

خواص معجزه آسای آلوئه ورا



نام گیاه پرخاصیت آلوئه ورا بیشتر برای مباحث زیبایی و سلامتی پوست و مو مطرح می شود در حالی که این گیاه معجزه های درمانی بیشماری دارد ، از درمان بواسیر تا رفع مشکلات دهان و دندان که در یک گزارش کامل به مهمترین آنها اشاره خواهیم کرد. آلوئه ورا یا صبر زرد نام دارد که علاوه بر اینکه خاصیت داروئی زیادی دارد.از ماده ژلاتینی که درون برگ این گیاه وجود دارد برای مصارف بهداشتی آرایشی (ژل.کرم . شامپو و...)هم استفاده میشود. آلوئه ورا بعلت داشتن خواص ضد میکروبی در درمان بسیاری از زخمها و جراحتهها و سوختگیها- اگزما - تاول - گزیدگی زنبور و نیش حشرات- بریدگی - کوفتگی - آفتاب سوختگی و آکنه موثر است. بنابراین استفاده از این گیاه نه تنها در کرمهای موضعی بلکه در کنترل بسیاری از بیماریها و اختلالات پوستی سودمند می باشد.آلوئه ورا

خواص آلوئه ورا در درمان دیابت:

پژوهش ها نشان دادند که آلوئه ورا قند خون را در انسان کاهش می دهد. دانه شمندان دریافتند از آنجا که آلوئه ورا قادر است آنزیم های موجود در پانکراس را فعال نماید می تواند در افرادی که دچار دیابت و هیپوگلیسمی هستند به تعادل و تنظیم قند خون کمک نماید

خواص آلوئه ورا در درمان زخم معده:

ضد باکتری و درمان کننده دارد. خوردن ژل آلوئه ورا سبب مبع شود که این ژل به جداره لوله های گوارشی بچسبد و سرعت بهبود زخم ها را افزایش دهد. ژل معجزه گر آلوئه ورا قادر به کاهش اسیدهای معده (عامل اصلی تشدید زخم های معده) می باشد. از این رو این ژل برای درمان زخم های معده بسیار مؤثر شناخته شده است. مصرف و خوردن آلوئه ورا پیش از هر وعده غذایی برای کسانی که از نظر هضم غذای مصرفی با مشکل روبرو هستند نیز مفید می باشد، زیرا آلوئه ورا سبب تحریک شیره گوارشی و ایجاد جریان طبیعی آن و در نتیجه کمک به شکستن مواد غذایی جهت جذب توسط سلول ها می شود

آلوئه ورا در تنظیم کلسترول، چربی خون:

ژل آلوئه ورا دارای آنزیم هایی نظیر آمیلاز، اکسیداز، کاتالاز و لیپاز، فولیک اسید، نیاسین که برای کاهش چربی و قند خون مفیدند هست

تأثیر آلوئه ورا بر درمان فشار خون

خواص و فواید آلوئه ورا برای مو

یکی از راههای کنترل و درمان کم پشتی موی سر استفاده از آلوئه ورا است. آلوئه ورا حاوی آنزیمهایی است که عامل محرکی برای تولید و رشد موهای جدید هستند، مکانیسم عملکرد آن بگونه ای است که سرعت جریان گردش خون را افزایش داده بنابراین پاپیلای پوستی (زائده بافتی ریشه موی سر) را فعال نموده و سبب افزایش تغذیه فولیکولهای مو می گردد. در واقع آلوئه ورا بعنوان یک ماده جادویی در جهت افزایش و رشد موها شناخته شده است. همچنین بعلت خواص ضد باکتری و قارچی که دارد مانع از ایجاد شوره سر می گردد. این گیاه برای کنترل عفونتهای قارچی مثل بیماری کچلی (کرم حقله دار) نیز مفید است. مستندات و مدارکی از کشورهای هند و امریکا پیدا شده است که در آنجا از این گیاه برای تقویت موی سر استفاده می شده است. بنابراین آلوئه ورا برای رشد و تقویت مو – ایجاد نرمی – براقیت و کنترل ریزش مو و کنترل خشکی مو بسیار مناسب است. از آلوئه ورا می توان در شامپو ها و نرم کننده های موی سر استفاده کرد و تجربه نشان داده که استفاده از اینگونه محصولات سبب تسریع جریان خون و در نتیجه کاهش استرس و هیجانات روحی می گردد. آلوئه ورا دارای بویی مطبوع و آرامش بخش است و ژل این گیاه در بسیاری از صابونها، شامپو ها، نرم کننده های مو و انواع محصولات آرایشی – بهداشتی کاربرد دارد. معمولا شامپو ها و نرم کننده های حاوی آلوئه ورا شامل مخلوطی از ویتامینهای مناسب مو، عصاره های گیاهی و روغنهای طبیعی می باشند و محصولات حاوی آلوئه ورا برای انواع مختلف موها نظیر خشک، نازک، چرب و معمولی مناسب است

فواید آلوئه ورا برای پوست:

خواص خنک کننده آلوئه ورا با آبرسانی به پوست باعث خلاصی از شر آفتاب سوختگی در تابستان می شود. در فصل زمستان نیز با افزودن رطوبت به پوست، از خشکی پوست جلوگیری می کند.



خواص آلوئه ورا برای پوست های نرمال و طبیعی:

افرادی که پوست طبیعی و نرمالی دارند، می توانند بدون هیچ نگرانی از ژل گیاه آلوئه ورا استفاده کنند. برای اینکه پوستتان سالم بماند، هر روز ترکیب زیر را به پوستتان بمالید. این ترکیب، پوست را صاف و نرم نگه می دارد

یک قاشق غذاخوری ژل آلوئه ورا با یک قاشق غذاخوری آرد نخود، یک قاشق مرباخوری پودر پوست پرتقال و مقداری ماست مخلوط کنید. سپس این مخلوط را به پوست صورت و گردن خود بمالید. فقط مراقب باشید آن را دور چشم هایتان نمالید. بعد از ۳۰ دقیقه صورت و گردن تان را با آب بشویید و با حوله ای تمیز به آرامی خشک کنید

خواص آلوئه ورا برای پوست های چرب:

پوست های چرب مستعد زدن جوش هستند و استفاده منظم از ترکیب زیر برای این نوع پوست مفید است. یک بار در هفته از ترکیب زیر برای پاک کردن پوست چرب خود استفاده کنید. برگ گیاه آلوئه ورا در آب بجوشانید تا نرم شود. سپس آن را بکوبید تا به شکل خمیری نرم درآید. چند قطره عسل به این خمیر اضافه کنید و مخلوط نمایید. سپس آن را به پوست صورتتان بمالید. بعد از ۱۵ دقیقه صورت خود را با آب سرد بشویید.

خواص آلوئه ورا برای پوست های خشک:

پوست های خشک اغلب رطوبت کمی دارند و عوارض خشکی پوست به آسانی قابل مشاهده است. برای مقابله با خشکی پوست، هر شب ترکیب زیر را به صورتتان بمالید. ژل گیاه آلوئه ورا را با روغن زیتون مخلوط کنید و کمی کره shea (درخت روغن قلم) به آن اضافه کنید. همچنین می توانید به جای این کره، از کرم آماده آن استفاده نمایید. مواد بالا را به خوبی با هم مخلوط کنید تا به شکل خمیر سفتی درآید. سپس آن را روی صورت و گردن خود بمالید. حداقل ۲۰ دقیقه این خمیر را روی صورتتان نگه دارید. سپس صورتتان را با آب سرد بشویید تا رطوبت در پوستتان حبس شود.

خواص آلوئه ورا برای پوست های حساس:

ترکیب زیر خیلی ملایم است و پوست های حساس را تحریک نمی کند. اما باید قبل از استفاده از آن، کثیفی و آلودگی پوستتان را کاملاً پاک کنید. متخصصان پوست می گویند می توان از گیاه آلوئه ورا برای این نوع پوست ها استفاده کرد. آب خیار و ماست و ژل آلوئه ورا را به خوبی با هم مخلوط کنید تا شکل خمیر شود. سه قطره گلاب نیز به خمیر بالا اضافه کنید. مدت ۱۵ دقیقه این خمیر را روی پوست صورت و گردن خود قرار دهید. سپس با آب بشویید.

خواص آلوئه ورا در درمان فشار خون:

تحقیقات اخیر ثابت کرده است که مصرف مداوم آلوئه ورا می تواند با ایاف سلولزی همراه و مخلوط شود و باعث پالایش و تصفیه خون شود و فشار خون را تنظیم و متعادل نماید.

خواص آلوئه ورا در درمان بیماری کلیه و دفع سنگ کلیه:

خوردن آلوئه ورا می تواند سنگ کلیه را دفع نماید یا اندازه سنگ را کوچکتر نماید. مصرف مداوم آلوئه ورا از تشکیل سنگ کلیه پیشگیری می نماید و از بافت های آن مراقبت نماید.

خواص آلوئه ورا در درمان بیماری های باکتریایی و سرطانی:

مصرف خوراکی مداوم آلوئه ورا از آنجا که دارای خواص ضد میکروبی می باشد برای درمان عفونت های میکروبی، مجاری معده و روده مؤثر خواهد بود. همچنین به علت وجود درصد بالای قند در این ژل خاصیت اسمزی بالایی رود و از رشد باکتری ها جلوگیری می شود. برخی از تحقیقات حاکی از آن است که ماده آنتروکینون موجود در ژل آلوئه ورا خواص ضد باکتری و ضد سرطانی دارد همچنین اشخاص مبتلا به سرطان که مشغول شیمی درمانی هستند می توانند با مصرف این گیاه تهوع و سایر مشکلات مربوط به این درمان را بکاهند.

خواص آلوئه ورا در درمان بیماری ایدز:

تحقیقات اخیر نشان داده است که مانوز استیله به عنوان یک ترکیب ضد ویروسی، دارای خواص درمانی ضد ویروسی ایدز می باشد. مانوز استیله خود ویروس را مورد حمله قرار می دهد اما نکته مهم تر این است که میزان تأثیر AZT (را) یک داروی مؤثر در درمان عفونت ویروس (HIV) را تا حد زیادی افزایش می دهد. حال چنانچه این ترکیب دارویی یا آلوئه ورا مصرف شود می تواند میزان AZT مورد استفاده برای HIV را تا ۹۰ درصد تقلیل دهد که این امر از هزینه ها و عوارض جانبی AZT تا حد زیادی می کاهد. برای درمان HIV به مصرف روزانه ۸۰۰ الی ۱۶۰۰ میلی گرم مانوزاستیله نیاز می باشد، این میزان از ماده مزبور برابر با نیم تا یک لیتر عصاره آلوئه ورا می باشد. هر چند میزان مانوراستیله می تواند در فرآورده های مختلف متفاوت باشد

خواص آلوئه ورا در درمان سینوزیت و آسم:

بخور گیاه آلوئه ورا تسکین دهنده در د سینوزیت می باشد و همچنین استنشاق بخار آبی که برگ آلوئه ورا در آن ریخته شده باشد برای شخص مبتلا به آسم مفید خواهد بود.

آلوئه ورا در بهداشت دهان و دندان:

اخیراً دانشمندان بدین نتیجه دست یافته اند که ژل آلوئه ورا برای مقابله با انواع پوسیدگی های دندانی بسیار مفید می باشد و در بهبود مشکلات دهان و لثه قدرت شفافبخش دارد. از این رو می توان از آلوئه ورا به عنوان یک ماده فعال برای پیشگیری از پوسیدگی های دندانی در خمیر دندان ها و ژل های تمیز کننده دندان استفاده نمود. ژل دندان آلوئه ورا همانند خمیر دندان عمل می کند و قادر به نابودی باکتری ها و میکروب های بیماری زای موجود در دهان می باشد به طوری که در پژوهش های کنونی اثبات شده است که اسید سالیسیلیک، فنل، سولفور، اسید سینامونیک، نیتروژن، اوره، لویپیل، سد باکتری و میکروب می باشد

نقش آلوئه ورا در درمان پوکی استخوان

آلوئه ورا در درمان بیماری های مری:

مصرف ژل آلوئه ورا از برگشت اسید معده به مری جلوگیری می کند. در این بیماری برگشت محتویات اسیدی معده به مری سبب آسیب زدن به مخاط مری و ایجاد علائمی همچون سوزش سردل، سرفه های خشک، خونریزی و زخم مری می شود.

آلوئه ورا در درمان بواسیر:

آنتراکوئین موجود در ژل آلوئه ورا به عنوان تسهیل کننده دفع مدفوع شناخته شده است که در افراد مبتلا به بواسیر بسیار مفید می باشد. (از زمان های قدیم نیز برای درمان این بیماری طبیبان از آلوئه ورا استفاده می کردند.

آلوئه ورا در درمان درد گوش و چشم:

چکانیدن سه قطره از شیرابه گیاه آلوئه ورا موجب تسکین فوری درد گوش می شود و برای تسکین درد چشم شیرابه آلوئه ورا را با کمی آب مخلوط کرده و در چشم بریزید. اینکار ضمن تسکین درد چشم می تواند نیروی چشم را تقویت کند.

آلوهه ورا در درمان و جلوگیری از درد و تورم:

در واقع اسید سالیسیلیک که در آلوهه ورا وجود دارد با مهار تولید پروستاگلاندین به عنوان یک مسکن عمل می کند و اثرات ضد التهابی، ضد کوفتگی، ضد کشیدگی ماهیچه ها، رباط ها، تاندون ها، واریس و آرتريت، نیز کاملاً اثر بخش است. ژل آلوهه ورا حاوی مقدار زیادی گلیکوپروتئین است که از تورم و درد جلوگیری می کند. همچنین آنزیم کربوکسی پپتیدازی که در آلوهه ورا وجود دارد عامل ایجاد کننده درد التهاب حاد موسوم به برادی کینین را غیرفعال می کند و ناحیخ درد به خصوص درد مفاصل را التیام می دهد.

آلوهه ورا در درمان کبد:

مصرف آلوهه ورا گرفتگی کبدی را برطرف و عملکرد آن را بهبود می بخشد و محرک ترشح صفرا است.

آلوهه ورا در درمان پوکی استخوان:

آلوهه ورا حاوی ارخی مواد معدنی از جمله برن می باشد. این عنصر می تواند کمبود کلسیم را در بدن به حداقل برساند. جذب آن را تسریع نماید و همچنین آن را در تمام بدن پخش کند. از این رو مصرف آلوهه ورا در پیشگیری و درمان پوکی استخوان می توان مفید باشد

آلوهه ورا در جلوگیری سکتة قلبی:

آلوهه ورا مقدار ترومبوکسان ۲ و پروستاگلاندین ۲ را که موجب انقباض عروقی و تجمع پلاکتی می شوند کاهش می دهد و موجب کاهش بروز سکتة قلبی می شود.

آلوهه ورا در درمان سوختگی و زخم پوستی:

در درمان سوختگی اثر معجزه آسایی دارد و درد ناشی از سوختگی را کاهش می دهد همچنین ناحیه سوختگی درجه ۲ و ۳ مانند آفتاب زدگی و یا سوختگی ناشی از اشعه راترمیم می کند شایان ذکر است که گیاه آلوهه ورا پوست هایی که در اثر تابش آفتاب سوختگی پیدا کردند را نرم می کند. خاصیت ترمیمی ژل این گیاه به صورتی است که به دلیل داشتن آب فراوان و روغن موجود در خ.د از خشک شدن پوست جلوگیری می کند، در نتیجه ترمیم ناحیه سوختگی را حاصل می سازد. مطالعات انجام شده در دهه ۱۹۹۰ نشان داده که وقتی از ژل آلوهه ورا برای التیام سوختگی استفاده می شود زخم زودتر التیام می یابد در حالی که وقتی از بانداژهای مخصوص سوختگی استفاده می شود سوختگی ۶ روز دیرتر التیام می یابد. آنزیم های ژل کلوکوماناز، آرابینانز و گالاکتاز است که در درمان سوختگی و جراحات بسیار مناسب است این ماده روند درمان بسیاری از جراحات پوستی از جمله زخم ها، بریدگی ها، پارگی ، خراش ها و سوزش های خفیف پوست که ناشی از گزیدگی حشرات می باشد را تسکین می دهد.

آلوهه ورا در افزایش قوای جنسی:

خوردن ژل آلوهه ورا قوای جنسی را تقویت می کند و اسپرم سازی را افزایش می دهد. همچنین در درمان بیماری سوزاک مؤثر است.

آلوئه ورا در تنظیم عادت ماهانه خانم ها:

مصرف خوراکی آلوئه ورا باعث هدایت خون به قسمت انتهائی بدن و لگن می شود. لذا در باز کردن قاعدگی هایی که مدت طولانی متوقف مانده اثرات بسیار مفیدی دارد.

آلوئه ورا در درمان زخم ها و جراحات ها و سوختگی:

ژل این گیاه دارای آنزیم های گلوکوماناز، آرابیناناز، گالاکتاز است که در درمان سوختگی و جراحات بسیار مناسب است. این ماده روند درمان بسیاری از جراحات پوستی از جمله زخم ها، بریدگی ها، پارگی، خراش ها و سوختگی های معمولی و سوختگی با اشعه های مضر، سوزش ها، گزیدگی های سمی را تسکین و التیام می بخشد.

آلوئه ورا در دفع سموم بدن:

مصرف خوراکی آلوئه ورا مواد زائد را از قسمت های مختلف بدن جذب کرده و دفع می نماید که این عمل باعث پاک سازی خون از اثرات جانبی داروهای شیمیایی، سیگار، سموم باقی مانده کشاورزی بر روی میوه ها و آلودگی هوا می شود.

آلوئه ورا در بالا بردن قدرت ایمنی بدن:

مصرف ژل آلوئه ورا به صورت خوراکی قدرت ایمنی بدن را بالا برده و کمک می کند که سموم در بدن تجمع نکنند و همچنین به سلول های بدن حیات می بخشد و سبب نرمال شدن متابولیسم بدن می شود.

آلوئه ورا در افزایش انرژی بدن:

مصرف خوراکی مداوم ژل آلوئه ورا سبب تنظیم دستگاه گوارش و هضم هرچه بهتر غذا می شود که از این رو احساس تندرستی و سلامتی می دهد و به علاوه سطح انرژی بدن افزایش می یابد و ژل آلوئه ورا ۴ بار سریع تر از آب در بدن نفوذ می کند و به فیزیولوژی بدن آسیب نمی رساند بلکه آن را متعادل نموده و بهبود می بخشد.

آلوئه ورا در درمان پارکینسون:

طبق تحقیقات به عمل آمده دانشمندان و پژوهشگران گیاه آلوئه ورا در درمان بیماری پارکینسون یا (باد لقوه) مؤثر است و علاوه بر آن سبب تحریک و افزایش ماهیچه ها می شود.

آلوئه ورا در ترک اعتیاد: مصرف خوراکی ژل آلوئه ورا به دلیل داشتن مقادیر اسید سالیسیلیک وجود دارد. مثل

مسکن عمل می کند و همچنین سموم بدن را دفع می کند و خود را پاک سازی می کند و افزایش سردگی های بعد از ترک اعتیاد را کاهش می دهد.

آلوئه ورا در مراقبت و درمان ناراحتی های پوستی:

PH ژل آلوئه ورا به دلیل نزدیک بودن PH انسان می تواند چهار برابر سریع تر از آب در بدن انسان نفوذ کند و به فیزیولوژی بدن آسیب نمی رساند ژل آلوئه ورا شامل بیش از ۷۵ نوع ماده مغذی از لحاظ غذایی و ۲۰۰ ترکیب فعال ۲۰ نوع ماده معدنی و ۸ نوع آمینواسید و ۱۲ نوع ویتامین که فعالیت های متعددی را در بدن انسان انجام می دهند.

درمان بیماری های روده:

گیاه آلوئه ورا حداقل دارای ۳ اسید چرب با خاصیت ضد التهابی می باشد که برای معده، روده کوچک و روده بزرگ مفید هستند. مصرف آلوئه ورا به صورت مرتب اثرات شفا بخش طولانی مدت و مثبتی به همراه داشته و سیستم گوارشی را پالایش نموده و بهبود بیماری های روده را تسریع می نماید. آنترالوئین موجود در ژله آلوئه ورا به عنوان مسهل مؤثر عمل می کند.

آلوئه ورا در درمان استرس:

اظهار نظر دانشمند روسی برگمن آلوئه ورا قادر است سلول ها را احیاء و حیات بخشد آلوئه ورا می تواند خواص تنظیم کننده و کنترل کننده روی بدن داشته باشد و به سیستم بدن کمک کند تا در لحظات و موقعیت های بحرانی و استرس زا تعادل خود را حفظ نماید و در همین هنگام که تنظیم و کنترل سیستم ایمنی بدن را به عهده دارد به درمان بخشی دیگر از بدن که بیمار است پردازد. این عمل گیاه یا دارو **Adaptojenic** در زمان نیاز در آن بخش از بدن که فعالیتش کارساز و مورد نیاز باشد انجام خواهد پذیرفت و اگر مورد نیاز نباشد ظاهراً بدون فعالیت باقی می ماند، اگر چه در این هنگام نیز به آهستگی و به تدریج سیستم ایمنی بدن را تقویت می کند.

مضرات احتمالی آلوئه ورا:

ژل آلوئه ورا در درمان زخمهای عمیق مؤثر نیست و شیره آن می تواند سبب گرفتگی یا اسهال روده ای شدید گردد. ژل آلوئه ورا برای استعمال خارجی، ماده بی خطری است اما در موارد نادری ممکن است سبب واکنش های آلرژیک گردد.

زنان شیرده یا باردار نباید از این ماده استفاده کنند زیرا ممکن است سبب انقباضهای رحمی گردیده و سقط جنین را تحریک کند

• مصرف طولانی مدت این ماده سبب وابستگی به آن می شود یا تعادل الکترولیتی را مختل می سازد. کودکان زیر ۱۲ سال نبایستی از این گیاه مصرف کنند

تداخلهای احتمالی: مصرف طولانی و مزمن شیره آلوئه می تواند سبب کمبود پتاسیم گردد
این ماده ممکن است سبب تشدید اولسرها، بواسیر، التهاب دیورتیکول، کولیت یا سندرم روده تحریک پذیر (IBS) گردد.

منبع: نمناک