

نگاهی بر کاربرد
رُستنی‌های خوراکی - دارویی لرستان

پژوهش و نگارش:

زهرا مرادعلیوند

کارشناس ارشد علوم گیاهی

زیر نظر دکتر محمد مهدی دهشیری

دکتر حمزه امیری

ویراستار: نادر آزادبخت

سرشناسه	مرادعلیوند، زهره، ۱۳۶۹ -
عنوان و نام پدیدآور	نگاهی بر کاربرد رستنی های خوراکی دارویی لرستان/تألیف: زهره مرادعلیوند؛ آنالیز: معدونت پژوهش دانشگاه علوم پزشکی لرستان
مستندات نشر	تهران: چوگان، ۱۳۹۰.
مستندات ظاهری	۱۸۰ ص- مصور (رنگی)، جدول، نمودار.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۵۶۷۳-۶-۸۷
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	گیاهشناسی - ایران - لرستان
موضوع	گیاهان دارویی -- ایران -- لرستان
موضوع	گیاهان خوراکی - ایران - لرستان
موضوع	گیاهشناسی -- ایران - مصور
شناسه افزوده	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان، معدونت آموزش
رده بندی کنگره	QK ۳۷۱:۵۹۰ ۱۳۹۰
رده بندی دیسی	۵۸۱/۹۵۵۳
نمبر کتباتی ملی	۳۷۸۳۲۱

نگاهی بر کاربرد رستنی های خوراکی دارویی لرستان

تألیف: زهره مرادعلیوند

ناشر: چوگان

تیراژ: ۵۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول/ ۱۳۹۱

قیمت: ۶۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۶۷۳-۶-۸۷

تلفن: ۰۹۱۲۳۵۹۱۴۴۳-۶۶۴۰۶۴۷۷

آستان پر مهر تو ای موعود مهربان که
در هر لحظه حضورت را تشنه‌ام، امید در
آن روز که مرا هیچ یار و یآوری نیست
یاری‌ام فرمایی،

پدرم؛ که همیشه و هر جا پشتیبان من
بوده و هست و از هیچ تلاش و کوششی
در جهت تحصیل و پیشرفت من دریغ
نداشته و هر چه هستم به برکت وجود
ایشان است،

مادرم؛ که در تمام مراحل انجام این
پژوهش وجودش باعث دلگرمی من بود
و بدون پشتیبانی او انجام کار برایم
امکان‌پذیر نبود.

سیاسگزاری

سیاس ایزد یکتا را که موهبت تعلم به من ارزانی داشت تا با بهره‌گیری از فروغ حکمت بزرگان میدان دانش طریق خویش روشن بینم و در پرتو اندیشه‌های والای آن فرزندگان قدمی هر چند کوچک پیش نهیم. در این راستا مدیون و مرهون همت عالمانه و ارشادات حکیمانه اساتیدی بوده و هستم که پیوسته از مکتبشان کسب فیض نموده و همواره افتخار شاگردی از حضورشان را داشته و دارم. حال این فرصت را مغتنم شمرده و بر خود لازم می‌دانم که عالی‌ترین مراتب سپاس و قدردانی را از محضر استاد گرامی و دانشمند جناب آقای دکتر سیدمحمد معصومی (استادیار دانشکده کشاورزی دانشگاه رازی) که در تمامی مراحل تحقیق و پژوهش خردمندانه از مساعدتشان بهره‌مند شده‌ام را داشته باشم. همچنین مراتب قدرشناسی و امتنان خود را از استاد فرزانه‌ام جناب آقای دکتر یونس عصری (عضو هیأت علمی مؤسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع کشور) و همچنین مراتب سپاسگزاری خود را از جناب آقای غلامحسن ویس‌کرمی (کارشناس ارشد علوم گیاهی) که در طی مراحل شناسایی گیاهان مرا یاری نموده‌اند، را دارم و مراحل تقدیر و تشکر از سرهنگ علیرضا پاپی و سرهنگ سید مظفر موسوی که با صفا و اشتیاق خاص مرا در مراحل جمع‌آوری گیاهان همراه بوده‌اند و با سپاس بیکران از راهنمایی‌های خالصانه استاد لیلا رادبوی (مترجم زبان خارجه) و همچنین از جناب آقای دکتر محمود مصدق رئیس مرکز تحقیقات طب سنتی و مفردات پزشکی که در چاپ این کتاب مرا یاری فرموده‌اند و سرکار خانم دکتر نقیبی معاون پژوهشی مرکز به واسطه مرور کتاب و جناب آقای مهندس سیامک کامکار به خاطر طراحی جلد و مهندس سیامک فراهانی به جهت صفحه‌آرایی این مجموعه بسیار سپاسگزارم و با سپاس و قدردانی فراوان از خانواده‌ام که در تمامی مراحل مرا صمیمانه همراهی نمودند و همواره در امر تحصیل مشوق این‌جانب بوده‌اند از خداوند توانا سلامتی و توفیق روزافزونشان را خواستارم، ذکر خیرتان در خیل عاشقان خاموش می‌اد و امید به آن که همیشه سربلند و استوار باشید چون دماوند.

فهرست

صفحه

منوان

ر		یباچه مؤلف
ز		یشگفتار
۱		مقدمه
۴		روش کار
۸		Anacardiaceae پسته
۱۰		Apiaceae (Umbeliferae) چتریان
۱۹		Aristolochiaceae زراوند
۲۰		Asteraceae (Compositae) کاسنی
۳۲		Berberidaceae زرشک
۳۴		Boraginaceae گل گاوزبان
۳۸		Brassicaceae (Cruciferae) شببو
۴۹		Caryophyllaceae میخک
۵۲		Chenopodiaceae چغندر
۵۳		Cistaceae گل آفتابی
۵۴		Convolvulaceae پیچک
۵۵		Hypericaceae راعی
۵۷		Iridaceae زنبق
۵۸		Lamiaceae (Labiatae) نعناع
۶۵		Liliaceae سوسنیاں
۷۱		Malvaceae ختمی
۷۳		Moraceae توت
۷۶		Oleaceae زیتون
۷۷		Orobanchaceae جالیز
۷۸		Papaveraceae شقایق
۷۹		Papilionaceae (Leguminosae) نیامداران
۹۲		Podophyllaceae چشم شیر
۹۳		Polygonaceae علف هفتبند
۹۵		Portulacaceae گل ناز
۹۷		Ranunculaceae آلاله
۹۹		Rhamnaceae عناب
۱۰۱		Rosaceae گل سرخیان
۱۱۵		Thymelaeaceae برگ بویی
۱۱۷		Urticaceae گزنه

۱۲۰	 Zygothylaceae تیږه قیچ
	تقسیم‌بندی گیاهان خوراکی از نظر استفاده
۱۲۲	 متداول از آن‌ها در منطقه
	تعداد برداشت گیاهان نسبت به ماه‌های مختلف
۱۳۲	 سال
۱۳۳	 نواحی رویشی
۱۳۳	 فراوانی اشکال زیستی
۱۳۴	 گونه‌های بوم‌زاد (اندمیک)
۱۳۵	 پیوسته‌ها
۱۳۷	 اصطلاحات گیاه شناسی
۱۴۲	 منابع و مآخذ
۱۴۶	 اسامی علمی گیاهان
۱۴۸	 اسامی محلی گیاهان
۱۵۱	 اسامی فارسی گیاهان
۱۵۳	 تصاویر

فهرست جدول‌ها

صفحه	عنوان
	جدول ۱-۱ فرم ثبت مشخصات گیاهان به هنگام جمع‌آوری
۵	جدول ۱-۲ گیاهان درجه یک که برگ (x) ساقه-های جوان (+) و گل (*) آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد
۱۲۲	جدول ۱-۳ گیاهان درجه یک که میوه (x) و دانه (+) آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد...
۱۲۴	جدول ۱-۴ گیاهان درجه یک که ریشه و قسمت-های زیرزمینی آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد
۱۲۵	جدول ۱-۵ گیاهان درجه دو که برگ (x) ساقه-های جوان (+) و گل (*) در آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد
۱۲۶	جدول ۱-۶ گیاهان درجه دو که میوه و دانه آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد...
۱۲۷	جدول ۶-۷ گیاهان درجه دو که ریشه و قسمت-های زیرزمینی آنها مورد استفاده قرار می‌گیرد
۱۲۷	جدول ۱-۸ گیاهان خوراکی (گیاهانی که برای افراد بومی فقط به عنوان گیاهی خوراکی شناخته شده هستند)
۱۲۸	جدول ۱-۹ گیاهان خوراکی دارویی (گیاهانی که علاوه بر جنبه‌ی خوراکی بودن، افراد بومی با خواص درمانی آنها آشنایی دارند)...
۱۳۰	جدول ۱-۱۰ گیاهان دارویی (گیاهانی که افراد بومی فقط برای مصارف درمانی از آنها استفاده می‌کنند)
۱۳۱	جدول ۱-۱۱ تعداد و درصد عناصر رویشی گیاهان منطقه
۱۳۳	جدول ۱-۱۲ تعداد و درصد اشکال زیستی گیاهان منطقه
۱۳۳	جدول ۱-۱۳ گونه‌های بوم‌زاد (اندمیک) ایران...
۱۳۴	

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
	نمودار ۱-۱ تعداد برداشت گیاهان نسبت به
۱۳۲	ماه‌های مختلف سال
	نمودار ۱-۲ زمان برداشت گیاهان منطقه بر
۱۳۲	اساس شکل زیستی
	نمودار ۱-۳ درصد فراوانی اشکال زیستی
۱۳۴	گیاهان منطقه

www.ketab.ir

دیباچه مؤلف

ابری بودم سرگردان، ابری پُرشور و لبریز از زمزمه‌های باران، ابری بزرگ که هیچ‌گاه نتوانست با یک دنیا باران، تن گلبرگی خشک را نمدار کند. از رطوبت گفتارم خاکِ سخت، نرم نشد و حتی شبنم حرف‌هایم بر روی گلی ننشست. روزی در پاییز تنم، دلم هوای باریدن کرد. باریدم و باریدم تا به خانه دل او رسیدم، در آن سرا، عشق، وفا، صفا، مهر و محبت آموختم و آن سرای محبت، پل پرواز خوشبختی‌های من شد ...

چه نیکوست زندگی را با وجود حضرت دوست درهم آمیختن و او را در همه حال در کنار خویش دیدن و از چشمه‌ی بی‌پایان رحمتش سیراب شدن، در اوج قدرت و ثروت و در انتهای تنهایی و بی‌کسی، در تمامی لحظات در کنار ماست و همین برایمان کافیست.

به کمک قلم بر تن سفید کاغذ برگرفتم آنچه را که حاصل تلاش نگاهم به گلستان هستی بود، در آن هنگام که طبیعت قطرات شبنم را چون گلاب بر رخ لاله می‌پاشید و به رسم و عادت پروانگی‌مان در هر بهار و تابستان در هر گوشه و کنار انتظار می‌کشیدم تماشای لبخند پیروزمندانه شبنم‌های نشسته بر چهره گل را، باید دل به زیبایی داد تا بدین وسیله آن را از اعماق وجودی خویش بیرون کشید. دلم با صدهزاران رشته با این مهر، با این ماه، با این خاک، با این آب پیوسته است، و تنم در تار و پود عشق انسان‌های خوب و نازنین بسته است. خالصانه تقدیم می‌دارم در پیشگاه معشوق همیشه جاویدان هر آنچه را که آموخته‌ام از فضل پروردگارم و کلماتم را به باغ‌های بهشت پیوند می‌زنم امید که بی‌افروزم خرد را، مهر را، ... و بتوانم به پیش پای فرداهای بهتر گل برافشانم. تشکر فراوان دارم از سرهنگ پاسدار علیرضا پایی که با داشتن دلی پاک و روشن به وسعت آسمان آبی بی‌هیچ کلامی مرا، در این راه همراه شدند. هرگاه به یاد می‌آورم که چگونه مرا در جستجوی گل‌های زیبای سرپوش زمین همراه بودید با قلبی که خاطره‌ها و خوشی‌ها و نگاه‌ها برای ابد در آن مدفون است و برای هر صربان خود آن‌ها را نیز به حرکت درمی‌آورد، آرزو می‌کنم ای کاش می‌شد ذره‌ای عشق، قطره‌ای مهربانی و کمی محبت و عاطفه در دستانم می‌گذاشتم و تقدیمتان می‌کردم. جبران زحمات شما به دوشم بار گرانیست و وجودم گرچه ناتوان ولی در دلم هست هزاران بار امید که روزگارتان در سایه حالی مشعلدار کاروان‌های آسمان‌پیمای شب بهاری باشد و امید که بیش از صد بهار بمانید.

پیشگفتار

پژوهش حاضر بررسی گیاهان خوراکی-دارویی، یا به بیانی دیگر گیاه‌شناسی کاربردی و گیاه‌شناسی بومی (اتنوبوتانی) بخش برجسته‌ای از سرزمین لرستان به شمار می‌آید که طبق طبقه‌بندی اقلیمی آمبرژه (محل تحقیق) اقلیم این منطقه نیمه‌خشک، سرد است. در این بررسی به معرفی ۱۰۵ گونه گیاه خوراکی-دارویی خودرو از ۸۳ جنس و ۳۰ تیره پرداخته شده است. اطلاعات مربوط به هر گونه عبارتند از: نام فارسی، نام محلی، شرح گیاه، ناحیه رویشی، شکل زیستی، پراکندگی جغرافیایی، پراکندگی در ایران، پراکندگی در استان، زمان برداشت، اندام مورد استفاده، شیوه مصرف بومی و خواص درمانی ذکر شده برای همان گونه یا گونه‌های مشابه از همان جنس. گیاهان بر اساس میزان مصرف به دو گروه گیاهان خوراکی درجه یک با تعداد ۷۶ گونه و گیاهان خوراکی درجه دو با تعداد ۲۹ گونه تقسیم‌بندی شدند. در مجموع از ۱۰۵ گونه مورد بررسی برای ۸۵ گونه اثرات درمانی مفید بیان شده است. زمان برداشت این گیاهان در منطقه در ماه‌های مختلف سال انجام می‌گیرد، بیش‌ترین تعداد برداشت در خردادماه و کم‌ترین برداشت مربوط به بهمن‌ماه است.

واژه‌های کلیدی: اتنوبوتانی، خوراکی، گیاهان دارویی، طب سنتی، لرستان.

گیاه‌شناسی کاربردی (Applied Botany) شاخه‌ای از گیاه‌شناسی یا به بیانی زیست‌شناسی محض با هدف معرفی و کاربرد خواص دارویی، خوراکی، صنعتی و غیره است. گیاهان روزانه در سراسر جهان در گرایش‌های پزشکی، داروسازی، دامپزشکی، کشاورزی، زمین‌شناسی اقتصادی و ... هزاران دانشمند و پژوهشگر را به خود مشغول داشته است و چون جنبه‌های سر بر مهر رازهای نهان و ناشناخته‌های خود را پیش روی دوستداران علم و دانایی می‌گشاید تا با چشم خریدار گوهر مراد خویش جویند و در راستای بهبود زندگی مادی از آن‌ها بهره‌مند گردند گیاه‌شناسی بومی (ethnobotany) نیز شاخه‌ی رسته بر دامن گیاه‌شناسی کاربردی و گاه با عنوان‌های دیگری همانند گیاه‌شناسی قومی، گیاه‌شناسی محلی، گیاه‌شناسی نژادی و ... از آن در منابع علمی یاد شده است. بی‌تردید دنیای عاری از گوناگونی و طراوت گیاهان بس ناگوار، دهشتناک و تلخ می‌نماید. اینکه در منابع ادب فارسی به زبان‌ها و گویش‌های متنوع آمده است که «گوهر خود را هویدا کن - کمال این است و بس» تأکید دیگری بر این مقوله و رویکرد منطقی است که شناخت خود و طبیعت خود می‌تواند و باید بیش از پیش مد نظر قرار گیرد. متن پیش رو برآمده از تلاش‌های روشنمند، دقیق و سخت‌کوشانه، سرکار خانم زهرا مرادعلیوند (کارشناس ارشد زیست‌شناسی گرایش علوم گیاهی) است که فروتنانه یافته‌ها و ره‌آوردهای سفر علمی و عملی و تجربه‌های شیرین و جذاب خود را با شما در میان نهاده است تا چه قبول افتد و چه در نظر آید. بی‌تردید نمی‌توان و نباید با توجه به گستردگی کار و محدودیت سازمانی یک پژوهش از آن توقعی فراتر از امکان و توان داشت. این کار علمی مانند هر تلاش هدفمند دیگری از مزیت‌ها و کاستی‌هایی برخوردار است که امید آن دارد با نکته‌سنجی‌ها و ژرف‌بینی‌های شما خوانندگان و اندیشه‌وران گرامی صیقل پذیرد و قدر یابد و گامی در راستای شناخت ذخایر گهربار لرستان عزیز به شمار آید. زیرا بدون داشتن آگاهی دقیق و جامع از استان و راه‌های کاربرد آن‌ها نمی‌توان نسبت به پیشرفت این سرزمین گرانسنگ به درستی امیدوار بود. از خوانندگان و خواهندگان گرانمایه امید فراوان دارد با عشق و آگاهی در بازشناسی و شناساندن ژرف‌تر سرزمین گرانقدر و کم‌شناخته زاگرس مرکزی به‌ویژه لرستان عزیز گام بردارند شاید بخشی از دین خود را به این مرز و بوم ادا نمایند.

نادر آزادبخت

مقدمه

گیاهان یکی از بزرگ‌ترین شاهکارهای خلقت‌اند که پایه و اساس حیات بخش عمده‌ای از دنیای اطراف ما را تشکیل می‌دهند و بی‌شک بدون آن‌ها، نسل بشر بر روی کره‌ی خاکی دوامی نخواهد داشت، زیرا انسان به طور مستقیم یا غیر مستقیم به آن‌ها وابسته است. بنابراین با بستی از آن‌ها به طور صحیح و اصولی بهره‌برداری نماید و برای استفاده اصولی، اولین قدم شناخت آن‌ها، آن هم از جنبه‌های مختلف از جمله شناسایی خود گیاه، خواص آن، رویشگاه و نیازهای آن و ... می‌باشد. یکی از راه‌های دستیابی به این هدف مراجعه به منابع علمی از جمله کتاب‌های نوشته شده در این زمینه که توسط متخصصین صاحب‌نظر به رشته تحریر درآمده است می‌باشد [۲۷].

کشور ما ایران مساحت پهناوری دارد که آب و هوای متفاوت آن سبب تنوع گیاهی فراوان گردیده است. در این تنوع آب و هوایی، گیاهان مهم و با ارزشی از جمله گیاهان خوراکی^۱ رویش می‌کنند که انسان از دیرباز از آن‌ها بهره می‌جسته، امروزه با پیشرفت بشر در مسیر علوم کشاورزی، استفاده از گیاهان وحشی به علت کیفیت محصول‌دهی پایین آن‌ها در مقابل گونه‌های زراعی رفته‌رفته اهمیت کم‌تری پیدا نموده است و از طرف دیگر، با زندگی شهرنشینی استفاده از این منابع که زمانی منبع غذایی انسان به شمار می‌آمدند به فراموشی سپرده شده است [۲۷].

با توجه به این حقیقت که اندیشمندانی چون ابن‌سینا و رازی در دنیای اسلام راز بیماری‌ها را شناخته و داروهای آن‌ها را به اندازه توان و دانش روز خود تشخیص داده بودند، آنچه که مهم جلوه می‌نماید این است که امروزه در ساخت داروهای درمانی به بسیاری از داروهای قدیمی اتکا می‌شود که ریشه در گیاهان دارویی دارند. امروزه علم داروسازی به این درجه از غنای فکری نایل آمده که می‌توان با استفاده از خواص داروهای گیاهی به نتایج همسان با داروهای شیمیایی رسید که نه تنها عوارض جانبی

نداشته باشند بلکه بسی بهتر از داروهای شیمیایی در درمان مفید واقع شوند [۳۱]. در استان لرستان به دلیل تنوع آب و هوایی، وجود ارتفاعات، خاک مناسب و آب انبوهی از گیاهان خودرو با مصرف خوراکی وجود دارند که بی‌شک از خواص جالبی هم برخوردارند، که باید مورد تحقیق و بررسی قرار بگیرند، این مجموعه مطالعه و تحقیقی است تحت عنوان بررسی گیاهان خوراکی^۱ - دارویی خودرو و کاربرد آن‌ها در استان لرستان.

کمبود یا نبود آگاهی مردم از خواص دارویی و تغذیه‌ای، و تبلیغ منفی بعضی افراد در خصوص غیر بهداشتی بودن گونه‌های گیاهی خودرو، در حذف این گیاهان از فرهنگ مصرفی مردم نقش داشته است. بنابراین اولین گام برای استفاده صحیح و اصولی از گیاهان، شناخت علمی آن‌ها است.

غنی بودن فلور^۲ گیاهی، بکر بودن منطقه مورد مطالعه و همچنین سابقه طولانی استفاده سنتی و گیاه‌درمانی در این منطقه، انگیزه‌ای جهت تحقیق پیرامون بررسی مصرف گیاهان خوراکی و دارویی منطقه شد. با نظر به اینکه در مناطق مختلف آداب متفاوتی جهت استفاده از گیاهان بومی منطقه وجود دارد و ممکن است گیاهی که در یک منطقه به صورت خام استفاده می‌شود در منطقه‌ای دیگر به صورت پخته مورد مصرف قرار بگیرد و با توجه به اطلاعاتی که در بین افراد بومی در مورد نحوه استفاده از گیاهان وجود دارد و طی گذشت سال‌ها این تجربیات به اثبات رسیده‌اند و اینکه امروزه کمتر به اثرات درمانی و دارویی گیاهان پرداخته می‌شود و تا حدودی در ورطه فراموشی هستند لذا با گردآوری و نگارش اطلاعات موجود در بین افراد بومی این منطقه می‌توان گامی بلند در جهت حفظ و نگهداری آن‌ها برداشت. بررسی ارتباطات پیچیده بین مصرف گیاهان و فرهنگ مردم (اتنوبوتانی)^۳ از مهم‌ترین اهداف این تحقیق است. واژه Ethno به معنی قوم و Botany به معنی گیاه‌شناسی می‌باشد. به طور کلی می‌توان

۱. هر چیز خوردنی یا قابل خوردن را خوراکی گویند [۲۹]، در اینجا منظور گیاهانی است که عدم سمیت آن‌ها برای افراد بومی محرز شده و در منطقه مورد مطالعه در زمان‌های معینی، قسمت‌های خاصی از آن‌ها عمدتاً به مصارف تغذیه‌ای و یا دارویی می‌رسند.

۲. فلور (Flora) یعنی گیاهان، به مجموع رستنی‌های یک منطقه اطلاق می‌شود.

۳. تعریف اتنوبوتانی (گیاه‌شناسی بومی و محلی - نژادی) Ethnobotany.

گفت که تا به حال تعریف دقیق و ثابتی از اتنوبوتانی ارائه نشده است و تعاریف آن بسته به نوع کار و علاقه‌ی محقق متغیر بوده. اتنوبوتانی در واقع به مطالعه و بررسی چگونگی استفاده‌ی افراد یک فرهنگ، یک قوم و یک ناحیه‌ی خاص، از گیاهان بومی و موجود در آن منطقه می‌پردازد. اتنوبوتانیست‌ها به دنبال این هستند که بدانند چگونه از گیاهان به عنوان غذا، مسکن، دارو، پوشاک و وسیله‌ی شکار استفاده شده است و همچنین چگونه در مراسم مذهبی و جشن‌ها مورد استفاده قرار گرفته‌اند. بطور کلی می‌توان گفت اتنوبوتانی مطالعه روابط و کنش‌های متقابل بین گیاهان و انسان‌ها است که لازمه آن داشتن دانش گیاه‌شناسی و مردم‌شناسی می‌باشد [۱۶].

نتیجه این طرح پژوهشی در مدت دو سال، معرفی ۱۰۵ گونه متعلق به ۸۳ جنس از ۳۰ تیره در منطقه مورد مطالعه است. در این مجموعه به معرفی گیاهان خوراکی-دارویی، که کم و بیش برای افراد محلی آشنا هستند، پرداخته شده و برای هر گیاه نام علمی، نام فارسی، نام محلی، نام خانواده، ویژگی‌های ریخت‌شناسی، کروتیپ^۱، شکل زیستی^۲، پراکندگی جغرافیایی، پراکندگی در ایران، پراکندگی در استان، زمان برداشت، اندام مورد استفاده، شیوه مصرف بومی و خواص درمانی ذکر شده برای گیاه و یا گونه‌های مشابه از همان جنس در کتاب‌های گیاهان دارویی، ذکر شده است.

در قسمت شیوه مصرف بومی، اطلاعات افراد بومی منطقه در مورد نحوه استفاده آن‌ها از گیاهان و همچنین کاربردهای درمانی هر گیاه بیان شده است. در قسمت خواص درمانی، اطلاعات درمانی موجود در منابع معتبر مربوط به گیاهان دارویی برای هر گیاه آورده شده است. از آنجایی که پروژه انجام شده به صورت میدانی بوده و مطالب بیان شده اطلاعات افراد بومی منطقه در رابطه با گیاهان است و از آنجایی که میزان مجاز برای هر گیاه به طور دقیق مشخص نشده است لذا نویسنده هیچ گونه مسئولیتی در رابطه با صحت مطالب ارائه‌شده و عواقب زیان‌آور ناشی از مصرف این گیاهان را ندارد.

روش کار

به منظور آشنایی با مناطق مورد بررسی در استان، نقشه‌های جغرافیایی، اسناد و گزارش‌های علمی و فنی موجود در اداره منابع طبیعی و آبخیزداری استان لرستان، گزارش‌های موجود در کتابخانه‌های اداره حفاظت محیط زیست لرستان، سازمان جهاد کشاورزی لرستان، سازمان هواشناسی و مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی استان لرستان مربوط به مناطق مورد نظر، مورد مطالعه و بررسی قرار گرفتند. مناطق مورد مطالعه بر روی نقشه مشخص گردیدند و بازدیدهای مقدماتی از مناطق مورد نظر انجام گردید. در این بازدیدها راه‌های دستیابی به نقاط مختلف، ویژگی‌های جغرافیایی و وضعیت کلی پوشش گیاهی بررسی شد. همچنین پرسش‌هایی از مردم بومی منطقه (ترجیحاً افراد مسن) در مورد وضعیت گیاهان خوراکی خودرو مورد استفاده آن‌ها در منطقه، شامل نام محلی گیاهان، زمان جمع‌آوری، پراکندگی آن‌ها، قسمت مورد استفاده و طریقه مصرف آن‌ها به عمل آمد. بر این اساس عمده عملیات صحرایی در ماه‌های اسفند، فروردین و اردیبهشت صورت گرفت. همچنین بخشی از جمع‌آوری در اواخر تابستان انجام شد.

با توجه به ماهیت تحقیق که عموماً صحرایی و مربوط به جمع‌آوری گیاهان و اطلاعات آن‌ها است، بیش‌تر وسایل به این امر اختصاص دارد. لوازم تحقیق شامل دو دسته هستند یکی برای عملیات صحرایی و دیگری عملیات آزمایشگاهی می‌باشد. لوازم صحرایی به این قرار می‌باشد: دوربین عکاسی دیجیتال، بیلچه، کلنگ دوسر کوچک، قیچی، چاقوی بزرگ، کیسه‌های نایلونی بزرگ و کوچک، دفترچه یادداشت، خودکار، روزنامه‌ی باطله، تخته‌پرس.

لوازم آزمایشگاهی عبارت بودند از:

لوپ دوچشمی، سوزن، قیچی، پنس، شیشه ساعت، لوله آزمایش، چراغ الکلی، نفتالین (برای جلوگیری از بیدزدگی و پوسیدگی گیاهان هرباریومی)، چسب مخصوص هرباریوم،

برچسب (اتیکت) و فرم مشخصات هر بار یومی^۱ گیاه، فلورهای مربوط به ایران و کشورهای نزدیک مثل روسیه، ترکیه و عراق.

عملیات صحرایی شامل جمع‌آوری گیاهان به صورت کامل است، که در مورد گیاهان علفی، بایستی واجد اندام‌های رویشی و زایشی لازم باشند و نمونه‌ی مناسب پس از انتخاب از زمین جدا گردد. در مورد درختان، درختچه‌ها و بوته‌های بزرگ، باید سرشاخه‌ها از آن جدا گردد، و در لابه‌لای کاغذ و مقواهای خشک‌کن درون تخته پرس قرار گیرند برای هر گیاه یادداشتی شامل اطلاعات دقیق از محل جمع‌آوری، تاریخ جمع‌آوری، نام محلی گیاه، قسمت مورد استفاده و طریقه مصرف آن و نیز بعضی از صفات گیاه که در اثر خشک‌کردن تغییر می‌کردند تهیه شد. جدول ۱-۱ فرم ثبت مشخصات گیاهان به هنگام جمع‌آوری را نشان می‌دهد. به عنوان نمونه نیز مشخصات یکی از گیاهان جمع‌آوری شده در این جدول آورده شده است.

جدول ۱-۱ نمونه برگ ثبت مشخصات گیاهان به هنگام جمع‌آوری

نام محلی	محل برداشت	زمان برداشت	اندام مورد استفاده	شیوه مصرف	خواص درمانی در باورهای مردمی
بنمک، کلشیک	اشترانکوه	خرداد	برگ و ساقه‌های جوان	خام و یا پخته شده در تهیه اغذیه	درمان گواتر

عملیات خشک کردن به مدت ۸-۱۵ روز با ۳-۴ بار تعویض روزنامه‌ها در روزهای ابتدایی و روزی یکبار در روزهای پایانی بسته به میزان آب گیاه صورت می‌گیرد. پس از اطمینان یافتن از خشک شدن کامل نمونه‌های گیاهی، با استفاده از پیودر نفتالین آن‌ها را ضدعفونی کرده، سپس با چسب مخصوص هر بار یوم بر روی مقواهای گلاسره چسبانیده و جهت شناسایی به آزمایشگاه انتقال داده شدند. شناسایی آن‌ها با استفاده از منابع مختلف مانند فلور ایرانیکا [۳۶]، فلور ایران [۵]، فلور رنگی ایران [۱۷]، رستنی‌های ایران [۲۰] و ... صورت گرفت. نمونه استنادی (دوپلیکیت) هر نمونه نیز به هر بار یوم مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد منتقل شد.

۱. هر بار یوم (Herbarium) به محل نگهداری گیاهان جهت شناسایی دقیق‌تر اطلاق می‌شود.

پس از تکمیل شناسایی گیاهان (نام علمی، مؤلف) اطلاعاتی نظیر مشخصات ریخت‌شناسی، زمان گل‌دهی و میوه‌دهی، کروتیپ، شکل زیستی، پراکندگی جغرافیایی، پراکندگی در ایران، پراکندگی در استان، زمان برداشت، اندام مورد استفاده، شیوه مصرف بومی و خواص درمانی برای هر گونه گیاهی تهیه شد.

کلیه گیاهان پس از جمع‌آوری و پرس شدن مورد شناسایی قرار گرفتند. در نهایت تعداد گیاهان شناسایی شده ۱۰۵ گونه، از ۸۳ جنس و ۳۰ تیره بود، گونه‌ها به ترتیب حروف الفبا درون جنس‌ها و جنس‌ها نیز به همین ترتیب درون تیره مرتب شدند. در ابتدا اطلاعات مربوط به هر گونه از قبیل نام فارسی، نام محلی، شرح گیاه، ناحیه رویشی، شکل زیستی، پراکندگی^۱ جغرافیایی، پراکندگی در ایران، پراکندگی در استان، زمان برداشت، اندام مورد استفاده، شیوه مصرف بومی و خواص درمانی ذکر شده برای همان گونه یا گونه‌های مشابه از همان جنس، جمع‌آوری شد. سپس گیاهان بر اساس میزان شناخت اهالی از آن‌ها و گستردگی مصرف آن‌ها در بین اهالی به دو گروه گیاهان خوراکی درجه یک و گیاهان خوراکی درجه دو تقسیم شدند. گروه گیاهان خوراکی درجه یک گیاهانی را شامل می‌شود که برای اکثر اهالی شناخته شده هستند و در سطح وسیعی استفاده می‌شوند؛ و گروه گیاهان خوراکی درجه دو شامل گیاهانی می‌شود که برای افراد کم‌تری (غالباً افراد مسن و باتجربه) شناخته شده هستند و در سطح کم‌تری مورد استفاده قرار می‌گیرند. پس از آن، گیاهان هر گروه بر اساس اندام مورد استفاده در سه گروه دسته‌بندی شدند. گروه اول گیاهانی هستند که برگ، ساقه‌های جوان و گل آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. گروه دوم گیاهانی هستند که میوه و دانه آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. گروه سوم گیاهانی هستند که ریشه و قسمت‌های زیرزمینی آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. جدول ۱-۲ گیاهان خوراکی درجه یک که برگ، ساقه‌های جوان و گل آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد را نشان می‌دهد. جدول ۱-۳ گیاهان خوراکی درجه یک که میوه و دانه آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد را نشان می‌دهد. جدول ۱-۴ گیاهان خوراکی درجه یک که ریشه و قسمت‌های زیرزمینی آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند را نشان می‌دهد. جدول ۱-۵ گیاهان خوراکی درجه دو که برگ،

۱. در قسمت پراکندگی ممکن است به تمام نقاط انتشار گیاه اشاره نشده باشد.

ساقه‌های جوان و گل آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد را نشان می‌دهد. جدول ۶-۱ گیاهان خوراکی درجه دو که میوه و دانه آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد را نشان می‌دهد. جدول ۷-۱ گیاهان خوراکی درجه دو که ریشه و قسمت‌های زیرزمینی آن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند را نشان می‌دهد. گیاهان بر اساس نوع کاربرد مصرفی که در فرهنگ بومی دارند به سه گروه گیاهان خوراکی، گیاهان دارویی و گیاهان دارویی دسته‌بندی شده‌اند. گروه گیاهان خوراکی، گیاهانی را شامل می‌شود که در فرهنگ بومی منطقه اغلب نقش گیاهی خوراکی را دارند، جدول ۸-۱ لیست گیاهان خوراکی را نشان می‌دهد. گروه گیاهان دارویی - دارویی شامل گیاهانی است که علاوه بر جنبه خوراکی بودن، افراد بومی با خواص درمانی آن‌ها نیز آشنایی دارند، و از آن‌ها استفاده درمانی هم می‌کنند. جدول ۹-۱ لیست گیاهان دارویی - دارویی را نشان می‌دهد. گروه گیاهان دارویی گیاهانی هستند که اغلب برای مصارف درمانی از آن‌ها استفاده می‌شود، جدول ۱۰-۱ لیست گیاهان دارویی را نشان می‌دهد. اغلب گیاهان جمع‌آوری شده دارای اثرات درمانی هستند و اغلب اثرات درمانی منسوب به آن‌ها به ثبت رسیده است، اما هنوز بسیاری از گیاهان از جمله هزارخار لرستانی، چشم‌گربه‌ای ایرانی، زنگوله‌ای دناپی، گل عقربی پرچمدار، کوزه‌قلیانی (سیلن)، مریم‌گلی لرستانی و ... با وجود محرز شدن عدم سمیت آن‌ها برای افراد بومی و استفاده خوراکی از آن گیاهان طی نسل‌های متمادی هنوز اثرات درمانی منسوب به آن گیاهان مورد بررسی قرار نگرفته است و امید است که معرفی این گیاهان به عنوان گیاهی خوراکی و غیر سمی انگیزه‌ای باشد برای کشف اثرات درمانی آن‌ها توسط محققین کارشناس در این زمینه.