

<p><i>Plantago psyllium</i> Fleeseed, Fleawort, flaxseed plantain, psyllium seed fleawort, clammy</p>	نام علمی
<p>plantain بزر قطونا</p>	نام انگلیسی
<p>اسپرزه، قارنی یاریخ، اسفیدش، اسفیوس، اسپغول، حشیشه البراغیث، بارهنگ کتانی</p>	نام عربی
<p>Plantaginaceae در مناطق گرمسیری ایران و استهبانهای گرگان، مازندران، گیلان، لرستان، کردستان، اصفهان خوزستان، فارس بوشهر، جنوب کرمان، هرمزگان، سیستان و بلوچستان</p>	تیره گیاه
<p>گیاهی است یکساله علفی با ساقه ای به ارتفاع 30-40 سانتی متر، با دم گل آذین به طول 2-5 سانتی متر و لوبهای جام گل نوک تیز. میوه آن به شکل کپسول است و دانه هایش قایقی شکل به طول سه میلی متر به رنگ قهوه ای خاکستری هستند.</p>	مکان رویش
<p>موسیلاژ یا ژله اسفرزه، و ترکیبات اکتوزاید و ایزو اکتوزاید دانه ها ملین مکانیکی می باشد و معمولا برای درمان یبوستهای مزمن خوب است. موسیلاژ حاصل از آن به صورت لایه ای موجب محافظت مخاط روده می شود. از مخزن الادویه نوشته</p>	گیاه شناسی
<p>موسیلاژ یا ژله اسفرزه، و ترکیبات اکتوزاید و ایزو اکتوزاید دانه ها</p>	ترکیبات شیمیایی
<p>ملین مکانیکی می باشد و معمولا برای درمان یبوستهای مزمن خوب است. موسیلاژ حاصل از آن به صورت لایه ای موجب محافظت مخاط روده می شود.</p>	بخش موثر اندام گیاه
<p>از مخزن الادویه نوشته</p>	اثرات فارماکولوژیک در طب مدرن
<p>از مخزن الادویه نوشته</p>	درجه سردی و گرمی

شود.
از مخزن الادویه نوشته
شود.
اسفرزه باید با آب زیاد
خورده شود. در برخی
افراد ایجاد آلرژی می
کند. کسانی که
اشکالات تنفسی دارند
و هم چنین زنان باردار
باید از خوردن اسفرزه
خودداری کنند.

اگر پس از خوردن آن
کوچکترین ناراحتی
معهده و یا اسهال ایجاد
شد، مصرف آن را قطع
کرده و به پزشک
مراجعه شود.

1. الالبنيه عن الحقایق
الادویه، ابومنصور موفق
هروی، انتشارات
دانشگاه تهران، 1371،

ص

2. هدایه المتعلمین
فی الطب، ابوبکر
اخوینی بخارائی، به
کوشش جلال متینی،
انتشارات دانشگاه
فردوسی مشهد، 1371
3. قانون فی الطب،
ابن سینا، ترجمه
عبدالرحمن شرفکندی
تهران: انتشارات
سروش (صدا و سیما)،
چاپ نهم، 1389، ج2،

ص

4. گیاهان دارویی، ژان
ولاگ، ژیری استودولا
مترجم: ساعد زمان،
انتشارات ققنوس،
چاپ پنجم، 1382، ص

5. معارف گیاهی،
کاربرد گیاهان در
پیشگیری و درمان
بیماریها، حسین میر
حیدر، تهران: دفتر نشر
فرهنگ اسلامی، چاپ
پنجم، 1385،
ج6، ص343

6. 7. شناخت گیاهان
دارویی و معطر ایران،
ولی الله مظفریان،

انتشارات فرهنگ
معاصر، چاپ اول،
1391، ص 872-873.