

معجزه دارچین

گیاهان دارویی از ارزش و اهمیت خاصی در تأمین بهداشت و سلامتی جوامع هم به لحاظ درمان و هم پیشگیری از بیماریها برخوردار بوده و هستند.



گیاهان دارویی از ارزش و اهمیت خاصی در تأمین بهداشت و سلامتی جوامع هم به لحاظ درمان و هم پیشگیری از بیماریها برخوردار بوده و هستند. این بخش از منابع طبیعی قدمتی همپای بشر داشته و یکی از مهمترین منابع تأمین غذایی و دارویی بشر در طول نسلها بوده اند با سخت تر شدن زندگی حالا بیشتر افراد تمایل دارند از گیاهان دارویی استفاده کنند. یکی از گیاهان دارویی که خواص زیادی دارد دارچین است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسکانیوز، درختچه دارچین درختی است کوچک، همیشه سبز، به ارتفاع ۵ تا ۷ متر که از تمام قسمت‌های آن بویی مطبوع استشمام می‌شود. گل‌های آن در فاصله ماه‌های بهمن تا اوایل فروردین ظاهر می‌شود. برگ این درخت سبز سیر و دارای گل‌هایی به رنگ سفید است. دارچین بومی سری‌لانکا و جنوب هند است و پوست درختچه آن به عنوان ادویه بکار میرود و البته خواص دارویی بسیاری دارد دارچین، به جز درمان اختلال‌های گوارشی، خاصیت آرامش بخشی دارد.

دارچین قند و کلسترول خون را کنترل می‌کند و از آن برای درمان سوء هاضمه، درد و نفخ معده و اسهال استفاده می‌شود. برطبق تحقیقات جدید ثبت شده در کتابخانه ملی پزشکی ایالات متحده آمریکا، دارچین برای درمان گرفتگی عضلات، استفراغ، اسهال، عفونت، سرماخوردگی، بی‌اشتهایی و اختلال نعوظ استفاده می‌شود. همچنین به گفته مرکز دیابت انگلستان، دارچین می‌تواند قندخون را در افراد مبتلا به دیابت نوع 1 و 2 کاهش دهد، هرچند که تحقیقات بیشتری برای اثبات این ادعا نیاز است. سایر موارد عبارتست از:

عفونت‌های قارچی. برطبق انستیتوی ملی سلامت آمریکا، سینامالدئید (یک ماده شیمیایی موجود در دارچین سنا) می‌تواند در مقابله با عفونت‌های باکتریایی و قارچی کمک کند.

دیابت. دارچین می‌تواند سطح قند و چربی را در افراد مبتلا به دیابت نوع 2 بهبود بخشد. محققان معتقدند مصرف روزانه 6 گرم دارچین می‌تواند به کاهش گلوکوز سرمی، تری‌گلیسیرید و کلسترول خون در افراد مبتلا به دیابت نوع 2 کمک نماید. وجود دارچین در رژیم غذایی افراد دیابتی می‌تواند به کاهش اثرات جانبی دیابت و بیماریهای قلبی کمک نماید. بیماری آلزایمر. برطبق تحقیقات جدید، مواد موجود در دارچین می‌تواند از ابتلا به بیماری آلزایمر پیشگیری کرده و یا سرعت پیشرفت این بیماری را کم نماید.

اچ آی وی. تحقیقات جدید نشان می‌دهد که دارچین می‌تواند بصورت بلقوه برضد ویروس اچ آی وی، مفید باشد. کاراترین نوع دارچین بر علیه ویروس اچ آی وی 1 و 2 نوع چینی (سنا) آن می‌باشد. بیماری ام اس (Multiple Sclerosis). دارچین می‌تواند پیشرفت بیماری ام اس را کاهش داده و بجای بعضی از داروهای گران قیمت که برای این بیماری استفاده می‌شوند، مصرف شود. کاهش اثرات منفی غذاهای پرچرب. رژیم غذایی پر دارچین می‌تواند اثرات منفی خوراکیهای پرچربی را کاهش دهد.