برای تهیه چای سیاه استفاده کنید. این نوشیدنی را همراه با کمی عسل مصرف کنید. معجون گیاهی به دست آمده، تنش‌های شما را تسکین می‌دهد.

5- میخک درمان کننده‌ی سرطان است و حتی از ابتلا به سرطان نیز جلوگیری می‌کند.

ترکیبات شیمیایی

غنچه‌های گیاه میخک پس از باز شدن یعنی قبل از این که رنگ خاکستری و ارغوانی آن تبدیل به قرمز شود، باید چیده و خشک شوند، میخک که به عنوان ادویه و دارو به کار می‌رود، پودر این غنچه‌ها است.

غنچه میخک دارای 16 درصد و ساقه‌های درخت در حدود 5 درصد و برگ‌های آن دارای 2 درصد اسانس روغنی است که از تقطیر این قسمت‌ها به دست می‌آید.

اسانس میخک دارای بویی قوی و طعمی سوزاننده است و این اسانس سفید رنگ است و اگر در مجاورت هوا قرار گیرد رنگ آن تیره و غلیظ می‌شود.

اسانس میخک دارای اوژنول، اربوفیلین، الکل بنزیلیک، بنزوات دو متیل، فورفول و اتیلن است.

اوژنول که ماده اصلی میخک است آرام کننده و ضد عفونی کننده است و از آن در دندان‌پزشکی برای آرام کردن درد دندان استفاده می‌شود.

میخک در طب سنتی

* میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است.

* برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آن را روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید.

* میخک تقویت کننده مغز است و کسانی که حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.

* این گیاه برای رفع سردرد مفید است، ضعف اعصاب را درمان می‌کند و برای رفع تنگی نفس موثر است.

* کسانی که مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند.

* مقوی معده و جهاز هاضمه است، کبد و کلیه را تقویت می‌کند، سکسکه را برطرف می‌کند.

* کسانی که قطره قطره ادرار می‌کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند.

* میخک اشتها آور است و بدن را تقویت می‌کند.

* برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم، می‌توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم چکاند.

* میخک تب بر و برای گردش خون و قلب مفید است.

* برای درمان کمردرد، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چایی مخلوط کنید و بنوشید.

* نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا، گاز و درد معده را از بین می‌برد.

* استفاده از میخک، گرفتگی عضله را از بین می‌برد.

طرز استفاده

برای تهیهی چای یا دم‌کردهی میخک، مقدار 10 گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط و به مدت 5 دقیقه دم کنید.

مضرات

که گفته شد، میخک بسیار گرم است و بنابراین برای گرم مزاجان مناسب نیست و ممکن است باعث ناراحتی کلیه و روده‌ها شود. این گونه افراد باید میخک را با صمغ عربی مخلوط کنند و سپس بخورند.