

خاصیت و محل شناسایی



آب های شفا بخش

معدنی کشور

شامل: آب ها و چشمه های معدنی ایران - حمام درمانی

آفتاب درمانی و آب میوه درمانی



مؤلف: کاظم کیانی



شرکت انتشارات زنگار

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات نشر
مشخصات ظاهری
شابک
وضعیت فهرست نویسی
موضوع
موضوع
رده بندی کنگره
رده بندی دیویی
شماره کتابشناسی ملی

کیانی، کاظم، ۱۳۲۸ -
خواص آبهای گرم و معدنی: شامل آبها و چشمه‌های معدنی ایران - حمام‌درمائی... / مولف
کاظم کیانی.
تبریز: آذریان، ۱۳۹۳.
۳۰۴ ص.: مصور، جدول.
978-600-7665-14-5
فپیا:
آب‌های معدنی-- ایران -- مصارف درمانی
آب‌درمائی
RA۹۲۴/۵/ک۹۹۱۳۹۳:
۶۱۵/۸۵۳۰۹۵۵:
۳۷۱۴۳۴۷



دفتر انتشارات آذریان - تبریز (۰۴۱۳)
فاکس: ۵۵۵۳۶۹۹ همراه: ۰۹۱۴۴۱۷۷۵-۵

نام کتاب: خواص درمانی آبهای شفا بخش معدنی کشور
تألیف: کاظم کیانی ناشر: انتشارات زر قلم چاپ: کیهان سال: ۱۳۹۳
چاپ دوم (برای ناشر اول) تعداد صفحه: ۳۰۴ تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال
قطع: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۶۵-۱۴-۵ ISBN: 978-600-7665-14-5

سایت اینترنتی: www.zargalam.com ایمیل: info@zargalam.com

حق چاپ و انتشار دائم محفوظ است به انتشارات آذریان
نشانی: تبریز - خیابان امین - پاساژ ولیعصر

فهرست مطالب

عنوان	صفحه	عنوان	صفحه
مقدمه	۱۱	آب های معدنی اسیدی	۳۳
آب در زندگی روزانه	۱۴	آب های معدنی سولفات دار	۳۳
آب آشامیدنی	۱۵	آب چشمه های تلخ	۳۴
آب - فرهنگ و مذهب	۱۵	چشمه های کلرور سدیم	۳۴
اهمیت آب از نظر کشاورزی	۱۵	آب های آهن دار	۳۵
آب و اهمیت آن در طبیعت	۱۷	آب های گوگردی	۳۵
تجزیه الکتریکی آب	۱۷	آب های آهک دار	۳۵
آب - حلال	۱۸	چشمه های آرسنیک دار	۳۶
چرخه آب در طبیعت	۱۹	آبهای یددار	۳۶
آب سخت	۱۹	آب های معدنی ایران	۳۷
تصفیه آب طبیعی	۲۰	آب گرم پای کوه سرخ	۳۷
آلودگی های آب	۲۱	آب گرم پوزه باغ	۳۸
آب های معدنی	۲۲	آب گرم چارک	۳۸
خواص مهم آب	۲۳	آب گرم حاجی آباد	۴۰
کاربرد آب در پزشکی	۲۳	آب گرم کنتی	۴۰
شناسائی آب	۲۴	آب گرم سراب	۴۱
مصرف آب های معدنی	۲۴	آب آهن	۴۱
موارد منع استفاده از آب معدنی	۲۵	آب باد	۴۲
روش های درمان	۲۶	آب بوکان	۴۳
درمان با آب دریا (تالاسوتراپی)	۲۷	آب بهن	۴۴
آب دریا	۲۸	آب تلخ	۴۴
آب گازدار	۳۱	آب چشم	۴۵
آب های معدنی	۳۲	آب خلیج فارس	۴۵

۶۴	آب گرم سایه خوش	۴۶	آب سرچشمه محلات
۶۴	آب گرم سراب	۴۷	آب سرخ فریزهند - کاشان
۶۵	آب گرم سرخان	۴۸	آب گرم اسک
۶۵	آب گرم سمنان	۴۸	آب گرم آقا میر احمد
۶۶	آب گرم شاه آباد	۴۹	آب گرم اسپیدر
۶۷	آب گرم شاهان گرماب	۵۰	آب گرم الله حق
۶۸	آب گرم شفا	۵۰	آب گرم ایسی سو
۶۸	آب گرم غرب تودولیه	۵۱	آب گرم بادون
۷۰	آب گرم فاریاب	۵۱	آب گرم باری
۷۰	آب گرم فتویه (فتوحیه)	۵۲	آب گرم باش کندی
۷۱	آب گرم قره سو	۵۳	آب گرم برآبک
۷۲	آب گرم قهوه خانه ممتاز (یعقوب)	۵۳	آب گرم بزمان
۷۲	آب گرم قهوه خانه همت	۵۵	آب گرم بستان آباد
۷۳	آب گرم کشکو	۵۶	آب گرم پهن
۷۳	آب گرم گاومش گلی	۵۶	آب گرم تشت
۷۵	آب گرم گنرال (زوال)	۵۷	آب گرم تنک (تنگ)
۷۵	آب گرم گنو	۵۸	آب گرم تودولویه
۷۶	آب گرم لاریجان	۵۸	آب گرم جمشید
۷۷	آب گرم لشتان (خمیر)	۵۹	آب گرم چستانه
۷۷	آب گرم ماستخور	۵۹	آب گرم خلخال
۷۸	آب گرم محلات	۶۰	آب گرم دالکی
۸۰	آب گرم اهرم	۶۰	آب گرم ده شیخ
۸۱	آب گرم برازجان	۶۲	آب گرم رامسر
۸۱	آب گرم خانیک	۶۳	آب گرم رینه
۸۲	آب گرم خرقان	۶۳	آب گرم ساری سو

۹۸	آب معدنی شلف	۸۲	آب گرم دهلران
۱۰۰	آب معدنی قاسم آباد	۸۳	آب گرم شوط آباد
۱۰۰	آب معدنی قلعه کنندی	۸۴	آب گرم فارنجه
۱۰۱	آب معدنی کرگه	۸۵	آب گرم گنویه
۱۰۱	آب معدنی کلیر	۸۵	آب گرم مکسان
۱۰۲	آب معدنی گراو	۸۶	آب گرم ملایجی
۱۰۲	آب معدنی لرزان	۸۶	آب گرم میانلو
۱۰۳	آب معدنی متعلق	۸۷	آب گرم میر احمد
۱۰۳	آب معدنی نور آباد ممسنی	۸۷	آب گرم نیان
۱۰۴	آب معدنی نی دشت	۸۸	آب گرم نیکو
۱۰۵	آب معدنی هشترو	۸۹	آب گرم هودیان
۱۰۵	آب معدنی وثق	۹۰	آب گرم فیروز آباد
۱۰۶	آب یل سویی	۹۰	آب معدنی اختیار آباد
۱۰۶	آب معدنی ورتون	۹۱	آب معدنی استراباکو
۱۰۷	ترشاب تفتان	۹۱	آب معدنی آمینی
۱۰۸	آب ترش نصرت آباد	۹۲	آب معدنی آمولو
۱۰۸	آب گاز سگرو	۹۲	آب معدنی زمزمه
۱۰۹	چشمه آباد آوران	۹۳	آب معدنی سنگرود
۱۱۰	چشمه ابارق	۹۳	آب معدنی کتوکان
۱۱۰	چشمه اسد	۹۵	آب معدنی گنج امین
۱۱۱	چشمه اعلاء دماوند	۹۵	آب معدنی مرغاب
۱۱۲	چشمه امام زاده عبدالله	۹۶	آب معدنی آب ترش
۱۱۲	چشمه ایلوند	۹۶	آب معدنی اسکو
۱۱۳	چشمه ایواوغلی	۹۷	آب معدنی حسین آباد
۱۱۳	چشمه باب تنگل	۹۷	آب معدنی سردابه

۱۳۲	چشمه شاه	۱۱۵	چشمه باباامان بجنورد
۱۳۲	چشمه شور	۱۱۵	چشمه بابا گرگر
۱۳۳	چشمه شور بولاغ	۱۱۶	چشمه بش قارداش
۱۳۳	چشمه شیخ (چشمه سر)	۱۱۷	چشمه بوجان
۱۳۵	چشمه صدقیان	۱۱۷	چشمه بوشلی
۱۳۵	چشمه علی	۱۱۸	چشمه پاچنار
۱۳۶	چشمه عین خوش	۱۱۸	چشمه تاب تابان
۱۳۷	چشمه عین الرشید	۱۱۹	چشمه تنگاب
۱۳۷	چشمه قلعه دختر	۱۲۰	چشمه تنگر
۱۳۸	چشمه قلعه عسکر	۱۲۰	چشمه تنگه روزیه
۱۴۰	چشمه قوتور سو	۱۲۱	چشمه ته خاتون
۱۴۱	چشمه قینرجه مشکین شهر	۱۲۱	چشمه جوبین
۱۴۱	چشمه قینرجه همدان	۱۲۲	چشمه چاه احمد
۱۴۲	چشمه فی نجه	۱۲۲	چشمه گل سه شنبه
۱۴۲	چشمه کلوانس	۱۲۳	چشمه حسین آباد راین
۱۴۳	چشمه گراب	۱۲۳	چشمه حکیم
۱۴۵	چشمه گراو	۱۲۵	چشمه حوض نو
۱۴۵	چشمه گرماب قوچان	۱۲۵	چشمه خاخاب تفتان
۱۴۶	چشمه گرماب طاقانکوه	۱۲۶	چشمه خم ترکان نیشابور
۱۴۷	چشمه گشایش	۱۲۶	چشمه دسته دره
۱۴۸	چشمه گل علی	۱۲۷	چشمه زنبیل
۱۴۸	چشمه گلگیر	۱۲۸	چشمه زندان سلیمان
۱۵۰	چشمه گله گیله	۱۳۰	چشمه سلیمانی
۱۵۰	چشمه گلی آونگ	۱۳۰	چشمه سلیمانی باغ فین کاشان
۱۵۱	چشمه گوگردی برازجان	۱۳۱	چشمه سی زنگر

۱۷۰	چشمه معدنی صوفیان	۱۵۱	چشمه معدنی اسکل آباد
۱۷۱	چشمه معدنی عمارت	۱۵۲	چشمه معدنی البرز
۱۷۲	چشمه معدنی کلاردشت	۱۵۳	چشمه معدنی تلخاب
۱۷۳	چشمه معدنی مویل	۱۵۳	چشمه معدنی خان
۱۷۳	چشمه معدنی هرمس	۱۵۵	چشمه معدنی رازی
۱۷۵	چشمه هواخورسر	۱۵۵	چشمه معدنی رضاآباد
۱۷۵	هیجده پیرمزدوران	۱۵۶	چشمه معدنی زارغان
۱۷۶	چشمه ورجوی	۱۵۷	چشمه معدنی شرق تفتان
۱۷۷	چشمه وله	۱۵۷	چشمه معدنی شگفتی
۱۷۷	چشمه یله گنبد	۱۵۸	چشمه معدنی شور آب
۱۷۸	دریاچه اورمیه	۱۵۸	چشمه معدنی صوفیان
۱۸۰	سرعین	۱۶۰	چشمه معدنی عرب دیزج
۱۸۱	سیه چشمه	۱۶۰	چشمه معدنی غرغره
۱۸۱	شور بولاغ بیلوار	۱۶۱	چشمه معدنی نمک دره
۱۸۳	حمام درمانی	۱۶۱	چشمه معدنی نوایی
۱۸۴	حمام های دارویی	۱۶۲	چشمه معدنی هفتابه
۱۸۵	حمام های نرم	۱۶۳	چشمه معدنی ویشلیق
۱۸۶	حمام های بخار	۱۶۵	چشمه معدنی آبرس
۱۸۷	حمام های خشک	۱۶۵	چشمه معدنی آبعلی
۱۸۸	حمام های سونا	۱۶۶	چشمه معدنی ایلانلو
۱۸۸	حمام های مایع	۱۶۶	چشمه معدنی حرمک
۱۸۹	حمام های متناوب گرم و سرد	۱۶۷	چشمه معدنی حسنک
۱۹۰	حمام آمیدون (ضد خارش)	۱۶۷	چشمه معدنی خان تختی
۱۹۰	حمام ضد خارش	۱۶۸	چشمه معدنی زمان آباد
۱۹۱	حمام برای ضعف اعصاب	۱۷۰	چشمه معدنی سادات محله

۲۰۳	حمام شنی	۱۹۱	حمام بابونه
۲۰۶	آب درمانی	۱۹۱	حمام برگ شاه پسند
۲۰۷	فواید آب درمانی	۱۹۲	حمام برگ گردو
۲۰۸	شناخت آب	۱۹۲	حمام خردل
۲۱۳	خواص آب	۱۹۲	حمام درمان بواسیر
۲۱۵	نوشیدن آب و سلامت قلب	۱۹۳	حمام سبوس
۲۱۵	نوشیدن آب و کاهش وزن بدن	۱۹۳	حمام راشی تبسم
۲۱۶	آب - نیازی مخصوص	۱۹۳	حمام ضد رماتیسم (۱)
۲۱۸	روش های آب درمانی	۱۹۳	حمام ضد رماتیسم (۲)
۲۲۰	مزایای آب درمانی	۱۹۴	حمام ضد سرماخوردگی
۲۲۶	درمان بیماری های ناعلاج با آب	۱۹۴	حمام ضد سوزاء و اگرما
۲۴۲	آب های شفابخش	۱۹۵	حمام ضد کبیر
۲۴۶	ما با آب چه کار می توانیم بکنیم؟	۱۹۶	حمام کف
۲۴۷	آب درمانی و کمردرد	۱۹۶	حمام گل زیرفون (نیول)
۲۵۰	مقدار نیاز بدن به آب	۱۹۶	حمام لاغری
۲۵۲	تصفیه کردن آب	۱۹۷	حمام نمک
۲۵۳	چاقی و آب درمانی	۱۹۷	حمام نیرو دهنده و تقویت کننده (۱)
۲۵۴	آلزایمر و آب معدنی	۱۹۷	حمام نیرو دهنده و تقویت کننده (۲)
۲۵۵	آب و ورزشکاران	۱۹۸	حمام نیرو دهنده و تقویت کننده (۳)
۲۵۷	آب میوه درمانی	۱۹۹	حمام یاخته ای
۲۵۸	آب میوه های دارویی	۲۰۰	حمام دو جفتی
۲۵۸	آب آرتیشو (کنگر فرنگی)	۲۰۰	حمام نمک اپسوم
۲۵۹	آب اسفناج	۲۰۰	حمام آفتاب
۲۶۰	آب آلبالو	۲۰۲	حمام آفتاب در زمستان
۲۶۱	آب آلو	۲۰۲	حمام آفتاب پس از بیماری

۲۹۶	آب زرشک	۲۶۱	آب آلو بخارا
۲۸۱	آب سماق	۲۶۲	آب انار
۲۸۱	آب سیب	۲۶۳	آب آناناس
۲۸۲	آب سیب زمینی	۲۶۴	آب انجیر
۲۸۳	آب سیر	۲۶۵	آب انگور
۲۸۳	آب سیزاب	۲۶۶	آب باقلا
۲۸۳	آب شاه توت	۲۶۶	آب برگ عشقه زمینی
۲۸۴	آب شلغم	۲۶۶	آب بولاغ اونی
۲۸۵	آب طالبی	۲۶۷	آب پرتقال
۲۸۵	آب غوره	۲۶۸	آب پیاز
۲۸۶	آب کاهو	۲۷۰	آب ترب
۲۸۷	آب کرفس	۲۷۱	آب ترخون
۲۸۸	آب کلم	۲۷۱	آب ترشک
۲۸۹	آب کنگر	۲۷۲	آب تره
۲۸۹	آب گریب فروت	۲۷۲	آب تمشک
۲۹۰	آب گل فاصد	۲۷۳	آب توت
۲۹۰	آب گلابی	۲۷۴	آب توت فرنگی
۲۹۱	آب گوجه	۲۷۵	آب جعفری
۲۹۱	آب گوجه فرنگی	۲۷۶	آب چغندر
۲۹۲	آب گیلاس	۲۷۷	آب خاکشیر
۲۹۲	آب لادن	۲۷۷	آب خربزه
۲۹۳	آب لیمو ترش	۲۷۷	آب خیار
۲۹۴	آب لیمو شیرین	۲۷۸	آب رازیانه
۲۹۴	آب موز	۲۷۹	آب ریحان
۲۹۵	آب میرتیل	۲۷۹	آب زرد آلو

۲۹۷	آب هندوانه	۲۹۵	آب نارگیل
۲۹۷	آب هویج	۲۹۶	آب نارنج
۲۹۸	شیره خوشه انگور	۲۹۶	آب نارنگی
۲۹۹	شیر سوزا	۲۹۶	آب هلو
		۲۹۷	آب همیشه جوان

www.ketab.ir

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمه

آب ماده ای فراوان در کره زمین است. به شکل های مختلفی همچون دریا، باران، رودخانه و... دیده می شود. آب در چرخه خود، به طور مرتب از حالتی به حالت دیگر تبدیل می شود، اما از بین نمی رود. هر گونه حیات محتاج آب می باشد. انسان ها از آب آشامیدنی استفاده می کنند، یعنی آبی که کیفیت آن مناسب سوخت و ساز بدن باشد.

با رشد جمعیت، منابع آب طبیعی در حال تمام شدن هستند و این مسئله، سبب نگرانی بسیاری از دولت ها در سراسر دنیا شده است. گاهی بدلیل مشکلات کمبود آب، این ماده را جیره بندی می کنند تا مصرف آن را تعدیل نمایند.

آب نوعی ماده مرکب است که از دو عنصر اکسیژن و هیدروژن ساخته شده است. آب را جزو دسته مخلوط ها طبقه بندی نمی کنند، چون خواص آب نه به خواص هیدروژن شبیه است و نه به خواص اکسیژن. از ترکیب دو اتم هیدروژن و یک اتم اکسیژن، یک مولکول آب به وجود می آید. یک قطره آب دارای تعداد بی شماری مولکول آب می باشد.

معادله شیمیایی واکنش بین هیدروژن و اکسیژن و تشکیل آب از قرار زیر است:
هر مولکول آب دارای یک ناحیه مثبت و یک ناحیه منفی است که این دو ناحیه در دو طرف مولکول آب واقع شده اند. شیمیدان ها با کمک شواهد به این نتیجه رسیده اند که مولکول آب شکل خطی ندارد، یعنی به این صورت نیست که دو اتم هیدروژن بصورت خطی در دو طرف یک اتم اکسیژن قرار گرفته باشند ($H-O-H$). بلکه مولکول آب حالت خمیده ای دارد که اتم های هیدروژن در سر مثبت مولکول و اتم های اکسیژن در سر منفی مولکول آب تجمع پیدا نموده اند.

آب در اشکال متفاوتی بر روی زمین یافت می شود. تنها ماده ای است که در طبیعت به هر سه حالت جامد، مایع و گاز وجود دارد. ابرها در آسمان، موج دریا، کوه یخی، توده های یخی در دل کوه ها و منابع آبی زیرزمینی تنها چند شکل از آب می باشند.

طی اعمال تبخیر، میعان، انجماد و ذوب، آب مرتباً از حالتی به حالت دیگر تبدیل می‌شود. این پدیده تبدیل آب را چرخه بزرگ آب می‌نامند.

از آنجا که بارندگی در صنعت کشاورزی و همچنین برای خود بشر بسیار با اهمیت است، به اشکال مختلف بارندگی نام‌های به خصوصی اطلاق می‌شود. بارندگی معمولاً بصورت باران است. دیگر اشکال آن، نگرگ، برف، مه و شبنم می‌باشند. همچنین، از برخورد نور با قطرات باران، رنگین کمان پدید می‌آید.

آب‌های روی سطح زمین، نقش‌های مهمی ایفا می‌کنند: رودخانه‌ها آب مورد نیاز کشاورزی را فراهم می‌کنند و دریاها هم وسیله‌ای برای تجارت و مبادله کالاها محسوب می‌شوند. توده‌های یخی و آبشارها هم از دیگر اشکال آب هستند. فرسایش به وسیله‌ی آب، نقش مهمی در شکل محیط زیست ایفا می‌کند.

به علاوه، دره‌ها و دلتاهای حاصل از رسوبات رودخانه‌ها، محلی برای سکنی گزیدن انسان‌ها بوده است. آب به داخل زمین هم نفوذ می‌کند و آب‌های زیرزمینی را ایجاد می‌کند. آب‌های زیرزمینی را می‌توان با کندن چاه یا قنات استخراج نمود. البته آب‌های زیرزمینی به شکل چشمه یا چشمه آب گرم هم به سطح زمین می‌آیند.

آب املاح و مواد معدنی مختلفی دارد که بر حسب آن مواد، طعم و مزه‌اش بسیار تفاوت می‌کند. البته ما انسان‌ها به تنهایی قادر هستیم که آشامیدنی بودن آبی را ارزیابی کنیم. مثلاً از آب شور دریا و یا آب‌های بدبوی باتلاق‌ها استفاده نمی‌کنیم. بلکه آبی می‌نوشیم که سالم بوده و مناسب نیازهای بدنمان باشد.

آب خواص مهمی دارد که در زندگی ما بسیار با ارزش می‌باشند. از جمله می‌توان به حلال بودن آن اشاره کرد. همچنین چگالی بالایی داشته و موقعی که یخ می‌زند یا حرارت می‌یابد، چگالی آن کاهش می‌یابد.

گرمای تبخیر آب بالاست. یعنی برای تبدیل مقدار کمی آب به بخار، گرمای زیادی لازم است. این خاصیت برای بدن ما بسیار با اهمیت می‌باشد. گرمای اضافی بدن با تبخیر تنها مقدار کمی از آب بدن از طریق منافذ پوست تعریق کاسته می‌شود.

آب مواد مختلف از جمله شکر و نمک را براحتی در خود حل می‌کند. بسیاری از واکنش‌های شیمیایی تنها در حضور آب انجام می‌شوند. البته پاره‌ای مواد با آب مخلوط

نمی‌شوند، مثل لیپیدها و دیگر مواد هیدرات کربن‌دار. غشاء سلولی که حاوی لیپیدها و پروتئین است، از این خاصیت آب سود جسته و تعاملات محتویات سلولی با مواد شیمیایی خارج سلول را بدقت تحت کنترل دارد.

یکی دیگر از خواص جالب آب، حالت جامد آن، یعنی یخ می‌باشد. هنگامی که آب بر اثر سرما به یخ تبدیل می‌شود، انبساط می‌یابد، بدین معنا که حجم بیشتری را اشغال می‌کند.

بنابراین، حجمی از یخ که هم‌حجم آب اولیه است، جرم کمتری دارد. به این علت می‌گویند که چگالی یخ از آب کمتر است و همین مسئله باعث می‌شود که یخ روی آب شناور بماند. در حالی که در بیشتر موارد، چگالی ماده جامد از حالت مایع آن بیشتر است. این ویژگی آب سبب می‌شود که بر خلاف بسیاری از مایعات، آب از سطح شروع به انجماد کند. در زمستان با یخ زدن سطح آب دریاچه‌ها، لایه عایقی از یخ ایجاد می‌شود که این لایه، از یخ زدن لایه‌های زیرین خود جلوگیری می‌نماید. در این شرایط، ماهی‌ها و دیگر آبزیان می‌توانند در مناطق گرم‌تر زیرین به حیات خود ادامه دهند.

خلاصه کلام این که آب با این که نقش مهمی را در زندگی موجودات ایفا می‌کند. ولی ما در این کتاب تنها به جنبه درمانی آن، از قبیل: آب درمانی، حمام درمانی و سایر درمان‌های مربوط به آب اشاره خواهیم کرد. امید داریم که مورد پسند همه دست‌اندازان طبیعت قرار گیرد.

کاظم کیانی

زمستان ۱۳۸۶