

# خواص و مضرات گیاهان بیوه‌ها و سبزیجات و...

مؤلف:

دکتر مسعود بلاغت نیا

www.ketab.ir

سرشناسه: بلاغت، مسعود، ۱۳۴۸ -  
عنوان و نام پدیدآور: خواص و مضرات گیاهان، میوه‌ها و سبزی‌ها؛ مؤلف: مسعود بلاغت  
مشخصات نشر: تهران، آکادمی کتاب، ۱۳۹۵.  
مشخصات ظاهری: ۲۴۸ص: مصور (رنگی)  
شابک: ۱۶۰۰۰۰ ریال ISBN: 978-600-97201-5-6  
وضعیت فهرست نویسی: قیفا  
موضوع: میوه‌ها - مصارف درمانی موضوع: سبزی‌ها - خواص درمانی  
رده بندی کنگره: ۱۳۹۵، ۹خ۸ب/۱۵۵۷  
رده بندی دیویی: ۶۴۱/۳۴  
شماره کتابشناسی ملی: ۴۱۲۳۲۶۴



نام کتاب: خواص و مضرات گیاهان، میوه‌ها و سبزی‌ها

مؤلف: دکتر مسعود بلاغت

نام نشر: آکادمی کتاب

تاریخ چاپ: اول ۹۵

چاپخانه: احسان

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

شابک: ۶-۵-۹۷۲۰۱-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق این اثر محفوظ می‌باشد.

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان روانمهر، پلاک ۱۳۴

قم، خیابان معلم، مجتمع ناشران، طبقه منفی یک، پلاک ۱۱

تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۴۲۴۸۳-۰۲۵ همراه: ۰۹۱۲۱۵۳۲۴۱۰

فهرست مطالب

۱۰	..... مقدمه
۱۱	..... آشنایی با خواص آلبالو
۱۲	..... خواص و مضرات زرد آلو
۱۴	..... آشنایی با خواص آلو سیاه
۱۶	..... انواع آلو
۱۸	..... فواید و مضرات باقلا
۲۰	..... آشنایی با خواص کدو
۲۲	..... آشنایی با خواص آویشن
۲۵	..... آشنایی با خواص ارزن
۲۶	..... آشنایی با خواص ازگیل
۲۷	..... آشنایی با خواص آویشن شیرازی
۲۹	..... آشنایی با خواص آناناس
۳۲	..... آشنایی با خواص اسفناج
۳۵	..... آشنایی با خواص اسپند
۳۶	..... آشنایی با خواص انار
۳۹	..... آشنایی با خواص انبه
۴۳	..... آشنایی با خواص بابونه
۴۶	..... آشنایی با خواص بادام
۴۹	..... آشنایی با خواص انجیر
۵۲	..... آشنایی با خواص انگور
۵۷	..... آشنایی با خواص بابا آدم
۵۹	..... آشنایی با خواص اسطوخودوس
۶۱	..... خواص چغاله بادام
۶۲	..... آشنایی با خواص اسفرزه

- ۶۶ ..... آشنایی با خواص اکالیپتوس
- ۶۹ ..... خواص انیسون (بادیان رومی)
- ۷۲ ..... خواص گیاه بادرنجبویه
- ۷۶ ..... آشنایی با خواص بادمجان
- ۷۸ ..... آشنایی با خواص بامیه
- ۷۹ ..... آشنایی با خواص چغندر
- ۸۰ ..... آشنایی با خواص برنج
- ۸۳ ..... آشنایی با خواص بلوط
- ۸۵ ..... آشنایی با خواص عناب
- ۸۷ ..... آشنایی با خواص بولاغ اوتی
- ۸۸ ..... آشنایی با خواص پسته
- ۹۰ ..... آشنایی با خواص پسته و شادندر
- ۹۱ ..... آشنایی با خواص پسته
- ۹۳ ..... آشنایی با خواص پنیر
- ۹۴ ..... آشنایی با خواص پونه
- ۹۶ ..... آشنایی با خواص پیاز
- ۹۹ ..... آشنایی با خواص ترب
- ۱۰۰ ..... آشنایی با خواص هندوانه
- ۱۰۱ ..... آشنایی با خواص شاه توت
- ۱۰۴ ..... آشنایی با خواص جعفری
- ۱۰۶ ..... آشنایی با خواص چای
- ۱۰۹ ..... آشنایی با خواص خاکشیر
- ۱۱۱ ..... آشنایی با خواص خرما
- ۱۱۲ ..... آشنایی با خواص خرما لو
- ۱۱۴ ..... آشنایی با خواص ختمی
- ۱۱۵ ..... آشنایی با خواص خیار
- ۱۱۸ ..... آشنایی با خواص ذرت

۱۱۹	.....	آشنایی با خواص ریحان
۱۲۱	.....	آشنایی با خواص زرشک
۱۲۲	.....	آشنایی با خواص زعفران
۱۲۴	.....	آشنای با خواص گل گاوزبان
۱۲۵	.....	آشنایی با خواص آلوئه‌ورا
۱۲۶	.....	صبر زرد
۱۲۹	.....	آشنایی با خواص زنجبیل
۱۳۰	.....	آشنایی با خواص گریپ فروت
۱۳۳	.....	آشنایی با خواص زیره سبز
۱۳۵	.....	آشنایی با خواص ریحان
۱۳۷	.....	آشنایی با خواص سماق
۱۳۸	.....	آشنایی با خواص شاتره
۱۴۰	.....	آشنایی با خواص سنجبل
۱۴۲	.....	آشنایی با خواص سویا
۱۴۴	.....	آشنایی با خواص سیاه‌دانه
۱۴۶	.....	آشنایی با خواص سیب
۱۵۲	.....	آشنایی با خواص سیب‌زمینی
۱۵۵	.....	آشنایی با خواص سیر
۱۵۸	.....	آشنایی با خواص شدر قرمز
۱۵۹	.....	آشنایی با خواص شلغم
۱۶۱	.....	آشنایی با خواص شلیل
۱۶۲	.....	آشنایی با خواص شنبلیله
۱۶۴	.....	آشنایی با خواص شوید
۱۶۵	.....	آشنایی با خواص شیرین بیان
۱۶۶	.....	آشنایی با خواص گزنه
۱۶۹	.....	آشنایی با خواص طالبی
۱۷۰	.....	آشنایی با خواص عدس

- ۱۷۱ ..... آشنایی با خواص عسل
- ۱۷۳ ..... آشنایی با خواص علف چای
- ۱۷۴ ..... آشنایی با خواص فلفل
- ۱۸۱ ..... آشنایی با خواص فلوس
- ۱۸۱ ..... آشنایی با خواص فندق
- ۱۸۲ ..... آشنایی با خواص قهوه
- ۱۸۵ ..... آشنایی با خواص خواص قاصدک
- ۱۸۶ ..... آشنایی با خواص کاکائو
- ۱۸۸ ..... آشنایی با خواص کاهو
- ۱۸۹ ..... آشنایی با خواص تخم کتان
- ۱۹۰ ..... آشنایی با خواص کدو
- ۱۹۲ ..... آشنایی با خواص کدوچین
- ۱۹۳ ..... آشنایی با خواص کلم بروکلی
- ۱۹۴ ..... آشنایی با خواص کنجد
- ۱۹۶ ..... آشنایی با خواص کنگر
- ۱۹۷ ..... آشنایی با خواص کنگر فرنگی
- ۱۹۸ ..... آشنایی با خواص گردو
- ۲۰۰ ..... آشنایی با خواص گشنیز
- ۲۰۲ ..... آشنایی با خواص میوه گلای
- ۲۰۳ ..... آشنایی با خواص درمانی گلپر
- ۲۰۴ ..... آشنایی با خواص گوجه فرنگی
- ۲۰۵ ..... آشنایی با خواص لیمو ترش
- ۲۰۷ ..... آشنایی با خواص مارچوبه
- ۲۰۸ ..... آشنایی با خواص موز
- ۲۱۰ ..... آشنایی با خواص موسیر
- ۲۱۱ ..... آشنایی با خواص میخک
- ۲۱۳ ..... آشنایی با خواص نارگیل

۲۱۶	.....	آشنایی با خواص گل نسترن
۲۱۷	.....	آشنایی با خواص نعناع
۲۲۰	.....	آشنایی با خواص هلو
۲۲۲	.....	آشنایی با خواص آووکادو
۲۲۳	.....	آشنایی با خواص جو
۲۲۵	.....	آشنایی با خواص سنبل الطیب (علف گربه)
۲۲۷	.....	آشنایی با خواص هل
۲۲۸	.....	آشنایی با آهلی سیاه (انگور کولی)
۲۳۰	.....	آشنایی با خواص مامیران کبیر
۲۳۲	.....	آشنایی با خواص کوسه (ژاسیان)
۲۳۳	.....	آشنایی با خواص گیاه نام
۲۳۴	.....	آشنایی با خواص گیاه رفا
۲۳۵	.....	آشنایی با خواص علف هفت
۲۳۶	.....	آشنایی با خواص روناس
۲۳۷	.....	آشنایی با خواص گز علفی
۲۳۸	.....	آشنایی با خواص به
۲۴۰	.....	آشنایی با خواص چای کوهی
۲۴۲	.....	آشنایی با خواص آفتابگردان
۲۴۴	.....	آشنایی با خواص تمبر هندی
۲۴۵	.....	آشنایی با خواص زردچوبه
۲۴۶	.....	آشنایی با خواص شاه پسند وحشی
۲۴۷	.....	آشنایی با خواص توس (غان)

## مقدمه

قرن بیست و یکم، قرن بازگشت به طبیعت نام گرفته و اکثر محققین علوم دارویی و پزشکی دانشگاهها و مؤسسات پژوهشی معتبر دنیا و کارخانجات عظیم داروسازی توجه خود را به بررسی و پژوهش در زمینه شناخت مواد مؤثره، خواص فارماکولوژیک، کاربرد درمانی و ساخت اشکال دارویی از گیاهان دارویی معطوف نموده‌اند. در این راستا شناسایی گیاهان دارویی بکار رفته در طب سنتی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار شده است.

به منظور آشنایی بیشتر با گیاهان دارویی در این نوشتار برخی از گیاهان متداول در طب سنتی و فارماکوپه گیاهی ایران معرفی گردیده است.

لازم به ذکر است که در استفاده از گیاهان دارویی همانند سایر رشته‌های پزشکی ضروری است به پزشک مطلع مراجعه کرد و بعد از تشخیص بیماری و تجویز توسط پزشک معالج اقدام به مصرف گیاهان دارویی نمود تا از تداخل اثر با مصرف سایر داروها و یا عوارض احتمالی جلوگیری بعمل آید.

WWW.KETAP.NI