

ساعتی؛ گلی با خاصیت دیازپام!



گل ساعتی، گیاهی آرام‌بخش، مسکن و خواب‌آور بوده و برای درمان بی‌خوابی، مانند دیازپام اثربخش است.

گل ساعتی، گیاهی آرام‌بخش، مسکن و خواب‌آور بوده و برای درمان بی‌خوابی، مانند دیازپام اثربخش است.

به گزارش ایسنا، مهندس حسین راغ آرا، مدیر مرکز خدمات تخصصی گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی گفت: گل ساعتی که با نام گل ساعت نیز شناخته می‌شود، گیاهی با طبیعت گرم و خشک است که از گل و اندام‌های هوایی گیاه در طب گیاهی استفاده می‌شود.

مدیر مرکز خدمات تخصصی گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی با اشاره به این که این گیاه آرام‌بخش، مسکن و خواب‌آور است و برای رفع تشنج از آن استفاده می‌شود، افزود: این گیاه برای رفع استرس و اضطراب اثر بسیار خوبی دارد و برای رفع لرزش افراد سالخورده یک قاشق مرباخوری از گیاه در یک لیوان آب به صورت دم کرده استفاده می‌شود. گل ساعتی، فشارخون را کاهش داده و برای درمان بی‌خوابی مانند دیازپام اثربخش است و برای آرامش کودکانی که فعالیت بیش از حد دارند، مؤثر است.

مهندس راغ آرا با بیان این که برای رفع سرگیجه، سردرد و درمان حالت افسردگی از این گیاه استفاده می‌شود، گفت: گل ساعتی برای رفع عوارض یائسگی و گرگرفتگی اثرات مفیدی دارد، نشستن در دم کرده این گیاه برای درمان بواسیر اثرات درمانی دارد و برای تقویت قوه بینایی نیز اثربخش است.

به گزارش روابط عمومی جهاد دانشگاهی خراسان جنوبی، میزان مصرف این گیاه را روزی دو نوبت به میزان ۰.۵ تا یک گرم است؛ همچنین مصرف بیش از حد مجاز آن باعث ایجاد خواب‌آلودگی می‌شود. مصرف این گیاه در زمان بارداری و شیردهی و همچنین برای کودکان زیر سه سال منع شده است.