

ادویه هایی که باعث تقویت میل جنسی می شوند

5 آذر 1402

مقاله یوسی‌ال‌ای نشان می‌دهد ادویه‌هایی، از جمله زعفران، میخک، زنجبیل، وانیل و برخی دیگر، میل جنسی را تقویت می‌کنند، یا به بیان دیگر، «محیطی هیجان‌انگیز برای تقویت روابط عاشقانه» فراهم می‌آورند.

به گزارش ایندپندنت فارسی، نتیجه تحقیقات یک برنامه دوستیابی و یک شرکت غذایی نشان داد «که آشپزی کردن برای یار» تاثیر زیادی بر بالا بردن سطح صمیمیت دیدارهای عاشقانه دارد.

برنامه دوستیابی تیندر که افراد تنهای جویای یار را به هم وصل می‌کند، و شرکت محصولات غذایی «هلوفرش» (HelloFresh) که بسته‌های غذای سالم و سبزیجات تازه می‌فروشد، در یک همکاری تحقیقاتی، مقطعی را که رابطه‌ای معمولی به چیزی جدی‌تر و عمیق‌تر تبدیل می‌شود، پیدا کردند.

دوین سیمون، کارشناس روابط عمومی در تیندر، به نیویورک‌پست گفت: «دستیابی به تجربه‌ای مشترک در هر وعده غذایی می‌تواند به حفظ اشتیاق در رابطه عاشقانه کمک کند؛ به‌ویژه با اتکا به وجود ادویه‌های محرک حسی در خوراک.»

داده‌های جدیدی که HelloFresh جمع‌آوری کرده، نشان می‌دهد که زوج‌ها معمولاً در پنجمین قرارشان از یک رابطه غیرجدی به رابطه‌ای متعهدانه تغییر رویکرد می‌دهند؛ آن هم اغلب از طریق درست کردن و خوردن یک غذای خانگی... و ۸۱ درصد از آمریکایی‌ها موافق بودند که یک قرار عاشقانه به صرف یک غذای خانگی برای اولین بار به معنای جدی شدن رابطه است.

به باور سیمون، این نکته که صرف غذای خانگی، تغییر چشمگیری در یک روند رابطه عاطفی و عاشقانه ایجاد می‌کند، «نمایانگر نقش قدرتمندی است که غذا می‌تواند در یک رابطه ایفا کند و ارزش آزمودن ایده‌های جدید و تازه را در قرار عاشقانه، که از نشستن روبه‌روی یکدیگر در یک رستوران تعاملی‌تر باشد، پررنگ می‌کند.»

آشپزی با هم، روشی عالی برای آزمایش سازگاری و مهارت‌های ارتباطی است و «حرارت قرار عاشقانه شما را، هم به صورت استعاری و هم به معنای واقعی کلمه، بالا می‌برد».

آشپزی، تجربه‌ای چندحسی است که می‌تواند وسوسه‌انگیز باشد و با ترکیب مناسب طعم‌ها و ادویه‌ها تقویت شود.

شرکت هلوفرش با الهام گرفتن از نتایج این تحقیق، بسته‌های ادویه خاصی را برای قرارهای عاشقانه آشپزخانه‌ای تهیه کرده و به آن‌ها «چنگال ادویه» نام داده است.

این ادویه‌ها قرار است علاوه بر «تقویت طعم»، مسئول «تحریک حواس» هم باشند. این موضوع پایه

علمی هم دارد و صرفاً سلیقه‌ای نیست. یک مقاله یوسی‌ال‌ای نشان می‌دهد ادویه‌هایی، از جمله زعفران، میخک، زنجبیل، وانیل و برخی دیگر، میل جنسی را تقویت می‌کنند، یا به بیان دیگر، «محیطی هیجان‌انگیز برای تقویت روابط عاشقانه» فراهم می‌آورند.

اگر جویای عطروطعم‌هایی باشید که خاصیت تقویت انرژی جنسی هم داشته باشند، این خلاصه‌ای از بهترین ادویه‌های مناسب برای این امر است:
دارچین از دیرباز داروی طبیعی تقویت‌کننده قوای جنسی شناخته می‌شد و در زمان‌های قدیم از آن به مثابه ادویه‌ای برای ساخت معجون‌های عشق استفاده می‌کردند.



این ادویه می‌تواند به صورت طبیعی قوا و میل جنسی را تقویت کند، زیرا حاوی آنتی‌اکسیدان‌هایی است که گردش خون را در سراسر بدن- از جمله اندام تناسلی- تقویت می‌کنند و احساسات و برانگیختگی را نیز افزایش می‌دهند.

مطالعات همچنین نشان داده‌اند که دارچین می‌تواند تعداد اسپرم‌ها را افزایش دهد، گیرنده‌های مغز را تحریک کند و سطح دوپامین مرتبط با میل جنسی و برانگیختگی را افزایش دهد.

زعفران هم به دلیل داشتن خاصیت تقویت قوای جنسی به‌ویژه برای کسانی که داروهای ضدافسردگی مصرف می‌کنند، محبوب است.

نتایج یک مطالعه با مشارکت بیماران مرد مبتلا به افسردگی حاد، نشان داد که عملکرد نعوظ در گروهی از مشارکت‌کنندگان که به مدت چهار هفته روزانه ۳۰ میلی‌گرم زعفران مصرف می‌کردند، در قیاس با افرادی که دارونما مصرف می‌کردند، بهبود یافت.

مطالعه دیگری با مشارکت زنان نیز نشان داد که گروهی که روزانه زعفران مصرف می‌کردند، در مقایسه با گروه مصرف‌کنندگان دارونما، سطح برانگیختگی و ترشح بیشتری داشتند.

زنجبیل حاوی جینجرول، زینجی برن و سایر عواملی است که طعمی اغواکننده ایجاد می‌کنند.

مطالعه‌ای در اوایل سال جاری میلادی، به بررسی این موضوع پرداخت که آیا انزجار از مایعات جنسی بدن، می‌تواند برانگیختگی جنسی را کاهش دهد یا خیر، و اینکه آیا زنجبیل بر این واکنش‌ها تاثیر می‌گذارد.

این تحقیق نشان داد که مصرف زنجبیل، برانگیختگی به سمت محرک‌های وابسته به شهوت را در مردان و زنان افزایش می‌دهد و به دلیل اثر تقویت‌کننده برانگیختگی، می‌تواند عملکرد جنسی افراد را بهبود بخشد.

اعتقاد بر این است که خواص تقویت‌کننده وانیل، ناشی از عطر و طعم غلاف بذر آن است.

گفته می‌شود که این رایحه، بیش از هر عطر دیگری، با افزایش بیشتر در تحریک جنسی برای مردان مرتبط است. در مورد زنان، وانیل به آن‌ها «احساس راحتی و آرامش می‌دهد و احساس امنیت ایجاد می‌کند».

به گفته Science Direct □ دانه‌های جوز هندی در زمان‌های قدیم به مثابه ماده تقویت‌کننده جنسی استفاده می‌شد.

ماده اصلی فعال جوز هندی، «میرستسین» است که در صورت مصرف زیاد، می‌تواند اثرات روانگردان داشته باشد.

این ماده ممکن است سطح دوپامین را افزایش دهد که می‌تواند استفاده از آن را به مثابه ماده تقویت‌کننده قوای جنسی توضیح دهد.

میخک نیز از زمان‌های قدیم در حکم داروی تقویت‌کننده جنسی کاربرد داشته است.

به گزارش Minerva Natural Health □ میخک می‌تواند سطح تستوسترون را در مردان افزایش دهد و میل، تحریک و تعادل هورمونی را در زنان تقویت کند.

رایحه میخک همچنین می‌تواند جریان خون را در آلت تناسلی افزایش دهد و کیفیت ارگاسم را در مردان بالاتر ببرد.

احتمالا هیچکس تاکنون به شما توصیه نکرده است که در قرار عاشقانه سیر بخورید، اما سیر دارای سطوح بالایی از ترکیب آلیسین است که می‌تواند جریان خون را در اندام‌های جنسی بهبود بخشد. به گفته مرکز یائسگی استرالیا، قرن‌ها است که سیر داروی تقویت‌کننده جنسی دانسته شده و تمدن‌های باستانی از آن برای افزایش استقامت و میل جنسی استفاده می‌کردند.

زمانی که یک حبه سیر خرد یا له می‌شود، ماده‌ای به نام آلیسین آزاد می‌کند که به خاصیت آن در

افزایش جریان خون و بهبود گردش آن معروف است.

به گزارش Healthline □ شنبلیله که گیاهی شبیه شبدر است، حاوی همان ترکیباتی است که بدن از آن برای تولید استروژن و تستوسترون استفاده می‌کند.

موسسه ملی بهداشت می‌گوید که این عصاره باعث بهبود میل جنسی، کنترل گلوکز، سطح کلسترول و ریتم شبانه‌روزی می‌شود.

طبق مطالعه‌ای در ۲۰۱۳، جینسینگ مدتی طولانی به مثابه داروی تقویت‌کننده جنسی استفاده می‌شده و همچنین به کمک به درمان اختلالات جنسی و تقویت رفتار جنسی شهرت داشته است.

این تحقیق همچنین نشان داد که این ادویه می‌تواند راهبردهای درمانی کنونی را برای اختلالات باروری مردان، موثرتر کند.