

سیاه دانه یا سیاه تخمه که به عربی شونیز گفته می شود، گیاهی است که دو گونه از آن در ایران وجود دارد. سیاه تخمه مزروع NIGELLA SATIVA که روی نان می ریزند و سیاه دانه دشتی یا وحشی Nigella arvensis یکی از ترکیبات این گیاه روغن سیاه دانه است که هم دارای مصرف خوراکی و هم دارای مصرف مالیدنی است:

استفاده از روغن سیاه دانه

۱- استعمال بیرونی یا مالیدنی

– درمان سرفه های سرد ناشی از سرما، درد سینه و تنگی نفس

– خارج کردن جنین مرده و زنده و پرده های جنین

– درمان سیروز، آسیت و کبد چرب

– درمان لک و پیس صورت

– درمان گرفتگی های عضوی یا روده ها، دفع باد

– رفع خال، زگیل، ترک پوست بدن، پیسی، پسوریازیس و آگزمای ترشح دار (که باید با کمی سرکه مخلوط شود)

– درمان فلج، درد سرد مفاصل، خواب رفتگی دست و پا و خستگی های مزمن

– مالیدن (و نیز خوردن) روغن مخلوط با روغن زیتون و کندر برای افزایش نیروی جنسی مفید است.

– چکاندن روغن در بینی گرفتگی بینی را باز می کند و در فلج عصب صورتی موثر است.

۲- استفاده خوراکی

– خوردن روغن سیاه دانه به دفع سنگهای ادراری ، سوزش ادرار و بزرگی پروستات موثر است.

میزان مصرف خوراکی در سرد مزاجان تا ۸ گرم در روز و در گرم مزاج ها تا ۲ گرم است.

خواص سیاه دانه در طب اسلامی

مصرف سیاه دانه در طب اسلامی تاکید شده است و امامان و پیامبر اکرم (ص) از خواص آن برای درمان دردها نام برده اند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و سلم فرمود: “ما من داء إلا فی الحبه السوداء منه شفاء إلا السام” یعنی هیچ

بیماری نیست مگر شفای آن در سیاه دانه است جز مرگ.

امام رضا علیه السلام درباره خواص اعجاب انگیز سیاه دانه می فرماید: در سیاهدانه برکت است. در چهل چیز خداوند برکت قرار

داده از حیوانات و جمادات هم سیاهدانه را بر گزیده است.

مطابق توصیه امام رضا علیه السلام سیاه دانه و بوییدن گل نرگس خاصیت ایمنی در برابر زکام را دارند. امام رضا (ع) می

فرماید: وَلِيشْتَمُ التَّرْجِسَ ؛ فَإِنَّهُ يَأْمَنُ الرُّكَّامَ ، وَكَذَلِكَ الْحَبَّةُ السُّودَاءُ؛ گل نرگس ببوئید؛ زیرا از زکام، ایمنی می”بخشد و

همچنین است سیاه دانه.