

کتابخانه شفا بخش

(کل کاو زبان)

فاطمه نجفی، طیبہ فرہانی

«هو الفتح العليم»

سخن ناشر

نشر راشدين بر اساس آخرين روش‌ها و متدهاى تحقيق و پژوهش در حوزه آموزش با تكيه بر گروه مؤلفين ممتاز دانشگاه‌ها در عرصه هاى كتب و جزوات آموزشى در مقاطع كارشناسى، كارشناسى ارشد، دكتورى، ادبيات كلاسيك، عرفان اسلامى و دين پژوهى، حركتى جديد با تاكيد بر تحليل و تفسير داده‌هاى علمى با نگاهی متفاوت با به عرصه نشر اندیشه‌هاى سبز و متعالی گذاشته است.

نشر راشدين در ابتكاري منحصر به فرد با ارائه سلسله كتب پيوسته با شمارگان و مجلات هماهنگ به نشر كتب مفيد كم حجم در عين حال با تحليل و تفسير جديد و به روز سعي بر هماهنگ نمودن خانواده‌ها با مجموعه انتشارات زنجيره‌اى خود دارد.

علاوه بر اين نشر راشدين با ابتكاري نو به ارائه بن‌هاى دائمي تخفيف كتاب در طول سال ويژه همه خانواده‌هايي كه عضو دائمي نشر راشدين هستند، نموده است كه خانواده‌هاى اهل مطالعه و معرفت با داشتن كارت عضويت و بن تخفيف ۱۰ درصد در تمامي ايام سال از تخفيف ويژه نشر راشدين بهره‌مند شوند.

نشر راشدين به منظور گسترش فرهنگ كتابخواني و پژوهش و تحقيق در پايان هر سال به ۷ نفر از كساني كه بيشترين خريد، مطالعه و تحقيق را با نشر راشدين داشته باشد به قيد قرعه جوايز ارزنده‌اى تقديم مي‌كند. شما مي‌توانيد با تماس با تلفن روابط عمومي نشر راشدين و با پر كردن تقاضاي عضويت در اين نشر كه در وب سايت راشدين درج شده است و ارسال آن به ايميل ما، از بن‌هاى تخفيف دائمي نشر راشدين برخوردار شويد.

ناشر

به نام او که هر چه هست از اوست

سخنی با خوانندگان

کتاب حاضر از مجموعه کتابهای گیاهان دارویی حاصل گردآوری از مهمترین منابع معتبر علمی شامل کتب سنتی، طب اسلامی، کتب علمی نوین و مقالات موجود است. گیاهان دارویی در ایران دارای جایگاه ویژه‌ای هستند، در حقیقت اثرات جانبی مثبت داروهای شیمیایی سبب گردیده که اغلب مردم بیش از پیش به استفاده از این گیاه به‌جای الهمی گرایش یابند. برای آگاهی علاقمندان به گیاهان دارویی بر آن شدیم تا مجموعه حاضر را که شامل بخشهای متنوع از جمله، ویژگیهای ظاهری گیاه، ترکیبات شیمیایی آن، موارد کاربرد هر یک به طور مجزا و یا در کنار سایر گیاهان در طب سنتی و طب رایج، مورد احتیاط یا منع مصرف، اسامی علمی و رایج گیاه و سایر موارد می‌باشد، تهیه نموده و عزیزان را هر چه بیشتر و بهتر با گیاهان دارویی و کاربردهای آنها آشنا نماییم. لذا برای بهره‌مندی مفید از این منابع سرشار الهی، اعم از مصارف درمانی یا آرایشی-بهداشتی، با توجه به انواع مزاجها در افراد مختلف و مزاج گیاهان، اثرات جانبی احتمالی ترکیب گیاهی، امکان تداخل دارویی با سایر داروهای گیاهی یا شیمیایی مورد استفاده و یا اثرات خاص آنها در دوران شیردهی یا بارداری، تاکید می‌شود زیر نظر متخصصان و صاحبان علم و تجربه و با مشورت و تایید آنها صورت گیرد تا از پیامدهای ناخوشایند احتمالی اجتناب گردد.

امید است بزرگان طب سنتی و گیاهی جامعه علمی کشور ضمن ارشادات و راهنمایی‌های دلسوزانه، ما را در پربار کردن این مجموعه کتب با ارسال نظرات خود به نشانی rashedi1829@yahoo.com یاری فرمایند.

در پایان از جناب استاد راهب عارفی مدیر انتشارات راشدین که مشوق اصلی و ارائه دهنده ایده تالیف این مجموعه کتب بودند سپاسگزاریم و از خداوند متعال برای ایشان توفیق روزافزون در خدمت به مردم مسئلت داریم.

خوشا به حال گلها که عاشق نورند

و دست پر طراوت خورشید به روی شانه آنهاست (سهراب سپهری)

فهرست

۹	مقدمه
۱۰	طرز تکثیر گیاهان دارویی
۱۱	ترکیبات مهم گیاهان دارویی
۱۳	مواد موثره در گیاهان دارویی
۱۴	انواع مزاج
۱۵	اندازه ها و مقادیر
۱۶	طریقه مصرف گیاهان دارویی
۲۰	زمان مصرف دارو
۲۳	گل گاو زبان
۲۵	تاریخچه
۲۷	گیاه شناسی
۲۸	اکولوژی
۲۹	خاستگاه جغرافیایی
۳۰	پژوهشهای علمی
۳۲	ترکیبات شیمیایی

۳۳	خواص درمانی
۳۷	گل گاوزبان در طب سنتی
۳۸	کاربردهای آرایشی - بهداشتی
۴۰	نحوه استفاده
۴۳	استفاده‌های غذایی از گل گاوزبان
۴۳	اشکال دارویی
۴۵	موارد منع مصرف
۴۵	نسخه‌ها
۴۸	منابع

از آنجا که انسان جزئی از طبیعت است بطور مسلم برای هر بیماری، طبیعت گیاه مداوای آن را عرضه کرده است. انسان هر چه به طبیعت نزدیکتر شود سالم تر است و بیشتر عمر می کند. به همین دلیل انسان هرچه به طبیعت روی آورد و از نعمات آن بیشتر بهره می برد، جهت درمان بیماری خود سریع تر، بهتر و مطمئن تر درمان می شود. بنابراین نه تنها شناسایی گیاهی که در جستجوی آن هستیم لازم است، بلکه آشنایی با محل رشد، نیازها و شرایط کشت از ضروریات می باشد و برای استفاده بهتر از گیاهان دارویی، داشتن اطلاعات کافی در زمینه رویشگاه ها و بیولوژی آنها ضروری است.

طرز تکثیر گیاهان دارویی

گیاهان دارویی از طریق جنسی یا غیرجنسی تکثیر می‌شوند. کشت این گیاهان به مقدار زیاد اقتصادی‌ترین روش است و باید بذره‌های مناسب از انواع انتخاب شده کشت شوند. بذره‌های انتخابی، دارای بازده و کارایی بالا و میانگین بالای مواد موثره می‌باشند. گیاهان اغلب از طریق غیرجنسی یعنی «قلمه‌ی ریزوم» و «پاجوش» تکثیر می‌شوند. گیاهانی مانند «مرغ» و «سوسن» از طریق تقسیم ریشه، قلمه و پاجوش تکثیر می‌شوند و گیاهانی نظیر گل ختمی و زنجبیل شامی توسط جوانه‌های نابجای ریشه و «سیر» به کمک پیاز تکثیر می‌گردند. در مبارزه با علفهای هرز، تا حد امکان باید از مواد شیمیایی خودداری کرد زیرا باقیمانده این مواد برای بدن ضرر دارند.