

۱۳۷۳ (۹۹)

گياهان دارویی

پرستاری و آموزش به بیمار

تألیف

دکتر محمدرضا حیدری

عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه شاهد

رضا نوروززاده

دانشجوی دکترای پرستاری و

عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه شاهد

www.ketab.ir



سرشناسه : حیدری، محمدرضا، ۱۳۴۳ -
عنوان و نام پدیدآور : گیاهان دارویی (پرستاری و آموزش به بیمار)
مشخصات نشر : تهران : جامعه نگر، ۱۳۹۳ .
مشخصات ظاهری : ۱۲، ۳۸۸ ص : مصور (بخش رنگی)، جدول
شابک : 978-600-101-373-7
وضعیت فهرست‌نویسی : فنیای مختصر
یادداشت : این مدرک در آدرس <http://opac.nlia.ir> قابل دسترسی است .
یادداشت : واژه نامه
یادداشت : نمایه
یادداشت : کتابنامه
شناسه افزوده : نوروززاده، رضا، ۱۳۵۳ -
شماره کتابشناسی ملی : ۳۷۰۶۵۱۵

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می‌باشد. هیچ بخشی از کتاب به هیچ شکلی اعم از فتوکپی یا بازنویسی مطالب در هرگونه رسانه‌یی من جمله کتاب، لوح فشرده و مجلات، بدون اجازه‌ی کتبی ناشر قابل استفاده نیست و موجب پیگرد قانونی می‌شود.

گیاهان دارویی (پرستاری و آموزش به بیمار)

تألیف دکتر محمدرضا حیدری؛ رضا نوروززاده

ناشر جامعه‌نگر

نوبت و سال چاپ اول ۱۳۹۴؛ شمارگان ۳۰۰ نسخه

صفحه‌آرایی گنجی‌پور؛ طرح جلد مهدی انوشیروانی

بها ۱۹۰۰۰۰ ریال

شابک ۷ - ۳۷۳ - ۱۰۱ - ۶۰۰ - ۹۷۸

نشر جامعه‌نگر

ناشر برگزیده حوزه سلامت (سال ۱۳۹۳)

ناشر برگزیده حوزه جوانان (سال ۱۳۹۳)

ناشر برگزیده کشور (سال ۱۳۹۲)

ناشر برتر دانشگاهی (سال ۱۳۹۱)

دفتر مرکزی نشر جامعه‌نگر

تهران: خ انقلاب - مقابل درب اصلی دانشگاه تهران - خ فجر رازی - خ نظری - شماره ۸۴. همکف. تلفن: ۶۶۴۹۳۷۱۶ - ۶۶۴۹۴۱۸۷

فروش اینترنتی: www.Jameenegar.com

کتاب‌فروشی‌های معتبر پزشکی سراسر کشور

- اهواز: رشد - شرق • اردبیل: خیام • اراک: دانشجو • ارومیه: شاهد ایثارگران • اصفهان: کیا - پارسا - رازی • - بابل: علی‌زاده - اندیشه • بجنورد: ارسطو • بروجرد: ولایت
- بندرعباس: سروش • بوشهر: کتاب‌فروشی عمادی • بیرجند: شهر کتاب • تالش: جامعه‌نگر • تبریز: شیرنگ - بابک • تنکابن: میرچی • جهرم: کلیه کتاب • خرم‌دره: معلم ۲
- خرم‌آباد: نشر قلم • رشت: دانشگاه آزاد پل طالشان - ارجمند - مژه • زابل: رازی • زاهدان: کالج • زنجان: شهر کتاب • ساری: هدف • دانشجو • امیرکبیر • سمنان: نسیم - اشراق
- ۲. سبزوار: نشر ارس • شیراز: مرکز کتاب دانشگاه علوم پزشکی شیراز - جمالی • قم: فاضل • قزوین: حکیم • کاشان: خانه کتاب • قوچان: نواندیش • کرمان: پایپروس
- کرمانشاه: علم و فرهنگ • چابک • گرگان: جلالی • گناباد: کتابستان • لاهیجان: مرکز کتاب دانشگاهی • مشهد: مجد دانش - نمایشگاه علوم پزشکی جهاد دانشگاهی • همدان: روزاندیش • دانشجو • یزد: خاتج‌نخانی

فهرست مطالب

۴۰.....	اگیر ترکی	۱۷.....	آب بشقابی
۴۱.....	انار	۱۸.....	آدونیس
۴۲.....	انبه	۱۸.....	آرتیشو (کنگر فرنگی)
۴۳.....	انجبار	۱۹.....	آرنیکا
۴۴.....	انجدان رومی	۱۹.....	آسیرولا
۴۴.....	انجیر	۱۹.....	آسه
۴۵.....	انگور	۲۰.....	آفتاب گردان
۴۶.....	انگوشانه	۲۱.....	آقطی
۴۶.....	انیسون	۲۱.....	آقطی اروپایی
۴۶.....	اوشق	۲۱.....	آقطی سیاه
۴۷.....	بابا آدم	۲۲.....	آقونیطون
۴۸.....	بابونه	۲۳.....	آگاو
۵۰.....	بابونه گاوی	۲۳.....	آلبالو
۵۱.....	بادام	۲۴.....	آلو
۵۳.....	بادام زمینی	۲۴.....	آلوجه جنگلی
۵۳.....	بادامک	۲۴.....	آمله
۵۴.....	بادرنجبویه	۲۵.....	آناناس
۵۴.....	بادمجان	۲۵.....	آنغوزه
۵۵.....	باروسما	۲۶.....	آوندول
۵۶.....	بارهنگ	۲۶.....	آووکادو
۵۷.....	باریجه	۲۷.....	آویشن باغی
۵۷.....	باقلا	۲۸.....	آویشن شیرازی
۵۸.....	بالنگ	۲۹.....	آویشن وحشی
۵۸.....	بامبو	۳۰.....	آپیکا
۵۹.....	بامیه	۳۰.....	آترج
۵۹.....	برباله	۳۰.....	آختری
۶۰.....	برگ بو	۳۱.....	آرس
۶۱.....	برنج	۳۱.....	ازگیل
۶۳.....	برنجاسف	۳۱.....	اژدها
۶۳.....	بسفایج	۳۲.....	اسفند
۶۴.....	بلوط	۳۲.....	استویا
۶۵.....	بن سرخ	۳۳.....	اسفرزه
۶۵.....	بنفشه	۳۴.....	اسطوخودوس
۶۶.....	بنگ دانه	۳۵.....	اسفناج
۶۷.....	بنه	۳۵.....	اطر یلال
۶۷.....	بومادران	۳۶.....	افدرا
۶۸.....	به	۳۷.....	افستین
۶۹.....	به لیمو	۳۸.....	اکالیپتوس
۷۰.....	بهار نارنج	۴۰.....	اکلیل الملک

۹۸.....	جاشیر.....	۷۰.....	بید.....
۹۸.....	جینگویلوبا.....	۷۱.....	بید انجیر ختایی.....
۱۰۰.....	جینسنگ آسیایی.....	۷۱.....	بیدمشک.....
۱۰۱.....	جینسنگ سیبری.....	۷۲.....	بیلهر.....
۱۰۱.....	جوز هندی.....	۷۳.....	پای شیر.....
۱۰۲.....	جعفری.....	۷۳.....	پای خر.....
۱۰۳.....	جعفری فرنگی.....	۷۴.....	پانودارکو.....
۱۰۳.....	جو.....	۷۵.....	پامچال.....
۱۰۴.....	جو دو سر.....	۷۵.....	پسته.....
۱۰۵.....	چای.....	۷۶.....	پروانش.....
۱۰۶.....	چای سفید.....	۷۶.....	پرقال.....
۱۰۷.....	چای ترش.....	۷۷.....	پرسیاوشان.....
۱۰۷.....	چای کوهی.....	۷۸.....	پنجه گربه.....
۱۰۸.....	چای پاراگونه.....	۷۸.....	پنجه شیطان.....
۱۰۹.....	چاودار.....	۷۹.....	پنیرک.....
۱۰۹.....	چرخه.....	۷۹.....	پنج انگشت.....
۱۱۰.....	چشم گربه.....	۸۰.....	پودوفیلوم.....
۱۱۰.....	چغندر.....	۸۱.....	پونه کوهی.....
۱۱۱.....	چلغوز.....	۸۱.....	پونه نهری.....
۱۱۱.....	حرا.....	۸۲.....	پونه بری.....
۱۱۲.....	حزاء.....	۸۲.....	پول.....
۱۱۲.....	حنا.....	۸۲.....	پوملو.....
۱۱۲.....	خارمریم.....	۸۳.....	پیاز.....
۱۱۴.....	خارخاسک.....	۸۴.....	پیازچه.....
۱۱۵.....	خاکشیر.....	۸۵.....	پیاز عنصل.....
۱۱۶.....	ختمی.....	۸۶.....	پیچ امین الدوله.....
۱۱۶.....	خرزهره.....	۸۶.....	پیر بهارک.....
۱۱۷.....	خردل.....	۸۷.....	پیچک.....
۱۱۸.....	خشک.....	۸۷.....	تاتوره.....
۱۱۸.....	خرقه.....	۸۸.....	تاجریزی.....
۱۱۹.....	خرما.....	۸۹.....	تاج خروس.....
۱۱۹.....	خرما.....	۸۹.....	ترخون.....
۱۲۰.....	خریق.....	۸۹.....	ترشک.....
۱۲۱.....	خله.....	۹۰.....	ترنجبین.....
۱۲۱.....	خوشاریزه.....	۹۱.....	ترب.....
۱۲۲.....	خورجینک.....	۹۲.....	ترب کوهی.....
۱۲۲.....	خیار.....	۹۲.....	تربچه.....
۱۲۳.....	خریزه ابوجهل.....	۹۳.....	تره.....
۱۲۴.....	خریزه.....	۹۳.....	تره فرنگی.....
۱۲۵.....	خریزه درختی.....	۹۳.....	تلخه بیان.....
۱۲۶.....	خریزه تلخ.....	۹۴.....	تمبر هندی.....
۱۲۷.....	داغداغان.....	۹۵.....	تمشک.....
۱۲۷.....	دارواش.....	۹۶.....	تورمنتیل.....
۱۲۷.....	دم اسب.....	۹۶.....	توت.....
۱۲۸.....	دانگ کواپی.....	۹۶.....	توت مار.....
۱۲۹.....	دامیاتا.....	۹۷.....	توت فرنگی.....
۱۳۰.....	دارچین.....	۹۷.....	ثعلب.....

۱۳۱.....	درمنه.....	۱۷۲.....	سنبل الطیب.....
۱۳۳.....	دراسنا.....	۱۷۴.....	ستجد.....
۱۳۳.....	دوکی.....	۱۷۵.....	سنیره.....
۱۳۴.....	ذرت.....	۱۷۶.....	سویا.....
۱۳۵.....	رازک.....	۱۷۷.....	سیاه تنگرس.....
۱۳۶.....	رازیانه.....	۱۷۸.....	سیاه دانه.....
۱۳۷.....	راعی.....	۱۷۸.....	سیب.....
۱۳۸.....	رزماری.....	۱۷۹.....	سیب زمینی.....
۱۳۹.....	روناس.....	۱۸۱.....	سیب زمینی شیرین وحشی.....
۱۴۰.....	ریواس معمولی.....	۱۸۲.....	سیر.....
۱۴۰.....	ریحان.....	۱۸۳.....	سینه دارو.....
۱۴۱.....	ریحان کوهی.....	۱۸۴.....	شابیزک.....
۱۴۲.....	ریشه زرد.....	۱۸۴.....	شاتوت.....
۱۴۲.....	ریوند.....	۱۸۵.....	شاهی.....
۱۴۴.....	زالزالک.....	۱۸۶.....	شاهی آبی.....
۱۴۵.....	زبان در قفا.....	۱۸۷.....	شاه بلوط هندی.....
۱۴۵.....	زبان گنجشک.....	۱۸۸.....	شاهدانه.....
۱۴۵.....	زوقا.....	۱۸۹.....	شاه تره.....
۱۴۶.....	زردجوبه.....	۱۸۹.....	شاه پسند.....
۱۴۸.....	زردالو.....	۱۹۰.....	شاه افسر.....
۱۴۸.....	زرشک.....	۱۹۱.....	شالک.....
۱۵۰.....	زعفران.....	۱۹۱.....	شبدرد.....
۱۵۱.....	زغال اخته.....	۱۹۲.....	شبدرد قرمز.....
۱۵۲.....	زنجبیل.....	۱۹۳.....	شبدرد باتلاقی.....
۱۵۴.....	زنجبیل وحشی.....	۱۹۴.....	شمعدان آبی.....
۱۵۵.....	زنیان.....	۱۹۴.....	شمعدانی.....
۱۵۶.....	زیتون.....	۱۹۵.....	شنگ.....
۱۵۷.....	زیرفون.....	۱۹۶.....	شیرین بیان.....
۱۵۸.....	زیره سبز.....	۱۹۷.....	شنبلله.....
۱۵۹.....	زیره سیاه.....	۱۹۸.....	شوید.....
۱۶۰.....	ژله رویال.....	۱۹۹.....	شقایق.....
۱۶۰.....	سابادیل.....	۲۰۰.....	گل شقایق.....
۱۶۱.....	سه پستان.....	۲۰۰.....	شلفم.....
۱۶۱.....	سرخ ولیک.....	۲۰۱.....	شلیل.....
۱۶۳.....	سرخاب کولی.....	۲۰۲.....	شیر خشت.....
۱۶۳.....	سرخارگل.....	۲۰۲.....	صبر زرد.....
۱۶۵.....	سرخالو.....	۲۰۴.....	صابونک.....
۱۶۵.....	سرخدار.....	۲۰۴.....	گل صدتومانی.....
۱۶۶.....	سرخس شیرین.....	۲۰۴.....	صنوبر.....
۱۶۶.....	سذاب.....	۲۰۵.....	عدس.....
۱۶۷.....	سدر.....	۲۰۵.....	عروس کوهی.....
۱۶۹.....	سس.....	۲۰۶.....	عروسک پشت پرده.....
۱۶۹.....	افتمون.....	۲۰۶.....	عرعر.....
۱۶۹.....	کشوت.....	۲۰۷.....	عشقه.....
۱۷۰.....	سعد.....	۲۰۷.....	علف خرس.....
۱۷۰.....	سماق.....	۲۰۸.....	علف شور.....
۱۷۱.....	سنا.....	۲۰۸.....	علف هفت پند.....

۲۳۸.....	کرفس کوهی	۲۰۹.....	علف لیمو
۲۳۸.....	کوله خاس	۲۰۹.....	علف دندان
۲۳۹.....	کتیرا	۲۱۰.....	عنا ب
۲۴۰.....	کران بری	۲۱۰.....	غان
۲۴۰.....	کبوی	۲۱۱.....	غازباقی
۲۴۱.....	کاج	۲۱۱.....	غافت
۲۴۱.....	گالاتامین	۲۱۲.....	طالبی
۲۴۲.....	گالگا	۲۱۳.....	فرانگولا
۲۴۳.....	گاوزبان	۲۱۳.....	فراسیون
۲۴۴.....	گشنیز	۲۱۴.....	فلفل سیاه
۲۴۵.....	گردو	۲۱۴.....	فلفل قرمز
۲۴۶.....	گریپ فروت	۲۱۶.....	فلفل دلمه ای
۲۴۸.....	گزنه	۲۱۶.....	فلفل استرالیائی (کاواکاوا)
۲۴۹.....	گل افعی	۲۱۷.....	فلوس
۲۴۹.....	گل ساعتی	۲۱۸.....	فندق
۲۵۰.....	گل حسرت	۲۱۸.....	فیسالیس
۲۵۱.....	گلپر	۲۱۸.....	فیجوا
۲۵۲.....	گلرنگ	۲۱۹.....	قارچ
۲۵۳.....	گل سرخ	۲۲۰.....	قاشقک
۲۵۳.....	گل محمدی	۲۲۰.....	قاصدک
۲۵۴.....	گلوکومانان	۲۲۱.....	قدومه
۲۵۴.....	گللابی	۲۲۱.....	قره قاط
۲۵۵.....	گنه گنه	۲۲۲.....	قلقاس لکه لکه
۲۵۶.....	گندم	۲۲۲.....	قولنجان
۲۵۶.....	گوش خر	۲۲۲.....	قهوه
۲۵۷.....	گوجه سبز	۲۲۴.....	کاسنی
۲۵۸.....	گوجه فرنگی	۲۲۶.....	کاد هندی سیاه
۲۵۸.....	گواوا	۲۲۶.....	کاسکارا
۲۵۹.....	گولدن رود	۲۲۶.....	کاکوتی
۲۶۰.....	گوکول	۲۲۷.....	کاهو
۲۶۰.....	گیلاس	۲۲۸.....	کاکائو
۲۶۱.....	گیلاس وحشی	۲۲۸.....	کلم
۲۶۱.....	لاله وازگون	۲۲۸.....	کلم پیچ
۲۶۲.....	لوییا	۲۲۹.....	کلم بروکلی
۲۶۲.....	لوییا سفید	۲۳۰.....	گل کلم
۲۶۲.....	لوییا چشم بلبل	۲۳۰.....	کلم قمری
۲۶۳.....	لوییا چیتی	۲۳۰.....	کنجد
۲۶۳.....	لوییا قرمز	۲۳۱.....	کندر
۲۶۳.....	لوییا سیاه	۲۳۲.....	کتان
۲۶۳.....	لوییا تونکا	۲۳۲.....	دانه کتان
۲۶۴.....	لیمو ترش	۲۳۳.....	کدو
۲۶۵.....	لیمو شیرین	۲۳۳.....	کدو تنبل
۲۶۶.....	لیمو عمانی	۲۳۴.....	دانه کدو طبعی
۲۶۶.....	ماش	۲۳۵.....	کدو سبز
۲۶۷.....	مارچوبه	۲۳۵.....	کوشاد
۲۶۷.....	مازو	۲۳۶.....	کرچک
۲۶۸.....	مامبران	۲۳۷.....	کرفس

۲۸۱	نرگس زرد
۲۸۷	نسترن
۲۸۸	نیلی وحشی
۲۸۸	والک
۲۸۹	ورث
۲۸۹	وسمه
۲۹۰	و شاء
۲۹۰	هاماملیس
۲۹۱	هل
۲۹۱	هلو
۲۹۲	هلیله
۲۹۳	همیشه بهار
۲۹۴	هندوانه
۲۹۴	هندوانه ابوجهل
۲۹۵	هندوانه وحشی
۲۹۵	هواچوبه
۲۹۶	هوویج
۲۹۷	یاسمن
۲۹۷	یلانگ یلانگ
۲۹۷	یونجه
۲۹۸	یوهمبه

۲۶۹	ماهونیا
۲۶۹	مُر
۲۷۰	مرزه
۲۷۰	مرزنجوش
۲۷۲	مرغ
۲۷۲	مریم گلی
۲۷۲	مریم نخودی
۲۷۴	مُرکی
۲۷۴	موسیر
۲۷۵	مصطکی
۲۷۷	مورد کاذب
۲۷۷	موز
۲۷۸	گل مغربی
۲۷۹	میخک
۲۸۰	نارنج
۲۸۱	نارنگی
۲۸۱	نارگیل
۲۸۲	گیاه ناخنک
۲۸۲	نعناع
۲۸۴	نعناع چمنی
۲۸۴	نخود
۲۸۵	نخل ارهای

پیشگفتار

گیاهان دارویی از ارزش خاصی در تأمین سلامتی، درمان و پیشگیری برخوردار هستند. این بخش از منابع طبیعی از مهمترین منابع تأمین غذایی و دارویی بشر در طول نسل‌ها بوده است. به نظر می‌رسد که در گذشته‌های دور انسان نیز مانند بسیاری از حیوانات بر اساس شناخت فطری از محیط اطراف، به خواص گیاهان دارویی پی برده و تدریجاً این شناخت اولیه جای خود را به شناخت تجربی داده است. از نظر تاریخی، تحقیقات وسیعی برای یافتن فرآورده‌ها و مواد طبیعی دارویی گیاهی انجام شده است. گیاه دارویی به گیاهی گفته می‌شود که حداقل قسمتی از آن دارای دارای ویژگی خاصی برای سلامتی باشد. کمتر دیده می‌شود که تمامی قسمت های یک گیاه دارای خاصیت دارویی باشد، بلکه غالباً یک یا چند قسمت از گیاهان دارویی دارای خواص دارویی می‌باشند. هم چنین ممکن است قسمتهای مختلف از یک گیاه دارویی دارای کاربردهای مختلفی باشد. ممکن است گیاهان دارویی علاوه بر خواص دارویی، دارای مصارف غذایی و طعم دهنده نیز باشند. در سال‌های اخیر تمایل عمومی جامعه به استفاده از گیاهان دارویی و فرآورده‌های طبیعی روبه افزایش بوده و یکی از دلایل مهم آن عوارض جانبی اثبات شده داروهای شیمیایی می‌باشد. استفاده مطلوب و بهینه از این منابع که به لحاظ فناوری کم‌هزینه‌تر و ساده‌تر از صنایع دارویی شیمیایی است، ضمن آن که با تأمین بخشی از نیازهای عمده بهداشتی و درمانی به اقتصاد جامعه کمک می‌کند. موارد یاد شده فوق به خوبی بر این واقعیت اطمینان داشته و اعضاء مراقبت بهداشتی درمانی نیز بر این باورند که استفاده از ترکیبات گیاهی می‌تواند عامل مهمی در حفظ سلامتی برای انسان باشد.

لازم است که پرستاران در هنگام پرسیدن از بیمار در مورد استفاده از طب مکمل قضاوت نداشته باشند و علیرغم باورهای شخصی خود در مورد مکمل های گیاهی باید نسبت به تهیه تاریخچه درست از بیمار اقدام کنند. این کتاب حاوی نزدیک به ۴۰۰ گیاه و میوه مختلف است که به صورت روزانه یا به عنوان مکمل دارویی مورد استفاده قرار می‌گیرند. مطالب این کتاب به نوعی طراحی گردیده که پرستاران و سایر مراقبین بهداشتی درمانی و حتی خود بیمار می‌توانند نیاز های خود را در آن جستجو کنند. در این مجموعه سعی گردیده تا ضمن معرفی مختصر گیاه و ویژگی‌های بوم شناسی، کاربردهای اصلی، آموزش‌های مربوط به مصرف فرآورده و تداخلات و عوارض هر گیاه و نکات پرستاری پرداخته شود. با توجه به ویژگی‌های این اثر، پرستاران و پزشکان به دلیل نیاز به داشتن اطلاعات جامع در خصوص تاریخچه رژیم درمانی و یا رژیم تجویز شده در طب مکمل می‌توانند از اطلاعات این کتاب تا اندازه زیادی بهره مند شوند. در ضمن این کتاب برای درس طب مکمل، طب جایگزین و نقش پرستار در آنها، به عنوان یکی از دروس برنامه آموزشی دوره کارشناسی رشد رشته پرستاری داخلی جراحی قابل استفاده است.

در پایان نویسندگان این مجموعه از زحمات جناب آقای محمد گوشی و سرکار خانم‌ها آلیه کمالی و سپیده راعی کارشناسان محترم پرستاری به دلیل پیگیری در جمع‌آوری گیاهان دارویی بومی ایران و منابع مرتبط صمیمانه تشکر می‌نمایند. همچنین از سرکار خانم مهندس لیلا طالب‌زاده به جهت زحمات ایشان در جمع‌آوری تصاویر گیاهان دارویی قدرانی می‌گردد.

دکتر محمد رضا حیدری

رضا نوروززاده