

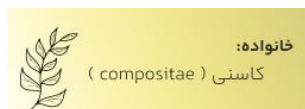
[خانه](#) / [دانشنامه گیاهان دارویی](#) / کالاندولا (گل همیشه بهار)

گل همیشه بهار (کالاندولا)

Calendula Officinalis

موارد مصرف کالاندولا

- گل‌های همیشه بهار بخاطر وجود ترپن آلکالوئیدها، لاکتون‌ها و فلاون‌ها دارای خواص ضد میکروبی هستند.
- از همیشه بهار به صورت خوراکی در درمان التهاب معده و بصورت موضعی در درمان التهابات پوستی، اگزما و خشکی پوست استفاده میشود.
- در مصارف خارجی به صورت پماد و کرم حاوی عصاره گل کالاندولا استفاده می‌گردد.



احتیاط مصرف: در صورت داشتن سابقه حساسیت، گل همیشه بهار با احتیاط مصرف شود.

نام علمی: *Calendula officinalis*

تیره: Asteraceae

نام‌های عمومی: گل همیشه بهار، Marigold به انگلیسی *Calendula* (به اسپانیایی و ایتالیایی) و در فارسی بنام "گل همیشه بهار" شناخته می‌شود.

مشخصات ظاهری کالاندولا

گل همیشه بهار گیاهی است علفی، یکساله تا چندساله، تنها دو قاعده چوبی، ساقه‌ها به ارتفاع ۱۷،۲۰،۵۰،۷۰ سانتیمتر، بسیار منشعب با شاخه‌های گسترده به اطراف و یا حتی خوابیده و معمولاً تا انتها برگ‌دار هستند. برگ‌های سرنیزه‌ای، تخم‌مرغی، باریک با حاشیه کامل یا مختصری دندانه‌دار، سطح غده‌ای و کرک‌دار و گلبرگ‌ها، منفرد و معمولاً به قطر ۴-۷ سانتیمتر است. گلچه‌های کناری به رنگ نارنجی تا زرد، گلچه‌های لوله ای معمولاً قهوه‌ای هستند.

اندام دارویی

گلچه های نارنجی یا زرد رنگ جدا شده از نهنج، بخش دارویی این گیاه را تشکیل می‌دهند.

روش کشت و برداشت

گل همیشه بهار در مناطق با نور آفتاب کامل و خاک‌های خوب زهکشی‌شده رشد می‌کند. گل‌ها معمولاً در اواسط تابستان برداشت می‌شوند، زمانیکه در اوج شکوفایی هستند تا مواد مؤثره به حداکثر برسند.

زمان برداشت همیشه بهار تابستان تا اواخر پاییز است.

در نواحی مدیترانه‌ای بصورت وحشی و خودرو می‌روید. بمنظور استفاده دارویی در کشورهایمانند هلند، بلژیک و کشورهای بالکان کشت میشود.

تاریخچه و خاستگاه

گل همیشه بهار بومی مناطق مدیترانه‌ای است و از دوران باستان بعنوان گیاهی دارویی و زینتی استفاده می‌شده است. در طب سنتی، این گیاه برای درمان زخم‌ها و التهابات پوستی بکار می‌رفته است.

ترکیبات فعال

شامل فلاونوئیدها (مانند کئوسین و روتین)، تریپنوتیدها (مانند کالندولین و کالندولید)، و ساپونین‌ها.

خواص دارویی کالاندولا

این گیاه دارای خواص ضد التهابی، ضد میکروبی و ضد درد است. بویژه برای درمان زخم‌ها، التهاب‌های پوستی، و بهبود سلامت پوست مورد استفاده قرار می‌گیرد.

موارد مصرف کالاندولا

گل همیشه بهار برای درمان زخم‌ها، التهاب‌های پوستی، بریدگی‌ها و مشکلاتی مانند آگزما و پسوریازیس استفاده می‌شود. همچنین بعنوان یک درمان مکمل برای مشکلات گوارشی و التهاب‌های داخلی بکار می‌رود.

دوز مصرفی کالاندولا

گل همیشه بهار برای درمان زخم‌ها، التهاب‌های پوستی، بریدگی‌ها و مشکلاتی مانند آگزما و پسوریازیس استفاده می‌شود. همچنین بعنوان یک درمان مکمل برای مشکلات گوارشی و التهاب‌های داخلی بکار می‌رود.

Dinehiran.ir

گیاهان دارویی

CALENDULA

Calendula Officinalis

Compositae



همیشه بهار

از همیشه بهار به صورت خوراکی در درمان التهاب معده و به صورت موضعی در درمان التهابات پوستی، آگزما و خشکی پوست استفاده می شود.

موارد مصرف



منع مصرف در بارداری و شیردهی

مصرف در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی شود.



عوارض جانبی

گل همیشه بهار در طب سنتی همیشه بعنوان قاعده آور شناخته شده است و در بررسی ها اثرات تحریکی بررحم نیز گزارش شده است که حتی ممکن است باعث سقط جنین شود.

بندرت واکنش های حساسیتی مشاهده می شود اما گاهی در برخی افراد واکنش های آلرژیک خفیف مانند خارش یا قرمزی پوست مشاهده میشود. همچنین، ممکن است با داروهای ضدانعقاد تداخل داشته باشد.



تداخلات دارویی

داروهای آرام بخش با گل همیشه بهار تداخل مصرف دارند.

گل همیشه بهار ممکن است باعث خواب آلودگی و کندی تنفس شود. برخی از داروهای آرام بخش نیز می توانند باعث خواب آلودگی و کندی تنفس شوند. مصرف گل همیشه بهار همراه با داروهای آرام بخش ممکن است باعث مشکلات تنفسی و یا خواب آلودگی بیش از حد شود. گل همیشه بهار ممکن است با داروهای ضدانعقاد و ضدپلاکت ها تداخل داشته باشد. افرادی که از این داروها استفاده می کنند باید با پزشک خود مشورت کنند.



موارد منع مصرف

از مصرف خوراکی گل همیشه بهار با داروهای مسکن یا فشار خون خودداری شود.

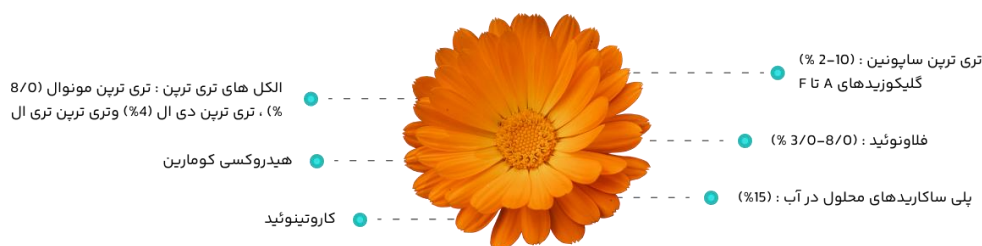
در مصرف موضعی، هشدار خاصی گزارش نشده است.

مصرف گل همیشه بهار در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی‌شود. همچنین، افرادی که به خانواده Asteraceae (مانند بابونه و گل داودی) حساسیت دارند باید از مصرف این گیاه خودداری کنند.

نکاتی درباره کالاندولا:

زمان برداشت: برحسب حداکثر میزان اسانس زمان برداشت این گیاه مشخص می‌شود که بیشترین مقدار اسانس در زمان گلدهی و گل دادن کامل است که از نظر زمانی معادل فروردین تا اوایل پاییز خواهد بود. گونه *Thymus daenesis* بومی ایران است که در استانهای اردبیل، زنجان، کردستان، آذربایجان، همدان، اصفهان، چهار محال بختیاری، فارس، یزد، تهران، قزوین و لرستان می‌روید.

اجزاء و مواد موثره



همیشه بهار سرده‌ای از خانواده کاسنی است و حاوی حداقل ۱ درصد فلاونوئید می‌باشد. همیشه بهار دارای ۸-۱۰ درصد آب، مواد معدنی، اسید سالیسیلیک و اسانس است.

تحقیقات علمی

مطالعات مختلف نشان داده‌اند که گل همیشه بهار دارای خواص ضد التهابی و بهبود دهنده زخم است. تحقیقاتی بر روی تاثیر این گیاه در کاهش التهاب‌های پوستی و بهبود فرآیند التیام زخم‌ها انجام شده است.

کارآزمایی‌های بالینی

مطالعات بالینی بر روی گل همیشه بهار نشان داده‌اند که این گیاه می‌تواند به‌طور مؤثر در درمان زخم‌ها و التهاب‌های پوستی کمک کند. نتایج این کارآزمایی‌ها شامل بهبود قابل توجه در سرعت بهبود زخم‌ها و کاهش التهاب است.

کالاندولا در محصولات دینه ایران

پماد کالاندولا

درمان التهاب پوستی

[پماد کالاندولا](#)

قرص گاسترودین

ضد التهاب معده و اثنی عشر

[قرص گاسترودین](#)

آخرین ژورنال ها و مطالعات علمی (رفرنس ها) کالاندولا

مقالات اخیر به بررسی تأثیرات گل همیشه بهار بر سلامت پوست و درمان زخم ها پرداخته اند. برای بخش "آخرین مقالات و مطالعات علمی" در مورد گیاه گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)، می توانید به مقالات و تحقیقات زیر اشاره کنید:

۱. مطالعه ای در مورد اثرات ضد التهابی و بهبود زخم های پوستی: مقاله ای که در [Journal of Ethnopharmacology](#) منتشر شده است، به بررسی تأثیرات ضد التهابی گل همیشه بهار در درمان زخم ها و التهابات پوستی پرداخته و نتایج نشان داده اند که استفاده موضعی از عصاره گل همیشه بهار می تواند بهبود سریع تر زخم ها و کاهش التهاب های پوستی را تسهیل کند.
۲. تحقیق درباره اثرات ضد میکروبی: مطالعه ای که در *Phytotherapy Research* منتشر شده، نشان داده است که ترکیبات فعال گل همیشه بهار دارای فعالیت های ضد میکروبی قوی هستند و می توانند در درمان عفونت های پوستی مؤثر باشند. این مطالعه به بررسی اثرات ضد باکتریایی و ضد قارچی عصاره گل همیشه بهار پرداخته است.
۳. مقاله ای در رابطه با خواص آنتی اکسیدانی: مقاله ای از *Antioxidants* بررسی کرده که گل همیشه بهار دارای خواص آنتی اکسیدانی قوی است. این خواص می توانند به محافظت از پوست در برابر آسیب های اکسیداتیو و پیری زودرس کمک کنند.
۴. بررسی اثربخشی در درمان آگزما: مطالعه ای منتشر شده در *Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology* به بررسی تأثیرات گل همیشه بهار بر درمان آگزما و دیگر مشکلات پوستی پرداخته است. نتایج این تحقیق نشان می دهد که استفاده منظم از محصولات حاوی گل همیشه بهار می تواند به کاهش علائم آگزما و بهبود وضعیت پوست کمک کند.
۵. مطالعه ای بر روی اثرات سیستمیک: مقاله ای در *BMC Complementary Medicine and Therapies* منتشر شده است که به بررسی تأثیرات سیستمیک گل همیشه بهار بر روی مشکلات گوارشی پرداخته و نشان داده که مصرف این گیاه می تواند به بهبود عملکرد سیستم گوارش و کاهش التهاب های داخلی کمک کند.

rhs.org.uk/plants/62350/calendula-officinalis/details

sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/calendula-officinalis