



## گلاب و تاثیر آن در گرمزدگی

گل محمدی از خانواده ی گل سرخ با گل برگ هایی به رنگ صورتی است. گلاب معروفترین نوع عرقیات است که از گل سرخ گرفته می شود.

به گزارش بهداشت نیوز، گل محمدی از خانواده ی گل سرخ با گل برگ هایی به رنگ صورتی است. گلاب معروفترین نوع عرقیات است که از گل سرخ گرفته می شود.

بنابر اعلام دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران، برای معالجه اشخاص گرمزده، بهترین راه خوراندن گلاب همراه با مقداری یخ است، به قدری که باعث استفراغ شده و صفرا را خارج کند.

نوشیدن گلاب خنک، گرمی درون را از بین می برد و بدن را تقویت می کند. همچنین گفته می شود که بوییدن گلاب برای تقویت قلب نیز مفید می باشد. شاید برایتان جالب باشد که بدانید چرا در مراسم عزا از گلاب استفاده می کنند. گلاب خواص آرامبخشی دارد و می تواند باعث کاهش استرس و اضطراب در افراد شود.

در تابستان هم برای کسی که ساعت های طولانی در آفتاب بوده و چشم هایش سرخ شده، بسیار مفید است. همچنین برای کسانی که تب دارند و قرار است پاشویه شان کنیم، ریختن کمی گلاب در آب توصیه شده است .

شربت گلاب علاوه بر رایحه شیرین و لطیف، خاصیت خنک کنندگی و ضد التهابی نیز دارد. این شربت می تواند به تسکین و درمان گرمزدگی کمک کند و شما را جوان کند.