

۷ معجزه رازیانه

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.

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

1. افزایش شیر در مادران شیرده: در مطالعه‌ای که سال 2008 انجام گرفت، مشخص شد رازیانه حاوی نوع خفیف استروژن است. این هورمون تولید شیر را افزایش می‌دهد که همین خاصیت رازیانه در زنان شیرده نیز مشاهده شده است.

2. درمان گریه‌های بی‌وقفه نوزادان: «کولیک» یا قولنج در نوزاد مشکلی است که باعث می‌شود گریه‌های بی‌وقفه او برای چند ساعت به طول انجامد. دلیل قطعی برای این وضعیت در نوزاد وجود ندارد اما می‌تواند موجب استرس فزاینده در والدین شود. نتیجه مطالعه انجام شده در روسیه حاکی از آن است که روغن دانه رازیانه می‌تواند شدت قولنج را در نوزاد کاهش دهد.

3. تقویت‌کننده سیستم تنفسی: شست و شوی دهان با دانه‌های رازیانه می‌تواند مخاط‌های ریه‌ها 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 می‌دهد ترکیب عصاره رازیانه و ویتامین E به طور قابل توجهی دردهای انقباضی را در دوران قاعدگی کاهش می‌دهد. ترکیب رازیانه حتی از مسکن‌های غیرنسخه‌ای نیز موثرتر است.

5. برای درمان جراحی و گزیدگی: در کشورهای آسیایی رازیانه از مدت‌ها قبل برای درمان جراحی و گزیدگی‌های سمی کاربرد داشته است زیرا روغن رازیانه خاصیت ضدقارچی و آنتی‌باکتریال دارد و در درمان‌های موضعی و حتی شاید درمان جراحی‌های داخلی می‌تواند موثر باشد.

6. خاصیت طعم دهنده‌گی: به طور معمول اسانس‌ها طعم خوشایندی دارند و به راحتی از طریق پوست جذب می‌شوند و بنابراین روغن رازیانه ترکیب معطر مناسبی برای صابون‌ها و عطرهاست. همچنین رازیانه به دلیل طعم مناسب در خوش طعم کردن داروها استفاده می‌شود.

7. مقابله با بیماری‌ها: مطالعات و آزمایشات پزشکی اخیر نشان می‌دهد که رازیانه در کمک به مقابله با بیماری‌ها و کاهش سرعت رشد باکتری‌ها به خصوص در مورد بیماری وبا موثر است.