



Derde Deva ÇÖREK OTU

(Hadislerde övülmüş Bitki) (nigella Sativa)

Tarihi Olarak

Çörek Otu asırlar boyunca, bitkisi ve yağı ile birlikte, Afrika'da, Asya'da ve Ortadoğu'da, günümüzde ise Amerika ve Avrupa'da milyonlarca insan tarafından "sağlıklarını desteklemek için" kullanılmaktadır. Aromatik bir baharat türü ve siyah rengi hariç susam tohumuna benzer olan çörekotu, geleneksel olarak çeşitli durumlar ve tedaviler için mükemmel bir ilaç olarak da kullanılmıştır.

İslam âlimleri de peygamberlerinin övmüş olduğu bu bitkiye bigane kalamamış ve hakkında bolca eser yayınlamışlardır. El-biruni ve ibn-i Sina bunlardan bazılarıdır.

Günümüzde ise özellikle Amerika ve Avrupa'nın elit bilim merkezlerinde çörek otu hakkında araştırmalar yapılmakta ve her geçen gün yıldızı parlayan bu şifalı bitki hakkında kesin kanıtlar elde edilmektedir.

Çörek Otunun Etken Maddeleri çörek otu yağı soğuk veya sıcak baskı ile elde edilir.

Takriben %21 protein, %38 karbonhidratlar ve %35 bitkisel yağlardan oluşmaktadır. İçeriğindeki aktif maddeler, nigellon, thymoquinon ve uçmayan yağlardır. Diğer maddeler ise, linoelik asit(Omega-6, Omega-3), oleic asit, palmitik asit, kalsiyum, sodium, potasyum, demir, çinko, bakır, magnezyum, selenyum, fosfor, vitamin A, vitamin B, vitamin B2, niasin ve vitamin C dir.

Yukarıdaki maddelerden özellikle nigellon ve thymoquinon etken maddeleri çörek otunun destekleyici özelliğiyle doğrudan alakalıdır.

Hangi Hastalıklarda Kullanılır?

1- İlk olarak çörek otu bir hastalık durumunda kullanılabileceği gibi günlük veya gün aşırı olarak öylesine de tüketilebilir. Aşırı alınmadığı taktirde herhangi bir yan etkisi ve zararı bildirilmemiştir.(not: Alerjinizin olmadığını var sayıyoruz.)

2- Çörek otu Bağışıklık sistemini güçlendirir.

3- Vücudu tahrip eden mikroplara karşı vücut direncini artırır.

4- Kanserden AİDS e kadar bir çok hastalıkta kullanılabilir.

5- İltihaplı vakalarda iltihap engelleyici olarak kullanılabilir.

6- Nefes darlığı ve solunum yolları hastalıklarında iyi bir yardımcı etken olduğunu defalarca kanıtlamıştır.

7- Çörek Otu özünün(yağından bahsediliyor) meme, prostat, cilt kanseri gibi bazı kanser türlerinde kanser hücrelerinin gelişmesini yavaşlattığı görülmüştür

8- Bayanlarda sıkça görülen rahim ve vajinal iltihaplara iyi geldiği bilinmektedir. (Bunu, iltihabı ve akıntıyı meydana getiren mantar hücrelerini yutan vücut savunma hücrelerini destekleyerek başarmaktadır.)

9- Çörek Otu Karaciğeri Tahripten Korur şifalı bitkiler

10- Ayrıca bu mucizevi bitki canlılarda biriken zararlı toksik zehirleri de baskılar ve onların vücuttaki zararlı etkilerini en aza indirir. Özellikle hava kirliliği yaşanan illerimizde ki insanlarımızın bu mucizevi bitkiden her gün almaları gerçekten faydalarıdır.

11- Kolon kanserini engeller.

12- Şeker hastalığına Karşı sonderece fatdalıdır.

13- Yüzyılımızın hastalıklarından birisi de alerjidir. Özellikle gelişmiş ülkelerin insanları “nedeni anlaşılamayan bir şekilde” hemen hemen her maddeye karşı alerji geliştirebilmektedir. Çörek otunun alerjik reaksiyonlarda vücudu baskılayıcı rol oynadığı Berlin Charite Üniv. Tarfından kanıtlanmıştır.

14- Egzama gibi rahatsızlıklarda çörek otu iyi bir iyileştiricidir.

15- Romatizmal hastalıklar.

16- Mide rahatsızlıkları ve reflü.

17- Böbrek hastalıkları.

18- Alkolün zararlı etkilerinin en aza indirilmesi.

19- Kalp damar hastalıkları.

20- Anti oksidan oluşu.

21- Kolesterolün düşürülmesi.

22- Hiper Tansiyon(yüksek tansiyon) vakalarında.

23- Uyarıcı etkilerinden dolayı; hemoroit, hepatit, nezle, ishal, öksürük ve tenya gibi etkiler.

En genel Olarak Çörek Otunun Faydaları Şu Şekilde Sıralanabilir;

- Mikrop, virüs ve mantarlara karşı öldürücü tesire sahiptir.
- İfraz boşaltıcı ve solunum borusunu genişleticidir.
- Kansere karşı koruyucu etkisi vardır.
- Kan şekerini düzenler.
- Yorgunluk halini giderip zindelik verir.
- Damar hastalıklarını önler.
- Cinsel gücü artırır.
- Hazmı kolaylaştırır.
- Vücuttaki toksinleri süzerek atar.
- İdrar söktürücü özelliği ile safraya iyi gelir.
- Yaraların çabuk iyileşmesini ve hücrelerin yenilenmesini hızlandırır.

- Alerjileri önler. Çörekotu
- Savunma sistemini dengeler.
- Hormon sistemini ve ruh hâlini sağlamlaştırır.

Hastalıklara Göre Çörek otunun Kullanım Şekilleri;

Astım ve Bronşiyal Problemler (Uzak Doğu, Orta Doğu ve Malezya)

Kahve içerisine bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırılır. Günde iki defa alılır. Aynı zamanda, her gece Çörek otu yağı ile göğüs ovulur ve kaynar su içindeki Çörek otu yağının buharı nefesle içeri çekilir.

Sırt ağrısı ve diğer Romatizma çeşitleri (Orta Doğu ve Malezya)

Az bir miktar Çörek otu yağı hafifçe ısıtılır ve daha sonra romatizmalı alan yoğun bir şekilde sıvazlanır. Günde üç defa da yağdan bir çay kaşığı içilir.

Şeker Hastalığı (Hindistan)

Bir fincan bütün Çörek otu, bir fincan su teresi veya hardal tohumu, yarım fincan nar kabuğu ve yarım fincan şahtere otu karıştırılır. Toz haline getirmek için mikserden geçirilir. Bir ay boyunca,

Her Derde Devâ

Yazar Rehnüma

Pazartesi, 12 Nisan 2010 10:22 -

Hergün kahvaltıdan önce bir çay kaşığı Çörek otu yağı ile birlikte bir çay kaşığı karışım alınır.

İshal (Hindistan ve Orta Doğu)

Bir fincan yoğurt ile bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırılır. Belirtiler kayboluncaya kadar karışımdan günde iki defa içilir.

Kuru Öksürük (Orta Doğu ve Kuzey Afrika)

Kahve içerisine bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırılır ve günde iki defa alınır. Göğüs ve sırt Çörek otu yağı ile ovulur.

Grip ve Burun Tıkanıklığı (Genel)

Herbir burun deliğine 3-4 damla Çörek otu yağı akıtma, burun tıkanıklığını ve kafanın soğuk algınlığı ızdırabını giderebilir.

Saçın Kırışması(Genel)

Çörek otu yağı ile düzenli bir şekilde saçlara masaj yapılması, saçların erken kırışmasını önleyebilir.

Saç Dökülmesi(Hindistan ve Orta Doğu)

Kafa derisinin tamamına limonu darbeli bir şekilde sürün ve takriben 15 dakika böylece hareket edin. Sabunlayın. Durulayın ve saçların tamamını kurulayın. Daha sonra Çörek otu ile kafa

Her Derde Devâ

Yazar Rehnüma

Pazartesi, 12 Nisan 2010 10:22 -

derisinin içine masaj yapın. Kahve veya çaya bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırarak için.

Saman Nezlesi (Orta Doğu)

Bir yemek kaşığı Çörek otunu bir bardak limon suyuna karıştırın. Belirtiler giderilinceye kadar, günde iki kez alın.

Baş ağrısı (Genel)

Alın ve kulaklara yakın yüz kısımları Çörek otu yağı ile ovulur ve kafa bandajlanır. Aynı zamanda bir çay kaşığı Çörek otu kahvaltıdan önce alınır.

Sağlıklı Cilt (Hindistan)

Bir çorba kaşığı Çörek otu yağı ile bir çorba kaşığı zeytin yağı karıştırılır. Bu karışım ile yüz ovulur ve en az bir saat böyle devam edilir. Sabunla yıkanır ve durulanır.

Yüksek Tansiyon (Hindistan)

Kahvaltıdan önce her sabah iki diş sarmısakla birlikte herhangi bir içeceğe bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırarak alın. Çörek otu yağı ile bütün vücudunuzu ovun ve üç günde bir kez 1.5 saat güneş ışınlarına maruz bırakın. Bu işlemlere bir ay devam edin.

Uyuşukluk ve Yorgunluk (Türkiye)

Bir bardak saf ve taze portakal suyu ile bir çorba kaşığı Çörek otuna her sabah 10 gün

Her Derde Devâ

Yazar Rehnüma
Pazartesi, 12 Nisan 2010 10:22 -

boyunca devam edilir.

Hafıza Düzeltme (Orta Doğu)

100 mg kaynatılmış nane içerisine bir çay kaşığı Çörek otu yağı karıştırılır ve 15 gün içmeye devam edilir.

Kas Ağrıları (Genel)

Ağrıyan yerler Çörek otu yağı ile ovulur.

Sinirsel Tansiyon Stresi (Hindistan)

Bir fincan çay veya kahve ile bir çay kaşığı Çörek otu günde 3 kez alınmaya devam edilir.

İktidarsızlık (Genel)

200 g zeytin yağlı öğütülmüş Çörek otu tohumu, 100 g günlük, 50 g Çörek otu yağı, 50 g zeytin yağı, 200 g saf bal güzelce karıştırılır. Her öğünden sonra bir çorba kaşığı alınır.

Uyku Bozukluğu (Genel)

Balla karıştırılmış herhangi bir sıcak içeceğe bir çay kaşığı Çörek otu yağı ilave edilip akşamları içmeye devam edilir.

Her Derde Devâ

Yazar Rehnüma

Pazartesi, 12 Nisan 2010 10:22 -

Diş ağrısı ve Diş eti iltihabı (Genel)

Önce sirke ile birlikte Çörek otu tohumları pişirilir. Çörek otu yağı ilave edilir. Diş ağrısı ve diş eti iltihabını gidermek için bu karışımla ağızda gargara yapılır.

Ülserler(Yaralar) (Endonezya ve Hindistan)

Ateş üzerinde Çörek otu tohumları kavrulur. Süsen kökü yağı ile veya kına bitkisi yağı ile karıştırılır ve merhem haline getirilir. Daha sonra cerahatli yaralar üzerine yayılır. Sonra sirke ile muamele edilerek yıkanır.