

مجموعه خواص گیاهان دارویی

(شامل بیش از صد گیاه دارویی به همراه موارد استفاده،

طرز مصرف و نسخه‌های شفابخش)

تألیف: پرفسور دکتر ابراهیم محمدی گل تپه

سرشناسه	: محمدی گل تپه، ابراهیم، ۱۳۳۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: خواص گیاهان دارویی (شامل بیش از صد گیاه دارویی به همراه موارد استفاده، طرز مصرف و نسخه های شفابخش)/تالیف ابراهیم محمدی گل تپه.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات آموزش و ترویج کشاورزی،
مشخصات ظاهری	: (بخشی رنگی)مصور :
شابک	: 978-622-6633-09-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیها
موضوع	: گیاهان دارویی
موضوع	: Medicinal plants :
موضوع	: گیاه درمانی
موضوع	: Herbs -- Therapeutic use :
موضوع	: پزشکی سنتی
موضوع	: Traditional medicine :
رده بندی کنگره	: RS۱۶۴ :
رده بندی دیویی	: ۶۱۵/۳۳ :
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۹۱۹۳۲۵



انتشارات آموزش و ترویج کشاورزی

نام کتاب: مجموعه خواص گیاهان دارویی
(شامل بیش از صد گیاه دارویی به همراه موارد استفاده، طرز مصرف و نسخه های شفابخش)
تالیف: پروفسور دکتر ابراهیم محمدی گل تپه
ناشر: انتشارات آموزش و ترویج کشاورزی
سال و نوبت چاپ: ۱۴۰۰-اول
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۳۳-۰۹-۳
قیمت: ۲۳۰۰۰۰ تومان
شمارگان: ۱۰۰ نسخه
روبروی دانشگاه تهران، بین خ ۱۲ فروردین و خ فخر رازی، پاساژ ظروفچی، طبقه سوم، واحد ۱۱
تلفن: ۶۶۹۶۳۱۲۶ تلفن همراه: ۰۹۱۲۷۳۷۰۶۳۱ داورنگار ۶۶۴۰۳۴۵۲
www.eatk.ir email eatk_ir@yahoo.com

حق چاپ برای انتشارات آموزش و ترویج کشاورزی محفوظ است.

فهرست مطالب

مقدمه	۱۲	مضرات مصرف نادرست سیر	۲۷
بابونه	۱۳	مضرات سیر	۲۷
مهمترین خواص درمانی بابونه	۱۳	بیماری‌هایی که سیر در آنها بی‌تاثیر است	۲۸
خواص عمومی	۱۳	خواص تخم شربتی از لاغری تا درمان درد معده	۲۸
عوارض جانبی	۱۴	مهم‌ترین خواص تخم شربتی برای سلامتی بدن	۲۸
گلپر	۱۴	خواص روغن تخم شربتی	۲۹
گیاه آویشن	۱۵	مضرات تخم شربتی	۳۰
مهمترین خواص درمانی	۱۵	خواص شگفت‌انگیز خاکشیر در طب سنتی	۳۱
شیدر قرمز	۱۶	کاربردهای خاکشیر در طب سنتی	۳۱
خواص داروئی	۱۶	مراقبت‌ها	۳۳
طرز استفاده	۱۶	خواص درمانی کنجد	۳۳
جوشانده شیدر	۱۶	خواص شگفت‌انگیز کنجد سیاه و سفید برای سلامتی	۳۴
مضرات	۱۷	خواص درمانی و روغنی کنجد سیاه و سفید	۳۴
خواص و عوارض هندوانه ابوجهل	۱۷	فواید دارویی و درمانی دانه کنجد برای سلامتی	۳۴
ترکیبات شیمیایی هندوانه ابوجهل	۱۷	عوارض و مضرات دانه کنجد	۳۷
مضرات هندوانه ابوجهل	۱۷	طبع دانه کنجد چیست؟	۳۷
خواص و فواید هندوانه ابوجهل	۱۸	چگونه دانه کنجد را مصرف کنیم؟	۳۷
طرز تهیه روغن هندوانه ابوجهل	۱۹	زعفران و خواص درمانی آن	۳۷
خواص چوب میخک در درمان بیماری‌ها	۱۹	عوارض جانبی	۳۸
خواص چوب میخک	۱۹	داروهای گیاهی	۳۸
راز چوب میخک	۲۰	نگه‌داری و عرضه به بازار	۳۸
موارد منع مصرف	۲۰	تحقیقات جدید در مورد زعفران	۳۸
عنبر نسارا! این پشگل پر خاصیت!	۲۱	مهمترین اثرات گزارش شده زعفران	۳۸
درمان ترک کف پا با روش‌های خانگی	۲۲	خواص درمانی شوید	۳۹
بهترین درمان‌های خانگی برای ترک خوردگی کف پا	۲۲	هشدارهای مهم در مصرف شوید	۴۰
خواص درمانی و معجزه‌آسای هل	۲۳	خواص درمانی زردچوبه	۴۱
خواص هل برای درمان بیماری‌ها	۲۴	عوارض و مضرات زردچوبه	۵۵
خواص هل در طب سنتی	۲۴	گیاه کرفس	۵۶
مضرات هل	۲۵	ترکیبات شیمیایی	۵۶
خواص و مضرات سیر	۲۵	خواص دارویی و درمانی کرفس	۵۶
سیر حاوی چه موادی است؟	۲۶	هشت خواص درمانی عسل و نه کاربرد آن	۵۹
با فواید و خواص بی‌شمار سیر آشنا شوید	۲۶	تغذیه	۵۹
فواید شگفت‌انگیز سیر	۲۶	عسل و فواید آن بر سلامت	۵۹

تذکرات شایان ذکر..... ۶۱	میوه آناناس..... ۷۶
کاربردهای عسل در سیدها و آیورودا..... ۶۱	خواص درمانی آناناس..... ۷۷
روش‌های درمانی و کاربردهای سنتی عسل..... ۶۲	تقویت استخوان‌ها..... ۷۸
خواص و درمان ۱۰۰۰ درد با "سیاه دانه"..... ۶۳	بهبود سرفه و سرماخوردگی..... ۷۸
تمام خواص و فواید سیاه دانه..... ۶۳	آنتی اکسیدان قوی..... ۷۸
سیاه دانه چیست؟..... ۶۳	خواص درمانی برگ آناناس..... ۷۸
خواص سیاه دانه - درمان بیماری‌ها و سرطان با سیاه دانه..... ۶۴	ساقه آناناس..... ۷۸
خواص سیاه دانه در طب اسلامی..... ۶۴	مضرات آناناس..... ۷۸
خواص روغن سیاه دانه..... ۶۵	کاهو..... ۷۹
تسکین روماتیسم با روغن سیاه دانه..... ۶۵	خصوصیات گیاهشناسی..... ۷۹
خواص و فواید سیاه دانه در طب سنتی و نسخه‌های گیاه درمانی..... ۶۵	شرایط محیط رشد..... ۸۰
..... ۶۵	ارزش غذایی..... ۸۰
خواص سیاه دانه و عسل..... ۶۷	آفات و بیماری‌ها..... ۸۰
گیاه دارویی شیرین بیان..... ۶۸	فواید کاهو..... ۸۱
خواص شیرین بیان..... ۶۹	گیاه و غده سیر..... ۸۳
چه کسانی باید از مصرف شیرین بیان خودداری کنند؟..... ۷۰	سیر خام یا پخته؟ کدام بهتر است؟..... ۸۳
تهیه دم کرده شیرین بیان..... ۷۰	فواید سیر..... ۸۴
عصاره شیرین بیان..... ۷۰	مهم ترین اثرات سیر در بدن شامل موارد زیر است..... ۸۵
گردو و خواص درمانی آن..... ۷۰	مضرات سیر..... ۸۵
میوه گردو..... ۷۰	تکلی مهم برای مصرف سیر..... ۸۶
خواص درمانی گردو چیست..... ۷۰	میوه درخت لیمو ترش..... ۸۶
فواید و ثمرات مغز گردو..... ۷۱	لیمو سرشار از خواص درمانی..... ۸۶
از خواص درمانی میوه زرشک چه می‌دانیم؟..... ۷۲	فواید میوه سیب درختی..... ۸۸
خواص درمانی به..... ۷۴	خیار گلخانه‌ای با طعم سرطان..... ۹۰
فواید میوه پاییزی به..... ۷۴	آقای دکتر! مشکل اساسی ما در کشت خیار چیست؟..... ۹۰
سلامت پوست و مو..... ۷۵	خواص درمانی انجیر..... ۹۱
سلامت دستگاه گوارش..... ۷۵	خواص درمانی انجیر از نگاه امام رضا (ع)..... ۹۱
رفع بی خوابی..... ۷۵	میوه زیبا و خوش طعم شلیل..... ۹۳
درمان سرماخوردگی..... ۷۵	خواص درمانی گردو..... ۹۴
سلامت روان..... ۷۵	فواید گردو..... ۹۴
میوه‌های پاییزی..... ۷۵	ویتامین‌ها و عناصر معدنی موجود در گردو..... ۹۵
درختچه زالزالک..... ۷۶	رابطه میوه زردآلو و پوست بدن..... ۹۵
زالزالک و بیماری‌های قلبی..... ۷۶	خواص بسیار مفید زردآلو..... ۹۶
ایجاد تعادل در فشارخون با زالزالک..... ۷۶	خواص هسته زردآلو..... ۹۷
اثرات جانبی..... ۷۶	فواید برگ درخت زردآلو..... ۹۸
تداخل با برخی داروها..... ۷۶	خطرات و هشدارها..... ۹۸

نحوه استفاده از آویشن ۱۲۸	مضرات میوه زردآلو: ۹۸
هشدار در مورد آویشن ۱۲۸	فواید برگه زردآلو: ۹۹
خواص درمانی جای آویشن ۱۲۹	گل انار و خواص آن ۱۰۰
خواص متعدد آویشن ۱۲۹	بعضی از مهم ترین خواص شناخته شده گل انار ۱۰۰
مومنایی ۱۳۰	نقش انار در درمان سرطان پروستات ۱۰۱
نام‌های دیگر مومنایی ۱۳۰	خواص باورنکردنی که در پوست انار پنهان است ۱۰۱
خواص معدنی مومبایی (مومنایی) ۱۳۰	خواص درمانی و زیبایی پوست انار و جوشانده پوست انار ۱۰۱
خاصیت دارویی مومنایی ۱۳۰	خواص انار شیرین ۱۰۳
نحوه استفاده از مومنایی ۱۳۱	خواص گل، برگ و پوست درخت انار ۱۰۶
توصیه‌های مهم مومنایی ۱۳۲	مضرات انار ۱۰۷
طرز تهیه مومنایی ۱۳۲	خواص و مضرات انار ترش ۱۰۸
مضرات مومنایی ۱۳۲	فواید پوست انار ۱۰۸
خواص دارویی و درمانی گل (همیشه بهار) ۱۳۳	طرز خشک کردن پوست انار ۱۱۱
طرز تهیه دمنوش گل همیشه بهار ۱۳۴	میوه درخت پسته چیست؟ ۱۱۱
خواص دارویی فوق العاده گل محمدی ۱۳۵	خواص پسته برای پوست و مو ۱۱۲
گل محمدی و خواص دارویی آن از منظر تحقیقات جدید بین‌المللی ۱۳۵	خواص پوست پسته ۱۱۵
کشمش انگور ۱۳۷	عوارض و مضرات پسته ۱۱۶
خواص دارویی کشمش انگور ۱۳۸	طبع پسته ۱۱۶
روش استفاده از کشمش ۱۳۹	نحوه مصرف پسته ۱۱۶
موارد احتیاط ۱۳۹	ویژگی درخت خودرو بنه یا پسته کوهی ۱۱۷
فلفل قرمز ۱۳۹	درخت بنه و شرایط رشد و رویش آن ۱۱۷
فواید کیساسین موجود در فلفل قرمز ۱۴۰	مغز درخت بنه یا پسته کوهی ۱۱۷
فواید خیار و خواص بی نظیر آن ۱۴۰	زیستگاه درخت بنه ۱۱۸
خواص درمانی خیار ۱۴۱	کاربرد بنه ۱۱۹
مضرات ۱۴۲	خواص درمانی ۱۱۹
خواص درمانی برگ اکالیپتوس ۱۴۲	بررسی اثرات ضد میکروبی به روش درون شیشه‌ای ۱۱۹
خواص گل شقایق سرخ برای سلامت ۱۴۳	با بنه هفته‌ای دو کیلو وزن کم کنید ۱۱۹
خواص درمانی شقایق سرخ ۱۴۳	سفر درخت بنه ۱۱۹
مشخصات ظاهری گل شقایق سرخ ۱۴۴	بررسی عوامل مؤثر بر پراکنش پسته وحشی ۱۲۰
طبیعت شقایق سرخ ۱۴۴	خواص درمانی خرما ۱۲۰
رویش جغرافیایی ۱۴۴	خواص سبزی تره ۱۲۴
ترکیبات شیمیایی و مواد موجود در گل شقایق ۱۴۴	خواص و کاربردهای درمانی تره ۱۲۴
خواص درمانی گل شقایق ۱۴۴	تره فرنگی گیاه شناسی ۱۲۵
خواص درمانی گرز و شیرابه موجود در آن ۱۴۴	خواص دارویی ۱۲۵
خواص درمانی برگ و دانه‌ی سیاه‌رنگ داخل غرر گیاه ۱۴۴	گیاه آویشن کوهی ۱۲۶
	خواص غذایی و دارویی آویشن ۱۲۶

۱۴۵..... خواص درمانی گشنیز و تخم آن.....	۱۴۵..... محتوای آنتی اکسیدانی.....
۱۴۶..... خواص دارویی گشنیز.....	۱۴۵..... فعالیت ضد التهابی.....
۱۴۶..... خواص تخم گشنیز.....	۱۴۵..... کاهش وزن.....
۱۴۶..... خواص برگ و ساقه گشنیز.....	۱۴۵..... اسیدهای چرب.....
۱۴۷..... نظریه بزرگان در مورد گشنیز.....	۱۴۵..... مدیریت دیابت.....
۱۴۷..... چند فرمول دارویی.....	۱۴۶..... سلامت کبد و کلیه.....
۱۴۷..... ترکیب شیمیایی.....	۱۴۶..... خواص درمانی گیاه پونه.....
۱۴۸..... جای کاکل ذرت و اینهمه خاصیت!.....	۱۴۷..... خواص درمانی گیاه پونه.....
۱۷۰..... خواص دارویی گیاه آلوئه ورا.....	۱۴۸..... آشنایی با یونجه سلطان گیاهان.....
۱۷۱..... خواص اعجاب آور گیاه بابا آدم.....	۱۴۸..... فواید یونجه.....
۱۷۱..... ترکیبات شیمیایی.....	۱۴۸..... دمنوش.....
۱۷۲..... روش های گوناگون مصرف بابا آدم.....	۱۴۹..... اثرات درمانی دمنوش یونجه.....
۱۷۳..... موارد احتیاط در مصرف بابا آدم.....	۱۵۰..... طرز تهیه دمنوش یونجه.....
۱۷۳..... جای سفید.....	۱۵۰..... مروری بر خواص یونجه.....
۱۷۴..... فواید دارویی جای سفید.....	۱۵۱..... ترک اعتیاد با یونجه.....
۱۷۴..... ضد سرطان.....	۱۵۱..... مزرعه سر سبز یونجه.....
۱۷۴..... کمک به کاهش وزن.....	۱۵۱..... استفاده از یونجه در زمان شیردهی و بارداری.....
۱۷۴..... غنی از آنتی اکسیدان ها.....	۱۵۱..... مضرات مصرف یونجه.....
۱۷۴..... پوشیدن جای سفید.....	۱۵۱..... ترکیبات شیمیایی یونجه.....
۱۷۵..... جای یومینگ.....	۱۵۲..... خواص عرق یونجه.....
۱۷۵..... لیموترش.....	۱۵۲..... جوانه یونجه.....
۱۷۵..... آشنایی اجمالی با میوه لیموترش.....	۱۵۲..... یونجه و ترکیبات شیمیایی آن.....
۱۷۶..... با مصرف لیموترش، سیستم ایمنی بدن خود را تقویت کنید.....	۱۵۲..... گونه ها.....
۱۷۶..... با لیموترش، اسهال و استفراغ را درمان کرده و آب آلوده را تصفیه کنید.....	۱۵۳..... خواص دارویی یونجه.....
۱۷۷..... لیموترش بهترین گزینه در درمان سرماخوردگی و آنفولانزا.....	۱۵۴..... مواد معدنی و پروتئین های یونجه.....
۱۷۷..... مصرف لیموترش در دوران بارداری.....	۱۵۴..... ترک اعتیاد با یونجه.....
۱۷۸..... فواید درمانی پوست لیموترش.....	۱۵۴..... خواص عرق یونجه.....
۱۷۹..... منع مصرف آب لیموترش.....	۱۵۵..... خواص عسل یونجه.....
۱۷۹..... شربت آب لیموترش.....	۱۵۵..... رنگ عسل یونجه.....
۱۷۹..... مضرات استفاده از لیموترش.....	۱۵۵..... رازیانه گیاهی.....
۱۸۰..... دسرهای خوشمزه با لیموترش.....	۱۵۷..... احتیاط ها و هشدارهای ویژه در دوران بارداری و شیردهی.....
۱۸۰..... پودینگ لیموترش.....	۱۵۷..... تداخلات دارویی.....
۱۸۰..... خواص درمانی بهار نارنج.....	۱۵۸..... با خواص درمانی زیره سبز آشنا شوید.....
۱۸۲..... طرز تهیه جای بهار نارنج.....	۱۵۸..... خواص درمانی کامبوجا یا کامبوجای.....
۱۸۲..... مضرات بهار نارنج.....	۱۶۰..... خواص آنتی اکسیدانی کامبوجا یا کامبوجای.....
	۱۶۴..... خواص دارویی و درمانی سبزی ریحان.....

امروزه با وجود این که بشر توانسته پیشرفت‌های چشمگیری در زمینه تولید داروهای شیمیایی و صنعتی به دست آورد، اما درمان از طریق گیاهان دارویی جایگاه ویژه خود را حفظ نموده و نسبت به گذشته در نقاط مختلف دنیا گسترش بیشتری یافته است.

همچنین در بخش نحوه تکثیر گیاهان دارویی، اغلب با در نظر گرفتن شرایط گلخانه‌ای آن گیاه بوده که با شرایط تکثیر آن در حالت طبیعی (خود رو) متفاوت است.

امید بر این است که این اثر تا حدود زیادی پاسخ‌گوی نیاز علاقمندان به درمان از طریق گیاهان دارویی باشد و به عنوان یکی از منابع هرچند کوچک در این رشته به کار رود. ایرانیان نیز از دیرباز گیاهان دارویی نزدشان، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بوده است و همواره برای رفع بیماری‌ها و تسکین دردها داروی خود را در طبیعت جستجو کردند. همچنین در بخش نحوه تکثیر گیاهان دارویی، اغلب با در نظر گرفتن شرایط گلخانه‌ای آن گیاه بوده که با شرایط تکثیر آن در حالت طبیعی (خود رو) متفاوت است.

در کتاب «شناخت، تکثیر، مکان رویش و خواص درمانی گیاهان دارویی» نام فارسی انتخاب شده برای هر گیاه، یکی از متداول ترین نام‌هایی بوده که برای آن گیاه در کشور رایج است و چنان چه گیاهی در مناطق مختلف کشور به اسامی دیگری معروف باشد، در بخش سایر نام‌ها به آن اشاره شده است.

امید بر این است که این کتاب در حد پاسخ‌گوی نیاز، علاقمندان به طب سنتی از طریق گیاهان دارویی شفا بخش و درمانی وطن باشد و به عنوان یکی از منابع هرچند کوچک در این رشته در کشور به کار گرفته شود.