

## عرق سنبل الطیب درجه یک

سنبل الطیب گیاهی است بوته‌ای شکل که به دلیل بوی مطبوع خود گربه‌ها را به سمت خود جذب می‌کند و به موجب همین امر آنرا علف گربه نیز می‌نامند. ریشه این گیاه کوتاه و با ارتفاعی در حد ۵۰ الی ۱۵۰ سانتی‌متر است.

عرق سنبل الطیب از ریشه این گیاه حاصل می‌شود. این عرق گیاهی بی‌نظیر با داشتن طبعی گرم دارای خواص و فواید بی‌شماری است؛ با ما همراه باشید تا با خواص عرق سنبل الطیب درجه یک، طرز تهیه و مصرف آن، عوارض احتمالی این عرق گیاهی آشنا شوید.

## ترکیبات عرق سنبل الطیب را می‌شناسید؟

همانطور که قبلاً اشاره کردیم عرق سنبل الطیب از ریشه این گیاه به دست می‌آید. ریشه این گیاه هر چه تازه‌تر باشد فواید بیشتری دارد اما هر چه زمان بگذرد از خواص عرق آن کاسته و بوی قوی‌تری خواهد داشت. ترکیبات اصلی و اساسی تشکیل دهنده عرق سنبل الطیب فنکون، کامفن و پیرس ، والرنون، آلفاوتبا هستند که در ریشه این گیاه یافت می‌شوند.

شاید برایتان سوال پیش بیاید که عرق سنبل الطیب خاصیت آرام بخش خود را از کجا بدست آورده است؟ پاسخ این سوال ساده است؛ والرنال موجود در ریشه این گیاه دارویی علت این امر است. این ماده بر روی سیستم عصبی اثر گذاشته و باعث بوجود آمدن حس آرامش در شما می‌گردد و در نهایت خوابی راحت را به شما هدیه می‌دهد.

## عرق سنبل الطیب و خواص درمانی بی‌نظیرش ( عرق سنبل الطیب برای چی خوبه؟ )

گیاه سنبل الطیب بعد از خشک شدن قهوه‌ای رنگ می‌شود و در برابر مزه‌ی تلخی که دارد دارای بوی بسیار مطبوعی است؛ ناگفته نماند هر چه ریشه گیاه تازه‌تر باشد خواص درمانی بیشتری دارد. در ادامه به بیان برخی از مهمترین خواص عرق سنبل الطیب درجه یک می‌پردازیم

برطرف کننده بی‌خوابی

یکی از مهم‌ترین خواصی که می‌توان برای عرق سنبل الطیب در نظر گرفت آرامبخش و خواب آور بودن آن است. مصرف این عرق گیاهی کیفیت خواب را بالا برده و بی‌خوابی را درمان می‌کند. لیارین موجود در این گیاه در مقابل داروهای شیمیایی خواب آور عوارض کمتری دارد؛ همچنین خستگی ناشی از خواب صبحگاهی را به طور چشمگیری کم می‌کند

### کاهش استرس، اضطراب و خستگی

عرق سنبل الطیب با داشتن ترکیباتی چون لیارین ، والرینیک و والرینول میزان سروتونین را کنترل و حفظ نموده، باعث تنظیم فعالیت سلول‌های عصبی شده و همانند یک داروی فوق العاده برای رفع اضطراب و استرس عمل می‌کند.

### تنظیم فشار خون

داشتن فشار خون بالا خطر مبتلا شدن به سکت‌های مغزی و قلبی را افزایش داده و موجب بروز عوارضی برای سلامت بدن می‌شود. ترکیبات موجود در عرق سنبل الطیب با ایجاد حس آرامش در شخص جریان خون را افزایش داده و باعث کاهش فشار خون در فرد می‌گردد.

نکته: افراد مبتلا به فشار خون بالا برای مصرف عرق گیاهی سنبل الطیب حتما باید با پزشک متخصص خود مشورت نموده و از مصرف خودسرانه این نوشیدنی صرف نظر نمایند.

### کنترل قند خون ( دیابت )

بیماری دیابت به بیماری گفته می‌شود که در آن بدن شخص نمی‌تواند به طور کامل بر روی سوخت و ساز قندها اثر بگذارد و آنرا کاهش دهد. پزشکان طب سنتی بر این عقیده‌اند که ترکیبات موجود در عرق سنبل الطیب می‌تواند تاثیر چشمگیری بر روی کنترل و کاهش قند خون داشته باشد.

### کاهش وزن و لاغری

در طب سنتی از عرق سنبل الطیب بیشتر به عنوان یک آرام‌بخش و خواب آور عالی یاد شده است و درباره سوالاتی همچون خواص عرق سنبل الطیب برای لاغری و یا اینکه آیا عرق سنبل الطیب چاق کننده است اطلاعات دقیقی در دسترس نیست.

### مفید برای رحم و کاهش درد پریودی

عرق گیاهی سنبل الطیب دارای خاصیت ضد اسپاسم است و مصرف این عرق در زمان پریودی باعث شل شدن عضلات رحم شده و میزان درد ناشی از این دوران را به طور شگفت‌انگیزی کاهش می‌دهد. کسانی که به قاعدگی‌های دردناک دچار می‌شوند بهتر است به جای استفاده از انواع مسکن‌های شیمیایی از این عرق گیاهی بی‌نظیر به مقدار سه بار در روز و به مدت دو دوره استفاده کنند تا شاهد کاهش شدت و ناراحتی خود باشند.

### طریقه مصرف عرق سنبل الطیب درجه یک

در کل برای مصرف گیاه سنبل الطیب ۴ صورت کپسول، چای، عرق و روغن معرفی شده است. چنانچه می‌خواهید عرق این گیاه را مصرف کنید باید توجه داشته باشید که بیش از حد مصرف نشود زیرا خطر حمله قلبی را افزایش می‌دهد برای این منظور و بهره بردن از خواص بی‌نظیر عرق سنبل الطیب کافی است آن را روزانه به اندازه یک فنجان بعد از وعده‌های غذایی بنوشید تا شاهد اثر آن بر روی سلامتی بدنتان باشید.

### عوارض احتمالی مصرف عرق سنبل الطیب + موارد منع مصرف

با یک نگاه اجمالی به طب سنتی متوجه می‌شویم که مصرف عرقیات گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی از عوارض کمتری برخوردار است. عرق سنبل الطیب درجه یک به عنوان یک داروی آرامبخش شناخته شده و اکثر افراد برای داشتن خوابی راحت از آن استفاده می‌کنند، بنابراین ممکن است برای این دسته از افراد اعتیادآور باشد و دچار زیاده‌روی در خوردن شوند.

دقت داشته باشید مصرف بیش از اندازه این عرق گیاهی باعث سردرد، سرگیجه، مشکلات کلیوی در فرد شود. زنان باردار و مادران شیرده نیز بهتر است از این عرق گیاهی استفاده نکنند.

## سلام به سلامتی؛ به ما اعتماد کنید

قیمت عرق سنبل الطیب درجه یک بر اساس کیفیت و شرکت تولید کننده آن متفاوت است. شما می‌توانید انواع عرقیات گیاهی را از عطاری‌ها و فروشگاه‌های اینترنتی خرید کنید. سایت سلام کاشان یکی از بهترین فروشگاه‌های اینترنتی در حوزه فروش انواع عرقیات سنتی اصل و گلاب، شربت‌ها، معجون‌های گیاهی است.

این فروشگاه با داشتن ضمانت مرجوعی کالا و بازگشت وجه و همچنین دارا بودن تیم پشتیبانی ۲۴ ساعته در تمام روزهای هفته توانسته است اعتماد مشتریان خود را جلب کرده و سلامتی را برای آنها به ارمغان بیاورد.

کیفیت بالای محصولات، قیمت مناسب و تضمین سلامتی شما عزیزان سر لوحه کار مدیران در این فروشگاه اینترنتی است.