



معرفی کتاب

دکتر فریدون سیامکنزاد

نام کتاب:

گیاهان دارویی

نویسنده:

پرفسور هانس فلوک

ترجمه:

دکتر محمد رضا توکلی صابری، دکتر محمد رضا صدقات

ناشر:

روزبهان

نوبت چاپ:

هفتم ۱۳۹۰

شمارگان:

۲۰۰۰ نسخه

قیمت:

۷۰۰۰ تومان

آدرس ناشر:

تهران، خیابان انقلاب، روبروی دانشگاه تهران، شماره ۱۲۰۶، تلفن: ۶۶۴۰۸۶۶۷

ترکیبات و اثر، مصرف. در ابتدای کتاب مؤلف اطلاعاتی درباره روش خشک کردن و نگهداری گیاهان دارویی و روش مصرف آن‌ها ارائه می‌دهد. در انتهای کتاب نیز فصلی درباره بیماری‌های شایع و گیاهانی که برای درمان آن‌ها به کار می‌رود، آمده است.

این کتاب از متن انگلیسی به فارسی برگردانده شده است. مترجمین نیز سی گیاه دارویی پرمصرف ایران را هماهنگ با روش پروفیسور فلوک به انتهای کتاب افزوده اند (صفحه ۲۰۲-۱۷۳). زیستگاه گیاهان در ایران نیز توسط مترجمین به متن اصلی افزوده شده است. هم چنین یک فهرست الفبایی از نام گیاهان به فارسی، یک واژه‌نامه گیاه‌شناسی انگلیسی به فارسی و فارسی به انگلیسی همراه با شرح واژه‌های گیاه‌شناسی فراهم آورده‌اند. امید که قبول افتد.

نویسنده کتاب آقای هانس فلوک که متخصص این رشته هستند و مجموعه خوبی را گردآوری کرده‌اند، در مقدمه‌ای نه چندان طولانی، به کلیاتی درباره گیاهان دارویی پرداخته و چنین نگاهشده‌اند: مصرف روز افزون گیاهان دارویی در زمان حاضر سبب انتشار کتب بسیاری درباره گیاهان شده است. بسیاری از این کتاب‌ها فاقد یک دید انتقادی، به‌ویژه در مورد تأثیر و موارد مصرف این گیاهان است. این کتاب‌ها بدون هیچ‌گونه بررسی جدی تمام موارد مصرفی را که به برخی از این گیاهان نسبت داده شده، هم در طب خانگی و هم طب علمی تکرار می‌کنند.

نویسنده از مشکلات تألیف یک کتاب جدی، در مورد گیاهان دارویی بی‌اطلاع نیست، کتابی که

همکار عزیزمان آقای دکتر محمدرضا توکلی صابری داروسازی هستند که بیشتر به روزنامه‌نگار علمی و مترجم کتاب‌های علمی شهره هستند. ایشان به قدر کفایت به نشریه خودشان رازی لطف دارند. کتاب گیاهان دارویی به چاپ هفتم رسیده که در بازار کتاب در این روزها، نشان از رویکرد مثبت خوانندگان و عنایت ویژه مخاطبان به ترجمه خوب مترجمین خصوصاً آقای دکتر محمدرضا توکلی صابری دارد. مترجمین در مقدمه نوشته‌اند: توجه به گیاهان دارویی که بخش عمده‌ای از طب سنتی ایران را تشکیل می‌دهد و ارایه اطلاعات درست و علمی درباره پرورش، نگهداری و استفاده از آن‌ها بر پایه یافته‌های جدید، روز به روز اهمیت ویژه‌ای می‌یابد.

کتاب «گیاهان دارویی» تألیف پروفیسور فلوک که توسط پروفیسور روسون از آلمانی به انگلیسی ترجمه شده است، کتابی است که بر پایه یافته‌های علمی جدید، اطلاعات مفیدی را درباره گیاهان دارویی ارائه می‌دهد.

پرفیسور فلوک استاد فارماکولوژی در انستیتوی تکنولوژی سوئیس، عضو کمیته فارماکوپه سوئیس فارماکوپه اروپا و فارماکوپه بین‌المللی است. هم‌چنین عضو کمیسیون کودکس غذایی سوئیس است و مسؤولیت بخش ادویه آن را به‌عهده دارد. کتاب «گیاهان دارویی» راهنمای صد و پنجاه گیاه دارویی اروپا است. هر گیاه همراه با تصویر به‌طور کامل شرح داده شده است. اطلاعات داده شده درباره هر گیاه بر حسب عناوین زیر تنظیم شده است:

شرح، قسمت مورد استفاده، زیستگاه و گردآوری

باید همه‌خوان اما علمی باشد و این را نیز می‌داند که در آغاز این کار است. نویسنده امیدوار است که این کتاب مورد استفاده همگان، و تا حدودی پزشکان و داروسازان، قرار گیرد. این کتاب بر پایه بررسی‌های علمی تألیف شده است و شامل شرح ساده‌ای از مهم‌ترین گیاهان دارویی است. بدین ترتیب، ابتدا تصاویر رنگی و توصیف گیاه آمده است که شناسایی آن را برای کسانی که دانش وسیعی از گیاه‌شناسی ندارند ممکن می‌سازد. این تصاویر با نظارت نویسنده کشیده و رنگ‌آمیزی شده‌اند. برای این کار از گیاهان وحشی و نیز از تصاویر منتشر شده قبلی که به‌دقت انتخاب شده‌اند، استفاده شده است و در جایی که لازم بوده است در آن‌ها دست‌کاری و اصلاح شده است. توصیف گیاه تا حد امکان ساده است، اصطلاحات گیاه‌شناسی فقط هنگامی که فهمشان آسان بود به کار رفته است. در دومین پاراگراف، بخش‌های مورد استفاده گیاه در پزشکی توضیح داده شده است.

از آن جایی که خود مردم باید گیاهان دارویی را گردآوری کنند، بنابراین، مکان‌هایی که غالباً گیاهان در آن‌جا یافت می‌شوند، به‌دقت نام برده شده‌اند. درباره گیاهانی که به‌ندرت به حالت وحشی دیده می‌شوند اما به‌سهولت می‌توان آن‌ها را پرورش داد، روش‌های علمی مختصر جهت کشت (معمولاً در باغچه و برای مصرف شخصی) داده شده است. برای تولید تجارتي کارهای ویژه‌ای باید روی آن‌ها انجام شود.

سپس ماده مؤثر دارویی که در گیاه وجود دارد همراه با تأثیر دارویی آن‌ها نام برده شده است. روی مواد مؤثر بسیاری از گیاهان هنوز به قدر

کافی مطالعه نشده و نویسنده توانسته است فقط تحقیقاتی را که تا به حال انجام شده، گزارش کند. نویسنده به عمد فقط آن خواص دارویی را که توسط آزمایش‌های جدی یا در نتیجه تجارب طولانی به اثبات رسیده است یا آن اثرهایی را که می‌توان از مواد مؤثر شناخته شده انتظار داشت، ارایه داده است. در آخرین پاراگراف هر تک نگار، روش استفاده از گیاه دارویی و فرآورده‌های ساخته شده از آن شرح داده شده است. در این‌جا هم نویسنده فقط موارد مصرف کاملاً آزمایش شده یا مواردی را که با شیمی گیاه مورد بحث قابل توجیه است ذکر کرده است. بدینسان امیدوار است که استفاده از گیاهان دارویی را تشویق کند، زیرا اگر گفته می‌شود برخی از این گیاهان خواصی را که به آن‌ها نسبت می‌دهند، دارا نیستند به این علت است که خواص بسیار زیادی را به آن‌ها نسبت داده‌اند. فرآورده‌هایی که از هر یک از این گیاهان تهیه می‌شوند فقط محدود به آن‌هایی است که مردم عادی می‌توانند به‌آسانی تهیه کنند. بنابراین، به عمد روش‌های ساخت عصاره یا تنطور حذف شده است. فقط داروساز و شیمیدان با آموزش علمیشان می‌توانند فرآورده‌های غالباً پیچیده‌ای را از گیاهان تهیه کنند که بیشترین کارایی را خواهد داشت. از دیگر سو، فرد عادی به‌خوبی می‌تواند برخی دم‌کرده‌ها و فرآورده‌های ساده دیگر را تهیه کند.

در فهرست بیماری‌هایی که با گیاهان درمان می‌شوند، نویسنده تمام بیماری‌های خطیر را حذف کرده است. این بیماری‌ها را فقط پزشک باید درمان کند.

از میان ۴۵۰ گیاه فلورسوییس که برای درمان

دارند. برگ‌های آن عمودی و محکم با حاشیه‌های زبر به طول ۱۵ سانتی‌متر و عرض یک سانتی‌متر است. ساقه بدون شاخه آن دارای یک چتر انتهایی از گل‌های سفید مایل به سبز است.

□ قسمت مورد استفاده

پیاز تازه و به ندرت خشک شده.

□ زیستگاه و کشت

منشاء سیر از شرق است و به میزان وسیعی کشت داده می‌شود. در ماه فروردین هریک از پیازهای کوچک سیر را در خاک کاملاً خشک به فاصله ۱۵ تا ۲۰ سانتی‌متر می‌کارند و بین ماه‌های تیر و مرداد که برگ‌ها پژمرده می‌شود جمع‌آوری می‌گردد.

□ ایران

در نواحی مختلف مخصوصاً شمال ایران پرورش این گیاه زیاد است.

□ ترکیبات و اثر

سیر خرد شده حاوی اسانس گوگرداری با بوی تند است و برای دستگاه گوارشی خاصیت آنتی‌بیوتیکی (ضدمیکروبی) دارد. اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده شده و از راه ریه و پوست دفع می‌شود. یک محرک پوستی است و به‌عنوان خلط‌آور در التهاب مخاط برونش‌ها مصرف می‌شود. سیر یک داروی ضد کرم ضعیف است و برای درمان بیماری تصلب شرایین به کار می‌رود ولی اثر پایین‌آورندگی فشار خون آن احتمالاً جزئی است.

□ مصرف

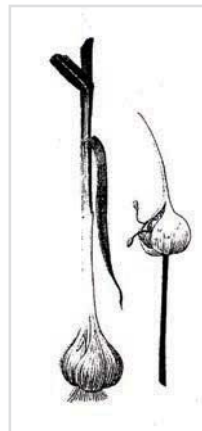
به‌خاطر بوی نامطبوع آن بهتر است به‌صورت کاملاً خرد شده در شیر برای درمان افزایش فشارخون، تصلب شرایین، ناراحتی‌های گوارشی (اسهال، اتساع روده) و التهاب مخاط برونش‌ها

مورد استفاده قرار می‌گیرند، ۱۷۵ گیاه، که ۱۴۴ تایی آن‌ها با تصاویر رنگی نمایش داده شده‌اند، انتخاب شده است. این‌ها گیاهان دارویی عمده فلورسوویس هستند. اثربخشی آن‌ها با تجارب طولانی تأیید شده است و گیاهان مورد توجه سوویسی‌ها هستند. نویسنده افزودن شرح برخی از گیاهان بسیار قوی نظیر بلادون، گل انگشتانه، بنگ دانه و غیره را نیز جالب یافته است، اگرچه باید فقط توسط پزشک تجویز شوند.

برای آگاهی و آشنایی بیشتر خوانندگان با محتوای کتاب گیاهان دارویی، دو قسمت یعنی مطالب مربوط به «سیر» و گیاه «والک» را انتخاب کرده ایم که با هم مرور می‌کنیم:

■ سیر Garlic

(*Allium Sativum L.*, Liliaceae)



□ شرح

سیر گیاهی است پایا با یک پیاز مرکب حاوی چند بولب کوچک که در یک غشای مشترک قرار

خورده شود.

جمع‌آوری کرده و هرچه سریع‌تر در حالت کمتر از ۴۰ درجه سانتی‌گراد خشکانند.

□ ایران

والک در منطقه وسیعی از ایران خصوصاً در نواحی کوهستانی البرز، دربند، لشکرک شهرستانک، فشم، آذربایجان، ارومیه، بعضی نواحی گیلان و اراک می‌روید.

□ ترکیبات و اثر

اسانس فرار گیاه تازه والک حاوی ترکیبات گوگردی است. مصرف آن شبیه سیر است به‌خصوص به‌عنوان یک ضدعفونی‌کننده روده‌ای ترشح صفرا را تحریک می‌کند. با انبساط ملایم عروق خونی سبب کاهش فشارخون می‌شود (این اثر ضعیف است). اگر بر روی پوست مالیده شود سبب قرمز شدن پوست می‌شود.

□ مصرف

از طریق خوراکی بهترین مصرف آن به‌صورت سالاد است. دم کرده آن کمتر مؤثر بوده و به‌ندرت از آن استفاده می‌شود. اساساً به‌عنوان یک شستشودهنده برای ناراحتی‌های فصل بهار مصرف می‌شود. از این گیاه برای درمان بیماری افزایش فشارخون (تصلب شرایین)، اسهال و اتساع روده استفاده می‌شود، از طریق خارجی برگ‌های له شده آن را می‌توان برای از بین بردن آبسه و کورک به کار برد.

در خاتمه، ضمن تشکر از آقای دکتر محمدرضا توکلی صابری برای ارسال این کتاب به دفتر مجله رازی و آرزوی موفقیت و سلامتی برای ایشان مطالعه کتاب را به همکاران و مخاطبان رازی توصیه می‌کنیم.

■ والک Ramsons

سیر خرس، سیر جنگلی

(*Allium ursinum* L., Liliaceae), Broad-leaved Garlic, Wild Garlic



□ زیستگاه و گردآوری

به‌صورت کلنی در محل‌های مرطوب و سایه‌ای جنگل‌ها و بیشه‌ها می‌روید ولی در محل‌های خشک نمی‌روید. در سرتاسر اروپای مرکزی و جنوبی و در بعضی نقاط بریتانیا به‌وفور یافت می‌شود. گیاه تازه را می‌توان در تابستان و پاییز جمع‌آوری کرد. برای خشک کردن گیاه، باید آن را هنگامی که گل دارد