

7 خاصیت فوق‌العاده‌ی گیاه شاه‌پسند

گیاه شاه‌پسند جزو گیاهانی است که برای رفع مشکلاتی مانند بی‌خوابی، مشکلات گوارشی، کمردرد، تب و غیره موثر عمل می‌کند.



گیاه شاه‌پسند جزو گیاهانی است که برای رفع مشکلاتی مانند بی‌خوابی، مشکلات گوارشی، کمردرد، تب و غیره موثر عمل می‌کند.

در هزارتوی طبیعت گیاهانی وجود دارند با خواص درمانی فوق‌العاده که بدون تحمیل هزینه‌های سنگین خدمت زیادی به سلامتی می‌رسانند. گیاه شاه‌پسند نیز جزو گیاهانی است که برای رفع مشکلاتی مانند بی‌خوابی، مشکلات گوارشی، کمردرد، تب و غیره موثر عمل می‌کند. در این مطلب گلچینی از خواص این گیاه را بازگو می‌کنیم. لطفاً با ما باشید.

1- شاه‌پسند برای رفع مشکلات گوارشی

شاه‌پسند مشکلاتی از قبیل نفخ و احساس سنگینی را برطرف کرده و به بهبود عملکرد کبد کمک می‌کند. این گیاه برای برطرف کردن حالت تهوع و یا استفراغ نیز مفید است.

روش مصرف

یک ساشه از این گیاه (معادل حدود یک قاشق غذاخوری) را در یک فنجان آب جوش ریخته و اجازه دهید به مدت 10 دقیقه دم بکشد. می‌توانید روزانه تا 2 فنجان از این دمنوش را بعد از وعده‌های اصلی میل کنید. همچنین می‌توانید 2 قطره از روغن گیاهی یا همان افشروی خوراکی این گیاه را در یک قاشق غذاخوری روغن زیتون یا عسل چکانده و در دهان بگذارید. بهتر است این کار را بعد از غذا، یا صبح به صورت ناشتا و یا هر زمانی که به مشکل بر می‌خورید انجام دهید.

توجه داشته باشید که مصرف روغن گیاهی برای خانم‌های باردار و شیرده مورد منع مصرف دارد. بچه‌های کوچک و همچنین خانم‌هایی که در چهار ماهه‌ی اول بارداری هستند نباید از روغن‌های گیاهی خوراکی استفاده کنند.

2- شاه‌پسند برای خواب راحت

شاه‌پسند آرامبخش است و باعث خواب راحت می‌شود.

روش استفاده

50 گرم برگ و گل شاه‌پسند را در یک لیتر آب سرد بریزید و بگذارید تا بجوشد. سپس زیر شعله را خاموش کرده و اجازه دهید به مدت 10 دقیقه دم بکشد. محلول را صاف کنید. اگر بی‌خوابی‌تان با تب و یا گلو درد همراه است توصیه می‌کنیم به مدت یک هفته هر شب یک ساعت قبل از خواب از این دمنوش میل کنید.

اگر بی‌خوابی‌تان مربوط به استرس و تنش‌های روحی است به مدت 2 تا 3 هفته هر شب یک ساعت قبل از خواب 1 فنجان از آن نوش جان کنید. توجه داشته باشید اگر بیخوابی منشأ روحی داشته باشد یعنی اگر استرس و فشارهای روحی بی‌خوابتان کرده است می‌توانید از حمام شاه‌پسند نیز استفاده‌ی لازم را ببرید. برای این کار لازم است 200 گرم برگ و گل شاه‌پسند را در

یک لیتر آب به مدت 10 دقیقه بجوشانید و محلول را صاف کرده و به آب وان اضافه کنید. توجه داشته باشید که استفاده از این گیاه برای خانم‌های باردار توصیه نمی‌شود.

3- شاهپسند برای داشتن نفس خوشبو

شاهپسند معطر برای برطرف کردن بوی بد دهان موثر است.

روش مصرف

یک قطره روغن گیاهی (افشره‌ی خوراکی) شاهپسند را روی یک حبه قند چکانده و در دهانتان بگذارید. البته اگر باردار هستید به خصوص در چهار ماه اول بارداری نباید از این روغن‌های گیاهی استفاده کنید. همچنین حواستان باشد استفاده از این روغن‌های گیاهی برای بچه‌های کوچک نیز مورد منع مصرف دارد.

4- شاهپسند برای مقابله با آنفلوانزا

گیاه شاهپسند برای رفع آنفلوانزا موثر است. چون حاوی ترکیباتی است که باعث تقویت سیستم ایمنی بدن شده و با تب و التهاب‌های بدن مقابله می‌کند. در نتیجه گلو درد را نیز از بین می‌برد.

روش استفاده

1.5 گرم گیاه خشک شاهپسند را با 1 فنجان آب جوش به مدت 10 دقیقه دم کنید. می‌توانید به مدت یک هفته روزانه 2 فنجان از این دم کرده نوش جان کنید. توجه داشته باشید که مصرف شاهپسند برای خانم‌های باردار توصیه نمی‌شود.

5- شاهپسند آرام‌بخش است

شاهپسند برای مقابله با استرس و اضطراب فوق‌العاده است. می‌توانید زمانی که تحت فشارهای روحی روانی هستید و یا بی‌خوابی به سرتان میزند از آن استفاده کنید.

روش مصرف

2 تا 3 قاشق غذاخوری شاهپسند خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت 10 دقیقه دم کنید. می‌توانید به مدت 10 روز، روزانه دو فنجان از این دمنوش میل کنید.

شاهپسند مشکلاتی از قبیل نفخ و احساس سنگینی را برطرف کرده و به

بهبود عملکرد کبد کمک می‌کند. این گیاه برای برطرف کردن حالت تهوع و یا

استفراغ نیز مفید است

6- شاهپسند برای مقابله با کمردرد و روماتیسم

گیاه شاهپسند خواص ضدالتهابی دارد و برای تسکین دردهای روماتیسم و کمردرد مفید است.

روش مصرف

دو مشت گیاه شاهپسند را خرد کنید و در یک فنجان سرکه سیب به مدت 10 دقیقه بجوشانید. ترکیب را در یک پارچه تمیز پهن کرده و شبها به مدت 15 دقیقه روی مناطق دردناک بگذارید. بهتر است مرهمتان تا حد امکان گرم باشد.

7- شاهپسند برای بهبود خراشها و ترکهای پوست

شاهپسند گیاهی با خواص نرمکنندگی است که باعث بهبود جای زخم شده و تسکین دهنده است. برای همین هم به درمان ترکخوردگی و خراشها و جراحات سطحی کمک می‌کند.

روش مصرف

یک مشت گیاه شاهپسند خشک را در یک فنجان کوچک آب جوش ریخته و به مدت 10 دقیقه بجوشانید. یک گلوله پنبه را به آن آغشته کرده و روزانه دو تا سه مرتبه روی ترکخوردگی و خراشهای پوستی بکشید.