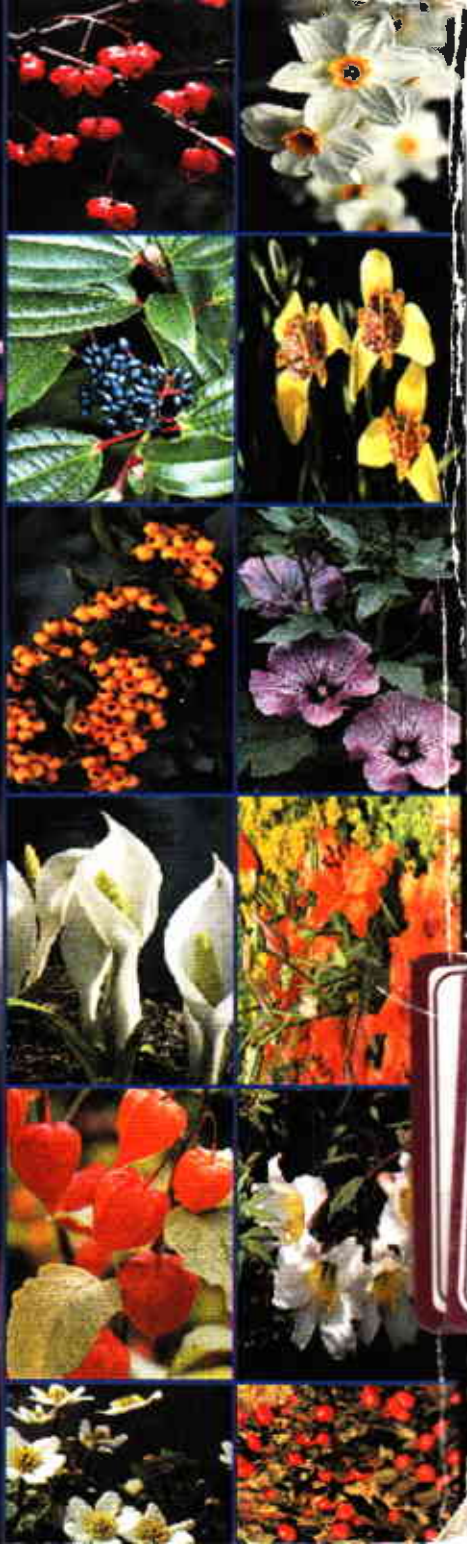




راز تندرستی با گیاهان دارویی

مؤلف: مجید حاتمی





انتشارات شهید قهمیده

تلفن: ۲۵۰۵۳۳

۴۶۳۲۸۳

شابک: ۹۶۴-۹۱۰۶۹-۸-۷
ISBN-964-91069-8-7

*The Mistery of Health
by using
Medicinal Plants
Compiler:
Majid Hatami*



مرکز پخش
اصفهان - فرهنگسرای المهدی (عج) . تلفن: ۵۵۷۶۵۶

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۷۱۵/۴۲۱ ۱۴۵۷۸

ع ۱۱۷۷

حائمی، مجید، ۱۳۵۸
راز تندرستی با گیاهان دارویی / مؤلف مجید حائمی
اصفهان: انتشارات شهید حسین فهیمده، ۱۳۷۹.
۲۵۶ص. جدول. مصور
ISBN: 964-91069-2-8
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیا
۱- گیاهان دارویی - مصارف درمانی. ۲- پزشکی
سستی. الف. عنوان.
ح ۲/۴۳۱/۵۳۳ RS
۶۱۵/۳۲۱
م ۷۸/۱۷۳۵۵
کتابخانه ملی ایران

انتشارات شهید فهیمده

- ☐ نام کتاب: راز تندرستی با گیاهان دارویی
- ☐ مؤلف: مجید حائمی
- ☐ ناشر: انتشارات شهید فهیمده، ۲۵۰۵۳۳ - ۴۶۲۲۸۳
- ☐ نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۷۹
- ☐ لیتوگرافی: سایه ۲۳۲۵۶۷
- ☐ چاپ: شهریار ۲۹۸۸۰۶
- ☐ صفحاتی: پیمان ۴۶۱۲۷۰
- ☐ قیمت: ۱۲۰۰ تومان

کتابخانه مسجد امام اصفهان
واژه پست نامتوس نمایی
۴۳۱۵۵
شماره پست ۸۰
تاریخ ۱۳۷۹

تقدیم به آنانی که عاشق طبیعتند

و از مطالعه و استفاده از موهبت‌های طبیعی لذت می‌برند و همچون فلاسفه که عاشق زیباییهای شگفت‌انگیز طبیعی جهان بودند به طبیعت علاقمند هستند و به آن عشق می‌ورزند، طبیعتی که به قول فیلسوف بزرگ و حکیم و طبیب عالقدر، ابوعلی سینا «آترا لطف و عنایت باری تعالی پدید آورده و همه اجزای آن، چنان تألیف شده‌اند که بهترین نظام ممکن یعنی نظام احسن را تحقق بخشد».

و تقدیم به پدر و مادر عزیزم که بهترین مشوق من در همه زمینه‌ها بوده‌اند.

مؤلف

پیشگفتار

گیاه درمانی دانشی کهنسال می‌باشد که اخیراً مورد توجه دوباره قرار گرفته است. با توجه به آنکه در این روش درمانی از گیاهان به عنوان منابع ارزنده‌ای جهت تهیه داروهای گوناگون استفاده می‌گردد و با توجه به آنکه در کشور ما حدود ۸۰۰۰ گونه گیاه عالی رویش دارند به نظر می‌رسد عنایت هر چه بیشتر به گیاهان دارویی از نقطه نظرهای گوناگون واجد اهمیت و ضرورت مبرم می‌باشد. امید است این کتاب در آشنا ساختن هر چه بیشتر عامه مردم با گیاه درمانی و داروهای گیاهی نقشی هر چند کوچک داشته باشد و روزی برسد که در کشور ما داروهای گیاهی گستره‌ای فراگیر یافته و در شمار اقلام اصلی تجویز شده از سوی پزشکان قرار گیرند.

دکتر سید احمد امامی

متخصص فارماکوتوزی (داروشناسی گیاهی)

و عضو هیأت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه

علوم پزشکی مشهد

بوته فراموشی سپرده شده و امروزه اثری از آنها نیست بلکه امروزه با توجه به افزایش میزان آگاهی مردم از خواص این گیاهان و علم به اثرات زیانبار و جانبی برخی داروهای شیمیایی قوی الاثر، مصرف آنها بخصوص در چند دهه اخیر افزایش یافته و شرکت‌های دارویی زیادی نظیر **شرکت کندلوس**، **شرکت گل دارو**، **شرکت دینه** و غیره چه در ایران و چه در سایر کشورهای جهان تاسیس شده است. در این زمینه کتابهای زیادی هم تالیف و ترجمه شده است. بیشتر این کتابها از کتابهای طبّی قدیمی که نثری مصنوع و مشکل دارند تهیه و به زبان روان و نثر ساده امروزی ترجمه شده است. ولی با وجود همه این اقدامات بعمل آمده هنوز نیاز به اطلاعات بیشتر، کاملتر و نشر کتب مفیدتر در زمینه این گیاهان احساس می‌شود. در بیشتر این کتابها خواص گیاهان بصورت مبهم و کلی عرضه شده و کمتر به بیان صریح و روشن خواص این گیاهان توجه شده است. این کاستی‌ها مرا بر آن داشت تا جهت بیان واضح‌تر و کاملتر خواص برخی گیاهان و عرضه اطلاعاتی که طی چندین سال تجربه و تحقیق در زمینه این گیاهان دارویی بدست آورده‌ام دست به تالیف چندین جلد کتاب در این زمینه بزنم. امید است که این اثرات بتواند موجب آشنایی بیشتر مردم به خواص سبزیها و گیاهان دارویی گردد و آنها را در آگاهی از طرز استفاده و موارد مصرف آنها بیشتر یاری رساند.

ویژگیهای این کتاب

۱- معرفی گیاه و ذکر اسامی دیگر آن: بیشتر گیاهان دارویی به

مقدمه

یکی از مهمترین مسائل و مشکلات انسانها در آغاز ورود به قرن بیست و یکم این است که آنها چنان به مصرف داروهای شیمیایی عادت کرده‌اند که با احساس کوچکتربین ناراحتی و بدون توجه به عوارض جانبی و منفی برخی از آنها به سراغ این داروها رفته و خود سرانه آنها را مصرف می‌کنند و علاوه بر اینکه از مصرف آنها نتیجه خوبی نمی‌گیرند حتی در بعضی موارد موجب بروز اختلالاتی در بدن آنها شده و سلامتی آنها را به مخاطره می‌اندازد، در حالی که آنها از اثرات مثبت داروهای گیاهی که سالیان دراز اجداد ما برای درمان امراض خود از آنها استفاده می‌کردند غافل گشته و در مسیر غلطی قرار گرفته‌اند.

در گذشته نیاکان ما پیوسته در صدد علاج و جستجوی راه اصلاح بیماریها و امراضی که جسم آنها را رنج می‌داد، بودند و تنها به وسیله خوردن و استعمال گیاهان مختلف یا خوردن و پرهیز نمودن خود را از مشقت بیماریها نجات می‌دادند. آنها با توجه به نبود وسایل و امکانات پیشرفته پزشکی و داروهای شیمیایی امروزی بیماری خود را با این گیاهان درمان کرده و به بهبودی دست می‌یافتند. پزشکان ایرانی، یونانی، چینی و هندی که در قدیم می‌زیستند همچون **ابن سینا**، **فارابی**، **بقراط**، **جالینوس**، **بوذرجمهر**، **زکریای رازی** و غیره که کتابهای پزشکی آنها امروزه در بسیاری از دانشگاههای معتبر شرق و غرب به عنوان کتب مرجع تدریس می‌شود بیشتر داروها و نسخه‌های خود را از گیاهانی که در طبیعت یافت می‌شوند تهیه و برای بیماران خود تجویز می‌کردند. البته اینها به این معنی نیست که استفاده از طب سنتی و مصرف گیاهان دارویی بطور کلی به

اصفهان - میدان قدس - خیابان شیخ طوسی - کوچه قائم - پلاک ۵۹ - عطاری سنتی میلاد مراجعه و یا با شماره تلفن ۵۶۱۷۳۱ - ۰۳۱ تماس حاصل فرمایید.

در پایان از جناب آقای دکتر احمد امامی متخصص فارماکوگنوزی (داروشناسی گیاهی) و عضو هیئت علمی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی مشهد که مرا در تهیه عکسها راهنمایی و کمک فرمودند و همچنین از آقای محمد رضا فتحی که در زمینه چاپ و نشر این کتاب تلاش بسیار نمودند صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نمایم.

مجید حاتمی

شهریور ۱۳۷۹

اصفهان

دلیل اینکه در قدیم تنها داروهای بودند که مردم مصرف می‌کردند و در بیشتر مناطق یافت می‌شدند و در هر منطقه نام ویژه آن منطقه را داشتند، دارای اسامی مختلف و گوناگونی بودند. به عنوان مثال خاکشیر دارای اسامی مختلفی است. در شیراز به «شقترک»، در تبریز به «سرون»، در مازنداران و نواحی شمالی کشور به «شلم»، در کشورهای عربی زبان به «خبه»، در زبان ترکی به «شیوران» و در کشور هند به «خوب گلا» معروف است. امروزه نیز در بیشتر مناطق این گیاهان اسامی دیگری دارند و آگاهی از این اسامی جهت شناخت بهتر و بیشتر گیاه می‌تواند مفید باشد. در این کتاب به این نکته توجه شده و سعی شده اسامی لاتین، فرانسه و انگلیسی برخی گیاهان نیز گفته شود.

۲- بیان مشخصات گیاه: در این قسمت به بیان مشخصات فیزیکی و ظاهری گیاه، محل رویش، قسمتهای مورد استفاده دارویی گیاه، طعم، مزه و طبیعت (گرم و سرد و خنک) آن اشاره شده است.

۳- نسخه‌های شفابخش گیاه: در این قسمت نیز بیش از ۵۰۰ نسخه شفا بخش از ۳۴ نوع گیاه، میوه و سبزی شرح داده شده و خواص درمانی و دارویی، مقدار مصرف، چگونگی مصرف و طرز تهیه فرآورده‌های گیاهی نظیر اسانس، روغن و غیره را بطور واضح تشریح می‌کند.

ضمناً جهت آشنایی بیشتر با اختصاصات گیاه و شناسایی آن تصاویری از برخی از آنها تهیه شده تا بدین وسیله علاقمندان با شناسایی گیاهان بتوانند از این مجموعه استفاده بیشتری نمایند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در این زمینه با آدرس حقیر واقع در

فهرست کتاب

اسامی گوناگون گیاه	۴۲	اسامی گوناگون گیاه	۵۹
مشخصات کلی گیاه	۴۴	مشخصات کلی گیاه	۶۰
نسخه‌های شفا بخش گیاه	۴۴	نسخه‌های شفا بخش گیاه	۶۰
قرص ابله	۴۵	مصارف ضداد پخته اسفنج	۶۱
روغن ابله و طرز تهیه	۴۸	خواص تخم اسفنج	۶۳
اسانس ابله	۴۹	شفاقت پارچه ابریشمی با اسفنج	۶۳
		روغن اسفنج و طرز تهیه آن	۶۴
۶- اذخر	۴۹	۹- انار	۶۵
اسامی گوناگون گیاه	۴۹	اسامی گوناگون گیاه	۶۵
مشخصات کلی گیاه	۵۰	مشخصات کلی گیاه	۶۵
نسخه‌های شفا بخش گیاه	۵۰	نسخه‌های شفا بخش گیاه	۶۵
عرق اذخر	۵۱	محلول ضد شوره سر با انار	۶۶
روغن شکوفه اذخر و طرز تهیه	۵۳	ضداد خارش پوست با انار	۶۷
۷- اسفند	۵۴	رب انار	۷۱
اسامی گوناگون گیاه	۵۴	روغن انار	۷۳
مشخصات کلی گیاه	۵۴	طرز تهیه روغن انار	۷۵ و ۷۶
نسخه‌های شفا بخش گیاه	۵۴		
سرمه اسفند	۵۴	۱۰- انجیر	۷۴
روغن اسفند و طرز تهیه آن	۵۶	اسامی گوناگون گیاه	۷۴
ترك اعتبار با اسفند	۵۹	مشخصات کلی گیاه	۷۴
۸- اسفنج	۵۹	نسخه‌های شفا بخش گیاه	۷۵

فهرست

عنوان	صفحه	سکنجین ایتیمون	۲۴
۱- اسطوخودوس	۱۳	روغن ایتیمون و طرز تهیه آن	۲۷
اسامی گوناگون گیاه	۱۳	۳- ارزن	۲۸
مشخصات کلی گیاه	۱۳	اسامی گوناگون گیاه	۲۸
نسخه‌های شفا بخش گیاه	۱۴	مشخصات کلی گیاه	۲۹
بخور اسطوخودوس	۱۴	نسخه‌های شفا بخش گیاه	۲۹
گل‌قند گیاهی اسطوخودوس	۱۵	روغن ارزن	۳۲
شربت اسطوخودوس	۱۶	۴- انگوزه	۳۲
اسانس اسطوخودوس	۱۶	اسامی گوناگون گیاه	۳۲
الکل طبی اسطوخودوس	۱۸	مشخصات کلی گیاه	۳۳
بخور زیبایی اسطوخودوس	۱۹	نسخه‌های شفا بخش گیاه	۳۳
کرم گیاهی اسطوخودوس	۲۰	سرمه انگوزه	۳۶
روغن اسطوخودوس و طرز تهیه	۲۱	شیاف انگوزه	۳۶
۲- ایتیمون	۲۲	طرز تهیه روغن انگوزه	۳۹
اسامی گوناگون گیاه	۲۲	مرهم انگوزه	۴۱
مشخصات کلی گیاه	۲۳	اسانس انگوزه	۴۱
نسخه‌های شفا بخش گیاه	۲۴	۵- ابله (میوه سرو کوهی)	۴۲

اسانس زنیان و طرز تهیه	۱۲۸...	نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۱۱...
تونیک لاغری با زنیان	۱۲۸...	حب بنفشه	۱۱۱
عرق زنیان	۱۲۹	شریت بنفشه	۱۱۴
روغن زنیان و طرز تهیه	۱۳۰...	روغن بنفشه و طرز تهیه	۱۱۴ و ۱۱۸
۱۳۱ - سداب		سرمه روغن بنفشه	۱۱۵
اسامی گوناگون گیاه	۱۳۱.....	مرهم سوختگی با بنفشه	۱۱۷...
مشخصات کلی گیاه	۱۳۱.....	۱۱۸ - بلوط	
نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۳۲...	اسامی گوناگون گیاه	۱۱۸.....
اسانس سداب	۱۳۵.....	مشخصات کلی گیاه	۱۱۹.....
روغن سداب و طرز تهیه	۱۳۶...	نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۱۹...
۱۳۹ - سیاه دانه		حب بلوط	۱۲۲
اسامی گوناگون گیاه	۱۳۹.....	خضاب طبی بلوط	۱۲۳
مشخصات کلی گیاه	۱۴۰.....	روغن بلوط و طرز تهیه	۱۲۴...
نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۴۰...	۱۲۷ - زنیان	
مرهم بواسیر با سیاهدانه	۱۴۱...	اسامی گوناگون گیاه	۱۲۴.....
روغن سیاهدانه	۱۴۵.....	مشخصات کلی گیاه	۱۲۵.....
خواص دیگر سیاهدانه	۱۴۶.....	نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۲۵...
اسانس سیاهدانه	۱۴۷.....	رفع ضعف قوه باه با زنیان	۱۲۶...
۴۰ - سیر		رفع سرعت انزال با زنیان	۱۲۶...
اسامی گوناگون گیاه	۱۴۷.....	حب زنیان	۱۲۷.....

۱۳ - بالنک		شریت ضد آسم با انجیر	۷۷.....
اسامی گوناگون گیاه	۹۹.....	مرهم ترک پوست با انجیر	۷۸.....
مشخصات کلی گیاه	۱۰۰.....	مرهم ضد زگیل با انجیر	۸۰.....
نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۰۰...	۱۱ - بابونه	
خواص پوست بالنک	۱۰۱.....	اسامی دیگر گیاه	۸۲.....
خواص رب بالنک	۱۰۱.....	مشخصات کلی گیاه	۸۲.....
خواص تخم بالنک	۱۰۱.....	نسخه‌های شفاعش گیاه	۸۳.....
خواص برگ بالنک	۱۰۲.....	مرهم گرفتگی ماهیچه با بابونه	۸۳
ازاله رنگ مرکب پارچه با بالنک	۱۰۳	محلول تیرگی پوست با بابونه	۸۴
روغن پوست و تخم بالنک	۱۰۳.	ماسک زیبایی بابونه	۸۶.....
۱۰۴ - پیدمشک		روغن گل بابونه و طرز تهیه	۸۷
اسامی گوناگون گیاه	۱۰۴.....	پماد طبی بابونه	۹۰.....
مشخصات کلی گی	۱۰۵.....	اسانس بابونه	۹۲.....
نسخه‌های شفاعش گیاه	۱۰۵...	۱۲ - بادام تلخ	
سرمه پیدمشک	۱۰۸.....	مشخصات کلی گیاه	۹۲.....
روغن پیدمشک و طرز تهیه	۱۰۹.....	اسامی گوناگون گیاه	۹۳.....
اسانس پیدمشک و طرز تهیه	۱۰۹.....	نسخه‌های شفاعش گیاه	۹۳.....
۱۰۹ - بنفشه		روغن بادام تلخ	۹۷.....
اسامی گوناگون گیاه	۱۱۰.....	روپاندن مو با بادام تلخ	۹۸.....
مشخصات کلی گیاه	۱۱۱.....	روغن بنفشه بادام	۹۹.....

فهرست کتاب

- ۱۹۸... سرمه گردو و طرز تهیه
 ۲۰۰... خضاب گیاهی گردو
 ۲۰۱... روغن گردو
 ۲۰۳... ۲۹- گلپر
 ۲۰۳... اسامی گوناگون گیاه
 ۲۰۴... مشخصات کلی گیاه
 ۲۰۴... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۲۰۶... شراب طبی گلپر
 ۲۰۶... روغن گلپر و طرز تهیه
 ۲۰۷... طرز تهیه روغن گلپر
 ۲۰۸... خواص دیگر گلپر
 ۲۰۸... ۳۰- مومیایی
 ۲۰۸... اسامی گوناگون گیاه
 ۲۰۹... مشخصات کلی گیاه
 ۲۰۹... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۲۱۰... قرص مومیایی
 ۲۱۰... مرهم مومیایی
 ۲۱۲... خواص دیگر مومیایی
 ۲۱۳... ۳۱- مورد
 ۱۸۳... خواص دیگر کرفس
 ۱۸۴... اسانس کرفس
 ۱۸۴... ۲۶- کنجد
 ۱۸۴... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۸۴... مشخصات کلی گیاه
 ۱۸۵... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۸۵... مصارف ضماد کنجد
 ۱۸۹... روغن کنجد
 ۱۹۰... ۲۷- نرگس
 ۱۹۰... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۹۱... مشخصات کلی گیاه
 ۱۹۱... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۹۳... روغن نرگس و طرز تهیه
 ۱۹۴... خواص دیگر نرگس
 ۱۹۴... ۲۸- گردو
 ۱۹۴... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۹۵... مشخصات کلی گیاه
 ۱۹۵... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۹۷... مرهم ضد زخم با گردو
 ۱۶۹... ۲۳- کچوله
 ۱۶۹... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۶۹... مشخصات کلی گیاه
 ۱۶۹... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۷۰... معجون کچوله و طرز تهیه
 ۱۷۱... روغن کچوله و طرز تهیه
 ۱۷۲... ۲۴- کرچک
 ۱۷۲... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۷۲... مشخصات کلی گیاه
 ۱۷۴... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۷۷... روغن کرچک
 ۱۷۹... رفع گرفتگی ماهیچه با کرچک
 ۱۷۸... خواص دیگر کرچک
 ۱۷۹... ۲۵- کرفس
 ۱۷۹... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۷۹... مشخصات کلی گیاه
 ۱۸۰... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۸۰... مرهم ضد زگیل با کرفس
 ۱۸۲... حب کرفس
 ۱۸۳... روغن کرفس و طرز تهیه
 ۱۶۲... ۲۲- کندر
 ۱۶۲... اسامی گوناگون گیاه
 ۱۶۲... مشخصات کلی گیاه
 ۱۶۲... نسخه‌های شفا بخش گیاه
 ۱۶۵... حب کندر
 ۱۶۵... خضاب کندر
 ۱۶۶... سرمه کندر
 ۱۶۷... پماد سوختگی کندر
 ۱۶۸... روغن کندر و طرز تهیه

اسطوخودوس

Lavandula vera

اسامی دیگر گیاه: «اسطوخودوس» و «استوقدوس» اسامی معرب نام یونانی گیاهی است که به معنی حافظ الارواح و آنس الارواح می باشد و در زبان فارسی به «شاه اسفرم رومی» معروف است. در زبان عربی بخصوص در بین اعراب مکه به این گیاه «ضمرم» گفته می شود. در شهرسوار (تنکابن امروزی) اسطوخودوس به «تروم» و در شیراز به «اروانه» معروف است. این گیاه را در فرانسه با نام "*Lavande*"، در زبان لاتین با نام "*Lavandula vera*" و در زبان انگلیسی با نام "*Lavender*" شناخته می شود.

مشخصات گیاه: اسطوخودوس از تیره نعناع بوده و بیشتر در نواحی کم ارتفاع و نیمه خشک می روید. برگهای این گیاه باریک و ساقه آن چهار گوش و برگدار است و ارتفاع آن از ۳۰ تا ۶۰ سانتیمتر متغیر است. گلهای اسطوخودوس بنفش رنگ بوده که پس از خشک شدن رنگ خاکستری به خود می گیرند. این گیاه بسیار معطر و خوشبو است و دارای طبعی گرم و خشک می باشد. قسمتهای مورد استفاده اسطوخودوس در مصارف دارویی برگها و سرشاخه های گلدار آن می باشد و طعم آن تلخ و تیز است.

۲۲۸... خضاب گیاهی میخک	۲۱۳..... اسامی گوناگون گیاه
۲۲۹... اسانس میخک و طرز تهیه	۲۱۳..... مشخصات کلی گیاه
۲۳۰... روغن میخک و طرز تهیه	۲۱۴... نسخه های شفا بخش گیاه
۲۳۱... همیشه بهار	۲۱۶..... الکل طبی مورد
۲۳۱..... اسامی گوناگون گیاه	۲۱۶..... سرمه گیاهی مورد
۲۳۱..... مشخصات کلی گیاه	۲۱۷..... روغن مورد و طرز تهیه
۲۳۳... نسخه های شفا بخش گیاه	۲۱۸..... خواص دیگر مورد
۲۳۳..... شیاف همیشه بهار	۲۱۹..... اسانس مورد
۲۳۵..... روغن همیشه بهار و طرز تهیه	۲۲۰..... ۳۲- مصطکی
۲۴۲..... فهرست بیماریها	۲۲۰..... اسامی گوناگون گیاه
۲۵۳..... منابع و مآخذ	۲۲۰..... مشخصات کلی گیاه
	۲۲۲... نسخه های شفا بخش گیاه
	۲۲۴..... روغن مصطکی و طرز تهیه
	۲۲۵..... ۳۳- میخک
	۲۲۵..... اسامی گوناگون گیاه
	۲۲۵..... مشخصات کلی گیاه
	۲۲۶... نسخه های شفا بخش گیاه
	۲۲۶..... عرق میخک
	۲۲۷..... شربت میخک
	۲۲۷..... سرمه گیاهی میخک

اوکالپیتوس، ۲۰ گرم تخم گشنیز و ۲۰ گرم برگ گشنیز مخلوط نموده و آنها را نیمکوب کرده و روزانه ۲ بار بمدت ۱۵ روز سر و صورت را با آن بخور دهید.

۳- تهیه گلقد گیاهی با اسطوخودوس: چنانچه گل های تازه اسطوخودوس که تازه خشک نموده اید و دارای عطر و بوی قوی می باشد را نرم ساییده و با ۶۰۰ گرم عسل یا نیشکر (شکرنی) بودر شده مخلوط کرده و آنقدر عرق اسطوخودوس روی آن بریزید تا خمیر آن به شکل عسل در آید (به قوام آید) خمیر حاصل گلقد اسطوخودوس است که فوائد طبی فراوان دارد از جمله وسواس را بر طرف و کلیه ناراحتیهای ذهنی را زایل می کند و در تقویت معده بسیار مفید است. مقدار مصرف این گلقد ۵ گرم در هر شب است.

۴- تنظیم قاعدگی خانمها با اسطوخودوس: چنانچه روزانه ۳۰ تا ۵۰ گرم از گل اسطوخودوس را در یک لیتر آب جوش دم کرده و در طول روز ۳ فنجان از آب صاف شده آنرا میل نمایید در تنظیم رگل زنان و نیز درمان اختلالات قاعدگی و خونی خانمها بسیار مفید است.

۵- درمان دل پیچش شکم و معده با اسطوخودوس: اگر افرادی که با خوردن مسهل به پیچش شکم مبتلا می شوند ۴ مثقال گل اسطوخودوس را با ۳ مثقال تخم کرفس و ۳ مثقال آویشن مخلوط نموده و در یک لیتر آب جوش بمدت ۱۲ دقیقه دم کرده و آن را صاف نمایند و همراه با مسهلی که انتخاب شده میل کنند، از پیچش شکم آنها هنگام عمل

نسخه های شفابخش اسطوخودوس

۱- معالجه سرماخوردگی و زکام با اسطوخودوس: چنانچه روزانه ۲۰ تا ۴۰ گرم از گل و برگ اسطوخودوس را در یک لیتر آب جوش دم کرده و میل نمایید، جهت درمان آنژین و ورم حنجره، رفع گرفتگی صدا و درمان زکام و سرماخوردگی مفید و موثر است.

دستور دیگر: چند قطره از عطر اسطوخودوس را در ظرفی ریخته و در اطاق آنرا کمی گرم کنید تا با بوی آن هوای اتاق آگین شود و در عین حال از ابتلای شما به زکام و سرماخوردگی جلوگیری شود.

۲- درمان سینوزیت و سردردهای آن با اسطوخودوس: اگر ۵۰ گرم از گل اسطوخودوس را با ۱۱۰ الی ۱۵۰ گرم از گیاهان آویشن، اوکالپیتوس و برگ مورد مخلوط نموده و آن را در مقداری آب جوشانده و روزانه ۲ فنجان از آب صاف شده آنرا میل نمایید در درمان درد و حساسیت در ناحیه سینوسهای عفونی و چرکین و رفع سردردهای ناشی از زکام و سینوزیت موثر است. همچنین استفاده از بخور گیاهی و ترکیبی اسطوخودوس در چند شب بمدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه مفید است.

دستور تهیه بخور گیاهی و طبی اسطوخودوس مرکب: جهت تهیه بخور گیاهی اسطوخودوس مرکب لازم است ۳۰ گرم اسطوخودوس را با ۲۰ گرم آویشن، ۲۰ گرم مرزنجوش، ۲۰ گرم سپستان، ۲۰ گرم برگ

کننده و التیام دهنده دارد و دارای خاصیتی میکروب کش است. به همین جهت در پانسمان زخمها و التیام جراحات بکار می رود.

طرز تهیه اسانس اسطوخودوس^(۱): گیاه اسطوخودوس را مستقیماً

پس از جمع آوری داخل دستگاه تقطیر ریخته و بجای خیس کردن آن با آب، آنرا به داخل سبدهای مخصوص می ریزند (چون گیاه تازه خود دارای مقدار زیادی آب می باشد. احتیاج به خیس کردن آنها نیست) و سپس بخار را با فشار از میان گیاه عبور داده و اسانس را به این وسیله همراه با بخار آب در قسمت سرد کننده جمع می کنند. مقدار مصرف اسانس اسطوخودوس ۵٪ تا ۲٪ میلی لیتر است.

۹- درمان گزیدگی حشرات با اسطوخودوس: مالیدن آب

جوشانده اسطوخودوس و سپس کمپرس تنگ آن بر روی محل گزیدگی حشرات درد گزش را تخفیف داده و ورم آنرا بر طرف می کند. همچنین مالیدن اسانس گل آن به عنوان دارویی موثر جهت درمان گزیدگی حشرات مورد استفاده قرار می گیرد. در این مورد سعی شود از اسانسی استفاده شود که عمل تقطیر از گل آن صورت گرفته باشد نه از کلیه قسمتهای گیاه اسطوخودوس، زیرا اسانس حاصل از کلیه قسمتهای گیاه ارزش کمتری خواهد داشت.

۱۰- درمان احتقانه‌های (گرفتگی های) ششی با اسطوخودوس

دفع جلوگیری می کند.

۶- تهیه شربت اسطوخودوس مرکب: جهت تهیه شربت اسطوخودوس مرکب باید ۳/۵ مثقال اسطوخودوس را با ۳/۵ مثقال ریشه کرفس، ۲ مثقال تخم خنمی، ۲ مثقال پنشه، ۲ مثقال گل سرخ، ۱۵ دانه مویز پاک کرده (بدون دانه) و ۱۵ عدد سپستان مخلوط کرده و همگی را جوشانده و آب آن را صاف نمایید و با ۹۰ گرم قند یا شکر، پخته و شربت بسازید.

خواص طبی شربت اسطوخودوس مرکب: خوردن این شربت

جهت درمان بیشتر بیماریها از جمله بیماری صرع، مالمیخولیا و سردردی که از باد سرد باشد و نیز بیشتر امراض فکری و ذهنی که به علت سردی باشد بسیار مفید است.

۷- تقویت قوای فکری و حس شنوایی و بینایی با اسطوخودوس: چنانچه ۳۰ مثقال از گل های اسطوخودوس را با ۱۰ مثقال

گشنیز، ۷/۵ مثقال مرزنجوش، ۵ مثقال مصطکی، ۵ مثقال هلیله کابلی و ۵ مثقال کندر مخلوط کرده، نرم ساییده و بصورت معجون همراه با کمی شکر یا عسل در آورند و شبها موقع خواب حدود ۵ گرم آن را میل کنند و مدتی مداومت نمایند در معالجه بسیاری بیماریها از جمله تقویت حافظه و قوای فکری و نیز زیاد شدن قوه بینایی و شنوایی مفید و موثر است.

۸- پانسمان انواع زخمها و جراحات با اسطوخودوس:

اسانس لاوند با اسطوخودوس به عنوان ماده ای نگهدارنده، اثر ضد عفونی

خوددوس: چنانچه شخصی پس از ابتلا به یک بیماری ربوی دچار احتقاناتی ششی و درد در ناحیه قفسه سینه گردید، مالدین مقداری اسانس اسطوخودوس بر روی سینه وی به منظور رفع این احتقانات توصیه و تجویز می شود. همچنین مالدین آب جوشانده گل اسطوخودوس و کمپرس تنگاله آن بر روی سینه مفید است.

۱۱- تهیه الكل طبى با اسطوخودوس:

مواد لازم جهت تهیه این الكل که به الكل لاوند نیز معروف است عبارتند از: الكل ۹۰ درجه تقریباً ۵۰۰ سی سی، گل اسطوخودوس ۱۰۰ گرم، علف جای (هوفاریقون) ۵۰ گرم، گل بابونه ۳۰ گرم، کافور ۱۰ گرم، آب ۳۰۰ سی سی.

طرز تهیه: در الكل ۹۰ درجه گیاهان فوق را بمدت ۱۵ روز خیسانده و پس از صاف کردن کافور را اضافه نموده و بعد از انحلال کامل آنها آب را اضافه کنید (جهت پائین آوردن درجه الكل) و قبل از استعمال شیشه را محکم تکان داده و بعد آنرا بکار ببرید.

مصارف درمانی الكل لاوند: استعمال خارجی این الكل به عنوان

دارویی ضد عفونی کننده جهت التیام، بهبود و ضد عفونی کردن زخمها و جراحات مصرف دارویی دارد. مالدین آن به پوست علاوه بر روشن کردن پوست و رفع تیرگی و کدوری آن اثر قابل توجهی در از بین بردن جوشهای پوستی به ویژه جوش غرور دارد. همچنین مالدین این الكل به پیشانی جهت رفع تب های کهنه مفید بوده و در درمان سردردهای عصبی بکار می رود.

۱۲- درمان امراض کبدی و رفع نارسائی آن با اسطوخودوس:

اگر مقداری از گل و برگ اسطوخودوس را جوشانده و آب آنرا همراه با تنگاله اش بر ناحیه کبد در روی پوست ضماط نمایند به تنظیم کار این عضو حیاتی بدن که به عنوان تصفیه گاه خون بدن می باشد کمک کرده و از نارسائی و تبیلی آن جلوگیری می کند. همچنین خوردن پودر گل اسطوخودوس یا دم کرده آن طبق آنچه که در درمان سرماخوردگی و زکام گفته شد مفید و موثر است.

۱۳- تهیه بخور گیاهی زیبائی با اسطوخودوس: چنانچه هر

شب بمدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه در موقع خواب ۲۵ الی ۳۰ گرم از اسطوخودوس را به تنهایی یا همراه با بابونه شیرازی، تخم گشنیز، تخم شاهی، سیاهدانه و کمی آویشن جوشانده و سر را به بخار مستقیم آن بدارید (بخور دهید) پوست شما را به خوبی نرم و لطیف می کند و موجب روشن شدن آن می گردد.

۱۴- معالجه زخمهای دهان و رفع جوشهای آن با اسطوخودوس:

چنانچه ۱۰ گرم از گل اسطوخودوس را جوشانده و آب صاف شده آنرا در دهان غرغره نمایید کلیه زخمهای کوچک دهان را ضد عفونی می کند و با نرم کردن ورهای لثه و دهان از گرفتگی و لکنت زبان نیز جلوگیری به عمل می آورد.

۱۵- درمان سرخک، مخمک و آبله مرغان با ترکیب گیاهی اسطوخودوس: ۱۰ گرم گل اسطوخودوس را با ۵ گرم گل

۱۸- خواص طبی و دارویی روغن گل اسطوخودوس^(۱)

روغن اسطوخودوس مصارف درمانی فراوانی دارد. از جمله در درمان گریپ، باز شدن مجاری تنفسی و رفع گرفتگی بینی (بصورت استعمال خارجی) بکار می‌رود. مالیدن آن به سر و پیشانی جهت درمان انواع سردرد، صرع و میگرن مفید است. مالیدن آن به ماهیچه‌ها و عضلات در درمان تشنج (گرفتگی عضلاتی) و رفع رعشه (لرزش عضلاتی عصبی) موثر است. مالیدن آن به طحال جهت رفع ورم طحال و تسکین درد آن مفید است. چکاندن آن در بینی در درمان آلرژی (حساسیت فصلی) و زیاد عطسه کردن مفید است. مالیدن آن به مفاصل و کمر جهت درمان قولنج کمر و رفع نقرس مجرب است.

طرز تهیه روغن گل اسطوخودوس: گل اسطوخودوس تازه را در آب جوشانده و صاف نموده و سپس آب آنرا در روغن زیتون یا کنجد به قدری بجوشانید تا آب آن بخار شود و روغن بماند.

۱۹- اثر روان درمانی اسطوخودوس در کاهش اضطراب و بیماریهای عصبی: اسطوخودوس به عنوان یک داروی مقوی اعصاب و آرام بخش اثر قابل توجهی در درمان اختلالات عصبی از جمله سردردهای عصبی و میگرن عصبی داشته و به عنوان ضد عصبانیت و رفع خستگیهای عصبی، منفرح روح، تقویت کننده قوای فکری و تنظیم کننده کار سلولهای مغز و نیز رفع اضطراب و نگرانی بسیاری از بیماران

همیشه بهار، ۵ گرم گل گاوزبان، ۵ گرم گیاه ژنه (سنبل الطیب) و ۵ گرم گل بنفشه وحشی مخلوط کرده و هر بار یک قاشق مرباخوری از داروی فوق را در یک لیتر آب جوش به مدت ۵ دقیقه دم کرده و روزانه ۳ تا ۴ فنجان از آن را بنوشید.

۱۶- تهیه داروی مناسب جهت پوستهای شل و افتاده با اسطوخودوس: مواد لازم: گل اسطوخودوس ۲ پیمانه، پودر ریشه سوسن (ریشه ایرسا) ۳۰ گرم، حدود ۶۰۰ سی سی سرکه سیب.

دستور تهیه: داروهای فوق را در ظرفی ریخته و سرکه را به آن افزوده و به مدت یک ماه بماند، سپس آنرا صاف نموده به مقدار سرکه صاف شده آب مقطر اضافه کرده و در جای خنک نگهداری نموده و بر صورت بمالید. مالیدن این فرآورده گیاهی جهت رفع چروکهای پوستی و نیز تقویت پوستهای ضعیف و نازک بکار رفته و آنها را به خوبی تقویت می‌کند.

۱۷- درمان سر درد با اسطوخودوس: جهت درمان کسی که دچار سر درد به همراه تب و لرز زیاد شده اسطوخودوس را جوشانده و آب آن را صاف نموده و در نصف لیوان گلاب تازه بریزید و به بیمار بدهید و سپس چند قطره از روغن اسطوخودوس معطر را در بینی او بچکانید.

روانی و یا سایر افرادی که به نحوی دچار این عوارض روحی و روانی هستند، از سوی بسیاری از روان پزشکان و روان درمانها مصرف آن توصیه شده و مورد استفاده قرار می گیرد. جهت اثر بخشی بیشتر این گیاه در درمان بیماریهای مذکور بهتر است اسطوخودوس همراه با گیاهان آرام بخش دیگر همچون مرزنجوش، بادرنجبویه، سنبل الطیب، گل گاوزبان، بابونه، گل نسترن، نعناع و بسیاری از گیاهان مقوی قلب و اعصاب مصرف شود.

افتمون

Cuscuta epithymum

اسامی دیگر گیاه: گیاه افتمون به نامهای دیگری همچون «کشوث، حماض الارنب، گل شکوفا، کشوث پیچ شبلر» و گیاه «سس» معروف است. افتمون به سبب تاثیر بسیار زیاد در درمان مالیخولیا، بیماریهای روانی و جنون (دیوانگی) به «دواء الجنون» نیز معروف است. این گیاه در زبانهای خارجی با نام علمی «کاسکاتا ایتیموم»^(۱) شناخته می شود. افتمون در هند و زبان هندی به «اکاس بیل» معروف است. این گیاه در زبان انگلیسی به *Clover dodder* و در زبان فرانسه به *Petite cusute* شهرت دارد.

1-Cuscuta Epithymum

مشخصات گیاه: افتمون که دارای طبیعتی گرم و خشک است نباتی است بسیار ریز که از تیره پیچک صحرایی بوده و دارای برگهای ریز و ساقه های ظریف و باریک می باشد.

گل افتمون سرخ تیره است و ساقه های آن مثل گل پیچک و نیلوفر آبی به دور گیاهان دیگر می پیچد. تخمش از خردل ریزتر و سرخ مایل به زردی است. افتمون گیاهی یک ساله است و طعم آن تلخ و تند است و در دامنه کوه های تا ارتفاع ۲۰۰۰ متری نیز مشاهده می گردد.

نسخه های شفابخش افتمون

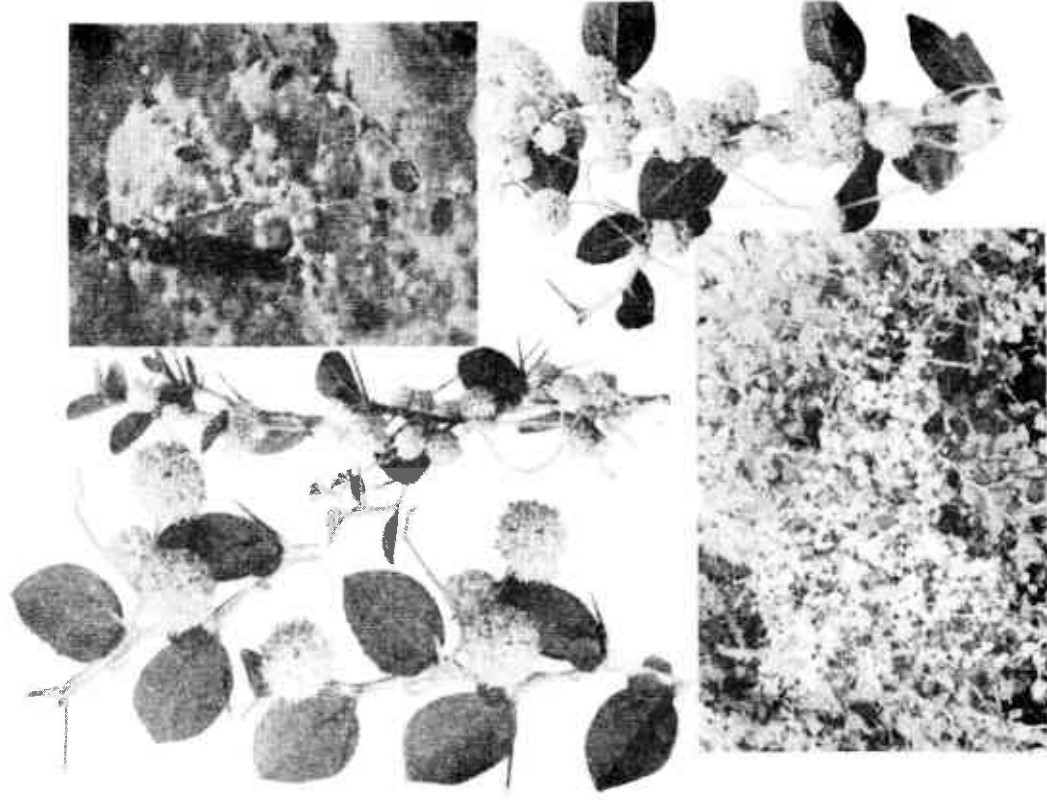
- ۱- پاک کردن معده از سودا با ترکیب افتمون: چنانچه ۳ مثقال افتمون را با کمی مقل ازرق، شحم حنظل (گوشت داخل میوه حنظل)، غاریقون، گل ارمنی (از هر یک تقریباً ۱/۵ مثقال)، تربد ۴ مثقال و ۱ مثقال سقمونیا مخلوط نموده، نرم ساییده و با آب خمیر کرده و حب هایی به اندازه نخود ساخته و هر بار ۱/۵ مثقال از این حبها را میل نمایید کلبه امراضی که منشأ اصلی آنها از غلبه سودا است را بر طرف می کند.
- نوع دیگر:** ۱۰ مثقال افتمون را با ۵ مثقال بسفایج، ۳/۵ مثقال اسطوخودوس، ۲/۵ مثقال غاریقون و ۱/۵ مثقال نمک هندی مخلوط نموده، آنرا نرم ساییده و با آب خمیر کرده حب بسازید و روزی ۲ مثقال از حبها را با آب گرم میل نمایید کلبه خواص دارویی فوق را دارا بوده و در درمان کلبه امراض سوداوی بغایت مفید و موثر است.

۲- **معالجه سر دردهای مزمن سوداوی با افیمون:** اگر روزانه ۲ مثقال از پودر خشک شده افیمون را در یک لیوان شیر خیسانده و با ۱/۵ گرم عسل یا سکنجبین میل نمایید و مدت ۷ روز این عمل را تکرار کنید در رفع سر دردهای مزمن سوداوی شما که همراه با ناراحتی های فکری و روحی باشد بسیار مفید است.

۳- **تهیه سکنجبین طبی مرکب از گیاه افیمون (سکنجبین افیمونی):** مواد لازم: افیمون ۱۰ مثقال، سنامکی ۱۰ مثقال، ریشه کاستی ۱۰ مثقال، بسفایج ۱۰ مثقال، شاهتره ۷ مثقال، گل پر سیاوش ۵ مثقال، تخم رازیانه ۵ مثقال، سرکه تند ۸۰ مثقال و قند سفید ۲۴۰ مثقال (حدود ۱/۱۰۰ کیلوگرم)

دستور تهیه: کلیه اجزاء (به غیر از قند سفید و سرکه) را مخلوط نموده و در سرکه بخیسانید، سپس آن را صاف کرده و در مقداری آب بجوشانید و با قند سفید به قوام آورید. این سکنجبین که به سکنجبین افیمونی مرکب معروف است، در درمان مالیخولیا و بسیاری از بیماریهای افسردگی و روانی مصارف دارویی دارد.

دستور تهیه نوع دیگر سکنجبین افیمونی: ۸ مثقال افیمون را با ۱۳/۵ مثقال گل اسطوخودوس، ۳/۵ مثقال رازیانه، ۳/۵ مثقال شاهدانه، ۸ مثقال بسفایج، ۸ مثقال سنای مکی و ۸ مثقال پوست هلیله کابلی مخلوط کرده، نرم ساییده و در ۳۵ مثقال سرکه بخیسانید و با ۹۰ مثقال قند سفید به قوام آورید.



نوعی افیمون (سس) و اجزای آن

نوشابه‌های الکلی و شراب ایجاد شده باشد مفید است. (به خصوص اگر همراه با گیاهان بنفشه، ریشه شیرین بیان، بادرنجبویه و گل گاوزبان مصرف شود مفیدتر و اثر بخشی آنها بیشتر است.)

۷- درمان اسهال سوداوی با افیتیمون: اگر ۲ مثقال از تخم افیتیمون که قبلاً بو داده‌اید را در مقداری سرکه به مدت یک شبانه روز بخیسانید و سپس آن را فشرده و آب آن را صاف نموده همراه با ۸ مثقال شربت بنفشه یا شربت گل سرخ و روغن بادام شیرین بنوشید در رفع اسهال با منشأ سوداوی بسیار موثر است.

۸- درمان کرم معده و روده با افیتیمون: گل و تخم افیتیمون به علت اینکه دارای طعمی تلخ و کمی تند می‌باشد داروی خوبی جهت از بین بردن و رفع انگل و کرم معده و روده می‌باشد. جهت عملکرد بهتر آن می‌توان گیاهان دیگری همچون تخم نلوفر، افسنتین، بومادران و برنگ کابلی را به آن اضافه کرد.

۹- خواص طبی و دارویی روغن افیتیمون^(۱)
مالیدن روغن افیتیمون به عضلات خواب رفته و بی حس اثر نیکویی در رفع خواب رفتگی عضلات، درمان بی حسی ماهیچه‌ها و نیز درمان خونمردگی

۴- درمان انواع بیماریهای روانی از جمله مالیخولیا و مانیا با افیتیمون: چنانچه ۲۰ گرم افیتیمون را با ۲۰ گرم افسنتین مخلوط کرده، جوشانده و آب پخته شده آن را پس از صاف کردن میل نمایید در معالجه مالیخولیا که نوعی بیماری روانی است و مقدمه جنون می‌باشد و شخص مبتلا به آن مرتب خیالات ناپسندی می‌کند بسیار مفید است. جهت درمان مانیا و بیماری جنون (دیوانگی) ۲۵ گرم افیتیمون را نرم ساییده و با ۲۵ گرم سکنجبین مخلوط کرده و به بیمار بخورانید و هفته‌ای یک بار این عمل را تکرار کنید.

دستور تهیه نوع دیگر: هر روز نیم مثقال افیتیمون را با نیم مثقال افسنتین و نیم مثقال بومادران مخلوط کرده و دم کنید و با عسل مخلوط نموده و میل نمایید جهت درمان مالیخولیا و سوداوی مجرب است.

۵- درمان قولنج و دل درد با ترکیب افیتیمون: اگر حدود ۷ مثقال افیتیمون را با ۳/۵ مثقال سکنبین و ۷ مثقال تربد بکوبید و با آب، قرص بسازید و هر روز ۲ قرص آن را میل نمایید، در درمان قولنج و دل دردهای شدید اثری نیکو داشته و به خوبی آن را درمان می‌کند.

۶- درمان انواع سردرد و سرگیجه و مالیخولیا که در نتیجه افیتیمون: چنانچه افیتیمون را پخته و آن را با مویز میل نمایید جهت آشامیدن شراب و نوشابه‌های الکلی حاصل شده باشد با مالیخولیا و رفع سردرد و سرگیجه‌ای که به علت مداومت در نوشیدن

و عدم تحرک خون در عضوهای فلج و بی حس داشته و سرعت گردش خون را در اینگونه عضلات افزایش می دهد. از این رو در درمان بیماری استرخاء و فلج عضلاتی بکار می رود. چکاندن روغن ایتیمون در بینی علاوه بر رفع خشکی آن در تقویت حواس پنجگانه و رفع گرفتگی حواس موثر است. مالیدن آن به پیشانی و سر، در درمان برخی امراض عصبی از جمله انواع سردردها و میگرنهای عصبی و رفع تشنجات عصبی صورت بکار می رود.

دستور تهیه روغن ایتیمون: دستور تهیه آن شبیه دستور تهیه روغن اسطوخودوس است.

اوزن

Panicum miliaceum

اسامی دیگر گیاه: اوزن اسم فارسی این گیاه است و عربی آن «دخن» می باشد. در زبان آذربایجانی و ترکی به «دوری (بروزن قری)» معروف است. در فارسی به اوزن «الم» می گویند. نوع دیگر اوزن «گاوریس» است که در شیراز به «گال» شهرت دارد و گاهی اوقات به آن «جاوریس» هم می گویند. اوزن به دلیل اینکه در گذشته جهت تهیه نان به دلیل کمبود گندم و گرانی آن بسیار کشت می شد در سرزمینها و مناطق مختلف نامهای زیادی به آن نسبت داده اند که برخی از آنها ذکر شد. اوزن در زبان لاتین با نام *Panicum Miliaceum* در زبان انگلیسی با نام *Millet*

و در زبان فرانسه با نام *Panic Millet* شناخته می شود.

مشخصات گیاه: اوزن که قسمت عمده مورد استفاده آن دانه های آن می باشد بیشتر در زمینهای کم قوت شنی و ماسه ای کاشته می شود. این گیاه در آذربایجان، بادغیس و بلوچستان به طور خود رو عمل می آید و در بیشتر مناطق کشت می شود. دانه های اوزن درشت و دارای پوستی سخت است. در حال حاضر از اوزن بیشتر جهت مصرف غذای پرندگان و تهیه نشاسته و روغن از آن استفاده می شود و کمتر به خواص طبی و دارویی آن توجه می شود. طبیعت اوزن سرد و خشک است.

نسخه های شفا بخش اوزن

۱- درمان اسهال با اوزن: به نقل از کتاب طب الصادق و از فرمایشات حضرت صادق (ع) است که چنانچه اوزن را نرم ساییده و با کمی زیره بودر شده مخلوط نموده و بصورت قاووت در آورده و میل نمایید اسهال و دل پیچش شدید را بر طرف ساخته و معده را به روال طبیعی و عادی خود بر میگردداند.

۲- تقویت قوای جنسی و رفع ضعف آن با اوزن: چنانچه دانه های اوزن را خیسانده و پوست آنها را گرفته و با شیر و روغن تازه مخلوط نموده و میل نمایید شهوت را زیاد کرده و در رفع ناتوانی جنسی و ضعف قوه باه موثر است.

۳- رفع غلظت خون و تصفیه کردن آن با ارزن: اگر مقداری ارزن را با شیر پخته تا به شکل حلیم در آید و حلیم را خوب له کرده و پیالانید و روزانه مقداری از آن را میل نمایید خون غلیظ را تصفیه و رقیق کرده و در رفع امراضی که به دلیل افزایش غلظت خون است مفید است.

۴- درمان بواسیر، نفخ شکم و دل درد با ارزن: چنانچه آرد ارزن را در روغن زیتون پخته و آنرا در حمام گرم بر شکم ببندید تا عرق کنید یا آنکه پارچه‌ای را به این روغن گرم آغشته و آنرا گرم گرم بر شکم ببندید نفخ شکم و دل پیچش و دل درد را بر طرف می‌سازد. مالیدن این روغن و ضماد آن به محل زخم بواسیر جهت درمان آن مفید است.

۵- درمان خارش و شوره پلک با ارزن: چنانچه مقداری از ساقه و برگ ارزن را سوزانده و سوخته آنرا نرم بکوبید، سپس در روغن گل سرخ حل کرده و خمیر آنرا بر بین مژه‌ها و محل شوره پلک بمالید خارش پلک را بر طرف و شوره آن را به خوبی درمان می‌کند.

۶- معالجه روماتیسم با ارزن: ۵۰ گرم از دانه‌های ارزن را نرم بکوبید و سپس در مقداری آب بمدت ۱۲ دقیقه بجوشانید و با ۷۰ گرم روغن زیتون مخلوط کنید و دوباره آن را جوشانده (به قدری که خوب پخته و له شود) سپس آن را روی پارچه نازک بمالید و بر محل درد گذاشته و آن را ببندید.

۷- درمان عقب افتادگی قاعدگی زنان با ارزن: چنانچه خانها مدتی خوراک خود را با نانانی که از آرد دانه‌های ارزن تهیه شده باشد اختصاص دهند و آن را در این مدت بطور مداوم مصرف نمایند، اثر نیکویی در درمان اختلالات قاعدگی به ویژه رفع عقب افتادگی خون قاعدگی و عادت ماهانه آنها داشته و به عنوان دارویی قاعده آور و مدر حیض بکار

می‌رود.

۸- معالجه جوش، کورک و آبسه دهان با ارزن: دانه‌های ارزن همانند کتیرا به دلیل داشتن خاصیت نرم کنندگی، جوش، آفت و برفک دهان را بر طرف می‌کند و در درمان پیوره و عفونت لثه نیز بکار می‌رود. به همین منظور مقداری از آرد دانه‌های ارزن یا پودر نشاسته آن را در دهان بریزید و آنرا مضمضه نمایید، یا کمی از جوشانده آن را در دهان غرغره کنید.

۹- درمان سردرد با ارزن: چنانچه کسی که به علت سرماخوردگی یا سرمازدگی دچار سردرد شدید شده باشد مقداری ارزن را نرم ساییده و در پارچه‌ای نازک ریخته و بر وسط سر در ناحیه ملاج ببندد و مرتباً سر را با آب گرم بشوید و سپس آنرا خشک کرده و دوباره پارچه را ببندد و این عمل را چندین مرتبه تکرار نماید در تسکین سردرد او مفید بوده و آن را بر طرف می‌کند.

حلیت هم گفته می شود. انغوزه در زبان لاتین به *Foetide* در زبان انگلیسی به *Assa Foetide Plant* و در زبان فرانسه به *Ferule Asefetide* شهرت دارد.

مشخصات گیاه: انغوزه شیرابه و صمغ اشکی یا توده ای شکل درخت انگدان (انجدان) و گلبر بدبو است که مانند ریشه گون، آتراتیغ زده و شیرابه آترا خارج می کنند. این شیرابه ابتدا سفید رنگ است و بعدها زرد رنگ می شود. گیاه انغوزه دارای ساقه ای با ارتفاع ۲ تا ۲/۵ متر است و گلپایی زرد رنگ دارد. انغوزه بیشتر در جنوب شرقی ایران، استان فارس و کوههای خراسان بطور خودرو می روید.

نسخه های شفا بخش انغوزه

۱- **درمان استسقاء با انغوزه:** اگر چند روز به طور مداوم حدود نیم گرم از صمغ انغوزه را در میان خمیر نان گذاشته و نان را پخته و مبتلایان به بیماری استسقاء (آب آوردن و آسیت شکم به علت مصرف آب زیاد در پی تشنگی منفرط) از این نان تناول نمایند در از بین بردن آن موثر است.

۲- **درمان جوش های عصبی صورت و بدن با انغوزه:** چنانچه مقداری از صمغ انغوزه را با پودر انجیر خشک شده مخلوط کرده و با سرکه خمیر نموده و بر محل جوشها و بثورات (لکه های) پوستی بمالند در از بین بردن این جوشها و بثورات به شربت مصرف مداوم در چند روز

۱۰- **خواص طبی روغن ارزن^(۱):** خوردن روغن ارزن بیوست را بر طرف کرده و جهت به کار افتادن معده می توان از آن بجای روغن بادام شیرین یا روغن زیتون و کنجد استفاده کرد. مالیدن این روغن به محل مقعد و بواسیر جهت درمان زخم و شقاق (ترک) مقعد مفید بوده و در درمان بواسیر بکار می رود. مالیدن این روغن به پهلوی و شکم جهت رفع آب آوردن شکم (آسیت) و درمان بیماری استسقاء مفید است و ادرار را زیاد می کند و درد کلیه و مثانه را نیز تسکین می دهد. مالیدن این روغن به مفاصل جهت تسکین درد آن نرم کردن ماهیچه ها و رفع گرفتگی عضلات مفید و موثر است.

انغوزه

Ferula Assa - Foetida

اسامی دیگر گیاه: انغوزه که در کشورهای غربی و اروپایی با نام علمی *FOETIDA - FERULA ASSA* شناخته می شود. صمغ بدبوی انجدان یا همان گلبر است. به این گیاه، «گیاه انگزد، گیاه انگشت گنده، گیاه خورا کما، گیاه انگوزا کما، گیاه حلیت یا حلیث منتن (منتن در لغت عربی به معنی بدبو است)، گیاه حلیت سیاه و گیاه

1- *Panicum miliaceum Oil*

موثر است.

۳- درمان زگیل با انگوزه: ضماد برگهای پخته شده درخت انگوزه با ضماد صمغ آن زگیل را از بین می برد و در پهن شدن و از بین رفتن میخچه با نیز موثر است، به همین منظور مقداری از صمغ انگوزه تازه که هنوز نرم و سفید است را با کمی روغن زیتون مخلوط نموده و مقدار کمی موم عسل را نیز دگداخته، داخل نمایید و خوب بهم بزنید تا مخلوط گردد و آن را بر روی زگیل و میخچه پاشید و ببندید و بعد از ۳ ساعت آن را باز کرده و با آب گرم بشویید و در طول هفته این عمل را چندین مرتبه تکرار نمایید.

۴- تهیه پادزهر از انگوزه: اگر مقداری از صمغ انگوزه را حرارت داده و در مقداری از روغن زیتون حل کنید و آنرا بصورت گرم گرم بر محل نیش حشرات و جانوران گزنده به ویژه نیش عقرب بگذارید پادزهر خوبی جهت رفع درد و تحلیل ورم آن می باشد. همچنین خوردن انگوزه با شیر و جنطیانا جهت رفع درد زخم گزیده سگ دیوانه مفید است و می توان مقداری از آنرا بر روی محل گزیدگی ضماد نمود.

۵- درمان کرم معده و روده با انگوزه: چنانچه مقداری (به اندازه چند نخود) از صمغ انگوزه را در چندین روز بطور متوالی به تنهایی یا همراه با غذا میل نمایند داروی بسیار خوبی جهت از بین بردن انواع انگلها و کرمهای معده و روده می باشد. بر این اساس بسیاری از صحرا نشینان و روستاییان کشورمان بخصوص اهالی روستاهای مناطق کویری و خشک نظیر روستاهای منطقه خور و بیابانک اصفهان همیشه در آغاز سال چندین

مرتبه از آش و سبزی که مقداری صمغ انگوزه داخل آن ریخته را به عنوان دارویی کرم کش معده مصرف می کنند تا طول سال از کلیه کرمها و انگلهای دستگاه گوارشی در امان باشند.

۶- درمان نفخ و رطوبت معده و رفع سردی آن با انگوزه: انگوزه به عنوان دارویی گرم دارای خاصیتی باد شکن بوده و مداومت در خوردن آن نفخ و ورم معده و روده را در هم می شکند و رطوبت و سردی آن را از بین می برد. به همین منظور مقدری از آن را در کمی آب حل کرده تا به صورت محلول شیری رنگ در آید و چندین روز متوالی، روزی یک فنجان آن را بنوشید.

۷- جلوگیری از باردار شدن با انگوزه: چنانچه زنی پس از اتمام عادت ماهانه خود به مدت یک هفته، روزی نیم مثقال از صمغ انگوزه را میل نماید از باردار شدن او بطور موقت و گاهی بطور دائم جلوگیری می کند.

۸- درمان مسمومیت ناشی از مصرف افیون (تریاک)، تاتوره، شوکران و بدرنج با انگوزه: چنانچه انگوزه را با کمی چندیدستر (بیضه سگ آبی)، فلفل و ابهل (میوه سرو کوهی) مخلوط کرده، نرم ساییده و با ۲ برابر وزن کلیه اجزاء عسل خمیر کرده و به قوام آورند و هر بار ۲ مثقال آنرا میل نمایند در مداوای شخص مسموم موثر است. حتی بوییدن انگوزه و چندیدستر نیز نافع است.

نوع دیگر (شیاف انغوزه): ۷ مثقال صمغ انغوزه را با ۷ مثقال خرقه سفید و ۲ مثقال سکنجبین مخلوط کرده نرم ساییده و با عسل خمیر نمایند و شیاف کنید.

۱۲- درمان درد گوش و رفع سنگینی و کری آن با انغوزه:
انغوزه به دلیل اینکه دارای طبیعتی گرم و خشک است، در درمان درد گوش و رفع سنگینی آن که از سردی باشد بسیار مفید است. به همین جهت چنانچه مقداری از صمغ آنرا جوشانده و آب صاف شده آنرا در گوش بچکانید، در رفع درد گوش و نیز افزایش قدرت شنوایی مفید و موثر است. همچنین چکاندن روغن انغوزه یا انغوزه پخته شده در روغن زیتون در گوش مفید است. (بهرتر است پنبه را به روغن انغوزه آغشته و آنرا در داخل گوش بمالید و مدتی بگذارید)

۱۳- درمان گرفتگی بینی و ازاله مواد زائد گوشتی بینی (پلیپ بینی) با انغوزه: چنانچه مقداری صمغ انغوزه را با کمی زنگار آهن و زاج مخلوط کرده و نیمکوب نمایید و سپس جوشانده و صاف نموده و آنرا در داخل بینی بگذارید در پاک کردن بینی از فصولات و نیز در از بین بردن گوشت زیادی که در بینی به وجود می آید مفید است.

۱۴- تسکین درد دندان با انغوزه: انغوزه مسکن درد دندان کرم خورده بوده و از پیشرفت پوسیدگی آن جلوگیری می کند. برای این کار لازم است مقداری کمی (به اندازه یک دانه ماش) از آن را در حفره دندان کرم خورده

۹- انغوزه به عنوان دارویی محرک شهوت و رفع سستی قضیب:

الف - چنانچه انغوزه را با روغن نرگس مخلوط کرده و بر کف پا بمالند دارویی مجرب جهت رفع ضعف قوه بیه می باشد.
ب - مالیدن صمغ انغوزه با عسل و روغن پنبه دانه بر محل قضیب مفید است.

ج - اگر اندکی صمغ انغوزه را در سوراخ قضیب نهند نعوذ تمام آورد.
د - چنانچه مقدار بسیار کمی از صمغ انغوزه را در کمی روغن زیتون ریخته و چند روز گذاشته و بعد آن را بر آلت بمالند مرد و زن لذت عجیب ببرند.

۱۰- درمان کزاز با انغوزه: خوردن انغوزه بیماری کزاز را در دراز مدت از بین می برد و در درمان آن موثر است.

دستور مصرف آن به این شرح است: انغوزه را نرم ساییده با آنرا در آب حل کرده و با فلفل و سداب پودر شده مخلوط نمایید و حب های ساخته و روزانه ۲ حب میل نمایید.

۱۱- تقویت قوه بینایی و جلوگیری از آب ریزش و سفیدی چشم با انغوزه: اگر صمغ انغوزه خشک شده را نرم ساییده و آنرا بصورت سرمه با عسل بکار برند و در چشم کشند جهت تقویت قوه بینایی، افزایش نور چشم، درمان تراخیم، آب ریزش و رفع سفیدی آن مجرب است.

خشن که بیشتر در طول روز به وجود می آید مفید و موثر است.

۱۹- درمان دملها و زخمهای چرکین با انغوزه: جهت تحلیل دمل کافی است مقدار کمی از پودر انغوزه را با پودر بارهنگ مخلوط نموده و با آب خمیر کرده و بر محل دمل ضمد نماید. گذاشتن پودر انغوزه به تنهایی یا همراه با ادویه محله دیگر نظیر آرد باقلا، آرد نمناسه، گل ارمنی پودر شده و غیره روی دملهای چرکین بعد از شکافتن آنها جهت بیرون آمدن چرک و خون و التیام زخم آنها مفید است.

۲۰- درمان گرفتگی و جمود شیر در پستان با انغوزه: اگر مقداری صمغ انغوزه را در سکنجبین حل کرده و به زنی که شیر پستان آن کم شده یا خشک شده باشد بدهند در باز شدن شیر و زیاد کردن آن در پستانها موثر است.

۲۱- درمان ریزش موی سر با انغوزه: مالیدن روغن انغوزه به سر و ابرو جهت تقویت پیاز موی سر و رفع ریزش آن مفید است. **طرز تهیه روغن انغوزه:** صمغ انغوزه را در کمی آب حل کرده و با قدری روغن زیتون مخلوط نموده و بگذارید بجوشد تا آب آن بخار شود و روغن بماند.

۲۲- خواص طبی روغن انغوزه^(۱): مالیدن این روغن به عضوی

بگذارید.

دستور دیگر: صمغ انغوزه را با انجیر و زوفا بجوشانید و آب آن را صاف کنید و در دهان ریخته و مضمضه نمایید.

۱۵- اخراج زالویی که در گلو چسبیده باشد با انغوزه: اگر مقدار کمی از صمغ انغوزه را در کمی سرکه حل کرده و خوب بهم زده تا رنگ شیر پیدا کند و این محلول را در دهان غرغره نمایید و چند مرتبه این عمل را بطور مرتب تکرار کنید در اخراج زالویی که در گلو چسبیده و در حلق مانده موثر است.

۱۶- درمان ورم گلو و رفع درد آن با انغوزه: چنانچه صمغ انغوزه را در آب حل کرده و سپس با کمی عسل خوب به هم زده تا ممزوج گردد و آنرا در دهان غرغره نمایید ورم گلو و لوزه را از بین می برد و درد آنرا تسکین می دهد.

۱۷- درمان سوختگی شدید با انغوزه: جهت بهبود و التیام زخمهای شدید در سوختگی ابتدا محل سوختگی را با روغن تخم کتان چرب نموده و سپس از محلول انغوزه در آب به صورت مالیدنی استفاده نمایید.

۱۸- درمان سرفه خشک و رفع خشونت سینه با انغوزه: چنانچه مقداری از صمغ انغوزه را در آب گرم حل نموده و آب صاف شده آنرا با زرده تخم مرغ مخلوط کرده و میل نمایید در رفع سرفه های خشک و

مخلوط کرده و نرم ساییده و میل نمایند خون قاعده آنها را تحت نظم و ترتیب در خواهد آورد و موجب باز شدن و به جریان افتادن خون حیض آنها می شود.

۲۶- درمان سیاتیک و عرق النساء با انگوزه: چنانچه حدود ۱ مثقال از انگوزه را نرم ساییده و با ۵۰ گرم کره حیوانی ذوب شده یا روغن کوهان شتر گداخته شده مخلوط کرده و ابتدا محل درد را با صابون گیاهی شسته و خشک نموده و بعد این مرهم را چندین مرتبه بطور متوالی به محل درد مالیده و خوب ماساژ دهند تا اثر زیادی در درمان درد عصب سیاتیک و درد کمر و زانو دارد.

۲۷- خواص طبی و مصارف درمانی اسانس انگوزه^(۱)
اسانس انگوزه تقریباً کلیه خواص انگوزه را دارا بوده و در درمان دردهای موضعی بکار می رود. مالدین آن به سر به دلیل داشتن درصد بالایی ترکیبات گوگردی دارویی مناسب جهت رفع ریزش مو و تقویت پیاز مو می باشد.

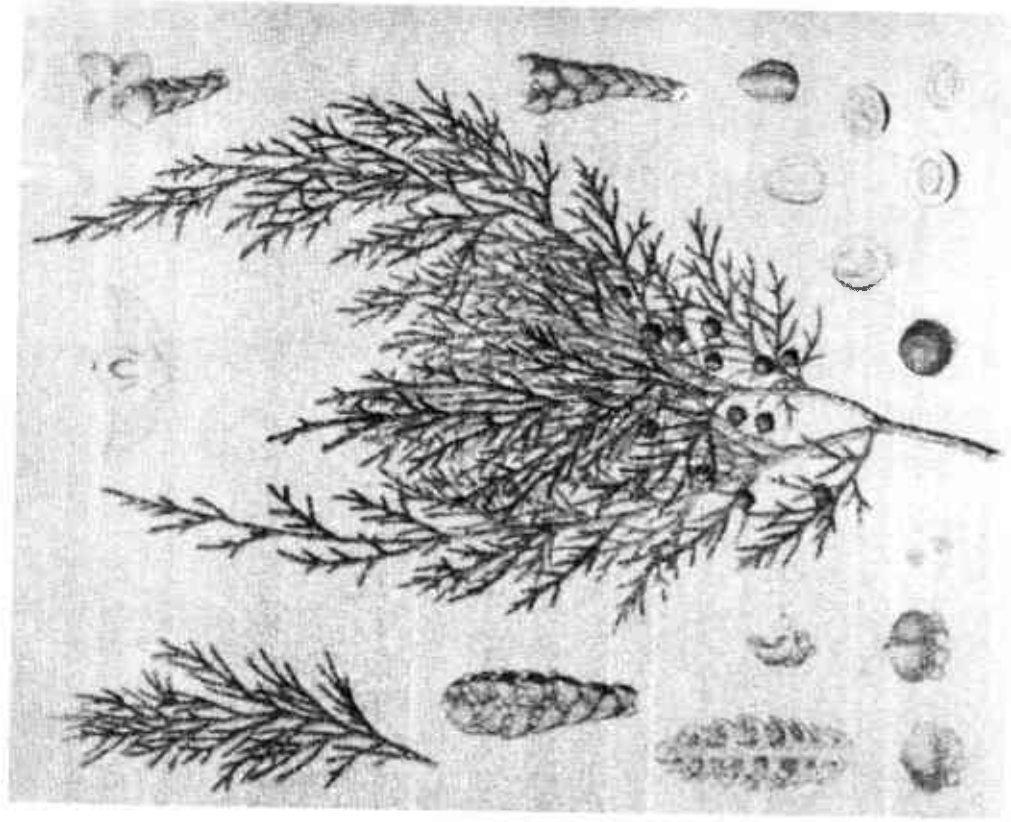
مشخصات کلی اسانس انگوزه: اسانس انگوزه مایعی صاف، بی رنگ با به رنگ زرد روشن یا قهوه‌ای با بوی سیر و نفرت‌انگیز است. وزن مخصوص آن در گرمای ۱۵ درجه بین ۰/۹۱۵ و ۰/۹۳۸ می باشد. بوی بد اسانس انگوزه مربوط به ترکیبات سولفور (گوگرد دار) آن است. این اسانس در مقابل هوا به سرعت اکسیده می شود. نوع اشکی و مرغوب انگوزه ۳ تا ۷ درصد اسانس دارد و در بعضی نمونه‌های مرغوبتر آن مقدار اسانس ممکن

حس و فلج در رفع خواب رفتگی و بی حسی اعضاء و گرفتگی عضلات و ماهیچه‌ها مفید و موثر است. مالدین روغن انگوزه بر روی زگیل و میخچه در درمان، پهن شدن و از بین رفتن آنها موثر است. مالدین این روغن به عضلات و مفاصل جهت تسکین درد مفاصل، رفع درد عصب سیاتیک و درمان نفرس مجرب است.

۲۳- انگوزه به عنوان دارویی جهت ضد عفونی کردن آب:
اگر مقداری از صمغ انگوزه را در پارچه‌ای گذاشته و آنرا محکم بسته و در عسق آب رها کنید تا به نقاط عمیق برسد به علت خاصیت ضد عفونی کننده و میکروب کشی آن از کرم گذاشتن آب، شیوع و آلوداد جانداران ریز دریایی (انواع میکروبها و ویروسها) در آب جلوگیری می کند. از این خاصیت مهم انگوزه می توان جهت کشتن و از بین بردن آفات نباتی به ویژه کشتن کرم خاردار پنبه استفاده کرد. برای این کار کافی است که کمی از انگوزه را در موقع آبیاری به آب آن اضافه کنید.

۲۴- معالجه شکاف بیخ ران با انگوزه: اگر کمی انگوزه را با خاکستر و کمی آب دریا مخلوط کنند و خوب بهم بزنند دارویی بدست می آید که مالدین آن بر محل عضو آسیب دیده و بر روی زخم در درمان شکاف و زخم بیخ ران مفید است. مالدین روغن انگوزه نیز موثر است.

۲۵- باز کردن عادت ماهانه در زنان با انگوزه: خانم‌هایی که دچار اختلال قاعدگی هستند اگر کمی انگوزه را با کمی مژمکی و کمی فلفل



سرو و کوهی (ایهل) و اجزای آن

است به ۱۲ تا ۱۶ درصد هم برسد.

ایهل

Janiperus Savina

(میوه سرو و کوهی)

اسامی دیگر گیاه: ایهل نام میوه درخت سرو کوهی است. سرو کوهی اسم فارسی این درخت است ولی به درخت «عرعر» نیز معروف است و میوه آن به «حب العرعر» شهرت دارد. در شیراز به این درخت «اهل» می‌گویند. در گرگان به «پیرو»، در شیر کوه و در فک به «اریس واریز»، در دیلمان به «اُبرسک»، در نور و کجور به «دیس» و در رودسر به «ارس» معروف است. نام لاتین آن *Janiperus Savina* است. این گیاه در زبان عربی به «صفینه»، در زبان به انگلیسی به «Sabin» یا «Savin» و در زبان فرانسه به «Genevrier Sabine» شهرت دارد.

۲- درمان کرم معده و روده با ابهل: اگر ۵۰ گرم ابهل بدون دانه را نرم ساییده، با کمی عسل خمیر نموده، جبهایی ساخته و روزی چند حب آن را میل نمایید در رفع انواع کرم روده نافع است.

۳- درمان درد گوش و رفع سنگینی و کوری آن با ابهل: ابهل درد گوش را ساکت و سنگینی و کوری آن که به علت سردی باشد را از بین می برد، برای همین منظور روزانه چندین مرتبه از روغن ابهل که با روغن زیتون گرفته باشند را در گوش بچکانید. چکاندن آب جوشانده غلیظ ابهل در گوش نیز مفید است.

۴- درمان استسقاء با ابهل: اگر ابهل را به قدری بجوشانید تا پخته شود، سپس آن را صاف نموده و آب آن را همراه با میوه پخته شده روزی یک مرتبه میل نمایید در درمان عطش و حرارت مغزط، رفع آب آوردن شکم (آسیت) و درمان بیماری استسقاء بسیار مفید است.

۵- معالجه قطع قاعدگی زنان با ابهل: دخترها و خانم هایی که دچار قاعدگی دردناک می شوند و عادت ماهانه آنها نامنظم است و به تعویق می افتد چنانچه ۱۵ مثقال ابهل را نرم ساییده با قدری عسل خمیر کرده و روزانه از ۱ تا ۳ مثقال آن را میل نمایند خون حیض را جاری می سازد و عادت ماهانه آنها را تنظیم می کند.

دستور دیگر: ۵ گرم ابهل و ۵ گرم افسنتين را جوشانده و آب صاف شده آنرا با ۵ گرم پودر مُرَمَكِي میل نمایند.

مشخصات گیاه: درخت سرو کوهی در جنگلهای شمال ایران می روید. ارتفاع این درخت ۱ تا ۲ متر بوده و همیشه سر سبز است. ابهل که نام میوه این درخت است کوچک و به اندازه یک فندق بوده و آبدار است. تازه آن سرخ و سیاه رنگ و کمی شیرین است. برگ سرو کوهی شبیه برگ درخت گز است و دارای بوی نامطبوع و طعمی تلخ است. ابهل روی دمگل قرار می گیرد و رنگ آن پس از رسیدن آبی تیره رنگ می شود.

نسخه های شفابخش ابهل

۱- درمان بواسیر و رفع باد آن با ابهل: طبیعت ابهل گرم است از این رو داروی خوبی جهت درمان بواسیر و رفع باد آن که به علت سردی باشد می باشد.

دستور مصرف آن به این شرح است: ابهل را نرم ساییده و با عسل مخلوط کنید و میل نمایید.

نوع دیگر: ۱۰ مثقال از میوه سرو کوهی (ابهل) که دانه (هسته) آنرا بیرون کرده اید را با روغن گاوی تازه بقدر آنکه روی آن را فراگیرد مخلوط نمایید و بر آتش گذارید تا روغن را جذب کند. سپس آن را ساییده و با ۱۰ مثقال شکر (۲ بار پخته شده) مخلوط نموده و هر روز صبح ۲ مثقال آن را با آب گرم میل کنید.

نوع دیگر: نوشیدن آب ابهل که با عسل یا نبات آن را شیرین ساخته اید در دو وعده صبح و عصر به مدت چند روز متوالی مفید است.

ظاهر میگردد و همچنین درمان جوشهای پوستی و رفع بیماری آکله و خنجره پوستی مفید و موثر است.

دستور دیگر: ۵۰ گرم پودر برگ درخت ابهل را با ۲۰ گرم پودر برگ سدر مخلوط نموده و با آبی که مقداری کافور را در آن حل کرده‌اید، خمیر نموده و بر محل جوشها بمالید.

۱۰- درمان فلج عضلانی و بی حسی اعضاء با ابهل: اگر مقداری از برگ درخت ابهل (سر و کوهی) یا میوه آن را نرم ساییده و با انجیر له کرده مخلوط نمایید و بر محل خونمردگی پوست و اعضاء بی حسی و خواب رفته بمالید سرعت گردش خون را بالا برده و به آن تحرک بیشتری می‌بخشد و در درمان امراض مذکور مفید است.

۱۱- درمان زخم لثه با ابهل: چنانچه حدود ۵۰ گرم از ابهل یا برگ درخت سر و کوهی را نرم ساییده و با ۱۰۰ گرم عسل خمیر کنید و بر محل زخم و جراحات لثه بمالید و کمی مالش داده و این عمل را ۳ مرتبه در روز تکرار نمایید یا مسواک را تر کرده و آنرا به این خمیر آغشته و به دندانها و لثه‌ها بکشید علاوه بر التیام زخم لثه و محکم شدن آن جهت رفع بدبویی دهان نیز مفید و موثر است.

۱۲- درمان تنگی نفس و سرفه با ابهل: جهت رفع تنگی نفس، درمان سینه درد و رفع سرفه ۸ مثقال ابهل را نرم ساییده و با ۴ مثقال روغن تازه گاوی مخلوط نموده و با ۱۲ مثقال عسل خمیر نمایید و آن را بصورت

دستور دیگر: ۱۰ گرم ابهل را کوبیده در جوشانده ۵ گرم نناع خشک ریخته و با عسل میل نمایند.

۶- درمان ورمهای گرم با ابهل: اگر ۲۰ گرم برگ درخت سر و کوهی (درخت ابهل) را پخته و آنرا بر محل ورمها بخصوص ورمهایی که به علت گرمی و حرارت یا از سوزنگی باشد ضمام نمایند در تحلیل اینگونه ورمها سریع الاثر است.

۷- معالجه زخمهای چرکین کهنه و رفع عفونت آنها با ابهل: مالیدن روغن ابهل بر روی زخمها و دملهای چرکین در التیام دادن و سر باز کردن چرک و عفونت آنها مفید است، همچنین ضمام پخته و جوشانده برگ درخت سر و کوهی (درخت ابهل) در رفع سیاهی زیر پوست و رفع چرکهای پوستی موثر است.

۸- درمان ریزش موی سر با ابهل: مالیدن برگ درخت سر و کوهی (درخت ابهل) که قبلاً آنرا پودر کرده و با سرکه خمیر نموده باشید بر سر جهت رفع ریزش موی بخصوص درمان مولسیک (ریزش قطعه‌ای موی سر) مفید است. همچنین مالیدن روغن ابهل به سر مفید و مجرب است.

۹- رفع بثورات جلدی (جوش، آکله و نمله) با ابهل: اگر ۲۰ گرم برگ درخت ابهل را جوشانده و آب آن را صاف نموده و بر پوست بمالید جهت رفع سرخی پوست که پس از بهبود زخمها بر روی پوست

۱۵- تسکین درد دندان با ابله: چنانچه ۱۵ گرم ابله را با ۱۵ گرم میوه کاج مخلوط کرده و جوشانده و آب صاف شده آن را با کمی سرکه مضمضه نمایید. در تسکین درد دندان موثر است.

۱۶- موارد استفاده و خواص دارویی اسانس ابله (اسانس سابین)^(۱): اسانس ابله که در بازارهای تجاری با عنوان اسانس سابین یا ساوین شناخته می شود قاعده آور بوده و در سقط جنین موثر است. در استعمال خارجی، اسانس سابین به مصارف رفع بیماریهای پوستی، زگیل و برجستگی های کوچک سطح پوست می رسد. مقدار مصرف این اسانس ۱ تا ۸ قطره می باشد و در دامپزشکی نیز مصارف دارویی دارد.

اذخر

(پوتار)

Cymbopogon Olivieri (boiss)bor

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه «کاه مکه» است ولی در بسیاری از کتب طبّی قدیمی به «اذخر» و «گورگیاه» نیز معروف است. اذخر در زبان عربی به «سفون» و «رکسب» در زبان انگلیسی به

حب هائی در آورید و بمدت یک هفته هر روز چندین حب را در دهان گذاشته و بمکید.

۱۳- رفع جرم دندان با ابله: جهت سفید کردن دندانها و رفع جرم آنها ۱۵ گرم ابله را با ۱۵ گرم پوست انار، ۱۵ گرم طباشیر و ۱۵ گرم کف دریا مخلوط کرده و نرم بسایید و هر شب مسواک را تر کرده و روی آن بگذارید و دندانها را با آن مسواک کنید.

۱۴- خواص طبّی روغن ابله^(۱): مالیدن روغن ابله بر محل بواسیر جهت رفع خونریزی و درمان آن مفید است. چکاندن آن در گوش در رفع سنگینی و کوری آن موثر است. مالیدن آن بر محل ورمها و دملها به عنوان دارویی محلّ (تحلیل برنده) مصرف درمانی دارد. مالیدن آن بر سینه جهت تحلیل ورم سینه مفید است و به علت افزایش دادن سرعت گردش خون در مویرگها در بی حسی اعضاء بکار می رود. مالیدن آن به سر جهت رفع ریزش مو مجرب است.

دستور تهیه روغن ابله: اگر مقداری میوه ابله را خرد کرده و در آب بجوشانید تا به نصف رسد سپس صاف کرده و با روغن زیتون مخلوط نمایید و به قدری بجوشانید تا روغن سیاه گردد و آنها بخار شود، روغن حاصل، روغن ابله نام دارد.

"Blue grass" و در زبان فرانسه به "Andropogon" شهرت دارد.

مشخصات گیاه: این گیاه شکوفه‌های بسیار انبوه دارد و رنگ این شکوفه‌ها سفید بوده و دارای عطری تند می‌باشند و میوه اذخر نازنجی رنگ است و طعم آن همانند زنجبیل بسیار تند است.

نسخه‌های شفابخش اذخر

۱- درمان درد طحال و رفع ورم آن با اذخر: چنانچه کمی اذخر را با آب جوشیده‌ای که کمی ترنجبین در آن حل شده باشند مخلوط کرده و میل نمایید درد کبد را تسکین داده و در تحلیل ورم طحال مفید است.

۲- معالجه ورم رحم و تسکین درد مفاصل با اذخر: نشستن در آب پخته گیاه اذخر جهت تسکین درد رحم و تحلیل ورم آن مفید است. همچنین مالیدن پخته اذخر همراه با آب جوشیده آن به محل مفاصل و کمر و زانو جهت تسکین درد مفاصل که به علت سردی باشد مفید و موثر است.

۳- درمان خارش مقعد با اذخر: چنانچه ۵ گرم اذخر مکی را با ۵ گرم ریشه ابرسا و ۵ گرم ریشه شیرین بیان مخلوط کرده و جوشانده و آب آنرا میل کنید و مقداری از آنرا بر محل مقعد بمالید خارش مقعد را بر طرف کرده و در رفع سوزش آن مفید است.

۴- تسکین درد بعد از زایمان با اذخر: اگر حدود ۵ گرم از گیاه

اذخر را با ۵ گرم گل پیبرک مخلوط کرده و آن را جوشانده و زن زائو در آب سرد شده آن بنشیند در تسکین درد بعد از زایمان وی موثر است.

۵- تسکین درد دندان با اذخر: جهت تسکین درد دندان و تقویت لثه کافی است مقداری از اذخر را نرم ساییده و به تنهایی یا همراه با دویه مناسب دیگر که بصورت پودر در آمده مخلوط کرده و برین دندانها بپاشید.

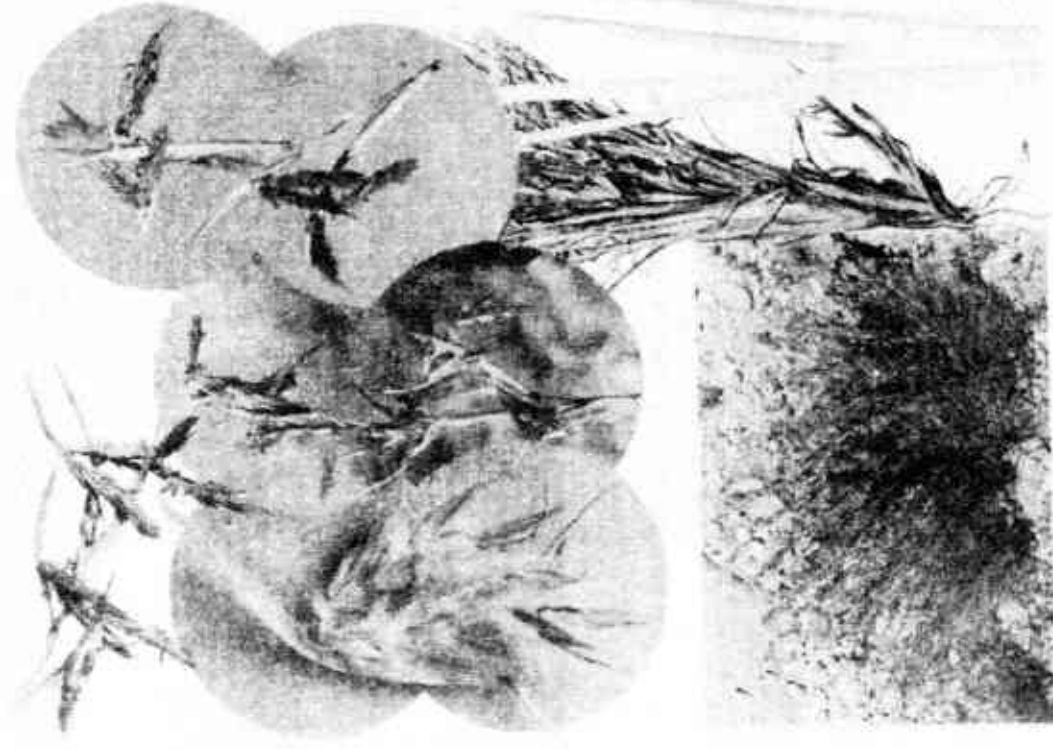
۶- خواص طبی و دارویی عرق اذخر: عرق اذخر لطیف کننده معده بوده و به علت داشتن خاصیت پادزهری آن به عنوان دارویی موثر جهت رفع انواع گزیدگی‌ها بکار می‌رود و بدن را در مقابل کلیه سموم مقاوم می‌کند. ادرار آور و قاعده آور نیز می‌باشد.

۷- خروج مقعد فرورفته طفل با اذخر: جهت خروج مقعد داخل رفته طفل ابتدا محل مقعد را با روغن قسط چرب نموده و سپس ۱۰ گرم اذخر را با ۱۰ گرم سفیداب قلع، ۱۰ گرم تخم تره، و ۱۰ گرم مقل مخلوط کرده نرم ساییده و بر محل بپاشید.

۸- روغن شکوفه اذخر^(۱)
 طرز تهیه روغن شکوفه اذخر: شکوفه اذخر را در روغن زیتون به قدری که روی آنرا بپوشاند گذاشته و بمدت ۲ ماه در مقابل آفتاب تابستان قرار داده و ۴ مرتبه آنرا صاف نموده و شکوفه را تازه نمایید و پس از ۴ مرتبه روغن حاصل را صاف نموده بکار برید.

خواص طبی روغن شکوفه اذخر: این روغن دارای طبیعتی گرم و خشک بوده و به عنوان دارویی قابض بکار می‌رود. آشامیدن این روغن جهت تحلیل وزمهای داخلی بدن که به علت سردی باشد مفید است. مالیدن این روغن جهت رفع درد عضلات با منشاء سردی موثر است. مالیدن این روغن تقویت کننده پیاز مو بوده و مداومت در مالیدن آن به سر بطور مرتب جهت رویش موهای ریخته شده و رفع طاسی سر مجرب است. این روغن ضد خارش پوست است و به همین جهت ضماد آن به پوست جهت درمان انواع بیماریهای پوستی که همراه با خارش باشد مفید است.

۹- درمان نارسایی کبد در مزاج سرد با اذخر: چنانچه ۱۰ گرم اذخر را با ۵ گرم افسنتين، ۵ گرم قسط، ۵ گرم سلیخه و ۵ گرم گل سرخ مخلوط کرده، نرم ساییده در روغن سوسن یا اذخر حل کنید و به ناحیه کبد بمالید در درمان نارسایی کبد مجرب است.



اذخر مکی و اجزای آن

روز نصف لیوان آنرا میل نمایید، به عنوان دارویی مهمل سودا در تحلیل سودا و پاک کردن معده و خون از سودا بسیار مفید است.

۲- درمان تنگی نفس و سرفه‌های رطوبتی با اسفند: اگر ۱۰ گرم اسفند را در ۴۰ گرم آب جوشانده و آب آنرا صاف نموده و با ۳۰۰ گرم عسل و ۲۰ گرم روغن کنجد مخلوط نموده و هر بار نصف لیوان آنرا بنوشید در پاک کردن سینه از اخلاط و مایعات لزج، برطرف کردن تنگی نفس و رفع سرفه‌های رطوبتی بی نظیر است. همچنین اگر اسفند را با تخم کنکاب به نسبت مساوی نرم ساییده و با عسل معجون ساخته و روزی ۲ حب آنرا صبح و عصر میل نمایید جهت رفع ناراحتی سینه و تنگی نفس بغایت مفید است.

۳- درمان سردردهای مزمن و کهنه با اسفند: چنانچه ۱۰ گرم اسفند را با ۳۰۰ گرم سرکه یا شراب انگوری مخلوط کرده و به قدری بجوشانید تا به ۸۰ گرم یعنی حدود یک چهارم آن ($\frac{1}{4}$) برسد و روزی ۲ استکان آن را تا ۳۰ روز میل نمایید سردردهای کهنه را به خوبی درمان می‌کند. همچنین جهت رفع صرع خوردن روزانه ۲ گرم دانه اسفند پودر شده صبح و ۲ عصر تا یک ماه بصورت کفله مفید است.

۴- درمان ضعف قوه بینایی با اسفند: استفاده از سرمه گیاهی اسفند موجب تقویت نیروی بینایی شده و در زیاد شدن نور چشم مفید است.

اسفند

(حرم‌ل)

Peganum Harmala

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه اسفند است ولی به آن «اسپند و سپند» هم می‌گویند. در زبان عربی اسفند به «حرم‌ل» و «سداپ بری» معروف است و گاهی به آن «جرمل» هم می‌گویند. در یونان قدیم اسفند به «مولی» شهرت داشته است. اسفند در زبان لاتین به *Peganum Harmala* در زبان انگلیسی به «Harmel» و در زبان فرانسه به «Hermole» شهرت دارد.

مشخصات گیاه: اسفند گیاهی است به ارتفاع ۳۰ تا ۴۰ سانتیمتر با گل‌های درشت به رنگ سفید مایل به سبز است. اسفند در بیشتر مناطق و زمینهای بایر و حاشیه کویری ایران می‌روید. برگ‌های اسفند زیاد بوده و اغلب به شکل متقابل می‌باشد. دانه‌های اسفند سیاه رنگ و مایل به قهوه‌ای بسیار تیره می‌باشند. طبیعت اسفند گرم است.

نسخه‌های شفابخش اسفند

۱- پاک کردن معده و روده از سودا با اسفند: چنانچه ۱۵ گرم دانه اسفند را ۲ روز در یک لیوان آب خیسانده و بعد آنرا صاف نموده، هر

۸- درمان انزال زود رس و سستی کمر با اسفند: جهت دفع سرعت انزال و درمان سستی کمر ۲۵ گرم اسفند را با ۱۰ گرم کنجد و ۵ گرم میخک مخلوط کرده نرم ساییده و با ۱۰۰ گرم شکر ساییده شده مخلوط کرده و هر شب یک قاشق مرباخوری از آن را میل نمایید.

۹- سهولت در امر زایمان مادران با اسفند: اگر زنی که یک بار حامله شده ولی بعد از آن دیگر حامله نشده باشد چنانچه بمدت حداقل ۳ روز از شربتی که دستور تهیه آن در بند ۳ (درمان سردردهای کهنه با اسفند) ذکر شد را میل نماید حامله شده و اعاده حمل می کند.

۱۰- درمان درد زانو و کمر با اسفند: جهت درمان درد زانو و کمر هر روز ۲ تا ۳ گرم دانه اسفند نکوبیده را بمدت ۱۵ روز میل کنید یا اسفند را پودر کرده با آب خمیر کرده بر محل درد مفاصل بمالید.

۱۱- درمان نفخ معده با اسفند: جهت رفع نفخ شکم و تحلیل ورم معده روزی ۳ قاشق مرباخوری از معجون ۴۰ گرم اسفند کوبیده در ۲۵۰ گرم عسل را میل کنید.

۱۲- خواص طبیبی و دارویی روغن اسفند (روغن حرمَل): ^(۱) روغن اسفند جهت درمان فلج عضلانی، رفع لقوه، درمان

طرز تهیه سرمه گیاهی اسفند: کمی اسفند را بسوزانید و آنرا پودر کرده و با کمی زعفران ساییده شده مخلوط کنید و با زهره مرغ خانگی و آب جوشانده شده بادیان خمیر نمایید و بر چشم بکشید. همچنین چکاندن آب جوشانده اسفند در چشم در قطع ترشحات و سرخی چشم بی نظیر است.

۵- درمان قولنج مزمن با اسفند: اگر مقداری اسفند را نرم ساییده و با کمی روغن شوید مخلوط کرده و به حالت خمیر در آورده و آنرا بر محل ناف و دور پهلوی بمالید قولنجهای کهنه و مزمن را به خوبی درمان می کند. همچنین خوردن روزی ۲ مثقال دانه اسفند پودر شده مفید است.

۶- رفع سنگینی و کوری گوش با اسفند: جهت رفع سنگینی و کوری گوش و بر طرف کردن صدای گوش چکاندن روغن زیر در گوش مفید است.

طرز تهیه: مقداری از اسفند را بجوشانید و آب صاف شده آنرا دوباره در آب ترب و روغن زیتون بجوشانید به قدری که آنها بخار شود و روغن بماند و روغن صاف شده را در گوش بچکانید.

۷- تسکین درد دندان با اسفند: چنانچه مقداری از دانه اسفند را جوشانده و بخار آنرا بر دندان دردناک برسانند جهت تسکین درد آن موثر است. همچنین رساندن دود اسفند به دندان مفید است.

۱۳- درمان سیاتیک با اسفند: چنانچه کسی که به درد عصب سیاتیک دچار شده، بمدت ۱۵ روز بطور متوالی و مرتب روزی ۱/۵ الی ۲ مثقال از پودر دانه اسفند را تناول نماید کم کم بهبود یافته و آنرا از بین می برد.

۱۴- ترک اعتیاد با اسفند: معتادان و افرادی که در دام اعتیاد به مواد مخدر به ویژه تریاک افتاده اند اگر مقداری دانه اسفند را بو داده و بعد آنرا کوبیده و با عسل مخلوط کرده و حب های ساخته و روزی ۳ حب آنرا میل نمایند در رفع اعتیاد آنها به مواد افیونی و مخدر اثری نیکو دارد.

۱۵- درمان احتلام و شب ادراری با اسفند: خوردن روزانه یک تا دو مثقال از پودر دانه اسفند به تنهایی یا بصورت مخلوط با عسل جهت رفع ضعف و سستی مجاری ادراری و درمان شب ادراری (سلسل البول) کودکان مفید و موثر است.

اسفناج

Spinacia Oleracea

اسامی دیگر گیاه: نام فارسی این گیاه اسفناج است ولی به آن «اسفناج» یا «اسپناج» هم می گویند. این گیاه، گیاه بسیار مشهوری است که حتی نام لاتین و یا اروپایی آن یعنی *Spinacia Oleracea* هم از کلمه

صرغ (سر درد)، رعشه (لرزش عضلاتی) و بادهای عصبی چه بصورت خوردن و چه بصورت مالیدن مفید بوده و همچنین مالیدن آن جهت رفع عرق النساء و درد زانو و کمر و رفع سردی کلیه و رحم بسیار موثر است. مالیدن آن بر آلت و بیضه و اطراف آن باعث تقویت اعضاء تناسلی و نعوظ سخت و میل به نزدیکی میگردد. خوردن و مالیدن روغن اسفند اثر نیکویی در درمان سیاتیک داشته و کرمهای معده و روده را نیز دفع می کند. چنانچه کسی که پوست وی به شوینده ها به ویژه شوینده های شیمیایی حساسیت داشته و بطور مداوم پوستش ترک خورده و زیر می شود به مدت یک هفته هر شب ابتدا پوست را با صابون گیاهی شسته و خشک نموده و سپس مقداری روغن اسفند را به پوست مالیده و خوب مالش داده و بعد آنرا با پارچه یا باند نخی بسته و صبح آنرا با آب گرم بشوید اثر قابل توجهی در رفع زبری و پوسته پوسته شدن دستها و پاهای وی داشته و آنرا به خوبی درمان می کند. مالیدن بطور مرتب و مداوم روغن اسفند به محلی که در اثر ضربه یا افتادن از جایی، فلج و بی حس شده باشد می تواند در درمان آن موثر باشد، چکاندن این روغن در گوش جهت رفع سنگینی و وزوز گوش بغایت مفید است.

دستور تهیه: حدود ۵۰۰ گرم دانه اسفند را پس از نیمکوب کردن بمدت ۲ شبانه روز در آب جوش بخیسانید، سپس آنرا جوشانده تا آب آن نصف شود، بعد آب صاف شده آنرا با ۱۵۰۰ گرم روغن کنگد مخلوط کرده، با آتش ملایم آنقدر بجوشانید تا آبها بخار شود و روغن بماند.

خوردن آن بیماری پرقان (زردی) را درمان می‌کند.

جهت رفع بند آمدگی ادرار ۵ مثقال آب اسفناج تازه را با ۵ مثقال روغن بادام شیرین یا روغن زیتون مخلوط کرده و میل نمایید.

۲- درمان نرله (سینه درد) و زکام با اسفناج: اگر مقداری اسفناج را با باقالی پزید و میل کنید در درمان سرفه و سینه دردی که معمولاً پس از زکام حاصل می‌شود بسیار مفید بوده و آنرا به خوبی درمان می‌کند. همچنین مصرف اسفناج پخته به تنهایی یا بصورت آش اسفناج جهت رفع سرفه‌های خشک، گرفتگی صدا و بخصوص معالجه آسم و تنگی نفس از سوی بسیاری از پزشکان گیاه درمانی تجویز می‌شود.

۳- مصارف درمانی ضماد پخته اسفناج: چنانچه مقداری از اسفناج را پخته و آنرا کوبیده و له کنید و بر مفاصل بمالید جهت رفع درد مفاصل گرم مفید بوده و ورم موضعی را بر طرف می‌کند. گذاشتن آن بر پشت زهار، ادراری که بند آمده باشد را باز می‌کند.

۴- درمان یبوست با اسفناج: اگر مقداری از اسفناج را پخته و آنرا میل نمایید عبور مدفوع در روده بزرگ سریع‌تر و آسانتر می‌شود و به دفع آن از معده به روده‌های کوچک و بزرگ کمک شایانی کرده و در نتیجه یبوست را از بین می‌برد. همچنین دموکرده ۱۰ تا ۲۰ گرم تخم اسفناج با ۲ فنجان آب داروی ملین و مفیدی است که در معالجه یبوست و سختی مدفوع اثری قابل توجه دارد.

فارسی اسفناج گرفته شده است. اسفناج در زبان عربی به «اسبانج» و «اسبناخ»، در زبان انگلیسی به "Spinage" و در زبان فرانسه به "Epinard" شهرت دارد.

مشخصات گیاه: اسفناج گیاهی یک ساله است. برگهای آن همانند چغندر کمی بهین و عریض بوده و پس از پختن در تغذیه بکار میرود. این گیاه در هر نوع زمینی می‌روید و می‌توان آنرا در بهار در زمین پر قوت کشت داد. تخم اسفناج کمی ریز و گرد بوده و به اندازه تخم شنبلیله است. رنگ تخم اسفناج سبز کم رنگ مایل به سفید است. طبیعت اسفناج سرد و معتدل است و از نظر ترکیب و تاثیر که در بدن می‌گذارد می‌توان آنرا تشبیه ترشک «اکسالی»^(۱) دانست. از نظر ترکیب شیمیایی اسفناج تازه دارای ۹۳ درصد آب، مواد چرب، مواد قندی، کلروفیل، لیستین، سکرین، ید، فسفر، آهن، ارسنیک و املاح پتاسیم و کلسیم می‌باشد.

نسخه‌های شفابخش اسفناج

۱- دفع سنگ کلیه و مثانه با اسفناج: چنانچه مقداری اسفناج خام را در دستگاه سبزی خردکنی ریخته و آنرا خوب خرد و ریزه ریزه کرده و آب فشرده آنرا با کمی شکر بخورید و اینکار را برای مدتی ادامه دهید سنگ مثانه را خرد کرده و سوزش ادرار را نیز بر طرف می‌سازد. همچنین

۱۹۰ میلی گرم سدیم و ۷۹۰ میلی گرم پتاسیم است. از این رو مصرف آن به کسانی که کمبود پتاسیم دارند و از بیماری‌ها و عوارض آن رنج می‌برند توصیه می‌شود.

۸- خواص طبی و دارویی تخم اسفنجاج: خوردن هر بار یک قاشق چایخوری (حدود ۶/۵ گرم) از تخم کوبیده اسفنجاج جهت رفع درد معده و روده که از حرارت و گرمی باشد و رفع تب‌های گرم مفید بوده به ویژه اگر تخم آنرا ابتدا کوبیده، بعد خیسانده و سپس آنرا له نموده و شیره آنرا کشیده و میل نمایید جهت رفع تب‌هایی که از غم و غصه (تب دق) و فشارهای روحی و عصبی به وجود آمده باشد و نیز رفع سل و امراض سینه بسیار مفید است. چنانچه تخم اسفنجاج را پخته و آنرا میل نمایید یا بصورت استعمال خارجی بکار برید جهت درمان ورم‌های داخلی و خارجی و تحلیل ورم‌های سخت مفید است. جوشانده تخم اسفنجاج طبیعتی معتدل داشته و جهت درمان یرقان (زردی) و نارسایی کبد، رفع انواع مسمومیتها، سوزش و قطره قطره آمدن ادرار و رفع درد معده و کبد مفید و موثر است.

۹- اثر اسفنجاج در شفاف کردن پارچه‌های ابریشمی: اگر دو مشت از برگ اسفنجاج را در ۲ لیتر آب بجوشانید (به قدری که اسفنجاج پخته شود) و سپس آب آنرا صاف نمایید و پارچه‌های پشمی بخصوص لباسهای سیاه پشمی و ابریشمی را با آن بشوید آنها را براق کرده و شفافیت و جلایی خاص به آنها می‌بخشد.

۵- درمان جوشهای قرمز پوست با اسفنجاج: اگر مقداری اسفنجاج پخته و له شده را با کمی پودر سفیداب قلع مخلوط نموده و بر محل جوشهای پوستی بمالید یا ضماد نمایید در از بین بردن جوشهای قرمز پوست موثر بوده و سوزش و خارش آنها را بر طرف می‌سازد. همچنین مالیدن آب اسفنجاج تازه (شیره اسفنجاج خام) بر پوست و یا قرار دادن برگ اسفنجاج له شده به تنهایی جهت رفع خارش بدن مفید است.

۶- اثر شفایخش اسفنجاج در رفع خستگیها و ناراحتیهای جسمی و عصبی: اسفنجاج به عنوان یک داروی سرشار از آهن نقش مهمی در درمان کم خونی بازی کرده و تعداد گلبولهای خون را زیاد می‌کند از این رو مصرف آن جهت درمان ناراحتیهای جسمی و عصبی که به دلیل کم خونی و کمی آهن موجود در خون می‌باشد تجویز می‌شود. برای اینکار بهتر است یک مشت اسفنجاج و یک مشت شاهمی را شسته و آنرا با دستگاهای سبزی خردکنی، خرد کرده و سپس آب آنرا صاف نموده و هر روز صبح ناشنا یک فنجان آن را میل نمایید.

۷- درمان و عوارض قلبی و قولنج اعصاب با اسفنجاج: پتاسیم یکی از فلزات و عناصر حیاتی است که به میزان قابل توجهی در اسفنجاج وجود دارد. تحقیقات بسیاری از دانشمندان و محققان حاکی از آن است که کمبود پتاسیم در انسان تولید عوارض قلبی و قولنج اعصاب به ویژه در کودکان و افراد پیر و مسن می‌نماید. از سوی دیگر نتایج آزمایشگاهی از تجزیه اسفنجاج نشان می‌دهد که ۱۰۰ گرم اسفنجاج حاوی

انار

Punica granatum

اسامی دیگر انار: فارسی آن انار است و انار شیرین بیدانه را «املیسی» می‌نامند. عربی آن «رمان» و «اللفان» است و در زبان لاتین به *Punica granatum*، در زبان انگلیسی به «Pomegranate» و در زبان فرانسه به «Grenadier» شهرت دارد.

مشخصات گیاه: درخت انار جز درختچه‌ها بوده و میوه آن دارای مقدار کافی ویتامین C و مواد قندی و اسیدهای آلی می‌باشد. پوست ریشه و ساقه درخت انار تانن فراوان دارد. تقریباً تمام قسمتهای درخت انار اعم از ریشه، ساقه، برگ، گل و میوه آن مصارف دارویی دارد. طبیعت میوه انار سرد و تر است.

نسخه‌های شفا بخش انار

۱- درمان بیماریهای سینه و رفع سرفه با انار: اگر انار شیرین را سوراخ کرده، آنرا از روغن بادام شیرین پر کرده و سوراخ آنرا با خمیر گرفته و کنار آتش در تنور یا فر بگذارید و چندین مرتبه حرکت داده تا روغن جذب انار شود و سپس آنرا صاف کرده و در شیشه‌ای بریزید و هر بار که دچار درد و خشکی سینه و سرفه‌های خشک شدید مقداری از آنرا بمکید اثر قابل توجهی در درمان بیماریهای مذکور دارد.

۱۰- خواص طبی روغن اسفناج^(۱): مالیدن روغن اسفناج جهت تسکین درد مفاصل که از گرمی باشد مفید است و جهت تحلیل انواع ورمها به ویژه ورمهای سوداوی مالیدن آن توصیه می‌شود. مالیدن روزانه چندین مرتبه از روغن اسفناج جهت درمان انواع بیماریهای پوستی به خصوص جوش غرور و لک صورت که به دلیل کمبود آهن و پتاسیم در خون باشد مفید بوده و آنها را به خوبی درمان می‌کند. مالیدن روغن اسفناج جهت درمان پوکی استخوان مفید بوده و در درمان رعشه (لرزشهای عضلانی عصبی) موثر است. مالیدن این روغن به محل سوختگی جهت التیام زخمهای سوختگی و رفع ورم آن مفید است.

دستور تهیه روغن اسفناج: ۲۰۰ گرم برگ اسفناج تازه را جوشانده به قدری که آب به نصف رسد سپس با روغن زیتون مخلوط کرده و بجوشانید تا آب بخار شود و روغن بماند.

۱۱- تهیه پادزهر با اسفناج: چنانچه یک مشت اسفناج خام را خوب له کرده و آنرا بر روی ورمهای گزیدگی زنبور و عقرب ضمداد نمایید در تسکین درد و معالجه فوری آن مفید است.

۵- تهیه ضماد ضد خارش پوست با انار: چنانچه انار ترش و شیرین را بطور کامل همراه با پوست و شحم آن خوب پخته و له نمایید و آنرا بر پوست بمالید جهت درمان جرب و خارش پوست مفید است.

دستور دیگر: جهت رفع خارش پوست به ویژه درمان اگرمای پوستی، یک عدد انار را خرد کنید در سرکه بپزید تا کاملاً له شود و به صورت خمیر در آید سپس تخم کدو و مغز تخم خربزه از هر کدام ۲۵ گرم، پوست هلبله زرد ۱۰ گرم، زاج سفید ۵ گرم و گوگرد زرد ۵ گرم نرم ساییده و به خمیر فوق اضافه کرده و بمالید.

۶- تحلیل بردن ورمهای گرم با انار: چنانچه انار را در سرکه کهنه بپزید و آنرا پالانید و ابتدا آب آنرا به محل ورم مالیده و سپس تفاله آنرا به محل ورم ضماد نمایید و ببندید موجب تحلیل ورمهای گرم می شود.

۷- درمان آب آوردن شکم (آسیت) با انار: جهت درمان بیماری استسقاء و رفع آب آوردن شکم، بیمار باید مدتی زیاد انار مصرف کند و یا رب انار را شربت کرده و هر روز ۳ مرتبه میل نماید.

۸- درمان درد گوش با انار: چکاندن روغنی که دستور تهیه آن در زیر شرح داده شده، در گوش تسکین درد گوش مفید است.

دستور تهیه: مقداری روغن گل سرخ یا روغن بادام تلخ را در انار سوراخ شده بپزید و کنار آتش در تنور یا فر بگذارید تا روغن جذب انار شود، سپس روغن را صاف نمایید و چند قطره آنرا در گوش بچکانید.

دستور دیگر: ۱۵ گرم شکر را با ۱۰ گرم نشاسته و ۱۰ گرم صمغ عربی مخلوط کرده، نرم بکوبید و کمی روغن بادام شیرین نیمگرم را به آن افزوده و این معجون را با آب انار شیرین بخورید در درمان سینه درد و رفع سرفه بسیار موثر است.

۲- درمان شوره سر و رفع پوسته شدن آن با انار: جهت رفع شوره سر کافی است ۲۰ گرم پوست انار را با ۱۵ گرم پوست بید و ۱۵ گرم پوست پرتقال خشک شده مخلوط کرده نیمکوب نمایید و به اندازه لازم از آنها را جوشانده و آب آنها را با روغن کرچک مخلوط کرده بر سر بمالید.

۳- دفع صفرا و درمان بیماریهای کبدی با انار: اگر چند عدد انار ترش و شیرین را که پوست آنها را گرفته ولی پیه (سفیدهای داخل انار) آنرا نگرفته باشند راله کرده، آب آنرا صاف نموده و با کمی شکر به قدری که مایل به شیرینی گردد مخلوط نموده و میل نمایید به عنوان دارویی مسهل صفرا و مقوی معده در رفع تهای صفراوی، درمان یرقان (زردی) و کلیه بیماریهایی که ناشی از نارسایی کبد باشد بسیار مفید است.

۴- خشک کردن خون بواسیر با انار: جهت خشک کردن خون بواسیر ۱۰ گرم پوست انار را با ۵ گرم بلوط، ۵ گرم کندر و ۱۰ گرم میوه کاج مخلوط کرده، نرم ساییده، با آب انگور بجوشانید، صبح و عصر ضماد نمایید و این عمل را تا بهبودی کامل ادامه دهید.



گِل انار (گلنار)

۹- رفع اخلاط سوخته با انار: اگر انار را با چاقو به دو نیمه تقسیم کرده و یک نیمه آنرا خشک نمایید و با پوست و دانه و شحم آن، آنرا نرم ساییده و با آب میل کنید جهت رفع اخلاط سوخته و کهنه مفید است.

۱۰- درمان نفخ شکم با انار: چنانچه آب انار را گرفته و با آب جوشاندهٔ عناب، زرشک و آلوچه خشک مخلوط کرده و میل نمایید در رفع نفخ معده و صدا کردن آن موثر است.

۱۱- درمان خونریزی زنانگی با انار: خانمهایی که دچار رگل زبانی هستند و به خونریزی شدید قاعدگی مبتلا شده‌اند چنانچه یک انار را چندتکه کرده و در ظرفی که محتوی یک لیتر آب است ریخته و آنرا جوشانده و بگذارند تا خوب پخته شود و سپس آن را له کرده و آب آنرا صاف نمایند در آب آن بنشینند حیض جاری و خونریزی آنها را قطع می‌کند و آن را به روال طبیعی خود بر می‌گرداند.

۱۲- معالجه خونریزی‌های داخلی معده و سینه با انار: اگر انار را در تور آتش بگذارید به قدری که سوخته شود و سوخته آنرا نرم بکوبید و با کمی عمل خمیر کنید و بر سینه و معده بمالید در درمان خونریزی داخلی سینه و معده موثر است.

دستور مصرف آن به این شرح است:

الف - ۵ گرم از پودر شده انار که تمام آنرا خشک کرده باشند را با کمی آب گرم مخلوط کرده میل نمایند.

ب - ۲۰ گرم ریشه انار را جوشانده و آب صاف شده آن را به مدت ۳ روز صبح ناشتا میل نمایند.

ج - ۲۰ گرم سماق را با آب جوشانده، با ۱۰ گرم پودر ریشه انار مخلوط کرده و میل نمایند.

۱۷- خواص طبی و مصارف دارویی رب انار: مالدن رب انار بر محل بثورات پوستی جهت رفع جوش و رفع خارش پوست و درمان بیماری جرب مفید است. مالدن این رب بر محل جراحات کهنه و بدخیم جهت بهبود آنها مفید است. خوردن رب انار در رفع تشنگی مفرط و قطع تب های گرم مفید بوده و از استفراغ و عادت گل خواری زنان باردار (ویار) جلوگیری می کند.

۱۸- درمان زخم و جراحات داخل بینی با انار: چنانچه انار ترش و شیرین را آب گرفته و آب آنرا در بینی بچکانید موجب بهبودی و التیام زخمها و جراحات داخلی بینی می گردد. چکاندن روغن انار که با روغن بادام گرفته باشند نیز مفید است.

۱۹- درمان جراحات و زخم پاشنه پا با انار: اگر یک مشت برگ انار تازه را در هاون بکوبید و له نمایید و آب و تفاله آنرا بر محل جراحات و

۱۳- رفع آبریزش چشم با انار: جهت درمان آبریزش و ترشح زیادی چشم کافی است مقداری پوست انار را با پوست هلیله زرد مخلوط کرده در گلاب به قدری بجوشانید تا پخته شود سپس با پنبه چشم را با آب آن بشوید.

۱۴- درمان اسهال با انار: چنانچه یک عدد انار را با کمی برنج و جو نیمکوب شده بو داده و بریان کرده در یک ظرف بجوشانید و آنرا بر محل معده و روده در روی پوست بمالید در رفع اسهال و زخم روده مفید است.

غرغره کردن این آب نیز نافع است،
دستور دیگر: پوست خشک انار ترش را با مازو به نسبت مساوی نرم بکوبید و در سرکه بجوشانید تا کاملاً پخته شود و سپس آنرا بیالانید و خشک نمایید و با آن حب هایی به اندازه فلفل ساخته و میل کنید (۱۵ تا ۲۰ عدد) در رفع اسهال مزمن، دل پیچش شکم و زخم روده موثر است.

۱۵- درمان رعاف (خونریزی بینی) با انار: جهت بند آمدن خون دماغ کافی است ۲ گرم پوست انار را با ۱ گرم براده آهن مخلوط کرده نرم بکوبید و در نصف استکان سرکه بریزید و با پنبه در بینی بگذارید.

۱۶- دفع کرم معده با انار: انار (بخصوص انار ترش) به دلیل داشتن درصد بالایی پله تیرین^(۱) کرمهای معده و روده را نابود کرده و آنها را به خوبی دفع می کند.

و نرم بکوبید و با کمی سرکه خمیر کرده در بینی گذارند جهت رفع بدبویی و گندبینی مفید و موثر است.

۲۳- سفید کردن دندان و رفع بدبویی دهان با انار: جهت سفید کردن دندانها، رفع جرم آنها و رفع بدبویی دهان و خوشبو کردن آن کافی است ۷ مثقال گل انار را با ۱/۵ مثقال نشادر، ۲ مثقال مویز کوهی (مویزک)، ۱ مثقال مازو، ۷ مثقال پونه سوخته و ۷ مثقال نمک و عسل سوخته، مخلوط کنید و نرم بکوبید و بر دندانها بکشید.

نوع دیگر: ۱ مثقال گل انار را با ۱ مثقال پوست انار، ۱ مثقال میوه کاج، ۱ مثقال ابله، ۱ مثقال ریشه کبر، ۱ مثقال کف دریا و ۱ مثقال نمک مخلوط کرده نرم بکوبید و بر دندانها بکشید.

۲۴- خواص طبی و دارویی روغن انار^(۱): روغن انار که دستور تهیه آن در بند ۱ و ۸ ذکر شد در درمان بسیاری از امراض از جمله تسکین درد گوش و رفع خونریزی داخل آن (بصورت چکاندن در گوش) بکار می رود، همچنین اگر روغن انار را با روغن بادام شیرین گرفته باشند در درمان خشونت سینه و رفع سرفه بصورت خوراکی مصرف آن توصیه می شود.

مالیدن روغن انار به لثه و بیخ دندان جهت رفع خونریزی و سستی لثه و تقویت آن بکار می رود و در محکم شدن بن دندانهای لق و جنبده موثر

زخم پاکه در اثر تماس آن با کنش حاصل شده باشد بمالید و ضما د نمایید در بهبود و التیام اینگونه جراحات بی نظیر است.

۲۰- معالجه بیماریهای لثه و دهان با انار: پاشیدن ساییده گل انار بر لثه در قطع خون بیخ دندان موثر بوده و باعث التیام و بهبود زخم لثه و دهان و تحلیل ورم آن می گردد.

دستور دیگر: ۲۵ گرم ریشه انار را در یک لیتر آب بجوشانید و هر بار نصف استکان آن را در دهان مضمضه کنید و فرو برید موجب تسکین درد دندان و بهبود زخم لثه می گردد.

دستور دیگر: جهت رفع خونریزی لثه و درمان عفونت آن بهتر است ۱ مثقال گل انار و ۱ مثقال پوست آنرا با ۱ مثقال چوب درخت گز و ۱ مثقال مازو مخلوط کرده بجوشانید و مضمضه نمایید. (در صورت موجود نبودن چوب درخت گز و مازو می توان از زردچوبه و سماق استفاده کرد)

نوع دیگر: پوست انار را با گل زوفا، نمک، طباشیر و کبابه چینی مخلوط کنید نرم بکوبید و به لثه و بن دندان بمالید.

۲۱- معالجه قی و ضعف معده با انار: جهت درمان ضعف معده و رفع قی کافی است ۱۰ گرم انار ترش را با ۱۰ گرم مویز و ۲ مثقال زیره نرم بکوبید و میل نمایید.

۲۲- درمان بدبویی بینی با انار: چنانچه ۱ مثقال پوست انار ترش را با ۵/۰ مثقال زاج زرد، ۵/۰ مثقال میخک و ۵/۰ مثقال مُرَمُکِی مخلوط کرده

انجیر از تیره توت است و میوه آن سرشار از مواد قندی و ویتامین است. بطوری که ۱۰ گرم انجیر تازه، ۹۰ کالری انرژی، ۲ گرم گلوکسید و حدود ۱۹۰ میلی گرم پتاسیم دارد.

نسخه‌های شفابخش انجیر

۱- **معالجه لاغری و ضعفی بدن با انجیر:** جهت درمان لاغری و چاق شدن بایستی ۴۰ روز، هر روز صبح مقداری انجیر را با کمی بادیان رومی (انیسون) میل نمود تا سستی و ضعف بدن رفع و شخص لاغر چاق گردد.

۲- **جلوگیری از رویش موهای زائد صورت و بدن با انجیر:** جهت نیروبخش کردن موها کافی است پس از کندن مو، جیره و سرنج یا کف دریا و زاج را نرم ساییده در آب انجیر حل کرده بمالند یا خاکستر گیاه کبر را در شیوه انجیر بپزند و بمالند.

۳- **درمان ورم بناگوش با انجیر:** چنانچه چند عدد انجیر را له کرده و با آرد جو مخلوط نموده و بر محل ورم ضمداد نمایند و ببندند ورم بناگوش را رفع و دمل را باز می‌کند. همچنین ضماد انجیر له شده با پودر پوست انار جهت رفع بی حسی اعضا فلیج و خونمرده به ویژه در ناحیه گوش مفید است.

است. مالیدن این روغن به متعد جهت قطع خون بواسیر و رفع امراض متعد مفید است.

۲۵- **درمان احتلام و شب ادراری (سلس البول) با انار:** چنانچه حدود ۵ مثقال از پوست انار خشک شده تمیز را نرم ساییده و با حدود ۱۲ مثقال شکر مخلوط کرده و روزی ۳ مثقال (۳ قاشق مرباخوری) از آنرا میل نمایید در درمان احتلام و شب ادراری بسیار مفید و موثر است.

انجیر

Ficus Carica

اسامی دیگر انجیر: فارسی آن انجیر است. اعراب به آن «تین» می‌گویند و به «حافر النفط» نیز معروف است. در یونان قدیم به انجیر سیاه «حرمل» و به انجیر سرخ «جمیز واسفور» می‌گفتند. در برخی کتب خارجی از انجیر با نام فیکوس یاد شده است. انجیر در زبان فرانسه به *Figure* در زبان لاتین به *Ficus Carica* و در زبان انگلیسی به "Common fig" معروف است.

مشخصات کلی انجیر: طبیعت انجیر گرم است. درخت انجیر در بیشتر مناطق ایران می‌روید. ولی انجیر استهبان از همه معروفیت بیشتری دارد. برگ، میوه و چوب درخت انجیر بیشتر به مصارف دارویی می‌رسد.

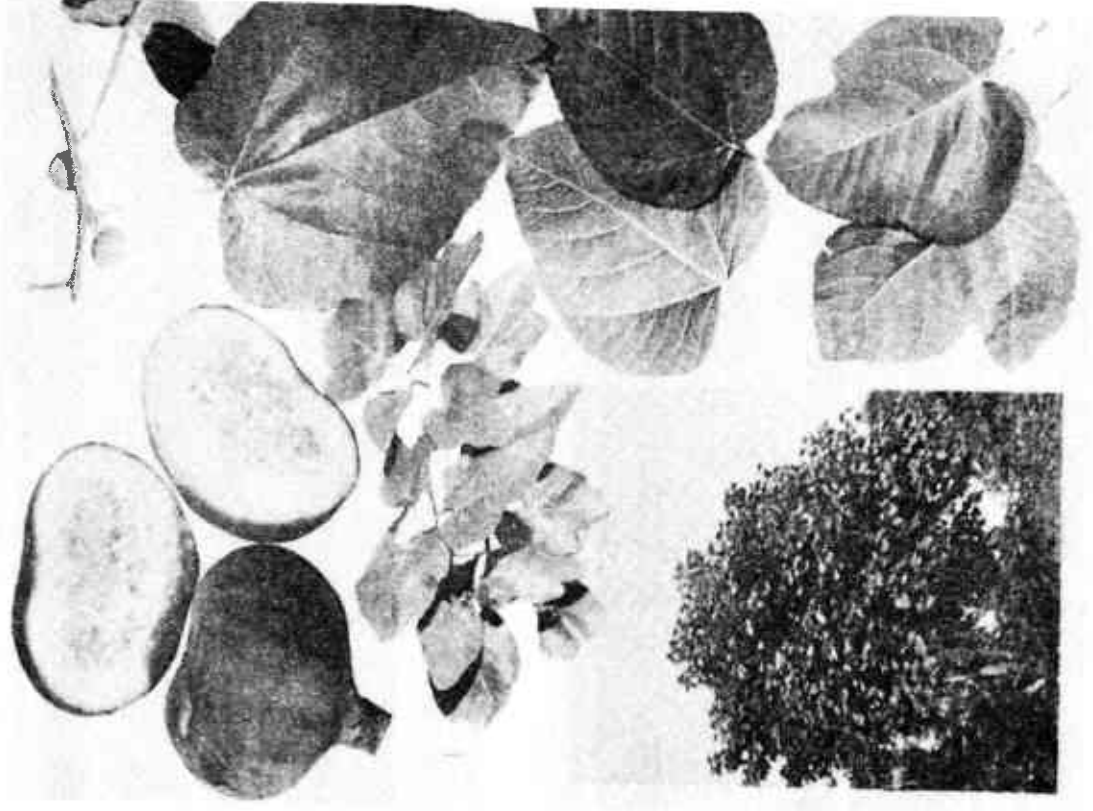
۴- درمان زخم و جراحات با انجیر: اگر چند انجیر تازه را له کرده و آنرا با زاج کوبیده مخلوط نمایید و بصورت خمیر درآورده و بر محل زخم به ویژه زخم و ترک پاشنه یا ضماد کنید در التیام و بهبود زخمها و جراحات اثری نیکو دارد.

۵- درمان خارش گوش با انجیر: چنانچه خردل را له کرده و با چند عدد انجیر له شده خمیر نمایید و فنیله کرده در گوش گذارید جهت رفع خارش گوش مجرب است.

۶- درمان لک و مک و برص با انجیر: جهت رفع لک و مک و لک سفید روی پوست (برص) کافی است چند عدد انجیر تازه را له کرده و با کمی بوره ارمنی (بوراکس) مخلوط کنید و بر پوست بمالید و این عمل را چندین بار تکرار نمایید. همچنین ضماد کوبیده انجیر نارس با شنبلیله و با آرد جو مفید است.

۷- تهیه شربت طبی ضد آسم با انجیر: جهت تهیه شربت ضد آسم باید ۳۰ گرم انجیر را با گیاهان گل ختمی، گل زوفا، رازیانه، گل بنفشه، سپستان و گل گاوزبان مخلوط کرده و بجوشانید و آب آنرا با کمی شکر به قوام آورید و میل نمایید.

۸- درمان بیماریهای سینه و ریه با انجیر: اگر مستداری برگ شنبلیله را در یک قابلمه ریخته و چند عدد انجیر تازه را به آن افزوده و به



درخت انجیر و اجزای آن

ورم و ترک سرمازدگی پوست بمالید ترکیدگی هر نقطه از بدن که از سرما باشد را درمان و معالجه می‌کند. همچنین اگر برگ خشک انجیر را نرم ساییده و با سرکه خمیر کنید و بمالید زبری و خشونت پوست را بر طرف می‌کند.

۱۲- درمان سردرد با انجیر: جهت درمان سردردهایی که معمولاً پس از بیدار شدن از خوابهای عمیق به وجود می‌آید مقداری خاکستر چوب درخت انجیر را در سرکه حل کنید و بر پیشانی و سر بمالید.

۱۳- بیرون آوردن استخوان، تیغ و خار از زیر پوست با انجیر: چنانچه مقداری برگ خشک‌خاش را نرم ساییده و با پخته انجیر نارس مخلوط کنید و خوب مالش دهید و آنرا بر محلی که استخوان ریزه یا تیغ و خار در میان زخم یا در پوست مانده باشد ضماط نمایید در نرم شدن محیط اطراف تیغ یا خار موثر بوده و موجب سهولت در بیرون آمدن تیغ، خار یا استخوان از آن نقطه می‌گردد.

۱۴- معالجه زخمهای آبدار و چرکین با انجیر: اگر مقداری انجیر نارس راله کرده و با پودر نمک و کمی سرکه مخلوط نموده و بر محل زخمهای چرکین و عفونی ضماط نمایید، موجب خشک کردن چرکها و عفونت‌های آن گردیده و در بهبود اینگونه زخمها موثر است.

قدری بجوشانید تا پخته شود و آب آنرا صاف نمایید و روزی یک قاشق مرباخوری از آنرا میل کنید رفع خشونت سینه می‌کند و عفونتهای ریوی و تنفسی شما را به خوبی درمان می‌کند.

دستور دیگر: جهت پاک کردن چرک و عفونت از ریه، خوردن جوشانده تخم شنبلیله و انجیر یا جوشانده گل زوفا و انجیر در چند روز صبح ناشتا بسیار مفید است.

دستور دیگر: جهت رفع سرفه‌های خشک خوردن جوشانده انجیر، ریشه شیرین بیان و گل‌قند در چند روز متوالی بسیار موثر است.

۹- درمان نفخ معده با انجیر: چنانچه انجیر را پخته و آب صاف شده آنرا همراه با کمی پودر سداب و پودر انیسون مخلوط کرده و میل نمایید به عنوان بادشکن قوی عمل کرده و اثر نیکویی در رفع گرفتگی روده و معده داشته و نفخ و ورم آنها را بر طرف می‌کند.

۱۰- سفید کردن دندانها با انجیر: اگر چند عدد انجیر را در تنور یا فر بگذارید به قدری که سوخته شود و سپس آنرا نرم ساییده و به وسیله مسواک تر یا با انگشت تر تمیز به دندانها بکشید در سفید کردن دندانهای شما بی‌مانند بوده و در قطع خونریزی لثه نیز مفید است.

۱۱- درمان ترک سرمازدگی با انجیر: اگر چند انجیر را به قدری بجوشانید تا خوب پخته و نرم گردد و آنرا پالانده و با کمی روغن کنجد یا بادام و کمی موم ذوب شده مخلوط نمایید و از آن مرهم تهیه کنید و بر محل

۱۹- درمان ورم طحال با انجیر: چنانچه روزانه ۸۰ گرم انجیر را در سرکه خیسانده و فردای آن روز ۵ دانه آنرا صبح ناشتا میل نمایید و بقیه را کوبیده، له کرده و بر محل طحال ضماص کنید و این عمل را به مدت ۷ روز تکرار کنید موجب تحلیل ورم و رفع درد و رنج حاصل از ورم طحال می گردد.

۲۰- تسکین درد دندان با انجیر: اگر مقداری از شیر درخت انجیر را به پنبه زده و بر بن دندان بمالید یا در حفره دندان کرم خورده بگذارید در تسکین فوری درد دندان موثر بوده و آن را به خوبی بر طرف می کند.

۲۱- تقویت شهوت و قوای جنسی و تقویت حافظه با انجیر: چنانچه چند عدد انجیر خشک شده را نرم ساییده و با آسیاب کرده مغز گردو، پسته و بادام مخلوط نمایید و هر روز ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری از آنرا میل کنید جهت تقویت قوه باه، نیروی حافظه و رفع نسیان (فراموشی) بسیار مفید است.

۱۵- تحلیل ورم خنازیر و تومورهای سرطانی با انجیر: چنانچه چند انجیر نارس را به قدری جوشانده تا خوب پخته و نرم شود سپس آنرا بر محل خنازیر ضماص کنید موجب تحلیل ورم خنازیر گردیده و در نرم شدن عضلات و ماهیچه های سفت شده به ویژه در ناحیه غدد و تومورهای سرطانی اثری نیکو دارد.

۱۶- درمان بیماریهای رحم و زنان با انجیر: خانمهایی که خون حیض آنها بند آمده و یا رحم آنها عفونی و چرکین شده چنانچه چند زرده تخم مرغ را با انجیر نارس له شده مخلوط نمایند و در پارچه نازک نخی ریخته و آنرا فشرده و از جلو بر خود بگیرند باعث باز شدن خون حیض آنها گردیده و همچنین در تسهیل امر زایمان و بیرون آمدن جنین از شکم به مادران کمک کرده و در پاک سازی رحم آنها از عفونتها مفید است.

۱۷- از بین بردن زگیل و میخچه پا با انجیر: چنانچه مقداری از پودر انجیر نارس را با کمی پیه بزرگه قیلا "آترا ذوب کرده اید مخلوط نموده و بر محل زگیل و میخچه پا ضماص کنید در از بین بردن زگیل و میخچه پا موثر بوده و آنرا به خوبی درمان می کند. مالیدن شیره انجیر نیز جهت رفع زگیل و میخچه پا بکار می رود.

۱۸- درمان ریزش موی سر با انجیر: برگ انجیر به دلیل داشتن درصد بالایی گوگرد در آن جهت تقویت پیاز مو و رفع ریزش مو دارویی مناسب است. به همین منظور کافی است روزانه سر را با آب جوشانده ۲۰ گرم برگ انجیر در یک لیتر آب چندین مرتبه شستشو دهید.

نسخه‌های شفابخش بابونه

۱- **درمان بی‌اشتهایی با بابونه:** جهت درمان بی‌اشتهایی و میل به غذا خوردن پیدا کردن هر روز یک ساعت قبل از غذا خوردن حدود ۲ گرم (۱ قاشق غذاخوری) از پودر بابونه را کفلمه نمایید.

دستور دیگر: ۱۰ تا ۲۰ گرم گل و ساقه بابونه خشک شده را در یک لیتر آب جوش دم کرده و ۵ دقیقه بگذارید تا دم بکشد بعد آنرا کمی شیرین کنید و قبل از هر غذا یک فنجان از آنرا بنوشید.

۲- **تقویت شهوت و قوه باه با بابونه:** اگر مقداری گل بابونه را جوشانده و آب آنرا صاف نموده و به کثاله ران‌ها و آلت و بیضه بمالند قوه جماع را تقویت می‌کند و جهت مایوسین مصرف آن توصیه می‌شود،

دستور دیگر: ۵ گرم از پودر ریشه بابونه را با عسل خمیر کرده و مقداری تخم کرفس پودر شده را به آن افزوده و حب‌هایی بسازید و روزی ۲ حب آنرا میل نمایید در تقویت شهوت بسیار مفید است.

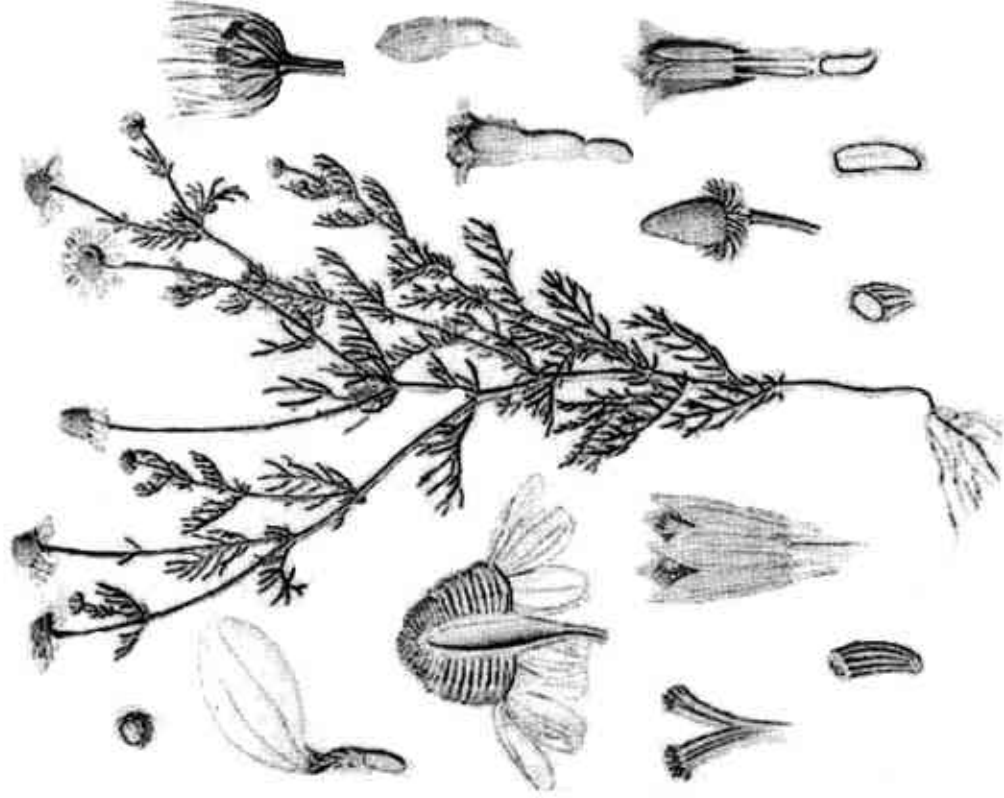
۳- **رفع گرفتگی عضلات و ماهیچه‌ها با بابونه:** اگر مقداری از گل بابونه را در نیم لیتر آب جوشانده یا مقداری از گل بابونه خشک شده را نرم ساییده و با کمی پودر چغندر مخلوط کرده و آنرا با روغن کنجد و موم که قبلاً آنرا ذوب نموده‌اید به صورت مرهم در آورید و بر موضع بمالید جهت رفع گرفتگی ماهیچه‌ها و عروق (رگها) و تسکین درد عضلات و مفاصل مفید است.

بابونه

Anthemis Nobilis

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه بابونه است. به آن «بابونج» و «بابونق» هم می‌گویند. در برخی کتب طب قدیم از بابونه بانامهای «حبیب القبر» و «خامامالین» نیز یاد کرده‌اند. این گیاه در زیان لاتین به *Anthemis Nobilis* در زیان فرانسه به *Comomille* و در زیان انگلیسی به *Matricaria Comomilla* معروف است.

مشخصات کلی گیاه: بابونه گیاهی است از تیره گل‌مینا و بیشتر در زمینهای خشن و دامنه‌ها و دشت‌ها و باغ‌ها در کنار جویهای آب می‌روید. گل‌های بابونه زرد، سفید یا ارغوانی است (گل‌های لوله‌ای وسط نهج بابونه زرد رنگ و گل‌های زبانه‌ای اطراف آن سفید رنگ است). طبیعت بابونه گرم و خشک است. ارتفاع ساقه‌های گل بابونه متغیر است بطوری که در دامنه کوه‌ها بلندی آن ۱۰ الی ۲۰ سانتیمتر ولی در دشت‌ها و باغ‌ها گاهی اوقات تا یک متر هم می‌رسد. زمان چیدن گل‌های بابونه باید در هنگام اول گل دادن آن یعنی اواخر خرداد تا اوایل تیر باشد. بابونه چندین نوع دارد. (بابونه معمولی، بابونه رومی، بابونه گاوی یا گاو چشم) و در این جامراد ما بابونه معمولی است. تقریباً کلیه قسمتهای گیاه مصارف درمانی دارد.



بابونه گاو و اجزای آن

۴- رفع گرفتگی چهره و درمان تیرگی پوست با بابونه: اگر مقداری از گل بابونه را جوشانده و آب صاف شده آنرا با کمی سرکه کهنه یا آبلیمو مخلوط نمایید و بر روی پوست صورت بمالید اثر نیکویی در روشن شدن پوست و رفع تیرگی آن داشته و موجب باز شدن رنگ چهره می گردد جهت بر طرف کردن جوشهای غرور ابتدا صورت را با آب جوشانده بابونه شسته و تا هنوز خیس است سفیداب کف روی آن بمالید.

۵- رفع سردرد و امراض دماغی با بابونه: چنانچه ۳ مثقال از گل بابونه را در نیم لیتر آب به مدت ۱۰ دقیقه دم کرده و آب صاف شده آنرا با ۴ قاشق مرباخوری عسل شیرین نمایید و بعد از هر وعده غذا یک فنجان میل کنید در درمان امراض دماغی به ویژه سردردهای عصبی موثر است.

۶- درمان ورم ملتحمه بهاره یا حساسیت چشمی با بابونه: جهت درمان ورم ملتحمه هر روز یک قاشق مرباخوری از گیاهان بابونه، مغز ناخنک و گل بنفشه (هر کدام ۲۵ گرم) را در یک لیوان آب جوشانده صاف نمایید و چشم را در ۳ نوبت صبح، ظهر و شب با آب آن بشوید.

۷- درمان آبریزش چشم با بابونه: چنانچه ۲۵ گرم گل بابونه در یک لیتر آب جوشانده و آب صاف شده آنرا دوباره جوشانده و بخور آنرا به صورت و چشم ها بدهید آبریزش چشم را بر طرف می کند. همچنین شستن چشم با آب جوشانده و پخته بابونه در تسکین درد چشم نافع است.

۱۱- خواص طبی و مصارف دارویی روغن بابونه^(۱): مالیدن

روغن بابونه جهت فروکش کردن ورمها مفید بوده و در خشک کردن عفونت و چرک زخمهای چرکین بسیار موثر است. مالیدن این روغن به پوست موجب نرم شدن پوست گردیده و از ترک پوست جلوگیری می کند. مالیدن روغن بابونه به مفاصل در تسکین درد عصب سیاتیک و درد روماتیسم مفید بوده و در درمان ورم ملتحمه، تحلیل ورمها و دمل های چرکین موثر است. مالیدن این روغن به سر جهت رفع زبری و خشکی مو، درمان ریزش مو و تقویت پیاز مو مفید و موثر است.

خوردن ۲ تا ۵ قطره از روغن بابونه جهت تسکین درد معده بکار می رود. مالیدن روغن بابونه به پوست اثر قابل توجهی در روشن کردن پوست و رفع لک و کک مک دارد. ضماد روغن بابونه به پوست به عنوان دارویی معرق (عرق آور) مصرف دارویی دارد. مالیدن این روغن به پیشانی جهت رفع سردردهای سوداوی مفید است. مالیدن روغن بابونه به محل فرورفتگی مقعد اطفال جهت خروج آن موثر است. ضماد روغن بابونه به محل کلیه در روی پوست (پهلوی) در اخراج سنگ کلیه (به دلیل خاصیت گرم کنندگی و تسریع سرعت گردش خون در کلیه) موثر است. همچنین جهت تحلیل ورم مثانه و بیضه (در مزاحهای گرم و پر خون) سریع الاثر است.

طرز تهیه روغن بابونه: (روش اول) حدود ۱۰۰ گرم گل بابونه تازه را در ۴۰۰ گرم روغن زیتون خیس کرده در آفتاب گذارید و هفته ای یک مرتبه روغن آنرا تجدید نمایید (البته اگر مدت آن بیشتر باشد مفیدتر است)

۸- درمان کرم معده و روده با بابونه: اگر کسی که به انگل و کرم معده و روده مبتلاست هر روز یک قاشق سوپخوری از برگ و گل خشک شده بابونه را در یک استکان آب به مدت ۱۰ دقیقه بجوشاند و سپس به مدت ۱۰ دقیقه هم بگذارد تا دم بکشد و صبح ناشتا یک فنجان و ظهر و شب هم نیم ساعت قبل از غذا یک فنجان از آن را بدون قند میل نماید اثر قابل توجهی در دفع اینگونه کرم ها و انگل ها از روده و معده دارد.

۹- تهیه ماسک زیبایی با بابونه: جهت تهیه ماسک زیبایی بابونه، ۵ مثقال گل بابونه را با ۵ مثقال گل خنمی مخلوط کرده و به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه جوشانده و آب صاف شده آنرا با کمی آب و کمی آبلیمو مخلوط کرده و صورت را ابتدا شسته و خشک نمایید سپس آنرا بر روی پوست صورت بمالید این ماسک اثر قابل توجهی در رفع جوشهای قرمز و ریز صورت (جوش غرور) داشته و پوست را نرم و لطیف می کند.

۱۰- درمان قطع قاعدگی زنان با بابونه: اگر زنی که دوره عادت ماهانه وی به تعویق افتاده است حدود ۲۰ گرم گل بابونه را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارد ۱۰ دقیقه دم بکشد، سپس آب صاف شده آنرا در ظرفی بریزد و در آن بنشیند موجب به جریان افتادن و باز شدن خون حیض در او می شود.

دستور دیگر: اگر ۱۰ گرم بابونه را با کمی درمنه ترکی، آویشن شیرازی و شویید مخلوط کرده و آنرا جوشانده و سر را با آب آن بشویید و تناله آنها را بر سر ضماد نمایید در رفع سردردهای نیمه سری و میگرنی موثر است. همچنین بخور این گیاهان مفید و موثر است.

۱۵ - معالجه اختلالات فکری و ذهنی با بابونه: چنانچه هر روز مقداری گل بابونه را جوشانده و سر را با آن بخور دهید جهت درمان اختلالات فکری و ذهنی مفید است.

دستور دیگر: اگر ۵۰ گرم بابونه را با ۵۰ گرم گل ختمی و ۵۰ گرم گل زوفا مخلوط کرده و ۱۰ روز متوالی روزی یک قسمت آنرا جوشانده و آب آنرا به سر و صورت بمالید و یا سر و صورت را با آب آن بشویید یا آب آنرا پاشویه نمایید در درمان اختلالات مذکور مفید است.

۱۶ - درمان نارسایی کبد با بابونه: جهت تقویت کبد و رفع نارسایی آن ۴ گرم گل بابونه را با ۳ گرم انیسون و ۳ گرم نعناع مخلوط کرده در یک لیتر آب دم کرده و روزانه یک فنجان از آنرا میل نمایید.

۱۷ - از بین بردن لک و مک پوست با بابونه: جهت روشن شدن پوست هر روز ابتدا صورت را شسته و خشک نمایید و آنرا با روغن بادام تلخ چرب کنید و سپس صورت را با آب بابونه شستشو دهید.

دستور دیگر: جهت رفع جوشهای صورت به ویژه در پوستهای چرب حدود ۲۰ مثقال پودر بابونه را با ۶ مثقال آرد جو و ۶ مثقال پودر برگ سدر

روش دوم: حدود ۱۰۰ گرم گل بابونه را با مقداری آب بجوشانید تا آب آن نصف شود، سپس آنرا صاف نموده در ۴۰۰ گرم روغن زیتون بجوشانید به قدری که آنها بخار شود و روغن بماند.

۱۲ - اثر بابونه در شفاف و براق کردن و حالت دادن موی سر: چنانچه کسی دارای موهای زبر و خشن است هر روز جوشانده بابونه را که غلظت آن حدود ۲۰ درصد باشد و مدت جوشاندن آن نیز ۲۰ دقیقه باشد را تهیه کرده و سر و موهای خود را با آب غلیظ آن شستشو دهد اثر قابل توجهی در بهداشت مو و شفاف و درخشان کردن مو دارد. همچنین جهت نرم شدن موها ۲۰ گرم گل بابونه را با ۱۰ گرم کتیرا مخلوط کرده و نرم ساییده و با مقداری آب خمیر کرده و بر سر گذارید و پس از ۲۰ دقیقه آنرا بشویید و اثر قابل توجه آنرا در رفع زبری و خشنی موها ببینید.

۱۳ - تهیه داروی ضد ریزش مو با بابونه: جهت تهیه داروی مقوی مو و رفع ریزش آن ۲۰ گرم بابونه را با ۱۰ گرم گل ختمی، ۵ گرم تخم ختمی، ۵ گرم قهوه خام، ۱۰ گرم برگ مورد، ۱۵ گرم گل سرشوی، ۵ گرم کتیرا و ۴ گرم آویشن مخلوط کرده و نرم ساییده و هر شب مقداری از آنرا خمیر کرده و پس از ۱۵ دقیقه خیساندن آن در آب، سر را با آن بشویید.

۱۴ - درمان سردردهای میگرنی با بابونه: چکاندن روغن بابونه شیرازی معطر در بینی و مالیدن آن به پیشانی جهت رفع سردرد میگرنی و یک طرفه مفید است.



بابونه اصلی و اجزای آن

مخلوط کرده و در مقداری زرده تخم مرغ حل نمایید و چندین مرتبه بمالید.

۱۸- رفع بدبویی عرق با بابونه: چنانچه روزانه ۲۵ گرم بابونه شیرازی معطر را در ۱/۵ لیتر آب بجوشانید و محل عرق کرده و بد بو را با آب صاف شده آن شستشو دهید جهت رفع بدبویی عرق مجرب است.

۱۹- تهیه پماد طبی و گیاهی با بابونه: جهت تهیه پماد طبی بابونه ۶ گرم گل خشک شده بابونه را در نیم لیتر روغن زیتون به مدت ۳ ساعت به روش بن ماری حرارت داده و بعد حدود ۲ مثقال کافور در آن حل کرده و خوب به هم بزنید و در موقع نیاز بکار برید. (روغن بن ماری روش حرارت غیر مستقیم است که در آن گیاه را در ظرفی همراه با کمی آب ریخته و آن را داخل ظرف دیگری که محتوی آب در حال جوشیدن است قرار داده و حرارت می دهند).

خواص پماد طبی بابونه: مالیدن این پماد به مفاصل جهت تسکین درد روماتیسم و درمان نفرس مفید است. ضماد این پماد به محل بریدگی و زخم پوست در التیام فوری زخمهای عفونی و چرکین، ترک خوردگی پوست و رفع خارش جوشهای پوستی مجرب است.

زبان انگلیسی به *Bitter Almond* و در زبان فرانسه به *Amande Amere* شهرت دارد.

مشخصات کلی بادام تلخ: درخت بادام تلخ بیشتر در نواحی معتدل زمین به ویژه در دامنه کوهها و کوهپایه‌ها می‌روید. طبیعت بادام تلخ گرم است. و بیشترین قسمت مورد استفاده آن مغز میوه آن یعنی مغز بادام تلخ است که برای روغن گیری و سایر مصارف دارویی از آن استفاده می‌کنند و سایر قسمتها یعنی برگ، ریشه و ساقه درخت بادام تلخ کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند.

نسخه‌های شفا بخش بادام تلخ

۱- **درمان امراض کلیه و مثانه با بادام تلخ:** چنانچه مغز بادام را خرد کرده و با کمی نشاسته و نعناع مخلوط کرده و در کمی گلاب، پخته و آنرا بیالانید و میل کنید در رفع امراض کلیه در دراز مدت موثر است.

۲- **معالجه قولنج و رفع درد معده با بادام تلخ:** اگر مغز بادام تلخ را خرد کرده هر روز مقداری از آنرا با آب و عسل مخلوط کرده و میل نمایید در رفع قولنج، پیچش شکم و تسکین درد معده مفید و موثر است (اگر با مقداری تخم کرفس بودر شده مخلوط کنید و آنرا میل نمایید مفیدتر است)

۲۰- **خواص طبی و مصارف دارویی اسانس بابونه^(۱):** مالیدن اسانس بابونه به پیشانی جهت رفع سردرد به ویژه سردردهای میگرنی و عصبی مفید است. اسانس بابونه روشن کننده پوست بوده و از تیرگی آن جلوگیری می‌کند. مالیدن آن به سر ریشش مو را نابود کرده و آن را به خوبی درمان می‌کند.

مشخصات کلی اسانس بابونه: گل‌های بابونه دارای اسانسی به مقدار ۰/۳۶ تا ۰/۲۰ درصد میباشند. این اسانس در حالت تازه، رنگ آبی تیره دارد که مربوط به وجود ماده‌ای به نام آزولین^(۲) در آن است و تدریجاً با تاثیر هوا و نور، رنگ آن سبز و قهوه‌ای می‌شود.

دستور تهیه اسانس بابونه: دستور تهیه اسانس بابونه شبیه دستور تهیه اسانس اسطوخودوس است.

بادام تلخ

Amygdalus Amara

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه بادام تلخ است در زبان عربی به آن «لوزم» می‌گویند این گیاه در زبان لاتین به *Amygdalus Amara*، در

1-Essee Anthemis Nobilis

2- Azolene

نوشابه‌های الکلی با بادام تلخ: چنانچه کسی ۴ مثقال از مغز بادام تلخ که قبلاً آنرا کوبیده و له نموده است را صبح ناشتا میل کند مانع مستی شراب شده و مستی و خمار بعد از مصرف شراب را رفع می نماید.

۸- رفع لک صورت و درمان برص با بادام تلخ: ریشه درخت بادام تلخ دارای طبیعتی گرم و خشک است چنانچه کسی مقداری از آنرا نرم کوبیده و با روغن گل سرخ و سرکه خمیر نماید و بر محل لک و پیس پوست بمالد در رفع اینگونه لک‌ها و درمان بیماری برص موثر است. همچنین اگر برگ درخت بادام تلخ را جوشانده و با آب جوشانده بابونه مخلوط نماید و بر پوست صورت بمالد در رفع لک‌های صورت مفید و موثر است.

۹- دفع کرم معده و روده با بادام تلخ: چنانچه کسی که به مبتلا به کرم معده باشد چند روز متوالی از آب پخته ریشه درخت بادام تلخ را میل نماید یا مغز بادام تلخ را له کرده و هر روز یک قاشق مرباخوری از آن میل نماید کرمهای معده و روده را نابود کرده و به خوبی آنها را دفع می کند.

۱۰- معالجه سوختگی آتش با بادام تلخ: اگر مقداری از ریشه درخت بادام تلخ را در تنور نهاده به قدری که سوخته شود و بعد خاکستر آنرا نرم ساییده و به عضو سوخته شده بپاشند جهت تسکین سوزش و درد سوختگی و بهبود زخم آن سریع العلاج است. همچنین مالیدن روغن بادام تلخ مفید است.

۳- درمان قطع عادت ماهانه زنان با بادام تلخ: چنانچه زنی مقداری روغن بادام تلخ یا مقداری مغز بادام تلخ له شده را بخود بگیرد اگر باردار باشد سبب سقط جنین و چنانچه باردار نباشد و عادت ماهانه اش به تعویق افتاده باشد سبب باز شدن عادت ماهانه او خواهد شد.

۴- از بین بردن بشورات (جوشهای) پوستی با بادام تلخ: اگر مقداری مغز بادام تلخ را له کرده و با کمی سرکه کهنه مخلوط نمایید و بر محل جوشهای خشک صورت بمالید علاوه بر رفع آنها در درمان سایر امراض پوستی نظیر جرب و خارش پوست نیز موثر است. مالیدن روغن بادام تلخ به پوست هم مفید است.

۵- درمان سردرد با بادام تلخ: جهت رفع سردردهای کهنه چند بادام تلخ را بکوبید و آنرا با سرکه خمیر کنید و بر پیشانی و سر ضماد نمایید در صورت نبود بادام تلخ و سرکه می توانید چند قطره روغن بادام تلخ را در بینی بچکانید.

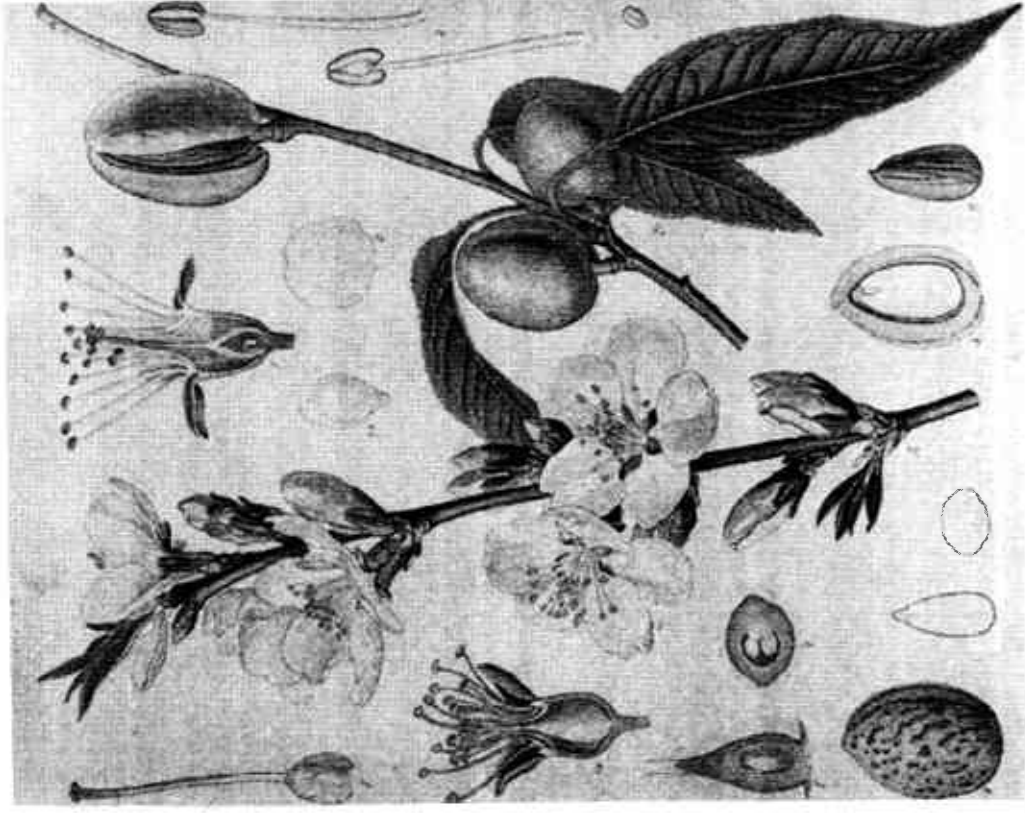
۶- درمان کزاز پوستی با بادام تلخ: اگر مقداری برگ بادام تلخ را در مقداری آب به قدری بجوشانید تا پخته شود و سپس آب صاف شده آنرا با کمی سرکه کهنه مخلوط نموده و بر محل کزاز بمالید در درمان بیماری کزاز موثر است. همچنین ضماد پودر برگ درخت بادام تلخ و مغز بادام تلخ له شده با کمی سرکه به محل کزاز در درمان آن موثر است.

۷- از بین بردن مستی و خماری ناشی از مصرف شراب و

۱۱- تسکین درد گوش با بادام تلخ: چنانچه چند قطره از روغن بادام تلخ را در گوش کسی که به گوش درد دچار گشته بچکانند درد گوش را ساکت کرده و در رفع سنگینی و بر طرف صدای گوش نیز مجرب است.

۱۲- درمان خشکی و گرفتگی بینی با بادام تلخ: اگر هر روز صبح ابتدا بینی را شسته و داخل آنرا از فصولات پاک کرده و سپس خشک کنند و بعد چند قطره روغن بادام تلخ را در بینی بچکانند و داخل آنرا به روغن آغشته نمایند باعث مرطوب شدن واز بین رفتن خشکی آن می گردد.

۱۳- خواص طبی و مصارف دارویی روغن بادام تلخ^(۱): خوردن روغن بادام تلخ جهت رفع رطوبت معده مفید بوده و پزشکان سنتی ایران از آن به عنوان مسهل و حل کننده اخلاط غلیظ سوداوی معده و روده استفاده می کردند. خوردن این روغن جهت رفع گرفتگی روده و عدم کارکرد معده مفید است. مالیدن این روغن در رفع چین و چروک صورت و آثار لک و بدرنگی پوست بکار می رود. مالیدن مداوم این روغن موجب رفع زبری و خشکی پوست و همچنین درمان حساسیت پوستی می گردد و ترکهای پوستی را به خوبی درمان می کند. مالیدن این روغن به سر جهت تقویت پیاز مو و رفع ریزش آن مجرب است. مالیدن روغن بادام تلخ به پهلوی به عنوان دارویی گرم کننده خون و تسریع کننده سرعت گردش خون جهت درمان نارسایی کلیه در مزاجهای سرد موثر است. مالیدن این روغن به پوست در رفع اگزمای پوستی مفید است.



درخت بادام تلخ و اجزای آن

۱۷- تهیه داروی ضد ریزش مو با بادام تلخ: چنانچه ۲ مثقال پوست فندق را سوزانده و با ۱ مثقال از رنده پیاز عصاره مخلوط کرده و با نصف استکان روغن بادام تلخ بیامیزید و هر روز بمالید در تقویت پیاز مو و جلوگیری از ریزش مو بسیار مفید است.

۱۸- دستور تهیه روغن بنفشه بادام: جهت تهیه روغن بنفشه بادام، مغز بادام را خرد کرده با گل بنفشه تازه در کیسه‌ای بریزید و مکرراً بمالید و بکوبید بعد پارچه را محکم فشار داده تا روغن خارج شود.

خواص دارویی روغن بنفشه بادام: مالدین روغن بنفشه بادام بداخل بینی دارویی موثر جهت درمان آلرژی (حساسیت فصلی) و زیاد عطسه کردن می‌باشد. مالدین آن به پیشانی سردردهای میگرنی و سینوزیتی را بر طرف کرده و در رفع تب موثر است.

بالنگ

Citrus Medica

اسامی دیگر بالنگ: فارسی آن بالنگ است ولی در برخی از کتب طبی از نوع کوچک آن با نام «ترنج» یا «اترج» و از نوع بزرگ آن با نام بالنگ و «بادرنگ» یاد کرده‌اند. بالنگ در زبان لاتین با نام *Citrus Medica*، در زبان انگلیسی با نام *Citron* و در زبان فرانسه با نام *Cedratier* شناخته می‌شود.

۱۴- رفع خارش گوش با بادام تلخ: اگر مقداری مغز بادام تلخ را با کمی گیاه افسنتین مخلوط کرده و آنرا جوشانده و آب صاف شده آنرا در گوش بچکانید خارش گوش را به خوبی برطرف می‌کند.

دستور دیگر: چکاندن چند قطره روغن بادام تلخ که با آب افسنتین مخلوط شده باشد نیز موثر است.

۱۵- درمان کچلی پوست و کچلی سر با بادام تلخ: افرادی که پوست دستها یا سایر قسمتهای بدنشان دچار کچلی پوست که یک نوع بیماری با منشأ قارچی است و یا سر و ابروهایشان دچار این بیماری قارچی شده چنانچه هر روز مقداری از برگ درخت بادام تلخ را کوبیده و آب آنرا بر محل بیماری بمالند در رفع کچلی پوست یا سر آنها موثر بوده و از پیشرفت آنها جلوگیری می‌کند.

۱۶- تهیه داروی رویاندن موی ابرو با بادام تلخ: استفاده از داروی زیر علاوه بر رفع ریزش مو و تقویت پیاز مو به شرط مداومت در مصرف آن موجب رویش موهایی ریخته شده سر و ابرو می‌گردد.

طرز تهیه: چند عدد بادام تلخ کامل (همراه با پوست و مغز) و چند عدد فندق کامل را با هم سوزانده و نرم ساییده و آنها را در روغن زیتون تصفیه نشده بریزید و آنقدر بجوشانید تا پخته شود سپس آنرا بر محل موهای ریخته شده بمالید.

مشخصات کلی بالنگ: این گیاه بیشتر در نواحی گرم و مرطوب یا معتدل و مرطوب می‌روید. برگ‌های این گیاه طویل و عریض است و گل‌هایی سفید رنگ دارد. میوه این گیاه بالنگ است و در برخی نواحی گرم و مرطوب زمین در سال دونیت میوه می‌دهد. میوه این گیاه تلخ مزه است. طبیعت بالنگ گرم و خشک است. برگ، شکوفه، گل، میوه و تقریباً تمام قسمتهای این گیاه مصارف درمانی دارد. از میوه این گیاه جهت تهیه مربای بالنگ استفاده می‌کنند و چون میوه آن تلخ مزه است بصورت مخفف ابتدا تلخی آنرا گرفته و بعد آنرا پخته و با شربت قند یا مربای ساده آنرا به قوام می‌آورند.

نسخه‌های شفا بخش بالنگ

۱- تهیه پادزهر با بالنگ: چنانچه میوه بالنگ پوست نکنده را له کرده و عصاره له شده آنرا به محل نیش زده عقرب و مار ضماد کنید به عنوان پادزهری مناسب جهت تسکین درد محل نیش زده مصرف دارویی دارد. **دستور دیگر:** پوست بالنگ را نرم بکوبید و با عسل بخورید در رفع سم مار بخصوص افعی نافع است.

۲- اخراج زالویی که در حلق مانده باشد با بالنگ: چنانچه بالنگ را در مقدار کمی سرکه بپزید و آب آن را صاف کنید و در دهان غرغره نمایید زالویی که به گلو چسبیده باشد را به خوبی دفع می‌کند.

۳- خواص طبی و دارویی پوست بالنگ: خوردن پوست بالنگ با عسل جهت تقویت ذهن، ضعف حافظه و تقویت معده بکار می‌رود و مفرح روح و آرام بخش اعصاب بوده و در درمان بی اشتها می‌مصرف آن تجویز می‌شود. اگر آنرا با عسل پرورده باشید و میل نمایید در درمان نفخ معده و رفع ورم و رطوبت آن موثر است. نپخته خشک شده پوست بالنگ جهت خوشبو کردن دهان اثری نیکو دارد و مسکن قی صفراوی نیز می‌باشد.

۴- خواص طبی و دارویی رب بالنگ: جهت از بین بردن و کاستن زیادی صفرا مصرف آن توصیه می‌شود. رب بالنگ دارویی مناسب جهت قطع قی می‌باشد و در رفع سموم و درمان مسمومیتها موثر است. همچنین خوردن رب بالنگ جهت درمان بیماری استسقاء مفید بوده و از تشنگی مفرط جلوگیری می‌کند.

۵- از بین بردن برص و بهق با بالنگ: چنانچه پوست خشک شده بالنگ را سوزانده و پودر خاکستر آنرا با سرکه خمیر کنید و بر محل برص بمالید لکه‌های برص (لکه‌های سفید) بر روی پوست را از بین برده و آن را به خوبی درمان می‌کند.

۶- خواص طبی و دارویی تخم بالنگ: خوردن روزانه ۲ مثقال از تخم پوست کنده بالنگ بدن را در مقابل تمام سموم حیوانی مقاوم می‌کند و قوی‌تر از تریاق کبیر است. خوردن آن با آب گرم یا کمی سرکه جهت گزیدن

درمان نقرس و تحلیل ورمها بسیار مفید است.

طرز تهیه: ۱ عدد بالنگ کامل که پوست آنرا نگرفته باشند را در مقداری سرکه یا الکل به قدری بجوشانید که بالنگ پخته شود سپس آنرا صاف نمایید و بر محل درد مفاصل و ورمها بمالید و ببندید.

۱۱- از بین بردن رنگ سیاهی و مرکب از لباس با بالنگ: چنانچه مقداری از آب جوشانده بالنگ را بر لباس که به علت ریختن جوهر و مرکب بر آن لکه دار شده است بریزند و آنرا با آب خوب چنگ زده و بشویند آثار لک جوهر بر روی لباس و پارچه را به خوبی از بین می برد.

دستور دیگر: بالنگ کامل (همراه با پوست) را کوفته و له نمایید و آنرا بر لکه جوهر روی پارچه یا لباس بمالید.

۱۲- خواص طبی و مصارف درمانی روغن پوست و تخم بالنگ: مالیدن روغن تخم بالنگ موجب لطیف شدن پوست و رفع زبری و خشکی آن می گردد. چکاندن آن در گوش در رفع سنگینی گوش مفید است. مالیدن آن به پوست به علت خاصیت سریع نفوذ آن در پوست در رفع گرفتگی ماهیچه ها و نرم شدن آنها موثر است. مالیدن روغن پوست ترنج به دلیل اینکه دارای طبیعتی گرم و خشک است جهت درمان امراضی که به علت سردی باشد و منشاء عصبی داشته باشد مفید است. مالیدن آن مسکن درد مفاصل بوده و در درمان رعشه عصبی و لرزش عضلاتی بکار می رود. مالیدن آن به زیر بغل و پا در رفع بدبویی عرق بدن و به پوست در رفع فلج عضلانی و درمان بیماری استرخاء و همچنین رفع لثوه و عرق

عقرب مجرب است. نوشیدن یا ضماد کردن ۲ مثقال از تخم پوست کنده بالنگ در باز کردن و به جریان انداختن خون حیض در زنانی که خون حیض آنها قطع شده است مفید بوده و در اخراج جنین مرده نیز موثر است.. خوردن تخم بالنگ جهت رفع ورم بلغمی مفید است.

۷- تقویت لثه با تخم بالنگ: جهت برطرف ساختن ضعف و سستی لثه ها و محکم شدن بن دندانها کافی است مقداری از تخم بالنگ که قبلاً پوست کنده اید را نرم ساییده و بر لثه ها بمالید.

۸- درمان بواسیر با بالنگ: اگر روغن تخم بالنگ پوست گرفته شده (روغن بالنگ مقلش) را بر محل بواسیر بمالید یا مقداری از آنرا در طول روز میل نمایید در درمان بواسیر و رفع درد و التیام زخم آن موثر است.

۹- خواص طبی و دارویی برگ بالنگ: جوشانده برگ بالنگ جهت رفع سوء هاضمه مفید بوده و در درمان سردی و رطوبت معده بکار می رود. چنانچه فردی به تنگی نفس که به علت غلبه بلغم به وجود آمده مبتلا شده باشد روزانه ۲۰ گرم از آنرا در ۱ لیتر آب جوش ریخته بگذارد ۱۰ دقیقه دم بکشد سپس آنرا صاف نموده و ۲ فنجان صبح و ۲ فنجان عصر میل نماید در درمان آن سریع الاثر است.

۱۰- معالجه نقرس و تسکین درد مفاصل با بالنگ: استفاده از ضماد پخته بالنگ کامل (همراه با پوست آن) جهت تسکین درد مفاصل،

مشخصات کلی گیاه: درخت بیدمشک شبیه درخت بید ساده بوده ولی از آن کوچکتر است. گل بیدمشک که قبل از رویدن برگ ظاهر می شود بسیار خوشبو بوده و به صورت سنبله ای است که در سر آن دانه هایی دیده می شود. این گیاه از تیره بید است. از گل های بید مشک بیشتر جهت تهیه عطر آن استفاده می کنند.

نسخه های شفا بخش بیدمشک

۱- درمان گرفتگی قلب با بیدمشک: چنانچه روزانه یک لیوان از عرق بیدمشک که با آب و شکر شربت ساخته اید را بنوشید ضعف قلب را برطرف ساخته و آنرا تقویت می کند. نوشیدن این شربت جهت رفع طبع قلب و درمان خفقان (گرفتگی) قلب نیز مفید است.

۲- درمان خونریزی زخمها و جراحتات با بیدمشک: اگر چوب درخت بیدمشک را در تنور نهاده بقدری که سوخته شود و سپس خاکستر آن را بر محل زخم و بریدگی بپاشند اثر فوری در قطع خونریزی و بند آمدن خون آن دارد.

۳- درمان رعاف (خونریزی بینی) با بیدمشک: اگر خاکستر غرابال کرده چوب درخت بیدمشک را در بینی بکشید و مدتی بینی را بالا بگیرید خونریزی بینی را قطع می کند.

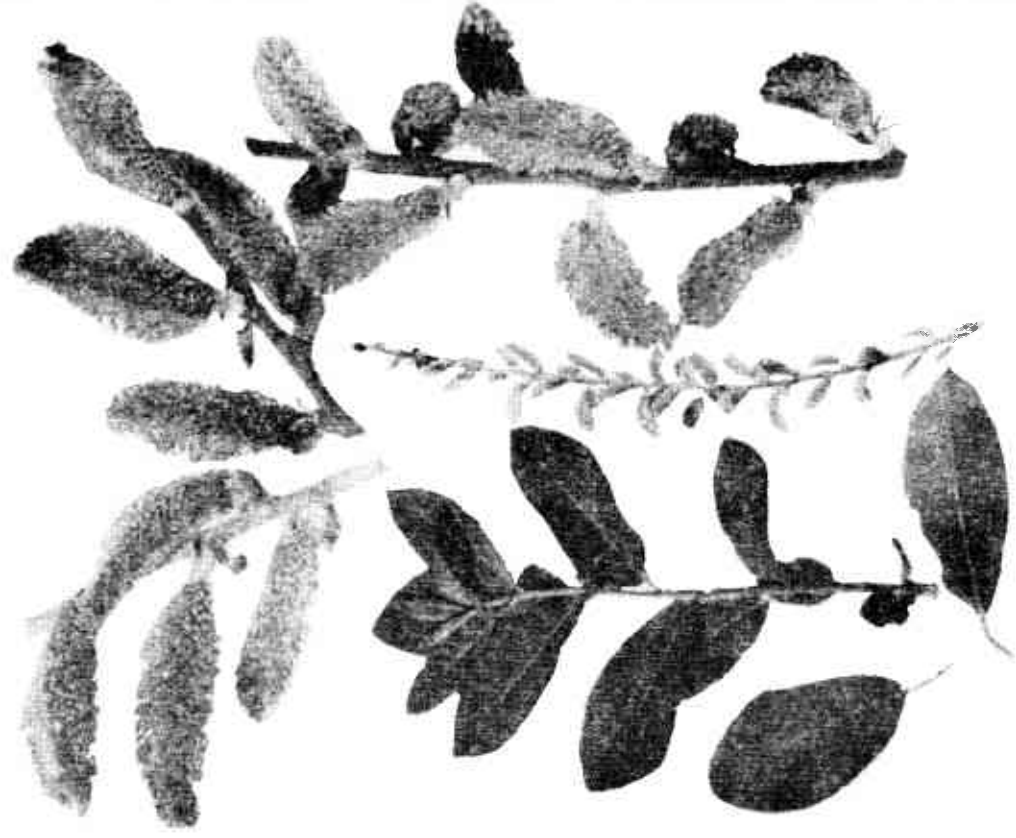
النساء موثر است. مالیدن آن به پهلوی جهت درمان درد پهلوی و درد کلیه و مثانه مجرب است. چکاندن این روغن در بینی در رفع سردردهایی که به علت سودا باشد مفید بوده و مسکن درد شقیقه و پیشانی است. مضمضه روغن پوست بالنگ یا پودر پوست بالنگ در تسکین درد دندان موثر است. مالیدن آن به سر جهت رفع ریزش مو مفید بوده و مداومت در مصرف آن موجب رویش موهای جدید در سر و درمان طاسی سر می گردد.

دستور تهیه روغن بالنگ: جهت تهیه روغن بالنگ ۶ عدد بالنگ تازه و خوب رسیده را پوست کنده و پوست آنها را رنده کرده در مقداری روغن گل شب بو و روغن گل زنبق ریخته (در صورت نبودن روغن گل زنبق و گل شب بو، آنرا در ۶۰۰ گرم روغن کنجد بریزید) و هر سه شبانه روز پوستها را بیرون آورده و پوست تازه بریزید و این عمل را تا سه مرتبه تکرار کنید سپس آنرا صاف نموده و روغن را در شیشه ای ریخته در وقت نیاز بکار ببرید.

بیدمشک

Salix alba

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه بیدمشک است ولی به آن «شاه بید، بهرامه، بهرامج، مشک بید و بید طبری» هم می گویند. در برخی کتب داروسازی سنتی ایران بیدمشک را «فلاف بلخی» یا «خلاف بلخی» نیز نامیده اند. بیدمشک در زبان لاتین به *Salix alba*، در زبان انگلیسی به *Salix aegyptiaca* و در زبان فرانسه به *Saule* معروف است.



درخت بید مشک و اجزای آن

۴- **درمان زگیل و جوشهای پوستی با بیدمشک:** چنانچه کسی دارای زگیل های درشت در روی پوست خود باشد یا کسی که جوشهای غرور قورمز در روی صورت خود دارد مقداری از خاکستر چوب درخت بیدمشک را با کمی سرکه خمیر کرده و بر محل زگیلها یا جوشها ضمام نمایید موجب پهن شدن واز بین رفتن زگیلها شده و جوشهای غرور را نیز از بین می برد.

۵- **درمان بند آمدگی ادرار با بیدمشک:** اگر ۲۵ گرم برگ درخت بیدمشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ۱۰ دقیقه دم بکشد سپس آب آنرا صاف نمایید و در ۳ وعده صبح و ظهر و شب هر وعده یک فنجان از آنرا بنوشید ادرار بسته را باز می کند و عفونت های مجاری ادراری را نیز بر طرف می سازد.

۶- **تحلیل بردن ورم طحال با بید مشک:** برگ درخت بیدمشک داروی بسیار خوبی جهت درمان بیماری های کبدی و رفع سختی و ورم طحال می باشد.
دستور مصرف آن به این شرح است: ۱۰ تا ۴ گرم برگ درخت بید مشک را در یک لیتر آب بجوشانید سپس آنرا صاف نمایید و با کمی شکر شیرین سازید و یک فنجان از آن را صبح و یک فنجان از آنرا عصر بنوشید.

۱۱- رفع ضعف و سستی بدن با بیدمشک: چنانچه هنگامی که عضلات شما گرفته و بدنی خسته دارید و احساس ضعف و سستی و بیحالی می‌کنید مقداری از گل بیدمشک را در آب به قدری بجوشانید که پخته شود و آب آنرا صاف نموده و بدن را با این آب بشوید و در این آب بنشینید سستی و بیحالی بدن شما را برطرف و موجب شادابی و نشاط پوست شما می‌گردد.

۱۲- خواص طبی و دارویی روغن بیدمشک^(۱): روغن بیدمشک مسکن دردهای گرم است. مالیدن روغن بیدمشک به سر و پیشانی جهت تسکین درد آن توصیه می‌شود چکاندن این روغن در بینی موجب باز شدن بینی و مجاری تنفسی می‌گردد و در درمان گریب بکار میرود. مالیدن این روغن به سینه و ناحیه قلب در روی پوست موجب باز شدن عروق (رگهای) این ناحیه گردیده و در تقویت آنها مفید است. مالیدن آن به پوست به عنوان دارویی معرق (عرق آور) مصرف دارویی دارد.

دستور تهیه روغن گل بیدمشک: گل بیدمشک تازه و تر را در آب جوشانده و صاف نمایید سپس آب آن را در روغن زیتون یا کنجد به قدری بجوشانید که آب بخار شود و روغن بماند روغن حاصل را در شیشه‌ای ریخته و در آن را بسته و در موقع نیاز بکار برید. (شیشه رنگی باشد و در معرض نور خورشید قرار نگیرد)

۷- معالجه ناراحتیهای رحم با بیدمشک: خوردن آب جوشانده برگ بیدمشک با کمی شکر جهت برطرف کردن ناراحتیهای دستگاه تناسلی زنان و درد رحم بکار رفته و تب و لرز را نیز رفع می‌کند.

۸- درمان عفونت و چرک گوش با بیدمشک: چنانچه مقداری از برگ بیدمشک را جوشانده و آب صاف شده و غلیظ آن را در گوش بچکانید در پاک کردن چرک و عفونت گوش مفید است.

۹- تقویت قوه بینایی با بیدمشک: کشیدن سرمه صمغ بیدمشک به چشم داروی بسیار خوبی جهت درمان ضعف قوه بینایی بوده و نور چشم را زیاد می‌کند.

دستور تهیه سرمه صمغ بیدمشک: ۳۰ گرم صمغ درخت بیدمشک را در ظرفی سر بسته بریزید و آنرا روی اجاق گذاشته تا خوب بسوزد سپس در ظرف را برداشته و دوده آنرا تراشیده و جمع آوری کنید و هر بار مقداری از آنرا با میل سرمه به چشم بکشید.

۱۰- درمان اسهال با بیدمشک: گل بیدمشک دارای طبیعتی گرم است به همین دلیل چنانچه مقداری از آنرا نرم ساییده و بخورند موجب برطرف شدن اسهال که از سردی باشد می‌گردد.

دستور دیگر: ۲۰ تا ۴۰ گرم از گل‌های بیدمشک را در یک لیوان آب جوش گذاشته بگذارید ۱۰ دقیقه دم بکشد سپس آنرا صاف نموده و یک فنجان صبح و یک فنجان عصر از آن را بنوشید.

است را به جای فرفریر بکار می‌برند. این گیاه در زبان لاتین به *Viola odorata* در زبان فرانسه به *Violette* و در زبان انگلیسی به *Violet* معروف است.

مشخصات کلی گیاه: بنفشه گیاهی است از تیرهٔ بنفشه و در بیشتر

نواحی ایران به ویژه در نواحی کوهستانی و مرطوب و کم آفتاب می‌روید. این گیاه که گیاهی یکساله است دارای گل‌های ریز آبی و آبی مایل به بنفش است. طبیعت این گیاه سرد و وتر مایل به خنکی است. تقریباً تمام قسمتهای این گیاه مصارف درمانی دارد. ولی برگ و گل‌های آن بیشتر مورد توجه بوده‌اند. دو نوع بنفشه وجود دارد: یکی بنفشه سه رنگ و زینتی است و دیگری بنفشه طبی با بنفشه وحشی و معطر که مراد ما بنفشه نوع دوم است.

نسخه‌های شفا بخش بنفشه

۱- **معالجه اسهال صفراوی با بنفشه:** چنانچه روزانه ۳ تا ۴ مثقال از گل بنفشه ساییده شده را با کمی شیرخشت و شکر پودر شده مخلوط کرده و به صورت کفلمه میل نمایید اسهال با منشاء صفراوی را از بین برده و در رفع لیزی معده موثر است.

۲- **رفع تب‌های کهنه با بنفشه:** اگر مقداری گل بنفشه پودر شده را با کمی گلاب مخلوط کرده و آنرا به صورت حب‌هایی درآورده و روزی ۳ حبه آنرا میل نمایند تب‌های کهنه و مزمن را بر طرف می‌سازد.

۱۳- **اخراج زالویی که در گلو چسبیده باشد با بید مشک:** اگر مقداری برگ بیدمشک را چوب‌شده و آب آنرا صاف نمایید و در دهان و گلو غرغره کنید در اخراج زالویی که در گلو چسبیده یا مانده باشد مفید است.

۱۴- **خواص دارویی اسانس گل بید مشک^(۱):** گل‌های بیدمشک به دلیل اینکه بسیار معطر و خوشبو هستند جهت اسانس‌گیری بسیار مفیدند. این اسانس بیشتر جهت درمان سردردهای عصبی و میگرنی کاربرد دارد. چکاندن این اسانس در بینی یا بوبیدن آن ذهن را تقویت کرده و گرفتگی‌های روحی و عصبی را کاهش می‌دهد؛ چکاندن چند قطره آن در شربت و مربا موجب معطر شدن شربت و مربا می‌گردد.

دستور تهیه اسانس گل بید مشک: دستور تهیه این اسانس شبیه دستور تهیه اسانس اسطوخودوس است.

بنفشه

Viola odorata

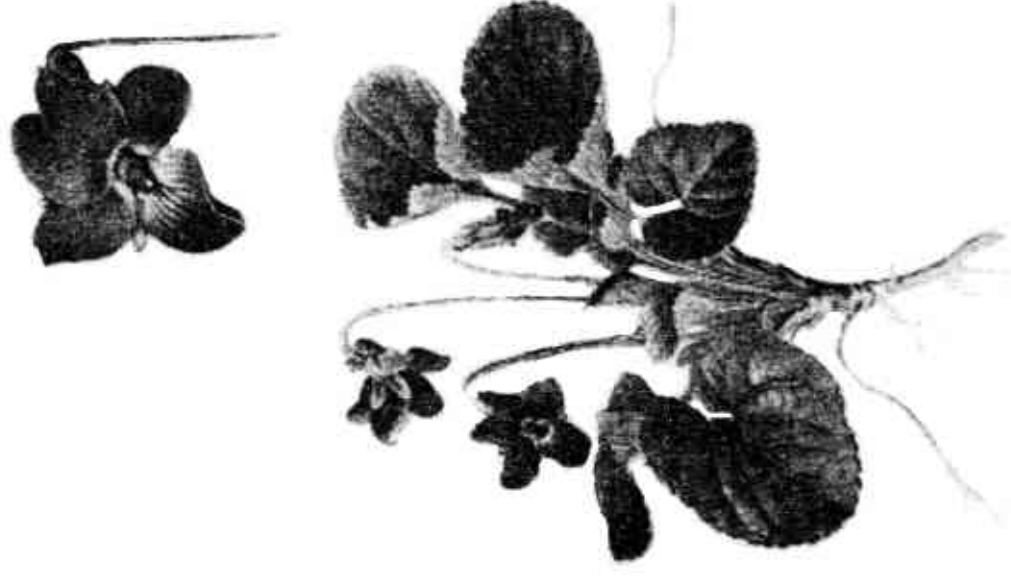
اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه بنفشه است. عربی این گیاه «فرفریر» است ولی اعراب بیشتر «بنفشج» یا «بنفسج» که معرب بنفشه

۳- دفع زهر جانوران گزنده با بنفشه: چنانچه مقداری از گل بنفشه را نرم ساییده و با کمی گل سرخ تازه که آنرا نرم ساییده باشند مخلوط کرده و چندین روز متوالی میل نمایند زهر هر گزنده و سمیت هر غذای مسموم را دفع می نماید.

۴- درمان خشکی بینی و گریپ با بنفشه: اگر مقداری گل بنفشه ترو تازه را فشرده و آب آنرا گرفته و یا مقداری از گل خشک آنرا جوشانده و آب صاف شده آنرا در بینی بچکانید در رفع خشکی بینی و باز شدن مجاری تنفسی موثر بوده و موجب مرطوب نگهداشتن بینی می گردد. همچنین مالیدن روغن بنفشه در داخل بینی مفید است.

۵- درمان سردردهای گرم با بنفشه: اگر مقداری گل بنفشه را جوشانده به قدری که پخته شود سپس پخته آنرا بر پیشانی و جلوی سر ضماد نمایند و سر را ببندند سردردهای گرم که از حرارت یا سوزش آفتاب به وجود آمده باشد را درمان می کند. همچنین شستن سر با آب جوشانده برگ بنفشه مفید است.

۶- برگ دادن نافع بیرون آمده به داخل با بنفشه: چنانچه به طفلی که ناف یا مقعد آن بیرون آمده باشد چند روز متوالی آب جوشانده برگ بنفشه را بدهند و مقداری از این آب را به محل ناف یا مقعد طفل بمالند باعث برگشتن مقعد و ناف بیرون آمده بجای خود می گردد.



بنفشه طبی (معطر)

تسکین می‌دهد. همچنین چکاندن این روغن در بینی جهت رفع سردردهایی که به دنبال بویهای زننده مثل نفت و... غیره به وجود می‌آید مفید است.

ب - تسکین سردرد به علت خشکی و گرفتگی بینی: اگر روزانه چند قطره از روغن بنفشه معطر را در بینی بچکانند و داخل آنرا چرب نمایند و مقداری از آنرا بر کف پا بمالند علاوه بر رفع سردرد، سوزش و خشکی پوست، به ویژه سوزش کف پا را نیز بر طرف می‌کند. همچنین چکاندن این روغن در بینی جهت رفع سرگیجه‌های صفراوی مفید است.

پ - درمان ورم ملتحمه چشم: اگر مدتی مقداری از گل بنفشه را جوشانده و هر روز آنرا در ۲ وعده صبح و عصر میل نمایند و هر شب مقداری از روغن گل بنفشه را به محل ورم مالیده یا در بینی بچکانند جهت تحلیل ورم ملتحمه (به ویژه در افراد دموی مزاج «پر خون») بسیار مفید است.

ت - رفع کم سویی چشم در روز: کشیدن سرمه روغن گل بنفشه در چشم کم سویی چشم در روز را بر طرف ساخته و در درمان بیماریهای چشم بکار می‌رود.

دستور تهیه سرمه روغن بنفشه: ۴۵ گرم روغن بنفشه را در ظرفی سرشته ریخته و بر روی اجاق بگذارید تا روغن بسوزد سپس در ظرف را برداشته با قاشق دوده آنرا جمع آوری کرده و هر بار با میل سرمه در چشم بکشید.

ث - تسکین درد گوش: اگر گوش شما به علت ورود آب و مایعات به داخل آن درد گرفت چند قطره از روغن بنفشه را در گوش و بینی خود

۷- درمان تنگی نفس و آسم با بنفشه: اگر کسی که مبتلا به تنگی نفس و آسم مزمن شده، هر روز نصف استکان از جوشانده برگ بنفشه را در حمام بعد از عرق کردن بنوشد و این عمل را چندین بار تا بهبودی کامل تکرار نماید و ادامه دهد تنگی نفس و بیماری آسم او را بر طرف ساخته و به خوبی درمان می‌کند.

۸- تهیه شربت طبی و گیاهی از بنفشه: چنانچه ۱۰۰ گرم گل بنفشه تازه را در یک لیتر آب دم کرده و حدود ۵۰۰ گرم شکر یا قند به آن افزوده و بمدت ۱۲ ساعت با آتش ملایم آنرا حرارت دهند و سپس آنرا صاف نمایند شربت بدست می‌آید که به شربت طبی بنفشه معروف است و خواص دارویی و درمانی متعددی دارد. از جمله به عنوان خلط آوری قوی در درمان عفونتهای ریوی و تنفسی بسیار موثر است. خوردن روزانه یک قاشق مرباخوری از آن در یک لیوان آب جهت رفع سرفه‌های خشک و تنگی نفس مجرب است.

۹- خواص طبی و مصارف درمانی و دارویی روغن بنفشه^(۱):

الف - درمان سردرد در اثر سرماخوردگی و سرمازدگی: چنانچه مقداری از بسباسه را نرم ساییده و در روغن بنفشه طبی و معطر حل کنند چند قطره آنرا در بینی بچکانند و مقداری از آنرا ببوبند اینگونه سردردها را

آینه ابتدا محل مقعد را تمیز شسته و خشک نمایید و سپس مقداری از روغن بنفشه را به محل مالیده و روزانه با آن تنقیه (اماله) کنید.

ز- رفع تورم لوله داخلی آلت: چنانچه مقدار کمی روغن بنفشه را با روغن بادام تلخ یا شیرین و کمی لعاب اسفرزه مخلوط کرده و بر آلت بمالند سوزش شدید در آلت را از بین می برد، زخم آنرا بهبود بخشد و در تحلیل ورم آن موثر است.

س- درمان ورم و آبسه پستان: مالیدن روغن بنفشه به تنهایی یا همراه با ادویه محلول دیگر چون گل ارمنی، آرد نشاسته، پودر کتیرا و لعاب ختمی بر محل ورم پستان در رفع ورم پستان که به علت گرمی باشد مفید است.

ش- درمان سوختگی و رفع سوزش آن: چنانچه مقداری از روغن بنفشه و سفیده تخم مرغ را مخلوط کرده و بر محل سوختگی های سطحی بمالند سوزش محل سوختگی را بر طرف و زخم آنرا التیام می بخشد.

ص- رفع ریزش مو: مالیدن روغن بنفشه به سر جهت رفع ریزش آن مفید است. همچنین اگر ۱۰ مثقال جو پوست کنده و ۳ مثقال آمله مقشر (پوست کنده) را مخلوط کرده و جوشانده و آب صاف شده آنرا در روغن بنفشه ریخته و دوباره جوشانده تا آب آن تبخیر شود و روغن بماند جهت تقویت پیاز مو و رفع ریزش آن مفید است.

ض- درمان شوره سر: جهت رفع شوره سر ابتدا سر را با شونینده های گیاهی نظیر سدر، وسه، حنا و غیره یا با صابون گیاهی شسته و سپس مقداری کتیرا و گل ختمی را نرم ساییده و با روغن بنفشه مخلوط کرده و به سر بمالید یا روزانه سر را با روغن بنفشه به تنهایی چرب نمایید.

بچکانید درد گوش را بر طرف می سازد.

ج- رفع صدا کردن گوش: اگر کسی مقداری روغن بنفشه را به سر مالیده و چند قطره آنرا در گوش بچکاند صدا کردن گوش او که به علت گرمی مزاج به وجود آمده و یا در پس خوردن غذاهای گرم و بی خوابی کشیدن پدید آمده را به خوبی از بین می برد و درمان می کند.

چ- درمان آلرژی (حساسیت) فصلی و زیاد عطسه کردن: جهت درمان آلرژی فصلی ابتدا بینی را از فصولات خالی کرده و داخل آنرا شسته و خشک کنید و بعد داخل آنرا با روغن بنفشه طبی چرب نمایید.

ح- درمان ورم زبان: اگر مقداری روغن بنفشه با آب جوشانده انجیر و تخم مرو مخلوط کرده و در دهان مضمضه نمایند ورم زبان را تحلیل داده و آفت و برفک دهان را از بین می برد.

خ- معالجه ذات الریه (برونشیت) و ورم ریه: مالیدن روغن بنفشه به تنهایی یا به صورت مخلوط با پودر صندل، آرد جو و پودر برگ چغندر بر روی سینه و پهلو جهت رفع ذات الریه و تحلیل ورم ریه مفید و موثر است. چکاندن این روغن در بینی جهت رفع زکام در هوای گرم نیز مفید است.

د- درمان بواسیر و بیماریهای مقعد: مالیدن روغن بنفشه به تنهایی یا همراه با پودر گیاهان پیرک، ختمی، ناخنک و تخم شربید (از هر یک ۱ مثقال جمعا ۵ مثقال) بر محل مقعد و بواسیر جهت رفع درد و ورم بواسیر و همچنین درد مقعد موثر است.

ذ- درمان ورم مثانه: مالیدن روغن بنفشه به محل مثانه در تسکین درد مثانه و نیز تحلیل ورم آن در مزاجهای گرم و پر خون مفید است.

ر- معالجه آینه و خارش مقعد: جهت درمان خارش مقعد و بیماری

مشخصات کلی بلوط: بلوط گیاهی است درختی و از تیره راش و

در ایران بیشتر در نواحی کردستان و ایلام به صورت جنگل می‌روید. درخت بلوط دارای میوه‌ای درشت و روغن دار بوده و بسیار مغذی است. قسمت مورد استفاده بلوط پوست تنه درخت، برگ، پوست نازک روی میوه درخت (جفت)، ریشه درخت و مغز و ساقه‌های درخت می‌باشد. قسمتهای مختلف این گیاه دارای مقدار زیادی **جوهر مازو** است که عده‌ای فارسی آنرا جفت گذاشته‌اند و دارای طعمی گس است. برگهای درخت بلوط را در تابستان و میوه آنرا در پاییز می‌چینند. طبیعت این گیاه سرد و خشک است. پوست درخت بلوط تانن فراوانی دارد به همین جهت هیچگاه آنرا در ظرفهای آهنی نجوشانید زیرا تانن آن آهن را می‌خورد.

نسخه‌های شفا بخش بلوط

۱- **تحلیل بردن ورمهای بلغمی با بلوط:** اگر مقداری میوه بلوط خشک شده را نرم ساییده و با کمی پیه خوک که قبلاً آنرا ذوب نموده‌اید مخلوط کرده و بر محل ورم ضمامد نمایید ورمهایی که در اثر غلبه بلغم یا در افراد بلغمی مزاج به وجود آمده را از بین می‌برد.

۲- **درمان خونریزی زنانگی با بلوط:** چنانچه زنی مقداری از پودر میوه خشک شده بلوط را در پارچه نازک نخی ریخته و آنرا بر خود بگردد مانع خونریزی او می‌شود. همچنین حمام دارویی با آب جوشانده ریشه بلوط باعث بند آمدن خون حیض زیاد می‌گردد.

ط - **درمان مالیخولیا و مانیا (نوع بیماری روانی):** جهت درمان مالیخولیا و رفع جنون روزانه چندین مرتبه بدن را با روغن بنفشه چرب کنید.

طرز تهیه روغن بنفشه: ۱۵۰ گرم گل بنفشه تازه را در یک لیتر روغن کنجد خیسانده و پس از چند روز آنرا صاف نموده، مجدداً گل بنفشه اضافه نمایید و این کار را آنقدر ادامه دهید تا روغن از رنگ گل بنفشه اشباع شود.

بلوط و شاه بلوط

Quercus Robur

اسامی دیگر بلوط و شاه بلوط: فارسی این گیاه «بالوت» است و بلوط معرب آن می‌باشد. در مازندران به درخت بلوط «دارمازی»، در کردستان «پرو» و در لرستان برارمازو می‌گویند. شاه بلوط میوه درخت بلوط است که در اروپا به نام «مارون» خوانده می‌شود. در کتابهای طب سنتی قدیم شاه بلوط را «قسطل، قسطانیه، کستانه اغاجی، طراس و بلوط الملک» خوانده‌اند. به برجستگی‌هایی که در اثر گزش حشرات روی بلوط به وجود می‌آید «مازو» می‌گویند. پوست نازک روی میوه من به «جفت» معروف است. بلوط در زبان لاتین *Quercus Robur*، در زبان فرانسه به *Chene*، در زبان انگلیسی به *Castaneifolia* و در زبان عربی به «سندان» شهرت دارد.



درخت بلوط و اجزای آن

دستور دیگر: میوه بلوط را نرم ساییده و با سفیده تخم مرغ مخلوط کرده و بر پنبه ریخته و در قسمت جلورحم گذارند تا رطوبات زیادی رحم را خشک کند.

۳- رفع ناراحتیهای رحمی با بلوط: اگر زنی مقداری از ریشه تمبز و خشک شده درخت بلوط را در مقداری آب جوشانده و آب آنرا پس از کمی خنک شدن در ظرفی ریخته و در این آب بنشیند کلیه امراض و ناراحتیهای رحمی وی را بر طرف می کند.

۴- التیام زخمها و جراحات با بلوط: چنانچه مقداری برگ درخت بلوط تازه را کوبیده و له شده آنرا بر جراحات و زخمها ضماط نمایند از پشرفت و وسعت جراحات و زخم جلوگیری کرده و در درمان و التیام آنها اثری فوری دارد.

۵- سفید کردن دندانها با بلوط: اگر مقداری از برگهای درخت بلوط را سوزانده و آنها را نرم ساییده و برد دندانها کشند در رفع زردی و جرم دندانها موثر بوده و موجب سفید شدن و جلا بخشیدن به آنها می گردد.

دستور دیگر: ۲۰ گرم برگ درخت بلوط را ۱۵ با گرم برگ درخت انجیر و ۱۵ گرم چوب درخت مو (انگور) مخلوط کرده، سوزانده و خاکستر نرم آنها را روزی دو مرتبه به دندانها بکشید.

۱۰- **درمان ورم بیضه با بلوط:** اگر مقداری پوست روی میوه بلوط (جنت) که قبلاً خشک نموده‌اید را نرم ساییده و آنرا با آب خمیر کرده و بر محل بیضه ضمداد نمایید موجب تحلیل ورم بیضه گردیده و در درمان باد فتن نیز بکار می‌رود.

۱۱- **رفع لاغری و تقویت قوه باه (نیروی شهوانی و جنسی) با بلوط:** خوردن روزانه چند عدد شاه بلوط پودر شده که با شربت به و شربت سیب مخلوط شده باشد علاوه بر چاق شدن و تقویت قوه باه به عنوان پادزهری موثر جهت رفع اثرات زهر و سموم نیز مصرف آن تجویز و توصیه می‌شود.

۱۲- **تقویت پیاز مو و جلوگیری از ریزش آن با بلوط:** چنانچه مقداری از پوست درخت بلوط را پخته و شب موقع خواب آنرا بر سر بینداند و صبح آنرا باز کرده و سر را با گل سر شوی بشویند از ریزش موها جلوگیری کرده و ریشه مو را محکم می‌گرداند و موجب سیاه شدن مو نیز می‌گردد.

۱۳- **درمان اسهال با بلوط:** خوردن روزانه مقداری از پودر میوه بلوط بصورت کثلمه (به دلیل داشتن تانن (اسید تانیک)) دارویی موثر جهت رفع اسهال و دل پیچش شکم می‌باشد. همچنین اگر ۱ مثقال بلوط را با ۲ مثقال زیره سبز، ۱ مثقال زیره سیاه و ۱ مثقال گشنیز مخلوط کرده و در سرکه ریخته پس از مدتی خارج کرده و آنها را خشک نموده، نرم بکوبند و بعد از هر وعده غذا یک قاشق مرباخوری از آنرا میل نمایند موثرتر است.

۶- **درمان بیماری آکله (خوره)، جذام و زخمهای بدخیم با بلوط:** اگر مقداری برگ خشک شده درخت بلوط را سوزانده و آنرا نرم ساییده و بر روی زخمهای بدخیم و کهنه نظیر آکله (خوره) و جذام بپاشند موجب بهبود و التیام اینگونه زخمها می‌شود.

۷- **درمان احتلام و شب ادراری (سلس البول) با بلوط:** چنانچه ۱۰ مثقال میوه بلوط را با ۵ مثقال کندر مخلوط کرده، نرم کوبیده و با مقداری روغن زیتون خمیر نموده و حب‌هایی ساخته و روزی ۲ تا ۳ حب آنرا بطور مداوم میل نمایید در درمان بی اختیار ادرار آمدن و بیماری شب ادراری به ویژه در کودکان مفید بوده و از بیماری احتلام و سیلان منی نیز جلوگیری می‌کند.

۸- **تهیه خضاب طبی با بلوط:** اگر چند تکه چوب درخت بلوط تازه را سوزانده و آب آن که موقع سوختن از آن می‌چکد را جمع آوری کرده و بر ابرو بمالند علاوه بر تقویت پیاز موی ابرو و رفع ریزش آن به عنوان بهترین خضاب در مشکلی کردن مو بکار می‌رود.

۹- **معالجه زخم معده و روده با بلوط:** چنانچه مقداری پوست نازک روی دانه بلوط که به جفت معروف است را نرم ساییده و با مقداری آب میل کنید در بهبود زخمهای معده و روده بی نظیر و موجب التیام زخمها و جراحات داخلی می‌گردد.

مشخصات کلی گیاه: این گیاه دارای دانه‌های ریز شبیه به تخم کرفس است و رنگ آن فندقی مایل به زرد است. دانه‌های این گیاه بسیار معطر بوده و دارای طعمی تند و تیز است. طبیعت این گیاه گرم و خشک است. برگهای این گیاه کوچک است و ارتفاع ساقه‌های آن از ۵۰ سانتیمتر تا ۲ متر متغیر است. گل آذین این گیاه چتری و مرکب است. قسمت‌های مورد استفاده این گیاه دانه و گل آذین آن می‌باشد.

نسخه‌های شفا بخش زنیان

۱- تهیه پادزهر با زنیان: چنانچه مقداری از دانه زنیان را جوشانده و آب آنرا میل نمایند یا مقداری از آنرا به محل نیش زدگی عقرب بمالند در رفع اذیت و درد عقرب‌گزیدگی سریع‌الاثراست.

۲- برگ‌زداندن ناف بیرون آمده به داخل با زنیان: چنانچه مقدار کمی دانه زنیان را نرم ساییده و با سفیده تخم مرغ خمیر نموده و بر محل برآمدگی ناف ضماد نمایند موجب بازگشتن ناف بیرون آمده به داخل و به حالت اولیه می‌گردد.

۳- درمان خونمردگی و بی‌حسی اعضاء با زنیان: اگر زنیان را پودر کرده و با عسل خمیر نموده و بر پوست ضماد نمایند موجب رفع جمود و سفتی خون زیر پوست و درمان خواب رفتگی و بی‌حسی عضلات و تحلیل ورم‌های سرد می‌گردد. همچنین در تسکین درد عضلات که به علت سردی باشد موثر است.

۱۴- خواص طبی و دارویی روغن بلوط^(۱): مالیدن روغن بلوط جهت رفع ریزش مو مفید بوده و از سفید شدن مو نیز جلوگیری می‌کند. مالیدن این روغن به پوست جهت رفع لک پوست و روشن شدن آن مفید است.

دستور تهیه روغن بلوط: از میوه و برگ‌های این گیاه روغن تهیه می‌شود. از میوه این گیاه (شاه بلوط) به دلیل داشتن روغن زیاد به وسیله دستگاه‌های روغن‌گیری، روغن می‌گیرند (بطوریکه ۱۰۰ گرم شاه بلوط حدود ۷۴ میلی گرم گلوکید و ۵ گرم لیپید «چربی» دارد). در طب قدیم برگ‌های این گیاه را می‌جوشانند و آب صاف شده آنرا با روغن کنجد یا زیتون مخلوط کرده و دوباره می‌جوشانند تا آبها بخار شود و روغن بماند.

زنیان

Ajowan

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه «نانخواه» است ولی به آن «نانخا، نانخه، زنیان و زنیان» هم می‌گویند. عربی این گیاه «طالب الخبز» است ولی برخی به آن «کمون ملوکی» هم می‌گویند. در برخی کتب طبی قدیم زنیان را «زیره حبشی وانیسیون بڑی (صحرايي)» نیز نامیده‌اند. در زبانهای خارجی این گیاه به *Anmi* و به *Ajowan* معروف است.

۶- دفع سنگ کلیه و مثانه با زنیان: چنانچه کسی که سنگ کلیه و مثانه دارد هر روز صبح ناشتا مقداری از زنیانی که قبلاً آنرا پودر کرده بصورت کفلمه میل نماید در خورد کردن سنگ کلیه و مثانه وی مفید است.

۷- دفع کرم معده و روده با زنیان: زنیان به دلیل داشتن طبیعت گرم و طعم تند و تیز آن داروی بسیار خوبی جهت از بین بردن کرمهای معده و روده می باشد.

دستور مصرف آن به این شرح است: ۱۰ مثقال زنیان را نرم ساییده و با عسل خمیر نمایید و آنرا بصورت حبهای در آورده و هر روز چند حب آنرا میل کنید.

۸- رفع بدبویی رحم با زنیان: دانه های زنیان بسیار معطر و خوشبو هستند به همین دلیل داروی خوبی جهت رفع بدبویی رحم خانم ها میباشد. برای این کار اگر ۲۰ تا ۳۰ گرم از دانه زنیان را در یک لیتر آب جوشانده و در آب آن بنشینند و رحم خود را با آب آن شستشو دهند محیط داخلی رحم آنها خوشبو شده و بدبویی آن را از بین می برد.

۹- درمان سردی و رطوبت معده و رفع نفخ آن با زنیان: خوردن روزانه یک استکان عرق زنیان بعد از نهار یا شام جهت رفع نفخ و ورم معده و روده مفید است. همچنین خوردن جوشانده زنیان یا مخلوط ۱۰ مثقال پودر زنیان با کمی عسل نیز مفید است.

دستور دیگر: ۱۰ مثقال پودر زنیان را با ۱۰ مثقال ابهل (میوه سرو

۴- درمان ضعف قوه باه با زنیان: اگر مقداری زنیان را در کمی آلبیمو خیسانده، بقدریکه آلبیمو به اندازه یک انگشت بالای زنیان باشد، سپس آنرا خشک کرده و این عمل را تا ۷ مرتبه تکرار نمایند جهت برگرداندن قوه جوانی و نیروی شهوانی و جنسی کسی که بدلیل ضعف قوه جنسی و شهوانی خود مأیوس شده مجرب است.

۵- رفع سرعت انزال در مردان با زنیان: اگر ۱۰ مثقال زنیان را با ۲ مثقال مصطکی، ۲ مثقال کبابه چینی، ۲ مثقال فوفل، ۲ مثقال میخک، ۲ مثقال جوز بوا و ۲ مثقال پودر ثعلب مخلوط کرده و نرم ساییده و با ۲۰ مثقال عسل خمیر کنند و هر بار ۱ الی ۱/۵ مثقال از آنرا میل نمایند معجونی بدست می آید که در رفع سرعت انزال نفع بسیار دارد و از بیماری احتلام (شب ادراری) کودکان نیز جلوگیری می کند.

دستور تهیه معجون دیگر: چنانچه ۳/۵ مثقال زنیان را با ۳/۵ مثقال رازیانه، ۳/۵ مثقال زیره سیاه، ۲ مثقال پوست هلیله زرد، ۲ مثقال هلیله سیاه، ۲ مثقال پوست هلیله کابلی، ۲ مثقال آمله مقشر (آمله پوست کنده)، ۷ مثقال بلوط، ۷ مثقال گلنار، ۷ مثقال سیاهدانه، ۷ مثقال کندر و ۷ مثقال گشنیز خشک مخلوط نموده، نرم ساییده و با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط کنند و خمیر نمایند و هر صبح و شام ۲ مثقال آنرا میل نمایند معجونی بدست می آید که در رفع سرعت انزال در مردان بی نظیر است و آنرا بر طرف می کند.

این دارو در ۲ وعده و صبح و عصر به عنوان دارویی مقوی و انرژی زا به کلیه افراد لاغر و نیز ورزشکارانی که به غذاها و داروهای مغذی و پر انرژی نیاز دارند توصیه می شود.

۱۳- خواص طبّی عرق زنیان: خوردن روزانه یک استکان عرق زنیان در رفع فلج عضلانی، رعشه (لرزش) عصبی و درمان کلیه بیماریها با منشاء سوداوی مفید است. خوردن عرق زنیان در درمان تنگی نفس و آسم اثری نیکو دارد. چنانچه عرق زنیان را با عرق دارچین و عرق گل گاوزبان مخلوط نموده و میل نمایند به عنوان داروی مفرّج روح و آرامبخش اعصاب بکار رفته و مصرف آن در درمان بیماریهای روانی ناشی از افسردگی و نگرانی و اضطرابهای روحی و روانی توصیه می شود.

۱۴- درمان بشور لبنیه (جوش، آکله و خوره) پوست با زنیان: چنانچه زنیان را نرم ساییده و با روغن گل سرخ یا روغن شنبلیله خمیر نموده و بر موضع جوش، آکله و خوره پوستی بمالند موجب از بین رفتن این بشورات (جوشهای) پوستی می شود.

۱۵- تحلیل بردن ورم با زنیان: استفاده از داروی ترکیبی زنیان جهت از بین بردن ورم بخصوص ورم تشیمنگاه مفید است.
طرز تهیه: ۱۰ گرم زنیان را با ۱۰ گرم نمک، ۱۰ گرم باقالی مصری (ترمس) و ۱۰ گرم زعفران مخلوط کرده نرم بکوبید و با عسل خمیر کرده بر محل ورم ضماد نمایید.

کوهی)، ۱۰ مثقال اگر ترکی و ۱۰ مثقال دارچین مخلوط کرده نرم ساییده و با عسل خمیر نموده و روزی ۲ مثقال از این معجون را میل نمایید.

۱۰- خواص طبّی اسانس زنیان: اسانس زنیان که در بازارهای تجارتی با عنوان اسانس آجوان^(۱) شناخته می شود با بویی معطر و شبیه به تیمول (جوهر آویشن) به عنوان داروی ضد تهوع، ضد نفخ و ضد اسپاسم به محارف دارویی می رسد و اثرات دارویی و طبّی آن با خود زنیان مشابه بوده، از جمله خوردن یا استعمال خارجی آن به عنوان دارویی مدّّر (ادرار آور) بکار می رود. مالیدن این اسانس به سینه درد سینه را از بین می برد، چکاندن آن در گوش جهت رفع سنگینی و کُری گوش مجرّب است. **طرز تهیه اسانس زنیان:** طرز تهیه اسانس زنیان شبیه دستور تهیه اسانس اسطوخودوس است و به وسیله بخار گرفته می شود.

۱۱- رفع سنگینی و کُری گوش با زنیان: اگر مقداری زنیان را جوشانده و آب آنرا صاف نموده و گرم گرم در گوش بچکانند سنگینی و کُری گوش که به علت سردی باشد را از بین می برد. همچنین چکاندن روغن زنیان در گوش مفید است.

۱۲- تهیه تونیک ضد لاغری با زنیان: چنانچه ۳ مثقال زنیان را در ۹۰ مثقال شیر بجوشانند تا به نصف برسد و با ۷/۵ مثقال شکر مخلوط نموده و میل نمایند باعث چاق شدن بدن و رفع لاغری میگردد. خوردن

مقال کنبج سياه مخلوط نموده و نرم بکوبند و هر شب موقع خواب یک قاشق مرباخوری آنرا به کودکان بخوراند و این عمل را برای مدتی ادامه دهند شب اداراری آنها برطرف شده و از بین می رود.

سداب

Ruta graveolens

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه سداب است ولی به آن «سزاب» هم می گویند. در شمال ایران بخصوص اطراف رشت به من «سیاب» می گویند. در دبلم و شهنسوار این گیاه را با نام «پیم» می شناسند. در برخی کتب طبیی قدیم سداب را «حنف» نامیده اند. این گیاه در زبان عربی به «فیجن» و «سذاب»، در زبان لاتین به نام *Ruta graveolens*، در زبان انگلیسی به *Common rue* و در زبان فرانسه به *Rue Fetide* معروف است.

مشخصات کلی گیاه: سداب گیاهی است از تیره سداب که ارتفاع آن از ۳۰ سانتیمتر تا ۸۰ سانتیمتر متغیر است. برگهای این گیاه کوچک بوده و بدبو میباشند. گلهای این گیاه زرد رنگ بوده و دانه های آن ۳ تایی در یک غلاف مثلثی شکل قرار دارد. گلبرگهای این گیاه معمولاً ۵ تایی است. برگهای این گیاه قلبی شکل است و دارای طعمی تند و تیز است. بیشترین قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای آن است. طبیعت سداب گرم و خشک است.

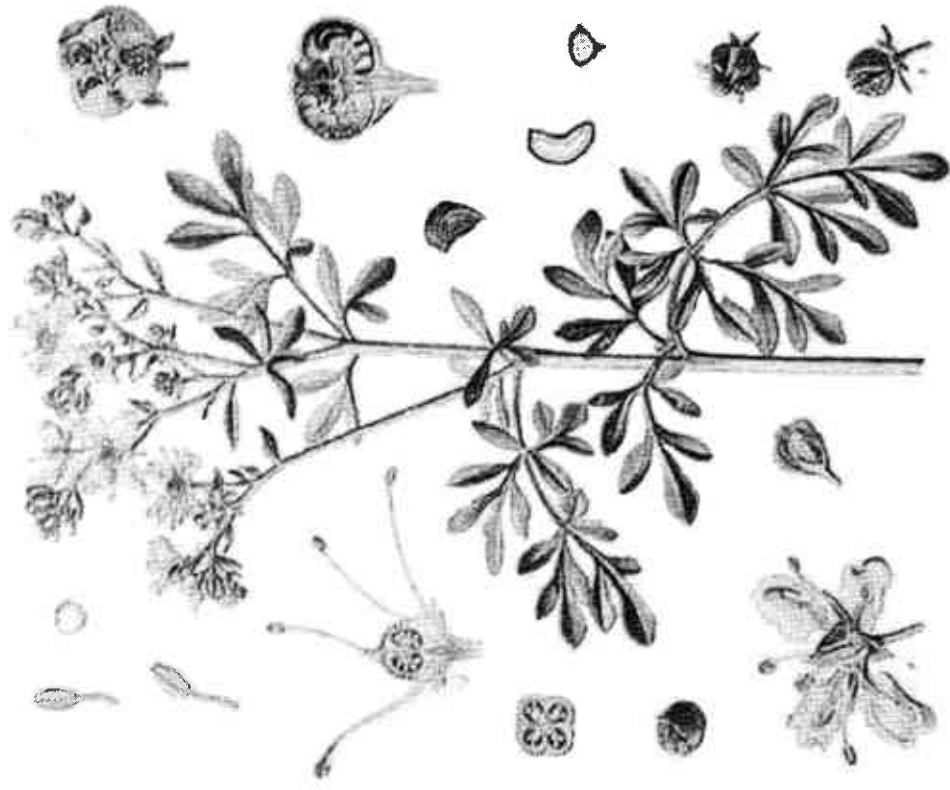
۱۶- خواص طبیی و دارویی روغن زنیان: (۱) خورذن روغن زنیان بادشکن معده و روده بوده و مالیدن آن موجب تسکین دردهای منرم و کهنه می شود. مالیدن آن بر روی ورمها جهت تحلیل ورمهای سرد و تسکین درد آنها مفید است.

طرز تهیه روغن زنیان: ۱۵۰ گرم دانه زنیان تازه را کوبیده و آنرا جوشانده بقدریکه آب آن به نصف رسد سپس آنرا در ۶۵۰ گرم روغن زیتون ریخته، دو باره بجوشانید تا آبها بخار شود و روغن بماند.

۱۷- درمان سردردهای میگرنی با زنیان: اگر کسی که دچار سردردهای نیمه سر یا سردردهای میگرنی است روزانه یک گرم زنیان را با یک گرم (حدود ۵ دانه) میخک مخلوط نموده و نرم کوفته و در بیتی کشد سر درد او برطرف شده و از ابتلاء دو باره به آن جلوگیری می کند.

۱۸- درمان اگزما و رفع خارش پوست با زنیان: چنانچه ۱۵ گرم زنیان را با ۱۵ گرم نخود خام مخلوط نموده و نرم ساییده و با آب لیمو یا سرکه خمیر کنید و بر محل اگزما و خارش پوست بمالید و ببندید موجب رفع خارش پوست و درمان اگزمای پوست می گردد.

۱۹- درمان سلسل البول (بی اختیار ادار آمدن) با زنیان: مادرانیکه کودکان آنها به شب اداراری دچار شده اند اگر ۶ مثقال زنیان را با ۶



سداب و اجزای آن

نسخه های شفا بخش سداب

۱- تسکین درد گوش با سداب: چنانچه مقداری از برگ و گل سداب را جوشانده بقدریکه پخته شود و آب پخته آنرا صاف نموده داخل گوش بچکانید علاوه بر زایل کردن درد گوش محیط داخلی آنرا ضد عفونی می کند.

دستور دیگر: آب سداب را با آب جوشانده پوست انار مخلوط کرده و در گوش بچکانید.

۲- درمان قطع قاعدگی در زنان با سداب: زنی که عادت ماهانه وی عقب افتاده و نامنظم است اگر مقداری برگ سداب را جوشانده و آب آنرا میل نماید خون حیض منقطع را در او جاری میسازد و در تنظیم عادت ماهانه وی مفید است. همچنین خوردن ۵ گرم از پودر برگ خشک شده سداب کشنده و ساقط کننده جنین است لذا زنان باردار در مصرف آن مجاز نیستند.

۳- درمان سکسکه با سداب: اگر مقداری برگ سداب را دم کرده و آب آنرا میل نمایند و یا مقداری از برگ سداب خشک شده را نرم ساییده و با کمی عسل خمیر نموده و میل کنند سکسکه غیر طبیعی افراد مبتلا به آن را ساکت کرده و آنرا رفع می نماید.

۴- درمان استسقاء (تشنگی مفرط) با برگ سداب: چنانچه مقداری برگ سداب را در شربت عسل بقدری بجوشانند تا آب آن به نصف رسد و به بیماری که به استسقاء بخصوص به استسقاء لحمی یعنی آن نوع از استسقاء که هنوز آب از بافتها بیرون نزده است مبتلا باشند، بدهند در معالجه بیماری او بسیار موثر است.

۵- رفع بدبویی دهان با سداب: فردیکه پیاز یا سیر خورده و یا به علل دیگر دهانش بدبو گردیده باشد اگر مقداری برگ سداب را جوشانده و آب آنرا صاف نموده و در دهان بگرداند و بیرون بریزد یا مقداری از پودر آنرا در دهان مضمضه کند بوی بد دهانش بر طرف شده و فضای داخلی آنرا خوشبو و معطر می گرداند.

۶- درمان مسمومیت با سداب: اگر مقداری برگ سداب را نرم ساییده و با مقداری انجیر و گردوی تازه له شده مخلوط نمایید و هر روز مقداری از آنرا میل کنید موجب رفع انواع مسمومیتها به ویژه مسمومیهایی که به علت زیاده روی در مصرف مشروبات الکلی حاصل شده باشد می گردد.

۷- درمان فلج، رعشه (لرزش) و تشنج (گرفتگی) عضلانی با سداب: طبیعت برگ سداب گرم است به همین جهت خوردن یا ضماد پخته آن اثر نیکویی در رفع گرفتگی و لرزش عضلانی که به علت سردی باشد دارد. به همین منظور چنانچه مقداری از آن را نرم ساییده و روزی ۳/۵

گرم آنرا میل کنید یا با عسل مخلوط نموده بصورت حبهایی در آورده و روزی ۲ حب آنرا میل نمایید موجب درمان بیماریهای مذکور می گردد.

۸- رفع رعاف (خونریزی بینی) با سداب: اگر فردی که به خونریزی بینی دچار گشته مقداری از پودر خشک شده برگ سداب را در بینی بکشد یا مقداری روغن سداب را به پنبه زده و به داخل بینی خود بمالد در رفع خون دماغ وی سریع الاثر است.

۹- خواص طبی و مصارف درمانی اسانس سداب^(۱): اسانس سداب که از تقطیر سداب با آب بدست می آید خواص طبی و اثرات درمانی زیادی دارد از جمله: مالیدن آن به پوست به عنوان یکی محرک موضعی قوی می باشد و از این رو جهت درمان تشنج (گرفتگی) عضلانی و رفع بی حسی و خونمردگی اعضاء مصروف آن توصیه می شود. اسانس سداب به عنوان دارویی ملد و قاعده آور مصروف دارویی دارد. در استعمال خارجی اسانس سداب التیام دهند زخمها و جراحات است. دمکرده این اسانس بصورت حمام موضعی بمدت ۳۰ دقیقه و چندین مرتبه در روز در رفع گرفتگی مجاری تنفسی و غدد پستانی موثر است. چکاندن و مالیدن اسانس سداب به داخل بینی و همچنین مالیدن آن به محل سینوسها بر روی پوست جهت رفع ترشحات چسبنده و عفونی مجاری تنفسی مفید است. مقدار مصرف اسانس سداب ۱ تا ۱۰ قطره در شربت است.

ویژه در کودکان توصیه و تجویز می شود.

دستور تهیه روغن سداب: (روش اول) صمغ درخت سداب را با ۴ برابر آن آب و ۲ برابر آن روغن زیتون بقدری بجوشانید تا آب آن تبخیر شده و روغن بماند.

روشی دیگر: ۱۰۰ گرم برگ خشک شده سداب را بمدت ۲ روز در آب بجوشانید سپس آنرا کمی جوشانده تا آبها نصف شود، بعد آنرا با روغن زیتون مخلوط کرده و دو باره بقدری بجوشانید تا آبها تبخیر شود و روغن بماند.

۱۲- رفع خونریزی و التیام زخم سر با سداب: چنانچه کمی برگ سداب پودر شده را با کمی سفیداب قلع و مقداری روغن گلسرخ مخلوط نموده و با سرکه خمیر نمایید و آنرا بر محل زخم سر ضماد کنید موجب بهبودی و التیام زخم و جراحات سر که همراه با عفونت و ترشح زیاد باشد می گردد.

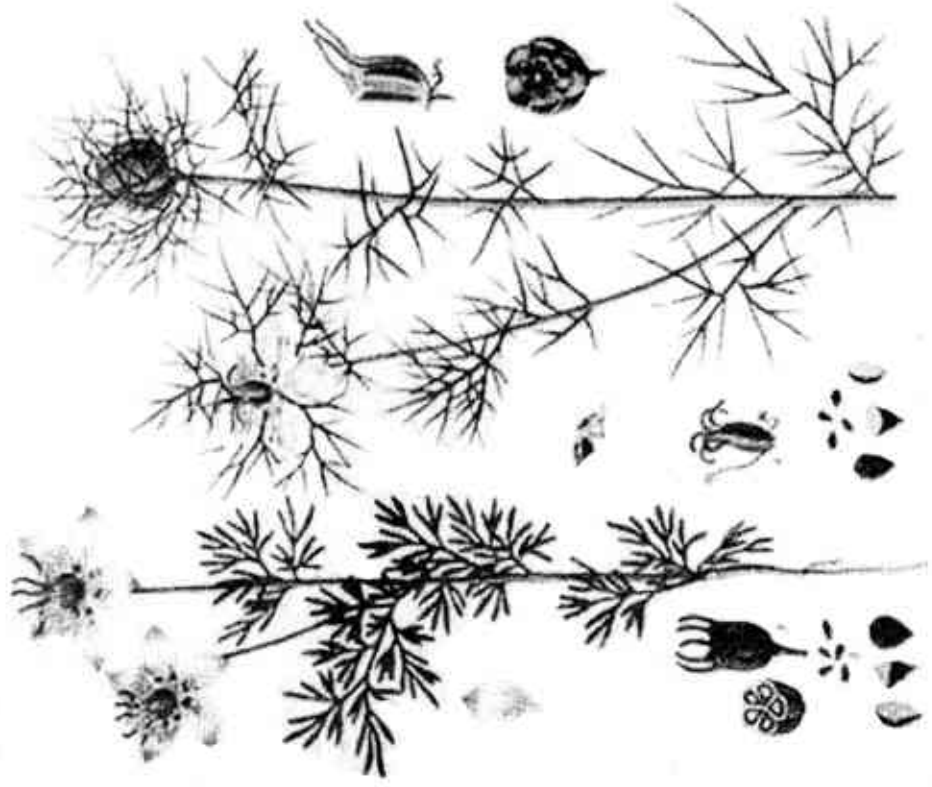
۱۳- تحلیل بردن ورم خنازیر با سداب: اگر مقداری برگ سداب را در روغن زیتون بقدری بجوشانید تا پخته شود و سپس پخته آنرا بر محل ورم خنازیر (غده ها و تومورهای سرطانی) ضماد نمایید باعث تحلیل و کوچک نمودن ورم خنازیر و درمان آن می گردد.

۱۴- درمان سر دردهای میگرنی با سداب: چنانچه روزانه ۱ مثقال از برگ سداب خشک شده را نرم ساییده و در کمی گلاب حل کنند و

مشخصات کلی اسانس سداب: اسانس سداب که دارای رائدمان کم و برابر ۱۰۰ گرم برای هر ۱۰۰ کیلوگرم سداب تازه است مایعی است بی رنگ یا به رنگ مایل به زرد که بوی قوی و طعم تلخ و خیلی تند دارد. وزن مخصوص این اسانس بین ۰/۸۳۵ و ۰/۸۴۰ است و در درجه گرمای ۲۲۸ به جوش می آید. اسانس سداب در گرمای ۲۰ درجه در ۲ تا ۳ برابر حجم خود الکال ۷۰ درجه حل می گردد. ۹۰ درصد آن را نیز ماده ای به نام میتل سنن نوئیل تشکیل می دهد.

۱۰- درمان درد پهلوی و سینه با سداب: اگر ۱۰ گرم سداب را با ۱۰ گرم برگ شوید خشک مخلوط کرده، جوشانده و آب آنرا بیاشامند در تسکین درد پهلوی، رفع تنگی نفس، درمان سرفه کهنه و ورم ریه مفید بوده و در رفع تب و لرز همراه با عرق سرد نیز موثر است.

۱۱- خواص دارویی روغن سداب^(۱): روغن سداب تقریباً "کلیه خواص خود سداب را دارا بوده از جمله جهت رفع سردی پهلوی و رفع سردی کلیه و مثانه بکار می رود. مالیدن روغن سداب جهت درمان درد کمر و رفع استرخاء (سستی و بی حسی عضلانی) و رفع تب و لرز موثر است. چکاندن این روغن در گوش در رفع سنگینی و کوری گوش مجرب است. مالیدن این روغن در حمام در رفع باد قولنج بکار می رود. مالیدن بطور مرتب روغن سداب به مهره های پشت کمر جهت درمان شب ادراری به



سیاه دانه (شونیز) و اجزای آن

آتراپیوند و مقداری از آترا روی شقیقه و داخل بینی و اطراف گوش بمالند در رفع سر دردهای میگرنی و نیمه سری مفید است.

۱۵- کم کردن نیروی شهوانی و جنسی با سداب: اگر روزانه ۱/۵ مثقال تخم سداب را نرم ساییده، با کمی آب خرفه مخلوط کرده و در ۲ وعده صبح و عصر میل نمایند موجب کاهش نیروی شهوت و غریزه جنسی بخصوص در افراد مجرّد و جوانان می گردد.

۱۶- رفع کم سویی چشم با سداب: اگر کسی که نور چشم او کم شده و به ضعف بینایی دچار گردیده روزانه ۳ مثقال از برگ سداب را چوشانده و بمدت ۱ ماه هر روز آنرا در ۲ وعده صبح و عصر میل نماید در رفع کم سویی چشم و تقویت قوای بینایی او بسیار مفید است.

سیاهدانه

Nigella sativa

اسامی دیگر سیاهدانه: فارسی این گیاه سیاهدانه است ولی به آن «سیاه تخمه، کمون هندی و شونیز» هم می گویند. در اصفهان قدیم به سیاهدانه «سیاه سیرینخ» می گفتند. در برخی کتب طبّی قدیم از سیاهدانه با عنوان «سومر» یاد کرده اند. سیاهدانه در زبان لاتین به *Nigella arvensis* در زبان انگلیسی به *Black cumin* و در زبان فرانسه به *Nigelle* معروف است.

۴- دفع کرم معده و روده با سیاهدانه: خوردن هر شب ۵ گرم (۱) فاشق مرباخوری (از پودر سیاهدانه که در مقداری سرکه حل شده باشد در موقع خواب از بین برنده کرم معده و روده است.

دستور دیگر: هر شب یک گرم سیاهدانه را نرم کوبیده با ۲ قاشق سرکه در نصف لیوان آب حل کرده وقت خواب میل نمایید. همچنین مالیدن سیاهدانه سوخته پودر شده با آب حنظل بر اطراف ناف در دفع کردن کرم به ویژه کرم کدو موثر است.

۵- تهیه پادزهر و رفع گزیدگی حشرات با سیاهدانه: خوردن ۱/۵ مثقال از سیاهدانه پودر شده با کمی سرکه و آب نیمگرم (بمدت ۳ روز) جهت رفع اثر زهر جانوران گزنده به ویژه رتیل و عقرب و درمان ورم سگ گزیدگی مفید است. همچنین مالیدن روغن سیاهدانه به محل نیش زدگی مفید است.

۶- درمان تب با سیاهدانه: چنانچه مقداری سیاهدانه را نرم ساییده و با کمی سکنجبین میل نمایید تب های شدید به ویژه تب هایی که از غلبه بلغم باشد را بر طرف می کند.

۷- درمان بواسیر و رفع زگیل پوستی با سیاهدانه: اگر مقداری سیاهدانه را سوزانده و نرم ساییده و آنرا با آب مورد (که از خیساندن ۳ الی ۴ روز بزرگ مورد در آن بدست آمده باشد) خمیر نموده، به صورت مرهم در آورده و بمالند بواسیر را درمان کرده و همچنین در از بین بردن زگیل و میخچه پا موثر است.

مشخصات کلی سیاهدانه: گیاهی است از تیره گل آلاله که شکل ظاهری خود گیاه شباهت زیادی به رازیانه دارد. گل های این گیاه زرد رنگ مایل به سفید و بنفش است. قسمت مورد استفاده این گیاه دانه آن است که ۳ گوش بوده و مغزش سفید و پوست آن سیاه رنگ است. دانه این گیاه دارای بویی تند (شبیه به بوی زیره) و مزه ای تیز است. طبیعت این گیاه گرم و خشک است.

نسخه های شفابخش سیاهدانه

۱- درمان اسهال با سیاهدانه: چنانچه ۱۰ گرم سیاهدانه و ۱۰ گرم شاهدانه را مخلوط کرده و بمدت ۳ روز جوشانده و بعد از هر وعده غذا میل نمایید در رفع اسهال که به علت سردی و رطوبت معده ایجاد شده بسیار مفید است.

۲- باز شدن رنگ چهره و رفع زردی آن با سیاهدانه: چنانچه سیاهدانه را نرم ساییده و با روغن زیتون خمیر نموده و هر روز صبح صورت را با آن چرب نمایند موجب رفع چین و چروک صورت شده و چهره سرخ و گلگون می شود.

۳- درمان تنگی نفس و آسم با سیاهدانه: اگر ۱۵ گرم سیاهدانه را با ۱۵ گرم گل زوفا مخلوط کرده و نرم ساییده و با عسل خمیر کرده و روزی یک قاشق مرباخوری آنرا در دهان گذاشته و بمکند در رفع تنگی نفس مجرب است.

۱۱- درمان کم سویی چشم با سیاهدانه: جهت رفع کم سویی چشم و ازدیاد قوه بینایی ۵ گرم سیاهدانه را نرم ساییده، ۲/۵ گرم آنرا صبح و ۲/۵ گرم آنرا عصر همراه با عسل یا شربت دیگر میل نمایند.

نوع دیگر: ۲ گرم سیاهدانه را با ۱ گرم بادیان و ۱۰ گرم نبات مخلوط کرده نرم ساییده و هر شب هنگام خوابیدن میل نمایند.

۱۲- رفع خارش پوست با سیاهدانه: اگر مقداری روغن گل سرخ با روغن بادام تلخ را با پودر سوخته شده سیاهدانه خمیر کرده و بر محل خارش پوست بمالید خارش بدن که به علت سردی باشد را از بین می برد.

۱۳- رفع ریزش مو و درمان طاسی با سیاهدانه: چنانچه مو م عسل را گداخته و با روغن گل سرخ و کمی حنا خمیر کرده و مقداری پودر سوخته سیاهدانه را به آن بیافزایید و بر سر بپنید مانع ریختن موی سر شده و در صورت مداوم رویندن مو می گردد.

۱۴- درمان نسیان (فراموشی) با سیاهدانه: جهت تقویت حافظه و رفع فراموشی ۱/۵ مثقال سیاهدانه را با ۱/۵ مثقال خردل مخلوط کرده نرم ساییده و در عسل حل کرده و غرغره نماید. همچنین کشیدن پودر سیاهدانه بصورت انفییه در بینی نیز در رفع خستگی مغز موثر است.

۱۵- درمان زخمها و جوشهای خارش دار با سیاهدانه: اگر مقداری گلاب را با پودر سیاهدانه سوخته شده مخلوط کرده و بر زخمهای

نسخه دیگر ضد زگیل با سیاهدانه: جهت از بین بردن زگیل ۲ مثقال سیاهدانه را با ۱ مثقال سیر و نیم مثقال زرنیخ سرخ مخلوط کرده نرم کوبیده در نصف استکان سرکه ریخته و یک عدد سفیده تخم مرغ اضافه کرده و روی زگیلها بمالند.

۸- تحلیل ورم بیضه و آلت با سیاهدانه: چنانچه سیاهدانه را سوزانده و نرم ساییده و با کمی بول طفل خمیر نمایید و بر محل ورم بیضه و آلت بمالید در تحلیل ورم بیضه و آلت کودک سریع الاثر است.

۹- رفع لک و درمان امراض پوستی (به ویژه برص) با سیاهدانه: مالیدن سیاهدانه سوخته و پودر شده با کمی سرکه بر محل لک و برص (لکه های سفید روی پوست) جهت پاک کردن آنها از روی پوست مفید است.

همچنین جهت از بین بردن جوشهای پوستی ۴/۵ مثقال سیاهدانه را با ۴/۵ مثقال تخم کتان مخلوط کرده نرم ساییده و در یک استکان سرکه حل کرده و بمالند.

۱۰- درمان درد رحم با سیاهدانه: چنانچه سیاهدانه را سوزانده نرم ساییده و با عسل و روغن کنجد خمیر نمایند و بر رحم بمالند موجب رفع درد در ناحیه رحم می گردد.

عطسه فراوان باشد می‌گردد. همچنین در رفع عطسه زیاد و حساسیت به بوها و عطر گل‌های فصلی موثر است.

دستور دیگر: سیاهدانه را نرم ساییده و با آب گرم خمیر کرده و بر سر بمالید و بپنید و پس از ۲ ساعت سر را بشوید.

۱۸- درمان صدا کردن گوش و رفع درد دندان با سیاهدانه: اگر سیاهدانه را جوشانده و آب صاف شده آنرا با روغن سفز مخلوط کرده و دوباره بجوشانید تا آب آن تبخیر شود و روغن بماند و این روغن را در گوش بچکانید رافع درد گوش و صدا کردن آن می‌باشد. همچنین مضمضه آب جوشانده سیاهدانه با سرکه جهت تسکین درد دندان که به علت سردی باشد مفید است.

۱۹- تقویت قوه باه با سیاهدانه: چنانچه روغن سیاهدانه را با روغن زیتون و کندر خوراکی بودر شده مخلوط کرده و کمی عسل به آن افزوده و هر روز مقداری از آنرا میل نمایید جهت اعاده (برگرداندن) شهوت و قوه باه افراد ضعیف و عقیم و نیز تقویت قوه شهوانی و جنسی (قوه باه) بسیار مفید است.

۲۰- خواص طبی و دارویی روغن سیاهدانه ^(۱): خوردن روغن سیاهدانه که با روغن زیتون گرفته باشند جهت تقویت قوه باه سریع الافر

خارش دار به ویژه جوش‌های پوستی همراه با خارش بمالید و بپنید خارش پوست را بر طرف ساخته، زخم‌ها را التیام داده و جوش‌های خارش دار به ویژه در ناحیه سر را از بین می‌برد.

نسخه دیگر جهت رفع جوش غرور با سیاهدانه: جهت بر طرف کردن جوش‌های غرور صورت ۲ مثقال سیاهدانه را نرم کوبیده با ۶ مثقال خاکستر چوب انگور مخلوط کرده در ۲ استکان سرکه حل کرده و روزی ۳ مرتبه بمالید و تا بهبودی کامل ادامه دهید.

۱۶- درمان سر دردهای مزمن و رفع گرفتگی بینی با سیاهدانه: چنانچه سیاهدانه را به مدت ۲ الی ۳ روز در آب خیسانده و سپس آب صاف شده آنرا در بینی بچکانید موجب رفع سر درد کهنه و باز شدن بینی می‌گردد.

دستور دیگر: چکاندن روغن سیاهدانه در بینی یا بوبیدن سیاهدانه در پارچه نمناک نیز مفید است.

دستور دیگر: چنانچه سیاهدانه را نرم ساییده و در پارچه‌ای نازک ریخته و بر وسط سر در ناحیه ملاج بپنید و مرتباً سر را با آب گرم بشوید و آنرا خشک کرده و بپنید جهت درمان سر دردهایی که در اثر سرماخوردگی و سرمازدگی به وجود می‌آیند مفید است.

۱۷- درمان آلرژی (حساسیت فصلی) با سیاهدانه: اگر مقداری سیاهدانه را جوشانده و یا آنرا بو دهید و بصورت گرم گرم در پارچه‌ای ریخته و بر سر ضمداد نمایید موجب رفع زکام که با آبریزش و

دفع کلیه غذاهای سرد و سنگین باقیمانده در معده (نقل معده) موثر است. خوردن سیاهدانه جهت اخراج جنین مرده و درمان قولنج سودمند است. بخور و دود سیاهدانه در گریزانیدن حشرات از محیط و منع رشد آنها موثر است. خوردن روزانه ۵/۰ مثقال سیاهدانه جهت درمان استسقاء (تشنگی مفرط و آب آوردن شکم «آسیت» و درد طحال مفید است.

۲۲- خواص دارویی و مصارف طبی اسانس سیاهدانه^(۱):
اسانس سیاهدانه دارویی موثر جهت از بین بردن کرم معده و روده می باشد. مالیدن آن به پوست و صورت از بین برنده جوشهای آن بوده و موجب سرخ و گلگون شدن و باز شدن رنگ چهره می گردد. اسانس سیاهدانه را به وسیله تقطیر آن با آب بدست می آورند و این کار را با دستگاہهای مدرن اسانس گیری انجام می دهند.

سیر

Allium Sativum

اسامی دیگر سیر: فارسی این گیاه سیر است. در زبان ترکی سیر به «صارماساق و صارمیساق» معروف است. اعراب به سیر «ثوم» می گویند. به نوع بیابانی سیر، «ثوم الحیه و ثوم الکلب» می گویند و در

1-Essence Nigella Sativa

است. مالیدن روغن سیاهدانه بر اعضای تناسلی و قلیب جهت نعوظ و تحریک آن بی نظیر بوده و مالیدن آن بر عضلات در دفع درد عضلات که به علت سردی و رطوبت باشد و همچنین در درمان سستی و لرزش عصبی (ارعه) عضلات مفید است. مالیدن روغن سیاهدانه به اعضای بی حس در درمان فلج عضلاتی و استرخاء (بی حسی و بی حرکتی کامل یا ناقص عضو) و رفع بی حسی و خونمردگی آنها بسیار مفید است. جهت جلوگیری از سپیدی زود رس موهای سر و سیاه شدن آنها ابتدا سر را با صابون گیاهی شسته و خشک نمایید و سپس روغن سیاهدانه را به سر بمالید. مالیدن روغن سیاهدانه که با ۶ روغن (حناء، مورد، سدر، گزنه، فندقی و بادام) مخلوط شده باشد به سر جهت رفع ریزش مو و تقویت پیاز موی سر نافع است.

طرز تهیه روغن سیاهدانه: (روش اول) جهت تهیه روغن سیاهدانه ۴ مثقال سیاهدانه را با ۲۱ مثقال مغز بادام تلخ با هم کوبیده و له کرده و آنرا در پارچه ای ریخته، خوب فشار دهید و روغن آنرا بگیرید.

روش دوم: ۱۵۰ گرم سیاهدانه را در یک لیتر آب بجوشانید تا نصف آب بخار شود سپس صاف نموده آب آنرا با روغن کنجد یا زیتون مخلوط کرده با آتش ملایم آنقدر بجوشانید تا آنها بخار شود و روغن بماند.

۲۱- خواص دیگر سیاهدانه: سیاهدانه دارای طبیعتی گرم و خشک بوده و از این رو جهت افراد رطوبتی و سرد مزاج خوردن آن مفید است. خوردن روزانه ۱/۵ مثقال سیاهدانه خون حیض بسته را باز کرده و جهت رفع بند آمدگی ادرار بکار می رود. سیاهدانه در رفع اخلاط سینه و نیز

می باشد. به همین منظور چنانچه زنی برگ و ساقه سیر را پخته و در آب آن بنشیند خون حیض بسته وی را به جریان انداخته و اگر چنین مرده در شکم او مانده باشد آن را بیرون می آورد.

۴- درمان زخمها و جراحات چرکین با سیر: مالیدن آب پخته برگ و ساقه سیر بر روی جراحات چرکین و آبدار سبب باز شدن و سرباز کردن چرک و عفونت آنها گردیده و در بهبودی آنها موثر است.

۵- تهیه پادزهر گیاهی با سیر: جوشانده برگ و ساقه سیر با برگ درخت انجیر سیاه و زیره جهت درمان گزیدگی حشرات مفید است. ضماد مخلوط این جوشانده با جفت و روغن زیتون جهت کشیدن زهر عقرب مجرب است.

۶- باز شدن دمل و تحلیل آن با سیر: ضماد پخته سیر با شیر بر روی دمل جهت باز شدن آن و تحلیل ورم مفید است. همچنین ضماد پودر گل ارمنی با روغن سیر بر روی دمل و ورم موجب فروکش کردن آنها می گردد.

۷- درمان خون مردگی پوست با سیر: چنانچه سیر را سوزانده و با عسل خمیر کنید و بر پوست ضماد نمایید در رفع آثار خون مردگی در زیر پوست و تیرگی و کدروی پوست مفید است.

کتابهای داروسازی سنتی ایران از آن تحت عنوان «اسقوردیون» یاد شده است. سیر در زبان لاتین با نام *Allium sativum* در زبان فرانسه با نام *Ail* و در زبان انگلیسی با نام *Garlic* شناخته می شود.

مشخصات کلی گیاه: سیر گیاهی است علنی و یک ساله است و دارای دو نوع بستانی و نوع پرورش یافته می باشد. یک نوع آن در گیلان و در مازندران و نوع دیگر در مرکز ایران می روید. گلهای نوع بستانی سیر سفید رنگ و گلی رنگ است. اسانس سیر بوی تند و تیزی دارد. قسمت مورد استفاده این گیاه غده های زیرزمینی این گیاه است که مصرف خوراکی درمانی دارد.

نسخه های شفا بخش سیر

۱- تقویت لثه و دندان با سیر: خوردن پخته سیر با زیره و برگ درخت صنوبر پودر شده جهت رفع سستی و ضعف لثه و تقویت بن دندان مفید است.

۲- تقویت قوه باه و رفع سستی آن با سیر: خوردن پخته سیر با شیر گوسفند و روغن حیوانی تازه و کمی عسل در تحریک قوه باه و رفع سستی آلت موثر است.

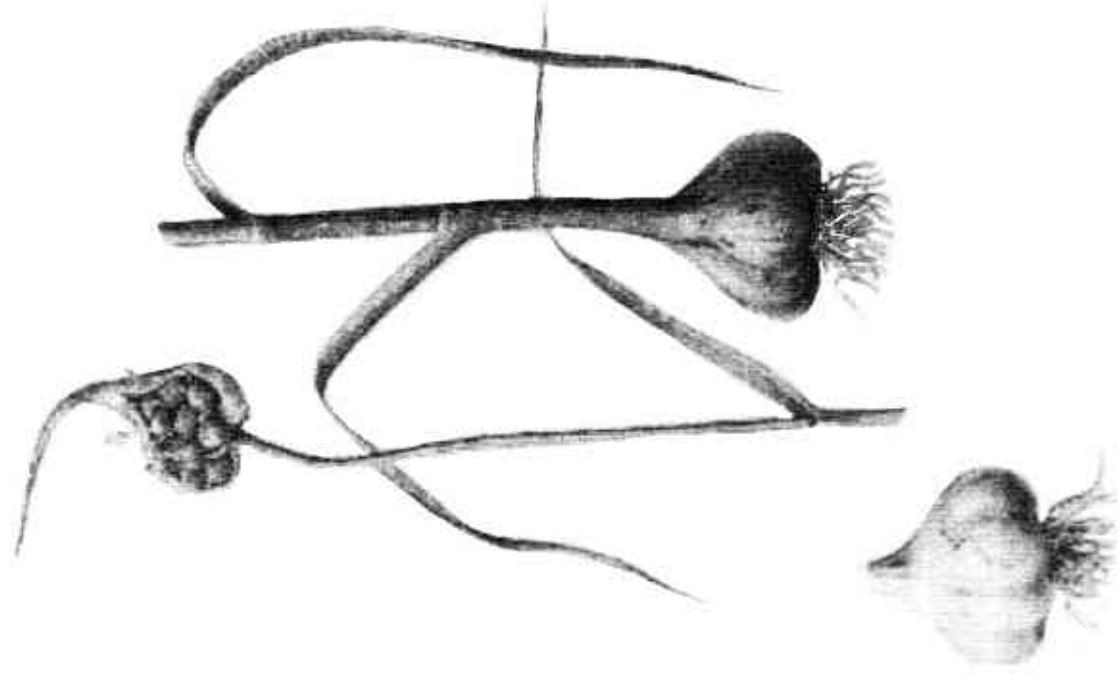
۳- باز شدن عادت ماهانه در زنان با سیر: حمام دارویی برگ و ساقه سیر دارویی بسیار خوبی جهت رفع بند آمدگی خون قاعدگی خانمها

۸- **اخراج زالویی که در گلو چسبیده باشد با سیر:** اگر سیر را جوشانده و آب صاف شده آنرا با سرکه ترشی سیر مخلوط کرده و در دهان غرغره نمایید زالوی مانده در حلق و چسبیده به گلو را بیرون می آورد.

۹- **خواص طبی و مصارف درمانی روغن سیر^(۱):** مالدین روغن سیر به مفصل ساکت کردن دردهای موضعی به ویژه درد پا مفید است و جهت درمان رماتیسم، رفع التهاب مفاصل، درمان درد عصب سیاتیک و نفوس، درمان بی حسی و خون مردگی عضلات و فلج عضلاتی، رفع ورم ساق پا و معالجه واریس به صورت استعمال خارجی مصارف دارویی دارد. مالدین این روغن به پوست جهت رفع شقاق، زبری و ترک پوست، از بین بردن کدورت و تیرگی رنگ پوست و همچنین زایل کردن زگیل و میخچه پا موثر است. مالدین آن به سر جهت رفع ریزش عمومی مو و تقویت پیاز مو و از بین بردن جوشهای سر مفید است.

دستور تهیه روغن سیر: ۱۰۰ گرم سیر را خرد و رنده کرده و در یک لیتر آب به قدری بجوشانید تا نصف آب آن بخار شود و بقیه را در ۶۰۰ گرم روغن زیتون باکنجد جوشانده به قدری که آنها تبخیر شود و روغن بماند.

۱۰- **درمان مسمومیت با سیر:** اگر حدود ۲ متقال سیر را کوبیده و له کرده آنرا در مقداری آب جوش ریخته و پس از خیس خوردن به مدت یک شبانه روز آنرا میل نمایید رفع مسمومیت می کند.



۱۱- تسکین درد دندان با سیر: چنانچه سیر را رنده کرده و آن را پیخته و له نمایید و با کره تازه مخلوط کرده و بر روی دندان دردناک بگذارید جهت تسکین درد دندان مجرب است.

دستور دیگر: سیر را خرد کرده و در ماهی تابه ریخته و با کره سرخ کنید و بر روی دندان دردناک بگذارید.

دستور دیگر: مقداری سیر خرد شده را به قدری بجوشانید تا پخته شود سپس آنرا با پودر کندر مخلوط کرده و در دهان گذاشته و مضمضه کنید.

۱۲- درمان جوش و آفت دهان با سیر: چنانچه تخم سیر را جوشانده و آب آنرا صاف نموده و چند روز دهان را با آب آن شستشو دهید جوش و آفت دهان را بر طرف ساخته و فضای دهان را ضد عفونی می کند.

۱۳- رفع کرم معده و روده با سیر: خوردن سیری که در شیر پیخته باشد جهت رفع کرم معده مفید است. همچنین خوردن جوشانده سیر له شده با کمی شکر جهت دفع انگل و کرم معده به ویژه کرم کدو موثر است.

۱۴- درمان سیاتیک با سیر: چنانچه سیر پیخته شده یا بریان شده را همراه با کمی انجبر و مغز گردوی تازه له شده بخورید درد عصب سیاتیک و کمردرد و پا درد های با منشاء سردی را به خوبی درمان می کند.

۱۵- خواص طبی دیگر سیر: خوردن سیر جهت رفع لقوه و درمان امراض عصبی که به علت سردی و رطوبت معده شدت یافته مفید است. خوردن آن پس از غذاهای نفخ دار به عنوان دارویی بادشکن و ضد نفخ معده توصیه می شود. سیر دارای خاصیتی ضد میکربی بوده و در کاهش کلسترل (چربی) خون و تنظیم کردن ضربان قلب و پایین آوردن فشار خون نقش زیادی ایفا می کند. مصرف سیر به عنوان دارویی ضد انعقاد خون در درمان سرطان بکار می رود. سیر ضد قارچ و انگل بوده و در تحریک اشتها بسیار موثر است.

۱۶- معالجه آسم با سیر: جهت درمان تنگی نفس و آسم کافی است چند حبه سیر را خرد کرده و در یک استکان الکل ۹۰ درجه یا سرکه کهنه به مدت ۸ روز بخیسانید و هر بار چند قطره آنرا روی یک حبه قند چکانده و بمکید. همچنین مضمضه سیر خرد شده در سرکه سیر (سیر ترشی) مفید است.

۱۷- درمان برص (لکه های سفید روی پوست) با سیر: چنانچه سیر را کوبیده و له نمایید و با پودر نشادر خمیر کرده و بر پوست بمالید اثر قابل توجهی در بر طرف ساختن لکه های سفید روی پوست دارد.

۱۸- درمان زخم گوشه ناخن و رفع کجی و انحراف آن با سیر: اگر سیر را کوبیده و له نمایید و با زفت (مایعی سیاه رنگ که از درخت صنوبر بدست می آید) مخلوط کرده و بر ناخن بمالید در التیام و بهبودی زخم گوشه ناخن و رفع کجی و انحراف آن موثر است.

۱۹- درمان رماتیسم با سیر: خوردن روزانه یک حبه سیر صبح ناشتا به مدت چند هفته جهت رفع رماتیسم مفید است. همچنین مالیدن روغن سیر همراه با کمی پودر زنجبیل بر محل درد در تسکین درد رماتیسم موثر است.

۲۰- درمان شکنندگی و خرد شدن مو با سیر: جهت رفع خرد شدن و درمان شکنندگی مو ۵ عدد سیر را با ۱۰ گرم گل گندم جوشانده کمی سرکه اضافه نمایید و روزانه سر را با آن بشویند.

کدو

cucurbita Pero

اسامی دیگر کدو: فارسی آن کدو است. در زبان عربی به کدو «قرع» می‌گویند. کدو انواع کوچک و بزرگ دارد که مهمترین آنها «کدو مسمایی و کدو حلوائی» است. در زبان لاتین به کدو *PeroCucubita* و در زبان فرانسه به آن *Citrouiller* می‌گویند.

مشخصات کلی کدو: همانطور که ذکر شد کدو چند نوع دارد. بعضی از انواع آنرا جهت مصارف غذایی و بعضی را جهت استفاده از دانه آنها پرورش می‌دهند. میوه کدو نارنجی رنگ و گلو باریک و تقریباً گلابی شکل است. میوه کدو سرشار از پتاسیم است بطوریکه ۱۰۰ گرم کدو حاوی

۳۸ کالری انرژی و ۶ گرم گلوکید و ۴۸۰ میلی گرم پتاسیم است. قسمت مورد استفاده آن میوه و تخم داخل آن است. طبیعت کدو سرد و تر است.

نسخه‌های شفابخش کدو

۱- کدو به عنوان دارویی مسهل و حل‌کننده صفرا: چنانچه کدو را پخته و آب صاف شده آنرا با کمی آرد خمیر کرده و یک شب در تئور با فر بگذارید تا با ملایمت دوباره پخته شود و سپس آنرا بیرون آورده و با کمی عسل و بوره بخورید مسهلی قوی جهت دفع صفرا می‌باشد.

۲- رفع تب‌های صفراوی و دُموی با کدو: اگر کدو را با کمی مغز شیره کش شده فلووس و ترنجبین و مرئی بنفشه میل کنید تب‌هایی که به دلیل غلبه صفرا یا خون باشد را به خوبی رفع می‌نماید.

۳- درمان جنون و مالمخولیای صفراوی با کدو: اگر مقداری از آب کدو را با کمی تمر هندی و شکر به بیماری که به وسواس، جنون و مالمخولیا دچار شده بخوراندند (به دلیل غلبه صفراوی سوخته) علاوه بر درمان امراض مذکور در دفع درد چشم و سر دردی که از گرمی باشد نیز مفید و موثر است.

۴- درمان نارسایی کبد و رفع سرفه با کدو: چنانچه آب کدو را همراه با گشت بدون چربی میل نمایید علاوه بر درمان نارسایی کبد در رفع سرفه‌های گرم و خشک و رفع تبهای گرم نیز مفید است.

۵- دفع اخلاط کهنه و درمان مسمومیت با کدو: چنانچه کسی که مسموم شده و یا اخلاط کهنه و مزمن دارد روزانه کدو را با جوچه خروس بخورد یا مغز تخم کدوی پخته شده را به تنهایی میل نماید اخلاط کهنه را رفع و مسمومیت آن را از بین می‌برد.

۶- درمان ورمهای گرم با کدو: اگر کدوی پخته شده و خام را له کرده و آن را بر موضع ورم بگذارید ورمهای گرم را تحلیل می‌برد، همچنین بستن و ضماد آن بر پیشانی جهت رفع سردرد مفید است.

۷- درمان درد گوش با کدو: اگر مقداری آب کدوی تازه را با کمی روغن گل سرخ یا روغن بادام تلخ مخلوط کرده و یا به تنهایی در گوش بچکانید درد گوش که به علت گرمی باشد را تسکین می‌دهد.

۸- درمان بی خوابی کودک با کدو: چنانچه آب کدو را با شیر زن زانو (شیر مادر) مخلوط کرده و بر سر یا پیشانی نوزاد و کودک بمالید در رفع بی خوابی کودکانی که مزاج و طبیعتی گرم دارند مفید است همچنین مالیدن آن به سر جهت درمان سرسام و هذیان مفید است.



۱۵- معالجه و درمان بواسیر با کدو: چنانچه شخصی که به بواسیر و خونریزی داخلی دچار شده هر روز مقداری پودر پوست کدو را با سرکه خمیر کرده و میل نماید بواسیر و خونریزی داخلی او را بر طرف می سازد.

۱۶- تهیه خضاب گیاهی با کدو: اگر یک کدو را سوراخ کرده و تخم آنرا بیرون آورده و جای آنرا از زنگ آهن و براده آهن پر کنید و سوراخ را با خمیر بگیرید و پس از ۶ هفته آب آنرا صاف کرده و با حنا خمیر کرده و بر سر بگذارید و آنرا ببندید بهترین و پر رنگترین خضاب مو بوده و سبب تقویت ریشه مو می گردد.

۱۷- رفع لاغری با کدو: چنانچه مقداری تخم کدو را چرخ کرده و آنرا میل نمایید یا روغن تخم کدو را میل کرده و بعد از آن مقداری نارگیل را در شیر جوشانده به قدری که پخته شود و آنرا صاف نموده و میل کنید به عنوان چاق کننده قوی در درمان لاغری بکار رفته و مجرب است.

نوع دیگر: مغز تخم کدو را با کمی باقلای پوست کنده و مقداری مغز بادام مخلوط کرده و کوبیده و با آب انار شیرین و ماءالشعیر، پخته و به صورت حلوا درآورده و روزانه میل نمایید.

۱۸- درمان جرب و خارش پوست با کدو: اگر روزانه چندین مرتبه محل خارش پوست را با مخلوط لعاب کتیرا، نوره (داروی نظافت سنتی حمام) و مقداری آب کدو مالش دهید خارش پوست را بر طرف ساخته و در درمان جرب و اگزمای پوستی بی نظیر است.

۹- معالجه دیفتری با کدو: اگر مقداری از آب کدو را گرفته و آنرا غرغره نمایید خنثای (دیفتری) را به خوبی درمان می کند.

۱۰- رفع سفیدی چشم با کدو: جهت رفع سرخی و سفیدی چشم و تسکین درد آن مقداری آب کدو را با آب گل سرخ مخلوط کرده و آنرا به چشم بکشید یا در چشم بچکانید.

۱۱- التیام و بهبودی زخمها با کدو: اگر مقداری از پوست خشک کدو را نرم ساییده و بر جراحت بپاشند خون آنرا بند آورده و در التیام و بهبودی زخمها به ویژه زخمهای گرم و زخم آکله سریع الاثر است.

۱۲- تسکین درد مفاصل با کدو: جهت رفع درد پا و کمر و تسکین درد مفاصل روغن مغز تخم کدو را با روغن بادام تلخ، پیه مرغ و مغز ساق قلم گاو مخلوط کرده و بر محل درد بمالید.

۱۳- درمان سوختگی آتش با کدو: اگر مقداری از پوست کدوی خشک شده را نرم ساییده و با روغن گل سرخ تازه مخلوط کرده و بر محل سوختگی بمالید موجب تسکین درد و سوزش آن و بهبود سوختگی می گردد.

۱۴- رفع لک و معالجه برص با کدو: مالیدن مخلوط پودر پوست کدو با سرکه علاوه بر رفع لک و تیرگی پوست جهت درمان لکه های سفید روی پوست مفید است.

روزانه چندین مرتبه روغن تخم کدو به داخل بینی پس از شستن و خشک کردن آن جهت رفع خشکی بینی و درمان سردردهای متعاقب آن موثر است.

ب - **درمان ضعف بینایی در روز:** چکاندن روغن تخم کدو در بینی و مالیدن آن به پشت پلک چشم جهت رفع ضعف بینایی در روز مفید است.

پ - **درمان صدا کردن گوش:** چنانچه شخصی گرم مزاج به علت مصروف گرمی زیاد و یا در اثر بی خوابی کشیدن به گوش درد و صدا کردن آن دچار گشت مقداری روغن تخم کدو را در گوش بچکاند گوش درد و صدای کردن آنرا به خوبی برطرف می کند.

ت - **تسکین درد مفاصل:** مالیدن روغن مغز تخم کدو به تنهایی یا همراه با کمی روغن بادام، پیه مرغ و مغز ساق قلم گاو جهت تسکین درد مفاصل مفید و موثر است.

طرز تهیه روغن کدو: تخم کدو سرشار از روغن است. از اینرو از آن جهت تهیه روغن تخم کدو به وسیله دستگاههای روغن گیری استفاده می کنند. در کتب طب قدیم نیز دستور تهیه روغن تخم کدو به وسیله قرع (کوفتن) شرح داده شده است.

۱۹- **نرم کردن و حالت دادن مو و جلوگیری از سیخ شدن آنها با کدو:** چنانچه مقداری از آب کدو را با مقداری لعاب نشاسته و پودر سریش مخلوط کرده و بر موها بمالید موجب نرم شدن و حالت دار شدن آنها گردیده و از سیخ شدن و راست ایستادن و خشکی مو جلوگیری می کند. همچنین جهت حفظ و نگهداری و بهداشت مو بخصوص موهای طولیل سر را هر روز با آب جوشانده برگ کدو و برگ کنجد بشوید.

۲۰- **تهیه مربای طبی از کدو:** جهت تهیه مربای کدو، یک کدوی خوب رسیده نارنجی رنگ شده را پوست کنده و داخل آنرا خالی کنید و به صورت قطعاتی به اندازه بادام قطعه قطعه کرده و ۶ تا ۸ ساعت آنرا در آبی که مقدار کمی آهک در آن حل کرده و صاف نموده اید گذاشته سپس با آب پاک شسته و با مقدار کمی آب، آنرا بپزید بطوریکه متلاشی نشود سپس رطوبت زیادی تکه های کدو را با پارچه تمیزی خشک کرده و در عسلی که در آفتاب یا حرارت ملایم موم و کف آن گرفته شده باشد ریخته و بتوام آورید (بجای عسل می توان از شکر نی استفاده کرد) سپس مقداری گلاب، زعفران و مصطکی ساییده شده را جهت خوشبو شدن به آن اضافه نمایید.

۲۱- **خواص طبی و دارویی روغن تخم کدو:** ^(۱) مصارف درمانی روغن تخم کدو عبارتند از:
الف - درمان سردرد به علت خشکی و گرفتگی بینی: مالیدن

پاشنه پا پیاشید دریند آوردن خون و رفع خونریزی جراحات اثری فوری دارد. جهت رفع خونریزی سینه ۵ گرم کندر را نرم ساییده و با مقداری ماءالشعیر بکار برید.

۲- درمان رعاف (خونریزی بینی) با کندر: اگر مقداری پودر کندر را جلو بینی کسی که به خونریزی بینی مبتلا است بگیرید و او مقداری از آنرا بدمد یا مقداری از پودر کندر را به داخل بینی او پیاشید در قطع فوری خون دماغ او موثر است.

نوع دیگر: کندر را جوشانده و در آب صاف شده آن کمی کافور حل کرده و به پنبه زده و در داخل بینی گذارید.

۳- درمان نفخ معده با کندر: خوردن روزانه یک مثقال از پودر کندر با پودر زنیان به صورت کفله پیش شکم را بر طرف ساخته و به عنوان دارویی بادشکن و ضد نفخ مصرف آن توصیه می شود.

۴- درمان سردی استخوان با کندر: چنانچه مقداری از کندر را نرم ساییده و با کمی روغن زیتون و عسل خمیر نموده و به صورت معجون درآورده و روزانه نصف قاشق مرباخوری از آنرا میل نمایید سردی استخوان که مزمن و کهنه شده باشد را بخوبی درمان می کند.

کندر

(*Bowswellia Carterii Bird*)

اسامی دیگر گیاه: کندر صمغ درختی خاردار است. و انواع مختلفی دارد. به نوع سخت و مایل به سرخی رنگ آن «ذکر» و به نوع سفید رنگ و شکننده آن «انثی» می گویند. به کندر تازه و نرم «ملاجرج» و پوست درخت کندر را «اقشاور» نامند. کندر در زبان لاتین با عنوان *Carterii Bird Bowswellia*، در زبان انگلیسی با عنوان *Frankincense* در زبان فرانسه با عنوان *Oliban* و در زبان عربی با عنوان «لبان ذکر» شناخته می شود.

مشخصات کلی کندر: درخت کندر درختی خاردار به ارتفاع حدود ۲ متر و برگ و دانه شبیه برگ و دانه درخت مورد است. این گیاه بیشتر در عمان و یمن و نواحی گرم زمین می روید و صمغ آنرا در تیر ماه از درخت می گیرند. طبیعت کندر گرم و خشک است و قسمت مورد استفاده آن صمغ و تخم درخت است.

نسخه های شفا بخش کندر

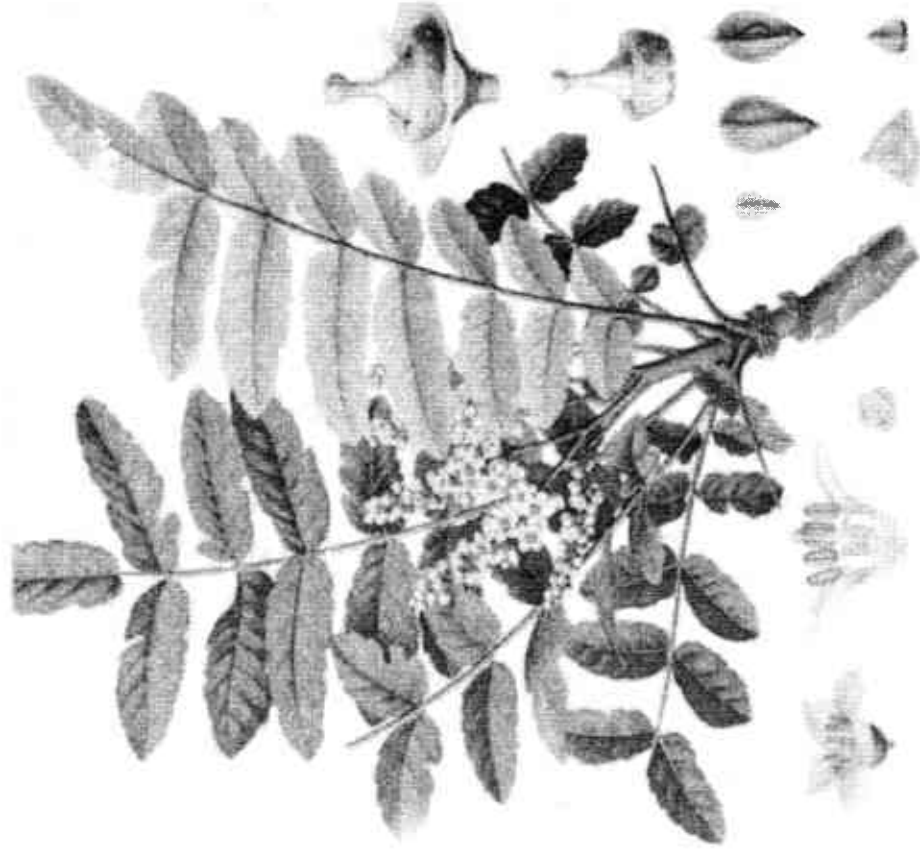
۱- درمان خونریزی زخمها و جراحات با کندر: چنانچه مقداری کندر را نرم ساییده و آنرا بر روی زخمها و جراحات به ویژه زخم

۵- درمان ضعف معده و تقویت حافظه با کندر: خوردن روزانه ۱ مثقال از مخلوط پودر کندر با عسل و شکر معده ضعیف را قوت داده و جهت درمان فراموشی، نسیان و تقویت حافظه مصرف آن مفید است. همچنین خوردن روزانه از آبی که ۳ گرم کندر در آن خیسانده باشند موجب رفع کم هوشی و فراموشی می گردد.

۶- معالجه تنگی نفس و سرفه کهنه با کندر: اگر مقداری از کندر را نرم ساییده و با پودر صمغ عربی مخلوط کرده و با کمی لعاب ختمی با اسفزه به صورت حیثایی درآورید و روزی ۲ حب آنرا در ۲ وعده صبح و عصر میل نمایید تنگی نفس را بخوبی برطرف ساخته و سرفه کهنه را درمان می کند.

۷- درمان سنگینی و لکنت زبان با کندر: اگر کسی که به ثقل و لکنت زبان دچار شده روزانه مقداری از پودر کندر که با مویز کوهی له شده و پودر پونه مخلوط شده را میل نماید و این عمل را بطور متوالی و مرتب به مدت چندین هفته تکرار نماید در رفع سنگینی و لکنت زبان سریع العلاج است.

۸- سرخ شدن رنگ مو با کندر: جهت سرخ شدن رنگ موها، مقداری کندر و سعد را مخلوط کرده و بجوشانید و سر را با آب آن بشوید. نوع دیگر: کندر را جوشانده و آب آنرا با پودر ۲۰ گرم شوره، ۱۰ گرم مژمکی و ۱۰ گرم باقلای مصری (تومس) خمیر نموده و بر موها بمالید.



کندر و اجزای آن

۱۳- درمان زخم و شقاق مقعد با کندر: مالیدن پودر کندر با لعاب کثیرا بر روی زخم مقعد باعث بهبودی آن گشته و از شقاق (ترک خوردگی) آن جلوگیری می‌کند.

۱۴- درمان زخم سوختگی آتش با کندر: جهت تسکین درد و سوزش ناحیه سوخته شده پوست و بهبود زخم آن، مقداری از کندر را نرم ساییده و با پیه مرغ مخلوط کرده و بر محل زخم سوختگی بمالید.

۱۵- رفع ریزش مو با کندر: مالیدن بطور مداوم ساییده کندر که در روغن مورد حل شده باشد جهت رفع ریزش مو و تقویت پیاز آن مجرب است. همچنین مالیدن روغن کندر به تنهایی یا خمیر پودر کندر با آب به سر در رفع ریزش مو مفید است.

۱۶- رفع رعشه (لرزش عضلانی) و لقوه با کندر: چنانچه مقداری پودر کندر را با کمی عسل خمیر کرده و آنرا بر محل لرزش عضلات و لقوه بمالید و این عمل را بمدت ۲ هفته تکرار نمایید در رفع رعشه و لقوه بی نظیر است.

۱۷- درمان شکستگی استخوان با کندر: اگر مقداری از کندر ساییده شده را با عسل خمیر کرده و روی عضوی که استخوان آن ترک برداشته یا شکسته شده بگذارند و ببندند موجب جوش خوردن استخوان شکسته شده و ترمیم آن می‌گردد.

۹- درمان خونریزی بواسیر و خونریزی زنانگی با کندر: چنانچه ۱۵ گرم کندر را با ۱۰ گرم بلوط، ۱۰ گرم پوست یاگل، انار، ۵ گرم گل ارمنی و ۵ گرم مرزنجوش مخلوط کرده نرم ساییده، با سفیده تخم مرغ خمیر نموده و در ۲ وعده صبح و عصر بر محل بواسیر خمیر نماید خونریزی بواسیر و زنانگی را قطع کرده و آنرا درمان می‌کند.

۱۰- معالجه و درمان اسهال رطوبتی با کندر: چنانچه مقداری از پودر کندر را با پودر مصطکی مخلوط نموده و هر روز ۲ نخود آنرا میل نمایید اسهال رطوبتی را رفع کرده و رطوبات دماغی را کاهش می‌دهد.

۱۱- درمان ضعف جنسی و تقویت قوه باه با کندر: اگر پودر کندر را با زرده تخم مرغ نیم پز مخلوط کرده و میل نمایید تولید منی را افزایش داده و نیروی شهوانی را تقویت می‌کند. جهت اثر بخشی بیشتر بهتر است مقداری مغز گردو چرخ کرده و له شده را به آن اضافه کنید.

۱۲- رفع کم سویی چشم با کندر: کشیدن سرمه کندر به چشم باعث زیادی نور چشم شده و قوه بینایی را تقویت می‌کند. همچنین اگر پودر کندر را با لعاب کثیرا خمیر کرده و بر پشت و روی پلکها بمالید در رفع کم سویی آن بی نظیر است. جهت رفع آبریزش چشم روزی یک مرتبه چشمها را با آب جوشانده کندر شستشو دهید.

کچوله (آذراقی)

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه کچوله است. در مازندران به آن «کلاج دارو» می‌گویند. در کتب قدیم سریانی از کچوله با نام «آذراقی» یاد کرده‌اند و در برخی کتب داروسازی سنتی ایران آنرا «خائق الکلب» نامیده‌اند.

مشخصات کلی گیاه: گیاهی است که برگش از برگ بنفشه سبزتر و پهن تراست و خالهایی سفید روی آن نمودار است. گل آن نیز شبیه گل بنفشه ولی سرخ رنگ است. ساقه آن از ساقه بنفشه پهن‌تر و سرخ رنگ است. ریشه آن گرده، پهن و تلخ مزه است. قسمت مورد استفاده آن ریشه‌های دکمه‌ای شکل است که سخت و محکم هستند. طبیعت این گیاه بسیار گرم و خشک است. از این گیاه به صورت ترکیبی و به مقدار بسیار کم استفاده می‌شود زیرا خوردن یک مثقال آن کشنده است.

نسخه‌های شفا بخش کچوله

۱- **تبدیل مزاج بسیار سرد به مزاج طبیعی با کچوله:** خوردن کچوله همراه با ادویه گرم به علت طبیعت بسیار گرم آن جهت تعدیل مزاج سرد به مزاج طبیعی مفید است. بدون آنکه مزاج سرد را به کلی از بین ببرد.

۱۸- **تسکین درد گوش با کندر:** اگر مقداری کندر را در سرکه کهنه یا شراب کهنه حل کرده یا در آن بجوشانید و آب صاف شده آنرا در گوش بچکانید جهت تسکین درد گوش دردناک بی‌نظیر است.

۱۹- **رفع جوشهای صورت با کندر:** چنانچه شخصی که صورت و پوستی پر از جوشهای غرور دارد روزی یک مرتبه صورت و پوست خود را با کندر دود بدهد علاوه بر برطرف کردن و ضد عفونی جوشهای صورت درگزیناندن حشرات و جانوران ریز روی پوست نظیر شپش، کک و ساس و غیره نیز نافع است.

۲۰- **خواص طبی و دارویی روغن کندر^(۱):** مالیدن روغن کندر جهت رفع برودت و سردی استخوان که مزمن شده باشد مفید است. چنانچه تخم مرغ را در روغن کندر نیم برشته کنید و میل نمایید در تقویت پاه و تولید منی مجرب است. مالیدن روغن کندر به سر در رفع ریزش مو و تقویت پیاز مو مفید است. خوردن روغن کندر با عسل جهت درمان نیشان (فراموشی) مفید است. کشیدن دوده روغن کندر به چشم علاوه بر جلای بینایی و درمان کم سوئی آن در رفع خارش پلک و درمان زخم چشم نیز موثر است.

دستور تهیه روغن کندر: جهت تهیه روغن کندر حدود ۷/۵ مثقال صیغ کندر را با ۹۰ مثقال روغن زیتون مخلوط کرده در ظرفی ریخته و ظرف را درون ظرف دیگری که پر از آب در حال جوشیدن است (روش بن ماری) گذاشته تا روغن داغ شده و کندر در آن حل شود و روغن بماند.

۲- درمان فلج عضلانی (استرخاء) و درد کمر با کچوله:

چنانچه شخصی از ادویه‌ای که مقدار بسیار کمی (کمتر از نیم مثقال) کچوله داخل آن کرده باشند را میل نمایند در درمان درد کمر و زانو عرق‌النسایی که به علت سردی و رطوبت معده باشد بسیار مفید است. همچنین ضماد کچوله جهت درمان درد عصب سیاتیک و درد مفاصل موثر است. (لازم به ذکر است که مقدار مصرف کچوله نباید بیش از نیم مثقال باشد و نباید تنها خورده شود زیرا خوردن یک مثقال از کچوله کشنده است).

۳- درمان بیماری جرب (خارش پوست) با کچوله: چنانچه

مقداری کچوله را نرم ساییده و با کمی سرکه خمیر نمایید و بر محل خارش پوست ضماد کنید در رفع بیماری جرب پوستی (خارش پوست) مفید است. همچنین جهت رفع اگرمای پوستی (سودا) و رفع لکه‌های سفید و قهوه‌ای پوست از مالیدن روغن کچوله بر روی پوست بهره بگیرید.

۴- خواص طبی و دارویی معجون کچوله: خوردن روزانه ۱ تا ۲

گرم از معجون کچوله در ترک اعتیاد به مواد مخدر و تریاک موثر است و موجب قطع عادت اعتیاد به آن می‌گردد. خوردن این معجون در رفع استرخاء (عدم تحرک کامل یا ناقص عضو) و فلج عضلانی و درمان کلیه امراض که به علت سردی و رطوبت معده باشد مفید بوده و در تسکین درد مفاصل و نیز درمان بیماری شب ادراری (احتلام و سلسل البول) بکار می‌رود.

دستور تهیه معجون کچوله: مواد لازم: کچوله پوست نکنده ۶

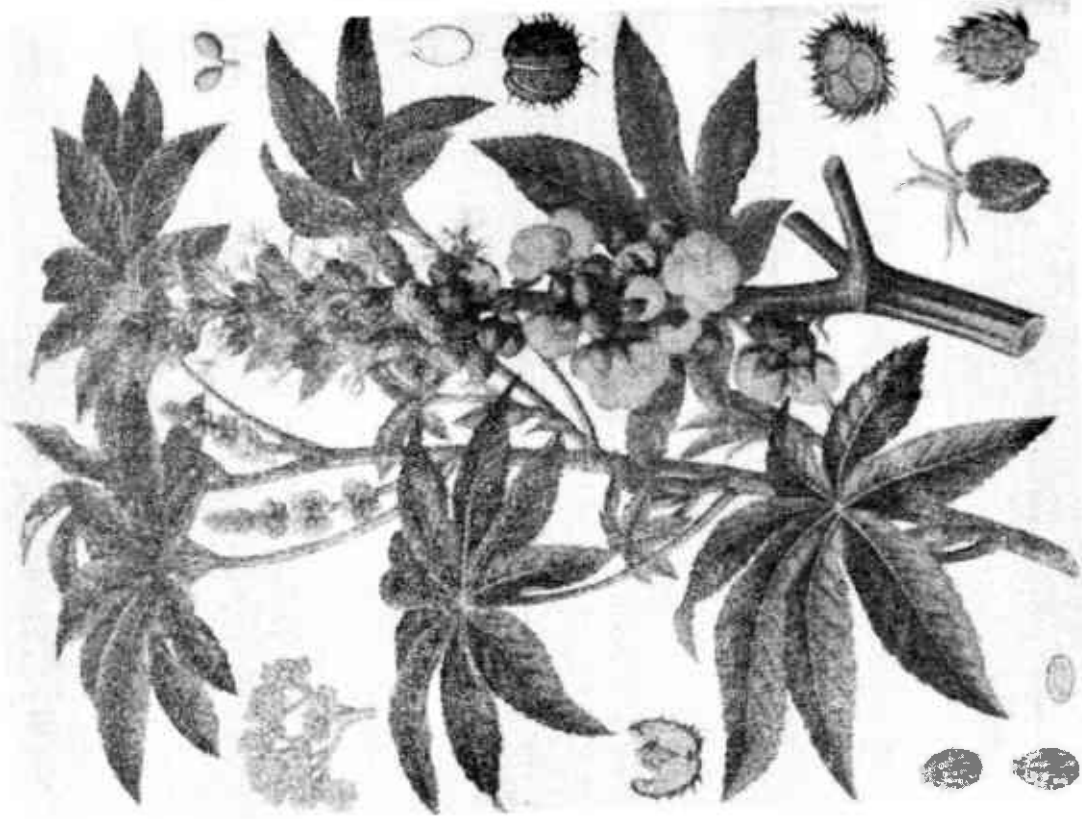
مثقال، گل گاوزبان ۳ مثقال، هل ۴ مثقال، زرنیاد ۳ مثقال، عود هندی ۱ مثقال، اسطوخودوس ۳ مثقال، میخک ۲ مثقال، کنبرا ۲ مثقال، نارگیل ۲ مثقال، شفاقل ۳ مثقال، صندل سفید ۱ مثقال، آمله مقشر (پوست کنده) ۵ مثقال، هلیله سیاه ۵ مثقال، عسل ۵۰ مثقال.

طرز تهیه: کچوله را در شیر بخیسانید تا پوست آن جدا شود سپس آنرا با سوهان خرد کرده و پودر نمایید، بعد ادویه دیگر را نرم ساییده مخلوط کرده و با عسل بقوام آورید و روزی ۱ تا ۲ گرم آنرا میل نمایید.

۵- خواص دارویی و طبی روغن کچوله: بدلیل اینکه کچوله

دارویی است که باید آنرا با احتیاط و به مقدار بسیار کم آن هم به صورت ترکیبی با داروهای دیگر مصرف نمود لذا مصرف روغن آن به صورت استعمال خارجی بیشتر مورد توجه اطباء قدیمی و حال بوده و در آن برای مداوای کلیه امراض یاد شده بخصوص تسکین درد عضلات و مفاصل و درمان سیاتیک و نفرس استفاده کرده و می‌کنند. همچنین مالیدن آن به اعضاء فلج و بی حس به دلیل اینکه سرعت گردش خون را افزایش می‌دهد در رفع بی حسی و عدم تحرک موثر است.

دستور تهیه روغن کچوله: جهت تهیه: کچوله ۵۰ گرم از ریشه این گیاه را در یک لیتر آب به مدت ۲ شبانه روز بخیساند تا پوست آن جدا شود سپس آنرا با سوهان ریز ریز کرده و در پیتر آب بپوشانده به قدری که یک لیتر آب آن کم شود سپس آب باقیمانده را در ۵۰۰ گرم روغن زیتون یا کنجد ریخته و جوشانده تا آب آن تبخیر شود و روغن بماند.



درخت کرچک و اجزای آن

کرچک

Ricinus communis

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه «بید انجیر» یا «بید انجیل» است. در شیراز به کرچک، «کنتو» می‌گویند. ولی در همه شهرهای ایران به نام ترکی کرچک شهرت دارد. این گیاه در زبان عربی به «خروع» معروف است. کرچک در زبان لاتین به *Ricinus communis* در زبان انگلیسی به *Palma Christi* و در زبان فرانسه به *Ricin* شهرت دارد.

مشخصات کلی گیاه: کرچک گیاهی پایا است و ریشه آن سالها در زمین می‌ماند و همه ساله از آن ساقه‌ای تازه می‌روید و پس از گل کردن و دانه دادن، خشک شده و از بین می‌رود و سال بعد مجدداً از آن ریشه ساقه‌ای نو بیرون می‌آید. طول درختچه کرچک از یک تا ۴ متر متغیر است. برگهای این گیاه بزرگ و شبیه برگ درخت انجیر است. گلهای این گیاه خوشه‌ای بوده و در ماههای مرداد تا شهریور ظاهر می‌شوند و به صورت نر و ماده می‌باشند. میوه کرچک به صورت کیسولی خاردار است که معمولاً دارای ۳ دانه روغنی است. در این دانه‌ها مقدار روغن تا ۶۰ درصد هم می‌رسد. قسمت‌های مورد استفاده این گیاه برگ، میوه و همچنین روغن میوه آن است.

دستور دیگر: اگر برگ کرچک پودر شده را با پودر برگ حنا مخلوط کرده و بجای آب با روغن زیتون خمیر نمایید و بر سر ضماد کنید درد سر را تسکین می دهد.

۵- رویاندن موی سر و ابرو با کرچک: چنانچه مقداری روغن کرچک تصفیه نشده را با کمی پودر کف دریا مخلوط کرده به حالت خمیر درآورده و ابتدا سر را با صابون گیاهی شسته و خشک نموده و سپس خمیر آماده را بر سر ضماد نمایید و این عمل را به مدت ۲ هفته تکرار کنید اثر قابل توجهی در رویش موهای جدید و درمان طاسی سر دارد.

۶- درمان امراض پوستی (لک، پیس وزگیل) با کرچک: اگر میوه کرچک تازه را کوبیده له نمایید و با کمی سرکه خمیر نموده و بر پوست بمالید در بر طرف کردن آثار لک و پیس (لکه های سفید روی پوست) و همچنین در از بین بردن زگیل و میخچه پا مفید است.

روشی دیگر: چنانچه پوست مار (که خود مار در بهار انداخته باشد) را با کمی پودر خردل مخلوط کرده و در مقداری روغن کرچک ریخته و آنرا بجوشانید و روغن صاف شده آنرا بر روی پوست بمالید از سفیدک و پوسته پوسته شدن پوست (شوره پوست) جلوگیری کرده و کلیه آثار پوستی از جمله لک و کک مک و خالهای تیره رنگ را از بین می برد.

نسخه های شفا بخش کرچک

۱- درمان ورم و آبسه پستان با کرچک: چنانچه کرچک را کوبیده و له کنید و آنرا با کمی سرکه خمیر نمایید و بر محل پستان ضماد کنید باعث نرمی و فرو نشستن ورم آن می شود.

دستور دیگر: مالیدن روغن کرچک که با گل ارمنی و آرد باقلا خمیر شده باشد بر محل پستان جهت تحلیل ورم پستان و درمان آبسه آن مفید است.

۲- معالجه بیماری باد سرخ با کرچک: اگر میوه کرچک را کوبیده و له نمایید و با کمی سرکه خمیر کنید یا میوه کرچک خشک را نرم ساییده و با سرکه خمیر نموده و بر بدن ضماد نمایید در جلوگیری از عوارض بیماری باد سرخ موثر و موجب افزایش سرعت بهبود آن می گردد.

۳- تحلیل ورم چشم و ورم گلو با کرچک: چنانچه برگ خشک کرچک را نرم ساییده و با آرد جو مخلوط کرده و با آب نیمگرم خمیر کنید و بر محل ورم چشم و زیر گلو ضماد نمایید موجب رفع ورمهای گرم چشم و ورم گلو می گردد.

۴- تسکین درد مفاصل با کرچک: اگر مقداری برگ کرچک خشک شده را نرم ساییده و با پودر برگ حنا مخلوط کرده و با آب خمیر کرده و بر محل مفاصل و عضلات مالیده و آنرا ببندید موجب تسکین درد مفاصل می شود.

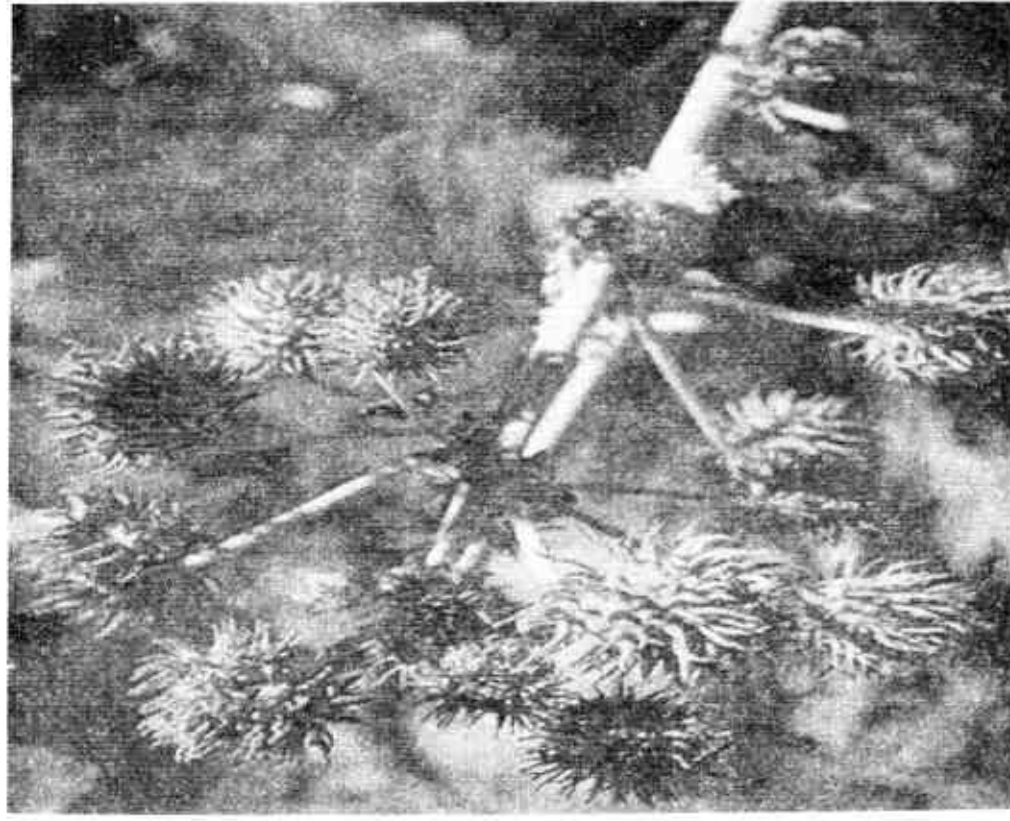
۷- **درمان ورم بیضه و آلت با کرچک:** چنانچه مغز تخم بید انجیل (کرچک) را به قدری در روغن زیتون جوشانده تا پخته شود و آنرا بر محل ورم بیضه و آلت ضمد نماید در درمان ورم بیضه که در اثر سوزاک به وجود آمده باشد بسیار مفید است.

نوع دیگر: ۱۵ گرم روغن کرچک را با ۱۰ گرم پیه مرغ و ۱۰ گرم پودر پوست خشنخاش (پوست کونکار) و ۱۰ گرم پودر فروفیون مخلوط کرده بر بیضه و آلت بمالید.

۸- **درمان بواسیر با کرچک:** اگر مقداری روغن کرچک را با آرد گندم و تره خشک پودر شده مخلوط کرده و به حالت خمیر درآورده بر محل بواسیر بمالید ورم بواسیر را از بین برده و درد آن را تسکین می دهد. همچنین خوردن این خمیر با آب تره مفید است.

نوع دیگر: مقداری دانه های کرچک را در ظرف مسی ریخته روی آتش گذاشته و روی آنرا با یک ظرف مسی بپوشانید و بگذارید تا خوب گرم شده روغن بیاندازد و برای هر مثقال آن $\frac{1}{10}$ گرم کافور خالص در آن ریخته و باز سر آنرا بپوشانید تا گداخته شود و سپس موضع را شسته و خشک کرده و این روغن را نیمگرم بر موضع بمالید تا درد ورم بواسیر از بین برود.

۹- **خواص طبی و دارویی روغن کرچک (روغن بید انجیل یا روغن کنتو^(۱)):** خوردن ۲ مثقال روغن کرچک جهت درمان پیوست



گونه ای کرچک

۱۱- درمان تشنج (گرفتگی عضلانی) با کرفس: چنانچه مقداری برگ کرفس تازه را کوبیده له کنید و موم عسل را گداخته و با روغن گل سرخ مخلوط کرده و با له شده برگ کرفس خمیر نمایید و بر محل عضلات بمالید موجب نرم شدن ماهیچه‌ها و رفع گرفتگی عضلات می‌گردد.

کرفس

Apium sativus

اسامی دیگر کرفس: فارسی این گیاه کرفس است ولی به آن «کرفس الماء، کرفس سنگ و کرفس صخری» هم می‌گویند. برخی اعراب کرفس را «قرة العین» نامیده‌اند. در برخی کتب داروسازی سنتی ایران از کرفس تحت عنوان «فطر السالیون» نیز یاد کرده‌اند کرفس در زبان لاتین به *Apium sativus* در زبان فرانسه به *Celeri* و در زبان انگلیسی به *Celery* معروف است.

مشخصات کلی کرفس: این گیاه از تیره گیاه جعفری می‌باشد و ارتفاع آن بین ۲۰ تا ۶۰ سانتیمتر متغیر است. کرفس هم به حالت وحشی در کنار آبهای راكد می‌روید و هم آنرا کاشته و پرورش می‌دهند. طبیعت کرفس گرم است و قسمت مورد استفاده آن برگ، ساقه و تخم آن است.

معدۀ مفید است مالیدن روغن کرفسک در رفع گرفتگی عضلات و درمان تشنج عضلانی و رعشه (لرزش عصبی) موثر است. مالیدن روغن کرفسک بر بالای معدۀ باعث رفع نفخ و ورم معدۀ می‌گردد. چکاندن روغن کرفسک در گوش تسکین دهنده درد گوش است. مالیدن روغن کرفسک بر سر جهت التیام و بهبود زخم سر، رفع عفونت آن و نیز در از بین بردن شوره سر، تقویت پیاز مو و رفع ریزش آن مجرب است.

مالیدن روغن کرفسک به مقعد و آلت جهت درمان ترک خوردگی و شقاق مقعد، رفع خارش مقعد و تحلیل ورم بیضه و آلت مفید است. چنانچه مقداری از روغن کرفسک را به سر و پیشانی بمالید در تسکین سردردی که در اثر سرماخوردگی و سرمازدگی حاصل شده باشد موثر است. مالیدن آن به کمر و پهلو جهت تسکین درد کمر و پهلو و رفع نارسائی کلیه که به علت سردی باشد مفید است. چنانچه روغن کرفسک را با روغن اسفند مخلوط کرده و بر پوست بمالید جهت درمان زبری و خشکی و رفع ترک پوست به ویژه ترک پاشنه پا بسیار مفید است. مالیدن این روغن به گلو موجب تحلیل ورم خنازیر و تومورهای سرطانی می‌گردد.

۱۰- خواص طبی دیگر کرفسک: خوردن عصاره برگ گیاه بید انجیر (کرفسک) بطور مکرر جهت رفع مسمومیت تریاک مجرب است خوردن و مالیدن آب چوشانده برگ کرفسک به عنوان پادزهری قوی جهت رفع درد عقرب گزیدگی مجرب است. جهت حل کردن بلغم ۲ عدد مغز دانه کرفسک را ساییده و با آب عسل بنوشید.

عسل پرورده شود و عسل خوب در آن نفوذ کند یا مقداری برگ و ریشه کرفس را خرد کرده و جوشانده و با عسل به قوام آورند و آنرا میل نمایند معده را تقویت کرده و قوی را بند می آورد.

۵- رفع بند آمدگی ادرار (حبس البول) با کرفس: جهت رفع بند آمدگی ادرار نیم مثقال (حدود ۲/۵ گرم) تخم کرفس را نرم ساییده و در ۹۰ مثقال (یک رطل) شراب یا الکل ۹۰ درجه یا در سرکه کهنه به مدت ۳ ماه بخیسانید و سپس آنرا مصرف کنید.

نوع دیگر: ۲۵ گرم برگ کرفس را با ۱۵ گرم مرزنجوش مخلوط نموده و جوشانده و آب آنرا صاف کنید و در دو وعده صبح و عصر میل نمایید.

۶- درمان نفخ شکم با کرفس: جهت رفع نفخ شکم و از بین بردن ورم آن ۳ گرم تخم کرفس را با ۳ گرم زنیان و ۷ گرم شکر مخلوط کرده نرم ساییده و میل نمایید.

نوع دیگر: ۱۵ گرم تخم کرفس را با ۱۰ گرم بادیان، ۱۰ گرم انیسون، ۱۰ گرم زنیان، ۱۰ گرم تخم گشنیز، ۱۰ گرم تخم شویب و ۱۰ گرم زیره مخلوط کرده نرم ساییده و روزی ۲ قاشق مرباخوری از آنرا میل نمایید.

۷- درمان تنگی نفس و آسم با کرفس: جهت رفع تنگی نفس و جلوگیری از حمله های آسمی باید مقداری از کرفس تازه را خرد کرده و در دستگاه آب میوه گیری ریخته و آب آنرا گرفته و با کمی آب لیمو و آب مخلوط نموده و روزی یک لیوان آنرا در سه چهار نوبت میل نمایید.

نسخه های شفابخش کرفس

۱- درمان ورم چشم با کرفس: اگر مقداری ساقه و برگ کرفس تازه را کوبیده و له کنید و با آرد جو خمیر نموده و به صورت مرهم بر پشت پلکها مالیده و ببندید ورم چشم را بر طرف ساخته در تسکین درد چشم موثر است.

۲- معالجه بیماری جرب (خارش پوست) با کرفس: چنانچه مقداری کرفس تازه را له کرده و فشرده و آب آن را گرفته (با برگ و ساقه کرفس را جوشانده و آب آنرا صاف کنید) و با روغن گل سرخ یا روغن بادام تلخ مخلوط کرده و ۵ گرم گوگرد و ۱۰ گرم بوره ارمی پودر شده را به آن افزوده و به مدت یک هفته بر محل خارش پوست بمالید در درمان بیماری جرب و اگزمای پوستی بی نظیر است.

۳- رفع زگیل و میخچه پا با کرفس: اگر مقداری آب کرفس (کرفس تازه له شده و فشرده شده و آب گرفته) را با پودر نشادر و مقدار کمی عسل مخلوط نموده و به صورت خمیر در آورید و بر محل زگیل بمالید یا کرفس تازه را کوبیده و له کرده و تنگاله آنرا بر محل زگیل ضمد کنید و ببندید موجب از بین رفتن و پهن شدن زگیل های پوستی شده و آثار آنها را نیز پاک می کند.

۴- رفع قی و درمان ضعف معده با کرفس: چنانچه مقداری ریشه و برگ کرفس تازه را خرد کرده و مدتی در عسل قرار داده بطوری که در

۱۱- خواص طبی و دارویی روغن کرفس^(۱): مالبیدن روغن کرفس ضد روماتیسم بوده و درد مفاصل را علاج می‌کند. روغن کرفس برای مبتلایان به بیماری نفروز و تصلب شرایین (گرفتگی رگها) مفید است. مالبیدن روغن کرفس به پوست مسکن دردهای پشت و لگن خاصره بوده و درد عصب سیاتیک را کاهش می‌دهد. مالبیدن این روغن ورم را تحلیل می‌کند. مالبیدن روغن تخم کرفس به سر چربی سر را از بین برده و ریش مو را بر طرف می‌سازد. خوردن روغن تخم کرفس با عسل مقوی حافظه است.

طرز تهیه روغن کرفس: جهت تهیه روغن کرفس، ۱۰۰ گرم برگ یا ساقه کرفس را در مقداری آب بقدری بجوشانید تا نصف آب آن بخار شود، سپس آب باقیمانده را صاف نموده و در ۷۵۰ گرم روغن کنجد یا زیتون داخل کرده و دوباره بجوشانید تا آب آن تیخیر شود و روغن بماند.

۱۲- خواص طبی دیگر کرفس: خوردن کرفس اخلاط سینه و معده را بر طرف کرده و در باز کردن خون حیض بسته و رفع بند آمدگی ادرار مؤثر است. خوردن کرفس بدن را در برابر سموم مقاوم می‌کند. خوردن کرفس در رفع نارسایی کبد در مزاجهای سرد و رطوبتی مفید است. کرفس اشتها را زیاد می‌کند و در درمان اسهال بکار می‌رود. خوردن عرق کرفس یا آب جوشانده کرفس انواع سوء هاضمه را بر طرف ساخته و در درمان ترشی معده بکار می‌رود. **خوردن برگ یا تخم کرفس بطور مداوم در چنین روز جهت ریزاندن سنگ کلیه و مثانه مجرب است و قولنج کلیه را درمان**

همچنین خوردن کرفس خردشده همراه با سالاد در رفع تنگی نفس مفید است.

۸- درمان ضعف قوه باه با کرفس: چنانچه مقداری از تخم کرفس را نرم ساییده و با کمی عسل و پودر زنجفیل و خولنجان مخلوط کرده و خمیر نمایید و جبهایی ساخته و روزی ۱ تا ۲ حب آنرا میل کنید در درمان ضعف قوه جنسی و زیاد شدن منی بسیار مفید است.

نوع دیگر: ۵ مثقال تخم کرفس را با ۵ مثقال آرد نخود و ۱۰۰ گرم شکر مخلوط کرده و نرم کوبیده و با روغن و شکر، پخته به صورت حلوا در آورده روزانه یک قاشق مرباخوری آن را میل نمایید.

۹- درمان چاقی با کرفس: اگر ۳/۵ گرم تخم کرفس را نرم ساییده و با ۲ گرم زراوند یا جنطیانای پودر شده مخلوط کرده هر شب موقع خواب آنرا کفلمه نمایید و این عمل را به مدت ۲ ماه تکرار کنید در رفع چاقی مؤثر و سبب لاغر شدن بدن می‌گردد.

۱۰- درمان استسقاء و رفع آب آوردن شکم (آسیت) با کرفس: خوردن روزانه از جوشانده ۱۰ گرم تخم کرفس و ۵ گرم زنیان مفید و مؤثر است.

نوع دیگر: ۲۰ گرم تخم کرفس را با ۱۰ گرم ریوند چینی، ۱۰ گرم انیسون، ۱۰ گرم نعناع و ۱۰ گرم قسط مخلوط کرده و بجوشانید و آب صاف شده آنرا با سکنجبین میل کنید.

مشخصات کلی کنجد: گیاه کنجد از تیره مجاور گل میمون است. برگهای آن باریک بوده و دارای غلافی ۳ یا ۴ خانه است که در هر غلاف تعداد زیادی دانه‌های کنجد وجود دارد. دانه‌های این گیاه به رنگهای سفید، سیاه، خنایی و قهوه‌ای است. طبیعت این گیاه گرم است. قسمت‌های مورد استفاده این گیاه برگ، میوه، ارده، و روغن آن می‌باشد.

نسخه‌های شفا بخش کنجد

۱- **درمان لاغری و رفع ضعف عمومی بدن با کنجد:** جهت درمان لاغری و جاق شدن هر روز ۵۰ گرم کنجد را با مقداری تخم خشخاش سفید، مغز بادام و کمی شکر مخلوط کرده نرم ساییده و با یک عدد تخم مرغ آب پز کامل (همراه با سفیده و زرده) مخلوط کرده و میل نمایید.

۲- **رفع سوزش معده و گلو با کنجد:** چنانچه کنجد تر و تازه را کوبیده و عصاره فشرده و له شده آنرا پودر کرده و با نبات میل نمایید باعث رفع سوزش معده و گلو می‌شود همچنین خوردن عصاره له شده و فشرده کنجد تر و تازه به تنهایی ترشی معده و سردی و رطوبت آنرا زایل می‌سازد.

۳- **درمان خونریزی بواسیر با کنجد:** جهت رفع خونریزی بواسیر و بند آمدن آن ۴ مثقال کنجد تازه را کوبیده له نموده و شیر و عصاره آنرا با ۲ مثقال پودر گردوی سوخته مخلوط نموده و میل نمایید.

می‌کند. بوبیدن برگ کرفس تازه یا چکاندن آب جوشانده آن در بینی در رفع زکام مؤثر بوده و خوردن آن موجب رفع گرفتگی صدا می‌شود. کرفس جزء سبزیهای کم کالری و کم چربی بوده و نتایج تحقیقات آزمایشگاهی از تجزیه کرفس نشان می‌دهد که ۱۰۰ گرم کرفس ۵۴ کالری انرژی، ۸۸ گرم آب، ۲ گرم پروتید، ۸/۵ میلی گرم گلوکوسید، ۵۰ میلی گرم سدیم، ۳۵۰ میلی گرم پتاسیم و تنها ۰/۲ گرم لیپید (چربی) دارد از اینرو مصرف آن به کسانی که چربی خون بالا دارند توصیه و تجویز می‌شود.

۱۳- **خواص طبی و مصارف درمانی اسانس کرفس^(۱):** اسانس کرفس تقریباً تمام خواص کرفس را دارا بوده و در درمان دردهای مفاصل و عضلات بکار می‌رود. از میوه گیاه کرفس و همچنین از مقدار در صد اسانس در میوه گیاه بیشتر از ریشه آن و معادل ۲/۵ تا ۳ درصد است.

کنجد

Sesamum indicum

اسامی دیگر کنجد: فارسی این گیاه کنجد است ولی به آن «جلجلان» هم می‌گویند. در زبان عربی کنجد به «سمسم» معروف است این گیاه در زبان لاتین به *Sesamum-indicum* در زبان انگلیسی به *Gingelly* و در زبان فرانسه به *Jugeoline* شهرت دارد.

۴- رفع گرفتگی صدا با کنجد: جهت باز شدن صدا ۲۵ گرم کنجد را با ۱۰ گرم گل زوفا و ۵ گرم دانه اسفند مخلوط کرده نرم ساییده در ۲۵۰ گرم عسل حل کرده روزی ۳ تا ۵ قاشق مربا خوری آنرا میل نماید.

۵- مصارف درمانی و دارویی ضماد کوبیده کنجد: مالیدن کنجد کوبیده و له شده بر روی پوست ورمها را تحلیل می برد و موجب نرم شدن پوست بدن و رفع آثار سیاهی پوست می شود. ضماد کوبیده کنجد بر محل سوختگی معالج زخم، ورم و سوزش ناحیه سوخته شده می باشد. مالیدن کوبیده کنجد بر روی شکم در رفع قولنج و درد شکم مؤثر است. مالیدن عصاره له شده کنجد بر پشت چشم در درمان ورم ملتحمه بهاره و حساسیت چشمی بکار می رود.

۶- درمان احتلام و شب ادراری با کنجد: جهت رفع احتلام شبانه و خروج منی و ادرار در شب کنجد سیاه را نرم ساییده و ۵ روز صبح و عصر یک قاشق مربا خوری از آن را میل نمایند.

۷- درمان ریزش مو و رفع ضعف پیاز مو با کنجد: جهت رفع ریزش مو تقویت پیاز مو ۱۵ گرم برگ کنجد را با ۱۰ گرم برگ مورد، ۵ گرم قهوه خام، ۵ گرم آویشن، ۵ گرم ریواس، ۲ گرم رانس، ۱۰ گرم حنا، ۱۰ گرم سدر و ۱۰ گرم وسعه مخلوط کرده نرم ساییده و هر بار مقداری از آنرا با آب جوشانده برگ کنجد خمیر نموده بر سر بمالید و پس از ۱۵ دقیقه سر را با آب گرم بشوید. همچنین مالیدن عصاره، له شده و فشرده کنجد یا روغن کنجد بر سر مفید است.



کنجد و اجزای آن

۱۲- درمان زخمهای داخلی و التیام زخم سوختگی با کنجد: خوردن روغن کنجد همراه با کمی روغن زیتون و لعاب استغره موجب نرم شدن سینه و رفع خشونت و زخم روده و معده می‌گردد. همچنین مالیدن آن بر روی زخم سوختگی در بهبودی و التیام زخم سوختگی آتش و سوختگی ناشی از ریختن اسید بر روی پوست مؤثر است.

۱۳- درمان ورمهای داخلی گوش با کنجد: اگر مقداری روغن کنجد را با آب جوشانده و صاف کرده فلفل سفید و مصطکی مخلوط کرده و دوباره به قدری بجوشانید که آنها تبخیر شود و روغن بماند و این روغن را در گوش بچکانید یا به پنبه آغشته کرده و بداخل گوش بمالید ورمهای داخلی گوش درمان کرده و در تسکین درد گوش و برطرف ساختن عفونت آن که به علت سردی باشد مؤثر است.

۱۴- مصارف درمانی و خواص طبی روغن کنجد^(۱): خوردن روغن کنجد پرهزهای معده را پوشانده و آنها را جرب و نرم نگاه می‌دارد، از این رو جهت مبتلایان به زخم معده و کسانی که معده‌های حساس دارند ارزش زیادی دارد. در مصارف درمانی می‌توان از روغن کنجد به جای روغن کرچک استفاده کرد. مالیدن روغن کنجد به مقعد جهت درمان ترک و شقاق مستعد مفید است و در رفع

۱- درمان قطع قاعدگی در زنان با کنجد: چنانچه زنی ۱۵ گرم کنجد را با ۱۵ گرم نخود خام مخلوط کرده و جوشانده و آب صاف شده آنرا میل نماید در صورت حامله بودن موجب سقط جنین و در صورت حامله نبودن و قطع قاعدگی در به جریان انداختن خون حیض بسته مؤثر است.

۹- درمان خارش پوست و رفع زبری پوست و ترک آن با کنجد: جهت رفع خارش پوست و برطرف کردن زبری و خشکی آن ۵۰ گرم آب جوشانده کنجد را با ۵۰ گرم آب جوشانده مویز، ۳۰ گرم روغن کنجد و ۲۵ گرم پودر انیسون مخلوط کرده و صبح ناشتا میل نمایید.

نوع دیگر: جهت رفع خارش به ویژه درمان اگزمای پوستی ۵ گرم گوگرد زرد را نرم ساییده در ۴۰ گرم روغن کنجد حل کرده خوب تکان داده تا رسوب نکند روزانه آن را به محل خارش بمالید.

۱۰- تحلیل ورم و رفع گرفتگی ماهیچه‌ها با کنجد: چنانچه مقداری روغن کنجد را با سفیده تخم مرغ مخلوط کرده و بر محل ورم و ماهیچه‌ها بمالید موجب نرم شدن ورمها و رفع تشنج (گرفتگی) ماهیچه‌ها می‌گردد.

۱۱- تسکین درد چشم با کنجد: اگر مقداری روغن کنجد را با روغن زیتون و زرده تخم مرغ مخلوط کرده و خوب به هم زده و در چشم بچکانید یا در پشت پلک بمالید درد چشم را برطرف می‌سازد.

زبان لاتین به *Narcissus Orientalis* در زبان انگلیسی به *Primrose* و در زبان فرانسه به *Narcisse Tazette* شهرت دارد.

مشخصات کلی نرگس: گیاه نرگس از تیره مجاور تیره زنبق بوده و

پیاز دار و چند ساله است. بیشتر در نواحی سرد بخصوص در کوهستانهای سرد می‌روید و در ماه فروردین گل می‌دهد. گل این گیاه چند رنگ مختلف دارد ولی بیشتر زرد رنگ است. تکثیر این گیاه به وسیله پیاز آن صورت می‌گیرد. گل و پیاز این گیاه مصارف دارویی دارد و طبیعت آن گرم و خشک است.

نسخه‌های شفا بخش نرگس

۱- پاک کردن رحم و رفع لکه‌های پوست با نرگس: خوردن آب چوشانده ریشه نرگس با عسل پاک کننده رحم بوده و در اخراج جنین مرده مؤثر است. ضماد پودر پیاز نرگس یا تخم آن با کمی سرکه جهت پاک کردن آثار کک مک بر روی پوست و روشن شدن پوست مفید است.

۲- درمان زخمهای چرکین و بدخیم با نرگس: مالیدن آب چوشانده ۲۰ گرم ریشه نرگس در یک لیتر آب زخمهای ظاهری و داخلی را التیام داده و ضماد قناله آن در التیام جراحات و بهبود مفصل شکسته مفید است.

خارش آن (ابنه) و درمان حساسیت مقعد نیز به کار می‌رود. مالیدن روغن کنجد به ناخن در رفع کچلی ناخن و التیام زخم گوشه ناخن بسیار مفید است. مالیدن مداوم روغن کنجد به سر از ریزش مو جلوگیری کرده و در تقویت پیاز مو مؤثر است. خوردن و مالیدن روغن کنجد به سر از سفید شدن مو جلوگیری کرده و در مشکلی کردن موها مؤثر است. خوردن روغن کنجد همراه با کمی عسل موجب فربه (چاق) شدن بدن می‌گردد و در درمان لاغری به کار می‌رود. روغن کنجد صدا را لطیف می‌کند و استقامت بدن را در برابر سموم جانوران گزنده افزایش می‌دهد. خوردن چند قطره روغن کنجد بعد از غذا ترشی معده را کاهش می‌دهد. روغن کنجد همیشه مانع بوده و حتی در زمستان هم منجمد نمی‌شود و از همین خاصیت آن جهت رقیق و شل کردن سایر روغنهای به ویژه روغنهای جامد استفاده می‌شود.

گل نرگس

Narcissus Orientalis

اسامی دیگر نرگس: فارسی این گیاه نرگس است. اعراب به این گیاه «نرجس» می‌گویند. این گیاه در زبان خارجی و فرنگی به «نارسیس» و در میان یونانیان به «نرگس» معروف است. این گیاه انواع پُر پُر، کم پُر زرد و سفید دارد به نوع پُر پُر آن «قدحی» و به کم پُر آن «مضاف» می‌گویند. نرگس «نرگس» و نرگس «یعقوبی» از انواع دیگر نرگس است. نرگس در

۸- درمان زخم گوشه ناخن با نرگس: چنانچه گل نرگس را نرم ساییده و با شیر خمیر کرده و بر محل زخم ناخن بمالید در رفع عفونیک و التیام زخم گوشه ناخن و رشد ناخن جدید زیر ناخن شکسته مؤثر است.

۹- درمان سردی سر درد با نرگس: بوبیدن گل نرگس رافع سردردی که به علت سردی باشد، است و موجب باز شدن گرفتگی بینی می گردد. همچنین چکاندن روغن گل یا پیاز نرگس در بینی یا مداومت در بوبیدن گل نرگس یا عطر خالص آن از زکام جلوگیری می کند.

۱۰- خواص طبی و دارویی روغن نرگس^(۱): مالبیدن روغن نرگس به آلت جهت رفع سفتی آن و نرم شدن شدن قضيپ بکار می رود. چکاندن آن در بینی و مالبیدن آن به سرو پیشانی زکام در مزاجهای سرد را درمان می کند و در تسکین سرد دردهای مزاج مؤثر است. خوردن روغن نرگس نابود کننده کرم معده و انگل بوده و آنها را بخوبی دفع می نماید. مالبیدن این روغن به سر ریزش مو را از بین برده و موجب تقویت پیاز مو می گردد. خوردن و مالبیدن روغن نرگس بدبویی رحم را بر طرف ساخته و تسکین دهنده درد رحم است. مالبیدن آن به مفاصل در درمان درد عصب سیاتیک و سایر دردهای عصبی مؤثر است.

طرز تهیه روغن نرگس: جهت تهیه روغن گل نرگس مقداری گل نرگس تازه و تر را در مقداری روغن کنجد خیسانده و پس از چند روز آن را

۳- درمان درد مفاصل و نقرس با نرگس: گذاشتن کوبیده گیاه نرگس که با عسل خالص خمیر کرده باشند دردهای مزمن مفاصل و نقرس و مثل آنرا رفع می نماید.

۴- در آوردن خارش و تیغ فرو رفته در پوست با نرگس: گذاشتن پخته نرگس با آرد گندم بر محل موجب سهولت در بیرون آمدن تیغ و خارش فرو رفته در پوست می گردد و در تسکین درد آن نیز مؤثر است.

۵- رفع ریزش مو با نرگس: گذاشتن گیاه نرگس که در مقداری سرکه پخته شده باشد بر محل ریزش مو جهت رفع داء الثعلب (ریزش مو) مفید بوده و از طاسی سر جلوگیری می کند. همچنین مالبیدن روغن نرگس به سر مفید است.

۶- درمان ناتوانیهای جنسی با نرگس: گذاشتن پخته پیاز نرگس بر اهلایل باعث قوت آن شده و ضعف جنسی را بر طرف می سازد. بستن پخته پیاز نرگس بر زیر قضيپ رفع محرومیت جنسی مردان عقیم می کند لازم به ذکر است که جهت اثر بخشی بیشتر بهتر است که قبلاً ۱۰ روز نرگس پخته شده را در شیر بخسانید و سپس خشک کرده استعمال نمایید.

۷- رفع خونریزی زخمها و جراحات با نرگس: پاشیدن ساییده گل نرگس بر روی زخمها و جراحات اثری فوری در قطع کردن خونریزی آنها داشته و بهبودی زخمها و جراحات بدخیم می گردد.

صاف نموده، مجدداً گل نرگس تازه اضافه نمایید و این عمل را آنقدر ادامه دهید تا روغن از عطر و رنگ گل نرگس انبساط شود.

۱۱- خواص طبی، دیگر نرگس: ضماد پیاز نرگس با عسل جهت درمان ورم چشم تجویز می شود و جهت رفع گرفتگی پلک چشم اثری نیکو دارد. خوردن پیاز پخته نرگس با عسل در پاک کردن معده و اخراج مواد سنگین باقیمانده در معده بصورت فی مفید است. همچنین خوردن ۱/۵ مثقال پیاز نرگس با عسل انواع کرم معده را نابود کرده و دفع می نماید. ضماد پیاز نرگس با عسل و سرکه جهت فرو نشاندن دمل و کورک مؤثر است.

گردو

Juglans Regia

اسامی دیگر گردو: فارسی این گیاه «کردگان و جوز» است ولی امروزه بیشتر به گردو معروف است. فرنگیها به این گیاه «جاگلانس» می گویند. این گیاه در زبان لاتین به *Juglans Regia* و در زبان فرانسه به *Noyer* شهرت دارد.

مشخصات کلی گردو: درخت گردو درختی بزرگ است که بیشتر

✕

گردو

۱۹۵

در نواحی کوهستانی و دامنه کوهها رشد می کند. برگهای آن مرکب بوده و دارای رگ برگهایی متقارن است. این گیاه دارای گلهای نر و ماده است که از هم جدا می باشند. تقریباً تمام قسمتهای درخت گردو مصارف دارویی و درمانی دارد. طبیعت این گیاه کاملاً گرم و خشک است. بیشترین قسمت مورد استفاده آن مغز میوه آن است.

نسخه های شفا بخش گردو

۱- درمان یبوست با گردو: اگر ۵۰ گرم گردو را با ۵۰ گرم انجیر مخلوط کرده و آن را له کنید و چندین وعده میل نمایید به عنوان مسهل و کارکن معده عمل کرده و سبب لینت و اعتدال مزاج می گردد.

۲- درمان سرفه و سینه درد با گردو: چنانچه مقداری از گردو که همراه با پوست ضخیم و سبز روی آن است را مدتی در تنور گذارند به قدری که مغز داخل آن نسوزد و سپس آنرا بیرون آورند و مغز آن را میل نمایند در رفع سرفه ای که از هوای سرد ایجاد شده مفید است.

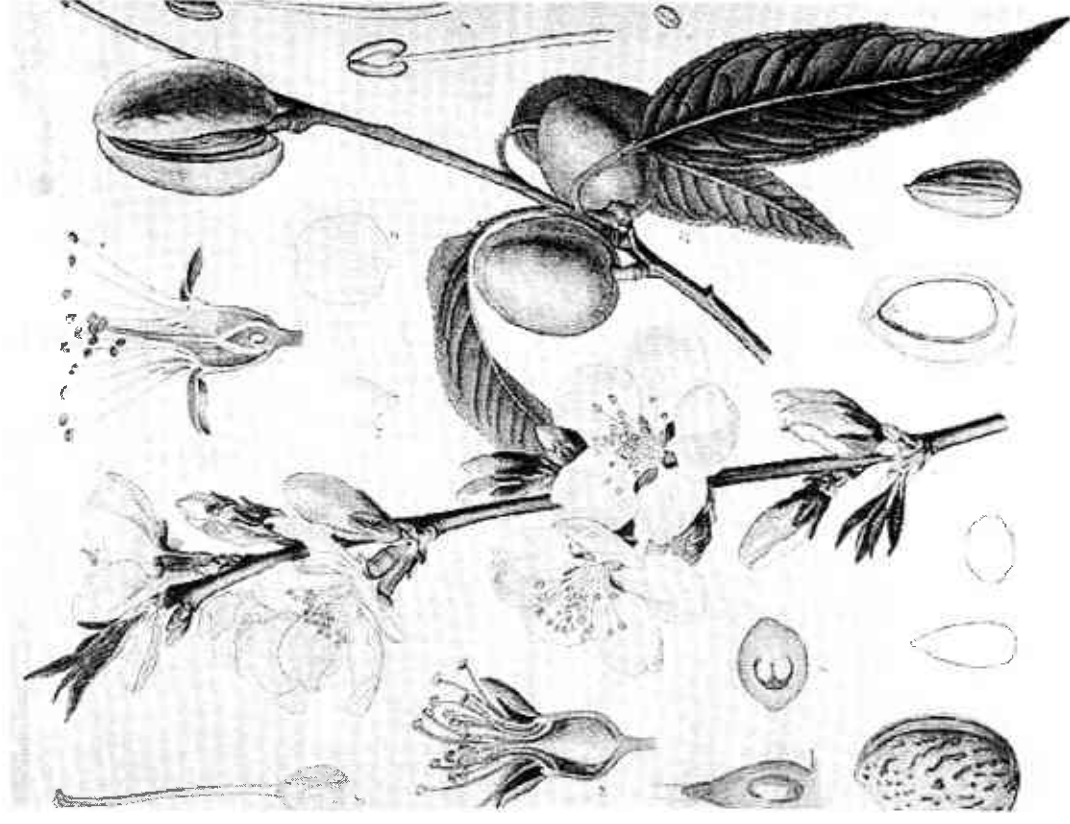
۳- درمان لرزش و سستی زانوی طفل با گردو: خانمهایی که بچه هایشان دیر به راه می افتند یا در موقع راه افتادن زانوی آنها دچار لرزش شده چنانچه چند روز گردوی کهنه را ناشتا جویده و بر محل زانوهای بمالند لرزش و سستی زانوی نوزادشان را بر طرف و در زود برای افتادن آنها مؤثر است. همچنین مالیدن همین جویده درد عضو آسیب دیده طفل و ورم آنرا که در اثر ضربیدگی یا به زمین خوردن به وجود آمده را بر طرف می کند.

۴- درمان کرم معده و روده با گردو: چنانچه مغز گردو را با فندقی انزروت (کنجیده) مخلوط نموده و به صورت حب‌هایی در آورده و آنرا میل نمایید کرم‌ها و انگلهای معده و روده را نابود کرده و آنها را به خوبی دفع می‌کند.

۵- التیام زخم و جراحات ناشی از گزیدگی سگ و حشرات گزنده با گردو: اگر یک گردو و یک پیاز را خوب له کنید و با کمی نمک مخلوط نموده و آن را خوب به هم زده و بر محل نیش زدگی حشرات یا بر محل جراحات و گزیدگی سگ‌ها را بگذارید در درمان گزیدگی و بهبود جراحات آن سریع‌الاثراست. همچنین خوردن گردو، انجیر و کمی شراب موجب عدم تأثیر سم و زهر جانوران گزنده می‌گردد.

۶- درمان خونریزی زنانه و رگل زیادی با گردو: چنانچه گردو را سوزانده و آن را نرم ساییده و با شراب یا سرکه کهنه مخلوط کرده و در پارچه‌ای نهاده و زن آن را بر خود بگیرد موجب بند آمدن خونریزی و کاهش رگل زیاد او می‌گردد.

۷- درمان بواسیر و قطع خونریزی آن با گردو: اگر گردوی تازه و کامل (همراه با پوست سبز روی آن) را سوزانده و نرم ساییده و یک قاشق مربا خوری (حدود یک مثقال) آن را با یک استکان آب مورد (که از جوشیدن برگ مورد در آن یا از خیساندن برگ مورد در آن به دست آمده باشد) مخلوط کرده و میل نمایید جهت قطع خونریزی و درد بواسیر



محرّزب است. همچنین مالیدن روغن پوست درخت گردو به محل بواسیر و متعّد موجب تسکین درد متعّد می‌گردد.

۸- معالجه والتیام زخم سر و رفع کچلی آن با گردو: چنانچه مقداری مغز گردو را سوزانده و آن را نرم ساییده و با زفت (مالیعی سیاه رنگ است که از درخت صنوبر به دست می‌آید) مخلوط کرده و بر پارچه‌ای مالیده و بر سر ضماد نمایند زخم و جراحت سر را به خوبی التیام می‌بخشد و در درمان قارچ کچلی مفید است.

۹- درمان خارش و آبریزش چشم با گردو: کشیدن سرمه طبی گردو به چشم خواص درمانی زیادی در درمان بیماریهای چشم دارد از جمله خارش چشم را بر طرف ساخته و آبریزش آن را قطع می‌کند. **دستور تهیه سرمه طبی گردو:** ۵ عدد گردوی کامل (همراه با پوست سبز روی آن) را در ظرفی سر بسته بگذارید و آن را روی اجاق گذاشته تا کاملاً "سوخته شود، سپس دوده اطراف ظرف را با قاشق جمع آوری کرده و با میل سرمه در چشم بکشید.

۱۰- درمان سستی لثه و آفت دهان با گردو: رب گردو دارویی بسیار خوبی جهت درمان زخم، جوش و برفک دهان بوده و در رفع سستی بن دندان و درمان ضعف لثه و تحلیل ورم آن مصرف آن مفید و مؤثر است. **دستور تهیه رب گردو:** چند گردوی سبز تازه را با پوست سبز روی آن بکوبید و له کنید، سپس جوشانده و آب صاف شده آن را با کمی عسل و

آب انگور مخلوط کرده و دو بار به قدری بجوشانید تا غلیظ شود و به قوام آید و هر بار مقداری از آن را بر لثه‌ها بمالید و در دهان غرغره کنید.

۱۱- رفع سردردهای مزمن با گردو: استفاده از ضماد گردوی تازه علاوه بر درمان سردرد و درد شقیقه در رفع کلیه دردهایی که منشأ سردی داشته باشند نیز مفید است.

دستور تهیه ضماد گردو: چند عدد گردوی تازه و سبز را با برگ آن کوبیده و له نمایید و با کمی پودر حنا خمیر نموده و بر سر ببندید.

۱۲- درمان تقرس و درد مفاصل با گردو: مالیدن روغن گردو به محل مفاصل جهت تسکین درد آنها محرّزب است (بخصوص اگر روغن گردوی کهنه باشد) همچنین ضماد له شده برگ گردوی تازه با کمی حنا جهت رفع فلج و سستی عضلات مفید است.

۱۳- درمان درد گوش با گردو: اگر مقداری از آب برگ گردو (که از جوشیدن برگ گردو در آن یا از خیساندن برگ گردو در آن به دست آمده) را به صورت گرم در گوش بچکانند یا روغن برگ گردو را به پنبه زده و در گوش بمالند علاوه بر رفع درد گوش در از بین بردن و اخراج کلیه حشرات ریز که در گوش رفته‌اند نیز مؤثر است.

۱۴- التیام و بهبودی زخمهای چرکین با گردو: چنانچه مقداری از صمغ درخت گردو را نرم ساییده و بر روی زخمهای چرکین و عفونی

پیاشید زخمهای چرکین و عفونی را بهبود بخشیده و در التیام سریع آنها مؤثر است.

۱۵- رفع جرم دندان با گردو: چنانچه پوست میانی گردو (پوست چوبی و سخت که زیر پوست سبز روی آن قرار دارد) را نرم ساییده و مسواک را تر کرده و روی پودر گذاشته و به دندانها بکشند موجب سفید شدن دندانها و رفع جرم آنها می گردد.

۱۶- درمان ضعف قوه باه با گردو: اگر پوست دوم و میانی گردو را سوزانده و نرم ساییده و با عسل خمیر کرده و هر روز مقداری از آن را میل نمایید در تحریک قوه باه و رفع ضعف و سستی آن مفید است. همچنین ضماد نقاله جوشانده پوست رنده شده آن با کمی زفت بر محل آلت و قضیب در تقویت و رفع سستی آلت تناسلی مرد مؤثر است.

۱۷- درمان بند آمدگی ادرار (حبس البول) با گردو: چنانچه پوست دوم گردو را نرم ساییده و هر روز یک قاشق مربا خوری از آن را میل نمایید بند آمدگی و قطره قطره آمدن ادرار را بر طرف ساخته و در رفع سوزش آن نیز مفید است.

۱۸- رفع ریزش موی سر و تهیه خضاب طبی با گردو: اگر مقداری پوست سبز گردو را با کمی زنگ آهن مخلوط کرده و نرم بکوبید و آن را در سرکه بجوشانید خضابی پر رنگ و قوی به دست می آید که ضماد

آن به سر جهت رنگ کردن موی سر، تقویت پیاز موی سر و ریش و رفع ریزش آن مفید است.

۱۹- درمان امراض پوستی با گردو: چنانچه پوست سبز گردو را کوبیده و له کنید و آن را بر پوست بمالید یا بر روی آن ضماد نمایید معالجات خوبی جهت رفع امراض پوستی به ویژه رفع لکه های سفید روی پوست (برص) می باشد.

۲۰- درمان زردی صورت با گردو: مالیدن جوشانده پوست رنده شده گردو بر روی پوست صورت زردی صورت را بر طرف کرده و موجب سرخ شدن رنگ رخسار می گردد (البته این عمل باید به مدت ۷ روز تکرار شود و ادامه یابد)

۲۱- معالجه دل درد با گردو: خوردن مغز گردو جهت بر طرف کردن دل دردی که منشأ سردی و رطوبتی داشته باشد مفید بوده و موجب گرم شدن و تحریک معده سرد می گردد. مالیدن روغن مغز گردو بر روی شکم هم در درمان دل درد مؤثر است.

۲۲- خواص دارویی روغن گردو^(۱): خوردن روزانه یک قاشق مربا خوری از روغن گردو به مدت یک هفته در رفع درد ناشی از گرفتگی و سفتی رگها مفید است. مالیدن این روغن بر روی پشت بلکه جهت رفع ورم

است. به همین منظور این بیماران باید مدتی صبحانه خود را به نان، مغز گردو و پنیر اختصاص دهند یا از روغن مغز گردو در غذاهای خود استفاده کنند.

۲۵- درمان دیابت با گردو: چنانچه هر روز مقداری برگ یا گل گردو را در یک لیتر آب جوشانده و آب آن را صاف نموده و در ۲ وعده صبح و عصر میل نمایید موجب کاهش قند خون شده و در درمان دیابت (مرض قند) به کار می‌رود.

۲۶- رویاندن موی سر و ابرو و رفع طاسی با گردو: دو عدد گردوی تازه همراه با پوست و مغز را با یک مثقال هسته خرمای درخت تنور نهاده به قدری که سوخته شود و سوخته آن را نرم ساییده و با کمی روغن زیتون یا روغن گل سرخ و حدود ۱۵ دانه فلفل سیاه پودر شده مخلوط نموده و بمالید در رویاندن مویهای ریخته شده ابرو، مژه و سر مجرب است.

گلپر

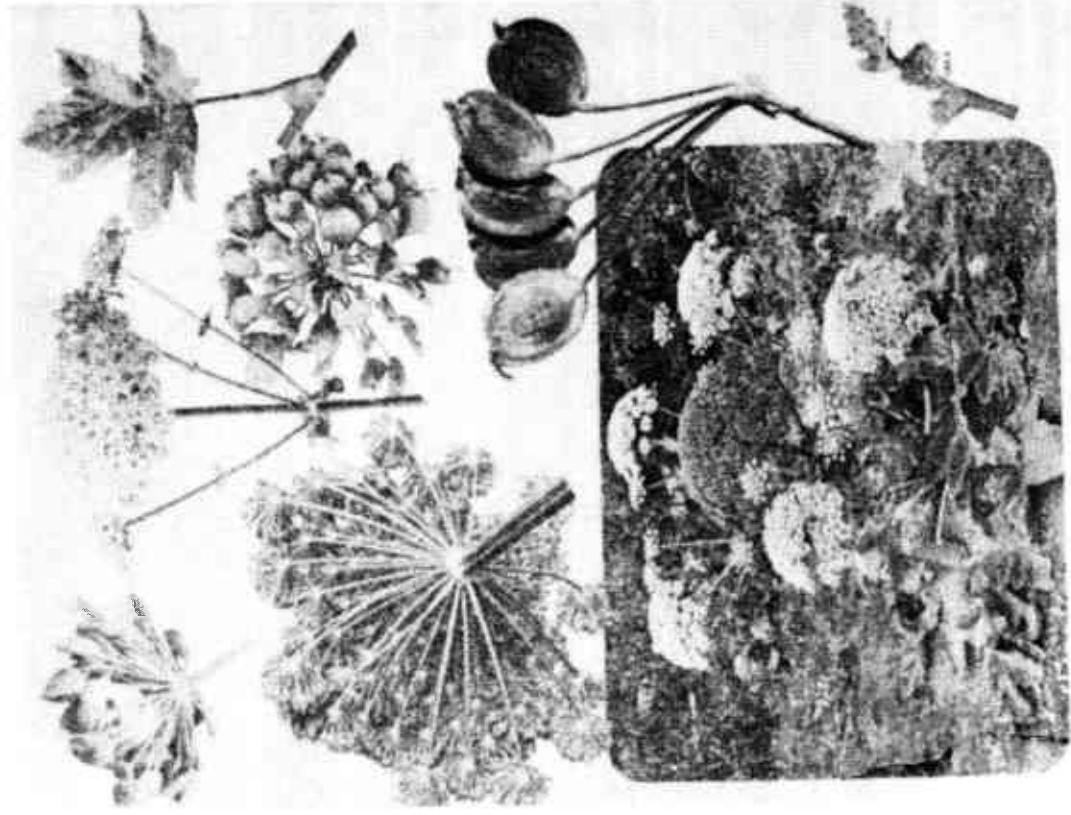
Heracleum Persicum

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه «انگدان» است ولی عده‌ای آنرا معرب کرده «انجدان» نامیده‌اند. «گلپر، کوله‌پر، کولا پر» از اسامی دیگر این گیاه است. در زبان ترکی به گلپر «بالدرخان» می‌گویند. اعراب ریشه

و درد چشم مجرب است مالیدن روغن گردو به محل شقیقه در تسکین درد سر و درد شقیقه مؤثر است. چنانچه مقداری از روغن گردو را به پوست و سر بمالید خشکی و زبری پوست و مو را برطرف ساخته و در درمان حساسیت پوستی، رفع ریزش مو و تقویت پیاز مو مؤثر است. مالیدن روغن گردو به پوست معالجات خوبی جهت رفع آفتاب زدگی پوست می‌باشد. جهت درمان فلج عصب صورتی و درمان درد عصب سیاتیک روغن گردو را به سر و گردن بمالید.

۲۳- گردو به عنوان دارویی مقوی جهت زیاد شدن شیر مادران و درمان لاغری: خوردن مغز گردو به دلیل داشتن درصد بالایی مواد آلی و معدنی جهت رفع لاغری و تقویت بدن مفید است. نتایج تحقیقات آزمایشگاهی از تجزیه گردو نشان می‌دهد که ۱۰۰ گرم گردو حاوی ۱۵ گرم پروتئید، ۵۵ گرم چربی، ۱۹ گرم گلوکید، ۲ گرم سدیم و ۴۵۰ میلی گرم پتاسیم و حدود ۶۳۰ کالری انرژی دارد. به همین دلیل مصرف آن جهت افراد لاغر و همچنین مادرانی که به دلیل ضعف بدنی و کم بودن مواد آلی دچار کم شیری شده‌اند توصیه می‌شود. البته اگر با کمی پودر فندق، نارگیل، نخود و بادام مخلوط شود مفیدتر و مؤثرتر است.

۲۴- درمان بیماری راشیتیزم (نرمی استخوان) با گردو: مغز گردو به دلیل داشتن منابع سرشار ویتامین D جهت درمان بیماری راشیتیزم که به دلیل کمبود این ویتامین در بدن به وجود می‌آید و زمینه ابتلا به آن در میان کودکان بیشتر است تا بزرگسالان دارویی مفید و مناسبی



گلپر و اجزای آن

این گیاه را «محروث» نام نهاده‌اند. در کتب طبی قدیم از گلپر به نامهای «انجدان ایض، انجدان سفید، انجدان طیب، انگدان خوشبو، گیاه حلیت طیب (خوشبو)، گیاه حلیت سفید و اسفندلیون» یاد شده است به این گیاه «کاشم» نیز گویند. گلپر در زبان لاتین به *Persicum Heracleum* در زبان انگلیسی به *Persian Marjoram* و در زبان فرانسه به *Berce de Perse* شهرت دارد.

مشخصات کلی گیاه: این گیاه از تیره جعفری می‌باشد و بیشتر در مناطق کوهستانی البرز و شمال ایران می‌روید. میوه این گیاه بسیار معطر بوده و پس از رسیدن به شکل پولک نازک همراه با خاله‌های قرمز و قهوه‌ای رنگ روی آن در می‌آید. طبیعت این گیاه گرم است و تقریباً "تمام قسمتهای آن مصارف دارویی دارد. میوه گلپر خاصیت ضد عفونی‌کننده دارد از اینرو آنرا همراه با اسفند و کندر جهت ضد عفونی کردن محیط دود می‌کنند.

نسخه‌های شفا بخش گلپر

۱- درمان نفخ معده با گلپر: چنانچه گلپر را نرم ساییده و به تنهایی یا همراه با غذا میل نمایید نفخ معده ناشی از مصرف غذاهای نفخ‌دار نظیر سیب زمینی، باقلا و سایر غلات نفخ‌دار را بخوبی برطرف می‌سازد.

گریب و گرفتگی بینی مفید است. مالیدن آن به عضو فلیج و بی حس در رفع خواب رفتگی عضلات و درمان استرخاء (عدم تحرک کامل یا ناقص عضو) و همچنین درمان لقوه مؤثر است. مالیدن روغن گلپر به روی پوست از بین برنده جوشها به ویژه جوشهای عصبی است. مالیدن روغن گلپر در رفع ریش مو و تقویت پیاز مو مفید بوده و از شوره سر نیز جلوگیری می کند. مالیدن این روغن به روی پستان جهت فروکش کردن دمل و ورم پستان و همچنین به جریان انداختن شیر در پستان مفید است. مالیدن روغن گلپر به محل زخم و جراحات در التیام زخمهای خورهای، تحلیل ورمها و دملهای چرکین و سرباز آنها به ویژه التیام و بهبودی شکاف بیخ ران مؤثر است. مالیدن روغن گلپر به مفاصل درد آنها را کاهش داده و در درمان عرق النساء مزمن بکار می رود.

طرز تهیه روغن گلپر: جهت تهیه روغن گلپر مقداری میوه آن را خرد کرده در آب خیسانیده (بمدت ۲ شبانه روز) سپس آنرا جوشانده و آب صاف شده آنرا با روغن زیتون یا کنجد مخلوط کرده و دوباره بجوشانید تا آب بخار شود و روغن بماند. روغن بدست آمده، روغن گلپر نام دارد.

درمان قطع قاعدگی با گلپر: خوردن دم کرده یا پودر گل و برگ گلپر برای قاعدگی های نامرتب و دردناک خانمها بسیار مفید است به همین منظور چنانچه زنی $\frac{3}{5}$ گرم از پودر برگ خشک گلپر یا $\frac{2}{5}$ مثقال از پودر گل آنرا میل نماید و چند روز متوالی این کار را تکرار کند عادت ماهانه وی را باز کرده و در اخراج چنین مرده مؤثر است.

دستور تهیه دم کرده گل و برگ گلپر به این شرح است: ۱۰ گرم گل

۲- تهیه شراب طبی و گیاهی از گلپر: اگر مقداری گلپر را جوشانده و عرق حاصل از بخار آنرا با کمی آب انار مخلوط کرده و خوب به هم بزنید شرابی به دست می آید که نوشیدن آن خواص طبی فراوان دارد از جمله نفخ معده و ناراحتیهای دستگاه هاضمه را بر طرف ساخته و به عنوان دارویی ضد تشنج و رفع کننده کرم معده مصرف آن تجویز می شود.

۳- رفع گرفتگی بینی با گلپر: چنانچه گلپر یا صمغ بد بوی آنرا نرم ساییده و با پودر گل ختمی و آرد مخلوط نموده و با آب خمیر نمایید و به سر و اطراف بینی ضمد کنید گرفتگیهای بینی را باز کرده و در رفع سر درد به کار می رود.

۴- درمان استسقاء (تشنگی مفرط) با گلپر: جهت درمان استسقاء و رفع آب آوردن شکم (آسیت) هر روز ۱۰ گرم (حدود ۲ مثقال) پودر گلپر را کفله کرده و بعد از آن مقداری آب گرم میل نمایید.

۵- خواص طبی و مصارف دارویی روغن گلپر^(۱): روغن گلپر تقریباً کلیه خواص گلپر را دارا بوده، از جمله در معالجه هیستری (صرع) بکار می رود. مالیدن این روغن به سر و پیشانی جهت رفع سردرد و سر گیجه مفید است. خوردن روغن گلپر با مقداری عسل ذهن را باز کرده و نسیان (فراموشی) را کاهش می دهد. چکاندن روغن گلپر در بینی جهت رفع

کننده جسد مردگان از گزند جانداران زیر خاک) بوده و در برخی کتب طبّی قدیم مومیایی را «عرق الجبال» نیز نامیده‌اند.

مشخصات کلی مومیایی: مومیایی مایعی سیاه رنگ است که از شکاف سنگهای نواحی کوهستانی برخی نقاط زمین خارج می‌شود و پس از مدتی منجمد می‌گردد. در ایران مومیایی بیشتر در بعضی کوه‌های گیلان، لرستان و کوه‌های داراب استان فارس یافت می‌شود. طبیعت مومیایی گرم و خشک است و مصارف دارویی و درمانی فراوانی دارد.

نسخه‌های شفا بخش مومیایی

۱- درمان ضرب‌دیدگی و شکستگی عضو با مومیایی: اگر مومیایی را گرم کرده و با روغن گل سرخ یا با روغن بادام تلخ مخلوط کرده و با مقداری برگ مورد ساییده شده و زرده تخم مرغ خمیر نمایید و بر مفاصلی که از جا خارج شده یا استخوانی که شکسته شده و عضوی که ضربه دیده است بمالید موجب بهبود عضو دردناک و شکسته شده می‌گردد و درد آن را به خوبی تسکین می‌دهد.

۲- رفع سرفه و درمان گرفتگی قلب با مومیایی: چنانچه مومیایی خوراکی (که خالص و شفاف است) را پودر کرده و با مقداری آب چوشانده عذاب میل نمایید سرفه‌های خشک و کهنه را برطرف می‌سازد و اگر آن را با مقداری سکنجبین میل کنید در رفع گرفتگی قلب و رفع طبعش آن مؤثر است.

و برگ گلپر خشک شده را در یک لیتر آب جوش ریخته و ۱۲ دقیقه آن را دم کنید و هر روز ۳ فنجان از آن را بنوشید.

۷- درمان بواسیر با گلپر: جهت رفع تحلیل ورم بواسیر، تسکین درد آن و التیام زخم متعدد مقداری از گل و برگ گلپر را به قدری بجوشانید تا خوب پخته شود سپس پخته آن را با پودر پوست انار مخلوط کرده و با سرکه خمیر نمایید و بر محل متعدد و زخم بواسیر بمالید و ببندید.

۸- خواص طبّی دیگر گلپر: خوردن گلپر تحریک کننده اشتها بوده و دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند. ریشه گلپر دارای خاصیتی ضد تشنج بوده و ناراحتیهایی عصبی را برطرف می‌کند. خوردن گلپر معده را تقویت می‌کند و بلغم را از بین می‌برد و در خوشبو کردن دهان و رفع بوی بد آن مؤثر است. خوردن گلپر ادرار را زیاد می‌کند و در بند آمدگی ادرار به کسار می‌رود. خوردن پودر گلپر همراه با کمی عسل محرک شهوت بوده و از ضعف قوه باه جلوگیری می‌کند.

مومیایی (عرق الجبال)

اسامی دیگر گیاه: فارسی آن مومیایی است. ولی به آن «مومیا» هم می‌گویند. در زبان یونانی مومیایی به معنی «حافظ الجساد» (حفظ

سستی و کجی آلت می‌گردد. همچنین مالیدن مومیایی ذوب شده که با روغن پیاز نرگس، روغن گردوی کهنه و روغن نارگیل مخلوط گردیده باشد بر آلت و بیضه‌ها سبب تحریک جماع و قوه شهوانی و جنسی می‌گردد.

۷- درمان ضعف معده با مومیایی: جهت تقویت معده و رفع ضعف آن ۳ مثقال مومیایی خوراکی را با ۱ مثقال گل ارمنی و ۱ گرم زعفران مخلوط کرده نرم ساییده و با آب خمیر نموده و کمی شکر سرخ بودر شده به آن بیافزایید و قرصهایی ساخته و روزی ۲ قرص آن را در دو وعده صبح و عصر میل نمایید. همچنین جهت رفع نفخ شکم مقداری مومیایی خوراکی را با آب جوشانده زیره و رازیانه میل کنید.

۸- تهیه پاد زهر با مومیایی: جهت از بین بردن زهر حشرات و جانوران گزنده به ویژه عقرب و تسکین درد محل گزیدگی مقداری مومیایی خوراکی را ذوب کرده و با آب کاسنی مخلوط نموده میل نمایید. همچنین اگر مومیایی را گرم کرده و با روغن بومی حیوانی یا کوه گاو مخلوط کرده بر محل بمالید مفید است.

۹- درمان قطره قطره آمدن و سوزش ادرار با مومیایی: چنانچه مومیایی را گداخته یا نرم ساییده و با روغن زیتون مخلوط کرده و آن را کمی زیر اجاق گاز گذارید تا خوب روغن جذب مومیایی شود و آن را بر محل آلت بمالید یا بچکانید در رفع نقرطیرالبول (قطره قطره آمدن ادرار) و رفع سوزش آن مؤثر است. همچنین مالیدن آن به محل مقعد (از جلو بر داشتن آن) بیماری ابنه (خارش مقعد) را برطرف می‌سازد.

۳- درمان درد و ورم طحال با مومیایی: اگر مومیایی خوراکی را بودر کرده و با آب کرفس (آب کرفس فشرده شده یا آبی که از جوشاندن کرفس در آن بدست آمده باشد) مخلوط کرده و میل نمایید یا آن را به صورت قرصهایی در آورده و روزی ۲ قرص آن را بمکید در تقویت کبد و رفع نارسایی آن و همچنین تسکین درد طحال و تحلیل ورم آن سریع العلاج است.

۴- درمان سر دره با مومیایی: چنانچه مقداری مومیایی را گرم کرده به طوری که نرم شود و آن را با آب جوشانده ۱۰ گرم مرزنجوش، ۱۰ گرم پونه، ۱۰ گرم نعناع و ۱۰ گرم ریحان مخلوط کرده و خوب به هم زده و مالش دهید تا آنها جذب مومیایی شود و آن را بر پیشانی و شقیقه بمالید در درمان سر دردهای کهنه به ویژه درمان هیستری (صرع) و رفع امراض دماغی بی نظیر است.

۵- نرم کردن سینه و رفع ورم گلو با مومیایی: اگر مقداری مومیایی خوراکی را ذوب کرده و با رب توت یا رب انار شیرین مخلوط نموده و خوب به هم زده و آن را در دهان غرغره نمایید ورم گلو را از بین برده و موجب نرم شدن سینه می‌گردد.

۶- درمان ضعف قوه جنسی با مومیایی: چنانچه مقداری از مومیایی را گداخته و با کمی شیر مخلوط کرده خوب مالش دهید تا شیر جذب مومیایی شود و آن را بر اعضاء تناسلی بمالید سبب تقویت آن و رفع

می سازد. خوردن مومیایی خونریزیهای داخلی نظیر خونریزی معده، روده، کلیه و مثانه را قطع کرده و در معالجه فوری زخم آنها مؤثر است. خوردن مومیایی ذوب شده با کمی عسل سنگینی و لکنت زبان را بر طرف ساخته و در رفع ورم زبان مؤثر است.

مورد

Myrtus Comminus

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه مورد است ولی به آن «مورت» هم می گویند. در کتب قدیم از مورد با نامهای «اسمار، زنده، عمر، قنتوس، مرسین، میرسین، حملاس و قوقام» یاد شده است. بیش از ۷ نوع مورد وجود دارد ولی مهمترین آنها مورد بیابانی است که در زبان فارسی به آن «مورد اسفرم»، در زبان عربی «*ریحان القبور*» و در گیلان «جیر» می گویند. مورد در زبان لاتین به *Myrtus comminus*، در زبان انگلیسی به *Myrtle* و در زبان فرانسه به *Myrte* شهرت دارد. میوه مورد به «آس دانه» و برجستگیهای روی ساقه آن به «بُنگ آاس» معروف است. این گیاه در زبان عربی به «آس» و «حملاس» معروف است.

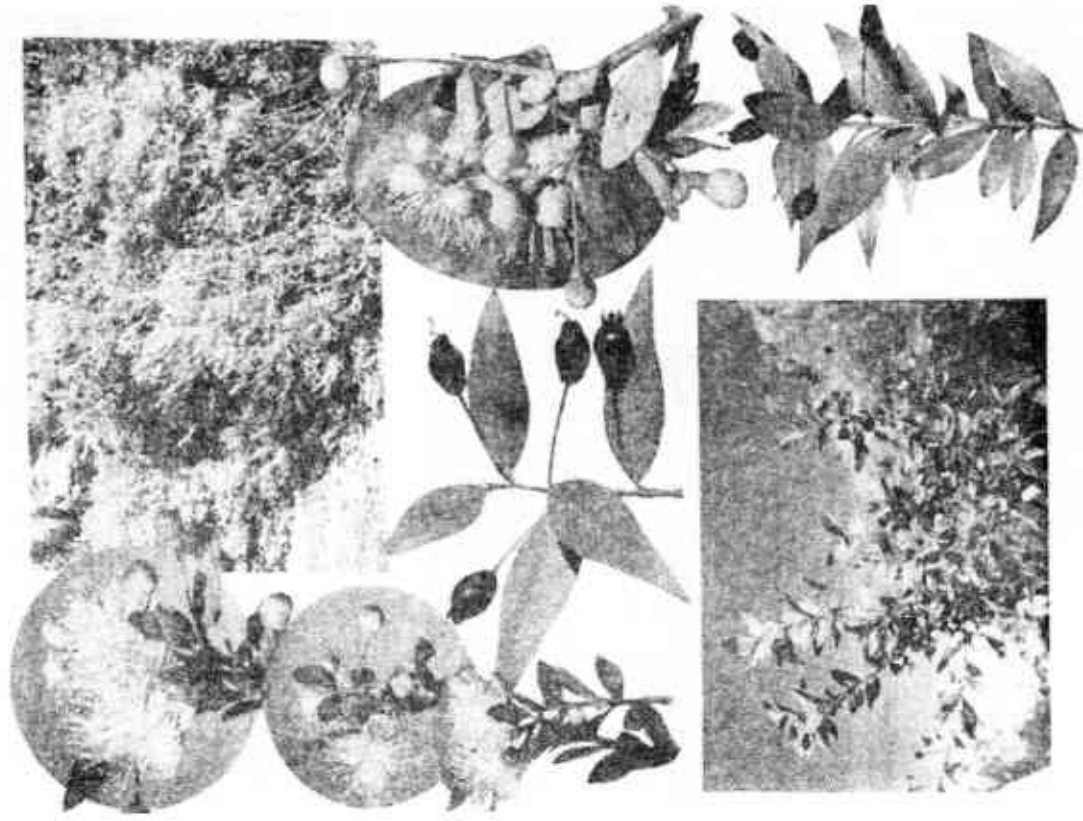
مشخصات کلی گیاه: این گیاه که از تیره مورد است برگهایی

بیضوی شکل و نوک نیز دارد که رنگ آن سبز تیره است. میوه این گیاه شبیه دانه فلفل سیاه است و پس از رسیدن همانند فلفل به رنگ تیره در می آید.

۱۰- درمان لقوه و ررعه (لرزش عضلانی) با مومیایی: جهت درمان لقوه و رفع لرزش و سستی عضلات بدن ۲ حب مومیایی خوراکی را با آب جوشانده ۲ گرم آویشن میل نمایید.

۱۱- درمان بیماریهای گوش و بینی با مومیایی: اگر مومیایی را ذوب کرده و با روغن افسنتين یا روغن گل سرخ مخلوط نموده و چند قطره آن را در گوش بچکانید در رفع سنگینی و کوری گوش مجرب است. همچنین چکاندن مومیایی ای که با پیه خوک مخلوط شده باشد در گوش کسی که نازه کرده است جهت رفع سنگینی آن مفید است. جهت رفع خون دماغ و التیام و بهبودی زخم داخل بینی به مومیایی ذوب شده که با روغن گل سرخ مخلوط شده باشد کمی کافور اضافه کرده و به پنبه زده و به داخل بینی بمالید.

۱۲- خواص طبی دیگر مومیایی: خوردن مومیایی خوراکی معده را تقویت کرده و سردی و رطوبت آن را زایل می سازد. همچنین خوردن مومیایی به عنوان یک داروی مقوی در برطرف کردن ضعف دستگاه گوارشی مفید بوده و درد معده را از بین می برد. خوردن روزانه چند نخود مومیایی خوراکی به طور مداوم نیروی جوانی را تجدید کرده و قوای جنسی و شهوانی را تقویت می کند از این رو مصرف آن به افرادی که به پیری زود رس دچار شده اند و نیز افرادی که ضعف قوه یاه دارند (مأپوسین از عمل جماع) توصیه می شود. خوردن مومیایی مستی و خماری ناشی از مصرف شراب و نوشابه های الکلی را از بین برده و سموم آنها را از بدن دور



درخت مورد و اجزای آن

چوب درخت مورد و برگهای آن معطر است. قسمتهای مورد استفاده مورد تخم، برگ و میوه آن است. طبیعت مورد سرد و خشک است. گلهای این گیاه سفید رنگ بوده و برگهای آن هیچگاه خزان نمی کنند و همیشه سر سبز می مانند. برگ مورد دارای تانن، مواد رزینی و تلخ، کامفن و ۰/۳۰ درصد اسانس است. برجستگیهای روی ساقه مورد که از قدیم الایام دیوسکورید آنرا تحت نام *Myrtidang* به عنوان قابض مورد استفاده قرار می داده و با برای آن اثر را قائل بوده است تانن فراوان دارد. میوه این گیاه هم دارای تانن، اسانس، مواد رزینی و تلخ، قندهای مختلف و اسیدهای آلی نظیر اسید مالیک و اسید ستریک است.

نسخه های شفا بخش مورد

۱- درمان رعاف (خونریزی بینی) با مورد: چنانچه برگ مورد را جوشانده و آن را له نمایید و بر پیشانی و اطراف بینی (روی پوست) بمالید از خونریزی بینی جلوگیری می کند.

۲- رفع خونریزی داخلی زنان (خون حیض) با مورد: چنانچه برگ مورد را جوشانده و آب آن را صاف کرده و روزی چند قاشق مرباخوری از آب آن را با کمی شکر میل کنید قاطع خونریزی داخلی به ویژه خون حیض است.

چنانچه تخم مورد را با آب و برگ چغندر بپزند و بر سر بمالند شوره سر را از بین برده و موخوره را نابود می کند.

۸- رفع لک و برص پوست با مورد: چنانچه برگ و تخم مورد را سوزانده و خاکستر آنها را نرم ساییده و با آب خمیر نموده و بر بدن بمالید لکه های سفید روی پوست را از بین می برد.

دستور دیگر: مالیدن پودر تخم مورد و پودر باقلا و کمی آب جهت پاک کردن صورت از لکها مفید است.

۹- خواص طبی و مصارف دارویی روغن مورد^(۱): چکاندن روغن مورد در دفع صدا کردن گوش و تسکین درد آن مفید است. مالیدن روغن مورد به پوست جهت درمان اگزما و خارش پوستی نافع است. مالیدن روغن مورد به سر در دفع ریزش آن و تقویت پیاز موی سر موثر است. و جرمی زیاد سر را از بین می برد و موها را طویل می کند. مالیدن روغن مورد به سر در تسکین سردرد در افراد دهموی مزاج موثر است. مالیدن آن به اعضای آسیب دیده و ورم کرده در تحلیل درد آنها نافع است. جهت رفع سوزش و التیام زخم، محل سوختگی را با روغن مورد چرب نمایید و بپندید.

طرز تهیه روغن مورد: جهت تهیه روغن مورد، ۳ قسمت برگ مورد و یک قسمت روغن زیتون لازم است. ابتدا برگ مورد را جوشانده و آب آنرا

۳- درمان جوشهای صورت با مورد: اگر تخم و برگ مورد را جوشانده و آب جوشیده آن را صاف نموده و بر بدن بمالید هرگونه جوش و ورم که به علت گرمی و حرارت باشد را رفع می نماید.

۴- درمان حرارت و ترک پا با مورد: چنانچه آب جوشانده تخم و برگ مورد را صاف نموده و با شراب و الکل مخلوط کرده و آن را به پا بمالید یا پا را در آن بگذارید ترک پاشنه پا را بخوبی بر طرف ساخته و آن را درمان می کند.

۵- تحلیل ورم چشم با مورد: ضماد آرد جو با آب جوشانده تخم مورد به روی ورم، ورم چشم که از حرارت و گرمی باشد را رفع می نماید. کشیدن مقداری از خاکستر سوخته مورد در چشم جهت درمان بیماریهای چشم آب ریزش، جوش های روی پلک و خارش چشم مفید است.

۶- رفع خارش مقعد (ابنه) با مورد: مالیدن آب جوشانده برگ مورد که با گل ارمنی و کمی سرکه خمیر شده باشد خارش پوست به ویژه در ناحیه مقعد را برطرف می سازد.

۷- رفع ریزش مو با مورد: ضماد پخته تخم مورد که مانند حنا خمیر کرده و به سر بینداند علاوه بر تقویت مو موجب سیاه شدن مو نیز می گردد. همچنین شستن موی سر با آب جوشانده تخم با برگ مورد علاوه بر رفع ریزش مو در صورت مصرف مداوم حتی موهای ریخته شده را می رویناند.

صاف نموده در روغن ریخته و دوباره بجوشانید تا آنها تبخیر شود و روغن بماند.

۱۰- رفع بدبویی عرق با مورد: مالیدن جوشانده تخم مورد در روغن زیتون به زیر بغل و کشاله ران مانع عرق کردن بوده و دفع کننده بوی بد آن است (در این صورت چنانچه آنرا بسوزانید و در روغن بجوشانید بهتر است)

۱۱- خواص دارویی دیگر مورد: تخم مورد معده را تقویت و از خونریزی آن جلوگیری می‌کند. چکاندن آب برگ مورد در گوش جهت تسکین درد گوش و رفع عفونت آن مفید است. خوردن جوشانده آب برگ مورد با روغن زیتون مسهل بلغم است. مضمضه آب جوشانده مورد مسکن درد دندان بوده و از خونریزی و پیوره لثه جلوگیری می‌کند. خوردن و مالیدن تخم مورد جهت درمان عرق گزیدگی نافع است. بخور برگ مورد ضد عفونی کننده مجاری تنفسی می‌باشد. خوردن تخم مورد به صورت قاووت معالجات زخم معده است.

۱۲- از بین بردن کورکهای سر و رفع خارش آنها با مورد: جهت از بین بردن جوشها و رفع کورکهای سر و رفع خارش آنها ۵۰ گرم برگ مورد را جوشانده و آب صاف شده آن را با ۲۰ گرم خرفه و ۱۰ گرم زاج نرم ساییده شده مخلوط کرده و سر را با آن بشویید و این عمل را هفته ای ۳ بار (یک روز در میان) تکرار کنید.

۱۳- سفید شدن دندانها و رفع جرم آنها با مورد: جهت سفید کردن دندانها و از بین بردن جرم و رسوبات پشت ولای دندانها ۲۰ گرم برگ مورد را با ۱۰ گرم کندر و ۲ گرم سیر مخلوط کرده و نرم ساییده و با سرکه خمیر کرده و روزی ۲ مرتبه بر دندانها بکشید.

۱۴- خواص دارویی و مصارف درمانی اسانس مورد^(۱): اسانس مورد تقریباً کلیه خواص مورد را دارا بوده و در درمان دردسر و درد شقیقه ها بصورت مالیدن آن به پیشانی یا چکاندن آن در بینی بکار می‌رود. مالیدن آن به سر از ریزش موها جلوگیری کرده و آن را بخوبی بر طرف می‌سازد.

مشخصات کلی اسانس مورد: اسانس مورد از تقطیر برگ یا میوه مورد با بخار آب بدست می‌آید و بازده آن ۳۰۰ گرم برای هر ۱۰۰ کیلوگرم مورد تازه است. اسانس مورد مایعی به رنگ زرد و دارای بویی مطبوع و وزن مخصوص بین ۰/۸۹۵ و ۰/۹۲۰ است و در الکل ۸۰ درجه نیز حل می‌شود.

مصطکی (ماستیک)

Pistacia Lentiscus

اسامی دیگر مصطکی: مصطکی نام معروف این گیاه است. ولی به آن «ماستیک و مستک» هم می‌گویند. در برخی کتب داروسازی سنتی از مصطکی با عنوان «حلال» یاد کرده‌اند. مصطکی در زبان لاتین به *Pistacia Lentiscus* در زبان انگلیسی به *Lentisk* و در زبان فرانسه به *Lentisque* معروف است.

مشخصات کلی مصطکی: مصطکی صمغ درختی است که بیشتر در سوریه و کشورهای اروپایی می‌روید و در اطراف شام زیاد است. از تنه این درخت در ماههای گرم یعنی خرداد، تیر و مرداد در هنگام ظهر و در روزهای آفتابی شیرابه‌ای خارج می‌شود که مصطکی نام دارد. مصطکی زرد رنگ بوده و دارای طبعیتی گرم و معتدل است. میوه درختی مصطکی تلخ مزه می‌باشد و بیشترین قسمت مورد استفاده آن صمغ درخت است. مصطکی شامل اسانسی به مقدار ۲ درصد است که قسمت اعظم آن را پین راسن تشکیل می‌دهد.



مصطکی (ماستیک) و اجزای آن

۶- **رفع کچلی ناخن با مصطکی:** برای التیام زخم کنار ناخن و رفع کچلی آن مصطکی را نرم ساییده و با قدری نمک مخلوط کرده با روغن کنجد خمیر نمایید و بر ناخن ضماد کنید.

۷- **رفع سنگینی گوش و تحلیل ورم داخلی آن با مصطکی:** چنانچه روزی چند قطره از آبی که مصطکی در آن جوشیده باشد و یا چند قطره از روغن آن را در گوش بچکانید در تحلیل ورم گوش و رفع سنگینی آن مؤثر است.

۸- **رفع و یار زنان باردار با مصطکی:** جهت از بین بردن و یار زنان باردار و رفع تمایل به گل خواری در کودکان ۵ گرم مصطکی را با ۵ گرم زنیان را مخلوط کرده نرم ساییده و هر روز صبح ناشنا کفله نمایند.

۹- **رفع سستی لثه و تقویت بن دندان با مصطکی:** جویدن روزانه مقداری مصطکی سبب گشت آوردن لثه های گوشت رفته و سالم و محکم شدن آنها گردیده و از افتادن دندان لق جلوگیری می کند. جهت سفید کردن دندانها مقداری مصطکی را نرم ساییده و با پودر نمک، هسته تمر هندی و مازو مخلوط کرده روی آن گذاشته و بر دندانها بکشید.

۱۰- **تقویت حافظه و رفع نسیان (فراموشی) با مصطکی:** خوردن روزانه یک قاشق مربا خوری از پودر مصطکی که با کنندر و سعدکوفی پودر شده مخلوط گردیده و با کمی عسل یا مویز له شده خمیر

نسخه های شفا بخش مصطکی

۱- **درمان رطوبت و ترشح معده با مصطکی:** جهت رفع رطوبت معده مقداری از مصطکی را نرم ساییده با کمی صبر زرد مخلوط کرده و آن را بجوید یا کفله نمایید. همچنین خوردن مصطکی کوبیده و با عسل خمیر شده زایل کننده نفخ و گاز معده می باشد.

۲- **درمان شب اهراری با مصطکی:** ۵ مصطکی را با ۵ گرم عود و ۱ گرم زعفران مخلوط کرده نرم ساییده و روزی ۳ قاشق مربا خوری آنرا کفله نمایید.

۳- **رفع سر دردهای سرد مزاج با مصطکی:** خوردن ۱ گرم صبر زرد با ۱ مثقال مصطکی جهت رفع سر دردهای که در افراد سرد مزاج به وجود می آید مفید است.

۴- **رفع تنگی نفس و آسم با مصطکی:** جهت رفع تنگی نفس و مقابله با حمله آسمی مقداری از مصطکی را خرد کرده و در آب جوشانده و سر را به بخار آن بدارید. (بخور دهید)

۵- **درمان کزاز با مصطکی:** ماساژ ماهیچه ها و پوست با آب پخته شده مصطکی در رفع گرفتگی ماهیچه ها و درمان بیماری کزاز مفید است.

حال جوشیدن است گذاشته تا داغ شده و مصطکی در آن حل شود و روغن بماند.

میخک

Clove Myrtaceae

اسامی دیگر گیاه: فارسی این گیاه میخک است. اعراب به این گیاه «قرنفل» به ویژه «قرنفل ابیض» می گویند. در کتب دارو سازی سنتی ایران میخک به اسامی دیگری همچون «غرینواس، لونک و مفرنف» آمده است فرنگیها به میخک «تریرفل» یا «تریرفیل» می گویند. میخک در زبان لاتین به *Caryophyllus Aromaticus*، در زبان انگلیسی به *Clove* و در زبان فرانسه به *Giroflie* شهرت دارد.

مشخصات کلی گیاه: درخت میخک درختی است شبیه به درخت سدر و برگ آن شبیه برگ درخت انار است ولی کمی بزرگتر است. این گیاه بیشتر در نواحی گرم و مرطوب می روید. میوه این گیاه شبیه به میخ بوده از این رو به آن میخک می گویند. میوه میخک دارای طعمی تند و تیز همانند دارچین بوده و بسیار معطر است. طبیعت این گیاه گرم و خشک است و قسمت های مورد استفاده آن برگ و میوه آن است. از نظر ترکیبات شیمیایی میخک دارای صمغ، تانن به مقدار ۱۳ درصد، موم، یک ماده قابل تبخیر و بدون رنگ و بو به نام «کاربوفیل لین» و اسانس است. خاکستری که از آن بر جای می ماند معادل ۷ درصد وزن کلی میخک است.

شده باشد جهت تقویت ذهن، رفع کم هوشی و درمان نسیان (فراموشی) مفید است.

۱۱- خواص طبی و مصارف درمانی روغن مصطکی^(۱):
مالیدن روغن مصطکی به سر از ریزش عمومی موی سر جلوگیری کرده و چربی سر را نابود می کند. مالیدن روغن مصطکی گرفتنی ماهیچه ها و تشنج عضلانی را به خوبی درمان می کند. خوردن روغن مصطکی ناتوانی معده را از بین می برد و ورم معده را شفا می دهد. چکاندن روغن مصطکی در گوش یا گذاشتن پنبه آغشته به روغن در گوش ورم داخلی گوش را از بین برده و سنگینی و کوری گوش را بر طرف می سازد. مالیدن روغن مصطکی بر روی شکم سستی معده و روده را زایل کرده و معده را تقویت می کند. مالیدن این روغن به لته ها سستی لته ها را درمان می کند و از لق شدن دندانها جلوگیری می کند.

دستور تهیه: (روغن اول): روغن زیتون ۳۵ مثقال، مصطکی ۱۰/۵ مثقال. مصطکی را نیم کوب کرده و با روغن مخلوط نمایید و در شیشه ای بریزید و در پاتیل سنگین (از جنس سنگ) در میان آب بجوشانید تا مصطکی در آن ذوب شده و در روغن حل شود. این روغن را باید در موقع مصرف گرم کنید.

روغن دوم: حدود ۷/۵ مثقال مصطکی را با ۹۰ مثقال روغن زیتون مخلوط کرده در ظرفی ریخته و ظرف را درون ظرف دیگری که پر از آب در

نسخه های شفا بخش میخک

۱- **تقویت قوه باه و نیروی شهوانی با میخک:** چنانچه روزانه ۱ مثقال از میخک پودر شده را در مقداری از ششیر تازه ریخته و قدری جوشانده و میل نمایید به شرط مصرف مداوم آن در هر روز در تحریک قوه باه و تقویت نیروی جنسی مؤثر است.

۲- **درمان بیماریهای مجاری تنفسی با میخک:** چنانچه مقداری از میخک خشک شده را نرم ساییده و روزی یک مرتبه مقداری از آن را جوشانده و آب آن را در بینی بچکانید جهت باز کردن گرفتگی بینی و درمان نزلات آن که به علت سردی باشد و همچنین رفع سردرد و سرگیجه هایی که منشأ سردی داشته باشد مفید است.

۳- **خواص طبی و دارویی عرق مرکب میخک:** یک جزو میخک را با ۱/۵ جزو گل سرخ و ۱/۵ جزو گل گاوزبان مخلوط کرده و همگی را نرم ساییده و با گلاب مخلوط کرده و آن را تقطیر نمایید عرق حاصل، عرق مرکب میخک نام دارد که خواص طبی و درمانی زیادی دارد از جمله در درمان سردرد و ضعفی که پس از مصرف مشروبات الکلی ظاهر می گردد و نیز به عنوان پاد زهر کلیه سموم مصرف دارویی دارد. خوردن آن مقوی حواس پنج گانه بوده و در تقویت حافظه و باز کردن ذهن اثری نیکو دارد. خوردن آن در تعدیل مزاجهای غالب مفید و مؤثر است و آنها را به حال اعتدال باز می گرداند. آشامیدن یک استکان آن در روز بیماری استسفاً

را درمان و عطش مفرط را برطرف می سازد و در رفع کلیه امراضی که به علت سردی باشد بی نظیر است به ویژه در درمان افرادی که بدنشان آمادگی برای ابتلا به سکنه های رطوبتی دارد مؤثر بوده و از پیشرفت آن جلوگیری می کند.

۴- **تهیه شربت طبی با میخک:** ۱ جزو میخک را با ۱۶ جزو آب انار ترش و شیرین و یک جزو عسل مخلوط کرده و یک هفته در شیشه ریخته و بعد آن را با شکر به قوام آورید و هر بار یک قاشق مربا خوری آن را در یک لیوان آب حل کرده و میل نمایید، این شربت کلیه خواص دارویی میخک را دارا بوده و مصرف آن به افراد سرد مزاج و رطوبتی توصیه می شود.

۵- **تهیه سرمه طبی با میخک:** کشیدن سرمه میخک علاوه بر رفع کم سویی چشم و تقویت قوه بینایی در پاک کردن لکه سرخ که در چشم پدید می آید مفید است.

دستور تهیه سرمه طبی: ۱۵ گرم میخک را با یک عدد گردوی کامل در ظرفی سر بسته گذاشته و آن را روی اجاق گرم کنید تا خوب بسوزد سپس در ظرف را بر داشته و با قاشق دوده آن را جمع آوری کرده و با میل سرمه در چشم بکشید.

دستور دیگر: مقدار کمی از پودر میخک را به ترکیبات سرمه کندر اضافه کنید و در چشم بکشید.

۱-۱۰ اسانس میخک^(۱) (اسانس ژیرفل):

مشخصات کلی و طرز تهیه اسانس میخک: به جهت تهیه اسانس میخک غنچه‌ها و برگ و سر شاخه‌های گلدار میخک مورد استفاده قرار می‌گیرد. اسانس میخک را معمولاً به وسیله آب و افزون کمی کلرور سدیم یا توسط بخار آب در دستگاههای مدرن و جدید بدست می‌آورند. شایان ذکر است که بهترین نوع اسانس میخک اسانسی است که از غنچه ناشکفته آن بدست آمده باشد. اولین محصول تقطیر، اسانس سبکتر از آب است ولی بعداً نوع سنگین اسانس بدست می‌آید. آنچه به نام اسانس میخک مورد استفاده قرار می‌گیرد، مخلوط دو نوع اسانس مذکور می‌باشد. اسانس میخک مایعی است بی رنگ که تدریجاً به رنگ زرد روشن و سپس به مرور زمان به رنگ قهوه‌ای در می‌آید (اسانسی که در بازار تجارت عرضه می‌شود، قهوه‌ای رنگ است) وزن مخصوص این اسانس در گرمای ۱۵ درجه بین ۱/۰۴۳ و ۱/۰۶۸ است و تا ۲۵ درجه نیز حالت مایع دارد. بویی قوی و مطبوع و طعمی سوزاننده دارد و شامل ۷۰ تا ۹۰ درصد **اوژنول**^(۲) می‌باشد. و ارزش تجارتمی اسانس نیز بستگی به مقدار درصد همین ماده دارد. این اسانس با هم حجم خود الکال ۹۵ درجه و با ۳ برابر حجم خود الکال ۷۰ درجه محلول زلال می‌دهد.

خواص اسانس میخک: اسانس میخک دارای خاصیتی ضد اسپاسم و ضد نفخ بوده و در درمان نفخ و کولیت روده بکار می‌رود. خوردن اسانس میخک اثری نیرو دهنده و انرژی زا داشته و به عنوان دارویی محرک اشتها و

۶- تهیه خضاب طبی با میخک: جهت قهوه‌ای رنگ شدن موها و تهیه خضاب طبی ۲۵ گرم میخک را با ۲۵ گرم حنا مخلوط کرده نرم ساییده با روغن کنجد خمیر نموده و پس از ۲۴ ساعت آن را بر سر ضمامد نمایید و ببندید و پس از چند ساعت بشوید.

۷- وجود خاصیت تسهیل در زایمان مادران در میخک: چنانچه روزانه ۱/۵ گرم میخک را جوشانده و آب آن را میل نمایند یا ۱/۵ گرم پودر آن را کفله کنند و این عمل را پس از پاک شدن از خون حیض انجام دهند علاوه بر تقویت محیط داخل رحم، آنرا جهت آبستنی آماده می‌کند. حمل پودر میخک (استعمال خارجی) نیز مؤثر است.

۸- درمان آبریزش بینی با میخک: جهت رفع حساسیت و آبریزش بینی مقداری میخک را با کمی اکبر ترکی و حضض مخلوط کرده نرم ساییده و روزانه در بینی کشید.

۹- نقش میخک در تنظیم خانواده و جلوگیری از آبستنی: به توصیه بسیاری از دارو سازان سنتی ایران چنانچه زنی بطور مرتب روزی یک عدد میخک را از روز پنجم تا روز بیست و چهارم عادت ماهانه میل نماید از آبستن شدن او جلوگیری می‌کند. به همین دلیل مصرف میخک به عنوان یکی از روشهای جلوگیری از آبستن شدن و تنظیم خانواده به شمار می‌رود.

گذاشته و هر ۱۰ روز شکوفه قبلی را بیرون آورده و شکوفه تازه را جایگزین آن کنید، سپس روغن را صاف کرده و در شیشه‌ای ریخته و بکار برید.

همیشه بهار

Calendula officinalis

اسامی دیگر همیشه بهار: فارسی این گیاه همیشه بهار است. اعراب به آن «دائم الحیاة و حی العالم» می‌گویند. در کتب مختلف طب سنتی از همیشه بهار به نامهای «ایرون، اقحوان اصغر، زبیده، قوقحان، مرجون، آذرگون، کحلأء، سهلایی، خیر، خیری زرد، میشامیش بهار و همیشه جوان» نیز یاد شده است. این گیاه در زبان لاتین به *Calendula officinalis*، در زبان فرانسه به *Souci* و در زبان انگلیسی به *Marygold* معروف است.

۲۳۱

مشخصات کلی همیشه بهار: همیشه بهار گیاهی از تیره کاسنی و

بطول ۵۰ سانتیمتر می‌باشد. گل‌های آن زرد طلایی بوده و بدون دمگل روی تهنج قرار گرفته است. این گیاه بطور وحشی در دامنه کوه‌ها و کوهپایه‌ها می‌روید. میوه این گیاه شبیه میوه گل پتیرک است. گل‌های همیشه بهار در مجاورت آب یک ماده ژلاتینی از خود تراوش می‌کند که بر روی ساقه منتشر شده و آن را چسبناک می‌سازد و به شیره گل همیشه بهار معروف است. برگ و گل این گیاه بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرند. طبیعت این گیاه سرد و خشک و مایل به خنکی است.

ضد عفونی کننده مصارف درمانی دارد. اسانس میخک مایعی معطر و بی‌حس کننده است که برای رفع درد دندان و نیز بیماری دندان که به عصب رسیده باشد مفید است. استعمال اسانس میخک جهت از بین بردن بیماری سل به ویژه سل پوستی بکار می‌رود. مخلوط کمی اسانس میخک با اکسید دوزنگ جهت بر کردن دندان بطور موقت در دندانپزشکی بکار می‌رود. اسانس میخک و همچنین مضمضه پودر میخک جهت رفع بد بویی دهان و خوشبو کردن آن مفید است.

۱۱- خواص طبی و مصارف دارویی روغن میخک: مالیدن روغن میخک به لثه جهت تقویت آن و رفع ضعف و سستی بن دندان مفید بوده و دهان را خوشبو می‌سازد. مالیدن آن بر سر در رفع سردردهایی که منشاء سردی داشته باشند مفید است. مالیدن آن بطور مداوم و مرتب جهت درمان فلج عضلاتی و سکنه‌های ناقص تجویز شده و در درمان درد مفاصل و درد زانو و کمر بکار می‌رود. چکاندن این روغن در بینی در درمان تنگی نفس، درمان سرفه‌های همراه با خلط، تقویت قوای عقلانی و رفع سنگینی سر (به صورت مالیدن به سر و پیشانی) مفید بوده و تسکین دهنده سر دردهای عصبی نیز می‌باشد.

دستور تهیه: ۱۰۰ گرم میخک تازه و معطر را در یک لیتر آب بمدت یک شبانه روز بخیسانید و سپس آب صاف شده آنرا در ۵۰۰ گرم روغن زیتون آفندر بجوشانید تا آب آن بخار شود و روغن بماند.

دستور تهیه روغن شکوفه میخک: ۱۰۰ گرم شکوفه تازه و تر میخک را در ۲۰۰ گرم روغن زیتون ریخته و بمدت ۲ ماه در مقابل آفتاب تابستان

نسخه‌های شفا بخش همیشه بهار

۱- التیام و درمان زخم‌های بدخیم و چرکین با همیشه بهار: چنانچه مقداری از برگ و گل همیشه بهار را ساییده و با آرد جو مخلوط نموده و با کمی آب خمیر نمایید و بر محل زخم و ورم ضمد کنید در بهبود آن سریع‌الاثراست.

۲- تهیه پادزهر رتیل و عقرب با همیشه بهار: اگر ۳۵ گرم گل همیشه بهار را پخته و آب آنرا صاف نموده و بر محل گزیدگی حشرات به ویژه نیش عقرب و رتیل بریزید و بعد نقاله آن را بر محل مالیده و ضمد کنید و پس از مدتی عضو را به بخار آن بدارید در درمان عقرب گزیدگی و رتیل گزیدگی بسیار مفید بوده و آنرا مجرب دانسته‌اند.

۳- درمان سردرد و سرگیجه با همیشه بهار: ۵۰ گرم از گل‌های همیشه بهار را در ظرفی ریخته و کمی آب بر روی آن بریزید و بگذارید مقدری بجوشد که آب آن به نصف رسد و سپس آنرا صاف نموده و با کمی روغن گل سرخ مخلوط کنید و بگذارید بجوشد تا آب آن بخار شود و روغن بماند و آن را بر سر بمالید سردرد و درد شقیقه را تسکین داده و آن را بخوبی درمان می‌کند.

۴- درمان رطوبت داخل رحم با همیشه بهار: خانم‌هایی که محیط داخل رحم آنها بسیار مرطوب است و ترشحات زناگی آنها زیاد



همیشه بهار و اجزای آن

۸- خواص طبی روغن همیشه بهار^(۱): مالیدن روغن همیشه بهار به مفاصل جهت تسکین درد مفاصل و همچنین تحلیل ورم آنها که به علت گرمی باشد مفید است. مالیدن آن شفا دهنده خوبی جهت درمان بیماری نفرس می باشد. چنانچه مقداری روغن همیشه بهار را بر ورم ملتحمه چشم و سایر ورمها که از گرمی باشد بمالند در تحلیل و از بین بردن این ورمها سریع الاثر است. استعمال خارجی این روغن به عنوان دارویی مؤثر جهت درمان جوشهای صورت و همچنین رفع سوختگی آتش و التیام زخمهای کهنه مجرب است. مالیدن بطور مداوم این روغن بر روی عضو آسیب دیده جهت درمان ورمهایی که به علت ضربیدگی پوست می باشد مفید است. مالیدن آن به پوست به عنوان دارویی مقوی پوست و لطیف کننده آن مصرف دارویی دارد. مالیدن آن به سر، سردردهای گرم را بر طرف ساخته و تب را از بین می برد.

دستور تهیه روغن همیشه بهار: جهت تهیه روغن همیشه بهار مقداری از گل یا برگ یا عصاره همیشه بهار را در آب بقدری بجوشانید تا آب آن به نصف رسد سپس آنرا صاف نموده و در روغن کنجد یا زیتون ریخته بقدری بجوشانید تا آب تبخیر شود و روغن بماند.

۹- درمان خنازیر و تومورهای سرطانی با همیشه بهار: اگر مقداری از گل همیشه بهار را همراه با برگ آن نرم ساییده و با پیه کهنه مخلوط کرده، خوب بهم زده و آنرا بر موضع غدد خنازیری در زیر گلو و

شده اگر مقداری گل همیشه بهار را جوشانده و در آب آن بنشینند یا پودر آنرا به صورت شیاف مصرف نمایند درد پهلوی و امراض رحم به ویژه رطوبت و ترشحات زیاد داخل آن را بر طرف می سازد.

۵- رفع خارش پوست با همیشه بهار: چنانچه مقداری از گل و برگ همیشه بهار را نرم ساییده و با پودر حنا مخلوط کرده و با قدری آب خمیر نموده و بر موضع خارش پوست بمالید جهت رفع خارش پوست مجرب است.

دستور دیگر: شستن پوست و محل خارش با جوشانده همیشه بهار و برگ حنا (نساییده) نیز مفید است.

۶- درمان اسهال مزمن با همیشه بهار: اگر حدود ۲۰ گرم برگ خشک شده همیشه بهار را نرم ساییده و بصورت کفله مصرف نمایید اسهال کهنه را درمان و دل پیچه را بر طرف می سازد. (جهت اثر بخشی بیشتر بهتر است با مقداری پودر میوه بلوط مصرف شود)

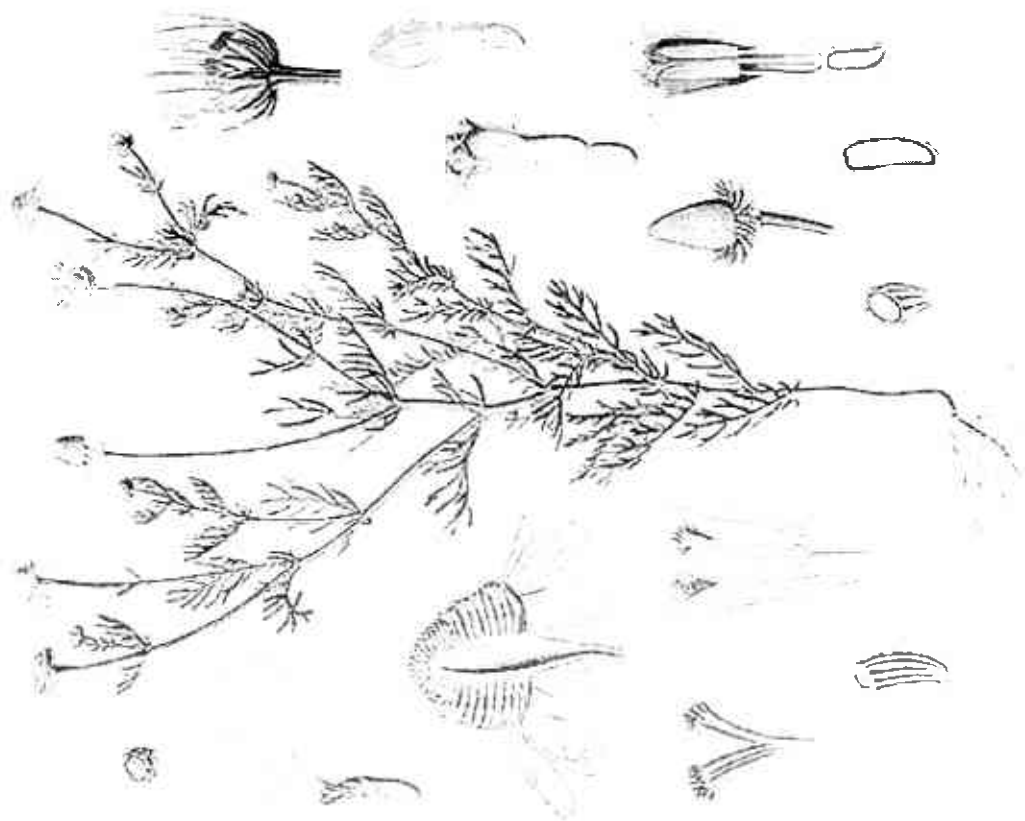
۷- تسکین درد گوش با همیشه بهار: چکاندن روزانه چند قطره از روغن همیشه بهار در گوش درد گوش که به علت گرمی باشد را تسکین می دهد (در تهیه روغن همیشه بهار از برگ یا عصاره همیشه بهار که در روغن زیتون جوشانیده باشند استفاده شود).

سایر تومورهای سرطانی پوست بمانید و ببندید در تحلیل ورم و درمان آنها مفید است. همچنین جهت جلوگیری از انعقاد خون و درمان سکنه و سرطان هر روز ۱۰ گرم گل همیشه بهار را جوشانده و یک فنجان آنرا عصر میل نمایید و این عمل را مدت زیادی تکرار کنید.

نام گیاه	مخارج گیاه	اقدام مورد استعمال	خواص کل گیاه	شکل و مقدار مصرف	نوع و دوز مصرف
اسطوخودوس	گرم و خشک	برگ گل و ساقهای جوان	مفتوح قلب	۵ تا ۱۰ گرم بصورت جوشانده دم کرده	شربت الکلی
التهیون	گرم و خشک	گل و برگ	زکام، فاعلگی خفیه	استعمال خارجی	روغن گرم، الکند، مرز
لوزن	سرد و خشک	دانه	مسهل	۱۰ تا ۱۵ مثقال بصورت دم کرده یا جوشانده	ساده و مرکبه، روغن، عرق
فرفره	گرم	صنع، ریشه و برگ	سرمه، چکر، مرده	۳۰ تا ۴۰ گرم از جوشانده و ریشه	روغن، شربت
بسیال (سبزه)	گرم	میوه و برگ	زکام، گرم، معدنه	۱۵ تا ۲۵ گرم از جوشانده	لوس، اسانس، روغن
سروکوشی (فخر)	گرم	گل و میوه	ارزش، موسیاتی	۱۰ گرم از میوه آن	روغن، شربت
اسفند	گرم	دانه	کبد	۱۵ تا ۲۰ گرم دانه آن	سرمه، روغن، معجون
لسناج	سرد و معتدل	برگ و تخم	تنگی نفس، شش	۱۵ تا ۲۰ گرم دانه آن	توک اعتدال
			بنایی، لوانج، سستی	بصورت جوشانده یا	
			کمر، سیاتی	خیم، پودان یا عسل	روغن، شربت
			سوسن، جوش	یک مشت بزرگ آن	
			صورت کمر، خونی	بصورت پخته با خام	
			تب، گرم، سینه درد	۱۰ تا ۲۰ گرم	

نام گیاه	مواقع گیاه	اندام مورد استعمال	خواص کلن گیاه	شکل و مقدار مصرف	فرام و دهان گیاه
زیتان	گرم و خشک	وانه گل	صند فوم نهاده گرم	خوشه‌ای یا پودر ۲۰	قصرین، اسهال
			معدوم، رطوبت معدوم	تا ۳۰ گرم وانه آن	بیماری، سرد، لاغر،
			سودو، هاشم، شمع		عرق، روغن
صدا	گرم و خشک	برگ	درد گوش، سنگینه	خوشه‌ای یا پودر ۲	اسهال، روغن، عرق
			مسومیت خورباری	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
سپاده	گرم و خشک	دانه	سوزش میگوئی	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	مرهم خند بواسیر
			پارتن زنگ چهره		روغن، اسهال
سیر	گرم	غده زرد زنبی، تخم	زایش مو، الزامی	خوشه‌ای یا پودر	روغن، قمر، عرق
			پادزهر، درد عضلات		
کنو	سرد و تر	میوه و تخم آن	درد دل، سردی	سوزش تخم آن	خواب، برن، روغن
			مسومیت اسهال	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			دفع صند سرمد، درد	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			مفاصل، لاغری	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
کندر	گرم و خشک	صنع و تخم	بخاری، پوست	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			تلع صند حافله	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
کوهله	گرم و خشک	ریشه	لکت زبانی، کم سوئی	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			چشمه زایش مو	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			فلج عضلات، تری	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
کرچک		برگ میوه و روغن آن	اعتیاد شب نازاری	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			ورم پستان و گلو	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			زایش مو، بواسیر	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
کرفس	گرم	برگ ساقه دانه	مسومیت	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			تلع صند زنگ	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن

نام گیاه	مواقع گیاه	اندام مورد استعمال	خواص کلن گیاه	شکل و مقدار مصرف	فرام و دهان گیاه
قار	سرد و تر	تقریباً تمام قسمت‌های	سوزش سر، دفع صند	خوشه‌ای یا پودر ۲۰	قصرین، اسهال
			عسوت و خورباری	تا ۳۰ گرم وانه آن	بیماری، سرد، لاغر،
			لته، اسهال، شنب	تا ۳۰ گرم وانه آن	بیماری، سرد، لاغر،
باجیر	گرم و خشک	برگ، میوه	لاری، تسخه خون	خوشه‌ای یا پودر ۲	اسهال، روغن، عرق
			لاغری، پوست، اسهال	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			زایش مو، زنگ	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
بابونه	گرم و خشک	گل، دانه	ویسجه با	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			نمک، تسخه خون	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			چهره، عفون اعصاب	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			زایش مو، نرم کننده	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
بادام تلخ	گرم	مهر هسته آن، برگ	قوت، زایش مو	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			سوزش سر، کزاز	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			سوزش سر، کزاز	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
باللی	گرم و خشک	برگ شکوفه گل و میوه	کلیت پوست	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			توت حافله، آرام	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			سوزش اعصاب	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
			پادزهر، مسوم، ضد	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
بیمشک	گرم	گل، برگ	توت قلب، سرد	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			اسهال	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
منه طبر	سرد و تر	برگ گل، ریشه	توت قلب، سرد	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			توت قلب، سرد	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت
نیوط	سرد و خشک	وانه گل	توت قلب، سرد	خوشه‌ای یا پودر ۱۵	خواب، برن، روغن
			توت قلب، سرد	تا ۱۰ گرم برگ آن	شربت



نام گیاه	مراج کلاه	اندام مورد استعمال	خواص کلی گیاه	شکل و مقدار مصرف	فراورده های گیاهی
کنجد	گرم	برگه، دانه، روغن	لاغری، تسهیل آذاری،	جوشانده برگ و دانه	روغن، عرق، سرکه
گل ترنکس	گرم و خشک	گل و بیار آن	سرخسگی، ریزش مو،	مالش روغن آن	روغن، عرق، شربت
			درد معده، تشنه	خوردن پودر آن	اسانس
			جسی، ریزش مو،	با جوشانده گل ورش	
گرمو	گرم و خشک	میوه پوست آن، برگ	لک صورت	آن با عسل	مرهم، ضد زخم، عرق
			کرم معده و روده	خوردن جوشانده برگ	
			بولسج، زخم سر،	آن، مغز گردو با عسل	سرکه، خصل، روغن
			شعف قیوه باکریزاد		
گل بو	گرم	ریشه برگ، میوه و صمغ	گندیده شیر مادران	جوشانده یا پودر برگ	شربت طبعی، روغن
		آن	تفیع معده استسقاء	و میوه آن	عرق
جویبار	گرم و خشک	صمغ	تولیت معده، آفتنها	مخلوط پودر آن	لوس، مرهم
			آب	با عسل	
			شد تریزدگی عصب		
سود	سود و خشک	دانه برگ	صف معده و قوه باه	جوشانده یا پودر برگ	اکل، سرکه، روغن
			لقوه	و دانه آن	عرق، شربت، اسانس
مسکلی	گرم و معتدل	صمغ	ریزش مو، جوشهای	جوشانده یا پودر آن	روغن
			مانده یا	مخلوط پودر آن با	
			رطوبت معده	عسل یا جوشانده آن	
میگک	گرم و خشک	برگ و میوه، گل	لاغری، عطش، خالچه	جوشانده یا پودر آن	عرق، شربت، سرکه
			صمغ قوه باه، مسک	تا ۲۵ گرم میوه آن	خصل، روغن
			درد دندان، رفع کرم		اسانس
			سوزن چشم، کوبلینا		
هسته بیدار	سرد و خشک	برگ و گل	روده	جوشانده یا دانه گرد	شیره، عرق، روغن

۲۰۰	گردو.....	گردو عرق	۱۶	اسطوخودوس.....
۲۱۱	مومیایی.....	بابونه	۷۷	انجیر.....
۸۳	بی‌اشتهایی.....	مورد	۳۹	انغوزه.....
۸۳	بابونه.....	بدبویی رحم	۱۲۰	بلوط.....
۱۵۷	بیخوابی کودک.....	زنیان	۱۴۳	سیاهدانه.....
۱۵۷	کدو.....	برص (لکه‌های سفید)	۱۵۸	کدو.....
	بیرون آوردن تیغ و خار	روی پوست		امراض کبدی
	از پوست	انجیر.....	۵۰ و ۵۳	اذخر.....
۷۹	انجیر.....	بادام تلخ	۱۹	اسطوخودوس.....
۱۹۲	نرگس.....	بالنگ	۶۶	انار.....
	بیماریهای روانی	سیاهدانه	۸۹	بابونه.....
۲۱	اسطوخودوس.....	سیر.....	۱۵۷	کدو.....
۲۶	اقتیمون.....	کدو.....	۲۱۰	مومیایی.....
۱۱۸	بنفشه.....	گردو.....		(ب)
۱۵۵	کدو.....	مورد.....		باد سرخ
	بواسیر	برگرداندن ناف بیرون	۱۷۴	کرچک.....
۴۴	ایهل.....	آمده طفل		بدبویی بینی
۳۰	ارزن.....	بنفشه.....	۷۲	انار.....
۶۶	انار.....	زنیان.....		بدبویی دهان
۱۰۲	بالنگ.....	بند آمدگی ادرار	۷۳	انار.....
۱۱۶	بنفشه.....	بیدمشک.....	۱۳۴	سداب.....
۱۴۱	سیاهدانه.....	کرفس.....	۲۳۰	میخک.....

فهرست بیماریهایی که با گیاهان دارویی معالجه می‌شوند

۱۸۸	کنجد.....	الرژی (حسایت فصلی)	(آ)	آبسه دهان
۲۰۷	گلپر.....	بنفشه.....	۱۱۶	صفحه
		سیاهدانه.....	۱۴۴	ارزن.....
	اخراج زالوی	میخک.....	۲۲۸	آبریزش و سفیدی چشم
	مانده در گلو	(الف)	۷۰	انار.....
۳۸	انغوزه.....	ابنه (خارش مقعد)	۳۶	انغوزه.....
۱۰۰	بالنگ.....	اذخر.....	۸۸	بابونه.....
۱۱۰-	بیدمشک.....	بنفشه.....	۱۵۸	کدو.....
۱۵۱	سیر.....	مورد.....	۱۹۸	گردو.....
	استسقاء (تشنگی مفرط)	اختلالات قاعدگی		آسم (تشنگی نفس)
۴۵	ایهل.....	اسطوخودوس.....	۴۷	ایهل.....
۶۷	انار.....	ارزن.....	۵۵	اسفند.....
۳۳	انغوزه.....	انغوزه.....	۷۷	انجیر.....
۱۳۴	سداب.....	ایهل.....	۱۱۴	بنفشه.....
۱۴۷	سیاهدانه.....	انجیر.....	۱۴۰	سیاهدانه.....
۱۸۲	کرفس.....	بابونه.....	۱۵۳	سیر.....
۲۰۶	گلپر.....	۱۸۲ بادام تلخ	۹۴	کرفس.....
	التیام زخمها و جراحات	سداب.....	۱۳۲	کدو.....
۴۶	ایهل.....	سیر.....	۱۴۸	مصطکی.....

خسناوزی (سومورهای	خارش و شوره پلک	۲۱۹	مورد
سرطانی)	ارزن	۳۰	جوشهای صورت
انجیر	گردو	۴۶	ابهل
سداب	خارش پوست	۶۲	اسفناج
همیشه‌نار	انار	۳۳	انغوزه
خونریزی	بابونه	۸۹	بابونه
وترشحات زناگذاری	بادام تلخ	۹۴	بادام تلخ
انار	زنیان	۱۰۶	بیدمشک
بلوط	سیاهدانه	۱۲۹	زنیان
کندر	کدو	۱۴۴	سیاهدانه
گردو	کچوله	۱۶۸	کندر
مورد	کرفس	۲۱۶	مورد
خونریزی زخمها و	کنجد	۱۸۸	جوشهای و کړوکه‌های سر
جراحات	همیشه‌نار	۲۳۴	مورد
بیدمشک	خارش سر	۲۱۸	جلوگیری از باردار شدن
کندر	مورد	۲۱۸	خانها
نرگس	خارش گوش	۳۵	انغوزه
خونریزی معده و سینه	انجیر	۷۷	میخک
انار	بادام تلخ	۹۸	(ج)
خونریزی بینی	خروج مقعد فرو رفته	۷۰	چاقی
(زماق) انار	طفل	۱۸۲	کرفس
بیدمشک	اذخر	۵۱	(خ)

بابونه	۷۸	انجیر	۱۵۹	کدو
بلوط		ترک (شقاق) مقعد	۱۶۶	کندر
زنیان	۱۶۷	کندر	۱۷۷	درچک
سیاهدانه		ترک و زخم پاشنه پا	۱۸۵	کنجد
سیر	۷۱	انار	۱۹۷	گردو
کندر	۲۱۶	مورد	۲۰۸	گلپر
کرفس		تسهیل در زایمان	(پ)	
نرگس	۵۷	اسفند		پاک کردن معده از سودا
گردو	۸۰	انجیر	۵۴	اسفند
مومیایی	۲۲۸	میخک	۲۴	افیمون
میخک		تصفیه خون		پسلیپ بینی
تقویت قوای فکری	۳۰	ارزن		(مواد زائد گشتی)
اسطوخودوس		تقویت لثه	۳۸	انغوزه
بابونه	۱۰۲	بالنگ	(ت)	
بابونه	۱۴۸	سیر		تب
جرم دندان و سفید شدن	۱۹۸	گردو	۱۱۱	بنفشه
آن	۲۲۳	معطکی	۱۴۱	سیاهدانه
ابهل		تقویت قوای جنسی	۱۵۵	کدو
انار	۲۹	ارزن		ترک اعتیاد
انجیر	۳۶	انغوزه	۵۹	اسفند
بلوط	۵۷	اسفند	۱۷۰	کچوله
گردو	۸۱	انجیر		ترک سرمازدگی

۱۵۲.....	سیر	۱۱۷.....	بنفشه	۱۵۸.....	کدو
۰۱۹۸.....	گردو	۱۲۳.....	بلوط	(ر)	
۱۳۷.....	زخم سر	۱۴۳.....	سیاهدانه	۱۴۳.....	ریشه (الزش عضلاتی)
۱۹۸.....	سداب	۱۶۷.....	کندر	۱۳۴.....	سداب
۱۵۳.....	گردو	۱۸۷.....	کنجد	۱۶۷.....	کندر
۱۵۳.....	زخم گوشه ناخن	۲۰۰.....	گردو	۲۱۲.....	مومیایی
۱۵۳.....	سیر	۲۱۶.....	مورد	۲۱۲.....	رطوبت وترشح رحم
۱۵۳.....	نرگس	۱۹۲.....	نرگس	۲۳۳.....	همیشه بهار
۴۶.....	زخمهای چرکین	۹۸.....	رویاندن مو	۲۳۳.....	رطوبت معده
۳۹.....	ابهل	۱۴۳.....	بادام تلخ	۳۵.....	انغوزه
۷۹.....	انغوزه	۱۷۵.....	سیاهدانه	۱۲۷.....	زنیان
۸۸.....	انجیر	۲۰۳.....	کرچک	۱۷۰.....	کچوله
۱۲۲.....	بابونه	۲۰۳.....	گردو	۲۲۲.....	مصطکی
۱۲۲.....	بلوط	(ز)			روماتسم
۱۴۹.....	سیر	۷۱.....	زخم بینی	۳۰.....	ارزن
۱۹۹.....	گردو	۲۱۲.....	انار	۹۰.....	بابونه
۱۹۱.....	نرگس	۲۱۲.....	مومیایی	۴۶.....	ریزش مو
۲۳۳.....	همیشه بهار	۴۷.....	زخم دهان ولته	۲۶.....	ابهل
۱۲۲.....	زخم معده	۳۱.....	ابهل	۳۹.....	انغوزه
۱۲۲.....	بلوط	۳۱.....	ارزن	۸۰.....	انجیر
۶۱.....	زکام	۱۹.....	اسطوخودوس	۸۸.....	بابونه
	اسفنج	۷۲.....	انار	۹۹.....	بادام تلخ

۱۶۷.....	انار	۱۵۵.....	کدو	۱۳۵.....	سداب
۹۷.....	بادام تلخ	۵۱.....	بنفشه	۱۶۳.....	کندر
۱۱۵.....	سداب	۵۱.....	بنفشه	۲۱۲.....	مومیایی
۱۳۲.....	سداب	۱۵.....	کدو	۲۱۲.....	مورد
۱۵۷.....	کدو	۹۳.....	کندر	۱۲۵.....	خونمردگی پوست
۱۶۸.....	کندر	۱۴۹.....	گردو	۱۲۵.....	زنیان
۱۹۹.....	گردو	۳۰.....	همیشه بهار	۱۴۹.....	سیر
۲۳۴.....	همیشه بهار	۲۶.....	درد مفاصل	۹۷.....	خشکی بینی
۵۰.....	اذخر	۲۰۱.....	گردو	۱۱۳.....	بادام تلخ
۵۷.....	اسفند	۳۷.....	بابونه	۸۸.....	بنفشه
۹۰.....	بابونه	۴۹.....	بالنگ	۱۶۰.....	خشکی وزیری مو
۱۰۲.....	بالنگ	۵۱.....	کدو	۱۶۰.....	کدو
۱۵۸.....	کدو	۵۶.....	کندر	۶۵.....	خلط سینه
۱۶۳.....	کندر	۸۱.....	کچوله	(د)	انار
۱۷۰.....	کچوله	۱۴۵.....	کرچک	۱۳۶.....	انجیر
۱۷۴.....	کرچک	۱۵۲.....	گردو	۱۳۶.....	سیاهدانه
۱۹۹.....	گردو	۲۲۹.....	نرگس	۱۸۸.....	سیر
۱۹۲.....	نرگس	۳۷.....	دربابت (مرض قند)	۱۸۸.....	میخک
۲۰۳.....	گردو	۴۵.....	دیفتری	۶۶.....	کنجد
					دفع صفر
					انار

۳۶	انغوزه	۳۷	انغوزه	۳۶	انغوزه
۵۵	سنگ کلیه و مثانه	۷۴	انار	۷۴	اسفند
۱۰۸	اسفنج	۱۲۲	بلوط	۱۲۲	یدمشک
۱۱۵	بادام تلخ	۹۳	زنیان	۱۳۰	بنفشه
۱۳۸	زنیان	۱۲۷	کچوله	۱۷۰	سذاب
۱۴۳	سوخگی	۱۸۷	کنجد	۱۸۷	سیاهدانه
۱۶۶	انغوزه	۳۸	مصطکی	۲۲۲	کندر
	بادام تلخ	۹۵	شکندگی مو		ضعف معده
۷۲	بنفشه	۱۱۷	سیر	۱۵۴	انار
۱۶۵	کدو	۱۵۸	شکاف پیخ ران		کندر
۱۸۰	کندر	۱۶۷	انغوزه	۴۰	کرفس
۲۱۱	کنجد	۱۸۹	شوره سر		مومیایی
	سوزش معده		انار	۶۶	(ط)
	کنجد	۱۸۵	بنفشه	۱۱۷	
	سیاتیک		(ص)		طحال
	انغوزه	۴۱			اذخر
	اسفند	۵۹	صدا کردن گوش		انجیر
	سیر	۱۵۲	بنفشه	۱۱۶	یدمشک
	(ش)		سیاهدانه	۱۴۵	مومیایی
	شکستگی استخوان		(ض)		(ع)
	کندر	۱۶۷			
	شب ادراری		ضعف قوه بینایی		عقروت گوش

۱۵۶	کدو	۲۲۲	مصطکی	۱۴	اسطوخودوس
۱۶۴	کندر	۲۲۲	میخک		زگیل
۱۹۴	گردو	۱۹۳	زگس	۳۴	انغوزه
۲۰۹	مومیایی	۲۳۳	همیشه بهار	۸۰	انجیر
	سستی بدن		سرگیجه	۱۰۶	یدمشک
۱۱۴	یدمشک	۲۶	اقتیمون	۱۴۱	سیاهدانه
	سککه	۲۳۳	همیشه بهار	۱۸۰	کرفس
۱۳۲	سذاب		سردرد میگرنی		زیاد کننده شیر مادران
	سیرزیت	۸۸	بابونه	۲۰۲	گردو
۱۲	اسطوخودوس	۱۳۰	زنیان		(س)
۱۱۴	بنفشه	۱۴۴	سیاهدانه		سردرد
	سینه درد		سرعت انزال	۳۱	ارزن
۷۷	انجیر	۵۷	اسفند	۲۰ و ۱۴	اسطوخودوس
۱۳۷	سذاب	۳۶	انغوزه	۲۵	اقتیمون
۱۹۵	گردو	۱۲۶	زنیان	۵۵	اسفند
۲۱۰	مومیایی		سرخک	۷۹	انجیر
	سنگینی گوش	۱۹	اسطوخودوس	۸۴	بابونه
۴۵	ایهل		سرفه	۹۴	بادام تلخ
۵۶	اسفند	۴۷	ایهل	۱۱۳ و ۱۱۵	بنفشه
۱۲۸	زنیان	۳۸	انغوزه	۱۴۴	سیاهدانه
۲۳۰	مومیایی	۵۵	اسفند	۱۹۹	گردو
۲۲۳	مصطکی	۶۵	انار	۲۱۰	مومیایی

نفخ شکم	کدو	۱۵۷	ورم زبان	۱۱۶
ارزن	کنجد	۱۸۸	بنفشه	۱۱۶
انغوزه	ورم آلت	۳۵	ورم گلو	۳۸
اسفند	بنفشه	۵۷	انغوزه	۷۷
انار	بلوط	۶۸	انجیر	۱۱۶
انجیر	سیاه‌دانه	۷۸	بنفشه	۱۷۴
زنیان	کرچک	۱۲۷	کرچک	۲۱۰
کندر	ورم بناگوش	۱۶۳	مومیایی	۱۸۹
کرفس	انجیر	۱۸۱	ورم داخلی گوش	۲۲۳
گلپر	ورم پستان	۲۰۴	کنجد	۲۲۳
تقرس	بنفشه	۱۱۶	مصطکی	۲۲۳
بابونه	کرچک	۸۷	ویار زنان بادار	۲۲۳
بالنگ	ورم رحم	۱۰۲	مصطکی	۲۲۳
زنگس	اذخر	۱۹۲	(ی)	
گردو	ورم ملتحمه چشم	۱۹۹	یرقان	۶۳
(و)			اسفنج	۲۰۱
ورم	بابونه	۸۴	گردو	۱۹۵
ایهل	کرچک	۴۶	یوست	۶۱
انار	۶۷- کرفس	۱۸۰	اسفنج	۱۹۵
بلوط	مورد	۱۱۹	گردو	۱۹۵
زنیان	ورم‌مشانه	۱۲۹		
سیر	بنفشه	۱۴۹		

منابع و مأخذ

- ۱- تخته حکیم مومن
- ۲- ذخیره خوارزمشاهی
- ۳- مخزن الادویه
- ۴- طب اکبری
- ۵- خلاصه الحکمه
- ۶- قانون ابوعلی سینا
- ۷- زبان خوراکیها
- ۸- قوابلین کبیر
- ۹- نسخه‌های خطی
- ۱۰- تجربه و تحقیقات بدست آمده توسط اینجانب طی چندین سال

سایر آثار مؤلف:

- ۱- راز تندرستی با گیاهان دارویی ج ۱ (داروخانه طبیعی) در دست تألیف
- ۲- راز تندرستی با گیاهان دارویی ج ۳ (داروخانه گیاهی) در دست تألیف
- ۳- راز تندرستی با گیاهان دارویی ج ۴ (گیاه یا معجزه درمان) در دست تألیف