

سنبل الطیب مسکن سردردهای میگرنی

محقق و پژوهشگر گیاهان دارویی با اشاره به خواص و فواید درمانی گیاه سنبل الطیب، گفت: این گیاه در کاهش سردردهای میگرنی موثر بوده و آن را تسکین می دهد.



سلامت نیوز : محقق و پژوهشگر گیاهان دارویی با اشاره به خواص و فواید درمانی گیاه سنبل الطیب، گفت: این گیاه در کاهش سردردهای میگرنی موثر بوده و آن را تسکین می دهد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا ؛ روزه فرهودی با اشاره به اینکه گیاه دارویی سنبل الطیب دارای خواص آرام بخش قوی است، گفت: این گیاه در التیام زخم ها نیز موثر است.

وی افزود: این گیاه همچنین دارای خواص ضد صرع، ضد تشنج، معرق، ادرارآور، اشتها آور، مقوی قلب است و اختلالات زمان یائسگی، سسکه های مداوم، بی خوابی، خستگی و بیماری های عصبی را تسکین می دهد.

این محقق به برخی از روش های استفاده از سنبل الطیب اشاره کرد و گفت: برای تهیه دمنوش با کاربرد آرام بخش، ریشه خشک شده سنبل الطیب را شسته و مقداری معین آب جوش به آن اضافه شود و حدود 15 الی 20 دقیقه دم بکشد تا ترکیبات شیمیایی آرام بخش این گیاه آزاد شود.

فرهودی با اشاره به اینکه در صورت تمایل می توان از 15 گرم سنبل الطیب و 15 گرم گل گاوزبان به همراه یک عدد لیمو عمانی برای تهیه دمنوش آرام بخش استفاده کرد، اظهار کرد: نوشیدن این دمنوش حداقل نیم ساعت قبل از خواب بسیار مفید و آرام بخش است.

وی افزود: مخلوط 10 گرم پودر ریشه خشک این گیاه به همراه 30 گرم گل خشک بابونه در درمان و التیام زخم های موضعی نافع است.

محقق و پژوهشگر گیاهان دارویی اضافه کرد: همچنین مصرف روزانه مخلوط پنج گرم پودر خشک ریشه سنبل الطیب و پنج گرم بذر آسیاب شده رازیانه به همراه کمی نبات ساییده شده در درمان نفخ، بهبود عملکرد کبد و معده و رفع سردرد مزمن موثر است.

به گفته وی، این گیاه برای افرادی که دارای نارسایی کلیه هستند مضر است و از این افراد خواست پیش از مصرف این گیاه با پزشک معالج خود مشورت کنند.

وی افزود: مصرف این گیاه به همراه داروهای شیمیایی آرامش بخش برای نارسایی کلیه می تواند تداخل دارویی ایجاد کند و این موضوع بایستی با مجوز پزشک معالج صورت گیرد.

فرهودی تاکید کرد: مصرف بی رویه این گیاه عوارض جانبی دارد و مصرف بیش از حد آن توصیه نمی شود و حداکثر میزان استفاده از دمنوش این گیاه چهار شب در هفته و به همراه گل گاوزبان است.

محقق و پژوهشگر گیاهان دارویی گفت: این گیاه دور از آفتاب و در جای خنک نگهداری شود و با توجه به اینکه ریشه این گیاه برای درمان زخم و تهیه دمنوش استفاده می شود قبل از مصرف کاملاً شسته شود.