

نحوه درمان گلو درد با آلوئه‌ورا

17 اسفند 1401

درمان گلودرد با آلوئه‌ورا یکی از روش‌های درمان سریع گلودردهای چرکی در کشورهای شرق آسیا و کشورهای آفریقایی است که به عنوان یک روش موثر در درمان گلو درد شناخته شده است. فواید بی شماری برای اضافه کردن آلوئه‌ورا به رژیم غذایی برای سلامتی وجود دارد.

این یک گیاه طبیعی و فراگیر است که هیچ عارضه جانبی ندارد. زمانی که به طور منظم مصرف شود، تا حد زیادی انرژی و سلامت کلی را افزایش می‌دهد در حالی که بدن مواد مضر را تخلیه می‌کند.

نگاهی کوتاه به مزایا و فواید آلوئه‌ورا داشته باشیم

گیاه آلوئه‌ورا برای مزایای درمانی در سراسر جهان مورد استفاده قرار گرفته است. هم چنین به عنوان “گیاه جاودانگی” و “چوب آسمانی” نیز معروف است. نزدیک به ۲۰۰ ترکیب در گیاه آلوئه‌ورا، ۷۵ تای آنها خاصیت شفاف‌کننده دارند. آلوئه‌ورا همچنین غنی از مواد معدنی مانند؛ کلسیم، سدیم، آهن، کروم، منگنز، منگنز، مس و روی همچنین C، B۶، B۲، B۱، as A و E فولیک اسید و نیاسین نیز است.

عصاره آلوئه‌ورا از قندهایی به نام پلی ساکارید ها ساخته شده اند و این ها یک منبع انرژی حیاتی هستند که باید مصرف شوند چون بعد از سن ۱۰ سالگی به بعد در بدن تولید نمی شوند. پلی ساکارید ها سیستم ایمنی، و مفاصل را تقویت کرده و در داخل کلون هم مورد استفاده قرار می گیرند. آلوئه‌ورا غلظت بالایی دارد و مسئول مهار گسترش ویروس در بدن می باشند.

آلوئه‌ورا درمانی برای گلو درد

گلودرد اغلب نشانه ای از یک ویروس یا آلرژی است. مصرف منظم آلوئه‌ورا می تواند سیستم ایمنی بدن را تقویت کند تا به جلوگیری از گلو درد کمک کرده باشد. عصاره آلوئه‌ورا می تواند به تصفیه و سم زدایی سیستم گوارشی کمک کند و اسیدپته شکمی که در معده یافت می شود را کاهش دهد، که مسئول بیماری های گوارشی مرتبط با مشکلات هاضمه از قبیل سوزش معده و برگشت اسید است.

آلوئه‌ورا به تسکین سلول های عصبی کمک می کند و در نتیجه التهاب را کاهش می دهد. آلوئه‌ورا می تواند تا حد زیادی نه تنها علائم سوختگی را کاهش دهد، بلکه موجب کاهش سوزش گلو نیز می شود، اما همچنین می تواند به مشکل ریشه ای در مبارزه با باکتری هایی که مسئول این مشکل هستند، نیز حمله کند.



در این بخش دستورالعملی برای یک دهانشویه آلوئه ورا خانگی یا غرغره آورده شده است:

۱/۴ فنجان عصاره عنبر سائل

۱/۴ فنجان ژل آلوئه ورا

۱ قاشق چای خوری گلیسرین گیاهی

۱ قاشق سوپ خوری آب لیمو یا سرکه سیب ارگانیک

۱۰ قطره روغن درخت چای

تمام مواد را با هم ترکیب کنید و خوب هم بزنید.

مخلوط را در یک ظرف در بسته نگاه دارید. این ماده آب رسان، به مدت چهار ماه سالم می ماند و نیازی نیست که در یخچال نگهداری شود.

درمان گلو درد با آلوئه ورا و عسل

آلوئه ورا حاوی موادی است که شکل گیری فاگوسیتها و آنتی بادی را تحریک می کند که علیه عوامل بیماری زا مبارزه می کنند. مطالعات متعددی نشان داده اند که ژل یافت شده در این گیاه با انواع مختلفی از استرپتوکوک، کاندیدا آلبیکنس، [تب خال تناسلی](#) و دیگر بیماری ها مبارزه می کند. علاوه بر این آلوئه ورا یک اثر تسکین دهنده درد هم دارد.

گیاه آلوئه ورا را در گلدان نگه دارید، چون هوا را نیز تصفیه می کند پس خوب است که این گیاه را به دلایل مختلفی در خانه خود داشته باشید.