

## گیاه گل راعی

### نام علمی: *Hypericum perforatum*



گل‌های این گیاه به رنگ سفید، زرد و آبی است که در بالای ساقه به صورت مجتمع به چشم می‌خورد که این گل‌ها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی است. چای کوهی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و خواص درمانی بسیاری دارد این گیاه ضد کرم معده و روده است و گرفتگی صدا را باز می‌کند. این گیاه برای درمان مرض کزاز بکار می‌رود و اگر برگ آن را به صورت پودر روی زخم‌های عمیق بپاشید این نوع

زخمها را خوب می‌کند. چای کوهی درمان کننده بیماری مننژیت است؛ درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می‌کند و ضد افسردگی است. این گیاه اشتها را باز می‌کند بنابراین می‌توان آنرا به بچه‌ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد. کسانی که از داروهای آسم و ضد سرماخوردگی و حساسیت استفاده می‌کنند نمی‌توانند چای کوهی مصرف کنند.

خاصیت این گیاه در درمان افسردگی به اثبات رسیده و مکانیزم اثر ضد افسردگی آن از طریق مهار آنزیمی است. ماده موثره این گیاه هایپریسین می‌باشد که فراورده‌های آن هم بر اساس همین ماده استانداردسازی می‌شوند و اثر ضد افسردگی گیاه نیز مربوط به این ماده می‌باشد. در ابتدا تصور می‌شد که این ماده مهار کننده آنزیم *mono amino oxidase Mao* می‌باشد ولی مطالعات جدیدتر روی حیوانات نشان داد که این اثر بسیار ناچیز است و مکانیسم عمده اثر ضد افسردگی آن از طریق مهار برداشت (reuptake) سروتونین و یا سایر انتقال دهنده‌های عصبی (نوروترانسمیترها) در مغز می‌باشد .

از این گیاه دو فراورده دارویی در بازار ایران موجود می‌باشد. قطره هایپیران و قرص پرفوران که هر دو در درمان افسردگی کاربرد دارند. نکته قابل ذکر در مورد این گیاه و فراورده‌های آن تداخلات زیاد آن می‌باشد که مصرف آن را محدود نموده است و دلیلش هم مهار آنزیمی MAO است. که با برخی از داروهای ضد افسردگی و.. تداخل شدید دارد. به هر حال در صورتیکه قصد استفاده از این دارو را دارید حتماً با دکتر داروساز و یا پزشک معالج خود مشورت کنید.