

تأثیر شگفت‌انگیز چوب مسواک در سلامت دستگاه گوارش

دکتر ابراهیم اسفندیاری، استاد دانشکده پزشکی اصفهان

چوب مسواک مکه، که معمولاً حاجیان به سوغات می‌آورند به نام چوب مسواک اراک نیز معروف است. طبق دستور پیامبر اکرم حضرت محمد(ص) مستحب موكد است مسلمانان با این نوع چوب مسواک کنند.

این چوب که بنام چوب اراک نیز نامیده می‌شود در یمن می‌روید و معمولاً در مکه و مدینه به فروش می‌رسد. بیش از همه مردم عربستان از آن استفاده می‌کنند، لذا طبق بررسی‌های انجام شده ملت عربستان بهترین دندان و سالم‌ترین لثه را در بین کشورهای جهان دارند. چوب مسواک مکه هم به بطور فیزیکی و هم بطور شیمیائی دندانها و لثه‌ها را تمیز می‌کند و ماده شیمیایی موجود در این چوب که عامل اصلی آثار و برکات شگفت‌انگیز چوب مسواک است، «تانن» نام دارد.

طرز استفاده از چوب مسواک نیز اهمیت دارد. اولاً بهتر است که نوع نازک و ترد آن انتخاب و خریداری شود. ثانیاً سر آن اول جویده شود (بلع ذرات چوب مسواک بدلیل سرشار بودن از مواد آنتی اکسیدان توصیه شده است)، تا مثل سر مسواک عادی ریشه ریشه گردد و باید بطور عمودی مورد استفاده قرارگیرد. قبل از استفاده باید دهان کاملاً از ذرات غذا شسته و تمیز شود. ولی بعد از مسواک زدن با چوب، نباید دهان مجدداً شسته شود و بهتر است تا نیم ساعت بعد نیز چیزی خورده نشود تا ماده «تانن» موجود در ذرات چوب در دهان باقی مانده و بتواند کاملاً اثر بخش شود. بعد از مسواک زدن باید چوب مسواک شسته شود و تا نوبت بعدی در محل خشکی قرار داده شود.

تأثیرات چوب مسواک بر دستگاه گوارش

الف- اثر بر دندان‌ها: استفاده از چوب اراک بمدت ۵ تا ۱۰ دقیقه بعد از هر وعده غذا در چند روز متوالی دندان‌ها را کاملاً سفید می‌کند. به عبارت دیگر موجب یک جرم‌گیری ارزان و بدون درد و خونریزی می‌شود.

ب- اثر بر لثه‌ها: لثه‌های متورم و دردناک که معمولاً خونریزی دارند، ظرف دو سه روز استفاده از این مسواک کاملاً ترمیم می‌شوند.

د- اثر بر زخم‌های دهان (آفت): هر چند کشیدن چوب مسواک بر روی زخم‌ها و آفت‌های دهان قدری دردناک است، ولی باعث می‌شود این زخم‌ها در مدت زمان کوتاهی ترمیم شوند.

ه - اثر بر معده بعد از غذا: مسواک زدن با این چوب بعد از صرف غذا باعث تحریک دستگاه گوارش شده و خیلی زود هوای داخل معده که مانع هضم غذا است خارج می‌شود.

پ- تحریک حرکات روده: در صورتی که این مسواک بر روی لثه‌ها و مخاط دهان زده شود، به فاصله چند دقیقه، احساس دفع رخ می‌دهد. این خاصیت ضد بیوستی چوب مسواک به تازگی در دانشکده پزشکی اصفهان طی یک طرح تحقیقاتی بر روی بیماران قطع نخاعی که معمولاً از عارضه بیوست رنج می‌برند کشف شدو نتایج نشان داد که استفاده از این مسواک تأثیر شگفت‌انگیزی در این مورد دارد. نتایج این تحقیق در مجله دانشکده پزشکی اصفهان (<http://jims.mui.ac.ir/index.php/jims/issue/view/214>)، منتشر گردید.

