

عنوان و نام پدیدآور :	راهنمای گیاه درمانی / نویسنده محمدرضا شمس اردکانی ... [و دیگران].
مشخصات نشر :	تهران: چوگان
مشخصات ظاهری :	۱۶۴ ص.: مصور (رنگی).
شابک :	۹۷۸-۶۰۰-۷۴۶۳-۸۸-۷
وضعیت فهرست نویسی :	فیا
یادداشت :	نویسنده محمدرضا شمس اردکانی، روجا رحیمی، عبدالعلی محقق زاده، فریبرز معطر.
یادداشت :	واژه نامه.
یادداشت :	کتابنامه.
موضوع :	گیاه درمانی
موضوع :	گیاهان دارویی
شماره افزوده :	شمس اردکانی، محمدرضا، ۱۳۳۹ -
شماره افزوده :	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
رده بندی کنگ :	۶۶۶RM / گ ۱۸ ر ۱۳۹۰
رده بندی دیویی :	۶۱۸
شماره کتابشناسی ملی :	۲۵۰۵۶۹

راهنمای گیاه درمانی

نویسندگان: محمدرضا شمس اردکانی، روجا رحیمی، عبدالعلی محقق زاده، فریبرز معطر

ناشر: چوگان

نوبت چاپ: اول/ ۱۳۹۵

قیمت: ۱۴۰۰۰۰ ریال

تیراژ: ۵۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۶۳-۸۸-۷

تلفن: ۰۹۱۲۳۵۹۱۴۴۳-۶۶۴۰۶۴۷۷

WWW.CHOOGAN.COM

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۶ آذر کوچه پارسی پلاک ۶

فهرست

- ۶ پیشگفتار
- ۷ مقدمه مؤلفین
- ۹ گیاهان دارویی مؤثر بر سیستم عصبی
- ۱۰ بابونه گاوی
- ۱۱ رازک
- ۱۲ ژینکو
- ۱۳ کاوا
- ۱۵ گل راعی
- ۱۶ گل ساعتی
- ۱۹ گیاهان دارویی مؤثر بر سیستم قای-ع-رکی
- ۲۰ پیاز
- ۲۱ فراسیون قلب
- ۲۲ موگه، گل برف
- ۲۳ گیاهان دارویی مؤثر بر اندام گوارشی
- ۲۴ آنجلیکا
- ۲۵ افسنتین
- ۲۶ اگیر ترکی
- ۲۷ یرتقال
- ۲۸ ترخون
- ۲۹ خار مقدس
- ۲۹ فراسیون

۳۰	گونه‌ای قنطاریون
۳۱	گونه‌ای گل سپاس
۳۳	نارنج
۳۵	گیاهان دارویی ملین و مسهل
۳۶	تمر هندی
۳۶	کتان
۳۸	کنجد
۳۹	گیاهان دارویی قابض و ضایع
۴۰	گونه‌ای تمشک
۴۰	علف نقره‌ای
۴۱	غافث
۴۳	گیاهان دارویی مؤثر بر کبد و صفرا
۴۴	بولدو
۴۷	گیاهان دارویی مؤثر بر اندام تنفسی
۴۸	آقطی سیاه
۴۹	ارمک، ریش بز
۵۰	پای خر
۵۱	ترب
۵۲	زیرفون
۵۲	سیاه‌دانه
۵۳	عروس چمن‌زار اروپایی
۵۴	سرخارگل باریک

۵۶.....	سر خار گل قرمز.....
۵۷.....	شاه پسند.....
۵۷.....	شیر آور.....
۵۸.....	عشقه.....
۵۹.....	گلبهار.....
۶۱.....	گیاهان دارویی مؤثر بر دستگاه ادراری.....
۶۲.....	انجدان رومی.....
۶۳.....	بید گیاه.....
۶۳.....	ترب سفید اسبی.....
۶۴.....	توس.....
۶۵.....	دم اسب.....
۶۶.....	شرس خاردار.....
۶۷.....	کبابه.....
۶۸.....	مارچوبه.....
۶۹.....	گیاهان دارویی مؤثر بر مشکلات قاعدگی و یائسگی.....
۷۰.....	پنج انگشت.....
۷۱.....	پیر گیاه.....
۷۲.....	توت مار.....
۷۳.....	سذاب.....
۷۴.....	کیسه کشیش.....
۷۵.....	گندنای کوهی.....
۷۷.....	گیاهان دارویی ضد میکروب و ضد قارچ.....

- ۷۸ زنجبیل شامی
- ۸۱ گیاهان دارویی مؤثر بر پوست
- ۸۲ آب بشقابی
- ۸۳ آناناس
- ۸۳ تاجریزی پیچ
- ۸۴ جو دوس
- ۸۵ گونه‌ای سرخارگل
- ۸۷ همیشه بهار کاهی
- ۸۹ گیاهان دارویی پایین آورنده قند و چربی خون
- ۹۰ سویا
- ۹۱ یونجه
- ۹۳ گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای دهان و گلو
- ۹۴ گل سرخ
- ۹۵ مر
- ۹۶ مصطکی
- ۹۷ میخک هندی
- ۹۹ گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای عضلانی- اسکلتی و نقرس
- ۱۰۰ انگور فرنگی سیاه، هلموش
- ۱۰۰ پنجه شیطان
- ۱۰۱ فلفل قرمز (فلفل سبز)
- ۱۰۳ گوش خر
- ۱۰۵ گیاهان دارویی افزایشده انرژی

۱۰۶.....	جینسنگ
۱۰۷.....	جینسنگ سیبریایی
۱۰۹.....	گیاهان دارویی مؤثر بر بیماریهای سیاهرگی و واریس
۱۱۰.....	هاماملیس
۱۱۰.....	انگور
۱۱۱.....	گونه‌ای سیاه گیله
۱۱۲.....	سیرسرت
۱۱۳.....	شاه بلرغ هندی
۱۱۴.....	یونجه زرد
۱۱۷.....	گیاهان دارویی مؤثر بر طبع
۱۱۸.....	چای سبز
۱۱۹.....	دارواش
۱۲۱.....	گوجه فرنگی
۱۲۳.....	گیاهان دارویی ضد کرم
۱۲۴.....	هویج
۱۲۵.....	واژه یاب نام های علمی
۱۲۹.....	نمایه
۱۴۱.....	منابع

پیشگفتار

باسمه تعالی

کتاب حاضر دومین مجلد از مجموعه‌ای است که به توسط گروهی از اعضای گروه طب اسلامی و طب سنتی فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران و همکاران ایشان در موضوع معرفی بخشی از گیاهان دارویی و خواص آنها منتشر می‌شود. موضوع معرفی گیاهان دارویی و تهیه کتابهایی برای معرفی این گیاه- داروها در قلمرو کشور ما سابقه بسیاری دارد؛ بدون اغراق سابقه‌ای بیش از هشتاد سال یعنی زمانی که ابوریحان بیرونی اثر گرانقدر خود، الصیدنه فی الطب، را در معرفی بخش از گیاهان دارویی سرزمین ایران تالیف نمود. به عبارت دیگر، کتاب حاضر نمونه جدیدی است از ادبیاتی که گذشته آن به کتاب موصوف ابوریحان بیرونی باز می‌گردد.

از دیگر سو، به اعفاد مؤلفان این سطور باید استقبال نمود از هر اثری که در موضوع گیاهداروشناسی به رشته تحریر در می‌آید. در این حیث که انتشار هر اثری در این زمینه به قوی‌تر شدن ادبیات این عرصه می‌انجامد و این تقویت موضوعی دامنه را برای مقابله و تطبیق دانسته‌ها، تکمیل آنها و پدید آمدن اثری جدیدتر و البته نقد و مقایسه آنها هر روز وسیع‌تر می‌نماید و به خودی خود وسیع‌تر شدن این دامنه باعث آشنایی هرچه بیشتر نرادر مختلف جامعه در هر سطح و معلوماتی، از دانشجویان رشته‌های پزشکی و طب سنتی برآید تا علاقه‌مندان غیر حرفه‌ای خواهد شد. بنابراین از این زاویه نیز انتشار کتاب حاضر اقدام مبارکی به شما می‌آید.

از نگاهی دیگر، اثر حاضر به وسیله افرادی پدید آمده که خود از خبرگان شناسایی گیاهان دارویی به شمار می‌آیند. تألیف اثری از این دست و به توسط این افراد، در کنار دو عامل بالایی که آنها را برشمردیم به شأن و مرتبه کتاب حاضر می‌افزاید. باید امیدوار بود همت بدرقه راه این عزیزان، پدیدآورندگان کتاب حاضر شود تا به زودی شاهد انتشار سایر مجلدات کتاب باشیم.

با تشکر

علی اکبر ولایتی

رئیس گروه طب اسلامی- طب سنتی

فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران

مقدمه مؤلفین

امروزه گیاهان دارویی به دلیل عوارض جانبی متعدد و گاه نگران کننده داروهای شیمیایی و عدم توانایی آنها در بروز اثرات درمانی مناسب و کافی بسیار مورد توجه قرار گرفته‌اند. این گیاهان ممکن است به صورت مکمل به همراه داروهای شیمیایی یا به عنوان جایگزین داروهای شیمیایی مورد استفاده قرار گیرند. گاه نیز گیاهان دارویی در درمان بیماریهایی تجویز می‌شوند که هیچ داروی شیمیایی مؤثری برای آنها موجود نمی‌باشد که از جمله این موارد می‌توان به گیاه خار مریم جهت بازسازی سلولهای کبدی، گیاه ژینگو جهت بهبود و تقویت حافظه و گیاه سرخارگل به منظور تقویت سیستم ایمنی اشاره نمود. اما باید این نکته را مد نظر قرار داد که گیاهان نیز چنانچه به شکل صحیح در مقادیر مناسب استفاده نشوند می‌توانند عوارض جانبی ایجاد نمایند که گاه ممکن است بسیار جدی و خطرناک باشند. در ثانی تهیه فرآورده مناسب و روش مصرف گیاهان دارویی در بروز اثرات درمانی مورد نظر از آنها بسیار اهمیت دارد. بنابراین لازم است که در مورد هر یک از گیاهان دارویی تک‌نگاری تهیه شود و در آن به تمام نکاتی که در مورد این گیاه ضروری به نظر می‌رسد اشاره شود.

کتاب حاضر، راهنمای گیاه درمانی جلد ۲، به دنبال استقبال خوانندگان از جلد ۱ این کتاب که در سال ۱۳۷۸ توسط فرهنگستان محترم علمی پزشکی جمهوری اسلامی ایران به چاپ رسیده تهیه و تنظیم گشته است. علیرغم جلد ۱ که بیشتر به گیاهان دارویی متداول و بومی ایران اشاره شده در این مجلد بیشتر گونه‌هایی که در فارماکوپه‌های گیاهی معتبر بین‌المللی نظیر PDR و ESCOP مورد توجه قرار گرفته و خواص ذکر شده برای آنها به اثبات رسیده پرداخته شده است. بخشی از این گونه‌ها در ایران رویش دارند یا به صورت کاشته شده موجود می‌باشند لیکن تعدادی از آنها در ایران یافت نمی‌شوند که در این خصوص در بخش ابتدایی هر تک‌نگار به موجودیت گیاه در ایران اشاره شده است. در جلد حاضر علاوه بر بخشهای قبلی شامل احصاء گیاهشناسی و محل رویش، قسمت مورد استفاده، مواد مؤثر، خواص درمانی، آثار فارماکولوژیک، عوارض جانبی، موارد منع مصرف، مصرف در دوران بارداری و شیردهی و میزان مصرف، بخش جدیدی به تک‌نگارها افزوده شده که شامل طبیعت و خواص گیاه در طب سنتی است که در این باب تنها طبیعت و خواص ذکر شده در منابع طب سنتی ایران مد نظر بوده است. این قسمت از چندین جهت حائز اهمیت می‌باشد: (۱) به طبیعت گیاهان دارویی اشاره می‌شود که در طب جدید چندان جایگاهی ندارد. (۲) در بسیاری از موارد خواص ذکر شده در طب سنتی با اثرات درمانی که امروزه در پی تحقیق و تفحص بسیار برای گیاه به اثبات رسیده انطباق دارد که این مطلب ارزش و اهمیت والای منابع طب سنتی را مشخص می‌نماید و سبب توجه بیشتر خوانندگان به طب سنتی کشورمان

می‌شود. ۳) در بعضی موارد خواصی برای گیاه ذکر گردیده که در هیچ یک از منابع طب جدید به آنها اشاره‌ای نشده است و این مطلب می‌تواند جرقه‌هایی در جهت تحقیق و تفحص بیشتر در مورد این گیاهان به منظور به اثبات رسانیدن این خواص با استفاده از روشهای مرسوم در طب نوین در ذهن محققین علاقمند ایجاد نماید. در تنظیم این بخش از دو کتاب ارزشمند طب سنتی تحت عنوان تحفه‌المؤمنین و مخزن الادویه بهره گرفته شد. علت اکتفا به این دو کتاب از بین منابع سنتی متعدد موجود در زمینه مفردات، بهره جستن نویسندگان این کتب از سایر متون طب قبل از خود نظیر اختیارات بدیعی، جامع المفردات ابن بیطار، الحاوی رازی، قانون ابن سینا و الابنیه عن الحقایق الادویه در نگارش مطالب این کتب بوده است و همین امر سبب شده که این دو کتاب از نظر بسیری از دانشمندان و محققین طب سنتی ایران به عنوان جامع‌ترین و کامل‌ترین منابع در زمینه مفردات شناخته شوند.

به امید آنکه این مجله بتواند حلد قبلی بتواند نظر خوانندگان را جلب کند و نیازهای علمی آنها را در مورد گیاهان دارویی موجود در این حلد تأمین نماید.