



טיפולים עכשוויים באמצעות חינה

השימוש בחינה היה שכיח לפני שנים רבות לטיפולים שונים. באחרונה מגלים יותר ויותר את סגולות החינה ותרומתה לסייע ולתמוך בטיפולים קונבנציונליים. מדריך מקוצר

במשך שנותיי כמעטרת ומטפלת באמצעות חינה, אספתי מידע רב ושימושי אודותיה. כל המידע שמרוכז באתר הוא בגדר המלצה בלבד. אל תנסו לאכול ולשתות חינה על דעת עצמכם/ן. מומלץ להשתמש בחינה באופן מבוקר ולא לעשות ניסויים על דעת עצמכם/ן

עור, ציפורניים ושיער

עיסת חינה* יכולה לשמש לטיפול בזיהומים פטרייתיים, צרעת, גרדת, שחין, פצעים, נשירת שיער, כוויות ובדלקת פרקים. העיסה צריכה להיות מורכבת מאבקה טרייה המעורבבת עם שמנים/מים/מיצי פירות (רימון, לימון), תה, קפה, ציפורן, אינדיגו, פרחי ורד, פרחי הדר, שמנים אתריים, קליפות של פירות, תמר הינדי, סוכר, יין ועוד. תלוי מה השימוש המדויק. ניתן להשתמש בעיסת חינה כדי לטפל בכינים בקרב ילדים. מכינים כוס קפה שחור, מוסיפים 2 כפות חינה ומערבבים. מורחים על השיער ועל הקרקפת ומעסים. משאירים למשך שעה ושוטפים.

במספרות משמשת החינה כבסיס פופולרי לצביעת השיער, בזכות היותה חומר טבעי ולא מזיק. לקבלת הצבע משתמשים בעלים ובענפים מיובשים וטחונים ולא בפירות ובזרעים של צמח החינה. מכיוון שחינה מכווצת היא מפחיתה את השומניות על הקרקפת, ומסייעת בכך גם להילחם בקשקשים. בנוסף, ניתן למרוח את החינה על העור כדי להגן עליו מקרני השמש מאחר שהחינה חוסמת קרינת UV. חינה יכולה לסייע בטיפול ציפורניים שבירות. יש לשתות מי חינה במשך עשרה ימים. שימוש בחינה שומר על ציפורניים בריאות באופן כללי.

שימושים נוספים

לסובלים מברונכיטיס, מומלץ לערבב חינה וקפה בחלבון ביצה. מניחים את התערובת על רטייה וחובשים בה את המצח. טוב לגרגר מי חינה במקרים של **כאבי גרון**. גרגור מי חינה טוב גם להקלה על כיבי פה, כי זה מקרר את האזור.

בנוסף, שימוש בעיסת חינה יכול להשקיט **היסטריה ומזג אלים**. החינה מגנה על הכבד. כשהיא מעורבת עם חלמון ביצה וקמח היא משמשת ל**קבוע שברים**. אנשים הסובלים מהזעת יתר יכולים להשתמש באבקת חינה: למזוג כפית אבקה לכוס מים רתוחים ולשתות כוס אחת ביום. החינה מרגיעה חרדות ופחדים ומנטרלת גורם ישנוניות. החינה מסייעת בשיכוך כאבים ויש לה פוטנציאל לנוגד סרטן. חינה טובה גם להפסקת דימום מהאף. בימים אלה אני עדיין תרה אחר השילוב המתאים לטיפול בחינה ואפרסם בהמשך את ממצאיי באתר.

שימושים בחלקי צמח החינה השונים

נהוג להכין מחלקי השיח השונים עיסות שונות למטרות שונות. חלקי הצמח שבשימוש הם פרחים, עלים, פירות, קליפת גזע והשורש.

פרח החינה: משמש לבשמים וקטורות. ניתן להשרות את הפרחים בשמן זית ולהשתמש בעיסוי שרירים כואבים.

קליפת הגזע: בשימוש חיצוני משתמשים במירתח מקליפת הגזע לטיפול בכוויות, הרפס, פטריות בציפורניים ופציעות.

עלים: לעיסת עלי החינה מקררת ומרגיעה. עלים טריים מעורבים בחומץ או במיץ לימון שימשו כרטייה שהונחה על כפות הרגליים כדי לשכך את תחושת ה"שריפה". בקרב קהילות ישראל המזרחיות, משתמשים במרתח עלי הכפף לטיפול בכאבי בטן, בנפיחות בבטן ובשלשולים, בכיב קיבה (אולקוס), בדימומים פנימיים, באנמיה, בצהבת, כסם מכיח המסייע גם להקאה ולזירוז המחזור החודשי. בעלים נוהגים גם להשתמש לחיזוק השיער, לטיפול בכאבים ראומטיים, לשטיפות פה ולשטיפות וגינליות. תה שעשוי מעלים ירוקים או יבשים של חינה משמש את קהילת יהודי תימן לשטיפת הפה והחניכיים ולחיזוק השיניים.

מיצוי מימי של העלים מעכב צמיחת חיידקים גרם-חיוביים וגרם-שליליים כגון סטפילוקוקים, סטרפטוקוקים, סלמונלה, ברוצלה ועוד. מיצוי אלכוהולי הראה פעילות אנטי-דלקתית, עיכוב של האנזים היילורונידאז ושיכוך כאב.

* אם הכנת תערובת חינה אינה זמינה עבורכם, ניתן לרכוש משחת דכופרא, שהיא בעצם משחה העשוי מחינה ומשמשת לכל הטיפולים. בעתיד אפרסם כאן היכן ניתן למצוא את המשחה הזאת.