

خاصیت های خاکشیر چیست ؟

کارشناس تحقیقات میکروبیولوژی مواد غذایی انستیتو تغذیه ایران گفت: مطالعات نشان داده است که خاکشیر دارای خاصیت ضد میکروب است از این رو استفاده از آن در هنگام تب موجب کاهش دمای بدن می شود...



کارشناس تحقیقات میکروبیولوژی مواد غذایی انستیتو تغذیه ایران گفت: مطالعات نشان داده است که خاکشیر دارای خاصیت ضد میکروب است از این رو استفاده از آن در هنگام تب موجب کاهش دمای بدن می شود

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا ؛ دکتر نسرین حاج سید جوادی افزود: بعضی از مردم با خاصیت خنگ کنندگی، ضد عطش و صفرابر خاکشیر آشنا هستند و به همین دلیل آن را در فصل تابستان در برنامه های غذایی خود می گنجانند و آن را به صورت شربت میل می کنند.

وی اظهار داشت: خاکشیر یا خاکشی در اکثر نقاط ایران رویش دارد و دارای اسید چرب است و از نظر طب قدیم ایران گرم است.

حاج سید جوادی ادامه داد: خاکشیر از قدیم به عنوان اشتها آور، مقوی معده، ضد تب، ملین و در مشکلات سوء هاضمه مورد استفاده بوده است. در زمان قدیم از این خاکشیر برای درمان اسهال خونی نیز استفاده می شده است.

کارشناس تحقیقات میکروبیولوژی مواد غذایی انستیتو تغذیه خاطر نشان کرد: همچنین این ماده غذایی التیام دهنده زخم و جراحات است. ادرار آور و تب بر و می تواند التهاب کلیه و سنگ کلیه را برطرف کند.

حاج سید جوادی اظهار داشت: خاکشیر صدا را باز می کند و برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از آن استفاده می شود. از گل ها و برگ های آن می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد.

وی گفت: خاکشیر را می توان در آب سرد خیس کرد و چند ساعت بعد میل کرد و همچنین به صورت جوشانده به مدت ۱۰ دقیقه با آب جوشانده و پس از سرد شدن مخلوط را خورد. دکتر حاج سید جوادی یاد آور شد: برای رفع زخم، جراحات و رفع ورم ها، می توان خاکشیر را کوبید و در محل مورد نظر استفاده کرد.

وی توصیه کرد: دانه های خاکشیر باید در ظروف سربسته، دور از نور، حرارت و رطوبت نگهداری شوند. گاهی دانه های گیاهان خانواده خاکشیر که مشابه با آن وجود دارد به اشتباه توسط مردم مورد استفاده قرار می گیرند، لذا باید به رنگ، اندازه و شکل دانه ها دقت

کافی کرد.