

زنجبیل برای سلامت دهان و دندان چه فوایدی دارد؟

زنجبیل برای سلامت دهان و دندان: زنجبیل در اصل بومی کشور هندوستان است. این گیاه، محرک قوای جنسی است. و خاصیت آرام‌بخشی دارد که در موارد خستگی شدید هم توصیه می‌شود. زنجبیل هضم را تسهیل می‌کند. عملکرد روده‌ها را بهبود می‌بخشد. به تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کند. خاصیت ضد سرطانی دارد. ضدتهوع و ضدالتهاب است و به درمان برونشیت و سینوزیت کمک می‌کند. علاوه بر این‌ها محققان با آزمایش‌های علمی مختلف به این نتیجه رسیده‌اند که این گیاه دارویی برای سلامت دهان و دندان نیز مفید است. در این مطلب به این تحقیقات اشاره می‌کنیم، با ما همراه باشید.

جهت استفاده از خدمات [بیمه دندانپزشکی](#) با مشاورین مهر از کارت تماس حاصل نمائید.

دم‌نوش زنجبیل: رفع بوی بد دهان

چای زنجبیل می‌تواند به رفع [بوی بد دهان](#) کمک کند. آن‌ها معتقدند که فقط یک نوع ماده شیمیایی موجود در زنجبیل مسئول این تأثیر مثبت است. در واقع همین ماده شیمیایی عامل طعم تند این ریشه خوراکی است.

متخصصان حین آزمایش روی تأثیر مواد غذایی بر مولکول‌های بزاق دهان دریافتند که ماده شیمیایی موسوم به "جینجرول" موجود در زنجبیل آنزیمی را در دهان تحریک می‌کند. و این آنزیم به نوبه خود موجب شکسته شدن و از بین رفتن موادی که عامل بوی بد دهان هستند می‌شود.

این یافته می‌تواند منجر به تولید انواع [خمیردندان](#) و [دهان‌شویه](#) با استفاده از این ماده خوراکی تند و طعم دار می‌شود.

عصاره زنجبیل: ضد عفونی‌کننده دهان

عصاره گیاه دارویی زنجبیل می‌تواند به‌طور مؤثری برای ضد عفونی کردن محیط دهان و جلوگیری از [پوسیدگی](#) های باکتریایی استفاده شود.

پوسیدگی دندان یکی از شایع‌ترین عفونت‌های دهانی محسوب می‌شود. و باکتری موسوم به «استرپتوکوکوس موتانس»، دارای نقش اصلی در این بیماری است. این باکتری تقریباً در شروع تمامی ضایعات پوسیدگی در [مینای دندان](#) نقش دارد. و با تولید اسید و از طریق تجزیه قندها و کاهش pH محیط دهانی، باعث فساد سطوح دندانی و پوسیدگی می‌شود.

امروزه استفاده از ماده «کلر هگزیدین» جهت کنترل و کاهش پوسیدگی دندان رایج است. اما این ترکیب عمدتاً باعث تغییر رنگ مینای دندان به رنگ زرد یا قهوه‌ای شده و حتی ممکن است موجب بروز سوزش، زخم و خشکی در مخاط دهان شود. علاوه بر موارد ذکر شده، به گفته برخی محققین، شواهد کافی نیز از اثرات کلینیکی و همچنین عوارض جانبی طولانی مدت این ماده در دسترس نیست. و این موضوع باعث شده که برخی متخصصین، استفاده از کلر هگزیدین را به‌عنوان داروی کنترل‌کننده پوسیدگی دندان توصیه نکنند.

برای دیدن [تعرفه دندانپزشکی](#) اینجا کلیک کنید.

همه چیز درباره [روکش دندان](#) را بدانید...

خواص ماده شیمیایی جینجرول موجود در زنجبیل

ماده شیمیایی موسوم به "جینجرول" موجود در زنجبیل آنزیمی را در دهان تحریک می‌کند. و این آنزیم به نوبه خود موجب شکسته شدن و از بین رفتن موادی که عامل بوی بد دهان هستند می‌شود.

باکتری «استرپتوکوکوس موتانس» تقریباً در شروع تمامی ضایعات پوسیدگی در مینای دندان نقش دارد و با تولید اسید و از طریق تجزیه قندها و کاهش pH محیط دهانی، باعث فساد سطوح دندانی و پوسیدگی می‌شود.

محققین عصاره اندام زیرزمینی گیاه زنجبیل را با استفاده از ۴ حلال مختلف شامل آب، متانول، اتیل استات و هگزان تهیه کردند و تأثیر ضد میکروبی هر یک را روی سویه استاندارد باکتری استرپتوکوکوس موتانس که از مرکز پژوهش‌های علمی و صنعتی ایران تهیه شده بود، آزمودند.

نتایج آزمایش نشان داد که غلظت‌های مختلف عصاره زنجبیل دارای اثرات ضد میکروبی مشخصی هستند. بنابراین نتایج، حداقل غلظت مهارکنندگی عصاره‌های آبی و متانولی زنجبیل، ۱۲,۵ میلی‌گرم بر میلی‌لیتر و برای عصاره‌های اتیل استات و هگزانی ۲۵ میلی‌گرم بر میلی‌لیتر برآورد گردید.

همچنین طبق این یافته‌ها، عصاره متانولی زنجبیل بهترین اثر را در کنترل باکتری‌ها نشان می‌دهد و بعداز آن، به ترتیب عصاره آبی، اتیل استات و هگزانی قرار می‌گیرند.

به‌طور کلی نیز، ارزیابی‌های آماری نشان داد که هر چه غلظت عصاره زنجبیل در حلال از هر نوع که باشد بیشتر شود، خاصیت ضدباکتریایی آن حلال افزایش می‌یابد.

به بیان محققین فوق، از این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که گیاه زنجبیل دارای اثر ضد باکتریایی قابل‌توجه بر روی عامل اصلی پوسیدگی دندان یا باکتری استرپتوکوکوس موتانس است و این گیاه می‌تواند به‌عنوان محصول طبیعی زیستی و فعال در توسعه ترکیبات جدید جهت کنترل پوسیدگی دندان مورد استفاده قرار گیرد.

زنجبیل: رفع التهاب و دندان درد

زنجبیل گیاهی است که مانند داروی اسپیرین عمل می‌کند و یک مسکن فعال محسوب می‌شود. در واقع استفاده از ریشه‌ی زنجبیل یکی از رایج‌ترین درمان‌های گیاهی برای **دندان‌درد** است که از دیرباز از آن‌ها استفاده می‌شده است.

جهت تهیه **بیمه دندانپزشکی** با ما همراه باشید.

روش استفاده از زنجبیل جهت رفع دندان درد

۱- ابتدا پوست زنجبیل را جدا کنید سپس روی دندان دردناک قرار داده و آن را به آرامی گاز بگیرید. به تدریجی از درد دندان کاسته می‌شود.

۲- پودر زنجبیل را با آب مخلوط کنید، این خمیر برای تسکین درد دندان بسیار مؤثر است. سپس پنبه‌ای را به این مخلوط آغشته کنید. آن را فشار دهید تا آب اضافی خارج شود و سپس آن را روی دندان دردناک (نه روی لثه) بگذارید. عملکرد این ترکیب به این ترتیب است که زنجبیل، پوست آن قسمت را تحریک می‌کند و خون را به سمت پوست می‌کشاند و التهاب را کاهش می‌دهد.

۳- می‌توانید زنجبیل تازه را در آب خیس و با آن غرغره کنید.

۴- سس زنجبیل و فلفل درست کنید. زنجبیل و فلفل هر دو داروهای ضد درد هستند. برای گرفتن نتیجه بهتر، میزان مساوی از این دو ادویه را با آب مخلوط کنید و یک سس بسازید. توپ کوچکی از پنبه درست کنید و به میزان کافی به سس موردنظر آغشته کنید. بعد هم آن را درست روی دندانتان، جایی که لثه و زبان شما به آن برخورد نکند، بگذارید و تا زمان فروکش کردن درد یا حداقل تا زمانی که طاقتش را دارید، پنبه را از دهانتان خارج نکنید.

جهت استفاده از خدمات **دندانپزشکی ارزان** با مشاورین مهراز کارت همراه شوید