

## لرزان‌ترین و موثرترین کرم دنیا

حتما تا به حال برگ‌های پهن تیغ‌دار گیاه آلوورا را دیده‌اید، چه در عطاری‌ها، چه در داروخانه‌ها یا حتی باغ‌های گل اما واقعا این برگ‌های تیغ‌دار چه فایده‌ای دارند



سلامت نیوز : حتما تا به حال برگ‌های پهن تیغ‌دار گیاه آلوورا را دیده‌اید، چه در عطاری‌ها، چه در داروخانه‌ها یا حتی باغ‌های گل اما واقعا این برگ‌های تیغ‌دار چه فایده‌ای دارند که روز به روز رواج بیشتری پیدا می‌کنند؟ بیشترین فایده این برگ‌ها در ژلی است که درون آن وجود دارد، برای به‌دست آوردن این ژل باید تیغ‌هایی را که در لبه برگ‌ها قرار دارد جدا کنید تا از جای خالی آنها ژلی ترشح شود؛ ژلی که قیمت چندان بالایی ندارد ولی در عوض خاصیت‌هایی دارد که شاید در کرم‌های گران‌قیمت هم به راحتی پیدا نشود.

### بهترین درمان برای پوست‌های خشک

به گزارش سلامت نیوز به نقل از برترین‌ها ؛ ژل آلوورا در درمان ترک‌های پوستی و خشکی پوست موثر است و می‌تواند به خوبی رطوبت لازم برای پوست را تامین کند البته ناگفته نماند اگر نسبت به ژل خالص حساس هستید یا به هر دلیل دیگری آن را دوست ندارید می‌توانید سراغ روغن یا کرم آن بروید که برای پوست‌های خشک مناسب بوده و سبب نرم و براق شدن پوست می‌شود. آلوورا قدرت جذب رطوبت پوست را هم بالا می‌برد و علاوه بر اینها با رساندن اکسیژن بیشتر به سلول‌های پوست، سبب ترمیم بافت پوست و در نتیجه بهبود خشکی‌ها می‌شود.

### آلوورای قلبی را بشناسید

متأسفانه در عطاری‌ها گاهی نوع متفرقه و غیرمرغوب برگه آلوورا را می‌فروشند برای تشخیص نوع اصلی از غیر اصلی به رنگ برگ آن دقت کنید. در نوع اصلی رنگ برگ آن یک سبز کم‌رنگ است که در آن رگه‌های کوچک کم‌رنگی دیده می‌شود که وقتی برش زده شود یک ژل شفاف بی‌رنگ از آن خارج می‌شود و مالیدن این ژل روی پوست اثر مرطوب‌کنندگی دارد ولی در نوع غیرمرغوب رنگ برگ آلوورا سبز تیره است و رگه‌های کوچک بی‌رنگ روی آن دیده نمی‌شود و برگ‌های آن هم کوچک‌تر و لاغرتر است (نوع گلخانه‌ای آلوورا) و مالیدن ژل داخل آن روی پوست نه تنها پوست را مرطوب نمی‌کند بلکه آن را خشک هم می‌کند و برای کسانی که آگزما و خشکی پوست دارند باعث بدتر شدن آگزما می‌شود. کرم آلوورا باعث برطرف شدن خشکی و کاهش قرمزی و خارش پوست می‌شود

### جای جوش‌ها را از بین می‌برد

از آنجا که مواد موجود در آلوورا سلول‌های پوستی مرده را از بین می‌برد می‌توان گفت تاثیر زیادی در کم‌رنگ شدن جوشگاه‌ها و لک‌ها دارد چرا که بعد از سلول‌های مرده، سلول‌های جوان جایگزین شده و پوست را تازه و درخشان می‌سازند. علاوه بر اینها شدت رنگدانه‌های پوستی را کاهش داده و سبب کم‌رنگ شدن لکه‌های پوستی می‌شود و حتی می‌تواند لکه‌های سر سیاه را نیز از بین ببرد.

### مانع چروک هم می‌شود

آلوورا به علت داشتن کلاژن و ویتامین E الاستیسیته و نرمی پوست را افزایش داده و تا حدی مانع چروک آن می‌شود یعنی در واقع با تحریک فیروبلاست‌ها موجب سنتز الیاف کلاژن و الاستین می‌شود که این الیاف سبب می‌شود پوست خاصیت الاستیک (ارتجاعی) داشته و کمتر چروک بخورد. همچنین وجود اسیدهای آمینه در این گیاه سلول‌های سخت را نرم می‌کند و عنصر روی موجود در آن می‌تواند تا حدی منافذ پوستی را کوچک‌تر کند.

### شما نباید از آلوورا استفاده کنید

ژل آلوورا برای استعمال خارجی ماده بی‌خطری است اما در موارد نادری سبب واکنش آلرژیک می‌شود. اگر پوست شما تحریک می‌شود مصرف آن را ادامه ندهید. حتی در بعضی از افراد ژل خالص آن باعث تشدید خشکی پوست می‌شود که در این صورت مثلا برای آگزاما و التهابات پوستی که با خشکی پوست همراه است بهتر است از کرم آلوورا استفاده شود که باعث برطرف شدن خشکی و کاهش قرمزی و خارش پوست می‌شود. اگر از ژل خالص استفاده کردید و دچار خشکی و خارش پوست شدید، توصیه می‌کنیم موضع را سریع با آب خالی بشویید.

چه موادی در آلوورا وجود دارد

ویتامین‌های A ، B6 ، B2 ، B1 ، C و E

تمام اسید آمینه‌های ضروری برای بدن

گلیکوپروتئین که از تورم و درد جلوگیری و روند بهبود را تسریع می‌کند.

پلی ساکارید که رشد و ترمیم پوست را تحریک می‌کند.

به طور کلی می‌توان گفت آلوورا شامل 75 ماده مغذی مثل شکر، کلسیم، سدیم، نیتروژن، آنزیم، اسید و مواد معدنی و... است.