



## خواص اعجاب‌آور زنجبیل را بشناسید

زنجبیل از جمله گیاهان دارویی است که استفاده از آن برای مصارف پزشکی و درمانی به بیش از ۲۰۰۰ سال پیش در چین بازمی‌گردد.

همیشه‌ری آنلایین: زنجبیل از جمله گیاهان دارویی است که استفاده از آن برای مصارف پزشکی و درمانی به بیش از ۲۰۰۰ سال پیش در چین بازمی‌گردد.

به گزارش سرویس «سلامت» خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، از جمله خواص دارویی این گیاه مفید می‌توان به درمان حالت تهوع، کمک به درمان مشکلات گوارشی و رفع اسهال اشاره کرد. زنجبیل مصارف دارویی فراوانی دارد.

نتایج یک مطالعه که در سال 2009 میلادی انجام گرفت، نشان داد که مصرف مکمل‌های زنجبیل در کنار داروهای ضد استفراغ علائم حالت تهوع را در بیمارانی که شیمی‌درمانی می‌شوند تا 40 درصد کاهش می‌دهد.

از دیگر کاربردهای دارویی این گیاه تاثیر آن در تسکین کمردرد و بهبود گردش خون است. همچنین طبق بررسی‌های انجام شده تسکین دردهای عضلانی، برطرف کردن التهاب، درمان دردهای قاعدگی و میگرن و از بین بردن سلول‌های سرطانی روده و تخمدان با مصرف این گیاه امکان‌پذیر است.

همچنین به زنانی که در سه ماه نخست بارداری هنگام صبح حالت تهوع دارند مصرف نوشیدنی حاوی زنجبیل توصیه می‌شود.

علاوه بر این طبق بررسی‌های انجام شده مصرف زنجبیل در کاهش سطح پروتئین ادرار و میزان آب دریافتی بدن موثر است.

همچنین مصرف این گیاه از سیستم اعصاب افراد دیابتی حفاظت کرده و سطح چربی خون را پایین می‌آورد.

پزشکان همچنین به مقایسه دو گروه که به عارضه التهاب مفصل زانو مبتلا بودند پرداخته و به گروهی از آنان زنجبیل و به گروه دیگر دارونما دادند که مشخص شد مصرف زنجبیل در کاهش درد ناشی از التهاب مفصل زانو به مراتب موثرتر است.

به گزارش ایسنا به نقل از سایت اینترنتی امان‌ان، پزشکان چینی در عین حال از زنجبیل برای درمان علائم سرماخوردگی و آنفلوآنزا استفاده می‌کنند.