

عرقیات یا آب‌های مقطر دارویی

دکتر فراز مجاب

گروه فارماکونوزی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

(حتی به انواع عرقیات بی‌بو، مانند عرق کاسنی، شاتره و برگ چنار) زیاد است و شاید بخشی از آن اثرها، تلقینی (روانی) باشد.

مواد مؤثر این آب‌ها، اغلب اسانس‌ها می‌باشند ولی گاهی اسیدهای فرار مانند اسید استیک، اسید والریانیک، اسید سیانیدریک و یا ترکیبات آمونیاکی نیز ممکن است در آن‌ها موجود باشد.

بعضی از آب‌های مقطر دارویی، اثر درمانی خفیف دارند ولی عموماً برای معطر کردن سایر فرآورده‌های دارویی به کار می‌روند.

در ایران، این آب‌ها، غالباً جهت خواص درمانی مورد استفاده قرار می‌گیرند و طعم و بوی آن‌ها، مشابه گیاهان یا مواد فراری است که از آن‌ها آب مقطر تهیه می‌شود.

عرقیات گیاهی، عرقجات یا آب‌های مقطر دارویی (Aromatic waters, distilled waters)، موادی هستند که از تقطیر آب در حضور گیاهان معطر یا گیاهان بدون عطر و بو، تهیه می‌شوند. این فرآورده‌ها هیدرولاهایی هستند که علاوه بر آب دارای مواد مؤثر فرار بوده و تهیه آن‌ها به وسیله تقطیر ساده و با روش مخصوصی صورت می‌گیرد. به عبارت دیگر، آب‌های مقطر دارویی، محلول‌های روشن و شفاف هستند که معمولاً اشباع از اسانس و یا سایر مواد فرار محلول در آب می‌باشند. ترکیبات شیمیایی و دارویی مؤثره موجود در عرقیات بسیار اندک و ناچیز است، بنابراین، از آنان نمی‌توان چندان انتظار اثر قوی دارویی داشت، با این حال عقیده مصرف‌کنندگان ایرانی به اثر آن‌ها

■ تقسیم‌بندی آب‌های مقطر دارویی

آب‌های مقطر دارویی را از چند جنبه می‌توان طبقه‌بندی نمود:

□ ۱ - تقسیم‌بندی آب‌های مقطر از لحاظ طرز تهیه

آب‌های مقطر دارویی را برحسب روش تهیه آن‌ها به دو دسته کلی تقسیم می‌نمایند:

الف - آب‌های مقطر طبیعی: بافت‌های مخصوص گیاه را در دستگاه تقطیر با آب خالص و کافی مجاور کرده و حرارت می‌دهند. بخارات حاصل در لوله سردکننده به صورت قطرات آب در می‌آید که حاوی اسانس یا مواد فرار گیاه می‌باشد و سپس در ظروف تمیز جمع‌آوری می‌شود. آب مقطر حاصل را تکان داده و به مدت حداقل ۱۲ ساعت کنار می‌گذارند. سپس اسانس‌های اضافی را که در آب حل شده‌اند به کمک پیپت پاستور و یا کاغذ صافی خیس جمع‌آوری می‌نمایند.

در کارگاه‌های تهیه عرقیات که به‌طور سنتی مشغول به کار هستند، وزن معینی از گیاه را در دیگ‌های مسی ریخته و به آن مقدار لازم آب افزوده، در دیگ‌ها را بسته و به آن حرارت می‌دهند. حرارت دیگ‌ها به وسیله چوب یا گاز تأمین می‌شود. بخارات حاصل وارد لوله‌هایی می‌شود که اغلب داخل آب روان (جوی آب) قرار گرفته و سرد می‌شود. سپس در ظروف پلاستیکی بزرگ جمع‌آوری می‌گردند (همان گلاب‌گیری یا تهیه عرقیات که در کاشان و جاهای دیگر مرسوم است). مدت زمان لازم جهت عرق‌گیری، از هنگام حرارت دادن به دیگ‌ها تا زمان اتمام عرق‌گیری، به‌طور متوسط حدود هشت ساعت می‌باشد. گاهی

زمان پایان کار، به‌دست آمدن عرقیات به اندازه نصف میزان آبی است که در دیگ تقطیر ریخته‌اند.

ب - آب‌های مقطر مصنوعی: به چند علت تهیه مصنوعی آب‌های مقطر دارویی مورد استفاده است:

۱ - عدم امکان دسترسی آب‌های مقطر دارویی در همه مواقع و همه جا، زیرا اولاً آب مقطر را فقط در فصول معینی می‌توان تهیه کرد، ثانیاً عرقیات به دلیل حجم نسبتاً زیادی که دارند نقل و انتقالشان به همه جا مشکل است.

۲ - نگهداری این فرآورده‌ها آسان نیست و اغلب پس از مدت کوتاهی به وسیله میکروب‌ها فاسد می‌شوند. این علل سبب شد که داروسازان به تهیه مصنوعی این آب‌ها اقدام کرده و با مخلوط نمودن اسانس با آب مقطر، آن‌ها را تهیه کردند. بدیهی است که این آب‌ها پست‌تر از آب‌های مقطری است که به طریق تقطیر تهیه می‌شوند. در برخی کشورها که تعدادی از هیدرولها مصرف می‌شوند، بیشتر این آب‌ها را از طریق حل کردن اسانس در آب مقطر به دست می‌آورند ولی بعضی از کشورها، از روش تقطیر نیز استفاده می‌کنند.

در ایران آب مقطرهای دارویی را به وسیله تقطیر مقدار کافی از گیاه با مقدار لازم از آب به دست می‌آورند، طبیعتاً کیفیت آب‌های مقطر دارویی ایران در سطح بالایی است. جهت تهیه آب‌های مقطر مصنوعی از چند روش استفاده می‌نمایند:

I - روش مستقیم: در این روش اسانس را به‌طور مستقیم در آب تکان داده و سپس صاف می‌نمایند.

II - حل کردن در اتانول: اسانس را در اتانول حل کرده، کاملاً با آب مخلوط و سپس صاف می‌کنند.

III - تهیه به کمک مواد جاذب: اسانس را با

کمک یک ماده جاذب که معمولاً تالک است مخلوط و در آب حل کرده، تکان می‌دهند و سپس صاف می‌نمایند.

□ ۲ - تقسیم‌بندی آب‌های مقطر دارویی از لحاظ بو

آب‌های مقطر می‌توان از لحاظ معطر بودن یا نبودن تقسیم‌بندی کرد:

الف - آب‌های مقطر معطر: این آب‌ها از قسمت‌های مختلف گیاه معطر مانند گل سرخ، نعنای و غیره به دست می‌آیند.

ب - آب‌های مقطر بی‌بو: در این دسته از آب‌ها قسمت‌های مختلف گیاهان فاقد بو مانند برگ بید، برگ گاوزبان، برگ زیتون و غیره را مورد استفاده قرار می‌دهند. این آب‌ها با آن‌که از اندام معطر گیاهی تهیه نشده‌اند، ولی بویشان با بوی آب مقطر ساده، متفاوت است و بوی ضعیف کمی دارند. آب‌های مقطر فاقد بو، دارای موادی هستند که سبب خاصیت بخشیدن به آن‌ها می‌شوند و به طریق زیر می‌توان آن‌ها را از آب مقطر ساده تشخیص داد:

I - مزه و بوی آب‌های مقطر بی‌بو، هر چند که ناچیز است ولی بامزه و بوی آب مقطر خالص تفاوت دارد.

II - آب‌های معطر فاقد بو، در اثر کهنگی فاسد می‌شوند. بعضی آن‌ها در برابر معرف‌ها، واکنش‌های مخصوصی دارند که آب مقطر خالص فاقد آن است از جمله اسید نیتریک، آب مقطر گاوزبان را بنفش رنگ و آمونیاک با آن ایجاد کدورت می‌نماید.

III - نقطه انجماد آب‌های معطر فاقد بو، با آب مقطر خالص تفاوت دارد و معمولاً در درجه حرارت

پایین‌تر از صفر منجمد می‌شوند.

□ ۳ - طبقه‌بندی آب‌های مقطر از لحاظ تعداد گیاهان به کار رفته

از این نظر آب‌های مقطر را به دو دسته تقسیم می‌کنند:

آب‌های مقطر ساده: آب‌هایی هستند که از تقطیر آب در برابر یک گیاه به دست می‌آیند مانند آب مقطر (عرق) نعنای و غیره.

آب‌های مقطر مرکب: که از تقطیر آب در برابر چندین گیاه حاصل می‌شوند مانند آب مقطر هفت گیاه، ۱۶ گیاه و چهل گیاه (ممکن است دقیقاً از این تعداد گیاه استفاده نشده و این عدد صرفاً یک نام‌گذاری و نشان‌دهنده تعدد گیاهان و تبلیغ باشد). در تهیه آب‌های مقطر دارویی، دو نکته را باید در نظر گرفت:

۱ - بررسی آبی که برای تهیه آب مقطر دارویی به کار می‌رود: تولیدکنندگان محلی معمولاً برای آبی که هنگام تقطیر به کار می‌برند، اهمیت زیادی قایل نیستند و آب پاک چاه‌ها، چشمه‌ها و رودخانه‌ها را بدین منظور مناسب می‌دانند ولی تجربه نشان داده که زلال بودن آب، شرط کافی برای انتخاب آن نمی‌باشد. زیرا بعضی آب‌ها، هنگام تقطیر قشری روی گیاه باقی گذاشته که مانع خروج اسانس و مواد مؤثره آن‌ها می‌شود.

به‌طور کلی، شرایط آبی که برای تقطیر به کار می‌رود به قرار زیر است:

الف - آب باید زلال، بی‌رنگ و بو باشد و این خاصیت اخیر را حتی پس از گرم کردن حفظ کند.
ب - ترکیب شیمیایی آب باید به نحوی باشد که آزمایش‌های زیر در مورد آن صدق کند:

وجود ندارد مانند برگ بید، رازیانه و غیره. دسته‌ای دیگر از گیاهان مانند گل سرخ مصرف گیاه تازه بر خشک و در دسته‌ای دیگر مانند نعنای مصرف گیاه خشک بر تازه ترجیح داده می‌شود.

خشک کردن گیاهان با حرارت، همیشه مقدار اسانس موجود در گیاه را کاهش می‌دهد. همچنین خشک کردن در مجاورت نور و هوا، ممکن است ایجاد تغییراتی در مواد مؤثره بعضی از گیاهان نماید. قسمت‌های مختلف گیاهان که برای تقطیر مورد استفاده قرار می‌گیرند باید در موقع مناسب و با نهایت دقت جمع‌آوری شوند. از جمله ریشه‌ها و ساقه‌های زیرزمینی را در فصل پاییز باید به کار برد و برگ‌ها را قبل از گل دادن گیاه، گل‌ها را پیش از پژمرده شدن، میوه‌ها را پس از رسیدن و سر شاخه‌های گلدار را در آغاز پژمردن گل‌ها استفاده می‌نمایند.

■ فساد آبهای مقطر دارویی

هیدرولاه‌ها، از داروهایی هستند که قابل فساد هستند و به مرور زمان در اثر عوامل فیزیکی و شیمیایی و موجودات میکروسکوپی فاسد می‌شوند. اینک به ذکر هر یک از این دو عامل می‌پردازیم:

الف - عوامل فیزیکی شیمیایی: گرما، نور و اشعه خورشید و هوا، همچنین جنس ظروف، از جمله عواملی هستند که می‌توانند به مقادیر قابل ملاحظه‌ای در ترکیب آب‌های مقطر تغییراتی ایجاد کنند. به‌طور مثال، گرما موجب تبخیر بعضی ترکیب‌ها و در نتیجه، کاهش مواد مؤثره مانند کاهش اسید سیانیدریک در آب مقطر لوریه سریز می‌گردد. اکسیژن هوا موجب تغییر بعضی ترکیب‌ها

آزمایش وجود فلزات: در آب نباید درصد فلزات مانند کلسیم و غیره زیاد باشد.

آزمایش سولفات‌ها: حداکثر مقدار سولفات‌های قابل قبول در آب ۰/۱۱۷ گرم در یک لیتر باشد.

آزمایش کلرایدها: حداکثر مقدار کلرایدهای موجود در آب، نباید بیش از ۰/۵ گرم در یک لیتر باشد.

آزمایش نیتрат‌ها: حداکثر نیترات‌های قابل قبول، ۲۰ میلی‌گرم در یک لیتر آب می‌باشد.

آزمایش نیتريت‌ها: آب باید فاقد ترکیب‌های نیتريت باشد.

آزمایش آمونیاک: نباید آب مصرفی، حاوی ترکیب‌های آمونیاکی باشد.

۲- انتخاب مواد اولیه گیاهی: سابق بر این علاوه بر گیاهان، بعضی مواد حیوانی و معدنی را نیز جهت تهیه آب‌های مقطر به کار می‌بردند ولی امروزه استعمال این آب‌ها به کلی متروک گردیده است. در مورد گیاهان، داروسازان پیشین استعمال گیاه خشک را بر گیاه تازه ترجیح می‌دادند و معتقد بودند آب‌های مقطری که با گیاهان خشک شده تهیه می‌شوند، دیرتر فاسد می‌گردند. این امر که تا اندازه‌ای صحیح است مربوط به نقص دستگاه‌های تقطیری است که در گذشته معمول بوده، زیرا در این دستگاه‌ها، هنگام جوشیدن آب با گیاهان تازه، ایجاد کف فراوان می‌شد و به این جهت به غیر از آب مقطر، مواد دیگری نیز از دیگ عبور می‌کردند که موجب فساد آن می‌شد.

امروزه، در تهیه آب‌های مقطر دارویی، گیاه تازه یا خشک را به کار می‌برند. در مورد بعضی از گیاهان تفاوتی در مصرف گیاه تازه و یا خشک

مانند تبدیل آلدید بنزوئیک و آلدید سینامیک به اسید بنزوئیک و اسید سینامیک می‌شود. نور نیز باعث تغییر رنگ این فرآورده‌ها می‌شود مانند زرد شدن آب بهار نارنج.

عرقیات، حاصل از تقطیر آب و گیاهان معطر هستند پس باید مانند آب، بی رنگ باشند و عرقیات رنگی که حاصل افزودن عمدی مواد رنگی (و جذاب) به محصول است، تقلب محسوب می‌شوند، حتی ممکن است ماده رنگی به کار رفته استاندارد دارویی نداشته باشد. همچنین افزودن هر ماده دیگر به آب‌های معطر به هر دلیل، آن را از حالت عرقیات طبیعی گیاهی خارج می‌کند، مثلاً افزودن شکر به آن به منظور طعم دادن، آن را به شربت تبدیل می‌کند و دیگر عرقیات طبی نیست. ظروفی که آب مقطر در آن‌ها تهیه و یا نگهداری می‌شوند نیز حائز اهمیت هستند. به‌طور مثال، در هنگام تهیه آب مقطر دارویی در ظروف مسی، مقداری مس وارد محلول شده که سبب تغییر در کیفیت آب مقطر می‌شود و یا جهت نگهداری این محلول‌ها باید از ظروفی استفاده شود که روی ترکیب‌های آن‌ها بی‌اثر باشد. به‌طور کلی، ظروفی که آب مقطرهای دارویی در آن‌ها نگهداری می‌شود عبارتند از:

۱ - قرابه: ظرف شیشه‌ای سبز رنگی است که به‌طور متوسط ۱۱ کیلوگرم آب مقطر در آن جای گرفته و معمولاً در میمند فارس ساخته می‌شود. جنس شیشه آن معمولاً نامرغوب است.

۲ - بطری‌های شیشه‌ای نیم لیتری که بیشتر آب مقطرها در این ظروف نگهداری می‌شوند و اگر این بطری‌ها تیره رنگ باشند بهترین ظروف جهت

نگهداری این هیدرولاه‌ها هستند.

۳ - ظروف پلاستیکی که بین ۲۰-۱۰ لیتر گنجایش دارند.

در کتاب داروسازی فرانسه توصیه شده که آب‌ها را در بطری‌های با در بلوری که کاملاً از آب مقطر پر شده باشند و در جای تاریک و خنک نگهداری نموده و ذخیره داروخانه را هر ساله تجدید نمایند. متأسفانه، در اکثر فروشگاه‌ها و عطاری‌ها، این آب‌ها پشت شیشه‌ها، ویت‌رین‌ها و در معرض نور خورشید یا چراغ‌ها قرار دارند که به مقدار زیادی در کیفیت این فرآورده‌ها، تأثیر خواهد گذاشت. بعضی از سازندگان جهت نگهداری آب مقطر، کمی الکل بدان می‌افزایند ولی الکل موجب تخمیر می‌گردد. سترون کردن دستگاه تقطیر قبل از شروع کار، با بخار آب جوش، کمک شایانی به حفظ آب‌های مقطر می‌نماید.

ب - عوامل بیولوژیک: میکروب‌هایی که در آب حضور دارند، به مقدار زیاد سبب فساد در آب‌های مقطر می‌شوند. به‌طور مثال، در بعضی از این هیدرولاه‌ها، ایجاد لرد چسبنده‌ای می‌کنند که گاهی سبز رنگ است. از جمله آب‌هایی که به‌طور وسیع مورد هجوم میکرب‌ها قرار می‌گیرند می‌توان از آب مقطر بهار نارنج نام برد.

انواع باکتری‌هایی که در آب‌های مقطر ایجاد فساد می‌کنند شامل کوکسی‌ها، ویبریون‌ها و یا اسپیرال‌ها می‌باشند. کوکسی‌ها مانند میکروکوکوس لوتئوس (*Micrococcus luteus*) که در آب مقطر بهار نارنج، و همچنین میکروکوکوس اوران تیاکوس (*M. aurantiacus*) که در آب نعناع ممکن است یافت شوند، در بین باسیل‌ها، باسیل

حدود دو سوم مقدار اولیه در آب باقی می‌ماند و بقیه آن به هدر می‌رود. اصولاً آسانس‌هایی که ترکیب ثابتی ندارند، ابتدا سریعاً کاهش یافته و سپس این افت به آهستگی صورت می‌گیرد.

■ انواع آب‌های مقطر دارویی

دسته‌ای از آب‌های مقطر دارویی غیر از ایران در سایر کشورها نیز مصرف دارند از جمله آب مقطر کامفر، لوریه سریز، زیره سیاه، دارچین، شوید، میخک، آق‌طی، گل سرخ، بهار نارنج، نعناع، رازیانه و غیره. دسته‌ای دیگر صرفاً در ایران مصرف دارند، از جمله آب مقطر برگ چنار، برگ بید، شاتره، بومادران، آویشن، مرزه و غیره.

تعدادی از عرقیات در ایران دارای استاندارد ملی هستند مانند گلاب، بیدمشک و بادرنجبویه، البته استانداردها الزامی نیستند، به‌جز آن برای آیین کار، ویژگی‌ها و میکروبیولوژی آن‌ها نیز استانداردهایی تعریف و تصویب شده است.

بیشترین استان تولیدکننده عرقیات در ایران، به ترتیب استان‌های فارس، آذربایجان (شرقی و غربی)، اصفهان (شهر کاشان و اطراف آن) و سپس سایر استان‌ها هستند.

همان‌طور که گفته شد، عرقیات طبّی، حاوی مقدار اندکی از مواد موجود در اندام‌های معطر گیاه هستند، اخیراً برخی شرکت‌ها از هر گیاهی هرگونه عرقیاتی تهیه و به بازار عرضه می‌کنند که نه در منابع طب سنتی ذکر و اعلام شده و نه در گیاه درمانی جدید به آن اشاره و استناد شده (برخی شرکت‌ها صدها نوع عرقیات را به بازار عرضه

سوبتیلیس (*Bacillus subtilis*)، باسیل سیانئوس (*B. cyaneus*)، و باسیل فلواورسنس (*B. fluorescens*) در عرق زیرفون دیده شده‌اند. همچنین تعداد زیادی از قارچ‌ها ممکن است در آب‌های مقطر دارویی رشد نمایند که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از: نوعی پنی سیلیوم (*Penicillium glaucum*)، و هورموندرون (*Hormodendron*). برخی جلبک‌ها نیز به ندرت در بعضی از آب‌ها، از جمله زیرفون دیده شده است. میکرب‌های فوق هر کدام در شرایط مخصوص به‌خود رشد می‌نمایند، به همین دلیل حضور باکتری‌هایی که در محیط قلیایی یا خنثی زیست نمایند در آب‌هایی که باید pH آن‌ها اسیدی باشد دلیل بر فساد آب‌های مذکور می‌باشد.

همچنین قارچ‌هایی که در محیط با pH اسیدی زندگی می‌کنند هرگاه در آب‌هایی که باید قلیایی باشند، یافت شوند. معلوم می‌گردد که در آن آب مقطر، تغییراتی حاصل شده که در نتیجه ارزش دارویی خود را از دست داده است.

■ تغییرات آب‌های مقطر طی دوره انبار کردن

آب‌های مقطر طی دوران انبار کردن دچار تغییرات زیادی می‌شوند و تشخیص این تغییرات جهت تعیین فساد و خلوص آن‌ها، حایز اهمیت است. بدین منظور از نمونه‌های آب‌های مقطر که در حرارت ۱۵-۱۰ درجه سانتی‌گراد انبار شده‌اند، استفاده می‌نمایند.

آسانس‌های گل سرخ و نعناع طی انبار کردن، تغییر چندانی پیدا نمی‌کنند و یکنواخت می‌مانند. ولی آسانس‌های رازیانه و انیس، بعد از حدود یک سال، به اندازه نصف مقدار اولیه و آسانس بهار نارنج

کرده‌اند که مؤثر بودن همه آن‌ها محل تردید است)، بنابراین، لازم است خوانندگان داروساز و پزشک، عرضه و تجویز عرقیات را بر مبنای استنادات علمی قدیم یا جدید قرار دهند، مثلاً عرق جینکو یا آلوتیه‌ورا و ... هیچ مستندات علمی ندارد. همین‌طور به عنوان مثال، تأثیر عرق برگ شیرین بیان برای زخم معده، ثابت نشده است (ریشه شیرین بیان دارای ترکیبات سنگینی است که در زخم معده مؤثر است، این مواد نه در برگ آن گزارش شده‌اند و نه در عرقیات و اسانس می‌آیند).

به عنوان مثال، به فواید ادعایی تعدادی از این عرقیات (بر مبنای سایت‌های اینترنتی) توجه کنید: *** عرق کاکوتی:** ضد عفونی‌کننده، ضد اسپاسم در ناراحتی‌های گوارشی، ضد اسهال، مقوی معده، خلط‌آور.

*** بهار نارنج:** معطر، مقوی اعصاب و قلب، آرام‌بخش، ضد نفخ.

*** زیره سبز:** ضد چاقی، چربی، تنگی نفس، بادشکن، هضم غذا، زیادکننده شیر مادران.

*** نسترن:** تقویت قلب و اعصاب، رفع سردی، دفع کرم روده، درد معده، سنگ کلیه و اسهال.

*** عرق زنیان:** ضد نفخ، درمان سوء هاضمه، ضد تهوع، خلط‌آور، مدر، ضد کرم، ضد اسپاسم، رفع ترشی معده.

*** عرق مخلوط زیره:** نیرودهنده، ضد نفخ، مقوی معده، درمان سوء هاضمه، اشتها آور، افزایش‌دهنده شیر.

*** عرق کلپوره:** مقوی، رفع سردرد، درمان ضعف عمل دستگاه گوارش، رفع ناراحتی‌های هاضمه و دل درد، رفع درد ناحیه قلب، تب بر.

*** کرفس:** درد شکم، تنگی نفس، تقویت‌کننده معده.

*** عرق اسطوخودوس:** معطر، مقوی، آرام‌بخش، خواب‌آور ملایم، از بین‌برنده نفخ و اسهال، کاهش‌دهنده سرفه، مدر.

*** عرق رازیانه:** مدر، ضد اسپاسم عضلات، ضد نفخ، مقوی قلب، مقوی معده و درمان سوء هاضمه، خلط‌آور، افزایش‌دهنده شیر.

*** آویشن:** هاضم غذا، محرک قوای ریبه، ضد درد عادت ماهانه.

*** شاتره:** سردی، مقوی، تقویت‌کننده پوست، آرام‌بخش، ضد خارش، اشتها آور، صفرا بر برخی غدد سلطانی با منشأ اپی تیلوم (!؟).

*** عرق شنبلیله:** نیرودهنده، رفع کم خونی، ضد دیابت، کاهش‌دهنده قند خون.

*** شویده:** انواع چربی بدن، طعم‌دهنده، معطر، نیرودهنده، هضم‌کننده، مقوی معده، افزایش‌دهنده شیر، درمان سوء هاضمه به ویژه کودکان، رفع استفراغ، مسکن، مدر، کاهش‌دهنده چربی خون.

*** گلاب:** مقوی اعصاب و قلب، پوست.

*** بیدمشک:** تقویت‌کننده قلب و معده، ملین آرام‌بخش و خون‌ساز، ضد سردرد و دردهای عضلانی.

*** شربت (!) توت فرنگی:** سرشار از ویتامین ث، حاوی کلسیم و ویتامین آ (!!).

*** نعنا:** بادشکن، معالج بواسیر، پیچ شکم، رفع اسهال و استفراغ معده.

*** کاسنی:** سردی، مقوی معده، تب بر، بیماری‌های کبدی و کلیوی.

*** عرق ختمی:** نرم‌کننده مخاط‌ها و مداوای

* **عرق دارچین زنجبیل:** معطر، طعم دهنده، محرک، بادشکن، مغذی، ضدتهوع و اسپاسم.
 * **گاوزبان:** مقوی، نیکوی رخسار (!!!)، اعصاب و روان، تنگی نفس، نشاط آور، کلیه و مثانه.
 * **مرزه:** درمان نقرس، اسهال، قولنج، مقوی نیروی هاضمه، نرمی استخوان.
 * **برگ چنار:** بسیار سرد، تب بر، معالج تنگی نفس، چاق کننده، اعصاب و رعشه.
 * **چهار عرق گرم:** تقویت کننده، مفید به حال مسرودین (!!!)، هضم غذا، ناراحتی‌های معده و شکم.
 * **تارونه:** بسیار آرام‌بخش، مسکن اعصاب، درد مفاصل، خواب آور.
 و

منابع

۱. آئینه چی ی. مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷۰.
۲. سایت‌های مختلف اینترنتی.

بیماری‌های ریوی، سینه سرفه و گلو، رفع تحریکات جلدی.
 * **عرق چهار گیاه:** ضدنفخ، رفع سوء هاضمه، بادشکن، ضد دل‌پیچه، مقوی معده، رفع اسهال‌های عادی.
 * **بید:** اثر قاطع ولی کند بر تب‌های مداوم دارد، خواب‌آور، آرامش بخش، رماتیسم، ضدیرقان.
 * **برگ گردو:** درمان درد مفاصل، ضد دیابت (قند).
 * **بابونه:** صفرا بر، مدر، بادشکن، اشتها آور، قاعده آور.
 * **پونه:** ضد سرماخوردگی، سرفه، عفونت.
 * **خارشتر:** طبیعت سرد دارد، مدر قوی، تصفیه خون و کبد، سنگ کلیه و مثانه و سیاه سرفه.
 * **عرق گشنیز:** طعم دهنده، ضد اسپاسم، ضدنفخ، بادشکن.
 * **عرق زیره سیاه:** معطر، طعم‌دهنده، ضدنفخ، ضد اسپاسم، ضد میکروب، قابض، رفع قولنج نفخی کودکان.
 * **بومادران:** درد شکم، بواسیر، ضد عفونت، سرماخوردگی.
 * **گزنه:** ضد قند، درمان بالا رفتن فشار خون، کبد، چربی خون و کلسترول.