

سید محمد

درمان بیماری با طب گیاهی

سرشناسه: بلاغت نیا، مسعود -  
عنوان و نام پدیدآور: درمان بیماریها با طب سنتی  
مشخصات نشر: قم، ملینا، ۱۳۹۷.  
مشخصات ظاهری: ۲۳۲ ص.  
وضعیت فهرست نویسی: فیپا  
موضوع: پزشکی سنتی  
موضوع: گیاه درمانی - گیاهان دارویی  
موضوع: بیماری های داخلی - درمان  
رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ ۸۴۵۴/ب/۸۱۳۵  
رده بندی دیویی: ۶۱۰  
شماره کتابشناسی ملی: ۲۸۰۱۴۸۶

نام کتاب: درمان بیماریها با طب سنتی

نویسنده: دکتر مسعود بلاغت نیا

ناشر: ملینا

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

چاپ: ولیعصر

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۳۷-۱۸۲-۱

حقوق این اثر محفوظ و متعلق به ناشر می باشد

مرکز پخش:

انتشارات ملینا، تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۶۷۷۱ همراه: ۰۹۱۲۱۵۳۲۵۶۶

فربودی: ۰۹۱۲۲۵۳۰۵۰۷

۱۰۰۰  
۱  
۲۳۲  
صن

## فهرست مطالب

- ۶ جوشانده‌ی ضدخستگی..... ۲۰
- جوشانده‌ی رزماری..... ۲۰
- جوشانده‌ی پرتقال..... ۲۰
- جوشانده‌ی گیاه جینسینگ..... ۲۱
- جوشانده‌ی جو دو سر..... ۲۲
- چای سبز با نعنا..... ۲۲
- جوشانده‌ی دارچین..... ۲۳
- نعنا، معطر و درمانگر..... ۲۴
- نعنا ضد درد است..... ۲۴
- نعنا برای هضم غذا خوب است..... ۲۵
- کم خونی، کمبود آهن: به نعنا اعتماد کنید..... ۲۵
- نعنا خارش ناشی از بیماری‌های پوستی را تسکین می‌دهد..... ۲۶
- آیا نعنا برای قلب مفید است؟..... ۲۶
- نعنا دوست کبد..... ۲۶
- نعنا سردرد را تسکین می‌دهد..... ۲۷
- آیا نعنا خواص ضدسرطانی دارد؟..... ۲۷
- نعنا نفس شما را خوشبو می‌کند..... ۲۷
- همسفران سبز برای سفر..... ۲۸
- اختلالات خواب..... ۲۸
- آفت و تبخال..... ۲۹
- اسهال..... ۲۹
- گزیدگی حشرات..... ۳۰
- سرماخوردگی..... ۳۰
- یبوست..... ۳۰
- تهوع و دلپیچه..... ۳۱
- دردهای معده و خون‌ریزی‌ها..... ۳۱

- ۳۱..... ۵ گیاه برای مقابله با خشکی پوست.....
- ۳۱..... نعناع.....
- ۳۲..... ریحان.....
- ۳۲..... رزماری.....
- ۳۲..... آویشن.....
- ۳۲..... بابونه.....
- ۳۳..... درمان‌های خانگی آنژین.....
- ۳۳..... آب لیموترش بنوشید.....
- ۳۴..... جوشانده‌ی آویشن میل کنید.....
- ۳۴..... با آب نمک غرغره کنید.....
- ۳۵..... از عصاره‌های گیاهی استفاده کنید.....
- ۳۵..... علائم و نوع آنژین.....
- ۳۶..... وقتی آشپزخانه مطب می‌شود!.....
- ۳۶..... درمان‌های طبیعی سرماخوردگی و گریپ.....
- ۳۶..... شروع سرماخوردگی.....
- ۳۷..... امان از سرفه‌های خشک.....
- ۳۷..... شربت پیازچه.....
- ۳۷..... شربت ترب سیاه.....
- ۳۸..... زمانی که بینی کیپ می‌شود.....
- ۳۸..... آبریزش بینی.....
- ۳۸..... ابتدای آنژین.....
- ۳۹..... ابتدای برونشیت.....
- ۳۹..... زمانی که گوشتان می‌گیرد.....
- ۳۹..... ۵ اکسیر شفابخش برای دستگاه گوارش.....
- ۴۰..... ۱. اسفرزه؛ ضد یبوست.....
- ۴۰..... ۲. سنا؛ بهترین گیاه برای تخلیه روده در اعمال جراحی و یا عکسبرداری از روده‌ها.....
- ۴۱..... دردهای شکمی و تنبلی روده‌ها پیامد مصرف بیش از حد سنا.....

۳. شیرین بیان؛ ضد التهاب راههای تنفسی..... ۴۱
۴. بابونه؛ مرهم زخمهای سطحی گوارش..... ۴۲
۵. نعنا؛ ضد دردهای گوارشی و رفع سردی..... ۴۳
- گیاهان ضد سرطان را بشناسید..... ۴۴
- زردچوبه سلولهای سرطانی را از بین می برد..... ۴۴
- جین سینگ قرمز رشد سرطان را محدود می کند..... ۴۵
- گیاه صبر زرد با سرطان کبد مقابله می کند..... ۴۵
- جینکوبیلوبا از پیشرفت تومورها پیشگیری می کند..... ۴۶
- چای سبز با سرطان ریه مقابله می کند..... ۴۷
- گیاه اسپرولینا تعداد تومورهای سرطانی را کاهش می دهد..... ۴۷
- درمان بیماریهای زمستانی به مدد گیاهان..... ۴۸
- زکام..... ۴۸
- سرفه..... ۴۹
- مشکلات پوستی..... ۴۹
- تب..... ۵۰
- خستگی..... ۵۰
- روماتیسم..... ۵۰
- سینوزیت..... ۵۱
- گوش درد..... ۵۱
- ۴ درمان طبیعی سردرد..... ۵۲
- روغن گیاهی نعنا؛ تسکین هر نوع سردردی..... ۵۲
- گل راعی و گل ساعتی موثرند..... ۵۳
- کافئین تا چه حد موثر است؟..... ۵۳
- در تاریکی استراحت کنید..... ۵۳
- میخک و خواص مفید آن..... ۵۴
- فواید میخک..... ۵۴
- میخک در طب سنتی..... ۵۶

- برگ بو، ادویه‌ای فراموش شده!..... ۵۸
- مشخصات برگ بو..... ۵۸
- ترکیبات شیمیایی..... ۵۸
- برگ بو؛ ادویه‌ای سرشار از ویتامین و املاح..... ۵۹
- برگ بو دشمن سرطان..... ۶۰
- خواص دارویی..... ۶۰
- استفاده از برگ بو در آشپزی..... ۶۱
- درخت مسواک و خواص مفید آن..... ۶۲
- ترکیبات مهم..... ۶۲
- اثرات مهم..... ۶۲
- گل راعی؛ گیاهی برای مقابله با افسردگی..... ۶۴
- دنیا را زیبا و رنگی ببیند..... ۶۴
- گل راعی فقط برای افسردگی‌های خفیف..... ۶۵
- حواستان به موارد منع مصرف باشد..... ۶۶
- ۸ روش طبیعی برای درمان گلودرد..... ۶۷
۱. لیموترش، گلودرد را درمان و بدن را تقویت می‌کند..... ۶۸
۲. درخت چای؛ ضد عفونت و ضد ویروس..... ۶۸
۳. عسل، تسکین‌دهنده و تقویت کننده است..... ۶۸
۴. گیاه مریم گلی؛ تسکین گلودرد..... ۶۹
۵. آویشن؛ التیام بخش و ضد سرفه..... ۶۹
- ۶ پوست درخت بلوط با آثرین مقابله می‌کند..... ۷۰
۷. سرکه‌ی سیب؛ ضد باکتری و سرشار از ویتامین..... ۷۰
- ۸ اسطوخودوس؛ ضد التهاب..... ۷۱
- چند توصیه‌ی کلی..... ۷۱
- ۶ راست و دروغ در مورد جوشانده‌ها..... ۷۲
- جوشانده‌ها باید لیتتری مصرف شوند تا افاقه کنند..... ۷۲
- همه‌ی جوشانده‌ها باید شب مصرف شوند..... ۷۳
- جوشانده‌های گیاهی، مزه‌ی دارو می‌دهند..... ۷۳

- افراط در مصرف جوشانده‌ها می‌تواند به سلامتی آسیب بزند..... ۷۴
- تأثیر جوشانده‌ها از قرص‌ها یا روغن‌های گیاهی ضروری کم‌تر است..... ۷۵
- جوشانده‌ها، درمان کننده‌اند..... ۷۵
- چای گل سرخ، دم‌نوشی معطر و مفید..... ۷۶
- ترکیبات گل سرخ..... ۷۶
- خواص گل سرخ..... ۷۷
- خواص دارویی گل سرخ..... ۷۸
- فرآورده‌های گل سرخ مانند گلاب و روغن آن نیز دارای خواص درمانی و دارویی است..... ۷۹
- طرز تهیه چای و دم‌نوش گل سرخ..... ۸۰
- مربای گل سرخ..... ۸۱
- ۷ گیاه ضد نفخ..... ۸۱
۱. نعناع..... ۸۲
۲. گشنیز..... ۸۲
۳. بادرنجبویه..... ۸۳
- ۴ و ۵ - دارچین و سیاه دانه..... ۸۳
- ۶ زیره سبز..... ۸۵
۷. هل..... ۸۵
- خواص گیاه یونجه..... ۸۶
- ترک اعتیاد با یونجه..... ۸۹
- یک فنجان گزنه برای کسب انرژی..... ۹۰
- درمان طبیعی زکام..... ۹۱
- نعناع..... ۹۱
- اکالپتوس..... ۹۲
- سرو کوهی یا اُرس..... ۹۲
- چوب میخک..... ۹۲
- اسطوخودوس و خواص آن..... ۹۳

- ۹۴..... اثرات مهم
- ۹۵..... داروهای گیاهی
- ۹۶..... مهم‌ترین اثرات گزارش شده اسطوخودوس
- ۹۶..... اسفرزه
- ۹۷..... اثرات مهم
- ۹۷..... طریقه و مقدار مصرف
- ۹۹..... مهم‌ترین اثرات گزارش شده اسفرزه
- ۹۹..... نکات احتیاط آمیز در مصرف اسفرزه
- ۹۹..... اسفرزه از دیدگاه حکمای طب سنتی ایران
- ۱۰۰..... خواص درمانی دیگر اسفرزه
- ۱۰۲..... گل حسرت؛ گیاهی بر علیه نفرس
- ۱۰۲..... تاریخچه
- ۱۰۳..... ترکیبات مهم
- ۱۰۳..... دارو شناختی و اثرات مهم
- ۱۰۳..... سمیت و عوارض جانبی
- ۱۰۵..... آلوئه‌ورا؛ خوراکی یا موضعی؟
- ۱۰۵..... چکیده فواید
- ۱۰۶..... آلوئه‌ورا؛ برای چه کسانی؟
- ۱۰۷..... بهترین شیوه مصرف این گیاه چیست؟
- ۱۰۸..... چگونه مصرف کنیم؟
- ۱۰۸..... مصرف خوراکی
- ۱۰۸..... شرط و شروط مصرف آلوئه‌ورا
- ۱۱۰..... خواص گیاه خرفه و تخم آن
- ۱۱۱..... خواص گیاه خرفه در طب سنتی
- ۱۱۳..... خواص تخم خرفه
- ۱۱۳..... خواص غذایی و درمانی جوزهندی
- ۱۱۴..... آرام‌کننده درد معده



- ۱۱۵..... مسکن دندان درد
- ۱۱۵..... لکه زدایی از پوست
- ۱۱۵..... تسهیل کننده خواب
- ۱۱۶..... دیگر خواص جوزهندی
- ۱۱۷..... زیادهروی نکنید
- ۱۱۷..... حنا؛ گیاهی برای موهای شما
- ۱۱۹..... مهم ترین اثرات حنا
- ۱۱۹..... آثار فارماکولوژیکی
- ۱۲۰..... آویشن و خواص مفید آن
- ۱۲۱..... مهم ترین اثرات گزارش شده آویشن باغی
- ۱۲۲..... مصرف در حاملگی و شیردهی
- ۱۲۳..... جینکو حافظه تان را تقویت می کند
- ۱۲۴..... مقدار و طریقه ی مصرف
- ۱۲۵..... مهم ترین اثرات گزارش شده جینکو
- ۱۲۶..... شنبلیله گیاهی مفید برای دیابتی ها
- ۱۲۸..... مهم ترین اثرات گزارش شده دانه شنبلیله
- ۱۲۹..... 10 درمان خانگی برای ۱۰ بیماری
- ۱۳۰..... زغال اخته برای مقابله با عفونت های دستگاه ادراری
- ۱۳۰..... شوید برای حالت تهوع
- ۱۳۱..... گل گاوزبان تب را کاهش می دهد
- ۱۳۱..... برای سوختگی زود به سراغ عسل بروید
- ۱۳۲..... آواکادو پوست را مرطوب می کند
- ۱۳۲..... اکالیپتوس برطرف کننده ی زکام
- ۱۳۳..... برای بی خوابی، جوشانده ی زیرفون کارساز است!
- ۱۳۳..... جو دو سر؛ تسکین دهنده ی روماتیسم
- ۱۳۴..... درخت انجیر؛ خداحافظ زگیل
- ۱۳۵..... گیاه رزماری را بیشتر بشناسیم

- ۱۳۶..... اثرات مهم
- ۱۳۷..... مضار ف موضعی
- ۱۳۸..... مهم ترین اثرات اکلیل کوهی
- ۱۳۹..... گزنه؛ از ریزش مو تا دیابت
- ۱۴۰..... خواص دارویی
- ۱۴۱..... نکاتی در مورد مصرف گزنه
- ۱۴۲..... طرز استفاده
- ۱۴۳..... تقویت حافظه
- ۱۴۳..... گیاه جنسینگ برای تقویت حافظه
- ۱۴۴..... گیاه دم اسبی برای داشتن ناخن های زیبا
- ۱۴۴..... گیاه آب بشقابی پوست را تقویت می کند
- ۱۴۵..... چای سبز برای حفظ قدرت بدن
- ۱۴۶..... بنفشه ی فرنگی برای خوش آب و رنگ شدن چهره
- ۱۴۶..... زنجبیل برای مقابله با ضعف میل جنسی زنان
- ۱۴۶..... گیاه دم اسبی، گزنه، گیاه آب بشقابی؛ ضد ریزش مو
- ۱۴۷..... چای سیاه برای مقابله با پوکی استخوان
- ۱۴۷..... گیاه جینکو باعث افزایش میل جنسی می شود
- ۱۴۸..... پرسیاوشان؛ گیاهی برای درمان سرفه
- ۱۴۹..... گونه های داروئی
- ۱۴۹..... خواص طبّی
- ۱۵۰..... کندر؛ گیاهی برای آرامش و تقویت حافظه
- ۱۵۱..... فواید کندر و روغن کندر
- ۱۵۳..... والک؛ دوست قلب و ریه
- ۱۵۳..... خواص و اثرات دارویی
- ۱۵۵..... ختمی؛ دوست پوست و دشمن یبوست
- ۱۵۶..... ریشه ی ختمی

- ۱۵۶..... اثرات مهم
- ۱۵۶..... طریقه و مقدار مصرف
- ۱۵۶..... مهم‌ترین اثرات ریشه ختمی
- ۱۵۷..... گل و برگ ختمی
- ۱۵۸..... ختمی در طب سنتی
- ۱۵۹..... آکنه و گیاهان دارویی
- ۱۶۰..... گون (گیاه مولد کتیرا)
- ۱۶۱..... نکات قابل توجه
- ۱۶۲..... پنیرک؛ ضد درد، ضد التهاب و ضد عفونی کننده
- ۱۶۳..... الف: گل پنیرک
- ۱۶۴..... مهمترین اثرات گل پنیرک
- ۱۶۴..... ب: برگ پنیرک
- ۱۶۵..... پنیرک در طب سنتی
- ۱۶۷..... گیاهان دارویی موثر بر سندرم پیش از قاعدگی
- ۱۶۸..... درمان گیاهی
- ۱۶۸..... گل صدتومانی
- ۱۶۹..... خواص گیاه بادرنجبویه
- ۱۶۹..... خواص درمانی بادرنجبویه
- ۱۷۰..... خواص برگ بادرنجبویه
- ۱۷۱..... روغن بادرنجبویه
- ۱۷۱..... جوشانده یا شربت بادرنجبویه
- ۱۷۱..... دم کرده بادرنجبویه
- ۱۷۲..... چند نسخه گیاهی از بادرنجبویه برای تقویت قلب
- ۱۷۵..... خواص شیرین بیان
- ۱۷۵..... ترکیبات شیرین بیان
- ۱۷۵..... خواص شیرین بیان
- ۱۷۶..... مضرات مصرف زیاد شیرین بیان

- ۱۷۷..... چه کسانی باید از مصرف شیرین بیان خودداری کنند؟
- ۱۷۷..... 11 گیاه دارویی پایین آورنده قند خون.....
- ۱۷۷..... پیاز و سیر.....
- ۱۷۸..... خیار تلخ.....
- ۱۷۸..... شنبلله.....
- ۱۷۹..... سیاه گیله.....
- ۱۷۹..... خار مریم.....
- ۱۷۹..... هندوانه ابو جهل.....
- ۱۸۰..... پسلیوم.....
- ۱۸۰..... عدس الملک.....
- ۱۸۱..... چای سبز.....
- ۱۸۱..... دم کرده گزنه.....
- ۱۸۱..... کلپوره همدانی، مریم نخودی همدانی.....
- ۱۸۲..... گیاهان دارویی افزایشنده یا کاهشنده قوای جنسی.....
- ۱۸۲..... افزایشنده جنسی:.....
- ۱۸۲..... کاهشنده میل جنسی:.....
- ۱۸۲..... گیاهان دارویی مفید برای اعصاب.....
- ۱۸۳..... گیاهان دارویی مفید برای پوست.....
- ۱۸۳..... معرفی برخی گیاهان دارویی.....
- ۱۸۳..... بابا آدم؛ درمان کننده بیماری های پوستی.....
- ۱۸۳..... برگ زیتون؛ کاهش دهنده فشار خون.....
- ۱۸۴..... بومادران؛ بهبود دهنده سرماخوردگی.....
- ۱۸۴..... برگ گردو؛ ضد اسهال و مفید برای پوست.....
- ۱۸۶..... مهم ترین اثرات پوست و برگ گردو.....
- ۱۸۶..... شرایط مناسب جمع آوری و خشک کردن گیاهان دارویی در منزل.....
- ۱۸۷..... گل ها.....
- ۱۸۸..... قسمت هوایی و برگ ها.....

|     |                                                 |
|-----|-------------------------------------------------|
| ۱۸۸ | پوست                                            |
| ۱۸۸ | میوه‌ها                                         |
| ۱۸۹ | ریشه‌ها                                         |
| ۱۸۹ | دانه‌ها                                         |
| ۱۹۰ | بیازها                                          |
| ۱۹۰ | معرفی برخی داروهای گیاهی صنعتی                  |
| ۱۹۰ | شربت گیاهی لیکوریس                              |
| ۱۹۱ | شربت گیاهی سینکس                                |
| ۱۹۱ | شربت برونکوتیدی                                 |
| ۱۹۱ | شربت تیمکس                                      |
| ۱۹۲ | لوسیون موضعی رزماری                             |
| ۱۹۲ | قطره میرتکس                                     |
| ۱۹۳ | قطره خوراکی اورتیدین                            |
| ۱۹۴ | قطره خوراکی لومکس                               |
| ۱۹۵ | قرص سیر                                         |
| ۱۹۶ | گیاه درمانی در بیماری‌های قلبی - عروقی          |
| ۱۹۶ | دیژیتالیس پورپورا                               |
| ۱۹۶ | گیاه گل مار                                     |
| ۱۹۶ | گیاه چهار کاسبرگی                               |
| ۱۹۷ | ریشه و دانه گیاه جینکویلوبا                     |
| ۱۹۷ | برگ‌های گیاه رزماری                             |
| ۱۹۹ | در مورد میوه‌ها هم دو مورد استثناء وجود دارد:   |
| ۲۰۰ | گیاهان دارویی مفید برای حساسیت‌های فصلی و غذایی |
| ۲۰۲ | سرخارگل برای مقابله با سرماخوردگی               |
| ۲۰۲ | آشنایی با اکیناسه                               |
| ۲۰۲ | اکیناسه (Echinacea) چیست؟                       |
| ۲۰۳ | آیا عارضه‌ای هم دارد؟                           |
| ۲۰۴ | کدام گیاه برای کدام بیماری؟                     |

- گیاهان دارویی آرامبخش، ضداسفردگی، مقوی اعصاب و محافظ اعصاب..... ۲۰۴
- گیاهان دارویی ادرارآور..... ۲۰۴
- گیاهان دارویی افزایش دهنده ی قوای جنسی..... ۲۰۴
- گیاهان دارویی استروژنیک و ضد استروژن (تنظیم کننده اختلالات هورمونی)..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی شیرافزا..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی ضد آلرژی (ضد حساسیت)..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی ضد آلزایمر..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی ضد اسهال..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی ضد اکسیدان..... ۲۰۵
- گیاهان دارویی ضد تعریق و عطش..... ۲۰۶
- گیاهان دارویی ضد درد و التهاب..... ۲۰۶
- گیاهان دارویی ضد سرطان..... ۲۰۶
- گیاهان دارویی ضد سم..... ۲۰۶
- گیاهان دارویی ضد میکروب، ضد قارچ و ضد ویروس..... ۲۰۶
- گیاهان دارویی قاعده آور..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی کاهش دهنده اسید اوریک..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی کاهش دهنده ترشح شیر..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی کاهش دهنده قند خون..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی کاهش دهنده میل جنسی..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی محرک سیستم دفاعی بدن..... ۲۰۷
- گیاهان دارویی مسهل..... ۲۰۸
- گیاهان دارویی موثر بر بهداشت و سلامت پوست..... ۲۰۸
- گیاهان دارویی موثر بر اختلالات دستگاه تنفس..... ۲۰۸
- گیاهان دارویی موثر بر قلب و عروق (کاهش چربی، کاهش کلسترول، کاهش فشار خون و موارد دیگر)..... ۲۰۸
- گیاهان دارویی موثر بر دستگاه گوارش (ضد درد، نفخ و اسپاسم، ضد یبوست، مقوی و محرک هضم)..... ۲۰۸
- گیاهان دارویی موثر در اختلالات کبدی..... ۲۰۹
- گشنیز: گیاهی مفید برای سوء هاضمه..... ۲۰۹

- کاربرد های گشنیز ..... ۲۱۰
- تخم شوید، موثر در کاهش خونریزی پس از زایمان ..... ۲۱۲
- اطلاعاتی درباره دم کرده های گیاهی ..... ۲۱۲
- درمان لک های پوستی با شیرین بیان ..... ۲۱۳
- مصرف خود سرانه گیاهان دارویی خطرناک است ..... ۲۱۴
- اثر آلوئه ورا بر پوسیدگی دندان ..... ۲۱۴
- گیاهان دارویی مفید برای کیسه صفرا ..... ۲۱۵
- گیاهان دارویی متعددی وجود دارند که می توانند کیسه صفرا را تقویت کنند: ۲۱۵
- با «گل ساعتی»، ساعتی بیشتر استراحت کنید! ..... ۲۱۶
- چگونه با زنجبیل، تهوع را کم کنیم؟ ..... ۲۱۷
- از زنجبیل برای بهبود کدام تهوع ها می توان استفاده کرد؟ ..... ۲۱۷
- چگونه از زنجبیل برای درمان تهوع استفاده کنیم؟ ..... ۲۱۸
- گیاهان دارویی انرژی زا ..... ۲۱۹
- گیاه قاصدک برای درمان سنگ کلیه و کیسه صفرا ..... ۲۲۰
- داروهای گیاهی برای التهاب مفاصل ..... ۲۲۲
- پنجه شیطان ..... ۲۲۲
- زردچوبه ..... ۲۲۲
- تصور می شود کور کومین خواص ضد التهابی دارد. ..... ۲۲۲
- زنجبیل ..... ۲۲۳
- اثرات گیاه آلوئه بر زخم پوستی ..... ۲۲۳
- آلوئه ورا ..... ۲۲۳
- درمان یبوست با برگ سنا ..... ۲۲۴
- درمان اسهال با چای ..... ۲۲۵
- کاسنی؛ مقوی کبد و معده ..... ۲۲۶

- ۲۲۸..... اثرات مفید گلاب در سلامتی بدن
- ۲۲۹..... اثرات مفید گلاب بر پوست بدن
- ۲۲۹..... سایر خواص درمانی گلاب
- ۲۳۱..... خواص برگ و شیره درخت انجیر
- ۲۳۱..... خواص برگ انجیر
- ۲۳۱..... خواص شیره درخت انجیر



## مقدمه

تداوم زندگی انسان بستگی به برآورده شدن نیازهایش از طبیعت دارد. این امر در صورتی تحقق می‌یابد که آدمی دارای شناختی نسبی از محیط خود و عوامل مؤثر در آن باشد و راه و رسم استفاده از آن را بداند. نیازهای مادی اولیه‌ی انسان، خوراک و پوشاک است که برای تأمین آن از روزگاران گذشته تا به حال به طور مستقیم و غیرمستقیم از گیاهان استفاده شده است. آیا تاکنون از خود پرسیده‌ایم که مواد آلی مورد نیاز ما یعنی قندها، لیپیدها و پروتئین‌ها از چه منبعی به دست می‌آیند و چطور ساخته می‌شوند؛ یا هوایی را که تنفس می‌کنیم و از اکسیژن آن می‌کاهیم و بر  $CO_2$  آن می‌افزاییم چطور بازسازی می‌شود؟

بله، از گیاهان؛ گیاهانی که خداوند برای راحتی بشر خلق کرده تا به همه منظور از آن بهره بگیریم. حال که زندگی ما و تمام جانوران بستگی به وجود گیاهان دارد، شرط عقل نیست که نسبت به شناخت آنها بی‌اعتنا باشیم.

بسیاری از پژوهشگران زندگی خود را وقف مطالعه و پژوهش درباره‌ی زندگی گیاهان کرده‌اند، زیرا به خوبی می‌دانند که از این راه می‌توانند بخش بزرگی از مشکلات جوامع بشری را برطرف سازند.

یکی از شرایط لازم برای موفق شدن در معالجه بیماری‌ها و مراقبت‌های اولیه بهداشتی، وجود و مصرف داروهای مناسب است.

گیاهان یکی از منابع عمومی داروها بوده‌اند و هستند؛ چه به صورت طب سنتی و چه به شکل تهیه فرآورده‌های خالص دارویی جدید.

یکی از مشکلات بزرگی که طب جدید با وجود امتیازهای ظاهری آن نسبت به طب سنتی با خود به ارمغان آورده، مصرف روزافزون داروهای شیمیایی است که متأسفانه روز به روز شکل حادثری به خود می‌گیرد.

در رابطه با پیامدهای این مسأله می‌توان به دو مورد بسیار مهم اشاره کرد: نخست این که به تدریج بر اثر مصرف مداوم، بی‌رویه و گاهی بدون توجه به طریقه‌ی خاص مصرف برخی داروها، پدیده‌ای به نام خودایمنی در میکروب‌ها و ویروس‌ها ایجاد می‌شود. از این طریق تأثیر این داروها را ضعیف و حتی خنثی می‌سازد که در نتیجه باعث افزایش مصرف و روی آوردن به داروهای قوی‌تر می‌شود.

دوم اینکه گرچه استفاده از داروهای شیمیایی در رابطه با بیماری‌های خاصی که مورد نظر است، مفید واقع می‌شود. ولی مصرف طولانی و در برخی موارد حتی مصرف مقطعی آنها، عوارض خاصی از خود برجا می‌گذارد. چون مواد شیمیایی داروها به بدن انسان صدماتی زده و اثرات نامطلوبی به بار آورده است؛ همین امر باعث شده که مردم از آنها روی گردان شوند و به طرف داروهای گیاهی علاقه بیشتر نشان دهند.

به علت این که مواد مؤثره‌ی موجود در داروهای گیاهی به دلیل همراه بودن آنها با مواد دیگر، پیوسته از یک حالت تعادل بیولوژیکی برخوردار می‌باشد. لذا در بدن اثرات جانبی به بار نمی‌آورند. طی سالیان متمادی داروهای طبیعی، خصوصاً گیاهان دارویی، اساس و حتی در برخی موارد تنها طریق درمان محسوب می‌شد و مواد اولیه‌ی موجود در آنها در صنعت دارویی، مورد استفاده قرار می‌گرفت. دانش جدید امروزی، نتایجی را که انسان انتظار داشت، برآورده نکرد؛ زیرا سالانه درصد فراوانی از افراد بستری شده در بیمارستان‌ها را مبتلایان به عواض جانبی حاصل از مصرف داروهای شیمیایی تشکیل می‌دهند. به عبارت دیگر؛ داروهای جدید که بهتر است آنها را سموم مخفی بنامیم، کاملاً موزانه اقتصاد،

نیروی انسانی و بهداشت مردم را به پرتگاه فنا می‌کشاند.

اصولاً خداوند جهان را طوری خلق کرده که هرچه را انسان نیاز دارد در محیط اطرافش به صورت طبیعی آفریده و در دسترس او قرار داده است. به هر حال همانگونه که بسیاری از متخصصان این رشته نیز معتقدند، بایستی اساساً بیماران را به سوی مصرف گیاهان دارویی که امتیازهای متعددی نسبت به داروهای شیمیایی دارند، سوق داد که این کار توسط بعضی کشورها انجام شد و نتایج چشمگیری را پیدا کرده‌اند. سازمان بهداشت جهانی نیز تأکید نموده است که شاید درصد زیادی از مردم دنیا برای مراقبت‌های اولیه بهداشتی ترجیح دهند که عصاره‌های گیاهان یا ماده‌ی مؤثر آنها را مصرف نمایند.

از طرف دیگر، اکنون دانشمندان در چین و ژاپن، توجه مخصوصی نسبت به تهیه‌ی داروهای گیاهی مبذول داشته‌اند. ملل کشورهای پیشرفته، نیز به تدریج برای معالجه بیماری‌ها، علاقه بیشتری به داروهای گیاهی نشان می‌دهند که در ایران نیز چندی است که قدم‌هایی برای آرج نهادن به طب گیاهی برداشته شده است.