

بسم الله الرحمن الرحيم

گیاهان دارویی

گیاهان شفابخش برای سلامتی

نویسنده:

اچ. ک. باخرو

ترجمه:

دکتر حسین آذر نیونند

دانشیار دانشگاه تهران (نویسنده برگزیده دانشگاه تهران)

مهندس ملیکا هاشمی - مهندس مجتبی اخوان ارمکی

۱۳۹۰

سرشناسه :	باکهر، اچ. کی، ۱۹۲۶ - م. K. Bakhru.
عنوان و نام پدیدار :	گیاهان دارویی: گیاهان شفابخش برای سلامتی/ بوسده چک. باخرو؛ ترجمه حسینی آذرنیوند. ملیکا هاشمی. مجتبی اخوان ارمنکی.
مشخصات نشر :	تهران: فرهنگ و قلم، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری :	۲۸۸ ص.؛ مصور.
وضعیت فهرست نویسی :	فیا
یادداشت :	عنوان اصلی: Herbs that heal : natural remedies for good health, ۱۹۹۲
موضوع :	گیاهان دارویی
موضوع :	داروهای گیاهی
شناسه افزوده :	آذرنیوند، حسینی، ۱۳۲۷ - مترجم
شناسه افزوده :	هاشمی، ملیکا، ۱۳۶۵ - مترجم
شناسه افزوده :	اخوان ارمنکی، مجتبی، ۱۳۶۲ - مترجم
رده بندی کنگره :	۱۳۹۰ ۹۴۲/۱۶۴۲۵
رده بندی دیویی :	۶۱۵/۳۲۱
شماره کتابشناسی ملی :	۲۲۶۵۸۸۱
تاریخ درخواست :	۱۳۹۰/۰۳/۱۷
تاریخ پاسخگویی :	۱۳۹۰/۰۳/۲۲
کد بکتری :	۳۳۱۵۷

نام کتاب : گیاهان دارویی (گیاهان شفابخش برای سلامتی)

نویسنده : باخرو، اچ. کی

ترجمه : دکتر حسین آذرنیوند، مهندس ملیکا هاشمی، مهندس مجتبی اخوان ارمنکی

ناشر: انتشارات فرهنگ و قلم

شابک : ۷-۴۴-۵۳۸۳-۶۰۰-۹۷۸

چاپ و صحافی : ایل

شمارگان : ۱۰۰۰

سال و نوبت چاپ : ۱۳۹۰ اول

ناظر چاپ : سید مهدی صالحی طباطبائی

آدرس انتشارات : تهران - خیابان انقلاب - خیابان دانشگاه - کوچه بهار - پلاک ۴

تلفن : ۶۶۴۹۹۷۳۲۲ - ۶۶۴۸۷۳۲۲

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر در انحصار انتشارات فرهنگ و قلم است.

هر نوع کپی برداری در هر قالبی موجب پیگرد قانونی است.

قیمت : ۶۰۰۰ تومان

۵۳	درخت میخک	۱	مقدمه
۵۶	گشنیز		فصل اول
۵۹	زیره سبز	۴	یونجه
۶۲	مورایا	۷	انیسون
۶۴	قاصدک	۹	آرجون
۶۶	تاتوره	۱۲	گندکما
۶۹	شوید	۱۵	آکاسیا
۷۱	افدرا	۱۷	باب بار تو
۷۳	شنبلیله	۱۹	بامبو
۷۸	سیر	۲۲	انجیر هندی
۸۲	زنجبیل	۲۴	لوز هندی
۸۵	حنا	۲۶	برگ تنبول
۸۸	شب رنگی افشان	۲۹	بادیان رومی
۹۰	ریحان مقدس	۳۱	تاجریزی سیاه
۹۳	انگور فرنگی هندی	۳۳	بوته آ
۹۶	شاهانه	۳۵	زیره سیاه
۹۹	آب بشقابی	۳۷	هل
۱۰۲	شیدر تر شک	۳۹	فلوس
۱۰۵	سنبل الطیب	۴۱	کرچک
۱۰۷	بارهنگ	۴۳	کرفس
۱۰۹	تاجریزی خاردار	۴۶	هلبله کابلی
۱۱۲	شیرین بیان	۴۹	کاسنی
۱۱۵	ماهوا	۵۱	دار چین
۱۱۸	چریش		

۱۹۲.....	ارواتامیا
۱۹۴.....	فرفیون
۱۹۷.....	رازیانه
۲۰۰.....	گوکول اکانتا
۲۰۲.....	اسپند
۲۰۴.....	زوفا
۲۰۶.....	آکالیفا
۲۰۸.....	درخت صبر هندی (داربو)
۲۱۰.....	زرشک هندی
۲۱۲.....	ابوتیلون هندی
۲۱۴.....	پدوفیل
۲۱۶.....	همیدسموس
۲۱۸.....	سنا
۲۲۰.....	پیاز غنصل هندی
۲۲۲.....	زرشک
۲۲۴.....	علف دندان
۲۲۶.....	فرنجمشک یا وارنگ بو
۲۲۸.....	چمن معطر
۲۳۰.....	کتان
۲۳۳.....	گل همیشه بهار
۲۳۵.....	مرزنجوش
۲۳۷.....	خرفه
۲۳۹.....	لباشیر
۲۴۱.....	کوتکی
۲۴۳.....	زعفران
۲۴۵.....	کدو چنبر
۲۴۷.....	درخت فلوس
۲۴۹.....	افستینین
۲۵۱.....	سنبل الطیب
۲۵۳.....	عناب

۱۲۱.....	درخت جوزبوا
۱۲۳.....	پیاز
۱۲۷.....	جعفری
۱۲۹.....	انجیر معابد
۱۳۱.....	فلفل سیاه
۱۳۴.....	خشخاش
۱۳۷.....	راولفیا
۱۳۹.....	ریواس چینی
۱۴۱.....	رزماری
۱۴۳.....	مریم کلی
۱۴۵.....	ثمیر هندی
۱۴۸.....	مستور سفید
۱۵۱.....	زردچوبه
۱۵۴.....	پیتوری
۱۵۶.....	آدوسا
۱۵۹.....	شاهی
۱۶۲.....	کپنک
۱۶۵.....	سیب چوبی

فصل دوم

۱۶۹.....	کدوی مومی
۱۷۱.....	آشوکا
۱۷۳.....	بای بری
۱۷۵.....	بابونه المانی
۱۷۷.....	بومادران
۱۷۹.....	اکسیر ترکی
۱۸۲.....	شولومگرا
۱۸۴.....	جنتیان هندی
۱۸۶.....	سورنجان
۱۸۸.....	الستونیا
۱۹۰.....	گل انگشتانه

پیشگفتار

گیاهان دارویی گروهی از گیاهان هستند که به واسطه وجود مواد موثره آنها در بهبود، درمان یا پیشگیری از بیماری‌ها نقش موثری دارند. در قرن حاضر، به دلیل استفاده بیش از حد از سموم و کودهای شیمیایی در تولیدات کشاورزی، آلودگی مواد غذایی و نیز مصرف داروهایی با منشاء شیمیایی به دلیل افزایش اختلالات هورمونی و ایجاد ناهنجاری‌های مختلف در بدن انسان، سلامتی و بهداشت انسان‌ها و نیز محیط زیست را با خطر مواجه کرده است. به همین دلیل استفاده از داروهای گیاهی در جهان روز به روز افزایش می‌یابد. گیاهان دارویی میراث‌های بومی هستند که از اهمیت جهانی برخوردارند. گیاهان از گذشته‌های دور منبع اصلی پزشکی و داروسازی در ایران، مصر، چین، یونان و هند باستان بوده است.

کتاب حاضر که در ارتباط با گیاهان دارویی هندوستان می‌باشد محتوای با ارزشی در ارتباط با معرفی گیاهان دارویی، خواص و کاربردها و موارد مصرف آنها می‌باشد که همه به عنوان یک کتاب درسی برای دانشجویان رشته‌های مختلف کشاورزی و منابع طبیعی، محیط زیست، داروسازی، پزشکی و علاقه‌مندان به طب سنتی می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد و همه برای آنان که به سبب آشفتگی‌ها در درمان بیماری‌های جدید و آثار و عوارض داروهای شیمیایی، خواستار بازنگری به تجربیات افراد در درمان خود یا استفاده از گیاهان طبیعی می‌باشند، نیز مفید می‌باشد.

بخشی از گیاهان مورد اشاره در این کتاب در بعضی مناطق آب و هوایی ایران وجود دارد و یا قابل کاشت می‌باشند.

در ترجمه کتاب امانتداری شده و ترتیب مطالب و تقسیمات آن بر اساس اصل کتاب می‌باشد. این ترجمه با همکاری دوستان ارجمند سرکار خانم مهندس ملیکا هاشمی و آقای مهندس اخوان انجام گرفته است. لازم به ذکر است که با وجود چاپ و انتشار کتاب‌های گوناگون به صورت ترجمه و یا تالیف در موضوع گیاهان دارویی، هنوز جنبه‌های ناشناخته زیادی در ارتباط با ویژگی، خواص، مواد موثره و کاربرد گیاهان دارویی وجود دارد که موضوع دارو و درمان با گیاهان دارویی را همچنان تازه و بکر می‌نمایاند. انتشار هر کتاب بخشی از ناشناخته‌های گیاهی و در نهایت شناخت دقیق‌تر طبیعت و پروردگار خالق طبیعت و اعجاز و شگفتی‌های آن را عیان‌تر می‌کند و قدرت و عظمت خالق جهان هستی را برای صاحبان خرد متجلی می‌سازد.

در خاتمه ضمن تقاضا از خوانندگان محترم در اعلام کاستی‌ها و اشکالات چاپ موجود، امیدوارم که ضمن پذیرش پوزش به خاطر کاستی‌ها ما را در پر بار کردن و کم نقص نمودن آن در چاپ‌های بعدی یاری و مدد رسانند.

حسین آذرنیوند

دانشیار دانشگاه تهران

مقدمه

تاریخچه استفاده از گیاهان دارویی به زمان‌های بسیار دور برمی‌گردد، زمانی که تاریخ بشر شناخته شد. شواهد بسیار زیادی در مورد کاربرد گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها در تمام تمدن‌های قدیم از جمله هند، مصر، چین و حتی یونان و روم باستان وجود دارد. قدرت شفابخشی گیاهان در درمان بیماری‌ها منجر به استفاده از آن‌ها در داروسازی شده است. در مورد خواص درمانی بعضی از گیاهان مناطقی از هند منابع فراوانی وجود دارد که گفته می‌شود بین سال‌های ۱۸۰۰ و ۳۵۰۰ سال قبل از میلاد نوشته شده است. اطلاعات قابل ملاحظه‌ای در زمینه گیاهان دارویی در Charaka Samhita و Shusruta Samhita (دو مورد از کتاب گیاهان دارویی معتبر) به ثبت رسیده است. در کتاب Shusruta Samhita به توصیف و تشریح بیش از ۷۰۰ نوع گیاه پرداخته شده است. در سال‌های اخیر گیاهان زیادی در طب سنتی مورد استفاده قرار گرفته‌اند که تعداد آن‌ها به ۱۵۰۰ نوع رسیده است. در کشور چین در حدود ۱۰۰۰ نوع گیاه بومی و قدیمی وجود دارد. کتاب Pen Tsao Ching از کتاب‌های معتبر چینی در زمینه گیاهان دارویی می‌باشد که در ۲۸۰۰ سال قبل از میلاد نوشته شده است، در این کتاب به توصیف گیاهان دارویی متنوعی پرداخته شده است و طریقه استفاده از آن‌ها را نیز شرح داده است. در سال‌های اخیر محققانی نظیر O.C.Dutt و G.Watt و R.N.Chopra و K.R.Kirtikar و B.D.Basu و B.Mukherjee تحقیقات زیادی در مورد گیاهان دارویی هند انجام داده‌اند. مطالعات آن‌ها نشان دهنده خواص متعدد

گیاهان دارویی و کاربرد گیاهان در درمان بسیاری از بیماری‌ها می‌باشد. گیاهان دارویی دارای اهمیت بسیار زیادی در قرن حاضر می‌باشند (در حالی که تاثیرات مخرب استفاده بیش از حد داروهای شیمیایی بسیار مخرب و هشدار دهنده است). گیاهان دارویی در اشکال مختلف چای، غذا، ادویجات و به عنوان دارو قابل استفاده می‌باشند. افزایش چشمگیر گیاهان دارویی منجر به تغییرات اساسی در نوع زندگی بشر شده است. زمانی که ماده موثره گیاهان دارویی جذب جریان خون می‌شود، به گردش افتاده و سراسر بدن ما را تحت تاثیر قرار می‌دهند. از گیاهان دارویی برای تعادل و تقویت مکانیزم‌های بدن استفاده می‌شود. محتویات فعال گیاهان به چندین روش می‌توانند وارد بدن شوند، یک روش خوردن گیاهان می‌باشد که از طریق سیستم گوارش جذب می‌شود. روش دیگر مالیدن گیاهان بر روی پوست است که از طریق منافذ پوست جذب بدن می‌شود. طریقه دیگر استفاده از لوسیون‌ها و کومپرس‌ها می‌باشد. با وجود این که بیشتر گیاهان دارویی برای سیستم ایمنی بدن بی‌ضرر می‌باشند، بعضی از آن‌ها ممکن است منجر به عکس العمل‌های ناخوشایند در بدن شوند، بنابراین برای جلوگیری از اثرات نامطلوب گیاهان دارویی توصیه می‌شود که در یک زمان تنها از یک نوع گیاه استفاده شود، همچنین برای پی بردن به اثرات جانبی گیاهان دارویی در زمان شروع مصرف در مقادیر کم استفاده گردد و در صورتی که اثری مشاهده نشد با دقت مقدار مصرف را بالا می‌بریم. در پایان لازم به ذکر است که تمام گیاهان در هر فرد و در هر زمان موثر واقع نمی‌شود و از این گیاهان در مواقع اورژانسی و بیماری‌های مزمن استفاده نگردد.