

معارف کبای

کاربرد گیاهان پزشکی و درمان بیماری‌ها

بازار آینه آخرین تحقیقات علمی محققان دانشمندان جهان

جلد اول

حسین حسینی



دفتر نشر فرهنگ اسلامی

فهرست

نه	مقدمه
	بخش اول: سبزی‌ها
۳	اسفناج
۱۰	بادنجان
۱۶	بامیه
۱۹	پونه
۲۲	پیاز رسمی
۳۱	قرب
۳۷	ترشکها
۴۰	ترشک درشت
۴۴	ترشکهای شیرین - پاسیانها
۴۸	تره
۵۲	تره تبرک
۵۶	خرف
۵۸	جعفری
۶۳	جعفری فرنگی - سرفویل
۶۶	چغندر
۷۲	خرفه
۷۷	خیار
۸۰	دنبلان
۸۵	ریحان
۹۲	ریونند
۱۰۱	سیب زمینی

۱۰۶.....	سیب زمینی شیرین
۱۱۰.....	سیب زمینی هندی
۱۱۲.....	سیب زمینی توشی
۱۱۵.....	سیر مزروع
۱۳۱.....	والک
۱۳۳.....	سی سنبر
۱۳۶.....	شقاقل
۱۳۹.....	شلغم
۱۴۵.....	شنبلله
۱۵۱.....	شنگ
۱۵۵.....	شود
۱۵۹.....	طرخون
۱۶۲.....	علف چشمه
۱۶۷.....	غازیانی
۱۷۰.....	فرنجمشک - بادرنجبویه
۱۷۷.....	فلقل سبز
۱۸۸.....	قارچ خوراکی
۱۹۱.....	کاسنی
۱۹۷.....	کاکوتی
۱۹۹.....	کاهو
۲۰۳.....	کاهوی وحشی
۲۰۶.....	کدو
۲۱۵.....	کرفس پرورشی
۲۱۸.....	کلم
۲۳۵.....	کنگر فرنگی
۲۴۰.....	کنگر
۲۴۲.....	کورک
۲۴۷.....	کشیز
۲۵۳.....	گوجه فرنگی
۲۶۰.....	لوبیا
۲۷۱.....	مارچوبه

۲۷۶.....	مرزنگوش
۲۷۹.....	مرزه
۲۸۲.....	نخود فرنگی
۲۸۸.....	نعنا
۲۹۵.....	هند باتری
۳۰۰.....	هویج

بخش دوم: دانه‌ها - حبوبات

۳۱۱.....	ارزن
۳۱۵.....	باقلا
۳۱۹.....	برنج
۳۲۹.....	جو
۳۳۸.....	چاودار
۳۴۱.....	خندروس
۳۴۵.....	ذرت
۳۵۱.....	سوزا
۳۶۳.....	شاهدانه
۳۶۸.....	عدس
۳۷۲.....	کنجد
۳۷۹.....	گندم
۳۹۷.....	لوبیا چشم بلبلی
۴۰۲.....	ماش
۴۰۵.....	نخود
۴۰۹.....	یولاف
۴۱۴.....	مالت

بخش سوم: مغز دانه‌های گیاهی

۴۱۹.....	آفتاب گردان
۴۲۳.....	بادام

۲۳۱		بادام زمینی
۲۳۵		بلادر
۲۴۰		پسته (درخت)
۲۴۱		فندق (درخت)
۲۴۷		گردو
۲۵۳		آثار دفاعی دانه‌ها و مغزهای گیاهی در مقابله با سرطان و سایر بیماری‌ها
۲۶۵		نقش گیاهان خوراکی در کنترل بیماری سرطان و سایر بیماری‌ها
۴۷۹		ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان
		ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای
۴۹۱		علمی گیاهان
		ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی
۵۰۷		گیاهان مربوطه
		ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع معتبر بین‌المللی و دانشمندان
۵۱۹		پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهار نظر کرده‌اند
۵۳۳		ضمیمه ۵. فهرست منابع و مأخذ
۵۴۱		تصاویر

مقدمه

از صدها قرن پیش، در روزگاران کهن و از دورانی که بشر به صورت انسان امروزی در صحنهٔ حیات و زندگی خودنمایی داشت و برای بقای خود مبارزه می‌کرد به موازات تلاش برای تهیه غذا و پوشاک، به حفظ سلامت خود نیز می‌اندیشید بنابراین اندیشه و تفکر برای تأمین سلامتی و یافتن روشهایی برای سالم زیستن و رفع ناراحتی‌های بدنی یا ناخوشی‌ها که بعدها به علم طب معروف شد، مسلماً در ردیف اولین جرقه‌های فکر انسان بوده و تلاش برای سالم زیستن و علم طب دارای ابعادی بسیار وسیع به درازای تاریخ خلقت انسان و پهنای هزاران تحقیق و تجسس و تجربه است.

چینی‌ها و ژاپنی‌ها معتقدند که اطلاعات طبی آنان بر پایهٔ طب گیاهی از صدها قرن قبل وجود داشته و مدارک تاریخی در دسترس آنها نشان می‌دهد که از سه هزار سال قبل از میلاد مسیح باغها و مزارع بزرگی برای پرورش گیاهان طبی در آن کشورها احداث می‌شده است و عقیده دارند که کتاب معروف طبی در آن کشورها احداث می‌شده است و عقیده دارند که کتاب معروف طبی آنها به نام *Pen Ts'ao Kangmu* که هم‌اکنون نیز از مدارک معتبر در چین و ژاپن می‌باشد در ۲۷۰۰ سال قبل از میلاد به وسیلهٔ امپراتور وقت تألیف شده است و بعدها در سال ۱۵۷۸ میلادی آن را *Li Shih-Chen* تحت عنوان *Pen Ts'ao Materia Medica* تدوین و منتشر کرد. در *Pen Ts'ao* بالغ بر ۱۸۹۲ داروی منشأ گیاهی و حیوانی و معدنی مورد بحث قرار گرفته و شامل ۱۸۹۲ نسخه برای معالجهٔ بیماری‌ها است و تحقیقات اطباء سستی چینی در محبت نبض هنوز هم از منابع تحقیقی طب محسوب می‌شود. قابل ذکر است که اولین فارماکوپه به زبان انگلیسی در سال ۱۶۱۸ میلادی در لندن منتشر شده است. طب گیاهی در سایر مناطق در هندوستان و سایر کشورهای خاور دور و یونان و مصر و ایران و کشورهای عربی و جزیرهٔ العرب و سپس در اروپا و سایر مناطق دنیا بتدریج انتشار یافت. یونانی‌ها معتقدند که طب هند قدیمی‌تر از طب یونان است و از مشخصات طب هند این است که معالجه با گیاهان را با اوراد و سحر و جادو توأم کرده و عملی می‌کرده‌اند و ضمن تجویز داروهای گیاهی، اوراد و اذکار نیز برای

معالجهٔ بیماران به کار می‌برده‌اند.

در یونان اولین آثار طبی به صورت تجربیات و تحقیقات خالی از سحر و اوراد از زمان فیثاغورث دانشمند و فیلسوف معروف یونانی شروع شد و بظلمیوس اولین مدرسهٔ پزشکی را در اسکندریه تأسیس کرد و پس از آن بقراط فیلسوف معروف یونانی در زمانی فعالیت‌های خود را شروع کرد که طب یونان در بالاترین سطح آن زمان بود. بقراط از اولین کسانی بود که به خلاصه کردن کتب علمی آن روز پرداخت و طب را از شعبه و اعتقاد به تأثیر ارواح و سحر جدا کرد و به این ترتیب اولین کتب علمی طب خالی از اوهام و تخیلات را بر پایهٔ تجربیات و واقعیات عینی تدوین نمود و در دسترس بشر قرارداد.

بقراط در دوران ۴۷۷-۴۶۰ قبل از میلاد مسیح می‌زیسته و به پدر علم طب یا به اصطلاح شیخ الاطبا معروف و مؤلف اولین کتاب مقررات و اخلاق پزشکی است که در آن به شاگردان و پیروانش انجام قسم مخصوص پزشکان Hippocratic oath را توصیه کرده و در نوشته‌هایش از خواص گیاهان طبی از جمله زعفران، دارچین، اویشن، گشنیز، نعناع، مرزنجوش به عنوان داروهای مؤثر برای معالجهٔ بیماری‌ها یاد کرده‌است. بقراط اولین کسی بود که روش‌های منطقی و علمی استفاده از گیاهان را برای معالجهٔ بیماری‌ها ذکر کرد. او بر اهمیت توجه به اینکه از چه قسمتهایی از گیاه: گل، دانه، ریشه، پوست، برگ یا تمام گیاه باید استفاده شود، در چه فصل برداشت شود، چطور جمع‌آوری و به چه نحو در آفتاب یا سایه خشک گردد و تازه یا خشک مصرف شود و نکاتی از این قبیل تأکید کرده‌است.

پس از بقراط، جالینوس در صحنهٔ علم طب ظاهر شد و دوران طب جالینوسی آغاز گردید.

فیلسوف و دانشمند دیگر یونانی Theophrastus است که ۲۸۷-۳۲۷ قبل از میلاد می‌زیسته و به پدر علم گیاه‌شناسی معروف است. وی از شاگردان ارسطو و طبق آنچه که در تاریخ آمده است (تثوقر است) در جریان حملهٔ اسکندر به قارهٔ هند با او بوده و به بررسی گیاهان هند پرداخته و در دو کتاب به نام‌های *on odors* و *An inquiry into plants* نتایج مطالعات خود را در این سفر که خلاصه‌ای از دانش آن دوران در مورد گیاه‌شناسی است درج کرده‌است.

دانشمند معروف یونانی دیگری به نام Dioscorides که در قرن اول بعد از میلاد می‌زیسته از سرآمد گیاه‌شناسان و پزشکان عصر خود بود و کتابی تحت عنوان *De Materia Medica* نوشت که در تمام دوران ۱۵ قرن اولیهٔ پس از میلاد مسیح در

شرق و غرب دنیا مورد توجه محافل دانش و علم قرار داشت. دست نویس اولیه این کتاب غیر مصور بود ولی ترجمه نفیسی از آن شامل تصاویر بسیار زیبایی از گیاهان طبی و همچنین حیوانات تحت عنوان *Vienna Dioscorides* در سال ۵۱۲ پس از میلاد مسیح در اطریش تهیه و به شاهزاده انیسیا جولیان^۱ اهدا گردید که در حال حاضر در کتابخانه ملی اطریش در وین نگهداری می شود.

در ایران: در دوران هخامنشی طب گیاهی در ایران گسترش چشمگیری داشته و اضافه بر تجربیاتی که در کشور وجود داشته از دست یافته های یونانی نیز استفاده می شده است و حتی در آن دوران انواع طیبها نامهای خاصی داشتند از جمله پزشک برای طب عمومی و کارد پزشک برای جراح.

در دوره ساسانیان طب سستی در ایران گسترش فراوان یافت و مدرسه معروف طب جندی شاپور تأسیس شد و از اقدامات معروف آن دوران تشکیل کنگره پزشکی است و از حکمای معروفی که در آن کنگره شرکت کردند جبرئیل، طیب معروف جندی شاپور و برزویه طیب، حکیم معروف که کتب حکمای هندی را ترجمه کرده، بودند.

پس از انقراض سلسله ساسانیان در دوران خلفای عباسی مرکز طب جندی شاپور به بغداد انتقال یافت و جنبشی برای ترجمه آثار طب یونان به زبان عربی شروع شد و شخصی به نام حنین بن اسحق عبادی به ریاست دارالترجمه که معروف است ۹۰ نفر مترجم داشته، برگزیده شد.

از اولین پزشکان معروف ایرانی محمد زکریای رازی است که در ۹۲۵-۸۵۰ میلادی می زیسته و در فاصله سالهای ۳۲۰-۳۱۴ هجری قمری وفات یافته است. زکریای رازی مؤلف دایرة المعارف پزشکی است و قریب بیش از صد جلد کتاب و رساله نظیر حاوی، منصوری، طب الملوکی و رساله آبله و سرخک و نظایر آن نوشته است و به ریاست مرکز طب بغداد نیز برگزیده شد. ضمن اینکه از شاگردان مکب بقراط و جالینوس بوده ولی به مثابه یک محقق دانشمند، تقلید صرف در علم را جایز ندانسته و در کتابی تحت عنوان شکوک بر جالینوس انتقاداتی بر نظریات جالینوس کرده که از نظر طبیب معروف است. کتاب حاوی کبیر رازی به نام *Continens* به زبان لاتین ترجمه شده است. مشهور است که رازی در آخر عمر کور شد. پس از فوت رازی تا مدتی کتاب طب معروفی منتشر نگردید تا دوران شیخ الرئیس ابوعلی سینا یعنی قرن پنجم هجری قمری که کتابهای متعددی به زبان

1. Anicia Juliana

عربی و فارسی نوشته است از جمله کتابهای قانون، قولنج و رساله نبض که رساله نبض به زبان فارسی است.

شیخ‌الرئیس ابوعلی سینا که در فاصله ۴۱۷-۳۶۰ هجری شمسی می‌زیسته است، دانشمند معروف ایرانی است که در دوران حیات خود مهار دانش و تحقیقات آن زمان را در دست باکفایت خود داشته است و کتاب معروف قانون او قرن‌ها در محافل علمی دنیا مطرح و مطمح نظر بوده و در دانشگاه‌ها تدریس می‌شده است و در زمان لویی یازدهم انجمن طبی پاریس کتابهای محمد زکریای رازی و ابوعلی سینا، دو دانشمند ایرانی را به لاتین ترجمه نموده و در دانشگاه پاریس تدریس می‌کرده است. از قدیم‌ترین کتاب طبی فارسی کتاب معروف الابنیه عن الحقایق الادویه تألیف ابونصور موفق بن علی الهروی است که نسخه‌ای از آن در کتابخانه دولتی وین موجود است. به روایت محققان یکی دیگر از قدیم‌ترین کتاب طب به زبان فارسی کتاب هدایة المتعلمین است که نسخه‌ای از آن در کتابخانه شهر اکسفورد انگلستان موجود است. سبک نوشتن این کتاب مشابه کتب فارسی قرن چهارم هجری است و مؤلف آن از شاگردان شاگرد محمد زکریای رازی بوده است.

پس از آن کتب متعدد دیگری در طب سنتی در ایران منتشر و به فارسی نوشته شده و یا به فارسی و ترکی ترجمه شده است که معروفترین آنها به طور خلاصه عبارت‌اند از:

نورالعیون در کحالی، تألیف ابوروح محمد بن منصور بن ابی عبدالله گرگانی که در سال ۴۸۰ هجری تألیف شده است.

ذخیره خوارزمشاهی، تألیف سید اسماعیل جرجانی، در سال ۵۰۴ هجری قمری که در ده کتاب در مباحث مختلف نوشته شده است.

کلیات و سموم و تریاق، تألیف ابن مرشد قرطبی.

جامع المفردات الادویه یا مفردات ابن بیطار، تألیف ضیال‌الدین عبدالله ابن احمد مالقی اندلسی معروف به ابن بیطار است که در سال ۶۴۶ هجری قمری وفات یافته است از اهل مالاگای اسپانیاست. این کتاب که از کتب معتبر طب سنتی است توسط جمال‌الدین ابوالفضل محمد بن مکرم الانصاری مختصر و به ترکی ترجمه شده است. مترجم در ۷۱۱ هجری قمری فوت کرده است.

کتاب دیگری که مختصری از کتاب ابن بیطار است، کتاب ما لایسع الطیب جهله یا ما لایسع الطیب جهله، تألیف یوسف بن اسماعیل خوئی شافعی معروف به ابن‌الکبیر است که به جامع بغدادی نیز مشهور می‌باشد، تاریخ تألیف کتاب ۷۱۱

هجری قمری است.

اختیارات بدیعی فی الادویه المفرده و المركبه، تألیف علی بن حسین الانصاری در سال ۷۷۰ هجری قمری تألیف شده است.

تحفه حکیم مومن، تألیف محمد مومن بن میرزا محمدزمان تنکابنی است که طیب مخصوص شاه سلیمان صفوی بوده است.

تذکره اولی الالباب یا تذکره انطاکی، تألیف شیخ داود بن عمرانطاکی که در سال ۱۰۰۵-۱۰۰۸ هجری قمری در مکه فوت کرده است.

دوره کتاب قربادین کبیر، تألیف سید محمد حسین بن سید محمد هادی عقیلی علوی خراسانی شیرازی است. این کتاب شامل «مخزن الادویه» و «مجمع الجوامع» و «ذخایر التراکیب» است که در سالهای ۸۵-۱۱۸۳ هجری قمری تألیف شده و بارها چاپ آن تجدید شده است.

از کتابهای معروف که از مآخذ معتبر گیاهان دارویی است کتاب فرهنگ الصیدنه، تألیف ابوریحان بیرونی است که به عربی نوشته شده و اخیراً به فارسی برگردان و منتشر شده است و از نظر اعتماد به مفاهیم بهتر است از متن اصلی کتاب نیز استفاده شود. از مآخذ مورد استفاده الصیدنه، مفردات ابن بیطار است که شرح آن فوقاً آمده است کتاب ابن بیطار که به عربی نوشته شده در سالهای ۸۳-۱۸۷۷ میلادی به وسیله پزشک فرانسوی به نام Lucien Leclerc در سه جلد به فرانسه ترجمه شده و در دانشگاههای فرانسه تدریس می شده است.

کتاب دیگر معروف که از نظر مآخذ اسامی گیاهان بسیار جالب است، کتاب شرح اسماءالعقار است که تألیف ابی عمران موسی بن میمون قرطبی است. در این کتاب ۴۰۵ گیاه و دارو به اختصار شرح داده شده و اسامی عربی و فارسی و سریانی آنها مورد بحث قرار گرفته است. دانشمندی به نام Max Meyerhoff متن عربی این کتاب را به فرانسه ترجمه و منتشر کرده است.

در روزگاران کهن گیاهان نه تنها برای معالجه بیماریها به کار گرفته می شده بلکه عنصر اصلی تهیه مواد مختلف گیاهی برای مویایی و حفظ اجساد و جلوگیری از فساد آنها و همچنین ترکیباتی برای زیبایی و به اصطلاح آرایش و بزک زنان و تهیه روغنهای طبی و عطرها و تریاق و ضدسم و نظایر آن بوده است و مصارف غذایی و آشپزخانه ای گیاهان به عنوان ادویه خیلی محدود بوده است. تا آنجا که تاریخ می گوید تنها از اوایل قرن اول پس از میلاد مسیح رومی ها از گیاهان ادویه ای در آشپزخانه به عنوان گرد ضد عفونی کننده و معطر و غالباً نیز برای پوشاندن بوهای

نامطبوع مواد طبخا و بعضی از غذاها استفاده می‌کرده‌اند و بعدها با توسعه یافتن روابط تجاری و فرهنگی بین کشورهای بزرگ مانند ایران و چین و هند و یونان و انتقال و تبادل اطلاعات بین مردم کشورها و کشف مناطق و قاره‌های جدید مانند افریقا و امریکا بتدریج آشنایی با گیاهان ادویه‌ای و مصارف آنها گسترش یافته و در اغلب کشورها به منزلهٔ موادی که اختصاص به مناطق گرمسیر دنیا دارد مورد توجه قرار گرفته و مصرف می‌شده و یکی از اقلام مهم تجارت بین‌المللی بوده‌است.

موطن گیاهان ادویه‌ای و اغلب گیاهان طبی غالباً مناطق گرمسیر مشرق زمین و مناطق استوایی واقع بین ۲۵ درجهٔ عرض شمالی و ۱۰ درجهٔ عرض جنوبی استوار بوده‌است. مثلاً مناطق قارهٔ آسیا منشأ تولید فلفل، دارچین، میخک، زنجبیل، هل، زردچوبه و نظایر آن و مناطق گرمسیر کشورهای امریکایی منشأ انواع فلفل سبز و قرمز و وانیل هستند در حالی که مناطق مدیترانه‌ای و معتدل شمال افریقا و آسیا موطن اغلب گیاهان برگی طبی و سبزیجات معطر و آشپزخانه‌ای مانند گشنیز، برگ‌بو، زیره، رازیانه، شنبلیله، خردل، اکلیل کوهی، زعفران و مریم‌گلی و مرزه و نظایر آن است و از مناطق سردسیر آسیا و شمال اروپا جز معدودی گیاهان مانند زیره سیاه و ترب اقلام متعددی به بازار گیاهان دارویی و ادویه‌ای دنیا عرضه نمی‌شود.

قدیمی‌ترین اطلاعات ثبت شده در مورد گیاهان در ارتباط با مصرف آنها در عصر ساختمان اهرام مصر یعنی در حدود ۲۱۰۰-۲۶۰۰ قبل از میلاد مسیح است. (حدود ۴ هزار سال قبل) طبق اسناد به دست آمده از پیاز و سیر به مثابه قاتق خوراک هزاران کارگر در ساختمانهای اهرام استفاده می‌شده و از گیاهان طبی نیز برای درمان بیماری‌های آنها مصرف می‌شده‌است. بعدها در جریان مومیایی کردن اجساد فراعنه دارچین و سایر انواع گیاهان از چین و جنوب شرقی آسیا به مصر وارد می‌شد تا طبق معتقدات آنها برای آرام نگهداشتن خدای مرگ و محافظت اجساد مردگان با اهمیت و جلوگیری از فساد آنها در طول قرن‌ها که به صورت مومیایی نگهداری می‌شوند، به کار رود. به این ترتیب که پس از خالی کردن قسمت داخلی بدن و شکم و تمیز نمودن آن از گیاهان معطر مانند زیره و بادیان و مرزنجوش و دارچین و نظایر آن استفاده می‌شده‌است. تاریخ عطرسازی و آغاز آن زیاد روشن نیست ولی چنانچه از نام لاتین آن استنباط می‌شود کلمهٔ Perfume از دو قسمت Per به معنای کلی و سرتاسری و fumum به معنای دود تشکیل شده و به نظر می‌رسد در بادی امر از سوزاندن صمغ‌های معطره و چوبهای رزیندار گیاهان که بصورت دود معطری پخش

می‌شده آغاز شده‌است، یعنی دود دادن با گیاهان معطره و معتقد بودند که بوهای بد با شیطان و اهریمن ارتباط دارد و برای ارتباط باصفا و خلوص و خوبی باید از رایحه‌های خوب و دلنشین استفاده برد. بنابراین از این زمان است که تقاضا برای خرید صمغهای معطره و گیاهان و چوبهای درختان رزیندار برای استفاده در مومیایی و عطرسازی و ساختن داروها و روغنهای طبی و دودزایی برای دفع حشرات گسترش یافت.

در مورد بخور که تا حد زیادی در اعصار کهن مرسوم بوده‌است، تحقیقات دانشمندان عصر جدید نشان می‌دهد که در جریان سوزاندن گیاهان بخورزا مواد ضد عفونی کننده نظیر فتل و اسید کریولیک تولید می‌شده که معرف روش صحیح مردم اعصار کهن است.

تحقیقات مصرشناس معروف دنیا آقای Georg Ebers دانشمند آلمانی اطلاعات و اسناد ذی‌قیمتی را در مورد گیاهان طبی و ادویه‌ای که در روزگاران کهن یعنی در دوران ۱۵۵۰ قبل از میلاد مصرف می‌شده در دسترس قرار می‌دهد. این مطالعات که در سال ۱۸۷۴ میلادی تحت عنوان گزارش Eebers منتشر شده‌است، در کاغذی به طول حدود ۲۳ متر درج شده و شامل اطلاعات وسیعی در مورد روشهای جراحی طب داخلی است و از تعدادی در حدود ۸۰۰ دارو نامبرده است. در بین این ۸۰۰ نوع دارو از تعداد زیادی گیاهان طبی که در آن زمان برای معالجه بیماری‌ها به کار می‌رفته سخن رفته است، مانند بادیان، زیره، دارچین، گشنیز، رازیانه، هل، پیاز، سیر، اویشن، خردل، کنجد، شنبلیله، زعفران، خشخاش و.... این اسناد نشان می‌دهد که مصری‌ها در آن زمان از گیاهان فوق برای معالجه بیماری‌ها و ساختن روغنهای زیبایی برای زنان و عطرسازی، ادویه غذایی، دودزایی و سرانجام برای مومیایی کردن اجساد استفاده می‌کرده‌اند. یکی از موادی که در آن روزگاران به منزله صمغ معطر برای بخورهای خوشبو مصرف آن بسیار مرسوم بوده‌است Myrrh یا مرکه به مرمکی معروف است، می‌باشد. مرصمغی است قهوه‌ای رنگ مایل به قرمز یا زرد دارای بوی خوش و طعمی تند و تلخ که هنوز هم در عصر حاضر در کلیساهای کاتولیک به عنوان ماده بخور تا حدودی مصرف می‌شود و محلول آن نیز به مثابه محلول شست و شوی دهان به کار می‌رود و ضد تشنج است (شرح خواص آن در یکی از جلد‌های این کتاب آمده‌است) این ماده صمغی به صورت شیره غلیظ شده یا به اصطلاح انگوم درختچه‌ای به نام علمی Commiphora myrrha گرفته می‌شد. قلمرو رویش این درختچه تیغ‌دار حبشه و جنوب عربستان و صحاری شرقی آفریقا در

انتهای جنوبی دریای سرخ مقابل بندر عدن و از آنجا به طرف جنوب تا سواحل سومالی ادامه دارد.

از حوالی ۶۰۰ سال قبل از میلاد مصرف پیاز و سیر و موسیر و پیازچه با غذا در ایران مرسوم گردیده است. اسناد تاریخی نشان می‌دهند که در اوایل دوران امپراتوری کوروش (۵۲۹-۵۵۹ قبل از میلاد) خرید و فروشهای عمده در حد ۴۰,۰۰۰ دسته یا خوشه سیر در ایران انجام گرفته است. پس از فتح مصر ایرانی‌ها با پیاز و سیر آشنا شدند و همچنین طرز روغن‌گیری از گل‌سرخ و لاله و گشنیز و زعفران را آموختند. در آن تاریخ روغن کنجد برای مردم طبقه متوسط خیلی گران بود زیرا مثلاً قیمت یک کیلو روغن کنجد با دستمزد دو روز یک کارگر ساده برابری می‌کرد و فقط طبقات غنی از روغن کنجد به عنوان ماده غذایی و در مواردی به منزله روغنهای مالیدنی طبی استفاده می‌کردند و چون اکثر مناطق ایران برای کاشت و رویش درخت زیتون به علت هوای خشک بری مناسب نبوده، روغن کنجد به عنوان تنها جانشین روغن حیوانی در پختن غذاها مصرف داشته است.

حفاری‌های باستان‌شناسی در درهٔ سند Indus Valley نشان می‌دهد که تعدادی از گیاهان نظیر فلفل، دارچین، زردچوبه و هل از چند هزار سال قبل در قارهٔ هند شناخته شده و به کار می‌رفته است. از شخصی به نام Susruta طبیب و جراح معروف هندی که در حدود ۴ قرن قبل از میلاد می‌زیسته نقل می‌شده که طبق دستور او همیشه بستر بیمارانی که تحت عمل جراحی قرار می‌داد و همچنین اطاق جراحی قبلاً با سوزاندن گیاهانی مانند خردل سفید و مقل و سایر گیاهان مشابه دود داده می‌شده و پس از عمل جراحی نیز طبق توصیهٔ او برای ضد عفونی کردن زخم از ضمادی که با روغن کنجد درست می‌شد، استفاده می‌شده است.

در کتاب سو سروتای هند به نام Mushkakadigana یا گیاهان طبی، از هل، زنجبیل، فلفل سیاه، زیره، تخم خردل به عنوان گیاهان طبی برای رفع چاقی و معالجهٔ بیماری‌های اختلال در وضع ادرار و یرقان و بواسیر نامبرده شده است و چون هل و زردچوبه که از گیاهان بومی هند است در سالهای قرن هشتم قبل از میلاد در باغهای معروف Babylon یا بابل کهن کاشته می‌شده، بنابراین احتمال زیاد می‌رود که تخم این گیاهان و تکنولوژی کاشت آنها در روزگاران کهن از هند به بابل برده شده باشد. بعدها پس از حملهٔ اسکندر به شرق که امپراتوری ایران و مصر آن زمان را نیز در برمی‌گرفت و توسعه سرزمینهای اشغالی اسکندر در سه قرن قبل از میلاد مسیح تا ترکستان و افغانستان و پاکستان یعنی شمال غربی هندوستان و درهٔ سند، بازار مبادلات

گیاهان طبی و ادویه‌ای وسعت و رونق تازه‌ای به خود گرفت. اسکندر پس از فتح مصر به بنای بندر اسکندریه پرداخت و این بندر مهمترین مرکز مبادلات بازرگانی بین کشورهای منطقه مدیترانه و اقیانوس هند و ارتباط بین سه قاره شد.

در اوایل قرن نهم پس از میلاد که قند در ایران تولید شد و به عنوان ماده غذایی به بازار آمد (از نیشکر) در درجه اول مورد استقبال وسیع دانشمندان پزشکی آن زمان برای تهیه شربت‌های دارویی گیاهان قرار گرفت و با شیرین شدن طعم داروهای گیاهی که تا آن تاریخ طعم نامطبوع از موانع بزرگ استقبال از داروهای گیاهی بود تحولی عظیم در گسترش مصرف گیاهان طبی ایجاد شد. از همان تاریخ تقطیر و گرفتن عصاره گیاهان و تولید گلاب در ایران بخصوص در فارس و پس از آن کاشان و سایر مناطق رونق یافت و این تکنولوژی بتدریج به سایر مناطق دنیا برده شد. اندیشه استفاده از گیاهان طبی از روزگاران کهن از مشرق زمین یعنی چین و هند و ایران و عربستان و ترکستان و از یونان و روم آغاز شده و دانش شناخت و کاربرد آنها در سرتاسر دنیا به صورت دست نوشته‌های دانشمندان شرق مورد استفاده محافل علمی پزشکان جهان بود. پس از قرون وسطا و آغاز دوره رنسانس این علم در اروپا به سرعت مورد توجه قرار گرفت و با کشف قاره‌های جدید مانند آمریکا به آن سرزمین نیز رخنه کرد.

گیاهان پزشکی آن مناطق نیز به جرگه گیاهان دیگر مناطق دنیا وارد شد. ولی همواره تولید اصلی از مشرق زمین بود. با پیشرفت تکنولوژی تولید و مصرف داروهای ترکیبی و شیمیایی در پزشکی طب سنتی و گیاه درمانی کم‌کم نقش خود را از دست داد ولی از اواسط قرن حاضر باتوجه به این که داروهای با ترکیبات پیچیده شیمیایی به علت عکس‌العملها و آثار جانبی نامناسبی که در فیزیولوژی بدن انسان می‌گذارد و جز در موارد خاص که جانشین مؤثری ندارد، مورد انتقاد قرار گرفته و بتدریج از نظرها افتاده است، خوشبختانه مجدداً درمان با گیاهان کم‌کم نقش خود را در بین جوامع پیشرفته دنیا باز می‌یابد.

و اما این کتاب

انگیزه اصلی تهیه این کتاب تلاشی در جهت پاسخ‌گویی به نیاز وسیع جامعه امروزی برای دستیابی و آگاهی به کیفیت و شناسایی خواص و کاربرد گیاهان مفید که تعداد زیادی از آنها مورد مصرف روزمره است، میباشد. لذا کوشش شده‌است که این دوره کتابها طیف وسیعی از هدفها را بپوشاند و انتظارات و خواسته‌های

گروههای مختلف اجتماع را برآورده سازد. در این جهت یکی از اهداف اصلی تدارک اطلاعات وسیع و حتی الامکان کافی از نظر ساختمان شیمیایی و مواد عامله و مؤثر و همچنین کاربردهای متداول برای گیاهان در نقاط مختلف دنیا بخصوص در چین و هند و سایر مناطق خاور دور است تا به این ترتیب برای محققان و دانشمندان پژوهشگران پزشکی و داروسازی و داروشناسی و بیولوژی زمینه خوبی برای بررسی و مطالعه و تحقیق آماده شود و احتمالاً از این راه با بهره گیری از تلاش این دانشمندان گامی مؤثر در راه توسعه دانش پزشکی و احیاناً تهیه و یافتن داروهای ناشناخته جدید برای شفای بیماری‌هایی که درمان آنها در حال حاضر مشکل است برداشته شود.

در تهیه مطالب این دوره کتاب به چند اصل مهم توجه شده است:

۱. انتخاب منابع مرجع از معتبرترین منابع علمی. در تحقق این نظر، ضمن اینکه از معروفترین منابع طب سنتی کهن شرقی متداوله در ایران استفاده شده از نظر تطبیق و تحقیق و تکیه به نظریاتی که به طور متواتر در منابع مختلفه ذکر می‌شود، از منابع معتبر علمی منتشره در مغرب زمین نیز به میزان وسیعی بهره گیری شده و پس از یقین و اطمینان از اصیل بودن نظریات به دست آمده از آنها عیناً در این کتاب آورده شده است. در این جا مفید است ذکر شود که برای تهیه این منابع سالها در داخل و خارج از ایران جستجو شده و کتب مرجع مورد استفاده این کتاب طیف وسیعی از انواع مدارک معتبر نظیر ترجمه انگلیسی کتاب معروف طب سنتی چین Pen Tsao Kang Mu که قرن‌هاست هنوز اعتبار و نفوذ علمی و عملی خود را در چین و در دنیا حفظ کرده است و کتب معروف گیاهان دارویی هند که توسط شورای تحقیقات آن کشور پس از سالها مطالعه تهیه و منتشر شده و فرهنگها و کتب معروف طب سنتی ایرانی نظیر مخزن الادویه قزاق‌الدین کبیر، ذخیره خوارزمی، تحفه حکیم مؤمن، مفردات طبّی، صیدنه ابوریحان بیرونی، الایینه عن الحقایق الادویه، شرح اسماءالعقار و فرهنگ شلیمر و دهها کتب دیگر نظیر کتاب معروف گیاهان دارویی شرق و جنوب شرقی آسیا که در سال ۱۹۸۰ در امریکا توسط M. I. T. منتشر شده و گیاهان دارویی غرب افریقا و کتب گیاه درمانی و خوراک درمانی که توسط دانشمندان منتشر شده و نتایج پیشرفته ترین تحقیقات علمی جهان را در دهه ۷۰ و ۸۰ ارائه می‌کنند و کتب علمی مربوط به ترکیبات شیمیایی گیاهان و گیاهان دارویی مصور رنگی به زبان آلمانی و دهها منابع دیگر که در فهرست مآخذ آورده شده است را در برمی گیرد.

۲. در اعلام مشخصات گیاهان برای شناخت آنها حتی الامکان از ذکر عبارات و

اصطلاحات فنی پیچیده کلاسیک پرهیز شده و کوشش شده است با زبانی بسیار ساده مشخصات هر گیاه تا آنجا که به شناسایی سریع آن کمک کند ذکر شود و در این راه ضمن این که از تجربیات ۴۰ ساله شخصی خود در آشنایی با کشاورزی ایران بهره گیری وسیعی شده از مطالعات گیاه شناسان معروف ایرانی که شخصاً به مبانی علمی و امانت و دقت و اصابت نظر آنها وثوق کافی دارم، استفاده شده است و در موارد اختلاف نظر بین گیاه شناسان در مورد نام علمی گونه ها که اغلب در دنیا اتفاق می افتد و همچنین در موارد تطبیق نام علمی گیاهان با نامهای مختلف فارسی با بررسی های وسیعی که در مراجع اصیل مختلف انجام گردیده دقیقترین و معتبرترین نظریات اتخاذ و در این کتاب عرضه شده است.

۳. به منظور این که حتی الامکان گروه های وسیعی از علاقه مندان بتوانند از این دوره کتابها استفاده کنند در مورد هر گیاه اطلاعات لازم در مورد هویت گیاه به زبان فارسی و اصطلاحات محلی ایران و نامهایی که در کتب طب سنتی ایرانی و فرانسوی و انگلیسی آورده شده و همچنین خانواده و جنس و گونه گیاه و نامهای علمی مترادف آن همراه خلاصه نام گیاه شناسی که آن را تشخیص داده و محل رویش گیاه و روشهای کشت و تکثیر آن نوشته شده، ضمناً ترکیب شیمیایی و مواد عامل و مؤثر گیاه که در انعکاس خواص آن در بدن نقش مؤثری دارند به طور نسبتاً کامل ذکر و سرانجام خواص و کاربرد هر گیاه با استفاده از منابع مختلف شرقی و غربی آورده شده است که تطبیق نظریات مختلفه برای خواننده نیز ممکن باشد.

به این ترتیب این دوره کتابها می تواند برای گروه های دانشمندان، تحصیل کرده های کشاورزی، داروسازان، دانشمندان و محققان پزشکی، دانشجویان داروسازی و پزشکی و طبقات مختلفه مردم از نظر آشنایی به کیفیت شیمیایی و شفا بخشی گیاهان و میوه ها و سبزی ها برای انتخاب روشهای مختلفه رژیم های غذایی مناسب برای طبایع مختلفه، مورد استفاده قرار گیرد.

۴. در انتخاب انواع گیاه برای ذکر در جلد های مختلف این دوره کتابها حتی الامکان در درجه اول کوشش شده است گیاهانی که در ایران می رویند مورد بحث قرار گیرد، ولی به هر حال با توجه به این که تعداد زیادی از داروهای متداول گیاهی که در بازار ایران عرضه می شود در ایران نمی رویند ولی به ایران وارد شده و بفروش می رسند و مردم با نام آنها آشنا و علاقه مند هستند که با آنها شناخت کافی داشته باشند و همچنین تعدادی از گیاهان نیز هستند که از نظر دارویی در دنیا معروف هستند، با اینکه در ایران نمی رویند چون خواص آنها مورد توجه است نظیر ژین

سنگ یا ریشه چینی و نظایر آن نیز در این کتابها آورده شده است لذا این کتابها منحصر به گیاهان شفا بخش که منحصرأ در ایران می رویند نیست و تعداد بیشتری از گیاهان دارویی معروف را که به هر حال دسترسی به آنها برای مردم امکان دارد و یا در حال حاضر در بازار ایران وجود دارند را نیز در برمی گیرد.

در این گروه گیاهانی که در عین داشتن خواص دارویی از نظر سستی و خطرناک بودن مصرف خارج از اندازه، شناخت آنها لازم است نظیر عشر *Calotropis gigantea* و یا مرگ ماهی یا درخت استریکین و یا باقلای سنت اینیاک و یا گیاهان معروفی که از آنها سمهای مشهور کورار تهیه می شود، همه و همه در این کتاب آمده است.

۵. در نقل خواص و کاربرد دارویی و طبی گیاهان چون هدف اصلی آگاهی از نظریات حکمای معروف طب سنتی است، لذا آن نظریات طبق آنچه که در اسناد و مدارک کهن شرقی و غربی آمده است با برگردانیدن عبارات به فارسی مصطلح ساده و سلیس امروزی در این کتاب آورده شده و در مورد ترکیبات شیمیایی و مواد عامل نیز حتی الامکان انواع مطالعات و گزارشهای بررسیهای شیمیایی که در اسناد مختلف معتبر موجود است، با ذکر منبع بیان شده است تا برای پزشکان و داروسازان و داروشناسان دانشمند و محقق امکان مطالعه و تحقیق از نظر انطباق مواد مؤثر هر گیاه با خواصی که برای آن عنوان شده، فراهم باشد.

۶. مقدار خوراک داروها معمولاً از دو منبع منشأ می گیرد یکی از گذش های دارویی است و دیگر اظهار نظرهایی که در کتب طب سنتی کهن با واحدهای اوزان قدیم ایران شده است که آنها همه به اوزان امروزی تبدیل شده اند. معمولاً حکمای طب سنتی مقدار خوراک گیاهان یا مواد مؤثر آنها را کمی بالاتر از معمول فعلی دنیا می گرفته اند.

۷. استخراج از کتب طب سنتی کهن ایرانی به نحوی که نتیجه دقیق و قابل اعتباری به دست آید کار دشواری است، زیرا ضمن نقل مطالب و چاپ و انتشار آنها اشتباهات زیادی در این کتب ایجاد شده که باید با تطبیق و تحقیق و ریشه یابی در اسناد مختلفه معتبر صحیح آنها را یافت و این کاری است که در حد وسیعی در تهیه مطالب این کتاب انجام و تلاش شده است سند معتبر و قابل اعتمادی به دستداران آن عرضه شود.

برای مثال از نظر مغایرت متون - در تحفه حکیم مؤمن گیاهی به نام کوسلیل نامبرده و چنین نوشته است:

ه کوسنبل لغت تنکابن و دیلم است و این تلمیذ به لغت طبرستان دیودار و به لغت مازندران کوزن گیاه بیان نموده است و اوغیر لفاح است. ه

و بعد در مورد همین گیاه در مخزن الادویه آمده است.

ه کوسنبل لغت تنکابن و دیلم است این تلمیذ گفته به لغت طبرستان دیودار و به لغت مازندران و دامغان کوزن گیاه ناماند در تذکره بغدادی به اسم کومرثل نوشته شده و گفته که نوعی تفاح است. ه

ملاحظه می شود بین کوسنبل و کوسنبل اصولاً تشابهی نیست و این اختلاف اگر در اثر نوشتن و چاپ باشد اختلاف فاحشی است. غرض از ذکر مورد بالا انتقاد از دانشمندان تهیه کننده های کتب فوق نیست زیرا به هر حال به هیچ وجه منکر ارزش والای خدمات آنها در تدوین این کتب نیست ولی منظور این است که اشتباهات چاپی غیر قابل اجتناب بخصوص در روزگاران کهن موجب ایجاد چنین تناقضاتی در منابع می شود که لازم می آید ابتدا این کتب به دقت خوانده و از این نظرها اصلاح و تصحیح شود و پس از آن مورد استفاده قرارگیرد و این توصیه ای است که لازم است کلیه علاقه مندان و خوانندگان متون اصلی این قبیل کتب در نظر بگیرند زیرا برای خواننده ای که غرضش خواندن سریع و استفاده از کتاب است و مطالعاتی در باب مآخذ و مراجع مختلفه ندارد، جز گمراهی نصیبش نمی شود به این دلیل است که احتمالاً کتابهای طب سنتی فارسی که به فارسی زمان نوشتن کتاب تهیه شده و برای خوانندگان این دوران نامأنوس است، در عین حال که نویسندگان آنها منشأ بزرگترین و ارزنده ترین خدمت علمی برای نشر طب سنتی در ایران بوده اند ولی قبل از مطالعه دقیق و تصحیح و تطبیق و تعدیل آنها توسط یک شخص عالم و وارد استفاده از آنها برای همگان میسر نیست. با توجه به شرح فوق در تهیه این کتابها در انتخاب اسامی فارسی گیاهان مطالعه وسیعی انجام شده و از بین انواع اسامی ذکر شده در متون مختلف و در مناطق مختلف ایران آن دسته اسامی که عملاً خواص و مشخصات گیاه با خواص و مشخصات نام علمی آن تطبیق نماید، انتخاب شده است.

مثلاً برای گل همیشه بهار در کتابهای مختلف علاوه بر همیشه بهار نامهای دیگری از جمله اقحوان اصفر، زرگل، آذریون، آذرگون، گل شقایق و نظایر آن گفته شده است ابوریحان بیرونی در صیدنه گفته است که آذریون همان آذرگون است. صاحب اغراض آذرگون گفته ابن بیطار نوعی از اقحوان می داند، تحفه آن را گل آفتاب پرست نامیده است، صاحب شرح اسما آن را بخور مریم ذکر کرده است. نتیجه مطالعات در این مورد این است که مشخصاتی که برای این گیاه در

کتابهای طب سنتی آمده است با مشخصات گیاه *Souci* یا *Calendula Officinalis* که در مدارک علمی جدید ذکر شده منطبق است، لذا پس از بررسی های کافی از بین نامهای متعددی که در دهها کتاب طب سنتی برای این گیاه آمده است نامهای همیشه بهار، اقحوان اصفرا، زرگل، و قوقحان به عنوان انواع نامهای این گیاه برگزیده شده و در این کتاب آمده است.

ولی به هر حال دانشمندان محترم خواننده این کتابها توجه فرمایند که مواد عامل و ترکیبات شیمیایی و خواص درمانی که برای هر گیاه در این کتابها آورده شده است، بدون تردید مربوط به گیاه با نام علمی مشخصی است که برای آن ذکر شده و برخورد با اسامی مختلف قدیمی تأثیری در اصل مایع برای ترکیبات شیمیایی، دارویی اعلام شده برای هر گیاه ندارد و ذکر نامهای فارسی و محلی برای این است که حتی الامکان در شناسایی گیاه در ایران از طریق نام محلی آن نیز کمک شود. چند توصیه و خواهش به خوانندگان عزیز این کتاب که قصد استفاده و کاربرد آن را دارند.

۱. استفاده از توصیه های پزشکی که در مورد هر گیاه برای معالجه بیماری های خاصی در این کتابها آورده شده است با نظر و مشورت پزشک انجام گیرد، بخصوص در مورد گیاهان سمی که مقدار مجاز مصرف آنها محدود است، تعیین مقدار یا دوز مصرف آن برای شرایط خاص بیمار باید پس از معاینه بیمار توسط پزشک و طبق نظر پزشک باشد

۲. برای این کتابها از نظر سهولت دسترسی به مطالب مورد نظر و عدم اتلاف وقت چند فهرست مفصل تهیه و تقدیم شده است، ولی باید توجه شود در مورد انتخاب گیاه برای معالجه بیماری خاص صرف مراجعه به فهرست کافی نیست، زیرا در فهرست بیماری ها به طور خیلی کلی نوشته شده است و به علاوه اینکه چه قسمتی از اندام گیاه و به چه صورتی باید مصرف شود، بسیار مهم است و بنابراین توصیه می شود که تنها به مراجعه به فهرست و پیدا کردن یک گیاه اکتفا نشود و حتماً به شرح گیاه در متن کتابها نیز مراجعه شود و توصیه ها و دستورالعملهایی که در مورد نحوه تهیه و مصرف گیاه و نوع خاص بیماری که با خواص آن گیاه مربوط می شود و در شرح گیاه آمده است مورد توجه قرار گیرد. مثلاً در فهرست برای فشار خون نام زیتون برده شده است. حتماً باید به شرح گیاه زیتون مراجعه شود تا معلوم شود که برگ یا پوست درخت زیتون یا روغن زیتون و سرانجام چه قسمتی از گیاه است که باید به کار رود و به علاوه به چه صورتی، جوشانده یا دم کرده یا حقنه و یا استعمال

خارجی و نظایر آن باید مصرف شود و یا اگر توصیه شده برای کاهش فشار خون جوشانده برگ زیتون مؤثر است، مصرف سایر قسمتهای آن کار عبثی خواهد بود و یا اگر برای التیام زخم دهان به جویدن برگ زیتون اشاره شده سایر صور دارویی آن اثر منتظره را نخواهد داشت و یا اگر در فهرست بیماری‌ها نام بیماری قند برده شده و اسامی گیاهانی در ارتباط با بیماری قند درج شده حتماً باید به متن کتاب مراجعه و بررسی شود که برای چه نوع بیماری قند مطرح است و کدام قسمت اندام گیاه و به چه صورت باید استفاده شود و زیر نظر پزشک مورد استفاده قرار گیرد تا تعارضی با سایر ناراحتی‌ها و بیماری‌های موجود شخص بیمار نداشته باشد.

۳. موقع برداشت گیاه از نظر مقدار مواد مؤثر خیلی مهم است و باید در مواردی که دستور داده شده طبق همان دستور عمل شود. مثلاً اگر منظور استفاده از الکالوئیدهای موجود در دانه گیاهی است باید توجه شود که مقدار الکالوئیدها در دوران رشد گیاه تغییر می‌نماید و طبق بررسی دانشمندان معمولاً در سه موقع حداکثر مقدار الکالوئید را می‌توان در گیاه یافت. زمستان (دی و بهمن) و پس از گل دادن گیاه، بعد از رسیدن دانه و سرانجام در زمان استراحت گیاه مقدار الکالوئید به حداکثر می‌رسد و در دانه‌های نارس مقدار کمی الکالوئید ظاهر می‌شود.

۴. از نظر امکان تهیه برنامه رژیم غذایی گیاهی برای بیماران مختلف کوشش شده است که در این کتاب وسیعترین اطلاعات در اختیار خوانندگان محترم گذارده شود و علاوه بر ذکر ترکیبات شیمیایی و مواد مؤثر گیاهان در مورد میوه‌ها و سبزی‌های خوردنی که در رژیم غذایی مورد نظر معمول است مقدار انواع ویتامینها و مواد معدنی و قندهای آنها نیز ذکر شده که می‌توان نقش مهمی در انتخاب انواع گیاهان، غلات و مغزهای دانه‌های گیاهی برای رژیم غذایی داشته باشد.

۵. و سرانجام کوشش شده است که مطالب این کتاب در نهایت سادگی و روانی نوشته شود تا در خواندن آن هیچ ناراحتی که موجب صرف وقت بیشتر باشد فراهم نشود به طوری که در برخی موارد حتی قواعد دستوری نیز فدای روانی کلام شده و سهل‌الفهم بودن بیش از هر چیزی مورد توجه قرار گرفته است. ضمناً برای این که مراجع و منابع طب سنتی معروف و یا پزشکان دانشمند معروفی که مطالب یا نظریات آنها مورد استفاده قرار گرفته برای پزشکان محترم و خوانندگان عزیز این کتاب سرعت روشن باشد در اغلب موارد در کنار هر کار برد بی‌درنگ نام کتاب منبع و یا پزشک معروفی که آنرا اعلام کرده، ذکر شده است.

۶. در قسمت خواص و کاربرد دارویی هر گیاه اغلب اشاره‌ای به اسامی گیاهان

دارویی دیگری شده است که باید مخلوط با هم خورده شوند مثلاً در خواص و کاربرد زردآلود در قسمتی اشاره شده که باید با شکرو مصطکی و انیسون و زیره و کندر خورده شود برای استحضار خواننده عزیز اعلام می‌شود که شرح تمام این گیاهان در سایر جلد‌های این کتابها به تفصیل آمده‌است و به طور کلی هر گیاهی که در یکی از جلد‌های این کتاب نامبرده شده و در آن جلد نیست در سایر جلد‌ها در جای خود خواهد آمد.

در خاتمه با سپاس بی‌پایان به درگاه خداوند متعال که توفیق انجام چنین کاری را به این حقیر عنایت فرموده‌است، امیدوارم این خدمت ناچیز در راه گسترش آگاهی به خواص گیاهان مقبول دانشمندان و ارباب خرد و هموطنان عزیز واقع شود و هدف اصلی که داشتن سهمی در راه تدارک موجبات تأمین سلامتی و در دسترس عموم قرار دادن و احیای روشهای سنتی و کهن و گرانهای استفاده از گیاهان دارویی است تا حدودی تحقق یافته باشد.

حسین میرحیدر

معارف کبای

کاربرد گیاهان پزشکی و درمان بیماری‌ها

بازار آخرین تحقیقات علمی محققان دانشمندان جهان

جلد دوم

حسین حسینی



دفتر نشر فرهنگ اسلامی

فهرست

مقدمه ۴

بخش اول: میوه‌ها

۳	آترج - بالنگ
۷	آزگیل
۱۰	آبو
۱۷	آبوچه
۱۹	آبوالو - گیلاس
۲۷	انار
۳۴	آناناس
۳۷	انبه
۴۲	انجیر
۴۹	انگور (درخت)
۶۱	انگور فرنگی خاردار
۶۶	انگور فرنگی خوشه‌ای
۶۹	آووکادو
۷۲	به
۷۶	پاپایا
۸۲	پرتقال
۸۷	پونسیروس
۱۹	تمشک
۱۴	توت
۱۰۰	توت کاغذی

۱۰۲.....	توت فرنگی
۱۰۷.....	جام
۱۰۹.....	چاتلاقوش - بنه
۱۱۲.....	خریژه
۱۱۸.....	خرما
۱۲۳.....	خرمالو
۱۲۷.....	زالزالک
۱۳۳.....	زردآلو
۱۴۰.....	زرشک
۱۴۵.....	زغال اخته
۱۴۷.....	شفت
۱۴۹.....	زیتون
۱۶۳.....	سنجد (درخت)
۱۶۵.....	سیب
۱۷۵.....	کیوی
۱۷۷.....	گریپ فروت
۱۸۲.....	گوجه وحشی
۱۸۷.....	کلابی
۱۹۶.....	گواوا
۲۰۰.....	گیلاس باربادوس
۲۰۲.....	لیچی
۲۰۵.....	لیمو ترش
۲۱۱.....	لیمو شیرین
۲۱۳.....	لیمو عمانی
۲۱۵.....	موز
۲۲۵.....	نارگیل
۲۳۲.....	نارنج
۲۳۶.....	نارنگی
۲۳۸.....	هلو
۲۴۵.....	هندوانه

بخش دوم: ادویه و چاشنی‌ها و گیاهان معطر

۲۵۳	آزربه
۲۶۰	اکلیل الجبل
۲۶۲	آنزلیک
۲۶۸	بادیان رومی
۲۷۲	بادیان کوهی
۲۷۶	برگ بو
۲۸۱	پونه کوهی
۲۸۵	ترب وحشی
۲۸۹	جوزبویا
۲۹۶	چای
۳۰۹	چای جاوه
۳۱۱	خردل
۳۲۳	دارچین
۳۳۰	رازبانه
۳۳۵	زردچوبه
۳۴۱	زعفران
۳۴۶	زنجبیل
۳۵۲	زنیان
۳۵۸	زیره سبز
۳۶۲	زیره سیاه
۳۶۷	زیره کوهی
۳۷۰	سماق معمولی
۳۷۵	لفل (سیاه - سفید)
۳۸۰	تهوه
۳۹۹	کاکالو
۴۰۳	کلبر
۴۰۶	کلرنگ
۴۱۱	مریم گلی
۴۱۶	میخک (درخت)

۴۲۲		نیشکر
۴۳۱		ملاس
۴۳۳		وانیل
۴۳۷		هل
۴۴۵		ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان
		ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای
۴۵۹		علمی گیاهان
		ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان
۴۷۵		مربوطه
		ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین المللی و دانشمندان
۴۹۵		پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهارنظر کرده‌اند
۵۰۹		ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ
۵۱۵		تصاویر

معارف کبای

کاربرد گیاهان پزشکی و درمان بیماری‌ها

با ارائه آخرین تحقیقات علمی محققان دانشمندان جهان

جلد سوم

حسین میرسید



دفتر نشر فرهنگ اسلامی

فهرست

نه	مقدمه
۱	شیرین بیان هندی
۶	شیرین بیان
۱۳	درخت ابریشم
۱۵	گیاه حساس
۱۸	حنا
۲۳	سیسبان
۲۷	فندق هندی
۳۰	ارگوت
۳۷	سرو
۴۱	سرو تبری - سرو خمره‌ای
۴۵	قُسطُ
۵۱	داغداغان
۵۴	کاج بادامی
۵۷	درخت کاج نونل
۶۸	نقله
۷۲	اسفند
۷۶	ژین سنگ
۸۲	مشک دانه
۸۵	زیرفون
۸۹	گل حسرت
۹۴	گل مغربی
۹۶	مامیران کبیر
۱۰۰	کلهو

۱۰۳.....	آبنوس
۱۰۵.....	کولا
۱۰۹.....	برگ نو
۱۱۱.....	شمشاد رسمی
۱۱۵.....	شمشاد وحشی جنگلی
۱۱۹.....	کوکا
۱۲۲.....	فرندل
۱۲۵.....	خیار خر
۱۳۰.....	کنار
۱۳۳.....	لبلاب الارض
۱۳۶.....	هفت کول
۱۴۰.....	گیاه نوروژی
۱۴۳.....	آدونیس
۱۴۷.....	کوله خاس
۱۵۰.....	درخت موم
۱۵۳.....	پرسیاوشان
۱۵۹.....	سنگ حنا
۱۶۲.....	منداب شتری
۱۶۵.....	چوبلمه
۱۶۷.....	گوش موش
۱۶۹.....	زرنباد
۱۷۲.....	خاکشیر
۱۷۶.....	هندوانه ابوجهل
۱۸۳.....	عشقه
۱۸۷.....	سنبل الطیب
۱۹۳.....	سنبل رومی
۱۹۵.....	زردان
۲۰۳.....	پروانش
۲۰۸.....	عشر
۲۱۶.....	شجرة الحریر
۲۲۰.....	درخت استریکنین

۲۲۷	باقلاى سنت اينياس
۲۲۹	قُلْب
۲۳۳	آسه
۲۳۹	خشخاش
۲۴۸	کياه چينى
۲۵۴	کاد هندى
۲۵۷	اوجن
۲۶۱	درخت پر
۲۶۴	تودرى
۲۶۹	دند
۲۷۴	چنار
۲۷۷	درونج
۲۷۹	دارواش
۲۸۴	ارغوان
۲۸۷	وسمه
۲۹۰	نيل
۲۹۵	فاخره
۳۰۵	تانبول
۳۰۹	برى
۳۱۲	بان
۳۱۷	انزروت
۳۲۰	اشنه
۳۲۳	بالنگو
۳۲۵	بقم
۳۲۸	برنگ کابلى
۳۳۲	قنبيل
۳۳۵	پای گرگ
۳۳۹	سرخسها
۳۴۸	اسقولو قندريون
۳۵۱	سرخس عقالى
۳۵۴	باقلاى هندى

۳۵۹	شاه‌پسند درختی
۳۶۳	نار مشک
۳۶۶	اسانس پاچولی
۳۶۹	لاک
۳۷۳	کوسو
۳۷۶	تیس
۳۸۲	قطف
۳۸۶	کبیکج
۳۸۹	گل سرخ
۳۹۷	نسترن
۴۰۰	شقایق سرخ
۴۰۷	گل حلوا
۴۱۱	تاج خروسی وحشی
۴۱۴	تمر هندی

۴۱۹	ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان
	ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای علمی گیاهان
۴۳۱	ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان مربوطه
۴۵۱	ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین‌المللی و دانشمندان پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهارنظر کرده‌اند
۴۷۹	ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ
۴۸۹	
۴۹۳	تصاویر

معارف کیا ہی

کاربرد کیا ہاں درپیشگیری و درمان بیماری ہا

بارائہ آخرین تحقیقات علمی محققان و دانشمندان جهان

جلد چہارم

حسین میرحیدر



دفتر نشر فرهنگ اسلامی

فهرست

۱.....	چریش
۶.....	زیتون تلخ
۱۱.....	توری
۱۵.....	تلخ بیان
۲۰.....	دارشیشمان
۲۳.....	شبدرد
۲۹.....	صندل
۳۳.....	صندل قرمز
۳۵.....	شوره گز
۳۸.....	درخت گز انگبین
۴۲.....	عود
۴۷.....	گوش خرگوش
۵۰.....	کاسیای تلخ
۵۳.....	کلمبو
۵۶.....	توس
۶۰.....	گل یخ
۶۲.....	گل ساعتی
۶۸.....	گل مریم
۷۱.....	درخت شوولمگری
۷۴.....	مهر سلیمان
۷۷.....	لونئی
۸۱.....	زاوراندی
۸۴.....	مهر طلایی
۸۹.....	عرق الدم

۹۱	تاج الملوك
۹۲	رجل الاسد
۹۷	راتانیا
۱۰۰	آب قاشق
۱۰۵	پنج انگشت خزنده
۱۰۸	پنج انگشت غازی
۱۱۱	حشیشه المبارکه
۱۱۲	خرنوب
۱۱۷	خلر
۱۱۹	بلوط الارض
۱۲۱	حشیشه الجرح
۱۲۲	عُجْرَمَه
۱۲۶	رتم
۱۳۳	آناغورس
۱۳۵	بخورالاکراد
۱۳۸	خریق سیاه
۱۴۲	خریق سفید
۱۴۸	کادی
۱۵۲	شوكة البواسیر
۱۵۴	مشط الراعی
۱۵۸	سیها
۱۶۱	لیف
۱۶۵	درخت کته کته
۱۷۲	گار دنیا (گل)
۱۷۵	سیکاس
۱۷۸	درخت ساگو
۱۸۱	کلماتیس
۱۸۵	توتک
۱۸۹	الستونیه
۱۹۱	لیلکی سه خار
۱۹۵	مینکو

۲۰۳.....	یاس زرد
۲۰۶.....	گل میخک
۲۰۹.....	پاولونیا
۲۱۱.....	پیچ اناری گل درشت
۲۱۴.....	ترشک شبدری
۲۱۷.....	کماذریون
۲۲۰.....	کلپوره
۲۲۱.....	مریم نخودی
۲۲۲.....	اسقوردیون
۲۲۴.....	بولیون
۲۲۶.....	درخت افاقیا
۲۲۹.....	دم شیر قلبی
۲۳۴.....	آدامس چیکل
۲۳۷.....	یافل
۲۴۰.....	قارچهای تخمیر کننده
۲۴۸.....	کپک آبی یا سبز
۲۵۱.....	شیرزا
۲۵۲.....	فرکس
۲۵۸.....	شالک
۲۶۳.....	کبوده
۲۶۵.....	بید
۲۷۸.....	درخت نان
۲۸۳.....	خاماسوقی
۲۸۵.....	فرابیون
۲۹۴.....	موگه
۲۹۸.....	کاه مکی
۳۰۳.....	نی بوریا
۳۰۵.....	نی جارو
۳۱۰.....	نی هندی
۳۱۳.....	لوفل
۳۱۹.....	سرخدار

۳۲۳.....	ازگیل ژاپنی.....
۳۲۶.....	فادرک.....
۳۲۸.....	پنیر بند خواب آور.....
۳۳۱.....	پنیر بند.....
۳۳۱.....	درخت مسواک.....
۳۳۶.....	انجیر بنگال.....
۳۳۹.....	انجیر بربری.....
۳۴۲.....	انجیر چسب.....
۳۴۲.....	چندل.....
۳۴۷.....	سه رنگ.....
۳۴۹.....	برهان.....
۳۵۱.....	شیشم.....
۳۵۳.....	کهور.....
۳۵۵.....	نخل روغنی.....
۳۵۷.....	عس آی.....
۳۶۰.....	زر آوند.....
۳۶۲.....	دیودار.....
۳۶۷.....	پولیکالا.....
۳۷۱.....	روئینه.....
۳۷۳.....	ذرت خوشه‌ای.....
۳۷۷.....	نیلوفر آبی.....
۳۸۲.....	نیلوفر آبی هندی.....
۳۸۶.....	بهم.....
۳۸۹.....	بهم پیچ.....
۳۹۱.....	دیفن باخیا.....
۳۹۳.....	پنبه.....
۳۹۸.....	آناغالس.....
۴۰۱.....	توتون.....
۴۰۸.....	سیاه زبله - قره قاط.....
۴۱۸.....	بوصیر.....

۴۲۵	ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان
	ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای
۴۳۷	علمی گیاهان
	ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان
۴۶۱	مربوطه
	ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین المللی و دانشمندان
۴۷۱	پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهار نظر کرده اند
۴۸۳	ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ
۴۸۷	تصاویر

معارف کیا ہی

کاربرد کیا مان در پیشگیری و درمان بیماری ها

بار اول آخرین تحقیقات علمی محققان و دانشمندان جهان

جلد پنجم

حسین میرحیدر

دانش روزگار اسلامی

فهرست

۱.....	بومادران
۸.....	قیصوم
۱۰.....	هزاربرگ آبی
۱۲.....	برنجاسف
۱۶.....	شیخ
۲۰.....	افسنتين بحری
۲۳.....	درمنه ها - افسنتين ها
۲۸.....	افسنتين صغیر
۲۹.....	گندواش
۳۲.....	تاتوره علفی
۳۶.....	تاتوره درختی
۳۹.....	عروسک پس پرده
۴۳.....	بنگ دانه
۴۷.....	تاج ریزی سیاه
۵۱.....	تاج ریزی پیچ
۵۵.....	بلآدون
۶۱.....	چوب چینی
۷۰.....	سیتاک
۷۵.....	لفل آبی
۸۰.....	دارلفل
۸۳.....	کاوا
۸۵.....	کافور
۹۰.....	کافور بورنتو
۹۳.....	بابونه

۹۵.....	بابونه کبیر
۱۰۳.....	بابونه رسمی
۱۰۹.....	بابونه وحشی
۱۱۶.....	بابونه رومی
۱۲۱.....	پیرتر
۱۲۴.....	اقحوان متعفن
۱۲۶.....	بابونه زرد
۱۲۸.....	عاقرقرحا
۱۳۱.....	شوکران کبیر
۱۳۷.....	شوکران الماء
۱۴۰.....	چوبک
۱۴۵.....	غاسول
۱۴۷.....	بیدگیاه - مؤغ
۱۵۰.....	نیل کبیر
۱۵۲.....	آراقیطون (بابا آدم)
۱۵۶.....	کرفس وحشی
۱۶۴.....	آسارون
۱۶۷.....	مازریون
۱۷۴.....	انجبار
۱۷۸.....	علف هفت بند مرغان
۱۸۱.....	سگن زبان
۱۸۳.....	سرو کوهی
۱۹۱.....	سروکاد
۱۹۴.....	سرو کوهی (اهل)
۱۹۹.....	فاشرا
۲۰۳.....	سداب
۲۰۸.....	سیکلادن
۲۱۱.....	سیاه دانه
۲۱۵.....	لاواند
۲۲۱.....	اسبروله معطر
۲۲۳.....	مامیشا

۲۲۶	شاهتره
۲۳۰	یئجه
۲۳۵	رازك
۲۴۲	آبرون كبر
۲۴۵	آبرون صغیر
۲۴۸	كتان
۲۵۴	بابار تو - به هندی
۲۵۸	هوكس - خاس
۲۶۲	علف شوره
۲۶۸	سنجد تلخ
۲۷۱	شاه بلوط هندی
۲۷۵	شاه بلوط
۲۷۸	درخت عرعر (پهن برگ)
۲۸۲	هوفاریقون - چای كوهی
۲۹۳	حرف مریمی
۲۹۶	روناس
۳۰۰	لیورانند - روناس هندی
۳۰۳	آقطی
۳۰۸	شونك
۳۱۵	خون سیاوشان
۳۱۹	سریش
۳۲۲	جوزارقم
۳۲۷	مگم گوت
۳۳۲	جلپ
۳۳۶	ایپكا
۳۴۱	اگر ترکی
۳۴۶	غاریقون
۳۵۰	زدوار
۳۵۵	شیطرج
۳۵۸	نفاح
۳۶۳	ذراریح

۳۶۵.....	جاشیر
۳۶۹.....	آرنیکا
۳۷۳.....	زلف پیررسمی
۳۷۷.....	پرک هندی
۳۷۹.....	حب القفل
۳۸۳.....	چاواب
۳۸۶.....	بادیان ختانی
۳۹۰.....	آکونیت
۳۹۸.....	سنا
۴۰۴.....	فلوس
۴۰۹.....	حشیشه الفقراء
۴۱۳.....	سنای کاذب ستمی
۴۱۶.....	دغدغک

ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان ۴۱۹

ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای

علمی گیاهان ۴۳۳

ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان

مربوطه ۴۵۱

ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین المللی و دانشمندان

پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهارنظر کرده‌اند ۴۶۳

ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ ۴۷۷

تصاویر ۴۸۱

معارف کبایه

کاربرد کبایه در پیشگیری و درمان بیماری‌ها

با ارائه آخرین تحقیقات علمی محققان و دانشمندان جهان

جلد ششم

حسین میرحیدر

فهرست

۱.....	جوزالقی
۵.....	نُریس
۱۰.....	غافث
۱۲.....	غافث کنفی
۱۷.....	پای خر
۲۵.....	کتیرا
۳۱.....	راسن
۳۹.....	صمغ کینو
۴۴.....	مشک نباتی
۴۷.....	آکاسای عربی
۵۱.....	صمغ عربی
۵۵.....	اوکالیپتوس
۶۴.....	درخت زبان گنجشک
۷۰.....	زبان گنجشک کاذب
۷۹.....	قنطوریونها
۸۴.....	قنطوریون کبیر
۸۶.....	گل گندم
۸۹.....	خارخسک
۹۲.....	لاذن
۹۶.....	صبرزرد
۱۰۸.....	به لیمو
۱۱۱.....	پنیرک
۱۱۶.....	اسلیخ
۱۱۹.....	گزها

۱۲۳	مَن
۱۲۵	ترنجبین
۱۲۷	خارِیز - اشترخار
۱۲۹	شیرخشت
۱۳۶	بیدخشت
۱۳۷	طباشیر
۱۴۵	بُطْم اخضر - بنه
۱۵۰	شکر تیغال
۱۵۳	مصطکی
۱۵۸	عنبر سائل
۱۶۶	حسن لبه
۱۷۱	مقل
۱۷۴	تربانتین
۱۸۳	مُرْمَکی
۱۸۸	بلسان مکی
۱۹۲	بلسان پرو - بلسان قلو
۱۹۷	باریجه
۲۰۰	منداب
۲۰۳	آش انگور
۲۱۵	سیاه تَوْسَه
۲۱۸	مَرْنَه سفید
۲۲۲	مَرْنَه
۲۳۳	علف دندان
۲۳۶	جعه کاجی
۲۳۹	فراسیون آبی
۲۴۲	قَطْرَم
۲۴۸	مَرْمُوک
۲۵۱	کندر
۲۵۵	ماگنولیا
۲۶۰	فلفل جامائیک
۲۶۶	درخت آزاد

۲۶۸	خَمَج
۲۷۰	رجل القط دویابه
۲۷۳	رجل القط زرد
۲۷۵	شاماخ
۲۷۶	زُردار
۲۷۸	پُن واز
۲۸۲	مرویا
۲۸۴	اسپرک
۲۸۷	زامور
۲۹۰	کُلبور
۲۹۲	بُکوری
۲۹۴	آذان الحمار
۳۰۴	ترید
۳۱۰	سقمونیا
۳۱۵	زوفا
۳۲۲	اوشق
۳۲۶	ایرسا
۳۳۳	بارهنک
۳۴۰	سپستان
۳۴۳	اسپرزه
۳۵۱	سُغَد
۳۵۸	آنغوزه
۳۶۴	سکینه
۳۶۷	بنشہ
۳۷۲	آملہ
۳۷۸	هلیلہ
۳۸۴	بلبلہ
۳۸۶	کارون رنگی
۳۸۹	بسنایج
۳۹۲	سِس
۴۰۲	کاوزبان

۴۰۸	عنّاب
۴۱۳	کرچک
۴۱۹	خرزهره
۴۲۴	خرزهره معطر
۴۲۸	غارگیلاسی
۴۳۳	ثعلب
۴۳۸	کیسه کشیش
۴۴۲	سیرک
۴۴۴	کلزا
۴۴۸	فلفل کوهی
۴۵۶	سیراب نهري
۴۶۱	شاه‌پسند وحشی
۴۶۹	برونلا
۴۷۲	نارون
۴۷۸	گل انگشتانه ارغوانی
۴۸۵	استروفانتوس
۴۸۹	ملکه چمن
۴۹۲	اسپیره
۴۹۴	دم اسب
۵۰۱	افدرا
۵۱۱	ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان
	ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای
۵۲۷	علمی گیاهان
	ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان
۵۵۱	مربوطه
	ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین‌المللی و دانشمندان
۵۶۳	پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهار نظر کرده‌اند
۵۷۹	ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ
۵۸۳	تصاویر

معارف کیا ہی

کاربرد گیاهان در پیشگیری و درمان بیماری ها

با ارائه آخرین تحقیقات علمی محققان و دانشمندان جهان

جلد، پنجم

حسین میرحیدر



فهرست

۱	شب بوزرد
۵	بلوط
۱۳	راش
۱۹	خطمی درختی
۲۲	خطمی گل سرخ
۲۴	خطمی درختی چینی
۲۷	خطمی
۳۷	لاله عباسی
۴۱	خطمی هندی
۴۵	شیلیم
۴۸	پیاز دشتی
۵۴	بوراکس
۵۶	فراسیون سفید
۶۲	بالوطی
۶۵	ستاره‌ای متوسط
۷۰	ام وجع الکبد
۷۳	خرا
۷۶	آفتاب پرست
۸۰	حلبوب
۸۲	بداغ جنگلی
۸۵	شیرینیر
۸۹	مُزار
۹۳	گل جالیز
۹۷	شجره الصبغ الاناتو

۱۰۰.....	یوگا
۱۰۳.....	یاسمن سفید
۱۱۰.....	درخت لاله
۱۱۲.....	قرن الغزال
۱۱۵.....	سه
۱۱۸.....	گل حنا
۱۲۳.....	بالاجوار
۱۲۵.....	شاه بلوط آبی
۱۲۸.....	اشواژک
۱۳۱.....	شاستاراسون
۱۳۲.....	کاملیا
۱۳۷.....	سوسن
۱۴۳.....	کریا
۱۴۵.....	لوییای سودانی
۱۴۸.....	بگونیا
۱۵۲.....	آکاو
۱۵۹.....	رشکک
۱۶۳.....	قلقاس
۱۷۰.....	کازورینا
۱۷۳.....	گندم سیاه
۱۷۷.....	نیلوفر صحرایی
۱۷۹.....	سوسن زرد
۱۸۳.....	درخت پنجه
۱۸۸.....	اشیرانت
۱۹۲.....	لباشیر
۱۹۷.....	اسپرس
۲۰۱.....	اکلیپتا
۲۰۴.....	خلنگ
۲۰۷.....	کاتالبا
۲۱۰.....	دویتزیا
۲۱۲.....	کنف

۲۱۸.....	قیطران شوکرانی
۲۲۱.....	شمعدانی عطری
۲۲۲.....	قیج
۲۲۵.....	پیر بهار
۲۲۸.....	گل ستاره‌ای
۲۳۱.....	گل مینا
۲۳۵.....	ابوطیلون
۲۳۸.....	لوبلیا
۲۴۴.....	حشیشه الجرب
۲۴۹.....	قرصمه
۲۵۳.....	شیدر باتلاقی
۲۵۷.....	کازپوت
۲۶۰.....	علف بو اسیر
۲۶۲.....	گل عینک
۲۶۵.....	گل زبان پس قفا
۲۶۹.....	مرگ ماهی
۲۷۳.....	گل جعفری
۲۷۶.....	شکاعی
۲۷۸.....	لاله سرتگون
۲۸۱.....	توسکا قشلاقی
۲۸۵.....	ابو خلسا
۲۸۸.....	تمیس
۲۹۱.....	جنطیانا - ژانسیان
۲۹۸.....	گل همیشه بهار
۳۰۳.....	یاس
۳۰۷.....	شمعدانی ریت
۳۱۰.....	مورد
۳۱۶.....	اختر
۳۲۰.....	راولفیا
۳۲۴.....	اسکینیل
۳۲۶.....	تفروزیا

۳۳۲	زیبا
۳۳۴	باکوپا
۳۳۷	عروسک پس پرده کاذب
۳۳۹	شاهدانه کِرت
۳۴۱	جای عربی
۳۴۳	هزار دارو
۳۴۶	مارزبان
۳۴۸	آهوزبان
۳۵۰	لیخنس
۳۵۳	اشترخار
۳۵۸	کومکات
۳۶۰	بودو فیلم
۳۶۴	اکیناشیا
۳۷۲	جلیکهای دریایی
۳۸۲	باروسما
۳۸۷	قاتل البق
۳۹۳	یوهیمبه
۳۹۵	گیاه حشره خوار
۳۹۸	شاهسفرم
۴۰۲	سینه دارو
۴۰۵	قاشقک
۴۰۹	سرخاب کولی
۴۱۲	هاماملیس
۴۱۵	بولدو

ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی براساس اسامی فارسی و عربی گیاهان ۴۱۷

ضمیمه ۲. فهرست تفصیلی براساس نامهای فرانسوی و انگلیسی و نامهای

علمی گیاهان ۴۲۷

ضمیمه ۳. فهرست مواد شیمیایی و مواد عامل گیاهان با اسامی گیاهان

مربوطه ۴۲۵

ضمیمه ۴. فهرست نام برخی از مراجع و منابع معتبر بین المللی و دانشمندان

۴۵۵ پزشکی که در مورد خواص گیاهان اظهار نظر کرده‌اند

۴۷۱ ضمیمه ۵. فهرست منابع و مآخذ

۴۷۷ تصاویر

معارف گیاهی

کاربرد گیاهان و مواد و خوراکیهای طبیعی و نوشتار به های گیاهی
برای پیشگیری و درمان بیماریها

جلد هشتم

حسین حسینی



دفتر نشر فرهنگ اسلامی

فهرست

مقدمه	۱
-------	---

بخش اول

تحقیقات جدید بین‌المللی در بارهٔ مبانی علمی و فنی درمان تعدادی از بیماریها با گیاهان و مواد و خوراکیهای طبیعی و نحوهٔ تأثیر مواد فعال شیمیایی موجود در آنها برای مبارزه با عوامل بیماری‌زا

فایبر	۵
چگونه تأثیر می‌کند	۷
نتیجه	۸
فایبر در مبارزه با سرطان پستان	۱۰
خلاصه و جمع‌بندی	۱۱
هضم فایبر	۱۲
اثر فشار در روده	۱۳
توضیحی در بارهٔ انواع صمغها	۱۵

بخشی دربارهٔ فیتوکیمیکالها و نقش آنها در درمان و پیشگیری

سرطان و برخی بیماریها	۱۹
هورمونهای بی‌ضرر	۲۶

۳۱ راز توفیق سلولهای سرطانی از نظر دانشمندان

۳۵ اسپیرولینا مهمترین خوراکی اصیل مغذی برای رژیمهای غذا درمانی

۳۶ اسپیرولینا چیست؟

۳۷ ارزش غذایی اسپیرولینا

۳۹ ارزش درمانی اسپیرولینا

۳۹ دیابت

۴۰ کم خونی

۴۰ بیماریهای کبد

۴۱ اولسرها

۴۱ ممانعت از کم شدن لوکوسیتها

۴۱ در مورد مسمومیتهای شدید از فلزهای سنگین

۴۲ مبارزه با ضعف پیری

۴۲ نتیجه

۴۵ بابونه

۴۶ طرز عمل بابونه در بدن

۴۹ چکیده

۵۱ گیاه سابال

۵۱ مقدمه: پروستات و ناراحتی BPH

۵۲ روش درمان

۵۳ سابال چیست؟ مختصری در باره شناخت سابال

۵۳ مشخصات

۵۴ ترکیبات شیمیایی

۵۴ خواص - کاربرد

۵۵ چگونگی تأثیر میوه سابال در مقابله با BPH

۵۷ صبر

۵۷ مشخصات

تاریخچه	۵۷
مصارف دارویی صبر در عصر حاضر در مناطق مختلف جهان	۵۸
ترکیبات شیمیایی صبر	۵۹
تحقیقات کلینیکی صبر	۶۱
سایر موارد کاربرد صبر	۶۲

لفل قرمز تند	۶۵
تاریخچه	۶۵
خواص و کاربردهای مهم فلفل قرمز	۶۶
تحقیقات در موارد خواص دردزایی کاپسائی سین	۶۷
خواص دردزایی کاپسائی سین در مورد دردهای آرتروز	۶۷
سایر علایم و آثاری که نشان دهنده دردزایی کاپسائی سین هستند	۶۹
سایر کاربردهای کاپسائی سین	۷۰

خواص درمانی گیاه جو دوسر	۷۳
مواد شیمیایی موجود در جو دوسر	۷۵
آزمایشهایی که درباره جو دوسر از نظر ناراحتیهای جنسی	
به عمل آمده است	۷۶
از تئوری تا وصول راه حل	۷۹
چکیده	۸۲

روغن تخم کتان	۸۳
کاربرد روغن کتان در مقابله با بیماری سرطان	۸۳
شدهای درباره ضرورت مصرف چربی توأم با پروتئین	۸۶

خواص عنصر کروم برای سلامت بدن انسان	۹۱
مقدمه	۹۱
چرا و چطور ملخ پیکولینات کروم با سایر شکل‌های کروم	
متفاوت است؟	۹۲
رابطه کروم با کلسترول	۹۲

- ۹۴ عضله سازی و کاهش کلسترول
- ۹۷ نتیجه
- ۹۸ چکیده
- ۹۹ خواص و کاربرد سلنیوم آلی در درمان بیماریها
- ۹۹ سلنیوم چیست؟
- ۱۰۰ ارتباط سلنیوم با سرطان
- ۱۰۳ نقش سلنیوم در بیماریهای قلبی
- ۱۰۵ اثر سلنیوم در مبارزه با آرتروز
- ۱۰۵ انواع سلنیوم مصرفی
- ۱۰۶ خوراکیهای طبیعی دارای سلنیوم
- ۱۰۷ چکیده
- ۱۰۹ بتاکاروتن چیست؟
- ۱۰۹ خواص درمانی بتاکاروتن
- ۱۱۱ اهمیت ویتامین A
- ۱۱۲ اهمیت بتاکاروتن و امتیاز آن بر ویتامین A حیوانی
- ۱۱۷ چکیده
- ۱۱۹ قره قاط سیاه
- ۱۱۹ خواص درمانی قره قاط سیاه
- ۱۲۲ نحوه تأثیر
- ۱۲۳ مشخصات
- توضیح مختصری در باره نحوه اثر آنتوسیانوزیدها
- ۱۲۴ در کنترل اختلالات بینایی
- ۱۲۷ نقش درمانی پولن گل‌های داخل عسل
- ۱۲۷ مقدمه: زنبور عسل
- ۱۳۱ خواص درمانی پولن زنبور عسل
- ۱۳۲ چکیده

نقش شفا بخش و درمانی لستین در تغذیه	۱۳۳
مقدمه: لستین چیست؟	۱۳۳
مکانیسم عمل لستین	۱۳۴
مواد تشکیل دهنده لستین	۱۳۵
چکیده	۱۳۹

کلسترول چیست؟	۱۴۱
مقدار کلسترول در بدن چقدر باشد که منشأ خطر نگردد؟	۱۴۳
خلاصه	۱۴۴
چطور می توان کلسترول را کاهش داد؟	۱۴۵
خطر زیاد بودن کلسترول چیست؟	۱۴۶
کلسترول چطور تأمین می شود؟	۱۴۷
چه غذاهایی دارای کلسترول زیاد است؟	۱۴۸

روشهای پیشگیری و مبارزه با کلسترول بالاتر از نرمال انواع چربیها	۱۵۱
مقدمه	۱۵۱
چربیهای اشباع شده یا چربیهای بد	۱۵۲
چربیهای خوب یا چربیهای اشباع نشده	۱۵۴
چربیهای خوب در مقابله با فشارخون بالا	۱۵۵
انتخاب رژیم و داروی مناسب در نقاط مختلف دنیا	۱۵۸
چربیهای خوب با یک اتصال مضاعف (مونوساتوریت)	۱۶۰
اهمیت عامل مهم چربی او مگا - ۳	۱۶۱
چطور می توان از امتیازات چربی مفید او مگا - ۳ برخوردار شد؟	۱۶۲
منابع چربی او مگا - ۳	۱۶۲
توضیحاتی در مورد انواع چربیها	۱۶۳
مختصری در باره چربی مارگارین و چربی ترانس	
از نظر بهداشت غذایی	۱۶۵
در رژیم معمولی غذایی مردم معمولاً تا چه حدودی چربی	
ترانس مصرف می شود؟	۱۶۷
از نظر فنی چربی ترانس چیست؟	۱۶۸

- ۱۷۰ مقدار مجاز مصرف چربی
- ۱۷۱ عوامل شفا بخش موجود در روغنهای ماهی
- ۱۷۲ آثار شفا بخش ماهی برای بیماریهای قلبی
- ۱۷۳ چربی ماهی رسوب و انباشته شدن پلاکهای خونی را کند می کند
- ۱۷۳ از نظر مبارزه با کلسترول
- ۱۷۴ مبارزه با تری گلیسرید
- ۱۷۵ اثر روغن ماهی در کاهش فشارخون
- ۱۷۶ اثر روغن ماهی در مبارزه با آرتروز
- ۱۷۸ اثر روغن ماهی در میگرن
- ۱۷۹ تأثیر روغن ماهی در بیماران مبتلا به دیابت
- ۱۷۹ روغن ماهی به عنوان داروی احتمالی ضد سرطان
- ۱۸۱ اثر روغن ماهی در پیوند نسج و در مورد بیماری پزوریازیس
- ۱۸۷ راهنمایهای کلی برای مصرف ماهی و روغن ماهی
- توضیحی در مورد خوردن کپسولهای روغن ماهی و مکملها و
- ۱۸۸ هشدار برای ناسازگاریها و احتیاطهای لازم

- ۱۹۵ حبوبات، یک خوراک شفا بخش
- ۱۹۹ بحثی درباره عدم تحمل لاکتوز
- ۱۹۹ لاکتوز چیست؟

- ۲۰۳ ماست و نقش آن در سلامتی انسان
- ۲۰۳ چگونه ماست بر ضد اسهال عمل می کند؟
- ۲۰۴ ماست به عنوان آنتی بیوتیک طبیعی
- ۲۰۶ ماست یک عامل ضد سرطان
- ۲۰۷ ماست به عنوان ماده مومیایی و نوشداروی معده
- ۲۰۹ توصیه هایی در مورد استفاده از ماست

بخش دوم

نوشابه‌های دارویی طبیعی برای درمان تعدادی از بیماریها

فصل اول - سنگجبین‌های دارویی	۲۱۳
سکنجبین ساده	۲۱۴
سکنجبین ساده با شکر از شیخ‌الرئیس	۲۱۵
سکنجبین ساده با شکر، نسخه‌ای از محمدبن زکریا	۲۱۶
سکنجبین ساده با دوشاب	۲۱۶
طرز تهیه سکنجبین با استفاده از ترشیه‌های غیر از سرکه	
مثلاً با آب نارنج، آب لیمو، آب ریواس و...	۲۱۷
سکنجبین ساده با استفاده از سرکه کبر	۲۱۷
سکنجبین‌های معروف به بزوری که با استفاده از	
تخم گیاهان درست می‌شود	۲۱۸
نسخه‌ای دیگر برای سکنجبین بزوری با تخم گیاهان گرم	۲۱۸
نسخه‌ای دیگر برای سکنجبین بزوری	۲۱۹
نسخه‌ای برای تهیه سکنجبین بزوری سرد	۲۱۹
نسخه‌ای دیگر برای تهیه سکنجبین بزوری سرد	۲۱۹
نسخه‌ای برای تهیه سکنجبین سرد با تخم گیاهان	۲۲۰
نسخه دیگری برای تهیه سکنجبین سرد با تخم گیاهان	۲۲۰
سکنجبین معتدل با تخم گیاهان	۲۲۱
طرز تهیه	۲۲۱
نسخه دیگری برای سکنجبین معتدل با تخم گیاهان	۲۲۱
نسخه دیگری برای سکنجبین معتدل	۲۲۱
نسخه دیگری برای سکنجبین معتدل که دارای همان خواص است	۲۲۲
سکنجبین عنابی	۲۲۲
سکنجبین مهمل	۲۲۳
سکنجبین مهمل صفر	۲۲۳
نسخه دیگری برای تهیه سکنجبین مهمل صفر	۲۲۳
گل‌قند یا گلنگبین	۲۲۳
سکنجبین به	۲۲۴

۲۲۴	سکنجین به و لیمو
۲۲۴	سکنجین راوندی
۲۲۵	سکنجین راوندی معتدل
۲۲۵	نسخه دیگری برای سکنجین راوندی
۲۲۶	سکنجین گل سرخ
۲۲۶	سکنجین کاسنی
۲۲۶	سکنجین سیر
۲۲۷	سکنجین زرشک
۲۲۷	نسخه دیگری برای تهیه سکنجین زرشک با همان خواص
۲۲۸	نسخه دیگری برای تهیه سکنجین زرشک

فصل دوم - شربت‌ها و نوشابه‌های دارویی شفا بخش که با استفاده از

۲۲۹	میوه‌ها و گیاهان تهیه می‌شود
۲۲۹	شربت میوه‌های شیرین
۲۲۹	شربت میوه‌های ترش و شیرین
۲۳۰	نسخه دیگری برای شربت میوه‌های شیرین
۲۳۰	نسخه دیگری برای شربت میوه
۲۳۰	نسخه دیگری برای تهیه شربت میوه‌ها
۲۳۱	شربت میوه‌های ملین
۲۳۱	شربت دارچین
۲۳۱	شربت مرزه
۲۳۲	نسخه دیگری برای شربت مرزه
۲۳۲	انواع مختلف شربت آلو
۲۳۶	شربت شفا
۲۳۷	شربت مارچوبه
۲۳۷	نوشابه مارچوبه
۲۳۷	زرشک
۲۳۸	افشرد زرشک
۲۳۸	جوشانده زرشک
۲۳۸	خمیر زرشک

فهرست سیزده

۲۳۹	انواع شربتهای زرشک
۲۴۰	پوست ریشه زرشک
۲۴۱	مقدار مصرف
۲۴۲	نوشابه گل بنفشه

۲۴۳	ضمیمه ۱. فهرست تفصیلی اسامی گیاهان (مندرج در ۸ جلد)
۳۰۹	ضمیمه ۲. فهرست منابع و مآخذ

مقدمه

با تقدیم تشکر و سپاس به درگاه ایزد منان که همچنان به این حقیر توفیق ادامه خدمت عنایت فرموده است، به شکرانه این نعمت، و با توجه به استقبال شایانی که هم‌میهنان عزیز از چاپ اول معارف گیاهی فرموده‌اند، هم‌اینک که چاپ دوم این کتابها آغاز می‌شود، موقع را مغتنم شمرده و جلد هشتم مجموعه معارف گیاهی را نیز به عنوان تکمله تهیه و تقدیم می‌نماید.

در جلد هشتم ضمن انتشار فهرست کاملی از کلیه اسامی فارسی، عربی و محلی گیاهان مندرج در هشت جلد که برای سهولت مراجعه ضروری به نظر رسید، مطالب جدید جالبی در دو بخش ارائه می‌شود:

۱. تحقیقات جدید علمی بین‌المللی در باره مبانی علمی و فنی درمان تعدادی از بیماریها با گیاهان و مواد و خوراکیهای طبیعی و چگونگی تأثیر مواد فعال شیمیایی موجود در آنها برای مبارزه با عوامل بیماری‌زا؛

۲. توصیه‌هایی از منابع پرارزش طب سنتی ایران در مورد درمان بیماریها، با نوشابه‌های طبیعی و طرز تهیه آنها.

نکته قابل ذکر در اینجا این است که خواص و تأثیر شفابخش گیاهان دارویی و مواد و خوراکیهای طبیعی مندرج در این جلد و سایر جلدهای معارف گیاهی برای پیشگیری و درمان بیماریها بر مبنای معتبرترین منابع علمی است و در تحقیقات علمی انجام شده توسط محققان و دانشمندان مراکز تحقیقاتی مختلف جهان بارها و بارها مورد تأیید قرار گرفته و عملاً اثر شفابخش آنها در درمان بیماریها به تجربه رسیده است. مع‌هذا توجه فرمایند که این اطلاعات بسیار ارزشمند به هر حال جان‌شنین پزشک نیست. و توصیه می‌شود اشخاصی که از نوعی بیماری رنج می‌برند حتماً به پزشک متخصص مراجعه فرمایند. زیرا بیماریها اغلب با پیچیدگیهایی همراه‌اند و تنها توجه به

علائم ظاهری بیماری، شخص را بی‌نیاز از مراجعه به پزشک حاذق و متخصص و با حوصله برای تشخیص قطعی بیماری و انواع پیچیدگیهای آن نمی‌کند. البته پس از آن با صلاحدید پزشک و نظر متخصص گیاه درمانی از این امکانات طبیعی که قطعاً بهترین نتایج را برای درمان بیماری خواهد داشت می‌توان با اطمینان استفاده نمود. امید است که این خدمات ناچیز کماکان مورد توجه و عنایت ارباب خرد و دانش قرار گیرد و در صورت برخورد با کمپها و کاستیها، بسیار سپاسگزار خواهم بود که خوانندگان عزیز نظریات صائب خود را برای ادامه این خدمت به این حقیر منتقل فرمایند.

حسین میرحیدر

۱۳۷۴ هجری شمسی