



### ترشک؛ گیاهی با خاصیت تصفیه کنندگی سموم بدن

عصاره جوشانده شده برگ‌ها و دانه‌های ترشک به صورت موضعی در درمان دمل‌ها کاربرد دارد.

عصاره جوشانده شده برگ‌ها و دانه‌های ترشک به صورت موضعی در درمان دمل‌ها کاربرد دارد. ترشک با نام علمی *Rumex crispus*; شناخته می‌شود. گل‌های کوچک و سبز رنگ این گیاه در هنگام رسیدن به رنگ قرمز مایل به قهوه‌ای تغییر می‌کند. برگ‌های ترشک یا رومکس از دیگر انواع تیره ترشک که به صورت خودرو در مناطق مرطوب رشد می‌کند از اکسالات دو کلسیم برخوردار است. این گیاه دارای منبع غنی ویتامین C است. علاوه بر آن آهن و فسفر زیادی دارد. همچنین ترشک گیاه دارویی اشتهاآور، تصفیه کننده و هضم کننده بسیار خوبی است و در درمان جوش‌های موضعی و پوستی بسیار مفید است. کوبیده دانه‌های این گیاه به عنوان مسکنی برای بهبود درد مفاصل استفاده می‌شود. عصاره جوشانده شده برگ‌ها و دانه‌های آن به صورت موضعی در درمان دمل‌ها موثر است. این دارو به دلیل داشتن مقدار فراوان اسید اسکولید نباید بی‌رویه مصرف شود، زیرا باعث آسیب زدن به مثانه و کلیه می‌شود.