

**گاوزبان - Borage**

گاو زبان گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا 60 سانتیمتر می رسد ساقه آن شیار دار و خاردار می باشد . برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است . برگ آبی ، سفید ، بنفش و آبی می باشد . گاو زبان احتمالا از شمال آفریقا بنواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه ، نواحی شمال آفریقا و قسمت هایی از خاورمیانه می روید . گل ، برگ و سرشاخه های گلدار دارویی می رسد .

**ترکیبات شیمیایی:**

گل گاو زبان و برگ های آن دارای لعاب فراوان است . این گیاه دارای نیترات پتاسیم ، رزین ها ف مالات کلسیم ، منگنز ، منیزیوم ، اسید فسفریک و آلانتوئین می باشد .

**خواص دارویی:**

- گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است
- (1) گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است
  - (2) آرام کننده اعصاب است
  - (3) عرق آور است
  - (4) ادرار آور است
  - (5) کلیه ها را تقویت می کند
  - (6) سرمخوردگی را برطرف می کند
  - (7) برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید
  - (8) در درمان برونشیت موثر است
  - (9) بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند
  - (10) التهاب و ورم کلیه را درمان می کند
  - (11) در درمان بیماری سرخک و مخمک مفید است
  - (12) ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است
  - (13) برگهای گاوزبان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید
  - (14) برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند .

**مضرات :**

گاوزبان بعلت داشتن آلکالوئید برای زنان حامله و کودکان مضر است