

زنان، بیمارهای کبدی و مسمومیتها و کاهش تب استفاده می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که ممکن است این گیاه برای درمان ایدز نیز مفید باشد.

● روغن همیشه بهار: برای درمان برفک مهبل خانمها که یک بیماری قارچی می‌باشد بسیار مؤثر می‌باشد.



✿ اثرات همیشه بهار بر بدن

ضد عفونی کننده، ضد قارچ، ضد التهاب، التیام دهنده زخم‌ها، تنظیم کننده عادات ماهانه خانمها، تقویت کننده تولید صفرا در کبد.

* ویژگی (مزاج): دارای طبیعت کمی تلخ، تند، خشک و فنکی است.

یاس امین الدوله (پیچ امین الدوله)

Lonicera spp. (Honey suckle)

زمانی از یاس امین الدوله برای درمان آسم، مشکلات ادراری و در هنگام زایمان از آن استفاده می‌کردند. در آن زمان توصیه می‌شد که برای مشکلات طحال از این گیاه استفاده کنند. امروزه چینی‌ها بیشتر از سابق از این گیاه استفاده می‌کنند و از آن برای دفع سموم و حرارت بدن بهره می‌گیرند.

✿ قسمتهای مورد استفاده یاس امین الدوله

● گلهای یاس امین الدوله: بطور سنتی از آن شربت ساخته می‌شد و بعنوان یک داروی خلط آور در مواردی که سرفه‌های بد و یا آسم وجود داشت مصرف می‌گردید. همچنین



بعنوان ادرا ر آور نیز از آن استفاده می شود.

● غنچه های گل یاس امین الدوله: عمدتاً از آن در بیماری های تب دار استفاده می شد. در درمان انواعی از اسهال در چین استفاده می شود.

● ساقه یاس امین الدوله: در سرماخوردگیها، آرتريت روماتوئید و اسهال از آن استفاده می شود.

✿ اثرات یاس امین الدوله بر بدن

ادرا ر آور، ضد اسپاسم، خلط آور، ملین، ضد باکتری، ضد التهاب.

✿ ویژگی (مزاج): دارای طبیعت سرد و شیرین می باشد.

یاسمن

Jasminum SPP. (Jasmine)

گل یاسمن در قرن شانزدهم میلادی به اروپا وارد شد و به سرعت در بین عطرها ی فرانسوی از محبوبیت خاصی برخوردار شد. روغن معطر یاسمن را با قرار دادن گل های آن در بین ورقه های شیشه ای همراه با موم استخراج می کنند. یاسمن عربی برای معطر کردن چای چینی هزاران سال است که مصرف می شود.

✿ قسمت های مورد استفاده یاسمن

● گل های یاسمن: دارای اثرات افزایش دهنده شهوت بوده و نیز برای کاهش تب و تقویت سیستم ایمنی بدن مفید می باشد.

● روغن یاسمن: ماساژ روغن یاسمن در درمان دردهای قاعدگی، افسردگی و ناتوانی

جنسی مفید می باشد.

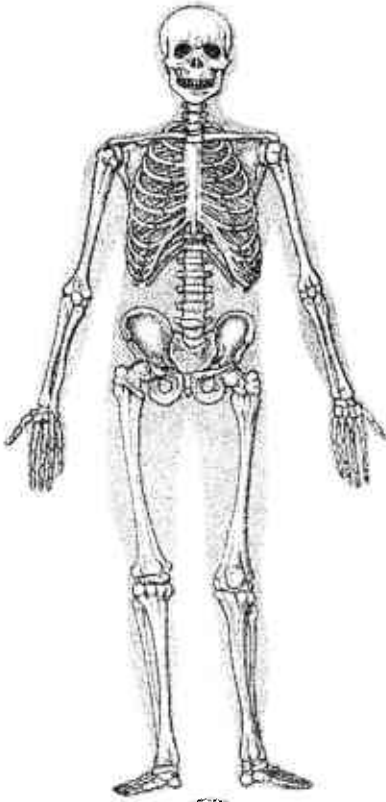
✿ اثرات گیاه یاسمن بر بدن

آرامبخش اعصاب، افزایش دهنده شهوت، ضد درد، افزایش دهنده شیر مادران، ضد افسردگی، ضد اسپاسم، ضد عفونی کننده و تقویت کننده رحم خانمها.

✿ ویژگی (مزاج): دارای طبیعت گرم، فشک، تلخ و قابض است. پوسته تازه آن دارای طبیعت فنکی می باشد.



بیماریهای عضلانی - اسکلتی



پیچ خوردگی ها و کشیدگی تاندونها

به آسیبهایی که به مفاصل و عضلات وارد می آید
پیچ خوردگی یا کشیدگی گفته می شود و علائم آن
عبارتند از:

درد

تورم مفاصل

کبودشدگی

درمان گیاهی

۱) گیاه سنفیتون: باعث تقویت رشد مجدد
سلولهای بافت پیوندی و استخوانها می شود. بصورت
کرم یا پماد بر روی منطقه آسیب دیده مالیده شود.
۲) گیاه آویشن: ضد اسپاسم (گرفتگی عضلات)
بوده و باعث تحریک حرکت جریان خون در محل
آسیب دیده می شود. روغن آن را بصورت کمپرس مصرف نمایید.

آرتریتها (التهاب مفاصل)

دو نوع آرتریت شایع عبارتند از: (۱) آرتروز (۲) آرتریت روماتوئید. علائم آن عبارتند از:

خشکی و درد مفاصل

صدا دادن مفاصل

تورم یا تغییر شکل دادن مفاصل

داغ شدن یا سوزش مفاصل

بدتر شدن بیماری در هوای سرد و مرطوب

✿ درمان گیاهی

(۱) سنبل ختایی: دارای اثرات گرم کنندگی و تحریک کنندگی می باشد.

از تتور آن بصورت کمپرس استفاده شود.

(۲) پنجه شیطان: یک ضدالتهاب قوی می باشد. یک تا سه گرم از پودر آن را بصورت

کپسول در روز استفاده نماید.

(۳) بید سفید: از آنجایی که دارای سالیسیلات می باشد بعنوان یک ضدالتهاب عمل

می کند. روزی یک قاشق غذاخوری از عصاره آن میل شود.

قرص

بعلت رسوب اسید اوریک در مفاصل ایجاد می شود. علایم آن عبارتند از:

◀ مفاصل متورم، ملتهب و بسیار دردناک (اغلب در انگشتان پاها ایجاد می شود).

✿ درمان گیاهی

کورفس: اسید اوریک موجود در مفاصل را پاک می کند.

یک قاشق از آن را در نیم لیتر آب دم کنید و سپس مصرف نمایید.

روماتیسم و درد عضلات

روماتیسم بصورت درد عضلانی تعریف می شود و می تواند شامل فیبروزیت (التهاب

غلاف عضلات) باشد. علایم آن عبارتند از:

◀ درد و سوزش عضلات

✿ درمان گیاهی

اکلیل کوهی (رزماری): ضد درد و ضد روماتیسم بوده و باعث گرم شدن عضلات

می شود. از روغن آن بصورت ماساژ عضلات استفاده می شود.

پشت درد و کمر درد

پشت درد ممکن است بعلت کشیدگی عضلات، آسیب دیدن دیسک بین مهره ای،

مشکلات کلیوی و یا عصبی باشد. علایم آن عبارتند از:

◀ دردی که می‌تواند ناتوان‌کننده، مزمن و محدود‌کننده حرکات فرد باشد.

✿ درمان گیاهی

سروکوهی: ضد روماتیسم، محرک و پاک‌کننده اسید لاکتیک از عضلات می‌باشد. می‌توان هم آن را بصورت تتور و یا دم کرده مصرف کرد و هم روغن آن را بصورت ماساژ استفاده نمود.

آرنج تنیس‌باز و التهاب غلاف تاندون آرنج

به التهاب مفصل آرنج اصطلاحاً آرنج تنیس‌باز گفته می‌شود و علایم آن عبارتند از:

◀ درد و اشکال در حرکت مفصل آرنج

◀ احساس بی‌حسی و گزگز آرنج

✿ درمان گیاهی

گیاه بومادران: باعث کاهش التهاب مفصل، تاندون و عضلات شده و درد را از بین می‌برد.

از روغن آن بصورت ماساژ استفاده شود.

سیاتیک

دردی که بعلت تحریک یا فشار بر روی عصب سیاتیک وارد شود و موجب شود که این درد از قسمت ستون فقرات شروع شده و به ران و به پاها برسد را اصطلاحاً درد سیاتیک می‌نامند و علایم آن عبارتند از:

◀ درد در طول مسیر عصب سیاتیک (از ستون فقرات تا پایین پاها)

✿ درمان گیاهی

لفل قرمز: باعث تحریک جریان خون شده و به تقویت اعصاب و تسکین درد عصب سیاتیک کمک می‌کند.

از روغن آن بصورت ماساژ استفاده شود.

گرفتگی عضلات

گرفتگی عضلات می تواند بعلت فشار بیش از حد، خستگی و یا عدم تعادل نمکهای بدن ایجاد شود و علایم آن عبارتند از:

- ◀ درد شدید و تیز در پاها
- ◀ احساس سفت شدگی عضلات

✿ درمان گیاهی

سیب زمینی هندی: باعث شل شدن عضلات می شود. از تتور آن استفاده شود.

سر دردها و میگرن

سر درد تنشی

سر درد تنشی ممکن است بعلت سفت شدن عضلات گردن بر اثر استرس ایجاد شود. علایم آن عبارتند از:

- ◀ درد (معمولاً در جلوی سر یا پیشانی)

✿ درمان گیاهی

سنبل الطیب: دارای اثرات آرامبخشی می باشد.

از دم کرده ریشه سنبل الطیب می توان استفاده نمود.



میگرن

میگرن به سردردهای شدیدی گفته می‌شود که می‌تواند با حساسیت به غذاهای خاص، استرسها، آلودگی‌ها و عادات ماهانه ارتباط داشته باشد. این نوع سردردها می‌تواند از چند دقیقه یا چند روز طول بکشد و علائم آن عبارتند از:

◀ ایجاد مشکلات بینایی

◀ گزگز شدن اندامها

◀ تهوع و استفراغ

◀ حساسیت به نور

✽ درمان گیاهی

اسطوخودوس: دارای اثرات آرام بخش، ضد اسپاسم و ضد درد می‌باشد.
روغن اسطوخودوس را می‌توان بر روی قسمت گیجگاه سر ماساژ داد. همچنین از دم کرده آن نیز می‌توان بطور خوراکی مصرف نمود.

نورالژی

درد سوزشی شدید و خنجر مانند که اغلب در مسیر عصب صورتی ایجاد می‌شود را نورالژی می‌نامند. این وضعیت می‌تواند متعاقب صدمات یا مواجه شدن با هوای سرد و خشک ایجاد گردد و علائم آن عبارتند از:

◀ درد بسیار شدید و موضعی

◀ حساسیت بیش از حد پوست قسمت مبتلا شده به لمس

◀ عود مکرر

✽ درمان گیاهی

۱) علف چای (هوفاریقون): ضد التهاب بوده و سیستم عصبی را تقویت می‌کند.
می‌توان هم دم کرده آن را نوشید و هم روغن آن را بر روی منطقه آسیب دیده ماساژ داد.
۲) شاه پسند طبی: این گیاه، آرامبخش، ضد اسپاسم و تقویت کننده سیستم عصبی می‌باشد. باید بصورت کمپرس بر روی منطقه مبتلا از آن استفاده نمود.

عفونتها

سرماخوردگی و آنفلوآنزا

معمولا بر اثر ویروسها ایجاد می‌شود و اغلب همراه استرس، خستگی و افسردگی می‌باشد و علائم آن عبارتند از:

- ◀ تب
- ◀ سردرد
- ◀ سرفه
- ◀ دردهای عضلانی
- ◀ آبریزش یا گرفتگی بینی
- ◀ گلودرد

✿ درمان گیاهی

- ۱) سیر: دارای خواص ضد میکروبی می‌باشد و در بسیاری از بیماریهای عفونی می‌توان از آن استفاده نمود. در بیماریهای شدید می‌توان تا ۶ عدد سیر در روز مصرف نمود.
- ۲) دارچین: دارای طبیعت گرمی می‌باشد. ضد باکتری بوده و باعث افزایش تعریق بدن می‌شود.

آبسه و کورک

اغلب بعلت تجمع باکتریها در یک فولیکول مو یا زخم ایجاد می‌شوند. ممکن است نشانه ضعف سیستم ایمنی بدن باشد. علائم آن عبارتند از:

- ◀ ملتهب شدن و حساس شدن پوست مبتلا
- ◀ وجود چرک قابل مشاهده
- ◀ درد

✿ درمان گیاهی

انجیرک: ضد التهاب و ضد باکتری می‌باشد.
از برگهای انجیرک یک مرهم ساخته و بر روی آبسه یا کورک قرار دهید.

ضعف سیستم ایمنی

ضعف سیستم ایمنی همراه با حساسیت غذایی، افسردگی و یا خشکی بیش از حد می‌باشد و باعث می‌شود بدن مستعد ابتلا به انواع عفونتها شود. می‌تواند نشانه یک بیماری زمینه‌ای جدی در بدن باشد. علائم آن عبارتند از:

✦ سرماخوردگی‌های مکرر

✦ عفونتهای پوستی مکرر

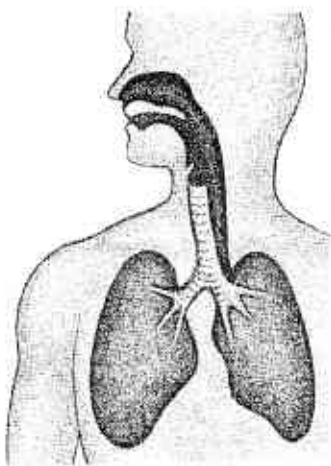
✦ خستگی مزمن

✿ درمان گیاهی

اکیناسه: ضد باکتری و ضد ویروس بوده و بدن را در مقابل عفونتها مقاوم می‌سازد. هر بار ۵۰۰ میلی‌گرم از پودر ریشه آن را بصورت کپسول میل نمایید. تا چهار بار در روز می‌توانید تکرار نمایید.

بیماریهای تنفسی

سرفه



سرفه نوعی اسپاسم عضلات است که در واکنش به تحریک یا انسداد مجاری تنفسی رخ می‌دهد. سرفه‌ها اغلب همراه با عفونتهایی مثل سرماخوردگی و آنفلوآنزا ایجاد می‌شوند اما گاهی اوقات در اثر تنشهای عصبی بوده و هیچ علت پاتولوژیکی ندارند. علائم آن عبارتند از:

✦ سرفه‌های خلط‌دار ممکن است دارای خلط آبکی و

رقیق و یا اینکه خلط غلیظ به رنگ زرد یا سبز باشند.

✦ سرفه‌های خشک می‌توانند بسیار ناراحت‌کننده

❁ درمان گیاهی

(۱) ختمی: خلط آور بوده و باعث نرم شدن و کاهش التهاب مجاری تنفسی می شود. از جوشانده یا تتور آن استفاده شود.

(۲) زوفا: گرم کننده، خلط آور و ضد اسپاسم می باشد. در درمان سرفه هایی با خلط آبکی و رقیق و نیز سرفه های همراه با برونشیت موثر می باشد. از جوشانده یا تتور آن استفاده شود. می توان از روغن آن برای ماساژ سینه نیز استفاده نمود.

زکام

در زکام افزایش ترشح از غشاهای تنفسی وجود دارد و علایم آن عبارتند از:

◀ آبریزش بینی

◀ سرفه

◀ ملتهب شدن غشاهای بینی

◀ درد سینوس ها

❁ درمان گیاهی

گیاه آقطی: ضد زکام، ضد التهاب و خلط آور می باشد. از تتور و یا جوشانده آن استفاده می شود.

سینوزیت

سینوزیت به علت التهاب یا عفونت حفره های سینوس در جمجمه ایجاد می شود. سینوزیتها اغلب به دنبال یک سرماخوردگی ایجاد می شود اما می توانند بر اثر مشکلات دندانی مثل آبسه ریشه دندان هم بوجود بیاید. علایم سینوزیت عبارتند از:

◀ درد در محل سینوس ها

◀ سر درد که می تواند خیلی شدید باشد

◀ حساس بودن سینوسها بقدری که تماس با آن دردناک می شود

ترشحات بینی که اغلب همراه با رگه‌های خونی است.

درمان گیاهی

فلفل دراز: گرم کننده و ضد زکام بوده و برای سردردهای سینوزیت و حساسیت فصلی مناسب می‌باشد. می‌توانید از جوشانده، پودر و یا تنتور آن استفاده نمایید.

برونشیت

به التهاب برونشها (مجاری تنفسی) برونشیت گفته می‌شود که ممکن است بر اثر عفونت ایجاد شده باشد. برونشیت‌های مزمن اغلب بر اثر ابتلاء به سرماخوردگی و یا کشیدن سیگار و در معرض آلودگی هوا قرار گرفتن، بدتر می‌شوند. علایم برونشیت عبارتند از:

سرفه خلط‌دار که اغلب دارای خلط چرکی می‌باشد

بالا رفتن درجه حرارت بدن

درد سینه و تنگی نفس

درمان گیاهی

آویشن: ضد عفونی کننده و خلط آور می‌باشد و در مواردی که خلط غلیظ عفونی وجود داشته باشد مفید می‌باشد.

از جوشانده، تنتور و یا شربت آویشن می‌توان استفاده نمود. همچنین روغن آن را می‌توان بر روی سینه ماساژ داد.

آسم

به اسپاسم (منقبض شدن) مجاری هوایی که منجر به تنگی نفس و صدای خس خس می‌شود آسم گفته می‌شود. این بیماری می‌تواند همراه با حساسیت فصلی و یا آگزما ایجاد شود و ممکن است ارثی نیز باشد. علایم آن عبارتند از:

صدای خس خس در هنگام بازدم



◀ تنفس مشکل

✿ درمان گیاهی

۱) اوکالیپتوس: ضد عفونی کننده، خلط آور و ضد اسپاسم می باشد.

می توان از آن بعنوان بخور استفاده کرد و یا اینکه روغن آن را بر روی سینه ماساژ داد.

۲) بابونه: ضد التهاب، ضد حساسیت و ضد اسپاسم می باشد و برای انواعی از آسم که به

آسم آلرژیک معروف هستند مناسب می باشد.

می توان از آن بعنوان بخور استفاده نمود و یا اینکه روغن آن را بر روی سینه ماساژ داد.

بیماریهای گوش، چشم، دهان و گلو

گوش درد

می تواند همراه با زکام و یا عفونت

باشد و علائم آن عبارتند از:

◀ درد گوش که اغلب شدید بوده و

می تواند در یک یا هر دو گوش ایجاد

شود.

◀ صدای زنگ در گوش

◀ احساس گرفتگی گوش

◀ ترشح بیش از حد موم از گوش

◀ تب

◀ سرگیجه یا تهوع (اگر گوش داخلی مبتلا شده باشد)

توجه: عفونتهای شدید گوش می توانند باعث ناشنوایی شوند، بنابراین در صورتی که

مشکلات شدید و طولانی مدت شدند به پزشک مراجعه نمایید.



✿ درمان گیاهی

بارهنگ: باعث تقویت مخاط غشاها و کنترل زکام می‌شود.
از جوشانده و یا تتور آن بصورت خوراکی استفاده شود.

کونژونکتیویت و بلفاریت

به التهاب غشاء پوشاننده کره چشم اصطلاحاً کونژونکتیویت گفته می‌شود. به التهاب لبه‌های پلک نیز بلفاریت گفته می‌شود. هر دوی این مشکلات می‌توانند بر اثر عفونت، حساسیت (آلرژی) و یا تحریکات فیزیکی یا شیمیایی ایجاد شوند. علایم کونژونکتیویت عبارتند از:

✦ احساس وجود شن ریزه در چشم

✦ حساس شدن بیش از حد چشمها به نور

✦ درد، سوزش و تورم چشم

✦ قرمز شدن چشم

✦ ترشح از چشم که ممکن است آبکی و یا حاوی

چرک باشد

علایم بلفاریت عبارتند از:

✦ قرمز و پوسته پوسته شدن پلک

✿ درمان گیاهی

۱) گیاه غافث: دارای اثر التیام بخش برای مخاط غشاها می‌باشد. تقویت کننده کبد بوده

و می‌تواند به چشمها نیز کمک نماید.

با جوشانده گیاه غافث که رقیق باشد می‌توان چشمها را شست.

۲) همیشه بهار: ضد التهاب و ضد عفونی کننده بوده و به رفع تحریکات موضعی کمک

می‌کند.

با تتور آن می‌توان چشمها را شست.



زخم‌های دهان



زخمهای دردناک دهان اغلب بعلت عفونت‌های قارچی یا باکتریایی ایجاد می‌شوند. این زخمها ممکن است بر اثر مصرف بیش از حد مواد قندی و یا سایر غذاهایی که باعث افزایش تکثیر قارچها می‌شوند ایجاد گردند. ترک خوردن لبها اگر همراه با زخمهای دهان باشد ممکن است نشانه کمبود ویتامین در بدن باشد. علائم زخمهای دهان عبارتند از:

◀ زخمهای سفید رنگ و دردناک که ممکن است مدتها باقی بمانند.

✿ درمان گیاهی

۱) گیاه مَر: ضد میکروب بوده و باعث التیام بخشیدن زخم می‌شود.

چند قطره از روغن و یا تنتور این گیاه را در داخل یک لیوان آب گرم ریخته و دهان خود را با آن بشوئید.

۲) مریم گلی: ضد میکروب و التیام بخش زخم می‌باشد. همچنین برای بیماریهای لثه و ژنژیویت نیز مناسب می‌باشد.

ده سی سی از تنتور آن را در یک لیوان آب گرم بریزید و دهان خود را با آن بشوئید.

تبخال

تبخال به زخمهای کوچکی بر روی صورت گفته می‌شود که معمولا در اطراف لبها ایجاد می‌شوند. از وقتی که شما به ویروس هرپس سیمپلکس آلوده می‌شوید، در مواقعی که به علت خستگی یا استرس، سیستم ایمنی‌تان ضعیف می‌شود، تبخال خود را نشان می‌دهد و بطور مکرر عود می‌نماید. علائم آن عبارتند از:

◀ احساس درد یا گزگز در محل تبخال

✿ درمان گیاهی

(۱) اسطوخودوس: یک ضد عفونی کننده موضعی می باشد.

روغن آن را بر روی تبخال قرار دهید.

(۲) کاجی بوت: نوعی آنتی بیوتیک بوده و همچنین باعث تحریک سیستم ایمنی

می شود.

روغن آن را بر روی تبخال قرار دهید.

گلودرد

گلودرد ممکن است بر اثر ابتلاء به یک عفونت و یا تحریک شیمیایی ایجاد شود.

همچنین ممکن است همراه با التهاب لوزه‌ها، فارنژیت و یا لارنژیت باشد. علایم آن

عبارتند از:

◀ درد در قسمت انتهایی دهان

◀ اشکال در بلعیدن

◀ قرمز شدن گلو

◀ گرفتگی صدا

◀ تب

✿ درمان گیاهی

(۱) گیاه غافث: التیام بخش مخاط غشاهای می باشد.

جوشانده و یا تتور رقیق شده آن را غرغره نمایید.

(۲) گیاه پای شیر: باعث کاهش التهاب می شود. برای لارنژیت مناسب می باشد.

جوشانده و یا تتور رقیق شده آن را غرغره نمایید.

(۳) اکیناسه: ضد باکتری و التیام بخش زخمها می باشد.

تتور رقیق شده آن را غرغره نموده و سپس آن را قورت دهید.

التهاب لوزه‌ها

تونسیلیت (التهاب لوزه‌ها) معمولاً بر اثر ابتلاء به یک عفونت ویروسی و یا باکتریایی ایجاد می‌شود. علائم آن عبارتند از:

- ◀ گلو درد شدید
- ◀ اشکال در بلع - تب
- ◀ قرمز و بزرگ شدن لوزه‌ها که ممکن است همراه با ترشح چرک باشد.

✿ درمان گیاهی

علف شیرو: پاک کننده سیستم لنفاوی بدن می‌باشد.
از جوشانده و یا آب تازه آن، روزی سه بار استفاده نمایید.

بیماری‌های پوست و مو

اگزما

به التهاب پوست که ممکن است بر اثر آلرژی (حساسیت)، استرس‌های عصبی و تحریکات شیمیایی و یا تماس با فلزات ایجاد شود اصطلاحاً اگزما گفته می‌شود. ممکن است فقط در یک قسمت و یا در تمام قسمتهای بدن ایجاد شود. چین‌های پوست مثل چین‌هایی که در قسمت آرنج و یا در زیر پستانها وجود دارند اغلب دچار این مشکل می‌شوند. علائم آن عبارتند از:

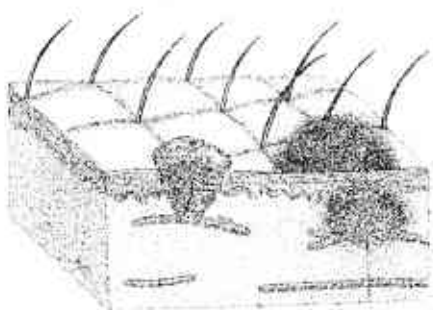
◀ لکه‌های قرمز و ملتهب بر روی پوست

◀ خارش

◀ ترشح مایع از لکه‌های تازه

◀ کبره بستن ترشحات

◀ در شرایط حاد ممکن است خونریزی



هم دیده شود.

✿ درمان گیاهی

۱) گیاه بابا آدم: پاک کننده، ادرار آور و ملین می باشد. برای درمان مشکلات پوستی بویژه اگزما مناسب می باشد.

از تتور آن، سه بار در روز استفاده نمایید.

۲) گیاه گزنه: التیام بخش، تقویت کننده و تحریک کننده جریان خون می باشد. در مواردی که اگزما بعلت ضعف خونرسانی در آن منطقه می باشد، مناسب خواهد بود. از جوشانده و یا تتور آن مصرف نمایید و یا اینکه از پماد یا کرم آن بر روی قسمت مبتلا بمالید.

۳) گیاه علف مرغ: نرم کننده و التیام بخش می باشد. از پماد یا کرم آن استفاده نمایید.

جوش غرور جوانی (آکنه)

آکنه یا جوش غرور جوانی بر اثر التهاب غدد چربی پوست ایجاد می شود که در ابتدا ممکن است سرسیاه باشد. این وضعیت در بین نوجوانان بسیار شایع می باشد. علایم آن عبارتند از:

◀ جوشهای ملتهب

◀ چرب شدن بیش از حد پوست

◀ کیست های عفونی و باقی ماندن جای جوشها

✿ درمان گیاهی

۱) سیر: ضد باکتری و ضد قارچ می باشد. دارای اثرات ضد عفونی کننده خوبی در عفونتهای پوستی می باشد. با یک عدد سیر برش خورده، قسمت مبتلا را مالش دهید.

۲) کلم پیچ: ضد میکروب و ضد التهاب بوده و التیام بخش می باشد. بصورت لوسیون از آن استفاده کنید.

۳) کاجی بوت: ضد باکتری قوی برای عفونتهای پوستی می باشد. از روغن آن بعنوان لوسیون استفاده نمایید.

زگیل

به زایده‌های کوچک و سفتی که در لایه خارجی پوست ایجاد می‌شوند زگیل گفته می‌شود که علت ایجاد آنها ویروس می‌باشد. زگیل‌ها می‌توانند بر اثر تماس به دیگران هم منتقل شوند. علائم آن عبارتند از:

◀ رشد واضح زائده‌های پوستی

✿ درمان گیاهی

مامیران: ضد ویروس قوی و از بین برنده زگیل‌ها می‌باشد. روزی دوبار شیره ریشه این گیاه را بر روی زگیل بمالید. حداکثر ظرف ۲ تا ۳ هفته زگیل‌ها از بین می‌روند.

پسوریازیس

بیماری پسوریازیس بعلت افزایش بیش از حد کراتینوسیت‌های پوست ایجاد می‌شود. این بیماری می‌تواند بر اثر بد عملکردن سیستم ایمنی و بدن‌بال ابتلا به عفونت‌های استرپتوکوکی و یا آسیب‌های پوستی ایجاد شود. بیماری پسوریازیس در افرادی که دارای شخصیت گوشه‌گیری و دوری از سایرین هستند بیشتر دیده می‌شود و ممکن است بر اثر استرس و یا نگرانی، بیماری آنها تشدید شود. در بعضی خانواده‌ها بیماری پسوریازیس بیشتر دیده می‌شود. علائم آن عبارتند از:

◀ لکه‌های قرمز پوستی که اغلب دارای پوسته‌هایی به رنگ نقره‌ای می‌باشد.

◀ دوره‌های عود و بهبود این بیماری بطور مکرر تکرار می‌شوند.

✿ درمان گیاهی

(۱) علف شیر: پاک‌کننده، ادرار آور و التیام بخش می‌باشد. برای درمان انواع مشکلات پوستی مناسب می‌باشد. روزی سه بار از جوشانده آن مصرف نمایید. همچنین می‌توانید از کرم یا پماد آن بر روی مناطق مبتلا بمالید.

(۲) انجیرک: ضد التهاب، پاک‌کننده و محرک گردش خون می‌باشد.

از جوشانده و یا تئور آن استفاده نمایید.

عفونتهای قارچی

سر و انگشتان پاها از جاهایی هستند که عفونتهای قارچی بیشتر دیده می‌شوند. علایم آن

عبارتند از:

◀ لکه‌های قرمز و تحریک‌پذیر پوست

◀ پوسته پوسته شدن

✿ درمان گیاهی

(۱) صبر زرد: خنک‌کننده پوستهای تحریک‌پذیر می‌باشد.

ژل و یا پمادی که از برگهای صبر زرد ساخته شده را بر روی منطقه مبتلا بمالید.

(۲) گل همیشه بهار: ضد قارچ و التیام بخش می‌باشد. نرم‌کننده پوستهای خشک و

ملتهب است. از کرم یا پماد آن استفاده نمایید. همچنین می‌توان از جوشانده آن برای

شستشو استفاده نمود.

(۳) گیاه مر: ضد قارچ، التیام بخش و تقویت‌کننده سیستم ایمنی می‌باشد.

ده قطره از روغن و یا ده سی سی از تئور آن را در ۱۰۰ سی سی آب ریخته و از آن برای

شستشو استفاده نمایید.

سفید شدن زودرس موها

سفید شدن موها ممکن است ارثی و یا بر اثر استرس و قاعدگی زودرس در خانمها

باشد. علایم آن عبارتند از:

◀ سفید شدن موها در سنین حدود ۲۰ و ۳۰ سالگی

✿ درمان گیاهی

مریم‌گلی: بطور سنتی از این گیاه برای برگرداندن رنگ مو به حالت اولیه استفاده

می‌شود. از جوشانده آن برای شستشوی موها استفاده نمایید.

شوره سر

به پوسته‌هایی از سلولهای مرده پوست، اصطلاحاً "شوره سر" گفته می‌شود. علایم آن