

آشنایی با خواص رازیانه

رازیانه با خواص فراوان دارویی، التیام بخش بسیاری از بیماری‌ها از جمله سرفه و سرماخوردگی است...



رازیانه با خواص فراوان دارویی، التیام بخش بسیاری از بیماری‌ها از جمله سرفه و سرماخوردگی است. رازیانه، نوعی گیاه دارویی است که مصارف مختلفی دارد. تمام بخش‌های مختلف این گیاه یعنی دانه، برگ و ریشه آن خوراکی است، ولی روغن حاصل از دانه‌های رازیانه، سمی بوده و حتی مصرف کم آن، می‌تواند منجر به ایجاد دانه‌های پوستی، مشکلات تنفسی و حالت تهوع گردد. این گیاه دارای طعم تند، تلخ و شیرین است و کمی به طعم نعناع شبیه است. مصرف رازیانه باعث افزایش شیرمادر و نیز کاهش وزن می‌شود. اما توجه داشته باشید که مصرف بیش از اندازه این گیاه، ممکن است منجر به تشنج عضلانی و حتی توهم شود.

پیاز رازیانه

رازیانه حاوی مقادیر فراوانی ویتامین، مواد معدنی و فیبر است. منگنز، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، آهن، ویتامین C و B3 از این موارد می‌باشند. ویتامین C موجود در پیاز رازیانه، ضد باکتری بوده و برای سیستم ایمنی بدن بسیار مفید است. علاوه بر آن، این بخش از گیاه، دارای فیبر فراوانی بوده که برای کاهش کلسترول، مفید است و از ابتلا به سرطان روده پیشگیری می‌کند. رازیانه همچنین دارای مقدار فراوانی پتاسیم است که باعث کاهش فشارخون می‌شود و به این ترتیب برای افرادی که دچار حمله قلبی می‌شوند، مفید است. این گیاه دارویی، سموم بدن را پاک می‌کند و بیماری التهاب دهان را از بین می‌برد و برای درمان سرماخوردگی و نیز سرفه، به خاطر خاصیت خلط‌آورش، مفید است. بخار حاصل از جوشاندن برگ‌های این گیاه در آب، بیماری آسم و برونشیت را تسکین می‌دهد.

دانه‌های رازیانه

مصرف دانه‌های رازیانه، باعث تسکین دل درد می‌شود، عمل هضم را آسان‌تر می‌کند، کرم روده کودکان را از بین می‌برد، باعث تقویت چشم می‌شود، حساسیت‌های چشم را از بین می‌برد. و دارای خواص فراوانی برای کبد، طحال و مثانه است.