

## نکاتی که در مصرف گل گاوزبان باید مورد توجه قرار گیرد:

گل گاوزبان فشارخون را افزایش می دهد و مبتلایان به فشارخون نباید از آن استفاده کنند. اگر مبتلایان به فشارخون تمایل به مصرف گل گاوزبان دارند باید از مصلح آن یعنی لیمو هم استفاده نمایند؛ همچنین مخلوط کردن گل گاوزبان با سنبل الطیب، قبل از دم کردن آن هم می تواند خاصیت افزایش دهنده فشار خون دمنوش گل گاوزبان را تعدیل نماید.

در صورتی که گیاه گل گاو زبان بیش از یک ماه به طور مداوم مصرف شود منجر به مسمومیت کبدی می شود.

مصرف آن همراه با داروهای سیستم عصبی مرکزی مانند ضد افسردگی ها، ضد اضطراب ها، آرام بخش ها، خواب آورها و آنتی هیستامین ها می تواند بسیار خطرناک باشد.

گل گاوزبان را نباید هر روز مصرف کرد. کسانی که تمایل به نوشیدن دمنوش این گیاه دارند می توانند پس از یک هفته تا ۱۰ روز، مصرف آن را برای یک هفته قطع کنند یا اینکه یک روز در میان آن را بنوشند.

## خواص گل گاو زبان:

- آرام کننده سیستم عصبی و درمان ناراحتی های اعصاب
- تحقیقات جدید بیانگر این مطلب هستند که عصاره آبی گل گاوزبان دارویی مؤثر و بی خطر برای درمان بیماران مبتلاء به اختلال وسواسی اجباری می باشد
- تنظیم ضربان قلب
- ضد تشنج
- رفع حساسیت و التهابات پوستی
- رفع التهاب و مقابله با روماتیسم
- کاهش التهاب و نارسایی کلیه
- تنظیم قند خون
- ضد سرطان
- جویدن برگ تازه آن جهت درمان جوش های چرکی دهان اطفال، برفک، و رفع حرارت دهان مفید است.



گل گاوزبان، گیاهی است علفی و یک ساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتی متر می رسد، ساقه آن شیاردار و خاردار و برگ های آن ساده و مخملی، و پوشیده از تارهای خشن است که هنگام چیدن گیاه، گزیدگی ملایمی در دست ها احساس می شود.

گل گاوزبان واقعی، شبیه گل انار بوده و تخم آن حلقوی شکل و لعابی است، دارای دم سفید و گلبرگ های بنفش و لاجوردی است. این گیاه به صورت خودرو در دامنه های البرز می روید.

گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ های بنفش باشد. برگ های تازه گل گاوزبان دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد.





معاونت غذا و دارو

## آشنایی با گل گاوزبان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی  
درمانی شهید بهشتی  
معاونت غذا و دارو

واحد نظارت و ارزیابی فرآورده های طبیعی، سنتی  
و مکمل

آدرس: تهران، خیابان ولی عصر، مقابل پارک ساعی، کوچه  
آبشار، پلاک ۴۷  
تلفن گویا: ۸۴۲۴۸ داخلی: ۶۶۹۰

ریز بودن علاوه بر گلبرگ از ریشه و ساقه آن نیز  
استفاده می شود.



گیاه گاوزبان اروپایی

### خواص گیاه گاوزبان اروپایی:

– گل، سرشاخه و برگ آن دارای مواد لعابی و  
یک ماده تلخ است و به همین جهت عرق و ادرار  
را زیاد می کند.  
– سنگ های کلیه و مثانه را خرد کرده و از بین  
می برد.  
– ضماد برگ های تازه وله شده آن دمل را باز  
می کند و برای معالجه سوختگی، آتش و آفتاب  
زدگی مفید است.  
گیاه گاوزبان برای زنان باردار و کودکان مضر  
است.

همچنین مصرف بیش از پنج روز متوالی این گیاه  
ممکن است باعث عادت ماهانه در زنان شود؛  
بنابراین پس از پنج روز استفاده از آن در صورت  
نیاز، سه روز فاصله انداخته، سپس دوباره مصرف  
کنید.

– خاصیت آرام بخشی گل گاوزبان باعث می شود  
مصرف آن به عنوان نوشیدنی پس از شام توصیه  
شود.

**گل گاوزبان به علت داشتن آلکالوئید برای زنان  
باردار و کودکان مضر است.**

### تفاوت گل گاوزبان با گیاه گاوزبان اروپایی:

گل گاوزبان را نباید با گیاه گاوزبان اروپایی  
اشتباه گرفت. گیاه گاوزبان اروپایی در کشورهای  
مختلف جهان می روید و زادگاهش کشورهای  
حاشیه مدیترانه می باشد. شیوه مصرف این دو  
گیاه دارویی به صورت دم کردن است و هر دو  
آن ها بنفش رنگند. این دو گیاه در ظاهر و مقداری  
در خاصیت، با هم متفاوتند.  
گل گاوزبان دارای گلبرگ های درشت است و به  
همین علت تنها گلبرگ های آن مورد استفاده  
قرار می گیرد، اما در گیاه گاوزبان اروپایی به دلیل