

۹۰۷۵۸۷۰

۸۸۰ ۹۰۷

پایان

روغن های دارویی

ویراست دوم



شهرام
مقصودی

نشر آقای کتاب

۱۳۹۸

سرشناسه	: مقصودی، شهرام، ۱۳۵۳ -
عنوان و نام پدیدآور	: روغن‌های دارویی / تالیف شهرام مقصودی.
وضعیت ویراست	: ویراست ۳.
مشخصات نشر	: تهران: آقای کتاب، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۳۱۲ ص: مصور، جدول.
شابک	: 978-622-217-139-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: روغن‌های نباتی
موضوع	: Vegetable oils
موضوع	: روغن‌های نباتی -- خواص درمانی
موضوع	: Vegetable oils -- Therapeutic use
رده بندی کنگره	: RM۲۱۷
رده بندی دیویی	: [TP۶۸۰]
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۵۴/۶۱۵
	: ۵۹۸۵۰۵۵



ناشر	: آقای کتاب
عنوان	: روغن‌های دارویی
مؤلف	: مهندس شهرام مقصودی
طرح روی جلد	: علیرضا رضایی
نوبت چاپ	: اول - ویراست سوم / ۱۳۹۸
تیراژ	: ۱۰۰ جلد
قیمت	: ۶۷ هزار تومان
شماره شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۷-۱۳۹-۱

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۹۸ است، مرکس 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، بن بست بختیاری، پلاک ۷، واحد ۱

تلفن و دورنگار: ۶۶۱۷۶۸۹۱

ایمیل: Info@aghayeketab.com

سایت: www.aghayeketab.com

"مسئولیت صحت مطالب کتاب با مؤلف می‌باشد"

۳۹	روغن بادام
۳۹	روغن ذرت
۳۹	روغن کنجد
۴۰	روغن هسته انگور
۴۰	روغن گلرنگ
۴۰	روغن‌های مخصوص سرخ کردن
۴۰	توجه به نقطه دود
۴۱	قانون‌های طلایی
	نیاز به پژوهش‌های بیشتر در زمینه تولید روغن‌های دارویی
۴۱	احساس می‌شود

فصل دوم مبانی روغن‌گیری از گیاهان دارویی

۴۳	روغن طبیعی گل‌ها و روش‌های استخراج
۴۶	استخراج الکلی
۴۷	عصاره مطلق انفلوریج
۴۷	عصاره‌های چیسس
۴۸	ب- استخراج با چربی داغ
۴۹	ج- استخراج با حلال‌های آلی
۵۰	پترولیوم اتر
۵۱	بنزن
۵۲	الکل
۵۲	آرایش عمومی
۵۲	توصیف سیستم صنعتی استخراج
۵۳	استخراج کننده‌های دوار (چرخان)
۵۵	تقلیظ محلول‌ها
۵۵	تقلیظ نهایی
۵۵	روغن‌های کانکریت گل‌ها
۵۶	تولید کانکریت‌ها به عصاره مطلق
۵۶	عصاره‌ها و تئورهای گیاهی
۵۶	عصاره گیاهی چیست؟
۶۱	ارزیابی عصاره‌های گیاهی
۶۲	حلال استخراجی
۶۲	روش‌های استخراج
۶۳	ماسراسیون (خیس کردن)
۶۴	مزایای خیس کردن
۶۴	معایب خیس کردن
۶۴	دستور خیس کردن
۶۴	روش کلی پرکولاسیون (لیکسیوایسیون)
۶۴	لیکسیوایسیون به کمک حرارت
۶۵	دستور انجام لیکسیوایسیون (پرکولاسیون)
۶۶	مراحل مختلف لیکسیوایسیون
۶۶	نکات مهم در لیکسیوایسیون
	عصاره‌های خشک، عصاره‌های نرم و کشدار،
۶۷	عصاره‌های مایع و تئورها

۸	پیشگفتار
---	----------

فصل اول شیمی روغن‌های دارویی

۹	مقدمه
۱۰	روغن‌ها و ترکیبات موجود در آن‌ها
۱۲	اسیدهای چرب
۱۲	لیوپروتئین‌ها
۱۲	کلیسترول
۱۳	ویژگی‌های یک روغن خوب
۱۴	اسیدهای چرب اشباع
۱۶	اسیدهای چرب تک غیراشباعی
۱۷	اسیدهای چرب چند غیراشباعی
۱۷	ویتامین F (اسیدهای چرب غیراشباعی)
۱۷	توکوفرول‌ها
۱۸	اسیدهای چرب امگا - ۳
۲۰	چربی‌های زبان‌بخش
۲۳	چربی‌های سلامتی‌بخش
۲۵	رژیم غذایی سلامتی‌بخش
۲۶	مقدار مجاز مصرف چربی
۲۷	ویژگی‌های کیفی انواع روغن‌های گیاهی
۲۸	سایر ویژگی‌های کیفی محصولات روغنی
۲۸	ویژگی‌های کیفی خاص (تعیین‌کننده خلوص و تقلب)
۳۲	آشنایی با خواص سالم‌ترین روغن‌های خوراکی
۳۴	روغن زیتون
۳۴	روغن هسته انگور
۳۴	روغن آووکادو
۳۵	روغن گردو
۳۵	روغن کنجد
۳۵	روغن دانه کتان
۳۵	روغن ماهی
۳۶	روغن بادام زمینی
۳۶	روغن ذرت
۳۶	روغن آفتابگردان
۳۶	روغن کانولا
۳۷	روغن سویا
۳۸	سایر روغن‌ها
۳۸	کدام روغن برای کدام شیوه طبخ غذا مناسب است؟
۳۹	روغن کانولا
۳۹	روغن سویا
۳۹	روغن زیتون
۳۹	روغن آفتاب گردان



۱۰۸	طرز تهیه روغن گل سرخ در خانه
۱۰۹	طرز تهیه اسانس گل سرخ
۱۱۱	روغن گیری از هویج
۱۱۲	روغن تخم هویج
۱۱۲	روغن گیری از سیر

فصل چهارم روغن‌های دارویی و ماساژ

۱۱۵	مقدمه
۱۱۵	انواع روغن ماساژ و طرز تهیه آن در یک نگاه
۱۱۷	رقیق‌سازی روغن‌های دارویی
۱۱۸	روغن‌های حامل
۱۱۹	روغن بادام شیرین (پرونوس آمیگدالیس)
۱۱۹	روغن هسته زردآلو و روغن هسته هلو
۱۱۹	روغن میوه آووکادو (پرسا امریکانا)
۱۱۹	روغن گل همیشه بهار (کالندولا آفیشینالیس)
۱۲۰	روغن گل پامچال (اوترابینیس)
۱۲۰	روغن جوجوبا (سیموندسیا چینسیس)
۱۲۰	روغن جوانه گندم (تریتیکوم وولگار)
۱۲۰	خرید روغن‌های پایه
۱۲۰	طرز استفاده از روغن
۱۲۱	نکات مهم استفاده از روغن
۱۲۱	روغن‌های مورد استفاده در ماساژ
۱۲۱	انتخاب روغن ماساژ
۱۲۲	ماساژ درمانی با روغن‌های دارویی
۱۲۲	عسل و عسل‌های مطهر
۱۲۲	روغن ترنجبین
۱۲۳	روغن بابونه معطر رومی
۱۲۳	روغن سریش
۱۲۳	روغن اکالیپتوس
۱۲۳	روغن کندر
۱۲۳	روغن گل شمعدانی
۱۲۳	روغن گل یاس (جاسمین)
۱۲۳	روغن اسطوخودوس (لاواندر)
۱۲۳	روغن لیمو (لیمون)
۱۲۴	روغن بهار نارنج
۱۲۴	روغن نعناع
۱۲۴	روغن گل رز (رزاسه)
۱۲۴	روغن رزماری
۱۲۴	روغن کنگد
۱۲۴	روغن زیره
۱۲۴	روغن سیاه‌دانه

۶۸	آزمایشات کنترل کیفی و کمی
۶۸	انواع عصاره‌ها
۶۸	۱- عصاره‌های خشک
۶۸	۲- عصاره‌های نرم و کشدار
۶۹	موارد مصرف عصاره‌ها
۶۹	تعیین مقدار عصاره‌ها
۶۹	۳- عصاره‌های مایع
۶۹	آزمایشات
۷۰	ب) تعیین مقدار تانول و ۲- پروپانول
۷۰	ج) تعیین باقیمانده خشک
۷۰	تستورها
۷۱	الکل اتیلیک
۷۴	رقیق کردن الکل
۷۸	تعیین درجه الکلی

فصل سوم روغن گیری عملی از گیاهان دارویی

۸۱	مقدمه
۸۱	طبقه‌بندی روش‌های روغن گیری
۸۱	روغن‌های پایه
۸۳	روش‌های عملی روغن گیری
۸۳	طرز تهیه روغن‌های گیاهی
۸۴	طبقه‌بندی روغن‌ها در طب سنتی
۸۸	طبیعت روغن‌ها
۸۸	طبع روغن‌های حیوانی
۸۹	خواص روغن‌های طبی
۹۲	روغن گیری از دانه‌های روغنی و آجیل‌ها با مثال بادام
۹۳	روغن گیری از دارچین
۹۴	روغن گیری از زیتون
۹۶	روغن گیری از حنظل
۹۷	روغن گیری از سیاهدانه
۹۷	طرز تهیه روغن زرد محلی (روغن کرمانشاهی)
۹۷	طرز تهیه روغن دنبه
۹۸	طرز تهیه روغن دنبه فرآوری شده سنتی
۹۸	طرز تهیه روغن شحم گاو
۹۸	روغن گیری از انخود
۹۸	روغن گیری از جوانه گندم
۹۹	روغن گیری از میوه‌ها (روغن کلی)
۹۹	روغن گیری از لیموترش
۱۰۰	روغن گیری از قهوه
۱۰۳	روغن گیری از گل سرخ



۱۹۲.....	۱- روغن نارگیل	۱۲۵.....	سایر روغن‌ها
۱۹۲.....	۲- روغن بادام زمینی	۱۲۵.....	فواید ماساژ دادن بدن با روغن‌های طبیعی
۱۹۳.....	۳- روغن به	۱۲۵.....	روغن ماساژ سیاه دانه
۱۹۳.....	۴- روغن پسته	۱۲۵.....	خواص روغن ماساژ سیاه دانه
۱۹۷.....	۵- روغن فندق	۱۲۶.....	روغن ماساژ فندق
۲۰۱.....	۶- روغن مغز هسته هلو	۱۲۶.....	فواید روغن ماساژ فندق
۲۰۱.....	۷- روغن زیتون	۱۲۶.....	روغن ماساژ کنجد
۲۰۱.....	۸- روغن تناع	۱۲۶.....	خواص روغن ماساژ کنجد
۲۰۲.....	۹- روغن دارچین	۱۲۶.....	روغن ماساژ نار
۲۰۳.....	۱۰- روغن برگ حنا	۱۲۶.....	خواص روغن ماساژ نارگیل
۲۰۳.....	۱۱- روغن گل حنا	۱۲۶.....	روغن ماساژ بهار ریح
۲۰۳.....	۱۲- روغن کنجد	۱۲۷.....	خواص روغن ماساژ بهار ریح
۲۰۳.....	۱۳- روغن گل سرخ	۱۲۷.....	روغن ماساژ رزماری
۲۰۳.....	۱۴- روغن سویا	۱۲۷.....	خواص روغن ماساژ رزماری
۲۰۴.....	۱۵- روغن سیاه دانه	۱۲۷.....	روغن ماساژ ریحان
۲۰۴.....	۱۶- روغن تخم کتان	۱۲۷.....	خواص روغن ماساژ ریحان
۲۰۴.....	۱۷- روغن بابونه	۱۲۸.....	خواص روغن ماساژ زیتون
۲۰۴.....	۱۸- روغن گل بنفشه	۱۲۸.....	روغن ماساژ اسطوخودوس
۲۰۵.....	۱۹- روغن اسفند	۱۲۸.....	خواص روغن ماساژ اسطوخودوس
۲۰۵.....	۲۰- روغن اسطوخودوس	۱۲۸.....	بهترین روغن‌های مخصوص ماساژ بدن و صورت در ایران
۲۰۷.....	۲۱- روغن سجد	۲۹.....	روش صحیح ماساژ پوست
۲۰۷.....	۲۲- روغن گردو	۱۲۹.....	روغن مالی بر مبنای طب سنتی
۲۱۴.....	۲۳- روغن زنجبیل		فصل پنجم روغن‌های دارویی گیاهی
۲۱۵.....	۲۴- روغن نام شیرین	۱۳۳.....	آشنایی با خواص روغن زیتون
۲۱۵.....	۲۵- روغن بادام تلخ	۱۴۵.....	آشنایی با خواص روغن کانولا
۲۲۰.....	۲۶- روغن تخم کدو	۱۴۶.....	آشنایی با خواص روغن نارگیل
۲۲۰.....	۲۷- روغن تخم کدو	۱۵۳.....	آشنایی با خواص روغن هسته انگور
۲۲۰.....	۲۸- روغن جوانه نخل	۱۶۸.....	آشنایی با خواص روغن بذر کتان
۲۲۱.....	۲۹- روغن کرچک	۱۶۹.....	آشنایی با خواص روغن بادام
۲۲۱.....	۳۰- روغن گیاه گل مغربی	۱۷۱.....	آشنایی با خواص روغن بادام زمینی
۲۲۱.....	۳۱- روغن گل گاوزبان	۱۷۲.....	آشنایی با خواص روغن هسته زرد آلو
۲۲۱.....	۳۲- روغن جو	۱۷۳.....	آشنایی با خواص روغن کنجد
۲۲۲.....	۳۳- روغن بنگ دانه	۱۷۴.....	آشنایی با خواص روغن کرچک
۲۲۲.....	۳۴- روغن رزماری	۱۸۱.....	آشنایی با خواص روغن سیاه دانه
۲۲۳.....	۳۵- روغن گل یاس	۱۸۵.....	آشنایی با خواص روغن اکالیپتوس
۲۲۳.....	۳۶- روغن سیر	۱۸۶.....	آشنایی با خواص روغن گل پامچال
۲۲۷.....	۳۷- روغن رازیانه	۱۸۶.....	آشنایی با خواص روغن اسطوخودوس
۲۲۹.....	۳۸- روغن زردچوبه	۱۸۹.....	آشنایی با خواص گل‌سیرین
۲۲۹.....	۳۹- روغن کندر	۱۹۱.....	خواص اساسی‌ها و روغن‌ها در یک نگاه
۲۳۰.....	۴۰- روغن هویج	۱۹۱.....	خواص دارویی روغن‌های سنتی و گیاهی



کرم خانگی برای اگزمای پوست ۲۷۵

فصل ششم روغن‌های دارویی حیوانی

مقدمه ۲۷۷

آشنایی با خواص روغن ماهی ۲۷۹

آشنایی با خواص روغن کوسه ماهی ۲۸۰

آشنایی با خواص روغن شترمرغ ۲۸۲

آشنایی با خواص روغن اردک ۲۸۳

آشنایی با خواص روغن کوهان شتر ۲۸۳

آشنایی با خواص روغن مار ۲۸۳

آشنایی با خواص روغن مورچه ۲۸۴

آشنایی با خواص روغن بیه و شحم گاو ۲۸۶

آشنایی با خواص روغن حیوانی ۲۸۸

آشنایی با خواص روغن زرده تخم مرغ ۲۹۰

آیا روغن کوسه، صابون خرنجک و روغن الاغ موثرند؟ ۲۹۱

آشنایی با خواص روغن زالو (علیق) ۲۹۳

آشنایی با خواص روغن کرم خاکی (روغن خراطین) ۲۹۵

آشنایی با خواص روغن ورمی کمیوست ۲۹۷

آشنایی با کرم خاکی آیزینیا فوتیدا ۲۹۷

آشنایی با خواص روغن الاغ ۲۹۹

آشنایی با خواص روغن وازلین ۲۹۹

نایبه ۳۰۴

واژه‌نامه ۳۰۱

منابع مورد استفاده ۳۰۹

۴۱- روغن خشخاش ۲۳۰

۴۲- روغن کاکائو ۲۳۱

۴۳- روغن زعفران ۲۳۱

۴۴- روغن جلبک‌ها (تک سلولی) ۲۳۲

خواص برخی دیگر از روغن‌های گیاهی ۲۳۲

معرفی پرکاربردترین روغن‌های گیاهی دنیا ۲۳۴

روغن‌های طبیعی مخصوص لاغری ۲۳۶

ترخون ۲۳۶

گیاه شمعدانی ۲۳۶

نارنگی ۲۳۶

اسانس لیمو رس ۲۳۶

گیاه سدر اطلس ۲۴۳

هویج ۲۴۳

نعنا فلفلی ۲۴۴

سرو کوهی ۲۴۴

معجزه‌های روغن‌های گیاهی ۲۴۴

روغن‌های دارویی و کودکان ۲۴۵

روغن‌های ضروری برای درد میگرن ۲۴۷

روغن‌های ضروری برای تقویت کم‌کاری تیروئید ۲۴۸

روغن‌های ضروری برای درمان درد قاعدگی ۲۴۹

روغن‌های ضروری برای درمان نفخ شکم ۲۵۱

روغن‌های ضروری برای چین و چروک ۲۵۳

روغن‌های ضروری برای رهایی از استرس ۲۵۳

روغن نعناع و دارچین برای درمان زخم‌های مزمن ۲۵۴

روغن هسته میوه‌ها ۲۵۴

خواص روغن هسته‌های انگور، انار، تمشک و گریپ فروت ۲۵۷

بهترین خواص درمانی و آرایشی روغن‌های گیاهی ۲۵۸

بهترین روغن‌های طبیعی مخصوص پوست ۲۶۱

روغن‌های گیاهی برای پوست خشک ۲۶۳

روغن‌های گیاهی برای درمان ترک‌های پوستی ۲۶۳

روغن‌های طبیعی برای پاکسازی پوست ۲۶۴

بهترین روغن‌های گیاهی برای پوست سر ۲۶۵

روغن آرگان و خواص بی‌نظیر آن برای پوست و مو ۲۶۶

روغن آووکادو و خواص بی‌نظیر آن برای مو ۲۶۸

روغن‌های گیاهی برای مراقبت از مو ۲۶۸

روغن‌های گیاهی برای پرپشتی مو ۲۶۹

روغن‌های گیاهی برای مودرمانی ۲۶۹

موهایتان را روغن‌کاری کنید! ۲۷۰

کرم ضد سلولیت خانگی ۲۷۳

کرم گل کلم ۲۷۵

پیشگفتار چاپ سوم

پس از استقبال خوانندگان گرامی از چاپ اول و دوم کتاب و با توجه به بازخوردها و نقطه نظرات صاحب نظران؛ فصل‌های مبانی روغن‌گیری از گیاهان دارویی- روغن‌گیری عملی از گیاهان دارویی و روغن‌های دارویی و ماساژ- به چاپ سوم- ویراست سوم کتاب افزوده شد.

همچنین به مباحث روغن‌های دارویی گیاهی و حیوانی در این چاپ کامل‌تر پرداخته شده تا با مطالعه آن، امکان بهره‌وری بهتر برای شما علاقه‌مندان طب سنتی فراهم گردد. در کتاب حاضر برای نخستین بار خواص و طرز تهیه قریب به ۲۰۰ روغن طبّی پر کاربرد به زبان ساده آورده شده است. نمایه و واژه نامه انگلیسی به فارسی هم برای آشنایی هر چه بیشتر خوانندگان عزیز، در آخر کتاب آورده شده است.

دوستدار شما

شهرام مقصودی

www.ketab.ir