

طبیعت در مانگر

«ویرایش دوم»

تالیف:

ماهرخ سپهوند

(دانشجوی دکتری تخصصی علوم باغبانی دانشگاه تبریز)

محمود خروشی

(مشاور سازمان نظام مهندسی کشاورزی استان اردبیل)

اصغر پورحسن

(کارشناسی ارشد علوم باغبانی دانشگاه محقق اردبیلی)



واحد استان اردبیل

۱۴۰۰

سرشناسه	: سپهوند، ماهرخ، ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: طبیعت درمانگر/ تألیف ماهرخ سپهوند، محمود خروشی، اصغر پورحسن؛ ویراستار مهران محمدی.
وضعیت ویراست	: [ویراست ۲].
مشخصات نشر	: اردبیل: جهاددانشگاهی، واحد استان اردبیل، سازمان انتشارات ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۳۵۲ ص: مصور (رنگی)، جدول.
شابک	: ۵۰۰۰۰ ریال: ۴ - ۹۵ - ۶۲۳۱ - ۶۲۲ - ۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: ویراست اول کتاب حاضر با عنوان طبیعت درمانگر و نعمتهای شفابخش: دایره المعارف گیاهان دارویی به انضمام اسامی محلی با سه نویسنده محمود خروشی، ماهرخ سپهوند، اصغر پورحسن توسط جهاد دانشگاهی، واحد اردبیل در سال ۱۳۹۵ به چاپ رسیده است.
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۳۴۹] - ۳۵۲.
عنوان دیگر	: طبیعت درمانگر و نعمتهای شفابخش: دایره المعارف گیاهان دارویی به انضمام اسامی محلی.
موضوع	: گیاهان دارویی - دایره المعارفها Medicinal plants - Encyclopedias پزشکی سنتی - دایره المعارفها Traditional medicine - Encyclopedias
شناسه افزوده	: خروشی، محمود، ۱۳۶۴ -
شناسه افزوده	: پورحسن، اصغر، ۱۳۶۲ -
شناسه افزوده	: جهاد دانشگاهی، واحد استان اردبیل، سازمان انتشارات
شناسه افزوده	: Jahad-e Daneshgahi. Vahed-e Ostan Ardabil. Press Organization
رده‌بندی کنگره	: RS ۱۶۴
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۵/۳۲۰۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۶۷۰۸۴۶
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا	

طبیعت درمانگر

«ویرایش دوم»



مولف: ماهرخ سپهوند، محمود خروشی و اصغر پورحسن

ویراستار: مهران محمدی (کارشناس ارشد مدیریت آموزشی)

ناشر: انتشارات جهاد دانشگاهی استان اردبیل

چاپ: اول - ۱۳۹۵

ویرایش: دوم - ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۳۱-۹۵-۴

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کسی تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه نماید مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

نشانی انتشارات: اردبیل - شهرک کارشناسان - میدان شفا، تلفن: ۳۳۷۴۹۵۰۶، رایانامه: ard.chap@chmail.ir

نشانی سازمان انتشارات: تهران - خیابان انقلاب اسلامی - خیابان فخررازی - خیابان شهدای ژاندارمری - پلاک ۷۲، تلفن: ۶۶۹۵۲۹۴۸

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۷	پیشگفتار
۱۹	مقدمه
فصل اول: گیاهان دارویی	
۲۱	آرتیشو <i>Cynara scolymus</i>
۲۳	آزاله <i>Rhododendron pointcam</i>
۲۳	آقطی سیاه <i>Sambucus nigra</i>
۲۵	آلبالو <i>Prunus cerasus</i>
۲۵	آلبالوی وحشی <i>Cerasus mahalab</i>
۲۶	آلونه‌ورا <i>Aloe vera</i>
۲۷	آووکادو <i>Persea gratissiam</i>
۲۸	آویشن <i>Thymus serpyllum</i>
۳۰	ازملک <i>Smilax aspera</i> , <i>S. excelsa</i>
۳۱	اسپند <i>Peganum harmala</i>
۳۲	اسطوخودوس <i>Lavandula stoechas</i>
۳۳	اسفناج <i>spinacia sleraceae</i>
۳۴	اقاقیا <i>Robinia pseudoacia</i>
۳۵	اکسیر ترکی <i>Acorus calmus</i>
۳۶	انار <i>Punica granatum</i>
۳۸	انجبار <i>Polygonum bistorta</i>
۳۹	انجیر <i>Ficus carica</i>
۴۱	انگور <i>Vitis vinifera</i>
۴۴	انگور فرنگی سیاه <i>Ribes nigrum</i>
۴۴	اوکالپتوس <i>Eucalyptus globulus</i>
۴۵	بابا آدم <i>Lappa tomentosa</i>
۴۶	بادام تلخ <i>Amygdalus communis amarae</i>
۴۷	بادرنجبویه <i>Melissa officinalis</i>
۴۸	بادیان هندی <i>Pimpinella anisum</i>

۵۰		<i>Plantago major</i>	بارهنگ کبیر
۵۱		<i>Vicia faba</i>	باقلا
۵۲		<i>Hibiscus esculentus</i>	بامیه
۵۳		<i>Solanum melongena</i>	بادمجان
۵۴		<i>Viburnum opulus</i>	بداغ
۵۵		<i>Laurus nobilis</i>	برگبو
۵۶		<i>Oryza sativa</i>	برنج
۵۷		<i>Viola tricolor</i>	بنفشه‌ی سه‌رنگ
۵۷		<i>Achillea millefolium</i>	بومادران
۵۹		<i>Cydonia oblonga</i>	به
۶۱		<i>Pistacia vera</i>	پسته
۶۲		<i>Gossypium herbaceum</i>	پنبه
۶۳		<i>Malva sylvestris</i>	پوستک
۶۴		<i>Mentha pulegium</i>	پونه
۶۵		<i>Galium aparine</i>	شیرپنیر
۶۶		<i>Allium cepa</i>	پیاز
۶۹		<i>Scillae maritima</i>	پیاز دریایی
۷۰		<i>Lonicera etrusca, L. caprifolium</i>	پیچ امین‌الدوله
۷۱		<i>Solanum nigrum</i>	تاجریزی سیاه
۷۱		<i>Raphanus sativus</i>	تربچه
۷۳		<i>Lepidium sativum</i>	تره‌تیزک
۷۴		<i>Allium porrum</i>	تره‌فرنگی
۷۵		<i>Tamarindus indica</i>	تمبر هندی
۷۶		<i>Rubus caesius</i>	تمشک
۷۷		<i>Rubus idaeus</i>	تمشک قرمز
۷۸		<i>Fragaria vesca</i>	توت‌فرنگی
۷۹		<i>Nicotiana tabacum</i>	توتون
۸۰		<i>Orchis dactylorhiza</i>	ثعلب
۸۱		<i>Petroselinum sativum</i>	جعفری
۸۲		<i>Hordeum vulgare</i>	جو

۸۴		<i>Myristica fragrans</i>	جوز هندی
۸۵		<i>Tea sinensis</i>	چای
۸۶		<i>Ceterach officinarum</i>	چترک
۸۷		<i>Beta vulgaris</i>	چغندر
۸۸		<i>Platanus orientalis</i>	چنار
۸۹		<i>Lawsonia inermis</i>	حنا
۹۰		<i>Cnicus benedictus</i>	خار مقدس
۹۱		<i>Althaea officinallis</i>	ختمی
۹۲		<i>Fructus cacumeris</i>	خریزه
۹۴		<i>Brassica nigra</i>	خردل سیاه
۹۵		<i>Nerium oleander</i>	خرزهره
۹۶		<i>Verbascum phlomoides</i>	خرگوشک
۹۷		<i>Phoenix dactylifera</i>	خرما
۱۰۱		<i>Diospyros kaki</i>	خرمالو
۱۰۱		<i>Ceratonia siliqua</i>	خرنوب
۱۰۲		<i>Chondrus crispus</i>	خزه‌ی ایرلندی
۱۰۳		<i>Papaver somniferum</i>	خشخاش
۱۰۴		<i>Lathyrus sativus</i>	خلر
۱۰۴		<i>Alpinia officinarum</i>	خولتجان
۱۰۵		<i>Cucumis sativus</i>	خیار
۱۰۶		<i>Cucumis flexuosus</i>	خیار ترشی
۱۰۷		<i>Ecballium elaterium</i>	خیار وحشی
۱۰۸		<i>Viscum album</i>	دارواش
۱۰۹		<i>Celtis australis</i>	داغداغان
۱۰۹		<i>Indigofera tinctoria</i>	درخت شمل
۱۱۰		<i>Gummi olibanum</i>	درخت صمغ
۱۱۲		<i>Aguilaria agallocha</i>	درخت عود
۱۱۳		<i>Salvadora persica</i>	درخت مسواک
۱۲۰		<i>Pistacia lentiscus</i>	درخت مصطکی
۱۲۱		<i>Tilia argentea, T.platyphyllos</i>	درخت نمدار

پیشگفتار

خداوند رحمن و رحیم را سجده‌ی شکر می‌گزاریم که بر ما صبر عطا فرمود تا پیشکشی هر چند ناچیز را توانستیم به یاری اساتیدمان به محضر طالبان علم و سروران خدادوست و پیشگامان سلامت بشری تقدیم داریم.

اکنون جامعه‌ی پزشکی جهان به اهمیت روش‌های درمان طبیعی و مکاتب طب سنتی و مکمل پی برده است و دانشکده‌ها و مراکز تحقیقاتی بسیاری در غرب و شرق جهان به پژوهش برای به کارگیری روش‌های مختلف طبی که سابقه علمی و تاریخی دارند، مشغول می‌باشند. در کشور ما نیز امروزه این بخش از طب مورد توجه علما، پزشکان و حتی عموم مردم قرار گرفته است. به همین منوال ما نیز پس از سال‌ها تلاش، تحقیق و بهره‌گیری از علم اساتید بزرگوار عرصه‌ی علم طب سنتی و گیاهان دارویی توانستیم این اثر را به رشته‌ی تحریر درآوریم که هم از لحاظ طب سنتی اسلامی در برگیرنده مطالبی مفید باشد و هم از نظر علمی و عملی دارای سخنانی کاربردی، که گام به گام علم پزشکی نوین به خصوص طب سنتی و طبیعت درمانی به پیش رفته باشد.

چاپ اول این اثر با عنوان «طبیعت درمانگر و نعمت‌های شفا بخش» در سال ۱۳۹۵ توسط انتشارات جهاددانشگاهی اردبیل نشر و روانه بازار کتب شد اما در چند سال اخیر با توجه به درخواست مخاطبان عزیز و راهنمایی‌های اساتید گرامی درصدد تکمیل آن برآمدیم. در ویرایش دوم و آنچه در پیش رو دارید، با عنوان «طبیعت درمانگر» سعی بر آن شد که در فصل اول به تشریح گیاهان دارویی و در فصل دوم سایر درمانگرهای طبیعی پیرامون بشری از جمله محصولات لبنی، حیوانی و هر آنچه که در کیفیت بخشی به زندگی انسان مؤثر و مفید است به تفکیک نام علمی، ترکیبات شیمیایی و آلی، خواص دارویی و عوارض جانبی آنها جهت استفاده بهتر و آگاهانه‌تر از گیاهان دارویی و علم طب سنتی پرداخته شود. همچنین در جهت معرفی بهتر، تصاویر رنگی گیاهان و سایر درمانگرهای طبیعی و نیز اسامی محلی (ترکی) آن‌ها در انتهای کتاب بصورت پیوست ارائه شد.

لذا هرچه در توان داشتیم پیش گذاشتیم تا کتاب حاضر تا جای ممکن عاری از اشتباه باشد اما بر حسب ادای حق شاگردی در محضر اساتید، طلب اراده‌ی ایرادات و مشکلات احتمالی برای رفع موارد مذکور در چاپ‌ها و ویرایش‌های بعدی هستیم.

بر خود واجب می‌دانیم، از زحمات استادید عالی‌قدرمان، از آنهایی که از دوران کودکی روش زیستن را به ما آموختند تا آنهایی که پشتوانه‌مان بودند در جهت نیل به اهداف و آرزوهایمان و نهایت بزرگواری را در حق ما به عمل آوردند، نهایت تشکر و سپاس‌گزاری را بنماییم.