

## درمان طبیعی خستگی، افسردگی و بیخوابی

چای کوهی، گیاه بومی اروپا، دارای گل هایی به رنگ سفید یا زرد و بوی خاصی است که در برخی مناطق ایران نیز به فراوانی رشد می کند.



سلامت نیوز: چای کوهی، گیاه بومی اروپا، دارای گل هایی به رنگ سفید یا زرد و بوی خاصی است که در برخی مناطق ایران نیز به فراوانی رشد می کند.

این گیاه به صورت خودرو در کشتزارهای گندم و ذرت یافت می شود. چای کوهی از نظر طب قدیم گرم و خشک است. نام های دیگر آن گل راعی، هزار چشم، علف چای و هوفاریقون است.

خواص:

\* به گزارش [ehow;171#&](#) خاصیت آرام بخش دارد و ضد افسردگی است.

\* استرس و خستگی مفرط را رفع می کند.

\* بی خوابی و بی قراری را برطرف می کند.

\* به درمان بیماری مننژیت کمک می کند و برای درمان کزاز به کار می رود.

\* برطرف کننده سیاه سرفه است.

\* برای درمان سرماخوردگی بسیار موثر است و اشتها آور می باشد.

\* پودر برگ آن زخم های عمیق و عفونی را خوب می کند.

\* گرفتگی صدا را باز می کند و خلط آور است. \* اسهال و اسهال خونی را درمان می کند.

\* این گیاه ضد کرم معده و روده است.