

گیاهستان دارویی



سید مهدی رضوی



قیمت : ۱۰۰۰۰ ریال

MEDICINAL PLANTS



By:
Seied Mehdi Razavi
2003
Talash Publication



موسسه انتشارات تلاش

ISBN 884-5750-72-5



B 788845 750723

۹۱۵,۳۲
۵۹۳

۱۶۸۷۰۹

این کتاب به عنوان نامتعلقه رتقیار شها قرار
گرفته است. در نگهداری آن بکوشید.

گیاهان دارویی

کتابخانه اسبواکساق
موسسه آستان قدس قدس
شماره ثبت ۴۷۹۹۵
تاریخ ۸۲

رضوی، مهدی

گیاهان دارویی / نویسنده مهدی رضوی - تهران: تلاش، ۱۳۸۱.

۱۷۰ ص. مصور

ISBN: 964-5750-72-5 ریال: ۱۰۰۰۰

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

۱. گیاهان دارویی، ۲. پزشکی سنتی، ۳. پزشکی -- نسخه‌ها و دستور العملها.

الف. عنوان.

۶۱۵/۳۲

گ۹/۱۶۴ RS

۴۰۷۸۳-۸۱ م

کتابخانه ملی ایران



تهران: خیابان انقلاب خیابان فخر رازی پلاک ۷۴ تلفکس ۶۴۹۱۰۲۴
تبریز: چهارراه شریعتی جنب بازار ارک نشر تلاش تلفن ۵۵۶۶۵۷۶

نام کتاب: گیاهان دارویی

نویسنده: سید مهدی رضوی

حروفچینی: واحد رایانه‌ای یاران علوی

صفحه‌آرایی: لیلا عزیزی موسوی

لیتوگرافی: یقین

چاپ: نشانه

چاپ اول ۱۳۸۱

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۶۴-۵۷۵۰-۷۲-۵

«حق چاپ محفوظ است»

فهرست مطالب

| صفحه | عنوان | صفحه | عنوان |
|------|-----------------|------|-----------------------|
| ۴۷ | لوبیا | ۳ | مقدمه: |
| ۴۹ | گوجه فرنگی | ۶ | دم اسب |
| ۵۱ | سیب زمینی | ۷ | یونجه |
| ۵۳ | غافث (دوای جگر) | ۸ | تاج الملوک |
| ۵۴ | تمشک | ۱۰ | گل آتشین |
| ۵۵ | گل جالیز | ۱۲ | بسپایک |
| ۵۶ | أرس (سرو کوهی) | ۱۳ | آکلیل |
| ۵۸ | توت فرنگی | ۱۵ | زرشک |
| ۵۹ | انواع بید | ۱۷ | بنفشه سه رنگ |
| ۶۱ | توسکا | ۱۹ | نیلوفر آبی |
| ۶۳ | باد رنجبویه | ۲۰ | داروش |
| ۶۵ | آفتابگردان | ۲۱ | کیسه کشیش |
| ۶۷ | انار | ۲۳ | شاهتره |
| ۶۹ | په | ۲۵ | اسپرک |
| ۷۱ | گاوزبان | ۲۶ | جفجفک |
| ۷۳ | پیچک صحرائی | ۲۷ | زیره |
| ۷۴ | کهلیک اوتی | ۲۸ | گزنه سفید |
| ۷۵ | زالزالک | ۳۰ | خاکشیر |
| ۷۶ | خشخاش | ۳۲ | کور |
| ۷۸ | شیرین بیان | ۳۴ | بولاغ اوتی (علف چشمه) |
| ۸۰ | گل همیشه بهار | ۳۶ | کاملینا |
| ۸۲ | ریش پیر | ۳۸ | نسترن |
| ۸۳ | کدو | ۳۹ | بادام |
| ۸۵ | روناس | ۴۱ | علف چای |
| ۸۷ | زبان گنجشک | ۴۳ | درخت گز |
| ۸۹ | خر زهره | ۴۵ | توب |

فهرست مطالب

| صفحه | عنوان | صفحه | عنوان |
|------|----------------------|------|-------------------|
| ۱۳۴ | بذراالبنج (بنگ دانه) | ۹۱ | پونه |
| ۱۳۶ | فلفل سبز | ۹۳ | سنبل الطیب |
| ۱۳۸ | گل مینای چمنی | ۹۴ | رازیانه |
| ۱۳۹ | کاسنی | ۹۵ | شوید |
| ۱۴۱ | هویج | ۹۷ | پنیرک |
| ۱۴۳ | گردو | ۹۸ | پنیرک |
| ۱۴۵ | گل گندم | ۱۰۰ | آویشن شیرازی |
| ۱۴۷ | مرغ | ۱۰۱ | زنبق |
| ۱۴۸ | شاه پسند طبی | ۱۰۳ | اسفند (اسپند) |
| ۱۴۹ | پای خر | ۱۰۴ | ختمی |
| ۱۵۰ | بومادران | ۱۰۵ | شنبلیله |
| ۱۵۲ | بارهنگ کبیر | ۱۰۷ | خاس |
| ۱۵۳ | خریق | ۱۰۹ | نارون (اوجا) |
| ۱۵۴ | خردل سفید | ۱۱۱ | گزنه |
| ۱۵۵ | رز مریم | ۱۱۳ | درخت چنار |
| ۱۵۶ | بابا آدم | ۱۱۵ | بلوط |
| ۱۵۷ | کرچک | ۱۱۷ | زعفران |
| ۱۵۹ | بارهنگ سرنیزه ای | ۱۱۹ | گل حسرت (سورنجان) |
| ۱۶۰ | اسطوقدوس | ۱۲۱ | کوله خاس |
| ۱۶۱ | داتوره | ۱۲۲ | سیر |
| ۱۶۳ | ذرت | ۱۲۴ | پیاز |
| ۱۶۵ | ریواس | ۱۲۶ | سپیدار |
| ۱۶۷ | واژه نامه | ۱۲۷ | جو |
| ۱۶۹ | منابع فارسی | ۱۲۹ | جو دو سر (یولاف) |
| ۱۷۰ | منابع لاتین | ۱۳۱ | مامیران |
| | | ۱۳۲ | بابونه |

مقدمه:

در حدود ۲۰۰ سال قبل زمانی که اولین داروهای شیمیایی به بازار عرضه شده و توسط پزشکان و اطباء آن زمان به کار گرفته شدند، برخی ها تصور می‌کردند عمر استفاده از گیاهان دارویی و کلا طب سنتی به سر آمده و کمتر کسی تصور می‌نمود بعد از چند دهه بهره‌گیری از گیاهان دارویی طب گیاهی بار دیگر مرسوم و متداول گردد. امروزه همگام با شیمی درمانی، نگرش به گیاهان دارویی به شکل علمی‌تر در قالب علمی به نام فارماکوگنوزی صورت می‌گیرد و در این بین به طور گسترده از تجربیات هربالیستها یا گیاهشناسان دارویی قدیم استفاده می‌شود. در این کتاب سعی شده است با رعایت بار علمی مسئله، گیاهان دارویی از جنبه‌های مختلف با بیانی ساده و قابل فهم برای عامه مردم مورد بررسی قرار گیرند. در اینجا وظیفه خود می‌دانم از زحمات دانشجوی عزیزمان آقای داوود ملک زاده و هنرمندگرامی آقای ایمانی که به ترتیب در تنظیم نمونه‌های هر بار یومی و تهیه فیلم و اسلاید از آنها اینجانب را یاری نمودند کمال تشکر و قدر دانی را بنمایم. انتقادات و پیشنهادات خود را می‌تواند به آدرس انتشارات یا به پست الکترونیکی Razavi_694@yahoo.com ارسال فرمائید.

سید مهدی رضوی

تابستان ۸۱

دم اسب (*Equisetum arvense*)

Family : Equisetaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با انشعابات نازک و برگ‌های بسیار کوچک فلسی شکل قسمتهای هوایی گیاه از یک ریزوم نازک منشأ می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی: در شمال کشور در نواحی مازندران و همچنین در آذربایجان در سراسر منطقه رویشی دارد.

ترکیبات شیمیایی: ترکیباتی همچون (اسید

سیلیسیک و ساپونین در دم اسب شناسایی شده است ولی در مورد مواد مؤثر آن به طور کامل تحقیقاتی صورت نگرفته است.

قسمت مورد استفاده:

جوانه‌های خشک شده گیاه

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان زخم‌ها: برای درمان زخم‌ها خصوصاً زخمهایی که دیر التیام می‌یابند می‌توان از عصاره جوانه‌های این گیاه بر روی موضع استفاده کرد.

۲- به عنوان مدر: جوشانده این گیاه را می‌توان به عنوان داروی ادرار آور استفاده نمود و از این رو در درمان نارسائیهای کلیه نقش بسزایی دارد.

۳- تقویت ریه‌ها: به نظر می‌رسد اسید سیلیسیک موجود در این گیاه ریه‌ها را تقویت نماید ولی این موضوع به اثبات نرسیده است.

یونجه *Medicago sativa*

Family: Leguminosae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است پایا با برگهای مرکب ۳ برگچه‌ای که دنداندار نیز می‌باشند. گل‌های آن درشت و به رنگ بنفش بوده و مشخصه اصلی گیاه میوه‌های گرد و مارپیچ نمای آن است.

انتشار جغرافیایی:

در سراسر ایران رویش دارد این گیاه هم دارای انواع وحشی بوده و هم به عنوان گیاه زراعی مورد کشت قرار می‌گیرد.

ترکیبات شیمیایی:

یونجه ماده مؤثر مشخصی ندارد فلذا حاوی آمینو اسیدهای مورد نیاز بدن از جمله فنیل آلانین، لیزین، آرژنین، میتیونین و... و انواع ویتامین از جمله ویتامین C، E، A و K می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ گیاه اصلی‌ترین قسمت مورد استفاده آن می‌باشد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- استحکام استخوانی بندی: علاوه بر اینکه یونجه به عنوان یک ماده سرشار از ویتامین و آمینو اسید به شمار می‌آید به طوری که حتی در برخی کشورهای جهان به مصرف تغذیه انسان می‌رسد می‌توان آنرا جهت رفع اختلالات استخوان بندی اطفال نیز استفاده نمود. شربتی که از پودر خشک یونجه تهیه می‌شود برای این منظور استفاده می‌گردد. این شربت از جوشاندن مقدار ۳۰۰ گرم پودر خشک گیاه در یک لیتر آب بدست می‌آید.

تاج الملوک *Aquilegia Vulgaris*

Family: Ranunculaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است پایا و چند ساله که برگهای آن سه قسمتی و به رنگ سبز تیره می‌باشند. گل‌های زیبا و درشت آن به رنگهای مختلف از جمله آبی، ارغوانی و سفید دیده می‌شوند. دم گل حالتی خمیده دارد و از این رو گل به شکل واژگون قرار می‌گیرد.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه را به شکل خودرو می‌توان در جنوب شرق ایران در نواحی سیستان مشاهده نمود ولی انواع زینتی آنرا در سراسر ایران پرورش می‌دهند.

ترکیبات شیمیایی:

ماده مؤثر معینی برای این گیاه شناسایی نکرده‌اند ولی در ساختار آن گلوکوزیدهای سیانوژن یعنی گلوکوزیدهای مولد اسید سیانیدریک یافت می‌شود.

قسمت مورد استفاده:

گل‌ها و دانه‌های این گیاه به عنوان دارو مورد مصرف قرار می‌گیرند.

اثرات دارویی و طرز استفاده:

۱- رفع خارش و التیام زخمها: برای رفع خارش بدن و التیام زخمها از تنطور گل گیاه استفاده می‌شود به این منظور ۴ گرم از گل‌های خشک گیاه را در ۳۰ گرم الکل سفید حل کرده و به موضع می‌مالند.

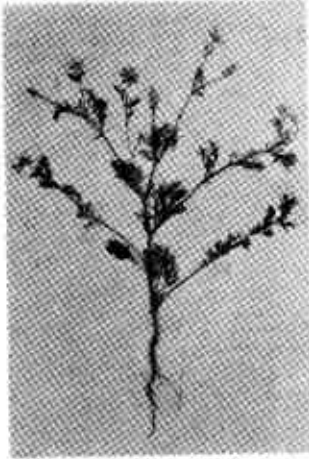
۲- رفع اگزما: در درمان اگزما می‌توان از تنطور گل‌های گیاه به موضع مالیده و اقدام به درمان نمود.

۳- به عنوان مدر و معرق: به این معذور می توان دم کرده ۴ تا ۷ گرم از دانه گیاه در یک لیتر آب جوش را یکبار در روز مصرف نمود. لازم به ذکر است در مصرف خوراکی گیاه مذکور باید جانب احتیاط رعایت شود زیرا به دلیل وجود گلوکوزیدهای سیانوزیک احتمال مسمومیت در مصرف زیاد آن وجود دارد.

گل آتشین *Adonis aestivalis*

Family: Ranunculaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگ‌های واجد بریدگی‌های رشته‌ای، گل‌های زیبای آن قرمز متمایل به نارنجی می‌باشند که بعد از خشک شدن زرد رنگ می‌شوند. این گیاه پراکنش وسیعی داشته و می‌توان آنرا در کنار معابر و کنار جاده‌ها و... مشاهده نمود.

انتشار جغرافیایی:

گیاه مذکور را می‌توان در بیشتر قسمت‌های ایران مشاهده نمود در اطراف تهران و کرج، در شمال کشور در شمال غرب در آذربایجان و در جنوب در نواحی بوشهر، اصفهان، شیراز و حتی بلوچستان رویش وسیعی دارد.

ترکیبات شیمیایی:

به نظر می‌رسد ماده مؤثره موجود در این گیاه دارویی ماده‌ای مشابه با آدونیدین باشد که در گونه *Adonis vernalis* یافت می‌شود البته اثر ماده یافت شده به مراتب کمتر از آدونیدین است. لازم به ذکر است آدونیس بهاره یا *Adonis vernalis* که گیاه دارویی بسیار عالی است در ایران رویش نداشته و بومی اروپاست.

قسمت مورد استفاده تقریباً تمامی قسمت‌های آن مورد استفاده قرار می‌گیرد خصوصاً سرشاخه‌های گلدار.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بیماری‌های قلبی: فراورده‌های آدونیس را می‌توان برای درمان بسیاری از ناراحتی‌های قلبی از جمله ورم ماهیچه‌های قلب (میوکاردیت)، تپش قلب، نارسائیهای

دریجه میترال و... به کاربرد، به این منظور می‌توان از دم کرده ۲ تا ۴ گرم آن در ۲۰۰ گرم آب مقطر که در روز چند بار مصرف می‌شود استفاده نمود. همچنین می‌توان عصاره تازه گیاه را مستقیماً مصرف نمود ولی با توجه به مزه بسیار تلخ آن بهتر است عصاره مذکور در کمی آب قند حل شده و مصرف شود.

۲- درمان سنگ کلیه: با توجه به اینکه آدونیس یک ادرار آوزی قوی می‌باشد مصرف دم کرده یا عصاره روان آن می‌تواند سنگ کلیه را درمان نماید.

۳- درمان یبوست: آدونیس را به شکل دم کرده یا عصاره روان می‌توان به عنوان ملین نیز مصرف نمود.

بسپایک *Polypodium vulgare* Family: Polypodiaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



این گیاه نوعی سرخس است با ریزم خزنده و برگهای ساده‌ای که بریدگیهای عمیقی دارند ولی بریدگیها به رگبرگ اصلی برگ نمی‌رسند. در سطح پائین برگ لکه‌های قهوه‌ای رنگی که سور (هاگینه) نامیده می‌شوند و اجتماعی از هاگدانها می‌باشند قرار گرفته‌اند.

انتشار جغرافیایی:

نواحی شمال ایران در حاشیه دریای خزر و همچنین نواحی مرطوب آذربایجان.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیب گلیکوزیدی موسوم به پلی پودین ماده مؤثر اصل این گیاه را تشکیل می‌دهد.

قسمت مورد استفاده:

ساقه زیرزمینی یا ریزوم خشک گیاه

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست: گرد ریزوم بسپایک را به عنوان مسهل می‌توان روزی ۲ - ۴ بار و هر بار به میزان ۲ گرم مصرف نمود.

۲- درمان برونشیت: برای درمان التهابات مجاری تنفسی همچون برونشیت می‌توان جوشانده ریزوم بسپایک را استفاده نمود. زیرا این ماده اثر خلط‌آور دارد به این منظور یک قاشق غذاخوری از ریزوم خرد شده گیاه را در نیم لیتر آب جوشانده و بعد از سرد شدن مصرف می‌نمایند.

Melilotus officinalis اکلیل**Family: Leguminosae****مشخصات گیاه شناسی:**

گیاه مذکور شباهت زیادی به گیاه یونجه دارد و در صورتی که در مرحله گلدهی نباشد کاملاً شبیه به آن به نظر می‌رسد. دارای برگ سه برگچه‌ای دندانه دار بوده و گل‌های زرد رنگ آن در گل آذینهای خوشه قرار می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی:

در بیشتر نقاط ایران از جمله آذربایجان، نواحی

مرکزی چون اصفهان و تهران و حتی در جنوب کشور از جمله سیستان می‌توان این گیاه مشاهده نمود. انتشار آن به حدی است که نه تنها در عرصه‌های طبیعی، در داخل شهرها در کنار معابر و خیابانها هم می‌توان آنرا مشاهده کرد.

ترکیبات شیمیایی:

در گیاه تازه و خوشبو ماده کومارین وجود دارد که اثرات دارویی گیاه به آن نسبت داده می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده:

سر شاخه گلدار و دانه‌های گیاهی

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- عامل ضد انعقاد خون: اکلیل مهمترین اثرش جلوگیری از انعقاد خون است و از اینرو در مواردی چون انسداد مجاری سیاهرگ مورد استعمال دارد. بدین منظور از جوشانده گیاه مذکور استفاده می‌شود. به طوری که مقدار ۳ تا ۵ گرم از گلها یا برگهای خشک گیاه را در یک فنجان آب جوشانیده و روزی ۲ تا ۳ فنجان مصرف می‌نمایند.

- ۲- رفع جوشها و التهاب خارجی: برای درمان جوشها و یا هر نوع التهاب خارجی مخصوصاً التهابات و تورم پلک‌ها از ضماد یا پماد آن استفاده می‌شود. به این منظور مقدار ۳۰ تا ۵۰ گرم سرشاخه گلدار گیاه را در شیر جوشانده و پس از سرد شدن بر روی موضع می‌مالند.
- ۳- رفع التهابات مجاری تنفسی: در التهابات مجاری تنفسی مثل برونشیت با توجه به خاصیت خلط‌آوری این گیاه مصرف دم‌کرده آنرا توصیه می‌نمایند. به طوری که یک قاشق غذاخوری از پودر خشک هر قسمت از گیاه را در نیم لیتر آب جوشانده و میل می‌نمایند.

زرشک *Berberis vulgaris***Family: Berberidaceae**

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است درختچه‌ای و خاردار با برگهایی که کناره آنان به خارهای کوچکی ختم می‌شود و میوه کوچک رنگ و قرمز آن مزه ترش ملایمی دارد.

انشار جغرافیایی:

در قسمت‌های شمال و شمال غرب کشور این درختچه را می‌توان یافت. در گیلان در منطقه

رودبار در آذربایجان در مناطق اطراف تبریز و اسکو و در بعضی نواحی خراسان پراکنش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ماده مؤثر اصلی آن آکالوئید بربرین است که مقدار آن در پوست گیاه بیشتر بوده تا ۱/۷٪ نیز می‌رسد.

قسمتهای مورد استفاده: بیشتر قسمت‌های گیاه از جمله پوست، برگها و میوه آن اثرات دارویی قابل توجه دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع بیماریهای صفراوی: برای کسانی که از گرفتگی کیسه صفرا رنج شدید می‌برند مصرف دم کرده میوه زرشک توصیه می‌شود. همچنین می‌توان پودر ساقه خشک شده آن را روزی چند بار به میزان ۱ قاشق غذاخوری مصرف نمود.

۲- درمان اسکوربوت و خونریزی لثه: با توجه به اینکه میوه زرشک حاوی مقادیر فراوان ویتامین C می‌باشد در ناراحتیهایی که ناشی از کمبود این ویتامین می‌باشد از جمله

بنفشه سه رنگ *Viola tricolor*

Family: *Violaceae*

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی علفی است با برگهای قلبی تا سرنیزه‌ای شکل که واجد بریدگیهای عمیق می‌باشند. گلها زرد یا چند رنگی هستند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه به طور طبیعی در شمال کشور می‌روید ولی با توجه به اینکه امروزه به عنوان یک گل زینتی در باغچه‌ها کاشته می‌شود می‌توان آنرا در اکثر نقاط کشور مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

در تمامی قسمت‌های بنفشه سه رنگ مشتقات اسید سالیسیلیک و فلاونوئیدها وجود دارد. قسمت مورد استفاده: عموماً سه شاخه گلدار گیاه به عنوان دارو مورد مصرف قرار می‌گیرد و گاهاً از ریشه آن نیز استفاده می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان خلط آور: بنفشه سه رنگ چون دارای خاصیت خلط آوری است در درمان برخی التهابات دستگاه تنفسی مثلاً برونشیت کاربرد دارد. برای این منظور بهتر است دو قاشق غذاخوری از پودر خشک گیاه را در نیم لیتر آب جوشانده و با اضافه کردن مقداری شیر و عسل به آن آنرا میل نمایند.

۲- رفع جوشهای صورت و بثورات جلدی: دم کرده گیاه مذکور را بعد از تغلیظ به صورت کمپرس برای درمان بیماریهای پوستی می‌توان استفاده نمود.

۳- درمان رماتیسم: برای درمان رماتیسم می‌توان از کمپرس دم کرده گیاه بر روی موضع



روزی دو بار استفاده نمود.

۴- به عنوان مدر: گیاه مذکور یک ادرار آور بوده و از اینرو برای تصفیه خون نیز می توان از آن استفاده نمود به این منظور نیز از دم کرده گیاه مذکور با مصرف خوراکی استفاده می شود.

نیلوفر آبی *Nymphaea alba*

Family: Nymphaeaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی و آبی با برگهای بسیار بزرگ گرد و شناور در سطح آب که از ریزوم مدفون شده در بستر آب منشأ می‌گیرند و دارای دم‌برگ بسیار بلند می‌باشند. گل‌های این گیاه سفید رنگ و بسیار درشت بوده و خارج از آب تشکیل می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

نیلوفر آبی را می‌توان در آبها و برکه‌های شمال ایران یافت.

ترکیبات شیمیایی:

در تمامی اعضاء این گیاه املاح معدنی مختلف، تانن، اسید گالیک، اسید تانیک و در جوانه‌های گل و دانه‌های این گیاه آلکالوئید نوفارین وجود دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

تمامی قسمتهای گیاه از جمله ریزوم، گل، دانه و برگها مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- جلوگیری از احتلام شبانه: مصرف ۰/۲ گرم عصاره رقیق این گیاه در روز از احتلام شبانه جلوگیری کرده همچنین تحریکات شدید قوای جنسی را تسکین می‌دهد.

۲- درمان سیلان منی: جوشانده ریزوم نیلوفر آبی از سیلان منی جلوگیری می‌کند.

۳- جلوگیری از جاری شدن خونریزی حیض: مصرف تخم نیلوفر به شکل جوشانده در این مورد پیشنهاد شده است.

۴- به عنوان مخدر و آرام بخش: جوشانده گل‌های نیلوفر آبی خاصیت مخدری داشته و در شکم دردهای شدید تجویز می‌گردد. همچنین می‌توان به عنوان خواب آور نیز از آن استفاده نمود.



داروش *Viscum album* Family: Loranthaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



داروش گیاهی است انگلی ولی سبز رنگ که بر روی شاخه‌های بسیاری از درختان برگ ریز چون سیب، گلابی و... زندگی می‌کند. ریشه‌های مکنده این گیاه که اصطلاحاً هاستوریوم نامیده می‌شوند به داخل چوب درختان میزبان نفوذ کرده و مواد معدنی و آب را از آنان می‌مکند. داروش دارای برگهای چرمی می‌باشد که به حالت متقابل قرار گرفته‌اند.

انتشار جغرافیایی:

داروش در غالب جنگلهای ایران مخصوصاً جنگلهای مازندران، بندرگز و... بر روی درختان مشاهده می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه دارای یک آلبومین حساسی به حرارت به نام ویسکوتوکسین و همچنین مشتقات کولین می‌باشد.

قسمتهای مورد استفاده:

شاخه‌های پر برگ جوان یا خشک شده گیاه

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان فشار خون: مهمترین خاصیت دارویی داروش درمان فشار خون می‌باشد خصوصاً جوشانده شاخه‌های پر برگ و جوان داروش در این بین بیشترین تأثیر را دارد.
- ۲- باز دارنده رشد تومورهای سرطانی: با استعمال خارجی ضماد تهیه شده از شاخ و برگ جوان داروش از رشد تومورها جلوگیری می‌شود. البته این عمل باید تحت نظر پزشک انجام می‌شود.

کیسه کشیش *Capsella bursa-pastoris*

Family: Crucifera

مشخصات گیاه‌شناسی:



برگهای تحتانی و قاعده‌ای گیاه دراز و عموماً دندانه‌دار یا دارای بریدگیهای عمیق هستند. برگهای فوقانی باریک و نیزه‌ای و بدون بریدگی یا دندانه می‌باشند. گل‌های بسیار ریز و سفید رنگ آن در گل آذینهای خوشه متراکم قرار گرفته‌اند. مشخصه اصل این گیاه میوه‌های کوچک و مثلثی شکل آن است.

انتشار جغرافیایی:

در تمامی نقاط ایران در اطراف تهران، استانهای گیلان و آذربایجان و مناطق غرب کشور چون کردستان و کرمانشاه این گیاه رویش دارد. این گیاه انتشار وسیعی در مزارع کشاورزی و حتی در داخل شهر در کتاب معابر و اماکن دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیباتی چون تانن، اسید بورساسیک که نوی ال‌کالوئید است و کولین از مهمترین ترکیبات شیمیایی گیاه به شمار می‌آید.

قسمتهای مورد استفاده:

گیاه شکوفه دار خشک قسمت مورد استفاده دارویی است.

- ۱- قطع خونریزی: کیسه کشیش به عنوان داروی بند آورنده خون مصرف دارد این ویژگی به دلیل قابلیت آن در انقباض عروق است. به این جهت مصرف جوشانده آن متشکل از ۱ - ۲ قاشق از گیاه خشک در یک لیتر آن به صورت خوراکی توصیه می‌شود.
- ۲- درمان خونریزی زنانه: به دلیل قابلیت انقباض عروق در درمان خونریزیهای بین دوران

قاعدگی می‌توان کیسه کشیش را مصرف نمود. به طوریکه مصرف یک قاشق چای خوری از پودر خشک گیاه در هر ساعت این ناراحتی را رفع می‌کند. طبق نظر اطباء قدیم مصرف دو روز گیاه مذکور با روش فوق این ناراحتی را کاملاً رفع می‌کند.

شاهتره *Fumaria parviflora*

Family: Fumariaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای کم و بیش سبزرنگ که شدیداً منقسم بوده و بریدگیهای نازک و باریک دارند. گل‌های آن به رنگ سفید یا صورتی بر روی گل آذینهای خوشه مستقرند. میوه کوچک مدور یا بیضوی شکل بوده و از نوع فندقه می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

مناطق وسیعی از ایران از جمله مناطق حاشیه

دریای خزر، آذربایجان، فارس، خراسان و قسمتهای مرکزی چون تهران محل رویش این گیاه می‌باشد. البته گونه دارویی اصلی *Fumaria officinalis* است که در ایران رویش ندارد ولی گیاه شاهتره ایرانی نیز تا حدودی اثرات آن را دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیبات شیمیایی مختلف چون اسید فرماریک، فوماریک و اسید سوکینیک را در قسمتهای مختلف شاهتره می‌توان یافت.

قسمتهای مورد استفاده:

کلیه قسمتهای گیاه مخصوصاً سر شاخه گلدار آن مورد استفاده دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تصفیه خون: از عرق شاهتره که به شکل سنتی تهیه می‌شود می‌توان جهت تصفیه خون استفاده نمود. البته از جوشانده گیاه نیز می‌توان به این منظور استفاده نمود.

۲- مدر و معرق: به عنوان داروی معرق و ادرار آور می‌توان جوشانده شاهتره را مصرف نمود. جوشانده یا دم کرده ۵۰ تا ۶۵ در هزار از گیاه خشک که روزانه به مقدار یک فنجان

قبل از وعده غذایی مصرف می‌شود به این منظور استفاده می‌شود.

۳- درمان تبخال: جوشانده ۶۰ در هزار گیاه خشک را می‌توان برای درمان تبخال و دیگر بیماریهای پوستی به شکل خارجی مصرف نمود. باید متذکر شد برای حصول نتیجه مطلوب در درمان بیماریهای پوستی باید درمان را مدتی ادامه داد.

اسپرک *Reseda lutea* Family: Resedaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

اسپرک گیاهی است علفی با برگهای ساده که به دلیل داشتن بریدگی ۳ تایی به نظر می‌رسند. گل‌های زرد رنگ و کوچک گیاه بر روی گل آذینهای خوشه مستقرند. میوه گیاه کپسولی است که دهانه آن باز می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

گسترش جغرافیایی اسپرک در شمال شرق کشور در ناحیه خراسان در اطراف مشهد، قوچان و بجنورد و در کل منطقه شمال غرب کشور در ناحیه آذربایجان است.

ترکیبات شیمیایی:

مهمترین ترکیب شیمیایی این گیاه لوتئونین است که رنگ زرد گل‌های گیاه نیز به سبب وجود این ترکیب گلوکوزیدی می‌باشد. در زمانهای گذشته با استخراج این رنگ از دانه گیاه از آن در صنعت رنگرزی استفاده می‌شد. البته در حال حاضر نیز از گیاه خشک اسپرک می‌توان لاک زرد تهیه نمود.

قسمتهای مورد استفاده:

ریشه و سرشاخه گلدار گیاه اسپرک مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استفاده:

- ۱- درمان بی‌اشتهایی: دم کرده ریشه گیاه اسپرک اثر اشتها آور دارد.
- ۲- درمان آسکاریس و کرمک: از قدیم الایام از دم کرده سرشاخه‌های گلدار گیاه اسپرک برای دفع کرم‌های انگلی روده همچون آسکاریس و کرمک استفاده می‌شده است. البته امروزه با توجه به کارایی بسیار زیاده‌تر داروهای شیمیایی در درمان این عوارض این داروها استفاده می‌شود.



جفجفک *Vaccaria pyramidata*

Family :Caryophyllacea

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگ‌های ساده بیضوی شکل و ساقه‌ای که انشعابات دو تایی دارد. گل‌های زیبای آن به رنگ صورتی یا گلی روشن می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

شمال و شمال غرب کشور، غرب و جنوب ایران انتشار جغرافیایی این گیاه را تشکیل می‌دهد و از این رو این گیاه را در بیشتر نقاط کشور از

جمله گیلان، آذربایجان، کرمانشاه، سیستان و... می‌توان مشاهده کرد.

ترکیبات شیمیایی:

تمامی بخش‌های این گیاه دارای ترکیبی موسوم به ساپونین می‌باشند.

قسمت مورد استفاده: دانه‌ها و ریشه این گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان آگزما و تسکین خارش: کمپرس جوشانده ریشه‌های جفجفک در درمان آگزما و خارش پوست مؤثر است. لازم به ذکر است از این خاصیت گیاه بیشتر در هندوستان استفاده می‌شود و در ایران زیاد معمول نیست.

۲- درمان آنژین: غرغره نمودن جوشانده ریشه این گیاه برای درمان آنژین گلو پیشنهاد شده است.

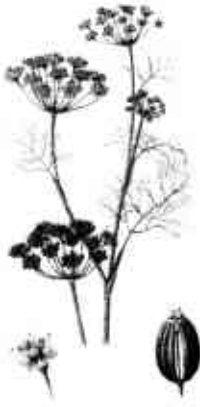
۳- درمان کرمک: در هندوستان با تنقیه نمودن جوشانده ریشه جفجفک اقدام به دفع انگل از روده می‌نمایند. در ایران این روش درمان معمول نیست.

۴- اثر ادرار آور: دانه‌های گیاه هم به عنوان مدر هم به عنوان معرق مورد استفاده دارد. به این منظور دانه‌های گیاه به شکل خوراکی مستقیماً مصرف می‌شوند.

زیره *Carum Carvi* Family: Umbelliferae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی و دوساله که در سال اول ۲-۳ برگ شانه‌ای قاعده‌ای و در سال دوم ساقه حاوی برگهای کم به وجود می‌آورد. گلها سفید و کوچک بوده و در گل آذینهای چتر قرار گرفته‌اند. میوه گیاه که شیزوکارپ نامیده می‌شود. به شکل مستطیل و به طول ۳-۵ سانتی متر می‌باشد.



انتشار جغرافیایی:

زیره در نواحی شمال غربی ایران در مناطق البرز و نواحی جنوبی در بلوچستان می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

در دانه‌های زیره اسیدفرمیک، اسید استیک، مواد رزینی، موسیلاژ و تانن و اسانس به نام کارون یافت می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده:

دانه گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تحریک ترشح شیرهای گوارشی: اسانس کارون موجود در دانه زیره ترشح شیرهای گوارشی را تحریک می‌نماید و از اینرو دانه‌های زیره برای درمان تنبلی دستگاه گوارشی سوء هاضمه، درمان بی‌اشتهایی و درد معده و روده مصرف می‌شود. در این موارد مصرف دانه‌های زیره به شکل جویدن توصیه می‌شود. همچنین از دم کرده میوه نیز می‌توان استفاده نمود.

۲- درمان ورم بیضه، ورم زیر پلک چشم و خون مردگیها: در تمامی این موارد گرد دانه‌های و زیره را با روغن زیتون و عسل مخلوط کرده و به شکل ضماد بر روی موضع قرار می‌دهند.

گزنه سفید *Lamiun album*

Family: Labiatae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با دو نوع ساقه هوایی چهار گوش و ساقه زیرزمینی که برگهای بیضوی شکل به حالت متقابل بر روی ساقه‌های هوایی و خزنده قرار می‌گیرند. گل‌های سفید رنگ و کوچک گیاه در دسته‌جات ۶-۱۶ تایی به شکل چرخه‌ای یا فراهم در هر بند ساقه قرار دارند.

انتشار جغرافیایی:

شمال و شمال غربی ایران یعنی استانهای گیلان، تهران و آذربایجان محل رویش طبیعی این گیاه می‌باشد.

ترکیبات شیمیایی:

گزنه سفید حاوی اسانس فرار، تانن، موسیلاژ و فلاوینوئیدها می‌باشد.

قسمتهای مورد استفاده:

سرشاخه گلدار و خشک گیاه

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تنظیم‌کننده اعمال روده: گزنه سفید تنظیم‌کننده حرکات و اعمال روده بوده و از این رو از آن هم می‌توان برای درمان اسهال و هم یبوست استفاده نمود. جوشانده ۱-۲ قاشق غذاخوری سرشاخه گلدار گیاه که بعد از سرد شدن مصرف می‌شود در این مورد پیشنهاد شده است.

۲- تنظیم دوره‌های ادرار: جوشانده گزنه سفید با خاصیت پیش آب آور دوره‌های ادراری را تنظیم می‌نماید.

- ۳- درمان ناراحتیهای زنانه: جوشانده سرشاخه گلدار گزنه سفید برای تنظیم دوره‌های عادت ماهیانه خانمها و دختران جوان و شیر تازه گیاه نیز با مصرف خوراکی برای رفع ترشحات زنانه تجویز می‌گردد.
- ۴- التیام زخمها: استعمال خارجی دم کرده گیاه بر روی زخمها باعث التیام آنان می‌گردد.

خاکشیر *Sisymbrium Sophia*

Family: cruciferae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی علفی است که برگهای آن بریدگیهایی به شکل ۲ شانهای دارند. گلها زرد رنگ بوده. و در گل آذینهای خوشه قرار می‌گیرند. میوه خورجین ۱ - ۱/۵ سانتی متری است که دارای دانه‌هایی به رنگ زرد نارنجی است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه را به طور گستره می‌توان در تمامی نقاط ایران به طور خودرو مشاهده نمود.

قسمت مورد استفاده:

دانه‌های زرد نارنجی گیاه واجد خاصیت دارویی می‌باشد.

ترکیبات شیمیایی:

به نظر می‌رسد در گیاه مذکور نیز مثل گیاهان تیره شب بو گلوکوزیدهای گوگرد دار وجود داشته باشد. مزه مخصوص این گیاهان نیز که کمی سوزش آور است به خاطر وجود این ترکیبات می‌باشد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع یبوست: برای درمان یبوست و به عنوان ملین می‌توان دانه‌های خاکشیر را مصرف نمود. به این منظور مقداری از دانه‌ها را در آب خیسانده و همراه با کمی شکر صبح ناشتا می‌خورند.

۲- درمان ترشحات زنانه: در این مورد نیز همانند مورد قبل می‌توان از دانه‌های گیاه خاکشیر به طور مستقیم مصرف نمود.

- ۳- التیام زخمها و جراحات: کمپرس عصاره گیاه به روی نواحی زخم اثر التیام بخش دارد.
- ۴- سردکننده عمومی بدن: از قدیم الایام از دانه‌های خاکشیر که در قند آب حل می‌شوند شربت مطبوعی تهیه می‌شود که غالباً در فصل تابستان جهت خنک شدن مصرف می‌شود. به طوری که حتی توسط دست فروشان دوره‌گرد نیز این شربت عرضه می‌شود.

کور *Capparis Spinosa* Family: Capparidaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است خاردار که به شکل بوته‌ای رویش دارد و غالباً انشعابات آن بر روی زمین گسترده می‌باشند. گل‌های درشت آن به رنگ سفید مایل به گلی بوده و منظره زیبایی به گیاه می‌بخشند. در داخل گل پرچم‌های فراوان گل که میله ارغوانی رنگ بلندی دارند دیده می‌شود. میوه‌های این گیاه را که اصطلاحاً هندوانه ابوجهل می‌نامند جهت تهیه ترشی به کار می‌برند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه را می‌توان در بیشتر نقاط کشور در دامنه‌های البرز، شمال شرق کشور، شمال غرب، بلوچستان و شیراز مشاهده کرد.

ترکیبات شیمیایی:

مهمترین ترکیب شیمیایی این گیاه اصطلاحاً کاپاری روتین نامیده می‌شود. در ضمن در ریشه و جوانه‌های مولد گل گیاه ترکیباتی چون پکتین، ساپونین و نوعی اسانس و یک ماده رزینی وجود دارد.

قسمت مورد استفاده:

میوه، ریشه و پوست گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان توقف قاعدگی: از جوشانده پوست ریشه گیاه برای باز شدن خون ریزی قاعدگی در دختران جوان که قاعدگی در آنان متوقف شده است استفاده می‌شود.

- ۲- درمان نقرس: جوشانده پوست ریشه گیاه در درمان کم خونی و رنگ پریدگی مخصوصاً در دختران جوان مورد مصرف دارد.
- ۴- به عنوان مدر: از جوشانده پوست ریشه‌های کور به عنوان یک ادرارآور نیز استفاده می‌شود.

Nasturtium officinal (علف چشمه)

Family: Cruciferae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی آبزی است که در داخل چشمه‌های آب شیرین به حالت خود رو یافت می‌شود. ساقه گیاه گوشتی و غالباً خوابیده است و برگهای آن مرکب و متشکل از چند قطعه نامنظم بیضوی شکل می‌باشند. گل‌های کوچک سفید رنگ آن در گل آذینهای خوشه قرار گرفته و در نهایت به میوه‌های خورجین تبدیل می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

در چشمه‌ها و جریان‌های آب کوچک بیشتر نقاط کشور می‌توان علف چشمه را مشاهده نمود. در شمال کشور در آذربایجان در نواحی مرکزی و حتی جنوبی ایران می‌توان گیاه مذکور را مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه از لحاظ انواع ویتامینها همچون ویتامین A، C، D و همچنین املاح معدنی مورد نیاز بدن همچون آهن، ید، کلسیم غنی می‌باشد.

قسمت مورد استفاده:

تمامی قسمت‌های گیاه واجد خاصیت دارویی بوده و از آن استفاده می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان خونریزی لثه‌ها: این گیاه به دلیل داشتن ویتامین C در درمان عوارض بیماری اسکوربوت همچون خونریزیهای لثه، خونریزیهای زیر جلدی و... به کار می‌رود. به این منظور گیاه را به شکل خام مصرف می‌نمایند زیرا جوشاندن یا دم کردن آن باعث از بین

رفتن برخی ترکیبات شیمیایی مفید گیاه می‌شود. در برخی نقاط کشور همچون اردبیل گیاه مذکور را همراه با غذا به عنوان دسر و سبزی خوراکی مصرف می‌نمایند.

۲- درمان بی‌اشتهایی: گیاه تازه و یا شیره آنرا می‌توان برای رفع بی‌اشتهایی مصرف نمود.

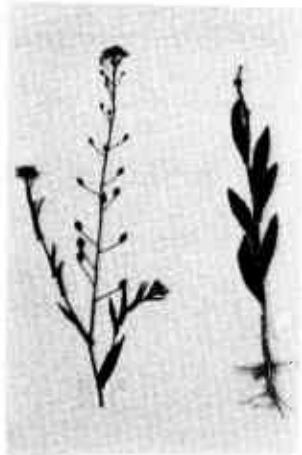
۳- درمان برونشیت: بولاغ اوتی با توجه به خاصیت خلط‌آورش در درمان التهابات دستگاه تنفسی همچون برونشیت مزمن و... به کار می‌رود. به این منظور از جوشانده سرد گیاه می‌توان استفاده نمود.

لازم به تذکر است با توجه به اینکه مواد مؤثره بولاغ اوتی موجب انقباض و اسپاسم شدید ماهیچه‌های صاف بدن می‌شود نباید برای زنان آبستن به هیچ عنوان تجویز کرد.

کاملینا *Camelina sativa*

Family: Cruciferae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با برگهای باریک و دراز که فاقد دمبرگ بوده و ساقه را در آغوش می‌گیرند (برگ ساقه آغوش)، گل‌های گیاه زرد رنگ بوده و گیاه دارای میوه‌های گلابی شکل می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی غرب و شمال غرب ایران می‌روید و می‌توان آنرا در منطقه آذربایجان در

اطراف تبریز، میشوداغ، ارومیه و در غرب در منطقه همدان... یافت.

ترکیبات شیمیایی:

دانه این گیاه مقادیر زیادی ترکیبات روغن به همراه دارد و می‌توان انواع اسیدهای چرب از جمله اسید آلئیک، پالمیتیک اسید و اسید لینولئیک را در آن یافت.

قسمتهای مورد استفاده:

دانه گیاه اصلی‌ترین قسمت گیاه است که خاصیت دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان ملین: دانه‌های گیاه به دلیل داشتن اسیدهای چرب فراوان اشباع و غیر اشباع مسهل بوده و به عنوان ملین جهت رفع یبوست و سهولت دفع مدفوع به کار می‌رود. به این منظور می‌توان مستقیماً دانه‌های گیاه را به شکل خوراکی مصرف نمود.

۲- درمان ترک پوست: به دلیل وجود انواع اسیدهای چرب روغن دانه‌های گیاه اثر نرم کننده روی پوست بدن داشته و در درمان ترک پوست به کار می‌رود. حتی می‌توان از روغن دانه‌های این گیاه صابونهای ویژه‌ای را نیز تولید نمود که این صابونها قابلیت نرم کنندگی

پوست بدن و لطیف نمودن آنرا دارند. در حالت کلی می توان گفت صابون ترکیبی است که از واکنش یک قلیای قوی چون سود با اسیدهای چرب حاصل می شود و به دلیل داشتن یک بخش قطبی که در آب حل می شود. و بخش غیر قطبی که در ذرات چرک قرار می گیرد قابلیت معلق نمودن ذرات چرک و در نتیجه خاصیت پاک کنندگی را دارا هستند.

نسترن *Rosa canina*

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



نسترن در ختچه‌ای خاردار است با برگهای تک شانه‌ای که هر کدام از برگچه‌ها بیضوی شکل بوده، در حاشیه شدیداً دندانه دار هستند. گلها سفید تا صورتی رنگ بوده و میوه گیاه قرمز رنگ است و به عنوان یک میوه کاذب شناخته شود زیرا از گوشتی شدن کاسه گل به وجود می‌آید.

انتشار جغرافیایی:

نسترن به حالت خود رو در نواحی البرز، کرج و مناطق مختلف آذربایجان می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

جداره میوه گل نسترن حاوی مقادیر فراوانی ویتامین C، اسید سیتریک، اسید مالیک، قند و موسیلاژ است.

قسمتهای مورد استفاده:

میوه تازه یا خشک گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع حالت سستی در بدن: مصرف قسمت گوشتی میوه نسترن و یا جوشانده میوه خشک آن باعث از بین رفتن سستی بدن شده و مقاومت عمومی بدن را در مقابل بیماریها خصوصاً سرما خوردگی و آنفولانزا افزایش می‌دهد.

۲- درمان التهاب کلیه و خیز عمومی: نسترن به عنوان یک پیشاب آور ملایم شناخته می‌شود و از این رو جوشانده آن در درمان التهابات خفیف کلیه و آب آوردن انساج استفاده می‌شود.

Amygdalus Communis بادام

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی درختی است با برگهای تقریباً بیضوی تا کشیده و گل‌های سفید رنگی که از نظر ظاهری شباهت زیادی به گل‌های دیگر گیاهان درختی تیره گل سرخ همچون گلابی، آلو، گیلاس و... دارد.



میوه گیاه از نوع شفت می‌باشد که حاوی مغز بسیار مغزی است.

انتشار جغرافیایی:

در سراسر کشور به عنوان یک درخت میوه کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

مغز میوه بادام حاوی انواع ویتامینها از جمله ویتامین H و B، املاح معدنی، قند و مقادیر فراوانی فسفر بوده همچنین گلوکوزیدی به نام آمیگدالین در آن وجود دارد که بسیار سمی است. این ترکیب در بادام تلخ به مراتب بیشتر بوده و در اثر هیدرولیز تولید اسید سیانیدریک می‌نماید که بسیار کشنده است.

قسمتهای مورد استفاده:

مغز میوه بادام و روغن استخراج شده از آن خواص دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بواسیر: ضماد تهیه شده از روغن مغز بادام مخلوط با تخم مرغ اگر در محل بواسیر قرار داده شود تورم آن را بر طرف نموده و درد ناشی از آنرا تسکین می‌دهد.

۲- حفظ طراوت و شادابی پوست: روغن بادام باعث طراوت و شادابی پوست شده و از

پوسته پوسته شدن آن جلوگیری می‌کند.

۳- درمان ترک پوست: برای رفع ترک پوست روغن بادام را با مقدار برابر کره کاکائو مخلوط نموده بعد از قرار دادن در حمام آب جوش به خوبی می‌سایند به این ترتیب پمادی بدست می‌آید که از آن برای رفع ترک پوست استفاده می‌شود.

۴- تسکین درد گوش: روغن بادام مسکن درد گوش بوده و از طرف دیگر باعث نرمی پرده صماخ می‌شود. در این موارد بهتر است نصف قاشق مرباخوری روغن بادام شب هنگام و فقط یک بار در هفته در گوش چکانده شود.

علف چای *Hypericum perforatum*

Family: Hypericaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



علف چای که به آن گل راعی نیز می‌گویند گیاهی است علفی با ساقه‌هایی که در قاعده منشعب هستند. برگهای بیضوی آن بر سطح خود نقاط کوچکی دارند که همان غدد ترش‌حی بوده و به دلیل وجود این لکه‌ها اگر برگ در مقابل نور گرفته شود نور را از خود عبود می‌دهد. گل‌های زرد رنگ گیاه در گل آذینهای دیهیم قرار می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه غالباً در شمال و شمال غرب کشور رویش دارد. در شمال در نواحی مختلف البرز، راه چالوس، کرج و در شمال غرب در اطراف ارومیه، تبریز و میشو داغ وجود آن گزارش شده است.

ترکیبات شیمیایی:

مهمترین ترکیب شیمیایی این گیاه رنگدانه قرمزی موسوم به هیپریسین می‌باشد که این ماده عامل پیدایش حساسیت به نور در دام‌هایی است که از این گیاه مصرف می‌نمایند.

قسمت مورد استفاده:

گل‌های تازه و سرشاخه دار گل‌دار گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- التیام زخمها و درمان خون مردگیها: برای درمان خون مردگیها و التیام و بهبود زخمها می‌توان با استفاده از علف چای داروی مفیدی تهیه نمود. به این منظور مقدار ۱۰۰ گرم از سر شاخه گلدار تازه گیاه را در ۲۵۰ گرم روغن زیتون خیسانده و به مدت دو هفته در

مجاورت نور خورشید قرار می‌دهند و بعد از این مدت آن را صاف نموده و به شکل خارجی در محل زخم یا خون مردگی می‌مالند.

۲- **درمان قاعدگیهای نامنظم:** دم کرده ۱۵ تا ۳۰ گرم در هزار سرشاخه گلدار گل راعی که روزی به میزان یک فنجان قبل از هر وعده غذا مصرف می‌شود برای درمان قاعدگیهای نامنظم توصیه می‌شود.

۳- **مسکن اعصاب:** دم کرده سرشاخه گلدار علف چای اثر قابل توجهی در رفع سر دردهای عصبی و سر دردهای ناشی از میگرن، سیاتیک صرع و... دارد. دم کرده آن نیز با همان روشی که عنوان شد تهیه می‌گردد.

۴- **درمان ناراحتیهای گوارشی:** دم کرده گیاه را می‌توان برای درمان برخی ناراحتیهای گوارشی چون اسهالهای ساده، صفراو... نیز استفاده نمود.

درخت گز *Tamarix galica*

Family: Tamaricaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است درختچه‌ای که برگهای بسیار ریز فلسی شکل آن به شکل بسیار فشرده به هم قرار گرفته‌اند. گل‌های گیاه سفید تا صورتی رنگ بوده و بر روی شاخه‌های متمایل به قرمز آن قرار گرفته‌اند

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در آذربایجان در اطراف دریاچه ارومیه،

در اصفهان نزدیک با تلاق گاوخونی در کرمان نزدیک کوه سیرج و همچنین در سیستان در اطراف زاهدان رویش دارد. در قسمتهای مرکزی و کویری ایران می‌توان علاوه بر این نوع گز انواع گونه‌های گز را مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

پوست درختچه گز واجد اسید گالیک که نوعی ترکیب فنلی است بوده و در برگهای آن نیز می‌توان ماده اسکولین را یافت.

قسمتهای مورد استفاده:

پوست درختچه گز مهمترین قسمتی از گیاه است که خاصیت دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **درمان اسهال:** پوست این گیاه به علت داشتن ترکیبات تانن اثر قابض داشته و از این رو در درمان اسهال می‌توان از آن بهره جست. به این منظور جوشانده ۱۵ تا ۳۰ در هزار پوست گیاه که به شکل خوراکی مصرف می‌شود توصیه می‌گردد.

۲- **درمان بیماریهای سینه:** از این گیاه نوعی پلی‌ساکارید موسوم به گزانگبین ترشح

می‌شود که از این ماده هم در تهیه شیرینی استفاده می‌شود و هم در مداوای بیماریهای سینه می‌توان از آن استفاده نمود.

۳- درمان سوختگیها: برای مداوای سوختگیهای مختلف می‌توان خاکستر درختچه گز را که از سوزاندن آن بدست می‌آید در محل سوختگی استعمال نمود.

۴- بند آورنده خون: با توجه به اینکه درختچه گز در مناطق خشک رویش دارد در این مناطق مثلاً در عربستان از شیرۀ تغلیظ شده آن جهت بند آوردن خون در زمان خونریزی استفاده می‌نمایند.

Raphanus Sativus ترب

Family: Cruciferae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی دارای برگهایی با قطعات نامنظم و ریشه غده‌ای به رنگ سفید، قرمز یا سیاه که همان ترب یا تربچه خوراکی است. گل‌های سفید، صورتی یا مایل به بنفش بوده و میوه گیاه همانند سایر گیاهان تیره شب بو خورجینی است که به نوک نسبتاً درازی ختم می‌شود.



انتشار جغرافیایی:

این گیاه زارعی بوده و در سراسر کشور کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

برگ و ریشه ترب سیاه، سفید و قرمز که همان تربچه می‌باشد حاوی ویتامینهای گروه B و ویتامین C می‌باشند. از طرف دیگر در ریشه انواع ترب گلوکوزیدهای گوگرددار به فراوانی وجود دارند که بوی خاص آنها در هنگام خوردن نیز به دلیل وجود این ترکیبات می‌باشد که در اثر تجزیه تولید گاز H_2S می‌نمایند.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ، ریشه متورم و تخم ترب مصارف دارویی فراوانی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان خارش چشم و تقویت آن: آب ریشه ترب خارش چشم را تسکین داده و چشم را تقویت می‌نماید. به این منظور روزی سه بار و هر بار چند قطره از آن باید در چشم چکانده شد.

۲- کاهش یبوست: ریشه انواع ترب خاصیت ملین داشته و یبوست را درمان می‌کند. در این

مورد ریشه ترب همراه با پوست آن بعد از غذا باید مصرف شود.

۳- رفع سنگ مثانه: مصرف آب برگ و یا شاخه ترب سنگ مثانه را خارج می‌کند.

۴- رفع سرفه و اخلاط سینه: مصرف آب ترب پخته شده عوارض مذکور را از بین می‌برد.

۵- درمان بریدگی و بثورات جلدی: مصرف خوراکی، تخم ترب با سرکه برای برطرف کردن

بثورات جلدی و مصرف آن به شکل ضماد بر روی موضع گزیدگی مار مفید است.

لوبیا *Phaseolus vulgaris*

Family: Leguminosae

مشخصات گیاه شناسی:



گیاهی است علفی و بالا رونده با برگهای مرکب ۳ برگچه‌ای که هر کدام از برگچه‌ها بیضوی شکل، بزرگ و نوک تیز می‌باشند. گلها سفید، بنفش یا صورتی رنگ بوده و میوه گیاه که همان لوبیای معمولی است نیامی است دراز و باریک و نوک تیز که دارای دانه‌های درشتی می‌باشد. شکل و اندازه این دانه‌ها در واریته‌های مختلف متفاوت است.

انتشار جغرافیایی:

منشأ اولیه این گیاه مناطق گرمسیری آمریکای جنوبی است ولی امروزه در سایر نقاط جهان از جمله ایران به و فور کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه دارای موادی همچون گلوکوکینین و مقادیر فراوان اسید سیلیسیک بوده، دانه‌های سبز و تازه آن واجد ویتامینهای B و C می‌باشند.

قسمتهای مورد استفاده:

میوه خشک شده و دانه‌های گیاه خاصیت دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بیماری قند: میوه نیام لوبیا یا همان لوبیا سبز اثر خفیف و جزئی در پائین آوردن قند خون دارد. به این منظور ۳ - ۴ مشت میوه نیام خرد شده را بعد از چند ساعت حبساندن در دو لیتر آب جوشانده و جوشانده مذکور را مصرف می‌نمایند.

لازم به ذکر است باید از مصرف خام دانه‌های لوبیا پرهیز شود زیرا دانه‌های خام آن واجد یک آلبومین سمی می‌باشند که در اثر پختن زایل می‌شود.

۲- درمان خیز عمومی بدن: میوه نیام لوبیا خاصیت پیشاب‌آور داشته و از این رو نه تنها در درمان خیز عمومی بدن بلکه در بیماریهای مزمن مجاری ادراری، سنگ کلیه و غیره نیز مصرف می‌شود. در تمامی این موارد می‌توان از جوشانده نیام به شرحی که قبلاً گفته شد استفاده کرد.

Solanum Lycopersicum گوجه فرنگی

Family: Solanaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



این گیاه از نظر ظاهری تا حدودی به سیب زمینی شباهت دارد. برگهای آن مرکب بوده. و متشکل از چندین برگچه نامساوی هستند. گلها زرد رنگ بوده و در نهایت به میوه گوشتی سبز رنگی تبدیل می‌شوند که بعد از رسیدن کامل قرمز رنگ شده واجد دانه‌های فراوان می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

به نظر می‌رسد منشأ اصلی گیاه گوجه فرنگی کشور پرو در امریکای جنوبی باشد ولی در حال حاضر در ایران و دیگر کشورها به عنوان یک گیاه زراعی به طور گسترده کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

ساقه، برگ و میوه‌های و نارس و سبز رنگ گوجه فرنگی حاوی مقادیری آکالوئید سولانین است و از این رو توصیه می‌شود از مصرف میوه نارس و سبز گوجه فرنگی جداً خودداری شود. میوه گوجه فرنگی حاوی انواع ویتامینها از جمله ویتامین A, B₁, C و B₉ می‌باشد. رنگ قرمز میوه به دلیل وجود رنگیزه لیکوپن است.

قسمت‌های مورد استفاده:

میوه گوجه فرنگی در موازندی مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان لکه پوستی: آب تازه گوجه فرنگی تا حدودی باعث رفع لکه‌های قهوه‌ای پوست که در اثر تابش نور خورشید در پوست صورت و به دنبال کهولت سن در دستها ظاهر

می‌شوند می‌گردد. این لکه‌های قهوه‌ای رنگ را کک مک می‌نامند.

۲- درمان رماتیسم و نقرس: برخلاف تصور عمومی که گوجه فرنگی دارای مقادیر فراوان اگسالات کلسیم است مقدار این ملح در گوجه فرنگی بسیار کم بوده و از این رو نه تنها در مورد بیماران مبتلا به نقرس و رماتیسم مضر نبوده بلکه باعث بهبودی آنان نیز می‌گردد.

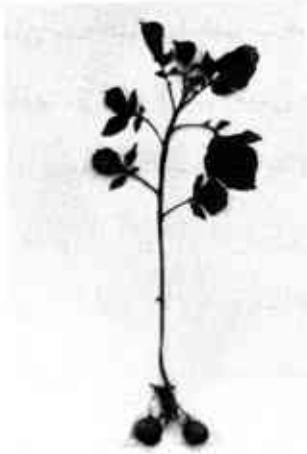
۳- درمان بی‌اشتهایی: مصرف گوجه فرنگی مخلوط شده با ماست نیم ساعت قبل از غذا اثر قابل توجهی در رفع بی‌اشتهایی داشته و خاصیت اشتها آور قوی دارد.

۴- کاهش جوش غرور جوانی: برای جوانان که مبتلا به عارضه جوش غرور جوانی هستند توصیه می‌شود حلقه‌هایی نازک از گوجه فرنگی تازه را به عنوان ماسک استفاده نمایند. این ماسک چربی پوست را کاهش داده و از زیاد شدن جوشها جلوگیری می‌نماید.

سیب زمینی *Solanum tuberosum*

Family: Solanaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای مرکب که برگچه‌های آن کاملاً نامساوی با یکدیگر می‌باشند به طوری که برگچه انتهایی بزرگتر از بقیه است. گل‌های آن سفید تا بنفش رنگ بوده و در ریشه گیاه غده‌های متورمی تولید می‌شود که مملو از نشاسته بوده همان سیب زمینی خوراکی است.

انتشار جغرافیایی:

سیب زمینی بومی سرزمین ایران نبوده و از امریکای جنوبی وارد شده است ولی علی‌رغم این مسئله نه تنها در ایران بلکه در کل جهان به عنوان یک محصول زراعی غالب کشت می‌شود. در برخی کشورها سیب زمینی به جای نان به عنوان ماده اصلی غذایی مصرف می‌گردد...

ترکیبات شیمیایی:

غده سیب زمینی حاوی انواع قندها از جمله نشاسته، ساکارز و گلوکز برخی آمینو اسیدها همچون آسپارژین، تری گلیسریدهایی چون پالمیتین و مریستین بوده، انواع ویتامین از جمله ویتامین B_۱، B_۲، C، B_۶ در ساختار آن وجود دارد. در اندامهای سبز رنگ و تازه این گیاه آلکالوئیدی موسوم به سولانین یافت می‌شود که ماده مؤثره و دارویی سیب زمینی به شمار می‌آید. اگر سولانین به میزان زیاد مصرف شود باعث مسمومیت‌های شدید می‌شود و از این رو توصیه می‌شود از مصرف غده‌های سیب زمینی که در مجاورت نور قرار گرفته و سبز رنگ شده‌اند اجتناب شود.

قسمتهای مورد استفاده:

غده سیب زمینی چه به صورت خام و چه به صورت پخته واجد برخی خواص دارویی است.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان سوختگیها، ضرب خوردگیها و کوفتگیها: برای تسکین دردهای ناشی از سوختگیها می توان سیب زمینی خام را به قطعات کوچکی خرد کرده و در موضع سوختگی قرار داد. البته بعد از مدتی باید اقدام به تعویض و جایگزینی این قطعات نمود. همچنین سیب زمینی آب پز اگر به شکل خارجی در محل ضرب خوردگیها و کوفتگیها مالیده شود دردناشی از آنان را تا حدود زیادی تسکین می دهد.

۲- تسکین دردها: اعضاء مختلف گیاه سیب زمینی به دلیل داشتن سولانین خاصیت آرام بخش دارند. برگ یا ساقه سیب زمینی را می توان برای تسکین دردهای عصبی، دردهای رماتیسمی و به شکل ضماد و با استمال خارجی استفاده نمود.

۳- تقویت عمومی بدن: غده سیب زمینی به دلیل داشتن انواع ویتامینها از جمله ویتامین گروه B، C برای تقویت عمومی بدن و کمبود ویتامین بدن توصیه می شود.

غافت (دوای جگر) *Agrimonia eupatoria*

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی :

گیاهی است علفی با برگهای مرکب شانهای، برگچه‌ها دارای حاشیه دندانه دار بوده و کرکدار می‌باشند. گل‌های زرد رنگ گیاه در گل آذینهای سنبله قرار می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی شمال ایران از جمله گیلان، خراسان و آذربایجان می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه حاوی تانن، مقدار کمی اسانس فرار و رزین می‌باشد.

قسمتهای مورد استفاده:

سرشاخه گلدار گیاه اثر دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان التهاب گلو و دهان: با استعمال خارجی جوشانده سر شاخه گلدار گیاه در رفع

التهاب چرکین گلو و همچنین التهاب دهان موثر است.

۲- درمان اسهال: جوشانده این گیاه اثر قابض داشته و برای از بین بردن اسهال می‌توان از

آن استفاده نمود.

۳- دفع سنگهای صفراوی و درمان احتباس صفرا: مهمترین خاصیت گیاه غافت دفع

سنگهای صفراوی و تأثیر بر روی ترشح صفرا است که با مصرف جوشانده گیاه به شکل

خوراکی ظاهر می‌شود.



تمشک *Rubus fruticosus*

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است اساساً بالا رونده با برگهای ۳ تا ۵ برگچه‌ای و خارهایی که بر روی دمبرگ برگها واقع‌اند. برگچه‌ها در هر دو سطح فوقانی و تحتانی دارای کرکهای خشن هستند. گلهاسفید رنگ و میوه گیاه سیاه رنگ می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

در حاشیه شمال کشور در جنگلهای گیلان این گیاه به حالت خودرو رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

برگ گیاه حاوی تانن و مقدار کمی اسانس فرار است که اسانس مذکور ماده مؤثره گیاه به شما می‌آید.

قسمتهای مورد استفاده:

برگهای خشک گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع التهاب گلو و دهان: جوشانده برگهای گیاه به عنوان دهان شویه برای درمان التهاب دهان و به شکل غرغره برای درمان گلو درد استفاده می‌شود.

۲- به عنوان مسکن: جوشانده برگ تمشک به دلیل داشتن اسانس ویژه اثر مسکن و تا حدی خواب آور دارد. البته این اثرات بسیار ضعیف و ملایم می‌باشند.

۳- ضد اسهال: جوشانده برگ تمشک اثر قابض داشته و در درمان اسهال می‌توان از آن بهره جست.



گل جالیز *Orobanche alba*

Family: Orobanchaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با ساقه گوشتی و کلفت قهوه‌ای رنگ که برگهای کوچک و فلسی زرد رنگ بر روی آن قرار گرفته‌اند و این ساقه در قاعده به غده متورمی ختم می‌شود.

فقدان رنگ سبز در این گیاه که به دلیل عدم وجود کلروفیل است مشخصه اصل این گیاه به شمار می‌آید و به همین علت نیز این گیاه یک

گیاه انگلی است زیرا خود قادر به ساخت غذای خویش نبوده و باید از گیاهان دیگر تغذیه نماید. این عمل توسط ریشه‌ها مکنده گیاه که هاستوریوم نامیده می‌شوند و از ریشه غده‌ای گیاه خارج می‌گردند انجام می‌گیرد. گل‌های زرد رنگ گل جالیز شباهت زیادی به گل‌های گل میمون دارد.

قسمت مورد استفاده:

ریشه غده‌ای گیاه مورد مصرف طبی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال :

۱- **درمان تشنج:** جوشانده ریشه غده‌ای گیاه اثر ضد تشنج دارد. البته امروزه استفاده دارویی از آن منسوخ شده است.

۲- **درمان بیماری‌های روده‌ای:** از قدیم الایام جوشانده ریشه غده‌ای این گیاه برای درمان برخی التهابات روده‌ای به کار می‌رفته است. البته این استفاده دارویی نیز در حال حاضر منسوخ شده است.

أرس (سرو کوهی) *Juniperus communis*

Family: Cupressaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



أرس درختچه‌ای است با برگهای سوزنی شکل که این برگها در دستجات ۳ یا ۴ تایی قرار گرفته‌اند. این گیاه دوپایه بوده. گل‌های نر بر روی یک پایه و گل‌های ماده بر روی پایه دیگر ظاهر می‌شوند. مخروط ماده آن که می‌توان آن را میوه تلقی کرد به رنگ آبی متمایل به سیاه می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

درختچه أرس در حاشیه دریای خزر و منطقه آذربایجان در جنگلهای أرس باران به شکل خودرو رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

درختچه ارس حاوی انواع ترکیبات ترپنوئیدی است که با داشتن وزن مولکول پائین فرار بوده و به عنوان اسانس به حساب می‌آیند.

قسمتهای مورد استفاده:

میوه یا مخروط ماده گیاه و چوب آن مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان مدر: عرق گرفته شده از چوب و یا عصاره میوه این گیاه اثر پیشاب آور داشته و از این رو در درمان خیز عمومی بدن و یا ناراحتیهای کلیوی تجویز می‌گردد.

۲- التیام زخمها: استعمال عصاره چوب یا میوه گیاه به شکل خارجی در موضع باعث التیام زخمهای دیر علاج می‌گردد.

۳- درمان رماتیسم: جویدن میوه‌های گیاه و یا مصرف عرق گرفته شده از چوب آن در درمان رماتیسم مؤثر است.

Onions spinosa

Family: Leguminosae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است تقریباً چوبی که شاخه‌های منشعب آن در نهایت به یک برآمدگی تیز و خاری شکلی ختم می‌گردند. برگها مرکب سه برگچه‌ای بوده و برگچه‌ها در حاشیه داندانه دار هستند. گلها همانند تمامی گیاهان تیره نخود پروانه‌ای شکل و به رنگ صورتی تا سفید بوده میوه نیام گیاه تخم مرغی شکل است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در استانهای یزد و بلوچستان همچنین در آذربایجان در حوالی میشوداغ مشاهده شده است.

ترکیبات شیمیایی:

ریشه گیاه دارای یک ترکیب فلاوینوئیدی گلو کوزیدی به نام اونونید می‌باشد همچنین اسانس فراری در قسمت‌های مختلف این گیاه به میزان زیاد وجود دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

اساساً ریشه خشک شده گیاه و ندرتاً گیاه گلدار خشک شده مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان التهاب مثانه و کلیه: جوشانده ۴ - ۳ قاشق غذاخوری ریشه خشک گیاه در یک لیتر آب به شکل خوراکی التهاب مثانه و کلیه را دفع می‌نماید.
- ۲- درمان خیز عمومی: با توجه به مدر بودن گیاه از جوشانده آن برای درمان خیز عمومی بدن و اب آوردن انساج استفاده می‌شود. از همین اثر پیشاب آور گیاه می‌توان در درمان ناراحتیهای کلیه مثل سنگ کلیه و ناراحتیهای قلبی نیز بهره جست.

Fragaria vesca توت فرنگی

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



توت فرنگی گیاهی است علفی با یک ساقه کوچک، باریک و خزنده و یک ساقه قائم که انتهای این ساقه به گل ختم می‌شود. برگهای گیاه ۳ برگچه‌ای بوده و حاشیه برگچه‌ها دندانه دار است. گلها سفید رنگ و میوه گیاه که همان توت فرنگی می‌باشد یک میوه مرکب قرمز رنگ می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

توت فرنگی به حالت وحشی در شمال در ناحیه گیلان و همچنین غرب اردبیل می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

میوه توت فرنگی حاوی انواع ویتامینهای A، C، B₁₂ بوده، اسیدهای آلی همچون اسید سیتریک، اسید مالیک، اسید سالیسیلیک و اسید لاکتیک به فراوانی در ساختمان آن وجود دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ و میوه توت فرنگی واجد برخی خواص دارویی اند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع لکه‌های صورت: ضماد تهیه شده از میوه له شده توت فرنگی با استعمال خارجی بر روی پوست باعث از بین رفتن لکه‌های آن می‌گردد.

۲- به عنوان مدر: برگ توت فرنگی به شکل جوشانده مخلوط با واتیل و دارچین اثر پیشاب آور داشته و از اینرو در درمان سنگ کلیه و مثانه، تصفیه خون، آب آوردن انساج و... به کار می‌رود.

۳- کاهش فشار خون: مصرف میوه توت فرنگی فشار خون را تا حدی کاهش می‌دهد.

انواع بید. *Salix Sp.* Family: Salicaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



درختان بید گیاهان درختی هستند با برگهای سرنیزه‌ای شکل که اساساً کرکهای سفید رنگ بر روی آنان واقع شده است. دانه‌ها شدیداً کرکدار بوده و یکی از مشخصه اصلی گونه‌های درخت بید دوپایه بودن آنان است به طوری که گل‌های نر روی پایه نر و ماده روی پایه می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

چندین گونه از درخت بید در ایران رویش دارند که مهمترین آنان *Salix alba* ، *Salix fragilis* می‌باشند درختان بید به طور خود رو در جنگلهای شمال ایران به شکل خود رو رویش دارند و در سایر نقاط کشور به عنوان درخت زینتی و یا برای تهیه الوار کاشته می‌شوند.

ترکیبات شیمیایی:

پوست انواع درختان بید دارای ترکیبی موسوم به سالیکوزید یا سالیسین می‌باشد که مقدار آن در گونه‌های مختلف بید متفاوت است. این ماده مهمترین ماده مؤثر بید می‌باشد که از نظر ساختمانی شباهت زیادی به استیل سالیسیک اسید (آسپرین) دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

پوست درخت بید و برگهای خشک آن واجد اثرات دارویی هستند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان سرماخوردگی: پوست درخت بید به دلیل داشتن سالیسین که اثر مشابه با آسپرین دارد در درمان سرماخوردگی کاربرد دارد. سالیسین واجد خاصیت تب بر و تسکین

درد می‌باشد. برای درمان سرماخوردگی دم کرده ۳۰ تا ۶۰ در هزار پوست بید که روزی سه بار به مقدار یک فنجان در هر وعده مصرف می‌شود توصیه می‌گردد.

۲- درمان رماتیسم ونقرس: جوشانده یا دم کرده ۳۰ تا ۶۰ در هزار پوست بید برای درمان برخی اختلالات مفاصل نیز به کار می‌رود.

۳- درمان قاعدگی دردناکی: برای درمان قاعدگی دردناک خانمها مصرف دم کرده گل‌های درخت بید توصیه می‌گردد.

۴- رفع سیلان منی: در این مورد نیز مصرف دم کرده گل‌های بید توصیه می‌گردد.

توسکا *Alnus glutinosa*

Family: Betulaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

درختی است با برگهای مدور که کناره‌های آنان ناهموار و دندانه‌دار می‌باشد گلهای نر و ماده در توده‌های استوانه‌ای شکل جدا از هم قرار می‌گیرند. میوه گیاه دارای دو بال خشن و خیلی باریک می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

جنگلهای شمال کشور تنها نقطه‌ای از کشور هستند که توسکایافت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

پوست این درخت حاوی مقادیر زیادی تانن و یک ماده قرمز رنگ است که دارای مصارف درمانی است.

قسمتهای مورد استفاده:

پوست و برگهای درخت توسکا مصارف درمانی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان تب بر: توسکا دارای اثر تب بر بوده و در رفع تب‌های عادی به کار می‌رود به این منظور از جوشانده برگ توسکا و یا گرد پوست توسکا که با عسل مخلوط شده است استفاده می‌نمایند.

۲- تسکین دردهای روماتیسمی: درموردی از برگهای خشک توسکا به شکلی که در ذیل گفته می‌شود برای تسکین دردهای روماتیسمی استفاده می‌شود. بدین ترتیب که موضع درد را با برگهای خشک گیاه پوشانیده و بیمار را می‌پوشانند تا عرق نماید. این عمل یک



هفته به مدت هفت روز انجام می‌گیرد تا دردهای رماتیسمی رفع گردد.

۳- درمان زخم مخاط دهان و التهابات لثه‌ها:

به این منظور از جوشانده ۳۰ تا ۴۰ گرم پوست گیاه در یک لیتر آب که به شکل غرغره استعمال می‌شود استفاده می‌گردد.

Melissa officinalis بادرنجبویه**Family: Labiatae**

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با ساقه چهارگوش و بسیار معطر و برگهای بیضوی تا مثلثی شکل که در حاشیه دنداندارند و به حالت متقابل روی ساقه قرار گرفته‌اند، گل‌های سفید رنگ و کوچک گیاه در دستجات ۳ تایی به حالت چرخه‌ای در بغل برگها مستقرند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در اطراف تهران، شمال و شمال شرقی و غربی ایران به حالت خودرو می‌روید ولی در سایر نقاط کشور نیز کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

برگ بادرنجبویه حاوی تانن، کامفر، مواد رزینی و پکتیکی و اسانس فراری است که اسانس ملیس نامیده می‌شود و ماده مؤثره گیاه به حساب می‌آید.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ و سر شاخه گلدار گیاه مورد مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تقویت کننده دستگاه گوارش: اسانس موجود در بادرنجبویه مقوی معده بوده تسهیل کننده هضم در معده، ضد نفخ و تسکین دهنده دل درد و درد معده نیز می‌باشد. در تمامی این موارد دم کرده ۲۰ تا ۵۰ گرم در لیتر برگ بادرنجبویه به مقدار ۳ تا ۴ فنجان در روز باید مصرف شود.

۲- به عنوان خواب آور: مقادیر زیاد اسانس بادرنجبویه خاصیت خواب آور داشته و در

مواردی نیز تسکین دهنده درد معده، سر درد و سرگیجه می باشد.

۳- پایین آورنده فشار خون: بادرنجبویه تعداد ضربان قلب را کاهش داده و از اینرو فشار خون را به طرز خفیف پائین می آورد.

آفتابگردان *Helianthus annuus*

Family: Compositae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با ساقه راست، خشن و نسبتاً بلند که برگهای بزرگ قلبی شکل به صورت متناوب روی آن قرار گرفته‌اند. آن چیزی که به عنوان گل آفتابگردان مشهور است در حقیقت گل آذینی بزرگ متشکل از هزاران گل می‌باشد که به آن کاپیتول گویند. گل‌های حاشیه‌ی کاپیتول زرد رنگ و زبانه‌ای و گل‌های مرکزی آن

لوله‌ای و به رنگ زرد تیره می‌باشند. میوه گیاه که در حقیقت همان تخم آفتابگردان می‌باشد فندقه‌ای است که از بلوغ گل‌های مرکزی و لوله‌ای کاپیتول به وجود می‌آید.

انتشار جغرافیایی:

آفتابگردان در سراسر ایران به عنوان گیاه زراعی کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

گل‌های لوله‌ای و زبانه‌ای آفتابگردان واجد آنتوسیانین، رزین، تانن و نوعی اسید به نام اسید سولانتیک بوده، دانه‌های آن حاوی انواع اسیدها همچون اسید هلیانتانیک، اسید هلیانتیک و تری گلسیریدهای چون انتارین، آراشیدین، پالمیتین و لینو سرین می‌باشد.

قسمتهای مورد استفاده:

گل‌های تازه و برگ گیاه و بعضاً دانه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان تب بر: عصاره الکلی برگ یا ساقه آفتابگردان با مصرف خوراکی خاصیت تب بر

- ۲- به عنوان خلط آور: عصاره برگ آفتابگردان که گاهی با مقدار مساوی از برگ اوکالیپتوس مخلوط می‌شود با مصرف خوراکی خاصیت خلط آوری در ناراحتیهای تنفسی دارد.
- ۳- به عنوان ملین: خمیر تهیه شده از دانه یا میوه له شده آفتابگردان در آب باعث نرم شدن جداره روده شده خاصیت ملینی دارد.

انار *Punica granatum*

Family: Punicaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است درختی و کوچک با پوستی مایل به سبز که انتهای شاخه‌های فرعی آن خار مانند به نظر می‌رسد گلها به رنگ سرخ مایل به ارغوانی بوده و میوه‌ای قرمز رنگ با پوست ضخیم را به وجود می‌آورند. دانه‌های انار هر یک در اطراف خود بخش گوشتی و قرمز رنگی دارند که قسمت خوراکی میوه به شمار می‌آید.

انتشار جغرافیایی:

درخت انار در نواحی مختلف ایران از جمله آذربایجان، شمال، ساوه و کردستان پرورش می‌یابد.

ترکیبات شیمیایی:

پوست ریشه و ساقه انار حاوی مقادیری تانن و چند نوع آلکالوئید به نامهای پلیترین، ایزوپلیترین و پزروپلیترین می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

گلها، پوست ریشه و ساقه انار مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **درمان اسهال:** تانن موجود در انار اثر قابض داشته و در درمان اسهال به کار می‌آید به این منظور از جوشانده گلهای انار استفاده می‌شود.

۲- **رفع کرم‌کدو:** دو آلکالوئید پلیترین و ایزو پلیترین که در پوست ساقه یا ریشه انار وجود دارد باعث از بین رفتن کرم‌کدو که انگل روده انسان است می‌گردد. به این منظور مقدار

۱۰۰ - ۵۰ گرم پوست ریشه یا ساقه آن را در آب سرد به مدت یک روز خیسانده و بعد از این مدت آنرا به ملایمت حرارت می دهند به طوری که به نقطه جوش نرسد ولی حجم آب به نصف کاهش یابد سپس بعد از سرد شدن آن را می نوشند.

۳- درمان بی اشتهايي: دم کرده برگ انار برای درمان کم اشتهايي به کار می رود.

۴- تسکین دندان درد: قرار دادن قسمت داخلی پوست میوه انار در کنار دندان چرکین باعث تسکین دندان درد می گردد.

Cydonia oblonga به**Family: Rosaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است درختی یا درختچه‌ای با برگهای بیضوی شکل که دارای کرکهای خاکستری رنگ می‌باشند. گلها سفید تا صورتی رنگ این گیاه در نهایت به میوه گوشتی کرکداری با دانه‌های قهوه‌ای تبدیل می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

درخت به به طور خود رو در شمال کشور در جنگلهای گرگان و... وجود دارد و در سایر نقاط کشور نیز پرورش می‌یابد.

ترکیبات شیمیایی:

پوسته دانه‌های به واجد موسیلاژ فراوان می‌باشد و به این دلیل در اثر تماس با آب متورم شده حالت چسبناک پیدا می‌کند. این خاصیت دانه‌های به برخی خواص دارویی آن را توجیه می‌نماید. دانه‌ها همچنین دارای ماده‌ای به نام اسید پروسیک می‌باشند که حالت سمی دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

دانه‌های به در طب گیاهی مصرف دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست: با توجه به اینکه میوه و دانه به دارای موسیلاژ فراوان هستند می‌توان به عنوان مُسهل از آنان استفاده نمود. به این منظور تکه‌هایی از میوه و یا یک قاشق چایخوری از دانه‌های به را در یک فنجان آب ولرم می‌ریزند تا متورم شود و میوه‌های متورم یا دانه‌های متورم را مصرف می‌نمایند. البته با توجه به وجود اسید پروسیک در

دانه‌ها بهتر است موسیلاژ دانه‌های متورم جدا شده و مصرف گردد دو از مصرف بقیه قسمت‌های دانه خودداری شود.

۳- درمان التهابات گلو و دهان: به این منظور نیز از موسیلاژ دانه یا میوه به شکل غرغره یا دهان شویه استفاده می‌گردد.

Echium amoenum گاوزبان

Family: Boraginaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی که امروزه تحت نام گاوزبان در ایران شناخته می‌شود همین گیاه است که دارای برگهای ساده بوده و اعضاء گیاه پوشیده از کرکهای خشن است گلها شیپوری شکل و ارغوانی رنگ این گیاه بعد از خشک شدن آبی رنگ می‌شوند.



گیاه گاو زبان اصلی که در اروپا مصرف دارویی

دارد گیاهی است با نام علمی *Borrago officinalis* که در ایران به طور دقیق شناسایی نشده است البته به نظر می‌رسد در اطراف تبریز موجود باشد.

انتشار جغرافیایی:

گاوزبان در شمال کشور خصوصاً در اطراف گردنه حیران رویش وسیع دارد

ترکیبات شیمیایی:

به طور دقیق ترکیبات شیمیایی این گیاه شناسایی نشده است. به نظر می‌رسد گل‌های آن واجد مقادیری لعاب باشند که باعث چسبندگی فراوان گل‌های این گیاه می‌شود.

قسمت‌های مورد استفاده:

گل‌های این گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان گریپ و سرماخوردگی: دم کرده گل‌های گاوزبان به خاطر معرق بودن در درمان عوارض سرماخوردگی به کار می‌رود. این خاصیت گاوزبان از قدیم الایام توسط ایرانیان شناخته شده بود و از این رو می‌توان گاو زبان نوع اخیر را یک گیاه دارویی قدیمی ایران به

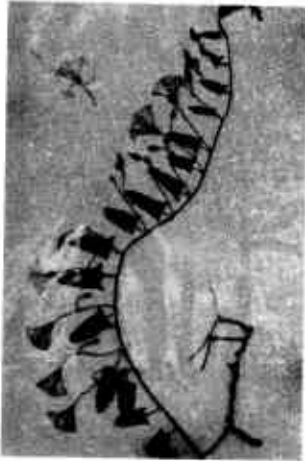
حساب آورد.

۲- تسکین ناراحتیهای عصبی و قلبی: گرچه تحقیقات مستند در این مورد صورت نگرفته است ولی به تجربه از قدیم الایام ایرانیان دریافته‌اند که مصرف دم کرده گل‌های گاوزبان ناراحتیهای عصبی و قلبی را تسکین می‌دهد.

پیچک صحرائی *Convolvulus arvensis*

Family: Convolvulaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است پیچیده یا بالا رونده که در کنار جاده‌ها، مزارع و باغات پراکنش بسیار وسیعی دارد. برگهای این گیاه تیر کمانی شکل بوده و گل‌های سفید یا صورتی آن به شکل منفرد از کنار برگ خارج می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

پیچک صحرائی در غالب نقاط ایران در باغات، مزارع و حتی کنار جاده‌ها رویش وسیع دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ریشه پیچک صحرائی واجد نوعی ماده رزینی است که خاصیت مسهلی آن نیز به دلیل وجود این ماده می‌باشد. تا کنون در پیچک صحرائی هیچ نوع آلکالوئیدی شناسایی نشده است.

قسمت‌های مورد استفاده:

ریشه گیاه و بعضاً برگها و دانه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست: دم کرده ریشه گیاه به واسطه داشتن مواد رزینی به عنوان یک مسهل عمل کرده و یبوست را بر طرف می‌نماید.

۲- اثر صفرا بر: دم کرده ریشه، برگ یا دانه‌های گیاه پیچک صحرائی اثر صفرا بر دارد.

۳- التیام زخمها: برگهای تازه این گیاه اگر بر روی زخمها قرار داده شود التیام دهنده زخمها می‌باشند.

کهلیک اوتی *Thymus serpyllum*

Family: Labiatae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی و چند ساله که دارای یک ریشه اصلی ستبر بوده و ساقه‌های فراوان خزنده از این ریشه خارج می‌شوند. برگها کوچک، تخم مرغی شکل یا سرنیزه‌ای بوده و گلها نیز صورتی رنگ و بسیار کوچک می‌باشند. کلیه قسمت‌های گیاه معطر است.



انتشار جغرافیایی:

این گیاه در قسمت‌های مرکزی ایران در نواحی کرمان و اصفهان و همچنین در منطقه آذربایجان در اطراف میشو داغ رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیب شیمیایی اصلی گیاه اسانس فراری است که از دسته ترپنوئیدها است و همچنین مقدرا کمی تانن در گیاه موجود است.

قسمت‌های مورد استفاده:

کلیه قسمت‌های گیاه خصوصاً ساقه گلدار خاصیت دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان ناراحتی‌های گوارشی: به دلیل داشتن اسانس ویژه این گیاه در درمان ناراحتی‌های گوارشی همچون دل درد، اسهال و حتی سردی مزاج بسیار مفید می‌باشد. در موارد فوق الذکر دم کرده ۱-۲ قاشق غذاخوری از خرد شده گیاه در نیم لیتر آب به میزان ۳ بار در روز و هر بار یک استکان توصیه می‌شود.

۲- درمان برونشیت و سیاه سرفه: به دلیل خاصیت ضد التهابی این گیاه از آن در تسکین سیاه سرفه و برونشیت استفاده می‌شود به این منظور از دم کرده گیاه فوق با شرایطی که قبلاً ذکر شده استفاده به عمل می‌آید.

زالزالک *Crataegus monogyna*

Family: Rosaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است درختچه‌ای یا درختی کوچک با شاخه‌های تیغه دار و برگهای دارای لوبهای عمیق، میوه این درخت بیضوی و به رنگ قرمز روشن و ندرتاً زرد مایل به سفید می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

این درختچه به طور طبیعی در نواحی البرز، تهران، کرج، جنگلهای شمال ایران و جنگلهای ارسباران می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیبات شیمیایی این درختچه کاملاً شناخته نشده است ولی دارای گلیکوزیدهای فلاوین و کاتین است.

قسترهای مورد استفاده:

میوه و شکوفه‌های تازه یا خشک گیاه در طب گیاهی استفاده دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **درمان سکته قلبی:** با توجه به اینکه ترکیبات مؤثره میوه گیاه جریان خون را در سرخرگهای کرونر قلب تسریع می‌نماید از میوه‌های گیاه در درمان سکته قلبی و سایر ناراحتیهای قلبی استفاده به عمل می‌آید. اساساً تنطور تهیه شده از میوه گیاه به میزان ۱۰ - ۳۰ قطره در نصف لیوان سه بار در روز در این موارد توصیه می‌گردد.

۲- **کاهش فشار خون:** با توجه به قابلیت اتساع سرخرگها از زالزالک برای کاهش فشار خون بیماران مبتلا به این مرض نیز می‌توان استفاده کرد و در این مورد نیز مصرف تنطور میوه گیاه توصیه می‌گردد.



Papaver somniferum خشخاش

Family: Papaveraceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی علفی است که ظاهر آن سبز رنگ و غبار آلود است. برگهای آن به نحوی قسمتی از ساقه را در برمی گیرند و اصطلاحاً از نوع ساقه آغوش می‌باشند. در ضمن برگها واجد بریدگیهای نامنظم هستند. گلها در وارسته‌های مختلف رنگهای مختلف دارند ولی بیشتر به رنگ ارغوانی تا قرمز هستند میوه‌های کپسول گیاه درشت

بوده و درون آن مایع غلیظی جریان دارد که با تیغ زدن آن در هنگام جوانی خارج شده در مجاورت هوا به رنگ کدر درمی آید. در اصطلاح عمومی به این مایع بعد از خشک شدن تریاک گفته می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

در آذربایجان در اطراف تبریز و میشو داغ، در شیراز، خراسان، یزد، کاشمر و نقاط مرکز و کشور همچون لرستان و فارس در نواحی کوهستانی رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

در شیره میوه کپسول گیاه انواع مختلف آلکالوئیدها از جمله مرفین، کدئین، پاپاورین، نارکوتین، تبائین و... وجود دارد. البته با تغییرات ثانویه بر روی برخی از این آلکالوئید ترکیبات جدیدی با خواص شدیدتر به وجود می‌آورند مثلاً با استیلاسیون مرفین ترکیبی بدست می‌آید به آن دی استیل مرفین یا هروئین گفته می‌شود.

قسمت مورد استفاده:

دانه‌ها و میوه خشخاش مهمترین قسمت دارای خاصیت دارویی می‌باشند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- مسکن و آرام کننده: مهمترین مصرف مشتقات گیاه خشخاش تسکین اعصاب و دردهای شدیدی چون درد معده و... است. به این منظور میوه کپسول گیاه را به میزان ۲ تا ۱۰ گرم در ۲۰۰ میلی لیتر آب جوشانده و برای رفع تلخی آن مقداری قند یا عسل به آن اضافه نموده و در موقع لزوم مصرف می نمایند.
- ۲- رفع استفراغ و سرفه های عصبی: برای این موارد نیز می توان از شربت خشخاش استفاده نمود که روش تهیه آن توضیح داده شد.
- ۳- درمان اسهال: علاوه بر موارد فوق از شربت میوه خشخاش می توان برای درمان اسهال های ساده نیز بهره جست.
- ۴- اثر خواب آور: در موارد کم خوابی یا بی خوابی می توان برگ خشخاش را در مقداری الکل حل نموده و به حالت تنطور درآورده و مصرف نمود.

شیرین بیان *Glycyrrhiza glabra*

Family: Leguminosae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است چوبی و پایا که برگهای آن مرکب تک‌شانه‌ای بوده و هر برگ ۴-۸ جفت برگچه بیضوی دارد. گل آذین خوشه و مرکب از گل‌های آبی روشن بوده و میوه گیاه کرکدار پهن و قهوه‌ای رنگ می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

در نواحی مختلف ایران خصوصاً در آذربایجان در

اطراف تبریز، میشو داغ، اردبیل، در قسمتهای شمالی کشور همچون گرگان در شرق در بلوچستان در نزدیک کوه تفتان و در غرب در کرمانشاه و حتی در قسمتهای مرکزی و ایران در شیراز، میان جنگل و... رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

مهمترین ماده مؤثر شیرین بیان که در ریشه گیاه موجود می‌باشد گلیسیریزین یا اسید گلیسیریزیک است که مزه کاملاً شیرین دارد.

قسمت مورد استفاده:

ریشه و ریزوم گیاه که به صورت پوست کنده یا پوست نکنده مصرف دارویی دارد قسمت مورد استفاده گیاه است که در قطعات استوانه‌ای شکل به قطر ۰/۵ تا ۱/۵ سانتی متر وارد بازار تجارت می‌شود و در عطاریها به فروش می‌رسد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان زخم معده و التهابات معده: برای درمان ناراحتیهای معده می‌توان مقدراً ۵ تا ۲۰

گرم از گرد ریزوم خشک گیاه رامستقیماً مصرف نمود. می‌توان ۱۰۰ گرم گرد گیاه را در ۵۰



گرم آب حل کرده و روزانه ۲-۳ قاشق قهوه خوری از آن را میل نمود.

۲- درمان یبوست: شیرین بیان یک مُسهل ملایم می‌باشد و جهت رفع یبوست به کار می‌رود. در این مورد نیز می‌توان گرد ریزوم خشک گیاه را مستقیماً استفاده کرد. از طرف دیگر در مواردی گرد آن را به شکل قرصهای گیاهی تبدیل کرده و مصرف می‌نمایند.

گل همیشه بهار *Calandula officinalis*

Family: Compositae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای تحتانی قاشقی شکل و برگهای فوقانی سرنیزه‌ای. گلها همواره زرد تا نارنجی رنگ بوده و میوه‌های فندقی آن خمیده و قلبی شکل می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه خاستگاه مدیترانه‌ای دارد ولی در ایران در نقاط مختلف کشور به عنوان یک گل زینتی کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیب شیمیایی موسوم به کالاندولین، اسید سالیسیک، صمغ و اسیدهای آلی عمدتاً ترکیبات شیمیایی گل همیشه بهار را تشکیل می‌دهند.

قسمت‌های مورد استفاده:

گلها و همچنین سرشاخه گلدار گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان جوش‌ها، التهابات پوستی و ترک پوست: گل همیشه بهار اثر فوق العاده‌ای در درمان برخی از ناراحتیهای پوستی همچون ترک پوست، جوشها و انواع التهابات پوستی دارد به طوری که امروزه در داروخانه‌ها عصاره گیاه مذکور تحت عنوان پماد کالاندولا عرضه می‌گردد. برای تهیه پماد کالاندولا می‌توان ۴ تا ۶ گرم عصاره گل همیشه بهار را در مقداری کره یا چربی مخلوط نموده و به شکل خارجی در موضع استعمال نمود.

۲- درمان پنبه، زگیل و میخچه: به این منظور برگ تازه کالاندولا را به شکل ضماد و یا برگ

در سرکه خیسانده شده آنرا در موضع قرار می دهند.

۳- درمان یرقان: خیسانده ۱ - ۲ قاشق غذاخوری از گیاه در نیم لیتر آب به شکل خوراکی در درمان یرقان مؤثر است.

۴- پائین آورنده کلسترول خون: دم کرده ۳۰ گرم گل همیشه بهار در یک لیتر آب اگر تماماً در یک روز مصرف شود پائین آورنده کلسترول خون است.

ریش پیر *Senecio Vulgaris* Family: Compositae

مشخصات گیاه شناسی:



گیاهی است با برگهای منقسم و لوبدار که هر یک از لوبها خود دنداندار می باشد گلهای زرد رنگ و نسبتاً کوچک لوله ای و زبانه ای این گیاه در گل آذینهای کاپیتول زیبا و کوچک مجتمع شده اند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی مختلف ایران خصوصاً در آذربایجان، فارس و اطراف تهران رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

در بخشهای مختلف گیاه ریش پیر دو نوع آلکالوئید به نامهای سنه سیونین و سنه سین وجود دارد که مهمترین ماده مؤثره گیاه می باشند. از طرف دیگر املاح مختلف معدنی چون کلسیم، پتاسیم، سدیم و منیزیم به فراوانی در ریشه گیاه موجود است.

قسمتهای مورد استفاده:

تمامی گیاه در طب گیاهی مورد مصرف دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- بند آورنده خون: ریش پیر اگر به میزان زیاد مورد مصرف قرار گیرد با انقباض عروق باعث قطع خونریزی و بند آمدن خون می گردد. در این مورد بهتر است از جوشانده گیاه استفاده شود.

۲- درمان بیماریهای مفصلی: می توان برخی بیماریهای مفصلی همچون رماتیسم و نقرس را با ریش پیر درمان نمود. به این منظور می توان مقدار ۲ فنجان در هر روز از جوشانده گیاه تازه به شکل خوراکی مصرف نمود.

۳- درمان قطع قاعدگی: در خانمهای جوانی که مبتلا به دردهای قبل قاعدگی بوده و یا قاعدگی نامنظم دارد مصرف جوشانده این گیاه توصیه می گردد.

Cucurbita Pepo کدو

Family: Cucurbitaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با ساقه پیچنده، بالا رونده یا خوابیده بر روی سطح زمین. برگها بزرگ پوشیده از کرک فراوان و واجد دمبرگ بسیار بلند می‌باشند. گلها بزرگ و زرد رنگ بوده و گل‌های نر و ماده از یکدیگر جدا می‌باشند. میوه کدو از نوع سته بوده و بسیار حجیم است.

انتشار جغرافیایی:

در سراسر کشور به عنوان یک گیاه زارعی کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

میوه کدو انباشته از سلولز بوده و مهمترین ویژگی شیمیایی آن این است که چربی و مواد قندی (غیر از سلولز) در ساختمان آن بسیار کم یافت می‌شود

قسمتهای مورد استفاده:

میوه و تخم کدو

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع جوش غرور جوانی: خاکستر سوخته پوست کدو به شکل ضماد برای از بین بردن جوشهای غرور جوانی مورد استفاده قرار می‌گیرد البته تأثیر پوست کدو تنبل به مراتب بیشتر است.

۲- رفع کرم‌کدوی روده: مصرف تخم کدو برخی انگلهای روده‌ای همچون کرمک در کودکان و کرم کدو در کودکان و بزرگسالان را از بین می‌برد. در این بین مصرف روزانه ۲۵ تا ۵۰ گرم تخم کدو به شکل جویدن برای کودکان و ۵۰ تا ۱۰۰ گرم برای بزرگسالان توصیه می‌شود.

۳- رفع سوزش مجاری ادرای و زخم مثانه: خوردن مغز تخم کدو برخی ناراحتیهای دستگاه ادراری را تسکین داده یا درمان می‌کند.

۴- رفع یبوست، درد معده و روده: مصرف روغن تخم کدو حتی مصرف مستقیم میوه کدو برخی ناراحتیهای گوارشی را تسکین می‌دهد. البته باید خاطر نشان ساخت مصرف زیاد میوه کدو به دلیل وجود سلولز فراوان در آن باعث نفخ شکم شده و اشتها را کاهش می‌دهد.

روناس *Rubia tinctorum*

Family: Rubiaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با ساقه چهار گوش و ریشه‌ای قرمز رنگ، برگها بیضوی و نوک تیز بوده و به حالت فراهم ۶ تایی بر روی ساقه قرار گرفته‌اند. البته از ۶ برگ مذکور فقط ۲ عدد برگ واقعی بوده و بقیه گوشوارکهای رشد یافته‌اند. گلها بسیار کوچک و زرد رنگ بوده و در محور ساقه به صورت چترهای متعدد مستقر می‌باشند. میوه گیاه پسته‌ای قرمز رنگ و گوشتی است.

انتشار جغرافیایی:

روناس در نواحی غربی و شمال غربی ایران یعنی ناحیه آذربایجان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ریشه قرمز رنگ روناس حاوی مشتقی از آنتواکینون بنام آلیزارین است که خاصیت ملین بودن گیاه به دلیل وجود این ترکیب می‌باشد. از طرف دیگر ترکیبات رزینی و پکتینی هم در ساختمان آن دیده می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده:

ریشه یا ریزوم بر گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان سنگ کلیه: مهمترین خاصیت این گیاه انحلال سنگ‌های کلیه و مجاری ادراری است البته بر خلاف برخی دیگر از گیاهان دارویی که خاصیت ضد سنگ آنان به دلیل مدر بودن آنان است این گیاه سنگهای کلیه (غیزار سنگهای اگزالیک) را حل می‌نماید. در این

مورد مصرف جوشانده ۱۵ تا ۳۰ در هزار ریشه گیاه توصیه می‌شود.

۲- درمان یبوست: ریشه روناس به دلیل وجود آلیزارین هم خاصیت ملینی و هم مسهلی دارد. در این مورد نیز از جوشانده ۱۵ - ۳۰ در هزار ریشه آن استفاده می‌شود.

زبان گنجشک *Fraxinus excelsior*

Family: Oleaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



زبان گنجشک درختی کوچک است دارای برگهای مرکب شانه‌ای و گل‌های کوچک سفید رنگ که در انتهای شاخه‌ها مجتمع شده‌اند. میوه زبان گنجشک باریک و دراز است و اصطلاحاً به آن سامار اطلاق می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

درخت زبان گنجشک بومی جنگلهای شمال

است ولی امروزه در بیشتر نقاط در پارکها و باغها و معابر به عنوان درخت زینتی کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

در بیشتر قسمت‌های این درخت خصوصاً در پوست آن ماده‌ای موسوم به مانیتول وجود دارد که مزه شیرین دارد. مانیتول که به طور فراوان در این درخت وجود دارد ترکیبی است از نوع ترکیبات پلی اول که مشابهت فروان به قندها دارند. علاوه بر مانیتول برگ و پوست این درخت گلوکوزیدی موسوم به فراگزین دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ گیاه مهمترین قسمت مورد استفاده آن است.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست: برگ درخت زبان گنجشک هم یک مسهل بوده و هم اثر ملین داشته و در درمان یبوست‌های ملایم استفاده می‌گردد. به این منظور جوشانده یا دم کرده ۳۰ تا ۶۰ گرم در لیتر برگ زبان گنجشک به شکل خوراکی باید مصرف شود.

۲- درمان نارسائیهای کلیه و خیز عمومی بدن: برگ زبان گنجشک دارای اثر پیشاب آور ملایم بوده و از این رو به عنوان یک مدر در درمان نارسائیهای کلیه و همچنین آب آوردن انساج بدن به کار می‌رود. برای موارد مذکور هم از جوشانده ۳۰ تا ۶۰ گرم در لیتر آن استفاده می‌شود.

۳- درمان رماتیسم و نقرسی: جوشانده برگ زبان گنجشک با استعمال خارجی در موضع باعث درمان ناراحتیهای مفصلی از جمله رماتیسم و نقرسی می‌گردد.

خرزهره Nerium Oleander

Family: Apocyanaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



خرزهره درختچه‌ای زینتی است با برگهای تقریباً سرنیزه‌ای شکل و دائمی که این برگها به شکل فراهم بر روی ساقه قرار می‌گیرند. به عبارت بهتر در هر بند از ساقه چندین برگ مستقر است. گلها به رنگ سفید یا صورتی بوده منظره بسیار جالبی دارند.

انتشار جغرافیایی:

محل اصلی رویش خرزهره در ایران مناطق غرب و جنوب غربی ایران یعنی استانهای کرمانشاه، لرستان و فارس می‌باشد ولی این درختچه زینتی در حال حاضر در بقیه نقاط کشور نیز پرورش داده می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

برگ خرزهره حاوی گلوکوزیدهای سیانوژنی همچون نری‌ئین و نری‌آنتین بوده این ترکیبات در صورت تجزیه شدن ترکیبات سیانوری آزاد کرده و باعث مسمومیت‌های بسیار شدید و حتی مرگ می‌گردند. از اینرو در مصرف خرزهره به عنوان گیاه دارویی باید حداکثر دقت و توجه به عمل آید. دانه‌های خرزهره حاوی انواع اسیدهای چرب از جمله اسید استئاریک اسید پالمیتیک، اسید اولئیک و اسید لینولئیک است.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ خرزهره با رعایت احتیاطات لازم خاصیت دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان کچلی و بیماریهای پوستی: به این منظور می‌توان هم از جوشانده برگ خرزهره

در روغن و هم از خیسانده آن در آب استفاده نمود. البته در درمان این عوارض پوستی بدیهی است که استعمال به شکل خارجی خواهد بود.

۲- تقویت قلب و تنظیم ضربان قلب: به این منظور عصاره خرزهره را در الکل و اب حل کرده و سپس آنرا به شکل قرص‌های بسیار کوچک $0/5$ گرمی در آورده و روزانه به تعداد ۲ تا ۴ عدد از آن مصرف می‌نمایند.

Mentha piperita پونه**Family: Labiatae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است علفی و دارای دو نوع ساقه، زیر زمینی و خزنده، برگها متقابل، بیضوی شکل، نوک تیز و در حاشیه دنداندارند. گلها به رنگ گل روشن یا ارغوانی مایل به بنفش بوده و به تعداد زیاد در مجاور یکدیگر در گل آذینهای سنبله مانند مجتمع شده‌اند.

**انتشار جغرافیایی:**

منشأ اولیه این گیاه کشور انگلستان است ولی امروزه در ایران و سایر کشورها به دلیل اسانس فراوان و بسیار مطبوعش به طور گسترده کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

عمده‌ترین و مهمترین ترکیب شیمیایی این گیاه اسانس مانت است که ترکیبی از اسانس مانتول، اثرهای مانتون و برخی اسیدهای آزاد می‌باشد.

قسمتهای مورد استفاده:

سرشاخه گلدار و برگهای تازه گیاه به سبب دارا بودن اسانس فراوان مصارف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **تقویت دستگاه گوارشی:** از اسانس مانت که از این گیاه استخراج می‌شود به مقدار ۱ تا ۳ قطره و چند مرتبه در شبانه روز در یک نوشابه ساده می‌توان برای تقویت معده درمان اسهالهای ساده، رفع دل‌پیچه و همچنین به عنوان بادشکن استفاده نمود.

۲- **تسکین دردهای موضعی:** اسانس مانتول که در ترکیب اسانس مانت در این گیاه وجود دارد و می‌توان آنرا در سایر انواع پونه نیز مشاهده نمود اثر آرام‌کننده درد دارد و می‌توان

از آن برای تسکین دندان درد، سپاتیک، سر درد و دردهای موضعی بدن استفاده نمود. در این موارد از پسماد مانندتول که از مخلوط کردن اسانس و پارافین ساخته، می‌شود (نسبت ۱:۱) با استعمال خارجی استفاده می‌شود.

سنبل الطیب *Valeriana officinalis*

Family: Valerianaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی که دارای دو نوع ساقه خزنده زیرزمینی و ساقه هوایی بوده و ساقه‌های خزنده از ریزوم منشأ می‌گیرند. برگها تک‌شانه‌ای و دارای ۷-۲۱ برگچه نیزه‌ای شکل می‌باشند. گلها کوچک صورتی رنگ بوده و در گل آذینهای چتر مستقراند.

انتشار جغرافیایی:

در نواحی شمال ایران و نقاط مختلف سلسله جبال البرز این گیاه رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ریشه و ریزوم گیاه حاوی اسید فرمیک، اسید استیک، مقدرا زیادی اسید والریانیک و ترکیبی موسوم به والپوتریات می‌باشند.

قسمتهای مورد استفاده:

ریشه یاریزوم خشک یا تر گیاه

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تسکین صرع و ناراحتیهای عصبی: سنبل الطیب فعالیت دستگاه عصبی مرکزی انسان را کاهش می‌دهد از این رو از دم کرده یا تنطور ریشه‌های آن می‌توان در درمان یا تسکین صرع، بی‌خوابی، سرگیجه، سردرد و... استفاده نمود.

۲- تنظیم طپش قلب: دم کرده ریشه یاریزوم سنبل الطیب همراه با گاوزبان طپش قلب را کنترل و تنظیم می‌نماید.

۳- عامل ضد تشنج:

در درمان تشنج قوی: اسپاسم عضلانی و... نیز می‌توان از سنبل الطیب استفاده نمود.

راز یانه *Foeniculum Vulgare*

Family: Umbelliferae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با ریشه محکم و گرد و ساقه سبز مایل به آبی با شیارهای ریز که بر روی آن برگهای دارای تقسیمات نازک مشخص به صورت ۳ - ۴ تا ۵ قرار می‌گیرند. گلها کوچک و زرد رنگ بوده و میوه گیاه که شیزو کارپ نامیده می‌شود ابتدا آبی رنگ بوده و سپس قهوه‌ای رنگ می‌گردد.

انتشار جغرافیایی:

راز یانه در نواحی شمال ایران و نواحی مختلف البرز می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

تمامی قسمت‌های گیاه راز یانه واجد اسانس فرار با بویی بسیار مطبوع است.

قسمت‌های مورد استفاده:

میوه رسیده گیاه و گاهاً ریشه خشک آن مورد مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست‌های ملایم: اسانس موجود در راز یانه محرک ملایم روده بوده و به عنوان یک ملین و همچنین یک مُسهل ملایم عمل می‌کند. در این موارد جوشانده میوه له شده گیاه مصرف می‌شود.

۲- افزایش ترشح شیرمادران و رفع بی‌خوابی نوزادان: جوشانده میوه راز یانه ترشح شیرمادران را افزایش داده همچنین خوراندن آن به اطفال باعث تسکین دل درد آنان شده و بی‌خوابی آنان را رفع می‌نماید.

شوید *Anethum graveolens***Family: Umbelliferae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است علفی با ریشه راست سفید رنگ و ساقه استوانه‌ای شیاردار، برگها واجد بریدگیهای خطی می‌باشند گلها بسیار کوچک و به رنگ زرد بوده و فاقد کاسبرگ و گلبرگ درشت و متمایز هستند. میوه گیاه که در اصطلاح گیاه‌شناسی به آن شیزو کارپ (دو فندقه) می‌گویند بیضوی شکل و زرد رنگ است.

انتشار جغرافیایی:

در سراسر کشور در مزارع کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

میوه گیاه حاوی انواع مواد معدنی خصوصاً کلسیم، منیزیم و... همچنین حاوی تانن فراوان است.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ و سرشاخه گلدار و گاهاً میوه شوید مورد مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- کاهش چربی خون: شوید خاصیت ضد چربی خون دارد. به منظور پائین آوردن چربی خون مصرف روزانه سه فنجان عرق شوید توصیه می‌گردد. این خاصیت گیاه شوید به حدی است که امروزه در داروخانه‌های طبی قرصهای گیاهی تحت عنوان آنتوم عرضه می‌گردند که مخلوطی از دو گیاه شوید و شاهتره است.

۲- کاهش بی خوابی: مصرف برگهای تازه شوید و یا جویدن آنان مشکل بی خوابی را تا حدی درمان می‌کند.

۳- تسکین برخی ناراحتیهای گوارشی: مصرف دم کرده میوه یا برگ شوید (دم کرده ۴ تا ۱۸ در هزار) به میزان ۲ تا ۳ استکان در روز مسکن دل درد، درد معده، دل پیچه بوده و رفع کننده استخراج و حالت تهوع نیز می‌باشد.

پنیرک *Malva neglecta*

Family: Malvaceae



مشخصات گیاه‌شناسی :

این گیاه ویژگی‌های شبیه *Malva Sylvestris* دارد با این تفاوت که کمی کوچکتر از آن بوده و خصوصاً برگ‌های آن بسیار کوچکتر است. از طرف دیگر رنگ گل‌های آن سفید می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه برخلاف *Malva Sylvestris* که منشأ

اروپایی دارد بومی ایران بوده و در حقیقت پنیرک ایران است. در سراسر ایران از شمال تا جنوب و از غرب تا شرق این گیاه گسترش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

موسیلاژها، تانن‌ها و اسانس‌های فرار از مهمترین ترکیبات شیمیایی این گیاه به شمار می‌آیند. به دلیل وجود این ترکیبات شیمیایی دارای خواص ضدالتهابی و مسهل ملایم است.

قسمت مورد استفاده:

برگ‌های خشک و بعضاً گل‌ها مهمترین قسمت مورد استفاده پنیرک هستند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بیماری آفت: آفت نوعی بیماری جلدی است که به صورت زخم‌های کوچک سفید رنگ که بسیار سوزناک می‌باشند بر روی لب‌ها و خصوصاً حاشیه داخلی آنان ظاهر می‌گردد. برای درمان آن توصیه می‌شود، برگ‌های تازه پنیرک را به صورت ضماد روی زخم‌ها قرار دهند.

۲- درمان التهابات مهبل: جوشانده این گیاه که به صورت تزریقی در موضع مورد استفاده

قرار می‌گیرد اثر قابل توجهی در رفع التهابات مهبل دارد.

پنیرک *Malva Sylvestris*

Family: Malvaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

پنیرک گیاه خزنده‌ای است با برگهای تقریباً مدور یا قلوه‌ای شکل که لُبدار بوده و به رنگ سبز تیره می‌باشند. گلها به رنگ گلی مایل به بنفش هستند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه منشأ اروپایی دارد و در کشورهای چون آلمان یک گیاه دارویی عمده به شمار می‌آید

البته در ایران نیز این گیاه مورد کشت قرار می‌گیرد و به خاطر قدرت تحمل خوب آن نسبت به شرایط محیطی در حال حاضر در برخی نقاط ایران به حالت خود رو زیست می‌نماید.

ترکیبات شیمیایی:

مواد لعابی، تانن‌ها، مواد رزینی و اگزالات کلسیم عمده ترکیبات شیمیایی پنیرک به شمار می‌آیند.

قسمتهای مورد استفاده:

تمامی قسمت‌های گیاه از جمله گل، برگ و ریشه خاصیت دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع التهابات مهبلی: در درمان التهابات و ناراحیهای مهبلی در خانم‌ها جوشانده پنیرک توصیه می‌شود. به این منظور جوشانده گیاه پنیرک را در موضع تزریق می‌نمایند. برای تهیه جوشانده از پنیرک مقدار یک مشت از برگهای آن را در یک لیتر آب سرد باید جوشانند.

- ۲- درمان جوشهای صورت: ریشه یا برگ له شده گیاه را اگر در محل جوشها و دانه‌های پوستی قرار اثر مفیدی در درمان جوشها و همچنین کاهش درد در محل جوش دارد.
- ۳- درمان آئزین و ورم لوزه‌ها: جوشانده حاصل از برگ و گل پنیرک که به شکل غرغره مورد استفاده قرار می‌گیرد در درمان آئزین‌های گلو و ورم لوزه‌ها اثر قابل توجهی دارد.
- ۴- رفع یبوست: جوشانده پنیرک به عنوان یک مُسهل ضعیف عمل می‌نماید از این رو می‌توان آنرا برای رفع حالت یبوست در کودکان و افراد سالخورده مورد استفاده قرار داد.
- ۵- رفع سرفه: استفاده از جوشانده پنیرک در سرفه‌هایی که در برخی بیماریهای تنفسی چون برونشیت و سل دیده می‌شود اثر تعدیل کننده دارد. حتی در کشور آلمان از ریشه پنیرک در جهت رفع اخلاط در بیماری سل استفاده می‌شود.

آویشن شیرازی *Thymus Vulgaris* Family: Labiatae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی یا بوته‌ای ضعیف که شاخه‌های آن کوتاه و تا حدی چوبی می‌باشند. برگها باریک یا بیضوی شکل بوده و حاشیه آنان تا حدودی برگشته به عقب است. جام گل گیاه سفید رنگ بوده و تمامی بخشهای گیاه واجد طعم و بویی معطر است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه به حالت وحشی در ایران دیده نشده ولی به عنوان گیاه دارویی در برخی نقاط کشور کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه حاوی اسانس فرار تمیول و همچنین کمی تانن در برگها و سرشاخه‌های گلدار می‌باشد. قسمتهای مورد استفاده:

جوانه‌های گلدار مورد استفاده دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- مسکن سرفه: گیاه فوق به دلیل خاصیت ضدالتهابی که دارد مسکن سرفه‌های اسپاسموتیکی می‌باشد. در این مورد دم کرده ۱-۲ قاشق غذاخوری برگ در یک لیتر آب به میزان روزی ۳ بار و هر بار یک فنجان توصیه می‌شود.

۲- درمان اسهال: دم کرده آویشن اسهال و دیگر ناراحتیهای گوارشی را تا حد زیادی درمان می‌کند. همچنین برای آن اثر اشتها آور نیز قائل شده‌اند.

۳- التیام زخمها: استعمال خارجی آویشن به شکل ضماد اثر قابل توجهی در التیام زخمها دارد.

زنبق *Iris germanica*

Family: Iridaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی و دارای ریزوم ضخیم و خزنده که ساقه راست گیاه از آن خارج می‌شود. گلها درشت آبی رنگ و بسیار معطر بوده و گیاه دارای برگهای سبز و تیغهای شکل است.

انتشار جغرافیایی:

نواحی شمال ایران، استانهای لرستان، کرمان و همچنین قزوین محل اصلی رویش این گیاه می‌باشد.

ترکیبات شیمیایی:

مواد موجود در برگ این گیاه شامل اسید اسکوربیک یا ویتامین C، ماده رزینی و گلوکوزیدی به نام ایریدون، تانن، آمیدن و ماده معطری به نام ایرون می‌باشد که این ماده معطر و بویی شبیه بوی بنفشه دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

ریزوم و برگ گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان سوختگیها، بواسیر و تومورها: در این موارد استعمال خارجی برگ زنبق به شکل ضماد توصیه می‌گردد.

۲- به عنوان مدر: مصرف جوشانده ۱۵ تا ۶۰ گرم در لیتر ریزوم زنبق روزانه به میزان یک فنجان در روز اثر پیشاب آور قوی داشته در درمان خیز عمومی بدن و بیماریهای کلیوی چون سنگ کلیه به کار می‌رود.

۳- درمان بیماریهای تنفسی: جوشانده ۱۵۰ تا ۶۰ گرم در لیتر ریزوم زنبق به میزان یک فنجان در روز به دلیل قابلیت خلط آور بودن در درمان بیماریهای تنفسی چون آسم، سیاه سرفه و گریپهای مداوم به کار می‌رود.

Peganum harmala (اسپند)**Family: Zygophyllaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی علفی است با برگهای منقسم که تقسیمات آن باریک و دراز می‌باشند. گل‌های آن درشت و سفید متمایل به سبز هستند. میوه کپسول‌کروی شکل بوده و واجد دانه‌های متعدد سیاه رنگ است.

پراکنش جغرافیایی:

در بسیاری از نواحی کشور این گیاه به شکل خود رو رویش دارد و می‌توان آن را در داخل مزارع نیز پیدا کرد.

ترکیبات شیمیایی:

دانه اسپند دارای الکالوئیدهایی نظیر، هارمالین و هارمالول می‌باشد هارمالین از نظر درمان دارای اثر نیرو دهنده سیستم مرکزی اعصاب و ماده‌ای بسیار سمی است.

قسمت مورد استفاده:

دانه‌های گیاه از لحاظ طبی اثرات دارویی قابل توجهی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **اثر خواب آور:** از دانه‌های گیاه اسپند که به شکل خوراکی مصرف می‌شود می‌توان به عنوان داروی خواب آور استفاده نمود.

۲- **ضد کرم:** دانه‌های اسپند را برای از بین بردن کرم‌های انگلی روده مستقیماً می‌توان خورد.

۳- **ضد عفونی کننده:** از قدیم الایام به طور سنتی از دود دانه‌های اسپند برای در امان ماندن از بلاایای طبیعی استفاده می‌شده است ولی بعداً مشخص شد که این دود از بین برنده میکروبهای بیماریزا است.

Althaea officinalis ختمی**Family: Malvaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است پایا با برگهای دارای ۳-۵ لب، گل‌های آن واجد، پنج گلبرگ سفید یا صورتی بیضوی شکل می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در بیشتر نقاط کشور در اطراف تهران، خواص مختلف البرز، اطراف کرج، اراک، آذربایجان و نواحی شمال ایران می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

تمامی قسمت‌های ختمی واجد لعاب، موسیلاژ و... می‌باشند. از طرف دیگر برخی از آمینواسیدها و پروتئین‌ها همچون آسپارژین، آلومین، لیستین و... در ریشه ختمی وجود دارد. قسمت مورد استفاده:

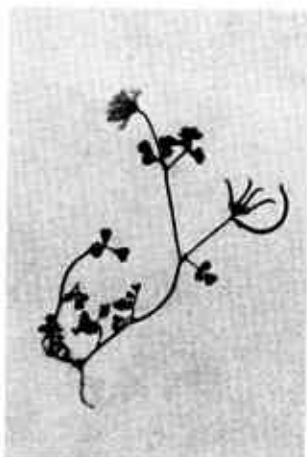
ریشه، برگ و گل ختمی مهمترین قسمت‌های مورد استفاده گیاه می‌باشند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان درد گلو و آنزین: برای درمان درد گلو از دم کرده ۱۰ تا ۳۰ گرم در لیتر گل‌های خشک ختمی استفاده می‌شود. طرز مصرف آن به شکل غرغره است.
- ۲- نرم کننده پوست: از جوشانده گل و برگ ختمی می‌توان محلولی بدست آورد که اثر نرم کننده پوست دارد.
- ۳- درمان سرفه: ختمی اثر ملایم در رفع سرفه دارد و برای درمان سرفه کودکان و افراد سالخورده به کار می‌رود. به این منظور از دم کرده آبکی (نیم لیتر آب سرد بر روی دو قاشق برگ یا ریشه گیاه) استفاده می‌شود.
- ۴- رفع یبوست: دم کرده ۸ تا ۳۰ گرم در لیتر ریشه ختمی که به آن مقداری ریشه شیرین بیان اضافه می‌گردد در درمان یبوست کاربرد دارد.

شنبليله *Tigonella foenum graecum*

Family: Leguminosae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاه بسیار کوچکی است با برگهای مرکب ۳ برگچه‌ای که برگچه‌ها در حاشیه شدیداً دنداندار می‌باشند گلها زرد رنگ و کوچک بوده و میوه آن نیام درازی به اندازه ۳ تا ۸ سانتی متر می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

شنبليله در نواحی مختلف ایران به عنوان یک سبزی خوراکی کاشته شده و مصرف می‌شود. به صورت خود رو در نواحی مختلف آذربایجان، اصفهان، فارس و خراسان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

شنبليله حاوی مقادیر زیادی آهن و فسفر بوده و همچنین آلکالوئیدی موسوم به تری گونلین در آن یافت شده است. این ماده شباهت زیادی به پیش ساز ویتامین B₂ که اسید نیکوتینیک نامیده می‌شود دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

دانه‌های گیاه مهمترین قسمت دارویی آن به شمار می‌آید.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- نرم کننده پوست: جوشانده دانه‌ها شنبليله برای نرمی پوست و همچنین رفع تحریکات جلدی به کار می‌رود. به این منظور می‌توان جوشانده مذکور را به شکل کمپرس به کار برد.
- ۲- گشاد کننده عروق: دانه‌های شنبليله اگر به مقدار زیاد مورد استفاده قرار گیرند باز کننده مجاری عروق بوده و از این رو برای پیشگیری از بیماری سکت قلبی بسیار مؤثر

می‌باشند همچنین تا حدودی برای رفع تصلب شرائین می‌توان از آن بهره جست.

۳- درمان لاغری و ضعف عمومی: شنبلیله خصوصاً دانه‌های آن به لحاظ دارا بودن برخی عناصر همچون آهن در درمان ضعف عمومی بدن بسیار مؤثر می‌باشد. به این منظور دانه‌های شنبلیله به طور مستقیم و به طریق خوراکی مصرف می‌شوند ولی با توجه به بوی ناپسند دانه‌ها خصوصاً دانه‌های در حال خرد شدن بهتر است دانه‌های خرد شده به صورت آرد با مواد شیرین و معطر مخلوط و بعداً مصرف شوند.

۴- درمان ورم لوزه‌ها: جوشانده دانه‌های شنبلیله اگر به شکل غرغره استعمال شود در رفع ورم لوزه‌های بسیار مفید و مؤثر می‌باشد.

خاس *Ilex aquifolium* Family: Aquifoliaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

درختچه‌ای است با برگهای قهوه‌ای رنگ خاردار که چرم مانند می‌باشند. گل‌های کوچک و سفید رنگ گیاه در کنار برگها مجتمع می‌باشند. میوه گیاه به اندازه یک نخود بوده و قرمز رنگ است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه درختچه‌ای کلاً محدود به حاشیه شمال کشور بوده و در جنگلهای مخروطی آن مناطق

در دیلمان، شهبور، رشت نور و آستارا و گرگان دیده شده است.

ترکیبات شیمیایی:

در برگهای این گیاه ایلیسین، ایلیگزانتین و اسید کافئوتانیک وجود دارد همچنین به میزان اندک کافئین نیز در ساختمان آن دیده می‌شود.

قسمت مورد استفاده:

برگها تازه یا خشک شده گیاه قسمت مورد استفاده دارویی آن می‌باشد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- به عنوان تب بر: جوشانده یا دم کرده ۳۰ تا ۶۰ گرم در هزار برگ خاس که به میزان ۲ تا ۳ فنجان در روز مصرف می‌شود اثر تب بر دارد. همچنین از این گیاه دارویی می‌توان به عنوان داروی ضد تشنج نیز استفاده نمود.

۲- درمان برونشیت و ذات الریه: برای درمان التهابات دستگاه تنفسی از جمله برونشیت و ذات الریه از جوشانده برگ خاس استفاده می‌شود به این منظور مقدار ۱-۲ قاشق غذاخوری از برگ خرد شده خاصی را در ۷۵ میلی لیتر آب به مدت ۱۰ دقیقه جوشانده و

- بعد از سرد شدن به مقدار ۲ تا ۳ فنجان در روز بین دو وعده غذا مصرف می‌نمایند.
- ۳- درمان صرع: میوه درختچه خاصی اثر قابل توجهی در درمان بیماری صرع دارد. به این منظور میوه‌های خاص به طور مستقیم مورد مصرف قرار می‌گیرند.
- ۴- درمان رماتیسم: جوشانده ۳۰ در ۶۰ گرم در هزار برگ خاس اثر ضد رماتیسم دارد با این حال این خاصیت خاس کمرنگ‌تر از خواص دیگر آن است.

نارون (اوجا) *Ulmus minor* Family: *Ulmaceae*



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی درختی است که دارای پوست سخت و خشن و شکاف دار می‌باشد. برگها بیضی شکل بوده و در حاشیه دنداندار هستند میوه نارون دارای خصوصیات منحصر به فردی است به طوری که یک بال غشایی دور تا دور میوه را فرا گرفته است.

انتشار جغرافیایی:

نارون به شکل خود رو بیشتر در شمال کشور در گرگان، بابلسر و نوشهرو... یافت می‌شود ولی به عنوان درخت زینتی در نواحی مختلف کشور امروزه کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

پوست نارون دارای موسیلاژ، تانن، فیتوسترین و پاره‌ای دیگر از ترکیبات می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

پوست درخت مذکور بیشترین خاصیت دارویی را دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **درمان عوارض جلدی:** به کار بردن جوشانده پوست درخت یا پماد حاصل از آن اساساً برای درمان بیماریهای پوستی به کار می‌رود. برای تهیه جوشانده ۵۰ تا ۱۰۰ گرم پوست درخت در یک لیتر آب جوشانده می‌شود و این جوشانده بر روی موضع استفاده می‌شود. برای تهیه پماد ۵۰ گرم پوست درخت را در ۱۵۰ گرم روغن نباتی و ۵۰ گرم موم در حمام آب جوش به مدت نیم ساعت و به طور متناوب چند بار حرارت داده و بعد از صاف کردن با یک پارچه نازک آن را مصرف می‌نمایند.

۲- درمان نقرس و روماتیسم مزمن: از زمانهای گذشته خصوصاً در اروپا خاصیت نرم کنندگی مفاصل این گیاه به خوبی شناخته شده بود و به همین دلیل از جوشانده پوست درخت برای درمان عوارض نقرس و روماتیسم استفاده می‌شد.

گزنه *Urtica dioica* Family: Urticaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با ساقه چهارگوش که پوشیده از تار می‌باشد. برگها بیضوی شکل و نوک تیز و در حاشیه دندانه‌دار هستند. گلها کوچک و به رنگ سبز روشن بوده و در گل آذینهای خوشه مستقرند. در اثر تماس بدن با کرکهای گزنده این گیاه محتویات سوز آور آنان که همانا اسید فرمیک می‌باشد در پوست بدن وارد شده و باعث ایجاد سوزش می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

گزنه در نواحی مرطوب غالب نقاط کشور خصوصاً در مناطق شمال، غربی و مرکزی ایران رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

در ساختار گزنه ترکیباتی چون اسید فرمیک، تانن، موسیلاژ و عناصر معدنی همچون پتاسیم و کلسیم و همچنین ماده رنگی موسوم به اورتی سین وجود دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ و ریشه گزنه مورد استفاده دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- جلوگیری از ریزش مو: جوشانده ریشه گزنه و یا ریشه خیسانده شده گزنه در الکل که در طب گیاهی به طور خارجی استعمال می‌شود نه تنها از ریزش مو جلوگیری کرده رشد مو را نیز تقویت نموده و از طرف دیگر شوره سر را بر طرف می‌نماید.

۲- درمان عدم کنترل ادرار: در برخی از افراد مسن که مبتلا به عدم کنترل ادرار می‌باشند مصرف دم کرده ریشه گزنه اثر درمانی خوبی دارد.

۳- درمان بیماریهای پوستی: بیماریهای پوستی همچون اگزما با مصرف جوشانده ۲۰ در هزار برگ گزنه به مقدار ۳ فنجان در روز رفع می‌شود. البته همراه با درمان مذکور بایستی بیمار رژیم غذایی ملایمی نیز داشته باشد.

۴- درمان خون دماغ: گزنه اثر بسیار قاطع در بند آوردن خون داشته و از اینرو آنرا می‌توان برای درمان خون دماغ، رفع اخلاط خونی، خونریزی در فواصل قاعدگی و استفراغ خونی تجویز نمود به این منظور از جوشانده ۳۰ تا ۶۰ در هزار برگ گزنه استفاده می‌شود.

درخت چنار *Plantanus orientalis*

Family: Plantanaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

درختی زیبا و زینتی است که پوست آن به صورت قطعات نامنظمی از ساقه جدا شده و در نتیجه تنه درخت سفید به نظر می‌رسد. برگها پنجه‌ای شکل و دارای ۵ - ۷ لوب می‌باشد. میوه‌های فندقه آن در دستجات کروی شکل اجتماع یافته‌اند.

انتشار جغرافیایی:

درخت چنار در بسیاری از نقاط کشور از جمله مازندران، گیلان، آذربایجان، کرمانشاه، لرستان، فارس و... انتشار داشته و در بقیه نقاط کشور نیز به عنوان درخت زینتی در پارک‌ها و کنار معابر کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

تان‌ها و انواع ترکیبات فنلی و برخی املاح معدنی همچون منیزیم و آهن در ترکیب درخت چنار فراوان دیده می‌شود. در مورد ترکیبات شیمیایی کامل این گیاه مطالعات کامل صورت نگرفته است.

قسمت‌های مورد استفاده:

پوست و ریشه درخت چنار واجد برخی خواص دارویی است.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع لکه‌های پوستی: جوشانده درخت چنار اثر مفیدی در درمان لکه‌های پوستی خصوصاً لکه‌های پوستی ناحیه گردن دارد. این جوشانده باید به شکل خارجی استعمال گردد.

۲- درمان اسهالهای ساده: برای درمان اسهالهای ساده می‌توان از درخت چنار برده جست به این منظور پوست درخت چنار را در مقداری سرکه جوشانده و به شکل خوراکی مصرف می‌نمایند.

۳- درمان مارگزیدگی: جوشانده ریشه درخت چنار در افرادی که دچار مارگزیدگی شده‌اند از شدت ناراحتیها کاسته و عوارض ناشی از سم مار را تا حدودی کاهش می‌دهد.

۴- گرفتگی صدا: جوشانده برگهای چنار که به صورت خوراکی مصرف می‌شود گرفتگی صدا را بر طرف می‌نماید.

بلوط Quercus Sp.**Family: Fagaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گونه‌های مختلفی از بلوط در ایران وجود دارند که ویژگی تمامی آنان داشتن برگهای مستطیل شکل است که در حاشیه لوبدار می‌باشد. میوه‌های بلوط درشت و از نوع فندقه می‌باشند که پوشش پیاله مانندی آنها را محصور کرده است.

**انتشار جغرافیایی:**

گونه‌های مختلف درخت بلوط در جنگلهای شمال و غرب کشور به حالت خود رو می‌رویند. همچنین انواع مختلف آن در نواحی مختلف کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

انواع تانن‌ها، کوئوین، فلوروگلوکوسین، اگزالات کلسیم و مواد پکتیکی به فراوانی در انواع گونه‌های بلوط وجود دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

پوست نرم شاخه‌های جوان بلوط و بعضاً برگها و میوه‌های خشک بلوط اثرات دارویی قابل توجهی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- **عامل ضد التهاب:** جوشانده برگ یا پوست بلوط به دلیل تانن فراوان اثر ضد التهاب بر روی مخاط بدن داشته از این رو می‌توان آن را در درمان ورم لوزه‌ها، ورم حنجره همچنین رفع ترشحات زنانه و بواسیر استفاده نمود. به این منظور جوشانده غلیظ (۱۰۰ - ۵۰ گرم در لیتر) برگ یا پوست گیاه به شکل خارجی و یا تزئقی استفاده می‌شود.

۲- درمان اسهال: از بلوط می‌توان برای درمان اسهالهای ساده بهره جست به این منظور می‌توان از تنقیه جوشانده پوست آن و یا از میوه بلوط استفاده کرد. مخلوط آرد میوه بلوط همراه با کاکائو بهترین داروی گیاهی برای درمان اسهال کودکان است. با توجه به اینکه میوه بلوط به دلیل داشتن تانن فروان مزه تلخی دارد برای کاهش میزان تانن اقدام به بودهی آن می‌نمایند.

۳- درمان خون دماغ: پنبه آغشته به جوشانده پوست بلوط اگر در حفره بینی قرار داده می‌شود خونریزی را قطع می‌نماید.

زعفران *Crocus Sativus*

Family: Iridaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی با پیازی سخت و مدور که در اصطلاح گیاه‌شناسی به آن بُنه می‌گویند. از آن پیاز ابتدا ساقه‌ای کوتاه و بعد چند برگ باریک و دراز می‌روید که از میان آنان غنچه خارج می‌شود. گل‌های نسبتاً درشت گیاه بنفش یا ارغوانی رنگ هستند.



انتشار جغرافیایی:

منشأ اولیه زعفران جنوب شرق آسیا است و امروزه در ایران نیز در برخی نقاط همچون خراسان کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیبات موجود در زعفران شامل املاح معدنی، موسیلاژ، هتروزید پیکروکروسین و ترکیب رنگی موسوم به کروسین است.

قسمتهای مورد استفاده:

قسمتهای مورد استفاده گیاه ناحیه انتهایی خامه و کلاله آن است که تحت عنوان زعفران به بازار عرضه می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تسکین بیماریهای ریوی: به دلیل قابلیت زعفران در بی‌حسی اعصاب ریوی از آن در تسکین سرفه در بیماریهای عصبی همچون برونشیت استفاده به عمل می‌آید در این مورد می‌توان دم کرده یا گرد زعفران و یا تنطور آن را استفاده نمود.

۲- تسکین دندان درد: زعفران به دلیل قابلیتش در تحریک اعصاب به عنوان مسکن برای

دندان درد و تشنجات عصبی و... به کار می‌رود و علاوه بر آن اثر خواب‌آوری نیز برای آن پیشنهاد شده است.

۳- تقویت عمومی بدن: زعفران ماده بسیار مقوی بوده محرک قوه بال و مقوی کلیه اعضاء بدن به شمار می‌آید.

گل حسرت (سورنجان) *Colchicum autumnale*

Family: Liliaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی با پیازی نسبتاً بزرگ و گوشتی که برگهای باریک و دراز آن که همپوشان نیز هستند مستقیماً از آن خارج می‌شوند. گل‌های گلی رنگ گیاه که از وسط برگها ظاهر می‌شوند قبل از فرا رسیدن کامل فصل بهار به عرصه می‌رسند و وجه تسمیه گیاه نیز به همین است. میوه گیاه کپسولی است شامل سه خانه که واجد دانه‌های فراوان می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در ایران رویش ندارد ولی گونه‌های دیگر آن از جمله *C. speciosum* و *C. Luteum* در نواحی شمال ایران می‌رویند که تا حدودی همان اثرات دارویی را دارند.

ترکیبات شیمیایی:

پیاز این گیاه موسیلاژ نشاسته و ماده سمی موسوم به کولشی‌سین دارد. این ترکیب فوق العاده سمی بوده و خاصیت سرطان‌زایی برای آن در نظر گرفته‌اند. از این حیث در استفاده دارویی از این گیاه باید نهایت دقت و توجه را نمود.

قسمتهای مورد استفاده:

دانه‌های گیاه تحت نظر پزشک مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان نقرس: سورنجان یا گل حسرت مهمترین داروی گیاهی برای درمان نقرس

می‌باشد و از این رو آن را داروی اختصاص درمان نقرس می‌دانند. به این منظور مصرف تنطور دانه‌های گل حسرت (دانه له شده در الکل) تجویز می‌گردد. مصرف روزانه ۳۰ تا ۴۰ قطره از تنطور در روزهای اولیه که بعداً می‌توان آن را به میزان ۱۰ تا ۱۵ قطره در روز نیز اضافه نمود در این مورد حداکثر نتیجه را دارد.

کوله خاس *Ruscus aculeatus*

Family: Liliaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است فاقد برگ که در آن انشعابات ساقه پهن شده و عمل برگ را انجام می‌دهند. این ساقه‌ها را کلادود نامند. گلها کوچک و به رنگ سبز مایل به سفید بوده و بر روی کلادودها قرار گرفته‌اند. میوه کروی شکل و ارغوانی رنگ است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه کلاً در شمال کشور در اطراف رشت، لاهیجان و گرگان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

ریزوم و ریشه گیاه دارای املاح مختلف چون پتاسیم و کلسیم بوده و همچنین ترکیباتی چون روسکوزنین دارد که خاصیت اثر رفع بواسیر دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

ریشه و ریزوم گیاه خواص دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بی‌اشتهایی: جوشانده ریزوم و ریشه کوله خاس که به شکل خوراکی مصرف می‌شود اشتها آور است.

۲- به عنوان مدر: جوشانده ریزوم کوله خاس اثر ادرار آور داشته و از این رو در درمان برخی عوارض چون بیماریهای کلیوی چون سنگ کلیه و... کاربرد دارد.

۳- درمان بواسیر: استعمال و ریزوم له شده گیاه به شکل خارجی در موضع اثر رفع بواسیر دارد.

Allium sativum سیر

Family: Liliaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای باریک و ساقه بدون برگگی که به گل‌های سفید رنگ با لکه‌های قرمز ختم می‌شود. گل‌های در دستجات چتر مانند مجتمع شده‌اند. ساقه در قاعده منتهی به پیاز مرکب متشکل از ۵ تا ۱۰ قطعه می‌گردد که همان سیر خوراکی است.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی مختلف ایران خصوصاً شمال ایران کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

سیر حاوی مقادیری ویتامین C، قندهایی همچون اینولین و گلوکوزیدهای گوگرد دار می‌باشد که در اثر تجزیه آن اسانس مخصوص سیر که بوی خاص دارد آزاد می‌شود.

قسمت مورد استفاده:

پیازه تازه یا خشک گیاه مورد استفاده قرار می‌گیرد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- کاهش فشار خون: سیر به دلیل قابلیت گشاد نمودن شرایین و مویرگها فشار خون را پائین می‌آورد. به این منظور بهتر است سیر به طور کامل خرد شده را در شیر حل کرده میل نمایند.

۲- اثر ضد عفونی کننده: سیر با استعمال خارجی اثر ضد عفونی کننده داشته و در پانسمان زخمهای چرکی می‌توان از آن استفاده نمود.

۳- درمان آرتروز و رماتیسم: در درمان عارضه‌های مفصلی چون آرتروز و رماتیسم سیر با

استعمال خارجی مصرف می‌شود. به این منظور چند قطعه سیر را بعد از له کردن کامل در موضع درد اثر داده بعد از چند ساعت ضماد را برداشته و در موضع درد خمیر رس تمیز قرار داده و با پارچه می‌بندند و بعد از مدتی درد از ناحیه مذکور بر طرف می‌شود.

۴- درمان کرمک: کرمک نوعی کرم انگل روده است که بیشتر در اطفال دیده می‌شود. برای دفع آن از بدن اطفال استفاده از سیر توصیه شده است. شربت سیر که از مخلوط نمودن ۱۰۰ گرم سیر، ۲۰۰ گرم قند بدست می‌آید به این منظور استفاده می‌شود.

۵- درمان اسهال: اسهالهای ساده را می‌توان با سیر درمان نمود. به این منظور از سیر خرد شده در شیر به طریقه خوراکی استفاده می‌گردد.

پیاز *Allium cepa* Family: Liliaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای استوانه‌ای شکل توخالی و ساقه‌ای که از آن گل‌های سفید تا متمایل به بنفش که به شکل چتر مانند مجتمع شده‌اند خارج می‌گردند. مجموعه گلها در هنگام جوانی توسط پوشش سفید رنگ غشایی احاطه شده‌اند. گیاه در قاعده به پیاز درشت و متورمی که همان پیاز معمولی خوراکی است ختم می‌گردد.

انتشار جغرافیایی:

به نظر می‌رسد منشأ اصلی پیاز در در دنیا کشور ایران باشد و از ایران پیاز برای کشت به سایر نقاط جهان منتقل شده است. امروزه به عنوان یک محصول عمده زارعی در بسیاری از نقاط کشور کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

پیاز خوراکی دارای انواع مواد معدنی چون سدیم، پتاسیم، کلسیم و فسفر بوده و مواد قندی همچون ساکارز، مالتوز و اینولین را نیز در ساختمان آن یافت. انواع ویتامینها از جمله ویتامین C نیز در ساختمان آن یافت می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان اسکوربوت: پیاز خام و نپخته به دلیل داشتن مقادیری ویتامین C اثر ضد اسکوربوت داشته و مصرف پیاز به صورت خام علاوه بر اسکوربوت چون خونریزی لثه را از بین می‌برد.

۲- اثر ضد عفونی‌کننده: پیاز خاصیت ضد عفونی‌کننده قوی دارد و به این علت از

جوشانده آن برای ضد عفونی و پانسمان زخمهای چرکی استفاده می شود.

۳- درمان حبس البول (عدم دفع ادرار): برای درمان این عارضه با پیاز می توان به دو طریق عمل نمود اول اینکه پیاز در آب و عسل جوشانده شده و جوشانده مذکور به طریقه خوراکی مصرف شود و دوم آنکه عصاره پیاز خام در ناحیه زیرشکم اثر داده شود.

۴- درمان نفخ شکم: مخلوط عصاره پیاز خام در الکل که روزی ۲ تا ۳ بار به مقدار ۱۰-۱۵ قطره مصرف می شود نفخ شکم را بر طرف می نماید.

۵- کاهش قند خون: مصرف پیاز خام اثرات قابل ملاحظه ای در کاهش قند خون دارد.

۶- درمان فشار خون: به منظور پائین آوردن فشار خون نیز می توان پیاز خام را مصرف نمود.

۷- درمان دردهای عصبی: شربت پیاز به میزان زیادی دردهای عصبی را کاهش می دهد برای تهیه آن ۱۰۰ گرم پیاز خام را با ۴۰۰ گرم قند مخلوط کرده و مصرف می نمایند.

سپیدار *Populus alba*

Family: Salicaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

درختی است با برگهای منقسم به لوبهای عمیق که در سطح فوقانی سبز رنگ بوده و در سطح تحتانی به دلیل وجود کرکهای پنبه‌ای سفید رنگ می‌باشد. جوانه‌های این درخت و حتی دانه‌ها نیز با کرکهای سفید رنگ پوشیده شده‌اند.

انتشار جغرافیایی:

درخت سپیدار یا صنوبر را می‌توان در شمال

کشور با همین نام در تهران و یزد تحت عنوان کبوده و در همدان با نام شال مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

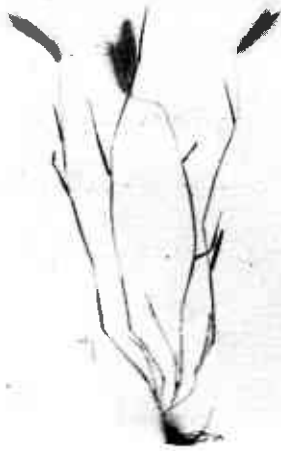
پوست این درخت دارای سالیسین، پوپولین و همچنین تانن فراوان بوده و چوب شاخه‌های آن درای ماده رنگی شبیه به آری سین می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ و پوست این درخت خاصیت دارویی دارند.

اثرات درمانی و طرز استعمال:

- ۱- **درمان سرماخوردگی:** جوشانده پوست یا برگ درخت سپیدار به دلیل داشتن سالیسین و پوپولین دارای خاصیت تب بر و مسکن بوده و در درمان سرماخوردگی بسیار مؤثر است.
- ۲- **درمان سیاتیک:** ماده سالیسین موجود در پوست سپیدار که ساختاری مشابه با آسپرین را داراست دردهای ناشی از سیاتیک را تسکین می‌دهد. به این منظور پوست تازه این درخت را بر روی موضع درد اثر می‌دهند.

جو *Hordeum vulgare***Family: Graminae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

جو وحشی گیاهی از خانواده گندمیان می‌باشد. گل‌های نامشخص آن به صورت چند تایی در دستجات موسوم به سنبلک قرار گرفته‌اند. هر سنبلک را از خارج دو برگک نازک و نخ‌شکل فراگرفته است که گلوم نامیده می‌شوند. سنبلک‌ها با همدیگر در گل آذینهای استوانه‌ای شکل مجتمع می‌باشند. به طوری که در هر بند از گل آذین سه سنبلک دیده می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

جو در گیلان، آذربایجان، اصفهان، لرستان، خوزستان و... و به عبارت بهتر در همه جای ایران می‌روید البته امروزه به طور وسیعی نیز کشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

دانه‌های جو حاوی انواع پلی ساکاریدها همچون نشاسته و دکسترین می‌باشند در حالی که برخلاف دانه‌ها گیاهک جوان جو که از رشد جنین حاصل می‌شود حاوی ترکیبات روغنی از جمله اسیدهای چرب استئاریک یک اسید، اسید پالمیتیک، اسید آلئیک و اسید لینوئیک می‌باشد. از این رو از نقطه نظر مواد غذایی تفاوت عمده‌ای بین دانه جو و دانه در حال رویش و جوانه زنی آن می‌باشد.

اساساً به دانه جو جوانه زده مالت گفته می‌شود که از خسیس‌اندن دانه‌های جو در شرایط خاص بدست می‌آید. دم کرده یا جوشانده مالت در آب را عصاره مالت نامند که محتوی مالتوز ساکارز، دکسترین و اسید فسفریک است.

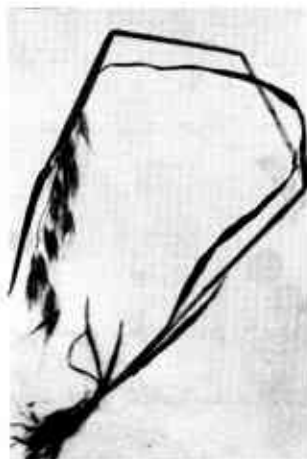
اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان ضعف عمومی: جوشانده حاصل از مخلوط دانه‌های جو همراه با جودوسر و گندم ماده غذایی بسیار مقوی است که برای درمان ضعف عمومی بدن به کار می‌رود.
- ۲- درمان کم خونی: جوشانده ۲۰ گرم دانه جو در یک لیتر آب که به مدت ۷ ساعت حرارت ملایم دیده است غذا و داروی خوبی برای مبتلایان به کم خونی است.
- ۳- تقویت قلب و درمان تنگی نفس: دانه‌های جو به دلیل دار بودن آکالونید هوردنین اثر مقوی قلب داشته و در درمان تنگی نفس نیز به کار می‌روند.

جو دو سر (یولاف) *Avena sativa*

Family: Graminae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است از خانواده گندمیان که دارای گل‌های بسیار ریز و نامشخص بوده و این گل‌ها در دستجاتی که اصطلاحاً سنبله نامیده می‌شوند قرار گرفته‌اند. هر سنبله توسط دو برگچه کوچک که پوش یا گلوم نامیده می‌شوند احاطه شده است و گلومها دارای زوایید دراز نخ‌شکل می‌باشند که ریشک نامیده می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در بیشتر نقاط کشور رویش دارد و آن را می‌توان در آذربایجان، لرستان، فارس، اراک و حتی خوزستان مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

دانه‌های این گیاه واجد برخی اسیدهای چرب همچون اسید پالمیتیک، اسید آلئیک و اسید لینولئیک بوده و به میزان زیادتری واجد هیدراتهای کربن همچون نشاسته می‌باشد. از طرف دیگر گاه یا سبوس دانه‌های آن مثل سبوس سایر غلات واجد ویتامین‌های B_1 ، C می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

دانه‌های جو دو سر خاصیت دارویی فراوان دارند ولی بعضاً از گاه دانه‌ها نیز استفاده می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان ضعف عمومی: جوشانده دانه‌های بدون سبوس یولاف در شیر که به آن یک زرده تخم مرغ اضافه شده باشد داروی بسیار مناسبی برای درمان ضعف مفرط ناشی از بیماریها،

و همچنین تقویت کودکان و افراد مسن می‌باشد.

۲- درمان یبوست و بواسیر: جوشانده آرد و دانه‌های جو دو سر که صبح ناشتا به مقدار ۲ تا ۳ فنجان به مدت ۲ تا ۳ روز مصرف می‌شود اثر ملین داشته یبوست را از بین می‌برد و از طرف دیگر بواسیر رانیز درمان می‌نماید.

۳- درمان سنگ کلیه: جوشانده ۲۰ گرم دانه جو دو سر سیوس دار اثر مدر داشته و در درمان سنگ کلیه، انواع ناراحتیهای کلیه، عدم دفع ادرار، آب آوردن انساج و... به کار می‌رود.

۴- التیام زخمی: برای التیام زخمهای کهنه و شدید می‌توان از خمیر آرد جو دو سر مخلوط با مخمر آب جو و شراب سفید استفاده نمود.

Chelidonium majus مامیران**Family: Papaveraceae**

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای منقسم که تقسیمات آن دندانه دار می‌باشند گلها زرد رنگ و میوه‌های آن دراز می‌باشند و از نوع خورجین.

انتشار جغرافیایی:

در مناطق کوهستانی شمال غرب و غرب ایران رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

برخی ترکیبات معدنی همچون کلسیم، منیزیم و ... الکالوئیدهای کلیدونین و هموکلیدونین و پروتوپین و موسیلاژ در مامیران یافت می‌شوند.

قسمت‌های مورد استفاده:

ریشه گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان زگیل، میخچه و بیماریهای پوستی: استعمال خارجی شیره خالص گیاه مخلوط با آب یا ریشه له شده گیاه در درمان بیماریهای جلدی و قرار دادن ضماد شیره گیاه روی زگیل و میخچه در رفع آنان مؤثر است.

۲- درمان بیماریهای کبدی و سینه: بداین منظور تنطور شیره گیاه به شکل خوراکی باید مصرف شود برای تهیه تنطور شیره گیاه را با الکل سفید مخلوط کرده و بعد از چند روز صاف نموده و با مخلوط کردن ۴ گرم صمغ عربی و ۲۲۰ گرم آب آنرا در ساعت یک قاشق مصرف نمایند.

۳- رفع التهابات چشمی: جوشانده برگ مامیران که با استعمال خارجی و به منظور شستشوی چشم استفاده می‌شود در درمان ورم چشم و پلک مؤثر است.

۴- آرام بخش، ضد تشنج و مخدر: مصرف جوشانده برگ مامیران این اثرات را دارد.

بابونه *Anthemis nobilis*

Family: Compositae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با ساقه‌های خزنده و برگهای دارای بریدگیهای فراوان، گل‌های آن در گل آذینهای کاپیتول متمرکز هستند، گل‌های زبانه‌ای که در حاشیه کاپیتول قرار می‌گیرند سفید رنگ و گل‌های لوله‌ای که در مرکز کاپیتول قرار می‌گیرند سبز رنگ می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

گونه‌های مختلف بابونه در سراسر ایران پراکنده می‌باشند.

ترکیبات شیمیایی:

بابونه واجد آلکالوئیدی موسوم به آنته‌مین، تانن و گلوکوزیدهای تلخ است.

قسمت مورد استفاده:

گل و ساقه بابونه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان اختلالات قاعدگی: برای درمان اختلالات قاعدگی و تنظیم دوره‌های ماهیانه خانمها مصرف خوراکی جوشانده گل و ساقه بابونه به میزان روزی یک استکان در فواصل غذا توصیه می‌شود. جوشانده ۱۰ تا ۳۰ گرم گل یا ساقه بابونه بیشترین اثر را دارد.
- ۲- رویش مو، تقویت مو و بور کردن موی سر: شستشوی سر با دم کرده گل بابونه باعث تقویت موی سر شده، رویش مو را تقویت کرده و همچنین باعث طلایی شدن رنگ موی سر می‌شود. در این مورد دم کرده ۵۰ تا ۱۰۰ گرم در لیتر گل بابونه پیشنهاد می‌شود.

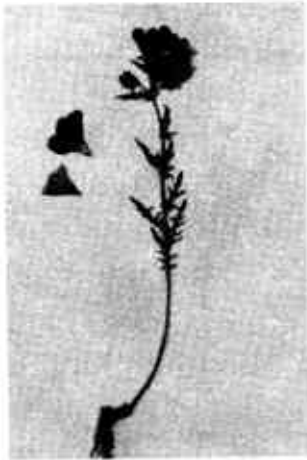
۳- درمان بی اشتهاپی، دل درد و سوء هاضمه: مصرف دم کرده گل یا ساقه خشک بابونه به میزان یک استکان در روز (دم کرده ۱۰ تا ۳۰ گرم در لیتر) اختلالات گوارشی یاد شده را بهبود می بخشد.

۴- درمان ناراحتیهای عصبی: خستگی ضعف اعصاب، گریپ و برخی بیماریهای عصبی با مصرف جوشانده گل و ساقه بابونه (جوشانده ۱۰ تا ۳۰ گرم در لیتر) تسکین می یابد.

بذرالبنج (بنگ دانه)

Hyoscyamus niger**Family: Solanaceae**

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای مثلثی تا مستطیل شکل که بر روی ساقه و این برگها کرکهای سفید پنبه‌ای دیده می‌شود. برگهای گیاه دارای بریدگیهای شانهای می‌باشند و این بریدگیها برگ را به چند لوب تقسیم می‌نماید. گلها زرد رنگ و دارای رگه‌های مشبک ارغوانی رنگ می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی مرکزی ایران در اطراف تهران، در شمال کشور و در شمال غرب آن در منطقه آذربایجان یافت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه خصوصاً در دانه‌هایش حاوی مقادیر فراوان از آلکالوئیدهای مهم همچون هیوسيامین یا اسکوپولامین می‌باشد که سمی بودن شدید این گیاه نیز به دلیل وجود همین آلکالوئید می‌باشد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ و دانه‌های گیاه در طب گیاهی مورد مصرف دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

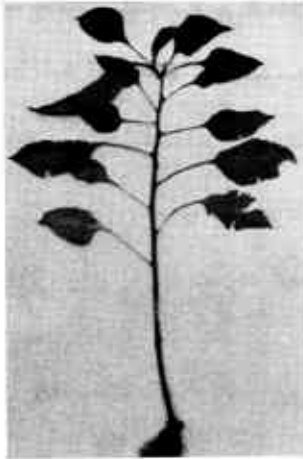
۱- به عنوان مسکن قوی: بذرالبنج به دلیل داشتن آلکالوئید هیوسین خاصیت آرام کننده سلسله دستگاه عصبی را دارد و از این رو از آن برای تسکین دردهای شدید همچون دردهای عصبی، درد مفاصل، رماتیسم و... استفاده می‌شود. اثر تسکین دهنده بذرالبنج به

قدری زیاد است که می‌توان به جای تریاک از آن استفاده نمود. در استعمال خارج برگ له شده بذربنجم را به شکل ضماد در موضع درد قرار می‌دهند و یا از جوشانده دانه‌های آن در روغن استفاده می‌شود. لازم به تذکر است به دلیل سمیت زیاد بذربنجم استفاده خوراکی از آن حتماً باید تحت نظر پزشک انجام شود.

۲- درمان سیاه سرفه، سل و برونشیت: در درمان بیماریهای تنفسی مصرف خوراکی این گیاه با رعایت احتیاطات لازم توصیه می‌گردد. در این موارد مصرف ۰/۲ گرم گرد برگ بذربنجم ۳ بار در روز یا مصرف عصاره الکلی برگ آن به مقدار ۰/۵ تا ۰/۱ گرم سفارش شده است.

فلفل سبز *Capsicum annum*

Family: Solanaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای بیضوی شکل نوک تیز و گل‌های سفید رنگ کوچک که در نهایت به میوه گوشتی قرمز رنگ که دانه‌های سفید فراوان دارد تبدیل می‌گردد. این میوه همان فلفل خوراکی است که در ابتدا سبز رنگ بوده طعم ملایم دارد و بعد از رسیدن قرمز رنگ شده مزه بسیار تند و شدیدی پیدا می‌کند.

انتشار جغرافیایی:

فلفل به شکل خود رو در جنوب ایران رویش دارد. ولی امروزه در مزارع کل کشور کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

در ساختار میوه فلفل ۳ ترکیب شیمیایی به نامهای کاپ سائی سین کاپ سیسین و کاپ سانتین وجود دارد. کاپ سائی سین مسئول مزه تند آن است، کاپ سیسین مسئول خاصیت تحریک کننده‌گی جلدی میوه فلفل است و کاپ سانتین نوعی رنگیزه قرمز رنگ است که در هنگام بلوغ در آن انباشته می‌شود.

قسمت‌های مورد استفاده:

میوه و دانه‌های فلفل خاصیت دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان بواسیر: گرد میوه فلفل به مقدار یک گرم که در عسل مخلوط می‌گردد در درمان بواسیرهای دردناک بسیار مفید می‌باشد. مقدار مصرف آن ۳ بار در روز به شکل خوراکی

توصیه می‌گردد. لازم است کسانی که به زخم معده و یا سوزش ادرار مبتلا می‌باشند کلاً از خوردن فلفل به هر نحو پرهیز نمایند.

۲- درمان رماتیسم: مالیدن گرد میوه فلفل در موضع درد به دنبال ایجاد قرمزی در پوست دردهای رماتیسمی را بهبود می‌بخشد.

۳- درمان گرفتگی صدا: برای درمان گرفتگی صدا که ناشی از عوامل گوناگونی است می‌توان تنطور میوه فلفل را به شکل غرغره استعمال نمود. برای تهیه تنطور مذکور گرد میوه فلفل را در الکل حل می‌نمایند.

گل مینای چمنی *Bellis perennis* Family: Compositae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است کوچک و علفی که در داخل چمنها و چمنزارهای طبیعی رویش دارد. دارای برگهای قاشقی تا بیضوی شکل می‌باشد که تماماً قاعده‌ای اند و از اینرو ساقه کاملاً عریان و فاقد برگ است، گلها سفید یا صورتی رنگ می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

در بیشتر نقاط کشور در داخل چمنزارهای طبیعی و مصنوعی می‌توان این گیاه را مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

انواع تانن‌ها، برخی اسیدهای آلی همچون اسید اگسالیک، اسیدوینیک و... اینولین که یک نوع پلی ساکارید است و لعاب‌موادرزینی عمده‌ترین ترکیبات شیمیایی این گیاه به‌شمار می‌آیند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- رفع خون‌مردگیهای زیرپوستی: جوشانده برگ این گیاه به شکل کمپرس در موضع باعث رفع خون‌مردگیها می‌گردد. به همین منظور البته می‌توان از برگهای له شده گیاه نیز به شکل ضماد استفاده نمود.

۲- درمان بیماریهای تنفسی: دم‌کرده برگ گل مینا از قدیم الایام در درمان عوارض برخی ناراحتیهای تنفسی همچون آسم، برونشیت و... به کار می‌رفته است. مصرف روزانه ۳ فنجان از دم‌کرده آن درفاصله بین دو وعده غذایی علایم این ناراحتیها از جمله سرفه و اخلاط خونی را رفع می‌نماید.

۳- درمان یبوست: مصرف برگهای تازه گیاه می‌تواند مخاط روده را نرم کرده اثر ملین

کاسنی

Cichorium intybus**Family: Compositae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است با ساقه کاملاً راست و استوار و ریشه‌های ستبر و قوی که درون ریشه‌های آن شیرابه سفید رنگی جاری است. گل‌های زود افت گیاه آبی رنگ بوده و برگ‌های آن خصوصاً برگ‌های پائینی ساقه دراز و منقسم به قطعات عمیق می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

کاسنی در تمامی قسمت‌های ایران در شمال، آذربایجان، خراسان و حتی سیستان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

املاح معدنی چون سدیم، پتاسیم، منیزیم، نیترات و فسفات و ماده تلخی موسوم به سیکورین که نوعی گلوکوزید است مهمترین ترکیبات شیمیایی کاسنی را تشکیل می‌دهند در ضمن گل‌های آن دارای ترکیبی شیمیایی موسوم به سیکوری نین می‌باشند.

قسمت‌های مورد استفاده:

کلیه قسمت‌های کاسنی اعم از ریشه و برگ از قدیم الایام مصرف دارویی داشته‌اند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تعیین جنسیت فرزند: خوردن مقادیری برگ و ریشه کاسنی توسط مادران باردار امکان پسر شدن جنین را بیشتر می‌نماید. در این مورد روایاتی نیز از ائمه اطهار نقل شده است،

امام ششم (ع) می‌فرماید: خانواده‌ای که کاسنی زیاد می‌خورد فرزند پسر بیش از دختر دارد.

۲- درمان ورم لثه: برگ تازه کاسنی حاوی ویتامین C فراوان بوده از این رو مصرف آن التهابات لثه را که ناشی از کمبود این ویتامین است بهبود می‌بخشد. در این مورد بهتر است عصاره گیاه بر روی لثه با استعمال خارجی مالیده شود.

۳- تقویت دستگاه گوارش: مصرف دم‌کرده برگ یا ریشه کاسنی به مقدار یک فنجان قبل از هر وعده غذایی اثر مقوی بر روی معده داشته، اشتها را زیاد نموده و از طرف دیگر به عنوان ملین پیوسته را بر طرف می‌نماید.

هویج *Daucus carota* Family: Umbelliferae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است با برگهای واجد بریدگیهای فراوان و ریشه‌ای راست و ضخیم، گل‌های سفید رنگ و کوچک آن در گل آذینهای چتر مستقر می‌باشند. میوه‌های آن کوچک و خاردار بوده و بعد از رسیدن میوه انشعابات چتر حالت بسته و خمیده به خود می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی:

هویج گیاهی دو ساله است که انتشار جهانی دارد. در ایران نیز در بسیاری از نقاط کشور هم به شکل خود رو رویش داشته و هم کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

B کاروتن که پیش ساز ویتامین A می‌باشد، استروئولهای گیاهی و برخی اسانس‌ها همچون پنن، لیمونن عمده‌ترین ترکیبات شیمیایی هویج هستند.

قسمتهای مورد استفاده:

ریشه هویج علاوه بر مصرف خوراکی، مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تسکین سوختگیها و بیماریهای پوستی: ریشه هویج له شده به صورت ضماد درد ناشی از سوختگیها را تسکین داده، بیماریهای پوستی همچون اگزما و دمل و کورک را درمان می‌کند.

۲- تقویت چشم: به دلیل داشتن B کاروتن که پیش ساز ویتامین A می‌باشد ریشه هویج

باعث تقویت چشم و بینایی می‌شود.

۳- درمان سنگ کلیه: تخم هویج اگر همراه با تَرَب با آتش پخته شده و مصرف شود باعث رفع سنگ کلیه می‌شود.

۴- به عنوان مدر: جوشانده ۳۰ تا ۴۰ گرم در هزار ریشه هویج که به میزان سه استکان در روز قبل از غذا مصرف می‌شوند. اثر مدر داشته در رفع آب آوردن بافت‌های بدن، دفع نفخ، رفع سنگ کلیه و تقویت معده مفید است.

Juglans regio گردو

Family: Juglandaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است درختی با برگهای مرکب، گل‌های آن تک جنسی، کوچک و بدون پوشش (کاسبرگ و گلبرگ متمایز) بوده. و در گل آذینهای شاتون قرار گرفته‌اند.

شاتونهای نر در انشعابات مسن و شاتونهای ماده در انشعابات تازه گیاه واقع اند. میوه فندقه گیاه در اطراف خود دارای پوشش سبز رنگ می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

در سراسر ایران درخت گردو کاشته می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

مغز میوه گردو حاوی انواع ویتامینهای A, B₁, B₂ و انواع مواد معدنی چون کلسیم، فسفر، آهن، منیزیم و گوگرد است. همچنین برخی اسیدهای چرب چون اسید لینولئیک، اسیدالئیک در آن دیده می‌شود.

قسمت‌های مورد استفاده:

مغز میوه پوسته سبز میوه و برگ درخت گردو مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان نرمی استخوان: جوشانده برگ درخت گردو که به شکل خوراکی مصرف می‌شود برخی اختلالات استخوانی همچون نرمی استخوان و بیماریهای مفصلی را درمان می‌کند.
- ۲- درمان عفونت‌های رحمی: جوشانده برگ درخت گردو باعث ضد عفونی مهبل و رحم و در نتیجه درمان عفونت‌های قارچی یا باکتریایی آن می‌گردد. بداین منظور جوشانده به شکل

تنقیه مورد استفاده قرار می‌گیرد.

۳- درمان اختلالات کبدی: جوشانده پوسته سبز گردو تقویت کننده کبد بوده برخی

اختلالات کبدی همچون ورم کبد و اختلالات مجاری صفراوی را بهبود می‌بخشد.

۴- درمان ناراحتیهای پوستی: روغن گردو که از له شدن مغز میوه گردو بدست می‌آید در

درمان خشکی و پوسته پوسته شدن پوست به کار می‌رود. جوشانده برگ درخت گردو نیز با

استعمال خارجی التیام دهنده اگزما، زرد زخم و زخمهای چرکین است.

۵- درمان بیحالی، ترس و اضطراب: خوردن مغز میوه گردو برخی ناراحتیهای عصبی را

تسکین می‌دهد.

گل گندم

Centaurea cyanus**Family: Compositae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاه کوچکی است که برگهای فوقانی ساقه آن باریک و بدون دندان بوده ولی برگهای قاعده‌ای دارای بریدگیهای عمیق بوده گلها لوله‌ای شکل و آبی رنگ می‌باشند و در مجموعه‌هایی که کاپیتول نامیده می‌شوند قرار می‌گیرند. گل آذین را برگهایی کوچک و همپوشان که در حاشیه مزه دار هستند فرا می‌گیرند.

انشار جغرافیایی:

در بسیاری از مناطق کشور از جمله نواحی شمال کشور، تهران، خراسان و بلوچستان و آذربایجان می‌توان این گیاه را مشاهده کرد. گیاه مذکور در داخل مزارع گندم فراوان می‌باشد و وجه تسمیه این گیاه نیز همین است.

ترکیبات شیمیایی:

در ترکیب شیمیایی این گیاه عناصر معدنی همچون منگنز، پتاسیم، فسفر و... دیده می‌شود. از طرف دیگر ترکیبی موسوم به سنتورین در این گیاه وجود دارد که خاصیت تب بر دارد.

قسمتهای مورد استفاده:

تمامی قسمت‌های گیاه از جمله گلها و میوه اثر دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- شستشوی چشم: از دم کرده گل این گیاه به همراه ۵ گرم گل اکلیل و ۱۰ گرم برگ

بارهنگ که در ۲۵ گرم آب به مدت ۱۵ دقیقه می جوشد محلولی بدست می آید که از آن برای شستشوی چشم استفاده می شود. دو گیاه اکلیل و بارهنگ در همین کتاب معرفی شده اند.

۲- درمان التهابات پلک ها: دم کرده گل های این گیاه اگر با استعمال خارجی بر روی پلک ها به کار برده شود التهاب آنان را رفع می نماید.

۳- درمان یبوست: میوه گل گندم اثر مُسهل داشته و یبوست را رفع می نماید.



درمان یبوست: میوه گل گندم اثر مُسهل داشته و یبوست را رفع می نماید.

درمان التهابات پلک ها: دم کرده گل های این گیاه اگر با استعمال خارجی بر روی پلک ها به کار برده شود التهاب آنان را رفع می نماید.

بارهنگ که در ۲۵ گرم آب به مدت ۱۵ دقیقه می جوشد محلولی بدست می آید که از آن برای شستشوی چشم استفاده می شود. دو گیاه اکلیل و بارهنگ در همین کتاب معرفی شده اند.

۲- درمان التهابات پلک ها: دم کرده گل های این گیاه اگر با استعمال خارجی بر روی پلک ها به کار برده شود التهاب آنان را رفع می نماید.

۳- درمان یبوست: میوه گل گندم اثر مُسهل داشته و یبوست را رفع می نماید.

Cyndon dactylon مَرغ**Family: Graminae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

مَرغ گیاه بسیار کوچکی است که عموماً در کنار جاده، داخل مزارع و... رویش دارد. ساقه کوچک آن در نهایت به گل آذین منشعبی ختم می‌شود که منظره‌ای شبیه به پای مرغ داشته و از ۴-۷ سنبله باریک و دراز که از یک نقطه خارج می‌شوند تشکیل یافته است. گلها بسیار کوچک و نامشخص بوده و سبز متمایل به بنفش به نظر می‌رسند و بدون دمگل مستقیماً به انشعابات گل آذین متصل هستند.

**انتشار جغرافیایی:**

این گیاه را در سراسر ایران خصوصاً در داخل مزارع به عنوان علف هرز می‌توان مشاهده نمود.

قسمتهای مورد استفاده:

اغلب قسمتهای گیاه خصوصاً ریشه آن مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- دفع سنگهای صفراوی: به این منظور ۱۵ گرم ریشه خشک گیاه باید به مدت ۱۰ دقیقه در یک لیتر آب جوشانده شود و بعد از سرد شدن و صاف نمودن مورد مصرف قرار گیرد.
- ۲- التیام زخمها: شیره تازه این گیاه اگر بر روی زخمها مالیده شود باعث التیام و بهبودی زخمها می‌گردد.
- ۳- جلوگیری از خون دماغ: اگر عصاره و شیره تازه گیاه به بینی اثر داده شود از خونریزی جلوگیری می‌نماید.

شاه پسند طبی *Verbena officinalis*

Family: Verbenaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی با ساقه چهار گوش و برگهای متقابل که واجد داندانه‌های عمیق هستند. گلها کوچک و به رنگ سفید بوده و در گل آذینهای سنبله قرار گرفته‌اند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در نواحی شمال ایران، در اطراف تهران و کرج، در آذربایجان و همچنین قسمتهای مرکزی ایران فارس و لرستان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی: موسیلاژ، تانن، انورتین و یک گلیکوزید به نام وربنالین اساسی‌ترین ترکیبات شیمیایی این گیاه را تشکیل می‌دهند.

قسمتهای مورد استفاده:

برگ و بعضاً دیگر قسمتهای این گیاه در طب گیاهی مصرف دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تقویت مو: دم کرده ۸۰ گرم در لیتر برگ و ساقه برگدار شاه پسند اگر با استعمال خارجی بر روی پوست سر مالیده شود اثر قابل توجهی در تقویت موی سر دارد همچنین از این دم کرده می‌توان برای جلابخشیدن و شفاف نمودن موی سر نیز استفاده کرد.

۲- رفع خستگی و کشش عضلات: استحمام با جوشانده برگ شاه پسند به مقدار قابل توجهی باعث رفع خستگی و کشش عضلات بدن که ناشی از کار روزانه است می‌گردد.

Tussilago farfara پای خر

Family: Compositae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی با ریشه ستر و ساقه‌های کوچک که دارای برگهای فلسی بوده و در نهایت به یک گل آذین کاپیتول ختم می‌گردند. برگهای بزرگ و سبز رنگ گیاه از قاعده ساقه و از مجاورت زمین خارج می‌گردند. کاپیتولها دارای گلپه‌های زبانه‌ای و کناری زرد رنگ هستند.

انتشار جغرافیایی:

نواحی شمال ایران راه چالوس، شمیرانات و همچنین ناحیه آذربایجان

ترکیبات شیمیایی:

آلکالوئیدهای توسیلاژین و سن‌کیرکین، تانن و موسیلاژ و برخی اسیدهای آلی ترکیبات شیمیایی عمده این گیاه را تشکیل می‌دهند.

قسمتهای مورد استفاده:

گل آذینهای کاپیتول گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات درمانی و طرز استعمال:

۱- درمان ناراحتیهای تنفسی: به دلیل خلط آور بودن این گیاه از گل آذین آن در درمان برونشیت، آسم، لارنژیت، سرفه و... استفاده می‌شود. به این منظور می‌توان از جوشانده کاپیتولهای گیاه به شکل خوراکی استفاده نمود و یا برگ گیاه را همانند سیگار دود کرده و از دود آن استفاده کرد.

۲- درمان دمل، زخم و خیز یا ادم پا: در این موارد برگ تازه گیاه مخلوط با عسل به شکل ضماد و با استعمال خارجی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بومادران

Achillea millefolium**Family: Compositae**

مشخصات گیاه‌شناسی:



بومادران گیاهی است با برگهای دارای بریدگیهای ۲ شانه‌ای خطی یا نخی شکل و گل‌های بسیار ریز که به شکل کاپیتول مجتمع می‌باشند و این کاپیتولها نیز در گل آذینهای دیهیم قرار گرفته‌اند. گل‌های زبانه‌ای کاپیتول سفید می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

بومادران طبی در حاشیه شمال کشور در استانهای گیلان و مازندران و همچنین ناحیه آذربایجان در اطراف تبریز، مرند، میشو داغ و ارومیه رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

در سرشاخه‌های گلدار بومادران یک اسید آلی موسوم به اکونیتیک اسید، نوعی الکلئید به نام اکثلین و انواع چربیها و ترکیبات تاننی وجود دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگها و سرشاخه گلدار گیاه در طب گیاهی استفاده می‌شود.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

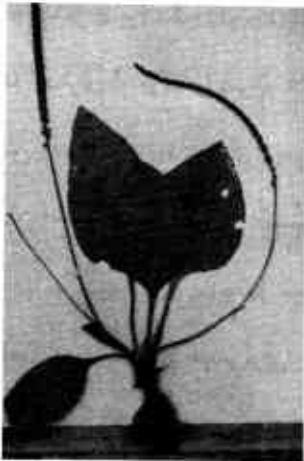
۱- درمان بواسیر: گیاه بومادران به دلیل دار بودن ترکیبات تاننی اثر قابض داشته و از این جهت التهاب ناحیه مقعد را بر طرف می‌نماید. از طرف دیگر به دلیل اینکه بومادران ضد خونریزی است از خونریزیهای این ناحیه نیز جلوگیری می‌نماید. در درمان بواسیر به کمک بومادران از جوشانده سرشاخه‌های گلدار گیاه به صورت تنقیه باید استفاده نمود.

۲- تنظیم قاعده گی: بومادران اثر قاعده آور داشته و در تنظیم دوره های قاعده گی خانمهایی که به بی نظمی قاعدگی مبتلا هستند مؤثر است. در این مورد مصرف محلول سرشاخه گلدار یا برگ گیاه از راه خوراکی توصیه می شود. برای تهیه جوشانده در حدود ۲-۲ قاشق غذاخوری از برگ یا سرشاخه گلدار را در یک لیتر آب سرد ریخته و بعد از مدتی جوشاندن مصرف نمایند.

۳- درمان اسهال: به دلیل داشتن تانن ها از جوشانده یا خیسانده سرشاخه ها گلدار بومادران برای درمان اسهال نیز استفاده می شود.

۴- التیام زخمها و قطع خونریزی: مالیدن یا تاثیر دادن عصاره برگ یا سرشاخه گلدار بومادران بر روی زخمها نه تنها باعث قطع خونریزی می گردد بلکه باعث التیام زخم نیز خواهد شد.

بارهنگ کبیر *Plantago major* Family: Plantaginaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای تماماً طوقه‌ای یا قاعده‌ای که شکل عمومی این برگها پهن و تخم مرغی می‌باشد. تفاوت بارهنگ کبیر با بارهنگ سرنیزه‌ای در همین شکل برگ نهفته است. ساقه عریان و بدون برگ آن به گل آذین استوانه‌ای شکلی که از گل‌های بسیار ریز نامشخص تشکیل یافته است ختم می‌شود.

انتشار جغرافیایی:

به طور کلی بارهنگ کبیر در تمامی نقاط ایران از آذربایجان گرفته تا سیستان و بلوچستان رویش دارد.

ترکیبات شیمیایی:

دانه‌های این گیاه حاوی موسیلاژ فراوان است که در اثر تماس با آب جذب آب کرده و متورم می‌شوند. در بخشهای مختلف این گیاه گلیکوزیدی موسوم به اوکوبین وجود دارد که ماده مؤثره این گیاه به شمار می‌آید.

قسمتهای مورد استفاده:

برگهای تازه این گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان برونشیت: گلیکوزید اوکوبین موجود در برگهای گیاه خاصیت ضد التهاب داشته در سینه دردها و برای درمان برونشیت از آن استفاده می‌شود. به این منظور برگهای خرد شده گیاه را در یک لیتر آب سرد ریخته و به ملایمت می‌جوشانند. مصرف این جوشانده برای درمان برونشیت بسیار مؤثر است.
- ۲- التیام زخمها: قرار دادن برگهای تازه این گیاه بر روی زخمهای دیرالتیام باعث بهبودی آنان می‌گردد.

Helleborus niger خربق

Family: Ranunculaceae

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی و دارای ریزوم سیاه رنگ که ساقه هوایی گیاه از آن خارج می‌شود. برگهای دم‌برگ دار آن چرمی و منقسم به ۷-۹ برگچه با حاشیه دندانه دار هستند. گل‌های آن سفید تا صورتی رنگی می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

خربق سیاه در ایران نمی‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

تمامی قسمت‌های گیاه خصوصاً ریزوم آن حاوی گلیکوزیدهای فعال از جمله هل‌له بورین و هل‌له بورئین می‌باشند این ترکیبات دارای اثر تنظیم کننده قلب می‌باشند. قسمت‌های مورد استفاده: ریزوم گیاه اثر دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تنظیم ریتم قلب: به دلیل وجود گلیکوزیدهای فعال در ریزوم خربق که اثری مشابه دیژیتونین دارند جوشانده ریزوم گیاه در تنظیم ضربان قلب و ناراحتیهای قلبی به کار می‌رود. لازم به تذکر است که این گیاه بسیار سمی بوده و در استفاده از آن باید نهایت دقت را نمود.

Sinapis alba خردل سفید**Family: cruciferae**

مشخصات گیاه‌شناسی:



گیاهی است علفی و پوشیده از کرک که واجد برگهای منقسم و گل‌های زرد رنگ است. میوه گیاه خورجین نسبتاً بلندی است که دارای دانه‌های درشت زرد رنگ یا قرمز رنگ می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه در سراسر کشور می‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

موسیلاژ، گلوکوزید سینال بین و میروزین به فراوانی در دانه‌های خردل وجود دارند.

قسمت مورد استفاده:

دانه خردل مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان یبوست: به دلیل داشتن موسیلاژ فراوان خردل سفید اثر ملین دارند به این منظور خوردن یک تا دو قاشق غذاخوری دانه خردل در هنگام شب یا صبح ناشتا توصیه می‌گردد. لازم به ذکر است مصرف زیاد دانه‌های خردل باعث انسداد روده یا تولید گازهای روده‌ای می‌گردد.

۲- به عنوان مدر: از دانه‌های خردل سفید همانند خردل سیاه به عنوان داروی مدر استفاده می‌گردد از این رو می‌توان از آن در درمان خیز عمومی بدن استفاده نمود.

رز مریم

Rosmarinus officinalis**Family: Labiatae**

مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای خطی تا سرنیزه‌ای شکل که متقابل قرار گرفته‌اند. گلها نسبتاً کوچک و آبی رنگ بوده و به شکل منفرد یا زوج در کنار برگها مستقرند.



انتشار جغرافیایی:

این گیاه در آذربایجان و کردستان می‌روید گاهاً نیز در مراکز کشت گیاهان دارویی پرورش داده می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

همانند سایر گیاهان تیره نعنا این گیاه نیز حاوی ترکیبات ترپنی فرار می‌باشد که به عنوان اسانس به حساب آمده و در کرکهای ترش‌حی گیاه متمرکز می‌باشند. خواص دارویی گیاه نیز به دلیل وجود این ترکیبات می‌باشند.

قسمتهای مورد استفاده:

برگهای تازه یا خشک گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان رماتیسم: عرق برگهای این گیاه را می‌توان به شکل خوراکی برای درمان رماتیسم به کار برد. همچنین به این منظور حمام جوشانده برگ رز مریم نیز توصیه می‌شود.
- ۲- درمان ورم کیسه صفرا و سایر بیماریهای کبدی: گیاه رزمریم به دلیل داشتن خاصیت صفرا بر در درمان ورم کیسه صفرا، تورم کبد و انسداد مجاری کبدی به کار می‌رود. در این مورد دم کرده ۵ تا ۱۰ گرم بر لیتر برگ رز مریم توصیه می‌گردد.

بابا آدم *Arctium lappa* Family: Compositae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی با برگهای درشت بیضوی تا قلبی شکل و گل‌های ارغوانی رنگ که این گلها در گل آذینها و دستجاتی موسوم به کاپیتول قرار می‌گیرند. کناره‌های کاپیتولها خاردار بوده و گل‌های ارغوانی رنگ آنان لوله‌ای شکل هستند.

انتشار جغرافیایی:

در بسیاری از نقاط کشور از جمله آذربایجان، کردستان و مناطق مرکزی ایران رویش دارد. این گیاه را در مناطق پر آب خصوصاً در کنار جویبارها می‌توان مشاهده نمود.

ترکیبات شیمیایی:

ترکیبات شیمیایی این گیاه به طور کامل شناسایی نشده است ولی می‌توان انواع ترکیبات معدنی از جمله نیترات پتاسیم همچنن آلکالوئید لاپوزین را در آن یافت.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگهای تازه گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان حصبه: از جوشانده برگهای تازه گیاه برای درمان حصبه استفاده می‌شود. در این مورد جوشانده باید به شکل خوراکی مورد مصرف قرار گیرد.

۲- درمان دردهای مفصلی نوشیدن جوشانده برگ بابا آدم دردهای مفصلی را تسکین می‌بخشد.

۳- درمان حساسیتهای پوستی: مالیدن جوشانده برگ بابا آدم برخی ناراحتیهای پوستی همچون آلرژی و یا درد ناشی از گزش حشرات را تسکین می‌دهد.

۴- درمان اختلالات کلیوی: به دلیل مدر بودن جوشانده برگ بابا آدم ناراحتیهای کلیوی همچون سنگ کلیه را رفع می‌کند.

Ricinus communis کرچک**Family: Euphorbiaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است با برگ‌های پنجه‌ای شکل بزرگ که واجد ۵ الی ۱۱ لوب عمیق دندان‌دار می‌باشند. این گیاه در مناطق گرمسیری درختچه مانند بوده ولی در مناطق معتدل گیاهی کوچک و یک ساله است.

میوه گیاه کپسول است محتوی ۳ دانه درشت که حاوی روغن فراوان می‌باشند.

انتشار جغرافیایی:

گیاه مذکور بومی ایران نیست ولی امروزه در نقاط مختلف کشور خصوصاً در مناطق گرمسیری کشور پرورش داده می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

دانه‌های کرچک دارای مواد متعددی همچون انواع گلوئوسیدها (قندها)، اسیدهای آلی چون اسید مالیک و میزان زیادی روغن می‌باشند. در حدود ۵۰٪ وزن هر دانه کرچک از روغن تشکیل شده است که قسمت اعظم آن روغن است که رسی نولین نامیده می‌شود.

قسمت‌های مورد استفاده:

دانه گیاه اصلی‌ترین قسمت واجد خاصیت دارویی می‌باشد. لازم به ذکر است که خواص درمانی دانه به واسطه وجود روغن‌ها است.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

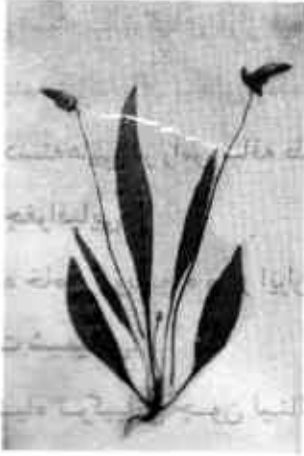
۱- درمان یبوست: شاید بتوان گفت دانه‌های کرچک و یا روغن کرچک که از آنان استخراج می‌شود قویترین مُسهل گیاهی می‌باشند. برای رفع یبوست می‌توان روغن کرچک و یا

دانه‌های آنرا مصرف نمود. در اشخاص بالغ مصرف ۱۰ تا ۶۰ گرم از دانه‌های کرچک و در کودکان مصرف ۱۰ گرم از آن توصیه می‌گردد. لازم به تذکر است مصرف مقادیر زیادتر از دانه‌های کرچک ممکن است باعث ایجاد اسهال شدید شده و در مواردی باعث مسمومیت نیز گردد.

۲- **درمان شوره سر:** روغن کرچک در صورتی که به صورت خارجی استعمال شود. می‌تواند تا حد زیادی شوره سر را رفع نماید.

۳- **رفع لکه‌های دست و صورت:** از زمانهای گذشته اعراب برای درمان لکه‌های موجود بر روی پوست بدن از روغن کرچک استفاده می‌کردند. به این منظور بهتر است روغن کرچک به شکل خارجی بر روی موضع استعمال گردد.

بارهنگ سرنیزه‌ای
Plantago lanceolata
Family: Plantaginaceae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای تماماً طوقه‌ای (قاعده‌ای) که این برگها سر نیزه‌ای شکل بوده و حاشیه آنان کاملاً صاف و بدون دندانه است با این حال حاشیه برگ کاملاً موجدار می‌باشد. گلها بسیار ریز و نامشخص بوده و به شکل یک توده استوانه‌ای شکل در انتهای ساقه لخت و بی برگ گیاه قرار می‌گیرند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه را در بیشتر نقاط کشور خصوصاً در شمال، آذربایجان و غرب کشور در لرستان، خرم آباد و مسجد سلیمان می‌توان یافت.

ترکیبات شیمیایی: بیشتر قسمت‌های گیاه از جمله دانه و برگها واجد موسیلاژ فراوان می‌باشند. همچنین برگها واجد گلوکوزیدی به نام اوکوبین هستند.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگها و دانه‌های سیاه رنگ گیاه در طب دارویی مورد استفاده دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان برونشیت مزمن: با جوشاندن برگهای گیاه به مقدار ۲ قاشق غذاخوری در یک لیتر آب به مدت ۳ دقیقه جوشانده‌ای حاصل می‌شود که بعد از سرد شدن آنرا برای درمان برونشیت مصرف می‌نمایند.

۲- درمان یبوست: اگر ۱-۳ قاشق غذاخوری از دانه‌های بارهنگ در نصف لیوان آب تا مرحله تورم کامل خیسانده شود و به طور یکباره مصرف شود به عنوان یک مُسهل عمومی باعث رفع یبوست می‌گردد. این خاصیت بارهنگ از قدیم الایام شناخته شده بوده و نه تنها توسط اطباء گیاهی تجویز می‌گردیده است بلکه مردم عامیانه نیز به طور گسترده‌ای از زمانهای گذشته آنرا بکار می‌برند.

اسطوقدوس *Lavandula spica*

Family: Labiatae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است با برگهای دراز خطی و کرکهای فراوان پنبه‌ای گل‌های بنفش رنگ این گیاه به صورت دسته‌هایی در رأس ساقه ظاهر می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

این گیاه خاص اروپا بوده و در ایران نمی‌روید.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه ترکیباتی چون لینالول، بورنئول،

سینئول، کامفن و... می‌باشد. در مجموع اسانس را که از این گیاه استخراج می‌کنند اسانس اسپیک می‌نامند.

قسمتهای مورد استفاده:

قسمتهای مختلف گیاه خصوصاً سرشاخه گلدار

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- درمان کوفتگی‌ها، خون مردگی‌ها و درفتگی‌ها: استعمال خارجی جوشانده این گیاه در موارد مذکور توصیه می‌گردد. همچنین از آلکلای آن به صورت لوسیون در درمان زخمهای کهنه و برخی بیماریهای پوستی و دردهای رماتیسمی استفاده می‌شود. برای تهیه آلکلای مذکور سرشاخه گلدار خشک یا تر گیاه را در الکل خیسانده و محلول مذکور را تقطیر می‌نمایند.

۲- به عنوان صفرابز: با این خاصیت گیاه مذکور را در درمان برخی بیماریهای کیسه صفرا به کار می‌گیرند.

۳- درمان ناراحتیهای گوارشی: اسطوقدوس همانند دیگر گیاهان تیره نعناع به دلیل داشتن برخی اسانس‌ها ناراحتیهای دستگاه گوارش را درمان می‌کند. دم کرده سرشاخه گلدار اسطوقدوسی را برای رفع سوء هاضمه، تقویت معده، بی‌اشتهایی و... به کار می‌برند.

Datura stramonium داتوره**Family: Solanaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است علفی با ساقه‌ای سبز و نسبتاً بلند که برگهای تخم مرغی تا مثلثی شکل با حاشیه دندانه‌دار بر روی آن قرار گرفته‌اند. برگها دارای دم‌برگ نسبتاً بزرگ بوده و گل‌های سفید رنگ آن دارای جام گل قیفی شکل درشتی هستند. میوه گیاه یک کپسول خاردار واجد دانه‌های سیاه رنگ است. تمامی قسمت‌های گیاه دارای بوی نامطبوع و تهوع آور است.

ترکیبات شیمیایی:

داتوره واجد آلکالوئیدهای بسیار سمی همچون هیوسیامین است که از این جهت به دو گیاه بذرالبنج و شابیزک شباهت دارد.

انتشار جغرافیایی:

داتوره تقریباً در تمامی قسمت‌های ایران از جمله گیلان، خراسان، آذربایجان، بلوچستان و تهران رویش دارد.

قسمت‌های مورد استفاده:

برگ و دانه‌های خشک سیاه رنگ گیاه مصرف دارویی دارند.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- تسکین بیماری آسم: داتوره دارای اثر ضد آسم بوده و برای تسکین ناراحتی‌های ناشی از آن به کار می‌رود. به این منظور مصرف تنطور برگ داتوره و یا استعمال دود آن به شکل سیگار توصیه می‌گردد. برای تهیه برگ خشک را در الکل سفید تأثیری می‌دهند.

۲- درمان بیماریهای چشم: داتوره به دلیل خاصیت گشادکنندگی مردمک چشم زیر نظر پزشک در درمان بیماریهای چشم تجویز می‌گردد.

۳- درمان قولنجهای روده‌ای و صغراوی: با مقادیر دارویی مناسب داتوره در این موارد نیز به کار می‌رود. لازم به تذکر است گیاه داتوره بسیار سمی بوده و استفاده دارویی از آن به هر عنوان باید تحت نظر پزشک صورت گیرد.

ذرت *Zea mays*

Family: Graminae



مشخصات گیاه‌شناسی:

گیاهی است علفی ولی بلند به ارتفاع ۱ تا ۲ متر که واجد برگهای پهن و دراز و نواری شکل می‌باشد. سنبلکهای نر گیاه قرمز رنگ بوده و در انتهای ساقه ظاهر می‌شوند در صورتی که سنبلکهای ماده در کنار برگها ظاهر شده و موقعیت جانبی دارند. میوه ذرت مدور و به رنگهای زرد، سفید یا سیاه و به شکل مجتمع دیده می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

پروتئین زئین، نوعی ماده رنگی به نام زه‌آگزانتین که از گروه کارتنوئیدهاست، اسیدهای چربی همچون اسید سربرونیک، نشاسته و... عمده‌ترین مواد شیمیایی هستند که بیشتر در میوه ذرت یافت می‌شوند.

انتشار جغرافیایی:

منشأ اصلی گیاه آمریکا جنوبی است و در ایران نیز در مزارع سراسر کشور کشت می‌شود.

قسمتهای مورد استفاده:

خامه گل‌های گیاه که در مجموع کاکل ذرت نامیده می‌شود بیشترین اثر دارویی گیاه را دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

- ۱- درمان آگزما: روغن ذرت که از دانه‌های آن استخراج می‌شود با استعمال خارجی برای درمان آگزما توصیه می‌گردد.

۲- تقویت عمومی بدن: دانه‌های ذرت به دلیل داشتن ارزش غذایی زیاد در تقویت عمومی

بیماران و کودکان مصرف می‌گردد.

۳- درمان بیماریهای کلیوی: کاکل ذرت دارای اثر مدر بسیار قوی بوده و از طرف دیگر خاصیت آرام بخشی را نیز داراست از این رو مصرف آن در بیماریهایی چون التهاب مجاری ادراری سنگ مثانه، سنگ کلیه، تقویت و... توصیه می‌گردد. جوشانده ۵ - ۳ درصد کاکل ذرت و یا عصاره آن در این موارد توصیه می‌گردد.

Rheum palmatum ریواس**Family: Polygonaceae****مشخصات گیاه‌شناسی:**

گیاهی است علفی با ساقه‌های طویل و ریزومی که ساقه‌های هوایی از آن خارج می‌شوند. برگها پنجه‌ای شکل بوده و در حاشیه لوبدار یا دنداندار هستند. گلها بسیار ریز و فاقد گلپوش مشخص و متمایز بوده و در گل آذین خوشه قرار گرفته‌اند. میوه گیاه فندقه‌هایی متمایل به رنگ قرمز می‌باشد.

انتشار جغرافیایی:

در ایران این گیاه نمی‌روید بلکه گونه دیگری از این گیاه تحت عنوان *Rheum ribes* در ارتفاعات کردستان، آذربایجان و لرستان و کرمانشاه رویش دارد که تا حدودی اثر دارویی گیاه اول را داراست.

ترکیبات شیمیایی:

گلوکوزیدهایی همچون بتا-گلوکوگالین، اسیدهای آلی همچون اسید سینامیک اسید گالیک، اسید رنیک، اسید کاسیک که در ریزوم گیاه عمدتاً قرار دارند مشهورترین ترکیبات شیمیایی این گیاه به شمار می‌آیند.

قسمتها مورد استفاده:

ریزوم خشک شده گیاه مصرف دارویی دارد.

اثرات دارویی و طرز استعمال:

۱- کاهش قند و چربی خون: مخلوط جوشانده ریزوم گیاه با دارچین اثر ضد چربی داشته و همچنین قند خون را نیز کاهش می‌دهد.

۲- درمان ضعف عمومی، بی اشتهاپی و کم خونی: در این موارد مصرف جوشانده ریزوم گیاه توصیه می شود.

۳- درمان ناراحتیهای گوارشی: جوشانده ریزوم ریواس برای درمان درد معده، رفع نفخ و گاز معده و درمان یبوست مزمن به کار می آید. برای تهیه جوشانده، ریزوم گیاه را خرد کرده و ۵ گرم آن را در یک لیتر آب می جوشانند. در مواردی می توان ۲/۵ گرم دارچین نیز قبل از جوشاندن به محلول فوق اضافه نمود.

واژه نامه.

آلكلاى: محلول داروئى را گویند كه از تأثیر ماده خشك یا تر گیاهى بر الكل و سپس تقطیر محلول حاصل بدست مى آید .

آلكلاتور: محلول داروئى را گویند كه از تأثیر الكل بر ماده تر گیاهى بدست مى آید.

استقرار فراهم (چرخه‌اى): قرار گرفتن چنه برگ در هر بنه ساقه را گویند.

استقرار متقابل: قرار گرفتن دو برگ را در هر بنه ساقه گویند.

استقرار مارپیچى: قرار گرفتن يك برگ رادر هر بنه ساقه گویند.

برگ شانه‌اى: برگى را كه دارای بریدگیهائى به شكل شانه باشد گویند.

تنطور: مایعات داروئى را گویند كه از تأثیر الكل بر اعضاء و قسمت‌هاى خشك گیاه حاصل مى‌باشند.

جوشانده: محلول داروئى را گویند كه با ریختن ماده گیاهى در آب سرد و حرارت دادن آن تا حد جوش به مدت ۱۵ دقیقه حاصل مى‌شود.

دم کرده: محلول داروئى را گویند كه با ریختن ماده گیاهى در آب در حال جوش حاصل مى‌شود.

ریزوم: ساقه زیرزمینى موجود در برخی گیاهان را گویند.

كاپیتول: گل آذین خاص گیاهان تیره آفتابگردان كه از اجتماع گل‌هاى كوچك لوله‌اى و زبانه‌اى حاصل مى‌شود.

كلادود: ساقه‌هاى پهن سبز رنگ كه شبیه برگ به نظر مى‌رسند.

گل آذین: نحوه استقرار گل‌ها در گیاهان را گویند.

گل آذین چتر: نوعی گل آذین که در آن دمگل‌ها از یک نقطه مشترک خارج شده و منظره عمومی چتری شکل به خود می‌گیرند.

گل آذین سنبله: نوعی گل آذین که در آن گل‌های بدون دمگل به محور متصل هستند.

گل آذین خوشه: نوعی گل آذین که در آن گل‌ها با دمگل به یک محور اصلی متصل هستند.

گل آذین دیهیم: نوعی گل آذین که در آن گل‌ها به دلیل داشتن دمگلهای نامساوی در یک سطح قرار گرفته و چتر مانند به نظر می‌رسند.

لوسیون: محلول دارویی متشکل از آب یا الکل و مواد دارویی که جهت استعمال خارجی به کار می‌رود.

ماسک: پوششی متشکل از ماده دارویی که روی پوست قرار می‌دهند.

میوه خورجین: نوعی میوه باریک و دراز که خشک بوده و واجد دوخانه می‌باشد. دانه‌ها در جداره داخلی دیواره میوه قرار گرفته‌اند.

میوه سامار: میوه فندقه بالدار را گویند.

میوه سته: نوعی میوه گوشتی و آبدار که حاوی دانه‌های نسبتاً کوچک است.

میوه شیزوکارپ: میوه دو فندقه تیره چتریان را گویند.

میوه کپسول: نوعی میوه خشک که عموماً گریزی یا استوانه‌ای شکل بوده و دارای چند خانه و دانه‌های متعدد می‌باشد.

میوه فندقه: نوعی میوه بسیار کوچک و خشک که عموماً کروی یا بیضوی شکل بوده و فقط از یک دانه تشکیل شده است.

میوه نیام: میوه گیاهان تیره نخود را گویند که عموماً خشک و تک خانه‌ای بوده و چند دانه در داخل آن یافت می‌شود.

منابع فارسی

- ۱- امید بیگی، رضا، (۱۳۷۴). رهیافتهای تولید و فراوری گیاهان دارویی، انتشارات فکروز، تهران.
- ۲- آزادبخت، محمد (۱۳۷۸). رده بندی گیاهان دارویی. انتشارات طیب، تهران
- ۳- خسروی، سید مهدی (۱۳۷۲). گیاهان دارویی، نشر محمد، تهران
- ۴- رجحان، محمد صادق (۱۳۶۰). گیاه درمانی، انتشارات خیام تهران
- ۵- زرگری، علی (۱۳۶۸). گیاه دارویی (۴ جلد)، انتشارات دانشگاه تهران
- ۶- صداقت، توکلی صابری، (۱۳۷۱). گیاهان دارویی. انتشارات روزبهانی، تهران
- ۷- صمصام شریعت، هادی (۱۳۷۴). پرورش و تکثیر گیاهان دارویی. انتشارات دانشگاه علوم پزشکی اصفهان.
- ۸- قهرمان، احمد (۱۳۷۳). کروموفیتهای ایران. نشر دانشگاهی، تهران.
- ۹- والاگ، ژان (۱۳۷۰). گیاهان دارویی انتشارات ققنوس.

منابع لاتین

- 1- Ayensu ,E. F. medicinal plants of the Indies. Michigan,1981
- 2- Duke, J. A. Hond book of Medicinal herbs, CRC press, inc. tted
1989
- 3- Jain, S.K. Medicinal Plants. Delhi, National book trust, 1996
- 4- Perrot, E. et Paris, R. les plants Medicinals. Paris, P.V.F. 1974
- 5- Rechinger, K.H. Flora Iranica. No 1 - 157, Austria,1965 - 82
- 6- Trease, G. E. Evens W.C Pharmacognosy. 12th edition, Bailiere,
London. 1983
- 7- Volak, J. et Jiri, S: Plants medicinals. 7 tirage, Grund, Paris. 1987