

به نام خدا

عرق خارشتر چیست؟

عرق خارشتر، آب غلیظ یا عصاره ی خالص حاصل از ریشه ی گیاه خارشتر است که با روش تقطیر آب به دست می آید. این عرق از نظر پزشکی سنتی دارای طبع گرم و خشک است و از آن برای رفع بواسیر، علاج روماتیسم، تقویت سیستم ایمنی بدن، خواص مدر و مسهل، تقویت کننده ی عملکرد کلیه، شستشو دهنده ی کلیه ها و تقویت کنندگی کبد استفاده می کنند. در زیر با خواص بیشتر عرق این گیاه بیشتر آشنا می شوید.



خواص عرق خارشتر

عرق خارشتر دارای خواص دارویی زیادیست، در زیر مهمترین خواص این عرق رو براتون تشریح می کنیم:

لاغری

عرق خارشتر از گذشته، یکی از عرق های مفید چربی سوز مورد استفاده بوده و افرادی که مبتلا به اضافه وزن هستند با مصرف این عرق می توانند از حالت **چاقی** در آمده و به وزن متعادل خودشان دست پیدا کنند. این عرق به خاطر خواص مسهل و ملین بودنش، از انسداد روده و اختلالات در دفع مدفوع جلوگیری می کند، این امر منجر به **لاغری** و **کاهش وزن** فرد در آینده می شود.

بر طبق تحقیقات انجام شده می شود گفت که استفاده از عرق خارشتر می تواند به درمان **چاقی** و جلوگیری از به وجود اومدن آن تاثیر گذار باشد.

دستگاه گوارش

حکمای طب سنتی از عرق خارشتر برای تقویت دستگاه گوارش هم استفاده می کردند. این عرق با خاصیت تقویت کنندگی سلول های عصبی معده، کار هضم غذا را راحت تر کرده و به هضم بهتر و سریعتر آن کمک می کند. مصرف مداوم مواد خوراکی با طبع سرد برای بدن مشکلاتی درست می کنند و ممکن است منجر به ابتلای فرد به دل درد و معده درد بشوند. مصرف این عرق در دوزهای توصیه شده دردهای معده ای که به خاطر مصرف مواد غذایی با طبع سرد ایجاد می شوند را تسکین می دهد.

تصفیه خون

آلودگی و غلظت خون بخاطر موارد بسیاری وارد خون می شود. اگر تمیزی خون در حد مناسب نباشد، زمینه برای ابتلای فرد به بیماری های مختلفی مانند کسلی، خستگی و ... ایجاد میشود. تمیزی و سلامت خون باعث زیبایی و صافی پوست، بالا رفتن نشاط و شادمانی سیستم بدنی می شود.

کرختی، خشکی پوست و عدم طراوت، می تواند از علایم وجود آلودگی و غلیظی خون باشند. خون ناسالم و دارای ناخالصی حاوی تعدادی توکسین می باشد. مصرف عرق خارشتر با خواص پاکسازی و تصفیه ی خون، باعث از بین بردن انواع سموم و ناخالصی می شود و تناسب جریان خون را بالا می برد.



کبد چرب

جمع شدن چربی در سیستم کبدی می‌تواند باعث به وجود آمدن اختلالات زیادی در بدن شود. کبد بزرگترین غده و یکی از عضوهای مهم بدن است که منجر به دفع سموم می‌شود. کبد چرب یکی از مشکلاتیست که بیشتر برای افراد با اضافه وزن بالا به وجود می‌آید.

کبد چرب یکی از عوامل به وجود آمدن چاقی و خستگی مفرط می‌باشد. کلسترول و فشارخون نیز از علایم کبد چرب هستند که باعث به وجود آمدن بیماری‌های دیگری هم می‌شوند. هنوز برای بیماری کبد چرب درمان قطعی و دائمی درست نشده، اما با رعایت یک سری موارد و رژیم‌های غذایی می‌شود اثرات این بیماری را کمتر کرد.

برای تقویت کبد و رفع چربی های کبدی از گذشته داروهای گیاهی متنوعی توصیه شده است. استفاده از **عرقیات** و **دمنوش**ها هم روشی دیگر برای رفع این بیماریست. عرق گیاه خارشتر با خواص پاک‌کنندگی، حذف سموم و ناخالصی‌ها، برکاهش و در نهایت رفع چربی کبد تأثیرات مثبتی دارد.

بیماری صرع

بیماری صرع اکثراً بر اثر آسیب‌هایی به مغز، اختلالات عصبی و موارد مربوط به اعصاب به وجود می‌آید. صرع و بیماری‌هایی از این دسته باعث به وجود آمدن حملات عصبی می‌شود که ممکن است تا مدت‌ها عوارضش باقی بماند. داروی قطعی این بیماری پیدا نشده ولی تعدادی از داروهای شیمیایی و گیاهی می‌توانند روی پایین آمدن علائم و اثرات این بیماری تا ۷۰٪ تأثیرگذار باشند.

عرق خارشتر یکی از همین داروهای گیاهی و طبیعی که بر روی عصب و عملکرد آن می‌تواند تأثیر گذار باشد. ترکیبات عرق خارشتر حملات عصبی را تا حدی کنترل کرده و علائم اون رو بهبود می‌دهد. استفاده ی اصولی این عرق می‌تواند پیشرفت این بیماری را کاهش دهد و از بروز آن جلوگیری کند.

تپش قلب

علائم تپش قلب را احتمالاً با موارد مختلفی مانند لرزش بدن، تپش کوبنده و ضربان غیرعادی، احساس کرده باشید. این عارضه ممکن است بخاطر وجود بیماری‌های جدی در بدن باشد. از عوامل ایجاد تپش قلب می‌شود بیماری‌های مربوط به قلب، افتادگی دریچه میترال، نارسایی قلبی و آریتمی‌های قلبی، **افسردگی**، شرایط روحی، فعالیت‌های سنگین کاری و ورزشی، مصرف کافئین، عوارض بعضی از داروها و بی‌خوابی را نام برد.

عرق **خارشتر** بخاطر خواص و ترکیبات معجزه‌گرش می‌تواند برای فرد آرامش بیاورد و ضربان قلب را روی روال عادی بگذارد، این عرق منحصر بفرد با تناسب دادن به تپش و ضربان قلب، بهبود عملکرد قلب و انتقال بهتر به اعضای بدن را به دنبال دارد.

میزان و نحوه ی مصرف عرق خارشتر

برای اینکه عرق خارشتر تأثیر مناسب را روی بدن فرد بگذارد، باید با در نظر گرفتن بیماری خاصی که دارد آن را مصرف کند. مثلاً برای رفع اختلالات و چربی کبد بهتر است روزی دو لیوان و افرادی که دنبال **لاغری** با این عرق هستند نصف لیوان از این عرق را همراه با مقداری آب ترکیب کرده و مصرف کنند.

مضرات استفاده ی عرق خارشتر

اگه بخاطر خواص زیاد این عرق قصد استفاده و مصرف آن را دارید بهتر است با توجه به دوزهای توصیه شده مصرفش کنید، چون ممکنه استفاده ی زیاد از این عرق عوارضی داشته باشد.

این را مد نظر داشته باشید که ممکن است برای مبتلایان به بیماری حصبه، شقاق (بواسیر)، اسهال خونی، خون در ادرار و آبله عوارض شدیدتری ایجاد کند. پس اگر به هر کدام از این بیماری ها مبتلا هستید پیشنهاد می کنیم حتماً برای مصرف این عرق، با پزشک خود مشورت کنید.

مصرف این عرق در بانوان باردار و شیرده باید با احتیاط همراه باشد، چون ممکن است مشکلاتی همچون عفونت مثانه یا کلیه برای این افراد ایجاد کند. در کل برای دوران بارداری و شیردهی نباید مصرف شود ولی اگر مصر به استفاده ی این عرق هستید بهتر است با مشورت پزشک متخصص از آن استفاده کنید.