

## بابونه



بابونه گیاهی است دائمی و کوچک با ارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنی می روید. ساقه آن برگ سبز مایل به سفید، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است. گل‌های آن مجتمع در یک طبق که در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود. در هر طبق گل‌های سفید در اطراف و گل‌های زرد در قسمت وسط قرار دارند.

### ترکیبات شیمیایی:

گل‌های بابونه دارای اسانس روغنی آنته مین (Anthemine) تانن، فیتوسترول و همچنین ماده ای تلخ بنام اسید آنته میک Anthemique Acid می باشد.

### خواص دارویی:

- ✓ یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه باآسانی این مرض را درمان می کند.
- ✓ بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت میکند.
- ✓ بابونه مقوی مغز است.
- ✓ بابونه ادرار آور و قاعده آور است.
- ✓ این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد.
- ✓ درمان کننده سردرد و میگرن است.
- ✓ استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند.
- ✓ برای درمان چشم درد، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید.
- ✓ برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید.
- ✓ جویدن بابونه برای التیام زخم مفید است.
- ✓ خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است)
- ✓ بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است.
- ✓ بابونه تقویت کننده معده است.
- ✓ برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها، بانها چای بابونه بدهید.
- ✓ برای رفع بیخوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ده دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید.





- ✓ بابونه درمان کننده بی اشتها بی است .
- ✓ بابونه برای رفع ورم روده موثر است .
- ✓ چای بابونه درمان کننده کم خونی است .
- ✓ از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید .
- ✓ بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است .
- ✓ بابونه برای رفع زردی مفید است .
- ✓ حمام بابونه اثر نیرو دهنده درد . برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .
- ✓ برای تسکین درد ، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل های دردناک بمالید درد را تخفیف می دهد .
- ✓ اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهپیر و خارش مفید است .
- ✓ روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید .
- ✓ با چای بابونه اگر موهای بلوند را بشوئید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند .
- ✓ بابونه ضد آلرژی است.

منابع: پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکان ایران

کتاب مجموعه گیاهان دارویی

۹۳/۰۹/۰۳