

عرق چهل گیاه سنتی بر خلاف نامش از ترکیب چهل گیاه دارویی حاصل نشده و برای بدست آوردنش کافی است چند نوع از گیاهان را با یکدیگر ترکیب نمایید، البته که این ترکیب کار هر کسی نمی‌تواند باشد و فقط متخصصان طب سنتی از میزان و نسبت هر گیاه آگاهی دارند بنابراین؛ هرگز خودسرانه دست به ترکیب گیاهان دارویی نزنید. این عرق گیاهی بنا به نظریه پزشکان طب سنتی دارای طبعی گرم است و نقش بسیار مهمی در تامین سلامتی بدن به همراه دارد. ما در این مبحث قصد داریم شما را با خواص این عرق گیاهی، طریقه مصرف و عوارض احتمالی آن آشنا کنیم؛ اگر به دنبال راهی برای حفظ سلامت بدنتان هستید ما را تا انتهای مطلب همراهی کنید.

### ترکیبات عرق چهل گیاه سنتی

عرق چهل گیاه سنتی قلب بهار کاشان از ترکیب گیاهانی چون رازیانه، زیره، بومادران، شوید، کرفس، خارشتر، شیرین بیان، نعنا، پونه، آویشن و... تهیه می‌شود.

عرق چهل گیاه به دلیل داشتن خواص درمانی فراوان به عنوان یک شبه دارو در بین عرقیات گیاهی شناخته شده است. در ادامه مختصری درباره برخی از مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده این عرق گیاهی توضیح می‌دهیم تا شما بیشتر با خواص درمانی آنها آشنا شوید، چنانچه شما بخواهید اطلاعات کاملی درباره عرق هر کدام از گیاهان دارویی بالا بدست آورید کافی است به سایت سلام کاشان قسمت محصولات مراجعه کنید.

#### رازیانه

گیاهی است که منبع غنی از ویتامین C است و با خنثی کردن رادیکال‌های آزاد در بدن باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. کمک کردن به تشکیل، ترمیم و تولید بافت‌های پوستی از خواص دیگر این گیاه دارویی است.

#### زیره

زیره دانه‌ای است خوشبو که به عنوان ادویه در آشپزی مورد استفاده قرار می‌گیرد و در دو نوع سبز و سیاه موجود است. از خواص بی نظیر زیره می‌توان به کاهش وزن سریع اشاره نمود و این امر به دلیل فیبر بالای موجود در گیاه زیره است که موجب کاهش اشتها و افزایش متابولیسم بدن شده و کم شدن وزن را به همراه دارد.

#### بومادران

یکی از گیاهان دارویی پر فایده است که از مهمترین خواص آن می‌توان به کاهش درد پریودی، درمان بیماری‌های معده و بیماری‌های زنان اشاره نمود. از آنجا که بومادران دارای مزه تلخ است و ادرار آور نیز هست می‌تواند در درمان کبد چرب بسیار تاثیر گذار باشد.

#### شوید

شوید یکی از محبوب ترین گیاهان دارویی در بین کسانی است که علاقه زیادی به کاهش وزن و رسیدن به تناسب اندام دارند. آنچه این گیاه را از دیگر گیاهان دارویی که موجب لاغری می‌شوند متمایز کرده این است که با مصرف شوید تنها کلسترول بد بدن کاهش یافته و در میزان کلسترول خوب بدن تفاوتی ایجاد نمی‌کند.

### کرفس

کرفس یک سبزی کم کالری و پر آب است و به دلیل داشتن انواع ویتامین‌ها و مواد معدنی و آنتی اکسیدان دارای خواص بی شماری است که به درمان بسیاری از بیماری‌ها کمک می‌کند. شاید برایتان جالب باشد که بدانید مصرف کرفس باعث رسیدن اعصاب شما به آرامش می‌گردد.

### بهبودی و درمان انواع بیماری‌ها با عرق چهل گیاه ارگانیک

عرق چهل گیاه به دلیل داشتن طبع گرم بیشترین تاثیر را بر افرادی که مزاج سرد دارند می‌گذارد و به دلیل وجود انواع گیاهان دارویی در ترکیبات این عرق، دارای خواص زیادی است. یکی از مهمترین خواصی که برای عرق چهل گیاه شناخته شده تقویت دستگاہ گوارش است. همچنین این عرق گیاهی دارای فوایدی چون تقویت معده، بادشکن، تقویت اعصاب و تقویت قلب و عروق است. در ادامه خواص بیشتری در این باره بیان خواهیم کرد.

### برای لاغری

یکی از دلایل افزایش وزن و چاقی بالا بودن چربی و کلسترول بدن است؛ چنانچه بتوانید این دو عامل را کنترل کرده و از یک رژیم غذایی مناسب پیروی کنید بی شک به تناسب اندام مورد نظرتان خواهید رسید.

عرق چهل گیاه یکی از انواع عرقیات گیاهی موثر در کنترل چربی خون و کاهش کلسترول بدن است و این کار را با باز کردن عروق انجام می‌دهد.

آویشن موجود در عرق چهل گیاه باعث حفظ سلامت روده‌ها شده و رفع یبوست را به همراه دارد که یکی دیگر از عوامل چاقی (یبوست) به حساب می‌آید. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت در کنار داشتن تحرک کافی و رژیم غذایی مناسب، یکی از راه‌های سنتی و کم هزینه برای کاهش وزن مصرف عرق چهل گیاه سنتی است.

### برای پوست

مصرف عرق چهل گیاه باعث اثر گذاری بر سیستم عصبی شده موجب ترشح هورمون‌هایی مثل دوپامین و سروتونین می‌شود، ترشح این هورمون‌ها استرس را کاهش داده که رفع شدن این عامل در سلامت پوست مخصوصا پوست صورت بسیار حائز اهمیت است

## برای معده

یکی از مهمترین ویژگی‌هایی که می‌توان برای عرق چهل گیاه در نظر گرفت تقویت دستگاه گوارش است. وجود گیاهانی مثل شیرین بیان و زنجبیل در ترکیبات عرق چهل گیاه موجب کاهش درد معده و نفخ در فرد می‌شود.

گیاه رازیانه معده را تقویت و دل درد را کاهش می‌دهد. کسانی که زیاد ترش می‌کنند می‌توانند با مشورت گرفتن از پزشک خود عرق چهل گیاه را به میزان کمی مصرف کنند. این افراد باید توجه داشته باشند که مصرف بیش از حد این عرق گیاهی می‌تواند اثر برعکس بر روی سلامت معده آنها داشته باشد و باعث تشدید رفلاکس معده گردد.

بعد از صرف یک وعده غذایی چرب چنانچه دچار احساس سنگینی در معده شدید می‌توانید نصف فنجان از عرق چهل گیاه را میل کنید، این عرق به دلیل داشتن گیاهانی با طبع گرم در ترکیبات خود از نفخ معده پیشگیری خواهد کرد.

عرق چهل گیاه به دلیل داشتن گیاهان دارویی پر خاصیت در ترکیبات خود می‌تواند مشکلات مربوط به معده همچون دل درد، دل پیچه، نفخ معده و مشکلات روده را برطرف نماید.

## برای سرماخوردگی

مصرف عرق چهل گیاه در زمان سرماخوردگی علائمی مثل گلودرد و آبریزش بینی را کاهش می‌دهد. آویشن و زنجبیل موجود در این عرق گیاهی باعث کاهش علائم عفونی در بدن شما می‌گردد. علاوه بر این ادرار آور بودن عرق چهل گیاه باعث دفع هر چه بهتر عفونت‌ها و سموم از بدن شما در زمان سرماخوردگی می‌شود.

برای بهره بردن از این خواص در زمان سرماخوردگی کافی است عرق چهل گیاه را به میزان نصف فنجان میل نمایید.

## موارد منع مصرف عرق چهل گیاه سنتی + عوارض احتمالی

از مهمترین موارد که نباید عرق چهل گیاه مصرف شود در زمان بارداری است، گیاهان موجود در ترکیبات عرق چهل گیاه همچون رازیانه و شوید باعث سقط جنین و یا زایمان زودرس می‌شوند.

مصرف این عرق گیاهی برای نوزادان زیر ۶ ماه اکیدا ممنوع است زیرا تنها تغذیه مناسب برای نوزادان شیر مادر است و مصرف هر گونه داروی شیمیایی و گیاهی تنها با دستور پزشک متخصص کودکان باید انجام پذیرد.

افراد گرم مزاج نیز باید در مصرف عرق چهل گیاه محتاط عمل کنند زیرا گرم بودن این عرق و مصرف بیش از حد آن باعث بر هم ریختن تعادل بدن این گونه افراد می گردد.

در مقابل تمام خواصی که برای عرق چهل گیاه سنتی بیان شد باید این مورد را نیز در نظر گرفت که ممکن است مصرف بیش از حد این عرق عوارضی برای بدن به دنبال داشته باشد، عوارضی همچون کهیر، تشدید رفلاکس معده، سقط جنین، خشکی دهان و زبان.

ممکن است این سوال در ذهنتان پیش آمده باشد که طریقه مصرف عرق چهل گیاه چیست؟ برای گرفتن پاسخ سوالتان ادامه مطلب را با دقت بخوانید.

مصرف عرق چهل گیاه محدودیت سنی ندارد و تمام افراد مخصوصا کسانی که مزاج سرد دارند می توانند آنرا مصرف کنند. این عرق گیاهی را می توان به صورت سرد و بدون نیاز به حل کردن با مواد افزودنی دیگر مصرف نمود اما چون مزه آن تلخ و تند است فرد می تواند نصف فنجان عرق چهل گیاه را با آب حل نموده و قبل یا بعد از صرف وعده های غذایی میل نماید. چنانچه به دنبال هضم بهتر غذا و کمک به دستگاه گوارش خود هستید بهترین زمان مصرف عرق چهل گیاه بعد از صرف وعده های غذایی است.

### **خودتان را دوست داشته باشید، ما را انتخاب کنید**

همواره در هنگام خرید عرقیات گیاهی مورد نیاز خود کیفیت را سرلوحه قرار داده و هیچ گاه کیفیت و مرغوبیت را فدای قیمت نکنید. گروه تولیدی سلام کاشان با داشتن تجربه بالا در تولید انواع عرقیات گیاهی سنتی مرغوب اینجاست تا به شما کمک کند.

عرق چهل گیاه سنتی تنها یک نمونه از محصولات موجود در این فروشگاه اینترنتی است. شما می توانید با مراجعه به سایت سلام کاشان تمام نیازهای خود در زمینه انواع عرقیات، شربت ها، معجون ها، روغن های مالیدنی گیاهی و همچنین محصولات ارگانیک را با کیفیت بالا و قیمت مناسب تهیه نمایید.