

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شناخت و کاربرد گیاهان دارویی

مؤلف: مهندس فریده ممیز- مهندس سیف‌اله کاشانی

سرشناسه	:	ممیز، فریده، ۱۳۶۴-
عنوان و نام پدیدآور	:	شناخت و کاربرد گیاهان دارویی / مولف فریده ممیزی، سیفاله کاشانی.
مشخصات نشر	:	کرج: چکامه باران، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۲۷۱ ص.
شابک	:	978-600-802686-0
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا
موضوع	:	گیاهان دارویی
موضوع	:	Medicinal plants
موضوع	:	داروهای گیاهی
موضوع	:	Materia medica, Vegetable
شناسه افزوده	:	کاشانی، سیفاله، ۱۳۶۴-
رده بندی کنگره	:	RS۱۶۴
رده بندی دیویی	:	۶۱۵/۳۲
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۱۱۱۶۲۷



شناخت و کاربردهای گیاهان دارویی

مؤلفان	فریده ممیز - سیفاله کاشانی
چاپ	اول - زمستان ۱۳۹۸
تیراژ	۱۰۰۰ جلد
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۰۲۶-۸۶-۰
قیمت	۳۵۰ هزار تومان

دفتر نشر: کرج، بلوار شهید مؤذن، ابتدای شهرک جهازیها، پلاک ۳۱ - ۰۲۶-۳۴۴۹۵۶۰۲
 دفتر چاپ: قم، خیابان معلّم، مجتمع ناشران، شماره ۲۰۱ - ۰۲۵-۳۷۷۳۳۰۸۰

chakamebaran.ir chakamebaran@yahoo.com

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

تقدیم به

پدر و مادر عزیزمان

که تمام هستی خود را برای هستی ما صرف کردند

فهرست

مقدمه	۱۹
فصل اول	۲۱
مقدمه ای بر مزاج شناسی	۲۱
انواع مزاج ها	۲۴
مضر برای بلغمی:	۲۶
دم	۲۶
خصوصیات ظاهری مزاج ها	۲۹
خصوصیات رفتاری مزاج ها	۳۰
فصل دوم	۳۵
شناخت خواص و کاربرد گیاهان دارویی	۳۵
طبقه بندی گیاهان دارویی	۳۶
رده تک لپه ای های دارویی	۳۶
رده دولپه ای های دارویی	۳۷
تیره نعنائیان (Lamiaceae)	۳۹
رزماری (اکلیل کوهی)	۴۰
اسطوخودوس	۴۲
مریم گلی	۴۴
کَلپوره	۴۶
نعناع	۴۸
آویشن	۵۰

- ۵۲.....چای کوهی (توکلوچه)
- ۵۴.....فراسیون
- ۵۵.....بادرنجبویه
- ۵۸.....مرزنجوش
- ۶۰.....مرزه
- ۶۲.....زوفا
- ۶۳.....پونه
- ۶۴.....ریحان
- ۶۶.....چای
- ۷۰.....تیره کاسنی (Asteraceae)
- ۷۰.....همیشه بهار
- ۷۲.....بومادران
- ۷۴.....کاسنی
- ۷۶.....برنجاسف
- ۷۸.....قاصدک
- ۸۰.....بابونه (ستاره گیاهان دارویی)
- ۸۳.....بابا آدم (آراقیطون)
- ۸۵.....مینا چمنی
- ۸۶.....کنگر فرنگی (آرتیشو)
- ۸۸.....ماریتیغال (خار مریم، عکوب)
- ۸۹.....گُلرَنگ (کافشه، زعفران کاذب)
- ۹۰.....اکیناسه (سرخارگل)

- ۹۲..... گل گندم (سنتوریا).....
- ۹۳..... پاخری.....
- ۹۳..... تیره چتریان (Apiacea).....
- ۹۴..... آنغوزه.....
- ۹۶..... باریجه یا قاسنی.....
- ۹۸..... انجدان رومی.....
- ۱۰۰..... گلپر.....
- ۱۰۲..... جعفری.....
- ۱۰۳..... زیره.....
- ۱۰۵..... انیسون.....
- ۱۰۶..... زنیان.....
- ۱۰۷..... شوکران.....
- ۱۰۸..... گشنیز.....
- ۱۰۹..... رازیانه.....
- ۱۱۰..... شوید.....
- ۱۱۱..... تیره پنیرک (Malvaceae).....
- ۱۱۱..... پنیرک.....
- ۱۱۲..... چای ترش.....
- ۱۱۳..... ختمی.....
- ۱۱۳..... تیره سیب زمینی (Solanaceae).....
- ۱۱۴..... تاجریزی.....
- ۱۱۵..... عروسک پشت پرده.....

۱۱۶	داتوره
۱۱۷	آتروپا (شابیزک)
۱۱۸	بنگدانه
۱۱۸	تیره پسته (Anacardiaceae)
۱۱۹	بَنِه
۱۲۰	پسته
۱۲۱	سماق
۱۲۲	مصطکی
۱۲۳	تیره نخودیان (بقولات) (Fabaceae)
۱۲۳	یونجه
۱۲۵	یونجه زرد
۱۲۵	(اکلیل المُلک / ناخنک)
۱۲۷	بادام زمینی
۱۲۹	افاقیا
۱۳۰	خارشتر
۱۳۱	گالکا
۱۳۲	شنبليله
۱۳۳	شیرینبیاں (مهک)
۱۳۵	تیره سزال پیناسه (سزال پینوئیده) (Caesal Pinaceae)
۱۳۵	تمر هندی
۱۳۷	فلوس
۱۳۸	سنا

- ۱۳۹.....(Zigiberaceae) تیره زیجیبراسه
- ۱۳۹..... زنجبیل
- ۱۴۱..... هل
- ۱۴۳..... زردچوبه
- ۱۴۵.....(Ranunculaceae) تیره آلاله (رانونکولاسه)
- ۱۴۵..... سیاهدانه
- ۱۴۷.....آدونیس (چشم خروس / گیاه قلب)
- ۱۴۸.....آقونیطون (گرگکش)
- ۱۵۰..... هیدراستیس
- ۱۵۱.....(Brassicaceae) تیره براسیکاسه
- ۱۵۱..... خاکشیر
- ۱۵۳..... بولاغ اوتی
- ۱۵۳.....(علف چشمه، شاهی آبی)
- ۱۵۴..... تره تیزک (شاهی)
- ۱۵۵..... کیسه کشیش
- ۱۵۶..... قدومه
- ۱۵۷.....(Magnoliaceae) تیره ماگنولیاسه
- ۱۵۷..... ماگنولیا
- ۱۵۸.....(Elaeagnaceae) تیره الاجیناسه
- ۱۵۸..... سنجد
- ۱۶۰..... سنجد تلخ
- ۱۶۱.....(Planta Ginaceae) تیره بارهنگ (پلنتا ژیناسه)

- بارهنگ ۱۶۱
- اسفرزه ۱۶۳
- تیره میموسوآسه (میموسوئیده) (Mimosaceae) ۱۶۵
- صمغ عربی ۱۶۵
- تیره لاراسه (Lauraceae) ۱۶۶
- دارچین ۱۶۶
- تیره ژرانیاسه (Geraniaceae) ۱۶۸
- شمعدانی عطری ۱۶۸
- به لیمو ۱۷۰
- تیره ویتاسه (Vitaceae) ۱۷۱
- انگور (مو) ۱۷۱
- تیره گزنه (یورتیکاسه) (Urticaceae) ۱۷۴
- گزنه ۱۷۴
- تیره بید (سالیکس آسه) (Salixaceae) ۱۷۶
- بیدمشک ۱۷۶
- تیره پُرتالاکاسه (Portulacaceae) ۱۷۸
- خرفه ۱۷۸
- تیره تیلی آسه (تیاسه) (Tiliaceae) ۱۸۰
- نمدار (زیرفون) ۱۸۰
- تیره لیناسه (Linaceae) ۱۸۱
- تخم کتان ۱۸۱
- تیره کاپاریداسه (Capparidaceae) ۱۸۲

- ۱۸۲..... کَوَر (کَبَر، علف مار)
- ۱۸۳..... تیره والریاناسه (Valerianaceae)
- ۱۸۳..... سنبل الطیب (علف گربه)
- ۱۸۵..... تیره آرالیاسه (Araliaceae)
- ۱۸۵..... جینسینگ (عشقه)
- ۱۸۷..... عشقه ایرانی (پاپیتول)
- ۱۸۸..... تیره ژینکوآسه (Ginkgoaceae)
- ۱۸۸..... ژینکو
- ۱۹۰..... تیره میریستیکاسه (Myristicaceae)
- ۱۹۰..... جوز بویا (جوز هندی)
- ۱۹۲..... تیره لیلیآسه (Liliaceae)
- ۱۹۲..... سیر
- ۱۹۳..... گل حسرت (سورنجان)
- ۱۹۵..... آلوئهورا (صبر زرد، گیاه هزار درمان)
- ۱۹۷..... تیره (Zygophyllaceae)
- ۱۹۷..... خارخسک
- ۱۹۹..... اسپند
- ۲۰۱..... تیره کاپریفلیاسه (Caprifoliaceae)
- ۲۰۱..... آقطی سیاه (انگور کولی)
- ۲۰۳..... تیره هیپریکاسه (Hypericaceae)
- ۲۰۳..... هوفاریقون (علف چای، گل شهناز)
- ۲۰۵..... تیره سالوادراسه (Salvadoraceae)

۲۰۵ مسواک
۲۰۶ تیره بُراجیناسه (Boraginaceae)
۲۰۶ گاوزبان
۲۰۸ تیره (Rhamnaceae)
۲۰۸ عناب
۲۱۰ تیره (Fumariaceae)
۲۱۰ شاتره
۲۱۲ تیره (Berberidaceae)
۲۱۲ زرشک
۲۱۶ تیره مورد (میرتاسه) (Myrtaceae)
۲۱۶ میخک
۲۱۸ مورد
۲۱۹ اکالیپتوس
۲۱۹ ترکیبات شیمیایی:
۲۲۰ زعفران
۲۲۲ بلوط
۲۲۴ گز علفی:
۲۲۴ مان ها
۲۲۵ شکر تیغال
۲۲۶ گزانگبین
۲۲۶ ترنجبین
۲۲۷ گز شهداد

- ۲۲۷.....گز علفی
- ۲۲۸.....بید خشک
- ۲۲۹.....طبقة بندی گیاهان دارویی براساس خواص مشترک
- ۲۲۹.....گیاهان ملین
- ۲۲۹.....گیاهان مسهل
- ۲۲۹.....گیاهان قابض (با آب سرد)
- ۲۳۰.....گیاهان ضد زخم معده و اثنی عشر
- ۲۳۰.....گیاهان مؤثر بر قلب
- ۲۳۰.....گیاهان مؤثر بر کاهش قند
- ۲۳۰.....گیاهان مؤثر بر کاهش فشار خون
- ۲۳۱.....گیاهان مؤثر بر افزایش فشار خون
- ۲۳۱.....گیاهان صاف کننده خون
- ۲۳۱.....گیاهان ضد تب
- ۲۳۱.....گیاهان ضد سنگهای مجاری ادراری
- ۲۳۱.....گیاهان مدر
- ۲۳۱.....گیاهان صفراآور
- ۲۳۱.....گیاهان مؤثر بر بیماریهای پوستی
- ۲۳۲.....گیاهان ضد کرم روده
- ۲۳۲.....گیاهان ضد آسم و تنگی نفس
- ۲۳۲.....گیاهان ضد خونریزی
- ۲۳۲.....گیاهان زیادکننده شیر
- ۲۳۲.....گیاهان مقوی و محرک تمایلات جنسی (قوه باه)

- گیاهان اشتهاآور..... ۲۳۳
- گیاهان مؤثر بر رفع بیماریهای کبد..... ۲۳۳
- گیاهان کاهنده اوره (مؤثر بر نفرس)..... ۲۳۳
- گیاهان ضد سرطان..... ۲۳۳
- گیاهان مؤثر بر رفع درد دندان..... ۲۳۳
- گیاهان ضد عفونی کننده و ضد التهاب..... ۲۳۳
- گیاهان مؤثر بر اعصاب مرکزی..... ۲۳۴
- گیاهان ضد میگرن و سردردهای عصبی..... ۲۳۴
- گیاهان آرام بخش و مؤثر در رفع بی خوابی..... ۲۳۴
- روش تهیه داروهای گیاهی..... ۲۳۵
- تفاوت گیاهان دارویی با داروهای گیاهی..... ۲۳۵
- اساس طبقه بندی گیاهان دارویی..... ۲۳۵
- روش تهیه داروهای گیاهی..... ۲۳۵
- اندازه و مقدارها..... ۲۳۶
- روش تهیه پودر گیاهان دارویی..... ۲۳۶
- انواع روش های مصرف گیاهان دارویی..... ۲۳۷
- دمکرده (دمنوش)..... ۲۳۷
- جوشانده..... ۲۳۷
- الف) جوشانده ملایم:..... ۲۳۸
- ب) جوشانده معمولی:..... ۲۳۸
- ج) جوشانده قوی:..... ۲۳۸
- خیسانده..... ۲۳۸

۲۳۹	شیرابه
۲۴۰	پماد
۲۴۱	فرمول پمادها
۲۴۳	تفاوت پماد با کرم
۲۴۴	ضماد
۲۴۴	کمپرس
۲۴۵	استفاده از داروهای گیاهی در حمام
۲۴۶	روغن های گیاهی
۲۴۷	بخور
۲۵۲	موم ها
۲۵۲	خواص و عمل موم ها در تهیه فرآورده های آرایشی و بهداشتی
۲۵۶	معطرکننده ها
۲۵۷	آنتی اکسیدان ها
۲۵۷	خشک کردن گیاهان دارویی
۲۵۸	انواع رطوبت
۲۵۹	روش ها و دستگاه های خشک کردن گیاهان دارویی
۲۶۳	انبار کردن و نگهداری گیاهان دارویی خشک
۲۶۴	بهترین زمان برداشت گیاهان دارویی
۲۶۵	بسته بندی مواد دارویی گیاهی (Packaging)
۲۶۵	بسته بندی گیاهان دارویی خشک
۲۶۶	اسانس ها چه ترکیباتی هستند؟
۲۶۷	اهمیت و کاربرد اسانس ها

۲۶۷	جدا کردن اسانس از عرق
۲۶۸	روش های استخراج مواد مؤثره یا اسانسهای گیاهی بر اساس روش تقطیر
۲۶۹	پرکولاسیون
۲۷۱	منابع

مقدمه

طبیعت همیشه منشاء سلامتی و زندگی بوده است و نحوه ارتباط عمیق با آن و بهره برداری از مواهب آن همیشه و در طول تاریخ جزو اسرار و شگفتیهای بسیار بوده است. گیاهان دارویی نیز به عنوان عصاره سلامتی نهفته در طبیعت، همیشه مورد توجه دانشمندان، طبیبان و عامه مردم بوده است و منشا بسیاری از معجزات طبیعی بوده اند. اگرچه گیاهان دارویی دارای راهکارهای فراوانی برای بازگردان سلامتی جسمی و روحی به بدنه جامعه هستند اما این مهم بدون دانش و شناخت کافی از گیاهان دارویی میسر نخواهد شد. علاقه زیاد و روز افزون افراد جامعه به استفاده از گیاهان دارویی در التیام و کاهش بیماری های جسمی و روحی خود، ما را برآن داشت تا منبعی کاربردی و به روز شده برای استفاده علاقه مندان تدوین کنیم تا در کنار افزایش سطح آگاهی جامعه نسبت به گیاهان دارویی، فرهنگ صحیح استفاده از این مواهب طبیعی را نیز در بین مردم ارتقاء دهیم. کتاب حاضر حاصل تلاش چندین سال تدریس و پژوهش در زمینه گیاهان دارویی و طب سنتی می باشد که سعی شده است مطالب این کتاب، کاربردی و مفید نوشته شود تا بیشتر و بهتر مورد استفاده علاقه مندان قرار گیرد. این اولین ویرایش کتاب می باشد که قطعا خالی از اشکال نخواهد بود و امیدوارم اساتید، دانشجویان و کارشناسان عزیزی که این کتاب را مطالعه می کنند، نظرات، پیشنهادات و اشکالات خود را بیان کنند تا در ویرایش های بعدی مورد توجه قرار گیرد.

در ضمن از سرکارخانم نوروزی بابت تایپ و صفحه آرایی اولیه این اثر، کمال تشکر را داریم

مهندس فریده ممیز

مهندس سیف اله کاشانی

زمستان ۱۳۹۸

فصل اول

مقدمه ای بر مزاج شناسی





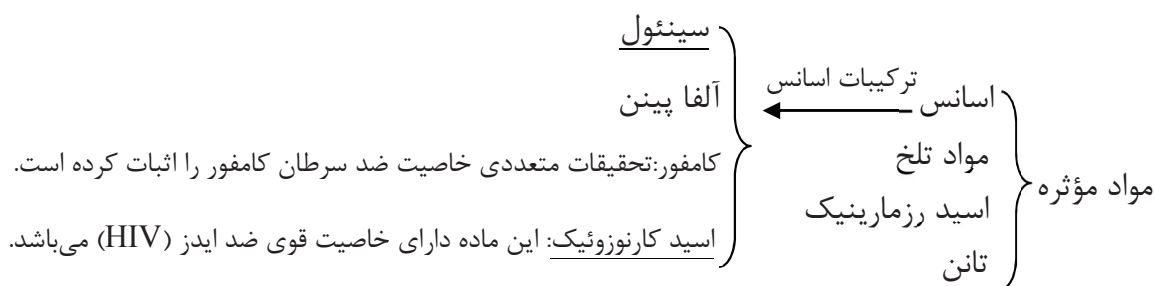
رزماری (اکلیل کوهی)



(گرم و خشک) [اندام مصرفی: سرشاخه گلدار]

نام علمی: *Rosmarinus Officinalis*

ترکیبات شیمیایی:



خواص درمانی: (۱) مسکن ۲. تقویت‌کننده مزه، ابرو و مو (به خاطر خاصیت تقویت-

کنندگی گردش خون) ۳. آرام‌بخش)

ضد التهاب، ضد نفخ، اشتهاآور، ضد تومورهای مغزی، تقویت‌کننده گردش خون، تقویت‌کننده

رشد مو و حفظ رنگ آن، درمان بیماریهای رماتیسمی و درمان سردرد و میگرن

در رایحه‌درمانی (آروماتراپی) استفاده‌های بسیاری از این گیاه می‌شود که ایجاد احساس جوانی

و شادابی، عشق و سلامتی و نیز خواب راحت از جمله کاربردهای مؤثر این گیاه در این حرفه است.

منع مصرف:

- افراد دارای حساسیت‌های شدید
- این گیاه برای افرادی که میگرن دارند مفید است اما برای میگرن گرم نباید استفاده شود (میگرنی که با هوای گرم شروع می‌شود).
- مصرف نوع رقیق نشده روغن این گیاه می‌تواند باعث استفراغ، خونریزی رحمی و تحریک کلیه‌ها شود.
- در دوران بارداری و شیردهی مصرف رزماری می‌تواند باعث خونریزی یا سقط جنین شود.
- افرادی که دچار اختلالات تشنجی هستند، مصرف رزماری می‌تواند این اختلالات را افزایش دهد.

نحوه استفاده:

۱. دم‌کرده: روزانه ۲ تا ۳ گرم برای سرماخوردگی، آنفولانزا، رفع خستگی و سردرد استفاده می‌شود.
۲. کمپرس: برای رفع کوفتگی و کشش عضلانی استفاده می‌شود.
فرآورده‌های موجود در بازار:
پماد: جهت تسکین دردهای روماتیسمی
لوسیون
شامپو: ضد شوره سر، جلوگیری از ریزش مو، تثبیت رنگ مو
قطره (روغن): برای تقویت مو و ابرو
دم‌نوش: آرام‌بخش