



سنبل الطیب (علف گربه) Valerian

نام علمی valeriana Officinalis

کلیات گیاه شناسی

سنبل الطیب گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن به طور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود . این گیاه به صورت وحشی در جنگل های کم درخت ، در حاشیه جویبارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید .

سنبل الطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصله دور تشخیص داده به طرف آن می رود و در اطراف آن به جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود.

گل های سنبل الطیب به رنگ سفید یا صورتی و به صورت خوشه ای می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر دارد استفاده می شود .

سنبل الطیب پس از خشک شدن به رنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود .

ترکیبات شیمیایی:

ریشه سنبل الطیب حاوی ۱٪ اسانس است . این اسانس در ریشه تازه بیشتر است و به تدریج که ریشه خشک می شود مقدار اسانس آن کاهش یافته ولی بوی آن قوی تر می شود . اسانس تازه به رنگ سبز مایل به زرد است ولی در اثر ماندن غلیظ می شود .

آثار دارویی ریشه تازه آن سه برابر خشک شده آن است . سنبل الطیب باید در حرارت کم خشک شود و در حرارت بالا تمام اثر دارویی آن از بین می رود .

خواص دارویی:

ریشه سنبل الطیب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر می باشد

۱) اثر ضد تشنج دارد

۲) در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است

۳) ضد اسپاسم و آرام بخش است

۴) تب بر است

۵) در معالجه صرع اثر مفید دارد

۶) بیخوابی را درمان می کند

۷) ضد کرم معده و روده است

۸) گاز معده را از بین می برد

۹) ضد هیجان است

۱۰) میگرن را برطرف می کند

۱۱) سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند

۱۲) برای برطرف کردن دلهره و تشویش و نگرانی مفید است

۱۳) در درمان بیماری مایخولیا اثر مفید دارد

۱۴) در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است

۱۵) درد معده را برطرف می کند

۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد

۱۷) تقویت کننده نیروی جنسی است

۱۸) ترشح ادرار را زیاد می کند

۱۹) درد سینه را برطرف می کند

۲۰) استفراغ را برطرف می کند

۲۱) دهان را خوشبو می کند

۲۲) در معالجه مرض قند موثر است

۲۳) گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید التیام می یابند .

طرز استفاده:

۱) گرد سنبل الطیب : ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت ۴۰ درجه خشک کنید . سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریز رد کنید . این گرد به عنوان ضد تشنج به کار می رود . مقدار مصرف آن ۵-۱۰ گرم در روز است .

۲) مخلوط سنبل الطیب : ۴ گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با ۴ گرم رازیانه و ۴ گرم قند سائیده و مخلوط کنید این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز به فواصل مساوی بخورید .

۳) تنطور والرین : ۱۰۰ گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی ۶۰ درجه بریزید و بگذارید بماند . هر روز چند بار آن را به هم بزینید و پس از ۱۵ روز آن را صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید . مقدار مصرف آن ۱۰-۳۰ قطره می باشد.

مضرات :

چون سنبل الطیب برای کلیه مضر است باید آن را با کتیرا خورد .

منبع: <http://www.irteb.com/herbal/plantbank.htm>