

گیاه سنبل الطیب

نام علمی: *Valeriana officinalis*



ریشه سنبل الطیب حاوی 1 درصد 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 ب 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:

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

اثر ضد تشنج دارد، در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است، ضد اسپاسم و آرام بخش است، تب بر است، بیخوابی را درمان می کند، ضد کرم معده و روده است، ضد هیجان است، میگرن را برطرف می کند، برای برطرف کردن دلهره، تشویش و نگرانی مفید است، در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد، در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است، سکسکه مداوم را از بین می برد، درد سینه را برطرف می کند، استفراغ را برطرف می کند، در معالجه مرض قند موثر است، گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید التیام یابند.

طرز استفاده:

- 1) گرد سنبل الطیب: ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت 40 درجه خشک کنید. سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریز در کنید. گرد آن به عنوان ضد تشنج به کار می رود. مقدار مصرف آن 5-10 گرم در روز است.
- 2) مخلوط سنبل الطیب: 4 گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با 4 گرم رازیانه و 4 گرم قند سائیده و مخلوط کنید، این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز به فواصل مساوی بخورید.

3) تنتور والریمان: 100 گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی 60 درجه بریزید و بگذارید بماند. هر روز چند بار آن را بهم بزنید و پس از 15 روز آنرا صاف کرده و در شیشه دربسته نگهداری کنید. مقدار مصرف آن 10-30 قطره می باشد.

مضرات:

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