

پانزده گیاه دارویی موثر در رشد موی سر



ریحان : ریحان سرشار از منیزیم است و اغلب یکی از مواد معدنی است که توسط انسان‌ها نادیده گرفته می‌شود. زمانی که ریحان بر روی مو و پوست سر اعمال می‌شود همانند یک ماده ضد التهابی عمل می‌کند و می‌تواند موها را تقویت کند و جریان خون در فولیکول‌های مو را افزایش دهد. همین امر باعث تحریک رشد موها خواهد شد.

بهرنگراج : این یک گیاه باستانی است که به نظر برای رشد طبیعی موها بسیار مفید است. شما می‌توانید از این گیاه برای تقویت و رشد موهای خود استفاده کنید.

ریشه گیاه بابا آدم : ریشه گیاه بابا آدم کاربردهای زیادی در پزشکی دارد. به عنوان مثال می‌توان از آن برای درمان پوست سر و به عنوان یک ماده ضد التهابی استفاده کرد. این گیاه سرشار از اسیدهای چرب است و می‌توان آن را به تنهایی یا به همراه سایر گیاهان همچون رزماری مورد استفاده قرار داد و سلامت پوست سر را تقویت کرد. همچنین این گیاه باعث می‌شود موهای قوی تری داشته باشید.

کالاندولا : کالاندولا یا گل همیشه بهار سرشار از مواد معدنی و آنتی‌اکسیدان‌های مختلف است. روغن کالاندولا را می‌توان بر روی پوست سر اعمال کرد. این کار باعث می‌شود با افزایش تولید کلاژن و افزایش جریان خون در فولیکول‌ها مو، موهای قوی تر و مستحکم‌تری داشته باشید. شما می‌توانید از این گیاه به تنهایی یا به همراه سایر روغن‌های مرطوب کننده استفاده کنید.

شنبلله : شنبلله یکی از گیاهانی است که ویتامین زیادی در خود دارد و می‌تواند جریان خون را بهبود ببخشد و رشد موها را تحریک کند. دانه‌های شنبلله را باید یک شب قبل از مصرف در آب خیس کنید و از آن یک خمیر تهیه نمایید. خمیر شنبلله را به طور مستقیم بر روی پوست سر بمالید یا آن را با ماست یونانی ترکیب کنید تا بتوانید از مزایای لاکتیک اسید موجود در ماست نیز بهره مند شوید. اجازه دهید این ترکیب سی دقیقه روی پوست سر بماند و سپس شستشو دهید.

افراد زیادی گیاهان دارویی را برای تحریک رشد مو و تغذیه پوست سر مصرف مینمایند. گیاهان دارویی تاثیرات زیادی دارند و میتوان استفاده از آن‌ها را بهترین روش درمانی حساب کرد. گیاهان دارویی متعددی برای رشد مو و تغذیه پوست سر وجود دارند که قصد ما بر این است شما را با ۱۵ مورد از این گیاهان دارویی آشنا نماییم.

آلوئه ورا : آنزیم‌هایی که در آلوئه ورا وجود دارد می‌تواند پوست مرده را حل کند. آلوئه ورا حاوی سالیسیلیک اسید است. همانطور که می‌دانید سالیسیلیک اسید یک ماده ضد التهابی و آنتی‌بیوتیک است. ژلی که از گیاه آلوئه ورا تهیه می‌شود می‌تواند یک مرطوب کننده عالی باشد. این ژل ساختاری شبیه کراتین دارد. کراتین پروتئینی است که پوست و مو را تشکیل می‌دهد. به همین خاطر آلوئه ورا یکی از بهترین مواد برای رشد موهای شماست.

آمله یا انگور هندی : آمله که با عنوان انگور هندی نیز شناخته می‌شود حاوی آنتی‌اکسیدان‌های متعددی همچون ویتامین C است که برای تولید کلاژن ضروری اند. افزایش سطح کلاژن تولید موهای جدید را افزایش می‌دهد و باعث استحکام و تقویت آن می‌شود. پودر آمله را با یک مرطوب کننده همچون روغن نارگیل ترکیب کنید و آن را روی پوست سر بمالید و سپس ماساژ دهید. بهتر است بدانید که آمله بهترین درمان خانگی برای سفید شدن زودرس موهاست.

دانه کتان : دانه کتان سرشار از اسیدهای چرب و آنتی اکسیدان‌هایی است که به حذف سموم و پوست مرده از روی پوست سر کمک می‌کند. دانه کتان را در آب بجوشانید تا یک ژل نرم به دست آید. سپس آن را بر روی پوست سر و موها اعمال کنید. این مرطوب کننده می‌تواند رشد موها را تحریک کند و باعث تقویت موهای موجود گردد.

ریشه زنجبیل : روغن ریشه زنجبیل جریان خون در فولیکول‌های مو را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود موهای قوی تر و سالم تری داشته باشید. ریشه زنجبیل همچنین یک ضد عفونی کننده و مرطوب کننده عالی است و همین امر موجب می‌شود شوره سر و سایر مواد را از روی مو بردارد.

آب قاشقی یا گوتو کولا : این گیاه به طور سنتی برای درمان بیماری‌های داخلی و خارجی استفاده می‌شود. شما می‌توانید عصاره این گیاه را با روغن زیتون ترکیب کنید و سپس پوست سر را با آن ماساژ دهید. اینکار جریان خون را بهبود می‌بخشد و به شما کمک می‌کند موهای قوی تری داشته باشید.

ختمی : گل ختمی حاوی ویتامین‌ها و آنتی اکسیدان‌هایی است که می‌تواند سلامت مو و پوست سر را بهبود ببخشد. شکوفه‌های تازه آن را به روغن نارگیل اضافه کنید و ترکیب نمایید تا خمیر نرمی ایجاد شود. زمانی که این خمیر را بر روی پوست سر اعمال می‌کنید، قادر خواهید بود رشد موها را بعد از چند وقت مشاهده کنید. همچنین این ماده از بروز شوره سر جلوگیری می‌کند.

رازک : گل گیاه رازک حاوی روغنی است که می‌تواند به عنوان تحریک کننده برای رشد موها به کار رود. علاوه بر این، روغن گل رازک یک ضد عفونی کننده طبیعی است و می‌تواند به مبارزه با عفونت‌های موجود در سر کمک کند.

گیاه دم اسبی : این گیاه سرشار از مواد معدنی است و می‌تواند یک راه حل طبیعی برای تحریک رشد موها و داشتن پوستی سالم باشد. دم اسبی کار خود را با تحریک رگ‌های خونی انجام می‌دهد که اکسیژن مورد نیاز فولیکول‌های مو را تامین می‌کند. گیاه دم

اسبی حاوی کوئرستین است که یک فلاونوئید محسوب می‌شود. برای آماده کردن این گیاه، دم اسبی خشک شده را در آب فرو ببرید و اجازه دهید یک یا چند ساعت بماند. سپس آن را صاف کنید و آب آن را بگیرید. اجازه دهید آب در دمای اتاق خنک شود و سپس بر روی مو و پوست سر اعمال کنید.

اسطوخودوس : روغن اسطوخودوس یک ماده ضد التهابی، ضد میکروبی و ضد عفونی کننده قدرتمند است. این روغن جریان خون در پوست سر را تحریک می‌کند، رشد موهای جدید را سرعت می‌بخشد و به تعادل تولید روغن‌های طبیعی موجود در پوست سر کمک می‌کند. شما می‌توانید این روغن را به همراه روغن‌های دیگر به کار ببرید.

شیرین بیان : گلیکوزیدها، ساپونین‌های تری‌ترپنوئیدی و فلاونوئیدهایی که در شیرین بیان یافت می‌شود به تغذیه پوست سر کمک می‌کند و آسیب ناشی از عفونت قارچی، آگزما، حساسیت و قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی را بهبود می‌بخشد. برای استفاده کردن از این گیاه، کافیست یک قاشق غذاخوری ریشه شیرین بیان خشک شده را به سه پیمانه آب جوش اضافه کنید. اجازه دهید ریشه‌ها به مدت یک یا چند ساعت در آب بمانند. سپس آب آن را صاف کنید و بر روی سر و پوست آن بمالید.



دبستان دخترانه واحد سه مشهد

تهیه و تنظیم : نظیف کار

بر گرفته از سایت Hidocor.ir

تایید کننده: خانم روستایی