

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بهترین روشهای پیشگیری و

ترک اعتیاد

با گیاهان دارویی

حاوی بیش از:

۱۰ گیاه دارویی و ۱۵ نوع فرآورده گیاهی موثر در ترک
اعتیاد

شامل:

- _____ ۱۰ نوع تونیک گیاهی و ۵ نوع کپول گیاهی
- _____ توصیه های درمانی موثر در پیشگیری و ترک اعتیاد
- _____ معرفی انواع مواد مخدر و آثار زیانبار آنها
- _____ اثرات جسمی، روانی و رفتاری مصرف مواد مخدر
- _____ عوامل موثر در گرایش به مواد مخدر
- _____ و سایر آنچه در مورد اعتیاد و مواد مخدر باید بدانیم

مؤلف و مترجم:

مجید حاتمی ورزفه

با همکاری: علی اکبر بجایی

حاتمی، مجید. ۱۳۵۸ -

بهترین روشهای پیشگیری و ترک اعتیاد با گیاهان دارویی : حاوی بیش از ۱۰ گیاه دارویی و ۱۵ نوع فرآورده گیاهی مؤثر در ترک اعتیاد... / مولف و مترجم مجید حاتمی ورزانه. — با همکاری علی اکبر یحیایی. — اصفهان : آسمان نگار، ۱۳۸۳. ۹۶ ص. : مصور.

۶۰۰۰ ریال ISBN : 964-95478-5-1

The best methods of prevention ...

پشت جلد به انگلیسی:

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه : ص. ۹۶.

۱. گیاهان دارویی. ۲. اعتیاد -- درمان. ۳. اعتیاد -- پیشگیری. ۴. گیاه درمانی.

الف. یحیایی، علی اکبر. ۱۳۶۲ - ب. عنوان.

۶۱۵/۳۲

۸۷ پ ۱۶۴/۲ RS

کتابخانه ملی ایران

۳۸۹۴۲-۸۳م

انتشارات آسمان نگار

اصفهان - بزرگراه پروین اعتصامی - خیابان شیخ طوسی غربی - جنب بانک صادرات - ابتدای کوچه شهیدان مطهری - فرهنگسرای طوس اصفهان - تلفن : ۵۵۶۲۳۳۲ - ۳۱۱

بهترین روشهای

پیشگیری و ترک اعتیاد

با گیاهان دارویی

حاوی بیش از ۱۰ گیاه دارویی و ۱۵ نوع فرآورده گیاهی مؤثر در ترک اعتیاد

مولف و مترجم	□	مجلد حاتمی ورزانه	:
ناشر	□	انتشارات آسمان نگار	:
ویراستار	□	۱. حاتمی	:
نوبت چاپ	□	اول - اردیبهشت ۱۳۸۴	:
شمارگان	□	۵۰۰۰ نسخه	:
شابک	□	۹۶۴-۹۵۴۷۸-۵-۱	:
چاپخانه و لیتوگرافی	□	چاپ رضوی - لیتوگرافی آسمان	:
قیمت	□	۶۰۰۰ ریال	:

تلفن : ۵۵۶۲۳۳۲ - ۳۱۱

مرکز پخش : اصفهان - فرهنگسرای طوس

تلفن : ۲۶۴۶۳۳۸ - ۳۱۱

دفتر انتشارات : اصفهان - خیابان گلزار - ابتدای خیابان استاد همایی

ISBN : 964-95478-5-1

شابک : ۹۶۴-۹۵۴۷۸-۵-۱

حق چاپ و سایر حقوق دائمی این اثر
محفوظ و متعلق به مولف و مترجم است.

تقدیم به آنانیکه خود را باور دارند و بیش
از هر کس دیگر به ارزش خویش واقفند.
مولف

اعتیاد یک « بیماری اجتماعی » است که عوارض
جسمی و روانی دارد و تا زمانی که به علل گرایش
« بیمار » توجه نشود، درمان جسمی و روانی فقط برای
مدتی نتیجه بخش خواهد بود و فرد معتاد
دوباره گرفتار « مواد اعتیاد آور » می گردد.

اعتیاد به مواد مخدر یکی از خطرناکترین پرتگاه
های زندگی بشر است و هیچ چیز به اندازه تفکر
و اراده او نمی تواند خاصیت پیشگیرانه یا درمان
کننده آنرا داشته باشد.

مولف

به نام او که جان را هستی بخشید

در این کتاب به معرفی ۱۰ گیاه دارویی موثر در درمان اعتیاد به مواد مخدر و ۱۵ فرآورده گیاهی و دارویی که جهت رفع علائم ناشی از ترک اعتیاد کاربرد دارویی دارند، پرداخته شده است. جهت آشنایی با سایر گیاهان دارویی و آگاهی از خواص طبی این درمانگران ببیز در درمان بیماریها به سایر آثار مولف مراجعه کنید.

- ۱- رژیم سلامتی با سالادها
- ۲- اگر می خواهید قد بلند شوید
- ۳- راز تندرستی با گیاهان دارویی
- ۴- رموز زیبایی چهره با گیاهان دارویی
- ۵- تقویت نیروی جنسی با گیاهان دارویی
- ۶- کلید تندرستی با مصرف ماهی و میگو
- ۷- کاهش دهنده های گیاهی اشتها و چاقی
- ۸- راز سلامت و زیبایی مو با گیاهان دارویی
- ۹- بهترین روشهای پیشگیری و مقابله با ایدز
- ۱۰- راز درمان دردهای مفصلی با گیاهان دارویی
- ۱۱- راز زیبایی و سلامت پوست با گیاهان دارویی
- ۱۲- درمان بیماریهای جنسی زنان با گیاهان دارویی
- ۱۳- تقویت کننده ها و حالت دهنده های گیاهی مو
- ۱۴- تقویت حافظه و درمان فراموشی با گیاهان دارویی
- ۱۵- جدیدترین روشهای درمان نفخ معده با گیاهان دارویی
- ۱۶- بهترین روشهای درمان سرفه و سینوزیت با گیاهان دارویی
- ۱۷- داروخانه گیاهی و طبیعی ج ۱ دائرة المعارف گیاهان دارویی
- ۱۸- گیاه یا معجزه درمان ج ۳ دائرة المعارف گیاهان دارویی
- ۱۹- شگفتیهای درمان با گیاهان دارویی ج ۲ دائرة المعارف گیاهان دارویی

فهرست کلی مطالب

صفحه	عنوان
۹	مقدمه
۱۹	بخش اول - اعتیاد به مواد مخدر و انواع آن
۲۰	فصل اول - اعتیاد، مواد مخدر و انواع آن
۲۰	اعتیاد چیست؟
۲۸	ماده مخدر چیست؟
۳۰	اثرات جسمی، روانی و رفتاری مصرف مواد مخدر
۲۹	انواع مواد مخدر
۳۶	طبقه بندی توضیحی مواد مخدر
۳۷	۱- دخانیات
۳۷	۲- مشروبات الکلی
۳۸	۳- تریاک یا اپیوم
۳۹	۴- مرفین
۴۰	۵- کوکائین
۴۰	۶- هروئین
۴۱	۷- حشیش
۴۲	۸- ال، اس، دی یا قارچ خدایان
۴۲	۹- داروهای مسکن، خواب آور و کدئین دار

۴۲ ۱۰- چسب ها و دیگر حلال ها

فصل دوم- توصیه های درمانی مؤثر در
۴۵ پیشگیری و ترک اعتیاد

۶۰ بفش دوم - گیاهان و فرآورده های ضد اعتیاد

۶۱ فصل سوم - گیاهان دارویی ضد اعتیاد

۶۲ زرشک

۶۴ سنبل الطیب

۶۵ بابونه

۶۶ یبنة

۶۷ اسفند

۶۸ کجوله (آذراقی)

۶۹ دارفلفل

۷۰ نارنج و بهار نارنج

۷۱ گل گندم

۷۲ سایر گیاهان گرم و مقوی

فصل چهارم- فرآورده های گیاهی ضد اعتیاد ۷۳

الف- تونیکهای گیاهی ضد اعتیاد به مواد مخدر

۷۴ تونیک ترکیبی کجوله (آذراقی)

- ۷۵ تونیک ترکیبی اسفند
۷۵ تونیک ترکیبی خولنجان
۷۶ تونیک ترکیبی پوست نارنج
۷۷ تونیک ترکیبی اسطوخودوس
۷۷ تونیک ترکیبی زرشک
۷۸ تونیک ترکیبی سنبل الطیب
۷۹ تونیک ترکیبی گیاه تاتوره
۷۹ تونیک ترکیبی انغوزه
۸۰ تونیک ترکیبی نعنای و سوسنبر

ب - کپسولهای گیاهی ضد اعتیاد

- ۸۱ کپسول تخم اسفند
۸۱ کپسول زنجفیل و بابونه
۸۲ کپسول ۱۵ گیاه گرم
۸۳ کپسول گل گندم و میخک
۸۳ کپسول کچوله (آذراقی) و اسفند

۸۴ منابع و مآخذ

۸۵ آشنایی با سایر آثار مؤلف

مقدمه

در جهان پیشرفته و مترقی امروزی که ظواهر زندگی ماشینی و تکنولوژی در سرتاسر آن به چشم می خورد، گیاه درمانی، که سابقه ای دیرینه و متعلق به هزاران سال برخوردار است، نه تنها به بوتۀ فراموشی

سپردۀ نشده، بلکه به دلایل متعدد، بشر امروزی چاره خود را در رجوع مجدد به طبیعت و استفاده از داروهای طبیعی و گیاهی برای درمان بیماریهای خود می بیند.

وجود اثرات جانبی زیانبار، گران بودن و مقرون به صرفه نبودن داروهای شیمیایی و از همه مهمتر عدم دسترسی به نوع سالم و غیر تقلبی آنها از جمله دلایلی هستند که موجب توجه دوباره انسان قرن ۲۱ به گیاهان دارویی و روی گرداندن او از داروهای شیمیایی شده است. این گرایش افراد به داروهای گیاهی در سالهای اخیر شدت



بیشتری یافته است به طوری که بر اساس تحقیقاتی که در سالهای اخیر در بسیاری از کشورها صورت گرفته حکایت از افزایش انگیزه میل افراد به مصرف داروهای گیاهی دارد به عنوان مثال تحقیقات در کانادا نشان می دهد که ۷۳ درصد مردم نسبت به درمان بیماریشان با داروهای گیاهی ابراز تمایل کرده اند اما کمبود داروهای گیاهی در این کشور عملاً این کار را غیر عملی ساخته است یا بر طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی (WHO) در حدود ۸۰ درصد از مردم در سراسر دنیا که جمعیتی بالغ بر ۴ میلیارد نفر از کل جمعیت جهان را شامل می شود به نوعی از طب گیاهی در سطح اولیه بهداشتی در مانی استفاده می کنند یا در دو دهه اخیر در ایالات متحده امریکا با بالا گرفتن نارضایتی مردم از بهای داروهای تجویز شده پزشکان ، توجه آنان به درمانهای طبیعی در راس آنها ، طب گیاهی جلب شده است به طوری که در این کشور در حدود ۲۵ درصد از نسخه های تجویز شده شامل حداقل یک قلم از داروهای با منشأ گیاهی است. همچنین در آلمان در حدود ۶۰۰ تا ۷۰۰ ترکیب دارویی گیاهی شناخته شده است و

نزدیک به ۷۰ درصد از پزشکان آلمانی به تجویز آنها مبادرت می‌ورزند.

۷۵ درصد مردم فرانسه، ۵۰ درصد از مردم کانادا، ۴۸ درصد از مردم استرالیا و ۴۰ درصد از مردم بلژیک نیز در حال حاضر از داروهای گیاهی برای درمان استفاده می‌کنند. در مورد داروهای شیمیایی مشتق شده از گیاهان، سازمان بهداشت جهانی در یکی از گزارشهای خود اعلام کرده که ۱۱۹ داروی شیمیایی مشتق شده از گیاهان دارویی وجود دارد که در حدود ۷۴ درصد از آنان در طب جدید با همان مفاضد درمانی تجویز می‌شوند. که نیاکان ما در هزاران سال قبل بطور تجربی آموخته بودند. بنابراین با وجود پیشرفتهای فراوان طب مدرن، هنوز هم بسیاری از مردم جهان برای درمان بیماریهای خود به داروهای گیاهی روی می‌آورند. البته این مساله در مورد ایران که جز ۳ کشور برتر جهان در زمینه طب سنتی است از اهمیتی فزاینده برخوردار است و عنایت و توجه بیشتر مردم کشورمان را به استفاده و مصرف بیشتر داروهای گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی می‌طلبد.

همان طور که قبلاً نیز در ابتدای مطالب فوق به آن اشاره نمودیم از گیاهان دارویی از گذشته های دور تاکنون برای درمان بیماریهای مختلف استفاده می شده و می شود. ضعف اعصاب، اضطراب، طپش قلب، درد های مفصلی و روماتیسمی، چاقی، لاغری، فشار خون، بیماریهای پوستی، بیماریهای کلیوی و ... برخی از مهمترین این بیماریها به شمار می روند که در کتب طبی قدیم نسخه های گیاهی فراوانی جهت درمان آنها توسط طبیبان، حکیمان توصیه و تجویز می شده است و در حال حاضر نیز با توجه به رجعت انسان امروزی به طبیعت، دوباره استفاده و تجویز آنها توسط پزشکان طب جدید مورد استقبال قرار گرفته و رواج یافته است.

از جمله این بیماریها اعتیاد است که در واقع در گذشته مهمترین روش درمان آن، گیاه درمانی و استفاده از گیاهان دارویی ضد اعتیاد بوده است. اعتیاد این بیماری خائمان سوز و ویران کننده و آثار به جای مانده ناشی از مصرف مواد مخدر از جمله بیماریهایی است که نه تنها در حال حاضر بلکه از زمانهای گذشته و از زمان کشف توتون و تنباکو و استعمال سیگار، بشر همواره با آن روبرو بوده و

همواره آثار مخرب آنرا در روح و جسم در صورت استفاده نادرست از آن، مشاهده نموده است.

در واقع تاریخچه اعتیاد و سابقه آشنایی بشر با مواد مخدر به زمان تشکیل اولین تمدن های ایجاد شده بر روی کره زمین باز می گردد. به استناد لوح های گلی کشف شده، سومریان در حدود ۱۱۰۰۰ سال قبل با شیره گیاه خشخاش و آثار آن آشنایی داشته اند. به گفته محققین تا قبل از قرن هجدهم میلادی همواره بشر از مواد مخدر در راه صحیح استفاده می کرده است. که شامل کاربرد این مواد در پزشکی جهت تخفیف درد و بهبود بیماریها بوده است. ولی از قرن هجدهم میلادی به بعد، همواره با افزایش مصرف آنها، موارد استفاده نادرست از آنها نیز به طرز چشمگیری افزایش یافته است.

آثار زیانبار ناشی از مصرف زیاد و نادرست مواد مخدر متعدد بوده و شامل تغییرات رفتاری یا روانی، تهوع و استفراغ، سستی حرکتی، درد در ناحیه عضلات، سنگینی پاها، کاهش فشار خون، یبوست، کم شدن اشتها، اختلالات رفتاری یا روانی و ... می باشد. این آثار در زمان کنونی که تعداد معتادان به مواد مخدر هر روز رو به فزونی است،

بیشتر به چشم می خورد. امروزه برای ترک اعتیاد و رفع یا کاهش اثراتی که پس از مصرف مواد مخدر در افراد پدیدار می گردد، روشهای درمانی متعددی وجود دارد. دارو درمانی و استفاده از داروهای شیمیایی ضد اعتیاد، مشاوره درمانی و استفاده از روشهای روانشناختی و مشاوره ای جهت ترک معتادان، باز پروری و ... از جمله این روشها به شمار می روند.

همانطور که قبلاً نیز به آن اشاره کردیم گیاه درمانی از جمله روشهایی است که سابقه کهن در ترک و درمان اعتیاد به افیون (تریاک) و سایر مواد مخدر داشته و در حال حاضر نیز در زمره یکی از بهترین روشهای ترک اعتیاد به حساب می آید. آنچه بیشتر در استفاده از گیاهان دارویی مد نظر است این است که گیاهان دارویی و بطور کلی طب سنتی یا سوزنی در کاهش نشانه های درد آور و رخوت زای ترک اعتیاد موثر بوده و کمتر به ترک کامل انجامیده است. این گیاهان به دلیل اینکه طبیعتی بسیار گرم و محرک داشته از یک سو سرد مزاجی و طبیعت سردی که در اثر مصرف مواد مخدر در بدن فرد معتاد ایجاد شده را برطرف نموده و تبدیل به مزاجی گرم یا حداقل معتدل می نمایند و

از این حیث عوارض سرد مزاجی که شامل سستی و ضعف عضلانی، بی تحرکی خون در بدن، افسردگی و گوشه گیری، بی اشتها، دردهای عضلانی و مفصلی و ... می شود و افراد معتاد در حال ترک از آنها رنج می برند، را کاهش داده و از سویی دیگر به سبب طعم تلخ و بوی خاصی که برخی این گیاهان دارند، در فرد نوعی احساس تنفر نسبت مواد مخدر ایجاد می نمایند و در ترک زودتر این مواد و اعتیاد به آنها موثرند.

این کتاب که با عنوان ترک اعتیاد با گیاهان دارویی به رشته تحریر در آمده و انتشار یافته است، با هدف رواج بیشتر روش گیاه درمانی در ترک اعتیاد به مواد مخدر و معرفی گیاهان دارویی ضد اعتیاد و موثر در کاهش نشانه های رنج آور ترک اعتیاد تهیه و تنظیم شده و شامل ۲ بخش کلی است. بخش اول به تعریف اعتیاد، انواع آن، علائم و روشهای پیشگیری و ترک اعتیاد و توصیه های مهم در رابطه با اعتیاد و ترک آن پرداخته شده است. گیاهان دارویی ضد اعتیاد و فرآورده های دارویی گیاهی موثر در ترک اعتیاد عناوین بخش دوم کتاب را تشکیل می دهند.

معرفی مهمترین گیاهان دارویی ضد اعتیاد (بیش از ۱۰ گیاه دارویی)، آوردن فرآورده های گیاهی موثر در ترک اعتیاد اعتیاد (۱۵ فرآورده گیاهی که شامل ۱۰ نوع تونیک گیاهی و ۵ نوع کپسول گیاهی ضد اعتیاد می باشد)، توصیه های درمانی مهم و موثر در پیشگیری و ترک اعتیاد (۱۵ توصیه درمانی)، معرفی انواع مواد مخدر و آثار زیانبار ناشی از مصرف آنها (بیش از ۱۰ نوع ماده مخدر)، آمار مربوط به مرگ و میر و تلفات ناشی از مصرف مواد مخدر در ایران و جهان و ... از جمله ویژگیهای بارزی است که در تدوین این کتاب به آنها توجه خاصی شده است.

امید است این کتاب نیز همچون سایر آثاری که به قلم این بنده حقیر به رشته تحریر در آمده، مورد استقبال شما هموطنان گرامی به خصوص معتادان، خانواده های آنها و سایر افرادی که به نحوی به دام اعتیاد گرفتار آمده اند، قرار گیرد و با نگاشتن این اثر توانسته باشم قدمی هر چند کوچک در راه تحقق جامعه ای عاری از اعتیاد و رواج بیشتر گیاه درمانی بردارم.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در زمینه گیاهان دارویی به آدرس حقیر واقع در : اصفهان - میدان قدس - خیابان شیخ طوسی غربی - مقابل صندوق قرض الحسنه انصار المهدی (عج) - کوچه قائم - شماره ۵۹ - عطاری سنتی میلاد مراجعه و یا با شماره تلفن ۵۵۶۱۷۳۱ - ۰۳۱۱ تماس حاصل فرمایید.

مجید حاتمی ورز نه

مرداد ماه ۱۳۸۳

اصفهان

آیا می دانید که :

— هم اکنون در جهان ۱۴۴ میلیون نفر کانابیس، ۲۹ میلیون نفر آمفتامین، ۱۴ میلیون نفر کوکائین و بیش از ۱۳ میلیون نفر تریاک و هروئین مصرف می کنند و این آمار نشان دهنده افزایش مصرف محرکهای نوع آمفتامین و کاهش مصرف تریاک و مشتقات آن است.

— در این مدت حشیش همچنین بیشترین نوع ماده مصرفی و هروئین و کوکائین مشکل دارترین مواد مخدر در دنیا بوده اند.

— در ایران بیشترین افزایش و کاهش میزان مصرف مواد مخدر به ترتیب در سالهای ۱۳۵۲ تا ۱۳۵۶ و ۱۳۵۷ تا ۱۳۶۶ بوده و از سال ۱۳۶۷ به بعد شاهد رشد مصرف مواد مخدر به نحوی بوده ایم که این آمار هر ۱۲ سال ۲ برابر و در اصل ۳ برابر نرخ رشد جمعیت افزایش و از سویی دیگر سن مصرف آنها کاهش یافته است.

— همچنین در ایران تریاک همچنان شایعترین ماده مصرفی و تدخین (دود کردن) بیشترین روش مصرف بوده و تزریق ۱۶ درصد روشهای مصرفی را به خود اختصاص داده است.

— هروئین و حشیش عمدتاً در مکانهای عمومی، پارکها، خرابه ها، زیر پله ها، باجه های تلفن عمومی، حمام و توالت و تریاک در محیط های مخصوصی مصرف می شوند.