

گیاه «سنگ» چیست و چه خواصی دارد؟

طبق نظر طبیبان سنتی سنگ از نظر طبیعت سرد و خشک است و در فاصله اردیبهشت تا تیرماه ظاهر می‌شود.

به گزارش خبرنگاران جامعه گزارش خبر، از برگ‌های سنگ در سالاد استفاده می‌کنند و ایرانیان آن را مانند کاهو و کاسنی با سرکه و بدون آن می‌خورند، چون بسیار خنک است. خوردن برگ‌های سنگ اسهال و خونریزی معده را بند می‌آورد و از خونریزی سینه هم جلوگیری می‌کند. اگر این گیاه را پختید هرگز آب آن را دوز نریزند بلکه آن را بنوشید، زیرا منافع سنگ در آب جوشانده جمع می‌شود. سنگ گیاهی با فواید درمانی بالا

بهر روز عزت‌پور، مربی مرکز تحقیقات داروهای گیاهی دانشگاه علوم پزشکی لرستان با بیان اینکه گیاه سنگ با نام علمی *Tragopogon graminifolius* گیاهی از خانواده Asteraceae است، گفت: این گیاه در طب سنتی ایران از اهمیت ویژه‌ای در درمان برخی از بیماری‌ها برخوردار است. این مربی مرکز تحقیقات داروهای گیاهی دانشگاه علوم پزشکی لرستان در رابطه با فواید درمانی گیاه سنگ، عنوان کرد: این گیاه در درمان زخم‌های گوارشی و ریه مورد استفاده قرار می‌گیرد و عصاره آن به دلیل قابض بودن جهت درمان انواع خونریزی از جمله خونریزی‌های رحمی، دستگاه تنفسی و درمان برخی از انواع اسهال نیز مؤثر است.

عزت‌پور با اشاره به اینکه مصرف موضعی پودر گل و ریشه گیاه باعث تسریع التیام و بهبود زخم‌های چرکی می‌شود، گفت: استعمال موضعی گل‌های گیاه سنگ جهت درمان سوختگی مفید است و ریشه این گیاه در طب سنتی جهت سمیت‌زدایی بدن مورد استفاده قرار می‌گیرد. این مربی مرکز تحقیقات داروهای گیاهی دانشگاه علوم پزشکی لرستان بیان کرد: گیاه سنگ برای معده مقوی بوده و مصرف موضعی ریشه این گیاه در درمان عفونت و از بین بردن ترشحات گوش مؤثر است.

وی با تأکید بر اینکه مطالعات فارماکولوژیک نشان‌دهنده مؤثر بودن عصاره این گیاه در درمان زخم معده و بیماری کولیت است، عنوان کرد: اثرات ضد درد عصاره این گیاه در پژوهش‌های حیوانی به اثبات رسیده، مصرف آن در افراد مبتلا به بیماری‌های کلیوی توصیه نمی‌شود. از ریشه سنگ غافل نشویم

علی سپهوند، محقق مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی لرستان، اظهار کرد: سنگ یکی از مهم‌ترین و پرخاصیت‌ترین گونه‌های گیاهی خودرو در لرستان است که ریشه لعاب‌دار و تلخ این گیاه به میزان زیاد اشتهاآور بوده، ضمن اینکه خلط‌آور و نرم‌کننده سینه نیز است. وی عنوان کرد: آب ریشه خام گیاه سنگ در از بین بردن زگیل اثرگذار است و در آن ماده مؤثره‌ای وجود دارد که برای سلامتی کبد، شش و قلب مفید است.

سنگ عامل بهبود دستگاه گوارش

نعمت‌الله مرادی، متخصص طب سنتی، اظهار کرد: بر اساس متون طب سنتی این گیاه دارای خواص متعدد درمانی در بسیاری از بیماری‌ها از جمله زخم‌های گوارشی، التهابات روده و اسهال‌های گوارشی بوده و تقویت و محافظت‌کننده کبد در برابر سموم است. وی تصریح کرد: همچنین گیاه سنگ التیام‌دهنده زخم‌ها و سوختگی‌ها و بند آورنده خونریزی‌های داخلی است.

مرادی افزود: در حال حاضر به صورت بومی و محلی در غرب ایران از ساقه‌های تازه گیاه جهت درمان انگل‌های گوارشی استفاده می‌شود که در مطالعات علمی انجام شده بر روی این گیاه، اثرات ضدالتهابی، محافظت‌کننده از مخاط معده و روده و همچنین خواص ضد میکروبی آن به اثبات رسیده است. این متخصص طب سنتی با اشاره به این‌که گیاه سنگ اثرات آنتی‌اکسیدانی قابل توجهی دارد که بسیاری از خواص درمانی آن را تأیید می‌کند، گفت: بر اساس مطالعات فارماکولوژیک انجام شده این گیاه دارای اثرات شاخص در درمان کولیت و بیماری التهابی روده است که از برخی داروهای شیمیایی مورد استفاده در درمان کولیت مؤثرتر است.

در حال حاضر در فصلی قرار داریم که این گیاه پرخاصیت به‌تازگی سر از خاک درآورده و آماده مصرف برای همگان است، حال این‌که در غرب کشور به‌ویژه در لرستان مورد استفاده عموم مردم قرار گرفته و توسط مردم بومی در بازار مورد فروش قرار می‌گیرد و افرادی که این گیاه را نمی‌شناسند و یا نمی‌توانند برای تهیه آن به دامان طبیعت بروند می‌توانند با مراجعه به بازارهای محلی نسبت به تهیه مصرف آن اقدام کنند. طبق گفته پزشکان طب سنتی و نوین استفاده از سبزی‌های تازه و محلی که در فصل بهار و به‌صورت خودرو به‌وفور یافت می‌شوند، در سلامت بدن انسان مؤثر هستند.