

الحمد لله
الرحمن الرحيم

گياهان و خواص دارویی - درمانی

نویسنده: مهدی قربان

۱۳۹۱

فهرست

۷	پیشگفتار
۱۰	مقدمه
۱۳	آویشن
۱۴	اسفرزه
۱۴	آب قاشق
۱۴	اسطوخودوس
۱۵	افدرا (ریش تیر)
۱۶	اوکالیپتوس
۱۶	اکسیر ترکی (سوسن زرد یا سوسن باتلاقی)
۱۶	آنجلیکا (سنبل ختایی)
۱۷	اسپند (بذر اسپند)
۱۷	افسنطین
۱۸	بارهنگ (چهار تخم لعابی)
۱۸	بابونه
۱۹	بید
۱۹	بیدمشک
۱۹	بیدکاسنی
۱۹	شاهتره
۱۹	بومادران
۲۰	بادرنجبویه
۲۰	برگ چنار
۲۰	بهمن پیچ
۲۰	بابا آدم

۲۱	برگ گردو
۲۱	به لیمو
۲۱	یونه
۲۲	باناکس (جین سینگ)
۲۲	پرسیاوشان
۲۲	پنج انگشت (فلفل بری)
۲۳	پیاز
۲۳	تباشیر تم
۲۳	جنتیانا (کوشاد)
۲۴	جوزبویا
۲۴	چهار گیاه سرد
۲۴	چهار گیاه (چهل گیاه)
۲۵	خارخاسک
۲۵	خاکشیر
۲۵	خرفه
۲۵	خارشتری
۲۵	دارچین
۲۶	دُم اس
۲۷	رازیانه
۲۸	رزماری
۲۸	رازک
۲۸	زیره کوهی سیاه و سبز
۲۹	زنیان
۲۹	زرشک

۲۹	زعفران
۳۰	زوفا (اشنان)
۳۱	زنجبیل
۳۱	زیتون
۳۲	سینل الطیب
۳۲	سنا
۳۳	سیاه دانه (سیاه تخمه یا شویز)
۳۳	سیر
۳۳	سعدکوفی
۳۴	شیرین بیا
۳۴	شلتوک
۳۵	شوید
۳۵	شاه پسند
۳۶	شاه دانه
۳۶	شنبلله (حلبه)
۳۶	صبرزرد
۳۷	عنا ب
۳۸	قدومه
۳۸	قاصدک
۳۸	کاسنی
۳۹	کدوی تخمه کاغذی
۳۹	کاکوتی
۴۰	کلپوره
۴۰	کیسه کشیش (قلب مادر یا چنته چوپان)

۴۰	گل محمدی
۴۱	گلاب
۴۱	گل پرکوهی
۴۱	گل گاوزبان
۴۱	گل ختمی
۴۲	گلرنگ (گل کاجیره کانشِر- قَرطُم)
۴۲	گزنه
۴۲	گل حسرت (سورنجان)
۴۳	گل بنفشه
۴۳	گشنیز
۴۴	گل ختمی خبازی (پنیرک)
۴۴	مریم گلی
۴۵	میخک
۴۵	مورد (moord)
۴۶	مشققل (مُهرسلیمان)
۴۶	ماریتیغال (خارمریم)
۴۶	مرزنجوش (مرزنگوش)
۴۷	نعناع
۴۸	همیشه بهار (آذرگون)
۴۸	هوفاریقون (گل آهی، علف چای، علف هزارچشم)
۴۹	یونجه (سبوس خراسانی)
۵۰	نمایه مهم‌ترین گیاهان دارویی
۶۹	منابع و مأخذ

پیشگفتار

گیاهان دارویی میراث منطقه‌ای ولی با اهمیت جهانی هستند. گیاهان دارویی در طول تاریخ همیشه با انسان قرابت خاصی داشته‌اند و آثار دارویی و موارد استفاده‌ای آنها در هیچکس پوشیده نیست.

قدمت بهره‌گیری از گیاهان و خواص دارویی و درمانی آنها به زمان پیدایش انسان‌ها باز می‌گردد. با مطالعه در تمدن اقوام قدیم به مصرف گیاهان به عنوان دارو سم رنگ و ... بر می‌خوریم که در حدود بیست و هفت قرن قبل از میلاد مسیح مصریان و چینیان از گیاهان به عنوان دارو استفاده می‌کرده‌اند و حتی برخی از گیاهان را برای مصرف بیشتر در درمان‌ها کشت می‌داده‌اند.

بقراط حکیم بنانگذار طب در زمان قدیم و شاگرد وی ارسطو و دیگران برای استفاده از گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها ارزش زیادی قائل بوده‌اند. امروزه گیاهانی به عنوان گیاهان دارویی شناخته می‌شوند که دارای صفات زیر باشند.

۱- در پیکر این گیاهان موادی ساخته می‌شوند و ذخیره می‌شوند که این مواد دارای خواص متعددی هستند و از جمله می‌توانند به عنوان مواد مؤثر برای مداوای برخی بیماریها مورد استفاده قرار گیرند.

۲- اندام خاصی چون ریشه، ساقه، برگ ها و گل و ... حاوی مواد مؤثر باشند.

۳- معمولاً از اندامهای مورد نظر به صورت تازه استفاده نمی‌شود.

۴- گیاهان دارویی در مقایسه با سایر گیاهان مورد عمل در کشاورزی که به طور عام و روزمره مورد استفاده انسان اند در موارد معدود خاصی قابل استفاده‌اند.

۱- **گیاهان دارویی:** از مواد مؤثره به صورت مستقیم یا غیر مستقیم اثر درمانی دارند.

۲- **گیاهان دویه‌ای:** از مواد مؤثره فعال موجود در این دسته از گیاهان در صنایع غذایی، نوشابه سازی، کنسرو سازی و ... به منظور بهبود در طعم، رنگ و مزه آنها استفاده می‌شود.

۳- **گیاهان عطری:** اندام‌های خاصی در این گیاهان غذایی حامل اسانس اند از راه تقطیر یا بخار آب از آن اندام استخراج می‌شود. گیاهی مثل گیاه نعناع در هر سه مورد استفاده می‌شود از آنجایی که برگ درخت گردو، کاکل ذرت و پوست لوبیا حاوی مواد مؤثره می باشد ما آنها را جزء گیاهان دارویی محسوب نمی‌کنیم زیرا عملیات کاشت، داشت و برداشت گیاهان مذکور صرفاً به منظور استفاده از مواد مؤثره نمی‌باشد.

گیاهان دارویی گر چه در داشتن مواد مؤثره با یکدیگر مشترک هستند ولی بدیهی است که از خصوصیات گیاه شناسی بلکه بیشتر شبیه گیاهان زینتی بوده و انواع یک ساله، دو ساله، چند ساله، علفی، درختچه‌ای یا درختی شامل گونه های مثمر و غیر مثمر در بین آنها دیده می‌شود.

مسئله دارویی بودن گیاهان همیشه امری در حال تغییرات است. به طوری که گیاهی که تا دیروز به عنوان گیاه غیر دارویی شناخته می‌شده ممکن است فردا به عنوان یک گیاه مهم و ارزشمند معرفی گردد و به عکس گیاهی که تا امروز به عنوان گیاه دارویی در بین عوام شهرت علمی روز یک گیاه فاقد ارزش دارویی شناخته شود. تا کنون تنها خصوصیات دارویی حدود سی هزار گونه از ششصد هزار گونه گیاهی جهان شناخته شده است.

اهمیت گیاهان دارویی: برای نشان دادن اهمیت کشت و تولیدات گیاهان دارویی کافی است در باره چند جنبه مهم کشت و تولید این گیاهان چون: نوع گیاهی که کشت می‌گردد، میزان تولید محصول زیر کشت و اهمیت اقتصادی آن (اهمیت صادراتی و نیازهای صنایع دارویی به آن) اثر عوامل اکولوژیکی (و بطور کلی مکان مناسب کشت) بر کیفیت و کمیت مواد موثر می‌باشد.

در حال حاضر موضوع تولید و مصرف گیاهان دارویی در کشورهای صنعتی و توسعه یافته در حال احیاء است. محاسبه دقیق مقدار مصرف سالانه گیاهان دارویی در جهان مشکل است زیرا از گیاهان دارویی به اشکال ناشناخته متفاوتی استفاده می‌شود و اطلاعات محلی جامعی نیز در این مورد وجود ندارد ولی در این کتاب سعی بر این شده است که تنها گوشه‌ای از خواص دارویی و درمانی برخی از گیاهان به اختصار بیان شود. و اکیداً اعلام می‌دارد که ذکر خواص گیاهان بر اساس تحقیقات و پژوهش بوده و نگارنده به هیچ عنوان مسئول عواقب و اثرات سوء استفاده این گیاهان بر افراد مختلف نمی‌باشد.

مقدمه

طرز استفاده از گیاهان دارویی

قسمت‌های مختلف گیاهان از قبیل برگ گل پوست ریزوم ریشه و ... چه به صورت تازه و چه به صورت خشک باید قبل از مصرف خوب خرد یا آسیاب شوند.

طرز تهیه‌ی جوشانده

مقدار لازم از گیاهان را به آب در حال جوشیدن اضافه کنید و سپس با حرارت ملایم و مدت زمان مورد نیاز بگذارید بجوشد. بعد از گذشت زمان لازم ظرف را از روی حرارت برداشته در آن را بسته و بگذارید ۱۵ دقیقه بماند تا سرد شود. سپس جوشنده را از یک صافی ریز یا پارچه ای نازک عبور دهید تا صاف شود.

طرز تهیه‌ی دم کرده

ابتدا گیاهان را داخل ظرف مناسبی ریخته و آب در حال جوشیدن را روی آنها بریزید. در ظرف را بسته و پس از ۲۰ دقیقه دم کرده را صاف کنید.