

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

خواص درمانی عرقیات

دمنوش‌ها، آبمیوه‌ها، و شربت‌های

گیاهی

تألیف: اسلام مصطفوی

سرشناسه: مصطفوی، اسلام، ۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور: خواص درمانی عرقیات گیاهی، دمنوش‌ها، آبمیوه‌ها و شربت‌ها/مؤلف اسلام مصطفوی.

مشخصات نشر: تهران: یاس بهشت، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص.: مصور.

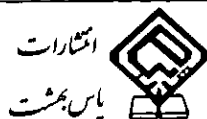
شابک: 978-964-9916-57-6

وضعیت فهرست نویسی: فیپا موضوع: آشامیدنی‌ها -- مصارف درمانی

موضوع: عرقیات -- مصارف درمانی موضوع: آب میوه -- مصارف درمانی

رده بندی کنگره: ۱۳۹۲ ۹ خ ۶ م ۲۳۹ RM رده بندی دیویی: ۶۱۵/۳۱

شماره کتابشناسی ملی: ۳۲۳۶۷۲۲



خلاص درمان عرقیات

دمنوش‌ها، آبمیوه‌ها و شربت‌های گیاهی

اسلام مصطفوی

یاس بهشت

اول ۱۳۹۲

۹۷۸-۹۶۴-۹۹۱۶-۵۷-۶

۱۵۰۰ نسخه

به‌آوران

۱۲۰۰۰ تومان

مؤلف:

ناشر:

نوبت چاپ:

شابک:

تیراژ:

چاپ:

قیمت:

خیابان انقلاب - روبروی دانشگاه تهران - خیابان فخر رازی - کوچه فاجی داریان

پلاک ۱۴ واحد ۴ تلفن: ۶۶۴۸۴۶۶۷ - ۶۶۴۸۱۴۵۸ - ۰۹۱۲۳۲۰۳۲۲۵

www.yasebehesht.ir

فهرست مطالب

۲۹.....	عرق پنیرك	۹.....	پیشگفتار
۳۰.....	عرق پونه	۱۰.....	مقدمه
۳۱.....	عرق جعفری		فصل اول
۳۲.....	عرق چنار	۱۳.....	عرق گیاهان دارویی
۳۳.....	عرق خارخاسك	۱۵.....	عرق آویشن
۳۴.....	عرق خارشتر	۱۶.....	عرق بابا آدم
۳۵.....	عرق ختمی	۱۷.....	عرق بابونه
۳۶.....	عرق خرفه	۱۸.....	عرق بادرنجبویه
۳۷.....	عرق رازیانه	۱۹.....	عرق بارهنگ
۳۸.....	عرق ریحان	۲۰.....	عرق بالنگ
۳۹.....	عرق زرشك	۲۱.....	عرق برگ گردو
۴۰.....	عرق زنیان	۲۲.....	عرق برنجاسف
۴۱.....	عرق زیره	۲۳.....	عرق بنفشه سه رنگ
۴۲.....	عرق سیر	۲۴.....	عرق بهارنارنج
۴۳.....	عرق شاهتره	۲۵.....	عرق بومادران
۴۴.....	عرق شنبلیله	۲۶.....	عرق بولاغ اوتی
۴۵.....	عرق شوید	۲۷.....	عرق بید
۴۶.....	عرق شیرین بیان	۲۸.....	عرق بیدمشك

۷۷.....دمنوش توت فرنگی	۴۷.....عرق غازباغی
۷۸.....دمنوش توق	۴۸.....عرق کاسنی
۷۹.....دمنوش خارشتر	۴۹.....عرق کاکوتی
۸۰.....دمنوش ختمی	۵۰.....عرق گاوزبان ایرانی
۸۱.....دمنوش خربزه	۵۱.....عرق گل سرخ (گلاب)
۸۲.....دمنوش خرفه	۵۲.....عرق گشنیز
۸۳.....دمنوش درمنه دشتی	۵۳.....عرق گزنه
۸۴.....دمنوش دم اسب	۵۴.....عرق مرزه
۸۵.....دمنوش کاکل ذرت	۵۵.....عرق نعناع
۸۶.....دمنوش رزمارینوس، اکلیل کوهی	۵۶.....عرق یونجه
۸۷.....دمنوش ریشه صابونی	فصل دوم
۸۸.....دمنوش ریواس، ریوند	۵۷.....دمنوش های گیاهی
۸۹.....دمنوش روناس	۶۱.....دمنوش آذخر، علف لیمو
۹۰.....دمنوش زالزالک	۶۲.....دمنوش ارزن
۹۱.....دمنوش زرد آلو	۶۳.....دمنوش آفتابگردان
۹۲.....دمنوش زردچوبه	۶۴.....دمنوش آلبالو
۹۳.....دمنوش زوفا	۶۵.....دمنوش برگ انگور
۹۴.....دمنوش سبیل الطیب	۶۶.....دمنوش ریشه گیاه بابا آدم
۹۵.....دمنوش گل سجد	۶۷.....دمنوش بابونه
۹۶.....دمنوش گل سیب	۶۹.....دمنوش بادرنجبویه
۹۷.....دمنوش پوست سیب زمینی	۷۰.....دمنوش بارهنگ
۹۸.....دمنوش گل شبدر قرمز	۷۱.....دمنوش بومادران
۹۹.....دمنوش گلبرگ شقایق	۷۲.....دمنوش به
۱۰۰.....دمنوش شیرین بیان	۷۳.....دمنوش پنیرک
۱۰۱.....دمنوش فلفل قرمز	۷۴.....دمنوش پونه
۱۰۳.....دمنوش قدومه کوهی	۷۵.....دمنوش تاج خروس
۱۰۴.....دمنوش گل کاسنی	۷۶.....دمنوش تمشک

دمنوش کاکوتی ۱۰۵

دمنوش کیسه کشیش ۱۰۶

فصل سوم

آبمیوه‌ها ۱۰۹

آب آرتیشو (کنگر فرنگی) ۱۱۰

آب اسفناج ۱۱۱

آب آلبالو ۱۱۲

آب انار ۱۱۳

آب انجیر ۱۱۴

آب انگور ۱۱۵

آب باقلا ۱۱۶

آب بولاغ اوتی ۱۱۷

آب پرتقال ۱۱۸

آب پیاز ۱۱۹

آب تربچه ۱۲۰

آب ترشک ۱۲۱

آب تره ۱۲۲

آب تمشک ۱۲۳

آب توت سیاه ۱۲۴

آب توت فرنگی ۱۲۵

آب جعفری ۱۲۶

آب چغندر ۱۲۷

آب خربزه ۱۲۸

آب خیار ۱۲۹

آب رازیانه ۱۳۰

آب ریحان ۱۳۱

آب زردآلو ۱۳۲

آب زرشک ۱۳۳

آب سماق ۱۳۴

آب سیب ۱۳۵

آب سیب زمینی ۱۳۶

آب سیر ۱۳۷

آب سیزاب ۱۳۸

آب غوره ۱۳۹

آب کاهو ۱۴۰

آب کرفس ۱۴۱

آب کنگر ۱۴۲

آب گریپ فروت ۱۴۳

آب گل قاصد ۱۴۴

آب گلابی ۱۴۵

آب گوجه سبز ۱۴۶

آب گوجه فرنگی ۱۴۷

آب گیلان ۱۴۸

آب لیمو ترش ۱۴۹

آب نارنج ۱۵۰

آب نارنگی ۱۵۱

آب هلو ۱۵۲

آب هندوانه ۱۵۳

آب هویج ۱۵۴

فصل چهارم

شربت‌های گیاهی ۱۵۷

شربت افیمون ۱۵۹

شربت آقطی سیاه ۱۶۰

شربت آکونیت طبی (آقونیطون) ۱۶۱

شربت آب‌الو	۱۶۲	شربت زوفا	۱۸۶
شربت انار	۱۶۳	شربت چله‌داغی	۱۸۷
شربت انجیر	۱۶۴	شربت سیب	۱۸۸
شربت انگور	۱۶۵	شربت سیر	۱۸۹
شربت بادام	۱۶۶	شربت شیربادام	۱۹۰
شربت بادرنجیه	۱۶۷	شربت شیرین بیان	۱۹۱
شربت بادیان (انیسون)	۱۶۸	شربت عناب	۱۹۲
شربت بذر هویج	۱۶۹	شربت غوره	۱۹۳
شربت بنفشه	۱۷۰	شربت قره‌قاط سیاه	۱۹۴
شربت به	۱۷۱	شربت کاکوتی	۱۹۵
شربت بولاغ اوتی	۱۷۲	شربت کرفس	۱۹۶
شربت پرتقال	۱۷۳	شربت گاوزبان ایرانی	۱۹۷
شربت پیازدشتی (عنصل)	۱۷۴	شربت گزنه	۱۹۸
شربت پیچ امین‌الدوله	۱۷۵	شربت گل سرخ	۱۹۹
شربت تخم خشخاش	۱۷۶	شربت گلایی	۲۰۰
شربت تربچه	۱۷۷	شربت لیمو	۲۰۱
شربت تمشک	۱۷۸	شربت نارنج	۲۰۲
شربت توت سیاه	۱۷۹	شربت نارنگی	۲۰۳
شربت توت‌فرنگی	۱۸۰	شربت نعناع	۲۰۴
شربت خاکشیر	۱۸۱	شربت نیلوفر	۲۰۵
شربت ختمی	۱۸۲	شربت هویج	۲۰۶
شربت زغال‌اخته	۱۸۳	شربت یونجه	۲۰۷
شربت ربواس	۱۸۴		
شربت زرشک	۱۸۵		

پیشگفتار

درمان بیماری‌های مختلف با طب گیاهی از کهن‌ترین و با سابقه‌ترین روش‌های درمانی است که انسان آن را شناخته است. طب سنتی و گیاه‌درمانی در تمامی تمدن‌ها سابقه دارد و از دیرباز جوامع بشری آن را به اشکال گوناگون به کار می‌برند.

کشور عزیزمان ایران نیز با داشتن طب سنتی با پیشینه تاریخی کهن و دانشمندانی نظیر بوعلی سینا از این قاعده مستثنا نیست. قرار گرفتن ایران در منطقه مدیترانه، که منبع عظیمی از گونه‌های گیاهی را در خود جای داده است، دلیلی دیگر بر این مدعاست. ایران با داشتن بیش از هشت هزار گونه گیاهی سرآمد کشورهای منطقه بوده و از دیرباز درمان با فراورده‌های گیاهی از روش‌های درمانی آن به شمار آمده است.

در این کتاب، سعی شده است تا با بررسی منابع مختلف موجود، مجموعه‌ای گردآوری شود که مردم بتوانند از مطالب آن به بهترین شکل استفاده کنند. از آنجایی که به جز کتاب وحی هیچ مجموعه‌ای خالی از اشکال نیست، امید است استادان، صاحب نظران و خوانندگان محترم با ارائه نظرها و پیشنهادهای سازنده ما را در هرچه بهتر شدن مطالب کتاب یاری فرمایند.

اسلام مصطفوی

تابستان ۱۳۹۱

مقدمه

کشور عزیزمان ایران دارای دو میراث ارزشمند تنوع قومی و تنوع زیستی و گونه‌های مختلف گیاهان دارویی است. طب سنتی اقوام مختلف ساکن در ایران، که به دانش پزشکی مردمی شهرت دارد، تنوع زیادی در مصرف فرآورده‌های مختلف گیاهان دارویی دارد که در این مجموعه کوشش شده است بخش‌هایی از فرآورده‌ها و نحوه مصرفشان بیان گردد.

کتاب حاضر به بررسی فرآورده‌های بیش از یکصد گیاه دارویی شفابخش می‌پردازد که در طب گیاهی کاربرد گسترده‌ای دارد. مطالب گردآوری شده در چهار بخش شامل دمنوش‌های گیاهی، آب‌میوه‌ها و سبزیجات دارویی، عرقیات دارویی و شربت‌های تهیه شده از گیاهان برای درمان بیماری‌ها فراهم آمده و در شش عنوان زیر بیان گردیده است:

۱. اسامی مصطلح فارسی

۲. نام‌های ترکی، محلی و نام علمی گیاه یا میوه مورد نظر

۳. طرز تهیه

۴. خواص درمانی

۵. میزان مصرف

۶. احتیاط در مصرف