



اسرار دمنوش

آذر مهمانواز

حسینعلی رحیمی درآباد

سرشناسه	: مهمانواز، آذر، ۱۳۵۳ -
عنوان و نام پدیدآور	: اسرار دمنوش ها/ آذر مهمانواز، حسینعلی رحیمی درآباد.
مشخصات نشر	: کرج: آوای آرامش، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۸۶ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۲۷-۵۳-۵
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: جوشانده های گیاهی -- مصارف درمانی
موضوع	: Herbal teas -- Therapeutic use
موضوع	: اخلاط چهار گانه
موضوع	: Four-fold humoures*
موضوع	: جوشانده های گیاهی -- مصارف درمانی
موضوع	: Tea-- Therapeutic use
شناسه افزوده	: رحیمی درآباد، حسینعلی، ۱۳۴۵ -
رده بندی کنگره	: ۶۶۱/۶۹۱ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۶۱۵/۳۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۶۰۸

اسرار دمنوش ها

آذر مهمانواز - حسینعلی رحیمی درآباد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۲۷-۵۳-۵

طراح و صفحه آرا: ساناز نورانی آتشگاه

قیمت چاپ: ۱۵۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

انتشارات آوای آرامش

فهرست

۷	 مقدمه
۹	 فصل اول
۹	 طبع ها مزاج ها
۱۰	 طبع ها و مزاج ها
۱۰	 ویژگی های افراد صفراوی (مزاج گرم و خشک)
۱۰	 نشانه های غلبه صفرا
۱۱	 غذاهای مضر برای افراد صفراوی مزاج
۱۱	 غذاهای مفید برای افراد صفراوی مزاج
۱۲	 ویژگی های افراد دموی (مزاج گرم و تر)
۱۳	 نشانه های غلبه خون
۱۳	 غذاهای مضر برای افراد دموی
۱۳	 غذاهای مفید برای افراد دموی
۱۴	 ویژگی های افراد بلغمی (مزاج سرد و تر)
۱۴	 نشانه های غلبه بلغم
۱۵	 غذاهای مضر برای افراد بلغمی
۱۶	 غذاهای مفید برای افراد بلغمی
۱۶	 ویژگی های افراد سوداوی (مزاج سرد و خشک)
۱۷	 نشانه های غلبه سودا
۱۷	 غذاهای مضر برای افراد سوداوی
۱۸	 غذاهای مفید برای افراد سوداوی
۱۸	 ویژگی های افراد دارای طبع گرم
۱۹	 ویژگی های افراد دارای طبع سرد
۱۹	 ویژگی های افراد دارای طبع معتدل
۲۱	 فصل دوم
۲۱	 چای و خواص آن
۲۲	 چای و خواص آن
۲۲	 تاریخچه چای در ایران
۲۲	 انواع چای
۲۲	 خواص چای
۲۳	 نکاتی در مورد چای
۲۴	 تهیه انواع چای
۲۸	 فصل سوم

۲۸	انواع دمنوش
۲۹	انواع دمنوش
۲۹	دمنوش آلبالو
۲۹	دمنوش آووکادو
۲۹	دمنوش آویشن (پودنه کوهی)
۳۱	دمنوش اسطوخودوس (لاوندر)
۳۲	دمنوش اسفرزه
۳۴	دمنوش افیمون
۳۴	دمنوش اقاقیا (آکاسیا)
۳۴	دمنوش آلبیتوس
۳۵	دمنوش آنا
۳۶	دمنوش بجدان روم
۳۷	دمنوش انیسون بادیان سی - زنیان
۳۸	دمنوش بابا آدم
۳۹	دمنوش بابونه
۴۰	دمنوش بادرنجبویه (ملیس)
۴۱	دمنوش بارهنگ
۴۲	دمنوش برگ بو (مازیون - سارج همدانی)
۴۲	دمنوش برگ توت فرنگی
۴۳	دمنوش برگ چغندر
۴۳	دمنوش برگ درخت زبان گنجشک
۴۴	دمنوش برگ زیتون
۴۴	دمنوش برگ شاه پسند
۴۵	دمنوش برگ مو
۴۵	دمنوش بهار نارنج
۴۶	دمنوش به
۴۶	دمنوش به لیمو
۴۶	دمنوش بیدمشک
۴۷	دمنوش پوست پرتقال
۴۷	دمنوش پونه
۴۷	دمنوش پیچ امین الدوله (یاس)
۴۸	دمنوش تخم کتان
۴۸	دمنوش ترب
۴۹	دمنوش ترخون

۴۹	دمنوش جعفری
۵۰	دمنوش جو
۵۱	دمنوش جوزهندی
۵۲	دمنوش جینسینگ (نوش دارو)
۵۳	دمنوش چلتوک برنج
۵۳	دمنوش خرفه (پربین)
۵۴	دمنوش خولنجان (خسرودارو)
۵۴	دمنوش دارچین
۵۵	دمنوش رازیانه (بادیان)
۵۶	دمنوش رزاری (اکلیل کوهی)
۵۸	دمنوش ساس
۵۸	دمنوش ریحان
۵۸	دمنوش ریواس
۵۹	دمنوش زرشک
۶۰	دمنوش زعفران
۶۰	دمنوش زغال اخته
۶۱	دمنوش زوفا
۶۲	دمنوش زیرفون
۶۲	دمنوش زنجبیل
۶۳	دمنوش زیره سبز
۶۳	دمنوش زیره سیاه
۶۴	دمنوش سرخارگل (اکیناسه)
۶۵	دمنوش سنا
۶۶	دمنوش سنبل الطیب (علف گربه)
۶۷	دمنوش سیاهدانه
۶۸	دمنوش شاه تره
۶۹	دمنوش شاه توت
۶۹	دمنوش شیرین بیان
۷۰	دمنوش شوید
۷۱	دمنوش شیر، برگ و پوست درخت توس (غان)
۷۱	دمنوش عناب
۷۲	دمنوش غوره
۷۲	دمنوش فاونیا
۷۲	دمنوش فلفل سیاه

۷۳	دمنوش فلوس (خرنوب هندی - خیارشیر)
۷۳	دمنوش قاصدک (طرخشقون)
۷۴	دمنوش قدومه شیرازی
۷۵	دمنوش قره قات
۷۶	دمنوش قهوه سبز
۷۶	دمنوش کاسنی (گل قاصدک)
۷۸	دمنوش کاکل ذرت
۷۹	دمنوش کاکوتی
۷۹	دمنوش کرفس
۸۰	دمنوش گبرفرنگی (آرتیشو)
۸۰	دمنوش گل
۸۱	دمنوش گلپر
۸۱	دمنوش گل پارسک
۸۱	دمنوش گل خندی
۸۲	دمنوش گل سرخ (گل - حمد)
۸۳	دمنوش گل نسترن
۸۳	دمنوش گل همیشه بهار
۸۴	دمنوش لیموترش
۸۵	دمنوش مارچوبه
۸۶	دمنوش مازو
۸۶	دمنوش مامیران کبیر (مرمیران - زردچوب)
۸۷	دمنوش مرزنگوش
۸۷	دمنوش مرزه
۸۷	دمنوش مریم گلی (مریمی)
۸۹	دمنوش میخک
۸۹	دمنوش نعناع

مقدمه

در طب سنتی ایرانی، برای درمان بیماری های مختلف و حفظ تندرستی، راهکارهایی وجود دارد که یکی از آنها بهره گیری از گیاهان دارویی است. لازمه استفاده درست از این روش، شناخت شکل، ظاهر، خواص گیاهان و شناخت طبایع چهارگانه ای است که هر یک از انسانها به تبع ساختمان وجودی و وراثت از آن برخوردارند.

اگر بدون شناخت طبع بدن، اقدام به درمان با گیاهان دارویی کنیم، نه تنها ممکن است به نتیجه دلخواه نرسیم، بلکه بسا که آسیب های جدی به بدن خود وارد کنیم. چرا که درمان با طب سنتی، بر شناخت بدن بیمار استوار است و نه بیماری. بنابراین لازم است استفاده کنندگان از طب سنتی ابتدا اقدام به شناخت خویش نمایند و سپس از این داروها کمک بگیرند. راه حل دیگر، استفاده از مشاوره متخصص طب سنتی است. به این ترتیب، ارائه یک راهکار کلی برای بیماری به همه افراد، کاری نادرست است که درمانگر را به نتیجه مطلوب می رساند.

در این کتاب، ابتدا به ارائه طبایع چهارگانه (بمطابق خلاصه) می پردازیم، سپس خواص درمانی بعضی از گیاهان را معرفی می نماییم.

یکی از شیوه های استفاده از این گیاهان دارویی، مصرف دهنوش هاست که اساس محتوای این کتاب را تشکیل می دهد. امید است مطالب ارائه شده، برای همتاگان و قایل استفاده باشد.