



02:47
مدة القراءة

الباحثون
السوريون
SYRIAN RESEARCHERS

الغذاء والتغذية

هل من الممكن استخدام زيت جوز الهند لعلاج الصدفية

حقوق التصميم محفوظة لـ "الباحثون السوريون"

syr-res.com

مرضُ الصدف أو الصدفية Psoriasis هو مرضٌ جلديٌّ شائعٌ وغيرٌ معدٍ وهو أحدُ أمراض المناعة الذاتية التي تؤدي إلى ظهور بقع متقشرةٍ على البشرة، ومن أعراضها ظهور بقع حمراء وقشور ذات لونٍ فضي بالإضافة إلى الحكة (للمزيد حول هذا المرض <http://www.syr-res.com/article/5497.html>).
الهدف من علاج الصدفية هو السيطرة على الأعراض وذلك عن طريق إيقاف النمو السريع لخلايا الجلد وإزالة الحراشف الصدفية وتنعيم الجلد، ومن طرائق العلاج نجد طريقة العلاج الموضعي؛ وفي مقالنا هذا سنتحدث عن زيت جوز الهند ودوره في علاج الصدفية.

ماهو زيت جوز الهند Oil Coconut:

يحظى زيت جوز الهند بشعبيةٍ واسعةٍ كعلاجٍ موضعيٍّ وكزيتٍ للطهي وذلك بسبب نكهته المميزة والمناسبة لصناعة المخبوزات وغيرها.

يتكون زيت جوز الهند من الدهون المشبعة fat saturated بنسبة 90% وهذه النسبة أعلى بكثير مما هي عليه في كلٍّ من الزبدة ودهن البقر، ومع ذلك فإنَّ زيت جوز الهند يساعد على زيادة الكوليسترول الجيد (LDL)، والسي الكوليسترول وخفض (HDL).



كما يُستخدم زيت جوز الهند في التجميل حيث يعمل على الحد من تجعد الشعر وتقليل علامات تشقق الجلد وترطيب الجلد وكذلك كمزيل للمكياج. كما يعمل زيت جوز الهند على التقليل من التهاب البشرة عند وضعه عليها ويساعد في التخفيف من جفاف الجلد لأنه يقلل من كمية الرطوبة المفقودة من خلال الجلد. وتساعد الأحماض الدهنية الموجودة في زيت جوز الهند مثل اللوريك Lauric والكابريك Capric والكابريك Lauric اللوريك حمض ويتميز بـدفية الص لل معالجة البشرة تهدئة في أيضاً دور ولها البشرة تنعيم على Caprylic بدوره المضاد للميكروبات مما يساعد على الحد من الالتهابات الجلدية .

زيت جوز الهند وعلاج الصدفية:

يعاني الشخص المصاب بالصدفية من الجفاف الشديد والحكة في المنطقة المصابة، فيقوم باستخدام بعض الأدوية الموضعية والتي قد تؤدي إلى جفاف أكثر في المنطقة لذلك ينصح الأطباء باستخدام المرهم للتخفيف من هذا الجفاف.

يُعتبر زيت جوز الهند مرطباً جيداً للبشرة واستخدامه يقلل من جفافها وخاصةً في فصل الشتاء، وهو يتوفر بشكلين إما ممزوجاً مع غيره (على شكل غسول أو مرهم) أو بشكل منفرد. وتوصي المؤسسة الوطنية لمرض الصدفية Foundation Psoriasis National الأشخاص الذين يعانون من الصدفية في فروة الرأس بفرك المنطقة بزيت جوز الهند لأن ذلك يؤدي إلى تطرية المنطقة وإلى التخلص من لويحات مرض الصدفية.

كما تنصح بإضافة زيت جوز الهند للمغس أثناء الاستحمام لأنه يعمل على تنعيم البشرة، مع الانتباه ألا تكون المياه المستخدمة أثناء الاستحمام ساخنة جداً ومراعاة عدم فرك البشرة. ويمكن للشخص المصاب بالصدفية استخدام زيت جوز الهند مباشرة بعد الاستحمام وينصح بتطبيقه 2-3 مرات باليوم للحصول على أفضل النتائج.

ويمكن مزج زيت جوز الهند مع زيت vera Aloe للحصول على نعومة إضافية للجلد. وبغض النظر عن أن ماسبق ناتج عن تجارب فردية إلا أنه يوجد قليل من الأبحاث تؤكد فعالية زيت جوز الهند كعلاج للصدفية. وقد قام الباحثون بدراسة فعالية العلاج بزيت جوز الهند قبل استخدام العلاج الضوئي لكن النتائج لم تكن حاسمة.

لا توجد آثار جانبية للاستعمال الموضعي لزيت جوز الهند لذلك يُستعمل كعامل مرطب إلى جانب الأدوية العلاجية لمرض الصدفية ولا يُعتبر العلاج الوحيد. يجب التنبيه إلى أن استعمال زيت جوز الهند قد يسبب بعض الأعراض التحسسية في المنطقة مثل الاحمرار والحكة وارتفاع حرارة المنطقة التي وضع عليها؛ لذلك عند ظهور هذه الأعراض وعند عدم الاستفادة من استعماله في تخفيف أعراض الصدفية يجب استخدام عامل مرطب آخر. وتشير بيانات الأدوية الطبيعية إلى فعالية زيت جوز الهند في علاج الأكزيما (وهي أيضاً مرض جلدي يسبب الجفاف والحكة)، كما أن زيت جوز الهند قد يكون علاجاً لبعض الأمراض علماً أنه لا يوجد أدلة كافية لإثبات ذلك، ومن هذه الأمراض: ألم في الصدر و الإجهاد ومرض السكري و الإسهال و الكوليسترول و متلازمة القولون العصبي ومرض الغدة الدرقية.

المصدر: <http://www.medicalnewstoday.com/articles/314465.php>

المساهمون في المقال :

ترجمة: Rama Alyusuf



تدقيق علمي: Hasan Iessa



تدقيق لغوي: Lina Shhaideh





صوت: Ranim Al Saoud



تصميم الصورة: Khaled Abuyasser



نشر: Hasan Iessa

