

معجزاتی که رازیانه می کند

رازیانه، گیاهی با رایحه‌ای شیرین است که برای بهبود سلامتی فوائد بسیاری دارد.



رازیانه، گیاهی با رایحه‌ای شیرین است که برای بهبود سلامتی فوائد بسیاری دارد.

سایت «هلت لاین» در یک مطلب تازه به برخی از فوائد این گیاه برای سلامتی اشاره کرده که شامل موارد زیر می شود:

1. افزایش شیر در مادران شیرده: در مطالعه ای که سال 2008 انجام گرفت، مشخص شد رازیانه حاوی نوع خفیف استروژن است. این هورمون تولید شیر را افزایش می دهد که همین خاصیت رازیانه در زنان شیرده نیز مشاهده شده است.
2. درمان گریه های بی وقفه نوزادان: «کولیک» یا قولنج در نوزاد مشکلی است که باعث می شود گریه های بی وقفه او برای چند ساعت به طول انجامد. دلیل قطعی برای این وضعیت در نوزاد وجود ندارد اما می تواند موجب استرس فزاینده در والدین شود. نتیجه مطالعه انجام شده در روسیه حاکی از آن است که روغن دانه رازیانه می تواند شدت قولنج را در نوزاد کاهش دهد.
3. تقویت کننده سیستم تنفسی: شست و شوی دهان با دانه های رازیانه می تواند مخاط های ریه ها را رها سازد و گلودرد و سرفه را تسکین دهد.
4. تسکین انقباضات مربوط به قاعدگی: نتایج بررسی که اخیرا در ایران انجام گرفته نشان می دهد ترکیب عصاره رازیانه و ویتامین E به طور قابل توجهی دردهای انقباضی را در دوران قاعدگی کاهش می دهد. ترکیب رازیانه حتی از مسکن های غیرنسخه ای نیز موثرتر است.
5. برای درمان جراحی و گزیدگی: در کشورهای آسیایی رازیانه از مدت ها قبل برای درمان جراحی و گزیدگی های سمی کاربرد داشته است زیرا روغن رازیانه خاصیت ضدقارچی و آنتی باکتریال دارد و در درمان های موضعی و حتی شاید درمان جراحی های داخلی می تواند موثر باشد.
6. خاصیت طعم دهندگی: به طور معمول اسانس ها طعم خوشایندی دارند و به راحتی از طریق پوست جذب می شوند و بنابراین روغن رازیانه ترکیب معطر مناسبی برای صابون ها و عطرهاست. همچنین رازیانه به دلیل طعم مناسب در خوش طعم کردن داروها استفاده می شود.
7. مقابله با بیماری ها: مطالعات و آزمایشات پزشکی اخیر نشان می دهد که رازیانه در کمک به مقابله با بیماری ها و کاهش سرعت رشد باکتری ها به خصوص در مورد بیماری وبا موثر است. (ایسنا)