

راز گیاهان دارویی

تألیف:

رضا نادرخوش



۱۳۹۹

سرشناسه	: آذرخوش، رضا، ۱۳۷۹-
عنوان و نام پدیدآور	: راز گیاهان دارویی / تالیف رضا آذرخوش.
مشخصات نشر	: تهران: تفکر آینده ساز، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۷ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۸۱۲۱-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: گیاهان دارویی
موضوع	: Medicinal plants
رده بندی کنگره	: ۱۶۴RS
رده بندی دیویی	: ۳۲/۶۱۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۰۵۵.۹۱

حقوق مادی و معنوی برای مؤلف و انتشارات محفوظ است و هر گونه کپی برداری پیگرد قانونی دارد

دفتر انتشارات: میدان، حلاب خیابان زاندارمری، پلاک ۱۲۷ واحد ۳ ۰۲۱-۶۶۹۷۹۴۰۲-۰۹۱۰۱۰۷۱۰۴-۰۹۱۰۹۱۰۷۴۰۳	
--	--

عنوان کتاب

راز گیاهان دارویی

مؤلف	: آذرخوش
صفحه آرا	: تفکر آینده ساز
طراح جلد	: تفکر آینده ساز
ناشر	: تفکر آینده ساز
شمارگان	: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ	: اول، ۱۳۹۹
قیمت	: ۳۶ هزار تومان

ISBN : ۹۷۸-۶۲۲-۷۰۸۱۲۱-۳

فهرست

۲۱	آرتیشو (کنگر فرنگی) (Cynara Scolymus)
۲۲	طریقه و میزان مصرف کنگر فرنگی
۲۳	آفتیمون شامی (Cuscuta Ep. thymum)
۲۴	گیاه شناسی آفتیمون
۲۴	طرز استفاده و مقدار مصرف آفتیمون
۲۵	مضرات آفتیمون
۲۵	فواید و مضرات باقلا
۲۶	خواص دارویی و فواید باقلا
۲۹	خواص باقلا در بارداری
۲۹	خواص باقلا
۲۹	خواص باقلا برای پوست
۳۱	خواص باقلا برای مو
۳۱	افزایش رشد مو
۳۲	خواص درمانی آلبالو
۳۳	مصرف آلبالو در بارداری
۳۳	مصرف آلبالو در دیابت
۳۵	مصرف آلبالو در شیردهی

۳۵	نکات مهم در انتخاب آلبالو
۳۵	بهترین زمان مصرف آلبالو
۳۶	مضرات آلبالو
۳۶	آلوسیاه (<i>Prunus Spinosa</i>)
۳۸	آمله (مقش <i>Peeled</i>)
۴۸	آویشن (<i>Thyme</i>)
۴۹	خواص آویشن
۵۲	خاستگاه آویشن
۵۲	تاریخچه‌ی آویشن
۵۳	نحوه‌ی استفاده از آویشن
۵۴	در چه غذاهایی می‌توان آویشن استفاده کرد
۵۴	هشدارهایی در مورد استفاده از آویشن
۵۵	ابهل (میوه سرو کوهی <i>Juniperus Sabina</i> I)
۵۵	اذخر (کاه مکه <i>Ceratonia Siliqua</i> I)
۵۶	خواص درمانی کاه مکی
۵۶	درمان گیاهی سفتی طحال
۵۶	درمان گیاهی ضد تهوع
۵۶	درمان گیاهی تسکین درد دندان
۵۶	درمان گیاهی درد روماتیسم
۵۶	ازگیل (<i>Mespilus Germanica</i> I)
۵۷	ارزش غذایی ازگیل
۵۷	فواید ازگیل برای سلامتی
۶۱	اسطوخودوس (لاواند <i>Lavandula Verad</i>)
۶۱	خواص اسطوخودوس برای پوست و مو
۶۲	درمان ریزش مو

- ۶۲ فواید دارویی و درمانی اسطوخودوس برای بدن
- ۶۲ فواید دارویی و درمانی چای اسطوخودوس
- ۶۴ خواص دمنوش اسطوخودوس
- ۶۴ طرز تهیه دمنوش اسطوخودوس
- ۶۵ عوارض، مضرات و مواد منع مصرف اسطوخودوس
- ۶۵ طبع اسطوخودوس
- ۶۶ اسپرزه (اسفرز *Plantago Psyllium*)
- ۶۶ خصوصیات تاذبه‌ای اسفرزه
- ۶۷ خصوصیات تغذیه‌ای اسفرزه چیست؟
- ۶۷ فواید پوسته‌پسایوم و اسفرز آن بر سلامت چیست؟
- ۶۷ درمان هموروئید
- ۶۷ اسفرزه برای بهبود هضم
- ۶۷ اسفرزه برای تسکین خارش مقع
- ۶۷ اسفرزه برای درمان یبوست
- ۶۸ درمان سنگ صفرا با اسفرزه
- ۶۸ اسفرزه برای درمان دیابت
- ۶۸ درمان دیابت با استفاده از اسفرزه
- ۶۸ اسفرزه برای درمان اسهال
- ۶۹ درمان زخم کولیت با اسفرزه
- ۶۹ درمان کلسترول بالا با اسفرزه
- ۶۹ اسفرزه برای سلامت قلب
- ۷۰ بهبود سلامت قلب با اسفرزه
- ۷۰ اسفرزه برای کاهش وزن
- ۷۰ اسفرزه برای درمان زخم و توده‌های مقعدی
- ۷۰ درمان برفک دهانی با اسفرزه

۷۰	درمان سندرم آی بی اس
۷۱	اسفرزه برای کنترل قند خون
۷۱	اسفرزه برای درمان اسیدیته
۷۱	اسفرزه برای دفع سموم
۷۲	اسفرزه یا پسلیوم برای دفع سموم
۷۲	اسفرزه برای کاهش مشکلات قلبی
۷۲	اسفرزه مفید برای پوست
۷۲	ایمنی
۷۳	دوز ایمن و مصرف اسفرزه
۷۴	جا انداختن مصرف اسفرزه
۷۴	اسفرزه یا پسلیوم
۷۴	عوارض جانبی اسفرزه
۷۵	چگونه می توان از اسفرزه استفاده کرد
۷۵	چگونه از اسفرزه استفاده کنیم؟
۷۶	اسفناج (<i>Spinacia Oleracea</i>)
۷۶	اسپند اسفند (<i>Peganum Narmala</i>)
۷۶	اوشق عشاق (<i>Dorema Ammoniacum dom</i>)
۷۶	افستین (<i>Artemisia Absinthium</i>)
۷۷	اکلیل الملک (ناخنک)
۷۷	اکلیل کوهی (رزمارینی) (<i>Rosemarinus</i>)
۷۷	Officialis I.
۷۸	اگیر ترکی (<i>Acorus Calamus</i>)
۷۸	انار (<i>Punica Granatum</i>)
۷۸	انبه (<i>Mangifera inica</i>)
۷۸	انگدان رومی (<i>Lavage</i>)

- انجیر (*Ficus Carica* L) ۷۹
- انزروت (*Astagalus Fasciculifolus* boiss) ۷۹
- انگور (*Vitis vinifera* L) ۷۹
- انگور خرس (*Arctostaphylosuva ursi*) ۷۹
- عوارض انگور خرس چیست؟ ۸۰
- همه چیز درمورد گیاه دارویی انگور خرس ۸۱
- انیسون (بادیان رومی *Pimpinella anisun*) ۸۱
- اوکالپتوس (*Eucaliptus*) ۸۱
- بابا آدم (*Arctium lappa* L) ۸۲
- بابونه (*Anthemis Nobilis* L) ۸۲
- باد آورد (کنگر کوهی *Cynara Cardunculus* L) ۸۲
- بادام تلخ (*Amygdalus Ammara*) ۸۳
- مضرات بادام تلخ ۸۳
- بادام زمینی (*Arashis Hypogaea*) ۸۳
- بادام شیرین (*Amygdalus Communis*) ۸۳
- بادرنجبویه (*Asperugo Proumbens*) ۸۴
- روش های مصرف بادرنبویه ۸۷
- عوارض جانبی احتمالی ۸۸
- بادیان ختایی (*Star Anise*) ۸۸
- بارهنگ (*Plantago Major* L) ۸۸
- باریجه (*Ferula Gummosa Boiss*) ۸۹
- باقلا (*Vica fava*) ۸۹
- بالنگ اترج (*Citrus Mediical*) ۸۹
- به النگو ۸۹
- بامیه (*Esculentus*) ۸۹

- ۹۰ برگ بو (*Laurus nobilis*)
- ۹۰ برنج (*Oryza Sativa* I)
- ۹۰ برنجاسف (*Artemisia Vulgaris* I)
- ۹۰ بزرك (*Linum usitatissimum*)
- ۹۰ به زیر (*Verbas Mthapsus*)
- ۹۱ بسفایج (*Polypodium Vulgare* I)
- ۹۱ بلادق قرص کمر (*Atropa Belladonna*)
- ۹۱ بلوط (*Quercus pedunculata*)
- ۹۱ بندق هندی (*Indiana Hazelnut*)
- ۹۲ بنفشه ایرانی (*Violette colorate*)
- ۹۲ بوزیدان (*Hippocistis ROOT*)
- ۹۲ بولاغ اوتی علف چشمه (*Cresson de fontaine*)
- ۹۲ بومادران (*Acillea Millefolium*)
- ۹۳ به (*Pyrus Cudonia* I)
- ۹۳ بهارنارنج (*Citrus Aurantium* I)
- ۹۳ به لیمو (*Lippa Citriodora Kunth*)
- ۹۳ بهمن (سرخ - سفید)
- ۹۳ بید (*Salix Albal* I)
- ۹۴ بید گیاه مرغ (*Chiendent*)
- ۹۴ بیدمشک (بهرامج) (*Salix Aegyptiaca* I)
- ۹۴ بید خشت (بید انگین) (*Salix Fragilis* I)
- ۹۴ پاپریکا (فلفل قرمز آمریکایی) (*Paprica*)
- ۹۴ پاخیری (علف سرفدا) (*Tussilago Farfara*)
- ۹۵ پامچال (*Primula Veris* I)
- ۹۵ پای شیر (*Alchemilla vulgaris*)

- ۹۵ (Lycopodium Clavatum I) پای گرگ
- ۹۵ (Citrus Aurantium I) پرتقال
- ۹۵ (Adiantum Capillus) پرسیاوشان
- ۹۶ (Pistachio) پسته
- ۹۶ (Cistus I) پنج انگشت
- ۹۶ (potentilla reptans) I پنج برگ
- ۹۶ (Malva Silvestris I) بنیرک گل آبی
- ۹۷ (Tagifolia) I پونه
- ۹۷ (Allium Cepa) I پیاز
- ۹۷ (Urginea Maritima) I پیاز غنصل پیازدشتی
- ۹۷ (Datura Stramonium) I تانوره
- ۹۸ (Celosia Cristata) I تاج خروس گل حلوا-زلف خروس
- ۹۸ (Nolana Dulcamara I) تاجریزی
- ۹۸ (Raphanus Sativus I) ترب
- ۹۸ (Artemisia Dracunculus I) ترخون
- ۹۸ (Rumex Acetosa I) ترشک (رومکس)
- ۹۹ (Hedysarum Alhagi I) ترنجبین
- ۹۹ (Allium Ampeloprasum I) تره
- ۹۹ (Lepidium Sativum I) (شاهی) تره تیزک
- ۹۹ (Powaro) تره فرنگی
- ۱۰۰ (Tamarindus Indica) I تمرهندی
- ۱۰۰ (Rubus Idaeus) I تمشک (تمیس)
- ۱۰۰ (Morus Alba I) توت سفید
- ۱۰۰ (Morus Nigra I) توت سیاه
- ۱۰۰ (Lime) (زیرفون) نیول

- ۱۰۱..... (Orchis Latifolia L) ثعلب
- ۱۰۱..... (Petroselinum Crispum Mill) جعفری
- ۱۰۱..... (Gentiana Lutea L) جنتیانا
- ۱۰۱..... (Hordeum Vulgare) جو
- ۱۰۲..... (Avena Sativa L) جودوسر یولاف
- ۱۰۲..... (Opopanax Chironium Kochi) جو شیر
- ۱۰۲..... (Gin Seng) جین سینگ
- ۱۰۲..... (Secale Cereale) چاودار
- ۱۰۲..... (Tea Sinesis L) چای
- ۱۰۳..... (Four Tea) چای ترش
- ۱۰۳..... (Green Tea) چای سبز چای لاغری
- ۱۰۳..... (White Tea) چای سفید چای رجال
- ۱۰۳..... (Hydricium Perforatum L) چای کوهی
- ۱۰۴..... (Beta Vulgaris L) چغندر
- ۱۰۴..... (Platanus Orientalis L) چنار
- ۱۰۴..... (Aralia Ginseng Baill) چوب چینی
- ۱۰۴..... (Saponaria Officina) چوبه غاسول
- ۱۰۴..... (Ipis Judiacus) حجر الیهود
- ۱۰۵..... (Lawsonia Inermis L) حنا
- ۱۰۵..... (Cucumis Colocynthis L) حنظل (هندوانه ابو جهل)
- ۱۰۵..... (Tribulus Terrestris L) خارخسک خار سه گوش
- ۱۰۵..... (Alhagi Comelorum) خارشتر
- ۱۰۵..... (Carduus Marianus) خارمریم
- ۱۰۶..... (Sisymbrium Officinale Scop L) خاکشی
- ۱۰۶..... (Alcea rosea L) ختمی

- ۱۰۶..... (Cucumis Melo l) خربزه
- ۱۰۶..... (Sinapis Alba l) خردل سفید
- ۱۰۶..... (Prtulace Oleracea l) خرفه
- ۱۰۷..... خرگوشک
- ۱۰۷..... (Phoennix Dactylifera) خرما
- ۱۰۷..... (Diospyros Kaki l) خرمالو
- ۱۰۸..... (Alpinia Officinarum) خولنجان خسرودارو
- ۱۰۸..... (Sang Dragon) خون سیاوشان
- ۱۰۸..... (Caneficeier) خیار چنبر کائرون - ترکی
- ۱۰۸..... (Cucumis Saivus l) خیار سبز
- ۱۰۹..... (Cinnamomum Zeylanicum l) دارچین
- ۱۰۹..... (Piper Longum) دار فلفل
- ۱۰۹..... (Viscum Album l) دارواش مویزک عسلی - کشمش کمالی
- ۱۰۹..... درخت تب نوبه
- ۱۰۹..... (Artemisia Abrotanum l) درمنه
- ۱۱۰..... (Equisetum Arvense l) دُم اسب
- ۱۱۰..... دُم گیلاس (باکس گیلاس)
- ۱۱۰..... ذرت (Zea Mays)
- ۱۱۰..... (Humulus Lupulus) رازک
- ۱۱۱..... (Rubia Tinctorum l) روناس
- ۱۱۱..... (Ocimum Basilicum) ریحان
- ۱۱۱..... (Rheum Palmatum l) ریواس
- ۱۱۱..... (Tanguticum maxim) ریوند چینی
- ۱۱۲..... زالزالک کیالک - کویج (Crataegus Monogyna l)
- ۱۱۲..... زبان گنجشک (Fraxinum Excelsior l)