

www.ketab.ir

مرجع کامل

گیاهان دارویی و معطر

گردآورنده: مهندس آرزو گلرخی

سرشناسنامه: گلرخی، آرزو، ۱۳۷۰
 عنوان و نام پدیدآور: مرجع کامل گیاهان دارویی و معطر / گردآورنده و تالیف: آرزو
 گلرخی؛ ویراستار: محمد هاشمی
 مشخصات نشر: تهران: باران خرد ۱۳۹۵
 مشخصات ظاهری: ۴۸۰ ص.: مصور(بخشی رنگی)
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۷۵۹-۳-۰۰
 بناسه افزوده: هاشمی، محمد، ۱۳۶۳-، ویراستار
 موضوع: Aromatic Plants
 موضوع: گیاهان و سر * داروهای گیاهی
 موضوع: Materia medica, Vegetable
 رده بندی کنگره: ۳۵۵ RS ۱۶۴۰۸۴
 رده بندی دیویی: ۶۱۵/۳۲۱ شماره تابشناسی ملی: ۴۲۴۴۹۰۷

مرجع کامل گیاهان دارویی و معطر

مؤلف: مهندس آرزو گلرخی

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۷۵۹-۳-۰۰

چاپ و صحافی: فراز اندیش سبز

ناشر: باران خرد

آدرس مرکز پخش: تهران، میدان انقلاب، خیابان فخررازی، خیابان لبافی نژاد، بین
 فخررازی و دانشگاه، نبش کوچه اسلامی، پلاک ۱۸۶ تلفن: ۶۶۴۰۰۱۷۸ فرهنگ جامع

حق چاپ محفوظ و متعلق به ناشر است

خرید اینترنتی کتاب در www.Book20.ir

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

فهرست

عنوان

۵۵	بادیان	۱۰	گیاه چیست؟
۵۷	بارهنگ		اصول کلی در استفاده از داروهای
۵۸	بادرنجبویه	۱۱	گیاهی
۶۰	بابا آدم	۱۱	طرز تهیه داروهای گیاهی
۶۲	باقلا	۱۵	آرتیشو
۶۵	بالنگ	۱۸	آناگالیس دشتی
۶۷	برگ بو	۱۹	آنجلیکا
۶۷	برگ انبه	۲۱	آوو کادو
۶۸	بدگیاه	۲۴	آویشن
۶۹	بلوبری	۲۵	آویشن کوهی
۷۰	بلوط	۲۶	آفتابگردان
۷۱	بگ دانه	۳۰	آقطی سیاه
۷۵	بولاع اوت	۳۲	آقونیطون
۷۶	بومادران	۳۴	اسطوخودوس
۷۹	بهار نارنج	۳۸	اسفناج
۸۱	به لیمو	۴۰	افسنطین
۸۳	بیدخشت	۴۱	انجدان رومی
۸۶	پاپیتال	۴۲	انجیر
۹۱	پامچال	۴۶	انیسون
۹۲	پسیلیوم	۴۹	اکالیپتوس
۹۶	پرسیاوشان	۵۱	بابونه گاوی

۱۵۱	خارشکر	۹۹	پروانش
۱۵۲	خارخسک	۱۰۰	پنیرک
۱۵۷	خارشتر	۱۰۴	پیاز عنصل
۱۵۸	خارمریم	۱۰۷	تاتوره
۱۵۹	خرفه	۱۱۰	تاجریزی
۱۶۲	خشخاش	۱۱۲	ترشک
۱۶۵	دارچین	۱۱۴	توتون
۱۶۶	دانه خردل	۱۱۶	توس
۱۷۱	درمنه کوهی	۱۱۸	ترخون
۱۷۲	دم اسب	۱۲۰	ترنجبین
۱۷۳	ذرت	۱۲۱	تره فرنگی
۱۷۶	رازیانه	۱۲۲	تمشک
۱۷۸	رازک	۱۲۹	تنباکوی کوهی
۱۸۱	رزمری	۱۳۰	تمبر هندی
۱۸۲	روناس	۱۳۱	ثعلب
۱۸۴	ریحان	۱۳۴	جو دوسر
۱۸۶	زبان گنجشک	۱۳۵	جوزبویا
۱۸۸	زنیان	۱۳۸	جوز هندی
۱۹۱	زردچوبه	۱۳۹	جینسینگ
۱۹۳	زرشک	۱۴۴	چای کوهی
۱۹۵	زعفران	۱۴۴	چنار
۱۹۸	زنبق	۱۴۶	حنا
۱۹۹	زنجبیل	۱۴۸	خاس
۲۰۱	زوفا	۱۵۰	خاکشیر

۲۴۹	شوید	۲۰۲	زیتون
۲۵۱	شیرین بیان	۲۰۵	زیره سبز
۲۵۳	صبر زرد	۲۰۷	سیوس گندم
۲۵۷	صمغ عربی	۲۰۸	سپستان
۲۵۹	علف شیرآور	۲۱۱	سدر
۲۶۰	علف لیمو	۲۱۳	سگ زبان
۲۶۲	علف هفت بند	۲۱۵	سنا
۲۶۴	عنا ب	۲۱۷	سنبل الیه
۲۶۶	غافت کنفی	۲۱۹	سماق
۲۶۸	غازیاغی	۲۲۱	سیر
۲۷۱	فراسیون سفید	۲۲۵	سیزاب نهری
۲۷۳	فلوس	۲۲۷	سیاه گیله
۲۷۵	خلف سیاه	۲۲۷	سیاه توسه
۲۷۹	قاصدک	۲۳۰	سی سنبر
۲۸۳	قدوم شیرازی	۲۳۲	شاه پسند وحشی
۲۸۴	قنطوریو	۲۳۴	شاهدانه
۲۸۶	قهوه	۲۳۶	شاه بلوط
۲۸۹	کاهو	۲۳۸	شاه بیزک
۲۹۲	کاکتوس	۲۳۹	شبدر قرمز
۲۹۴	کامکوات	۲۴۱	شقاقل
۲۹۷	کالر	۲۴۲	شلفم
۲۹۸	کاکوتی	۲۴۴	شمشاد وحشی
۲۹۹	کتان روغنی	۲۴۶	شمعدانی عطری
۳۰۲	کدو	۲۴۸	شنبلیله

۳۶۷	گل‌ابی	۳۰۵	کرچک
۳۶۹	گلپر	۳۰۸	کرفس وحشی
۳۷۱	گل یاسمن	۳۱۰	کلیپوره همدانی
۳۷۳	گوجه فرنگی	۳۱۲	کلم
۳۷۵	لوبیای سویا	۳۱۵	کندر
۳۷۹	لوبیا	۳۱۷	کنگر صحرائی
۳۸۲	لیمو عمانی	۳۱۹	کنجد
۳۸۵	لیموترش	۳۲۱	کوشاد
۳۸۹	مامیران کبیر	۳۲۳	کورک
۳۹۱	مارچوبه	۳۲۷	کیسه کشیش
۳۹۴	مریم گلی	۳۲۹	گج دوست
۳۹۵	مرزه	۳۳۰	گشنیز
۳۹۸	مرز نشین	۳۳۴	گریپ فروت
۴۰۰	مسطکی	۳۳۸	گردو
۴۰۳	موردسبز	۳۴۱	گزنه
۴۰۶	موز	۳۴۴	گل انگشته‌ارغوانی
۴۰۹	مویز	۳۴۷	گل حسرت زیبا
۴۱۱	میخک	۳۵۰	گل ختمی
۴۱۴	نارگیل	۳۵۲	گل خرگوشک
۴۱۸	نارون	۳۵۴	گلرنگ
۴۲۱	ناخنک	۳۵۷	گل گاوزبان
۴۲۳	نخود	۳۶۰	گل محمدی
۴۲۵	نعناع	۳۶۳	گل بنفشه
۴۲۸	نمدار برگ ریز	۳۶۵	گل مکزیکی

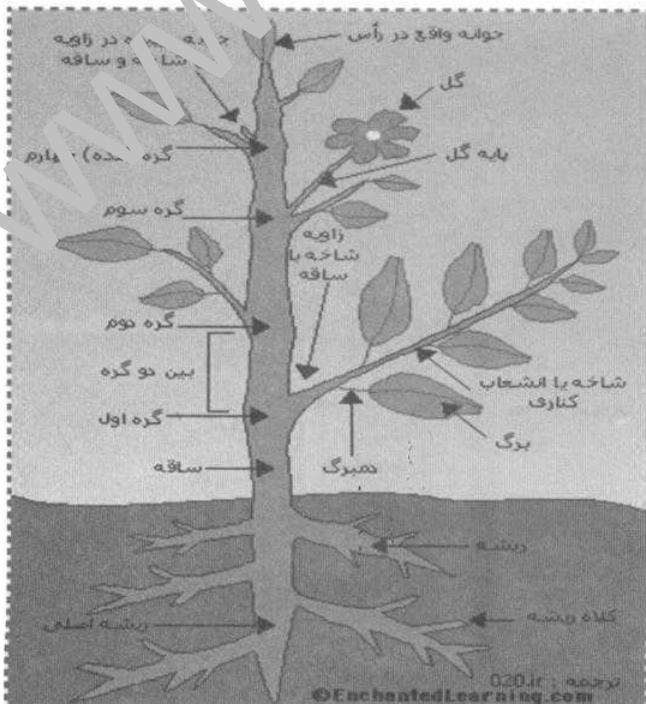
۴۴۲	همیشه بهار	۴۲۹	والک
۴۴۳	هویج	۴۳۳	هل
۴۴۵	یونجه	۴۳۵	هلو
۴۴۹	تصاویر رنگی گیاهان	۴۳۸	هندوانه
		۴۴۰	هندوانه ابوجهل

مقدمه

گیاه چیست؟

گیاه موجود زنده ای است که از فرآیند فتوسنتز استفاده می کند. فرآیندی که در آن انرژی ناشی از نور خورشید به انرژی شیمیایی (غذا) تبدیل می شود. گیاهان در کف شبکه غذایی هستند. آنها اتوتروف (یا تولید کنندگان، موجودات زنده ای که غذای خودشان را می سازند) هستند. گیاهان از نظر اندازه، شکل و نوع محیطی که در آن زندگی می کنند بسیار با هم متفاوتند.

ریشه ها گیاه را در زمین محکم می کنند و آب و مواد مغذی معدنی را از زمین جذب می کنند. برگ ها حاوی کلروپلاست هستند که در آنها فتوسنتز رخ می دهد. دی اکسید کربن از منافذ داخل برگ ها جذب می شود و اکسیژن به عنوان محصول فرعی فتوسنتز تولید و آزاد می شود. ساقه گیاهی یک دیواره سلولی سلولزی محافظ دارند (برخلاف سلول های جانوری که فاقد سلولز هستند). گیاه شامل: درختچه، درختان، بوته، میوه ها، بزیجات، صیفی جات... می باشند.



اصول کلی در استفاده از داروهای گیاهی؛ اندازه ها و مقادیر و طرز تهیه و آماده کردن داروهای گیاهی و گیاهان دارویی برای استفاده:

اندازه ها و مقادیر:

از آنجائیکه ممکن است در هنگام تهیه داروهای گیاهی ترازوی مناسب در دسترس نباشد می توان از وسایل زیر بعنوان واحد وزن استفاده نمود که تقریباً برابر با اوزان مورد نظر می باشد.

- ۰.۲۵ گرم: یک چهارم قاشق مرباخوری
- ۰.۵ گرم: نیم قاشق مرباخوری و ۱ گرم: یک قاشق مرباخوری
- ۲ گرم: یک قاشق مرباخوری سرپر
- ۳ گرم: یک قاشق غذاخوری پر
- ۴ گرم: یک قاشق غذاخوری لب پر
- ۵ گرم: یک قاشق غذاخوری سرپر
- ۱ فنجان: در حدود ۴ لیتر / حدود ۲۰۰ میلی لیتر. مقدار مصرف یک بار = یک فنجان. متذکر می گردد که در مورد اوزان کمتر از ۲۵/۰ گرم حتماً می بایستی از ترازوهای دقیق استفاده گردد و در مواردی که تنتورها و یا عصاره های خاصی مورد نظر باشد، بایستی داروهای مورد نظر را از داروخانه تهیه نمود.

طرز تهیه داروهای گیاهی:

الف - دم کرده:

دم کرده بهترین و با ارزشترین روش تهیه داروهای گیاهی است، زیرا اکثراً مهمترین مواد مؤثر گیاهان دارویی در اثر جوشیدن از بین می روند.

عصاره دم کرده بدین ترتیب تهیه می شود که مقدار تعیین شده از گیاه خرد شده را با یک فنجان آب جوش (حداکثر یک لیتر) مخلوط کرده و به هم می زنند سپس روی ظرف را پوشانده و می گذارند که ۳۰-۱۵ دقیقه دم بکشد، سپس آنرا صاف می کنند. در صورتیکه بعضی از بیماران نسبت به داروی خاصی عدم تحمل نشان دهند، شایسته است

که در دفعات اول مصرف، دارو فقط ۶ تا ۸ دقیقه دم کشیده شود، در این صورت مطمئناً بخوبی قابل مصرف بوده و مؤثر می‌باشد.

ب - جوشانده:

اصولاً باید توجه داشت که روش جوشاندن، اغلب برای داروهائی بکار برده می‌شود که از ریشه، ریزم، پوست، رزین یا دانه‌ها تهیه می‌گردند و یا هنگامی آنرا بکار می‌برند که اطمینان داشته باشند مواد متشکله مؤثر آنها در اثر حرارت از بین نمی‌روند و یا این مواد بوسیله آب سرد یا جوشیده از سلول گیاهی حل و خارج نمی‌شوند. ضمناً توجه شود که از ظروف آهنی جهت جوشاندن گیاهای استفاده نگردد.

۱. جوشاندن ملایم:

برای تهیه این فرم از دارو مقدار معینی از گیاه خرد شده را با ۱/۴ لیتر آب جوش مخلوط کرده و می‌گذارند که کمی قل بزند، سپس آن را از اجاق دور کرده و می‌گذارند که چند دقیقه دم بکشد و در حاتم آن را صاف می‌کنند.

۲. جوشانده معمولی:

برای تهیه این نوع دارو مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده را با ۱/۴ لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذارند که بجوش آید سپس آن را صاف می‌کنند.

۳. جوشانده قوی:

برای تهیه این نوع دارو، ابتدا مانند روش جوشانده معمولی، مقدار معین گیاه خرد شده را با ۱/۴ لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذارند که بجوش آید، سپس آنرا از شعله دور کرده و روی ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۱۰ دقیقه دم بکشد و در حاتم آنرا صاف می‌کنند.

ج - خیسانده:

۱. خیسانده با آب سرد:

اصولاً روش خیساندن را اغلب برای گیاهانی بکار می‌برند که مواد مؤثر آنها در اثر حرارت زود خراب یا تبخیر می‌شوند. برای انجام این منظور بر روی مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده، مقدار ۱/۴ لیتر آب سرد ریخته، درب ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۶ تا ۱۲ ساعت باقی بماند. هر چه میزان این زمان طولانی‌تر شود عصاره قوی‌تر خواهد بود.

۲. خیسانده‌های الکلی:

این روش اغلب برای گیاهانی بکار می‌رود که مواد مؤثر آنها در آب حل نمی‌شوند. برای تهیه این نوع دارو بر روی مقدار لازم از گیاه خرد شده آن مقداری از الکل اتیلیک ۶۰ درصد را می‌ریزند که تمام قسمت‌های گیاهی پوشیده شود، سپس در ظرف را بسته و چند روزی نگاه می‌دارند (برای تهیه عصاره‌های قوی‌تر از الکل خالص یا ۹۰ درصد استفاده می‌شود).

توجه: برای تهیه عصاره به منظور خوراکی یا معالجه و ضد عفونی زخم‌ها، غرغره ها و دهان شویه‌ها، می‌بایستی عصاره‌های تهیه شده پیوسته با آب رقیق

د - شیرابه:

برای تهیه شیرابه گیاهان دارویی گیاه تازه را در هاون (خرد کننده‌های الکتریکی) خوب له کرده و سپس داخل یک پارچه تمیز نموده و فشار می‌دهند. برای بکار بدن این نوع دارو در مصرف خوراکی اغلب یک قاشق دریاخوری از شیرابه را در شیر یا آب حل و میل می‌کنند.

هـ - پودر:

برای تهیه پودر، گیاه خشک شده را در هاون به صورت پودر درآورده و سپس با الک ریز الک می‌کنند. جهت کاربرد در مصرف خوراکی مقدار مورد نظر از پودر را در یک قاشق غذاخوری شیر یا آب حل کرده و میل می‌کنند. جهت مصرف خارجی مثل سایر پودرها، به قسمت مورد نظر پاشیده می‌شود.

و - ضماد (بانداج)، کمپرس:

اصولاً ضمادها را جهت رفع کبودی و کوبیدگی، احتقان، التهاب، کشیدن چرک از دمل‌ها، آرام کردن خراش‌ها و کشیدن سموم از بدن مورد استفاده قرار می‌دهند و معمولاً گیاهان دارویی موردنظر را بصورت خمیر درآورده و بطور مستقیم روی بدن قرار می‌دهند و یا آنرا ابتدا بر روی پارچه تمیز کشیده و سپس مورد استفاده قرار می‌دهند.

۱. بانداژ یا کمپرس مرطوب نوع اول:

برای تهیه این نوع دارو در صورتیکه دستور دیگری موجود نباشد بدین ترتیب عمل می شود که ۱۰ گرم از گیاه خرد شده را در لیتر آب به صورت چای دم می کنند. سپس آن را صاف کرده، چلانده و گرم گرم (نه داغ) به صورت کمپرس بکار می برند. البته باید بر روی این کمپرس گرم و مرطوب یک تکه پارچه غیر قابل نفوذ و بروی آن دستمال گرم قرار داده شود.

۲. بانداژ یا کمپرس مرطوب نوع دوم:

گیاه خرد شده مروئی را در یک کیسه پارچه ای کوچک قرار داده و در داخل آب جوش قرار می دهند سپس آنرا صاف کرده و مطابق روش ۱ عمل می کنند.

۳. کمپرس مایع خرد خشک:

برای تهیه این نوع دارو، گیاه خرد شده را در یک کیسه تمیز سفید قرار داده و خشک خشک حرارت داده و بصورت کمپرس روی عضو قرار می دهند.

ز - داروهای مخصوص شستشو:

برای این منظور گیاه دارویی خرد شده را بطوری که چای را درست می کنند آماده کرده و با آن زخمها را شستشو می دهند.

ح - استفاده از داروهای گیاهی در حمام ها:

برای این منظور ۱۰۰ گرم از گیاه خرد شده را در یک لیتر آب جوشانده و صاف می کنند، سپس آن را به مایع وان اضافه می کنند.

گیاهان مورد نظر می بایستی حتماً از عرصه کنندگان مطمئن تهیه و مصرف شوند. زیرا در غیر اینصورت ممکن است گیاهان تهیه شده به طور صحیح محصول برداری، خشک، انبار و نگهداری نشده باشد. از مصرف این نوع گیاهان به هیچ وجه اثر درمانی مطلوب حاصل نخواهد شد. از طرف دیگر می بایستی به دستور تهیه دارو که در نسخه ذکر شده کاملاً توجه شود (دم کرده، جوشانده، خیسانده) زیرا این روشهای تهیه با توجه به مواد مؤثر موجود در گیاه، که باید از گیاه خارج شده و پس از مصرف اثر درمانی خود را ظاهر سازد در نظر گرفته شده است. بدین سبب توصیه می شود در صورتیکه دستور تهیه دارو در دسترس نباشد بخصوص در مورد داروهای که از برگ و گل های گیاهان تهیه می گردد، آن را بصورت دم کرده تهیه و استعمال نمایند.