



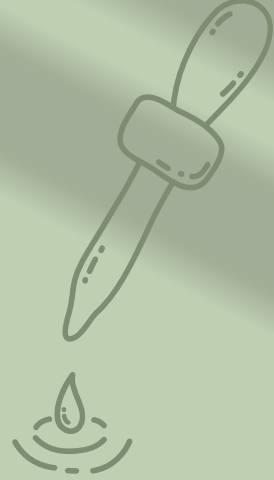
DOĞAL YAĞLAR

KANTARON

Kantaronun şifalı özellikleriyle
buluşmaya hazır mısınız?



İÇİNDEKİLER



- Kantaron yağı nedir ?
- Sarı kantaron.
- Kırmızı kantaron.
- Kantaron yağının içerdiği bileşenler.
- Kantaron yağının faydaları .
- Kantaron yağı nasıl kullanılır ?
- Kantaron yağının yan etkisi var mı ?
- Kantaron Yağını Kimler Kullanmamalı ?

Her daim buzdolabında muhafaza edilmelidir. Haricen  kullanım içindir. Buzdolabında saklanıp açıldıktan sonra 12 ay içinde tüketilmesi tavsiye edilir !!!

Kantaron yağı nedir ?

Kantaron yağı, kantaron bitkisinden elde edilen ve biyolojik işleyiş üzerinde birden fazla etkisi olduğu ifade edilen doğal kaynaklardan birini oluşturuyor. Bu sabit (taşıyıcı) yağ çeşidi, çoğunlukla sarı ve kırmızı renklerdeki kantaron bitkilerinden elde ediliyor. Hypericum adıyla da bilinen kantaronun 400'den fazla türü bulunmakta olup, tam 96 farklı çeşidinin ise ülkemizde yetişebildiği biliniyor.



Sarı Kantaron

Hyperaceae familyasının ülkemizde en yaygın yetişen ve kullanılan türü olan bu kantaron çeşidi, yüzyıllardan beri hem alternatif hem de modern tıpta kullanılıyor.

Sarı kantarondan dermatoloji alanında sıkça faydalanılmasının yanı sıra bu bitki, birtakım psikolojik rahatsızlıklarda hekim önerisiyle doğal takviye olarak da kullanılabilir.

Kırmızı Kantaron

Kırmızı kantaronun ayırt edici özelliklerinin başında ise özellikle de taze haldeyken kullanılması geliyor. Kozmetik ürünü, ilaç veya direkt olarak yağ yapımında kullanılabilen kırmızı kantaronlar, genellikle henüz çiçek halindeyken toplanarak doğrudan işlemde geçiriliyor.

Sarı Kantaron Yağının Öne Çıkan Besin Öğeleri	
Toplam Fenol	35.4992 (mg GAE*/100g)
Toplam Flavonoid	21.141 (mg CE**/100g)
Vitamin İçeriği (mg/100g)	
Tiamin (B1)	18.329
Riboflavin (B2)	3.381
Niasin (B3)	18.587
Pantotenik (B5)	24.049
Piridoksin (B6)	1.113
Biyotin (B7)	5.443
Folik asit (B9)	17.288
Kobalamin (B12)	0.547
Mineral İçeriği (mg/kg)	
Kalsiyum	5907.75
Potasyum	5453.31
Fosfor	3959.33
Magnezyum	2102.80
Demir	176.10
Bakır	13.63
Çinko	56.81
Manganez	41.47

*Galik asit eş değeri
**Kategin eş değeri

Kantaron yağı içerdiği bileşenler

Kantaron çeşitleri, içeriğinde antioksidanlar, organik asitler, uçucu yağlar ve hiperisin ile hiperforin gibi birçok aktif madde barındırıyor. Bunun yanı sıra flurogonol türevleri, flavonoidler, amino asitler, ksantonlar, taninler, proksiyanidinler ve diğer suda çözünen bileşenler olmak üzere en az 11 farklı sınıfa ait çok sayıda sekonder metabolit içeriyor.

Kantaron yağının faydaları

Ondokuz Mayıs Üniversitesi bünyesinde yürütülen bir akademik çalışmaya göre; fitoterapiden modern tıba kadar birçok farklı alanda kullanılan kantaron yağının en çok bilinen faydalarını şunlar oluşturuur:



- Antioksidan özelliği sayesinde beslenme ve harici uygulamalar için yardımcı bir doğal takviyedir.
- Hücre yenilenmesine yardımcı bileşenleri sayesinde ciltteki erken yaşlanma belirtilerini hafifletmesinin yanı sıra yanık, akne ve yara izi görünümünün iyileştirilmesi amacıyla kullanılır.
- Antibakteriyel ve antiviral etkileri sayesinde cildi olumsuz etkileyen veya etkileyebilecek mikroorganizmaların pasif hale getirilmesinde.
- Sarı kantaron serotonin salgısını artırır ve depresyon tedavisinde -en az trisiklik antidepresanlar kadar- etkilidir.
- Sarı kantaron yağının iyileştirici etkileri mantar, virüs ve bakteri ile ilgili problemlerde kendini gösterir.
- Böcek ısırıklarının iyileşmesine yardımcı olur.
- Sarı kantaron yağının içerdği antioksidanlar ve interlökinler, iltihabı azaltır.

- Diyabetik ayak ülserlerinin yanı sıra diğer lezyonları da tedavi etmek için kullanılmaktadır.
- Bakteri ve mantarlara karşı da aynı oranda etkilidir. Ayak mantarı, uçuk, deride oluşan enfeksiyonlarda iyileşme sağlamaktadır.



- Sarı kantaron yağı topikal uygulaması, doğal yağları ile cildi nemlendirdiğini göstermiştir. Yaşlanma karşıtı etkileri bulunmaktadır. Düzenli uygulama ile cildi sıkılaştırarak ince çizgilerin görünümünü azaltır. Cildin elastikiyetini artırmaktadır. Cilt tonunu eşitlemektedir.



- Saçı ve saç köklerini beslediği için saç dökülmesini önler. Saçları güçlendirir ve gürleştirir. Saç derisinde oluşan pullanma, kepek ve egzamaya karşı kullanılabilir.



- Göz çevresi morluklarına her gün sürüldüğü takdirde bu morlukların giderilmesini sağlar.
- Sarı kantaron yağı kas gevşetici görevi görür. Kas ağrılarına iyi gelir.
- Kantaron yağını sürdüğümüz zaman güneşe çıkmamamız lazım. Aksi takdirde, güneş zararları olacak, güneş lekeleri olacaktır.



- 
- Damar b z c  etkisi ile hemoroidin iyileşmesini sağladığı söylenmektedir. Bir parça pamuğa sarı kantaron yağı emdirilir ve hafif fitil şeklinde anal bölgeye uygulanır.
 - Mide koruyucu etki gösterir ve mide  lserini tedavi etmeye destek olur.
 - Menopoz  ikayetlerini Azaltabilir. Premenepoz dönemi belirtileri yatıştırıcı etkileri vardır.

Kantaron yağı nasıl kullanılır?

Kantaron yağı çeşitlerini kullanmaya ba lamadan evvel, küçük bir alanda test ederek alerjik reaksiyon gösterip g stermediğinizi belirlemelisiniz. Sonrasında ise kantaron yağını -öncesinde muhakkak hekiminize veya dermatoloğunuza danışarak (!)
-  u şekillerde kullanabilirsiniz:

- Masaj ve aromaterapi uygulamalarında kullanabilirsiniz.
 - Bir pamuk yardımıyla vücudunuzdaki leke görünümlü bölgelere uygulayabilirsiniz.
 - Nemlendirici kreminizin içerisine birkaç damla ilave ederek kullanabilirsiniz..
 - Cilde uygulandığında, sarı kantaron yağı etkilenen bölgeye kan akışını artırarak yanıkları ve sıyrıkları tedavi eder.
 - Sarı kantaron yağı çeşitli cilt rahatsızlıkları için topikal olarak kullanılmaktadır. Düzenli bir şekilde kullanılması önemlidir.
 - Sarı kantaron yağı haftada 1ya da 2 kez sa  bakımında kullanılabilir. Sa  yıkanmadan en az 30 dakika önce uygulanmalı ve sa  derisine birkaç dakika boyunca nazikçe masaj yapılmalıdır. Daha sonra sa  yıkanarak yağdan arındırılmalıdır.
- 



- Sarı kantaron yağı şişkinlik, kabızlık ve gaz sancıları için de kullanılabilir. Günlük tüketimde 2 çay kaşığı geçmemek gerekmektedir.
- Ciltte meydana gelen yanık, yara, sıyrık, güneş yanıkları ve sezaryen yaralarına 8-10 damla kadar kantaron yağı sürün ve yağı masaj yaparak uygulayın.
- Bir parça pamuk üzerine damlattığınız 2-3 damla kantaron yağını, yumuşak ve dairesel hareketlerle yüzünüze dağıtın. Bu şekilde yarım saat kadar bekledikten sonra yüzünüzü ılık suyla yıkayabilir ya da cilt yapınıza uygun bir tonikle yağdan arındırabilirsiniz
- Mide ve sindirim sistemi için ise kantaron yağının kullanım şekli şudur: Aç karnına sabah ve akşam olmak üzere günde 2 defa 1 tatlı kaşığı (10 ml) içilmesi önerilir.

Kantaron yağının yan etkisi var mı?

- Yan etki profili açısından oldukça güvenli bitkilerden biri olan sarı kantaronun nadiren raporlanmış yan etkileri bulunur. Mide bulantısı, ciltte kızarıklık, huzursuzluk ve yorgunluk hissi gibi hafif seyreden yan etkiler, sıklıkla bitkinin tavsiye edilen dozdan daha yüksek dozlarda uygulanması sonucunda ortaya çıkar.
- Düzenli ilaç kullanmak zorunda olan kişiler kullanmadan önce mutlaka uzman bir hekime danışmalıdır.
- Sarı kantaron yağı kullanırken ağrı, karıncalanma, iyileşmeyen yaralar, ciltte reaksiyonlar gibi olağan dışı bulgular olursa kullanımı bırakılıp uzman bir hekime başvurulmalıdır



Kalp damar hastalığı olanlar, hamileler, emzirenler ve feokromasitoma hastalığı olanlarda sarı kantaron yağı kullanımı önerilmez. Yine kemoterapi alan kişiler ve organ reddine neden olabileceği için organ nakli yapılmış kişiler kesinlikle sarı kantaron kullanmamalıdır.





İBRAHİM ÇELENK

Kalbindeki endişeleri yavaşlat.
Senin hikayen, seni yaratan
tarafından yazıldı. Önündeki hayat,
arkanda bıraktığın zorluklardan
daha güzel

Geçmişten günümüze atalarımızın
izinden ve tecrübelerinden
edindiğimiz bilgi ve deneyimleri bir
sonraki kuşaklara aktarma amacıyla
sizlerleyiz...

+90 0537 689 13 71
info@iboil.com.tr

