

بهترین روشهای درمان

سرفه و سینوزیت با گیاهان دارویی

حاوی بیش از:

۱۱۰ نسخه گیاهی موثر در درمان بیماری سرفه و سینوزیت

۹۰ فرآورده گیاهی و دارویی ضد سرفه و زکام

شامل:

۱۰ نوع قرص گیاهی مکیدنی

۱۰ نوع شربت گیاهی

۱۵ نوع بخور ضد عفونی کننده

۷ نوع فرآورده غذایی ملین

۱۰ نوع ژله خوراکی نرم کننده سینه

۱۰ نوع تونیک خلط آور

۵ نوع محلول استنشاقی گیاهی

و ۱۰ نوع انفیبه (عطسه آور) گیاهی

تالیف و ترجمه:

مجید حاتمی ورزنده

حاتمی، مجید، ۱۳۵۸ -

بهترین روشهای درمان سرفه و سینوزیت با گیاهان دارویی : حاوی بیش از ۱۱۰ نسخه گیاهی موثر در درمان سرفه و سینوزیت ... / تألیف و ترجمه مجید حاتمی ورزنه. - اصفهان : آسمان نگار، ۱۳۸۳. ۱۳۶ ص. : مصور.

ISBN : 964-95478-2-7

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابخانه : ص. ۱۳۶.

۱. گیاهان دارویی. ۲. سینوزیت -- درمان. ۳. سرفه -- درمان. الف. عنوان.

۶۱۵/۳۲

ب ۱۶۴/ح ۹۶

م ۸۳-۵۶۰۸

کتابخانه ملی ایران



انتشارات آسمان نگار

اصفهان - خیابان گلزار - ابتدای خیابان استاد همایی تلفن : ۲۶۴۶۲۳۸ - ۰۳۱۱

بهترین روشهای درمان

سرفه و سینوزیت

با گیاهان دارویی

مؤلف و مترجم	:	مجید حاتمی ورزنه
ناشر	:	انتشارات آسمان نگار
ویراستار	:	ا. حاتمی
نوبت چاپ	:	اول - مهر ۱۳۸۳
شمارگان	:	۵۰۰۰ نسخه
شابک	:	۹۶۴-۹۵۴۷۸-۲-۷
قیمت	:	۷۰۰۰ ریال

تلفن : ۵۵۷۲۳۳۷ - ۰۳۱۱

مرکز پخش : اصفهان - فرهنگسرای طوس

ISBN : 964-95478-2-7

شابک : ۹۶۴-۹۵۴۷۸-۲-۷

حق چاپ و سایر حقوق دائمی این اثر محفوظ و متعلق به مؤلف و مترجم است.

به نام او که جان را هستی بخشید

در این کتاب به معرفی ۱۱۰ نسخه گیاهی موثر در درمان بیماری سرفه و سینوزیت و ۹۰ فرآورده گیاهی و دارویی که جهت رفع سرفه و زکام کاربرد دارویی دارند، پرداخته شده است.

جهت آشنایی با سایر گیاهان دارویی و آگاهی از خواص طبی این درمانگران سبز در درمان بیماریها به سایر آثار مؤلف مراجعه کنید.

۱- رژیم سلامتی با سالادها

۲- راز تندرستی با گیاهان دارویی

۳- رموز زیبایی چهره با گیاهان دارویی

۴- تقویت نیروی جنسی با گیاهان دارویی

۵- کلید تندرستی با مصرف ماهی و میگو

۶- کاهش دهنده های گیاهی اشتها و چاقی

۷- راز سلامت و زیبایی مو با گیاهان دارویی

۸- بهترین روشهای پیشگیری و مقابله با ایدز

۹- راز درمان دردهای مفصلی با گیاهان دارویی

۱۰- راز زیبایی و سلامت پوست با گیاهان دارویی

۱۱- درمان بیماریهای جنسی زنان با گیاهان دارویی

۱۲- تقویت کننده ها و حالت دهنده های گیاهی مو

۱۳- تقویت حافظه و درمان فراموشی با گیاهان دارویی

۱۴- جدیدترین روشهای درمان نفخ معده با گیاهان دارویی

۱۵- داروخانه گیاهی و طبیعی ج ۱ دائرة المعارف گیاهان دارویی

۱۶- گیاه یا معجزه درمان ج ۳ دائرة المعارف گیاهان دارویی

۱۷- شگفتیهای درمان با گیاهان دارویی ج ۲ دائرة المعارف گیاهان دارویی

فهرست کلی مطالب

صفحه	عنوان
۷	مقدمه
۱۳	بخش اول - سرفه و گلو درد
۱۴	فصل اول- سرفه، گلو درد (آنژین) و علل آن
۱۵	سرفه
۱۶	مکانیسم ایجاد سرفه
۱۷	انواع سرفه
۱۸	گلودرد
۱۹	علائم بالینی گلودرد
۱۹	گرفتگی صدا
۲۰	عوامل موثر در گرفتگی صدا
۲۱	توصیه هایی برای پیشگیری و درمان سریعتر سرفه، گلو درد و گرفتگی صدا
۲۵	فصل دوم- نسخه های گیاهی ضد سرفه و گلو درد
۲۸	شربتهای گیاهی ضد سرفه
۳۶	تونیکهای پودری گیاهی خلط آور و ضد سرفه
۴۴	قرصهای مکیدنی ضد سوزش گلو و نرم کننده سینه
۵۰	ژله ها یا محلولهای ژله ای خوراکی نرم کننده سینه
۵۶	فرآورده های غذای ضد سرفه و نرم کننده سینه

بخش دوم - زکام، آبریزش بینی و سینوزیت ۶۶

فصل سوم - زکام و سینوزیت و علل آن ۶۷

۶۸ زکام یا سرماخوردگی

۶۹ ۴ مرحله زکام یا سرماخوردگی

۶۹ علت ابتدا مکرر افراد به زکام

۷۰ علت شیوع بیشتر سرماخوردگی در کودکان نسبت به بزرگسالان

۷۱ آبریزش و ترشحات بینی و انواع آن

۷۲ علت فرق کردن طعم و مزه خوراکیها در موقع سرماخوردگی

۷۲ گریپ

۷۳ سینوزیت و التهاب سینوسها

۷۴ علائم شاخص و اصلی سینوزیت

۷۵ توصیه های مفید جهت پیشگیری و جلوگیری از ابتلا به زکام سینوزیت

فصل چهارم - نسخه های گیاهی ضد زکام و سینوزیت ۷۷

۷۹ جوشانده ها و دمکرده های گیاهی ضد زکام

۸۶ بخورهای گیاهی ضد سینوزیت

۸۸ بخورهای گیاهی ضد آبریزش بینی

۹۰ بخورهای گیاهی ضد آلرژی (حساسیت فصلی)

۹۴ محلولهای استنشاقی گیاهی ضد گریپ و سینوزیت

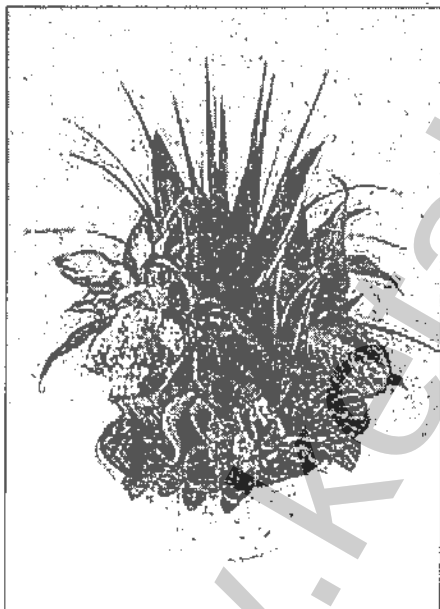
۱۰۰ انقیه ها یا پودرهای گیاهی عطسه آور ضد گریپ و سینوزیت

فهرست فرآورده های گیاهی ضد عفونی کننده و ضد

۱۱۲ زکام، سرفه و سینوزیت

۱۱۸ منابع و مآخذ

مقدمه



از عصری که ما در آن به سر می بریم شاید هیچ بیماری به اندازه عفونتهای رایج نظیر سرماخوردگی، آلرژی، سینوزیت و به طور کلی بیماریهای ریوی و تنفسی تعداد کثیری از مردم را به خود دچار نکرده باشد. به عبارت دیگر هر فردی در طول عمر خود ۱ یا

چند مرتبه به همه یا یکی از این بیماریها مبتلا شده است، ولی شیوع آن در کودکان و افراد خردسال بیش از بزرگسالان می باشد. اکثر این بیماریها دوره مشخصی و معلومی دارند که پس از طی این دوره توسط بیمار، کم کم از بین می روند اما شدت بیماری و طول دوره در افراد مختلف بر حسب نوع عفونت و ویروسی که موجب به وجود آمدن بیماری گردیده، یکسان نبوده و از تنوع خاصی برخوردار است.

برای رهایی از شیوع و توسعه و دستیابی به درمان سریع‌تر و موثرتر بیماریهای ریوی و تنفسی بهتر است درمان از همان مراحل اولیه شکل‌گیری بیماری انجام پذیرد و با رعایت برخی دستورات پیشگیری‌کننده از ابتلا به آنها جلوگیری به عمل آورد. علاوه بر رعایت این دستورات درمان دارویی نیز یکی از روشهایی بوده که از دیرباز تاکنون برای معالجه بیماریهای ریوی بکار می‌رفته است. گیاه درمانی و استفاده از گیاهان دارویی خلط‌آور، ضد عفونی‌کننده و نرم‌کننده سینه از جمله روشهای درمان دارویی بوده که قدمت آن به هزاران سال قبل بر می‌گردد. پیشینیان و اجداد ما با اعتقاد بر اینکه این گیاهان دارای خواص دارویی و اثرات طبیی فراوانی بوده و تاثیراتی سودمند بر دستگاه تنفسی دارند، از آنها به صورت دم‌کرده، جوشانده، قرص، شربت و یا بخور گیاهی جهت درمان امراض مختلف از جمله آسم، سرفه‌های شدید، سینه‌پهلو، زکام، آبریزش بینی و ... استفاده می‌کردند و در بسیاری موارد نتایجی بس شگفت از آنها در درمان بیماریهای مذکور به دست می‌آوردند. وجود فرآورده‌های گیاهی متعدد نظیر حب سعال (سرفه)، پودر عطوس (عطسه‌آور)، معجون ضد سرفه، شربت خلط‌آور، قطره یا پودر نفوخ (جهت گریب بینی)، بخورهای ترکیبی و ... در کتب طبیی طبیبان ایرانی و یونانی و چینی قدیم نمونه‌های زنده و شاهدهی هستند که نشان می‌دهند این گیاهان نه تنها دارای خواص ضد عفونی‌کننده و دارویی متعدد بوده بلکه بیانگر آن است که

چنانچه از آنها به شیوه درست و مناسبی استفاده شود و در طی یک دوره درمانی مصرف آنها وقفه ای ایجاد نشود می توانند داروهایی بسیار موثر و مفید که از اثرات جانبی مبرامی باشند، برای درمان بیماریهای ریوی و تنفسی به شمار آیند. امروزه نیز با توجه به توسعه تکنولوژی و استفاده هر چه بیشتر بشر امروزی از مواد سنتتیک (شیمیایی) برای تهیه انواع داروهای مختلف بویژه داروهای ضد آسم، سرفه، آلرژی و سینوزیت و عرضه بیشتر و گسترده تر این قبیل داروها در بازار دارویی جوامع و در نتیجه استفاده روز افزون از آنها برای مداوای بیماریهای ذکر شده که مصرف بیش از حد آنها خالی از اثرات و عوارض جانبی نیز نبوده، نه تنها نسخه های گیاهی و گیاهان دارویی مفید جهت درمان بیماریهای ریوی فراموش نشده، بلکه به دلیل این سابقه کهن و همچنین اثبات این موضوع که مصرف آنها یا اثرات جانبی نداشته و یا دارای اثرات جانبی بسیار کمتری نسبت به داروهای شیمیایی می باشند، انسان امروزی آنها را با انگیزه بیشتر و اعتقاد راسخ تر نسبت به گذشته مورد استفاده قرار می دهد.

اختصاص صدها پروژه و پژوهش علمی به تحقیق در مورد ترکیبات شیمیایی و اثرات دارویی گیاهان مختلف ضد عفونی کننده دستگاه تنفسی توسط دانشجویان و متخصصین داروساز، گسترش شرکتهای دارو سازی گیاهی و تنوع انواع فرآورده های گیاهی ضد عفونت و حساسیت مجاری تنفسی، توسعه فروشگاههای عرضه

داروهای گیاهی و گیاهان مختلف دارویی، افزایش چشمگیر زمینهای زراعی که انواع گیاهان دارویی در آنها کشت داده شده می شود، مشغول به کار شدن جمع کثیری از منابع انسانی در واحدهای مختلف تولید و عرضه این گیاهان و فرآورده های دارویی آنها و ... از جمله مهمترین اقداماتی است که نشانگر توجه دوباره انسان قرن ۲۱ به سنت در حال فراموش خود یعنی طب سنتی بوده و بیانگر احیاء مجدد علم گیاه درمانی می باشد.

در این کتاب نیز که با هدف بازگشت به سوی طب قدیم و استفاده مجدد از داروهای گیاهی که دارای خواص درمانی ضد سرفه و سینوزیت می باشند، به رشته تحریر در آمده با نگارشی جدید و سبکی نو، برخی از بهترین و مجربترین این گیاهان را در قالب نسخه های گیاهی و فرآورده های دارویی که با گیاهان خلط آور و ضد عفونی کننده تهیه می شوند، آورده شده است.

سهولت تهیه این فرآورده ها و نسخه ها گیاهی و همچنین همگام نمودن مصرف گیاهان دارویی با غذاهای ملین و نرم کننده سینه و گلو یا به عبارتی بهتر هماهنگی گیاه درمانی با غذا درمانی از جمله مزایای این کتاب نسبت به سایر کتب گیاه درمانی می باشد.

در این کتاب به جهت ساده نویسی، جلوگیری از افزایش حجم کتاب و همچنین مفید و مختصر بودن مطالب آن تنها به معرفی ۶ بیماری از بیماریهای تنفسی و درمان دارویی آنها با گیاهان دارویی پرداخته شده است. رایج بودن و شیوع بیشتر این ۶ بیماری

نسبت به سایر بیماریهای ریوی و امکان بیشتر ابتلای عموم جامعه، به این بیماریها از جمله مهمترین دلایل انتخاب و معرفی آنها در این کتاب می باشد.

نسخه های گیاهی شامل ۲ بخش کلی و ۴ فصل می باشد. در بخش اول به معرفی ۳ بیماری سرفه، گلو درد، آنزین و گرفتگی صدا، علل آنها و نسخه های گیاهی آنها پرداخته شده است. معرفی ۳ بیماری دیگر (زکام یا سرماخوردگی و انواع آن، گریپ، آبریزش بینی و سینوزیت)، علل بوجود آورنده آنها و نسخه های گیاهی موثر در درمان این بیماریها مباحث بخش دوم این کتاب را به خود اختصاص داده اند.

آوردن بیش از ۱۱۰ نسخه گیاهی موثر در درمان بیماری سرفه و سینوزیت (۶۰ نسخه گیاهی ضد سرفه و گلو درد + ۵۰ نسخه گیاهی ضد زکام و سینوزیت) و شریتهای گیاهی ضد سرفه و خلط (بیش از ۱۰ نوع قرص میکدنی گیاهی)، تونیکهای پودری گیاهی خلط آور (بیش از ۱۰ نوع تونیک گیاهی) و قرصهای میکدنی گیاهی ضد سوزش گلو و سرفه (بیش از ۱۰ نوع قرص میکدنی گیاهی)، ژله ها و محلولهای ژله ای خوراکی نرم کننده سینه و گلو (بیش از ۱۰ نوع ژله گیاهی خوراکی)، فرآورده های غذایی ملین و ضد سرفه (۷ نوع فرآورده غذایی ملین)، جوشانده ها و دمکردهای گیاهی ضد زکام (بیش از ۱۵ نوع بخور گیاهی)، محلولهای استنشاقی گیاهی ضد گریپ و خشکی بینی (۵ نوع محلول استنشاقی گیاهی) و

انفیه ها یا پودرهای گیاهی عطسه آور ضد سینوزیت آلرژیک و زکام (بیش از ۱۰ نوع انفیه گیاهی) از ویژگیهای ممتاز این کتاب است.

امید است این کتاب نیز به همراه سایر آثار تالیف یا ترجمه شده توسط اینجانب مورد توجه و استقبال شما هموطنان گرامی قرار گیرد و با استفاده از این کتاب و راهنماییهای آن بتوانید به مقابله با بیماریهای ریوی و تنفسی بویژه سرفه، سینوزیت و زکام برخیزید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در زمینه گیاهان دارویی به آدرس حقیر واقع در: اصفهان - میدان قدس - خیابان شیخ طوسی غربی - مقابل صندوق قرض الحسنه انصار المهدی (عج) - کوچه قائم - شماره ۵۹ - عطاری سنتی میلاد مراجعه و یا با شماره تلفن ۵۵۶۱۷۳۱ - ۰۳۱۱ تماس حاصل فرمایید.

مجید حاتمی ورزنه

بهمن ماه ۱۳۸۲

اصفهان