

التهاب جمود مفصلی مهره‌ها

احساس پزشک بودن و سر در آوردن از دانش پزشکی و در نتیجه اظهار فضل پیرامون مشکلات پزشکی افراد، درست مثل فوتبال دانی و معماری و البته در صدر همه سیاست نزد مردم ماست.



احساس پزشک بودن و سر در آوردن از دانش پزشکی و در نتیجه اظهار فضل پیرامون مشکلات پزشکی افراد، درست مثل فوتبال دانی و معماری و البته در صدر همه سیاست نزد مردم ماست.

این مورد اخیر یعنی اظهار نظر پزشکی البته از آن سه مورد دیگر یعنی، ساختمان سازی، فوتبال و سیاست خطرناک تر است، چرا که در این مورد، گاه نخستین اشتباه، آخرین اشتباه نیز می شود. در این مورد البته وقتی کار سخت می شود که نام ها نیز تخصصی و سخت می شود، مثل همین بیماری اخیر که قرار است در ستون نسخه طبیعت به آن پردازیم.

التهاب جمود مفصلی مهره‌ها که در پزشکی به آن AS نیز گفته می شود شکلی از ورم مفاصل است که در طول ستون مهره‌ها ایجاد و به درد و احساس خشک شدن مهره‌ها منجر می شود. این بیماری که در بیشتر موارد ناحیه کمر را گرفتار می کند اگر درمان نشود خطر بروز ناتوانی دائمی حرکات پشت را دارد و التهاب مزمن آن می تواند غضروف های بین مهره‌ها را نیز تخریب کند. اما طب سنتی برای درمان این بیماری، بعد از سفارش به مراجعه نزد متخصصان مربوطه پیشنهادهایی دارد که به آن می پردازیم. زنجبیل به خاطر اینکه حاوی نوعی آنزیم به نام زینجیبایین است و این آنزیم توانایی شکستن ساختار پروتئین ها را دارد، اثری ضدالتهابی نیز دارد.

زنجبیل شگفت انگیز همچنین 12 نوع آنتی اکسیدان دارد که می توانند مولکول هایی را که در ایجاد التهاب نقش دارند خنثی کنند. زنجبیل برخلاف داروهای شیمیایی ضدالتهابی برای معده مشکل آفرین نخواهد بود. مصرف روزانه 400 تا 600 میلی گرم بروملایین با معده خالی نیز از طرف برخی از متخصصان طب مکمل برای جلوگیری از التهاب مفاصل توصیه می شود.

یکی از مهم ترین منابع طبیعی بروملایین، آناناس است. برخی از طبیعت درمانگران اعتقاد دارند رساندن کلسیم کافی به بدن همچنان که مانع از پوکی استخوان می شود به جلوگیری از بروز التهاب جمود مفصلی مهره‌ها نیز کمک می کند. بهترین منبع گیاهی کلسیم، گیاه تاج خروس است و گیاهان دیگری چون باقلا، شیرین بیان، مرزنگوش، آویشن، مرزه و ریحان از جمله دیگر منابع گیاهی کلسیم هستند.