

راهنمای گیاه درمانی

جلد دوم

محمد رضا شمس اردکانی، روجا رحیمی، عبدالعلی محقق زاده، فریبرز معطر

سرشناسه	شمس اردکانی، محمدرضا، ۱۳۳۹
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای گیاه‌درمانی/تألیف محمدرضا شمس اردکانی، روجا رحیمی، عبدالعلی محقق زاده، فریبرز معطر زیرنظر علی اکبر ولایتی.
مشخصات نشر	تهران: سبزآرنگ، معاونت بهداشت و خدمات درمانی استان تهران، ۱۳۹۰
شابک	۹۷۸-۹۶۴-۵۶۸۳-۵۷-۱
مشخصات ظاهری	۱۴۰ ص: مصور (رنگی).
یادداشت	کتابنامه
یادداشت	نمایه.
موضوع	گیاه‌درمانی.
موضوع	گیاهان داروی.
شناسه افزوده	رحیمی، روجا
شناسه افزوده	محقق زاده، عبدالعلی
شناسه افزوده	معطر، فریبرز
شناسه افزوده	ولایتی، علی اکبر، ۱۳۳۴ -
رده بندی کنگره	۶۴۶RM ق. ۹م ۶
رده بندی دیویی	۶۱۵.۲۲۱
شماره کتابشناسی	۱۳۹۲۵۲۱

راهنمای گیاه درمانی جلد ۲

نویسنده: محمدرضا شمس اردکانی، روجا رحیمی، عبدالعلی محقق زاده، فریبرز معطر

ناشر: سبزآرنگ

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۱

قیمت: ۱۱۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۶۸۳-۵۷-۱

تلفن: ۶۶۴۰۶۴۷۷

فهرست

- پیشگفتار..... ۶
- مقدمه مؤلفین..... ۷
- گیاهان دارویی مؤثر بر سیستم عصبی..... ۹
- بابونه گاوی..... ۱۰
- رازک..... ۱۱
- ژینکو..... ۱۲
- کاوا..... ۱۳
- گل راعی..... ۱۵
- گل ساعتی..... ۱۶
- گیاهان دارویی مؤثر بر سیستم قلبی-عروقی..... ۱۹
- پیاز..... ۲۰
- فراسیون قلب..... ۲۱
- مؤگه، گل برف..... ۲۲
- گیاهان دارویی مؤثر بر اندام گوارشی..... ۲۳
- آنجلیکا..... ۲۴
- افسننتین..... ۲۵
- اگیر ترکی..... ۲۶
- پرتقال..... ۲۷
- ترخون..... ۲۸
- خار مقدس..... ۲۹
- فراسیون..... ۲۹

۳۰.....	گونه‌ای قنطاریون.....
۳۱.....	گونه‌ای گل سپاس.....
۳۳.....	نارنج.....
۳۵.....	گیاهان دارویی ملین و مسهل.....
۳۶.....	تمر هندی.....
۳۶.....	کتان.....
۳۸.....	کنجد.....
۳۹.....	گیاهان دارویی قابض و ضد اسهال.....
۴۰.....	گونه‌ای تمشک.....
۴۰.....	علف نقره‌ای.....
۴۱.....	غافث.....
۴۲.....	گیاهان دارویی مؤثر بر کبد و صفرا.....
۴۴.....	بولدو.....
۴۷.....	گیاهان دارویی مؤثر بر اندام تنفسی.....
۴۸.....	آقطی سیاه.....
۴۹.....	ارمک، ریش بز.....
۵۰.....	پای خر.....
۵۱.....	ترب.....
۵۲.....	زیرفون.....
۵۲.....	سیاه‌دانه.....
۵۴.....	عروس چمن‌زار اروپایی.....
۵۴.....	سرخارگل باریک.....

۵۶.....	سرخارگل قرمز
۵۷.....	شاه پسند
۵۸.....	شیرآور
۵۸.....	عشقہ
۵۹.....	گلپہار
۶۱.....	گیاہان دارویی مؤثر بر دستگاه ادراری
۶۲.....	انجدان رومی
۶۳.....	بید گیاه
۶۳.....	ترب سفید اسبی
۶۴.....	توس
۶۵.....	دم اسب
۶۶.....	شرس خاردار
۶۷.....	کیابہ
۶۸.....	مارچوبہ
۶۹.....	گیاہان دارویی مؤثر بر مشکلات قاعدگی و یائسگی
۷۰.....	پنج انگشت
۷۱.....	پیر گیاه
۷۲.....	توت مار
۷۳.....	سذاب
۷۴.....	کیسہ کشیش
۷۵.....	گندناہ کوهی
۷۷.....	گیاہان دارویی ضد میکروب و ضد قارچ

- زنجبیل شامی ۷۸
- گیاهان دارویی مؤثر بر پوست ۸۱
- آب بشقابی ۸۲
- آناناس ۸۳
- تاجریزی پیچ ۸۳
- جو دوسر ۸۴
- گونه‌ای سرخارگل ۸۵
- همیشه بهار کوهی ۸۷
- گیاهان دارویی پایین آورنده چربی خون ۸۹
- سویا ۹۰
- یونجه ۹۱
- گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای دهان و لثه ۹۳
- گل سرخ ۹۴
- مر ۹۵
- مصطکی ۹۶
- میخک هندی ۹۷
- گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای عضلانی - اسکلتی و نقرس ۹۹
- انگور فرنگی سیاه، هلموش ۱۰۰
- پنجه شیطان ۱۰۰
- فلفل قرمز (فلفل سبز) ۱۰۱
- گوش خر ۱۰۳
- گیاهان دارویی افزایش دهنده انرژی ۱۰۵

جینسنگ.....	۱۰۶
جینسنگ سیبریایی.....	۱۰۷
گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای سیاهرگی و واریس.....	۱۰۹
هاماملیس.....	۱۱۰
انگور.....	۱۱۰
گونه‌ای سیاه گیله.....	۱۱۱
سیرسیرک.....	۱۱۲
شاه بلوط هندی.....	۱۱۳
یونجه زرد.....	۱۱۴
گیاهان دارویی مؤثر بر سرطان.....	۱۱۷
چای سبز.....	۱۱۸
دارواش.....	۱۱۹
گوجه فرنگی.....	۱۲۱
گیاهان دارویی ضد کرم.....	۱۲۳
هویج.....	۱۲۴
واژه یاب نام های علمی.....	۱۲۵
نمایه.....	۱۲۹
منابع.....	۱۳۵

پیشگفتار

باسمه تعالی

کتاب حاضر دومین مجلد از مجموعه‌ای است که به توسط گروهی از اعضای گروه طب اسلامی و طب سنتی فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران و همکاران ایشان در موضوع معرفی بخشی از گیاهان دارویی و خواص آنها منتشر می‌شود. موضوع معرفی گیاهان دارویی و تهیه کتابهایی برای معرفی این گیاه- داروها در قلمرو کشور ما سابقه بسیاری دارد؛ بدون اغراق سابقه‌ای بیش از هزار سال، یعنی زمانی که ابوریحان بیرونی اثر گرانقدر خود، الصیدنه فی الطب، را در معرفی بخشی از گیاهان دارویی سرزمین ایران تالیف نمود. به عبارت دیگر، کتاب حاضر نمونه جدیدی است از ادبیاتی که گذشته آن به کتاب موصوف ابوریحان بیرونی باز می‌گردد.

از دیگر سو، به اعتقاد مؤلف این سطور باید استقبال نمود از هر اثری که در موضوع گیاهداروشناسی به رشته تحریر در می‌آید. از این حیث که انتشار هر اثری در این زمینه به قوی‌تر شدن ادبیات این عرصه می‌انجامد و این تقویت موضوعی دامن را برای مقابله و تطبیق دانسته‌ها، تکمیل آنها و پدید آمدن اثری جدیدتر و البته نقد و مقایسه آنها هر روز وسیع‌تر می‌نماید و به خودی خود وسیع‌تر شدن این دامن باعث آشنایی هرچه بیشتر افراد مختلف جامعه در هر سطح و معلوماتی، از دانشجویان رشته‌های پزشکی و طب سنتی گرفته تا علاقه‌مندان غیر حرفه‌ای خواهد شد. بنابراین از این زاویه نیز انتشار کتاب حاضر اقدام مبارکی به شمار می‌آید.

از نگاهی دیگر، اثر حاضر به وسیله افرادی پدید آمده که خود از خبرگان شناسایی گیاهان دارویی به شمار می‌آیند. تألیف اثری از این دست و به توسط این افراد، در کنار دو عامل بالایی که آنها را برشمردیم به شأن و مرتبه کتاب حاضر می‌افزاید. باید امیدوار بود همتی بدرقه راه این عزیزان، پدیدآورندگان کتاب حاضر شود تا به زودی شاهد انتشار سایر مجلدات کتاب باشیم.

با تشکر

علی اکبر ولایتی

رئیس گروه طب اسلامی- طب سنتی

فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران

مقدمه مؤلفین

امروزه گیاهان دارویی به دلیل عوارض جانبی متعدد و گاه نگران کننده داروهای شیمیایی و عدم توانایی آنها در بروز اثرات درمانی مناسب و کافی بسیار مورد توجه قرار گرفته‌اند. این گیاهان ممکن است به صورت مکمل به همراه داروهای شیمیایی یا به عنوان جایگزین داروهای شیمیایی مورد استفاده قرار گیرند. گاه نیز گیاهان دارویی در درمان بیماریهایی تجویز می‌شوند که هیچ داروی شیمیایی مؤثری برای آنها موجود نمی‌باشد که از جمله این موارد می‌توان به گیاه خار مریم جهت بازسازی سلولهای کبدی، گیاه ژینگو جهت بهبود و تقویت حافظه و گیاه سرخارگل به منظور تقویت سیستم ایمنی اشاره نمود. اما باید این نکته را مد نظر قرار داد که گیاهان نیز چنانچه به شکل صحیح و در دوزهای مناسب استفاده نشوند می‌توانند عوارض جانبی ایجاد نمایند که گاه ممکن است بسیار جدی و خطرناک باشند. در ثانی تهیه فرآورده مناسب و روش مصرف گیاهان دارویی در بروز اثرات درمانی مورد نظر از آنها بسیار اهمیت دارد. بنابراین لازم است که در مورد هر یک از گیاهان دارویی تکنگاری تهیه شود و در آن به تمام نکاتی که در مورد این گیاه ضروری به نظر می‌رسد اشاره شود.

کتاب حاضر، راهنمای گیاه درمانی جلد اول به دنبال استقبال خوانندگان از جلد ۱ این کتاب که در سال ۱۳۷۸ توسط فرهنگستان محترم علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران به چاپ رسیده تهیه و تنظیم گشته است. علیرغم جلد ۱ که بیشتر به گیاهان دارویی متداول و بومی ایران اشاره شده در این مجلد بیشتر گونه‌هایی که در فارماکوپه‌های گیاهی معتبر بین‌المللی نظیر PDR و ESCOP مورد توجه قرار گرفته و خواص ذکر شده برای آنها به اثبات رسیده پرداخته شده است. بخشی از این گونه‌ها در ایران رویش دارند یا به صورت کاشته شده موجود می‌باشند لیکن تعدادی از آنها در ایران یافت نمی‌شوند که در این خصوص در بخش ابتدایی هر تکنگار به موجودیت گیاه در ایران اشاره شده است. در جلد حاضر علاوه بر بخشهای قبلی شامل مشخصات گیاهشناسی و محل رویش، قسمت مورد استفاده، مواد مؤثر، خواص درمانی، آثار فارماکولوژیک، عوارض جانبی، موارد منع مصرف، مصرف در دوران بارداری و شیردهی و میزان مصرف، بخش جدیدی به تکنگارها افزوده شده که شامل طبیعت و خواص گیاه در طب سنتی است که در این باب تنها طبیعت و خواص ذکر شده در منابع طب سنتی ایران مد نظر بوده است. این قسمت از چندین جهت حائز اهمیت می‌باشد: ۱) به طبیعت گیاهان دارویی اشاره می‌شود که در طب جدید چندان جایگاهی ندارد؛ ۲) در بسیاری از موارد خواص ذکر شده در طب سنتی با اثرات درمانی که امروزه در پی تحقیق و تفحص بسیار برای گیاه به اثبات رسیده انطباق دارد که این مطلب ارزش و اهمیت والای منابع طب سنتی را مشخص می‌نماید و سبب توجه بیشتر خوانندگان به طب سنتی کشورمان

می‌شود. ۳) در بعضی موارد خواصی برای گیاه ذکر گردیده که در هیچ یک از منابع طب جدید به آنها اشاره‌ای نشده است و این مطلب می‌تواند جرقه‌هایی در جهت تحقیق و تفحص بیشتر در مورد این گیاهان به منظور به اثبات رسانیدن این خواص با استفاده از روشهای مرسوم در طب نوین در ذهن محققین علاقمند ایجاد نماید. در تنظیم این بخش از دو کتاب ارزشمند طب سنتی تحت عنوان تحفه‌المؤمنین و مخزن الادویه بهره گرفته شد. علت اکتفا به این دو کتاب از بین منابع سنتی متعدد موجود در زمینه مفردات، بهره جستن نویسندگان این کتب از سایر متون طبّی قبل از خود نظیر اختیارات بدیعی، جامع المفردات ابن بیطار، الحاوی رازی، قانون ابن سینا و الابنیه عن الحقایق الادویه در نگارش مطالب این کتب بوده است و همین امر سبب شده که این دو کتاب از نظر بسیاری از دانشمندان و محققین طب سنتی ایران به عنوان جامع‌ترین و کامل‌ترین منابع در زمینه مفردات شناخته شوند.

به امید آنکه این مجلد همانند جلد قبلی بتواند نظر خوانندگان را جلب کند و نیازهای علمی آنها را در مورد گیاهان دارویی موجود در این جلد تأمین نماید.