

فرهنگ گیاهان دارویی

انتشارات فرشتگان

سال ۱۳۹۷

Email: torshnegan@yahoo.com

سرشناسه : گوهری تهرانی، سیدماشاءالله، ۱۳۱۶ -

عنوان : فرهنگ گیاهان دارویی

نام پدیدآور : پژوهش و تألیف سیدماشاءالله گوهری تهرانی.

مشخصات نشر : تهران: فرشتگان، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری : ۵۲۸ ص: مصور (بخش رنگی).

شابک : 978-964-6647-25-1

وضعیت فهرست نویسی : فیپا

موضوع : گیاهان دارویی - واژه نامه‌ها

موضوع : Medicinal plants -- Dictionaries

رده بندی کنگره : ۱۳۹۵ گ ۹۱/۱ QK۹۹

رده بندی دهی : ۶۱۵/۳۲۱

شماره کتابشناسی ملی : ۴۴۷۲۰۶۹

ناشر : انتشارات فرشتگان.

نام کتاب : فرهنگ گیاهان دارویی

پژوهش و تألیف : سیدماشاءالله گوهری تهرانی

طرح و اجرا : خدمات فرهنگی و انتشارات فرشتگان

گروه ویرایش : زهرا سعیدبهر. نگین قدی. دانش آموزگار

نظارت فنی و هنری : مسعود مستقیم

حروف نگاری : لیلا یارمحمدی

طرح روی جلد : مجتبی احمدی

چاپ اول : ۱۳۹۷

شمارگان : ۱۰۰۰ نسخه

قیمت : ۴۰۰۰۰ تومان

لیتوگرافی : طاووس رایانه

چاپخانه : ایران مصور

میدان انقلاب. خیابان وحید نظری. شماره ۱۵۴. طبقه اول

تلفن: ۰۹۱۲۳۴۶۵۷۲۰ - ۸۸۹۶۱۹۲۲ - ۶۶۹۶۰۲۸۵

Email: fereshtegan_pub@yahoo.com

سخن مؤلف

کتابی که اکنون شما را در مشاهده می‌فرمایید نتیجه‌ی زحمات و نوشتن بیش از ده‌ها مقاله درباره‌ی بیماری‌های شناخته شده، گیاهان دارویی و طب سنتی جهان به‌ویژه ایران بوده که مدت‌ها قبل به رشته‌ی تحریر درآمده و اکنون به‌صورت یک کتاب جامع در اختیار شما دوستداران طب سنتی قرار می‌گیرد.

انگیزه و دلیل عمده‌ی این کار تشویق‌ها و نامه‌های محبت‌آمیز شما دوستان از سراسر کشور و حتی کشورهای همجوار، مسئولین روزنامه‌های معتبر استانی و البته اصرار فرزندانم بوده است. هرگاه به موضوع نگارش کتاب فکر می‌کردم توانایی این عمل را در خود نمی‌دیدم، تا آنکه با تکیه بر همکاری و همراهی فرزندان، سید مریم و سید مجتبی، که خود در حال حاضر از متخصصان گیاهان دارویی هستند، تصمیم گرفتم دست به این اقدام جسورانه بزنم و این کتاب را با نام "فرهنگ گیاهان دارویی" برای انتشار آماده کنم.

دیگر غروب عمر رسیده است. امید است که این کار خشنودی خانواده و رضایت مردم این سرزمین کهن را به همراه داشته باشد.

از دوستانی که پیگیر مطالب من بوده‌اند، مدیران روزنامه‌های محلی چون حدیث کرمان، بیداری، کرمان امروز و ... که همیشه بنده را یاری نمودند و از انتشارات محترم فرشتگان که با دقت و تیزبینی حاصل عمر مرا به کتابی ارزنده تبدیل کردند، کمال تشکر را دارم.

پیشگفتار

طب سنتی طبق بانیه سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۷۸ مجموعه‌ای از علوم نظری و عملی است که در تشخیص، پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی، ذهنی یا ناهنجاری‌های اجتماعی به کار می‌رود و به صورت گفتاری یا نوشتاری از نسلی به نسل دیگر انتقال یافته است.

در سال ۲۰۰۲ این سازمان در بازتعریف طب سنتی آن را به طب سنتی چین، آیورودای هندی، طب یونانی، عربی و به طور کلی اشکال مختلف طب بومی اطلاق و روش‌های درمانی این طب را دارویی (استفاده از گیاهان، اجزاء حیوانی و معدنی) و غیردارویی (طب سوزنی، ماساژ و درمان‌های روحی و روانی) معرفی کرده است. طب سنتی در ایران قدمتی سه هزار ساله دارد و اعتبارش را از نام حکیمانی چون ابن سینا، رازی، سید اسماعیل جرجانی، علی بن عباس اهوازی و عمادالدین محمود شیرازی به دست آورده است که قرن‌ها شرق و غرب جهان را از دانش خود بهره‌مند ساختند.

در یک نگاه کلی توجه به نکات زیر جهت تندرستی و شادابی بسیار کارآمد و کارساز است: اول، رعایت بهداشت اعم از بهداشت شخصی و بهداشت مواد غذایی.

دوم، عادت‌های صحیح غذایی از جمله رعایت سادگی و اختصار در خورد و خوراک.

سوم، مصرف صحیح دارو و درمان مناسب و درست با دستور و توصیه‌ی حکیم.

استفاده از گیاهان دارویی مبتنی بر سه قانون است: اول، انتخاب کیفیت دارو، یعنی خواص ویژه‌ی هر گیاه. دوم، کمیت آن، به معنی تجویز مقدار لازم، بسته به شرایط خاص و معین بیمار. سوم، تنظیم زمان صرف دارو در ساعت‌های منظم و دفعات مشخص.

کتاب پیش رو با بررسی دقیق گیاهان دارویی و تجربه‌ی تأثیر آن‌ها بر بسیاری از بیماری‌های شایع، نسخه‌هایی تهیه و پیشنهاد می‌کند که بیماران را به طور عموم در جهت بازیابی سلامت خود یاری رساند. طبیعی است که بنا بر کیفیت بیماری و وضعیت هر بیمار میزان تأثیر و آهنگ بهبود متفاوت خواهد بود و خوانندگان محترم توجه دارند که نسخه‌ها و میزان تجویز آن‌ها در حد متعارف تنظیم شده است و در صورتی که بیمار به نتیجه‌ی دلخواه نرسید، برای رسیدن به بهبود کامل لازم است جزئیات بیماری خود را با حکیم مجرب و درمانگر متخصص در میان بگذارد و درمان تکمیلی را از او بخواهد و به تغییر خودسرانه‌ی روش‌های درمان نپردازد. امید است که تجویزها و راهکارهای این کتاب به کاهش بیماری و عوارض جانبی آن منجر شود.

فهرست مطالب

۱۷	آرتیشو
۲۰	آغوزه
۲۲	آویشن کوهی
۲۴	اُترج
۲۶	آریسا
۲۸	اسپَرزه
۳۱	اُسطوخودوس
۳۴	آه مناج
۳۶	اُکالیپتوس
۳۸	انار
۴۲	انبه
۴۴	آنجهار
۴۶	آنجدانِ رومی
۴۸	انجیر
۵۲	آنزروت
۵۴	انگور
۵۷	انگورِ فرنکی
۵۹	آنیسون
۶۱	بابونه
۶۵	بادام تلخ
۶۸	بادام شیرین
۷۱	بادرنجبویه
۷۳	بادمجان
۷۵	بادیان
۷۸	بارهنگ

۸۱	بالنگ
۸۳	بامیه
۸۶	برنگ کابلی
۸۸	بسفایج
۹۰	بلوط
۹۳	بلبله
۹۵	بنه
۹۸	بومادران
۱۰۱	به
۱۰۴	بهارنارنج
۱۰۷	به لیمو
۱۰۹	بهمن پیچ
۱۱۱	بهمن سرخ و سهد
۱۱۴	بید
۱۱۶	بیدخشت
۱۱۸	بیدمشک
۱۲۲	پرتقال
۱۲۵	پرسیاوشان
۱۲۷	پسته
۱۲۹	پنیرک
۱۳۱	پیاز
۱۳۶	پیاز غنضل
۱۳۸	تاج ریزی
۱۴۰	تخم شربتی
۱۴۲	ترب سیاه
۱۴۵	ترنجبین
۱۴۷	ترنج سودا
۱۴۹	تره

۱۵۲	تمشک
۱۵۵	توت سفید
۱۵۷	توت فرنگی
۱۶۰	تیول
۱۶۲	جاوشیر
۱۶۴	جدوا
۱۶۷	جنتیانان
۱۶۹	جو دو سر
۱۷۱	جوانه‌ی گندم
۱۷۴	چای - ش
۱۷۷	چای سبز
۱۸۰	چای سید
۱۸۳	چای سیاه
۱۸۵	چای کوهی
۱۸۷	چغندر لبویی
۱۸۹	چلغوزه
۱۹۱	حَمَاض
۱۹۴	حنا
۱۹۷	حَنْظَل
۱۹۹	خارخسک
۲۰۱	خاکشیر
۲۰۴	ختمی درشت
۲۰۷	خَرْدَل سیاه
۲۰۹	خَرْدَل قهوه‌ای
۲۱۱	خرزهره
۲۱۳	خُرفه
۲۱۵	خرما
۲۲۰	خرمالو

۲۲۳	خشخاش سفید
۲۲۵	خولنجان
۲۲۷	خون سیاوشان
۲۲۹	خیار سبز
۲۳۲	هارچین
۲۳۶	دارفلفل
۲۳۸	درمنه
۲۴۰	دُم اسب
۲۴۲	دُک
۲۴۵	راکت
۲۴۸	روغن زیتون
۲۵۱	ریحان سبز
۲۵۳	ریواس
۲۵۶	زاج
۲۵۷	زالزالک
۲۶۱	زبان گنجشک
۲۶۳	زردآلو
۲۶۶	زردچوبه
۲۶۸	زرشک سیاه
۲۷۱	زرشک بی دانه
۲۷۱	زعفران
۲۷۴	زنجبیل شامی
۲۷۶	زنجبیل هندی
۲۷۸	زنیان
۲۸۰	زیره ی سیاه
۲۸۲	سیستان
۲۸۵	شُداب
۲۸۷	سرکه ی انگور

۲۸۹	سرو کوهی
۲۹۱	سَقَز
۲۹۳	سماق
۲۹۵	سَنَا
۲۹۷	سُنْبُل الطیب
۲۹۹	سنجد
۳۰۱	سورَنجان
۳۰۳	سیاه دانه
۳۰۵	سیب درختی
۳۰۸	سیب رخی
۳۱۱	سِر
۳۱۵	شاه بلو
۳۱۸	شاه تره
۳۲۰	شاه توت
۳۲۳	شَقَاقِل
۳۲۵	شکر تیغار
۳۲۸	شَلتوک
۳۳۰	شلغم
۳۳۲	شوید
۳۳۴	شیرخشت
۳۳۶	شیرین بیان
۳۴۰	صمغ عربی
۳۴۲	طالبی
۳۴۴	طباشیر (تباشیر)
۳۴۶	عاقِر قَرَحَا
۳۴۸	عدس
۳۵۰	عروسک پشت پرده
۳۵۲	عَنَاب

۳۵۴	غار یقون
۳۵۶	غازیاقی
۳۵۹	فلوس
۳۶۱	فوفل
۳۶۳	قُدومیهی شیرازی
۳۶۵	قرص کمر
۳۶۷	قرّه قاط
۳۶۹	قهوه
۳۷۲	کاشنی
۳۷۴	کاشنی زرد
۳۷۶	کافور
۳۷۸	کامبوچا
۳۸۱	کاهو
۳۸۳	کبابه‌ی چینی
۳۸۵	کَبَر
۳۸۷	کتیرا
۳۸۹	کدو حلوائی
۳۹۱	کرچک
۳۹۳	کرفس
۳۹۵	کف دریا
۳۹۶	کفیر
۳۹۹	کلپوره
۴۰۱	کلم پیچ
۴۰۳	کُنار
۴۰۵	گردو
۴۱۰	گریپ فروت
۴۱۲	گز انگبین
۴۱۵	گز علفی

۴۱۷	گزنه
۴۲۰	گشنیز
۴۲۲	گللابی
۴۲۴	گل ارمنی
۴۲۵	گل بنفشه
۴۲۷	گلرنگ
۴۲۹	گل زوفا
۴۳۱	گل ساعتی
۴۳۳	گل سرخ
۴۳۵	گل گاهان
۴۳۸	گل گندم
۴۴۰	گلنار فاسی
۴۴۲	گل نیلوفر آبی
۴۴۴	گنه گنه
۴۴۶	گوجه فرنگی
۴۴۹	گیلاس
۴۵۲	لوبیا سبز
۴۵۴	لیموترش
۴۵۹	مارچوبه
۴۶۱	ماش
۴۶۳	ماهی سمنقور
۴۶۵	مُخَلَّصَه
۴۶۷	مَرَزَنگوش
۴۶۹	مُرَّ مَکی
۴۷۱	مَصطَکی
۴۷۳	مُقَلَّ آرزق
۴۷۵	مورد
۴۷۷	موز

۴۸۰		موسیر
۴۸۲		میخک هندی
۴۸۴		نارنج
۴۸۷		نخود
۴۸۹		وج
۴۹۱		هل باد
۴۹۳		هل سبز
۴۹۵		هلو
۴۹۸		ه ایله زود
۵۰۰		ه ایله سیاه
۵۰۲		هیشته
۵۰۴		هندوان
۵۰۷		نمایه ی گیاهار
۵۱۴		نمایه ی بیماری ها