

**Hodan**

Borago officinalis

Hodan



#### Bilimsel sınıflandırma

Âlem:	Plantae (Bitkiler)
Bölüm:	Magnoliophyta (Kapalı tohumlular)
Sınıf:	Magnoliopsida (İki çenekliler)
Takım:	Myrtales
Familya:	Boraginaceae
Cins:	<i>Borago</i>
Tür:	<i>B. officinalis</i>

#### İkili adı

*Borago officinalis*  
L.

#### Diğer adları

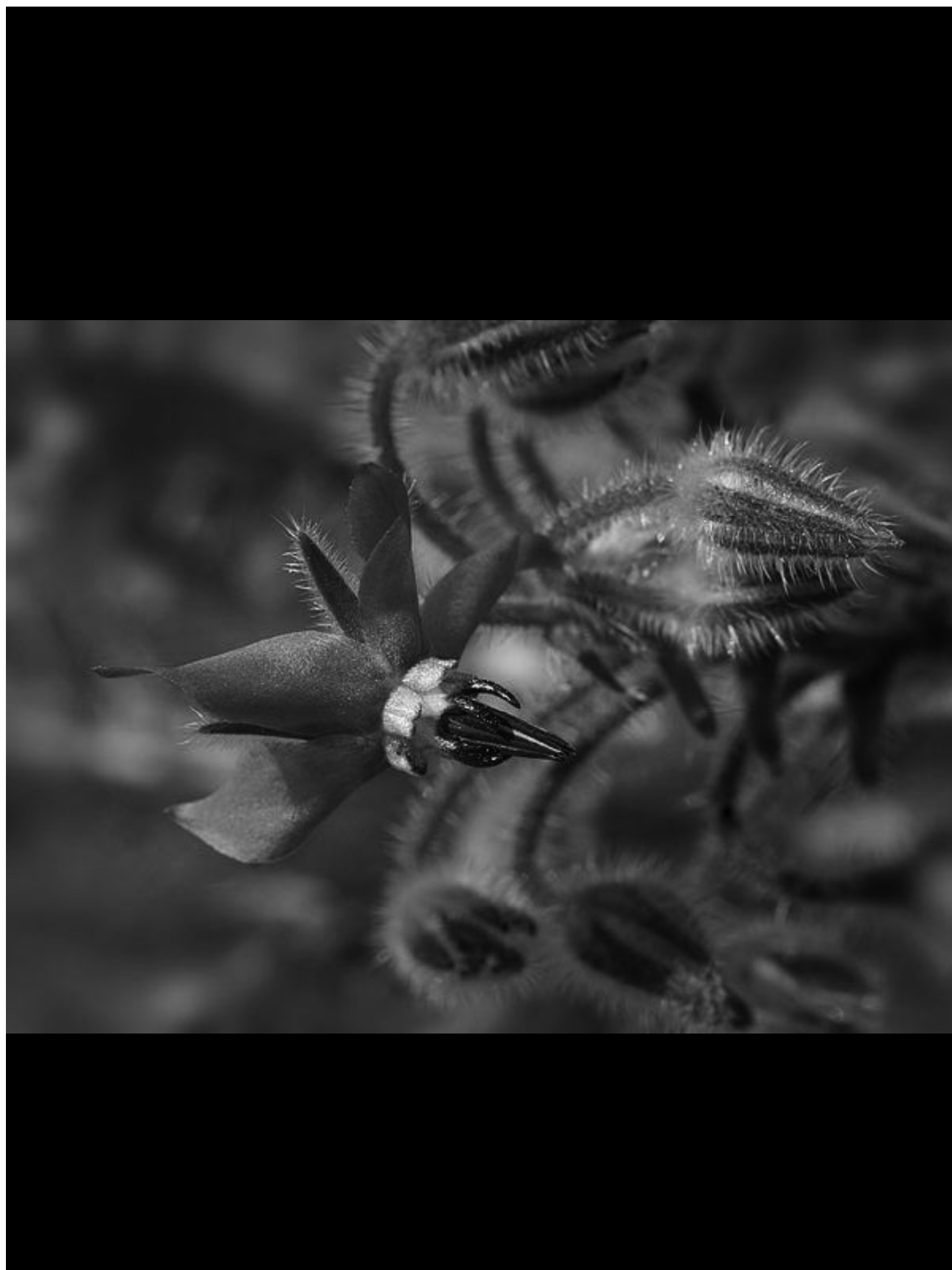
Sığirdili, Turşu Otu, Hıyar otu, Zenbil çiçeği<sup>[1]</sup>

**Hodan** (*Borago officinalis*), hodangiller (Boraginaceae) familyasından bir yıllık bitki türü. Anavatanı Suriye'dir. Güney Amerika, Kuzey Afrika ve Anadolu'da yayılış yapmasına karşın Akdeniz rejonundada doğallaşmıştır.

Beş dar yaprak üzerinde, beş üçgen sivri petali ile tam çiçek özelliğine sahiptir. Pembe çiçeklere bazen rastlanmasına rağmen çiçekleri sıklıkla mavidir. Beyaz çiçekli türleri de yetiştirilmektedir.











- Yıldız çiçeği olarak bilinen *Borago officinalis*, esas olarak tek yıllık bir herbadır. Akdeniz’li olmasına karşın birçok ÷lkede k÷lt÷re alınmıştır. İngiliz bahçelerinde tatmin edici bir s÷s bitkisi performansına sahiptir.
- Bitki kendine d÷llenir. Birçok Avrupa ÷lkesinde yenilebilir yaprakları için yetiřtirilir.
- Bitki tohumlarından ticari değere sahip yağ çıkartılmaktadır.

- Bitki 60 ile 100 cm arasında boylanmaktadır ve yapraklar ve tüm gövde üzeri kıllıdır.
- Çiçekleri tamdır ve 5 dar üçgen şekilli petalleri bulunur. Petal renkleri genelde mavidir ve mavi renk genetik olarak beyaz renge dominantdır. Pembe renkli çiçekleri de bulunur.
- Çiçekleri takım şeklinde ve hepsi akrep şeklinde durmaktadır. Bu çiçeklerin hepsi aynı anda açmaktadır.







- Çiçeklerinin büyük oranda kendine döllenmesi, geitonogamy olarak adlandırılmaktadır. Çiçekler kendilerini bir yandaki çiçekten döllenmektedir. Bu olayda araçlar görev almaktadır(rüzgar, arılar vs.). Bazen çapraz döllerme de görülebilmektedir(başka çiçekten de döllenebilmektedir.).



Büyüme alışkanlığı indeterminedir. Yani bitki generatif döneme geçtikten sonra da büyümeye devam etmektedir. İngiltere gibi ılıman kuşaktaki yerlerde çiçeklerin açması göreceli olarak yavaş ve Haziran ayından Eylül ayına kadardır. Daha sıcak orta kuşakta yıl boyu çiçeklenebilmektedir.



*Borago officinalis* yemelik olarak ve tıbbi olarak kullanılmaktadır. Bugün aynı zamanda yağlı tohum olarak kullanılmaktadır ve yağı bilinen en yüksek GLA (Gamma linolenic acid) kaynağıdır(%17-28).

Tohumundaki yağ içeriği %26-38'dir. Bileşiminde GLA dışında;

Palmitik asit(%10-11),

Stearik asit (%3.5-4.5),

Oleik asit(%16-20),

Linoleik asit (%35-38),

Eikosenoik asit (%3.5-5.5

Erusik asit (%1.5-3.5)

Nervonik asit (%1.5) bulunur.

KULLANIMI

Categories > Supplements > EFA, Omega 3 6 9 (EPA DHA), Other Oils > Borage Oil

Zoom



## Solaray Borage Seed Oil GLA

by Solaray

Our Price: **AUD\$15.76** + AUD\$5.54 Shipping

List Price: AUD\$22.30 You Save: AUD\$6.54 (29%)

**Selected Size:** 50 Gels

Temporarily Unavailable

UPC: 076280008340



0

Payment Methods:



**Borage Seed Oil**  
*Borago officinalis*

## Borage Seed Oil (Cold-pressed)

Be the first to review this product

Availability: Out of stock

Regular Price: \$7.95

SPECIAL PRICE: \$6.36

AVAILABLE UNTIL: Dec 31, 2014

◦ Add to Wishlist ◦ Add to Compare

### Quick Overview

Borage oil (botanical name "Borago officinalis") is extracted from the seed of the plant and one of the best plant-based sources of essential fatty acids, specifically the  $\gamma$ -linolenic acid.

Borage Oil is the richest source of the Omega-6 essential fatty acid GLA (gamma-linoleic acid) possessing the highest concentration of this substance than any other source. Essential fatty acids are necessary for brain function, regulation of metabolism, and for the growth and health of bones, hair, and skin.

MORE VIEWS



PRODUCT VIDEOS

COMPARE PRODUCTS

You have no items to compare

MY CART

You have no items in your shopping cart.

ARTICLES CATEGORIES

African-American  
 Astrology  
 Business  
 Children's Health  
 Conspiracy  
 Diet & Nutrition  
 General  
 Health & Wellbeing

Product Description Additional Information Product Tags Product's Review

## HODAN YAĞI 20 ML TALYA BİTKİSEL (#117265439)



Durum : Sıfır Ürün - Yeni Etiketli

Adet : 1 20+ adet ürün stokta

Fiyatı : 5,70 TL

Kargo : Alıcı Öder - Aynı Gün Kargo (?)

Sepete Ekle

Hemen AL!

+ İzlemeye Al

Paylaş

Rapor et

Satıcı Bilgileri:

akdenizvitamin

Yaptığı 1394 alışverişten %99 olumlu puan

Soru Sor

Tüm Ürünler

Dük

GittiGidiyor'da ücretsiz iade yapabiliyorsunuz. Paranızı geri alabilirsiniz. Detaylı Bilgi

Hotp

YÜKSEK PERFORMANSLI

899 TL'DEN BAŞLAYAN FİYATLARI

Hemen tıklayın!

Ürün Açıklaması

Taksit Bilgileri

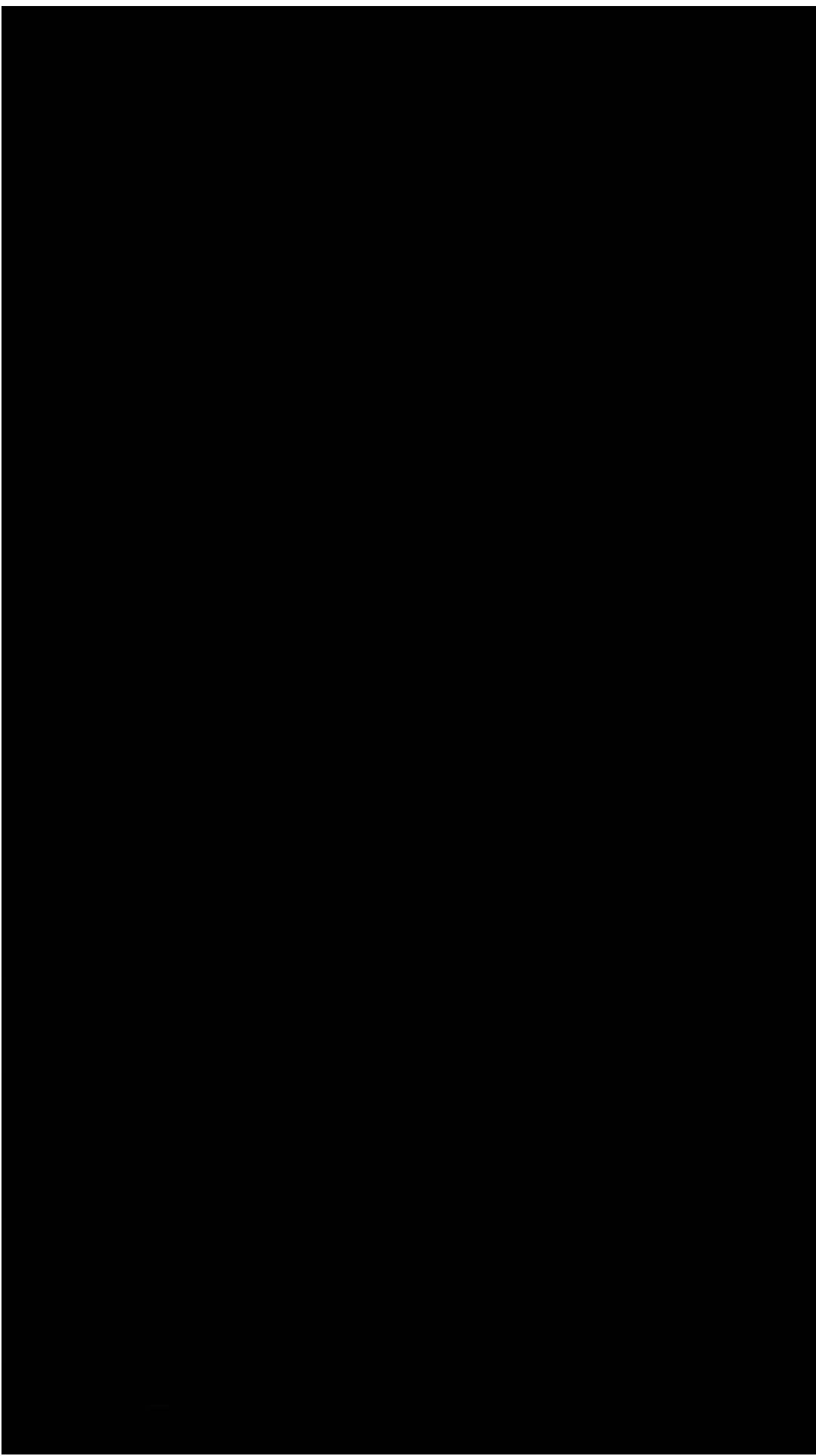
Kargo Bilgileri

Satıcı Yorumları

Tohumları GLA besin takviyesi olarak satılmaktadır. Bitkisinden de kurutulmuş herba olarak faydalanılmaktadır.



# Genel Anlatım



- Akciğer gelişiminde sorun çeken hastaların tedavisinde, makineye bağlı hastaların EPA (eikosapentaenoik asit) ile birlikte Hodan yağı alımında tedavi süresinin kısaltıldığı görülmüştür.
- (Kaynak: <http://www.webmd.com/vitamins-supplements/ingredientmono-596-borage.aspx?activeingredientid=596&activeingredientname=borage>)<sup>1</sup>

- Yeni doğanların sinir sisteminin gelişiminde kullanılmaktadır.
- Rheumatoid arthritis hastalığının ağrılarını azalttığı görülmüştür.<sup>1</sup>

# Diz Ağrıları İçin Kullanımı



# Ekstra Bilgiler

- Ekzema hastalığında işe yaramadığı görülmüştür.
- Kalp rahatsızlıkları, astım, alkolizm semptomları, kuru cilt, atritis, menopozal semptomlarda işe yaradığı kanıtlanamamıştır.
- Ağızdan alındığı zamanlarda çoğunlukla güvenli olduğu kabul edilir.
- Ancak bitki kısımları ve bazen tohumları, Pyrolisine alkaloidi (PA) içerebilmektedir. Bu durumda alınması tehlikeli olabilmektedir. Kadınlarda göğüs kanserine, yeni doğanlarda anne sütünden geçebilen doğum kusurlarına sebep olabilmektedir. Bu riski taşıyanların Hodan tohumlarından uzak durmaları gerekmektedir.

- Yaralarda kanama süresini uzattığı da bilinmektedir. Kanama düzensizliği olan kişilerin dikkatli kullanması tavsiye edilmektedir.
- İçerdiği hepatoksik pirolizin alkaloidi sebebiyle, damar zararlanmalarına sebep olabilmektedir veya var olan damar zararını kötüleştirebilmektedir.
- Bu sebepten, cerrahi operasyon geçirecek kişilerin 2 hafta öncesinden bu tohumu ve yağını kullanmamaları onların faydasına olacaktır.

# Kaynaklar

- 1-Webmd.com, Giriş tarihi Ocak 2015.  
<http://www.webmd.com/vitamins-supplements/ingredientmono-596-borage.aspx?activeingredientid=596&activeingredientname=borage>
- 2- Sınıflandırma : Wikipedia. Giriş tarihi Ocak 2015.
- 3- Videolar açılmıyorsa, klasör içerisinden de izlenilebilir.