



خواص درمانی آلوئه‌ورا در ادامه به اختصار آمده است:

### سلامت مو

یکی از خواص درمانی آلوئه‌ورا درمان کم‌پشتی موی سر است. این گیاه حاوی آنزیم‌های محرک تولید و رشد موهای جدید بوده و با افزایش سرعت جریان گردش خون، فعالیت پاپیلای پوستی یا زائنده بافتی ریشه مو را افزایش می‌دهد که این عمل غذارسانی به فولیکول‌های مو را سرعت می‌بخشد. در ضمن خواص ضد باکتری و ضد قارچی آلوئه‌ورا از ایجاد شوره جلوگیری کرده و برای کنترل عفونت‌های قارچی مثل بیماری کچلی نیز مفید است.

### سلامت پوست

ژل آلوئه‌ورا برای ترمیم سلول‌های مرده، درمان ترک و خشکی، جلوگیری از پیری زودرس، کم‌رنگ کردن لکه‌ها، مرطوب، نرم و براق کردن پوست، همچنین برای درمان ترک بین انگشتان پا، از بین بردن چروک، آکنه و جوش و جلوگیری از آفتاب سوختگی مفید است. برای استفاده روی پوست کافی است ژل به دست آمده را روی پوست مالش دهید تا جذب شود. ژل به سرعت جذب می‌شود و نیاز به شست‌وشو نیست. از دیگر خواص درمانی گیاه آلوئه‌ورا می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- درمان آگزما دور چشم
- کاهش وزن
- خاصیت سم‌زدایی
- خاصیت مسهل بودن
- درمان دیابت
- درمان زخم معده



- بهبود سریع زخم‌ها
- پالایش و تصفیه خون
- تنظیم فشار خون
- درمان بیماری کلیه و پیشگیری از تشکیل سنگ کلیه
- درمان بیماری‌های باکتریایی
- درمان سینوزیت و آسم
- درمان بیماری‌های روده
- درمان استرس
- پیشگیری از سکنه مغزی
- مقابله با انواع پوسیدگی‌های دندانی

- بهبود مشکلات دهان و لثه
- درمان پوکی استخوان
- درمان بیماری‌های مری
- درمان بواسیر
- درمان درد گوش و چشم
- جلوگیری از درد و تورم، اثرات ضد التهابی، ضد کوفتگی، ضد کشیدگی ماهیچه‌ها، رباط‌ها، تاندون‌ها، واریس و آرتريت
- درمان کبد
- جلوگیری از سکنه قلبی
- افزایش قوای جنسی
- تنظیم عادت ماهانه خانم‌ها
- درمان زخم‌ها و جراحات‌ها
- و سوختگی
- بالا بردن قدرت ایمنی بدن
- افزایش انرژی بدن

### توجه توبه:

داروهای گیاهی، اگر چه گیاهی هستند، اما دارو به شمار می‌روند و مثل هر دارویی مصرف آن‌ها باید زیر نظر پزشک متخصص صورت بگیرد. مصرف خودسرانه داروهای گیاهی، مثل داروهای شیمیایی، می‌توانند عوارض جبران‌ناپذیری داشته باشند.



### طرز تهیه شربت آلوئه‌ورا

**مواد لازم:** ژل شفاف، جداشده از یک برگ: یک پیمانه، آب: سه پیمانه، عسل یا شکر: به میزان دلخواه، جهت طعم دادن این شربت می‌توانید از اسانس‌های خوراکی استفاده کنید.

**طرز تهیه:** تمام مواد را درون مخلوط‌کن ریخته و میکس کنید تا مخلوطی یکدست حاصل شود. سپس این مواد را به مدت ۳۰ الی ۴۰ دقیقه بگذارید تا جوش بخورد. بعد آن را در یخچال قرار دهید تا کاملاً میل‌نماید. در صورتی که مایل بودید شربت آلوئه‌ورا (همراه قطعات کوچک) باشد، می‌توانید بخشی از ژل کوچک بریده و آن‌ها به شیر موز یا سایر میوه‌ها اضافه کرده و میکس کنید. برای برش زدن برگ آلوئه‌ورا، خارج کردن ژل، بهترین روش ایجاد برش‌های طولی است تا از خارج شدن شیره زرد رنگ آن جلوگیری شود.

**نکته:** برای نگهداری باقیمانده برگ، آن را در کاغذ بپیچید و در یخچال قرار دهید. معمولاً چند ماه می‌توان برگ‌ها را در دماهای خنک (بین صفر تا ۱۰ درجه سانتی‌گراد) درون یخچال‌های خانگی نگهداری کرد.



### رب انار

پس از این که تکه‌های مرغ را با آب و کمی نمک پختید، ۲ قاشق غذاخوری رب انار را با نصف لیوان پیاز سرخ‌شده و یک قاشق چایخوری زعفران دم‌کرده کمی تفت بدهید و روی مرغ‌ها بریزید. غذا پس از ۲ تا ۳ دقیقه حرارت آماده خوردن است.



### زعفران

ترکیبی از زعفران، نمک، فلفل سیاه و سرکه از بهترین طعم‌دهنده‌ها به گوشت ماهی است.



### آب گوه‌فرنگی

راه دیگر برای بهتر شدن عطر و طعم گوشت استیکی آن است که آن را از روز قبل در مخلوطی از سرکه، روغن کنجد، کمی نمک، فلفل قرمز، فلفل دلمه‌ای و برگ کرفس خام و حتی کمی آب گوجه‌فرنگی بخوابانید.



### برگ بو

اگر می‌خواهید گوشت قرمز یا مرغ را آب‌پز کنید، بهتر است پیش از این کار، آن را با پیاز، فلفل سیاه و کمی زردچوبه تفت دهید و بعد آن را بپزید. با این کار، هم گوشت طعم بهتری پیدا می‌کند و هم از نظر ظاهری بافتش را از دست نمی‌دهد. ساقه کرفس، برگ بو و فلفل دلمه‌ای عطر بسیار خوبی به مرغ پخته می‌دهند.