

زرشک و خواص آن

صغری طاهرخانی، سمانه طاهرزاده

www.ketab.ir

سرشناسه	: طاهرخانی، صغری، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: زرشک و خواص آن/ صغری طاهرخانی، سمانه طاهرزاده.
مشخصات نشر	: تهران: میعاد اندیشه، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۶۳ ص.: مصور (رنگی).
شابک	: 978-622-231-088-2: ۱۰۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۴۹-۵۱.
موضوع	: زرشک
موضوع	: Barberries
موضوع	: زرشک -- بیماری‌ها و افت‌ها
موضوع	: Barberries-- Diseases and pests
موضوع	: زرشک -- ایران -- مصارف درمانی
موضوع	: Barberries-- therapeutic use -- Iran
شناسه افروده	: طاهرزاده، سمانه، ۱۳۶۵-
رده بندی کنگره	: SBTA۶
رده بندی دیو	: ۶۳۵/۹۳۳۳۴
شماره کتابشناختی	: ۵۷۹۱۷۷۷



iaaupub.ir

عنوان کتاب: زرشک و خواص آن

مولفین: صغری طاهرخانی، سمانه طاهرزاده

ناشر: میعاد اندیشه

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۰۰/۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۲۳۱ - ۰۸۸ - ۲

همه ی حقوق مادی و معنوی این اثر برای مولفین محفوظ است.

تکثیر و انتشار این اثر به هر صورت، از جمله بازنویسی، فتوکپی، ضبط الکترونیکی و ذخیره در سیستم های بازیابی و پخش، بدون دریافت مجوز کتبی و قبلی از مولفین به هر شکلی ممنوع است.

این اثر تحت حمایت «قانون حمایت از حقوق مولفان، مصنفان و هنرمندان ایران» قرار دارد

پیشگفتار

زرشک از جمله درختچه‌های مقاومی است که قابلیت رشد و تولید در زمینهای کم بهره با آب شور را داراست و توجه بیشتر به آن، ضمن بالا بردن ظرفیت تولید محصولات کشاورزی، در حفاظت از خاک منطقه نیز می‌تواند موثر باشد. مصرف زرشک به صورت تازه خوری به دلیل مزه ترش آن معمول نیست، با تهیه فراورده‌های متنوع نظیر مربا، مالد، آبمیوه، نوشابه، سس، ژله و... از زرشک ضمن جذب تولید مازاد بر مصرف و ایجاد ارزش افزوده، می‌توان آنها را هم به نام ایران به بازارهای بین‌المللی معرفی نمود.

زرشک گیاهی بومی ایران است و نوع بی‌دانه آن برای نواحی جنوب خراسان به خصوص قاین و بیرجند بهر طرف پراکندگی پیدا کرده است.

در بعضی منابع در مورد پیشینه تاریخی زرشک و مبدأ آن این طور آمده است که اولین بار شخصی به نام جعفر کشر و تولید زرشک بی دانه را در روستای افین از بخش زیرکوه شهرستان قاین بنیان گذاشت. گفته می‌شود وی در زمان ترکمن تازی به اسارت ترکمنها درآمده، ولی ضمن فرار از اسارت، در مسیر بازگشت درختچه‌های زرشک بی‌دانه را مشاهده نموده و پاجوش آن را به روستای خود منتقل کرده و کشت نموده است. بدین ترتیب به نظر می‌رسد، نخستین محار پرورش زرشک بی‌دانه روستای افین باشد که دارای قدمت تاریخی است. احتمالاً در این نوع زرشک را در منطقه شیروان در شمال خراسان مشاهده نموده است.

در این کتاب به معرفی درختچه‌های زرشک و خواص دارویی آن پرداختیم، امید است با توجه بیشتر در این امر بتوانیم کشت و صادرات آن را جهانی کنیم.

صغری طاهرخانی ۱۳۹۸

بخش اول

محصول زرشک

۱	
۱	محصول زرشک
۲	مقدمه
۲	معرفی زرشک
۳	تاریخچه زرشک
۵	تیره زرشک Berberidaceae
۶	جنس زرشک
۷	شرایط پرورش و کاشت زرشک
۹	نحوه پرورش زرشک
۱۰	آفات زرشک
۱۰	انواع زرشک
۱۱	زرشک بی دانه:
۱۲	روش های تکثیر:
۱۴	کاشت

۱۵	داشت
۱۷	آفات و بیماری‌های زرشک
۱۸	زمان برداشت و روش‌های برداشت
۱۹	عواوه، موثر در خشک کردن زرشک
۱۹	شناختنامه زرشک
۲۰	نیاز اکولوژیکی
۲۱	برداشت
۲۲	دامنه انتشار
۲۲	گونه‌های مختلف زرشک
۲۳	نیاز آبی زرشک
۲۴	زرشکهای زینتی و کاربرد آنها در فضای سبز
۲۵	گونه‌های زینتی زرشک در باغ‌های گیاه‌شناسی ایران
۲۵	باغ گیاه‌شناسی ملی ایران
۲۷	اشکال زرشک
۲۷	مصارف غذایی زرشک
۲۷	فرآوری زرشک

۲۷ روش سنتی

۲۹ شرایط بهینه جایگاه خشک کردن

۳۰ مراقبت‌های قبل از فرآوری صنعتی

۳۱ بخش دوم

۳۱ خواص زرشک

۳۲ مصارف دارویی زرشک

۳۴ کاربرد زرشک در درمان سایر بیماری‌ها در ایران

۳۵ سایر مصارف و کاربردها

۳۵ زرشک پلویی و زرشک سیاه

۳۵ ارزش تغذیه‌ای زرشک

۳۶ ریشه، پوست و ساقه

۳۷ زرشک در ایران

۳۷ برگ زرشک

۳۷ میوه زرشک

۳۷ ضدباکتری و ضدقارچی

۳۷	پیشگیری از التهاب
۳۸	عفونت مجاری ادرار
۳۸	درمان گلو درد
۳۸	معد، رگوارش
۳۸	اسهال
۳۸	درمان مسمومیت غذایی
۳۸	پیشگیری از دیابت
۳۹	سلامت قلب
۳۹	بهبود گردش خون
۳۹	کاهش کلسترول خون
۳۹	سندرم متابولیک
۴۰	خواص آنتی اکسیدانی
۴۰	کبد و کیسه صفرا
۴۰	بینایی
۴۰	درمان زخم
۴۰	منظم شدن قاعدگی زنان

- درمان کم خونی ۴۱
- کاهش فشار خون بالا ۴۱
- کاهش عوارض شیمی درمانی ۴۱
- خواص زرشک برای پوست ۴۱
- بازگشاده پوست ۴۱
- سفت شدن پوست صورت ۴۱
- ضد آکنه ۴۲
- ماسک صورت زرشک ۴۲
- خواص زرشک در طب سنتی ۴۲
- خواص دم کرده زرشک (دمنوش یا چای زرشک) ۴۳
- زرشک برای درمان عفونت ۴۳
- زرشک برای کنترل قند خون: ۴۴
- زرشک سطح کلسترول را کنترل می کند: ۴۴
- زرشک برای بهبود جریان خون: ۴۴
- زرشک مفید برای سیستم ایمنی: ۴۴
- زرشک مفید برای سلامت قلب: ۴۵

- ۴۵ زرشک برای مبارزه با سندروم متابولیک:
- ۴۵ زرشک یک سم زدای خون:
- ۴۵ اقداماتی برای تمیز کنندگی کبد:
- ۴۵ زرشک برای درمان اختلالات پوستی:
- ۴۶ زرشک برای تحریک تولید گلبول های سفید خونی:
- ۴۶ زرشک برای به به سازی جذب آهن:
- ۴۶ اختلال برای مصرف زرشک و موارد آن:
- ۴۷ کاهش علایم بیماری سل
- ۴۷ آب زرشک برای تقویت سلامت رسی مغزی
- ۴۷ طرز تهیه آب زرشک
- ۴۸ طرز تهیه چای زرشک
- ۴۹ منابع