



## بهبود زخم های دستگاه گوارشی با استفاده از گیاهان دارویی

علائم مشخصه بیماری زخم های دستگاه گوارشی بصورت سوزش، چنگ زدن، درد و احساس ناراحتی شبیه احساس ایجاد شده در هنگام خالی بودن دستگاه گوارشی می باشد.

کاربرد تخصصی و ماهرانه گیاهان دارویی که دارای خواص ضد اسید معده ، قابض ، مرهم و التیام بخشی هستند که فرایند معالجه هرگونه زخم در این بخش ها را تسریع و تکمیل می کند.

گیاهانی مانند ختمی ، گل همیشه بهار ، بابونه ، گوش خر ، اسپیره از جمله گیاهانی هستند که می توان از آنها در این موارد استفاده نمود.

نوشیدن دمکرده بادرنجبویه یا بابونه با معده خالی سبب کاهش التهاب شده و همچنین سبب بهبود زخم دستگاه گوارشی می شود.

گیاهان بسیار زیادی برای درمان انواع بیماری های سیستم گوارشی وجود دارد که همه ما از گذشته با آن ها آشنا هستیم و حداقل یک بار از آن ها استفاده نموده ایم. گیاهانی که استفاده از آن ها به سن و سال و جنسیت مربوط نمی شود و حتی کودکان یا نوزادان و زنان باردار و مادران شیرده نیز می توانند آن ها را مصرف نمایند این گیاهان را می توان به صورت دمنوش یا استفاده مستقیم در غذاها و خوراکی ها مصرف نمود.

## بابونه و زیره

گیاهان بابونه و زیره با توجه به طبع گرمی که دارند می توانند اکثر مشکلات دستگاه گوارشی را بر طرف نمایند. این گیاهان بسیار ضد التهاب و آرام بخش هستند و نفخ، یبوست، سوزش معده، اسپاسم های روده ای، بی اشتها، پر خوری را درمان می نمایند.

## نعناع

گیاه نعناع خواص زیادی دارد. مانند: ضد درد، ضد تهوع، ضد اسپاسم، محرک دستگاه گوارش و محافظ بسیار خوبی برای کبد می باشد. همچنین این گیاه می تواند برای جلوگیری از استفراغ، اسهال های مزمن، سندروم های روده، برخی درد های کبدی، نفخ و ... بسیار عالی باشد.

## شیرین بیان

این گیاه می تواند باعث تسکین سوزش معده، سوء هاضمه، درمان زخم های دستگاه گوارش شود.

## پونه

گیاه پونه تما خواص نعناع را دارد فقط با این تفاوت که خاصیت آرام بخش بودن این گیاه بسیار مورد توجه قرار می گیرد.

## رازیانه

این گیاه خوشبو با خاصیت ضد باکتریایی که دارد می تواند مشکلات گوارشی زیادی را بر طرف نماید. مانند: سوء هاضمه، دردهای شکمی و نفخ، تهوع و استفراغ های بی دلیل و به طور کلی تسهیل در سیستم گوارشی. گیاهان دیگری مانند زردچوبه، زنجبیل، میخک، دارچین، سیر، فلفل سیاه و ... نیز برای درمان برخی بیماری های دستگاه گوارش وجود دارند که مصرف هر کدام می تواند برای سلامت سیستم گوارشی مفید باشند.