

میوه درمانی

گردآورنده: فرشته مهری

www.ketab.irr

سرشناسه: مهری، فرشته

عنوان و نام پدیدآور: میوه درمان / تألیف: فرشته مهری

مشخصات نشر: قم، آیدنگ، ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری: ۱۲۸ ص

شابک: ۲۵۰۰ ریال ISBN ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۷۳۴-۹-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: میوه‌ها

موضوع: مصارف درمانی

موضوع: الف‌عنوان

رده بندی کنگره: ۹ م ۷ / ۲۳۷ RM

رده بندی دیویی: ۶۱۳/۲۶

شماره کتابشناسی ملی: ۱۸۲۴۷۳۰



□ گردآورنده: فرشته مهری

□ نام کتاب: میوه درمانی

□ نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۲

□ چاپ: دژ

□ ناشر: آیدنگ

□ تیراژ: ۲۵۰۰ جلد

□ شابک: ۲۵۰۰-۹۳۷۳۴-۹-۲ ISBN ۹۷۸-۶۰۰

□ قیمت: ۲۵۰۰ تومان

مرکز پخش: قم - خیابان ۱۵ خرداد، روبروی دانشگاه آزاد، کوچه ۸، پلاک ۲۰

همراه: ۰۹۳۷۵۹۷۴۴۷۳

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ می‌باشد.

فهرست مطالب

۱۱		مقدمه
۱۳		خواص نارنج
۱۳		خواص درمانی
۱۴		هویج
۱۶		خواص درمانی
۱۶		سیب
۱۷		خواص شیمیائی
۱۸		خواص داروئی
۲۰		خواص سیب ترش
۲۰		زیان های سیب
۲۱		پرتقال
۲۲		ترکیبات شیمیایی
۲۳		انواع پرتقال
۲۳		خواص درمانی
۲۵		آناناس
۲۶		ترکیب شیمیایی
۲۶		کاربرد دارویی آناناس
۲۷		انجیر
۲۸		دید کلی
۲۹		مشخصات گیاه شناسی
۲۹		خواص دارویی انجیر
۳۴		مضرات
۳۴		خرید و نگهداری انجیر

۳۵	انار
۳۵	ارزش غذایی
۳۶	اثرات درمانی
۳۷	انگور
۳۹	خواص درمانی
۴۱	به
۴۲	خواص درمانی
۴۳	انتخاب و انبار
۴۳	آماده سازی
۴۳	تمبر هندی
۴۴	مشخصات
۴۵	مصارف خوراکی
۴۶	مصارف دارویی
۴۶	توت
۴۷	خواص توت سفید
۴۸	توت فرنگی
۵۰	زردآلو
۵۱	خواص دارویی
۵۱	خواص درمانی هسته و برگ درخت زردآلو
۵۲	خرمالو
۵۳	خرما
۵۵	مشخصات
۵۶	ترکیبات شیمیایی
۵۷	خواص و کاربردهای خرما

۵۸.....	خرما و سرطان
۵۸.....	مصارف خانگی خرما
۶۰.....	نکاتی در مورد خرما
۶۱.....	زیتون
۶۲.....	خواص درمانی زیتون
۶۳.....	تأثیر روغن زیتون در بهبود جریان خون
۶۴.....	سودمندی‌ها
۶۵.....	زیان‌ها
۶۵.....	شلیل
۶۷.....	طالبی
۶۷.....	فواید تغذیه‌ای طالبی
۶۸.....	انتخاب طالبی
۶۹.....	خواص درمانی کرمی طالبی
۷۰.....	احتیاط‌های لازم در مصرف طالبی
۷۰.....	لیموترش
۷۰.....	خواص درمانی
۷۶.....	خواص درمانی
۸۱.....	لیمو شیرین
۸۱.....	خواص لیمو شیرین
۸۳.....	خواص درمانی لیمو شیرین
۸۳.....	ارزش غذایی لیموشیرین
۸۴.....	ترکیبات لیمو شیرین
۸۵.....	چرا لیموشیرین، تلخ است؟!
۸۵.....	موز

۸۶		کسی که بخواهد چاق شود موز بخورد!!!
۸۸		خواص داروئی
۸۹		درمان طبیعی زخم معده
۹۰		ترکیبات شیمیایی
۹۱		کیوی
۹۲		پادزهر سیگار؟!
۹۳		چهار مرتبه خوردن کیوی در روز توصیه می‌شود!
۹۴		خواص درمانی
۹۶		در خانه و آشپزخانه
۹۶		متلایان به سنگ کلیه و صفرا، کیوی نخورند!!!
۹۷		نارگیل
۹۷		قسمت‌های قابل استفاده
۹۸		فواید قسمت‌های مختلف درخت نارگیل
۹۹		اثرات درمانی
۱۰۱		چند نکته
۱۰۲		فواید روغن نارگیل برای سلامتی
۱۰۶		نارنگی
۱۰۷		ارزش تغذیه‌ای
۱۰۷		تاثیر در سلامتی
۱۰۸		خواص درمانی
۱۰۸		خواب خوش با نارنگی
۱۰۹		گلایی
۱۱۰		خواص درمانی گلایی
۱۱۳		تذکر

- ۱۱۳..... گریپ فروت
- ۱۱۶..... سایر خواص غذایی و درمانی گریپ فروت
- ۱۱۷..... هلو
- ۱۱۸..... مضرات
- ۱۱۹..... ترکیبات شیمیایی
- ۱۲۰..... خواص دارویی
- ۱۲۱..... گیلاس
- ۱۲۲..... استفاده از گیلاس
- ۱۲۲..... فواید گیلاس
- ۱۲۳..... ارزش غذایی گیلاس
- ۱۲۴..... راهنمای های تغذیه ای
- ۱۲۴..... خواص درمانی و غذایی گیلاس
- ۱۲۵..... آلبالو
- ۱۲۶..... خواص مشترک آلبالو و گیلاس

مقدمه:

سبزی‌ها و میوه‌ها تنها منابعی هستند که دارای آهن و املاح معدنی و ویتامین‌ها هستند، و این مواد برای دستگاه بدن ما علیه اختلالات غذایی لازم هستند و از همین منبع است که آهن و املاح معدنی آن قابل گوارش و جذب در بدن است.

آهن و املاح معدنی و ویتامین‌هایی که در سبزی‌ها و میوه‌ها وجود دارد آمیخته و همراه است با سلولز، تانن، انواع سقز، پکتین، اسیدها و روغن‌های مایع اصلی، که در طب خواص درمانی آن‌ها مدت‌هاست شناخته و معروف شده‌است. در صنایع داروسازی، این مواد را از انواع سبزی‌ها و میوه‌ها استخراج می‌کنند و آن را در مرحله درمان انواع بیماری‌ها به کار می‌برند. اکتشافاتی که با پنی سیلین و تیروئیدین و آنتی بیوتیک‌های دیگر که در اصل نباتی هستند به عمل آمده‌است. دانشمندان و پزشکان را وادار کرده‌است اسرار گیاهان دارویی را کشف کنند. در آمریکا آزمایشگاه‌های مجرب و علمی بنیان‌گذاری شده و دانشمندان شب و روز در این لابراتوارها درباره خواص غذایی و درمانی سبزی‌ها و میوه‌ها پژوهش و آزمایش می‌کنند و هر روز ساعتی به یکی از اسرار پوشیده طبیعت پی می‌برند که هر یک از آن اسرار برای جامعه بشری موجب عجاز و شگفتی است.