

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شاه بلوط هندي

Aesculus hippocastanum L.

تيره هيپوكاستاناسه



شاه بلوط درختي است بلند با چوبي شکننده و شاخه هايي پوشيده از برگ هاي متقابل پنجه اي شکل. گل هاي آن سفيد مایل به زرد و خوشه اي هستند. میوه آن نیز به صورت کپسول خارداري است که يك تا سه دانه در آن قرار دارد. موطن اصلي آن مناطق بالکان و شرق مدیترانه است.



تکثیر آن به روش کاشت
دانه است. برای
نگهداری و استفاده دانه
ها باید کاملاً رسیده
باشند.

میوه شاه بلوط هندی محتوی 28 درصد ساپونین ، آسین و آسکولین ، فراکسین و تانن است. از این مواد در ترکیبات دارو های صنعتی جهت درمان ناراحتی های قلبی یا گردش خونا استفاده می شود. مواد موثره روی مقاومت دیواره وریدها ، افزایش نفوذپذیری کرونر ها و انعقاد خون نیز اثر دارند. از این مواد در درمان واریس و التهاب مجرای تنفسی فوقانی (خلط آورها) نیز استفاده می شود.





در طب عامیانه میوه بلوط را برای درمان اسهال مزمن یا مقاوم و اسهال خونی به کار می‌برند و در قدیم برای درمان مالاریا نیز از آن استفاده می‌کردند. در مورد استعمال خارجی از جوشانده شاه بلوط هندی برای شستشوی زخم‌ها، ورم سرمازدگی، و برخی بیماری‌های پوستی و التهابات جلدي (لیخن) و بواسیر استفاده می‌شود. در دانه‌های این گیاه ترکیباتی از نوع کومارین وجود دارد که در کرم‌های آفتابی و محافظ به عنوان افزودنی به کار می‌رود.



از بلوط استفاده های صنعتی نیز می شود.
به این معنی که از آن برای تهیه پودر
شستشو و مواد کف کننده برای آتش نشانی
نیز استفاده می کنند و ضمناً به عنوان ماده
غذایی با ارزش برای تغذیه حیوانات نیز به
کار می رود.

توسکا

Alnus glutinosa L.

تیره بتولاسه



توسکا درختي است با شاخه هاي
خاکستري پوشيده از لکه هاي کوچک
قهوه اي (زگیل هاي پوست درخت) و
چوبي به رنگ تيره. برگ هاي آن
بيضي شکل و دنداندار بوده نوک
آن ها هلالی است. سطح اين برگ ها
خصوصا در دوران جواني خيلي
چسبناک است.



درخت توسکا دارای گل‌های دوجنسی است ، گل های نر آن به صورت نگیں يك سال قبل از گل دادن گیاه ظاهر می شوند. گل های ماده این درخت مانند نگیں های تخم مرغی شکلند و سپس به حالت چوبی درآمده در تمام سال روی درخت باقی می مانند. میوه آن خشک و بدون پوسته و بال مانند است. این گیاه در تمام اروپا ، آسیا و آفریقا خصوصا در مناطق پر آب می روید.



براي مصارف دارويي برگ هاي جوان و چسبناك و برخي مواقع پوست اين درخت را از روي شاخه هاي جوان (ترجيحا زماني كه درختان را قطع نموده اند) جمع آوري مي كنند. قسمت هاي جمع آوري شده را در سايه و درجه حرارتي كه از 40 درجه سانتي گراد فراتر نرود خشك مي كنند.



آن ها محتوي تانن ها ، آنتراکنين و
در نتيجه قابض و تلخ هستند. از
اين گياه در درمان کاتاره روده
اي ، اسهال مزمن و خونريزي هاي
داخلي استفاده مي شود.



دم کرده این گیاه را نسبت به دو قاشق مربا خوری در هر فنجان در طول روز مصرف می کنند. این جوشانده در صورت سرماخوردگی و تب ، ناراحتی را کاهش می دهد. برای ورم لوزتین و ورم جوف دهان ، غرغره جوشانده این گیاه توصیه می شود. تب سنتی برگ های تازه و ساییده شده این گیاه را برای درمان ترك خوردگی سینه و دمل ها تجویز می کند.





انگور خرس

Arbutus uva-ursi L.

تیره اریکاسه



انگور خرس درختچه كوچك و خزنده
اي است كه شاخه هاي پوشيده از برگ
هاي چرمي بيضي شكل و مقاوم دارد.
گلهاي ريز و كوچك و سفيد يا قرمز به
صورت خوشه باز روي آن قرار دارد.
ميوه هاي آن قرمز و داراي 5 هسته
هستند.

انگور خرس در جنگل هاي
کوهستاني تنک و اراضي رها شده
اي که داراي خاک هاي اسيدي و
مرطوب باشد مي رويد. در بعضي
از کشور ها اين گياه جزء گياهان
حفاظت شده است.



برگ های انگور خرس را با دقت و
صرفه جویی (از چند شاخه برای
اینکه گیاه از بین نرود) در بهار
جمع آوری می کنند. برگ ها باید
در آفتاب یا در خشک کن با
حداکثر 55 درجه سانتی گراد به
سرعت خشک شوند.



برگ های انگور خرس محتوي
گلوکوزيد تا 13 درصد آربوتين
و متيل آربوتين ، تانن 10
درصد ، اسيد هاي آلي و ديگر
مواد هستند.





از برگ انگور خرس به نحو موثری علیه بیماری های ورم مجاری ادرار به عنوان ضد عفونی کننده ، سنگ های ادراری و ناراحتی های مختلف کلیوی در صورتی که ادرار شخص دارای PH بازی باشد استفاده می کنند. در صورت استفاده طولانی این گیاه می تواند قابض نیز باشد.

درمنه

Artemisia absinthium L.

Compositae تیره



درختچه ای است با شاخه های گسترده که پر از برگ های خطی است و در قسمت انتهایی شاخه ها گل های زردی از بغل برگ ها می رویند. میوه آن فندقه است. این گیاه در مناطق سرد به ندرت گل و میوه می دهد.

موطن اصلی آن آسیا بوده و از این قاره به اروپا و آمریکا برده شده است.



همه قسمت های درمنه معطرند و از عطر آن برای معطر
ساختن منازل و علیه بید زدگی استفاده می شود.

برای مصارف دارویی از سرشاخه برگ دار آن استفاده می
شود. هنگامی که هوا خوب و خشک باشد سرشاخه های
گلدان گیاه را با دست می چینند و برای خشک کردن
روی سبدي جدا از دیگر گیاهان دارویی در سایه پهن می
کنند. زمانی که گیاه خشک شد. قسمت های محرکه آن را
در ظروف دربسته و دور از نور نگه داری می کنند.



سرشاخه های گلدار درمنه سرشار از اسانس های روغنی ، عصاره های تلخ ، تانن ها و آکالوئید ها هستند و طب سنتی از آن ها برای درمان سوء هاضمه ، کم اشتهايي ، نفخ ، اسهال و دفع انگل های روده ای استفاده می کنند. این گیاه همچنین مدر و معرق نیز هست.





برای تهیه دم کرده آن دو قاشق چای خوری برای
هر فنجان آب کافی است و می توان 2 تا 3
فنجان در روز مصرف نمود. جوشانده این گیاه
در حمام ، پانسمان ، و برای درمان ورم سرمازدگی
و زخم های مختلف مورد استفاده دارد.

این گیاه را می توان به عنوان خوشبو کننده در
مواد غذایی ، به عنوان چاشنی گوشت و در تهیه
عطر به کار برد.



زرشك

Berberis vulgaris L.

Berberidaceae تيره



زرشك درختچه اي خاردار با برگ هاي بيضوي و دندانه دار است كه به صورت دسته اي در کنار تيغ ها مي رويند. گلهاي زرد رنگ آن به صورت خوشه هاي آويزان رو به پايين هستند. ميوه آن سته ، شلجمي شكل و قرمز رنگ است. غير از ميوه ها بقيه گياه سمّي است.

اين گياه در تمام اروپا تا قفقاز در ميان جنگل ، روي نقاط آفتابگير و در حاشيه مزرعه ها مي رويد.



خواص دارویی زرشك از قدیم شناخته شده است و از آن به عنوان تب بر ، مقوي معده ، كبد و قلب استفاده مي شده است. براي مصارف دارویی پوست و میوه آن را به کار می برند و برای این منظور پوست شاخه ها و ریشه ها را جمع آوری کرده و با نور خورشید یا در خشك كني با حرارت 50 درجه سانتی گراد ، خشك مي کنند.

اندام هاي دارويي زرشك محتوي الكالوئيد هايي است كه مهمترين آن ها بربري مي باشد. الكالوئيد مزبور بسيار سمّي است و هميشه تحت نظر پزشك بايد مصرف شود. از آن در درمان ناراحتي هاي كليوي ، عليه سنگ هاي ادراري ، براي تحريك فعاليت معده و كبد استفاده مي شود.





از پوست زرشك در درمان اشكالات
جريان خون نيز استفاده مي شود و
مقدار كم آن مسهلي ضعيف ،
مسهل صفرا و مدر است و مقدار
زيادش حالت گرخي ، تهوع ،
اسهال و حتي فلج مركز تنفسي را
ايجاد مي كند.

میوه های زرشک را پس از این که
کاملاً رسید در پاییز می چینند. این
میوه را به طور تازه ، کنسرو شده و
خشک شده می توان مصرف کرد. مزه
آن ترش و دارای مقدار زیادی ویتامین
C است و از آن برای تهیه چای و
جوشانده خشک کننده استفاده می
کنند.





شمشاد

Buxus sempervirens L.

Buxuceae تیره



شمشاد درخت یا درختچه ای است که در باغ و پارک ها به عنوان گیاه تزئینی کاشته می شود. شاخه های سبز آن دارای برگ های بیضی شکل با لبه های صاف و چرمی شکل است. در اوایل بهار گل‌های نر آن به رنگ زرد طلایی در بغل برگ ها ظاهر می شوند. سپس گل‌های ماده در اطراف گل‌های نر ظاهر می شوند. میوه آن به صورت کپسول است.

موطن این گیاه اروپای جنوبی بوده که از آن جبهه به تمام دنیا گسترش یافت.



برای مصارف دارویی شمشاد برگ های آن را چیده و به سادگی در سایه خشک می کنند. اغلب باید برگ ها را زیر و رو کرد. برگ های خشک شده سبز رنگ بوده و طعم آن ها تلخ است.



برگ های خشك شده شمشاد محتوي الكالوئيد هايي از جمله بوكسين ، اسانس هاي روغني و تانن هستند.

این گیاه در صورت بالا بودن درجه حرارت بدن یا ورم مجاری صفراوی و ادراری موثر بوده و تب بر است.

مصرف آن به صورت دم کرده و به مقدار نصف قاشق مربا خوری برای هر فنجان آب است. یا بر حسب نظر پزشك نیم گرم از پودر برگ این گیاه را مصرف می کنند.



در قدیم از این گیاه به جای گنه گنه در درمان
مالاریا استفاده می کردند.

در مصارف خارجی از برگ های این گیاه برای
تهیه کمپرس ها یا حمام های ضد درد
رماتیسم ، نقرس و بیماری های پوستی بهره
می بردند.

این گیاه سمی است و باید مقدار مصرف تجویز
شده را رعایت کرد.

علف جارو يا خلنگ

Calluna vulgaris L.

Ericaceae تيره

خلنگ درختچه ای خزنده ، همیشه سبز با ساقه ای ریشه دهنده است. برگ ها نوک تیزند و گلهاي ريز و قرمز گياه در انتهاي ساقه و شاخه ها به صورت خوشه اي ظاهر مي شوند.

این گیاه در مناطق معتدل به وفور یافت می شود.

خلنگ روی زمین های ضعیف ، سنگلاخ ها ، خاک های اسیدی و شنی پوشش های بزرگی ایجاد می کند.

برای مصارف طبّی گل یا سرشاخه های گلدار خلنگ را جمع آوری می کنند. گلها را با دست چیده و سرشاخه ها را نیز در اوایل گل دادن گیاه می چینند. سپس آن ها را در معرض جریان هوا در سایه یا با استفاده از خشک کن با حرارت حد اکثر 60 درجه سانتی گراد خشک می کنند.

گیاه خشک شده را باید در محلی تاریک و خشک نگه داری کرد.

خلنگ حاوي فلاونين ، گلوسيد ها (کرسيترين ، ميريسيترين) ، تانن ها ، اسيد سيليسيك و ديگر عناصر است.

از نظر خواص دارويي داراي اثر ضد تورمي خصوصا تورم مجاري ادرار ، مدر و آرام بخش است.

در صورت ترکيب با ديگر گياهان در درمان ناراحتي هاي مجاري ادرار موثر تر است.

از اين گياه عليه بيماري هاي کليوي و هيپرتروفي پروستات (بزرگ شدن پروستات) نیز استفاده مي گردد.

گل آن به صورت دم کرده اي به مقدار يك قاشق چاي خوري براي دو فنجان آب مصرف مي شود و هر بار بايد نصف فنجان و دو تا سه بار در روز نوشيد.

فندق

Corylus avellana L.

تیره *Corylaceae*



فندق درختي با شاخه هاي نرم قهوه اي رنگ و برگ هاي
متناوب ، زبر و بيضي شكل است.

اين درخت يك پايه بوده گلهاي نر آن به صورت شاتون
و گلهاي ماده آن در داخل جوانه ها قرار دارند كه فقط
كلاله قرمز رنگ آن ها از ميان جوانه ها بيرون مي آيد.

فندق در اوايل بهار قبل از برگ دادن گل مي كند و
ميوه آن خوراكي است.

فندق در بيشه زار ها و جنگل هاي مناطق مختلف مي
رويد و انواع مختلف آن را در باغ ها مي كارند.



برای مصارف دارویی برگ ها ، پوست و دانه فندق
مورد استفاده قرار می گیرد.

وقتی که هوا خشک باشد برگ های آن را جمع آوری
می کنند.

در بهار پوست را از روی شاخه های جوان می کنند.

پوست و برگ ها را روس سبدي پهن کرده در جریان
هوا قرار می دهند تا خشک شود یا در خشک کن که
حرارت آن نباید از 40 درجه تجاوز کند خشک می
کنند.





برگ و پوست فندق حاوی اسانس های روغنی ،
گلوکوزید ها و قند هستند.

پوست فندق دارای تانن ها و اسید های آلی است
که از آن ها برای تهیه جوشانده هایی که در درمان
واریس و ناراحتی های گردش خون به کار می رود.
استفاده می کنند.

در مصارف خارجی برای حمام های مسکن بواسیر
و شست و شوی زخم های عفونی استفاده می
شود.



دانه هاي فندق حاوي روغن تا 60 درصد ، آلبومين ، قند و ويتامين هستند.

دانه هاي فندق بسيار مغذي اند و اثر خوبي روي سيستم اعصاب دارند.

از فندق در پخت بسياري از شيريني ها استفاده مي شود.

از روغن فندق براي تهيه صابون و مواد عطري و روغن هاي صنعتي استفاده مي شود.

در اوایل بهار درخت فندق عسل دهنده خوبی است.



سرخ وليك

Crataegus laevigata

Rosaceae تيره

سرخ وليك درخت يا درختچه اي با شاخه هاي
خاكستري و تيغ دار و برگ هاي متناوب ، چرمي و
دندانه دار است.

گلها سفيد مایل به صورتي و به شکل خوشه اي
است.

میوه سته چند هسته اي ، تخم مرغی شکل و قرمز
رنگ است که بقایای کاسبرگ ها و دو تا سه کلاله
روي آن دیده مي شود.

سرخ وليك در بسياري از قسمت هاي اروپا به وفور
در حاشيه جنگل ها و در دامنه هاي آفتاب گیر مي
رويد.





بیشترین مواد موثره در گلهای سرخ
ولیک قرار دارد. ولی گل های سفید آن
فقط در اوایل گلدهی این خاصیت را
دارند.

برای مصارف دارویی گل ها را همراه با
کمی از دم گل ها می چینند(بعضی
اوقات از برگ ها نیز استفاده می شود).

گل ها را در سایه یا در خشک کن در
حرارت 35 درجه خشک می کنند.

گل های سرخ و لیک حاوی نوعی
گلوکوزید ، کرسیتین ، فلاون و رگه
هایی از نوعی اسانس روغنی است.

برگ ها حاوی گلوکوزید مشتق از
فلاون ویتکسین ، رامنوزید ، استرول
ها و کاتشین هستند.



از این گیاه برای پایین آوردن فشار خون و تسکین آرترواسکلروز استفاده می شود.

از این گیاه به عنوان آرام کننده سیستم اعصاب استفاده می شود که بهتر است تحت نظر پزشک مصرف شود.

میوه این درخت شبیه زالزالک و خوراکی است.





زالزالك

Crataegus monogyna
Rosaceae تيره



زالزالک درخت یا درختچه ای است با شاخه
هایی در حالت جوانی پوشیده از پرز های
نمدی شکل که به مرور صاف می شوند.

رنگ برگ ها سبز مات و لبه آن ها عمیقا
دندانه دار است.

میوه های آن ها سته ، قرمز رنگ و تخم مرغی
شکلند.

این گیاه در تمام اروپا و در دامنه های آفتابگیر
می روید.



گل ها ، برگ ها و میوه های زالزالک را
برای مصارف دارویی جمع آوری می
کنند.

همه قسمت های فوق دارای خواص
مشابه ای با دیگر گیاهان همین تیره
مخصوصا سرخ ولیک هستند.



میوه های زالزالک را وقتی که کاملاً می
رسند با دست بدون دم چیده و روی
سبدي پهن کرده یا در خشک کن با حد
اکثر حرارت 70 درجه خشک می کنند.
سپس در ظرف های سربسته و دور از
رطوبت نگه داری می کنند. در غیر این
صورت به سرعت کپک می زنند.



میوه های زالزالک حاوی اسید های آلی ، تانن ها ، نوعی اسانس روغنی ، ویتامین C ، مجموعه ای از ویتامین های B و پکتین هستند.

میوه ها را به طور خالص ، مخلوط ، جوشانده یا به شکل پماد برای درمان فعالیت های قلبی ، آرترواسکلروز ، ناراحتی قلبی به علت اشکالات عصبی ، میگرن ، بی خوابی و تنظیم فشار خون به کار می برند.



این مواد منحصرآ باید تحت نظر
پزشك مصرف شوند.

این گیاه اغلب به عنوان
درختچه تزئینی کاشته می شود.
البته نوع زینتی آن فاقد
خاصیت دارویی است.



به

Cydonia oblonga MALL.

Rosaceae تیره



به درخت یا درختچه ای با شاخه های
پرزدار و برگ های بیضی شکل و متناوب
است.

این پرزها در پشت برگ ها نیز وجود دارد.

گل های صورتی رنگ و زیبای آن به طور
جداگانه و با پایه کوتاه روی شاخه های قرار
دارند و عطر خوشایندی نیز دارند.



میوه آن گوشتی ، معطر و پوشیده
از كرك است.

موطن اصلي این گیاه قفقاز بوده
که از آنجا به تدریج از طریق
کشور های حوزه مدیترانه به
اروپای مرکزی آمده و گسترده شده
است.



میوه به و دانه های درون آن را برای
مصارف دارویی جمع آوری می کنند.

به را وقتی که کاملاً رسیده و بعد از
مدتی آن را به حال خود می گذارند و
سپس به قطعات کوچکتر بریده و در
حد اکثر در 50 درجه حرارت خشک می
کنند.



به داراي قند ، پكتين ، ویتامين C ، اسانس
روغني ، تانن و اسید هاي عالي است.

از دم کرده آن در صورت وجود ناراحتي هاي
معهده ، گلودرد ، اسهال و خونريزي استفاده
مي شود.

دانه هاي خشك شده آن حاوي 22 درصد
مواد لعابي ، روغن ، نوعي گلوکوزيد ، آميدالين
و تانن است.



از دانه هاي به به صورت دم کرده يا جوشانده به مقدار 1 تا 3 دانه در يك فنجان آب عليه سرفه استفاده مي شود.

دانه هاي خشك شده به را در تهیه پانسمان هاي خنك کننده و لزج براي براي زخم ها ، ورم هاي مفصلي و شقاق سينه يا دست به كار مي برند. از به تازه در تهیه مربا ، كمپوت ، ژله و شربت استفاده مي شود.



گل طاووسي

Cytisus scoparius L.

تيره بقولات



درختچه ای با شاخه های سبز ، زاویه دار و برگ های متناوب و 3 برگچه ای است. برگ ها در قسمت های فوقانی شاخه ها روی محور گل های جدا از هم می رویند و میوه آن دارای نیام و تقریباً قرمز رنگ است. تمام گیاه سمی است. این گیاه در دامنه های آفتابگیر و حواشی جنگل ها به وفور می روید. پس در پی بردن به خواص دارویی آن ، مصرف این گیاه به طور گسترده ای آغاز شد.



تمام قسمت هاي اين گياه از قبيل گل ،
سرشاخه ، دانه و ريشه خاصيت دارويي
دارد. ولي بيشتر سرشاخه هاي آن را جمع
آوري مي کنند. قسمت نرم شاخه ها را با
دست مي چينند و در سايه خشك مي
کنند. سپس آن ها را به قطعات كوچك
تقسيم مي کنند.



مهمترین ماده مؤثره موجود در این گیاه
آلکالوئید اسپارتئین است و غیر از آن
گلوکوزید ، تانن ، اسانس روغنی و عصاره
های تلخ است. به علت قوی بودن مواد
سمی موجود در آن به ندرت طب سنتی از
آن استفاده می کند و بیشتر برای جدا
نمودن مواد مؤثره مختلفی که در آن وجود
دارد به کار می رود.



در صورت وجود ناراحتی های گردش خون دارویی تجویز می شود که از اسپارتئین تهیه گردیده است. این دارو ها عروق کرونر را گشاد می کنند و فشار خون را بالا می برند. مواد دیگری که از این گیاه به دست می آید فعالیت عضلات صاف و رحم را تحریک می کند و از آن در درمان مامائی استفاده می شود. این گیاه مدر قوی نیز هست. مقدار مصرف و فاصله زمانی مصرف این دارو را باید پزشک تعیین کند. گل های زرد این گیاه به عنوان ماده اولیه تهیه رنگ به کار می رود. شاخه های خشک آن را برای تهیه دارو به کار می برند (که نام عمومی آن در لاتین از این ویژگی اش گرفته شده است).



اسپیره

Filipendula ulmaria L.

تیره گل سرخ



اسپیره گیاهی است پایا با ساقه ای افراشته و گل
آذین دیهیم به گل های سفید یا کرم رنگ. برگ ها
متناوب تك شانه ای با دندانه های بزرگ هستند.
میوه های آن هر کدام تنها يك دانه دارند. این
گیاه به صورت خودرو در کنار آب ها و نزدیک
چشمه ها و اماکن مرطوب به وفور یافت می شود.
این گیاه از قدیم به عنوان گیاهی دارویی به کار
می رفت.



از گل های این گیاه بیشتر استفاده می شود که آن ها را در یک لایه نازک و منظم در سایه یا در خشک کنی با حداکثر حرارت 35 درجه سانتی گراد خشک می کنند. همچنین می توان برگ های جوان و ریزوم های آن را جمع آوری کرد.



تمام این قسمت ها محتوي گلوکوزيد ، گاولترین و آسپرین ، به مقدار کمی هلیوتریپین ، نوعی ماده رنگی زرد ، وانیلین و اسید سالیسیلیک آزاد که از تجزیه گاولترین به دست می آید هستند. گل های خشک شده را برای تهیه جوشانده های ضد گریپ و به عنوان معرق برای پایین آوردن تب و تسکین دردهای روماتیسمی مورد استفاده قرار می دهند. برگ ها و گل های آن مدر است و برای درد های مثانه و کلیه مورد استفاده قرار می گیرد. مصرف آن یا به صورت دم کرده (یک قاشق مرباخوری برای یک فنجان آب ، دو تا سه فنجان در روز) یا به صورت خیسانده (یک قاشق مرباخوری در هر فنجان آب که 10 ساعت خیس خورده باشد) است. جوشانده و خیسانده و خود گیاه دارای عطر خاصی شبیه عطر متیل استر اسید سالیسیلیک است.