**5 Khasiat Utama Lidah Buaya **

Lidah buaya atau Aloevera adalah salah satu tanaman obat yang berkhasiat menyembuhkan berbagai penyakit. Tanaman ini sudah digunakan bangsa Samaria sekitar tahun 1875 SM. Bangsa Mesir kuno sudah mengenal khasiat[lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) sebagai obat sekitar tahun 1500 SM. Berkat khasiatnya, masyarakat Mesir kuno menyebutnya sebagai tanaman keabadian.

Dari sekitar 200 jenis tanaman [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/), yang baik digunakan untuk pengobatan adalah jenis Aloevera Barbadensis miller. [Lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) jenis ini mengandung 72 zat yang dibutuhkan oleh tubuh. Di antara ke-72 zat yang dibutuhkan tubuh itu terdapat 18 macam asam amino, karbohidrat, lemak, air, vitamin, mineral, enzim, hormon, dan zat golongan obat. Antara lain antibiotik, antiseptik, antibakteri, antikanker, antivirus, antijamur, antiinfeksi, antiperadangan, antipembengkakan, antiparkinson, antiaterosklerosis, serta antivirus yang resisten terhadap antibiotik.

Untuk lebih lengkapnya, berikut beberapa kegunaan [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) bagi tubuh manusia:

A. Sebagai antiinflamasi, [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) dapat membantu mengatasi luka bakar, digigit serangga atau masalah pencernaan. Hal ini bisa diperoleh dengan cara meminum [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) sebagai pengobatan secara internal. Jus [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) dipercaya dapat membantu mencegah konstipasi dan melancarkan saluran pencernaan. Minuman ini dibuat dari gel yang dihasilkan oleh [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/).

B. Sebagai penyembuh luka, [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) membantu untuk mengembalikan jaringan kulit yang luka. Untuk kegunaan ini biasanya dengan menggunakan gel [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) yaitu bagian berlendir yang diperoleh dengan menyayat bagian dalam daun setelah eksudat dikeluarkan, yang juga digunakan untuk membantu mengatasi masalah eksternal seperti masalah pada kulit, mulai dari luka bakar, jerawat hingga masalah kulit akibat gigitan serangga.

C. Sebagai antioksidan, sehingga dapat meningkatkan metabolisme tubuh dan mem­bantu mencegah penyakit degeneratif.

D. Kosmetik.Mengingat kandungannya yang cukup lengkap, [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) banyak dipergunakan pada berbagai produk kosmetik, seperti krim, lotion, atau sabun. Kandungan [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) di dalam produk kosmetik tersebut membantu meningkatkan kadar oksigen yang be'rguna bagi kulit, membantu menguat kan jaringan kulit sehingga tidak mengendur, serta mem bantu mencegahpenuaan dini.

E. Secara tradisional, [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) digunakan untuk menyuburkan rambut dengan cara memotong daunnya kemudian mengoleskan getah yang keluar (eksudat) langsung di kulit kepala secara berkala. Setelah itu baru dibersihkan dan dibilas.

Tanaman [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) mempunyai bentuk fisik yang elok, tak salah jika banyak orang menanamnya sebagai tanaman hias penyemarak taman. Kini [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) semakin populer, tak hanya manfaat untuk kesehatan maupun kecantikan yang terus diteliti. Gel atau daging dari pelepah daun ternyata juga lezat untuk dikonsumsi.

**Lima Khasiat Lidah Buaya**

Lidah buaya atau Aloevera adalah salah satu tanaman obat yang berkhasiat menyembuhkan berbagai penyakit. Tanaman ini sudah digunakan bangsa Samaria sekitar tahun 1875 SM. Bangsa Mesir kuno sudah mengenal khasiat [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) sebagai obat sekitar tahun 1500 SM. Berkat khasiatnya, masyarakat Mesir kuno menyebutnya sebagai tanaman keabadian.

Dari sekitar 200 jenis tanaman [lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/), yang baik digunakan untuk pengobatan adalah jenis Aloevera Barbadensis miller. [Lidah buaya](http://www.bundakonicare.com/post/lidah-buaya/) jenis ini mengandung 72 zat yang dibutuhkan oleh tubuh. Di antara ke-72 zat yang dibutuhkan tubuh itu terdapat 18 macam asam amino, karbohidrat, lemak, air, vitamin, mineral, enzim, hormon, dan zat golongan obat. Antara lain antibiotik, antiseptik, antibakteri, antikanker, antivirus, antijamur, antiinfeksi, antipembengkakan, antiparkinson, antiaterosklerosis, serta antivirus yang resisten terhadap antibiotik.