

اسرار گیاهان دارویی

به کوشش: الهام اصلانی

عنوان کتاب	: اسرار گیاهان دارویی
مؤلف	: الهام اصلانی
مشخصات نشر	: گسترش کتاب نراقی، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری	: ۳۲۰ ص
شابک	: ۹ - ۳۲ - ۷۸۲۱ - ۶۰۰ - ۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
رצוע	: گیاهان دارویی
سرشناسه	: اصلانی، الهام، ۱۳۵۸
شماره ثبت‌شناسی	: ۳۸۱۳۲۴۳



نشر گسترش کتاب نراقی

آدرس : همدان، خیابان بوعلی پاساژ مفتون طاقچه پیرین
تلفکس : ۳۲ ۵۳ ۲۳۰۰ تلفن : ۳۲ ۵۳ ۲۲۰۰ شماره : ۵۱ : ۵۱۰۰ ۹۱۸۸۱۵
نام کتاب : اسرار گیاهان دارویی
مؤلف : الهام اصلانی
نوبت چاپ : اول ۹۴ شمارگان : ۵۰۰
شابک : ۹ - ۳۲ - ۷۸۲۱ - ۶۰۰ - ۹۷۸

قیمت : ۷۵۰۰ تومان

در این کتاب تلاش شده تا حد مقدور از خواص دارویی گیاهان به منظور آگاهی شما خواننده عزیز بیان شود تا ما هنر سالم زیستن و رمز عمر طولانی را بشناسیم. چرا که منشأ آرامش خود از طبیعت است، آن هم طبیعت بسیار زیبای ایران که علاوه بر زیبایی برای انواع و اقسام دردهای جسمی و روحی مفید است.

گیاهانی که در کوههای ایران می‌رویند و گیاهانی که در اعماق دره‌ها می‌رویند، روده‌ها همه و همگی در سلامت بدن نقش بسزایی دارند البته اگر طرز استفاده صحیح از آنها را بدانیم.

در این کتاب سعی شده است که با معرفی گیاهان، سبزیجات و ... گام مؤثری برای سلامت روحی و جسمی انسان برداشته شود و امیدوارم که بتوانم با راهنمایی‌های غیر دردی از دردهای روح و جسم هموطنانم بر دارم.

در پایان بر خود لازم می‌دانم از تمامی اساتید و عزیزانی که آثارشان مورد استفاده و استناد بوده سپاسگزاری نمایم.

مقدمه

به نام خدا

همانطور که می‌دانیم کهن دیار ما ایران سرزمینی چهار فصل و دارای دشتها، مراتع و جنگلهای سرسبز و محل رویش انواع و اقسام گاهان است. ما در کشوری زندگی می‌کنیم که طیبانی چور شیخ برنسس، بوعلی سینا پدر طب سنتی جهان و محمد زکریا رازی می‌رشته‌اند.

گیاهان نعمت‌های با ارزشی هستند که خداوند در اختیار ما انسانها قرار داده که اگر ما به ارزش آنها پی ببریم چه بسا بیماریهایی که گریبان گیر آنیم، از آن رهایی یابیم. انسان همواره جستجوگر چشمه جوانی بوده است تا به وسیله آن توانا به اکسیر جوانی دست یابد تا عمری طولانی تر همراه با سلامتی و نشاط داشته باشد.

اگر ما بتوانیم اسرار طبیعت معجزه گر را بشناسیم می‌توانیم از سلامت کامل جسمی و روحی برخوردار شویم و با تنی سالم زندگی کنیم.

فهرست

آبنوس ۲۳

آفتابگردان ۲۴

آلونه ورا ۲۸

آمله ۳۳

ارغوان ۳۵

اسطوخودوس ۳۶

اسفرزه ۳۹

۴۰ اسفند

۴۱ اشک مو

۴۱ اکالیتوس

۴۳ اکلیل کوهی

۴۵ بابونه

۴۸ بادام تلخ

۵۰ بارهنگ

۵۳ باریجه

۵۵ باقلا

۵۸ بالنک

۵۹ بامیه

۶۱ برگ بو

۶۴ بنفشه معطر

بهار نارنج ۶۸

بومادران ۷۱

بیدمشک ۷۴

پرسیاوشان ۷۶

پرنه ۷۷

پیاز ۷۸

ترخون ۸۳

ترشک ۸۵

ترنجبین ۸۶

تره ۸۷

تمرهندی ۸۸

ثعلب ۹۰

۹۱ حنا

۹۴ حنظل

۹۶ خارخک

۹۸ خاکشیر

۱۰۰ خردل

۱۰۲ خرزهره

۱۰۳ دارچین

۱۰۶ رازک

۱۰۸ رازیانه

۱۱۰ روغن بادام شیرین

۱۱۱ روغن زیتون

۱۱۲ روغن کرچک

۱۱۶ روناس

ریحان ۱۱۸

ریواس ۱۲۱

زبان گنجشک ۱۲۳

زردچوبه ۱۲۵

ز شک ۱۲۶

زعفران ۱۲۹

زفت ۱۳۲

زنجبیل ۱۳۲

زوفا ۱۳۴

زیره ۱۳۵

سپستان ۱۳۷

سداب ۱۳۸

سقز ۱۳۹

- سماق ۱۴۱
- سنا ۱۴۴
- سنبل الطیب ۱۴۵
- سنجد ۱۴۹
- سیاه آنه ۱۵۱
- سیر ۱۵۳
- شاه تره ۱۵۹
- شاه دانه ۱۶۱
- شقاقل ۱۶۵
- شنبلله ۱۶۶
- شوید ۱۶۸
- شیرخشت ۱۶۹
- شیرین بیان ۱۷۱

عدس ۱۷۴

علف چای ۱۷۹

علائ چشمه ۱۸۲

عازلی ۱۸۶

فلفل ۱۸۸

فلوس ۱۹۰

قارچ ۱۹۳

کاج وحشی ۱۹۴

کاسنی ۱۹۶

کاکل ذرت ۲۰۰

کنان ۲۰۱

کتیرا ۲۰۳

کف دریا ۲۰۴

۲۰۷ کنگر

۲۱۰ گرمک

۲۱۲ گزنه

۲۱۴ گشنیز

۲۱۸ گلپر

۲۱۹ گل خمی

۲۲۲ گلرنگ

۲۲۳ گل سرخ

۲۲۵ گل شقایق

۲۲۸ گل طاووسی

۲۲۹ گل کوفته

۲۳۰ گل گاوزبان

۲۳۳ گل همیشه بهار

گل نسترن ۲۳۶

گلیسیرین ۲۳۸

گد مک ۲۳۸

کنه کنه ۲۳۹

گیاه عشا ۲۴۰

لادن ۲۴۱

مارچوبه ۲۴۲

مرزنگوش ۲۴۵

مرزه ۲۴۸

مریم گلی ۲۵۰

مصطکی ۲۵۳

مورد ۲۵۴

میخک ۲۵۴

نعناع ۲۵۶

هل ۲۵۹

وانیل ۲۶۲

یاس ۲۶۳

عربان بیاض ۲۶۷

عرق آویسن ۲۷۱

عرق اترج ۲۷۱

عرق اسطوخودوس ۲۷۲

عرق بابونه ۲۷۲

عرق بادرنجبویه ۲۷۳

عرق برگ چنار ۲۷۳

عرق برگ زیتون ۲۷۴

۲۷۴ عرق برگ گردو

۲۷۴ عرق بهار نارنج

۲۷۵ عرق بومادران

۲۷۵ عرق بید

۲۷۶ عرق بید مشک

۲۷۷ عرق پونه

۲۷۷ عرق چهار عرن

۲۷۸ عرق چهل گیاه

۲۷۸ عرق خارخسک

۲۷۸ عرق خار شتر

۲۷۹ عرق دارچین

۲۷۹ عرق رازیانه

۲۸۰ عرق زنیان

۲۸۰ عرق زیره

۲۸۱ عرق زیره سیاه

۲۸۱ عرق سنبل الطیب

۲۸۱ عرق شاه تره

۲۸۲ عرق سنبله

۲۸۲ عرق شیرین بیان

۲۸۳ عرق شوید

۲۸۴ عرق طارونه

۲۸۴ عرق کاسنی

۲۸۵ عرق کاکوتی

۲۸۵ عرق کیالک

۲۸۵ عرق گاوزبان

۲۸۶ عرق گزنه

۲۸۷ عرق گلاب

۲۸۷ عرق مخلصه

۲۸۸ عرق مورد

۲۸۸ عرق نسترن

۲۸۹ عرق نعناع

۲۸۹ عرق هل

۲۹۰ عرق یونجه

۲۹۱ سرکه سیب

۲۹۳ دمنوش

۲۹۶ چای آلبالو

۲۹۶ چای آویشن

۲۹۷ چای اسطوخودوس

چای اکلیل کوهی ۲۹۸

چای بابونه ۲۹۹

چای بادرنجبویه ۲۹۹

چای بادرنجبویه - ریزفون ۳۰۰

چای بهار رنج ۳۰۱

چای بهیمو ۳۰۲

چای پونه ۳۰۲

چای ترش ۳۰۳

چای چلتوک برنج ۳۰۴

چای دارچین ۳۰۴

چای زرشک ۳۰۵

چای زعفران ۳۰۵

چای زنجبیل ۳۰۷

جای زیره سیاه ۳۰۸

جای زیرفون ۳۰۹

جای عناب ۳۰۹

جای غوره ۳۱۰

جای فلس ۳۱۱

جای قره قات ۳۱۱

جای کوهی ۳۱۲

جای گزنه ۳۱۳

جای گلپر ۳۱۴

جای گل پنیرک ۳۱۴

جای گل سرخ ۳۱۵

جای گل گاوزبان ۳۱۶

جای مرزن جوش ۳۱۷

۳۱۷ چای میوه گل نسترن

۳۱۸ چای نعناع

www.ketab.ir