

سرشناسه : حسنی، منصور، ۱۳۲۱ -
 عنوان و نام پدیدآور : سیر درمانی: معجزه گر فراموش شده / گردآوری منصور حسنی میانرودی.
 مشخصات نشر : تهران: میانکوشک، ۱۳۹۲.
 مشخصات ظاهری : ۱۲۰ ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۳۳۹-۸-۱
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیا.
 موضوع : سیر -- مصارف درمانی
 رده‌بندی کنگره : ۱۶۵/۱۶۵/۱۳۹۲
 رده‌بندی دهوی : ۶۱۵/۳۳۴۳۳۴
 شماره کتاب‌شناسی ملی : ۳۱۰۱۷۶۰۰

عنوان: سیر درمانی

نویسنده: منصور حسنی میانرودی

ویراستار: مهرنوش خاجوی

ناشر: انتشارات میانکوشک

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۹۲

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: اوستا

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۳۳۹-۸-۱

فهرست مطالب

۱۳	پیشگفتار.....
۱۴	مقدمه: گیاه شناسی.....
۱۷	فصل اول: تاریخچه.....
۱۸	هند باستان.....
۱۸	مصر باستان.....
۲۰	یونان باستان.....
۲۲	قرن بیستم.....
۲۳	نتیجه گیری.....
۲۴	سیر در عصر حاضر: طب سنتی و طبیعی.....
۲۶	فصل دوم: خواص غذایی سیر.....
۲۸	سیر ترشی.....
۲۹	قرص سیر.....
۳۰	فصل سوم: مضرات سیر.....
۳۱	چگونه از بوی سیر خلاص شویم:.....
۳۵	فصل چهارم: نقش سیر در طب سنتی.....



- ۳۶.....تایلند، چین و فیجی
- ۳۷.....آفریقا
- ۳۸.....فرانسه
- ۳۹.....کشور بلغار
- ۴۲.....فصل پنجم: آنتی بیوتیک و خواص محرک سیستم ایمنی
- ۴۲.....سیر و داروهای آنتی بیوتیک
- ۴۴.....سیر به عنوان آنتی بیوتیک
- ۴۵.....سیر به عنوان آنتی بیوتیک چه نقشی دارد؟
- ۴۶.....باکتری های مقاوم
- ۴۷.....ویروس ها
- ۴۸.....قارچ ها و انگل های تک یاخته ای
- ۴۹.....سیر و سیستم ایمنی
- ۵۲.....بهترین طریق خوردن سیر به عنوان آنتی بیوتیک
- ۵۳.....سیر در سرکه
- ۵۴.....فصل ششم: سیر و بیماری های قلب و عروق
- ۵۵.....بیماری قلب و عروق
- ۵۶.....مراحل فیزیولوژیکی عمل سیر
- ۵۷.....سیر و داروهای کاهش دهنده کلسترول
- ۵۷.....خوردن سیر جهت کاهش کلسترول



سیر به عنوان آنتی اکسیدان.....	۵۷
سیر خون را رقیق می کند.....	۵۹
سیر فشار خون را کاهش می دهد.....	۶۰
درمان تصلب شرایین (Atherosclerosis Treating).....	۶۱
حمله قلبی.....	۶۱
فصل هفتم: نقش سیر در پیشگیری از سرطان.....	۶۲
برنامه غذایی طراحی شده.....	۶۳
از پیشگیری تا مواجهه.....	۶۴
تابش (Radiation).....	۶۶
اثرات ضد تومور.....	۶۶
مکانیزم های ضد سرطانی.....	۶۶
فصل هشتم: استرس، خستگی و سوءخوردگی.....	۶۸
استرس (Stress).....	۶۹
استرس و خستگی.....	۷۰
خستگی ناشی از ورزش.....	۷۱
استرس زیاد.....	۷۲
فصل نهم: ترکیبات سیر.....	۷۴
شکستن آلی سین.....	۷۵



- ۷۶..... ترکیبات گوگردی
- ۷۸..... فصل دهم: عوارض جانبی و موارد منع مصرف
- ۷۸..... زیاده روی در مصرف سیر
- ۷۹..... عوارض جانبی
- ۷۹..... عوارض جانبی سیر
- ۸۰..... سوختگی ناشی از سیر
- ۸۰..... موارد منع مصرف
- ۸۱..... کاهش قند خون
- ۸۲..... تاول ناشی از سیستم ایمنی
- ۸۲..... رقیق کنندگان خون
- ۸۲..... جراحی قریب الوقوع
- ۸۳..... پیوند عضو
- ۸۳..... احتیاط در مصرف سیر
- ۸۳..... بقراط حکیم در سال چهارصد قبل از میلاد
- ۸۳..... دیوسکرایدز پنجاه سال بعد از میلاد
- ۸۴..... پلی نی، پنجاه سال بعد از میلاد (pliny)
- ۸۴..... ابو علی سینا هزار سال بعد از میلاد
- ۸۴..... جان جرارد، ۱۶۰۰ سال بعد از میلاد (John Gerard)
- ۸۵..... دکتر ویلیام کوک سال ۱۸۶۹ بعد از میلاد



۸۵	طبایع چهارگانه.....
۸۵	سیر و امور معنوی (garlic and spiritual pursuits).....
۸۶	اگر کسی تحمل خوردن سیر را ندارد چه کاری باید بکند؟.....
۸۸	فصل یازدهم: سیرو بیماری ها.....
۸۸	اشکال مختلف سیر.....
۸۹	محصول آنتی بیوتیکی.....
۸۹	تحریک.....
۹۰	توان دارویی.....
۹۱	آلی سین موجود در کسول.....
۹۱	سیر خشک:.....
۹۱	پودر سیر بریده شده:.....
۹۲	آلی سین ثابت شده:.....
۹۲	روغن تقطیر شده:.....
۹۲	روغن آغشته به سیر:.....
۹۳	محصولات سیر را خودتان بسازید.....
۹۴	آلی سین محصولات خانگی.....
۹۵	شمع سینه.....
۹۵	ماساژ سینه.....
۹۵	کمپرس سرد.....



۹۶	کمپرس گرم
۹۷	شربت سیر
۹۸	سیر پخته
۹۸	جوشانده
۹۹	ضماد پا
۹۹	پاشویه
۹۹	دم کرده
۱۰۰	استنشام
۱۰۰	آب گیری یا افشرد
۱۰۰	قطره بینی
۱۰۰	روغن پهن شده
۱۰۱	ضماد شماره ۱
۱۰۱	ضماد شماره ۲
۱۰۱	ضماد شماره ۳
۱۰۲	سیر خام
۱۰۲	نشستن در وان (sits in bath)
۱۰۳	بخور
۱۰۳	شربت شماره ۱
۱۰۴	شربت شماره ۲
۱۰۴	سرکه

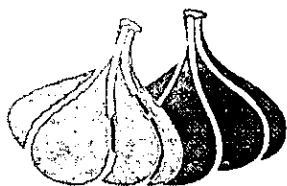


فصل دوازدهم: سیر جهت درمان بیماری های خاص.....	۱۰۵
نقش دارویی سیر.....	۱۰۵
ورم معده.....	۱۰۷
جوش صورت و پوست (Acne).....	۱۰۷
بی اشتها (Anorexia).....	۱۰۸
آرتروز.....	۱۰۹
آسم.....	۱۰۹
قلب و عروق / بیماری سرخرگ شریانی.....	۱۱۰
گزش و گزیدگی.....	۱۱۰
لخته شدن خون.....	۱۱۱
کورک ها یا دمل ها.....	۱۱۱
برونشیت.....	۱۱۲
سرطان.....	۱۱۲
کاندیدا.....	۱۱۲
شیمی درمانی / پرتو درمانی.....	۱۱۳
لنگیدن در اثر نرسیدن خون به عضلات پا.....	۱۱۳
سرماخوردگی عمومی.....	۱۱۴
نتیجه گیری: سیر و هزینه مراقبت پزشکی.....	۱۱۶
سلامت عمومی.....	۱۱۶



- ۱۱۷..... کشت سیر:
- ۱۱۷..... سیر در آینده
- ۱۱۹..... منابع و مآخذ

www.ketab.ir



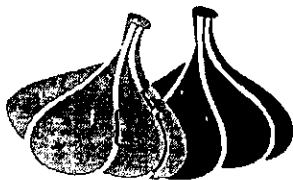
پیشگفتار

از قرن‌ها پیش زمانی که انسان با به صحنه حیات گذاشت برای بقا خود مبارزه می‌کرد و به موازات تلاش برای تهیه غذا و پوشاک و اقلام مورد نیاز، به حفظ سلامت خود می‌اندیشید. از این رو به دنبال راههایی برای دفع ناراحتی‌های خویش بود. بدین منظور از گیاهان در درمان خویش استفاده می‌نمود. طب گیاهی دارای سابقه طولانی بوده و با توجه به کمی مضرات این گونه درمان در حال حاضر نیز مورد توجه می‌باشد و دارای کاربرد است.

کتاب حاضر با نام سیر درمانی به خواص و کاربردهای سیر این گیاه اسرار آمیز که به حق میتوان آنرا معجزه‌ای در طب گیاهی نامید پرداخته است. این کتاب خواص و ترکیبات سیر و کاربرد آن در درمان بیماری‌های مختلف را بیان میدارد.

امید است با ارائه این کتاب توانسته باشم بخشی از خواص این گیاه را برایتان بازگو نمایم.

بهار ۱۳۹۲



مقدمه:

گیاه شناسی

سیر، از سبزیهایی است که تاریخی بسیار کهن دارد. انسان خواص درمانی این گیاه را پنج قرن قبل از میلاد مسیح شناخته بود. محل کشت سیر شرق است که به میزان وسیعی کشت داده می شود. در ماه فروردین هر یک از پیازهای کوچک سیر را در خاک کاملاً خشک به فاصله ۱۵-۲۰ سانتی متری می کارند و بین ماههای تیر و مرداد که برگها پژمرده شود جمع آوری می گردد. این گیاه در نواحی مختلف ایران بخصوص در شمال کشور بطور گسترده پرورش می یابد. سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد. برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود. سیر و پیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد.

در سیر مواد زیر یافت می شود: گوگرد، ید، سیلیس و مهمتر از همه اسانس گوگردی به نام آلیل. سیر یک ماده ضد عفونی کننده طبیعی و پلشت پر بسیار