



راهنمای شناسایی و بهره برداری گیاهان دارویی طبیعت ایران با خواص درمانی

همراه با اطلس رنگی

تألیف

مهندس شهرام مقصودی

نشر آقای کتاب

۱۳۹۷

سرشناسه	:	مقصودی، شهرام، ۱۳۵۳ -
عنوان و نام پدیدآور	:	راهنمای شناسایی و بهره‌برداری گیاهان دارویی طبیعت ایران با خواص درمانی (همراه با اطلس رنگی) / تالیف شهرام مقصودی.
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات آقای کتاب، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۸۶ ص: مصور، جدول.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۸۵۱-۰۴-۲
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبیا
یادداشت	:	واژه نامه
موضوع	:	گیاهان دارویی -- ایران
موضوع	:	Medicinal plants -- Iran
موضوع	:	گیاهان دارویی -- کاشت
موضوع	:	Medicinal plants -- Planting
موضوع	:	گیاهان دارویی
موضوع	:	Medicinal plants
موضوع	:	داروهای گیاهی
موضوع	:	Materia medica, Vegetable
موضوع	:	گیاهان دارویی -- اطلس‌ها
موضوع	:	Medicinal plants -- Atlases
رده بندی کنگره	:	Q۵۹۱.۲۱۱۶۱
رده بندی دیویی	:	۴۰۹۵۰۰۵۸۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۱۶۳۹۵۸

ناشر	:	آقای کتاب
عنوان	:	راهنمای شناسایی و بهره‌برداری گیاهان دارویی در طبیعت ایران با خواص درمانی (همراه با اطلس رنگی)
مؤلف	:	مهندس شهرام مقصودی
طرح روی جلد	:	مریم میرزاعلی
نوبت چاپ	:	اول / ۱۳۹۷
تیراژ	:	۱۰۰ جلد
قیمت	:	۴۳ هزار تومان
شماره شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۸۵۱-۰۴-۲

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هرکس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر یا مؤلف، نشر یا پخش کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مؤلف می‌باشد.

آدرس نشر و محل توزیع: تهران، میدان انقلاب، ابتدای خ وحید نظری، بن‌بست بختیاری، پلاک ۷، واحد ۱
تلفن و دورنگار: ۶۶۱۷۶۸۹۱

سایت: www.aghayeketab.ir ایمیل: Info@aghayeketab.com
www.ghazayesalem.org

"مسئولیت صحت مطالب کتاب با مؤلف می‌باشد"

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۷	پیشگفتار
۹	فصل ۱
۹	گیاهان دارویی در یک نگاه
۹	مقدمه
۱۰	تاریخچه
۱۲	شکل های مصرف گیاهان دارویی
۱۲	تفاوت بین گیاهان دارویی و داروی گیاهی
۱۲	گیاهان در ایران
۱۳	بسته بندی
۱۳	تولید و فروش گیاهان دارویی
۱۴	خطر انقراض
۱۴	طبقه بندی بر اساس اثرات
۱۴	گیاهان تلخ
۱۵	ضد التهاب
۱۵	گیاهان ضد نفخ
۱۵	گیاهان معرق
۱۵	گیاهان کاهش دهنده تعرق
۱۶	گیاهان مدر
۱۶	گیاهان خلط آور لعابدار
۱۶	گیاهان خلط آور و قی آور
۱۶	خلط آور محرک
۱۷	گیاهان ضد سرفه
۱۷	گیاهان مسهل صغرا
۱۷	گیاهان ملین و مسهل
۱۷	گیاهان مقوی قلب
۱۸	ضد آسم
۱۸	مواد آرامبخش
۱۸	ضد تصلب شرائین
۱۸	ضد قشار خون
۱۹	گیاهان معطر
۱۹	ضد انگل
۱۹	ضد دیابت
۱۹	امراض زنانه



۱۹.....	ضد استفراغ
۲۰.....	ضد تومور
۲۰.....	فهرست عوارض جانبی گیاهان دارویی
۲۴.....	گیاهان با احتمال ارتباط با واکنش های آلرژیک
۲۵.....	صدها گونه از گیاهان دارویی در دنیا در معرض خطر انقراض
۲۶.....	خطر انقراض گونه های ناب گیاهان دارویی در کشور
۲۷.....	گیاهان کوهی «دنا» در معرض انقراض
۲۹.....	گیاهان دارویی اراک در معرض انقراض
۲۹.....	گیاهان دارویی، آذربایجان در معرض انقراض
۳۰.....	گیاهان خوراکی و دارویی کردستان در معرض انقراض
۳۰.....	گیاهان دارویی فارس در معرض انقراض
۳۳.....	فصل ۲
۳۳.....	گیاه درمانی
۳۳.....	درمان گیاهی
۳۳.....	تعریف گیاه درمانی
۳۳.....	تعریف طب سنتی
۳۴.....	آموزش کاربرد گیاهان دارویی در منزل
۳۴.....	آموزش زمان صحیح برداشت محصول گیاهان دارویی
۳۶.....	آموزش روش صحیح جمع و خشک کردن گیاهان دارویی در منزل
۳۹.....	آموزش روش صحیح درست کردن داروهای گیاهی در منزل
۴۲.....	آموزش روش صحیح عرق گیری در منزل
۴۵.....	کدام گیاه برای کدام بیماری؟
۴۸.....	جدول های کاربردی داروهای گیاهی
۵۳.....	راهنمای کاربردی خواص و طریقه مصرف ۲۵ نوع از عرقیات گیاهی
۵۹.....	چکیده الفبایی خواص کاربردی ترین گیاهان دارویی
۹۲.....	با گیاهان دارویی و خواص آنها بیشتر آشنا شوید
۹۹.....	به سرت با گیاهان دستمال ببند!
۱۰۲.....	گیاهان دارویی نشاط آور و آرامش بخش
۱۰۷.....	گیاهان دارویی مفید برای ضد عفونی کردن خانه
۱۰۸.....	۱۰ گیاه دارویی که عفونت را از بدن دور می کند
۱۱۱.....	آشنایی با بهترین گیاهان دارویی
۱۱۶.....	۱۵ گیاهان دارویی ضروری برای منزل هر ایرانی
۱۱۸.....	خواص گیاهان کوهی
۱۲۱.....	خواص سایر گیاهان دارویی پر کاربرد
۱۲۵.....	نسخه های شفابخش
۱۲۶.....	داروهای مسهل، پیوست، سفتی مدفوع، دیر کار کردن شکم، اجابت مزاج سفت



داروهای ملین	۱۲۶
بیماریهای گوارشی (گاستریت، نفخ و ورم معده...)	۱۲۶
داروهای محرک معده، مقوی معده و اشتها آور	۱۲۷
داروهای ضد کرم و انگل	۱۲۸
داروهای مدر صفرا و ضد بیماریهای صفراوی و یرقان	۱۲۸
داروهای معرق	۱۲۹
داروهای مدر	۱۲۹
داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه	۱۳۰
داروهای ضد سرفه، ضد برونشیت، ضد آسم و ضد بیماریهای دیگر اندام تنفسی	۱۳۰
داروهای ضد تهوع و استفراغ	۱۳۰
داروهای ضد سنج بیماریهای دهان، حلق، لثه و دندانها	۱۳۱
داروهای محرک متابولیسم و اضافه کردن سوخت و ساز بدن	۱۳۲
دارو جهت واریس	۱۳۲
دارو جهت رفع چربی در رگها	۱۳۳
دارو جهت رفع کم خونی	۱۳۳
دارو جهت بیماری ارتروید اسکروز، تب شرایین، و گرفتگی رگها	۱۳۳
دارو جهت بی اختیاری ادرار	۱۳۳
دارو جهت باز کردن انسدادهای کبد، رطخا، و بیماریهای کبد و تقویت کبد و کیسه صفرا و غدد...	۱۳۴
داروهای مخصوص عوارض و بیماریهای زنان	۱۳۴
داروهای صاف کننده خون	۱۳۵
داروهای ضد تب و تب بر	۱۳۵
داروهای آرام بخش، مقوی قلب و اعصاب	۱۳۶
داروهای معالج بیماریهای عصبی، آرام بخش و ضد درد	۱۳۶
داروهای معالج بواسیر یا هموروئید	۱۳۷
داروهای ضد رماتیسم	۱۳۷
داروهای ضد نقرس	۱۳۸
داروهای بیماریهای پوست و مو	۱۳۸
داروهای ضد اسهال	۱۴۰
داروهای ضد دیابت - مرض قند	۱۴۰
داروهای بیماریهای قلبی	۱۴۱
داروهای ضد فشارخون بالا و پایین آورنده فشار خون	۱۴۲
داروهای ضد التهاب و درد	۱۴۳
داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه	۱۴۳
داروهای معالج بیماریهای چشم	۱۴۴
داروهای معالج زخم و سوختگی	۱۴۵
داروهای معالج استسقا و آب آوردن نسوج و اندامها - ورم	۱۴۶
داروهای بند آورنده خونریزی یا ضد خونریزی	۱۴۶



- ۱۴۶ داروهای ضد عفونی کننده و ضد باکتری، آنتی بیوتیک،
- ۱۴۷ داروهای استفرغ آور
- ۱۴۷ داروهای تقویتی
- ۱۴۷ داروهای زیاد کننده شیر مادر
- ۱۴۸ داروهای ضد سرطان
- ۱۴۹ داروهای کم کننده میل جنسی
- ۱۵۰ منابع مورد استفاده
- ۱۵۵ پیوست - اطلس رنگی گیاهان دارویی

www.ketab.ir

پیشگفتار

گیاهان دارویی از ارزش و اهمیت خاصی در تأمین بهداشت و سلامتی جوامع هم به لحاظ درمان و هم پیشگیری از بیماریها برخوردار بوده و هستند.

گرایش عمومی جامعه به استفاده از داروها و درمانهای گیاهی و به طور کلی فرآورده های طبیعی به ویژه در طی سالهای اخیر روبه افزایش بوده و مهمترین علل آن اثبات اثرات مخرب و جانبی داروهای شیمیایی از یک طرف و ایجاد آلودگی های زیست محیطی که کره زمین را تهدید میکند.

با توجه به شناختی که مردم از گیاهان دارویی پیدا کردند شاهد افزایش ۳۰ درصدی بوده ایم و برای درست مصرف کردن گیاهان دارویی باید راه زیادی را طی کنیم. ۱۵ کشور پیشرفته دنیا در امر گیاهان دارویی فعالند دارند که ایران جزو یازدهمین کشور در جهان است و به سمت گیاهان دارویی حرکت می کند.

نزدیک به ۲۳۰۰ گونه از گونه های گیاهی ایران در ردیف گیاهان دارویی و معطر قرار دارند. از این تعداد گونه گیاهی، ۴۵۰ گونه به گیاهان دارویی به شمار می آیند و تعدادی از آنها در عطاری ها به فروش می رسند اما در اثر دگرگونی های زیست محیطی بتدریج از تعداد این گونه های با ارزش دارویی کم می شود.

در گذشته گیاهان دارویی از دامنه های وسیع و وسیع می شد و اغلب خودرو بودند اما امروزه با فرایند صنعتی شدن، امکان تکیه به فلور طبیعی از بین رفته و شرایط رشد و کشت این گیاهان به شکل صنعتی فراهم شده است.

گیاهان خوراکی و دارویی ایران به دلیل خواص زیاد درمانی و تنوع غذایی که در سفره های مردم ایجاد می کنند، با معضل برداشت های غیر کارشناسی و سنی روبه رو هستند که نسل آنها را زیر تیغ مرگ کشانده است. آگاهی های عمومی در خصوص حفاظت و بهره برداری از گیاهان دارویی بسیار مهم می باشد.

با خواندن کتاب حاضر، امکان شناسایی گیاهان دارویی طبیعت ایران هشام طبیعت گردی و کوهنوردی برای شما فراهم می گردد.

تصاویر رنگی، گیاهان دارویی را در محل رویش آنها در طبیعت در حالت های مختلف به خوبی نشان می دهد که این امر امکان شناسایی آنها را برای شما فراهم می نماید.

آموزش کاربردی استفاده از این گیاهان شفابخش در منزل نیز به زبان ساده شامل موضوعات کارگشای زیر ارائه شده است:

- آموزش زمان صحیح برداشت محصول گیاهان دارویی
- آموزش روش صحیح جمع و خشک کردن گیاهان دارویی در منزل
- آموزش روش صحیح درست کردن داروهای گیاهی در منزل



- آموزش روش صحیح عرق گیری در منزل

از خوانندگان ارجمند این کتاب تقاضا دارم در صورت مشاهده هر گونه اشتباه یا نارسایی، چاپی و غیرچاپی مولف را مطلع سازند تا در چاپ بعدی به تصحیح و تکمیل آن اقدام گردد.

شهرام مقصودی^۱

www.ketab.ir