

## عنوان

# فوائد دارویی عسل و دارچین



گردآورنده

سید مسلم فاطمی مقدم

با تشکر از تهیه ی این کتاب الکترونیکی

استفاده از این کتاب در وبلاگ ها و وبسایت ها با ذکر صلوات جهت سلامتی و ظهور آقا صاحب الزمان (عج) و با ذکر منبع و نام نویسنده بلامانع میباشد.

میتوانید جهت پیشنهادات یا انتقادات با ایمیل

[m.fatemi1366@yahoo.com](mailto:m.fatemi1366@yahoo.com)

و یا با شماره ی **09178424297** با ما در ارتباط باشید.

آموزش، مشاوره، پشتیبانی و تهیه در زمینه گیاهان دارویی

عسل واژه ای عربی است که در فارسی به آن «انگبین» می گویند. گذشتگان آن را مظهر پاکی و خلوص و نشانه قدرت می دانستند و در یونان و روم باستان مظهر برکت، عشق و زیبایی بود و مالیات خود را براساس آن می پرداختند. زنبور برای تهیه عسل، شهد گل های مختلف را جمع آوری می کند. جالب است بدانید برای تولید هر کیلوگرم عسل، زنبور باید 2 میلیون بار روی گل ها بنشیند و شهد آن ها را جمع آوری کند. بنابراین تهیه عسل کار بسیار دشواری است و هر زنبور عسل در طول عمر 6 تا 8 هفته ای خود تنها یک قاشق مرباخوری از آن را تهیه می کند.

در کندوی زنبور نوعی عسل هم برای تغذیه ملکه تهیه می شود که «اکسیر طول عمر» نامیده می شود. از آن جا که عسل از شهد گل های مختلف تهیه می شود رنگ آن بستگی به گیاهی دارد که زنبور از آن تغذیه کرده است گذشته از آن شرایط آب و هوایی و جغرافیایی نیز در رنگ و بوی عسل تاثیر دارد. عسل با وجود شیرین بودن اگر به مقدار معینی مصرف شود، برای هر نوع بیماری از جمله دیابت موثر است.

## فایده دارویی عسل و دارچین

1- درمان بیماری قلبی: مخلوطی از عسل و پودر دارچین را تهیه کنید و به جای مربا روی نان قرار دهید و به طور منظم در وعده صبحانه صرف کنید. این روش در کاهش کلسترول، جلوگیری از بروز حمله قلبی، تنفس راحت و تقویت ضربان قلب موثر است. بیماران مبتلا به حمله قلبی نیز با مصرف روزانه این مخلوط از حمله قلبی بعدی درامان خواهند بود. بررسی روی سالمندان در آمریکا و کانادا نشان داده است، با بالا رفتن سن شاهرگ های حیاتی و سیاهرگ ها خاصیت انعطاف پذیری خود را از دست می دهد. عسل و دارچین به شاهرگ ها و سیاهرگ ها قدرتی تازه می بخشد.

2- از بین بردن اثر خارش نیش های حشرات: مخلوطی از یک سهم عسل، 2 سهم آب ولرم و یک قاشق چای خوری پودر دارچین را روی قسمتی از بدن

که احساس خارش می کنید، قرار دهید خارش و درد در عرض یک یا 2 دقیقه فروکش خواهد کرد.

3- درمان التهاب مفصل (آرتریت): روزانه، یک وعده صبح و یک وعده شب، مخلوطی از یک فنجان آب گرم، 2 قاشق چای خوری عسل و یک قاشق چای خوری پودر دارچین مصرف شود. این مخلوط معجزه گر در صورت مصرف به طور منظم آرتریت های مزمن را نیز درمان می کند. بررسی های اخیر روی 200 بیماری که قبل از صرف صبحانه از این مخلوط استفاده کردند نشان داد، 73 نفر از آنان در عرض یک هفته کاملا از درد رهایی پیدا کردند و پس از یک ماه بیشتر افرادی که قادر به راه رفتن یا حرکت نبودند، بدون احساس هیچ دردی توانایی راه رفتن و تحرک خود را به دست آوردند.

4- جلوگیری از ریزش مو: قبل از دوش گرفتن مخلوطی از مقداری روغن زیتون داغ، یک قاشق چای خوری عسل و یک قاشق پودر دارچین را به مدت 5 تا 15 دقیقه روی سر قرار دهید و سپس آن را بشویید.

5- از بین بردن عفونت مثانه: 2 قاشق غذاخوری عسل به همراه یک قاشق چای خوری پودر دارچین را با مقداری آب ولرم حل کنید و آن را بنوشید. این روش باعث می شود که میکروب های مثانه از بین برود.

6- درمان درد دندان: مخلوطی از یک قاشق چای خوری پودر دارچین و 5 قاشق چای خوری عسل تهیه کنید و روی دندان خراب بمالید. این عمل را 3 بار در روز تکرار کنید تا درد تسکین یابد.

7- کاهش کلسترول: 2 قاشق غذاخوری عسل را با 3 قاشق چای خوری پودر دارچین در یک لیوان چای حل کنید و بنوشید. این کار میزان کلسترول خون را طی 2 ساعت به 10 درصد کاهش می دهد.

8- درمان سرماخوردگی: به مدت 3 روز از مخلوط یک قاشق غذاخوری عسل

با یک چهارم قاشق چای خوری پودر دارچین استفاده کنید. این روش برای درمان سرفه مزمن و سرماخوردگی و سینوزیت به کار می رود.

9- درمان ناباروری: برای برطرف کردن این مشکل، به مردان توصیه می شود 2 قاشق غذاخوری عسل را قبل از خواب میل کنند. در کشورهای چین، ژاپن و خاور دور که با مشکل ناباروری مواجه اند، در طول روز مخلوطی از مقداری پودر دارچین و یک دوم قاشق چای خوری عسل را به طور مرتب روی لثه و داخل دهان خود قرار می دهند تا مخلوط حاصل از طریق بزاق وارد بدن شود. زوجی که مدت 14 سال بچه دار نمی شدند با شروع مصرف عسل و دارچین پس از مدت کوتاهی صاحب دوقلو شدند.

10- درد معده: مصرف عسل و پودر دارچین علاوه بر درمان درد و نفخ معده، زخم معده را نیز درمان می کند.

11- تقویت سیستم ایمنی: استفاده روزانه از عسل و پودر دارچین سیستم

ایمنی بدن را تقویت کرده و بدن را از حمله باکتری و ویروس محافظت می کند. دانشمندان دریافتند که عسل دارای مقدار زیادی ویتامین و آهن است. مصرف مداوم عسل گلبول های سفید خون را تقویت می کند تا بتواند با باکتری ها و بیماری های ویروسی مقابله کند.

12- برطرف کردن سوء هاضمه: قبل از هر وعده غذا، پودر دارچین را روی 2 قاشق غذاخوری عسل بریزید و میل کنید تا از ترشح اضافی اسید معده رهایی پیدا کنید زیرا این مخلوط غذاهای سنگین را به راحتی هضم می کند.

13- جلوگیری از آنفلوآنزا: دانشمندی در اسپانیا ثابت کرده که مخلوط عسل و دارچین دارای مواد مفید طبیعی است که از میکروب های آنفلوآنزا و سرماخوردگی جلوگیری به عمل می آورد.

14- افزایش طول عمر: مصرف دائم و مرتب عسل و پودر دارچین مانع پیری زودرس می شود. مخلوطی از 4 قاشق چای خوری عسل، یک قاشق چای



خوری پودر دارچین و 3 فنجان آب گرم را با هم بجوشانید. سپس مخلوط به دست آمده را 3 الی 4 بار در روز به مقدار یک چهارم فنجان میل کنید. این مخلوط علاوه بر طراوت بخشیدن و نرم نگه داشتن پوست از پیری زودرس نیز جلوگیری می کند.

15- برطرف کردن جوش صورت: قبل از خواب مخلوط 3 قاشق غذاخوری عسل و 1 قاشق چای خوری دارچین را روی جوش ها قرار دهید و روز بعد با آب ولرم بشویید. تکرار روزانه این کار به مدت 2 هفته، جوش ها را از بین می برد.

16- درمان عفونت های پوستی: قرار دادن مخلوطی به مقدار مساوی از عسل و پودر دارچین روی قسمت های مختلف پوست، عفونت های پوستی و اگزما را نیز درمان می کند.

17- درمان سرطان: تحقیقات جدید انجام گرفته در ژاپن و استرالیا نشان

داده، سرطان های پیشرفته معده و استخوان به طور موفقیت آمیزی درمان شده است. بیماران مبتلا به این سرطان ها 3 بار در روز و به مدت 3 ماه یک قاشق غذاخوری عسل و یک قاشق چای خوری دارچین را مخلوط و مصرف می کنند.

18- از بین بردن خستگی مفرط: مصرف نصف قاشق غذاخوری عسل و مقداری پودر دارچین در یک لیوان آب اول صبح و بعد از ظهر که بدن با افت نشاط روبه رو است طی یک هفته نیروی حیاتی بدن را افزایش می دهد.

19- از بین بردن بوی بد دهان: شما می توانید پس از بیدار شدن از خواب با محلولی از یک قاشق چای خوری عسل، مقداری پودر دارچین و آب گرم غرغره کنید تا در طول روز مشکل بوی بد دهان را نداشته باشید.

20- مشکل شنوایی: مصرف روزانه مقدار مساوی از عسل و پودر دارچین در صبح و شب مشکل شنوایی را برطرف می کند.

شایان ذکر است، عسل مورد مصرف باید خام و پاستوریزه نشده باشد. زیرا که آنزیم های لازم به هنگام عمل پاستوریزه به علت حرارت دیدن از بین می رود.

منبع سایت سیمرغ