

عنوان تحقیق :

# داروهای گیاهی

تهیه کننده : لیلا وثوقی نژاد

استاد مربوطه : آقای نظریان

« مرکز پژوهش و تربیت مدرس قرآن کریم شهرستان نیشابور »

زمستان ۱۳۸۵

### پیشگفتار

در اینجا، لازم می دانم از کسانی که در جمع آوری این مطالب مرا یاری دادند، تشکر و قدردانی کنم. از آقایان: کبوتری، شمشیرگران و به خصوص آقای طالبیان که وقتشان را در اختیار من گذاشتند.

همچنین از استاد گرامی، آقای نظریان سپاسگزارم که این اجازه را به این بنده حقیر دادند تا به دلخواه خودم، موضوع تحقیق را انتخاب کنم. هرچند مطالب این رساله چندان مطلوب و مفید و حائز اهمیت نیست، اما اگر این سعادت را داشته باشم آنرا به استاد بسیار صبور و مهربانم که هر زمان به چهره ایشان می نگرم، آرامش خاصی در وجودم احساس می کنم، تقدیم می کنم. امید است که مورد قبول واقع شود.

« انشاء الله »

## مقدمه

از دیرباز، در کشور ایران گیاهان دارویی را شناخته و از آن جهت درمان بیماریها سود می جسته اند، حکیمان و طبیبان بزرگ کشور که شهرتشان عالمگیر بوده و تا همین اواخر کتب علمی ایشان در دانشگاههای خارج از کشور تدریس می شده است، بهترین داروهای خود را از گیاهان تهیه و تأمین می کرده اند.

متأسفانه، هجوم فرآورده های شیمیایی کم کم استفاده از این فرآورده های خاموش طبیعت که مؤثرترین و باارزش ترین و شفافبخش ترین مظهر عظمت خداوندی است را به فراموشی سپرد و به تدریج استفاده از آنها را با خرافات و عقاید موهوم و کهنه پرستی آمیخته دیدند و کمتر محققى، شهادت توصیه استفاده از گیاهان دارویی را می داشت.

خوشبختانه، با پیشرفت علم و توجه دانشمندان و جهانیان به اثرات زیانبار استفاده از ترکیبات شیمیایی، مجدداً دنیا رو به استفاده از فرآورده های گیاهی و طبیعی آورده است. با روی آوردن به استفاده از فرآورده های گیاهی و مصرف روزافزون آن در جهان چه در صنایع و چه در داروسازی فرصت طلایی است تا از

آن به بهترین نحو ممکنه استفاده نمود. در تحقیقات سالهای اخیر، مشخص شده که در ایران بیش از شش هزار (۶۰۰۰) گونه دارویی، وجود دارد. در این تحقیق، سعی شده که درباره تعداد محدودی از گیاهان و خواص درمانی و کاربرد آنها توضیح داده شود. البته، این مطالب بسیار محدود و ناچیز است و می توان گفت به مقدار قطره ای از دریاست. امیدوارم تا حدودی مفید باشد.

## آویشن

### فواص درمانی :

ضد اختلالات دستگاه گوارشی - خلط آور - ضد سرفه و سیاه سرفه - ضد برونشیت  
- درمان آسم - تقویت کننده عمومی بدن - ضد اسپاسم - ضد کرم - تقویت موی سر  
- تقویت پیاز موی سر - یرقان - مسکن اعصاب - شب ادراری کودکان - ضد نفخ -  
اشتها آور - ضد اسهال - تقویت معده .  
توجه: مصرف بیش از اندازه در دراز مدت برای قلب و غده تیروئید زیان آور است.

### عطر درمانی :

انبساط خاطر (نشاط آور) - ضد پیری - افزایش طول عمر - به صورت اسانس آن در  
داخل اتاقها.

### روش استفاده :

- ۱- روغن آویشن + روغن زیتون = افزایش رشد مو و تقویت پیازمو
- ۲- روغن آویشن + آب = زخم عفونی
- ۳- روغن آویشن + داخل آب وان = انبساط خاطر - دردهای روماتیسمی و مفصلی
- ۴- روغن آویشن + روغن اسطوخودوس + روغن بادام (آفتابگردان) = دردهای  
روماتیسمی و مفصلی - کشیدگی عضلات
- ۵- آویشن + رازیانه + روفا = درمان سرفه

۶- آویشن + بابونه + زوفا + رازیانه + نعنا = بخور گیاهی ضد عفونی کننده  
سرماخوردگی

**عوارض جانبی:** تپش قلب - افزایش فشارخون - بزرگ شدن غده تیروئید.

**منع مصرف:** زنان باردار (محرک دیوار رحم) و کسانی که فشارخون دارند.

### اسفرزه

**فواص درمانی:**

برای درمان یبوست - پایین آورنده کلسترول خون - محیط خوبی برای کشت بافت -

بستنی سازی - آهار پارچه - مُلین - لاغرکننده .

**روش استفاده:**

اسفرزه + مقداری آب = مُلین (در تمام مُلین ها اسفرزه از همه کم ضررتر است).

**عوارض جانبی:**

باز و بسته شدن روده ها (زیاد استفاده نشود) - از مصرف هر گونه دارو بعد از

مُلین ها خودداری کنید - استفاده کنندگان در ابتدا ممکن است، ایجاد حالت نفخ و

سنگینی کنند.

**منع مصرف:**

افرادی که دچار نارسایی ناراحتی قلبی و همچنین اختناق هستند - افرادی که دیابت

دارند - کودکان زیر شش سال.

## آب قاشق

گیاهی است از خانواده جعفری و در نواحی شمال که مرطوب می باشد، یافت می شود.

### فواص درمانی :

تصفیه خون - مُدر - مسهل و در استعمال خارجی به عنوان التیام دهنده به کار می رود.

## اسطوخودوس

### فواص درمانی :

مفید جهت تنش های عصبی - اضطراب - استرس - رفع کمردرد - درمان رماتیسم -  
ترمیم کننده زخم ها و جای نیش حشرات و آفتاب سوختگی (ضد آفتاب می باشد) -  
ضد عفونی کننده قوی - مفید جهت لرزش اعضای بدن - محرک جریان خون و صفرا  
- ضد میگرن - سرفه و سیاه سرفه - خواب آور - ضد آسم .

### روش استفاده :

- ۱- اسطوخودوس + بادرنجبونه + گل ساعتی = آرام بخش - خواب آور
- ۲- اسطوخودوس + دانه گشنیز = بخور جهت لکه های صورت، خال های قهوه ای،  
دانه های سیاه صورت

۳- اسطوخودوس + رازک + گل بابونه + رازیانه = مقوی اعصاب

۴- اسطوخودوس + بابونه + همیشه بهار (به صورت کرم در آورده شود) = کرم ضد

آفتاب - ترمیم زخمها

توجه: اسانس اسطوخودوس در کنار بالش، خواب آور است.

عوارض جانبی :

مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز باعث ایجاد تپش قلب شده و صدمه به دستگاه

تنفس می آورد.

منع مصرف : خانمهای باردار.

**افدرا (ریش بُز)**

خواص درمانی :

درمان آسم - تسکین سرفه - جهت سرماخوردگی - سردرد و دردهای عضلانی -

سرفه های خلط آور - درمان اختناق بینی - معرق - مُدر - ضد اسپاسم .

روش استفاده :

افدرا + آویشن + گل گاوزبان = ضد سرفه - آسم



عوارض جانبی : باعث تپش قلب و بالا رفتن فشارخون.

منع مصرف :

کسانی که داروهای افسردگی مصرف می کنند - خانمهای باردار - مبتلایان به

بیماری عصبی و فشارخون بالا.

### اوکالیپتوس

فواص درمانی :

ضد عفونی کننده قوی - برطرف کننده نشانه های و عفونت ریه - ضد اسپاسم - ضد

رماتیسم و

کاهش دهنده قند خون .

روش استفاده :

۱- روغن اکالیپتوس + روغن رزماری + روغن بادام (موضعی) = دردهای رماتیسمی

- ورم مفاصل

۲- روغن اوکالیپتوس + روغن آفتابگردان = درمان صدمات ناشی از سرماخوردگی -

نواحی دردناک

عوارض جانبی : استفاده خوراکی از آن ایجاد مسمومیت می کند.

منع مصرف : افرادی که خونریزی دستگاه تنفسی دارند.

### اکسیر ترکی (سوسن زرد یا سوسن باقلایی)

### فواص درمانی :

تقویت کننده - نیرودهنده - مفید جهت شب ادراری - رفع لُکنت زبان - آرام بخش .  
در قدیم: جهت رماتیسم - نقرس - رفع خون دماغ - بادشکن - پادزهرِ سَم - تقویت حافظه - تاری دید - سنگ کلیه و مثانه - قاعده آور.  
عوارض جانبی: به دلیل وجود ماده سمی آسارون در آن باعث ایجاد سرطان می شود.

منع مصرف: با دستور پزشک مصرف شود.

### آنجلیکا (سنبل ختایی)

فواص درمانی: تقویت بدن - تنظیم قاعدگی - محرک اشتها و کبد - خونساز.

روش استفاده:

- ۱- روغن آنجلیکا + روغن گل پَر + روغن بادام = دردهای رماتیسمی و مفصلی
- ۲- آنجلیکا + شیرین بیان + دُم اسب + تخم جعفری (دم کرده آن) = ضد درد کلیه و

مثانه

عوارض جانبی: محرک انقباض رحم - ایجاد کهرپوستی - باعث حساسیت پوست به

نور.

منع مصرف: خانم های باردار - افرادی که دچار دیابت هستند. (به دلیل اینکه ریشه

آن شیرین است.)

## اسپند (بذر اسپند)

فواص درمانی : ضد عفونی کننده .

در قدیم: تقویت اعصاب - کاهش قند خون - هضم غذا - ضد کرم - رماتیسم - درمان

اسهال .

عوارض جانبی :

بذر آن الكالوئید دارد، استفاده طولانی مدت توصیه نمی شود. زیرا باعث اختلالات

گوارش - یبوست و سردرد می شود.

## افسنطین

فواص درمانی :

ضد کرم - اشتها آور - مقوی هاضمه - آرام بخش - مقوی قلب - ضد رماتیسم -

تنظیم کننده قاعدگی و رفع علائم یائسگی - تنبلی دستگاه گوارش و کبد - رفع ریزش

مو .

روش استفاده :

۱- افسنطین + بابونه + بادرنجبویه + سنبل الطیب = مقوی اعصاب - تنش های دوران

یائسگی - افسردگی - ضد نفخ - ضد اسپاسم - مسکن

۲- افسنطین + زنجبیل (دم کرده) = تسکین و تنظیم دوران قاعدگی

عوارض جانبی : سرگیجه - تهوع - توژن - سردرد.

## بارهنک (چهار تخم لعابی)

فواص درمانی :

سرفه - سرماخوردگی - خلط آور - بهترین دارو جهت تصفیه خون (آنتی بیوتیک) - حساسیتهای تنفسی .

بابونه

فواص درمانی :

بیشترین مصرف در محصولات آرایش و بهداشتی - ضد عفونی کننده قوی - درمان  
اگزما و جوش صورت - شفاف کننده پوست - درمان خراش و ترک خوردگی -  
خشکی پوست - تنظیم کننده اختلالات قاعدگی - اشتها آور - ضد کرم - فرونشاندن  
ورم رحم، معده و بیضه - اختلالات یائسگی .

توجه: بابونه شیرین خیلی بهتر است، هنگام خرید توجه کنید.

روش استفاده :

۱- بابونه + بومادران + نوروزک + گزنه = تنظیم کننده اختلالات قاعدگی

۲- بابونه + مرزه + آویشن + کاکاتی = ضد کرم

۳- بابونه + بادرنجبونه + ریحان + زنجبیل + رازیانه = ضد تهوع (مقوی اعصاب، آرام بخش)

۴- بابونه + بهارنارنج + نعنا + گل گندم + افسنتین + کلپوره = اشتها آور

**عوارض جانبی :** آلرژی - محرک دیواره رحم.

**منع مصرف :** کسانی که آلرژی دارند - خانمهای باردار.

**بید**

**فواص درمانی :** آرام کننده عصبی - تب بُر .

### **بیدمشک**

**فواص درمانی :** تقویت قلب و اعصاب .

### **بید کاسنی**

**فواص درمانی :** تب بُر - مفید در درمان جوش صورت .

### **بید کاسنی شاهتره**

**فواص درمانی :** رقیق کننده خون - مفید در درمان جوش صورت و بیماریهای

پوستی .

### **بومادران**

### فواص درمانی :

ضد التهاب - آرام بخش - معرق - تب بُر - تنظیم قاعدگی و رفع اختلالات آن (همراه با شیرین بیان و بابونه) - تحریک رشد مو - درمان ورم معده و روده - ضد بواسیر - اسهالهای ساده - بواسیرهای خونی - ضد صرع - احساس گرفتگی و درد قلب - ورم و ضعف عضلات قلب .

### روش استفاده :

۱- بومادران + سنبل الطیب یا بادرنجبویه = مفید جهت عرق کف دست (عصبی)

۲- آویشن + بومادران = درمان اسهال

۳- روغن بومادران + روغن هوفاریقون = درمان مفصل های دردناک

### عوارض جانبی :

مصرف درازمدت حساسیت به نور می شود - ایجاد کهیر می کند - کم شدن بینایی و

یبوست

می آورد.

منع مصرف : خانم های باردار .

### بادرنجبویه

### فواص درمانی :

آرام بخش - معرق - مقوی برای دستگاه عصبی - ضد باکتری - ضد نفخ - ضد

اسپاسم - مداوای بیماریهای معده و روده ای که منشاء عصبی دارند - ضد تهوع -

درمان بی خوابی - درمان کم هوشی و کمی حافظه - ضد افسردگی - ضد اضطراب و دلهره - رفع بی حوصلگی - تقویت قلب - مفید جهت سرگیجه - رفع سردرد و میگرن - تندخویی دختران جوان - استفراغ دوران بارداری .

### **روش استفاده :**

بادرنجبویه + اسطوخودوس + بابونه (دم کرده آن) = ترمیم کننده سیستم عصبی - جهت بی قراری - ضد افسردگی

### **برگ چنار**

فواص درمانی : چاق کننده - درمان تنگی نفس .

### **بهمن پیچ**

فواص درمانی : مفید برای اسهال - دل پیچه .

### **روش استفاده :**

به تنهایی به مقدار پنج گرم استفاده می شود. چون تانن آن زیاد است.

### **بابا آدم**

فواص درمانی :

تقویت کننده - آنتی بیوتیک - مُدر - معرق - ضد رماتیسم و نقرس - درمان سنگ کلیه و مثانه.

در قدیم: برای درمان نقرس - دندان درد - ضد چاقی - تصفیه خون - ورم عمومی بدن - نواحی دردناک پوست - ضد ریزش و محرک رشد مو - پادزهر نیش حشرات - پایین آورنده قند خون - سرفه گوسفند - گری .

### **روش استفاده :**

۱- ریشه بابا آدم + ریشه گزنه + افسطین + مریم گلی = تقویت ریزش مو

۲- بابا آدم + شیرین بیان + سکنگورانگور = تصفیه کننده خون

### **برگ گردو**

**فواص درمانی :** کاهش دهنده قند خون - تقویت کننده مو - خارش پوست .

### **به لیمو**

**فواص درمانی :**

آرام بخش - رفع کننده دردهای عصبی - پایین آورنده حرارت بدن و تپش قلب - احساس صداهای مبهم در گوش - خستگی های عصبی - ضد اسپاسم - ضد نفخ - تقویت کننده معده.

### **پونه**

**فواص درمانی :**

ضد اسهال و مسومیت غذایی - ضد سرفه - خلط آور - محرک عمل هضم - صفرا آور - ضد نفخ ضد نقرس.



## پاناکس (جین سینگ)

فواص درمانی :

تقویت کننده عمومی بدن - تقویت کننده تمایلات جنسی - افزایش مقاومت طبیعی بدن

- توانایی

حفظ بنية فكري و جسماني بدن - كاهنده قند و كلسترول - مناسب برای سرفه، آسم،

اسهال، درد

ناشی از معده - درمان زخمها و جلوگیری خونریزی از آن - تقویت کننده پوست .

روش استفاده :

به صورت کپسول در داروخانه ها یافت می شود و برای تقویت بدن و قوای جنسی

آقایان مفید است.

عوارض جانبی و منع مصرف :

دوران بارداری به مدت طولانی باعث افزایش فشارخون - همزمان با سایر داروهای

محرک استفاده نشود.

## پرسیاوشان

فواص درمانی : سرماخوردگی - سرفه و ناراحتی تنفسی - معرق خلط آور - ضد

التهاب - مُلین - مُدر.

توجه: پرسیاوشان، از خانواده سرخس می باشد.

روش استفاده :

۱- پرسیاوشان + رزماری + زنجبیل + آنجلیکا (دم کرده آن) = درمان گردش خون

### پنج انگشت (فلفل بری)

خواص درمانی :

رفع اختلالات قاعدگی - یائسگی - آرام بخش و ضد تشنج - تسکین دهنده تحریکات

جنسی - تقویت کننده پیازمو - اثر روی محور هیپوتالاموس و هیپوفیز. دارای

ترکیبات استروژنی نیست و

مستقیماً روی تخمدانها تأثیر نمی گذارد.

توجه: بهترین داروی قاعدگی و یائسگی است.

عوارض جانبی: باعث ایجاد حالت تهوع و سردرد - افزایش خونریزی در دوران

قاعدگی.

### پیاز

خواص درمانی: کاهش دهنده قند و چربی خون - ضد عفونی کننده .

توجه: به طور کلی، پیاز - هویج - قره قاط - ریشه گل قاصدک به دلیل وجود ماده

انسولین دار جهت درمان بیماری قند بسیار مؤثرند.

منع مصرف: افرادی که دچار زخم معده هستند، زیرا باعث ترشح اسید معده می

شود.

## تباشیر قلم

فواص درمانی :

ناراحتی کبد - کهیر پوستی - برای ناراحتی داخل دهان و زبان - ریزوم آن بندآورنده شیر.

## جنتیانا (کوشاد)

فواص درمانی :

تقویت کننده عمومی بدن - اشتها آور - ضد التهاب - تب بُر - مفید جهت عفونت ادراری - دردهای رماتیسمی - کمک به هضم غذا .

در قدیم: معالج مالاریا - کرم کودکان - نیش حشرات - کلیه .

روش استفاده :

۱- جنتیانا + دارچین (دم کرده آن) = مقوی - اشتها آور - میل جنسی

۲- تنتور = هیپاتیت التهاب کیسه صفرا - یرقان

عوارض جانبی : دارای مشتقات گزانتون می باشد و باعث زخم معده و اثنی عشر می شود.

منع مصرف : مبتلایان به زخم معده.

## جوزبویا

### فواص درمانی :

انرژی دهنده - مقوی قوای جنسی - درمان مفاصل دردناک و روماتیسمی - درمان ناراحتی های گوارشی و اسهال - تهوع و استفراغ - سوء هاضمه .

### روش استفاده :

- ۱- جوزبویا + زنجفیل + شیرین بیان = درمان اسهال
- ۲- روغن جوزبویا + روغن بادام = درمان دردهای ناشی از روماتیسم
- ۳- روغن جوزبویا + روغن بادام + روغن آویشن + روغن رزماری + روغن مریم گلی ( به صورت موضعی قبل از زایمان به شکم ماساژ داده شود.) = جهت آمادگی و

راحتی زایمان

### عوارض جانبی :

مقادیر بیش از ۷ گرم در یک نوبت باعث تشنج - تپش قلب - به علت وجود سافرون

خاصیت

سرطان زایی (البته با خوردن).

### چهار گیاه سرد

فواص درمانی : تصفیه کننده خون - مفید برای کبد و کلیه ها .

### چهار گیاه (چهل گیاه)

فواص درمانی :

تقویت کننده معده - ضد نفخ و سنگینی معده - دل درد ناشی از سوء هاضمه - محرک عمل هضم - ضد تهوع - استفراغ و ترش کردن غذا - اختلالات گوارشی .

## خار خاسک

فواص درمانی :

دفع سنگ کلیه و مثانه - افزایش نیروی جنسی - مُدر قوی - التهاب مجاری ادرار - تصفیه کننده خون - رفع ناراحتی های پوستی - بواسیر و آسم .  
در قدیم: تسکین درد مفاصل - افزایش نیروی جنسی .

روش استفاده :

خارخاسک + شاهتره + برگ بو + دُم گیلان + کاکل زرت + دُم اسب + کاکنج + ناخنک = مُدر قوی - دفع سنگ کلیه و مثانه

## خاکشیر

فواص درمانی :

گرمزدگی - مُلین معده - استفاده بیش از آن باعث اسهال می شود.

## خرقه

فواص درمانی : تب بُر - تصفیه خون - ورم معده - زخم معده - صفرا آور .

## خارشتری

فواص درمانی : دفع سنگ کلیه و مثانه .

## دارچین

### فواص درمانی :

ضد باکتری و ضد قارچ - محرک - معرق - تنبلی دستگاه گوارش - آسم - یائسگی -

نشاط آور - محرک گردش خون - تقویت کننده نیروی جنسی - مقوی کلیه - جهت

تمام بیماری هایی که ناشی از سردی باشند.

### روش استفاده :

۱- عرقِ دارچین + روغن بادام = ضد اسپاسم - قولنج - اسهال

۲- دارچین + زنجفیل + خارخاسک = افزایش نیروی جنسی آقایان

### عوارض جانبی :

محرک انقباض رحم - ممکن است که ایجاد سمیت کند - ایجاد حالت تهوع - استفاده از

روغن آن، باعث تورم و التهاب لب و زبان - خارش - تاولی شدن مخاط دهان.

**منع مصرف :** خانم های باردار - افرادی که دچار آلرژی هستند.

### دُم اسب

### فواص درمانی :

مُدر قوی - مؤثر در عدم دفع ادرار - قولنج های کلیوی - عفونت مجاری ادراری - ورم

مثانه - ضد عفونی کننده و التیام دهنده زخم ها (موضعی) - سنگ کلیه .

### روش استفاده :

دم اسب + مُدرهای دیگر = جهت ناراحتی کلیه و مجاری ادراری و سنگ کلیه و مثانه

## رازپانه

فواص درمانی :

مقدار زیادی هورون زنانه - زیاد کننده شیر - معرق - مدُر - تسکین دردهای قاعدگی و قاعده آور - ضد سرفه و خلط آور - ضد التهاب - آرام کننده - درد معده و نفخ اطفال .

روش استفاده :

۱- رازپانه + آویشن + اوکالیپتوس = بخور و موارد سرماخوردگی و ضد سرفه و

خلط آور

۲- رازپانه + عسل = حالت تهوع

عوارض جانبی :

مقدار هورمون را افزایش داده و تنظیم هورمون بدن را به هم می زند و در آن اختلال

بوجود

می آورد.

منع مصرف : خانمهای باردار.

## رُزماری

فواص درمانی :

ضد افسردگی - نشاط آور و سرور آور - مُدر - معرق - محرک جریان خون و صفرا -  
ضد اسپاسم - ضد عفونی کننده - ضد دردهای عضلانی و مفصلی - جلوگیری از  
ریزش مو - تقویت پیاز مو (تبدیل موهای کُرکی به موهای ضخیم) جهت درمان  
پوسته شدن موهای سر و شوره سر - ضد نفخ - اشتها آور - تقویت کننده گوارش .

### روش استفاده:

۱- روغن رزماری + روغن نعنا (موضعی است) = تسکین دردهای عضلانی و مفصلی

۲- هوفاریقون - رزماری = رفع افسردگی و نشاط آور

توجه: برای افسردگی و خواب آلودگی بسیار عالی است.

**عطر درمانی:** سرور آور و نیروبخش.

**عوارض جانبی:** باعث بی خوابی می شوند - فشارخون بالا می رود.

**منع مصرف:** مبتلایان به میگرن - خانمهای باردار و شیرده - کودکان.

## رازک

**فواص درمانی:**

آرام بخش - خواب آور - ناراحتی قلبی معده ای و بی اشتها، که فشار عصبی

داشته باشد - اثر تسکین دهنده - تحریکات جنسی - میگرن - تسکین دهنده دردهای

قاعدگی .



در قدیم: تقویت کننده - اشتها آور - مُدر - معرق - تب بُر - ضد کرم - برطرف کننده التهاب - خونساز - رماتیسمی - نرمی استخوان .

### روش استفاده :

رازک + سنبل الطیب (دم کرده آن) = آرام بخش و خواب آور

عوارض جانبی : استفاده طولانی از آن باعث تهوع - سردرد - سرگیجه می شود.

### زیره کوهی سیاه و سبز

### فواص درمانی :

مناسب برای اختلالات گوارشی - ضد چاقی - ضد عفونی کننده - تقویت و افزایش

میدان جنسی

(برای پیران) - اشتها آور - مسکن دردهای قاعدگی - درمان رعشه - بازکننده رنگ

چهره - افزایش شیر مادران - تقویت معده - ضد نفخ نوزادان - تأخیر وقوع قاعدگی

زنان و رفع اختلالات آن .

### روش استفاده :

۱- آب زیره (دم کرده) = چسبندگی پلکها

۲- زیره سبز + رازیانه + شنبلیله + شوید = افزایش شیر مادر

۳- زیره سیاه یا سبز + خوردانه + نعناع + بابونه + رازیانه + دانه گشنیز = سوء

هاضمه

۴- زیره سیاه و سبز + رازیانه + برگ بو + دُم گیلاس + کاکل زرت + خارخاسک =  
ضد عفونی کننده مجاری ادرار - دفع سنگ کلیه

### عوارض جانبی :

ایجاد کهیر - افزایش ترشح غده تیروئید - بالا رفتن حرارت بدن، زردی رنگ و لاغری.

### منع مصرف :

کسانی که طبع گرم دارند - افرادی که جراحی سیستم گوارشی انجام داده اند -  
خانمهای باردار .

### زنیان

فواص درمانی : ضد تهوع - سوء هاضمه و نفخ - ترش کردن غذا .

### زرشک

### فواص درمانی :

ضد عفونی کننده - اشتها آور - مُدر و مُلین - تب بر - درمان ناراحتی کبدی - معالج  
چربی و قند و فشارخون - محرک جریان خون - صفرا بر.

### روش استفاده :

۱- آب زرشک = رفع تشنگی - صفرا بر - رقیق کردن خون

۲- آب زرشک + آب سیب + آب لیمو + مقداری شکر = درمان بی اشتهایی - دفع کننده سموم بدن

**منع مصرف :** مبتلایان به اسهال - خانمهای باردار.

## زعفران

**فواص درمانی :**

مقوی و نیرودهنده - قاعده آور - آرام بخش سردرد - نشاط آور - مفید برای بی میلی جنسی - به

هضم غذا را سریع می کند.

**روش استفاده :**

۱- زعفران + زنجبیل + دارچین + خارخاسک = مفید برای ناتوانی و کمبود تمایلات جنسی (آقایان)

۲- گلبرگ زعفران + قره قاط = کمک به درمان برای بیماری که دچار سکت شده اند.

**عوارض جانبی :** برافروختگی چهره و ایجاد کپیرهای پوستی - محرک.

**منع مصرف :** کسانی که سابقه جراحی قلبی و عروقی داشته اند - خانمهای باردار.

**توجه:** استفاده ۱۲ گرم زعفران در یک زمان باعث فلجی - کاهش سطح هوشیاری -

استفراغ شدید - اسپاسم - دستگاه گوارش - اسهال خونی

**زوفا (اشنان)**

### فواص درمانی :

نیرودهنده - بهترین دارو برای درمان سرفه های سخت و آسم - مقوی معده - ضد کرم - ضد عفونی کننده - معرق - عوارض سرماخوردگی (خلط آور، ضد آب ریزش بینی) - ضد التهاب - از رشد و تکثیر ویروس ایدز جلوگیری می کند - مفید جهت سرما زدگی

### روش استفاده :

۱- عطر زوفا = افزایش هوشیاری - نشاط آور - رفع افسردگی و رفع احساس اندوه و خجالت

۲- زوفا + برگ مریم گلی + بابونه + گل ماهور (البته دم کرده آن) = جلوگیری از تعریق زیاد

۳- زوفا + آویشن + رازیانه + شیرین بیان + گل ماهور (البته دم کرده آن) = ضد سرفه

(سرفه های مقاوم)

**عوارض جانبی :** استفاده طولانی مدت باعث لرزش اعضا - سردرد - تشنج و صرع.

**منع مصرف :** خانم های باردار و شیرده.

زنجبیل

### فواص درمانی :

ضد تهوع - درمان بیماریهای مسافرتی (مانند دریازدگی، ماشین گرفتگی) و حاملگی -  
محرک گردش خون (پایین آورنده فشارخون) - ضد نفخ - تقویت بدن - درمان اسهال  
- اشتها آور - درمان رماتیسم - ضد درد قاعدگی - افزایش نیروی جنسی .

### روش استفاده :

۱- روغن زنجبیل + روغن اوکالیپتوس + روغن بادام (موضعی) = ضد دردهای  
رماتیسمی

۲- زنجبیل + عسل + جین سینگ = تقویت نیروی جنسی

### عوارض جانبی :

احتمال بروز واکنش آلرژیک - عدم تحمل گوارشی - سردرد و برافروختگی - زنجبیل  
به دلیل دارا بودن کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پایین آورنده قند خون،  
همزمان با داروی ضد انعقاد و قلبی و قند خون مصرف نشود.

**منع مصرف :** مبتلایان به بیماری قلبی و زخم معده.

### زیتون

#### خواص درمانی :

مُلِّین جهت درمان یبوست - بواسیر - مناسب برای خانمهای باردار - دفع سنگ های  
صفرای - تقویت کننده مو و پوست - درمان تصلب شرایین - ترک خوردگی پوست  
شکم مادران (موضعی) - کاهش دهنده فشار و اوره خون - رفع حالت برافروختگی -  
ضد بیماری قند - تب بُر .

## سنبل الطیب

### فواص درمانی :

درمان تنش های عصبی - دلهره و اضطراب - میگرن - درمان بی خوابی - تمام دردهایی که منشأ عصبی دارند.

### روش استفاده :

- ۱- سنبل الطیب + رازیانه + بادرنجونه = درمان تنش های عصبی و بی خوابی
  - ۲- سنبل الطیب + بابونه + رازیانه + نعنا = آرام بخش - اشتها آور
  - ۳- سنبل الطیب + رازک + اسطوخودوس + بابونه = خواب آور قوی
  - ۴- سنبل الطیب + هوفاریقون (علف چای) + اکسیر ترکی + آویشن = شب ادراری - تکرر ادرار
- عوارض جانبی : داروهای آرام بخش را چند برابر می کند و سردرد و گُرگرفتگی می کند.
- منع مصرف : کسانی که سابقه ناراحتی های قلبی و فشار خون پایین دارند.

## سنا

توجه: سنای مکه عربستان بهترین نوع آن است.

### فواص درمانی :

درمان یبوست - تبخال - ضد عفونی کننده .

### روش استفاده :

سنا + پودر گل محمدی + رازیانه + زیره سبز = مسهل

سنا + دانه گشنیز = مسهل

### عوارض جانبی :

دردهای شکمی و نفخ - باز و بسته شدن روده ها و آب و املاح آن - باعث تغییر رنگ ادرار - با مڈرها نباید استفاده کرد، چون باعث دفع پتاسیم می شود و با ریشه شیرین بیان هم نباید استفاده کرد.

### منع مصرف :

خانمهای باردار - خانمها در دوران شیردهی - نوزادان مبتلا به دردهای شکمی - افرادی که ناراحتی معده، روده و مری دارند نباید سنا مصرف کنند.

### سیاه دانه (سیاه تخمه یا شوین)

### فواص درمانی :

قاعدۀ آور - مڈر - افزایش دهنده شیرمادران - ضد نفخ (مقوی دستگاه گوارش) - ضد کرم و

بازکننده گرفتگی عروق .

در قدیم: دفع حشرات - سرخی گونه - معالچ ترک پوست - درد مفاصل - تسکین پس

دردهای زایمان - جلوگیری از ریزش مو (روغن آن) - مفید جهت سردرد و لرزش

اعضا - تسکین درد - افزایش دهنده میل جنسی - ضد چاقی و جهت لاغری - قاعده آور.

منع مصرف : خانم های باردار.

سیر

فواص درمانی :

ضد عفونی کننده قوی - کاهش دهنده فشار خون - چربی خون - اشتها آور - ضد کرم - پایین آوردن احتمال سکته - ضد سرطان گوارشی .

عوارض جانبی :

محرك مرکزی اسهال (به دلیل داشتن آذنوزین) - ایجاد سردرد - مسمومیت - برافروختگی

منع مصرف : افرادی که فشار خون پایینی دارند.

سعد کوفی

فواص درمانی :

بیشتر جهت تقویت حافظه استفاده می شود.

روش استفاده :

۱- سعد کوفی + کُنْدُر + مقداری عسل = تقویت حافظه (معجون هوش)



۲- سعد کوفی + اسطوخودوس + سنبل الطیب + کندر + میوه بلوط + عسل = مناسب جهت تکرر ادرار - درمان بی اختیاری ادرار - برای خانمهای باردار جهت تقویت حافظه جنینشان مؤثر است.

### شیرین بیان

#### فواص درمانی :

درمان زخم معده و اثنی عشر - ورم معده - مقوی معده - تسکین دهنده - فشارمخاطی معده - خلط آور - کاهش دهنده اسید معده - مسهل ضعیف .

#### روش استفاده :

۱- شیرین بیان + نعناع + رازیانه = خنثی کننده اسید معده و ضد اسپاسم

۲- شیرین بیان + زیره سبز + گل ختمی خباری = درمان زخم معده و اثنی عشر

۳- شیرین بیان + بابونه + بومادران = درمان زخم معده و اثنی عشر

۴- شیرین بیان + گل ماهور + ختمی خباری + برگ پاخری = برونشیت

#### عوارض جانبی :

مصرف زیاد شیرین بیان باعث دفع پتاسیم می شود - پتاسیم خون را بالا می برد - محرک دیواره رحمی می شود.

#### منع مصرف :

خانمهای باردار (چون هورون زنانه و یا استروژن دارد) - کسانی که سابقه مشکل قلبی دارند.

## شاهتره

### فواص درمانی :

تصفیه کننده خون - نارسایی کلیه و کبد - صفرا آور - کاهش فشارخون - تنظیم ضربان قلب - رفع خارش های پوستی - ضد تهوع - خلط آور - ضد یرقان .

## شلتوک

### فواص درمانی :

تقویت مو - مفید در جلوگیری از سفید شدن مو .

### روش استفاده :

همراه با گیاهان دارویی دیگر مصرف می شود. سرد است و همراه با داروهایی که جهت گرمزدگی است، استفاده می شود.

عوارض جانبی : فشار داخل چشم را زیاد می کند. (آب سیاه)

## شوید

### فواص درمانی :

کمک به هضم غذا - ضد نفخ - نشاط آور - قاعده آور و رفع دردهای همراه آن -

افزایش دهنده شیر- کاهش دهنده چربی خون - تسکین درد معده - رفع استفراغ و

تهوع و دل پیچه های اطفال .

### روش استفاده :

۱- بذر شوید + ریشه شاه توت + کاکنج + بادیان = بازکننده قاعدگی

۲- بذر شوید + سداب + سیاه دانه + گل زرد + گل پر = بازکننده قاعدگی

عوارض جانبی : محرک دیواره رحم.

منع مصرف : خانم های

باردار.

### شاه پسند

#### فواص درمانی :

آرام بخش - رفع خستگی های عصبی - افسردگی - تقویت کننده بدن - ضد تشنج -

تب بُر - مقوی قلب - ضد التهاب (موضعی) - درمان ضرب خوردگی و بریدگیها -

تقویت کننده موی سر - شفافیت محرک جریان شیر و صفرا .

### روش استفاده :

شاه پسند + آب سرد (دم کرده و در آب وان اضافه شود) = برای رفع خستگی

عصبی

منع مصرف : خانمهای باردار.

### شاه دانه

#### روش استفاده :

۱- از برگ + سرشاخه گلدار ماده، بَنگ بدست می آید.

۲- از ماده چسبنده ای که بر روی شکوفه گل‌های ماده بعد از آمیزش ظاهر می شود، چسب تهیه می شود.

۳- سرشاخه گلدار پایه ماده، حشیش گرفته می شود.

توجه: به طور کلی، از شاه دانه جهت نَعشه جات استفاده می شود.

### شنبليله (حُلبه)

فواص درمانی :

کاهش چربی خون و قند خون - تقویت کننده و نیرودهنده - درمان ضعف و لاغری -  
رفع کم خونی - رفع نرمی استخوان - مقوی اعصاب - ضد اسپاسم - شیرافزا - اشتها  
آور - مفید برای بیماری سل .

روش استفاده :

۱- رازیانه + شنبليله شوييد + زيره سبز = شیرافزا  
۲- پودر شنبليله + پودر سير + پودر دارچين = کاهش قند خون (ضمناً دم کرده آن  
عالی است)

عوارض جانبی : محرک انقباض رحم - دوران بارداری.

صبر زرد

فواص درمانی :

مسهل قوی - ترمیم کننده زخم ها - ضد قارچ - محرک جریان صفرا - آرام بخش -  
لطیف کننده دست و پوست در آرایش .

## روش استفاده :

۱- ژل = به صورت مستقیم روی زخمها، آفتاب سوختگی ها، خشکی و اگزمای

پوستی و جای نیش حشرات بگذارید.

۲- پماد = روی حرارت ملایم گذاشته تا قوام بیاید.

۳- بخور = برای اختناق بینی

۴- تنتور = به عنوان مسهل

عوارض جانبی : موجب باز و بسته شدن روده ها.

## منع مصرف :

در دوران بارداری - مصرف همزمان با شیرین بیان ممنوع است، زیرا باعث دفع

پتاسیم و کمبود پتاسیم در بدن می شود - در ریتم و ضربان قلب بی نظمی بوجود

می آید.

## عنا

## فواص درمانی :

مقوی و انرژی زا - تقویت کننده عمومی بدن - رفع سرفه - آرام بخش - سرد و ملین -

تب بُر - تصفیه کننده خون - چاق کننده - باعث افزایش مقاومت و قدرت سیستم

دفاعی بدن - تحریک مو - تقویت کننده دستگاه گوارش - ضد سرطان - اشتها آور -

کاهش فشارخون .

## روش استفاده :

۱- عناب + برگ زیتون + میوه تره قاط (دم کرده آن) = درمان فشارخون بالا

۲- عناب + ختمی خبازی + گل نیلوفر + زرشک (دم کرده آن) = دفع صفرا

۳- عناب + جین سینگ + انجلیکا = انرژی زا - تقویت کننده عمومی بدن

۴- ریشه و برگ عناب (عناب همراه با عرق کاسنی بسیار عالی است.) = بند آورنده

خونریزی - درمان زخم ها و سوختگی ها

عوارض جانبی: به افرادی که مبتلا به بیماری قند هستند، توصیه نمی شود.

منع مصرف: افرادی که به بیماری قند مبتلا هستند.

## قدومه

خواص درمانی: درمان سرفه - ضد التهاب - درمان یبوست - مُلین .

روش استفاده: به صورت دم کرده استفاده می شود.

## قاصدک

خواص درمانی:

مُدر - محرک جریان صفرا - تنظیم کننده کار کبد - مُلین ضعیف - ضد رماتیسم -

تصفیه خون - به عنوان بخور می توان استفاده کرد و برای رفع آکنه مفید است.

روش استفاده:

قاصدک + کاسنی + بابونه + زرشک (دم کرده) = درمان اختلالات کبدی - التهابات

کیسه صفرا

توجه: در تمام معجون انرژی زا استفاده می شود.

## کاسنی

فواص درمانی :

مقوی درمانی - مقوی معده - تصفیه کننده خون - مفید برای امراض کبدی (نوسازی سلولهای کبدی) - تقویت کننده عمومی بدن - یرقان - دردهای مفاصل - زیاد کننده شیر مادران - مُدر - صفرا بر - بیماریهای پوستی - رفع رسوبات ادراری - عفونت مجاری ادراری - درد و ورم کلیه - زردی - قولنج های کبدی - جوش صورت - تب بُر .

روش استفاده :

۱- ریشه کاسنی + دانه برگ شوید + شاهتره + لیموعمانی = چربی خون (آنتوم)  
۲- برگ کاسنی (دم کرده) + سرکه سیب = رفع سردرد  
۳- ریشه کاسنی + بذر کاسنی + بذر کرفس + رازیانه + ختمی خبازی + انجیر + مویز + شیرین بیان + زیره سیاه + زنیان + عنان + سیستان = دردهای مفاصل - مُلین  
عوارض جانبی : حالت تهوع - پایین آورنده فشار خون - از بین بردن پُرز معده.

## کدوی تخمه کاغذی

فواص درمانی :

در قدیم: دفع کرم - امروزه: تورم پروستات - سوزش مجاری ادراری - تصلب شرایین - تقویت کننده عمومی بدن - افزایش مقاومت بدن در مقابل عوارض بیماری زا.

### **روش استفاده :**

تخمه کدو بدون پوست + ریشه و اندام هوایی گزنه + گل بابونه + میوه خارخک = متوقف نمودن ریشه غده پروستات - تورم پروستات  
عوارض جانبی : حالت تهوع - استفاده زیاد آن باعث تحریک معده می شود.

### **کاکوتی**

فواص درمانی : التهابات مجاری تنفسی - سرفه - سیاه سرفه - خلط آور - معطر کننده دوغ .

### **کلپوره**

فواص درمانی :

تسهیل کننده عمل هضم - ضد نفخ و ترش کردن غذا - التهابات گلو و لوزه ها - آفت دهان .

### **کیسه کشیش (قلب مادر یا چننه چوپان)**

فواص درمانی :



رفع بی نظمی های قاعدگی - درمان اسهال - رفع خونریزی های داخلی - کاهش دهنده فشارخون.

**روش استفاده :**

کیسه کشیش + گزنه + همیشه بهار (دم کرده) = درمان خونریزی شدید قاعدگی  
عوارض جانبی : محرک می باشد.

منع مصرف : خانم های باردار - کسانی که در ادرارشان خون دیده می شود.

### گل محمدی

**فواص درمانی :**

تنظیم کننده اختلالات قاعدگی - ملین - ضد افسردگی - ضد اسپاسم - محرک قوی جنسی - محرک صفرا - آرام بخش - ضد عفونی کننده - خلط آور - ضد التهاب .

**روش استفاده :**

۱- عطرگل محمدی (عطر درمانی) = رفع بی خوابی، اندوه و افسردگی

۲- روغن گل محمدی + روغن بادام = تنبلی دستگاه گوارش

۳- گل محمدی + گزنه = تنظیم کننده اختلالات قاعدگی

توجه: روغن گل محمدی هم خوراکی و هم مصرف خارجی دارد و غیرسمی است.

### گلاب

**فواص درمانی :** افزایش فشار خون و خوشبو کننده غذا و محیط .

## گل پر کوهی

فواص درمانی : گرمزدگی - رفع عطش و تشنگی .

در قدیم: به جای چای استفاده می شد.

## گل گاوزبان

فواص درمانی :

آرام بخش - باعث تحریک غده فوق کلیوی - ترشح آدرنالین - معرق و مُدر - تقویت اعمال کلیه و قلب - بذر آن (ضد رماتیسم - آگزما - تنظیم قاعدگی) معالج سندرم روده - تحریک پذیر - تصفیه خون - مسکن اعصاب - پایین آورنده فشارخون .

روش استفاده :

۱- گل گاوزبان + سنبل الطیب + بادرنجبونه = مقوی قلب

۲- گل گاوزبان + بهارنارنج + لیمو عمانی = آرام بخش (اندوه، اضطراب، ترس)

عوارض جانبی :

استفاده بیش از ۱۰ گرم در مدت ۱۰ روز، باعث صدمات جدی به قلب - کبد - ایجاد

سیروز کبدی

و هیپاتیت می شود.

## گل ختمی

فواص درمانی : مفید برای مبتلایان به بیماریهای تنفسی - یبوست - درمان تحریک های جلدی.

### گلرنگ (گل کاجیره کانشر - قرطم)

فواص درمانی :

مسهل - خلط آور - قاعده آور - گل آن، نیرودهنده - قاعده آور (همراه با گیاهان با همین خواص استفاده می شود و روغن آن استفاده خوراکی دارد).

### گزنه

فواص درمانی :

محرک گردش خون - برطرف کننده پروستات - سوزش و تکرر ادرار - تنظیم کننده قاعدگی - جلوگیری از ریزش مو و تحریک رشد مو - کاهش دهنده قند خون - رفع ناراحتیهای پوست و اگزما - خون آمدن از بینی - افزایش گلبولهای قرمز خون - اخلاط خونی .

در قدیم: برای درمان قانقاریا - کمک به دفع سنگ کلیه - مُدر .

روش استفاده :

۱- روغن گزنه + روغن رزماری (موضعی) = تحریک رشد مو - تقویت پیاز مو و

جلوگیری از ریزش مو

۲- گزنه + گل محمدی + کیسه کشیش (دم کرده آن) = تنظیم کننده قاعدگی

عوارض جانبی :

در موارد نادر ایجاد حساسیت های پوستی می کند. باعث احتمال بروز اختلالات گوارشی (اسهال، درد روده، زخم معده) نیز می شود.

### گل حسرت (سورنجان)

خواص درمانی : ضد نقرس - مسهل .

در قدیم: افزایش نیروی جنسی - شیاف بواسیر - تسکین دردهای استخوانی - رفع سردرد .

روش استفاده :

سورنجان + زیره سیاه + زنیان + بذركرفس + شیرین بیان (دم کرده آن) = نقرس

عوارض جانبی :

مقدار بالای گلشنی سینی دارای اثرات سرطان زا است و ضربه به مخاط معده وارد می آورد.

توجه: زیر نظر پزشک مصرف شود.

### گل بنفشه

خواص درمانی :

ضد التهاب - پوستی - ادرار سوختگی - زخم - ضد عفونی کننده - درمان سرفه - آب ریزش بینی و درمان سرطان ریه و پستان - محرک دستگاه ایمنی - محرک گردش خون .

### روش استفاده :

بنفشه + شاهتره + گزنه + بابا آدم (دم کرده) = ضد التهاب - مُدر - مفید جهت اگزمای ترشح دار

عوارض جانبی : مدت طولانی نباید استفاده شود. زیرا ساپونین دارد، باعث تهوع و سردرد

می شود.

### گشنیز

### فواص درمانی :

ضد عفونی کننده - ضد التهاب - نیرودهنده - مقوی دستگاه هاضمه - ضد نفخ و اشتها آور - مقوی اعصاب - رفع ناراحتی های تنفسی (سینوزیت، برونشیت، آب ریزش بینی) - کاهش دهنده چربی خون - در صنعت کُنسِرو سازی (از فاسد شدن گوشت جلوگیری می شود). - رفع جوشهای دهان - تقویت لثه - بادشکن - ضد تشنج و صرع .

در قدیم: جهت کندی ذهن - لکنت زبان - خواب پریشان - اختلالات قاعدگی استفاده می شد.

روش استفاده :

تخم گشنیز + زنیان + بادیان + زیره سبز (دم کرده آن) = مقوی معده - کمک به هضم

غذا

عطر درمانی : سهولت زایمان.

عوارض جانبی :

استفاده بیش از ۱۰ گرم باعث سرگیجه، سوزش، التهاب کلیه و مجاری ادرار و در حد

بالاتر موجب اختلال حواس می شود.

### گل ختمی خبازی (پیرک)

فواص درمانی :

رفع التهاب و سوزشهای ناشی از آن - سرفه - تب بُر - رفع حرارت کبد - باعث

بازش\_\_\_\_\_دن تاره\_\_\_\_\_ای

صوتی صدا.

### مریم گلی

فواص درمانی :

ضد عفونی کننده - تنظیم کننده قاعدگی - اختلالات دوران قاعدگی - درمان گر گرفتگی ها و تعریق شبانه دوران یائسگی - کاهش قند خون - محرک جریان صفرا و خون - ضد نفخ - ضد اسپاسم - آرام بخش - قابض (درمان اسهال) - بندآور شیرمادر.

### روش استفاده :

۱- مریم گلی + بذر شنبلیله (حُلبه) + برگ درخت گردو + برگ زیتون + برگ گزنه (البته دم کرده آن) = بیماری قند

۲- مریم گلی + مورد (moord) + آویشن = ضد عفونی کننده دهان و دندان

۳- مریم گلی + پنچ انگشت + هوفاریقون + جنطیانا + سنبل الطیب (البته دم کرده آن)

= جهت اختلالات یائسگی

عوارض جانبی : سرگیجه - تهوع - استفراغ و حتی ممکن است حالت کُما بوجود آورد.

منع مصرف : مبتلایان به صرع - خانم های باردار.

### میخک

خواص درمانی :

در قدیم: نیرودهنده برای تمام قوای بدن و امروزه: مسکن - ضد عفونی کننده - نیرودهنده - اشتها آور.

روش استفاده :

۱- مرزه + بهارنارنج + میخک = مفید جهت استرس و برای افرادی که از خواب می پَرند.

۲- میخک + آب (دم کرده) = نیرودهنده - اشتهاآور

### مورد (moord)

خواص درمانی :

ضد عفونی کننده قوی - درمان تبخال - درمان بواسیر (تاین) - تقویت معده - ورم روده و اسهال و قطع کننده خونریزی و ترشحات زنانه - درمان بیماریهای مجاری ادرار - ضد سرفه -

خلط آور - بیماریهای تنفسی .

توجه: در سرماخوردگی همراه با تب، عرق برگ مورد پس از قطع تب مصرف شود.

(روش استفاده :

۱- برگ مورد - آویشن + ختمی خبازی + شاهتره + شیرین بیان (به صورت ماسک)

= شفاف کننده، نرم کننده و ضد عفونی کننده پوست

توجه: موارد ذکر شده فوق را با شیر به صورت خمیر درآورده و به عنوان ماسک

استفاده

می شود.

۲- مورد + اوکالیبتوس + آویشن = بخور (در سرماخوردگی به عنوان ضد عفونی

کننده)



۳- مورد + آویشن + گزنه + سیاه دانه + بومادران + رزماری (موضعی) = تقویت پیاز

مو - جلوگیری از ریزش مو

توجه: استفاده خوراکی به علت وجود تانن ممنوع است.

### مشاقل (مهر سلیمان)

فواص درمانی :

تقویت کننده عمومی بدن در تمام داروهای معجون تقویت جنسی، استفاده می شود -

افزایش

نیروی جنسی - مُدر - مقوی هاضمه .

### ماریتغال (خار مریم)

فواص درمانی :

در قدیم: جهت درمان گوارش و صفراوی بکار می رفته، ولی امروزه: جهت جلوگیری

سیروز کبدی و پیشگیری از سرطان کبد استفاده می شود.

توجه: با توصیه پزشک استفاده شود.

(وش استفاده) : به عنوان بذر میوه استفاده می شود.

### مرزنجوش (مرزنگوش)

فواص درمانی :

درمان آسم - رفع ناراحتیهای تنفسی - ضد عفونی کننده - ضد نفخ - مقوی دستگاہ گوارش .

توجه: مرزنجوش، شبیه آویشن است، با این تفاوت که کمی از آویشن ضعیف تر است.

عوارض جانبی: از جذب آهن جلوگیری می کند.

### نعناع

#### فواص درمانی:

ضد عفونی کننده قوی - مقوی معده - برای رفع سوء هاضمه و ترشای و نفخ معده در بزرگسالان رفع عوارض سرماخوردگی اختناق بینی - ضد خارش و سوختگی و ضد خارش - درمان اسهال غیر عفونی - ضد چاقی و تصفیه کننده خون - اشتها آور - رفع سکسکه - ضد استفراغ و دل پیچه - ضد اسپاسم و خون ساز است.

#### روش استفاده:

۱- نعناع + دانه گشنیز + برگ بادرنجونه = سوء هاضمه و نفخ

۲- نعناع + دانه بارهنگ = اسهال غیر عفونی

۳- نعناع + سنبل الطیب + میخک + دارچین + زیره سیاه + تخم کرفس + مقداری فلفل

+ عسل = ل

اشتها آور

۴- نعناع + زیره سیاه + خوردانه + بابونه = بادشکن

۵- نعناع + افسنطین + گل گندم + بومادران = تصفیه کننده خون

۶- برگ سنا + برگ و ریشه گل قاصد + نعناع = ضد چاقی

عوارض جانبی :

محرک غشاء مخاطی معده و تنفس - باعث کاهش جریان شیردگی خانمهای شیرده می شود.

منع مصرف : در کسانی که حساسیت دارند و نوزادان توصیه نمی شود.

### همیشه بهار (آذرگون)

فواص درمانی :

ضد التهاب - ترمیم کننده زخمها - تسکین التهابات و تحریک پوست بدن در اثر تماس با ادرار -

آزردگیهای پوستی ناشی از خراش های بریدگی های سطحی، خشکی و ترک پوست -

پیشگیری و درمان آفتاب سوختگی - تسکین خارش و التهاب ناشی از نیش حشرات -

تنظیم کننده قاعدگی - تسکین دهنده دردهای قاعدگی و مشکلات یائسگی - از

تقسیمات بیش از حد تجزیه شدن خون سرطانی جلوگیری می کند - رنگ دهی به

روغن زیتون و رنگ دهی به لوازم آرایشی .

روش استفاده :



منع مصرف : مبتلایان به ایدز - در دوران شیردهی.

### یونجه (سبوس خراسانی)

فواص درمانی : تقویت کننده عمومی بدن - برای تقویت و رشد کودکان - درمان

ترمی استخوان (روش استفاده :

۱- یونجه + بذر شنبلیله = تقویت کننده عمومی بدن - اشتها آور (چاق کننده)

۲- تنتور یونجه + افسنطین = ترک اعتیاد

عوارض جانبی : درد معده - ایجاد تخمیرکردن - ایجاد ناراحتی و دردهای شکمی و

نفخ می نماید.

[www.kandooch.com](http://www.kandooch.com)

## منابع و مأخذ

آقای کبوتری / میدان خیام.

آقای سید مهدی شمشیرگران / میدان باغات.

آقای محسن طالبیان / میدان باغات.

عکس ها / اینترنت

[www.kandooch.com](http://www.kandooch.com)

[www.kandooch.com](http://www.kandooch.com)

[www.kandooch.com](http://www.kandooch.com)

صفحه

فهرست

۱	پیشگفتار
۲-۳	مقدمه
۴	آویشن
۵	اسفرزه
۶-۵	آب قاشق
۷-۶	اسطوخودوس
۷	افدرا (ریش بُز)
۸-۷	اوکالیپتوس
۸	اکسیر ترکی (سوسن زرد یا سوسن باتلاقی)
۹-۸	آنجلیکا (سنبل ختایی)
۹	اسپند (بذر اسپند)
۱۰-۹	افسنطین
۱۰	بارهنگ (چهار تخم لعابی)
۱۱-۱۰	بابونه
۱۱	بید
۱۱	بیدمشک
۱۱	بیدکاسنی

۱۱	بیدکاسنی شاهتره
۱۲	بومادران
۱۳-۱۲	بادرنجبویه
۱۲	برگ چنار
۱۲	بهمن پیچ
۱۳-۱۲	بابا آدم
۱۴	برگ گردو
۱۴	به لیمو
۱۴	پونه
۱۵-۱۴	پاناکس (جین سینگ)
۱۵	پرسیاوشان
۱۶-۱۵	پنج انگشت (لفل بری)
۱۶	پیاز
۱۶	تباشیرقلم
۱۷-۱۶	جنتیانا (کوشاد)
۱۷	جوزبویا
۱۸	چهارگیاه سرد
۱۸	چهارگیاه (چهل گیاه)
۱۸	خارخاسک



۱۸	خاکشیر
۱۹	خرفه
۱۹	خارشتری
۱۹	دارچین
۲۰	دُم اسب
۲۰	رازیانه
۲۱	رزماری
۲۲-۲۱	رازک
۲۳-۲۲	زیره کوهی سیاه و سبز
۲۳	زنیان
۲۳	زرشک
۲۴-۲۳	زعفران
۲۵-۲۴	زوفا (اشنان)
۲۵	زنجبیل
۲۶	زیتون
۲۶	سنبل الطیب
۲۷	سنا
۲۸-۲۷	سیاه دانه (سیاه تخمه یا شوین)
۲۸	سیر

۲۹-۲۸	سعدکوفی
۲۹	شیرین بیان
۳۰	شاهتره
۳۰	شلتوک
۳۱-۳۰	شوید
۳۱	شاه پسند
۳۱	شاه دانه
۳۲	شنبلیله
۳۳-۳۲	صبرزرد
۳۴-۳۳	عناب
۳۴	قدومه
۳۴	قاصدک
۳۵-۳۴	کاسنی
۳۵	کدوی تخمه کاغذی
۳۵	کاکوتی
۳۶	کلپوره
۳۶	کیسه کشیش (قلب مادر یا چننه چوپان)
۳۷-۳۶	گل محمدی
۳۷	گلاب

۳۷	گل پرکوهی
۳۸-۳۷	گل گاوزبان
۳۸	گل ختمی
۳۸	گلرنگ (گل کاجیره کانشر- قَرطُم)
۳۹-۳۸	گزنه
۳۹	گل حسرت (سورنجان)
۴۰-۳۹	گل بنفشه
۴۰	گشنیز
۴۱	گل ختمی خبازی (پنیرک)
۴۱	مریم گلی
۴۲	میخک
۴۳-۴۲	مورد (moord)
۴۳	مشقائل (مُهرسلیمان)
۴۳	ماریتیغال (خارمریم)
۴۴	مرزنخوش (مرزنگوش)
۴۵-۴۴	نعناع
۴۵	همیشه بهار (آذرگون)
۴۶	هوفاریقون (گل آهی، علف چای، علف هزارچشم)
۴۶	یونجه (سبوس خراسانی)