

طب سنتی صالح

جلد ہجدهم

www.ketab.ir

دکتر امیر محمدزاده

سرشناسه : محمدزاده، امیر، ۱۳۴۹ -
 عنوان و نام پدیدآور : طب سنتی صالح/امیر محمدزاده.
 مشخصات نشر : تهران: انتشارات پژوهشیار، ۱۳۹۶
 مشخصات ظاهری : ج ۱۸
 شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۰۸۰-۱۵-۶
 وضعیت فهرست نویسی: فیپا
 موضوع : پزشکی سنتی
 موضوع : Traditional medicine
 رده بندی: سگره : ۱۳۹۶ الف م ۳۳۲/۲ R۱۳۵
 رده بندی: ری: ۶۱۰
 شماره کتابشناختی: ۹۰۰ ۴۷



طب سنتی صالح: جلد هفدهم، میوه ها و خواص آن

نویسنده: دکتر امیر محمدزاده
 ویراستار علمی: دکتر حمید توتونچی اصل
 نوبت و سال چاپ: چاپ اول/ ۱۳۹۷
 ویراستار/طراح جلد: انتشارات پژوهشیار
 قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

تهران، خیابان منیری جاوید، تقاطع ژاندارمری، پلاک ۶۱ روبروی ساختمان دانشجو، طبقه اول

۶۶۴۷۹۲۵۱

Pajooheshyarpublish@gmail.com

هرگونه کپی برداری، تکثیر کلی یا جزئی از مطالب کتاب بدون اجازه ناشر پیگرد قانونی دارد.

فهرست مطالب

۱۵.....	مقدمه.....
۱۵.....	تحقیقات دانشمندان بزرگ، درباره خواص میوه‌ها.....
۱۵.....	نقش طبی میوه‌ها.....
۱۶.....	نقش غذایی میوه‌ها.....
۱۷.....	راه صحیح خوردن میوه‌ها چیست.....
۱۸.....	انواع توت و تاثیر آنها بر سلامتی بدن.....
۱۹.....	شاه توت.....
۱۹.....	توت فرنگی.....
۱۹.....	تمشک.....
۲۰.....	توت و بیماری‌های قلبی.....
۲۰.....	توت و سرطان.....
۲۱.....	خواص بارهنگ.....
۲۳.....	تخم بارهنگ.....
۲۴.....	بالنگو.....
۲۵.....	خواص دارویی ریحان در طب سنتی.....
۲۶.....	تمشک.....
۲۶.....	خواص تمشک.....
۲۸.....	خواص اعجاب آور توت فرنگی.....
۳۰.....	خواص خاکشیر و کاربردهای درمانی آن.....
۳۳.....	شاتوت و خواص مفید آن.....
۳۵.....	خواص برگ شاتوت.....
۳۶.....	تقویت حافظه با شاه‌توت.....
۳۷.....	خواص گیاه دارویی قدومه.....
۳۸.....	اسفرزه.....
۳۹.....	اثرات اسفرزه.....
۴۱.....	نکات احتیاط آمیز در مصرف اسفرزه.....
۴۱.....	اسفرزه از دیدگاه حکمای طب سنتی ایران.....

۴۲	خواص درمانی دیگر اسفرزه
۴۳	پیاز
۴۴	بو و خاصیت اشک‌آوری پیاز
۴۶	نگهداری از پیاز
۴۶	سمی بودن پیاز
۴۷	مواد غذایی تهیه شده با پیاز
۴۷	اثرات درمانی گیاه پیاز
۴۸	تحقیقات انجام گرفته بر روی پیاز
۴۹	ترب
۵۰	خواص دارویی ترب
۵۰	چغندر
۵۱	خواص شیرهی چغندر
۵۱	خواص دارویی چغندر
۵۲	زردک
۵۴	سیب زمینی
۵۶	دانشتنی‌های سیب زمینی
۵۶	خواص درمانی سیب زمینی
۵۷	سیب زمینی ترشی
۶۰	سیر (ALLIUM SATIVUM)
۶۱	سیر از منظر گیاه‌شناسی
۶۲	انواع سیر
۶۲	خواص دارویی سیر
۶۴	فواید سیر
۶۹	پیشگیری از آتروسکلروز
۷۱	شقاقل
۷۱	خواص شقاقل
۷۲	شلغم
۷۲	کاربرد شلغم
۷۳	فواید شلغم
۷۵	کلم قمری و خواص آن

۷۵	ارزش غذایی کلم قمری
۷۸	موسیر
۷۸	خواص داروئی گیاه موسیر
۷۸	خواص درمانی موسیر
۷۹	هوویج
۷۹	خواص داروئی هوویج
۸۰	موارد استفاده از هوویج
۸۱	مضرات هوویج
۸۲	خامه
۸۴	فساد خامه را چگونه می‌توان تشخیص داد
۸۴	خواص خوردن شیر از دیدگاه طب سنتی
۸۵	مزاج شیر از منظر حکما و طب سنتی
۸۹	هضم شیر
۹۶	مضرات پنیر
۹۶	فواید پنیر
۹۷	فواید و مضرات پنیر از دیدگاه اسلام
۹۸	دلیل توصیه اسلام به مصرف گردو به همراه پنیر
۹۹	خواص و عوارض مصرف دوغ
۱۰۱	سرشیر
۱۰۱	شیر پاستوریزه
۱۰۶	قره قوروت
۱۰۷	کره
۱۰۸	کشک
۱۰۸	ارزش غذایی کشک
۱۱۰	تهیه کشک در خانه
۱۱۰	انواع کشک
۱۱۲	تفاوت ماست چکیده و ماست معمولی
۱۱۴	میوه‌ها و خواص داروئی آنها
۱۱۴	گیلاس

۱۱۴	خواص دارویی گیلاس
۱۱۵	خواص سیب
۱۱۷	خواص میوه انگور
۱۱۸	لیمو ترش
۱۱۹	خواص درمانی پیاز
۱۱۹	ترکیبات شیمیایی پیاز
۱۱۹	خواص دارویی پیاز
۱۲۱	پرتقال
۱۲۱	ترکیبات شیمیایی پرتقال
۱۲۳	خواص دارویی پسته
۱۲۴	مضرات پرتقال
۱۲۴	انار
۱۲۴	ترکیبات شیمیایی انار
۱۲۵	خواص میوه انار
۱۲۶	خواص دیگر قسمت‌های درخت انار
۱۲۷	مضرات انار
۱۲۷	انجیر
۱۲۸	ترکیبات شیمیایی انجیر
۱۲۹	خواص طبی میوه انجیر
۱۳۰	خواص شیر درخت انجیر
۱۳۰	خواص برگ انجیر
۱۳۱	مضرات انجیر
۱۳۱	آوو کادو (AVOCADO)
۱۳۱	ترکیبات شیمیایی آوو کادو
۱۳۳	خواص دارویی آوو کادو
۱۳۴	بابا آدم
۱۳۵	ترکیبات شیمیایی بابا آدم
۱۳۵	خواص دارویی بابا آدم
۱۳۶	طرز استفاده از گیاه بابا آدم
۱۳۷	به

۱۳۷	ترکیبات شیمیایی به
۱۳۸	خواص داروئی میوه به
۱۳۹	خواص به دانه
۱۳۹	خواص دم کرده گل و شکوفه به
۱۳۹	خواص روغن به
۱۴۰	خواص برگ و شاخه‌های به
۱۴۱	خیار
۱۴۱	ترکیبات شیمیایی خیار
۱۴۲	خواص داروئی خیار
۱۴۳	مضرات خیار
۱۴۴	موز
۱۴۴	ترکیبات شیمیایی موز
۱۴۵	خواص داروئی موز
۱۴۶	نارگیل
۱۴۷	ترکیبات شیمیایی نارگیل
۱۴۹	خواص داروئی نارگیل
۱۴۹	خواص شیر نارگیل
۱۴۹	خواص روغن گوشت نارگیل
۱۴۹	مضرات نارگیل
۱۵۰	هلو
۱۵۰	ترکیبات شیمیایی هلو
۱۵۱	خواص داروئی هلو
۱۵۲	مضرات هلو
۱۵۳	هندوانه
۱۵۳	ترکیبات شیمیایی هندوانه
۱۵۴	خواص داروئی هندوانه
۱۵۴	مضرات هندوانه
۱۵۵	منابع

بنام خدا

پیشگفتار مؤلف

سلامتی را با معانی مختلفی همانند توانایی کار کردن، سر حال بودن، آرامش، رهایی یافتن از بیماری، بی‌عیب شدن، رستگاری و خوشبختی، شادکامی، شفا و... تعبیر نموده‌اند و واژه «شفا» به معنای صحت و سلامت است و در مقابل بیماری، عیب و نقص می‌آید. در حوزه بین‌المللی سلامتی را در دو بعد جسم و روح و در دو منظر فرد و جامعه بررسی می‌کنند و به تبع جامعه‌ای دارای سلامتی اجتماعی است که سلامتی تک‌تک افراد یا بهبودی و به زیستی فردی حاصل شود.

در آیین مقدس اسلام، حفظ صحت و سلامت واجب شمرده شده است. حتی اگر عباداتی، مانند نماز و روزه واجب، برای انسان مضر باشد نه تنها جایز است، ترک شود بلکه واجب است که ترک شود و در چنین مواردی، کار واجب بر کار حرام مبدل می‌گردد.

به حمدالله حوزه پزشکی در نیای این دارای توفیقات بسیار قابل توجهی شده است که خوشبختانه کشور عزیزمان نیز از جمله جوامع پیروز و موفق محسوب می‌شود. باین وجود باید به این امر بسیار مهم نیز توجه داشت که به علت استفاده بیش از رویکردها و داروهای نوین، پیامدهای زیست‌محیطی، روحی و روانی و حتی اقتصادی اجتناب‌ناپذیری ایجاد می‌شود. سازگاری یک درمان جدید با تمام سازوکار روح و جسم بشر کاری بسیار دشوار و شاید ناممکن باشد. در بیشتر نوآوری‌ها و ابتکارات پزشکی، تنها به یک بعد از همان حوزه مورد مطالعه توجه نمی‌شود و باوجود دقت‌های مناسب از سوی محققان حوزه سلامت و نیز سازمانها و نهادهای مرتبط، باز مضرات و پیامدهای منفی و نامطلوب این رویکردها برای سایر قسمت‌های بدن، قابل کنترل نیست. به عنوان مثال اگر برای یک مشکل گوارشی دارویی در نظر گرفته شود، این درمان می‌تواند برای قسمت‌های دیگر بدن مانند سیستم عصبی، سیستم قلب و عروق، سیستم مغز و اعصاب و سایر نقاط بدن تأثیرات منفی ولو اندک داشته باشد. از دیگر سو نحوه بسته‌بندی داروهای شیمیایی و نیز ملزومات مصرفی داروها همانند سرم‌ها و آنژیوتکت‌ها و غیره می‌تواند آسیب‌های جبران‌ناپذیری به محیط زیست وارد نماید.

به گواه متخصصان حوزه سلامت، طب سنتی ایران که ثمره تجربیات و پژوهش‌های علمی و دقیق دانشمندان و حکمای ایرانی از قبیل حکیم بزرگ شیخ الرییس ابن‌سینا است، توانایی ارائه راه‌حل برای معالجه مطلوب بیماری‌هایی دارد که امروزه طب جدید در برخورد با آنها ناتوان است و یا به درمان علامتی آنها بسنده می‌کند و یا با هزینه اقتصادی و جسمانی بالایی درمان می‌کند. البته باید به این موضوع هم اشاره کرد که کل‌نگر بودن طب سنتی خود عاملی برای موفقیت آن است و می‌توان به جرأت عنوان کرد که یکی از مسائلی که طب نوین به‌ویژه با افزایش رشته‌های تخصصی و اطلاعات در زمینه‌های تخصصی با آن مواجه شده است، رویکردهای تشخیصی و درمانی بدون در نظر گرفتن همه شرایط بیمار است. کل‌نگر بودن طب سنتی به پزشک این توانایی را می‌دهد تا در عین حال که بر اساس تخصص خود در زمینه بیماری‌ها اظهار نظر می‌کند؛ بتواند به‌گونه‌ای برای بیمار برنامه‌ریزی پیشگیرانه درمانی ارائه دهد که کمترین عوارض دامن‌گیر بیمار شوند.

طب سنتی به سبب مؤثر بودن در درمان همه‌جانبه‌وری مطلوب درمان‌ها، مقرون به‌صرفه بودن، جامع‌نگری، سازگاری بین جسم و روح و همه‌جانبه‌وری در کشور ما مدنظر بوده است و طرفداران بی‌شماری داشته و دارد. به سبب مشکلات فوق‌الذکر است که نه تنها کشورهای شرقی (که از دیرباز به این امر توجه داشته‌اند) موجی از کشورهای توسعه‌یافته غربی نیز در سال‌های اخیر به روش‌ها و رهیافت‌های سنتی و طبیعی روی آورده‌اند.

نگارنده کتاب حاضر همواره دغدغه آن را داشته است که در حوزه طب سنتی کتاب علمی، کامل و جامعی در دسترس خوانندگان عزیز و مشتاقان حوزه طب سنتی قرار گیرد که بتواند به‌عنوان مرجعی مستند، علمی و عملیاتی، قابل استفاده باشد. در همین راستا کتاب حاضر که حاصل پژوهش‌ها، تفکرات و تدبیرات دقیق، سنجیده، علمی و آزموده شده دانشمندان ایرانی و کشورهای شرقی است، با دقت و تأمل و حوصله درخور توجهی به مرحله تألیف و درنهایت چاپ رسیده است.

مخاطبان و خوانندگان عزیز باید توجه داشته باشند که مراقبت از بهترین و گران‌بهاترین موهبت الهی یعنی سلامتی جسم و جان لازم و ضروری است و یک تکلیف عقلی و شرعی محسوب می‌شود که

برای ادای این فریضه باید زحمت مطالعه کتب بهداشتی را بر خودمان روا بداریم و در عملیاتی کردن این رهنمودها حداکثر تلاش خود را داشته باشیم.

کتاب حاضر تقدیم می‌شود به تمام بزرگوارانی که برای سلامت جسم و جان خود و دیگران از هیچ تلاشی دریغ نمی‌کنند. تقدیم می‌شود به دوستانی که در هر مرحله از طب سنتی فعالیت می‌کنند یعنی از مطالعات اولیه بر گیاهان دارویی و یافتن مواد اولیه آنها در دامن طبیعت تا مرحله عرضه مستقیم داروها، نسخه‌ها و گیاهان و سایر اقلام طبیعی دارویی به نیازمندان، حضور دارند و امید است این راهنمای عینی و عملیاتی گامی مؤثر در پیشبرد اهداف درمانی قلمداد شود.

دکتر امیر محمدزاده

www.ketab.ir