

## خواص شگفت انگیز آویشن

این گیاه می تواند ریه ها را تقویت کند، ضد سرفه و خلط آور خوبی است، یعنی یک نوع محلل بوده که در دفع اخلاط ریه به ما کمک می کند.



این گیاه می تواند ریه ها را تقویت کند، ضد سرفه و خلط آور خوبی است، یعنی یک نوع محلل بوده که در دفع اخلاط ریه به ما کمک می کند. براین اساس برای درمان سرفه، گلودرد، برونشیت، سیاه سرفه، التهابات دستگاه تنفس فوقانی و تحتانی همچنین آسم می توان از آن استفاده کرد.

به گزارش سلامت نیوز، قدیر محمدی- متخصص طب سنتی در خبرگزاری میزان نوشت: گیاه آویشن برای افرادی که مزاج گرم و خشک دارند، مانند صفراوی ها مضر است. بیشترین کارکرد آن در طب سنتی مربوط به درمان بیماری های دستگاه تنفس می شود، این گیاه می تواند ریه ها را تقویت کند، ضد سرفه و خلط آور خوبی است، همچنین یک نوع محلل بوده که در دفع اخلاط ریه به ما کمک می کند.

آویشن باغی که امروزه در تولیدات فرآورده های دارویی کاربرد زیادی دارد دارای مواد موثره زیادی است، به عنوان نمونه می توان به تیمول، کارواکرول اشاره کرد که بر ترشح هیستامین و استیل کولین تاثیر گذار بوده و نقش ضدانقباضی آن به اثبات رسیده است. همچنین تیمول و کاروانول مواد موثره ترکیبات فنولی موجود در گیاه آویشن است که ترکیبات ضد عفونی کننده و بسیار مفیدی هستند.

علاوه براین خاصیت ضد قارچی، میکروبی و انگلی این گیاه مشخص شده است براین اساس از آن به عنوان محلول شستشوی دهان در مواجهه با عفونت لته موثر بهره گرفته می شود که این کارکردها نیز مربوط به وجود تیمول و کارواکرول یا همان ترکیبات فنولی در آن است، به همین دلیل این دو از مهمترین ترکیبات گیاه آویشن با اثرات دارویی و درمانی به شمار می روند.

البته این گیاه دارای ساپونین، فلاون و تانن نیز است با این وجود می توان گفت، 2 موردی که پیش تر به آن اشاره شد از مهمترین ترکیبات آن به شمار می روند. به طور کلی باید گفت آویشن، گیاه علفی از خانواده نعنائیات بوده و تبع و مزاج این گیاه گرم و خشک است، بنابراین اگر این گیاه به فردی تجویز کرد که طبع گرمی دارد یا به طور مداوم از آن مصرف کند می تواند اثرات خشکی و گرمی در فرد باقی بگذارد. از این رو گیاه آویشن برای افرادی که مزاج گرم و خشک دارند، مانند صفراوی ها مضر است. بیشترین کارکرد آن در طب سنتی مربوط به درمان بیماری های دستگاه تنفس می شود، این گیاه می تواند ریه ها را تقویت کند، ضد سرفه و خلط آور خوبی است، یعنی یک نوع محلل بوده که در دفع اخلاط ریه به ما کمک می کند.

براین اساس برای درمان سرفه، گلودرد، برونشیت، سیاه سرفه، التهابات دستگاه تنفس فوقانی و تحتانی همچنین آسم می توان از آن استفاده کرد. آویشن کاربردهای غیردرمانی نیز دارد در صنایع بهداشتی و آرایشی به عبارتی برخی از کرم ها استفاده می شود. در طب سنتی ماسک آویشن به همراه ختمی می تواند برای ازبین بردن لک های صورت و لطافت آن کاربرد دارد.

در طب رایج آثار ضد سرفه، خلط آور و اسپاسم آن به اثبات رسیده است. در طب سنتی نیز از آویشن برای کاهش درد به ویژه در مفاصل به ویژه درد بلغمی استفاده می شود. می توان با جوشانده تغلیظ شده آویشن به صورت موضعی میزان درافرا را کاهش داد. البته آویشن را نباید افرادی که دچار تب هستند، استفاده کنند. اگر به افرادی که دچار این عارضه هستند آویشن مصرف کنند، میزان تب در آنها افزایش خواهد یافت. به طور کلی بهتر است کودکان زیر دو سال از آن استفاده نکنند، زیرا به طور ذاتی مزاج این گروه سنی گرم است؛ همچنین بافت بدن آنها ظریف بوده و نفوذپذیری داروها در بدن آنها زیاد است، بنابراین ممکن است سلامت آنها را مختل کند.

از آویشن اسانس، شرب های دارویی و روغن تهیه می شود. در حال حاضر فرآورده گیاهی تیمول یا تیمکس که از این گیاه در آنها استفاده شده است، توسط کارخانه های دوراوسازی تهیه و راهی بازار می شود. توجه داشته باشید که روغن های آویشن در افراد گرم مزاج ممکن است تهوع، درد معده یا گیجی ایجاد کند، حتی مسمویت با آن می تواند کشنده بوده و فرد را به اغما

ببرد.

البته شربت و داروهایی مانند تیمکس که در بازار وجود دارد، از آن جهت که بسیار رقیق است حتی اگر میزان بالایی توسط فرد مصرف شود به طور معمول عوارض خاصی نخواهد داشت. اگر افراد دچار التهاب در بدن خود هستند، نباید این گیاه برای آنها تجویز شود، علاوه بر این اگر آوبیشن خشک روی پوست کشیده شود، به ویژه افرادی که پوست خشک دارند یا مستعد برای ابتلا به آکنه هستند موجب التهاب پوستی در آنها خواهد شد.