

پوست این میوه شگفت انگیز را دور نریزید

از پوست انار معمولا افراد استفاده نمی‌کنند و آن را دور می‌ریزند. اما اگر بدانید که پوست انار از چه خواص و فواید فوق العاده‌ای برخوردار است، هرگز این کار را نمی‌کنید.

کمتری کسی می‌داند که خواص پوست انار دست کمی از خود انار ندارد. پوست انار از دیرباز به عنوان ماده‌ای شگفت انگیز و معجزه‌گر مورد استفاده قرار می‌گرفته و همچنین جایگاه خاصی در طب سنتی ما ایرانیان دارد.

انار یکی از میوه‌های درختی است که دانه‌هایی اغلب قرمز و گاهی سفید یا به رنگ‌هایی بین آن دو دارد و رنگ پوست آن نیز اغلب قرمز و گاه سیاه و یا تقریباً زرد است. این میوه بهشتی علاوه بر اینکه خودش دارای خواص بسیار زیادی می‌باشد پوستش نیز فواید فراوانی برای درمان بیماری‌ها و زیبایی پوست و مو دارد.

دفع کرم‌های روده و معده

جوشانده پوست انار کرم‌های روده و معده را بر طرف می‌سازد فقط کافیت پوست خشک انار را به مقدار ۴ گرم با کمی آب گرم مخلوط نمایید و سپس میل کنید.

پوست انار ترشحات رحم را برطرف می‌کند

پوست انار ترشحات غیر طبیعی را متوقف می‌سازد برای این کار پوست انار را پودر پودر کنید و روی پنبه بریزید سپس در دهانه رحم قرار دهید. این روش برای رفع ترشحات سفید یا لوكوره مفید است.

درمان جوش و آکنه

پوست انار سرشار از آنتی اکسیدان است و باکتری و عفونت‌های پوست را نابود کرده و جوش و آکنه را درمان می‌کند. برای این منظور مقداری پوست انار را تفت دهید و پس از خنک شدن، آن را آسیاب کنید. پودر را با آبلیمو یا گلاب ترکیب کرده و روی صورت خود بمالید.

درمان بواسیر

جوشانده پوست انار برای التیام بواسیر مفید است، شما می‌توانید برای درمان بواسیر و مقعد بیرون آمده در آب این جوشانده بنشینید. برای درمان فستئول و بواسیر پوست انار را با جفت مساوی بسایید و روی پنبه بریزید و هر شب ضماد کنید.

محافظت از پوست در برابر آلاینده‌ها

از دیگر خواص پوست انار این است که از پوست در برابر آلاینده‌ها و سموم محیطی محافظت کرده و تعادل PH پوست را حفظ می‌کند. اسید آلاژیک موجود در پوست انار، رطوبت پوست را حفظ کرده و آن را نرم و لطیف می‌کند. به این منظور دو قاشق چای‌خوری پوست آسیاب شده انار را با ماست ترکیب کنید و به پوست صورت و گردن بمالید و بعد از مدتی آن را بشویید.

محافظت از پوست در برابر اشعه‌های مضر آفتاب

پوست انار، از پوست در برابر اشعه مضر UVA و UVB محافظت می‌کند. برای استفاده، پودر پوست انار را با لوسیون یا کرمی که دارید مخلوط کنید. همچنین می‌توانید پودر را با روغن طبیعی ترکیب کرده و به عنوان ضدآفتاب از آن استفاده کنید.

درمان ریزش مو و شوره سر

پوست انار از ریزش مو و بروز شوره سر جلوگیری می‌کند. به این منظور، مقداری پوست انار را با روغن بادام ترکیب کنید و ریشه‌های مو را با آن ماساژ دهید. پس از دو ساعت آن را با شامپو بشویید.

تقویت لثه با جوشانده پوست انار

آب جوشانده پوست انار برای جلوگیری از خونریزی پس از کشیدن دندان و تقویت لثه بسیار مفید است.

بهبود آبسه دندان

گذاشتن تکه نازک پوست انار بدون سفیدی و پیه روی آبسه دندان موجب بازشدن آبسه می شود البته لازم است پوست انار را یک ساعت روی آبسه دندان بگذارید و بعد عوض کنید و این عمل را تکرار کنید تا سرباز کند.

جوشانده پوست انار برای درد گلو و بند آمدن خونریزی گلو

برای تسکین درد گلو و لوزه پوست انار را بجوشانید و ماده به دست آمده را از صافی رد کنید و با آن غرغره کنید. قرقره روزی شش بار آب جوشانده پوست انار با گلنار ساییده مخلوط شده خونریزی گلو را بند می‌آورد.

جلوگیری از پوکی استخوان

از دیگر خواص پوست انار، کند کردن روند از دست رفتن تراکم استخوان به خصوص در زنانی که نزدیک به سن یائسگی هستند، است. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد، مصرف پودر پوست انار استخوان را تقویت می‌کند و مانع بروز پوکی استخوان پس از یائسگی می‌شود. به این منظور، هر شب دو قاشق چای‌خوری پودر پوست انار را با یک لیوان آب ولرم ترکیب کرده و میل کنید.

کلاژن سازی و جلوگیری از پیری با پوست انار

پوست انار را خشک کنید و پودر نمایید و دو قاشق مربا خوری از آن را با شیر و اگر دارای پوست چرب هستید به جای شیر گلاب اضافه کنید و بر روی صورت خود بگذارید، بعد از اینکه خشک شد می توانید صورت خود را با آب ولرم آبکشی کنید و برای کسب نتیجه بهتر هفته ای دو بار از این محلول روی پوست صورت خود بگذارید تا کلاژن پوستتان تحریک شود و از پیری و چین و چروک بر روی پوست جلوگیری کند.

رفع بوی بد دهان

برای رفع بوی بد دهان باید دو قاشق از پودر پوست انار را در یک لیوان آب مخلوط کنید و دو بار در روز با آن غرغره کنید.

مبارزه با بیماری های قلبی

روزانه یک قاشق چای خوری از پودر پوست انار را در شیر حل کنید و بنوشید . وجود آنتی اکسیدان های فراوان در پوست این میوه با بیماری های قلبی مبارزه می کند و سبب کاهش کلسترول و استرس می شود.