



درمان بیماریها با داروهای

معجزه گیاهی

مؤلف:

محمدصادقی سیار

سرشناسه: صادقی سیار، محمد ۱۳۵۸
عنوان و نام پدیدآور: درمان بیماریها با داروهای معجزه گر گیاهی / محمد صادقی
سیار

مشخصات نشر: تهران - سفیر قلم، ۱۳۹۲

مشخصات فزاهری: ۲۴۸ ص: مصور (رنگی)

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۴۳۳-۳-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: چاپ قبلی: کمال اندیشه تهران، ۱۳۹۱.

موضوع: پزشکی سنتی

موضوع: گیاه درمانی

دسته: گیاهان دارویی

دسته بندی کنگره: ۱۳۵ R ۱۳۹۲ ۱۴۵۴ ص

رده بندی دیسی: ۶۱۰

رده استاندارد ملی: ۳۴۲۷۵۳۵

درمان بیماریها با داروهای معجزه گر گیاهی

مؤلف: محمدصادقی سیار

ناشر: سفیر قلم

ناظر فنی چاپ: محمدصادقی سیار

صفحه آرا: صدرا ده

نوبت چاپ: ۱۲

شمارگان: ۵۰۰

قیمت: ۱۱۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۴۳۳-۳-۸

مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، کوچه شعله‌ور، پست سوم

پلاک ۳، طبقه اول، انتشارات سفیر قلم تلفن: ۶۶۹۴۹۰۶۴ همراه: ۰۹۱۲۴۳۷۲۱۳۱

«فهرست»

۵	مقدمه
۷	فصل اول: شناسایی مزاجها
۹	اساس مزاجها
۱۴	چگونگی طبع و مزاج خود را بشناسیم
۱۵	توصیه‌های عمومی
۱۸	نکته‌های طلایی در مورد بدن
۱۸	روش صحیح تغذیه
۱۹	غذاها و میوه‌هایی که دارای طبع سرد هستند
۲۰	غذاها و میوه‌هایی که دارای طبع گرم هستند
۲۰	غذاهایی که شما را خوش اخلاق‌تر می‌کنند
۲۲	غذاهایی که شما را بداخلاق‌تر می‌کنند
۲۳	کسانی که نمی‌توانند رژیم غذایی بگیرند
۲۴	ویتامین‌ها و املاح معدنی مورد نیاز بدن
۳۳	نکات طلایی در مصرف میوه‌ها
۳۴	اصول طبیعی بهتر زیستن
۳۵	خوراکی‌هایی که مصرف زیاد آنها مضر است
۳۶	خوراکی‌هایی که مصرف آنها برای بدن مفید است
۳۷	چند نکته در مورد سازگاری و ناسازگاری غذاها
۳۷	رنگها و تأثیر آن بر سلامت جسم و روح
۴۰	نکته‌های طلایی در مورد تغذیه، درمان و رازهای زندگی

فصل دوم: خواص میوه‌ها و سبزیجات

۱۴۵	زرشک	۴۷	اناناس
۱۴۶	زعفران	۴۸	آلبو
۱۴۸	زنجبیل	۵۰	آویشن
۱۵۰	سجده	۵۱	آفتابگردان
۱۵۱	سیب زمینی	۵۳	آلوزرد
۱۵۴	سیب	۵۳	اسفناج
۱۵۹	سیاه دانه	۵۶	اکلیل الملک
۱۶۱	سیر	۵۷	انگور
۱۶۴	سویا	۶۰	انجیر
۱۶۶	سرکه	۶۳	انار
۱۶۷	شاهی	۶۵	آته
۱۶۹	شلغم	۶۷	اوکالیتوس
۱۷۲	شیرین بیان	۶۸	اسپند
۱۷۴	شلیل	۶۹	آدام
۱۷۵	شوند	۷۲	
۱۷۶	شنبلیله	۷۳	به
۱۷۸	شاهدانه	۷۵	بادام
۱۷۹	طالبی	۷۷	بادام
۱۸۰	عسل	۷۸	بادام
۱۸۴	عذس	۸۰	بهار خا
۱۸۶	عقاب	۸۱	بالنگ
۱۸۷	غوره	۸۲	پرقال
۱۸۹	قلقل	۸۵	پسته
۱۹۱	فندق	۸۷	بیاز
۱۹۳	قارچ	۹۰	پنیر
۱۹۵	قهوه	۹۱	پونه
۱۹۶	کاهو	۹۱	ترب
۱۹۸	کدو	۹۲	تمشک
۲۰۱	کرفس		ترخون
۲۰۳	کلم		توت
۲۰۶	کنگر	۹۷	تخم مرغ
۲۰۷	کاسنی	۹۹	توت فرنگی
۲۰۹	کاسنی	۱۰۰	تره
۲۱۱	کاسنی	۱۰۴	توت سیاه
۲۱۳	کاسنی	۱۰۵	ترنجبین
۲۱۴	کاسنی	۱۰۶	جعفری
۲۱۶	کاسنی	۱۰۹	جوش شیرین
۲۱۹	کاسنی	۱۱۱	جو
۲۲۲	کاسنی	۱۱۲	چغندر
۲۲۳	کاسنی	۱۱۴	چای
۲۲۴	کاسنی	۱۱۶	خاکشیر
۲۲۶	کاسنی	۱۱۸	خرمالو
۲۳۰	کاسنی	۱۱۹	خریزه
۲۳۱	کاسنی	۱۲۱	خرما
۲۳۲	کاسنی	۱۲۵	خیار
۲۳۶	کاسنی	۱۲۸	خطمی
۲۳۷	کاسنی	۱۲۹	دارچین
۲۳۸	کاسنی	۱۳۱	ذرت
۲۴۰	کاسنی	۱۳۲	ریحان
۲۴۲	کاسنی	۱۳۳	رازیانه
۲۴۴	کاسنی	۱۳۷	زردآلو
۲۴۶	کاسنی	۱۳۹	زیتون
۲۴۸	کاسنی	۱۴۲	زیره

تاریخچه طب گیاهی به اندازه قدمت بشر است. یعنی با پیدایش اولین بیماری‌ها انسان به طور غریزی شروع به درمان با آنها کرد و این درمان را با مواد اطراف و البته گیاهان فراوان و متفاوتی که در اطراف و اختارش بودند آغاز نمود. انسان با گذشت زمان به تدریج با قدرت معجزه‌آسای گیاهان در درمان بیماری‌ها و امراض آشنا و آنها را به کار بست. آنچه علاقه، همدمی و توجه به این گیاهان مفید در سال‌های گذشته چنان برده ولی خوشبختانه اخیراً مورد توجه و عنایت بیشتری قرار گرفته است.

اما باید دانست که گرچه رایش به استفاده از داروهای گیاهی طی چند دهه اخیر رواج بیشتری پیدا کرده ولی عوارض ناشناخته آن تهدید جدی برای مصرف خودسرانه و بدون حد مجاز آنها محسوب می‌شود. در حال حاضر تصور غلطی که وجود دارد آن است که داروهای با منشأ گیاهی عوارض کمتر داشته و خطرند در حالی که این تصور درست نیست و هر دارویی با منشأ گیاهی علاوه بر منافع، عوارضی نیز دارد. لذا توصیه می‌شود قبل از استفاده از آنها با پزشک مشورت و داروهای گیاهی از مراکز فروش معتبر یا عطاری‌های دارای مجوز تهیه و هنگام خرید به تاریخ مصرف، عوارض جانبی و نحوه مصرف دقت شود.

و اما در این کتاب سعی بر آن شده تا جامع‌ترین و مفیدترین اطلاعات در زمینه داروهای گیاهی، شناسایی مزاج‌ها، توصیه‌های سلامتی، اصول صحیح تغذیه، سردی و گرمی خوراکی‌ها و ویتامین‌ها و املاح معدنی مورد نیاز بدن ارائه گردد. در ضمن خواص درمانی، مضرات، عوارض جانبی، مقدار مصرف، سردی و گرمی، ویتامین‌ها و املاح معدنی موجود در میوه‌ها و گیاهان دارویی به صورت دقیق بیان شده است. امید است با بهره‌گیری از مطالب این کتاب در عهد سلامتی خود و حفظ آن بکوشید.

و من الله التوفیق

محمّدصادق سیار