



نشر سلول

گياهان دارویی، بدن سالم و اقتصاد شکوفا

مؤلف:

محمدحسين وهاب (رامين وهاب)



فهرست مطالب

۸.....	مقدمه.....
۷.....	گیاه شناسی قدومه.....
۹.....	خواص دارویی قدومه.....
۱۲.....	اهمیت اقتصادی قدومه.....
۱۶.....	گیاه شناسی آویشن.....
۱۸.....	خواص دارویی آویشن.....
۲۳.....	اهمیت اقتصادی آویشن.....
۲۶.....	گیاه شناسی کاکوتی.....
۲۸.....	خواص دارویی کاکوتی.....
۳۰.....	اهمیت اقتصادی کاکوتی.....
۳۳.....	گیاه شناسی بالنگو.....
۳۵.....	خواص دارویی بالنگو.....
۳۸.....	اهمیت اقتصادی بالنگو.....
۴۲.....	گیاه شناسی اسطوخودوس.....
۴۴.....	خواص دارویی اسطوخودوس.....
۴۹.....	اهمیت اقتصادی اسطوخودوس.....
۵۳.....	گیاه شناسی زعفران.....
۵۵.....	خواص دارویی زعفران.....
۵۹.....	اهمیت اقتصادی زعفران.....

مقدمه

گیاهان دارویی از دیرباز یکی از موثر ترین منابع قابل استفاده برای درمان بیماری ها بوده اند. با اینکه در قرن اخیر مصرف گیاهان دارویی به علت پیشرفت علم پزشکی و تولید داروهای شیمیایی متنوع محدود گردید، اما مجددا در تمام دنیا توجه ویژه‌ای به این گیاهان برای درمان بیماری ها به وجود آمد، به طوری که با اعلام سازمان بهداشت جهانی (WHO) امروزه ۸۰ درصد مردم دنیا از داروهای گیاهی استفاده می کنند. به عنوان مثال در کشور کانادا طی چند سال گذشته تولید داروهایی با منبع گیاهی در شرکت های دارویی به علت استقبال مشتریان چندین برابر گردیده است اما با اینکه زیست بوم ایران خاستگاه ۸۰۰۰ گونه گیاه دارویی بومی بوده و سابقه درخشانی در طب سنتی با حضور دانشمندانی چون ابن سینا داشته، متأسفانه آن طور که باید به این زمینه در کشورمان توجه نشده است. آمار نشان می دهد که در کشورهای توسعه یافته مانند آمریکا، آلمان، چین و... گیاهان دارویی بیش از ۴۰ درصد از کل بازار دارویی را تشکیل می دهند که متأسفانه در کشور ما این رقم کمتر از ۵ می باشد. صنعت گیاهان دارویی بسیار درآمد زا بوده و پتانسیل اشتغال زایی بالایی دارد، به طوری که در کشور چین بیش از ۶۰ میلیون نفر به طور مستقیم و غیر مستقیم از صنعت گیاهان دارویی کسب درآمد می کنند. متوسط فروش و درآمدزایی گیاهان دارویی در کشورهای توسعه یافته بیش از ۶۰ میلیارد دلار در سال می باشد، برای مثال در سالیان اخیر درآمد سالیانه آلمان از گیاهان دارویی ۱/۵ برابر درآمد نفتی کشور ایران بوده است. همانگونه که گفته شد گیاهان دارویی علاوه بر خواص درمانی فراوان و عوارض جانبی کمتر نسبت به داروهای شیمیایی، صنعتی درآمد زا و ارزآور است که در صورت توجه ویژه به آن می توان بسیاری از مشکلات اقتصادی را حل نمود. و برای صدها هزار نفر شغل ایجاد کرد، اما اقلیم کشورمان به گونه ای است که در زمینه کشت و زراعت گیاهان دارویی با محدودیت‌هایی رو به رو خواهیم شد که

اصلی‌ترین و مهم‌ترین آن کمبود منابع آبی می‌باشد پس باید به سمت کشت گیاهانی با نیازآبی کم برویم.

در این کتاب ۶ گیاه دارویی با نیاز آبی کم معرفی شده اند که قابلیت کشت در اکثر مناطق ایران را دارند. این ۶ گیاه علاوه بر خواص دارویی بی شمار، نیاز آبی کم، قیمت نسبتا بالا، مشتری همواره آماده در بازار های داخلی و بین المللی در برابر انواع آفات نیز مقاومت بالایی داشته و به طبع زحمت و هزینه کمتری نسبت به دیگر کشت‌ها برای کشاورز دارد. امید است پس از مطالعه این کتاب افراد زیادی بتوانند از خواص دارویی این گیاه بهره کافی را برده و افراد علاقه مند بتوانند با ورود به صنعت گیاهان دارویی علاوه بر کارآفرینی درآمد قابل قبولی نیز کسب کنند.



قدومه

گیاه شناسی قدومه

نام گیاه: قدومه

نام علمی: Alyssum

نام‌های دیگر

در کتب سنتی از قدومه با نام تودری یاد شده و در اصفهان به علت رنگ سرخ دانه به آن تودری گلگون می گویند. همچنین به علت خواص شگفت انگیز آن در جهت باز کردن صدا و رفع خشونت حنجره این گیاه از گذشته های دور مورد توجه آواز خوان ها بوده است به این علت به گیاه آواز خوانها نیز شهرت دارد. در زبان تاجیکی به قدومه چشم بلبلی می گویند و اعراب نیز آن را بذر الخمخم، بذر الهوه و قصیصه می نامند. در زبان محلی خور و بیابانک به قدومه به علت رنگ سرخ دانه تخمه سرخو می گویند که این شهرستان از بزرگ ترین

تولید کننده‌های قدومه در کشور است و افراد زیادی در فصل بهار از جمع آوری قدومه کسب درآمد می‌کنند.

آرایه شناسی گیاهی

قدومه گیاهی گلدار و دو لپه ای از راسته کلم سانان (Brassicales) و از تیره شب بوها (Brassicaceae) است. کلم سانان راسته ای از دو لپه ای هاست که از آنها روغن خردل و ترکیبات گلوکوزینولاتی می‌توان گرفت که مزه تند و تیز قدومه به خاطر وجود همین ترکیبات است.

مشخصات ظاهری

قدومه گیاهی است علفی و یکساله به ارتفاع ۲۰ الی ۳۰ سانتی متر شاخه‌های آن از قسمت پایینی گیاه منشعب و این انشعابات به صورت افراشته و بسیار شکننده می‌باشند.

برگ

برگ گیاه قدومه کشیده، قاشقی و دارای بریدگی‌های عمیق و نامنظم است که باعث شده به صورت دنداندار دیده شود. برگ این گیاه از کرک‌ها و پرزهای ریز پوشیده شده است که این ویژگی سبب می‌شود برگ از گزند نور خورشید و وزش باد در امان بماند، این امر موجب می‌شود آب زیادی از برگ خارج نشود زیرا این گیاه بومی مناطق گرم و خشک است و ذخیره آب برای آن اهمیت بالایی دارد و به خاطر وجود این سازگاری گیاه نیاز آبی کمی دارد.

دانه

دانه قدومه از عدس کوچکتر و اندازه آن بین ۱/۵ تا ۲/۵ میلی متر است. این دانه در حالت رسیده اغلب به رنگ سرخ مایل به صورتی همراه با باله ای سفید رنگ دیده می‌شود. به این دانه که میوه گیاه قدومه است خورجینک می‌گویند که تخم مرغی، پهن و نوکدار است و بخش دارویی گیاه را تشکیل می‌دهد. دانه قدومه پس از تماس با آب، آب را با سرعت زیادی جذب می‌کند و

این گیاه در کشورمان نیز انتشار وسیعی دارد از مناطق شمالی تا مناطق کویری و کوهستانی که در ایران تا کنون ۴ گونه کاکوتی شناسایی شده است:

کاکوتی ایرانی (*Zizi phora Persica*)

کاکوتی نازک (*Zizi phora tenuior*)

کاکوتی کوهی (*Ziziphora clinopodioides*)

کاکوتی سرسان (*Ziziphora capitata*)

خواص دارویی کاکوتی

پیش گفتار

کاکوتی گیاهی است با طبع گرم و خشک که ماده اصلی آن پولگون نام دارد این ماده دارای خواص ضدالتهاب، ضد درد و آنتی باکتریال می باشد بنابراین جهت درمان بیماری های گوارشی، تنفسی و درمان تومورهای سرطانی بسیار سودمند است. همچنین به علت طبع گرم برای افراد سرد مزاج دارویی اعجاز آور است که در ادامه بیشتر به خواص دارویی این گیاه می پردازیم:

خواص درمانی

تقویت قوای جنسی و تنظیم قاعدگی

کاکوتی به علت طبع گرم دارویی معجزه آسا در درمان ناتوانی جنسی و سرد مزاجیست همچنین در درمان قاعدگی نامنظم نقش بسزایی دارد و گیاهی قاعده آور محسوب می شود. جهت قاعده آوری می توان سه بار در روز از دمنوش کاکوتی استفاده کرد.

طرز تهیه دمنوش کاکوتی: ۴ گرم کاکوتی خشک شده را با ۲۰۰ سی سی آبجوش مخلوط کرده و ۲۰ دقیقه آن را دم کرده سپس دمنوش آماده میل کردن است.

از بین می برد. افرادی که پوست های درخشان و شاداب دارند به حتم در جیره غذایی شان زعفران یافت می شود.

زعفران که خود شبیه مو است تحقیقات روی آن اثبات کرده که مصرف مداوم و به اندازه چای یا شیر زعفران به افزایش رشد و استحکام مو کمک می کند.

بهبود عملکرد بینایی

زعفران به دلیل وجود مواد معدنی و ویتامین A به بهبود بیماری های چشمی مانند پیر چشمی کمک شایانی می کند و موجب احیای سلول های آسیب دیده چشم می گردد. زعفران می تواند بیماری های چشمی در سنین بالا را درمان کند مانند اختلالات که زرد شبکیه یا پیرچشمی همچنین می تواند روند پیشرفت بیماری ها ژنتیکی چشم را کند کند. تحقیقات ثابت کرده که بیماران دژنراسیون ماکولا قادر هستند که با مصرف زعفران بینایی خود را بدست آورند و از نعمت دیدن بهره مند شوند.

درمان اختلالات تنفسی

مصرف زعفران به علت خواص ضد اسپاسم سرفه مزمن را درمان می کند و به بهبود عملکرد ریه و درمان برونشیت کمک می کند. در هنگام گلو درد و درد سینه دم کرده زعفران می تواند درد را تسکین دهد و خواص خلط آوری دارد. افراد مبتلا به آسم بهتر است زعفران را در برنامه غذایی خود جای دهند زیرا خواص دارویی آن به درمان آسم ثابت شده است.

سلامت قلب

زعفران حاوی دو ماده مهم به نام پتاسیم و کروستین است این دو ماده از گرفتگی رگ ها و سکتة جلوگیری می کنند. همچنین کروستین کمک می کند کلسترول خون تنظیم شود و بر سلامت قلب تاثیر زیادی دارد. همچنین فشار خون را درمان و خون را تصفیه می کند و بسیار خون ساز است و کم خونی را درمان می کند.