

خواص دارویی گل گاوزبان

گیاه گاوزبان گیاهی علفی، 2ساله یا پایا پوشیده از کرک‌های نرم و نازک یا بلند و ابریشمی است. جام گل استکانی باریک، اشکارانامنظم و قیفی شکل است.



گیاه گاوزبان گیاهی علفی، 2ساله یا پایا پوشیده از کرک‌های نرم و نازک یا بلند و ابریشمی است. جام گل استکانی باریک، اشکارانامنظم و قیفی شکل است.

به گزارش سلامت نیوز، مستانه محمدی؛ کارشناسی ارشد علوم گیاهی در زندگی آنلاین نوشت:

نام خانواده: Boraginaceae

نام علمی: Echinops amoenus

نام عمومی: Iranian borage

نام فارسی: گل گاوزبان

نام عربی: لسان الثور

اثرات گزارش شده

ضد اضطراب، مؤثر بر بهتر شدن خلق و خوی، ضد وسواس اجباری، کاهنده علائم افسردگی خفیف تا متوسط، ضداکسیدان، ضدباکتری در بیماری‌های عفونی و آنفلوانزا، ضدتب، آرام‌بخش، ضد درد و کاهنده علائم سرماخوردگی، ضد ویروس، ضدالتهاب، ضدسرفه، ضدگلودرد، کاهنده فشار خون، ضدتومور، ضدتشنج، مدر و تقویت‌کننده کلیه‌ها، افزایش‌دهنده تعریق و خواب‌آور ملایم.

گیاه شناسی

گیاه گاوزبان گیاهی علفی، 2ساله یا پایا پوشیده از کرک‌های نرم و نازک یا بلند و ابریشمی است. جام گل استکانی باریک، اشکارانامنظم و قیفی شکل است. گل‌ها اکثراً در رنگ‌های قرمز، ارغوانی، آبی و بنفش موجود است که پس از خشک شدن به رنگ آبی تیره در می‌آید. میوه آن فندقه و نوک‌تیز و پوشیده از برجستگی‌های کوچک و متعدد است. برگ‌ها به رنگ سبز تیره و به صورت متناوب بر روی ساقه گیاه قرار دارند که دارای بوی ضعیف و بدون مزه می‌باشند.

گل، برگ یا سرشاخه گلدار و همچنین دانه گیاه مصرف دارویی دارد. این گیاه در اواسط بهار و تابستان به گل می‌رود. از مناطق رویشی گیاه Echinops amoenus در ایران می‌توان به شمال ایران (گیلان، کندوان، گرگان) ارتفاعات حیران و قزوین اشاره کرد. با این وجود گل گاوزبان دارای جنس‌های گوناگونی می‌باشد که گونه‌های مختلف آن در مناطق بسیار وسیعی گسترده شده‌اند، مثلاً در فارس در منطقه میمند از جنس Caccinia macranthera عرق گاوزبان تهیه می‌شود و یا آنچه در کشورهای اروپایی به‌عنوان گاوزبان مصرف دارد Borago officinalis است.

ترکیبات مهم

به‌طور کلی اندام‌های مختلف گیاه به‌خصوص گل دارای موسیلاژ (لعاب) نسبتاً فراوان (در حدود 30 درصد) است. سرشاخه گلدار

گیاه مقدار بسیار جزئی اسانس و املاح مختلف از جمله منگنز، منیزیم، پتاسیم، اسیدفسفریک و نیترات وجود دارد. حضور ترکیبات فلاونوئیدی، ساپونینی و فنولی- به خصوص رزمارینیک اسید- در گیاه تایید شده است. در روغن دانه گیاه اسیدهای چرب غیراشباع به خصوص گاما لینولنیک اسید به میزان زیادی وجود دارد. سایر ترکیباتی که تاکنون شناسایی شده‌اند شامل آنتوسیانین، آلانتوئین، فنیل پروپانوئیدها، فلاونول، لیبیداستروئید و آلکالوئیدهای پیرولیزیدینی می‌باشد.

داروشناختی و اثرات مهم

از نظر سنتی گل و برگ گاوزبان با طبیعت گرم دارای اثر نشاط‌آور، مقوی عمومی و شاداب‌کننده رخسار می‌باشد و همچنین در بیماری‌های کلیوی، به خصوص ورم کلیه مورد استفاده قرار می‌گیرد. از قسمت گل گیاه گاوزبان در فرمول شربت سالیساره کمپوزه استفاده می‌کنند و 11 نوع دیگر آن تاکنون اسپیسالیته تهیه شده است.

برگ‌های گاوزبان در بسیاری از نواحی به صورت سالاد استفاده می‌شود و برگ پخته آن نیز به صورت اسفناج مصرف می‌گردد. همچنین از گل گاوزبان به دلیل داشتن ترکیبات رنگی برای رنگ کردن سرکه و در مصارف خارجی به‌عنوان نرم‌کننده پوست استفاده می‌شود. این گیاه به‌صورت موضعی برای بهبود شقاق‌های روی دست و زخم‌ها کاربرد دارد و عصاره آبی داغ حاصل از دانه‌های این گیاه باعث افزایش شیردهی در مادران شیرده می‌شود.

طریقه مصرف

- برای مصرف گل گاوزبان می‌توان 10 الی 15 گرم از گل خشک شده را به مدت 5 دقیقه جوشانده و پس از گذراندن از صافی مصرف کرد (جوشانیدن طولانی‌مدت گل گاوزبان موجب کم رنگی محلول می‌شود).

- همچنین می‌توان 2 قاشق غذاخوری پر از گل گاوزبان را در لیوانی آب جوش ریخته و به مدت 20 دقیقه صبر کرد که در این صورت بهتر است سر ظرف با پارچه یا دری پوشانده شود.

از قدیم گل گاوزبان را با لیموعمانی مخلوط می‌کردند و با هم به صورت دم کرده و یا جوشانده مصرف می‌کردند. با توجه به اینکه لیموعمانی دارای اثرات آرام‌بخشی است، مخلوط این دو سبب تقویت اثر همدیگر می‌شود. به‌علاوه خاصیت اسیدی لیمو موجب خوشرنگ شدن گل گاوزبان می‌گردد. البته دم‌کرده یا جوشانده این گیاه عمدتاً همراه با نبات می‌باشد که آمیزه‌ای خوش‌طعم و خوش‌رنگ ایجاد می‌کند.

نکات مهم

- مصرف خودسرانه داروهای گیاهی و صنایع بدون تشخیص و نسخه پزشک منجر به مصرف زیاد دارو و بروز عوارض جانبی می‌شود.

- گل گاوزبان جزو گیاهان دارویی است که اکثراً در بیماری‌های قلبی به منظور خوددرمانی استفاده می‌شود. طبق پژوهشی که توسط نگارنده و همکاران از دانشگاه علوم پزشکی قزوین به منظور شناسایی وضعیت خوددرمانی در بیماران بستری شده در بخش قلب و عروق صورت گرفته است، بیشترین داروی مصرفی گیاهی گل گاوزبان و بعد از آن عرق نعنا و آویشن بود که بهبودی ظاهری ناشی از مصرف زیاد این گیاهان شاید خطرهای ناگوار دیگری به دنبال داشته باشد.

- گل گاوزبان به دلیل داشتن آلکالوئید برای زنان باردار و کودکان مضر است.