

نمک اپسوم چیست؟

نمک اپسوم تولید شده در شرکت شیمی کانه ایرانیان کاربرد گسترده ای در سلامتی، زیبایی، نظافت خانه و کشاورزی دارد. نمک اپسوم و یا همان منیزیم سولفات در درمان بسیاری از بیماری ها کاراست و اغلب افرادی که با این نمک آشنایی دارند می توانند از آن به عنوان یک تسکین دهنده درد های عضلانی و اسکراپ های لایه بردار پوست استفاده کنند تا هم جوانی را به پوست خود بازگردانده و هم اینکه دردها را از خود دور نمایند. ورزشکاران معمولاً از نمک اپسوم برای درمان گرفتگی عضلات استفاده می کنند، در حالی که کشاورزان برای رشد بهتر گیاهان از آن بهره می گیرند.

خواص بهداشتی نمک اپسوم

پاک سازی و لایه برداری پوست
نمک اپسوم برای پاک سازی پوست صورت و بدن از سلول های مرده و به عنوان نرم کننده و مرطوب کننده طبیعی پوست به کار می رود. یک فنجان نمک اپسوم را با یک قاشق غذاخوری روغن لاوندر مخلوط کنید و به روی پوست مرطوب خود بمالید تا کاملاً نرم شود و لایه های سلولی مرده از روی آن برداشته شود. برای پوست صورت یک قاشق چایخوری نمک اپسوم را با کمی کرم پاکسازی پوست، مخلوط کنید و به آرامی روی صورت ماساژ دهید.

رفع جوش های سرسیاه

یک قاشق چایخوری نمک اپسوم را با مقدار آب جوشیده ترکیب کنید و با دستمال پارچه ای نخی به روی جوش های سر سیاه بمالید. برخلاف دیگر محصولات زیبایی که پوست را خشک می کنند، غوطه ور شدن در نمک حمام اپسوم در واقع می تواند مانع از دست رفتن رطوبت پوست شود.

خواص زیبایی نمک اپسوم

حجیم کردن مو

منیزیم موجود در نمک اپسوم با بهبود گردش خون در پوست سر و تقویت فولیکول های مو باعث ضخیم و پرپشت شدن مو می شود. این ماده برای درمان خارش و شوره سر نیز مفید است. مقدار مساوی از نرم کننده مو و نمک اپسوم را با یکدیگر مخلوط کنید و ۳۰ دقیقه، موهایتان را به آن آغشته کنید. بعد از شستشو، خواهید دید که چه موهای زیبا و حجیمی دارید.

جلا دادن موها

برای زیبایی موهای خود، ترکیب زیر را تهیه کنید :
(۱) قاشق غذاخوری آب لیمو، کمی آب، یک فنجان نمک اپسوم) مواد را کاملاً در یکدیگر مخلوط کنید و در آن را بپوشانید و بگذارید تا ۲۴ ساعت بعد، به همان شکل بماند. سپس آن را به مدت ۲۰ دقیقه به موها اسپری کنید و بعد آن را بشویید و خشک کنید. با استفاده مداوم از این ترکیب، موهای بسیار زیباتری خواهید داشت.



خواص درمانی نمک اپسوم

بهبود عملکرد اعصاب و ماهیچه
نمک اپسوم موجب بهبود عملکرد آئزیم های بدن و کمک به تنظیم احتباس مایع در سلول ها و جذب آسانتر کلسیم در بدن میشود، لذا تن شویه این نمک بی نظیر در سنین بالا خطر ابتلا به بیماری های پوکی استخوان، پارکینسون و رعشه اندام های مختلف را به طور چشمگیری کاهش می دهد. مصرف این نمک بصورت موضعی با افزایش عملکرد نورون های عصبی در سطح زیرین پوست و کاهش سدیم انباشته شده در آنها به فاصله بسیار کمی از مصرف آن موجب تمدد و تسکین عصبی ناشی از ناراحتی های عصبی شود.

سلامت استخوان

از آنجایی که نمک اپسوم دارای منیزیم است، حمام کردن با آن می تواند باعث جذب این عنصر گردد و به استحکام استخوانها و سلامت آنها کمک کند.

بهداشت درمانی و روانی اپسوم

کاهش استرس

منیزیم موجود در این نمک خواص بسیار شگفت انگیزی در کاهش استرس و افزایش آرامش و راحتی در بدن دارد، این نمک را در آب گرم حل کنید تا از طریق پوست، جذب بدنتان شود. یون منیزیم باعث آزاد شدن سروتونین در بدن می شود که عامل خوش اخلاقی و شادابی و آرامش است. استراحت در وانی که در آن نمک اپسوم ریخته شده است، باعث می شود احساس بهتری در خلق و خو، احساس آرامش بدنی در عضلات و... داشته باشید.

بهداشت برای بیماران مبتلا به دیابت

این نمک با تثبیت مناسب سطح منیزیم و سولفات، باعث افزایش تولید انسولین در بدن می شود که برای بیماران مبتلا به دیابت بسیار ضروری و مناسب است.

دیگر کاربردهای نمک اپسوم

درمان قارچ پوستی با

خواص ضد قارچی نمک اپسوم آن را به یکی از بهترین روش های طبیعی برای درمان قارچ پوستی یا تبدیل کرده است. نصف فنجان نمک اپسوم را به یک تشت آب گرم اضافه کنید و پاها را در آن قرار دهید تا خارش و سوزش ناشی از قارچ را تسکین دهد.

جلوگیری از لختگی خون در عروق

نمک اپسوم موجب بهبود گردش خون در بدن شده و از گرفتگی و لخته شدن خون و کشیده شدن شریان ها جلوگیری میکند. به موجب کاهش فشار خون و سلامت قلب می بایستی بدن خود را حداقل هر هفته ۳ الی ۴ بار در آب گرمی که نمک اپسوم در آن حل شده است خیس کنید.

نمک اپسوم و کاربردهای دیگر

درمان ناخن ها

با استفاده از نمک حمام کوتیکول های نرم تر و ناخن های قوی تری داشته باشید. نمک حمام را با لیمو و جوش شیرین با انواع روغن های گیاهی مخلوط کنید تا به ناخن هایی با ظاهر سالم و بدون لک دست پیدا کنید.

مکمل غذایی گل و گیاه

منیزیم موجود در نمک اپسوم یکی از عناصر ضروری در مولکول های کلروفیل موجود در بخش های سبز گیاه است که موجب بهبود فرآیند فتوسنتز در گیاه می شود. نمک اپسوم اغلب در گیاهان گلدانی یا محصولات زراعی که به منیزیم زیادی احتیاج دارند مانند: سیب زمینی، گل رز، گوجه فرنگی، درخت لیمو، هویج و فلفل به عنوان کود استفاده می شود

هشدار: مصرف نمک اپسوم تنها جهت استفاده موضعی می باشد و مصرف خوراکی ندارد

زنان باردار و شیرده قبل از مصرف با پزشک مشورت کنند.