

از خواص سقز چه می‌دانید؟

سقز را که می‌شناسید؟ همان صمغ آدامسی زرد رنگی که باید از طعم آن خوشتان بیاید تا حضور پررنگی در داخل دهان داشته باشد.

تصویر از خواص سقز چه می‌دانید؟

کردهای گیور و شجاع کشورمان خوب می‌دانند که سقز چیست و چه خواصی دارد، چون درختانی که از آن سقز تهیه می‌شود اغلب مربوط به مناطق کوهستانی استان‌های کردستان، کرمانشاه، ایلام و کهگیلویه و بویراحمد است.

سقز صمغ، رزین یا شیره غلیظ درختی به نام بنه یا درخت پسته وحشی است. معمولاً از تنه این درخت در فصل خزان به طور طبیعی یا با دادن شکاف، صمغی خارج می‌شود که در فارسی به آن سقز گویند و در آدامس مورد استفاده قرار می‌گیرد و همچنین خواص درمانی و صنعتی زیادی دارد.

شیره سقز در زمان ترشح از تنه درخت به رنگ سبز روشن بوده و غلیظ و چسبناک است و به عنوان یک مسهل و ملین در درمان یبوست کاربرد دارد و چون مقوی معده بوده و به هضم غذا کمک می‌کند و اشتهاآور خوبی است حکمای مشهوری چون بوعلی‌سینا از آن برای درمان یکسری از بیماری‌های گوارشی استفاده می‌کرده‌اند.

سقز همچون آنتی‌بیوتیک تا حدودی با باکتری عامل اصلی زخم‌معه و اثنی‌عشر مقابله می‌کند ضمن این‌که بسیاری از اهالی محلی، شیره خام سقز را در حالت ناشتا می‌خورند، چون عقیده دارند موجب دفع سنگ کلیه می‌شود.

سقز می‌تواند به عملکرد بهتر کبد و طحال نیز کمک کند و ضماد آن با پیه آب شده برای نرم کردن ناخن‌های تاب‌دار و خشک و التیام شقاق نشیمنگاه مفید است و مخلوط آن با روغن زیتون برای برطرف کردن ورم و ترک پوست و خارش بدن، بسیار سودمند است.

از دیدگاه حکمای طب سنتی مالیدن شیره سقز روی زخم به التیام آن کمک می‌کند و از بخار پخت سقز برای تقویت چشم استفاده می‌شده و می‌تواند به تسکین دردهای مفصلی و روماتیسمی کمک کند و برای آسم و برونشیت مفید است.

با جویدن آدامس طبیعی سقز بر میزان ترشحات بزاقی افزوده و از میزان اسید دهان کاسته می‌شود و این خود عاملی برای رفع بوی بد دهان و پیشگیری از پوسیدگی دندان است و برای افرادی که دچار خشکی دهان هستند جویدن مستمر سقز توصیه می‌شود.

هشدار، سقز مجوزدار بخريد

در زمان خرید آدامس طبیعی سقز انواعی را که مورد قبول وزارت بهداشت و دارای تاریخ مصرف است انتخاب یا سقز تصفیه شده را از عطاری‌های مجاز تهیه کنید و از خرید انواعی که بدون نام و نشان بوده و اغلب توسط دستفروشان دوره‌گرد به فروش می‌رسد اجتناب کنید.

خوب است بدانید سقز برای تهیه آدامس طبیعی باید تصفیه و ترکیبات روغنی و غیر خوراکی آن حذف شود که این فرآیند باید تحت نظر متخصصان مربوط و در شرایط بهداشتی انجام شود.

متاسفانه سقزهای بی‌نام و نشان اغلب به صورت سنتی و محلی و در دیگ‌هایی که از نظر بهداشتی غیراستاندارد بوده پخته می‌شوند که خود می‌تواند موجب بروز برخی ناراحتی‌های گوارشی در مصرف‌کننده شود.

از سوی دیگر به دلیل آن‌که در روش سنتی در زمان استخراج تدریجی شیره سقز از تنه درخت به درون ظروف گلی، روی این شیره چسبناک گرد و خاک می‌نشیند احتمال این‌که محصول بار میکروبی بالایی داشته باشد زیاد است.

فاخره بهبهانی - گروه سلامت