



اسطوخودوس، گیاه همه‌فن‌حریف

گل اسطوخودوس و روغن گرفته شده از آن تاریخچه‌ای طولانی در فهرست داروهای گیاهی دارد.

گل اسطوخودوس و روغن گرفته شده از آن تاریخچه‌ای طولانی در فهرست داروهای گیاهی دارد.

به گزارش ایسنا، اولین گزارش‌ها از مصرف گیاه اسطوخودوس به دوران باستان برمی‌گردد که روغن گرفته شده از آن برای مومیایی کردن کاربرد داشته است. بعدها از این گیاه به عنوان افزودنی در شوینده‌ها استفاده شد زیرا باور بر این بود که اسطوخودوس به پاک شدن ذهن و بدن کمک می‌کند. از دوران باستان گیاه اسطوخودوس برای بسیاری از بیماری‌های مختلف همچون مشکلات روانی، اضطراب، بی‌خوابی، افسردگی، سردرد، ریزش مو، حالت تهوع، آکنه، دندان درد، خارش پوست و سرطان کاربرد داشته است.

گیاه اسطوخودوس معمولا در رایحه درمانی نیز کاربرد دارد زیرا باورها بر آن است که بوی این گیاه به ایجاد حس آرامش در فرد می‌انجامد. همچنین گفته می‌شود این گیاه در کاهش استرس، اضطراب و حتی دردهای خفیف موثر است. این شکل از عطر درمانی در کمک به مبتلایان به سرطان نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد. طبق اعلام موسسه ملی سرطان در آمریکا شیوه عطر درمانی به کنترل عوارض جانبی ناشی از روش‌های درمانی سرطان کمک می‌کند به این ترتیب که گیرنده‌های مولکول‌های بو، پیام‌هایی را می‌فرستند که می‌تواند بر وضعیت مغز تاثیر بگذارد. در حالی که افراد بسیاری به قدرت رایحه درمانی باور دارند اما هنوز شواهد علمی کافی برای حمایت از این ادعا وجود ندارد. همچنین گیاه اسطوخودوس می‌تواند برای افرادی که از مشکلات مرتبط با خواب رنج می‌برند مفید باشد. برخی افراد بالش خود را با گل‌های این گیاه پر می‌کنند تا بتوانند خواب راحتی داشته باشند.

به گزارش ایسنا به نقل از هلث لاین، امروزه متخصصان رایحه درمانی از گیاه اسطوخودوس برای درمان سردرد و عصبانیت یا بی‌قراری استفاده می‌کنند. همچنین در ماساژ درمانی گاهی اوقات روغن این گیاه روی پوست به کار برده می‌شود که ممکن است تاثیری آرامش بخش داشته باشد.