

بانک جامع اطلاعات

دارویی



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بانک جامع اطلاعات دارویی

نویسنده:

واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر چاپی:

مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵ فهرست
۸۳ بانک جامع اطلاعات دارویی
۸۳ مشخصات کتاب
۸۳ داروهای گیاهی رسمی ایران
۸۳ چای کیسه ای لاکسان
۸۴ چای کیسه ای ملیس
۸۴ چای کیسه ای قرفات
۸۵ چای کیسه ای شیرین بیان
۸۶ چای کیسه ای چای سبز
۸۷ چای کیسه ای گاوزبان
۸۸ چای کیسه ای رازیانه
۸۹ چای کیسه ای بابونه
۹۰ Masoument ماسومنت
۹۱ پیجیوم آفریکانوم
۹۳ ZINTOMA زینتوما
۹۳ VITAGNUS ویتاگنوس
۹۴ VALERIAN والرین
۹۵ VALERIC والریک
۹۶ URTAN اورتان
۹۶ TUSSIVIN توسیوین
۹۷ TUSSI-GOL توسیگل
۹۸ TUSSIAN توسیان
۹۸ THYMIAN تیمیان

۹۹	THYMEX	تیمکس
۱۰۰	THYMARTA	تیم آرتا
۱۰۱	TANAMIGRAIN	تانا میگرن
۱۰۱	SUPERMINT	سوپر مینت
۱۰۲	SHIRAFZA	شیر افزا
۱۰۳	SHIRINOOSH	شیر ینوش
۱۰۴	SENALIN	سنالین
۱۰۶	SENALIN ۷.۵	سنالین ۷.۵
۱۰۷	SENAGOL	سناگل
۱۰۸	SENA_MED	سنامد
۱۱۰	SEDAMIN	سدامین
۱۱۱	SANKOL	سنکل
۱۱۲	SAMILAX	سامی لاکس
۱۱۳	REGLISIDIN	رگلیسیدین
۱۱۴	REGLIS MOATTAR	رگلیس معطر
۱۱۵	RASIN	رازین
۱۱۶	PSYLLIUM	پسیلیوم
۱۱۷		پسیلیوم موسیلوئید
۱۱۹	PROSTATAN	پروستاتان
۱۲۰	PLANTAGEL	پلاتتاژل
۱۲۱	PHYTOCOLD	فیتو کلد
۱۲۲	PERSICA	پرسیکا
۱۲۳	PERFORAN	پرفوران
۱۲۴	PASIPAY	پاسی پی

- ۱۲۵ OLEA-CRAT اولناکرات
- ۱۲۶ MYRTOPLEX میرتوپلکس
- ۱۲۶ MYRTEX میرتکس
- ۱۲۷ MUSYLIUM موسیلیوم
- ۱۲۸ MENTHAZIN منتازین
- ۱۲۹ MENTHA منتا
- ۱۳۰ MELLISAN ملیسان
- ۱۳۱ MASUMINT ماسومن
- ۱۳۱ LIQUID MENTHOL منتول مایع
- ۱۳۲ LICOPHAR لیکوفار
- ۱۳۳ LAXARICIN لاگزاریسین
- ۱۳۵ CAMIL کامیل
- ۱۳۵ بخور اوکالیپتوس ایران داروک (پودر)
- ۱۳۶ بخور اوکالیپتوس ایران داروک -محلول غیر خوراکی
- ۱۳۷ HYPİRAN هایپیران
- ۱۳۸ HERBILAX هربی لاکس
- ۱۴۰ GRIPE WATER گریپ واتر
- ۱۴۱ بخور اوکالیپتوس گل دارو
- ۱۴۲ GOL _ GRIPE گل گریپ
- ۱۴۲ GINGITON جن جی تون
- ۱۴۳ GENERAL TONIC جنرال تونیک
- ۱۴۴ GARSIN گارسین
- ۱۴۵ GARLICAP گارلی کپ
- ۱۴۶ GARLIC گارلیک

۱۴۷	GARLET	گارلت
۱۴۸	ENOXOLONE	انوکسولون
۱۴۹	DIURETIC	دیورتیک
۱۵۰		بخور دینه (پودر)
۱۵۱		بخور اوکالیپتوس دینه
۱۵۲	D-REGLIS	د- رگلیس
۱۵۳	CRATAGUS	کراتاگوس
۱۵۴	CARMINAT	کارمینت
۱۵۵	CARMINATIF	کارمیناتیف
۱۵۶	CARWAY MIXTURE	کاروای میکسچر
۱۵۷	CARAMIN	کارامین
۱۵۷	CALENDULA	کالاندولا
۱۵۸	C_LAX	سی لاکس
۱۶۰	BRONCHO T.D	برونکوتیدی
۱۶۰	BRAN	برن
۱۶۲	BABOONEH	بابونه
۱۶۳	AVIPECT	آوی پکت
۱۶۴	APHRODIT	آفرودیت
۱۶۴	ANTIMIGRAINE	آنتی میگرن
۱۶۵	ANTI-DIABETIC	آنتی دیابتیک
۱۶۶	ANETHUM	آنتوم
۱۶۷	ALTIB	آلتیب
۱۶۸	ALTHADIN	آلتادین
۱۶۹	ALICOM	آلیکوم

- ۱۷۰ مرجع کامل گیاهان دارویی
- ۱۷۰ آلو (اجاص)
- ۱۷۰ چای کوهی
- ۱۷۲ باد روج (تره خراسانی)
- ۱۷۲ خربزه (بطیخ)
- ۱۷۳ بنفشه
- ۱۷۳ تخم مرغ (بیض)
- ۱۷۴ تربت امام حسین (ع)
- ۱۷۵ خرما (تمر)
- ۱۷۶ بابا آدم
- ۱۷۷ پنیر (جبن)
- ۱۷۸ شاهی (جرجیر - ترتیزک)
- ۱۷۸ گوجه فرنگی
- ۱۷۹ سیاه دانه (حبه السوداء)
- ۱۸۰ سپنج (حرمل)
- ۱۸۰ شنبلیله (حلبه)
- ۱۸۱ حنا
- ۱۸۱ هندوانه ابوجهل (حنظل)
- ۱۸۱ خس
- ۱۸۱ سرکه
- ۱۸۲ کدو (دبا)
- ۱۸۳ خون (دم)
- ۱۸۳ روغن (دهن)
- ۱۸۴ انار (رمان)

۱۸۵	مویز (زیب)
۱۸۶	سعد
۱۸۶	به (سفرجل)
۱۸۸	شکر
۱۸۸	چغندر (سلق)
۱۸۹	ماهی (سمک)
۱۹۲	سویق (آرد بوداده)
۱۹۳	آویشن (صعتر)
۱۹۳	عدس
۱۹۴	عسل
۱۹۵	انگور (عناب)
۱۹۸	سنجد (غبیرا)
۱۹۸	کبک (قبح)
۱۹۹	خرفه (فرفخ)
۲۰۱	گوشت خشک شده (قدید)
۲۰۱	کافور
۲۰۱	تره (کراث - گندنا)
۲۰۲	گشنیز (کنز بره)
۲۰۳	گلایی (کمتری)
۲۰۴	کندر
۲۰۵	شیر
۲۰۵	گوشت (لحم)
۲۰۵	لقاح (ناقه)
۲۰۶	آب (ماء)

- ۲۰۶ ماست
- ۲۰۶ ماش
- ۲۰۶ مر
- ۲۰۷ نمک (ملح)
- ۲۰۷ شراب (نبیذ)
- ۲۰۷ نوره (داروی نظافت)
- ۲۰۸ حلیم (هریسه)
- ۲۰۸ کاسنی (هندبا)
- ۲۰۸ مورد (آس - مرسین)
- ۲۰۸ آجر
- ۲۰۸ ابریشم
- ۲۰۹ ابقر (شوره)
- ۲۰۹ ابهل (سرو کوهی)
- ۲۰۹ اترج (ترنج)
- ۲۰۹ اثل (گزشور - شوره گز)
- ۲۱۰ سنگ سرمه (اتمد)
- ۲۱۰ اخثا (سرگین)
- ۲۱۰ ازراقی (کچله)
- ۲۱۰ اذخر (کاه مکه)
- ۲۱۱ ارغوان (ارجوان)
- ۲۱۱ جو
- ۲۱۲ پیسته
- ۲۱۳ اسفنج
- ۲۱۳ سفید آب قلع (اسفیداج)

- اسقیل (عنصل - پیاز دشتی) ۲۱۴
- کما (اشق) ۲۱۴
- اشنان ۲۱۴
- پای کلاغ (اطریلال) ۲۱۴
- اظفار الطیب (ناخنهای خوشبو) ۲۱۵
- افتیمون ۲۱۵
- اقاقیا ۲۱۵
- کشک ۲۱۵
- املج (آمله) ۲۱۶
- زرشک (انبر باریس) ۲۱۶
- گزنه (انجره) ۲۱۷
- انزروت (عنزروت) ۲۱۹
- انیسون (بادیان رومی) ۲۱۹
- هلبله زرد ۲۱۹
- ایرسا (سوسن آسمان گونی زنبق آبی) ۲۱۹
- بز کوهی (ایل) ۲۲۰
- باد زهر معدنی ۲۲۰
- بارزد ۲۲۰
- باشق ۲۲۰
- باقالا (باقالی) ۲۲۱
- بالنگ (بالنگو، بالنجو) ۲۲۱
- بخورالاکراد ۲۲۱
- برطانقی (بستان افروز) ۲۲۱
- بومادران (برنجاسف، قيصوم) یا *Achillea millefolium* ۲۲۱

- ۲۲۲ بسباسه (پوست داخلی بلوط)
- ۲۲۲ فندق (بندق)
- ۲۲۳ بهمن
- ۲۲۳ جعفری
- ۲۲۵ ذرت
- ۲۲۵ بادام
- ۲۲۹ سنبل الطیب (علف گربه)
- ۲۳۰ انبه
- ۲۳۲ بابونه
- ۲۳۳ بادام زمینی
- ۲۳۵ بادمجان
- ۲۳۶ فلوس (خرنوب هندی)
- ۲۳۷ دارچین
- ۲۳۸ گل گاو زبان (گاو زبان)
- ۲۳۹ هویج
- ۲۴۱ هل
- ۲۴۲ ریحان
- ۲۴۳ کاهو
- ۲۴۴ گل ختمی (ختمی)
- ۲۴۶ خاکشیر
- ۲۴۶ خیار
- ۲۴۷ لیمو
- ۲۴۸ کنجد
- ۲۴۹ لوبیا

- ۲۵۰ مار چوبه
- ۲۵۱ موز
- ۲۵۲ نعناع
- ۲۵۴ نخود
- ۲۵۵ نارگیل
- ۲۵۷ اسطوخودوس
- ۲۵۹ پیاز
- ۲۶۰ پرتقال
- ۲۶۲ رازیانه (بادیان)
- ۲۶۳ روناس
- ۲۶۴ شلغم (لفت)
- ۲۶۵ شنبلیله
- ۲۶۶ شوید
- ۲۶۷ سیب زمینی
- ۲۶۸ سیب
- ۲۶۹ سویا (لوبیای سویا)
- ۲۷۱ کتان
- ۲۷۲ ترب و تربچه
- ۲۷۳ زعفران
- ۲۷۴ زنجبیل (زنجفیل)
- ۲۷۵ زوفا (گل زوفا)
- ۲۷۵ زیتون
- ۲۷۷ تمشک
- ۲۷۸ توت سفید

۲۷۹	کرفس
۲۸۰	قارچ
۲۸۱	آناناس
۲۸۱	کلم
۲۸۲	توت فرنگی
۲۸۳	کیوی
۲۸۴	نارنگی
۲۸۴	لیمو شیرین
۲۸۵	چای سبز (چای)
۲۸۶	لفل (لفل سبز)
۲۸۸	گندم
۲۸۹	جوانه گندم
۲۹۰	کشمش
۲۹۰	کنگر
۲۹۱	اکالیپتوس
۲۹۱	گردو (جوز)
۲۹۳	اسفناج (اسفناج)
۲۹۴	میخک
۲۹۶	صبر زرد
۲۹۷	شیرین بیان
۲۹۸	تمبر هندی
۲۹۹	زرد آلو
۳۰۰	گریپ فروت
۳۰۱	سیر

- ۳۰۳ هندوانه
- ۳۰۴ سمنو
- ۳۰۵ جوز هندی
- ۳۰۷ جینسنگ (jingseng)
- ۳۱۱ خواص بادام زمینی
- ۳۱۱ رزماری
- ۳۱۳ اسارون
- ۳۱۵ سیب
- ۳۱۶ نارگیل
- ۳۱۷ راوند (ریوند چینی)
- ۳۱۸ چغندر
- ۳۱۹ پنج انگشت
- ۳۲۰ بامیه
- ۳۲۳ لیمو ترش
- ۳۲۳ خرما
- ۳۲۴ مریم گلی
- ۳۲۵ انار
- ۳۲۶ فندق
- ۳۲۶ زرشک
- ۳۲۷ زوفا
- ۳۲۸ اکلیل کوهی (رزماری)
- ۳۲۸ سداب
- ۳۲۹ بادرنجبویه
- ۳۲۹ زردآلو

- ۳۳۰ کنف
- ۳۳۴ ریواس
- ۳۳۵ گوچه فرنگی
- ۳۳۶ جعفری
- ۳۳۶ پوست آهو
- ۳۳۷ گل زوفا با نام علمی *Hyssopus officinalis*
- ۳۴۲ اکلیل الجبل
- ۳۴۲ روغن زیتون - خواص، نکات و مزایا
- ۳۴۴ اسفناج
- ۳۴۹ تاجریزی
- ۳۵۰ باقلا
- ۳۵۰ با مصرف فندق از تحلیل مغزی و عوارض کهولت سنی بکاهی
- ۳۵۱ فلفل سیاه
- ۳۵۲ وشا
- ۳۵۲ قدومه شیرازی
- ۳۵۲ اسفرزه
- ۳۵۳ تمشک
- ۳۵۴ سماق
- ۳۵۴ انگور فرنگی سیاه
- ۳۵۵ گاوزبان
- ۳۵۸ پاپیروس
- ۳۵۹ پلخم
- ۳۵۹ پلنگمشگ
- ۳۵۹ پیاز موش

- ۳۶۰ تباشه
- ۳۶۰ ترشک
- ۳۶۱ ترید
- ۳۶۲ تفسیا
- ۳۶۲ تافسیا
- ۳۶۲ کاکنه
- ۳۶۳ کبر
- ۳۶۳ کبابه
- ۳۶۴ کبیکه
- ۳۶۴ کچوله
- ۳۶۴ کروبا
- ۳۶۵ کسلی
- ۳۶۵ کشوت
- ۳۶۶ گشنیز
- ۳۶۷ کف مریم
- ۳۶۷ کف دریا
- ۳۶۷ کمات
- ۳۶۸ کنیلا
- ۳۶۸ کور گندم
- ۳۶۸ کوشنه
- ۳۶۹ کهربا
- ۳۶۹ ناخن بویا
- ۳۶۹ نرثقیس
- ۳۷۰ نقل خواجه

- ۳۷۰ نمک
- ۳۷۱ نمک چینی
- ۳۷۱ ننه حوا
- ۳۷۱ نوشادر
- ۳۷۲ نی
- ۳۷۳ نیل
- ۳۷۳ نیطافیلی
- ۳۷۴ واله
- ۳۷۴ وج
- ۳۷۵ ورس
- ۳۷۵ وسمه
- ۳۷۵ هال بوا
- ۳۷۵ هزار گوشان
- ۳۷۶ هوه چوبه
- ۳۷۷ یاسمین
- ۳۷۷ لادن
- ۳۷۷ لاجورد
- ۳۷۸ لاک
- ۳۷۸ لایه
- ۳۷۸ لبلاب
- ۳۷۹ لعل معبری
- ۳۷۹ انواع لوبیا
- ۳۸۰ مامینتا
- ۳۸۰ ماه پروین

- ۳۸۱ ماهودانه
- ۳۸۱ مازیون (هفت برگ)
- ۳۸۱ محلب
- ۳۸۱ مر
- ۳۸۲ مشو
- ۳۸۲ مشک
- ۳۸۳ مشک چوپان
- ۳۸۳ مشک زمین
- ۳۸۴ مشک طرامشیر
- ۳۸۴ مصطکی
- ۳۸۴ مغیلان
- ۳۸۵ موم
- ۳۸۵ مومیا
- ۳۸۶ مهر گیاه
- ۳۸۶ گاو زبان
- ۳۸۷ گاوس
- ۳۸۷ گاو چشم
- ۳۸۷ گاو شیر
- ۳۸۸ گاو کشک
- ۳۸۸ گردو
- ۳۸۹ گز
- ۳۹۰ گز انگبین استبرک
- ۳۹۰ گزنه
- ۳۹۱ گز مازو

- ۳۹۱ گل اربه
- ۳۹۲ گل‌سنگ
- ۳۹۲ گل ارمنی
- ۳۹۳ گل مهر زده
- ۳۹۳ گل معمولی
- ۳۹۴ گل جالیز
- ۳۹۴ گل اسپانیایی ، اندلسی
- ۳۹۴ گل تاک
- ۳۹۴ گل خوردنی
- ۳۹۵ گل چسبناک
- ۳۹۵ گل کشتزارها
- ۳۹۵ گل سرشور
- ۳۹۶ گلابی
- ۳۹۶ گندنای کوهی
- ۳۹۶ گور گیاه
- ۳۹۷ گوگرد (کبریت)
- ۳۹۸ گوشت
- ۳۹۹ گوش موش
- ۴۰۰ گیاه شیردار (یتوع)
- ۴۰۰ فاس
- ۴۰۰ فریز
- ۴۰۱ فریبون
- ۴۰۱ فقلامینوس
- ۴۰۲ فلنجه

- ۴۰۲ فلفلک
- ۴۰۲ فندق
- ۴۰۳ فو
- ۴۰۳ فلزهره
- ۴۰۳ فیلگوش
- ۴۰۴ فیجن
- ۴۰۵ قارچ
- ۴۰۵ قارچ درختی
- ۴۰۶ قدومه (تودری)
- ۴۰۶ قروقومعما
- ۴۰۶ قره بوخور - اصطرک (استرک)
- ۴۰۷ قطران
- ۴۰۷ قفر الیهود
- ۴۰۸ قلومس ، گوش خرس
- ۴۰۸ قنقبین
- ۴۰۸ صندل
- ۴۰۹ صدف
- ۴۱۰ صنوبر هندی
- ۴۱۰ طالیسفر (نبق هندی)
- ۴۱۰ طریقولیون
- ۴۱۰ طرفحوماس
- ۴۱۱ طراغیون
- ۴۱۱ طلق (تلک)
- ۴۱۱ طوقریوس

- طیقاوواون ۴۱۱
- طین شاموس ۴۱۱
- عالیون ۴۱۲
- عالوسیس ۴۱۲
- عدس ۴۱۲
- عرقون ۴۱۳
- عسل ۴۱۳
- عنا ب ۴۱۴
- عنبر ۴۱۴
- عود ۴۱۴
- عودالنجور ۴۱۵
- غار ۴۱۵
- شاه افسر - ناخنک ۴۱۶
- شاه تره - تخم ترتیزک بیابانی ۴۱۷
- شاه تره ۴۱۷
- شبانک ۴۱۷
- شاه زیره ۴۱۸
- شاه پسند ۴۱۸
- شرنک ، هندوانه ابوجهل ۴۱۸
- شربین ۴۱۹
- شقورس ۴۱۹
- شلکا انجیر ۴۲۰
- شلمک ۴۲۰
- شلغم ۴۲۰

- ۴۲۱ شنبلیله
- ۴۲۲ شنگرف
- ۴۲۲ شنگ
- ۴۲۲ شوکران (بیخ تفتی)
- ۴۲۲ شیر
- ۴۲۴ شیره انگدان (حلتیت)
- ۴۲۵ شیره فیل زهره
- ۴۲۶ شیشه
- ۴۲۶ شیترک
- ۴۲۶ ساده
- ۴۲۶ سیوس (نخاله)
- ۴۲۷ سدر (نبق = میوه سدر)
- ۴۲۷ سدر
- ۴۲۷ سرخس نر
- ۴۲۸ سرمه
- ۴۲۸ سریش
- ۴۲۹ سراج القطرب
- ۴۲۹ سرو کوهی
- ۴۲۹ سراوند
- ۴۳۰ سرکه
- ۴۳۱ سس صغیر
- ۴۳۱ سفید آب
- ۴۳۲ سقانی
- ۴۳۲ سکبینه

- ۴۳۳ سلق
- ۴۳۴ سومقوطن
- ۴۳۴ سوس (مهک ، شیرین بیان)
- ۴۳۴ سوسن کوهی
- ۴۳۵ سیسارون
- ۴۳۵ سیون (ترتیزک آبی)
- ۴۳۵ سیسالیوس (کاشم)
- ۴۳۶ سیب
- ۴۳۶ سیر
- ۴۳۷ سیر بیابانی
- ۴۳۷ دارچین
- ۴۳۸ دارچین ختایی
- ۴۳۸ دارکیسه
- ۴۳۸ دارشیشعان ، قندول
- ۴۳۹ داروش
- ۴۳۹ درمنه
- ۴۴۰ درونه
- ۴۴۱ دراج
- ۴۴۱ درخت غار
- ۴۴۱ دند
- ۴۴۱ دود
- ۴۴۲ دوسر
- ۴۴۲ ذیحه و خرم
- ۴۴۲ رازیانه

- ۴۴۲ رته
- ۴۴۳ روناس
- ۴۴۳ روغن
- ۴۴۵ ریحان
- ۴۴۵ ریحان سلیمانی
- ۴۴۶ ریحان کوهی
- ۴۴۶ ریوند چینی
- ۴۴۷ زاج
- ۴۴۸ زردآلو
- ۴۴۸ زردچوبه
- ۴۴۸ زرشک
- ۴۴۹ زرنیخ
- ۴۴۹ زعفران
- ۴۵۰ زفت
- ۴۵۱ زنجفیل
- ۴۵۱ زنجبیل بیابانی
- ۴۵۱ زنگی دارو
- ۴۵۲ زوفرا
- ۴۵۲ زوفای خشک
- ۴۵۳ زهره
- ۴۵۳ زهره النحاس
- ۴۵۳ زیتون
- ۴۵۴ زیره
- ۴۵۵ زیز - نوعی پیاز دشتی

- ۴۵۵ جبسین
- ۴۵۵ جو و شلت
- ۴۵۶ جوجادو
- ۴۵۶ جوزرومی
- ۴۵۷ جیوه ، سیماب
- ۴۵۷ چاتلانقوش
- ۴۵۸ حب الصنوبر
- ۴۵۹ حب البان
- ۴۵۹ حب القلقل
- ۴۶۰ حناء
- ۴۶۰ خار مصری
- ۴۶۰ خائق النمر
- ۴۶۱ خرمای تر
- ۴۶۱ خرچنگ دریایی
- ۴۶۱ خشک - سه کوهک
- ۴۶۲ خنثی
- ۴۶۲ خولنجان
- ۴۶۲ خیار چنبر
- ۴۶۳ خیار شنبر
- ۴۶۳ آب
- ۴۶۵ آویشم(به زبان عامیانه آویشن)
- ۴۶۵ آس
- ۴۶۶ آزاد درخت
- ۴۶۷ آنک

- ۴۶۷ آمله
- ۴۶۷ آذریون
- ۴۶۸ ابرق
- ۴۶۸ ابریشم
- ۴۶۸ اردک
- ۴۶۸ ارمال
- ۴۶۹ ارتدبرید
- ۴۶۹ اردقباقی
- ۴۶۹ استرک
- ۴۶۹ اسفند
- ۴۷۰ استوقدوس
- ۴۷۰ اسفناج
- ۴۷۰ اشه
- ۴۷۱ اصطرک، قره بخور
- ۴۷۱ اطراطیقوس
- ۴۷۲ اغلاگونی
- ۴۷۲ افیون
- ۴۷۲ افیوس
- ۴۷۳ افیمیدون
- ۴۷۳ اقریطس، گل جزیره کرت
- ۴۷۳ آکرا
- ۴۷۳ اوسیه
- ۴۷۳ اورمالی، عسل دارو
- ۴۷۴ اوبوطیلون

۴۷۴	انجدان رومی
۴۷۴	اندر
۴۷۴	اناگیر
۴۷۵	انگور
۴۷۵	انار
۴۷۵	انجیر
۴۷۶	الوا
۴۷۷	الماس
۴۷۸	بابونه
۴۷۹	بار سرو
۴۷۹	بارزد (قنه)
۴۷۹	بادرنجبویه
۴۸۰	بادنجان
۴۸۰	بادام
۴۸۱	بارهنگ آبی
۴۸۱	باقلا
۴۸۳	بدل مرجان
۴۸۳	برباله
۴۸۳	برغست (قنابری)
۴۸۴	برنج
۴۸۴	برطانیقی
۴۸۴	برگ کابلی
۴۸۵	بسپایک
۴۸۵	بشام

۴۸۶	گشنیز
۴۸۶	بعل
۴۸۶	بکمون
۴۸۶	بلوط
۴۸۷	بل
۴۸۷	بلبله
۴۸۷	بنک
۴۸۸	بورک
۴۸۸	بویانس
۴۸۹	بوزیدان
۴۸۹	بهمن
۴۸۹	به
۴۹۰	بیش موش بوحا
۴۹۰	بیش
۴۹۰	بیوه زا - شش شاخ
۴۹۱	بید بیابانی
۴۹۱	شیرین بیان ، جادوی جوانی
۴۹۸	گزنه ، درمانگر دردناک
۵۰۴	اسطوخودوس ، گیاهی جادویی
۵۰۹	مامیران کبیر
۵۱۲	گل راعی و خواص دارویی آن
۵۲۰	علف هفت‌بند
۵۲۳	بادیان رومی
۵۲۶	قطره و قرص گیاهی آفرودیت

- ۵۲۶ سماق معمولی
- ۵۲۸ زیره کوهی
- ۵۲۹ بسباسه (میس)
- ۵۲۹ بادیان کوهی
- ۵۳۰ چای جاوه
- ۵۳۱ پونه کوهی
- ۵۳۲ ترب وحشی
- ۵۳۴ سنبل ختایی
- ۵۳۵ چای شبت (کاهش دهنده چربی خون)
- ۵۳۶ چای ترخون (ضد نفخ و اشتها آور)
- ۵۳۶ گوجه فرنگی منبع سرشار ویتامین سی
- ۵۳۶ گوجه فرنگی تأمین کننده انرژی بدن
- ۵۳۷ نسخه پیچی گیاهی
- ۵۳۷ داروهای مسهل - یبوست - سفتی مدفوع - دیر کار کردن شک
- ۵۳۸ داروهای ملین
- ۵۴۱ ضد قولنج و داروهای باد شکن و ضد نفخ
- ۵۴۸ داروهای محرک معده ، مقوی معده و اشتها آور
- ۵۵۲ داروهای ضد کرم و انگل
- ۵۵۵ داروهای مدر صفرا و ضد بیماریهای صفراوی و یرقان
- ۵۶۲ داروهای معرق و ضد تعرق
- ۵۶۴ داروهای مدر
- ۵۶۹ داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه
- ۵۷۳ داروهای ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد آسم و ضد بیماری
- ۵۷۹ داروهای ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد آسم و ضد بیماری

- داروهای ضد تهوع و استفراغ ۵۸۳
- داروهای معالجه بیماریهای دهان ، حلق ، لثه و دندانها ۵۸۴
- درمان سینوزیت و آئین ها ، زکام و داروهای ضد سرفه ۵۸۷
- داروی محرک متابولیسم و اضافه کردن سوخت وساز بدن ۵۸۹
- دارو جهت واریس ۵۸۹
- دارو جهت رفع چاقی و چربی زیاد ۵۸۹
- دارو جهت رفع کم خونی ۵۹۰
- دارو جهت بیماری ارترو اسکروز - تصلب شرایین - و گ ۵۹۰
- دارو جهت بی اختیاری ادرار ۵۹۰
- دارو جهت بازکردن انسداد های کبد و طحال و بیماریه ۵۹۱
- داروهای مخصوص عوارض و بیماریهای زنان ۵۹۳
- داروهای صاف کننده خون ۵۹۶
- داروهای ضد تب و تب بر ۵۹۹
- داروهای آرام بخش ، مقوی قلب و اعصاب ۶۰۳
- داروهای معالجه بیماریهای عصبی ، آرام بخش و ضد درد ۶۰۵
- داروهای معالجه بواسیر یا هموروئید ۶۱۱
- داروهای ضد رماتیسم و نقرس ۶۱۴
- داروهای بیماریهای پوست و مو ۶۲۱
- داروهای ضد اسهال ۶۲۶
- داروهای ضد دیابت - مرض قند ۶۲۹
- داروهای بیماریهای قلبی ۶۳۰
- داروهای ضد فشارخون بالا و پایین آورنده فشار خون ۶۳۲
- داروهای ضد التهاب و درد ۶۳۳
- داروهای معالجه بیماریهای کلیه و مثانه ۶۳۴

- ۶۳۸ داروهای معالج بیماریهای چشم
- ۶۳۹ داروهای معالج زخم و سوختگی
- ۶۴۱ داروهای معالج استسقا و آب آوردن نسوج و اندامها -
- ۶۴۲ داروهای بند آورنده خونریزی یا ضد خونریزی
- ۶۴۴ داروهای ضد عفونی کننده و ضد باکتری - آنتی بیوتیک
- ۶۴۴ داروهای استفراغ آور
- ۶۴۵ داروهای تقویتی
- ۶۴۶ داروهای زیاد کننده شیر مادر
- ۶۴۷ داروهای ضد سرطان
- ۶۴۸ داروهای مقوی قوه بقاء - محرک جنسی
- ۶۴۹ داروهای کم کننده میل جنسی
- ۶۵۰ استفاده از گیاهان دارویی برای تهیه ماسک
- ۶۵۰ با استفاده از گیاهان از شر جوشهای خود خلاص شوید
- ۶۵۱ سیب به جای مسواک!؟
- ۶۵۲ خرما در بدن
- ۶۵۲ لیمو، درمانگری فرح بخش برای عفونت ها
- ۶۵۳ انگور خطر بیماری های قلبی را کاهش می دهد
- ۶۵۴ نقش آب انگور در کاهش بیماری های قلبی
- ۶۵۴ مصرف سیر سرطان های معده و روده را کاهش می دهد
- ۶۵۴ فواید ناشناخته سیب
- ۶۵۵ فواید و خواص شگفت انگیز آبمیوه
- ۶۵۷ خواص و فواید گوجه فرنگی برای سلامتی
- ۶۵۹ خواص انار
- ۶۶۲ برنج از منظر روایات

- ۶۶۲ خواص میوه موز (نام علمی *Musa sapientum*)
- ۶۶۳ خواص زیتون از منظر اسلام
- ۶۶۴ خواص توت فرنگی (*Strawberry*)
- ۶۶۵ درمان بی خوابی با گیاهان دارویی
- ۶۶۶ جنگ علیه سرطان با سبزیجات
- ۶۶۸ شلغم (*TURNIP*)
- ۶۶۸ شلغم ، سبزی ضد سرطان
- ۶۷۱ میخک (*clove*)
- ۶۷۱ میوه ها ، گیاهان و درمان بیماریها
- ۶۷۳ هل (*Cardamom*)
- ۶۷۳ خاکشیر
- ۶۷۴ خواص گوجه فرنگی
- ۶۷۴ کنجد (*sesame*)
- ۶۷۴ خارج از نسخه ؛ داروهای ضد اسهال
- ۶۷۵ عسل، منبع آنتی اکسیدان های مفید
- ۶۷۶ معجزه سیر
- ۶۷۷ کلیات گیاه شناسی انار
- ۶۷۸ بار هنگ موثر در درمان تنگی نفس
- ۶۷۸ گلایی
- ۶۷۹ خواص درمانی ذرت
- ۶۸۰ قاصدک
- ۶۸۱ مصرف سیر کلسترول خون را کاهش می دهد
- ۶۸۱ کشف خاصیت مسکن در روغن زیتون
- ۶۸۲ ادویه جات وزن بدن را کنترل می کند

- ۶۸۲کنجد و روغن کنجد
- ۶۸۳خواص دارویی کاهو
- ۶۸۴خواص هویج
- ۶۸۵نعناع را بیشتر بشناسیم
- ۶۸۵این یاقوت سرخ
- ۶۸۶اسپرغم همان ریحان است
- ۶۸۷ترب و تربچه؛ یک درمان نقلی
- ۶۸۸کاهو و نعناع
- ۶۸۸میوه های رنگی
- ۶۸۹نعنا مسکن سردردهای عصبی است
- ۶۸۹نعناع
- ۶۹۰زردچوبه
- ۶۹۰ریحان
- ۶۹۰زرشک
- ۶۹۱چرا سیر برای قلب مفید است؟
- ۶۹۲هل، دانه معطر
- ۶۹۳داروهای ضد درد
- ۶۹۶جو
- ۶۹۷سیب
- ۶۹۷سنبل الطیب
- ۶۹۸میوه‌درمانی
- ۷۰۰زردآلو
- ۷۰۱آشنایی بیشتر با زنجبیل
- ۷۰۲خواص طبی سیر

- ۷۰۳ خواص برخی از گیاهان داروئی
- ۷۰۴ خواص داروئی عرق برخی از گیاهان داروئی
- ۷۰۵ آفتابگردان
- ۷۰۶ خواص درمانی لیمو ترش
- ۷۰۷ چای تسکین دهنده اعصاب
- ۷۰۸ مصرف آب پرتقال درمانی برای سنگ کلیه
- ۷۰۹ خواص داروئی کاهو
- ۷۰۹ گلابی ضد کم خونی
- ۷۱۰ گیاه درمانی در زخمها و سوختگیها
- ۷۱۳ جوشانده برگ بید در رفع سوء هاضمه مفید است
- ۷۱۳ مصرف موز و کیوی در پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه
- ۷۱۴ خاکشیر
- ۷۱۴ خواص داروئی کلم
- ۷۱۶ نعناع صحرائی
- ۷۱۶ مصرف ریحان در تسکین سردرد و تنگی نفس موثر است
- ۷۱۷ اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۱)
- ۷۱۸ گیاهی برای سردردهای بی پایان
- ۷۱۸ خواص داروئی زیتون
- ۷۱۹ خواص داروئی عناب
- ۷۲۰ خواص داروئی سیب
- ۷۲۱ خواص داروئی سیب زمینی
- ۷۲۱ خواص داروئی شاهدانه
- ۷۲۲ لیموترش
- ۷۲۴ اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۲)

- ۷۲۶ بابونه برای درمان بی خوابی و رفع کابوسهای شبانه
- ۷۲۷ درمان تهوع با زنجبیل
- ۷۲۷ خواص دارویی سیر
- ۷۲۹ خواص دارویی شلغم
- ۷۳۰ خواص دارویی فندق
- ۷۳۰ طب گیاهی ، کهن ترین شیوه درمان
- ۷۳۳ نکاتی در باره چای سبز
- ۷۳۴ خواص دارویی کیوی و مضرات آن
- ۷۳۶ خواص درمانی یک ساقه ترش و ملس
- ۷۳۶ درمان انواع بیماریهای جنسی با گیاهان دارویی
- ۷۳۷ درمان بیماریهای معده با گیاهان
- ۷۳۸ میوه درمانی
- ۷۳۹ سیر و خواص طبی آن
- ۷۴۲ خیار تصفیه کننده خون
- ۷۴۳ بیبوست را به راحتی درمان کنید!!
- ۷۴۵ بابونه ، پزشک گیاهان
- ۷۵۱ خواص داروئی بادام
- ۷۵۵ خواص هل؛ دانه معطر
- ۷۵۷ خواص دارچین
- ۷۶۲ زردآلو و خواص آن
- ۷۶۵ گیاه شگفت انگیز ریحان **Tulsi**
- ۷۶۸ مارچوبه
- ۷۷۲ میخک
- ۷۷۵ خواص موز

۷۷۸	آووکادو
۷۸۱	سنبل الطیب
۷۸۶	صبر زرد (آلوئه ورا)
۷۸۹	هویج و خواص دارویی آن (Carrot)
۷۹۳	سیب بهشتی
۷۹۸	فواید چغندر
۸۰۳	خواص و فواید عناب
۸۱۳	خواص آویشن
۸۳۴	گیاهان ودرمان کلسترول
۸۴۵	تاجریزی
۸۴۶	ترب
۸۴۷	زعفران ، طلای سرخ
۸۵۸	روناس ، لوله بازکن بدن
۸۶۴	بلوط ، زیبا و مقوی
۸۶۹	چای ، محبوبترین نوشیدنی جهان
۸۸۱	روغن زیتون پرمایه
۸۸۱	آهن
۸۸۲	خواص دارویی رازیانه
۸۸۷	نسخه های شفا بخش آفتابگردان
۸۸۷	نسخه های شفا بخش هندوانه
۸۸۸	نسخه های شفا بخش هویج
۸۸۹	نسخه های شفا بخش هلو
۸۸۹	نسخه های شفا بخش گیلاس
۸۸۹	نسخه های شفا بخش تمشک

- ۸۹۰ نسخه های شفا بخش پیاز دیاستاز
- ۸۹۰ نسخه های شفا بخش پسته
- ۸۹۱ نسخه های شفا بخش به
- ۸۹۱ نسخه های شفا بخش انجیر
- ۸۹۲ نسخه های شفا بخش سیر
- ۸۹۲ نسخه های شفا بخش توت فرنگی
- ۸۹۲ نسخه های شفا بخش انار
- ۸۹۴ نسخه های شفا بخش انگور
- ۸۹۴ نسخه های شفا بخش آلوی خشک
- ۸۹۴ نسخه های شفا بخش کدو
- ۸۹۵ نسخه های شفا بخش گریپ فروت
- ۸۹۵ نسخه های شفا بخش گللابی
- ۸۹۶ نسخه های شفا بخش گردو
- ۸۹۶ نسخه های شفا بخش عناب
- ۸۹۷ نسخه های شفا بخش شلغم
- ۸۹۸ نسخه های شفا بخش سنجد
- ۸۹۸ نسخه های شفا بخش خیار
- ۸۹۹ نسخه های شفا بخش زرشک
- ۸۹۹ نسخه های شفا بخش بالنگ
- ۸۹۹ نسخه های شفا بخش عسل
- ۹۰۰ نسخه های شفا بخش سیب
- ۹۰۱ نسخه های شفا بخش زیتون
- ۹۰۱ نسخه های شفا بخش پرتقال
- ۹۰۱ نسخه های شفا بخش توت

- نسخه های شفا بخش خربزه ۹۰۲
- نسخه های شفا بخش بلوط ۹۰۲
- نسخه های شفا بخش بادام تلخ ۹۰۲
- نسخه های شفا بخش غوره ۹۰۳
- نسخه های شفا بخش قهوه ۹۰۳
- نسخه های شفا بخش لیمو ۹۰۴
- نسخه های شفا بخش آناناس ۹۰۵
- نسخه های شفا بخش ماست ۹۰۵
- نسخه های شفا بخش موز ۹۰۵
- نسخه های شفا بخش نارگیل ۹۰۵
- نسخه های شفا بخش پایا (خربزه درختی) ۹۰۶
- گردو از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری می کند ۹۰۶
- کرم ضدافتادگی پوست آناناس ۹۰۷
- چای لیمو، زنجبیل و سنبل الطیب ۹۰۷
- کاربرد طبی گیاهان ۹۰۸
- تسکین درد با استفاده از فلفل قرمز! ۹۱۰
- خواص دارویی انجیر ۹۱۱
- خواص و کاربرد گلرنگ ۹۱۳
- خواص و کاربرد دارچین ۹۱۵
- خواص و کاربرد رازیانه ۹۲۲
- خواص و کاربرد درخت میخک ۹۲۴
- خواص و کاربرد وانیل ۹۲۶
- خواص و کاربرد زنیان ۹۲۸
- خواص و کاربرد زیره سیاه ۹۲۹

- ۹۳۱ خواص و کاربردی سبز
- ۹۳۲ زردچوبه ؛ ماده غذایی ، داروی گیاهی
- ۹۳۴ خواص و عوارض کندورانگو
- ۹۳۵ خواص تمبر هندی
- ۹۳۶ گیاهانی برای حفظ گردش خون
- ۹۳۷ درمان با گیاهان معجزه آسا
- ۹۳۹ بابونه ؛ تقویت کننده تلخ
- ۹۴۱ گل گاوزبان، تقویت کننده حواس پنجگانه
- ۹۴۲ خواص مفید کنجد و موارد استحصالی از آن
- ۹۴۶ تاثیر گیاه کلم در درمان سرطان معده
- ۹۵۰ خواص سیر و خواندنی های درباره آن
- ۹۵۵ با کلم به جنگ سرطان بروید
- ۹۵۶ تاثیر زنجبیل بر زنان باردار
- ۹۵۶ آی نعنا، نعنا، پونه
- ۹۵۸ انجیر ؛ از چاقی تا درد دندان
- ۹۵۹ خواص ۶ گیاه در کلام پیشوای صادق
- ۹۶۲ طب گیاهی و خواص میوه ها در کلام امام باقر (ع)
- ۹۶۸ خواص دارویی پونه
- ۹۷۰ درباره جعفری
- ۹۷۱ کشف تاثیر مصرف آلو در جلوگیری از پوکی استخوان
- ۹۷۲ پیش گیری از سکته قلبی با مصرف پسته
- ۹۷۲ اثر درمانگر میوه های خشک
- ۹۷۳ خرما، عامل شادابی، طراوت و درمان بیماری ها
- ۹۷۵ خواص میوه ها و تاثیر آن در تعادل سیستم بدن

- ۹۷۶ باقلا اثری نیرو بخش دارد
- ۹۷۷ تاثیر توت در رفع تشنگی
- ۹۷۷ مصرف زیتون به جای داروهای مسکن
- ۹۷۸ چای بابونه شفا بخش است
- ۹۷۸ خروسک
- ۹۷۹ گل‌های تیغ دار از سرما خوردگی جلوگیری می کنند
- ۹۷۹ انجیر میوه درمانگر
- ۹۸۰ گریپ فروت برای سلامت قلب و عروق و کاهش وزن بدن مفی
- ۹۸۱ آب میوه های طبیعی
- ۹۸۱ بروکلی و گوجه فرنگی، دو میوه مفید برای سلامت مردان
- ۹۸۲ هندوانه بخوریم یا لیکوپن؟
- ۹۸۳ سیر، دشمن باکتری و ویروس
- ۹۸۳ هویج دشمن کم خونی
- ۹۸۴ آب هندوانه
- ۹۸۵ سویا، لوبیای سحرآمیز
- ۹۸۶ خواص عسل
- ۹۹۰ خواص کشک، زینت آش ها
- ۹۹۱ سویا در نقش قرص ضد بارداری
- ۹۹۲ تأثیر ترب در بهبود ناراحتی کلیه
- ۹۹۳ انجیر میوه درمان گر
- ۹۹۳ فراوانی خواص کاهو
- ۹۹۴ قارچ
- ۹۹۵ پخته و خام، کلم بخورید
- ۹۹۶ تاثیر روغن زیتون در جلوگیری از بیماری ها

- گیاه‌خواری سطح فشار خون را در حد مطلوب نگه می‌دارد ۹۹۸
- تاثیر عصاره گوجه فرنگی در کاهش فشار خون ۹۹۹
- میوه،مانعی برای تصلب شرایین ۹۹۹
- عسل معجزه علم تغذیه ۱۰۰۰
- خواص دارویی سماق ۱۰۰۴
- نارنگی،دردهای عصبی را تسکین می دهد ۱۰۰۴
- اسفناج، برگ سبزی که به جهان هدیه کردیم ۱۰۰۴
- اسفناج خطر نابینایی را کاهش می دهد ۱۰۰۵
- میوه های قرمز خواص بیشتری دارند ۱۰۰۵
- نوشیدن چای سبز خطر مرگ را کاهش می دهد ۱۰۰۶
- سبزیجات و میوه ها ضامن سلامتی ۱۰۰۶
- پرتقال بهترین عامل تصفیه خون ۱۰۰۷
- تاثیر عسل در درمان سرفه ۱۰۰۸
- خواص دارویی چای ۱۰۰۸
- استفاده از سویا تضمین سلامتی خانواده است ۱۰۰۹
- دانشتهایی از میوه به ۱۰۱۰
- شنبلیله برای درمان دیابت ۱۰۱۱
- کیوی مانع جذب کلسیم می شود ۱۰۱۱
- آشنایی با انواع چای و خواص آنها ۱۰۱۱
- سرکه سمبل سن و صبر ۱۰۱۴
- خصوصیات اقلیمی گیاهان دارویی ۱۰۱۵
- یونجه ۱۰۱۵
- بادام ۱۰۱۶
- صبرزرد ۱۰۱۸

- سیب ۱۰۱۹
- زردآلو ۱۰۲۰
- آرتیشو (کنگر فرنگی) ۱۰۲۱
- مارچوبه ۱۰۲۲
- آووکادو ۱۰۲۲
- موز ۱۰۲۳
- زرشک ۱۰۲۴
- جو ۱۰۲۵
- ریحان ۱۰۲۶
- چغندر ۱۰۲۶
- سنبل الطیب (علف گربه) ۱۰۲۷
- گاوزبان ۱۰۲۸
- بابا آدم ۱۰۲۸
- هل ۱۰۲۹
- هویج ۱۰۳۰
- فلوس ۱۰۳۱
- بابونه ۱۰۳۲
- نخود ۱۰۳۳
- دارچین ۱۰۳۴
- میخک ۱۰۳۵
- نارگیل ۱۰۳۶
- قهوه ۱۰۳۷
- گشنیز ۱۰۳۸
- ذرت ۱۰۳۹

- ۱۰۳۹ خیار
- ۱۰۴۰ زیره سبز (کراپیه)
- ۱۰۴۱ قاصدک
- ۱۰۴۲ خرما
- ۱۰۴۲ شوید
- ۱۰۴۳ بادمجان
- ۱۰۴۴ آقطی سیاه (انگو کولی)
- ۱۰۴۵ باقلا
- ۱۰۴۶ رازیانه
- ۱۰۴۷ شنبلیله
- ۱۰۴۸ انجیر
- ۱۰۴۹ تخم کتان
- ۱۰۵۰ خاکشیر
- ۱۰۵۰ سیر
- ۱۰۵۲ کوشاد (ژانسیان)
- ۱۰۵۲ زنجبیل
- ۱۰۵۳ انگور
- ۱۰۵۵ گریپ فروت
- ۱۰۵۶ ماهیران کبیر
- ۱۰۵۷ فندق
- ۱۰۵۷ دم اسب
- ۱۰۵۸ گیاه زوفا
- ۱۰۵۹ عناب
- ۱۰۵۹ لوبیا

- ۱۰۶۰ علف هفت بند
- ۱۰۶۱ اسطوخودوس (لاواندر)
- ۱۰۶۲ لیمو ترش
- ۱۰۶۲ عدس
- ۱۰۶۳ کاهو
- ۱۰۶۴ شیرین بیان Liquorice
- ۱۰۶۵ روناس
- ۱۰۶۶ انبه
- ۱۰۶۶ ختمی
- ۱۰۶۷ گزنه
- ۱۰۶۸ بلوط - گز علفی (شیره بلوط)
- ۱۰۶۹ جو دوسر (یولاف)
- ۱۰۶۹ زیتون
- ۱۰۷۰ پیاز
- ۱۰۷۲ پرتقال
- ۱۰۷۳ جعفری
- ۱۰۷۳ هلو
- ۱۰۷۴ بادام زمینی
- ۱۰۷۵ گلابی
- ۱۰۷۶ نعناع
- ۱۰۷۷ پسته
- ۱۰۷۸ انار
- ۱۰۷۹ سیب زمینی
- ۱۰۸۰ ترب و تربچه

- ۱۰۸۰ شبدر قرمز
- ۱۰۸۱ برنج
- ۱۰۸۳ زعفران
- ۱۰۸۴ کنجد
- ۱۰۸۴ لوبیای سویا
- ۱۰۸۶ اسفناج
- ۱۰۸۷ کدو
- ۱۰۸۸ چای کوهی
- ۱۰۸۹ تمبر هندی
- ۱۰۸۹ گوجه فرنگی
- ۱۰۹۱ زردچوبه
- ۱۰۹۱ شلغم
- ۱۰۹۲ شاه پسند وحشی
- ۱۰۹۳ گردو
- ۱۰۹۴ هندوانه
- ۱۰۹۵ توس (غان)
- ۱۰۹۵ اکیناسه
- ۱۰۹۷ دیژیتال
- ۱۰۹۷ کیوی
- ۱۰۹۸ آویشن
- ۱۰۹۸ کاهو؛ معجزه سبز
- ۱۰۹۹ خارمریم
- ۱۱۰۰ بارهنگ
- ۱۱۰۰ آلاله ایرانی

۱۱۰۰	خارخاسک
۱۱۰۱	تاتورہ
۱۱۰۱	رزماری
۱۱۰۲	گل ساعتی
۱۱۰۲	آنغوزه
۱۱۰۳	مورد
۱۱۰۳	توتی از نوع فرنگی
۱۱۰۵	کرفس
۱۱۰۵	بهارنارنج
۱۱۰۶	کلم
۱۱۰۷	شاه تره
۱۱۰۷	سدر
۱۱۰۷	مریم گلی
۱۱۰۸	باور شیو
۱۱۰۸	به
۱۱۰۹	آلبالو
۱۱۱۰	کنجد
۱۱۱۱	شاهی
۱۱۱۳	قارچ
۱۱۱۴	کدو حلوایی
۱۱۱۶	کاسنی
۱۱۱۷	پرسیاوشان
۱۱۱۸	پنج انگشت
۱۱۱۸	پنبه

۱۱۱۹	پونه
۱۱۲۰	پنج برگ
۱۱۲۰	ترنج
۱۱۲۱	ترخون
۱۱۲۲	تنبول
۱۱۲۲	تنوب
۱۱۲۲	توت
۱۱۲۳	کافور
۱۱۲۳	کاجیره
۱۱۲۴	کرچک
۱۱۲۴	کنگر
۱۱۲۵	کندر
۱۱۲۶	نرگس
۱۱۲۶	نسرین
۱۱۲۷	نشاسته
۱۱۲۷	نیلوفر
۱۱۲۸	هزار چشم
۱۱۲۸	هليله
۱۱۲۹	هفت بند
۱۱۲۹	ماش دارو
۱۱۲۹	مازو
۱۱۳۰	مریم نخودی
۱۱۳۰	مرزنگوش
۱۱۳۱	موسیر

۱۱۳۱	گاودانه
۱۱۳۲	گل صد تومانی
۱۱۳۲	گل گندم
۱۱۳۳	گل سرخ
۱۱۳۴	گل قاصد
۱۱۳۴	گندنا
۱۱۳۵	گون کتیرا
۱۱۳۵	گوش فیل
۱۱۳۵	ثعلب
۱۱۳۶	فاخره
۱۱۳۶	فاوانیا
۱۱۳۶	لفل دراز
۱۱۳۷	صنوبر
۱۱۳۷	عشقه
۱۱۳۸	عنصل
۱۱۳۸	شاه دانه
۱۱۳۸	شیدر
۱۱۳۹	شبت - شوید
۱۱۳۹	شفتالو
۱۱۴۰	شقایق (لاله)
۱۱۴۰	شکر
۱۱۴۱	سرخس
۱۱۴۱	سرخدار
۱۱۴۱	سرو

- ۱۱۴۲ سماق
- ۱۱۴۳ سندروس
- ۱۱۴۳ سنبل
- ۱۱۴۴ سورنجان
- ۱۱۴۴ سوسن
- ۱۱۴۵ سوسنبر
- ۱۱۴۶ سیاه دانه
- ۱۱۴۶ ریس
- ۱۱۴۷ ریواس
- ۱۱۴۷ زالک
- ۱۱۴۷ زغال اخته (مران)
- ۱۱۴۸ زنبق (ایرسا)
- ۱۱۴۹ جنطیانا
- ۱۱۴۹ چنار
- ۱۱۵۰ حرشف
- ۱۱۵۰ خار شتری
- ۱۱۵۰ خرفه
- ۱۱۵۱ خربزه
- ۱۱۵۲ خردل
- ۱۱۵۳ خرزهره
- ۱۱۵۳ خرنوب
- ۱۱۵۳ خربق
- ۱۱۵۴ خربق سیاه
- ۱۱۵۴ خطمی

- ۱۱۵۵ آبنوس
- ۱۱۵۵ آلو
- ۱۱۵۶ ابر مرده (اسفنج)
- ۱۱۵۶ استبرک (غلب لب)
- ۱۱۵۷ اسفرزه
- ۱۱۵۷ اشنان
- ۱۱۵۷ افسنتین
- ۱۱۵۸ اقاقیا
- ۱۱۵۹ انگدان
- ۱۱۵۹ انیسون
- ۱۱۶۰ بسباسه
- ۱۱۶۰ بلادر
- ۱۱۶۰ بنفشه
- ۱۱۶۱ بیدمشک
- ۱۱۶۱ گل ختمی ، گل همه کاره
- ۱۱۶۶ اکلیل کوهی
- ۱۱۶۸ برگ بو
- ۱۱۷۰ جینکو، قدیمی ترین گونه گیاهی جهان
- ۱۱۷۱ مرزه
- ۱۱۷۲ مویزک
- ۱۱۷۳ اصول کلی در استفاده از گیاهان دارویی
- ۱۱۷۳ اندازه ها و مقادیر
- ۱۱۷۳ تاریخچه استفاده از گیاهان دارویی
- ۱۱۷۶ تا می توانید میوه و سبزی بخورید

- ۱۱۷۷ ----- تغذیه و درمان با سبزی های صحرایی
- ۱۱۸۰ ----- داروهای گیاهی را نمی توان به طور کامل جایگزین دارو
- ۱۱۸۱ ----- تهدیدهای دارویی
- ۱۱۸۳ ----- سبزیجات و میوه ها؛ ضامن سلامتی
- ۱۱۸۴ ----- کمکهای اولیه با گیاهان دارویی
- ۱۱۸۶ ----- استفاده سالمندان از داروهای گیاهی
- ۱۱۸۶ ----- مصرف اشتباه داروهای گیاهی
- ۱۱۸۷ ----- طرز تهیه داروهای گیاهی
- ۱۱۹۰ ----- دسته بندی داروهای گیاهی بر اساس (مزاج - مزه - ک
- ۱۲۰۳ ----- آشنایی با برخی از منابع مهم در طب سنتی
- ۱۲۰۵ ----- نگاهی به عوارض داروهای گیاهی بر پوست
- ۱۲۰۶ ----- مرجع کامل داروها
- ۱۲۰۶ ----- ATENOLOL
- ۱۲۰۸ ----- AZITHROMYCIN
- ۱۲۰۸ ----- ASPIRIN
- ۱۲۱۰ ----- ACYCLOVIR
- ۱۲۱۱ ----- ALBUTEROL
- ۱۲۱۲ ----- ALPRAZOLAM
- ۱۲۱۳ ----- ALENDRONATE
- ۱۲۱۴ ----- AMPICILLIN
- ۱۲۱۴ ----- AMLODIPINE
- ۱۲۱۶ ----- AMOXICILLIN
- ۱۲۱۷ ----- AMOXICILLIN_CLAVULANATE
- ۱۲۱۸ ----- AMITRIPTYLINE

۱۲۱۹	ERYTHROMYCIN
۱۲۲۰	ACEBUTOLOL
۱۲۲۱	BECLOMETHASONE NASAL SPRAY
۱۲۲۲	ACETAMINOPHEN
۱۲۲۴	ESTRADIOL
۱۲۲۵	ESTROGENS_CONJUGATED
۱۲۲۶	OFLOXACIN
۱۲۲۷	OXACILLIN
۱۲۲۸	INSULIN REGULAR
۱۲۳۰	IBUPROFEN
۱۲۳۱	ETODOLAC
۱۲۳۲	IMIPRAMINE
۱۲۳۳	INDOMETHACIN
۱۲۳۴	ISOSORBIDE
۱۲۳۶	BECLOMETHASONE INHALATION
۱۲۳۷	BUSPIRONE
۱۲۳۸	PAROXETINE
۱۲۳۹	PROPRANOLOL
۱۲۴۰	PENTOXIFYLLINE
۱۲۴۱	PENICILLIN - G
۱۲۴۲	PENICILLIN - V
۱۲۴۳	TAMOXIFEN
۱۲۴۴	TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE
۱۲۴۵	TIMOLOL

۱۲۴۶	GEMFIBROZIL
۱۲۴۷	DOXYCYCLIN
۱۲۴۸	DIAZEPAM
۱۲۴۹	DIPHENHYDRAMINE
۱۲۵۰	DICLOFENAC
۱۲۵۱	DIGOXIN
۱۲۵۳	DILTIAZEM
۱۲۵۴	RANITIDINE
۱۲۵۶	CIMETIDINE
۱۲۵۶	SERTRALINE
۱۲۵۷	CEFADROXIL
۱۲۵۸	CEFACTOR
۱۲۵۹	CEPHALEXIN
۱۲۶۰	CEFUROXIME
۱۲۶۱	CEFIXIME
۱۲۶۲	CIPROFLOXACIN
۱۲۶۳	CISAPRIDE
۱۲۶۳	POTASSIUM CHLORIDE
۱۲۶۴	FAMOTIDINE
۱۲۶۵	FEXOFENADINE
۱۲۶۶	FLUOXETINE
۱۲۶۷	FLUCONAZOLE
۱۲۶۷	FLUVASTATIN
۱۲۶۸	PHENYTOIN

۱۲۷۱	CAPTOPRIL
۱۲۷۲	CARBAMAZEPINE
۱۲۷۳	KETOPROFEN
۱۲۷۴	CLARITHROMYCIN
۱۲۷۵	CHOLESTYRAMINE
۱۲۷۶	CLOMIPRAMINE
۱۲۷۷	CLONAZEPAM
۱۲۷۸	LORAZEPAM
۱۲۷۹	LEVOTHYROXINE
۱۲۸۰	LOVSTATIN
۱۲۸۰	LITIUM
۱۲۸۱	METRONIDAZOLE
۱۲۸۲	METFORMIN
۱۲۸۳	METHYLPREDNISOLONE
۱۲۸۴	METHYLPHENIDATE
۱۲۸۵	CROMOLYN
۱۲۸۷	NEFAZODONE
۱۲۸۸	NITROGLYCERIN
۱۲۹۰	NIFEDIPIN
۱۲۹۱	HYDROCHLOROTHIAZIDE
۱۲۹۲	VERAPAMILE
۱۲۹۴	VALPRAIC ACID
۱۲۹۵	ACETYLCYSTEINE
۱۲۹۵	ACTIVATED CHARCOAL

۱۲۹۶	AMYL NITRITE
۱۲۹۷	ATROPINE
۱۲۹۹	CALCIUM DISODIUM EDTATE
۱۳۰۰	DEFEROXAMINE
۱۳۰۱	DICOBALT EDETATE
۱۳۰۴	DIMERCAPROL
۱۳۰۷	DISODIUM EDETATE
۱۳۰۸	OBIDOXIME CHLORIDE
۱۳۰۸	PENICILLAMINE
۱۳۰۹	SODIUM THIOSULFATE
۱۳۱۰	CHLORPHENIRAMINE
۱۳۱۱	CINNARIZINE
۱۳۱۱	CLEMASTINE
۱۳۱۲	CYPROHEPTADINE HCl
۱۳۱۳	DIMENHYDRINATE
۱۳۱۴	DIPHENHYDRAMINE
۱۳۱۵	DIPHENHYDRAMINE COMPOUND
۱۳۱۶	HYDROXYZINE
۱۳۱۶	PROMETHAZINE HCl
۱۳۱۸	TERFENADINE
۱۳۱۹	ACICLOVIR
۱۳۲۰	CYCLOPHOSPHAMIDE
۱۳۲۱	CYTARABINE
۱۳۲۲	DACARBAZINE

۱۳۲۳	ISONIAZID
۱۳۲۴	PYRAZINAMIDE
۱۳۲۴	(RIFAMPIN (RIFAMPICIN
۱۳۲۶	STREPTOMYCIN
۱۳۲۷	AMINOGLYCOSIDES
۱۳۲۸	AMIKACIN
۱۳۲۸	GENTAMICIN
۱۳۳۰	NEOMYCIN
۱۳۳۰	PAROMOMYCIN
۱۳۳۱	TOBRAMYCIN
۱۳۳۱	ANTIFUNGAL DRUGS
۱۳۳۲	AMPHOTERICIN B
۱۳۳۴	CLOTRIMAZOLE
۱۳۳۴	FLUCONAZOLE
۱۳۳۶	FLUCYTOSINE
۱۳۳۷	GRISEOFULVIN
۱۳۳۸	KETOCONAZOLE
۱۳۳۹	NYSTATIN
۱۳۴۰	CEPHALOSPORINS
۱۳۴۰	CEFAZOLIN
۱۳۴۱	CEFOTAXIME
۱۳۴۲	CEFTAZIDIME
۱۳۴۴	CEFTIZOXIME
۱۳۴۵	CEPHALEXIN

۱۳۴۶	CEPHALOTHIN
۱۳۴۷	ANTILEPROTIC DRUGS
۱۳۴۷	CLOFAZIMINE
۱۳۴۸	DAPSONE
۱۳۴۹	CHLORAMPHENICOL
۱۳۵۰	CIPROFLOXACIN
۱۳۵۲	CLINDAMYCIN
۱۳۵۳	CO-TRIMOXAZOLE
۱۳۵۴	ERYTHROMYCIN
۱۳۵۵	FURAZOLIDONE
۱۳۵۶	METRONIDAZOLE
۱۳۵۸	NALIDIXIC ACID
۱۳۵۹	NITROFURANTOIN
۱۳۶۰	OFLOXACIN
۱۳۶۱	NAFCILLIN SODIUM
۱۳۶۲	PENICILLIN ۶.۳.۳
۱۳۶۳	PENICILLIN G
۱۳۶۳	PENICILLIN G BENZATHINE
۱۳۶۵	PENICILLIN G
۱۳۶۵	PENICILLIN V POTASSIUM
۱۳۶۶	PIPERACILLIN
۱۳۶۷	SPECTINOMYCIN
۱۳۶۸	SPIRAMYCIN
۱۳۶۸	SULFADIAZINE

۱۳۷۰	TETRACYCLINES
۱۳۷۰	DOXYCYCLINE
۱۳۷۱	TETRACYCLINE HCl
۱۳۷۳	VANCOMYCIN
۱۳۷۴	ZIDOVUDINE
۱۳۷۵	ASPARAGINASE
۱۳۷۶	BLEOMYCIN
۱۳۷۷	BUSERELIN
۱۳۷۷	BUSULFAN
۱۳۷۸	CARBOPLATIN
۱۳۷۹	CARMUSTINE
۱۳۸۰	CHLORAMBUCIL
۱۳۸۰	(CHLORMETHINE (NITROGEN MUSTARD
۱۳۸۱	CISPLATIN
۱۳۸۲	CLADRIBINE
۱۳۸۳	CYCLOPHOSPHAMIDE
۱۳۸۴	CYTARABINE
۱۳۸۵	DACARBAZINE
۱۳۸۵	DACTINOMYCIN
۱۳۸۶	DAUNORUBICIN HCl
۱۳۸۷	DOXORUBICIN HCl
۱۳۸۸	EPIRUBICIN HCl
۱۳۸۹	ESTRAMUSTINE
۱۳۹۰	ETOPOSIDE

۱۳۹۰	FLUOROURACIL
۱۳۹۲	HEXAMETHYLMELAMINE
۱۳۹۳	HYDROXYUREA
۱۳۹۳	IDARUBICIN
۱۳۹۴	IFOSFAMIDE
۱۳۹۴	(INTERFERONS (ALPHA
۱۳۹۶	LEUCOVORIN
۱۳۹۷	LOMUSTINE
۱۳۹۸	MELPHALAN
۱۳۹۸	MERCAPTOPYRINE
۱۳۹۹	MESNA
۱۴۰۰	METHOTREXATE
۱۴۰۲	MITOMYCIN
۱۴۰۳	MITOTANE
۱۴۰۴	MITOXANTRONE
۱۴۰۵	OCTREOTIDE
۱۴۰۶	PACLITAXEL
۱۴۰۶	PREDNIMUSTINE
۱۴۰۷	PROCARBAZINE
۱۴۰۷	STREPTOZOCIN
۱۴۰۸	TAMOXIFEN
۱۴۰۹	THIOGUANINE
۱۴۱۰	VINBLASTINE SULFATE
۱۴۱۰	VINCRIStINE SULFATE

۱۴۱۱	VINDESIN SULFATE
۱۴۱۱	ALBENDAZOLE
۱۴۱۲	CHLOROQUINE
۱۴۱۴	CROTAMITON
۱۴۱۴	DEHYDROEMETINE HCl
۱۴۱۵	DIETHYLCARBAMAZINE CITRATE
۱۴۱۵	DILOXANIDE FUROATE
۱۴۱۶	IDOQUINOL
۱۴۱۶	LEVAMISOLE
۱۴۱۸	LINDANE
۱۴۱۹	MEBENDAZOLE
۱۴۱۹	MEGLUMINE ANTIMONATE
۱۴۲۰	NICLOSAMIDE
۱۴۲۱	PIPERAZINE
۱۴۲۲	PRAZIQUANTEL
۱۴۲۳	PRIMAQUINE
۱۴۲۳	PYRIMETHAMINE
۱۴۲۴	PYRVINIUM
۱۴۲۵	QUININE
۱۴۲۶	STIBOGLUCONATE SODIUM
۱۴۲۷	THIABENDAZOLE
۱۴۲۹	CARBAMIDE PEROXIDE
۱۴۲۹	CETYLPIRIDINIUM CHLORIDE
۱۴۳۰	CHLORHEXIDINE GLUCONATE

۱۴۳۰	CHLOROXYLENOL
۱۴۳۱	(GLUTARAL (GLUTARALDEHYDE
۱۴۳۱	PARAFORMALDEHYDE
۱۴۳۱	POVIDONE IODINE
۱۴۳۳	DOPAMINE HCl
۱۴۳۴	EPHEDRINE
۱۴۳۵	EPINEPHRINE
۱۴۳۶	ISOPROTERENOL HCl
۱۴۳۷	METAPROTERENOL SULFATE
۱۴۳۸	NEOSTIGMINE METHYLSULFATE
۱۴۳۹	NOREPINEPHRINE BITARTRATE
۱۴۴۰	PHENOXYBENZAMINE HCl
۱۴۴۱	PHENTOLAMINE MESYLATE
۱۴۴۲	PYRIDOSTIGMINE
۱۴۴۳	TRIHENYPHENIDYL
۱۴۴۳	DESMOPRESSIN
۱۴۴۴	DIPYRIDAMOLE
۱۴۴۶	(ERYTHROPOETIN (EPOETIN
۱۴۴۸	FACTOR IX COMPLEX
۱۴۴۹	FIBRINOGEN
۱۴۵۰	GELATIN MODIFIED
۱۴۵۰	HEPARIN
۱۴۵۲	PROTAMINE
۱۴۵۲	THROMBOLYTIC AGENTS

۱۴۵۳	STREPTOKINASE
۱۴۵۴	UROKINASE
۱۴۵۵	TRANEXAMIC ACID
۱۴۵۶	WARFARIN SODIUM
۱۴۵۷	ACA
۱۴۵۸	ACETAMINOPHEN
۱۴۵۹	ALFENTANIL
۱۴۶۰	ALPRAZOLAM
۱۴۶۱	ANTICONVULSANT DRUGS
۱۴۶۲	ACETAZOLAMIDE
۱۴۶۳	CARBAMAZEPINE
۱۴۶۴	ETHOSUXIMIDE
۱۴۶۵	LAMOTRIGINE
۱۴۶۶	PHENOBARBITAL
۱۴۶۷	PHENYTOIN SODIUM
۱۴۶۸	PRIMIDONE
۱۴۶۹	VALPROATE SODIUM
۱۴۷۰	ANTIDEPRESSANT DRUGS
۱۴۷۳	AMITRIPTYLINE HCl
۱۴۷۴	CLOMIPRAMINE HCl
۱۴۷۶	DESIPRAMINE HCl
۱۴۷۷	FLUOXETINE
۱۴۷۸	IMIPRAMINE HCl
۱۴۷۹	MAPROTILINE HCl

۱۴۸۰	NORTRIPTYLINE HCl
۱۴۸۱	TRANLYCYPROMINE
۱۴۸۳	TRAZODONE HCl
۱۴۸۴	(ASA (Acetylsalicylic Acid
۱۴۸۵	BUPIVACAINE
۱۴۸۶	BUPRENORPHINE
۱۴۸۷	CHLORDIAZEPOXIDE
۱۴۸۸	CHLORPROMAZINE HCl
۱۴۸۹	CITICOLINE
۱۴۸۹	CLOBAZAM
۱۴۹۰	CLONAZEPAM
۱۴۹۱	CLOZAPINE
۱۴۹۳	CODEINE PHOSPHATE
۱۴۹۳	DIHYDROERGOTAMINE MESYLATE
۱۴۹۴	DIHYDROERGOTOXINE MESYLATE
۱۴۹۵	DROPERIDOL
۱۴۹۶	ENFLURANE
۱۴۹۷	ERGOTAMINE-C
۱۴۹۷	ETHER
۱۴۹۸	ETOMIDATE
۱۴۹۹	FENTANYL
۱۵۰۰	FLUMAZENIL
۱۵۰۰	FLUPENTIXOL DECANOATE
۱۵۰۱	FLUPHENAZINE

۱۵۰۳	FLURAZEPAM
۱۵۰۳	HALOPERIDOL
۱۵۰۵	HALOTHANE
۱۵۰۶	IBUPROFEN
۱۵۰۷	INDOMETHACIN
۱۵۰۸	ISOFLURANE
۱۵۰۹	KETAMINE
۱۵۱۰	LEVODOPA
۱۵۱۱	LEVODOPA-C
۱۵۱۲	LIDOCAINE
۱۵۱۴	LITHIUM CARBONATE
۱۵۱۶	LORAZEPAM
۱۵۱۷	MAGNESIUM SULFATE
۱۵۱۸	MEFENAMIC ACID
۱۵۱۹	MEPIVACAINE HCl
۱۵۱۹	METHADONE HCl
۱۵۲۰	MIDAZOLAM
۱۵۲۱	MORPHINE SULFATE
۱۵۲۲	NALOXONE HCl
۱۵۲۳	NAPROXEN
۱۵۲۴	NITROUS OXIDE
۱۵۲۵	OXAZEPAM
۱۵۲۵	PENTAZOCINE
۱۵۲۶	PERPHENAZINE

۱۵۲۷	PETHIDINE HCl
۱۵۲۸	PIROXICAM
۱۵۲۹	PRILOCAINE-F
۱۵۳۰	PROMETHAZINE HCl
۱۵۳۲	PROPOFOL
۱۵۳۳	SELEGILINE
۱۵۳۳	SUFENTANIL
۱۵۳۴	TETRACAINE HCl
۱۵۳۵	THIOPENTAL SODIUM
۱۵۳۷	THIORIDAZINE
۱۵۳۸	THIOTHIXENE
۱۵۳۹	TOLMETIN
۱۵۴۰	TRIFLUOPERAZINE
۱۵۴۱	AMIODARONE HCl
۱۵۴۳	BETA - ADRENERGIC
۱۵۴۴	ATENOLOL
۱۵۴۵	PROPRANOLOL HCl
۱۵۴۷	BRETYLIUM TOSYLATE
۱۵۴۸	CALCIUM CHANNEL
۱۵۴۹	DILTIAZEM HCl
۱۵۵۰	NIFEDIPINE
۱۵۵۱	VERAPAMIL HCl
۱۵۵۳	CLOFIBRATE
۱۵۵۳	CLONIDINE HCl

۱۵۵۵	(DIAZOXIDE (Parenteral
۱۵۵۶	DIGOXIN
۱۵۵۸	DISOPYRAMIDE
۱۵۵۹	DIURETICS
۱۵۶۰	AMILORIDE-H
۱۵۶۱	CAPTOPRIL
۱۵۶۲	CHLORTHALIDONE
۱۵۶۳	ENALAPRIL MALEATE
۱۵۶۵	ETHACRYNIC ACID
۱۵۶۶	FUROSEMIDE
۱۵۶۸	HYDROCHLOROTHIAZIDE
۱۵۶۹	MANNITOL
۱۵۷۰	SPIRONOLACTONE
۱۵۷۱	TRIAMTERENE-H
۱۵۷۲	GEMFIBROZIL
۱۵۷۳	HYDRALAZINE HCl
۱۵۷۵	ISOXSUPRINE
۱۵۷۵	LIDOCAINE HCl
۱۵۷۶	LOVASTATIN
۱۵۷۷	METHYLDOPA
۱۵۷۸	(MINOXIDIL (Systemic
۱۵۷۹	NITRATES
۱۵۷۹	ISOSORBIDE DINITRATE
۱۵۸۱	NITROGLYCERIN

۱۵۸۳	NITROPRUSSIDE SODIUM
۱۵۸۴	PRAZOSIN
۱۵۸۵	PROCAINAMIDE HCl
۱۵۸۶	PROPAFENONE HCl
۱۵۸۸	RESERPINE
۱۵۸۹	BENZOCAINE
۱۵۸۹	BENZOYL PEROXIDE
۱۵۹۰	(BETAMETHASONE (Topical
۱۵۹۱	CALAMINE
۱۵۹۱	CAPSICUM
۱۵۹۲	CLOBETASOL PROPIONATE
۱۵۹۳	COAL TAR
۱۵۹۴	DEXPANTHENOL
۱۵۹۴	DITHRANOL
۱۵۹۵	FIBRINOLYSIN
۱۵۹۶	FLUOCINOLONE ACETONIDE
۱۵۹۶	HYDROCORTISONE ACETATE
۱۵۹۷	HYDROQUINONE
۱۵۹۸	ISOTRETINOIN
۱۵۹۹	MENTHOL SALICYLATE
۱۶۰۰	METHOXSALEN
۱۶۰۲	METHYL SALICYLATE
۱۶۰۲	MICONAZOLE NITRATE
۱۶۰۳	(MINOXIDIL (Topical

۱۶۰۴	MUPIROCIN
۱۶۰۵	NITROFURAZONE
۱۶۰۵	PABA
۱۶۰۵	(POTASSIUM PARA AMINO BENZOATE (PABA-K
۱۶۰۶	PYRITHIONE ZINC
۱۶۰۶	SALICYLIC ACID
۱۶۰۷	SELENIUM SULFIDE
۱۶۰۸	SILVER SULFADIAZINE
۱۶۰۹	TOLNAFTATE
۱۶۰۹	TRETINOIN
۱۶۱۰	(TRIAMCINOLONE ACETONIDE (Topical
۱۶۱۱	TRIAMCINOLONE NN
۱۶۱۲	(VITAMIN A+D (Topical
۱۶۱۲	ZINC OXIDE
۱۶۱۲	APOMORPHINE HCl
۱۶۱۴	BARIUM SULFATE
۱۶۱۴	CORTICOTROPHIN
۱۶۱۶	ETHIODIZED OIL
۱۶۱۷	FLUORESCEIN SODIUM
۱۶۱۸	IOHEXOL
۱۶۱۹	MEGLUMINE COMPOUND
۱۶۲۱	METRIZAMIDE
۱۶۲۲	METYRAPONE
۱۶۲۴	PENTAGASTRIN

۱۶۲۴	ALUMINIUM HYDROXIDE
۱۶۲۶	ALUMINIUM Mg
۱۶۲۶	ALUMINIUM MgS
۱۶۲۷	ANTIHEMORRHOID
۱۶۲۸	BELLADONNA Pb
۱۶۲۹	BISMUTH SUBCITRATE
۱۶۲۹	CHOLESTYRAMINE
۱۶۳۱	CIMETIDINE
۱۶۳۲	CISAPRIDE
۱۶۳۳	CLIDINIUM - C
۱۶۳۴	DICYCLOMINE
۱۶۳۵	DIGESTIVE
۱۶۳۶	DIMETHICONE
۱۶۳۶	DIPHENOXYLATE
۱۶۳۷	FAMOTIDINE
۱۶۳۸	HYOSCINE-N-BUTYL BROMIDE
۱۶۳۹	IPECAC
۱۶۳۹	LAXATIVES
۱۶۴۱	BISACODYL
۱۶۴۲	GLYCERIN
۱۶۴۲	LACTULOSE
۱۶۴۳	MAGNESIUM HYDROXIDE
۱۶۴۴	MINERAL OIL
۱۶۴۵	SORBITOL

۱۶۴۵	MESALAZINE
۱۶۴۵	METOCLOPRAMIDE
۱۶۴۷	OMEPRAZOLE
۱۶۴۷	PANCREATIN
۱۶۴۸	PROPANTHELINE BROMIDE
۱۶۴۹	RANITIDINE
۱۶۵۰	SUCRALFATE
۱۶۵۱	SULFASALAZINE
۱۶۵۲	ALLOPURINOL
۱۶۵۳	AMMONIUM CHLORIDE
۱۶۵۴	FINASTERIDE
۱۶۵۴	METHYLERGONOVINE
۱۶۵۵	OXYBUTYNIN CHLORIDE
۱۶۵۶	OXYTOCIN
۱۶۵۸	PHENAZOPYRIDINE HCl
۱۶۵۸	RITODRINE HCl
۱۶۵۹	TRIPLE SULFA
۱۶۶۰	BETAMETHASONE
۱۶۶۲	BROMOCRIPTINE
۱۶۶۳	CALCITONIN
۱۶۶۳	CHLORPROPAMIDE
۱۶۶۵	(CHORIONIC GONADOTROPHIN (HCG
۱۶۶۶	CLOMIPHEN CITRATE
۱۶۶۷	CONJUGATED ESTROGENS

۱۶۶۸	CONTRACEPTIVE HD
۱۶۷۰	CONTRACEPTIVE LD
۱۶۷۱	CONTRACEPTIVE TRIPHASIC
۱۶۷۳	CYPROTERONE ACETATE
۱۶۷۳	CYPROTERONE COMPOUND
۱۶۷۴	DANAZOLE
۱۶۷۵	DESOXYCORTICOSTERONE ACETATE
۱۶۷۶	DEXAMETHASONE
۱۶۷۷	(DIAZOXIDE (Oral
۱۶۷۸	DYDROGESTERONE
۱۶۷۹	ESTRADIOL
۱۶۸۰	ETHINYLESTRADIOL
۱۶۸۲	FLUDROCORTISONE ACETATE
۱۶۸۲	FOSFESTROL
۱۶۸۳	GLIBENCLAMIDE
۱۶۸۴	GLUCAGON
۱۶۸۵	GONADORELIN
۱۶۸۶	HYDROCORTISONE
۱۶۸۷	INSULIN
۱۶۸۸	LEVONORGESTREL
۱۶۸۹	LEVOTHYROXINE SODIUM
۱۶۹۰	LIOTHYRONINE SODIUM
۱۶۹۱	MEDROXYPROGESTERONE ACETATE
۱۶۹۲	MEGESTROL ACETATE

۱۶۹۳	(MENOTROPINS (HMG
۱۶۹۴	METFORMIN HCl
۱۶۹۵	METHIMAZOLE
۱۶۹۶	METHYL PREDNISOLONE
۱۶۹۷	METHYLTESTOSTERONE
۱۶۹۸	NANDROLONE
۱۶۹۹	OXYMETHOLONE
۱۶۹۹	PARATHORMON
۱۷۰۰	PREDNISOLONE
۱۷۰۱	PREDNISONE
۱۷۰۲	PROGESTERONE
۱۷۰۳	PROPYLTHIOURACIL
۱۷۰۴	SOMATROPIN
۱۷۰۵	TESTOSTERONE ENANTATE
۱۷۰۶	TRIAMCINOLONE ACETONIDE
۱۷۰۸	VASOPRESSIN
۱۷۰۸	ANTITOXINS
۱۷۰۹	ANTISCORPION VENOM SERUM
۱۷۱۰	ANTISNAKE VENOM SERUM
۱۷۱۱	BOTULISM ANTITOXIN
۱۷۱۲	BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT
۱۷۱۲	DIPHTHERIA ANTITOXIN EQUINE
۱۷۱۳	TETANUS ANTITOXIN EQUINE
۱۷۱۴	IMMUNE GLOBULINES

۱۷۱۴	ANTI-D IMMUNE GLOBULIN
۱۷۱۶	HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN
۱۷۱۷	(IMMUNE GLOBULIN INTRAMUSCUALR (IG
۱۷۱۸	(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV
۱۷۱۸	MEASLES IMMUNE GLOBULIN
۱۷۱۹	RABIES IMMUNE GLOBULIN
۱۷۲۰	TETANUS IMMUNE GLOBULIN
۱۷۲۱	AZATHIOPRINE
۱۷۲۲	CICLOSPORIN
۱۷۲۲	INTERFERON BETA-۱A
۱۷۲۳	INTERFERON BETA-۱B
۱۷۲۴	INTERFERON GAMMA-۱B
۱۷۲۶	TOXOIDS
۱۷۲۶	(VACCINE (DTP
۱۷۲۷	(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (DT
۱۷۲۸	(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (Td
۱۷۲۹	(TETANUS TOXOID, ADSORBED (TT
۱۷۳۰	TUBERCULIN PPD
۱۷۳۱	VACCINES
۱۷۳۲	BCG VACCINE
۱۷۳۳	HEPATITIS B VACCINE
۱۷۳۴	INACTIVATED POLIOVIRUS
۱۷۳۵	INFLUENZA VACCINE
۱۷۳۶	MEASLES VACCINE

۱۷۳۷	(MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE (MMR
۱۷۳۸	MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE
۱۷۳۹	MUMPS VIRUS VACCINE
۱۷۴۰	PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE
۱۷۴۱	(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV
۱۷۴۲	RABIES VACCINE, VERO
۱۷۴۳	RUBELLA VACCINE
۱۷۴۴	(TYPHOID VACCINE (ORAL
۱۷۴۵	VARICELLA VIRUS VACCINE
۱۷۴۶	YELLOW FEVER VACCINE
۱۷۴۸	BALANCED SALT
۱۷۴۸	(GLYCINE (AMINOACETIC ACID
۱۷۴۸	HEMODIALYSIS CONCENTRATED
۱۷۴۹	PERITONEAL DIALYSIS
۱۷۵۰	SODIUM CHLORIDE
۱۷۵۰	ATRACURIUM BESYLATE
۱۷۵۲	BACLOFEN
۱۷۵۳	DANTROLENE SODIUM
۱۷۵۴	DIAZEPAM
۱۷۵۶	DICLOFENAC SODIUM
۱۷۵۸	GOLD SODIUM THIOMALATE
۱۷۵۹	METHOCARBAMOLE
۱۷۵۹	PANCURONIUM BROMIDE
۱۷۶۰	SUCCINYLCHOLINE CHLORIDE

۱۷۶۲	ACETYLCHOLINE CHLORIDE
۱۷۶۳	(ACICLOVIR (Ophthalmic
۱۷۶۳	ARTIFICIAL TEAR
۱۷۶۴	(ATROPINE SULFATE (Ophthalmic
۱۷۶۵	BACITRACIN
۱۷۶۵	(BETAMETHASONE (Ophthalmic
۱۷۶۶	BETAXOLOL
۱۷۶۶	(CHLORAMPHENICOL (Ophthalmic
۱۷۶۷	(CIPROFLOXACIN (Ophthalmic
۱۷۶۷	CYCLOPENTOLATE HCl
۱۷۶۸	DEXAMETHASONE
۱۷۶۸	DORZOLAMIDE HCl
۱۷۶۹	ECHOTHIOPHATE IODIDE
۱۷۷۰	(EPINEPHRINE (Ophthalmic
۱۷۷۱	(ERYTHROMYCIN (Ophthalmic
۱۷۷۱	(GENTAMICIN (Ophthalmic
۱۷۷۱	HOMATROPINE HBr
۱۷۷۲	HYDROCORTISONE ACETATE
۱۷۷۳	IDOXURIDINE
۱۷۷۳	NAPHAZOLINE
۱۷۷۴	NAPHAZOLINE ANTAZOLINE
۱۷۷۴	PHENYLEPHRINE
۱۷۷۵	PHENYLEPHRINEZINC
۱۷۷۶	PILOCARPINE

۱۷۷۶	POLYMYXIN-NH
۱۷۷۷	PREDNISOLONE ACETATE
۱۷۷۸	SULFACETAMIDE SODIUM
۱۷۷۸	(TETRACYCLINE HCl (Ophthalmic
۱۷۷۸	TIMOLOL
۱۷۷۹	TRIFLURIDINE
۱۷۷۹	TROPICAMIDE
۱۷۸۰	ADULT COLD
۱۷۸۱	AMINOPHYLLINE
۱۷۸۲	ANTI-HISTAMINE DECONGESTANT
۱۷۸۳	BECLOMETHASONE DIPROPIONATE
۱۷۸۳	BROMHEXINE HCl
۱۷۸۴	CHILDREN COLD
۱۷۸۵	CLOBUTINOL HCl
۱۷۸۵	CROMOLYN SODIUM
۱۷۸۶	DEXTROMETHORPHAN HBr
۱۷۸۷	DEXTROMETHORPHAN - P
۱۷۸۸	DOXAPRAM
۱۷۸۹	EXPECTORANT
۱۷۹۰	EXPECTORANT CODEINE
۱۷۹۱	GUAIFENESIN
۱۷۹۱	IPRATROPIUM BROMIDE
۱۷۹۲	KETOTIFEN
۱۷۹۳	METAPROTERENOL SULFATE

۱۷۹۴	PEDIATRIC GRIPE
۱۷۹۵	PSEUDOEPHEDRINE HCI
۱۷۹۶	SALBUTAMOL
۱۷۹۷	TERBUTALINE SULFATE
۱۷۹۸	THEOPHYLLINE
۱۸۰۰	THEOPHYLLINE-G
۱۸۰۱	AMINO ACID
۱۸۰۲	ARGININE HCI
۱۸۰۳	BETACAROTENE
۱۸۰۳	CALCIUMPANTOTHENATE
۱۸۰۴	CALCIUM SUPPLEMENTS
۱۸۰۵	DEXTROSE
۱۸۰۶	DEXTROSE AND ETHANOL
۱۸۰۷	FLUORIDE
۱۸۰۸	FOLIC ACID
۱۸۰۹	HEMATINIC
۱۸۰۹	FERROUS SULFATE
۱۸۱۰	MULTIVITAMIN
۱۸۱۱	MULTIVITAMIN PLUS IRON
۱۸۱۱	MULTIVITAMIN PLUS MINERAL
۱۸۱۲	MULTIVITAMIN THERAPEUTIC
۱۸۱۳	NIACINAMIDE
۱۸۱۳	NICOTINIC ACID
۱۸۱۴	ORS

۱۸۱۴	PHOSPHATE
۱۸۱۵	POTASSIUM CHLORIDE
۱۸۱۷	RINGER
۱۸۱۷	RINGER LACTATE
۱۸۱۷	SACCHARIN SODIUM
۱۸۱۸	SODIUM BICARBONATE
۱۸۱۹	SODIUM CHLORIDE
۱۸۲۰	VITAMIN A
۱۸۲۱	(VITAMIN A + D (Oral
۱۸۲۱	VITAMIN B COMPLEX
۱۸۲۲	(VITAMIN B _۱ (THIAMINE HCl
۱۸۲۲	(VITAMIN B _{۱۲} (CYANOCOBALAMIN
۱۸۲۳	(VITAMIN B _۶ (PYRIDOXINE HCl
۱۸۲۴	(VITAMIN C (ASCORBIC ACID
۱۸۲۵	VITAMIN D
۱۸۲۵	CALCITRIOL
۱۸۲۶	DIHYDROTACHYSTEROL
۱۸۲۷	(VITAMIN D _۳ (CHOLECALCIFEROL
۱۸۲۸	VITAMIN E
۱۸۲۹	(VITAMIN K (PHYTONADIONE
۱۸۳۰	ZINC SULFATE
۱۸۳۱	ALTHADIN
۱۸۳۲	ALTIB
۱۸۳۳	ANETHUM

۱۸۳۳	ANTI-DIABETIC
۱۸۳۴	ANTIMIGRAINE
۱۸۳۵	BABOONEH
۱۸۳۶	BRAN
۱۸۳۷	BRONCHO T.D
۱۸۳۷	CALENDULA
۱۸۳۸	CARMINATIVES
۱۸۴۱	CRATAEGUS
۱۸۴۱	DIURETIC
۱۸۴۲	ENOXOLONE
۱۸۴۳	EUCALYPTUS INHALERS
۱۸۴۵	GARLIC PRODUCTS
۱۸۴۶	HYPIRAN
۱۸۴۷	KAMIL
۱۸۴۷	LAXARICIN
۱۸۴۸	LICOPHAR
۱۸۴۹	LIQUID MENTHOL
۱۸۴۹	LIQUORICE PRODUCTS
۱۸۵۲	MASUMINT & MENTHAZIN
۱۸۵۲	MELLISAN
۱۸۵۳	MENTHA
۱۸۵۳	MINTAGEL
۱۸۵۴	MYRTOPLEX
۱۸۵۴	OLEA-CRAT

۱۸۵۵	PASIPAY
۱۸۵۵	PERSICA
۱۸۵۶	PROSTATAN
۱۸۵۷	PSYLLIUM PRODUCTS
۱۸۵۸	RASIN
۱۸۵۹	SANKOL
۱۸۶۰	SENNA PRODUCTS
۱۸۶۲	SHIRAFZA
۱۸۶۳	TANAMIGRAIN
۱۸۶۳	THYMIAN
۱۸۶۴	VALERIAN PRODUCTS
۱۸۶۵	VITAGNUS
۱۸۶۶	ZINGIBER PRODUCTS
۱۸۶۶	درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بانک جامع اطلاعات دارویی

مشخصات کتاب

سرشناسه: مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، ۱۳۹۰
 عنوان و نام پدید آور: بانک جامع اطلاعات دارویی / واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان
 مشخصات نشر: اصفهان: مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: نرم افزار تلفن همراه و رایانه
 وضعیت فهرست نویسی: فهرست نویسی قبلی یادداشت: فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.
 یادداشت: کتابنامه موضوع: پزشکی -- تحقیق -- روش شناسی موضوع: پزشکی -- راهنمای آموزشی

داروهای گیاهی رسمی ایران

چای کیسه ای لاکسان

Cassia Angustifolia

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

سنا دارای اثرات مسهلی و ملین می باشد و از آن در درمان یبوست و به منظور تخلیه روده قبل از اعمال جراحی استفاده می شود.
 اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲ گرم برگ سنا (Senna - Cassia Angustifolia) می باشد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته سنا به عنوان مسهل و موثر در درمان بواسیر بکار می رفته است.

مواد موثره:

برگچه های سنای ایرانی حداقل ۲ درصد گلیکوزیدهای هیدروکسی آنتراسن دارد که قسمت عمده آن را سنوزیدهای آ و ب تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

برگ سنا از دسته ملینها محرک می باشد، گلیکوزیدهای آنتراکینونی سنا پس از هضم، هیدرولیز شده و آنتراکینون آزاد و فعال ایجاد می نماید. این عمل بدین صورت انجام می شود که بخشی از گلیکوزیدهای آنتراکینونی سنا از روده کوچک جذب شده، در کبد هیدرولیز می شود و آنتراکینون فعال حاصله به داخل کولن ترشح می شود.

مقدار مصرف:

مصرف این چای قبل از خواب بهتر است و به عنوان مسهل از دو عدد تی بگ استفاده شود.

دستور مصرف:

یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۱۰ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده و محتوی فنجان را

که مایعی به رنگ چای می باشد میل نمایید.

عوارض جانبی:

سنا ممکن است سبب ناراحتیهای شکمی خفیفی مثل قولنج یا کرامپ گردد. مصرف طولانی مدت یا بیش از میزان تجویزی می تواند سبب اسهال همراه با از دست رفتن آب و الکترولیتها بویژه پتاسیم شده و با پیشرفت آن عارضه کولون با ضعف عملکرد ایجاد شود.

موارد منع مصرف:

در خانم های شیرده و همچنین در حساسیت نسبت به دارو، تهوع، استفراغ یا دیگر علائم آپاندیسیت، جراحی حاد شکمی، انسداد روده ای ناشی از سفت شدن مدفوع و سایر موارد انسدادی و درد غیر مشخص شکمی توصیه نمی گردد.

چای کیسه ای ملیس

Melissa Officinalis

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

بادرنجوبیه دارای اثرات آرام بخش، ضد اسپاسم، ضد باکتری و ضد ویروس می باشد و در درمان اختلالات گوارشی و قلبی با منشا عصبی و اضطراب مورد استفاده قرار می گیرد. موارد استعمال در پزشکی گذشته:

دم کرده این گیاه به صورت سنتی در رفع بی خوابی و اضطراب مصرف می شود.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۵/۲ گرم پودر ملیس (Melissa Officinalis) می باشد.

مواد موثره:

روغن فرار از مهمترین گروه ترکیبات موجود در برگ بادرنجوبیه می باشد که دارای رنگ زرد و بویی مطبوع شبیه لیمو است که ۰۲/۰ - ۳/۰ درصد وزن خشک را تشکیل می دهد.

آثار فارماکولوژیک:

بادرنجوبیه دارای آثار آرامبخش، ضد باکتری و ضد اسپاسم است. احتمالاً عامل افزایش بازده صفرا توسط کبد، ترکیبات پلی فنلی موجود در گیاه است.

مقدار مصرف:

۳ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را داخل یک فنجان آب جوش قرار داده و مدت ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را با قند میل نمایید.

چای کیسه ای قرقات

Vaccinium Arctostaphylos

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

در کاهش قند خون (دیابت نوع II) موثر است و آنتوسیانوزیدهای موجود در آن مقوی و محافظ عروق بوده ، در درمان اختلالات عروقی و بیماریهای غیر التهابی شبکیه به کار می رود.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب سنتی ایران دم کرده میوه این گیاه جایگاه ویژه ای در کاهش قند خون و فشار خون دارد.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۳ گرم میوه قرقا (Vaccinium Arctostaphylos) می باشد.

مواد موثره:

ترکیبات آنتوسیانینی و فلاونویدی ، مواد موثره میوه های این گیاه را تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

مشاهدات بیوشیمیایی تشکیل کمپلکس بین آنتوسیانوزیدها و بعضی از فسفولیپیدها را نشان داده است . داده های بیوشیمیایی و بافت شناسی نشان می دهد که آنتوسیانوزیدها از تغییرات دیواره های عروقی با دو مکانیسم حفاظت می کنند.

مقدار مصرف:

۲ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را نیم ساعت قبل از غذا در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی صورتی رنگ با طعم مطبوعی می باشد میل نمایید.

نکته قابل توجه:

این چای همیشه باید نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود تا بیشترین اثر را ظاهر سازد.

عوارض جانبی:

عوارض جانبی گزارش نشده است.

چای کیسه ای شیرین بیان

Liquorice

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

از شیرین بیان در درمان التهاب و زخم معده ، همچنین بعنوان خلط آور ، ضد التهاب ، طعم دهنده و شیرین کننده استفاده می گردد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته شیرین بیان در التیام زخم، تسکین سرفه، تسکین درد و رفع التهاب معده مورد مصرف قرار می گرفته است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم پودر ریشه شیرین بیان (Liquorice) می باشد.

مواد موثره:

ریشه شیرین بیان دارای گلوکز و ساکاروز (۳ الی ۵ درصد)، آسپاراژین، رزین، کومارینها، اسیدهای هیدروکسی سینامیک می باشد.

آثار فارماکولوژیک:

فلاونوئیدها: اثرات آنتی اسپاسمودیک عصاره شیرین بیان و خنثی نمودن آثار هیستامین ثابت شده است که قسمت عمده این اثرات و اثر حفاظتی زخمها مربوط به فلاونوئیدهای عصاره می باشد.

گلیسیریزین: این ماده خواص ساپونوزیدها را داراست. از راه خوراکی براحتی تحمل شده و خاصیت خلط آوری عصاره شیرین بیان مربوط به این ماده می باشد. در درمان طولانی زخم معده به وسیله عصاره این گیاه معمولاً ادم ظاهر می شود. این امر مربوط به احتباس آب و یونهای سدیم و کلر و حذف شدید یونهای پتاسیم و کاهش ترشح ادرار می باشد.

مقدار مصرف: ۲ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی زرد رنگ می باشد میل نمایید.

عوارض جانبی:

احتباس آب و نمک و در نتیجه افزایش فشار خون عروقی و کاهش ادرار از عوارض آن است.

موارد منع مصرف:

نمی تواند مورد مصرف طولانی مدت قرار گیرد و در بیماران با اختلالات قلبی - عروقی و مبتلا به فشار خون باید با احتیاط مصرف گردد.

چای کیسه ای چای سبز

Camellia Thea

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

پلی فنول های چای قادر است جذب کلسترول را مهار کند و از تخریب Catecholamin جلوگیری نماید و باعث تخریب تری گلیسیریدها در بافت چربی که به موجب آن وزن کاهش می یابد، می شود. چای سبز آشامیدنی تحریک کننده است که باعث آرامش شده و خستگی عضلانی و روانی را بر طرف می نماید و می توان آن را در هنگام تب (هیجان) استفاده کرد. کافین موجود در چای اثر ادرارزایی بر روی کلیه ها دارد و دفع را تحریک می کند. بنابراین گمان می رود کمکی برای هضم و آرامش برای استرس های بعد از مصرف غذا است.

دم کرده چای سبز فعالیت آنتی باکتریالی را بر روی تعدادی باکتری نشان می دهد و درمانی برای اسهال خونی است. بدون شیر و

شکر چای سودمند برای درمان اسهال است ولی همراه با شیر و شکر چای به صورت یک ملین (ضد یبوست) عمل می‌کند. Epigallocatechin Gallat (EGCG) همچنین از رشد تومور ها در سرطانهای مری، معده و روده جلوگیری می‌کند و مصرف ۵ گرم چای در هر روز می‌تواند سنتز نیتروز آمین را کاهش دهد، ویتامین C و پلی فنولها، به خصوص کاتین ها سنتز Endogenous نیتروز آمین ها را بلوک می‌کنند. میزان بالای سلنیم در چای یکی از علل شیوع پایین سرطان در ژاپن است. گزارش شده است که عصاره چای بسیار موثر تر از ترکیبات فلوراید در جلوگیری از پوسیدگی دندان می‌باشد. موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب سنتی ایران دم کرده چای سبز جهت کاهش چربی خون و ضد چاقی مصرف می‌شود. اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم برگ چای سبز (Camellia Thea) می‌باشد. مواد موثره:

کافیین، پلی فنول ها، آلکالوئید باز پورین، کاروتن، ریوفلاوین، نیکوتینیک، پانتوتینیک، آسکوربیک اسید مواد موثره بر گهای این گیاه را تشکیل می‌دهند. آثار فارماکولوژیک:

بیش از ۷۰٪ از بیماران دیابتی که تحت کنترل قند بودند رهایی از درد و کمرختی همراه با سوزش و خارش را در پاهای نشان دادند و هیچ گونه اختلال در خواب آنها مشاهده نشد و افزودن چای سبز در رژیم غذایی این بیماران احساس خوب بودن و شادابی ایجاد کرد و بدین گونه چای سبز به عنوان یک رها ساز از درد و حس کوفتگی و سوزش در بیماران دیابت عصبی شناخته شد. مقدار مصرف: ۳ بار در روز دستور مصرف:

یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را میل نمایید. عوارض جانبی: عوارض جانبی گزارش نشده است.

چای کیسه ای گاوزبان

Echium Amoenum

اشکال دارویی:

عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی

موارد مصرف:

سنبل الطیب دارای آثار آرام بخش، خواب آور و ضد اسپاسم بوده و در درمان مواردی چون: بیقراری، مشکلات عصبی برای خوابیدن، فشار عصبی و کولیک های گوارشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. از گل گاوزبان در درمان علائم سرماخوردگی و همچنین به عنوان آرام بخش استفاده می‌شود. موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته سنبل الطیب بعنوان آرامبخش، خواب آور و رفع تشنج کاربرد داشته است.

در طب گذشته از گاوزبان به عنوان نشاط آور، آرامبخش، مدر و بر طرف کننده علائم سرماخوردگی استفاده می‌کرده اند.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲ گرم پودر ریشه سنبل الطیب (*Valeriana Off*) و گل گاوزبان (*Echium Amoenum*) می باشد. مواد موثره:

ترکیب یا ترکیبات مسئول اثر بخشی در سنبل الطیب (*Valeriana*) را والپوتریات ها (*Valepotriates*) و بالدترینال و ایزو والترال می دانند که هر یک از گروههای مختلف ترکیبات، مسئول بخشی از اثرات فارماکولوژیک فوق هستند. (ریشه سنبل الطیب حاوی اسید والرینیک است.)

گل گاوزبان دارای موسیلاژ به میزان ۳-۵٪، فلاونوئید ۰.۱۵٪ و آنتوسیانین با آگلیکون دلفینیدین و سیانیدین به میزان ۱۳.۴۳٪ و به مقدار ناچیز آلکالوئید از دسته پیرولیزیدین است.

آثار فارماکولوژیک:

مطالعات انجام شده بر روی انسان اثرات آرام بخشی سنبل الطیب را تأیید می کند. همچنین فعالیت ملایم خواب آوری بر روی افراد طبیعی بی خواب و افرادی با خواب غیر طبیعی را نشان می دهد، به علاوه مطالعات انجام شده نشان می دهد که سنبل الطیب زمان شروع خواب را کوتاه می کند. همچنین بی نظمی خواب، زمان بیداری بعد از خواب و بیدار شدن مکرر در طول خواب و کیفیت خواب را اصلاح می کند.

مقدار مصرف: حداکثر ۳ بار در روز

دستور مصرف:

یک یا دو کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۱۰ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی با بوی مطبوعی می باشد با قند میل نمایید. جهت خارج شدن کامل مواد موثره می توان از روش دم کردن روی چراغ استفاده کرد.

عوارض جانبی:

نباید در موقع حاملگی و شیر دهی استفاده شود.

چای کیسه ای رازیانه

Foeniculum vulgare

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

از رازیانه بصورت خوراکی در درمان نفخ، سوهاضمه و اسپاسم عضلات و همچنین به عنوان خلط آور، مدر و افزایش دهنده شیر استفاده می گردد. به صورت موضعی نیز بعنوان ضد میکروب (از جمله در درمان التهاب لثه) استفاده شده است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۳ گرم میوه گیاه رازیانه (*Foeniculum vulgare*) می باشد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته رازیانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع کننده سنگهای مجاری ادراری و افزایش دهنده شیر مورد استفاده قرار می گرفته است.

مواد موثره:

آندوسپرم میوه های رازیانه حاوی قندها، پروتئین ها، ۱۲ تا ۱۸ درصد چربی و حدود ۱ تا ۶ درصد اسانس است. اسانس های موجود در این گیاه حاوی **Anethol Cymene , Camphene , Carvone**، می باشد. آثار فارماکولوژیک:

میوه های رازیانه دارای نوعی اثر استروژنیک بوده و سبب افزایش وزن و چاقی می شود. میوه و اسانس رازیانه به دلیل دارا بودن آنه تول موجب کاهش یا توقف اسپاسم های دستگاه گوارش و تشدید ترشح شیرابه های گوارشی و در نتیجه بالا رفتن کیفیت هضم می گردد. مجموعه این اعمال سبب رفع سوءهاضمه شده و به تبع آن برخی از بی خوابیها که در اثر اختلالات فیزیکی دستگاه گوارش حادث شده اند، درمان می یابند. بررسیهای دقیقتر نشان داده اند که اثر آنتی اسپاسمودیک اسانس رازیانه از طریق مهار انقباضات ناشی از استیل کولین و هیستامین صورت می گیرد. عصاره آبی به دست آمده از برگهای رازیانه قادر است فشار خون سرخرگی را بدون آنکه بر تعداد ضربانات قلب یا تنفس تاثیر داشته باشد & به طرز چشمگیری کاهش دهد.

مقدار مصرف:

۲ بار در روز

نکته قابل توجه:

چنانچه پیش از غذا میل شود اثر مشهی خواهد داشت.

دستور مصرف:

یک کیسه را نیم ساعت قبل از غذا در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی سبز رنگ با بوی مطبوعی می باشد میل نمایید. عوارض جانبی:

رازیانه شیرین محرک و التهاب آور نبوده و نسبتا غیر سمی می باشد. فنجن موجود در رازیانه تلخ اثر محرک موضعی داشته و ممکن است در برخی افراد موجب بروز حساسیت شود. همچنین اسانس رازیانه بیش از ۱ میلی لیتر سبب التهاب ریه ها، اختلالات تنفسی و تشنج می شود.

چای کیسه ای بابونه

Matricaria Chamomilla

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه ای ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

بابونه دارای اثرات ضد التهاب، ضد اسپاسم و ضد نفخ بوده، در پیشگیری و درمان زخم معده مصرف می گردد. همچنین به عنوان ضد باکتری، ضد قارچ، آرام بخش و ملین استفاده می شود. موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته بابونه به عنوان ضد التهاب، برطرف کننده زخمهای دهانی و بثورات جلدی مصرف شده، همچنین در درمان علائم سرماخوردگی و رفع سردرد مورد استفاده بوده است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم گل گیاه بابونه (*Matricaria Chamomilla - Chamomill*) می باشد.

مواد موثره:

گل‌های بابونه ایرانی حداقل ۴/۰ درصد اسانس دارد که قسمت عمده اسانس را آزولن، کامومیلول، ماتریکارین، سزکویی ترپنهای بیزابولول اکسید، بیزابولون اکسید، فارنسن، فارنسول (اسپاتولنول) و کامازولن تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

گل‌های بابونه حاوی گروهی مواد لیپوفیل می باشد که اثر برجسته ضد التهابی دارند و نیز دارای گروهی مواد هیدروفیل با اثر قوی اسپاسمولیتیک است. مواد لیپوفیل شامل سزکویی ترپنها (کامازولن) و مواد هیدروفیل شامل فلاونوئیدها (آپی ژنین) و کومارینها می باشد.

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر به واسطه ترکیبات ماتریسین (پیش‌تاز کامازولن)، بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهد. این فعالیت به اثر آنتی اکسیدان آنها نظیر آنچه روی مهار پروستاگلاندینها و سنتز لوکوترینها انجام می گیرد، نسبت داده شده است. اثر اسپاسمولیتیک "آپی ژنین" نسبت به "پاپاورین & ۹۲/۳" برابر قویتر است.

آپی ژنین علاوه بر جلوگیری از آزاد سازی هیستامین تشکیل محصولات ۵- لیپواکسیژناز و سیکلواکسیژناز نظیر ۱۲- لیپواکسیژناز را مهار می کند. ضمناً مشخص شده که آپی ژنین می تواند به گیرنده های "بنزودیازپین" متصل شود و اثر ضد اضطراب داشته باشد. عوارض جانبی:

عوارض جانبی آن نادر بوده به ایجاد واکنشهای آلرژیک بی اهمیت و قابل اغماض منجر می شود

ماسومنت Masoument

اشکال دارویی :

قرص های ۵۰۰ میلی گرمی در بسته های ۱۰۰ و ۲۰ عددی

موارد مصرف :

درمان سرفه با استفاده از گیاهان دارویی در طب گیاهی امری رایج است قرص ماسومنت شرکت ابن ماسویه با ترکیبی از نعناع و شیرین بیان جهت انواع سرفه های خشک و ترشح دار با توجه به فرمولاسیون چند گیاهی (Polyherbal formulation) :

جهت افزایش اثر دارو تولید می شود .

اجزاء فرآورده :

نعناع : با نام علمی *Mentha piperita* از تیره *Labiatae* دارای ساقه چهار گوش و به رنگ قرمز مایل به بنفش یا مایل به ارغوانی است . قسمت مورد استفاده آن برگ و یا سرشاخه های گلدار است .

شیرین بیان : با نام علمی *glycyrrhiza glabra* گیاهی است علفی ، پایا و از خانواده پروانه واران *papillionaceae* ، ریشه آن مورد استفاده قرار می گیرد .

مواد موثره :

نعناع : منتول ، منتون و ...

شیرین بیان : گلی سیریزین گلی سیرینیک اسید و ...

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

در درمان سرفه های خلط دار نرم کننده ها (demulcent) و ضد عفونی کننده ها (antiseptic) جهت نرم کردن التهابات و کاهش ترشح خلط استفاده می شود. اسانس نعناع که حاوی منتول است بعنوان یک بی حس کننده موضعی جهت کاهش تحریکات موثر است همچنین تا حدودی دارای اثر آنتی سپتیک خفیف است و عموماً بعنوان یک خلط آور تحریکی استفاده می شود منظور از تحریکی (Stimulant Expectorant) اشاره به حالتی است که دارو تقویت کننده و اثر آنتی سپتیک جهت بازسازی و خروج ترشحات دارد. منتول موجود در اسانس نعناع در فعالیت گیرنده های سرمای موجود در حنجره که در رفلکس سرفه نقش دارند تاثیر می گذارد در نتیجه منتول با ۴ مکانیسم زیر بر سرفه تاثیر دارد.

۱. اثر آنتی سپتیک ۲. بی حسی موضعی ۳. اثر بر گیرنده سرما موجود در حنجره

۴. مهار تنفسی از طریق تحریک گیرنده های سرما راههای هوایی فوقانی دستگاه تنفسی

شیرین بیان می تواند به طریق مناسبی بعنوان نرم کننده موثر باشد اما مشتقات شیرین بیان به نظر می رسد که دارای یک اثر ضد سرفه مرکزی مشابه کدئین باشد شیرین بیان بعنوان یک خلط آور نیز عمل می کند همچنین دارای یک اثر ضد ویروسی و تحریک کننده سیستم ایمنی بدن می باشد. (A و ۴ و ۳ و ۲ و ۱)

موارد مصرف قرص ماسومنیت:

۱. سرفه های خشک و خلط آور

۲. درمان علامتی سرماخوردگی

۳. خوشبو کننده و ضد عفونی کننده دهان

۴. کاهش حساسیت و خارش گلو

مقدار مصرف:

۲ قرص هر ۳ الی ۴ ساعت جویده یا مکیده شود

موارد احتیاط:

۱. بیماران مبتلا به رفلکس معده ای - روده ای

۲. مبتلایان به سنگ کیسه صفرا (۵)

۳. بیماران مبتلا به نارسایی شدید کبدی، قلبی، کلیوی

تداخل دارویی:

منتول موجود در قرص موجب کاهش فشار اسفنکتر تحتانی مری و تشدید رفلکس معده ای - روده ای می شود در نتیجه با داروی سیسپراید **cisapride** که در درمان این رفلکس استفاده می شود تداخل اثر دارد

عوارض جانبی:

مصرف طولانی مدت شیرین بیان ایجاد عوارض شبه مینرالوکورتیکوئیدی می کند. هیچ عارضه جانبی در مصرف درمانی نعناع وجود ندارد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

Pygeum Africanum

اشکال دارویی :

کپسول های نرم ۵۰ میلی گرمی در جعبه های ۳۰ عددی

موارد مصرف :

اولین انتخاب در BPH و سایر بیماریهای پروستات

درمان اختلال های خفیف تا متوسط ادراری در بیماران مبتلا به هیپرپلازی خوش خیم پروستات
اجزاء فرآورده و مواد موثره:

هر کپسول نرم حاوی ۵۰ میلی گرم عصاره خالص پوست درخت **Pygeum Africanum – African Plum** از تیره روزه آسه می باشد که در واقع مخلوطی از ترکیبات اسیدهای چرب پیوند یافته با مشتقات الکل بوده و مهمترین اجزای تشکیل دهنده آن بتاسیتوسترول ؛ اسید اورسولیک و **n-docosyl-ferulate** می باشند
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

۱.

مهار پرولیفراسیون فیروبلستی ناشی از فاکتورهای رشد که در حال حاضر به نظر می آید در پاتوژنز آدنومای پروستات دخالت دارند

۲.

کاهش التهاب و خیز پروستات و مجرای آن از طریق مهار آنزیم لیپواکسیژناز

۳.

اصلاح قدرت انقباضی و بهبود الاستیسیته مثانه در اختلال های ناشی از افزایش سن یا اثر بر روی عضله دترسور

۴.

اصلاح فعالیت ترشحی جزء اپیتلیال بدون تداخل با فعالیت هورمونی

تداخل دارویی :

هیچگونه تداخل دارویی گزارش نشده است و به همراه سایر داروهایی که در هیپرتروفی خوش خیم پروستات - BPH - به کار می روند قابل تجویز است

مقدار مصرف :

یک کپسول ۵۰ میلی گرمی صبح وعصر به صورت خوراکی و ترجیحا پیش از غذا . دوره درمان معمولا ۶ هفته می باشد که تا هشت هفته قابل افزایش بوده و این دوره در صورت لزوم و برحسب مزمن بوده علائم تکرار می گردد به طور تجربی اثرات بهبودی پس از ۶ هفته طاهر می گردد

عوارض جانبی :

این دارو به خوبی از طرف بیمار تحمل شده و تنها در دو تا سه درصد از بیماران عوارض گوارشی اسهال یبوست تهوع و دل درد گزارش شده است

نکات قابل توصیه :

۱. مصرف پیجیوم در اختلال های ادراری ؛ بیمار را از پیگیری موارد لازم در بیماری پروستات و نظارت پزشکی مربوطه معاف نمی کند

۲. مصرف این دارو جایگزین جراحی در صورت لزوم نمی باشد

زینتوما ZINTOMA

اشکال دارویی :

کپسول ۳۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده در پیشگیری از بیماری مسافرت مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

زینتوما حاوی ۲۵۰ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل *Zingiber officinale* می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر زینجیرین و بتا بیزا بولن اولئورزین هایی نظیر همولوگهای جینجیروول و شو گال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر زنجبیل در پیشگیری از بیماری مسافرت مشخص نیست به نظر می رسد که با تاثیر موضعی بر مجاری گوارشی اثر خود

را اعمال می کند

تداخل دارویی

از آنجا که گزارش شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پایین آرونده قند خون می باشد . لذا

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با درمانهای قلبی ، پایین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

مقدار مصرف :

در بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۲ کپسول نیمساعت قبل از شروع مسافرت و سپس هر ۴ ساعت یکبار ۲ کپسول مصرف

شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی

ایمنی مصرف این دارو در دوران شیردهی و بارداری به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود

ویتاگنوس VITAGNUS

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

ویتاگنوس جهت رفع اختلالات قاعدگی و یائسگی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

ویتاگنوس حاوی ۸۰-۹۰ میلی گرم عصاره خشک گیاه پنچ انگشت *Vitex agnus-castus* می باشد

مواد موثره :

مواد موثره گیاه پنچ انگشت بطور دقیق تعیین نگردیده است ولی عصاره این گیاه حاوی فلاونوئیدها (کاستیسین) ایریدوئید

گلیکوزید (آکوبین و آگنوزید) و روغن های فرار می باشد .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده به اثبات نرسیده است ولی به نظر می رسد گیاه پنج انگشت با اثر بر محور هیپوتالاموس - هیپوفیز اثر خود را اعمال می کند . این گیاه باعث کاهش آزاد شدن FSH و افزایش آزاد شدن LH و پرولاکتین از هیپوفیز می گردد .

مطالعات نشان داده است که گیاه پنج انگشت حاوی ترکیبات استروژنی نمی باشد و مستقیماً بر روی تخمدانها تاثیر نمی گذارد .

تداخل دارویی :

این دارو ممکن است با داروهای ضد بارداری خوراکی و هورمونی تداخل نماید .

مقدار مصرف :

روزانه ۴۰ قطره از دارو را در کمی آب یا آبمیوه ریخته و نیم ساعت قبل از صبحانه با معده خالی مصرف شود .

عوارض جانبی :

در اکثر مطالعات انجام شده عوارض جانبی با مصرف این دارو مشاهده نگردیده است ولی بصورت نادر گرایشاتی مبنی بر بروز واکنشهای آلرژیک سردرد و افزایش خونریزی در دوران قاعدگی وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

این فرآورده با توجه به اثرات هورمونی آن در دوران بارداری ممنوعیت مصرف دارد

والرین VALERIAN

اشکال دارویی :

کپسول ۳۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

والرین در تنش های عصبی ، اضطراب و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول والرین از پودر ریشه و ریزوم سنبل الطیب *Valeriana officinalis* تهیه شده است .

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

والرین به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می کند ولی مکانیسم دقیق اثر آن بطور کامل شناخته نشده است .

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالاً باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم

GABA می شود . افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیک

اسید می گردد .

تداخل دارویی :

مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۱-۲ کیسول

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن سات ایجاد خواب آلودگی نماید . بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری

کامل نیاز دارد احتیاط شود

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود .

والریک VALERIC

اشکال دارویی :

شربت در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت والریک در درمان تنش های عصبی ، اضطراب و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

شربت والریک از عصاره ریشه و ریزوم سنبل الطیب *Valeriana officinalis* به میزان ۲۵٪ عصاره برگ بادرنجبویه

Melissa officinalis به میزان ۵٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها روغن های فرار نظیر سیترال و سیترونال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

والریک به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می کند ولی مکانیسم دقیق اثر آن بطور کامل شناخته نشده

است .

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالا باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم

GABA می شود . افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیک

اسید می گردد .

طبق بررسی های انجام شده عصاره هیدروالکلی بادرنجبویه دارای اثرات آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی CNS (در موش)

می باشد .

تداخل دارویی :

مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدار مصرف :

یک تا دو پیمانه (۶-۱۲ میلی لیتر) یک ساعت قبل از خواب و در صورت لزوم یک پیمانه در روز مصرف شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن سات ایجاد خواب آلودگی نماید . بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری

کامل نیاز دارد احتیاط شود

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

اورتان URTAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره اورتان به عنوان برطرف کننده مشکلات دفع ادرار در هایپرپلازی خوش خیم پروستان درجه ۱ و ۲ و همچنین به عنوان دیورتیک بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره اورتان حاوی عصاره هیدرو الکلی گیاه گزنه *Urtica dioica* معادل ۹٪-۸٪ عصاره خشک (۵٪-۴٪ قند بر مبنای گلوکز) می باشد .

مواد موثره :

استروئیدها، استرول ها (بتاستوسترول) لسیتین پلی ساکارید و لیگنانها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

بر طبق مطالعات انجام شده گزنه باعث افزایش حجم و جریان ادرار و کاهش Residual urine می گردد . عصاره آبی این گیاه باعث مهار اتصال (SHBG) sex Hormon-Binding globalin به گیرنده های دیواره سلولهای پروستات می شود . ایزولکتین وجود در گزنه با رقابت در اتصال به گیرنده های تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هایپرپلازی پروستات می گردد.

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۴۰ قطره رد یک فنجان آب سرد بعد از غذا میل کنید .

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشی (اسهال گاستریت و یا درد معده) و واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

توسیوین TUSSIVIN

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره توسیوین به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره توسیوین از اسانس آویشن شیرازی *Zataria multiflora* به میزان ۱٪ و اسانس رازیانه شیرین *Foeniculum vulgare* به میزان ۱٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول و آنتول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدار مصرف :

۲۰ قطره ۳ بار در روز همراه با یک استکان آب میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در کودکان کمتر از ۶ سال توصیه نمی گردد

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد . به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای

آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود

توسیگل TUSSI-GOL

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره توسیگل به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره توسیگل حاوی عصاره آویشن *Thymus vulgaris* به میزان ۵۰ میلی گرم و اسانس انیسون ستاره ای *IIIicum*

verum به میزان ۲۵۰ میلی گرم در هر ۵ میلی لیتر فرآورده معادل ۴/۵ میلی گرم ترکیبات فنلی

می باشد .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول و آنتول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدار مصرف :

افراد بالاتر از ۶ سال روزی ۳ بار هر بار ۲۰ قطره همراه با کمی آب میل شود

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در کودکان کمتر از ۶ سال توصیه نمی گردد

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد. به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد. مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

توسیان TUSSIAN

اشکال دارویی:

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف:

شربت توسیان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود.

اجزاء فرآورده:

شربت توسیان حاوی عصاره آویشن *Thymus vulgaris* به میزان ۷۵۰ میلی گرم در هر ۵ میلی لیتر معادل ۶۵-۵۵ میلی گرم رد صد ترکیبات فنلی می باشد.

مواد موثره:

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

اثرات ضد سرفه و خلط آور آویشن احتمالاً مربوط به روغنهای فرار (تیمول و کارواکرول) آن می باشد.

مقدار مصرف:

بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۶ سال: ۲ قاشق غذا خوری ۳ بار در روز

کودکان تا ۶ سال: یک قاشق مربا خوری ۳ بار در روز

عوارض جانبی:

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد

موارد منع مصرف:

بدلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تیمیان THYMIAN

اشکال دارویی:

شربت در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف:

شربت تیمیان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

شرب تیمیان از عصاره هیدرو الکلی گیاهان زیر تهیه شده است :

برگ آویشن ۱۹٪ *Thymus vulgaris*

برگ اکالیپتوس ۵٪ *Eucalyptus globulus*

برگ مرزه ۷٪ *Satureja hortensis*

دانه رازیانه ۰/۵٪ *Foeniculum vulgare*

مواد موثره :

فلانوئیدها و روغن های فرار نظیر تیمول ، اکالیپتول فنکون و کارو اکرول .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر دقیق این فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است که اثرات خلط آور و ضد سرفه آویشن مربوط به

فلانوئیدها و روغن های فرار (تیمول و کارو اکرول) آن می باشد . همچنین برای روغن های فرار اکالیپتوس (اکالیپتول) رازیانه (

آنتول) ، مرزه (کارو اکرول) نیز اثرات خلط آور و ضد سرفه گزارش شده است

مقدار مصرف :

بزرگسالان : ۱-۲ قاشق سوپخوری

کودکان : یک قاشق سوپخوری

اطفال زیر ۶ سال : یک قاشق مرباخوری ۳ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود ساکاروز در افراد دیابتیک ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود

تیمکس THYMEX

اشکال دارویی :

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت تیمکس به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره تیم آرتا از عصاره هیدرو الکلی آویشن *Thymus vulgaris* به میزان ۳۵-۳۰ گرم درصد ، حاوی ۰/۱۵٪ تیمول تهیه شده

است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدار مصرف :

کودکان زیر ۱۲ سال : نصف تا یک قاشق مرباخوری سه بار در روز

بزرگسالان : یک قاشق مرباخوری ۵-۶ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود

تیم آرتا THYMARTA

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره تیم آرتا به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره تیم آرتا از عصاره هیدرو الکلی آویشن *Thymus vulgaris* که حاوی حداقل ۰/۶٪ تیمول می باشد تهیه شده است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدار مصرف :

نوزادان زیر یک سال : یک قطره به ازای هر ماه زندگی

کودکان ۱-۶ سال : ۷-۱۰ قطره سه بار در روز

کودکان ۶-۱۲ سال : ۱۰-۱۵ قطره سه بار در روز

بزرگسالان : ۱۵-۲۰ قطره سه بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تانا میگرن TANAMIGRAIN

اشکال دارویی :

کپسول ۱۲۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

کپسول تانا میگرن به عنوان پیشگیری کننده حملات میگرنی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول تانا میگرن حاوی ۱۲۵ میلی گرم پودر نوعی گیاه داودی معادل حداقل ۰/۲٪ پارتنولید می باشد .

مواد موثره :

سزکویی ترپن لاکتونها (بویژه پارتنولید)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گیاه موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق مهار آزاد سازی گرانولهای حاوی سروتونین از پلاکتها و گلبولهای سفید خون اثر پیشگیری از میگرن را ظاهر می سازد . همچنین در آزمایشات در آزمایشگاه عصاره این گیاه موجب مهار آزادس ازی پروستا گلاندین (با مکانیزمی متفاوت از مکانیسم مهار سیکو اکسیژناز) می گردد .

مقدار مصرف :

روزانه ۲-۱ کپسول بعد از غذا مصرف شود (اثرات مثبت داور ۸-۴ هفته بعد از مصرف ظاهر می گردد)

موارد احتیاط :

۱- در صورت بروز زخمهای دهانی مصرف دارو قطع گردد .

۲- این فرآورده نباید بیشتر از ۴ ماه مصرف گردد (مگر با دستور پزشک)

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در کودکان زیر دو سال و افرادی که به گیاهان تیره کاسنی *Compositae* نظیر بابونه حساسیت دارند نباید مصرف شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

این فرآورده در حاملگی و شیردهی ممنوعیت مصرف دارد .

نکات قابل توصیه :

از آنجاییکه تانامیگرن به طور پروفیلاکتیک عمل می نماید بایستی به طور مرتب و روزانه یک کپسول مصرف گردد

سوپر مینت SUPERMINT

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

سویر مینت جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد .

اجزاء فرآورده :

سویر مینت از اسانس نعناع به میزان ۲٪ تهیه گردیده است .

مواد موثره :

املاح پتاسیم ، اسیدهای چرب ، فلائوئیدها ، روغن های فرار نظیر آنتول فنکون ، سینئول و کاروون .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار سویر مینت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گاز از معده می گردد . منتول موجود در نعناع احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی موجب شل شدن عضلات صاف جدار کولون می شود .

مقدار مصرف :

۷-۱۰ قطره در یک استکان آب حل شده میل گردد .

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

شیر افزا SHIRAFZA

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره شیر افزا برای افزایش شیر مادر بکار می رود . همچنین باعث برطرف شدن اختلالات گورشی و آرامش طفل می گردد .

اجزاء فرآورده :

قطره شیر افزا از عصاره هیدرو الکلی زیر تهیه شده است :

۱- دانه رازیانه ۵۰٪ *Foeniculum vulgare*

۲- دانه زیره سبز ۲۰٪ *Cuminum cyminum*

۳- دانه شنبلیله ۲۰٪ *Trigonella soenum - graecun*

۴- اندام هوایی شوید ۱۰٪ *Anethun graveolens*

مواد موثره :

تریگونلین ، نیکوتینیک اسید و روغن های فرار (نظیر : آنتول ، فنکون کاروون پارا - سمن)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم دقیق افزایش دهنده شیر این فرآورده شناخته نشده است

مطالعات نشان داده است که آنتول موجود در شیر افزا به عنوان آنتاگونیست رقابتی دوپامین عمل می کند (دوپامین موجب وقفه

تذخح پرولاکتین می گردد) و موجب افزایش ترشح شیر می شود .

قطره شیر افزا با داتشن اثرات ضد اسپاسم بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده شده و در نتیجه سبب برطرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش طفل می گردد .

تداخل دارویی

شنبلیله موجود در این فرآورده باعث کاهش قند خون می گردد بنابراین احتمال دارد که با داروهای پایین آورنده قند خون تداخل نماید .

مقدار مصرف :

روزانه ۳ نوبت ، هر بار ۲۰ تا ۳۰ قطره ر یک فنجان آ سرد با کمی قند بعد از غذا میل شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

شیرینوش SHIRINOOSH

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

شیرینوش در زخم معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهای شیرینوش از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- ریشه شیرین بیان ۵۰٪ *Glycyrrhiza glabra*

۲- گل بابونه ۳۳٪ *Matricaria chamomilla*

۳- سرشاخه های گلدار بومادران ۱۷٪ *Achillea millefolium*

مواد موثره :

فلانوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ، ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین) ، گلیسیریزین

گلیسیریتینیک اسید آلکالوئید آکیلین و روغن های فرار نظیر کامازولن .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات درمان کننده زخم معده و اثنی عشر ان فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوئیدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالاً با تاثیر بر

موکوس معده س موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید . به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با

تداخل در سنتز پروستاگندین معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .

مکانیسم اثر ضد تورمی اسید گلیسیریتینیک با وجود شباهت ساختمانی آن به هیدروکورتیزون مورد تردید می باشد . مطالعات

انجام شده نشان داده است که گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید تمایل نسبی به اتصال رسپتورهای گلوکو کورتیکوئیدی و

مینرالوکورتیکوئیدی را دارند و احتمالاً با تاثیر بر این رسپتورها روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تاثیر می گذارند .

همچنین این ترکیبات با مهار آنزیم ۱۱-*Beta Hydroxy Steroid dehydrogenase* در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول

به کورتیزون غیر فعال جلوگیری می کنند . تحقیقات اخیر نشان داده است که ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان موجب وقفه

فعالیت لیپواکسیژناز، سیکلو اکسیژناز و کاهش اسید آراشیدونیک می گردد.

گل بابونه و بومادران موجود در این فرآورده با خاصیت ضد التهابی در بهبود زخم معده و اثنی عشر موثر می باشند.

تداخل دارویی

مصرف همزمان فرآورده های حاوی شیرین بیان با کورتیکوستروئیدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت بگیرد.

مقدار مصرف:

روزی ۳ بار هر بار ۱-۲ قاشق مرباخوری از پورد را در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف نمودن، نیم ساعت قبل از غذا میل نمایند.

موارد احتیاط:

این فرآورده در بیماران کلیوی باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی:

فرآورده های حاوی شیرین بیان با مقدار مصرف توصیه شده عوارضی ندارند. چنانچه با مقدار زیاد و در مدت طولانی مصرف شوند (بیش از ۶ هفته و بیش از ۵۰ گرم در روز) سبب بروز علائم هایپرآلدسترونیزم شامل کاهش میزان پتاسیم خون، احتباس آب و سدیم، افزایش وزن و افزایش فشار خون می شود.

موارد منع مصرف:

این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی) ممنوعیت مصرف دارد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروئیدی بوده و باعث افزایش فشار خون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانات آزمایشگاهی می گردد بنابراین مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی گردد.

سنالین SENALIN

اشکال دارویی:

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف:

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده:

پودر سنالین از گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ سنا ۵۰٪ *Cassia angustifolia*

۲- دانه زیره سرخ ۲۵٪ *Cuminum cyminum*

۳- گل سرخ ۲۵٪ *Rosa damascena*

مواد موثره:

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B) اسانسها فرار نظیر کومینالدئید و سیترال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند. این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند. بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند. روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند. تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید. فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی، آدرنو کورتیکوستروئیدها، ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید.

مقدار مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط سنالین را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از نیم ساعت آن را صاف نموده قبل از صبحانه میل شود. برای اجابت مزاج و تخلیه سریع روده ها تا دو برابر مقدار فوق را می توان مصرف نمود.

موارد احتیاط:

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی:

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید.

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلومینوری و هماتوری می گردد.

۳- مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴- در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگماتتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است. البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف:

۱- این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم، دردهای شکمی ناشناخته، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲- استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد.

مصرف در حاملگی و شیردهی

۱- مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثر واقع نشده اند.

۲- به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه

نمی گردد.

نکات قابل توصیه :

- ۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود
- ۲- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سنالین ۷.۵ SENALIN

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود
اجزاء فرآورده :

۱- عصاره خشک برگ و میوه سنا ۳۴/۲٪ *Cassia angustifolina*

۲- پودر گلبرگ گل سرخ ۱۵/۱٪ *Rosa damascena*

۳- اسانس رازیانه ۰/۴۵٪ *Foeniculum vulgare*

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)، روغن های فرار نظیر لینالول ، آنتول و فنکون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اورویلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوپر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنو کورتیکو استروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدار مصرف :

بزرگسالان : ۴-۱ قرص و کودکان بالاتر از ۶ سال ، ۲-۱ قرص در روز مصرف نمایند

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳- مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴- در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگماتتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت
موارد منع مصرف :

۱- این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲- استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .
مصرف در حاملگی و شیردهی

۱- مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثر واقع نشده اند .

۲- به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۸-۱۰ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود
۲- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سناگل SENAGOL

اشکال دارویی :

شربت ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این دارو برای درمان کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

شربت سنا گل حاوی عصاره برگ سنا *Cassia obovata* (هر ۵ میلی لیتر معادل ۸/۸ میلی گرم سنوزید A,B) می باشد .
مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزیدها (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب

آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند .
بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند .
تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اورویلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوپر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنو کورتیکو استروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالا- ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدار مصرف :

کودکان ۶-۲ سال : یک دوم تا سه چهار قاشق مربا خوری یکبار و یا حداکثر دوبار در روز

کودکان ۱۲-۶ سال : ۱/۵-۱ قاشق مرباخوری یکبار و یا حداکثر دوبار در روز .

موارد احتیاط :

دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد.

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقدار زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگماتتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis

colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۸-۱۰ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سنامد SENA_MED

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سنا مد از عصاره برگ سنا *Cassia angustifolis* (معادل ۹ میلی گرم سنوزید A,B) تهیه شده است .
مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .
تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اورویلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوپر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنو کورتیکو استروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدار مصرف :

کودکان ۱۲-۶ سال ۱ قرص و بزرگسالان ۲-۱ قرص هنگام خواب مصرف نمایند .

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳- مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴- در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت
موارد منع مصرف :

۱- این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلتوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲- استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .
مصرف در حاملگی و شیردهی

۱- مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می‌گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین‌های فیبری موثر واقع نشده‌اند.

۲- به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی‌گردد.

نکات قابل توجه:

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۸-۱۰ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می‌گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود.
۲- مصرف حداقل ۶-۸ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش‌دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد.

سدامین SEDAMIN

اشکال دارویی:

کپسول ۵۳۰ میلی گرمی

موارد مصرف:

سدامین در تنش‌های عصبی اضطراب و بی‌خوابی بکار می‌رود
اجزاء فرآورده:

کپسول سدامین از پودر *Valeriana officinalis* سنبل‌الطیب (حاوی حداقل ۰/۵٪ روغنهای فرار) تهیه شده است.
مواد موثره:

والرینیک اسید والپوتریاتها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

سدامین به عنوان داروی تضعیف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می‌کند ولی جایگاه و مکانیسم دقیق اثر آن به طور کامل شناخته شده است.

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید احتمالاً باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم GABA می‌شود. افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیک اسید می‌گردد.

تداخل دارویی

مصرف سدامین موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می‌گردد.

مقدار مصرف:

۱-۲ کپسول یک ساعت قبل از خواب همراه با غذا میل شود

موارد احتیاط:

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نماید بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارند احتیاط شود

مصرف در حاملگی و شیردهی

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

سنکل SANKOL

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره سنکل جهت دفع سنگهای تا قطر ۷ میلی متر مجاری ادرار ، تسکین دردهای کلوی و عفونتهای مجاری ادرار بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

قطره سنکل از عصاره گیاهان دارویی زیر تهیه شده است :

۱- دانه رازیانه ۲۵٪ *Foeniculum vulgare*

۲- دانه زیره سبز ۱۲/۵٪ *Cuminum cyminum*

۳- برگ بو ۱۲/۵٪ *Laurus nobilis*

۴- دم گیلاس ۱۲/۵٪ *Cerasus avium*

۵- کاکل ذرت ۱۲/۵٪ *Zea mays*

۶- میوه خارخاسک ۱۲/۵٪ *Tribulus terrestris*

۷- تخم خربزه ۱۲/۵٪ *Cucumis melo*

مواد موثره :

املاح پتاسیم ، اسیدهای چرب ، فلانوییدها ، روغن های فرار نظیر آنتول فنکون ، سینتول و کاروون.

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مواد موثره موجود در این فرآورده به علت داشتن اثرات مدر و ضد اسپاسم باعث شل شدن عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج سنگ می گردد .

مقدار مصرف :

بزرگسالان روزی ۳ بار هر بار ۶۰-۵۰ قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذا میل شود . در موارد حاد ، درمان با سنکل می تواند تا مدت یک ماه ادامه یابد . در درمان حالت مزمن بیماری و به منظور پیشگیری از تشکیل مجدد سنگ مقدار مصرف ۳۰ قطره ۲-۳ بار در روز برای مدت یک هفته توصیه می گردد که این رژیم درمانی باید هر ماه تکرار شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب و الکترولیتها گردد .

عوارض جانبی :

در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی و کهیر وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی

مطالعات نشان داده است که کاکل ذرت باعث تحریک و انقباض رحم خرگوش می گردد ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

نوشیدن مقادیر زیاد آب و مایعات همزمان با مصرف این دارو توصیه می شود

در صورت بروز اختلالات گوارشی باید بعد از غذا میل شود

سامی لاکس SAMILAX

اشکال دارویی :

قرص ۷۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای درمان کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سامی لاکس حاوی ۴۵/۵٪ پودر برگ سنا (معادل ۷/۵ میلی گرم سنوزید B) و ۱/۸٪ اسانس زیره می باشد.

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید ها (سنوزید A,B) و روغن فرار نظیر کومینالدید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند. این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند. بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند. روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند.

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کویر) تداخل نماید. فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی، آدرنو کورتیکو استروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید.

مقدار مصرف :

ملین : بزرگسالان ۲-۱ قرص در روز

مسهل : ۲ تا ۳ قرص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود

کودکان بالاتر از ۶ سال : نصف دوز بزرگسالان طبق دستور پزشک مصرف شود

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید.

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها، اسهال و از دست دادن آب و

الکترولیتها (بویره پتاسیم) آلومینوری و همتوری می‌گردد.

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است. البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت
موارد منع مصرف:

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم، دردهای شکمی ناشناخته، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد.
مصرف در حاملگی و شیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند.

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد.

نکات قابل توصیه:

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود
۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد.

رگلیسیدین REGLISIDIN

اشکال دارویی:

قرص ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف:

رگلیسیدین در نفخ معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود.

اجزاء فرآورده:

هر قرص رگلیسیدین حاوی ۴۰۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان *Glycyrrhiza glabra* (که مقدار گلیسیریزین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است) ۵۰ میلی گرم عصاره گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*) و ۵۰ میلی گرم عصاره ریشه ختمی *Althaea officinalis* می باشد.

مواد موثره:

فلانوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین) فلانوئید، فیتوستول و مسویلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

اثرات درمان کننده زخم معده و اثنی عشر این فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوئیدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالاً با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با

تداخل در سنتز پروستاگلانین معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می‌گردد .
کالاندولا ختمی با داشتن موسیلاژ ، فلانوئید و سایر مواد موثره دارای اثرات نرم کننده ف کاهش دهنده تحریکات ، ضد التهاب خفیف و التیام بخش می باشند .

تداخل دارویی

مصرف همزمان فرآورده های حیو شیرین بیان با کورتیکو سترئوئیدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت گیرد .

مقدار مصرف :

با رعایت رژیم غذایی ۱ تا ۲ قرص ۳ بار در روز قبل از غذا مصرف شود

موارد احتیاط :

عصاره تام شیرین بیان به علت داشتن اثرات شبه میزالو کورتیکوئیدی سبب احتباس برگشت پذیر آب و سدیم شده ، دفع پتاسیم را افزایش می دهد . عصاره د - گلیسیریزینه شیرین بیان معمولاً این اثرات را نداشته ولی توصیه می گردد این دارو در افرادی که مشکلات قلبی - عروقی و یا فشار خون بالا دارند با احتیاط مصرف شود . مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروئیدی بوده و باعث افزایش فشار خون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانات آزمایشگاهی می گردد این عارضه برای فرآورده های د - گلیسیریزینه شده کمتر مشاهده خواهد شد ولی مصرف این داروها در دوران حاملگی باید مورد توجه قرار گیرد .

رگلیس معطر REGLIS MOATTAR

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی

موارد مصرف :

رگلیس معطر در نفخ معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

۱- عصاره خشک شیرین بیان ۸۳/۳٪ *Glycyrrhiza glabra*

۲- پودر ریشه شیرین بیان ۱۵/۲٪ *Glycyrrhiza glabra*

۳- زیره سبز ۰/۳۴٪ *cuminum cyminum*

۴- رازیانه ۰/۶۹٪ *Foeniculum vulgare*

۵- گل ختمی ۰/۳۴٪ *Althaea officinalis*

مواد موثره :

گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید ، فلانوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ، ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین) و روغن های فرار (آنتول ، کومینیک آلدئید)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر ضد تورمی گلیسیریتینیک اسید با وجود شباهت ساختمانی آن به هیدروکورتیزون مورد تردید می باشد . مطالعات

انجام شده نشان داده است که گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید تمایلی نسبت به اتصال با رسپتورهای گلوکو کورتیکوئیدی و میزالو کورتیکوئیدی را دارند و احتمالاً با تاثیر بر این رسپتورها، روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تاثیر می‌گذارند. همچنین این ترکیبات با وقفه عمل آنزیم ۱۱-Beta Hydroxy steroid در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون غیر فعال جلوگیری می‌کنند. تحقیقات اخیر نشان داده است که ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان موجب وقفه فعالیت لیپو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراشیدونیک می‌گردد.

ترکیبات فلاونوئیدی گیاه شیرین بیان احتمالاً با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می‌نماید به نظر می‌رسد این اثر مشابه کربنو کسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستاگلانندین معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می‌گردد.

بعلاوه روغن‌های فرار و ترکیبات موجود در این فرآورده نیز با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب کاهش انقباضات روده و تسهیل خروج گازها از معده می‌شود.

تداخل دارویی

مصرف همزمان فرآورده‌های حیوانی شیرین بیان با کورتیکو استروئیدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت گیرد.

مقدار مصرف:

روزی ۳ بار قبل از غذا هر بار یک قاشق چایخوری از فرآورده را در یک فنجان آب جوش ریخته و پس از سرد شدن میل شود.

موارد احتیاط:

این فرآورده در بیماران کلیوی باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی:

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه میزالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می‌شود.

رازین RASIN

اشکال دارویی:

قرص جویدنی - مکیدنی ۵۰۰ میلی گرم

موارد مصرف:

رازین در نفخ معده، سرفه، حساسیت و خارش گلو بکار می‌رود

اجزاء فرآورده:

قرص رازین حاوی ۰/۵٪ اسانس رازیانه (Foeniculum vulgare) و ۵٪ عصاره ریشه شیرین (Glycyrrhiza glabra) بیان می‌باشد.

مواد موثره:

روغن های فرار نظیر آنتول و فنکون ، گلیسیرین فلانوئید گلیکوزید های لیکوئی رتین و ایزولیکوئی رتین .
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص رازین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود . همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان ، دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشند .
مقدار مصرف :

هر ۲ تا ۳ ساعت یک یا دو قرص مکیده و یا جویده شود
موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (بدلیل اثرات میرالوکورتیکوئیدی) توصیه نمی گردد .
عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه میزالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک بدلیل داشتن ساکاروز ممنوعیت دارد

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می شود

پسیلیوم PSYLLIUM

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی و ساشه ۷ گرمی

موارد مصرف :

پسیلیوم در درمان یبوستهای مزمن ، برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران با زخم برش فرج فهمورئید ترومبوزه دردناک شقاق با آبه پینه ای فتق دیافراگم ، تنگی آنورکتال و در رفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

پسیلیوم از دانه گیاه اسفرزه *Plantago psyllium* تهیه شده است .

مواد موثره :

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثر درمانی پسیلیوم بواسطه تورم موسیلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر می گردد موسیلاژ احتمالا از طریق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد .

تداخل دارویی :

پسیلیوم باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس وروی) ویتامین B۱۲ ، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد .

مصرف همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود. پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود.

مقدار مصرف :

یک قاشق سوپخوری حدود ۱۰ گرم با یک ساشه از پسیلیوم را در یک لیوان آب ریخته و پس از چند ساعت میل نمایند.

موارد احتیاط :

ملین ها در خردسالان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد .

عوارض جانبی :

مصرف مقادیر زیاد پسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولاً بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد . همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است . در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در کودکان ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲- مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود .

۳- داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود .

۴- از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵- داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع در بیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

پسیلیوم موسیلوئید

PSYLLIUM MUCSILOID

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی و ساشه ۷ گرمی

موارد مصرف :

پوسته پسیلیوم در درمان یبوستهای مزمن ، برای پیشگیری از یبوست در بیماران که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند

مانند بیماران با زخم برش فرج فهمورئید ترومبوزه دردناک شقاق با آبسه پرینه ای فتق دیافراگم، تنگی آنورکتال و دررفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود.

اجزاء فرآورده:

پسیلیوم از دانه گیاه اسفرزه *Plantago psyllium* تهیه شده است.

مواد موثره:

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

اثر درمانی پسیلیوم بواسطه تورم موسیلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر می گردد موسیلاژ احتمالا از طریق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد.

تداخل دارویی:

پوسته پسیلیوم باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم، منیزیم، مس و روی) ویتامین B₁₂، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد.

مصرف همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسماپی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود. پوسته پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود.

مقدار مصرف:

۱-۳ بار در هر بار در یک تا دو ساشه را در یک لیوان آب ریخته مصرف نمایند.

موارد احتیاط:

ملین ها در خردسالان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد.

عوارض جانبی:

مصرف مقادیر زیاد پوسته پسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولا بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد. همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است. در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود.

نکات قابل توصیه:

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است. این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد.

۲- مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود.

۳- داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود.

۴- از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵- داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع در بیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

پروستاتان PROSTATAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پروستاتان در موارد التهاب حاد و مزمن پروستات ، سوزش و تکرار ادرار بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

قطره پروستاتان از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل شده است :

ریشه گزنه ۲۰٪ *Urtica dioica*

اندام هوایی گزنه ۱۰٪ *Urtica dioica*

تخم کدوی بدون پوست ۲۰٪ *Cucurbita pepo*

گل بابونه ۲۰٪ *Matricaria chamomilla*

میوه خارخاسک ۲۰٪ *Tribulus terrestris*

میوه انیسون ۱۰٪ *Pimpinella anisum*

مواد موثره :

استروئیدها (سیوسترول) ، اسکوپولتین ، فنیل پروپان ، ایزولکتین ، پلی ساکاریدها و فلانوییدها ، روغن های فرار و اسیدهای چرب (اسید لینولیک)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات انجام شده نشان داده است که سیتوسترول موجود در این فرآورده با مهار آنزیم ۵-آلفا-ردوکتاز (عامل اصلی تبدیل تستوسترون به ۵-آلفا-دی هیدروتستوسترون DHT) باعث کاهش غلظت دی هیدرو تستوسترون در سرم می گردد و در نتیجه رشد غده پروستات را متوقف می نماید .

ایزولکتین موجود در گزنه با رقابت در اتصال به گیرنده های تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هایپرلازی پروستات می گردد .

همچنین ترکیبات موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف محرک سیستم ایمنی و کاهش دهنده تونوس عضلات صاف پروستات می باشد و موجب تسهیل جریان ادرار و بهبود حال بیمار می گردد .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۳۰ تا ۴۰ قطره در یک فنجان آب سرد ریخته و بعد از غذا میل شود . قطره پروستاتان را می توان برای مدت ۶ تا ۱۲ ماه مصرف نمود .

موارد احتیاط :

در صورت بروز علائم حساسیت از مصرف این دارو خودداری گردد

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشی (تحریک معده) و واکنشهای آلرژیک وجود دارد.
موارد منع مصرف:

این فرآورده در کودکان ممنوعیت مصرف دارد

پلانتاژل PLANTAGEL

اشکال دارویی:

گرانول در جعبه های ۴۰ گرمی

موارد مصرف:

پلانتاژل در کمک به درمان اسهال های غیر عفونی به کار می رود.

اجزاء فرآورده:

پلانتاژل از گیاهان زیر تشکیل شده است:

۱- دانه بارهنگ ۴۰٪: *Plantago major*

۲- برگ نعناع ۵٪: *Mentha sp*

مواد موثره:

تانن، صمغ، موسیلاژ، اسانس نعناع.

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

مکانیسم اثر این فرآورده بدرستی مشخص نشده است لیکن مطالعات نشان داده است که پلانتاژل با جذب آب محتویات داخل روده موجب می شود زمان توقف آنها در روده افزایش یابد.

تداخل دارویی:

گرانول پلانتاژل با داروهای ضد اسهال، مانند دیفنوکسیلات (به علت امکان انسداد روده ها) نباید مصرف گردد
مقدار مصرف:

کودکان: یک قاشق مربخوری در نصف استکان آب جوش، چهار تا پنج نوبت در روز

بزرگسالان: دو قاشق مرباخوری در نصف استکان آب جوش، چهار تا پنج نوبت در روز.

موارد احتیاط:

مصرف مقادیر زیاد و بیش از مقدار درمانی این فرآورده موجب لینت مزاج شدید و کاهش فشار خون می گردد.

عوارض جانبی:

در افراد حساس احتمال بروز واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد.

موارد منع مصرف:

این فرآورده در افراد حساس به بارهنگ و نعناع و همچنین در اسهال خونی منع مصرف دارد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

فیتو کلد PHYTOCOLD

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

در درمان کمکی جهت رفع علائم سرماخوردگی ، گرفتگی بینی ، سینوسها و به عنوان خلط آور بکار می رود
اجزاء فرآورده :

قرص فیتوکلد از گیاهان زیر تشکیل شده است :

ریشه ختمی ۱۳/۰۶٪ *Althaea officinalis*

گل آقطی ۸/۱۷٪ *Sambucus ebulus*

اندامهای هوایی اکیناسه ۱۲/۲۵٪ *Echinacea purpurea*

مواد موثره :

پلی ساکاریدها فلانوئیدها آلکامیدها پلی ان ها ، روغن های فرار موسیلاژ (گالاکتورونیک اسید ، گلوکورونیک اسید رامنوز و ...
(پکتین و نشاسته .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

ترکیبات موجود در اکیناسه از جمله آلکامیدها ، گلیکوپروتئینها ، مشتقات اسید کافئیک و پلی ساکاریدها دارای اثر غیر اختصاصی
بر سیستم ایمنی سلولار می باشند . این اثرات با مکانیسم های فعال کردن فاگوسیتوز ، تحریک فیروبلاستها ، افزایش فعالیت تنفسی و
افزایش تحرک لوکوسیت ها ایجاد می گردد .

ترکیبات موجود در ختمی دارای اثرات بهبود تحریک موضعی ، مهار فعالیت *Mucociliary* ، تحریک فاگوسیتوز ، ضد التهاب ،
Anticomp;iment و محرک ایمنی می باشند .

تداخل دارویی

اثر تحریک کننده سیستم ایمنی اکیناسه ممکن است با داروهای ایمونوساپرسیو ، سیکلوسپورین و داروهای ضد درد پیوند تداخل
نماید .

همچنین ممکن است با اثرات شیمی درمانی کورتیکوئیدها در سرطان تداخل نماید .

این فرآورده بدلیل داشتن ختمی ممکن است جذب داروهای دیگر که بطور همزمان مصرف می شوند را به تاخیر اندازد .

مقدار مصرف :

بزرگسالان : روزی سه بار هر بار دو قرص با کمی آب قبل از غذا میل شود

کودکان ۱۲-۵ سال : نصف دوز بزرگسالان

عوارض جانبی :

بثورات جلدی ، خارش ، گاهی تورم صورت ف مشکلات تنفی سرگیجه و افت فشار خون در تجویز فرآورده های حاوی اکیناسه
مشاهده شده است .

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود اکیناسه در این فرآورده ممکن است باعث فعال شدن حملات اتوایمیون و دیگر فعالیت های بیش از حد سیستم ایمنی
گردد ، این فرآورده در مولتیپل اسکلروزیس لکوزیس بیماریهای کلاژن ، ایدز یا سل ممنوعیت دارد .

مصرف این فرآورده در کودکان کمتر از ۵ سال توصیه نمی گردد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

با توجه به اینکه در مطالعات حیوانی ف در مصرف غلظتهای بالای اکیناسه روی اووسیت ها اثرات منفی مشاهده گردیده ، مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی شود .

نکات قابل توصیه :

مصرف این فرآورده در مبتلایان به آسم توصیه نمی گردد

پرسیکا PERSICA

اشکال دارویی :

قطره در شیشه های ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پرسیکا در موارد زیر بکار می رود :

پیشگیری از افزایش جرم روی دندانها ، پوسیدگی دندانها ، و خونریزی امراض لثه

ضد عفونی کننده دهان

مسکن درد دندان و لثه

اجزاء فرآورده :

قطره پرسیکا از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- گیاه مسواک ۳۰٪ *Salvadora persian*

۲- بومادران ۲۵٪ *Achillea millefolium*

۳- نعناع ۴۵٪ *Mentha spicata*

مواد موثره :

کلسیم ، فلوراید ، کلراید ، ترکیبات ، ایزوتیوسیانات ، تانن ، روغن های فرار (نظیر : منتول و آزولن) و آلکالوئید آکیلین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات بالینی نشان داده است که استفاده مداوم از گیاه مسواک به دلیل میزان بالای کلریاد موجب کاهش تشکیل پلاک دندان ،

جلوگیری از رنگی شدن دندانها و ژنزوزیت می گردد . و ترکیبات ایزوتیوسیانات موجود در این گیاه مانع رشد باکتریهای دهان می

شود . به علاوه یمزان بالای کلسیم موجود افزایش منیزالیزاسیون و استحکام دندان می شود .

عصاره اتانولی بومادران به دلیل داشتن ترکیبات سزکویی ترپن لا-کتون (آزولن) دارای اثرات ضد باکتریایی (نظیر :

استافیلوکوکوس اورئوس ، باسیلوس سابتلیس و ...) می باشد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره آبی بومادران دارای اثرات ضد التهابی بوده و این اثر بدلیل وجود

آزولن در اسانس بومادران است . به علاوه بومادران به دلیل داشتن آکیلین موجب کاهش زمان انعقاد خون شده و در خونریزی

لثه موثر می باشد . نعناع بدلیل داشتن منتول موجب ایجاد اثر ضد درد و ضد عفونی کننده این فرآورده است .

مقدار مصرف :

جهت جلوگیری از پوسیدگی دندان و بیماریهای دهان : روزی دو نوبت هر بار ۱۵-۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۳-۲ قاشق

غذا خوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود.

- در درمان ناراحتی های دهان و دندان و جلوگیری از خونریزی لثه: روزی ۳ تا ۵ نوبت هر بار ۱۵-۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۲ تا ۳ قاشق غذاخوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود.

- جهت جلوگیری از خونریزی و عفونت بعد از کشیدن دندان و جراحی ها: به مدت ۲ تا ۴ روز، هر روز ۵-۴ نوبت، هر بار ۴۰-۳۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۲ تا ۳ قاشق غذاخوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود.

عوارض جانبی:

در افراد حساس به نعناع و بومادران احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دروان بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

پرفوران PERFORAN

اشکال دارویی:

قطره روکشدار

موارد مصرف:

پرفوران در درمان افسردگی، بی خوابی، اضطراب، سردردهای عصبی، سردردهای دوران قاعدگی و میگرن بکار می رود.

اجزاء فرآورده:

پرفوران از عصاره خشک گیاه علف چای به میزان حدود ۱۶۰ میلی گرم (معادل ۳۳۰-۲۷۰ میکرو گرم هایپریسین) تهیه شده است.

مواد موثره:

هایپریسین پزود هایپریسین و فلانوییدهای هایپرین، ایزو کورستین و روتین.

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

مطالعات در آزمایشگاه و در انسان نشان داده است که گیاه هایپریکوم بدلیل داشتن هایپریسین و فلانوییدها دارای اثرات آرام بخش، مسکن و ضد اضطراب می باشد. بررسیهای انجام شده روی هایپریسین نشان داده است که این ماده از طریق مهار آنزیم منو آمینو اکسیداز موجب بروز اثرات ضد افسردگی می گردد.

آخرین تحقیقات انجام شده نشان داده است که عصاره گیاه هایپریکوم می تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش دهد.

تداخل دارویی:

تداخلات این فرآورده مربوط به اثر القای آنزیمی سیستم سیتو کروم P450 می باشد که منجر به کاهش غلظت های پلاسمایی و در

نتیجه کاهش اثرات درمانی برخی از فرآورده های دارویی می گردد. این نکته در بیماران ذیل باید مورد توجه قرار گیرد:

بیماران مبتلا به ایدز تحت درمان با داروهای آنتی رترو ویرال (بوئزه ایندیناویر) زیرا مصرف همزمان این دو فرآورده موجب کاهش اثر بخشی درمان ایدز می گردد.

بیماران تحت درمان با داروهای ضد افسردگی زیرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارویی (بی قراری تهوع و

اختلالات گوارشی) را افزایش می دهد .

مصرف مقادیر بیش از دوز درمانی ممکن است با سایر داروهای مهار کننده منو آمینو اکسیداز تداخل نماید .

مصرف همزمان با کنتراستپتو خوراکی موجب کاهش اثر بخشی این داروها در جلوگیری از بارداری می گردد

قطع مصرف ناگهانی این رآورده ممکن است منجر به افزایش سطح خونی برخی داروها (به خصوص سیکلو سپورین ، دیگوکسین تئوفیلین و وارفارین) و در نتیجه سمیت ناشی از آنها گردد .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار یک قرص همراه با یک لیوان آب میل شود .

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و حساسیت به نور وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و ش یردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور و یا آفتاب شدید خودداری گردد

بهرتر است دارو قبل از غذا مصرف شود

مصرف دارو در روزهای اول ممکن است باعث ایجاد ناراحتیهای گوارشی و یا تشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دو تا چهار هفته از بین می رود

پاسی پی PASIPAY

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پاسی پی به عنوان آرامبخش و خواب آور در تنش های عصبی و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

پاسی پی از عصاره هیدروالکلی گیاه گل ساعتی *Passiflora incarnata* به میزان ۲۰٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

آلکالوئیدهای هارمون و هارمالین ، مالتول و اتیل مالتول ، فلانوییدهای نظیر ویتکسین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مالتول و اتیل مالتول گل ساعتی احتمالا دارای اثر آرامبخشی روی سیستم اعصاب مرکزی CNS می باشد

تداخل دارویی :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است باعث ایجاد خواب آلودگی و افزایش اثر داروهای مهار کننده منو آمین اکسیداز MAOI شود .

مقدار مصرف :

در کودکان ۲-۶ سال : ۶ قطره سه بار در روز و ۱۰ قطره هنگام خواب
 بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۱۰ قطره ۳ بار در روز و ۲۵-۳۰ قطره شب هنگام خواب
 در افراد بالای ۶۵ سال بهتر است مصرف دارو را از مقادیر کم آغاز کرده و مقدار آنرا بتدریج افزایش داد
 مصرف در حاملگی و شیردهی :

در مطالعات حیوانی هارمان و هارمالین موجود در گیاه گل ساعتی اثر تحریکی در فعالیت رحم نشان داده اند . بر این اساس بایستی
 از مصرف مقادیر زیاد دارو در دوران بارداری و شیردهی اجتناب شود .

اولئاکرات OLEA-CRAT

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

اولئاکرات در درمان زیادی فشار خون بکار می رود

اجزاء فرآورده :

اولئاکرات از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ زیتون ۳۲/۵٪ *Olea europaea*

۲- میوه سرخ ولیک ۳۲/۵٪ *Crataegus microphylla*

۳- میوه قره قات ۲۰٪ *Vaccinium arctostaphylos*

۴- میوه عناب ۱۰٪ *Zizyphus vulgaris*

۵- برگ پونه ۵٪ *Mentha pulegium*

مواد موثره :

فلانوییدها ، پروسیانیدین ها اولئوروپتین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات قلبی - عروقی این فرآورده به ترکیبات فلاونوییدی موجود در کراتاگوس آن بخصوص پروسیانیدین ها نسبت داده شده است
 . مطالعات در انسان و در آزمایشگاه نشان داده است که اولئاکرات باعث افزایش جریان خون کرونر ، افزایش جریان خون محیطی
 (در سر ، عضلات اسکلتی و کلیه) کاهش جریان خون محیطی (در پوست و دستگاه گوارش) کاهش مقاومت محیطی و کاهش
 فاشر خون می گردد .

بررسی های انجام شده نشان داده است که اولئاکرات احتمالاً با اتساع عروق خونی موجب کاهش فاشر خون می گردد .

مقدار مصرف :

روزی ۲ تا ۳ بار هر بار یک قاشق غذا خوری از اولئاکرات را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده پس از صاف
 نمودن میل نمایند .

موارد احتیاط :

بیماران تحت درمان با داروهای قلبی - عروقی به اثرات فارماکولوژیک کراتاگوس حساس تر می باشند . بنابراین مصرف این
 فرآورده در موارد فوق باید با احتیاط صورت گیرد .

عوارض جانبی :

با مصرف فرآورده های حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع ، خستگی تعریق و راش های جلدی (روی پوست) گزارش شده است .

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است باعث مسمومیت و ایجاد (برادیکاری و دپرسیون تنفسی) شود .

میرتوپلکس MYRTOPLEX

اشکال دارویی :

پماد ۵ گرمی

موارد مصرف :

پماد میرتوپلکس دارای خاصیت ضد ویروس هرپس سیمپلکس نوع ۱ و ۲ می باشد و در درمان تبخالهای پوست نواحی مختلف بدن و اطراف واژن بکار می رود
اجزاء فرآورده :

پماد میرتوپلکس حاوی اسانس گیاه مورد *Myrtus communis* به میزان ۱۰٪ است

مواد موثره :

تانن ، پلی فنلها روغن های فرار نظیر میرتول سینئول و ... فلاونوئیدها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر ضد ویروسی این دارو تا کنون شناخته نشده است . آزمایشات اثر این فرآورده را در درمان تبخالهای نواحی مختلف پوست بدن تأیید نموده است .

مقدار مصرف :

روزی ۳-۵ بار ، پوشش نازکی از پماد بر روی ضایعه مالیده شود

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

میرتکس MYRTEX

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

قطره میرتکس جهت درمان آفتهای مینور بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

قطره میرتکس حاوی اسانس گیاه مورد *Myrtus communis* به میزان ۵۷/۷٪ (حاوی حداقل ۹۴۶ میلی گرم سینئول) می باشد .

مواد موثره :

روغنهای فرار مانند ۱ و ۸- سینئول آلفا پینن ، میرتنول لیمونن میرتنول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو تا کنون شناخته نشده است . منو و سزکوئی ترپنهای موجود در اسانس مورد دارای خاصیت ضد باکتریایی ، ضد قارچی و دزائفکتانت می باشند .

مقدار مصرف :

روزی ۶-۵ بار هر بار ۱۰ قطره از محلول را روی تنطیف ریخته به مدت ۳۰ ثانیه روی ضایعات قرار دهید .

موارد احتیاط :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد . از آنجائی که اسانس مورد بر روی صورت کودکان موجب اسپاسم حنجره و برونش ، حملات شبه آسم و حتی نارسایی تنفسی می گردد هنگام مصرف این فرآورده در افراد فوق می باید احتیاط لازم صورت گیرد .

عوارض جانبی :

۱- مصرف داخلی مورد در موارد نادر موجب تهوع استفراغ و اسهال می گردد

۲- در نوزادان و کودکان موجب اسپاسم حنجره ، اسپاسم برونش ، حملات شبه آسم و حتی نارسایی تنفسی می گردد .

موارد منع مصرف :

در صورت وجود التهاب مجاری گوارشی یا صفرائی و بیماریهای کبدی مصرف داخلی این فرآورده ممنوع است

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

موسیلیوم MUSYLIUM

اشکال دارویی :

ساشه ۱۰ گرمی

موارد مصرف :

پوسته پسیلیوم در درمان یبوست های مزمن ، برای پیشگیری از یبوست بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران با زخم برش فرج . هموروئید ترومبوزه دردناک ، شقاق یا آبسه پرینه ای ، دبا فراگم تنگی آنورکتال و در رفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

موسیلیوم از پوسته دانه گیاه اسفرزه *Plantago Psyllium* به میزان ۳/۴ گرم در هر ساعت تهیه شده است

مواد موثره :

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثر درمانی پوسته پسیلیوم به واسطه تورم موسیلاژ موجود در آن ظاهر می گردد . موسیلاژ احتمالاً از طریق جذب آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم و جذب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد

از روده و افزایش دفعات دفع می گردد .

تداخل دارویی :

پوسته پسیلیوم باعث کاهش جذب برهی از مواد معدنی نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس و روی و ویتامین B۱۲ گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد.

مصرف همزمان پوسته پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود .

پوسته پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود .

مقدار مصرف :

۱-۳ بار در روز هر بار یک تا دو ساشه را در یک لیوان آب ریخته و مصرف شود .

موارد احتیاط :

ملین ها در خردسالان تا سن ۶ سال به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد . به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز

عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد

عوارض جانبی :

مصرف مقادیر زیاد پوسته پسیلیوم باعث انسداد روده و مری معمولاً به دلیل مصرف کم مایعات می گردد همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد شود که با ادامه درمان برطرف می گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در آپاندیسیت و یا نشانه های آن ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص ، نارسایی روده دیابت و رد صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شود.

نکات قابل توصیه :

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲-مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود .

۳-داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود .

۴-از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵-داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع در بیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

منتازین MENTHAZIN

اشکال دارویی :

قرص جویدنی - مکیدنی ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

متنازین در حساسیت و خارش گلو، سرفه و به عنوان ضد نفخ بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص متنازین حاوی عصاره ها و اسانس های زیر می باشد :

اسانس نعناع ۰/۲۵٪ *Mentha Piperita*

اسانس رازیانه ۰/۲۵٪ *Foeniculum vulgare*

عصاره شیرین بیان ۵٪ *Glycyrrhiza glabra*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و منتون و فنکون، گلیسیریزین، فلاونوئید گلیکوزیدهای لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص متنازین با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود .

منتول موجود در اسانس نعناع در غلظتهای کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده بنابراین باعث احساس سرما می شود به علاوه دارای اثرات ضد درد موضعی نیز می باشد . این اثر می تواند علت مصرف آن به عنوان ضد سرفه باشد .

همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشند .

مقدار مصرف :

هر ۳-۲ ساعت یک یا دو قرص جویده یا مکیده شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات شبه مینرالو کورتیکوئیدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینرالو کورتیکوئیدی شیرین بیان (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک به علت داشتن ساکاروز منع مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

اشکال دارویی :

قرص جویدنی - مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

قرص منتا در اسپاسمهای دستگاه گوارش ، نفخ معده و به عنوان خوشبو کننده دهان بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر قرص منتا از ۲/۵ میلی گرم اسانس و ۳۵ میلیگرم پودر برگ نعناع *Mentha piperita* تهیه شده است .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و منتون .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

منتا با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد . به علاوه

منتول موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می شود .

مقدار مصرف :

در صورت لزوم یک قرص جویده شود

موارد احتیاط :

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک به علت داشتن ساکاروز مصرف دارد .

ملیسان MELLISAN

اشکال دارویی :

ژل موضعی ۵ گرمی

موارد مصرف :

ژل ملیسان به عنوان ضد ویروس در درمان تبخال بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

ژل ملیسان حاوی ۱٪ عصاره خشک بادرنجبویه *Melissa officinalis* می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر (سیترونال ، سیترال و ژرانیال) پلی فنلها (نظیر اسید رزمارینیک و اسید کافنیک)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گیاه بادرنجبویه دارای اثر متوقف کننده فعالیت ویروسها *Virustatic* می باشد

تداخل دارویی :

مقدار مصرف :

روزی ۳-۴ بار به موضع مالیده شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد

ماسومنت MASUMINT

اشکال دارویی :

قرص جویدنی - مکیدنی ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

ماسومنت در حساسیت و خارش گلو ، سرفه و نفخ معده بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص ماسومنت حاوی ۰/۵٪ اسانس نعناع *Mentha piperita* و ۵٪ عصاره شیرین بیان *Glycyrrhiza glabra* می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول گلیسیریزین ، فلانوئید گلیکوزیدهای لیکوبی رتین و ایزولیکوبی رتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص ماسومنت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود . منتول موجود در اسانس نعناع در غلظت های کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده بنابراین باعث احساس سرما می شود . به علاوه دارای اثرات ضد درد موضعی می باشد . این اثر می تواند علت مصرف آن به عنوان داروی ضد سرفه باشد . همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان ، دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشد .

تداخل دارویی :

مقدار مصرف :

هر ۲ الی ۳ ساعت یک قرص جویده یا مکیده شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده، احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد . مصرف طولانی مدت این

فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینرالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم ، افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

منتول مایع LIQUID MENTHOL

اشکال دارویی :

قطره در شیشه های ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

منتول مایع به عنوان ضد احتقان بینی و جهت تسکین دردهای موضعی بخصوص در ناحیه سر ، صورت و گردن بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

منتول مایع از اسانس گیاه نعناع *Mentha spicata* به میزان ۵٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و کاروون .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

منتول در غلظت های کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده و باعث احساس سرما می شود .

این دارو دارای اثر ضد درد موضعی می باشد . منتول در غلظت های زیاد علاوه بر این اثر نه تنها باعث تحریک حس گرما و درد

می شود بلکه ممکن است سبب تحریک موضعی نیز بشود مصرف دارو بر روی پوست باعث گشاد شدن عروق و ایجاد احساس

سرما میشود و به دنبال آن اثر ضد درد ظاهر می گردد .

مقدار مصرف :

به عنوان ضد احتقان بینی : ۲-۳ قطره در پشت لب مالیده شود

به عنوان ضد درد موضعی : ۱۰-۵ قطره در موضع مالیده شود

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در بینی نوزادان خطرناک است و ممکن است باعث کلاپس فوری شود .

عوارض جانبی :

احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در افراد حساس به نعناع موعیت مصرف دارد

لیکوفار LICOPHAR

اشکال دارویی :

قرص مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

قرص مکیدنی لیکوفار به عنوان ضد التهاب گلو ، خلط آور و ضد سرفه بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص مکیدنی لیکوفار حاوی عصاره و اسانس های زیر می باشد :

۱- عصاره خشک شیرین بیان ۵۱/۲ میلی گرم *Glycyrrhiza glabra*

۲- اسانس اکالیپتوس ۱/۰۷ میلی گرم *Eucalyptus sp*

۳- فلفل قرمز ۰/۱۴ میلی گرم *Capsicum sp*

۴- منتول ۶/۳ میلی گرم Menthol

مواد موثره :

گلیسیریزین ، گلیسیریتینیک اسید روغن های فرار (نظیر منتول ، اکالیپتول) و کاپسی سین .
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید موجود در عصاره شیرین بیان احتمالا با تاثیر بر گیرنده های گلوکوکورتیکوئیدی روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تاثیر می گذارند و در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون جلوگیری می کنند . همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان احتمالا موجب وقفه لیپواکسیژناز ، سیکلو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراشیدونیک می گردند .
اسانسهای موجود در فرآورده داری اثرات ضد سرفه ، ضد درد و آنتی سپتیک می باشند .

تداخل دارویی :

مصرف همزمان فرآورده های حاوی شیرین بیان با کورتیکوسترئوئیدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژن) باید با احتیاط صورت گیرد .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۱-۲ قرص مکیده شود

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .
عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت و مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینرالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم و افزایش دفع پتاسیم) گردد . به دلیل وجود منتول و کاپسیکوم در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و تحریک مخاط در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

لیکوفار در التهابهای ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی موثر نمی باشد . بنابراین توصیه می گردد طبق دستور پزشک همراه با آنتی بیوتیک مصرف شود .

لاگزاریسین LAXARICIN

اشکال دارویی :

روغن جهت تهیه امولسیون در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

لاگزاریسین به عنوان مسهل جهت آماده سازی کولون و رکتوم برای انجام مطالعات رادیو گرافی و آمادگی قبل از اعمال جراحی

بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر شیشه لاگزاریسین حاوی ۴ گرم روغن کرچک *Ricinius communis* می باشد که با اسانسهای مختلف (اسانس پرتقال و وانیلین) معطر شده است .

مواد موثره :

تری گلیسیرید ، ریسینولئیک اسید و ایزوریسینولئیک اسید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم دقیق اثر ملین های محرک شناخته شده نیست . روغن کرچک در روده کوچک توسط آنزیم های لیپاز هیدرولیز شده و به گلیسرول و ریسینولئیک اسید تبدیل می شود . ریسینولئیک اسید مانند سایر سورفکتانت های آنیونیک با اثر مستقیم روی عضلات صاف روده کوچک ، باعث افزایش حرکات دودی روده و کاهش جذب آب و الکترولیتها می شود . این اثر احتمالاً ناشی از تحریکات شبکه عصبی داخل دیواره سلولی می باشد .

مقدار مصرف :

ابتدا محتوی شیشه را با آب حوش پر کرده خوب تکان داده و امولسیون شیری رنگ حاصل را میل نمایید .

بزرگسالان : ۱۵ تا ۶۰ میلی لیتر

کودکان و بالاتر از دو سال : ۵ تا ۱۵ میلی لیتر

موارد احتیاط :

۱- لاگزاریسین در دوران قاعدگی باید با احتیاط مصرف شود

۲- ملین ها در خردسالان تا سن ۶ سالگی بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

- عوارضی که در صورت تداوم و یا مزاحمت نیاز به توجه پزشکی دارند :

کرامپ شکمی ، اسهال ، آروغ زدن تهوع ، تحریک پوست اطراف ناحیه مقعد و بثورات جلدی

- عوارضی که نیاز به توجه پزشکی دارند :

مصرف روغن کرچک با مقادیر زیاد و به مدت طولانی ندرتا ممکن است سبب بهم خوردن تعادل الکترولیتها

(اغتشاش شعور ، ضربان نامنظم قلب ، کرامپهای عضلانی ، ضعف یا خستگی غیر عادی) شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده مانندس ایر ملین ها در دردهای شکمی با علت نامشخص ، انسداد روده ، آپاندیسیت و یا نشانه های آن ، تهوع

استفراغ و حساسیت به روغن کرچک ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

روغن کرچک طی بارداری به علت ایجاد پرخونی در ناحیه لگن که ممکن است باعث شروع واکنش های تحریکی رحم شود منع

مصرف دارد .

نکات قابل توصیه :

مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر

به علت خروج حجم زیادی از آب مدفوع اهمیت دارد .

کامیل CAMIL

اشکال دارویی :

کرم ۳۰ گرمی

موارد مصرف :

کرم کامیل در درمان التهابات پوستی آزرده گیهای جلدی ناشی از خراشها و بریدگیهای سطحی ، خشکی و ترک پوست به کار می رود .

اجزاء فرآورده :

کرم کامیل حاوی ۵٪ عصاره آبی و ۰/۵٪ اسانس بابونه *Matricaria chomomilla* می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کامازولن ، آلفایزابولول و فلانویید آبی ژنین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر بواسطه ترکیبات ماتریسین (پیشتاز کامازولن) یزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهند . این فعالیت به عمل آنتی اکسیدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره بابونه موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیپواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندینها و لوکوترین ها را متوقف می نماید . آبی ژنین موجود در عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ایجاد محصولات ۵- لیپو اکسیژناز و سیکلواکسیژناز (نظیر ۱۲ لیپواکسیژناز) موجب مهار آزاد سازی هیستامین نیز می گردد .

مقدار مصرف :

روزی ۲ تا ۴ بار در موضع مالیده شود .

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در افراد حساس به بابونه منع مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

از تماس دارو با چشم و سایر مخاط خودداری شود .

بخور اوکالیپتوس ایران داروک (بودر)**IRAN DARUK POWER EUCALYPTUS INHALER**

اشکال دارویی :

بودر در بسته های ۷۰ گرمی

موارد مصرف :

این ترکیب برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی و احتقان بینی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- برگ اکالیپتوس ۵۵٪ *Eucalyptus globulus*

۲- برگ مورد ۱۰/۷٪ *Myrtus communis*

۳- برگ پوتار ۸/۳٪ *Cymbopogon sp*

۴- برگ آویشن باریک ۱۳٪ *Ziziphora regia*

۵- برگ آویشن صغیر ۱۳٪ *Thymus kotschyanus*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدار مصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

بخور اکالیپتوس ایران داروک - محلول غیر خوراکی

IRAN DARUK LIQUID EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول غیر خوراکی (اینهالر) در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

بودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- تنتورا اکالیپتوس ۴۹٪ *Eucalyptus globulus*

۲- بنتنورمورد ۲۵٪ *Myrtus communis*

۳- بنتنورپوتار ۲۵٪ *Cymbopogon sp*

۴- منتول ۱٪ *Mentol*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هایپروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدار مصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

هایپیران HYPIRAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

هایپیران در درمان افسردگی بی خوابی ، اضطراب ، سردردهای عصبی سردردهای دوران قاعدگی و میگرن بکار می رود

اجزاء فرآورده :

هایپیران از عصاره هیدرو الکلی گیاه علف چای *Hypericum perforatum* تهیه شده است که هر میلی لیتر آن حاوی ۲۵٪

میلی گرم هایپیرین می باشد

مواد موثره :

هایپریسین ، پزودوهایپریسین و فلانوییدهای هایپیرین کورستین ایزوکورستین و روتین .
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه و در انسان نشان داده است که گیاه هایپریکوم بدلیل داشتن هایپریسین و فلانوییدهای دارای اثرات آرام بخش ، مسکن و ضد اضطراب می باشد بررسیهای انجام شده روی هایپریسین نشان داده است که این ماده از طریق مهار آنزیم منو آمینو اکسیداز موجب بروی اثرات ضد افسردگی می گردد .
آخرین تحقیقات انجام شده نشان داده است که عصاره گیاه هایپریکوم می تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش دهد .
تداخل دارویی :

تداخلات این فرآورده به اثر القای آنزیمی سیستم سیتوکروم P450 می باشد که منجر به کاهش غلظت های پلاسماپی و در نتیجه کاهش اثرات درمانی برخی از فرآورده های دارویی می گردد . این نکته در بیماران ذیل باید مورد توجه قرار گیرد :
بیماران مبتلا به ایدز تحت درمان با داروهای آنتی رتروویرال (بویژه ایندیناویر) زیرا مصرف همزمان این دو فرآورده موجب کاهش اثر بخشی درمان ایدز گردد .
بیماران تحت درمان با داروهای ضد افسردگی ، زیرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارویی (بی قراری تهوع و اختلالات گوارشی) را افزایش می دهد .

مصرف مقادیر بیش از دوز درمانی ممکن است با سایر داروهای مهار کننده منو آمینو اکسیداز تداخل نماید
مصرف همزمان با کنتراستپتوهای خوراکی موجب کاهش اثر بخشی این داروها در جلوگیری از بارداری می گردد
قطع مصرف ناگهانی این فرآورده ممکن است منجر به افزایش سطح خونی برخی داروها (به خصوص سیکلو سپورین دیگوکسین تئوفیلین وارفارین) و در نتیجه سمیت ناشی از آنها گردد .
مقدار مصرف :

بزرگسالان روزی ۳-۲ بار ، هر بار ۰-۲۰ قطره

کودکان بالاتر از سه سال : روزی ۲ بار ، هر بار ۱۵-۱۰ قطره

در نصف لیوان آب و یا آب میوه ریخته و میل شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و حساسیت به نور وجود دارد

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود
نکات قابل توصیه :

رنگ دارو پس از افزودن آب به علت تغییر حلالیت تغییر می کند

پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور و یا آفتاب شدید خودداری گردد

بهتر است دارو قبل از غذا مصرف شود

پس از مصرف دارو در روزهای اول ممکن است باعث ایجاد ناراحتی های گوارشی و یا تشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دو تا چهار هفته از بین می رود

اشکال دارویی :

کپسول ۴۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

کپسول هربی لاکس حاوی ۴۵۰ میلی گرم پودر برگ سنا *Cassia acutifolia* (معادل ۲/۵٪ سنوزید A,B) می باشد .

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال *Rhein-anthrone* می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اورویلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنو کورتیکو استروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدار مصرف :

بعنوان ملین در بزرگسالان ۲ کپسول در روز در کودکان بالاتر از ۶ سال ۱ کپسول در روز و برای تخلیه معده ۱۰ کپسول یکجا با دو لیوان آب میل شود .

موارد احتیاط :

۱- ترشح کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳- مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴- در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگماتاسیون ملانوتیک مخاط روده (*Melanosis*)

(colic) مشاهده شده است. البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف:

۱- این فرآورده مانند سایر ملین‌ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم، دردهای شکمی ناشناخته، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲- استفاده طولانی از ملین‌های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می‌نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می‌باشد.
مصرف در حاملگی و شیردهی

۱- مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می‌گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین‌های فیبری موثر واقع نشده‌اند.

۲- به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی‌گردد.

نکات قابل توصیه:

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می‌گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود
۲- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش‌دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد.

گرایپ واتر **GRIP WATER**

اشکال دارویی:

محلول خوراکی در شیشه‌های ۶۰ و ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف:

گرایپ واتر جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می‌گردد.
اجزاء فرآورده:

گرایپ واتر از اسانس طبیعی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- اسانس شوید ۰/۰۱۵٪ *Anethum graveolens*

۲- اسانس دانه رازیانه ۰/۰۱۵٪ *Foeniculum vulgare*

۳- اسانس برگ نعناع ۰/۰۱۵٪ *Mentha Piperita*

مواد موثره:

روغن‌های فرار مانند کاررون، آنتول فنکون منتول و منتون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

روغن‌های فرار موجود در گرایپ واتر با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری، موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌گردد. بعلاوه منتول موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق اثر کلسیم آنتاگونیستی موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می‌شود.

مقدار مصرف:

نوزادان: یک قاشق چایخوری

کودکان : یک قاشق مرباخوی

بزرگسالان یک قاشق سوپخوری

در صورت لزوم چهار تا شش بار می توان در روز تکرار کرد .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده در افراد حساس ، امکان بروز واکنشهای آلرژیک مانند ردماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

بخور اکالیپتوس گل دارو

GOLDARU EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- تنتور اکالیپتوس ۲۰ گرم *Eucalyptus globulus*

۲- تنتور بنزوئن ۲۰ گرم *Syrax benzoin tincture*

۳- پودر منتول ۱ گرم *Menthol*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدار مصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیدا خودداری شود در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانه یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

گل گریپ GOL _ GRIPE

اشکال دارویی :

محلول خوراکی در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

گل گریپ جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن در نوزادان و کودکان بکار می رود . اجزاء فرآورده :

گل گریپ حاوی اسانس شوید 0.46% و *Anethum graveolens* و بیکربنات سدیم 1.05% می باشد . مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاررون ، لیمونن و بیکربنات سدیم

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در گل گریپ با داشتن اثرات ضد اسپاسم روی عضلات صاف مجرای گوارشی می باشد مقدار مصرف :

کودکان ۱ تا ۶ ماه : یک قاشق مرباخوی

کودکان ۶ تا ۱۲ ماهه : دو قاشق مرباخوی

کودکان بالاتر از ۲ سال : سه قاشق مرباخوی

در صورت لزوم این مقادیر را تا ۶ بار در روز می توان تکرار نمود .

موارد احتیاط :

در نوزادان کمتر از ۱ ماه توصیه نمی شود .

موارد منع مصرف :

در بیماران مبتلا به نارسایی کلیه و افراد حساس به متیل و پروپیل پارابن توصیه نمی شود .

جن جی تون GINGITON

اشکال دارویی :

کپسول ۳۶۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده در پیشگیری از بیماری مسافرت مصرف می شود

اجزاء فرآورده :

این فرآورده حاوی ۳۶۵ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل *Zingiber officinale* می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار مانند زینجیبرن و بتایزابولن و اولئورزین هایی مانند همولوگهای جینجروول و شوگا ال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر زنجبیل در پیشگیری از بیماری مسافرت مشخص نیست . به نظر می رسد که با تاثیر موضعی بر مجاری گوارشی اثر خود را اعمال می کند .

تداخل دارویی :

از آنجا که گزارش شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پایین آورنده قند خون می باشد . لذا مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با درمانهای قلبی ، پایین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

مقدار مصرف :

در بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۲ کپسول نیمساعت قبل از شروع مسافرت سپس هر ۴ ساعت یکبار ۲ کپسول مصرف شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

جنرال تونیک GENERAL TONIC

اشکال دارویی :

پودر در قوطی ۳۵۰ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده به عنوان تقویت کننده عمومی بدن و در بی اشتهایی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

جنرال تونیک از مخلوط زیر تشکیل شده است :

۱- ریشه کاسنی ۱۰٪ *Cichorium intybus*

۲- دانه شنبلله ۵٪ *Trigonella foenum-graecum*

۳- ریشه هویج ۱۰٪ *Daucus carota*

۴- دانه جو زده جو ۱۵٪ *Hordeun vulgare*

۵- اسانس رازیانه ۱٪ *Foeniculum vulgare*

۶- دانه سویا ۱۱٪

۷- دانه نخود ۸٪

۸- کاکائو ۵٪

۹- شکر ۲۹٪

مواد موثره :

کلروژنیک اسید ایزوکلروژنیک اسید موسیلاژ ، پروتئین آمینو اسید (لیزین ، تربیتوفان هیستیدین ، آرژینین ...) آپی ژنین ویتکسین کورستین ، کاروتنوئیدها ترانس آنتول ، فنکون کارتنوئیدها و لیکوپن .

مقدار مصرف :

یک یا دو پیمانه پودر جنرال تونیک را با یک لیوان شیر یا آب گرم مخلوط کرده ۳-۲ بار در روز میل شود و در صورت تمایل می توان شکر یا عسل به آن اضافه نمود.

گارسین GARSIN

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارسین در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرایین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص گارسین حاوی ۴۲/۸۵٪ پودر سیر *Allium sativum* (معادل ۹/۸ میلی گرم آلیئین) می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین دی آلیل دی سولفاید و دی آلیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است کهسیر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالاً-از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانند هیدروسکی متیل گلو تاریل کو آنزیم A و استیل کو آکربو کسیلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلازما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار یک قرص بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام پذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلی کپ GARLICAP

اشکال دارویی :

کپسول ۳۳۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارلی کپ در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرایین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول گارلی کپ حاوی ۳۳۰ میلی گرم پودر سیر *Allium sativum* می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیلیها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین ، آجوئین دی آلیل دی سولفاید و دی آلیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است کهسیر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالاً-از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانند هیدروسکی متیل گلو تاریل کو آنزیم A و استیل کو آکربو کسیناز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۲-۱ کپسول با یک لیوان آب بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام پذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلیک GARLIC

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

گارلیک در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرایین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

هر ۱۰ قطره گارلیک حاوی ۰/۲۵ گرم عصاره سیر *Allium sativum* می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین ، آجوئین دی آلیل دی سولفاید و دی آلیل تری سولفاید .
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است کهسیر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالاً از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانند هیدروسکی متیل گلو تاریل کو آنزیم A و استیل کو آکربو کسلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلازما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .
تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدار مصرف :

روزی ۱-۳ بار هر بار ۱۰ قطره به همراه غذا یا آب میوه میوه میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در

این زمینه انجام پذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلت GARLET

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۵۷۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارلت در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرایین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص گارلت حاوی ۴۰۰ میلی گرم پودر سیر *Allium sativum* می باشد و میزان آلیئین و آلیسین آن در هر قرص معادل ۱۰۰۰

میکرو گرم است .

مواد موثره :

تیو آلیلیها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین ، آجوئین دی آلیلی دی سولفاید و دی آلیلی تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می‌گردد. به نظر می‌رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلازیه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاسیون عروق می‌گردد.

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی، عصاره الکلی و یا پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است کهسیر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می‌گردد. این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است.

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالاً- از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانند هیدروسکی متیل گلو تاریل کو آنزیم A و استیل کو آکربو کسیناز ظاهر می‌شود.

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می‌گردد.

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می‌نماید.

تداخل دارویی:

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می‌باشند با احتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف:

روزی ۳ بار هر بار ۱-۲ قرص بعد از غذا میل شود.

موارد احتیاط:

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد.

عوارض جانبی:

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید.

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است.

موارد منع مصرف:

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می‌گردد. البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام پذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است.

انوکسولون ENOXOLONE

اشکال دارویی:

پماد جلدی ۱۵ گرمی

موارد مصرف:

انوکسولون در درمان التهابات پوستی و موارد زیر بکار می‌رود:

- قرمزی پوست نوزادان ناشی از ادرار سوختگی

- قرمزی پوست در اثر آفتاب سوختگی

- اگزماهای ملایم در سطح صورت پلکها و اطراف دهان

- خارش ناشی از نیش حشرات ، خارش های انگلی یا خارش دستگاه تناسلی در زنان

اجزاء فرآورده :

پماد انوکسولون حاوی ۲٪ اسید گلیسیریتینیک می باشد که از گیاه شیرین بیان به دست می آید .

مواد موثره :

اسید گلیسیریتینیک (انوکسولون)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر پد تورومی اسید گلیسیریتینیک با وجود شباهت ساختمانی آنب هیدروکورتیزون مورد تردید می باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است که گلیسیریتینیک اسید تمایل نسبی به اتصال با گیرنده های گلوکوکورتیکوئیدی و میزالوروتیکوئیدی را دارد و احتمالاً با تاثیر بر این گیرنده ها ، روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تاثیر می نماید .

همچنین این ترکیبات با وقفه عمل آنزیم ۱۱-Beta Hydroxy steroid در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون غیر فعال جلوگیری می کنند . همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین با موجب وقفه لیپواکسیژناز و سیکلو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراسیدونیک می گردند .

مقدار مصرف :

پس از تمیز کردن پوست روزی ۲ تا ۴ بار لایه نازکی از پماد روی موضع بمالید

موارد احتیاط :

۱- به علت ایجاد حساسیت در اثر تماس با این دارو به مدت طولانی و روی سطح وسیعی از پوست استفاده می شود .

۲- در مورد پوست نوزادان روی مخاط و پوستی که هنوز لایه خارجی آن تشکیل نشده استفاده نشود

۳- از استعمال پماد در چشم و اطراف آن خودداری شود

عوارض جانبی :

در صورت مصرف دارو به مدت طولانی و در سطح وسیع و آسیب دیده پوست احتمال بروز علائم میزالوروتیکوئیدی وجود دارد

دیورتیک DIURETIC

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

دیورتیک در تخفیف نشانه های خیز در نارسایی احتقانی قلب و کم کاری کلیه ، عفونتها دستگاه ادراری و کمک به دفع سنگهای مجاری ادرار و افزایش فشار خون بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهی دیورتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- دم آلبالو ۵۷/۴٪ *Prunus cerasus*

۲- کاکل ذرت ۸/۸٪ *Zea mays*

۳- میوه خارخاسک ۲۵٪ *Tribulus terrestris*

۴- برگ پونه ۸/۸٪ *Mentha longifolia*

مواد موثره :

پتاسیم ، کلسیم ، گلوکز ، لولوز روغن های فرار و فلانوییدها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده بطور کامل شناخته نشده است . احتمالاً یونها وق ندهای موجود در آب مشابه مدرهای اسمزی ، سبب

افزایش اسمولاریته مایع تصفیه شده در گلومولها و تسهیل دفع آب و مهار جذب مجدد آب و املاح می گردد .

روغن های فرار موجود در پونه به علت داشتن اثرات ضد اسپاسم موجب شل شدن عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج

سنگ می گردد .

مقدار مصرف :

روزی ۲ بار هر بار یک قاشق غذاخوری از مخلوط گیاهی را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۰ دقیقه دم نموده پس از صاف

کردن میل نمایند .

عوارض جانبی :

در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی و کهیر وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می

شود .

نکات قابل توصیه :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب و الکترولیتها گردد .

بخور دینه (پودر)

DINEH INHALER POWDER

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۵۰ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود و همچنین برای بهبود آکنه قابل

استفاده می باشد .

اجزاء فرآورده :

بخور دینه ز اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱-دانه رازیانه ۲۰٪ *Foeniculum vulgare*

۲-برگ مورد ۳۰٪ *Myrtus communis*

۳- برگ اکالیپتوس ۳۰٪ *Euclyptus globulus*

۴- برگ آویشن ۱۵٪ *Thymus sp*

۵- گل بابونه ۵٪ *Matricaria chamomilla*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس سابتیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هایپروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدار مصرف :

بخور : یک قاشق سوپخوری از بخور دینه را در یک لیتر آب جوش ریخته بخور دهید .

درمان کمکی آکنه : یک قاشق سوپخوری از فرآورده را در یک لیتر آب جوشان ریخته سپس جوشانده حاصل را پس از صاف نمودن به صورت کمپرس روی پوست استفاده نمایند .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

بدلیل وجود بابونه در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

بخور اوکالیپتوس دینه

DINEH EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- اسانس اکالیپتوس ۰/۱٪ *Eucalyptus sp*

۲- اسانس آویشن ۰/۱٪ *Thymus sp*

۳- اسانس رازیانه ۰/۱٪ *Foenicuhum vulgare*

۴- اسانس نعناع ۰/۴٪ *Mentha piperita*

۵- تنتور اکالیپتوس تا ۱۰۰٪ *Eucalyptus sp*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدار مصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک

مراجعه کنید .

د- رگلیس D-REGLIS

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

د - رگلیس در زخم اثنی عشر و معده گاستریت و گاسترالژی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر قرص د - رگلیس حاوی ۳۸۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان *Glycyrrhiza glabra* می باشد که مقدار گلیسیریزین آن تا

حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است .

مواد موثره :

فلانوئیدها گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین)
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات درمان کننده زخم معده و اثنی عشر این فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوئیدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالاً با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید . به نظر می رسد این اثر مشابه کربنو کسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوئید معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .
مقدار مصرف :

در زخم معده ۲ قرص ، ۳ بار در روز میل شود

در زخم اثنی عشر این مقدار را می توان در صورت لزوم تا ۲ قرص ، ۶ بار در روز افزایش داد .
موارد احتیاط :

عصاره تام شیرین بیان به علت داشتن اثرات شبه مینرالو کورتیکوئیدی سبب احتباس برگشت پذیر آب و سدیم شده دفع پتاسیم را افزایش می دهد . عصاره د - گلیسیریزه شیرین بیان معمولاً- این اثر را نداشته ولی توصیه می گردد این دارو در افرادی که مشکلات قلبی - عروقی و یا فشار خون بالا دارند با احتیاط مصرف شود .
مصرف در حاملگی و شیردهی :

عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروئیدی بوده و باعث افزایش فشار خون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانات آزمایشگاهی می گردد که این عارضه برای فرآورده های د- گلیسیریزه شده کمتر مشاهده خواهد شد ولی مصرف این داروها در دوران حاملگی باید مورد توجه قرار گیرد .

کراتاگوس CRATAGUS

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

کراتاگوس با داشتن اثرات کاردیوتونیک ، گشاد کننده عروق کرونر و پایین آورنده فشار خون در درمان نارساییهای خفیف قلبی و زیادی فشار خون به کار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره کراتاگوس از عصاره هیدروالکلی گیاه سرخ ولیک *Crataegus microphylla* تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی لیتر آن حاوی ۰/۲ گرم ماده موثره فلانوئید می باشد .

مواد موثره :

فلانوئیدها ، پروسیانیدین ها و پروآنتوسیانیدین ها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات قلبی - عروقی این فرآورده به ترکیبات فلانوئیدی موجود در کراتاگوس ، بخصوص پروسیانیدین ها نسبت داده شده است .
مطالعات در انسان و در آزمایشگاه نشان داده است که کراتاگوس باعث افزایش جریان خون کرونر ، افزایش جریان خون محیطی (در سر ، عضلات اسکلتی و کلیه) کاهش جریان خون محیطی (رد پوست و دستگاه گوارش) کاهش مقاومت محیطی و کاهش

فشار خون می‌گردد. بررسی‌های انجام شده نشان داده است که کراتاگوس احتمالاً با استعاع عروق خونی موجب کاهش فشار خون می‌گردد. همچنین بر طبق مطالعات در آزمایشگاه ترکیبات فلانوییدی و پروآنتوسیانیدین این گیاه دارای اثرات کرونو تروپ منفی و اینوتروپ مثبت می‌باشد.

مقدار مصرف:

مقدار مصرف اولیه: ۶۰-۷۰ قطره ۳ بار در روز به مدت ۳-۴ روز

مقدار مصرف نگهدارنده: روزی ۳ بار هر بار ۲۵ قطره

بهتر است قطره را با کمی آب رقیق نموده مصرف شود

موارد احتیاط:

بیماران تحت درمان با داروهای قلبی - عروقی به اثرات فارموکولوژیک کراتاگوس حساس تر می‌باشند. بنابراین مصرف این فرآورده در افراد فوق باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی:

با مصرف فرآورده‌های حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع، خستگی، تعریق و راش‌های جلدی معمولاً روی دست گزارش شده است.

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد مسمومیت (برادیکاری، دپرسیون تنفسی) نماید.

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کارمینت CARMINAT

اشکال دارویی:

قطره در شیشه‌های ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف:

این فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می‌گردد

اجزاء فرآورده:

قطره کارمینت از عصاره هیدرو الکلی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ نعناع ۵۰٪ *Mentha piperita*

۲- برگ بادرنجبویه ۲۵٪ *Melissa officinalis*

۳- دانه گشنیز ۲۵٪ *Coriandrum sativum*

مواد موثره:

روغن‌های فرار مانند لیناکول، منتول. سیترال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

روغن‌های فرار موجود در کارمینت با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌گردد.

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدار مصرف :

بزرگسالان : ۳۰ قطره کودکان زیر ۱۲ سال : ۱۵ قطره در نصف استکان آب ریخته بعد از هر وعده غذا میل شود

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کارمیناتیف CARMINATIF

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۵۵ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد

اجزاء فرآورده :

کارمیناتیف از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- دانه زیره سیاه ۱۵٪ Carim carvi

۲- دانه زیره سبز ۱۰٪ Curninum cyminum

۳- دانه انیسون ۱۵٪ Pimpinella anisun

۴- برگ نعناع ۲۰٪ Mentha piperita

۵- برگ بادرنجبویه ۵٪ Melissa officinalis

۶- دانه رازیانه ۲۰٪ Foeniculum vulgare

۷- دانه گشنیز ۱۵٪ Coriandrum sativum

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول . سیترال ، لینالول و کومینالدئید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در کارمیناتیف با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل

خروج گازها از معده می گردد .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدار مصرف :

بزرگسالان ۲-۱ قاشق مرباخوری از پودر کارمیناتیف را با نصف لیوان آب جوش مخلوط کرده (در صورت لزوم شیرین کرده)

پس از غذا میل نمایند . همچنین پودر کارمیناتیف را می توان مستقیما به غذا یا ماست افزوده میل نمود .

کودکان زیر ۱۲ سال : نصف مقدار بزرگسالان

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد
موارد منع مصرف :

در اختلالات شدید گوارشی ، زخم معده و همچنین در بیمارانی که جراحی سیستم گوارشی داشته و یا خونریزی دارند نباید مصرف شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

کاروای میکسچر CARWAY MIXTURE

اشکال دارویی :

محلول خوراکی در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

کاروای میکسچر در برطرف نمودن سوء هاشمه نفخ و درد ناشی از در نوزادان و کودکان بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

کاروای میکسچر از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- عرق زیره سیاه $32/33\%$ Carum carvi

۲- عرق رازیانه $32/33\%$ Foeniculum vulgare

۳- عرق نعناع $43/8\%$ Mentha arvensis

۴- عرق پونه $33/8\%$ Mentha longifolia

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در کاروای میکسچر با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .
مقدار مصرف :

کودکان تا ۶ ماه : یک قاشق مرباخوری

کودکان ۶ ماه تا ۲سال : دو قاشق مرباخوری

کودکان بالاتر از دو سال : سه قاشق مرباخوری

در صورت لزوم این مقادیر را تا ۶ بار در روز می توان تکرار نمود .

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

کارامین CARAMIN

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

کارامین در برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف شود

اجزاء فرآورده :

کارامین از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- دانه انیسون ۲۰٪ *Pinpinella anisum*۲- دانه رازیانه ۲۰٪ *Foeniculun vulgare*۳- دانه زیره سیاه ۲۰٪ *Carun carvi*۴- گل بابونه ۲۰٪ *Matricaria chamomilla*۵- برگ نعناع ۲۰٪ *Mentha pipreita*

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول ، کامازولن و فلانویید آپی ژنین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در کارامین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد .

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که ترکیبات فلانوییدی و بیزابولول بابونه دارای اثرات آنتی اسپاسمودیک می باشد (اثرات آنتی اسپاسمودیک فلانوییدها بخصوص آپی ژنین سه بار قویتر از پاپاورین است) .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدار مصرف :

روزی ۲ بار هر بار ۱-۲ قاشق مرباخوری از پودر کارامین را در یک لیوان آب جوش دم کرده نیم ساعت بعد از غذا میل نمایند .

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

کالاندولا CALENDULA

اشکال دارویی :

پماد ۱۵ گرمی

موارد مصرف :

- در مائیت آلرژیک

- پیشگیری و تسکین التهاب و تحریک پوست بدن شیرخوار بر اثر تماس با ادرار

- آزردهای جلدی ناشی از خراش ها و بریدگی های سطحی

- خشکی و ترک پوست

- پیشگیری و درمان آفتاب سوختگی

- تسکین خارش و التهاب ناشی از گزیدگی حشرات

اجزاء فرآورده :

پماد کالاندولا از عصاره تام گل‌های کالاندولا *Calendula officinalis* به میزان ۱/۵٪ تهیه شده است

مواد موثره :

فلانوئیدهایی نظیر کورستین ، ایزوکورستین ، استرولها کاروتنوئیدها و ساپونین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

- فلانوئیدهای موجود در گل همیشه بهار از آزاد شدن هیستامین و تولید پروستاگلاندین ها جلوگیری می نمایند . همچنین برای این

دسته از مواد گیاه ، اثرات دیگری نظیر تثبیت غشای لیزوزومی و تاثیر بر نفوذ پذیری و مقاومت مویرگی قائل هستند .

- ساپونین های گل همیشه بهار از آزاد شدن هیستامین برادی کینین و بعضی از آنزیمهای پروتئولیتیک جلوگیری کرده و با کاهش

نفوذ پذیری مویرگها ، مانع ترشح پلازما به داخل بافتها گردیده و مهاجرت گویچه های سفید را به محل التهاب کاهش می دهند .

بعلاوه گزارشهایی مبنی بر وقفه در رشد برخی از باکتریها و قارچها توسط این مواد وجود دارد .

- کاروتنوئیدهای گل همیشه بهار ، بخصوص بتاکاروتن پیش ساز ویتامین A بوده و به اثرات ضد التهاب و التیام بخش فلانوئیدها و

سپرنوزیدهای آن کمک می کنند . کاروتنوئیدها همچنین همراه با تانن موجود در گیاه در پیشگیری و بهبود حالت قرمزی پوست ،

تورم و درد ناشی از آفتاب سوختگی که در اثر اشعه ماوراء بنفش ایجاد می شود موثر گزارش شده اند .

مقدار مصرف :

روزی چند بار پس از تمیز کردن پوست ف به مقدار کافی از پماد روی موضع مالیده شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده

شود.

سی لاکس C_LAX

اشکال دارویی :

قرص ۷۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سی لاکس حاوی ۶۰۰ میلی گرم برگ سنا *Cassia obovata* (معادل ۱۵ میلی گرم سنوزید B) و ۱۰۰ میلی گرم دانه

گشنیز *Coriandrum sativum* می باشد.

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)، روغن های فرار نظیر لینالول و کوریاندرول. آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند. این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند. بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالاً با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلانندین ها ایجاد می شوند. روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند. تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اورویلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوپر) تداخل نماید. فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی، آدرنو کورتیکوستروئیدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید.

مقدار مصرف :

ملین : بزرگسالان ۲-۱ قرص در روز

کودکان بالاتر از ۶ سال ، ۱-۰/۵ قرص طبق دستور پزشک مصرف شود

مسهل : ۳-۲ قص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی نماید.

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد.

۳- مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفريت کند

۴- در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است. البته ۱۲-۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت
موارد منع مصرف :

۱- این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلتوم، دردهای شکمی ناشناخته، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲- استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد.
مصرف در حاملگی و شیردهی

۱- مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می‌گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین‌های فیبری موثر واقع نشده‌اند.

۲- به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی‌گردد.

نکات قابل توصیه:

- ۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می‌گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود
- ۲- مصرف حداقل ۶-۸ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد.

برونکوتیدی BRONCHO T.D

اشکال دارویی:

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف:

شربت برونکوتیدی به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می‌رود
اجزاء فرآورده:

هر ۱۰۰ میلی لیتر شربت حاوی ۲۵ گرم عصاره هیدروالکلی ۲۰٪ آویشن شیرازی *Zataria multiflora* می‌باشد.
مواد موثره:

روغن‌های فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر:

اثرات ضد سرفه و خلط آور آویشن شیرازی احتمالاً مربوط به روغن‌های فرار (تیمول و کارواکرول) آن می‌باشد.
مقدار مصرف:

بزرگسالان: یک قاشق غذاخوری ۳ تا ۴ بار در روز

کودکان: یک قاشق مرباخوری ۳ تا ۴ بار در روز

عوارض جانبی:

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی می‌گردد
موارد منع مصرف:

بدلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی و شیردهی:

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

برن BRAN

اشکال دارویی:

پودر در بسته های ۲۵۰ گرمی

موارد مصرف :

برن در اختلالات دستگاه گوارش نظیر یبوست ، بیماریهای دیورتیکولار روده بزرگ و سندرم روده تحریک پذیر بکار می رود .
ملین های حجیم کننده مدفوع برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیمارانی که زخم برش فرج دارند ، هموروئید ، ترومبوزه دردناک ، شقاق یا آبسه پرینه ای ، فتق دیافراگم و تنگی آنورکتال مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

پودر برن از پوسته خارجی گندم تهیه شده است

مواد موثره :

پلی ساکاریدها (سلولز] همی سلولز و پکتین) پروتئین ، چربی و املاح

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

برن احتمالاً- از طریق جذب و نگهداری آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و در نتیجه کوتاه شده زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد
تداخل دارویی :

پودر برن باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس و روی) ، ویتامین B۱۲ ، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد .

مقدار مصرف :

روزانه ۳-۲ بار یک یا دو قاشق غذاخوری از پودر برن را در یک لیوان آب میوه ، شیر و یا سایر نوشیدنیها اضافه کرده ۱۵ تا ۳۰ دقیقه قبل از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

۱- ملین ها در کودکان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند . از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد . به یان طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدیدتر جلوگیری کرد .

۲- پودر برن باید با مقادیر زیاد مایعات مصرف شود . زیرا در صورت عدم مصرف کافی مایعات احتمال بروز انسداد مری و تراکم مدفوع در روده وجود دارد .

عوارض جانبی :

در شروع درمان ممکن است سنگینی و نفخ موقتی در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود . مصرف مقادیر زیاد از پودر برن ، باعث انسداد روده و مری (معمولاً بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد . همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده مانند سایر داروهای ملین در آپاندیسیت و یا نشانه های آن ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص ، نارسایی احتقانی قلب و انسداد روده ممنوعیت مصرف دارد . داروهای ملین حجیم کننده مدفوع در صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شوند .

نکات قابل توصیه :

- ۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع . جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی آب با مدفوع اهمیت دارد .
- ۲-مصرف طولانی مدت این داروها که بصورت عادت درآمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این دارو ها شود .
- ۳-داروهای ملین نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف شود
- ۴-از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود.

بابونه BABONEH

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره بابونه برای درمان التهاب بافت مخاطی دهان و سایر قسمت‌های دستگاه گوارش بکار می رود علاوه بر این دارای اثرات ضد اسپاسم و ضد نفخ می باشد . این فرآورده به صورت دهانشویه جخت رفع التهابات مخاطی دهان نیز بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

قطره بابونه از عصاره هیدرو الکلی گیاه بابونه *Matrivarva chamomilla* تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی لیتر از قطره حاوی ۱۰ میلی گرم کامازولن و حداقل ۲ میلی گرم آپی ژنین می باشد .
مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کامازولن ، بیزابولول و فلانوئید آپی ژنین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر بواسطه ترکیبات ماتریسین (پیشاز کامازولن) ، بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهند و این فعالیت به عمل آنتی اکسیدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره بابونه موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیپواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندین ها و لوکوترین ها را متوقف می نماید و آپی ژنین موجود در عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ایجاد محصولات ۵-لیپو اکسیژناز و سیکلواکسیژناز (نظیر ۱۲-لیپو اکسیژناز) موجب مهار آزاد سازی هیستامین نیز می گردد . اثرات آنتی اسپاسمودیک بابونه به آپی ژنین نسبت داده میشود که یمنان این اثر نسبت به پاپاورین ۳/۹۲ برابر قویتر است .
مقدار مصرف :

برای مصرف خوراکی در بزرگسالان روزی ۳ بار هر بار ۳۰ قطره و رد اطفال روزی ۳ بار هر بار ۲۰-۱۰ قطره در یک فنجان آب ولرم میل نمایند .

به عنوان دهانشویه : روزی سه بار هر بار یک قاشق مرباخوری از قطره با نصف لیوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود .

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک مانند درماتیت و آنافیلاکسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به بابونه و بیماران مبتلا به آسم منع مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

در کاربرد دارو به عنوان ضد التهاب و سوزش مخاط معده و روده نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود و به عنوان ضد اسپاسم و ضد نفخ باید دارو یک ساعت بعد از غذا مصرف شود

آوی پکت AVIPECT

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره آوی پکت به عنوان ضد سرفه و خلط آور به کار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره آوی پکت از عصاره هیدر و الکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱- سرشاخه آویشن ۵۰٪ *Thymus Kotschyanus*

۲- برگ اکالیپتوس ۳۰٪ *Eucalyptus globulus*

۳- دانه رازیانه ۲۰٪ *Foeniculum vulgare*

مواد موثره :

فلانوئیدها روغن های فرار نظیر تیمول ، اکالیپتول کارواکرول آنتون و فنکون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است که اثرات خلط آور و ضد سرفه آویشن مربوط به فلانوئیدها

و روغن های فرار (تیمول و کارواکرول) آن می باشد . همچنین برای روغن ها فرار اکالیپتوس نیز اثرات خلط آور و ضد سرفه

گزارش شده است .

مقدار مصرف :

بزرگسالان ۲۰-۳۰ قطره ۳-۴ بار در روز با کمی آب قند میل نمایند.

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشاء مخاطی گردد . به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنش های

آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

آفرودیت APHRODIT

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

قرص روکشدار ۳۸۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

برطرف کننده اختلالات ناشی از ناتوانی و کمبود تمایلات جنسی

اجزاء فرآورده :

قطره آفرودیت حاوی ۰/۳۲-۰/۴۸ میلی گرم فلانوئید تام می باشد و از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- عصاره خارخاسک ۶۵٪ *Tribulus terrestris*۲- عصاره دارچین ۳۰٪ *Cinnanomum zeylanicum*۳- عصاره زنجبیل ۴/۵٪ *Zingiber officinale*۴- عصاره کلالة زعفران ۰/۵٪ *Crocus sativus*

قرص حاوی ۰/۳۵-۰/۷۵ میلی گرم فلانوئید تام می باشد و از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- عصاره خشک خارخاسک ۴۰ میلی گرم *Tribulus terrestris*۲- عصاره خشک دارچین ۱۱ میلی گرم *Cinnanomum zeylanicum*۳- عصاره خشک زنجبیل ۱۲/۲۷ میلی گرم *Zingiber officinale*۴- کلالة زعفران ۳ میلی گرم *Crocus sativus*

مواد ویژه :

فلانوئیدها ، ساپونین های استروئیدی ، ۳-د-اکسی دیوزژنین و روغن های فرار تقطیر بنزو آلدئید ، کومینالدئید ، زینجیبرن

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو بدرستی شناخته نشده است آزمایشات بالینی انجام شده اثرات برطرف کننده اختلالات ناشی از ناتوانی و

کمبود تمایلات جنسی را تأیید کرده همچنین براساس آزمایشات انجام شده بر روی رت گزارش شده است که گیاه خارخاسک

بعلت داشتن استروئیدهای مختلف باعث تحریک اسپرما توژنز شده و با تاثیر بر روی سلولهای سرتولی موجب افزایش تولید اسپرم و

قوه باء می گردد .

تداخل دارویی :

از آنجا که گزارش شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پائین آورنده قند خون می باشد لذا

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با داروهای قلبی پائین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

موارد احتیاط :

در بیماران قلبی و بیمارانیکه اخیرا مبتلا به سکته قلبی شده اند با احتیاط مصرف شود .

آنتی میگرن ANTIMIGRAINE

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره آنتی میگرن به عنوان پیشگیری کننده و برطرف کننده حملات میگرنی و سردردهای با منشأ عصبی بکار می رود .
اجزاء فرآورده :

قطره آنتی میگرن از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه می شود :

۱- دانه رازیانه ۳۰٪ *Foeniculum vulgare*

۲- ریشه سنبل الطیب ۳۰٪ *Valeriana officinalis*

۳- پوست ساقه بید ۲۰٪ *Salix alba*

۴- برگ بادرنجبویه ۲۰٪ *Melissa officinalis*

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها ، سالیسین روغن های فرار نظیر آنتول سیترا ل و سیترونال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانسیم دقیق اثر ضد میگرنی این فرآورده بطو کامل شناخته نشده است . آنتی میگرن به دلیل داشتن سنبل الطیب و بادرنجبویه دارای اثرات تضعیف سیستم اعصاب مرکزی می باشد . سالیسین موجود در پوست بید اثر ضد درد مشابه سالیسیلات ها ایجاد می نماید .

تداخل دارویی :

- از مصرف همزمان این فرآورده با داروهای حاوی سالیسیلات ها خودداری شود .

- مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدار مصرف :

به محض شروع اولین آثار حمله میگرنی ۳۰ تا ۴۰ قطره در یک فنجان آب سرد ریخته و میل شود . در صورت لزوم می توان بعد از یک ساعت مصرف دارو را تکرار نمود .

موارد احتیاط :

۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی نماید بنابراین هنگام رانندگی و یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد با احتیاط مصرف شود .

۲- در افراد حساس به سالیسیلیک اسید مبتلا به آسم ، زخمهای حاد گوارشی فهموفیلی نقرس اختلالات انعقادی و کمی پروترومبین خون با احتیاط مصرف شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی در مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود

آنتی دیابتیک ANTI-DIABETIC

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

آنتی دیابتیک در درمان زیادی قند خون بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

آنتی دیابتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ توت سیاه ۲۰٪ *Morus nigra*

۲- دانه شنبلیله ۶۰٪ *Trigonella foenum-graecum*

۳- برگ زیتون ۱۰٪ *Olea europea*

۴- ریشه شیرین بیان ۵٪ *Glycyrrhiza glabre*

۵- پونه ۵٪ *Mentha pulegium*

مواد موثره :

تری کونلین ، کومارین ف نیکوتینیک اسید د-اکسی نوجری مایسین و اولتوروپتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر دقیق این فرآورده شناخته نشده است مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که د-اکسی نوجری مایسین موجود در برگ

توت سیاه وارد واکنش‌های آنزیمی شده و بجای قند مورد مصرف آنزیمها قرار گرفته و آنها را غیر فعال می کند همچنین با ایجاد

وقفه در عمل آنزیم گلیکوزیداز می توان از شکسته شدن زنجیره قندها جلوگیری نماید .

مطالعات در انسان نشان داده است که اثرات پایین آورنده قند خون دانه شنبلیله ممکن است به علت نیکوتینیک اسید کومارین و

تریگونلین موجود در آن باشد .

مقدار مصرف :

روزی ۲ بار ، هر بار ۲ قاشق غذا خوری از فرآورده را با یک لیوان آب جوش دم کرده و پس از صاف کردن میل شود

موارد احتیاط :

مصرف همزمان این فرآورده با داروهای پایین آورنده قند و چربی خون داروهای ضد انعقاد ، داروهای هورمونی و وقفه دهنده

های منوآمین اکسیداز MAOI باید با احتیاط صورت گیرد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی در مصرف این فرآورده در زنان باردار و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

از آنجا که شنبلیله موجود در آنتی دیابتیک (به دلیل داشتن فیبرهای موسیلاژی) ممکن است باعث جلوگیری از جذب سایر دواها

گردد . لذا توصیه می شود این فرآورده با فاصله زمانی مناسب از سایر داروها مصرف گردد .

آنتوم ANETHUM

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

گرانول در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

آنتوم در زیادی چربی خون (کلاسترول و تری گلیسریدها) پیشگیری و درمان آرترو اسکلروز و کولیکهای صفراوی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

آنتوم از عصاره گیاهان زیر تهیه شده است

۱- دانه وبرگ شوید ۶۸٪: *Anethum graveolens*

۲- ریشه کاسنی ۵٪: *Cichorium intybus*

۳- سرشاخه های گلدار شاهتره ۵٪: *Fumaria parviflora*

۴- لیمو عمانی ۴٪: *Citrus sp*

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کارون ، لیمونن گلیکوزید ، تلخ لاکتوکوپیکرین و آلکالوئید پروتوپین ، هیسپریدین و کورستین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو تا کنون شناخته نشده است آزمایشات بالینی انجام شده اثرات پائین آروندگی چربی خون این فرآورده را تایید نموده است .

ترکیبات موجود در آنتوم موجب افزایش ترشحات صفرا شده بریا کورستین و لاکتوکوپیکرین موجود در این فرآورده نیز اثر مهار کنندگی آنزیمهای لیپوژناز گزارش شده است . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره شاهتره مانع تشکیل سنگهای صفراوی می گردد .

مقدار مصرف :

قرص : روزی ۳ بار ، هر بار ۲-۳ قرص با آب یا آب میوه میل شود .

گرانول روزی ۲ تا ۳ بار ، هر بار یک قاشق مرباخوری از گرانول را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از ۱۰ دقیقه میل نمایید . مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی رد مصرف این فرآورده در زنان باردار و شیرده به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

آلتیب ALTIB

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

آلتیب در درمان اضطراب ، بی خوابی و سردردهای با مشاء عصبی بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهی آلتیب از مجموعه ای از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- ریزوم و ریشه سنبل الطیب ۳۲٪: *Valeriana officinalis*

۲- برگ بادرنجبویه ۱۷٪: *Melissa officinalis*

۳- سرشاخه های گلدار گاو زبان ۱۷٪: *Borage officinalis*

۴- گل‌های بابونه ۱۷٪: *Matrivariva chamomoilla*

۵- برگ اسطوخودوس ۱۷٪ *Lavandula stoechas*

مواد موثره :

کامازولن والرینیک اسید ، والپوتریات ها ، لینالیل استات ، سیترال و سیترونلال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

این فرآورده به عنوان داروی تضعیف سیستم عصبی مرکزی (CNS) عمل می کند ولی مکانیسم دقیقی آن بطور کامل شناخته نشده است .

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید موجود در گیاه سنبل الطیب احتمالاً باعث وقفه رد سیستم آنزیمی مسئول کاتاولیسم گابا می شود . افزایش غلظت گابا (GABA) موجب کاهش فعالیت سیستم عصبی مرکزی (CNS) و بروز اثر آرامبخش والرینیک اسید می گردد .

طبق بررسی های انجام شده عصاره هیدرولیکی بادرنجبویه دارای اثر آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS) (در موش) می شود .

تداخل دارویی :

مصرف این دارو می تواند موجب تشدید اثر سایر داروهای آرام بخش گردد

مقدار مصرف :

روزی ۲ بار هر بار ۲-۱ قاشق مربا خوری از پودر آلتیب را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف کردن میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی کند بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد احتیاط شود .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود بابونه در این فرآورده امکان بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت ، آنافیلاکسی) در افراد حساس به این گیاه وجود دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

آلتادین ALTHADIN

اشکال دارویی :

قرص مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

آلتادین در درمان التهاب و تحریک مخاط گلو بکار می رود همچنین به عنوان خلط آور در سرفه های تحریکی ناشی از افزایش ترشحات مجاری تنفسی فوقانی استفاده می شود.

اجزاء فرآورده :

قرص آلتادین حاوی ۲۲۰ میلی گرم پودر گل ختمی ، ۱۵۰ میلی گرم عصاره تام شیرین بیان و ۲ میلی گرم اسانس نعناع می باشد .
مواد ویژه :

موسیلاژ (گالاکتورونیک ، گلوکورونیک اسید ، رامنوز ...) پکتین ، آسپاراژین ، لسیتین ، منتول ، فلاونوئیدها و گلیسیریزین .
آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

آلتادین با داشتن موسیلاژ و سایر مواد موثر دارای خاصیت نرم کننده و کاهش دهنده تحریکات و التهابات خفیف در مخاط دهان و گلو می باشد . احتمالاً این اثر با ایجاد یک غشا و مانع فیزیکی برای جلوگیری از گسترش تحریکات ظاهر می شود .
مقدار مصرف :

طبق دستور پزشک و یا هر ۲ تا ۳ ساعت یک قرص مکیده شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف آلتادین در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

آلیکوم ALICOM

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۲۶۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

آلیکوم در زیادی فشار خون ، چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص آلیکوم حاوی ۱۰۰ میلی گرم پودر سیر (*Allium sativum*) می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیل ها و شتمقات آنها نظیر آلیئین آلیسین آجوئین دی آلیل دی سولفاید و دی آلیل تری سولفاید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاتاسیون عروق محیطی می گردد به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپر پلاریزه سیون پتانسیل غشا و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .
همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و با پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است که سیر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پائین آمدن فشار خون می گردد این نتایج توسط آزمایشات در انسان نیز تایید گردیده است .

از سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالاً از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و اسید های جرب مانند هیدروکسی متیل گلو تاریل کو آنزیم A و استیل کو آکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینو لیتیکی افزایش انعقاد و وقفه و تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می کند .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با استیل سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدار مصرف :

روزی ۳ بار ، هر بار ۱-۲ قرص بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده است ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید . همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخمهای حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد و ایمنی مصرف آن در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است لذا توصیه می شود در این دوران مصرف نگردد .

مرجع کامل گیاهان دارویی

آلو (اجاص)

طریقه مصرف:

خوردنی بهتر است صبح ناشتا باشد

توضیحات:

آلوی تازه حرارت را خاموش میکند و صفرا را فرو می نشاند و خشکش خون را آرام میکند و دردهای بدن را بیرون میکشد همچنین ضماد برگش با سرکه کرمها را در شکم میکشد - اگر خودش را بخورند ناشتا خون را تصفیه میکند
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

چای کوهی

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده و در گاهی از اوقات برای مرخم زخمها به کار میرود.

توضیحات:

چای کوهی St.johns Wort

نام علمی Hypericum perforatum

گیاه شناسی

چای کوهی بمقدار زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می یابد و معمولاً بصورت خودرو در میان مزارع گندم و ذرت یافت می شود .
چای کوهی در اروپا آمریکا بنام سنت جونز شهرت دارد و مدتی است که بسیار معروف شده است .

جالب است بدانید که روغن چای کوهی برای مدت سه قرن در انگلستان تنها داروی زخم‌ها بوده است .
چای کوهی در ایران در دامنه کوه‌های البرز کرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ایران به حد زیاد می‌روید .
در اروپا نانوائیها این گیاه را خوب می‌شناسند زیرا کمی از آنرا به در اضافه می‌کنند که نان را بهتر و خوش طعم تر می‌کند .
گل‌های چای کوهی برنگ سفید یا زرد می‌باشند که در بالای ساقه بصورت مجتمع بچشم می‌خورد . این گل‌ها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی می‌باشد . میوه چای کوهی بشکل کپسول است .

خواص دارویی:

از نظر طب قدیم ایران این گیاه گرم و خشک است . ماده قرمز رنگی که در برگ‌های چای کوهی وجود دارد و با فشار دادن برگ‌ها از آن استخراج می‌شود برای التیام زخم‌ها و درمان سوختگی‌ها بکار می‌رود .
برای تهیه جوشانده و یا دم کرده این گیاه باید حدود یک قاشق چایخوری برگ و گل خشک گیاه را در دو فنجان آب جوش ریخته و آنرا آنقدر بجوشانید تا یک فنجان باقی بماند سپس آنرا مصرف کنید .
بطور خلاصه می‌توان به مورد زیر اشاره کرد :

- ۱) ضد کرم معده و روده می‌باشد.
- ۲) ادرار آور و قاعده آور است .
- ۳) گرفتگی صدا را باز می‌کند و خلط آور است.
- ۴) برای درمان مرض کزاز بکار می‌رود.
- ۵) اگر برگ آنرا بصورت پودر دارورید و روی زخم‌های عمیق و متعفن بپاشید این نوع زخم‌ها را خوب می‌کند.
- ۶) درمان کننده اسهال و اسهال خونی است .
- ۷) برای درد دنبالچه بهترین دارو است .
- ۸) اگر مشکوک به خونریزی مغزی هستید و یا احتمال خونریزی مغزی وجود دارد حتما از این دارو استفاده کنید .
- ۹) ضعف جنسی را درمان می‌کند.
- ۱۰) درمان کننده بیماری مننژیت است .
- ۱۱) برای درمان فلج بکار می‌رود .
- ۱۲) سیاه سرفه را از بین می‌برد.
- ۱۳) درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می‌کند .
- ۱۴) برای کم خونی مفید است .
- ۱۵) چای کوهی اشتها را باز می‌کند بنابراین می‌توان آنرا به بچه‌ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد.
- ۱۶) ضد افسردگی می‌باشد .
- ۱۷) درمان کننده بیخوابی است .
- ۱۸) در درمان سرمخوردگی معجزه می‌کند .
- ۱۹) برای درمان تب و اثر نیش سمی حشرات بکار میرود.

و بالاخره با تحقیقات جدیدی که دانشمندان روی این گیاه معجزه آسا انجام داده‌اند و دریافته‌اند که چای کوهی می‌تواند ویروس‌ها را از بین ببرد و حتی روی ویروس بیماری AIDS نیز اثر درد .مدتی است که بیماران مبتلا به ایدز از این گیاه استفاده میکنند که سیستم دفاعی بدن آنها را تقویت کرده و بیماری را تخفیف می‌دهد .

دانشمندان مدتی است که روی اثر چای کوهی بر ريو سرطان خون تحقیقات دامنه دري را شروع کرده اند و به نتایج درخشانی دست یافته اند .

همانطوریکه قبل گفته شد این دارو اثر بسیار خوبی بر روی افسردگی درد البته اگر سه متوالی از این دارو استفاده شود حالات افسردگی را از بین برده بیخوابی را مداوا می کند و بیماران اعتماد بنفس خود را باز می یابند .

مرجع: کتب طب سنتی

باد روج (تره خراسانی)

طریقه مصرف:

در اول غذا و آخر غذا شایسته است مصرف شود

توضیحات:

باد گلو، بوی دهان را خوشبو میکند و اگر غذا را با آن شروع کنند اشتها آور و اگر با آن تمام کنند گوارا است درد را بیرون میکشد سل را بهبود میبخشد و همینکه در جوف (شکم) انسان جا گرفت تمام دردها را فرو مینشانند اما سبب ز

یاد شدن کرما میشود

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خریزه (بطیخ)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

خریزه دارای مقدار زیادی ویتامین A,C و سلولز است. به طور کلی خانواده خربزه شامل انواع گرمک و طالبی نیز می شود که البته این دو نوع کم آب تر از خربزه هستند. و بهترین نوع آنها شیرین ترین و کم تفاله ترین آنهاست به طوری که به راحتی در دهان آب شوند. طالبی شیرین برای اغلب بیماری ها تجویز و خوردن آن به هضم غذا کمک می کند و گرمک برای یرقان و یبوست مفید است.

خواص خربزه - رفع کننده یبوست و کمک کننده به هضم غذا، افزایش ادرار و دفع کننده کم خونی و سنگ مثانه و تولید کننده عرق در بدن.

تقویت کننده مثانه و دفع کننده زخمهای داخلی برای درمان کک و مک و لکهای صورت، گوشت خربزه را له کنید و روی صورت بمالید.

برعکس آنچه که در ایران مرسوم است و خربزه را با غذا یا بعد از غذا به عنوان دسر می خورند، بهتر است با فاصله زیادی قبل از غذا آن را خورد.

خوردن خربزه کال در کسانی که معده ای ضعیف دارند ممکن است تولید اسهال کند و خلط را افزایش دهد. این میوه برای سینه درد و سرماخوردگی بسیار مضر است و باعث تب های صفراوی می شود. زیاد خوردن آن هم تولید گرمی می کند.

خوردن خربزه به همراه عسل خطرناک و مضر است. افراط در خوردن خربزه تولید ورم روده می کند.

خواص خربزه از نظر احادیث :

در آن درد و ناراحتی نیست طعام، نوشابه، میوه، گیاه خوشبو، اشنان، خوشبو کننده و نان خورشت است. بر باه می افزاید مثانه را می شوید در روایتی وارد شده خربزه سنگ مثانه را ذوب میکند. مرجع: کتب شیعه و اسلامی

بنفشه

طریقه مصرف:

ضماد کردنی، خوردنی

توضیحات:

طبیعت را معتدل میکند و روغنش بهترین روغنهای سرد و چشم درد را آرام میکند در تابستان سرد و در زمستان گرم است برای شیعه نرم و برای دشمنان خشک است مغز را سنگین میکند و کشیدنش در بینی گرمی تب را میکشد و چرب کردن ابروها با آن سردرد را از بین میبرد. مرجع: کتب شیعه و اسلامی

تخم مرغ (بیض)

طریقه مصرف:

خوراکی میباشد و مصارف دیگری هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد.

توضیحات:

اسید پانتوتینک در آن زیاد بوده و خوردن آن مانع ریزش مو و دارای هورمونهای جنسی و هرمونی شبیه انسولین بوده و خوردن آن برای مبتلایان به مرض قند خوب است. سینه را نرم کرده و از سرفه های خشک جلوگیری می کند. مانع از خونریزی از سینه معده می شود. برای کسانی که که خون زیادی از آنها رفته و دچار ضعف شده پخته تخم مرغ با سرکه شکم را جمع می کند و برای معده مفید است.

مالیدن زرده و سفیده بر صورت جهت در آمدن ریش و بر سر جهت تقویت مو مخصوصاً موهای خشک سودمند می باشد. سفیده تخم مرغ غذایت زیادی داشته کمی دیر هضم است و خوردن آن با آرد جو برای جلوگیری از خونریزی معده و سینه مفید است.

مالیدن تخم مرغ مانع آفتابزدگی می شود.

پوست سخت آن را اگر کوبیده بر روی زخم پاشید آنرا ضد عفونی می کند و اگر در سوراخ بینی بریزید خون دماغ را بند می آورد.

برای شناسایی تازگی و کهنگی تخم مرغ کافی است یک محلول دوازده درصد آب نمک را در یک لیوان ریخته و آن را در آن بیندازید اگر در ته لیوان عمودی ایستاد تخم مرغ روز بوده و تازه است اگر وسط محلول معلق ماند دوسه روز از عمر آن می گذرد و اگر بالا آمد بیش از چهار روز از عمر آن می گذرد و اگر روی محلول افقی افتاد بسیار کهنه و فاسد است. سیتن کلسترول و تری گلیسرید را کاهش می دهد.

سنگ کیسه صفرا را کوچک می کند و در برخی موارد حل و حذف می کند. برای ترمیم حافظه و کاهش فراموشی در اشخاص سالخورده و حتی در جوانان کمک می کند. برای درمان تصلب شرایین حتی در مراحل پیشرفته بسیار مفید است. انرژی صدری را آرام می کند و در برخی موارد کاملاً درمان می نماید. خونریزیهای مفرط را کاهش می دهد. برای کم خونی و ضعف عضلانی اثر شفا بخش دارد. در بیماری M.S اثر مفیدی نشان داده است. در ناراحتی های مربوط به داء الرقرص و ناراحتی (Syndrome Gilles de tourette) آثار مثبت نشان داده است. برای اختلالات عصبی مغز و در مورد اختلالات اعصاب کنترل و اعصاب محیطی مفید است.

لسیتین در روغن سویا - زرده تخم مرغ بمیزان قابل استخراج وجود دارد. ارزشمندترین خاصیت لسیتین توانایی آن برای کاهش جزء مضر کلسترول همین LDL است زیرا کلسترول تنها با بودن در مجاورت لسیتین و اسید لینولئیک در خون حل می شود. به اصطلاح فنی لسیتین در خون مانند یک امولسی فایر عمل می کند موجب می شود که مولکولهای درشت چربی شکسته و به مولکولهای خیلی ریز تبدیل شود و به آسانی از داخل رگها عبور کند و رسوب ننماید. لسیتین یک ماده روغنی از فسفر است و فسفر از نظر توانایی که برای کاهش جزء بد کلسترول LDL دارد مورد توجه خاص است. لسیتین به ترمیم ضعف حافظه و همچنین برای ضعف شدت یادگیری و قوای فکری در اشخاص سالخورده و رقیق کردن و به جریان انداختن کلسترول در رگها کمک می کند.

خواص تخم مرغ از نظر احادیث:

زیاد خوردن آن سبب زیادی فرزند است بخصوص اگر با آن پیاز بخورند و در هنگام خوردن استغفار کنند سبک است احتیاج زیاد به خوردن گوشت را کم میکند و درد سرهای گوشت را ندارد و همراه با گوشت نسل انسان را زیاد میکند زرده اش سبک و سفیدهاش سنگین است.

مرجع: کتب طب سنتی

تربت امام حسین (ع)

طریقه مصرف:

باید همراه انسان باشد خوردنی به مقدار خیلی خیلی کم محلول در آب و خوردن هر خاکی حرام است و موجب مرگ مگر تربت امام حسین (ع) که در آن شفاست توضیحات:

شفای از هر درد است و ایمن از هر ترس از داروهای مفرد است و تربت سرخی که در نزد سرابی عبدالله است شفای هر دردی است مگر مرگ و هیچکس از آن نمی خورد مگر اینکه ببیند که خدا به وسیله آن سودی به او رسانده و دارویی بزرگ برای هر بیماری است که به نیت آن خورده شود. دعایی دارد و اگر آن دعا را نخوانند سودی از آن نمیرند آنرا پیش از هر چیز به کار ببر و آن را بر چشم بگذار و بگو: اللهم انی اسالک بحق الملک الذی قبضها و اسالک بحق النبی الذی خزنها و اسالک بحق الوسی الذی حل فیها ان تصلی علی محمد و آل محمد و ان تجعلها لی شفعا من کل داء و امانا من کل خوف و حفظا من کل سوء و چون اینها را گفתי آنرا در چیزی بیچ و سوره قدر (انا انزلنا) بر آن بخوان و این بر حکم مهری است که به آن بزنند و اگر در ظرفی که

در آن است چیزی به آن مخلوط گردد و یا اینکه کسیکه از آن میخورد به شفایی که خدا در آن قرار داده یقین نداشته باشد بی اثر میگردد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خرما (تمر)

طریقه مصرف:

به صورت رسیده و خام خورده میشود و دانه و دیگر قسمتهای آن هم مصارفی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهیم کرد:
توضیحات:

خرما Date

نام علمی Phoenix dactylitera

گیاه شناسی

خرما میوه ای بسیار قدیمی است. این میوه پرخاصیت برای مردم کشورهای اروپایی و آمریکایی تا حدی ناآشنا است و آنرا فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاورمیانه و مخصوصا در کشورهای عربی بعنوان یک غذای اصلی بکار می رود.
خواص داروئی:

درخت خرما خواص بیشماری دارد و می توان گفت که از تمام قسمتهای این درخت می توان استفاده کرد و یک ضرب المثل عربی می گوید که خواص درخت خرما باندازه روزهای سال است.

از برگ و شاخه درخت خرما سبد و فرش تهیه می کنند. از هسته آن نان و از میوه خرما عسل. همانطور که می دانیم خرما تنها میوه ایست که در صحرا وجود دارد و طبیعت این درخت را به مردم صحرا داده است که تمام احتیاجات خود را از آن رفع می کنند. مردم صحرا هسته درخت خرما را در کرده و از آن نان می پزند یا در این هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده می کنند زیرا دم کرده آن بسیار مطبوع است و یا حتی این در را در آب برای چند روز خیس کرده و بعنوان غذای مقوی به شترهای خود می دهند و معتقدند که این غذا از گندم و جو مقوی تر است.

اعراب از قدیم اعتقاد داشتند که خرما انرژی خورشید را گرفته و در خود ذخیره می کنند و این انرژی با خوردن خرما به بدن آنها منتقل می شود.

اعراب از خرمای کال نیز استفاده می کنند و معتقدند که اثرات درمانی بسیاری دارد من جمله خرمای سبز تقویت کننده اعمال جنسی و انرژی را میباشد. حتی هسته خرمای سبز را نیز در کرده و پمادی از آن تهیه می کنند که برای زخمهای آلات تناسلی بکار میرود.

اثر دیگر معجزه آسای هسته خرما از بین بردن تورم پلک های چشم است برای این منظور پمادی از در هسته خرما درست کرده و آنرا روی چشم می گذارند این پماد برای رشد مژه های چشم نیز بهترین دارو است.

زندگی پرمشغله و ناراحتی های روانی که میل جنسی را در بعضی از اشخاص از بین می برد بهترین علاجش خوردن مداوم خرما است که میل جنسی را باین اشخاص باز می گرداند. در زمانهای قدیم همواره خرما را برای قدرت و انرژی بکار می برده اند و هنوز بهترین میوه برای بازیافتن انرژی و قدرت جوانی است.

گلکهای درخت خرما نیز خاصیت دارویی دارند. طعم گلکهای درخت خرما تلخ است و اثر مسهلی دارد.

خرما از نظر احادیث:

ناشتا خوردن آن کررها را در شکم میکشد و در هنگام تب باید از آن پرهیز کرد خوردن خرماي نارس ناشتا و نوشیدن آب پس از آن بدن را فربه و اگر آب ننوشند لاغر میکند و در آن شفای دردهاست.

مرجع: کتب طب سنتی

بابا آدم

طریقه مصرف:

ریشه، تخم و برگ آن مصرف میشود

توضیحات:

بابا آدم Burdock

نام علمی Arctium lappa

بابا آدم که فیل گوش و آراقیون نیز نامیده می شود گیاهی است علفی و دوساله که ارتفاع ساقه آن تا ۱/۵ متر می رسد . این گیاه بحالت وحشی در دشت ها و نواحی معتدل و مرطوب و سایه در اروپا و آسیا می روید . ساقه آن که شبیه پوست مار است پوشیده از کرکهای خشن و زبر می باشد . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روی ساقه قرار درد . رنگ برگها در قسمت چسبیده به ساقه سبز کم رنگ و هر چه بطرف انتهای برگ نزدیک تر می شویم تیره تر می شود . ریشه گیاه دراز دوکی شکل و مانند هویج بضخامت انگشت دست بوده و دارای مقدر زیادی کربنات پتاسیم و نترات پتاسیم است . پوست ریشه بابا آدم قهوه لی ، مغز آن سفید و طعم آن کمی شیرین است ولی بوی تهوع آوری درد . میوه آن پس از رسیدن بصورت فندقه ای با ۳ یا ۴ سطح و برنگ زرد حنایی ظاهر می شود . در انتهای میوه تارهای زرد رنگی وجود دارد که در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم های آنها می چسبد و موجب پخش تخم این گیاه به مناطق دیگر می شود . بابا آدم در بعضی از نقاط ایران بحالت وحشی می روید . از ریشه این گیاه استفاده طبی بعمل می آید پس از خارج کردن ریشه بابا آدم از خاک آنرا بخوبی شسته و به قطعات کوچک سه سانتیمتری تقسیم کرده و در اثر حرارت خورشید یا در کوره های مخصوصی خشک می کنند .

خواص دارویی:

از نظر طب قدیم ایران ریشه بابا آدم سرد و خشک است .

(۱) بهترین تصفیه کننده خون است و خون را تمیز کرده و سموم را از بدن خارج می کند .

(۲) جوشهای صورت و کورک را برطرف می کند .

(۳) ادرار آور و معرق است .

(۴) سیستم لنف بدن را تمیز می کند .

(۵) بیماریهای پوستی نظیر اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف می کند .

(۶) تورم را از بین میبرد .

(۷) تقویت کننده بدن است .

(۸) جوشانده برگهای بابا آدم را در معالجه سرگیجه و رماتیسم بکار می برند .

(۹) برای تنظیم قند خون و معالجه بیماری قند از جوشانده برگهای بابا آدم بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید

- ۱۰) برای معالجه سرخک ، برگهای بابا آدم را با کمی شکر بجوشانید و به مریض بدهید .
- ۱۱) جوشانده تخم بابا آدم ضد عفونی کننده است .
- ۱۲) تخم بابا آدم ضد کرم معده و روده است .
- ۱۳) در ناراحتی های ریوی و گلو درد از جوشانده تخم بابا آدم استفاده کنید .
- ۱۴) در معالجه ذات الریه بکار می رود .
- ۱۵) ریشه بابا آدم در برطرف کردن سرماخوردگی موثر است .
- ۱۶) تب حاصل از بیماری مخملک را برطرف می کند.
- ۱۷) در معالجه یبوست موثر است .
- ۱۸) بعنوان ضد سم در هنگام نیش زدن جانوران سمی استفاده می شود.
- ۱۹) برای معالجه کچلی برگ بابا آدم را دم کرده و روی پوست سر بمالید .
- ۲۰) برای معالجه زخم ها و التیام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقدر مساوی روغن زیتون مخلوط کرده و روی زخم ها و جراحات بمالید .
- ۲۱) ریشه بابا آدم علاج کم خونی و رنگ پریدگی است زیرا دارای مقدر زیادی آهن است .
- ۲۲) برای معالجه رماتیسم و آرتروز مفید است .
- ۲۳) نقرس را برطرف می کند .
- ۲۴) در معالجه بیماریهای عفونی موثر است .
- ۲۵) درد سیاتیک را آرام می کند .
- ۲۶) در برطرف کردن کمر درد موثر است .
- ۲۷) آب آوردن بدن را درمان می کند .
- ۲۸) هضم غذا را تسریع می کند .
- ۲۹) ورم کلیه را دفع می کند .
- ۳۰) آنهائیکه میل زیادی بخوردن شیرینی و شکر دارند اگر صبح ناشتا از دم کرده این گیاه بنوشید بزودی این عادت رفع خواهد شد .
- ۳۱) برای ترک قهوه مفید است.
- ۳۲) کهیر را برطرف می کند.
- ۳۳) ریشه بابا آدم را له کرده و یا بجوشانید و آنرا روی کورک و یا اگرما بمالید تا آنرا برطرف کند .
- ۳۴) برای جلوگیری از ریزش مو و تقویت آن جوشانده غلیظ ریشه بابا آدم را به سر مالید .
- ۳۵) برای برطرف کردن سوزش و درد گزیدگی زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له کرده و به محل گزیدگی بمالید .
- مرجع: کتب طب سنتی

پنیر (جبن)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

بامداد زیان آور و در شب سودمند است ، آب پشت (منی) را زیاد میکند و دهان را خوشمزه و خوشبو میکند روایت شده که زیان آن در پوسته روی آن است و اصلاح کننده آن گردو است و اگر این دو با هم باشند در هر دو اینها شفا است و اگر جدا باشند هر یک از آنها دردی می‌آورد فراموشی می‌آورد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شاهی (جرجیر - تر تیزک)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

کسیکه پس از شام آنرا بخورد از جذام بر او باید ترسید. سبزی بنی امیه (لعنة الله) است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوجه فرنگی

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف در غذا مصرف میشود

توضیحات:

گوجه فرنگی Tomato

نام علمی *Lycopersicon esculentum*

کلیات گیاه شناسی

گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشته است ولی البته باندازه یک گیلاس بوده است و کم کم در اثر پرورش درشت تر شده است .

وطن اصلی این گیاه از آمریکای جنوبی است . در قرن شانزدهم در کشور پرو به مقدر زیاد کشت می شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسیار گران بود فقط مردم ثروتمند می توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد .

گوجه فرنگی در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می شود و تقریباً در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگی انواع مختلف دارد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می رسد .

یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی باشد

گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملاً رسیده است از بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصاً کلیه ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می چینند تا هنگامیکه به مقصد می رسد و یا در انبار می رسد و قرمز می شود . اگر گوجه فرنگی کاملاً قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده اند و بعداً رسیده است .

گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می رسد

گلهای آن زرد رنگ است که از کنار شاخه ها و یا ساقه آن بیرون می آید . مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می شود .

خواص دارویی:

گوجه فرنگی گر چه دارای اسید سیتریک است اما بدن را قلیایی می کند

(۱) گوجه فرنگی درجه قلیایی بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمی خون کمک می کند بطور کلی تصفیه کننده خون است

(۲) به دفع ساید اوریک کمک می کند

(۳) گوجه فرنگی ملین است

(۴) برای درمان ورم ملتحمه چشم مفید است

(۵) سنگ کلیه را دفع می کند

(۶) آقایان با خوردن مرتب گوجه فرنگی می توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بیمه کنند

(۷) گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می کند

(۸) برای رفع دندان درد ، ریشه و شاخه برگهای گوجه فرنگی را با آب بجوشانید و این جوشانده را مضمضه کنید .

(۹) از جوشانده برگ گوجه فرنگی برای دفع شته و حشرات می توانید استفاده کنید . بدین منظور باید یک کیلو گرم برگ تازه

گوجه فرنگی را در یک لیتر سرکه خیس کرده و در داخل ظرفی که ۲ لیتر آب جوش دارد بریزید و ظرف را روی چراغ قرار داده

و بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید ظرف را از روی چراغ برداشته بگذارید تا مدت دو روز بماند و گاهگاهی آنرا هم بزنید سپس آنرا با

فشار صاف کنید

(۱۰) گوجه فرنگی برای مبتلایان به نفرس و رماتیسم مفید است

(۱۱) گوجه فرنگی ورم مفاصل را برطرف می کند

(۱۲) از تصلب شرائین جلوگیری می کند و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است

(۱۳) اوره خون را پائین می آورد

(۱۴) ورم مخاط روده را رفع می کند

(۱۵) برای تمیز کردن خون باید از آب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و بمقدار سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه

هفته استفاده کنید .

(۱۶) برای تمیز کردن لکه جوهر بر روی لباس یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی برده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و

سپس آنرا بشوئید

(۱۷) اگر پوست شما کک و مک درد هر روز آنرا با آب گوجه فرنگی تمیز کنید کم کم کک و مک ها را از بین می برد

مرجع: کتب طب سنتی

سیاه دانه (حبه السوداء)

طریقه مصرف:

به صورت خام همراه با نان و غذا و عسل و روغن آن برای ضماد و چرب کردن مفید است

توضیحات:

گیاه شناسی :

سیاه دانه، شونیز بیابانی، سیاه تخمه گندم، حبه سودا، گیل نیک، علف چنگ، سیاه دانه گندم، ارکل چمن اوتی

نام انگلیسی: Corncockle – Common corncockle – wild sawager – bastard nigella

نام علمی: *Agrostemma githago*

خانواده: Caryophyllaceae

سیاه دانه حاوی ۳۰ تا ۴۰ درصد ماده روغنی و ۰.۵ تا یک و نیم درصد اسانس با بوی نامطبوع و قندهای مختلف، مواد صنعتی و ساپونوئیدی است.

سیاه دانه گرم و گیاه سیاه دانه علاوه بر خواص درمانی در بیماریهای گوارشی، تنفسی و کلیوی دارای خواص ضد تشنجی است. گیاه سیاه دانه به دل گیاه سیاه دانه به دلیل داشتن ماده ای موسوم به تیمو کیتون در دانه های خود دارای اثر خود دارای اثرات ضد تشنجی است. نتایج آزمایشهای مختلف به عمل آمده نشان داد که گیاه سیاه دانه می تواند موجب تاخیر در زمان شروع تشنج و کاهش مدت تشنج شود. همچنین از دانه های آن، اثر ضد توموری و ضد باکتری نیز مشاهده شده و ممکن است اثر ضد نفخی آن مربوط به داشتن اثر ضد باکتریایی باشد.

بیماری نفخ، بسیار شایع است بیشتر مردم جامعه به دلیل بی توجهی و رعایت نکردن رژیم غذایی مناسب و زیاده روی در غذا دچار آن می شوند.

از اسانس سیاه دانه، ماده ای به نام نیژلون استخراج می شود دانه این گیاه اثر قاعده آور، ضد کرم، مسهل و زیاد کننده ترشحات شیر دارد از دانه های آن برای مصارف مذکور و دفع گازهای معده و بیماری های نزله ای دستگاه تنفسی استفاده می شود خواص سیاه دانه از نظر احادیث:

از حضرت رضا (علیه السلام) نقل شده است که:

سیاه دانه شفای از هر دردی است به جز مرگ. بخصوص برای قرقهای شکم (صدای شکم) و درد شکم و خصوصا اگر با عسل خورده شود سودمند است و روایت شده که برای تب یک روز در میان و تب غالبه سه قاشق عسل و سیاه دانه بخورید زیرا این دو نه به حرارت مایلند نه به برودت و نه به تبعها (صفرا، سوداء، بلغم و خون) و شفای این دو در آنهاست
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سپنج (حرمل)

طریقه مصرف:

دود کردن و خوردن

توضیحات:

شفای هفتاد درد است که کمترین آن جذام است و شیطان رو می آورد به هفتاد خانه به جز خانه ای که اسپند در آن است و به هر برگ و دانه اش فرشته ای موکل است اما در ریشه و شاخه هایش بدی نهفته است و در شاخه هایش شفای هفتاد و دو درد پس با آن و کندر خود را درمان کن
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شنبلیله (حلبه)

طریقه مصرف:

خوردن خود شنبلیله و دانه آن

توضیحات:

برای بادی که در شکم در گرفته و نیز برای گوشت آوردن و چیزهای سردی که در بندها است مفید میباشد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

حنا

طریقه مصرف:

با آب خمیر کرده بر سر و پوست بدن میگذارند و بعد از مدتی میشویند

توضیحات:

برای لکه های سفید پوست و بهق (لک و پیسی) همانطور که خواهد آمد همراه با نوره مفید است، خضاب با حنا چشم را پر نور

میکند مو را می رویاند بو را خوش مینماید و زوجه را آرام مینماید و قوه باه (نردیکی) را زیاد میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

هندوانه ابوجهل (حنظل)

طریقه مصرف:

روغن و میوه آن مصرف خوراکی دارد اما بسیار تلخ میباشند.

توضیحات:

روغنش برای کرم خوردگی دندان مفید است و همراه با سرکه برای درد دهان و خونی که از دندان میآید و ضربان و قرمزی دهان

سودمند است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خس

طریقه مصرف:

خوراکی است

توضیحات:

خون را صاف میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سرکه

طریقه مصرف:

همراه غذا و بعد از غذا خورده شود شایسته است

توضیحات:

صفراسکن است قلب را زنده و عقل را محکم میکند شهوت زنا را قطع میکند و حیوانات شکم را میکشد سرکه ای که از شراب

بدست آمده باشد لثه را محکم میکند و خداوند و ملائکه اش بر سفره ای که سرکه و نمک در آن است درود میفرستند و سزاوار آن است که در آغاز خوردن با نمک شروع و پس از آن با سرکه تمام کنند و شایسته است به عنوان نان خورشت خورده شود
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کدو (دبا)

طریقه مصرف:

خوراکی به عنوان غذا

توضیحات:

کدو Squash

نام علمی *Lagenaria vulgaris*

گیاه شناسی

کدو گیاهی است یکساله و خزنده که برگهای آن بشکل قلب و پهن و پوشیده از کرک ریز می باشد. گلهای زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روی یک پایه قرار دارد. ریشه آن باریک و بلند، کمی شیرین است. کدو انواع مختلف دارد مانند کدوی حلوایی، کدوی تنبل یا کدوی زرد، کدوی خورشیدی یا کدوی سبز.

نوعی از کدوی حلوایی در کانادا و آمریکا و بعضی نقاط دنیا می روید که بسیار بزرگ می شود و گاهی وزن آن مرباتا ۶۰ کیلوگرم نیز می رسد. در آمریکا و کانادا این کدوها را برای شب هالوین بکار میبرند و با آن رو کیک درست می کنند.
خواص دارویی:

خواص کدو و تخم کدو:

کدو از لحاظ طب قدیم ایران سرد و تر یعنی خنک کننده و مرطوب کننده است و از لحاظ شیمیایی بدن را قلیایی می کند. کدو هم مانند بادمجان چون دارای کالری است بنابراین مهمترین غذا برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند.
۱) تخم کدوی خام اثر دفع کرم روده دارد و چون سمی نیست اطفال نیز می توانند از آن استفاده کنند. برای این منظور باید مقدر ۵۰ گرم تخم کدو را پودر کرده و با عسل مخلوط نموده و مصرف کنید و باید بعد از چهار ساعت یک مسهل مانند روغن کرچک بخورید که کرمها را دفع کند.

۲) کدو اثر ملین، مدر و رفع یبوست و رفع سوء هاضمه را دارد

۳) به اشخاصی که تب دارند کدو می دهند تب را پائین می آورد

۴) کدو برای اشخاص گرم مزاج و صفراوی غذای خوبی است

۵) کدو خونساز است و برای استفاده از این خاصیت کدو باید آنرا همراه با آب غوره و یا سرکه در روغن زیتون پخت و مصرف نمود

۶) برای رفع دندان درد آب کدو قرقره کنید

۷) برای درمان گوش درد چند قطره آب کدو در گوش بچکانید

۸) برای برطرف کردن التهاب معده، کبد و کلیه کدوی پخته را روی این اعضا بگذارید

۹) پوست کدو را خشک کنید خوردن آن درمان بواسیر و خونریزی معده و روده است

۱۰) تخم کدو درمان کننده سرفه و برطرف کننده اخلاط خون است

۱۱) برای زخم روده ها و مثانه و سوزش مجرای ادرار تخم کدو مصرف کنید

۱۲) روغن تخم کدو برای رفع تب و دل پیچه مفید است

۱۳) کدو و تخم کدو هر دو برای پیشگیری سرطان مفید می باشند

۱۴) تخم کدو علاج کننده سرطان پروستات و برطرف کننده ورم پروستات می باشد در مادران بالاتر از سن چهل معمولاً غده پروستات شروع به بزرگ شدن می کند و بنابراین این اشخاص باید چند روز در هفته کدو حلوایی یا تخم کدو بخورند .

۱۵) کدو و تخم کدو در پیشگیری سرطان ریه بسیار موثر است و اشخاص سیگاری و حتی آنهاییکه با این اشخاص زندگی می کنند و باصطلاح سیگاری دست دوم هستند برای اینکه مریض نشوند باید از کدو استفاده کنند .

خواص کدو از نظر احادیث :

بر مغز و عقل می افزاید ، قلب غمگین را محکم میکند و برای درد قولنج مفید است.

مرجع: کتب طب سنتی

خون (دم)

طریقه مصرف:

نباید مصرف شود

توضیحات:

خوردن خون سبب فساد بدن و زرد آب است، دهان را بخار دار و باد را بدبو و خلق را بد میکند قساوت قلب آورده و مهربانی و ترحم را کم میکند تا آنجا که ایمن از کشتن فرزند و پدر و مادر و همسر نیست و آنچه از خوره به انسان میرسد از خوردن خون است و از این حدیث روشن میشود که چرا گوشت میتة (حیوان مرده) حرام است زیرا خون در آن منعقد گردیده

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

روغن (دهن)

طریقه مصرف:

روغن انواع مختلف دارد و به گونه های مختلف به مصرف میرسد.

توضیحات:

بدی را میبرد پوست را نرم میکند ، بر مغز می افزاید و در مجرای آب سهولت می آورد و رنگ را خوش و بی نیازی را ظاهر میکند و تنگ دستی را میبرد بهترین روغنها روغن بنفشه است و باروغن مالی در شب، خون در رگها جریان میابد و پوست را آبیاری و رو را سفید میکند روغن مالی با روغن بنفشه سردرد و چشم درد را میبرد و در تابستان سرد و در زمستان گرم و نرم است بر شیعه نرم و برای دشمنان خشک است و مغز را سنگین میکند و بینی کشیدن بنفشه حرارت تب را میکشند و چرب کردن ابروها با روغن مالی سردرد را آرام میکند ، روغن مالی بر ناف با روغن بان برای شقاق (شکافتگی) دستها و پاها مفید است روغن درخت بان حرز و امان از هر بلا است و ضرر سلطان را دفع میکند و روغن زنبق شفای هفتاد درد است و سعوط روغن جلجلان (گشنیز) برای سر مفید است.

به شکم چیزی بهتر از روغن وارد نمیشود مگر اینکه برای سالخوردگان چندان خوب نیست ولی روغن گاو شفا است و در حدیثی از پیغمبر (صلی الله علیه واله وسلم) روایت شده که همینکه مرد به پنجاه سالگی برسد البته سزاوار نیست شب را به روز برساند در

حالی که روغن گاو در شکمش نباشد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

انار (رمان)

طریقه مصرف:

خوردن انار هم صبح مفید است هم شام

توضیحات:

انار Pomegranate

نام علمی Punica

انار یکی از میوه‌هایی است که از قدیم وجود داشته است حتی در کتب مقدس چندین بار نام آن ذکر شده است. هومر شاعر معروف یونان در کتاب خود (اودیسه) از آن نام برده است. معروف است که حضرت سلیمان باغ بزری پر از درخت‌های انار داشته که به آن عشق می‌ورزیده است.

درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است. کلمه انگلیسی Pomegranate از زبان یونانی مشتق شده که به معنی (سیب با هسته‌های زیاد) می‌باشد.

انار درخت کوچکی است که ارتفاع آن تا ۶ متر می‌رسد و در مناطق نیمه گرمسیری می‌روید. شاخه‌های آن کمی تیغدار و برگ‌های آن متقابل، شفاف و ساده است.

گل‌های انار درشت برنگ قرمز اناری ولی بی بو می‌باشد. میوه آن کروی با اندازه‌های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می‌باشد.

رویه‌رفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است

خواص میوه انار

از نظر طب قدیم ایران میوه انار سرد تر و قابض است. آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می‌باشد.

پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت‌های این درخت قابض تر است.

کلیه قسمت‌های درخت انار دارای تانن می‌باشد که بسیار قابض است. برای مصارف دارویی از گل، برگ، پوست درخت، پوست ریشه و دانه انار استفاده می‌شود.

۱) انار شیرین ادرار آور است.

۲) ملین مزاج است.

۳) آب انار شیرین برای بیماری‌های مجاری ادرار مفید است.

۴) ترشح صفرا را زیاد می‌کند.

۵) آب انار اسهال را برطرف می‌کند.

۶) اگر آ انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می‌کنید.

۷) خون ساز است.

۸) خون را تصفیه می‌کند.

۱۰) برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است.

- ۱۱) آب انار خنک کننده است .
- ۱۲) رنگ صورت را شاداب می کند .
- ۱۳) صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند .
- ۱۴) برای وزن اضافه کردن انار بخورید .
- ۱۵) آب انار مقوی قلب و معده است .
- خواص دیگر قسمت های درخت انار
۱. جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بین می برد .
 ۲. جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد .
 ۳. برای برطرف کردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنند .
 ۴. خانم هائیکه عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند.
 ۵. برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد .
 ۶. برای برطرف کردن سوختگی پوست ، گلهای انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید .
 ۷. جوشانده پوست درخت و پوست ریشه درخت انار کرم کش است .
 ۸. دم کرده گل انار اسهال مزمن را برطرف می کند .
 ۹. دم کرده گلهای انار را بصورت غرغره برای از بین بردن زخمهای دهان بکار ببرید .
 ۱۰. برای برطرف کردن دندان درد ، دم کرده ریشه درخت انار را در دهان مضمضه کنید .
 ۱۱. انار ترش و شیرین (میخوش) ادرار را زیاد می کند .
 ۱۲. برای برطرف کردن بواسیر باید معقد را با جوشانده پوست انار شستشو داد .
 ۱۳. اگر شیرین باشد بر آب مرد (منی) می افزاید و بچه را نیکو میکند و اگر ملس باشد برای شکم خوب است و دود درخت انار حشرات را دور میکند و خلال کردن با سیخهای آن آکله را به حرکت در میآورد. انار سورانی طبیعت را معتدل میکند و خوردنش با پوست کرم خوردگی دندان و بخار را میزداید و نفس را خوشبو و آن را روشن و قلب را زنده میکند و هر کس به هنگام خواب اناری بخورد تا صبح کند از خودش در امان است انار شیرین با پیه آن معده را دباغی میکند و تخمه را درمان میکند و غذا را هضم مینماید و در بدن تسیح میکند و کسی که اناری را کامل بخورد خداوند شیطان را از سوزاندن دل او تا چهل روز باز میدارد و کسی که دو انار کامل بخورد خداوند شیطان را از سوزاندن دل او تا صد روز باز میدارد و کسی که سه انار کامل بخورد خداوند شیطان را تا یک سال از سوزاندن دل او باز میدارد و کسی که یک سال گناه نکند وارد بهشت میشود و در هر انار دانه ای از بهشت است . شایسته است که انار را ناشتا بخورند و بخصوص در پنجشنبه و جمعه به تنهایی بخورند و برای همه چیز سودمند است و هیچ چیز زیبایی به آن نمیرساند.
- مرجع: کتب طب سنتی

مویز (زیب)

طریقه مصرف:

هر روز صبح ناشتا ۲۰ دانه خورده میشود.

توضیحات:

کسی که با بیست دانه مویز قرمز صبح کند انشاء الله بیمار نمیشود مگر بیماری مرگ، سودا را میزداید و بلغم را دفع میکند
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سعد

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

مالیدن آن برای دندانها و بیماری های دهان مفید است و اگر با آن استنجا کنند برای بادهای بواسیر مفید است و دهن را خوشبو کرده و نیروی نزدیکی را زیاد میکند
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

به (سفرجل)

طریقه مصرف:

خوردنی تازه و مربای آن و آب به و ...

توضیحات:

Quince به

نام علمی Cydonia

به درخت کوچکی است که پوست ساقه و تنه آن قهو های بوده و در اکثر نقاط اروپا ، نواحی مدیترانه ، آسیا و آفریقای شمالی می روید .

برگهای آن پوشیده از کرک و صاف است . گلهای آن درشت ، برنگ سفید و یا صورتی و دارای پنج گلبرگ می باشد . میوه رسیده زردرنگ ، گرد و یا بشکل گلابی است و در سطح آن پوشیده از کرک بوده و دریا طعمی مطبوع ، شیرین و یا کمی ترش است .

خواص داروئی میوه به :

از نظر طب قدیم ایران به شیرین کیم گرم و تر و ترش و سرد و خشک است . روغن به سرد ، تر و قابض و به دانه سرد و تر است .

(۱) به تقویت کننده قلب است .

(۲) ادرار آور است .

(۳) نرم کننده سینه است .

(۴) مقوی معده و دستگاه هاضمه است .

(۵) قابض است .

(۶) خونریزی را بند می آورد .

(۷) به ترش مسهل است .

(۸) به ترش برای تنگی نفس مفید است .

- ۹) به ترش استفراغ را بند می آورد .
- ۱۰) اسهال های ساده و اسهال خونی را درمان می کند .
- ۱۱) به بهترین و مفید ترین میوه برای مسلولین است .
- ۱۲) خونریزی از رحم را متوقف می کند .
- ۱۳) اثر مفید روی بواسیر درد .
- ۱۴) برای هضم غذا مفید است .
- خواص به دانه
- ۱- لعاب به دانه را روی زخم ها و سوختگی ها بگذارید تا باعث شفای سریع آنها شود .
- ۲- ضد تب است .
- ۳- اسهال خونی و ساده را درمان می کند .
- ۴- برای درمان جراحات گلو موثر است .
- ۵- سرفه را برطرف می کند .
- ۶- برای درمان تورم های داخلی بدن مفید است .
- ۷- برای التیام ترک پوست دست و بدن ، نوک پستان ، لب و بواسیر لعاب به دانه را روی موضع بمالید .
- ۸- برای درمان خشکی زبان و دهان مفید است .
- ۹- آفتاب زدگی را با مالیدن لعاب به دانه بر روی پوست درمان کنید .
- ۱۰- جویدن به دانه برای تقویت نیروی جنسی مفید است .
- خواص دم کرده گل و شکوفه به
- ۱- سردرد را برطرف می کند.
- ۲- مقوی معده است .
- ۳- سینه را صاف و تقویت می کند.
- ۴- سرفه کودکان را برطرف می سازد .
- ۵- برای درمان بی خوابی دم کرده گل را با آب بهار نارنج مخلوط کرده و قبل از رفتن به رختخواب بنوشید .
- خواص روغن به
- ۱) برای برطرف کردن زنگ زدن در گوش مفید است
- ۲) سرگیجه را برطرف می کند
- ۳) برای مداوای زخم های دهان مفید است .
- ۴) خونریزی ریوی را درمان می کند .
- ۵) اسهال مزمن را برطرف می کند.
- ۶) دوست کبد است و روم کبد را رفع می کند .
- ۷) زخم روده ها را درمان می کند .
- خواص برگ و شاخه های به
- ۱) جوشانده برگ درخت به ورم چشم را مداوا می کند .

۲) زخم‌ها را با جوشانده برگ به بشوئید .

۳) قابض است .

۴) ضماد برگ درخت به برای ورم چشم مفید است .

خواص به از نظر قرآن و احادیث

عقل را زیاد ، قلب ضعیف را نیرومند و معده را تمیز میکند بر نیروی دل می افزاید و ترسو را شجاع و فرزند را نیکو میکند و کسی که آن را بخورد خداوند تا چهل روز حکمت را به زبان او جاری میکند و هم (نگرانی) را میبرد بخیل را بخشنده میکند و کسی که سه روز ناشتا آن را بخورد ذهنش صاف میشود و بر حلم و علم او می افزاید و از کید شیطان و لشکریان او حفظ مینماید.

مرجع: کتب طب سنتی

شکر

طریقه مصرف:

شکر خام و نیشکر در روز و شب

توضیحات:

برای همه چیز سودمند است و از چیزی زیانی به او نمیرسد و اگر هنگامی که به رختخواب میروند شکر بخورند سودمند است و برای تب مفید است و خالص آن بلغم را میخورد و نیشکر هیچگاه ضرر ندارد روش خوراندن شکر به بیمار این است که شکر سفید را بکوبی بر آن آب سرد بریزی و به بیمار بنوشانی زیرا کسی که در چیزهای تلخ شفا قرار داده میتواند که آن را در شیرینی نیز قرار بدهد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

چغندر (ساق)

طریقه مصرف:

خوردن پخته آن هم به تنهایی و هم به همراه گوشت گاو و خوردن برگ آن

توضیحات:

چغندر BEETS

نام علمی Beta vulgaris

گیاه شناسی

چغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص درمانی آن آشنا بوده و از آن استفاده می کرده اند .

چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می شود .

چغندر دو نوع می باشد یک نوع آن چغندر معمولی است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ

زرد روشن می باشد که بمقدربسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن کشت می شود .

چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می شود

.چغندر پیر معمولاً گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می آید .

خواص دارویی:

برگ چغندر خواص درمانی بسیاری درد

۱- بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود

۲- تقویت کننده کلیه است

۳- درمان کننده التهاب مجاری ادرار است

۴- بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود.

چغندر مخلوط با آب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست .

شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است .

خواص چغندر از نظر احادیث :

بر ساحل بهشت روئیده است و در آن شفای دردهاست استخوان را کلفت میکند و گوشت میرویند و برگ آن صالح است که

غذای بیمار باشد زیرا که در آن شفا است و دردی و دردسری ندارد خواب را برای بیمار آرام میکند اما باید از ریشه آن پرهیزند

زیرا سودا را زیاد میکند چغندر ریشه جزام را از بن می کند و چیزی داخل شکم بیمار برسام (آماس پرده های حجاب حاجز) دارد

نشده و همراه با گوشت گاو برای سفیدی (ظاهرا سفیدی چشم) مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

ماهی (سمک)

طریقه مصرف:

هم پخته شده همراه با نان تجویز شده هم سرخ شده آن

توضیحات:

نقش ماهی در جلوگیری از بیماری های قلب و عروق

بیماری عروق کرونر چیست؟

قلب انسان، عضله ای است که در تمام دوران زندگی، هرگز فعالیتش متوقف نمی شود و برای این تلاش بدون وقفه، نیاز به

اکسیژن دارد. اکسیژن از طریق جریان خون سرخرگی حمل می شود و سرخرگ هایی که اکسیژن را برای عضله ی قلب تامین می

کنند، "عروق کرونر" نام دارند.

در بیماری انسداد عروق کرونر، سرخرگ های های مذکور با تجمع رسوبات چربی مسدود شده و عضله ی قلب از وجود اکسیژن

محروم می ماند که شروع این روند از آغاز کودکی است. به تدریج با افزایش سن، رسوبات چربی جدار رگ ها خونی بیشتر شده

تا جایی که ممکن است در داخل رگ های خونی برآمده شوند و رگ ها را مسدود کنند که این روند در نهایت به کم خونی

عضله ی قلب منجر می شود. در همین حال هر چه انسداد رگ بیشتر باشد، عضله ی قلب، کم خون تر خواهد شد و در نتیجه مقدار

اکسیژنی که دریافت می کند، بسیار کاهش خواهد یافت.

با انجام فعالیت بدنی، نیاز اندام ها و عضوهایی که مشغول فعالیت هستند به اکسیژن افزایش می یابد. در این حال قلب بایستی عمل

خود را طوری تنظیم کند که بتواند اکسیژن مورد نیاز عضوهای فعال را فراهم سازد. اما اگر عروق کرونر مسدود شده باشند، به

دلیل کاهش جریان خون به عضله، مقدار اکسیژنی که قلب دریافت می کند، کم خواهد شد؛ لذا قادر به افزایش فعالیت خود در

جهت رفع نیاز عضوها و اندام های محیطی نخواهد بود. در عین حال، کاهش جریان خون به عضله قلب ممکن است باعث احساس

ناراحتی در قفسه سینه (احساس درد، خواب رفتگی، فشار شدید روی قفسه سینه با تنگی نفس و درد در دست ها به هنگام فعالیت)

مبتلا شود و اگر انسداد عروق کرونر قابل توجه باشد، احتمال دارد حمله‌ی قلبی رخ دهد و قسمتی از عضله‌ی قلب نیز از بین برود. لازم است ذکر کنیم که رسوب چربی در سرخرگ‌ها احساس نمی‌شود و انسداد پیشرفته‌ی رگ‌ها، به بیماری منجر می‌شود. حتی گاهی اوقات در مراحل پیشرفته نیز علامتی ندارد و ناگهان فرد دچار یک حمله‌ی شدید قلبی می‌شود. در عین حال روش‌هایی وجود دارد که نشان دهد، آیا فرد در معرض خطر این بیماری هست یا خیر؟ یا اگر به این بیماری مبتلا است، در چه مرحله‌ای از پیشرفت آن قرار دارد؟

چه عواملی موجب افزایش احتمال خطر بیماری عروق کرونر می‌شوند؟ عوامل خطر متعددی وجود دارند که فرد را در معرض خطر بیماری عروق کرونر قرار می‌دهند که این عوامل به طور کلی به دو دسته تقسیم می‌شوند:

۱- عواملی که می‌توان آنها را تغییر داد و اصلاح کرد و شامل موارد زیر هستند:

* سطح بالای چربی خون (کلسترول بالا، LDL- کلسترول بالا، تری گلیسیرید بالا)

* فشار خون بالا

* مصرف دخانیات

* دیابت

* تغذیه نامناسب (مصرف بیش از حد چربی‌های اشباع و نمک)

* اضافه وزن و چاقی

* کمی تحرک و فعالیت بدنی

۲- عواملی که قابل تغییر یا اصلاح نیستند. این عوامل عبارتند از:

* سابقه بیماری عروق کرونر در افراد نزدیک خانواده (پدر، مادر، برادر و خواهر) که عوامل ژنتیکی نام دارند.

* سن بالا؛ با افزایش سن، احتمال ابتلا به بیماری عروق کرونر نیز زیاد می‌شود.

* هورمون‌های زنانه که نقش حفاظتی در مقابل بیماری عروق کرونر دارند. حداقل تا زمانی که زن‌ها به یائسگی برسند، مردها بیش از زن‌ها در معرض خطر بیماری عروق کرونر هستند.

اگرچه این عوامل خطر قابل اصلاح نیستند، اما تلاش در جهت کاهش و اصلاح عوامل خطر گروه یک می‌تواند از پیشرفت بیماری عروق کرونر در افراد گروه دوم نیز کم کند.

نقش ماهی در سلامتی قلب

همان‌طور که اشاره شد، یکی از عوامل خطر زمینه‌ساز بیماری عروق کرونر، تغذیه نامناسب است که به تدریج باعث افزایش کلسترول، تری گلیسیرید، LDL- کلسترول، چاقی، اضافه وزن و فشار خون می‌شود. پس یکی از روش‌های مقابله با این عوامل خطر، تغییر و اصلاح الگوهای غذایی و ترویج آن در جامعه است.

ماهی یکی از انواع غذاهای سالمی است که مصرف آن در جامعه‌ی ما بسیار کم است و در سبد خانوار کمتر دیده می‌شود. مصرف سرانه‌ی ماهی در کشور ما ۵ کیلو گرم است در حالیکه مصرف سرانه‌ی آن در کشور ژاپن ۵۰ کیلو گرم است که با رواج فرهنگ مصرف این ماده‌ی غذایی غنی و با ارزش، می‌توان به سلامت افراد جامعه کمک کرد.

ماهی با داشتن چربی غیر اشباع "امگا-۳"، "پروتئین و اسید آمینه‌ی تورین نقش مهمی در حفظ و ارتقای سلامتی افراد جامعه دارد. بیشترین تاثیر ماهی بر سیستم قلب و عروق از طریق چربی غیر اشباع آن یعنی "امگا-۳" و اسید آمینه‌ی تورین است.

از انواع ماهی‌هایی که به مقدار زیاد، چربی "امگا-۳" دارند، ماهی تون، ساردین و سالمون (ماهی آزاد) را می‌توان نام برد. البته

دیگر ماهی‌ها نیز حاوی این چربی غیر اشباع مفید هستند.

طبق توصیه انجمن قلب آمریکا افرادی که دارای بیماری‌های قلبی هستند بایستی هفته‌ای ۱۸۰ گرم (دو بار در هفته و هر بار ۹۰ گرم) ماهی مصرف کنند که به علت داشتن اسیدهای چرب امگا-۳ باعث کاهش کلسترول خون شده و احتمال ابتلا به سکتته‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

تاثیر ماهی بر فشار خون بالا

چربی غیر اشباع "امگا-۳" موجب کاهش فشار خون در افراد مبتلا به فشار خون بالا می‌شود و فشار خون ماکزیمم یا سیستولی را تا ۸ میلیمتر جیوه کاهش می‌دهد ولی روی فشار خون طبیعی بی‌تاثیر است.

در افرادی که مبتلا به فشار خون بالا هستند، مقاومت به انسولین وجود دارد و عقیده بر این است که این ناهنجاری باعث افزایش فشار خون می‌شود. چربی غیر اشباع "امگا-۳" مقاومت به انسولین را کاهش می‌دهد و از این طریق فشار خون را پایین می‌آورد.

تاثیر ماهی بر چربی‌های خون

تری‌گلیسیرید که یکی از انواع چربی‌های موجود در خون است، می‌تواند زمینه‌ساز بیماری‌های عروق کرونر به ویژه در خانم‌ها شود. چربی غیر اشباع "امگا-۳" سطح تری‌گلیسیرید خون را در افرادی که تری‌گلیسیرید خونشان بسیار بالاست، کاهش می‌دهد. می‌توان گفت اگر درمان‌های دارویی در این افراد موثر نبوده است، "امگا-۳" می‌تواند به عنوان مکمل دارویی در کاهش تری‌گلیسیرید موثر باشد.

LDL- کلسترول بالا نیز که از چربی‌های بسیار بد است و رسوب آن در جدار عروق کرونر، آن‌ها را مسدود می‌سازد، می‌تواند توسط "امگا-۳" کاهش یابد. "امگا-۳" مقدار VLDL- کلسترول را نیز که از جمله چربی‌های نامطلوب است، کاهش می‌دهد.

اما اشاره به این نکته ضروری است که "امگا-۳" زمانی بر روی کاهش این چربی‌های مضر موثر است که مصرف چربی‌های اشباع (روغن‌های جامد و مایع، غذاهای پر چرب) در برنامه غذایی فرد محدود شده باشد.

تاثیر ماهی روی انعقاد خون و پیش‌گیری از لخته شدن خون (ترومبوز)

"امگا-۳" بر روی پلاکت‌ها و سلول‌هایی که سطح داخلی رگ‌ها را می‌پوشانند و نقش عمده‌ای در انعقاد خون و تشکیل لخته دارند، تاثیر به‌سزایی دارد. همچنین از تجمع پلاکت‌ها که از مراحل ابتدایی تشکیل لخته است، پیشگیری می‌کند و مانع از ترشح بعضی مواد منعقدکننده از پلاکت‌ها می‌شود.

این عملکرد "امگا-۳" در کسانی که جراحی قلب باز و بای‌پاس (by pass) شده‌اند، بسیار مفید است؛ زیرا از انسداد رگ‌های پیوند شده پیشگیری می‌کند و مانع از حوادث قلبی جدید در این افراد می‌شود.

اثر مصرف ماهی روی سکتته‌های مغزی ناشی از لخته در رگ‌های مغز

"امگا-۳" موجود در ماهی و نقشی که در مهار تشکیل لخته دارد، احتمال سکتته‌های مغزی را کم می‌کند که این آثار مطلوب را در خانم‌ها بیشتر می‌توان مشاهده کرد. در کسانی که هفته‌ای یک بار ماهی مصرف می‌کنند، تا ۷ درصد احتمال سکتته مغزی کاهش می‌یابد. اگر دفعات مصرف ماهی به هفته‌ای ۵ بار برسد، احتمال سکتته‌ی مغزی تا ۵۰ درصد نیز کاهش خواهد یافت.

مصرف ماهی و بیماری عروق کرونر

رژیم غذایی عمده اسکیموها از غذاهای دریایی تامین می‌شود. طی مطالعات گوناگون ثابت شده است که مقدار کلسترول، تری‌گلیسیرید، LDL- کلسترول و VLDL- کلسترول در خون اسکیموها کم است و سطح HDL- کلسترول که از چربی‌های مفید خون و از عوامل پیشگیری‌کننده‌ی بیماری عروق کرونر است، بالاست. به همین دلیل اسکیموها کمتر دچار بیماری عروق کرونر و مرگ ناشی از این بیماری می‌شوند.

این تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف ماهی می‌تواند احتمال خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر و سکتته های قلبی را کاهش دهد. طی مطالعات گوناگون ثابت شده است که با مصرف ۳۵ گرم یا بیشتر ماهی در روز خطر سکتته ی قلبی و سکتته مغزی، به طور چشمگیری کاهش می‌یابد و در بعضی موارد نشان داده تا ۴۴ درصد از حملات قلبی پیش گیری می‌کند.

یک ارتباط معکوس بین مقدار و دفعات مصرف ماهی با کاهش عوامل زمینه ساز بیماری عروق کرونر یعنی چاقی، فشارخون بالا، چربی خون بالا و غلظت خون وجود دارد، یعنی هر چه مصرف ماهی بیشتر باشد، عوامل مذکور بیشتر کاهش خواهند یافت.

ماهی به دلیل داشتن "امگا-۳" از ضربان های نامنظم قلبی (آریتمی قلبی) پیشگیری می‌کند. یکی از این آریتمی های خطرناک به نام "تاکیکاردی بطنی" است که موجب ایست قلبی می‌شود و "امگا-۳" از وقوع آن جلوگیری می‌کند.

تاثیر ماهی بر افرادی که دخیانیت مصرف می‌کنند

استعمال سیگار و دخیانیت به عملکرد لایه ی سلولی که سطح داخلی رگ های خونی را می‌پوشاند و "اندوتلیال" نامیده می‌شود، آسیب می‌رساند و مانع از انعطاف پذیری آنها می‌شود. در نتیجه در مواقع ضروری رگ ها نمی‌توانند گشاد شوند و به مرور سفت و سخت می‌شوند. اختلال عملکرد این لایه ی سلولی یکی از مهم ترین علائم پیشرفت رسوب چربی در جدار رگ هاست (آترواسکلروز یا تصلب شریان ها).

افراد سیگاری با مصرف ماهی می‌توانند با این تغییرات خطرناک مقابله کنند، به شرط آن که ابتدا مصرف دخیانیت را ترک کنند. اسید آمینه تورین که به مقدار زیاد در انواع ماهی ها وجود دارد، می‌تواند عملکرد لایه سلولی داخل رگ ها را بهبود بخشد و مانع از آسیب آنها شود و در نهایت احتمال بیماری عروق کرونر را کاهش می‌دهد.

با توجه به فواید بی شمار و با ارزش ماهی و تاثیر آن بر سلامتی سیستم قلب و عروق، باید فرهنگ مصرف آن گسترش یابد و با حذف و کاهش نارسایی هایی که در مسیر دسترسی خانواده ها به این ماده ی غذایی مهم وجود دارد، برای آن جای مناسبی در سبد و سفره ی غذایی خانوار ایرانی باز کنیم.

خواص ماهی از نظر احادیث :

خوردن ماهی بدن را ذوب و بلغم را زیاد نفس را سنگین جسم را کهنه میکند خوردنش با نان گوارا است و کسی که پس از آن خرما نخورد و بر آن بخوابد تا صبح در معرض فلج است کسی که پس از حجامت گرفتار صفرا میشود باید پس از آن ماهی تازه کباب شده همراه با آب و نمک بخورد ماهی تازه پیه چشم را آب میکند و خوردن زیاد ماهی سبب پیدایش سل است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سویق (آرد بوداده)

طریقه مصرف:

بصورت غذا و وعده های غذایی

توضیحات:

بهترین غذا در هنگام گرسنگی است اما امساک کن اگر سیر باشی تا غذایت هضم شود، برای برسام (ورم پرده حجاب حاجز) مفید است و صالح برای آن است که غذای بیمار باشد گوشت را میرویند و استخوان را محکم میکنند و اگر کسی چهل روز از آن بخورد شانه هایش پر از نیرو میشود سودا و بلغم را از معده میکند و هفتاد نوع بلا را دفع میکند و مغز حیوانات را هضم میکند و شفای کسی است که آن را خورده. سه کف دست آرد بوداده اگر صبح ناشتا بخورند سودا و بلغم را میخسکاند و چیزی از آن باقی نمیگذارد و اگر پدر و مادر بخورند پیه آنها قوی میشود اگر سه بار شسته شود و از ظرفی به ظرفی ریخته شود تب را میرد. آرد

بوداده همراه روغن زیتون گوشت را میرویند و استخوان را سخت پوست را نازک و بر باه می افزاید
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

آویشن (صعتر)

طریقه مصرف:

خوراکی است و به صورت جوشانده مصرف میشود.

بخور آن برای سرماخوردگی مفید میباشد.

توضیحات:

آویشن یکی از قدیمی ترین گیاهان دارویی و ادویه ای است . تیموس کلمه ای یونانی و به معنای شجاع می باشد و به طوری که زنان یونان باستان این گیاه را به لباس شوهرانشان که عازم جنگ بودند می دوختند . زیرا آنها معتقد بودند آویشن سبب شجاعت و در نتیجه پیروزی آنها در جنگ می شود . آویشن گیاهی است خشبی و چند ساله . منشأ آن نواحی مدیترانه گزارش شده است و در جنوب اروپا در سطوح وسیعی کشت می شود . ریشه آویشن مستقیم ، کم و بیش چوبس و انشعابهای فراوانی دارد و سافه آن مستقیم و چهار گوش است . ارتفاع این گیاه متفاوت و بین ۲۰ تا ۵۰ سانتی متر می باشد . برگها کوچک ، متقابل و کم و بیش نیزه ای شکل ، بدون نوک و دمبرگ ، پوشیده از کرکهای خاکستری رنگ و حاوی اسانس هستند . گلها کوچک و به صورت مجتمع در قسمت فوقانی ساقه هایی که از بغل برگها خارج می شوند روی چرخه هایی مجتمع پدیدار می شوند . میوه چهار بذر به رنگ قهوه ای تیره وجود دارد . بذر آویشن بسیار ریز بوده و وزن هزار دانه آن ۲۵/۰ تا ۲۸/۰ گرم است .

قسمت دارویی :

پیکر رویشی آویشن حاوی اسانس است . از این رو دارای بویی مطبوع می باشد . پیکر رویشی در مرحله گلدهی از بیشترین مقدار اسانس برخوردار است .

خواص درمانی :

اسانس آویشن خاصیت ضد باکتری و ضد قارچی دارد . مجموعه مواد موثر آویشن خلط آور است و ار آن برای معالجه سرفه استفاده می شود .

خواص آویشن از نظر ائمه :

داروی امیر المومنین (ع) است و میفرمود که آویشن برای معده خملی می آورد مانند حمل (پرز) قطیفه و سفوف آن پیش از غذای صبح برای رطوبت مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

عدس

طریقه مصرف:

هم به صورت غذا و هم ارد آن خورده میشود

توضیحات:

عدس Lentil

نام علمی Lens culinaris medic

عدس یکی از حبوبات است که از قدیم الایام در اکثر نقاط دنیا کشت می شده است. گیاه شناسان اعتقاد دارند که عدس حتی قبل از تاریخ نیز وجود داشته است. عدس از نظر مقدر پروتئین بسیار غنی است و در بین گیاهان فقط لوبیای سویا بیشتر از عدس پروتئین دارد.

عدس گیاهی است یکساله که ارتفاع آن بیش از ۳۰ سانتیمتر نیست. برگهای آن دارای ۶ تا ۱۴ برگچه می باشد که در انتهای آن پیچک قرار دارد. گلهای عدس رنگ سفید و دارای رگه هایی به رنگ بنفش است. میوه آن غلاف کوچکی است و معمولا در هر غلاف ۱ تا ۳ عدس وجود دارد.

عدس دو نوع است:

عدس رسمی که دانه آن گرد و نسبتا درشت است و رنگ آن سبز مایل به زرد است.

عدس ریز یا عدس قرمز که دانه های آن ریز و به رنگ قرمز می باشد.

خواص دارویی:

عدس از نظر طب قدیم ایران معتدل و خشک است و مانند دیگر گیاهان پوست و دانه آن دارای اثرات متضاد یکدیگر می باشد.

یعنی پوست عدس گرم و خود عدس قابض است. بعبارت دیگر پوست آن ملین و مغز آن ضد اسهال می باشد.

عدس یک غذای کامل است و انرژی لازم را برای کارهای بدنی برای انسان تامین می کند.

عدس دارای خواص زیر است

۱) عدس زیاد کننده ترشحات شیر است و مادران شیرده حتما باید از آن استفاده کنند.

۲) عدس را در کنید و روی پوست ملتهب بگذارید التهاب را برطرف می کند.

۳) برای درمان زخم های دهان و گلو و دیفتری عدس را پخته و آب آنرا غرغره کنید.

۴) برای تقویت معده و برطرف کردن گاز معده عدس پخته را با سرکه میل کنید.

۵) آش عدس با روغن بادام برای دوران نقاهت بهترین غذاست.

۶) پماد در عدس با سرکه برای ترک دست و پا که بعلت سرما عارض شده سودمند است.

۷) عدس را می توان بعنوان مسهل هم مصرف کرد چون دارای لعاب زیادی است که در درمان ناراحتی های روده نیز موثر است.

۸) عدس پخته را بعنوان مرهم برای زخم نیز می توان بکار برد.

۹) آرد عدس بوداده تشنگی را قطع میکند، معده را نیرو میبخشد صفرا را خاموش و هیجان خون را فرو مینشاند و حرارت را

خاموش میکند. قاعدگی دائمی را قطع میکند، مبارک است دل را نازک و اشک را زیاد میکند عدس در نرد آل محمد (ع) نخود

و برای هر درد پشت مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

عسل

طریقه مصرف:

خوراکی میباشد و خواص درمانی زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد:

توضیحات:

عسل

درباره فواید عسل چه می دانیم؟

خواص و مواد موجود در عسل

همانطور که می‌دانید عسل از قدیمی‌ترین و نخستین شیرین‌کننده‌هایی است که انسان استفاده کرده است و شامل قندهایی چون گلوکز، فروکتوز، مواد معدنی همچون منیزیم، پتاسیم، کلسیم، کلرید سدیم، گوگرد، آهن و فسفات است. در ضمن اینکه ویتامین‌هایی همچون B₁، B₂، B₆، B₃، B₅ و C نیز بر اساس کیفیت و نوع عسل به نسبت‌های متفاوت در آن دیده می‌شود. علاوه بر موارد ذکر شده در حد کمی مس، ید و روی نیز در عسل وجود دارد. عسل یک ضد عفونی‌کننده طبیعی است. ویژگی منحصر به فرد

۱_ به راحتی هضم می‌شود: مولکول‌های قند موجود در آن می‌توانند به راحتی به سایر قندها تبدیل شوند، به همین جهت حتی حساس‌ترین معده‌ها نیز می‌تواند آن را به سادگی هضم کند.

۲_ منبع بسیار خوبی از آنتی‌اکسیدان است: نقش بزرگی در جلوگیری از سرطان و همچنین بیماری‌های قلبی دارد.

۳_ سطح کالری آن پایین است: در مقایسه با سایر مواد قندی، ?? کمتر کالری دارد، هرچند انرژی آن بسیار بالاست، اما به وزن بدن شخص اضافه نمی‌کند.

۴_ به سرعت در خون پخش می‌شود: وقتی با میزان مناسبی آب مخلوط شود. پس از ? دقیقه در جریان خون پخش می‌شود و با آزادسازی ملکول قند به عملکرد بهتر مغز که اصلی‌ترین مصرف‌کننده قند در بدن است، کمک می‌کند و مانع بروز خستگی می‌شود.

۵_ در سلامت و ساخت عوامل خونی مؤثر است: به علاوه باعث تمیز شدن خون می‌شود و جریان خون را تنظیم و آسان می‌کند و مانع بروز مشکلات عروقی و تصلب شرایین می‌شود. چند ویژگی جالب دیگر

۱_ عسل هرگز فاسد نمی‌شود، جهت نگهداری احتیاج به یخچال ندارد و می‌توان در دمای اتاق آن را نگهداری کرد.

۲_ به خاطر میزان بالای فروکتوز، ?? شیرین‌تر از قند است.

۳_ در درمان آلرژی‌های فصلی برای ساکنین مناطقی که عسل از گل‌های همان منطقه به دست آمده است، بسیار مفید است.

۴_ تنها غذایی است که استفاده از آن باعث نابودی چرخه طبیعت نمی‌شود.

ساخت چند داروی خانگی ساده و مؤثر

۱_ برای درمان گلودرد، می‌توان آن را با چای و لیموترش مخلوط کرد و نوشید.

۲_ برای جلوگیری از خشکی پوست دست، آرنج و پاشنه پا هم یک قاشق چایخوری عسل را با یک قاشق چایخوری روغن زیتون و یک دوم قاشق چایخوری آب لیمو ترکیب کنید و ?? دقیقه بر روی محل مورد نظر قرار دهید. نتیجه را بزودی خواهید دید.

۳_ حتی می‌توانید از آن به عنوان دهان‌شویه هم استفاده کنید: یک قاشق عسل را با یک فنجان آب گرم ترکیب کنید و دهان خود را با آن بشویید.

عسل از نظر احادیث:

خوردن عسل شفای هر درد است خوردن عسل همراه با خواندن قرآن و جویدن کندر بلغم را ذوب می‌کند و در کتب پزشکان از حضرت رضا نقل شده که عسل شیر تازه را مانند پنیر مایه منعقد می‌کند و مردم از چیزی بهتر از خوردن عسل درمان نیافته‌اند برای

دل درد مومن سود مند است و برای منافق این چنین نیست و همراه سیاه دانه مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

طریقه مصرف:

خوردنی است

توضیحات:

انگور (Grape Vine)

نام علمی Vitis

درخت انگور که درخت مو نیز نامیده میشود درختچه ای است بالا رونده که از دیوار و درختان مجاور بالا می رود . ساقه آن گره دار و دارای برگهای متناوب است . برگهای انگور دارای پنج لوب دنداندار و برنگ سبز تیره می باشد . گلهای آن کوچک ، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر می شود . میوه درخت انگور ، گوشتدار و شیرین و برنگهای مختلف است .

خواص درمانی میوه انگور

انگور بر طبق طب قدیم ایران گرم و تر است .

۱) اخلاط بدن را متعادل می کند .

۲) بسیار مقوی و مغذی است .

۳) خون را تصفیه می کند .

۴) سینه و ریه را صاف و تمیز می کند .

۵) برطرف کننده یبوست است .

۶) انگور برای درمان ورم معده و روده مفید است .

۷) در درمان سل ریوی و سیاه سرفه موثر است .

۸) برای درمان اسهال خونی از انگور استفاده می شود .

۹) برای درمان نقرس بسیار مفید است .

۱۰) آنهایی که معده ضعیف دارند باید انگور را بدون پوست بخورند زیرا پوست آن دیر هضم است و موجب دل درد ، نفخ و عوارض دیگر می گردد .

۱۱) انگور بهترین میوه برای کسانی است که می خواهند لاغر شوند و بدن خود را از سایه اوریک ، سنگ های صفراوی و مسمومیت های مزمن (مسمومیت از سرب یا جیوه) پاک کنند . اینگونه اشخاص باید در هر هفته بمدت ۲ روز فقط آب انگور بخورند و رژیم آب انگور بگیرند بدین ترتیب که هر دو ساعت یکبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشند . مقدر مصرف روزانه تقریباً ۲ کیلو گرم است و در این دو روز نباید غذای دیگری مصرف کنند فقط می توانند آب بنوشند .

۱۲) رژیم آب انگور برای مبتلایان به سل ریوی و واسیر نیز مفید است .

۱۳) برای تقویت و طراوت پوست و همچنین روشن کردن رنگ پوست ، آب انگور تازه را با یک تکه پنبه بصورت بمالید و پس از ده دقیقه با آب نیمگرم محتوی کمی جوش شیرین بشوئید .

۱۴) زیاده روی در مصرف آب انگور بطور مداوم ایجاد سنگ کلیه می کند .

خواص طبی روغن هسته انگور

روغن هسته انگور گرم کننده بدن است ، این روغن ضد یبوست می باشد . از آن برای نقاشی و تهیه صابون نیز استفاده می شود .

خواص طبی هسته انگور

هسته انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است :

۱) دارای تانن است بنابراین قابض است .

۲) اسهال را برطرف می کند .

۳) ترشح ادرار و اسپرم را کم می کند .

۴) گرد هسته انگور را برای درمان به مسلولین می دهند .

۵) هسته انگور برای آنهایی که مثانه و کلیه ضعیف دارند مضر است .

خواص طبی پوست انگور

پوست انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است :

۱- پوست انگور را خشک کرده و می سوزانند خاکستر بدست آمده را برای درمان اکثر زخم ها استفاده می شود .

۲- پوست انگور دیر هضم است و بهتر است که در موقع خوردن پوست آنرا بیرون آرود .

خواص طبی غوره

غوره که بانگلیسی **Un-ripe grape** نامیده می شود از نظر طب قدیم ایران سرد و قابض است :

۱. در درمان ورم مخاط دهان و نرمی لته ها موثر است .

۲. آب غوره برای درمان چاقی مفرد مفید است .

۳. بیماری اسکوربوت که بعلت کمی ویتامین C در بدن می باشد با آب غوره درمان می شود .

۴. آب غوره چون دارای تارتارات پتاسیم است برای درمان سیاتیک و رماتیسم حاد بسیار مفید است .

۵. در دفع زردی موثر است .

۶. خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو می اندازد و قاعده را باز می کند .

۷. حرارت و صفرای بدن را دفع می کند و روده ها را ضد عفونی می کند .

۸. آب غوره تقویت کننده کبد است .

۹. برای برطرف کردن ورم گلو آب غوره قرقره کنید .

۱۰. برای دفع کرم و روده و تقویت معده باید بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زیره سیاه مصرف کنید البته در اینمدت باید از خوردن غذاهای سنگین اجتناب نمائید .

۱۱. آب غوره درمان کننده پا درد و کمر درد می باشد . برای معالجه میتوان بمدت دهروز آش آب غوره مصرف نمود . البته از خوردن غذاهای سنگین در اینمدت اجتناب کرد .

۱۲. ترشی غوره نیز معالجه رماتیسم و سیاتیک است .

خواص طبی برگ مو

۱. برگ مو قابض است .

۲. دم کرده برگهای جوان مو اسهال خونی را برطرف می کند .

۳. برای خونریزیها مفید است .

۴. در رفع نفرس و زردی موثر است .

۵. استفراغ را برطرف می کند .

۶. در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و یائسگی موثر است .

۷. هنگامیکه پوست صورت قرمز می شود و ملتهب است خوردن دم کرده آن اثر مفید درد .
۸. گرد برگهای جوان و خشک شده مو ، اثر خوبی در رفع خونریزیهای رحیم و خون آمدن از بینی درد .
۹. برای برطرف کردن سرمازدگی دست و پا جوشانده برگ مو را تهیه کرده و دست و پا را بمدت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید .
۱۰. برای تهیه دم کرده برگ مو ، مقدر ۱۵ تا ۲۰ گرم برگ مو را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند .
۱۱. از دم کرده برگ مو می توان برای شستشوی چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده کرد .
۱۲. دم کرده برگ مو برای رفع واریس مفید است .
- دانه دانه خوردن آن گواراتر است و اندوه را میزداید بخصوص سیاه آن بهتر است.
- مرجع: کتب طب سنتی

سنجد (غبیرا)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

نام علمی سنجد «*Elaeagnus gastifolia*» است و رویشگاه این درخت بدلیل سازگاری آن با محیطهای مختلف در اغلب نقاط کره زمین از جمله آمریکای شمالی، اروپای شرقی و غربی، آسیای مرکزی و شمالی و ... است. به گزارش سرویس «بهداشت و درمان» خبرگزاری دانشجویان ایران، به طور کلی ۳ نوع درخت سنجد در دنیا وجود دارد که ۲ نوع هلاگنوس و هیپوفار در ایران موجود است. درخت سنجد هلاگنوس به دلیل درشتی میوه قامت بلند، نداشتن خار و برگهای پهن به درخت سنجد هیپورفیا برتری دارد. خواص درخت سنجد در تمام اندامهای آن منتشر شده است و ریشه، چوب، پوست و میوه آن دارای خواص دارویی و صنعتی متفاوتی است از پوست درخت سنجد یک ماده شیمیایی دارویی مهم به نام تتراهیدروآرمور - متیل - N استخراج می شود. از برگ درخت سنجد آلکانوئید استخراج می شود که در صنایع داروسازی کاربرد دارد. اسانس گل سنجد در صنایع داروسازی و آرایشی و عطرسازی بکار می رود. درخت سنجد دارای ۳ قسمت برون بر (پوست قهوه‌ای رنگ)، میان بر (آردی شکل) و درون بر (هسته چوبی و سفت آن) است که قسمت میان بر و درون بر آن دارای ارزش غذایی فراوان است. در قسمت میان بر ۲ نوع قند گلوکز و فروکتوز، ۷ نوع چربی اشباع شده و اشباع نشده وجود دارد. در قسمت درون بر سنجد ۱۷ نوع آمینواسید و مقداری پروتئین وجود دارد که هر یک از این آمینواسیدها خواص دارویی بسیار مفیدی دارند بطوری که می توان گفت میوه سنجد یک میوه دارویی صفر است. این میوه در طب سنتی به عنوان تانن قابض است بنابراین در معالجه بیماریهای دندان، لثه و اسهال و در درمان زخم معده موثر است و می تواند از خونریزی جلوگیری کند. اگر آرد و هسته میوه سنجد با هم آسیاب شود مصرف خوراکی آن بیماری آرتروز را درمان می کند.

خواص سنجد از نظر احادیث :

گوشتش گوشت می آورد استخوانش استخوان میرویانند و پوستش پوست آور است کلیه ها را گرم و معده را دباغی میکند و ایمن از بواسیر و ادرار قطره قطره است. ساقها را نیرو میبخشد ، جذام را ریشه کن میکند و برای تب سودمند است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کبک (قبح)

طریقه مصرف:

گوشت کبک غذای لذیذی است

توضیحات:

روایت شده به اشخاصی که تب دارند گوشت کبک بدهید زیرا به پاها قوت می‌دهد و تب را قطع می‌کند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خرغه (فرخ)

طریقه مصرف:

مانند سایر سبزیجان خواص خوراکی دارد اما سبزی حضرت فاطمه بوده است.

شیوه های درمانی هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد:

توضیحات:

قطع کننده خونریزی و چرک می‌باشد، گیاهی است یک ساله که وحشی آن خزنده، با ساقه های خوابیده کمی قرمز و با برگهای دایره ای گوشتی که دور گلهای کوچک زرد رنگ آن ظاهر می شوند. نوع پرورشی آن با برگهای ضخیم گوشتی سرخ رنگ که بلندی آن ۴۰ - ۱۰ سانتی متر است، برگهای آن گوشتی کلفت با کرکهای کوتاه، تخم آن سیاه کوچک. وحشی آن معمولاً در مناطق معتدله دنیا همه جا و در نواحی سایه دار مرطوب در مزارع و بوستانها و حاشیه دریاچه ها می روید.

در ایران معمولاً کاشته می شود، ولی به طور وحشی نیز در مناطق شمالی ایران در اطراف رشت، لاهیجان، اطراف تهران، نقرش، اراک و سایر نواحی می روید. تکثیر آن از طریق کاشت بذر آن صورت می گیرد و بذر آن را به طور مستقیم در مزرعه اصلی در ماه های اردیبهشت تا تیرماه می کارند. خاک مزرعه باید غنی باشد و چون احتیاج به آب زیاد دارد آبیاری آن باید مرتباً صورت گیرد.

خرغه از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی خیلی سرد و تر و دارای نیروی قابضه است و مدر است و معتقدند که برگ و ساقه آن مسکن صفرا است و آن را جمع می کند و حرارت خون و کبد و معده را تسکین می دهد و برای تسکین حدت تبهای گرم و صفراوی و تسکین عطش و کنترل ترشح ادرار در مورد بیماری دیابت و رفع سردرد های گرم مفید است و خونریزی از هر عضوی را قطع می کند و همچنین در مواردی که چرک از سینه آید قطع می کند و برای خرد کردن سنگ مثانه و ازدیاد ترشح بول مفید است، یعنی مدر است و برای سرفه و سوزش مجرای ادرار و مثانه و روده ها و بواسیر و همچنین تسکین حرارت رحم و سوزش و درد آن مفید است.

تخم آن ضد کرم کدو است و عصاره ساقه و برگ آن برای بیماریهای کبد و بیماریهای کمی ویتامین C بسیار مفید است، البته کمتر از شاهی. زیرا در خرغه تا حد ۲۵ گرم در ۱۰۰ گرم برگ ویتامین C دارد و به عنوان رژیم غذایی اشخاص مبتلا به اسکوروی تجویز می شود.

مقدار خوراکی از آب برگ ساقه آن ۴۰ گرم که با ۸ گرم نبات یا شکر مخلوط کرده و خورده می شود.

اگر آن را پخته و با کمی پیاز و روغن سرخ کرده و بخورند برای قطع اسهال صفراوی و تقویت روده ها و تبهای گرم بسیار نافع است به خصوص در فصل های گرم سال و برای اشخاص گرم مزاج.

اگر برگ و ساقه آن را مانند سالاد و با سرکه بخورند برای درد کلیه بسیار نافع است.

جویدن برگ آن به مقدار کم، کندی دندان را رفع می کند(که از خوردن میوه ترش و یا علت دیگری ایجاد شده باشد) و زیاد

جویدن آن کندی دندان ایجاد می کند.

از عصاره آن برای التهابهای گرم چشم با مالیدن در محل ملتهب استفاده می شود.

ضماد برگ و ساقه آن با روغن گل سرخ برای تسکین سردردهای گرم و ورمهای گرم نافع است و با آرد جو برای جرب نافع است. ضماد برگ و ساقه آن به تنهایی برای تسکین حرارت اعضا و سوختگی آتش مفید است و اگر بر معده و کبد گذارند برای تسکین حرارت آنها مفید است و اگر با حنا تهیه شود و بر کف دست و پا گذارده شود برای حرارت و پیسی های دست و پا در صورت تکرار مفید خواهد بود.

ضماد ریشه آن برای زگیل قوی تر از ضماد گیاه است. اشتها را کاهش می دهد و اسراف در خوردن آن نور چشم را نقصان می دهد. این قبیل افراد سرد مزاج اگر بخواهند بخورند باید با نعناع و کرفس باشد، مقدار خوراک از آب آن تا ۱۰۰ گرم است. خاصیت تخم خرفه مانند آب خرفه است و گرد برگ و ساقه خشک آن برای زخمهای دهان اطفال و زخمهای نظایر آن نافع است و گرد آن برای طحال و معده اشخاص سرد مزاج مضر است.

اگر بیست گرم برگ خشک آن را کوبیده با شکر و جَلپ بخورند برای تبها و سرفه های گرم بسیار نافع است، مقدار خوراک گرد آن تا ۲۰ گرم است. مشابه آن در اکثر موارد فوق اسفرزه است.

در مورد خواص خرفه در مدارک فنی منتشره در مغرب زمین چنین آمده است:

خرفه در چین و هندوچین مصارف دارویی وسیعی دارد. از خرفه به عنوان خنک کننده، نرم کننده، جبران کننده کمی ویتامین C و نیروبخش، التیام دهنده زخم و محلل ورم استفاده می شود.

در مدارک زیادی خرفه به عنوان مدر معرفی شده است، ولی بررسی های دقیق تر حکما نشان می دهد که:

۱- در مورد اشخاص سالم و اشخاصی که کلیه نرمال دارند، اثر مدر دارد.

۲- در مورد اشخاص با کلیه های ناراحت نیز در مواردی تا حدودی مدر است از جمله در مورد نفری تیس (یا ورم کلیه) و پی لی تیس (ورم کالیس کلیه) تا حدودی مدر است.

در ده مدرک از مدارک طب سنتی معتبر آمده است که مصرف خرفه برای معالجه خونی نافع است.

چی یو معتقد است که خرفه برای سه نوع اسهال خونی که در اثر باکتری ایجاد شده مفید است ولی در مورد اسهال خونی آمیبی یا آموبیک دیسانتری بی اثر است.

الیو معتقد است که مصرف جوشانده خرفه که کاملاً خوب پخته شده و آب آن گرفته شده باشد برای معالجه اسهال خونی باسیلی یا باسیلری دیسانتری بدون هیچ عوارض جانبی مفید است.

خواص دیگر استعمال داخلی خرفه:

برای اسهال مفید است به عنوان ضد کرم برای معالجه اوکسیوریس یا کرمهای سفید مفید است و مسهل ملایم است برای بچه ها مسهل است تصفیه کننده خون است، تب بر و ضد سم است.

در استعمال خارجی:

شیره گیاه یا له شده گیاه برای تحلیل ورم و تومور و التیام زخمهای شدید سوختگی، بواسیر بیماریهای پوستی، تحلیل آبسه، گزیدگی نیش حشرات، عقرب گزیدگی مفید است.

در موارد نیش حشرات و جانوران مصرف داخلی آن هم مؤثر است ولی البته در مورد زنان حامله نباید مصرف شود.

تحقیقات جدید دانشمندان نشان داده است که در خرفه ماده شیمیایی بسیار جالب به نام اسید چرب امگا ۳ وجود دارد. این همان چربی معروفی است که در روغن ماهی یافت می شود و عامل مؤثری برای کاهش کلسترول و فشار خون است و از این نظر که این

گیاه را در ردیف گیاهان ارزشمند ضد سرطان و ضد فشار خون قرار می دهد و به علاوه دارای مقدار قابل ملاحظه ای ویتامین C است که آن هم از ضد اکسید کننده ها است و ضد عوامل سرطان زا است.
خواص خرفه از نظر احادیث:

بر روی زمین سبزی خوردنی شریفتر از آن نیست و سبزی خوردنی حضرت فاطمه (ع) است و عقل را زیاد میکند
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوشت خشک شده (قدید)

طریقه مصرف:

نباید خورده شود و از خوردن آن نهی شده

توضیحات:

روایت شده که دو چیز فاسد هستند که به شکم تندرستی وارد نمیشود الا آن که آن را فاسد میکنند و آن دو چیز گوشت خشک شده و پنیر خشک شده است و دو چیز صالح هستند که به شکم فاسد وارد نمیشوند الا آن که آن را اصلاح میکنند و آن دو انار و آب نیمه گرم است. گوشت خشک شده بدن را لاغر و منهدم میکند و چه بسا میکشد و بیماری را برمی انگیزد و این گوشت بدی است و به همه چیز زیان میرساند و چیزی برایش فایده ندارد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کافور

طریقه مصرف:

برای سرمه و مصارف دیگر

توضیحات:

اگر از صبر، مُر و کافور به اندازه مساوی سرمه بکنند برای ضعف چشم مفید است و روایت شده کافور ریاحی و صبر سقوطری را به یک اندازه با هم میکوبند و از پاچه حریری میبریزند و سرمه میکنند و یک بار سرمه در ماه هر دردی را که در سر باشد فرو مینشانند و آن را از بدن بیرون میراند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

توره (کراث - گندنا)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

برای درد طحال اگر سه روز آن را بخورند سودمند است و بوی دهن را خوش میکند، بادها را میراند، بواسیر را قطع میکند و برای کسی که همیشه از آن بخورد ایمنی از جذام است و روایت شده آن را با روغن عربی خوب سرخ کن و به کسی که درد طحال دارد سه روز بخوران شایسته است آن را بشویند ریشه اش را قطع کنند و سرش را بزنند و سید سبزیهاست و سبزی رسول الله(ص) و هفت قطره از بهشت بر آن میچکد و روایت شده برای بواسیر مفید است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گشنیز (کنز بره)

طریقه مصرف:

سبزی آن به صورت خوراکی به مصرف میرسد و تخم آن نیز خواص دارویی دارد

توضیحات:

گشنیز Coriander

نام علمی Coriandrum sativum

گیاه شناسی

گشنیز گیاه بومی جنوب اروپا و مناطق مدیترانه است. در بیشتر نقاط ایران نیز می‌روید. از زمانهای قدیم وجود داشته و حتی مورد مصرف مصری‌ها بوده است.

بقراط این گیاه را می‌شناخته و برای درمان بیماریهای مختلف از آن استفاده می‌کرده است. در قرون وسطی ضعف جنسی را با گشنیز درمان می‌کردند.

گشنیز گیاهی است علفی و یکساله، برنگ سبز که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر نیز می‌رسد. برگهای آن به دو شکل ظاهر می‌شود. آنهایی که در قاعده ساقه وجود دارد بشکل دندانه دار و دیگری در طول ساقه که باریک و نخی شکل می‌باشند.

قسمت مورد استفاده گیاه ساقه و برگ و میوه آن است. میوه گشنیز گرد و برنگ زرد می‌باشد. بوی تازه آن مطبوع نبوده و تقریباً بد بو است ولی بر اثر خشک شدن این بو از بین رفته و خوشبو می‌شود. حتی نام لاتین گشنیز از لغت یونانی Korio مشتق شده که به معنی بد بو است.

خواص طبی گشنیز

گشنیز و تخم گشنیز از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

خواص تخم گشنیز از قرار زیر است

(۱) تخم گشنیز را پودر کرده و با نسبت مساوی با شکر و یا عسل مخلوط کنید برای تقویت بدن بسیار مفید است

(۲) معده را تقویت می‌کند

(۳) خوردن تخم گشنیز با غذا به هضم غذا کمک می‌کند

(۴) ادرار آور است

(۵) قاعده آور است

(۶) کرم‌های معده و روده را از بین می‌برد

(۷) برای برطرف کردن تب تیفوئید مفید است

(۸) خاصیت ضد باکتری درد و بیماریهای عفونی روده را برطرف می‌کند

(۹) تب‌های نوبه‌ای را از بین می‌برد

(۱۰) برای نرم کردن سینه از جوشانده تخم گشنیز استفاده کنید

(۱۱) جوشانده تخم گشنیز خواب آور است

(۱۲) زکام را برطرف می‌کند

۱۲) تخم گشنیز شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند

۱۳) برای تسکین درد دندان تخم گشنیز بجوید

۱۴) تقویت کننده قلب است

۱۵) جوشانده تخم گشنیز یا خوردن تخم گشنیز بوداده اسهال خونی را برطرف می کند

خواص برگ و ساقه گشنیز

۱) گشنیز خواب آور است

۲) مسکن و آرام کننده است

۳) مسمومیت های حاصله از مواد پروتئینی را برطرف می کند

۴) با غذا گشنیز بخورید تا از ترش شدن غذا جلوگیری کند

۵) تشنگی را برطرف می کند

۶) طحال را تمیز و تقویت می کند

۷) برای فتق مفید است

۸) برای برطرف کردن بوب بد دهان سوپ گشنیز بخورید

۹) دل درد را برطرف می کند

طرز استفاده:

برای برطرف کردن دندان درد

حدود ۱۰ گرم تخم شگنیز را در چهار لیتر آب ریخته و بگذارید بجوشد تا حجم آن به یک لیتر برسد آنرا کمی سرد کنید و در

دهان مضمضه کنید تا درد دندان برطرف شود

برای شستن دهان و دندان

یک قاشق چایخوری پودر تخم گشنیز را در یک لیوان آب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه دم کنید سپس آنرا برای شستن دهان

دندان و گلو غرغره کنید

مرجع: کتب طب سنتی

گلابی (کمثری)

طریقه مصرف:

خوردنی به صورت میوه و آب میوه

توضیحات:

گلابی Pear

نام علمی Pirus communis

گیاه شناسی

گلابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می ریود . این درخت بومی

مناطق جنوبی دریای خزر می باشد .

ریشه گلابی عمیق است برگهای آن صاف و دندانه دارمی باشد گلهای گلابی سفید رنگ مایل به صورتی و بصورت خوشه ای

است. میوه درخت گلابی مخروطی شکل، گوشتدار، شیرین و یا ترش و شیرین و برد است از تمام قسمت‌های گلابی مانند برگ‌های جوان پوست و ساقه میوه آن استفاده طبی بعمل می‌آید.

خواص میوه گلابی

گلابی از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است

(۱) گلابی سنگ مجاری ادرار را دفع می‌کند

(۲) آرام بخش و تب بر است

(۳) در رفع عفونت مجرای ادرار موثر است

(۴) مقوی بدن است

(۵) تشنگی را برطرف می‌کند

(۶) سوزش مثانه و مجرای ادرار را دفع می‌کند

(۷) چون قند گلابی (لوز) است بنابراین آنهایی که مبتلا به مرض قند هستند می‌توانند از آن استفاده کنند و برای آنها مضر نیست

(۸) برای دفع سموم بدن بسیار موثر است

(۹) برای پائین آوردن فشار خون باید مدت چند روز فقط گلابی مصرف کنید و غذای دیگر نخورید. البته این رژیم باید تحت نظر

دکتر انجام گیرد و با اجازه پزشک متخصص باشد

خواص دیگر قسمت‌های درخت گلابی

برگ و شکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

۱- شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می‌آورد

۲- در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید

۳- تخم گلابی ضد کرم معده و روده لست

۴- دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است

۵- برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید و

آنرا بتدریج بنوشید

۶- برای شستشوی زخم‌ها ۵۰ گرم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذاری چند دقیقه بجوشد و سپس آنرا

کم کم بنوشید.

خواص گلابی از نظر احادیث:

روایت شده گلابی بخورید زیرا دل را جلا میدهد و به اذن خدا دردهای درون را فرو مینشاند و معده را دباغی میکند گلابی و به با

هم برادرند و در هنگام سیری مفیدتر از ناشتا هستند و کسیکه سنگینی و غش به او برسد باید ناشتا و قبل از غذای صبح بخورد

مرجع: کتب طب سنتی

کندر

طریقه مصرف:

بهترین راه مصرف کندر

آنرا کوبیده و هر روز صبح ناشتا یک قاشق مربا خوری از آنرا در یک استکان آب حل کرده و مصرف نمایید.

همچنین می‌توانید آنرا در دهان گذاشته و به صورت آدامس از آن استفاده نمایید اما کمی تلخ می‌باشد.

توضیحات:

جویدنش لثه را محکم می‌کند و بوی دهان را میزداید برای حافظه مفید است و روایت شده برای حفظ قرآن و قطع ادرار و بلغم از آن بخورند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شیر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیر گوسفندان سیاه بهتر از شیر گوسفندان سرخ است اما شیر گاو قرمز بهتر از شیر گاو سیاه می‌باشد و کسی که در آب پشتش (منی) دگرگونی رخ دهد شیر تازه و غسل برایش مفید است شیر گوشت نو میرویانند استخوان را محکم می‌کند و سر کشیدن شیر شفای هر دردی است الا مرگ و روایت شده که بخدا قسم شیر هیچ زبانی ندارد و هیچ کس از نوشیدن شیر گلو گیر نمیشود و کسیکه شیر را به عشق رسول خدا (ص) بیاشامد زیان نمی‌بیند و در کل شیر گاو بهتر از شیر گوسفند می‌باشد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوشت (لحم)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

گوشت گوشت میرویانند و کسیکه چهل روز آنرا ترک کند بد خلق میشود و کسیکه بد خلق شد در گوشش اذان بگوید و در روایت از زیاد خوردن گوشت نهی شده و گوشت گاو با چغندر برای بیماری سفید شدن چشم مفید است و همچنین ابگوشت آن سفیدی را میبرد و روایت شده که آردبوداده و شور بای گوشت گاو برای وضح (لکه های سفید پوستی) سود مند است و روایت شده که گوشت گاو درد است و گوشت مرده چنین است و کسی به خوردن آن عادت نمیکند مگر آنکه بدنش ضعیف میشود و جسمش ناتوان می گردد و قوت اش را از دست میدهد نسلش قطع می گردد و مرده خوار نمی‌میرد مگر به مرگ فجأه (ناگهانی) و گوشت سید غذاهای بهشت و سید خوردنیهای دنیا و آخرت است و بهترین گوشتها گوشت گوسفند است و روایت شده مرغوبترین گوشتها گوشت کبوتر بچه ای است که تازه به پرواز در آمده یا نزدیک پرواز است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

لقاح (ناقه)

طریقه مصرف:

شیر شتر

توضیحات:

شیرش شفای هر درد و افتی و جسد است بدن را پاک میکند و چیزهای گندیده آنرا بیرون رانده و آنرا خوب میشوید و پیشابش شفای ربو (تنگی نفس در حال ایستادن) است
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

آب (ماء)

طریقه مصرف:

نوشیدنی و ...

توضیحات:

روایت شده که برای تب دارویی بهتر از آب سرد و دعا نیافتیم و زیاد نوشیدن آب ماده هر درد است و آب زمزم برای هر دردی که نوشیده شود شفا است و روایت شده که شفای هر درد است . اگر کسی آب باران را قبل از آنکه به زمین برسد را در ظرفی تمیز جمع کند برای هر یک (ظا هرا منظور برای هر ظرف) هفتاد بار سوره های الحمد و قل هو الله و معوذتین (سوره های فلق و ناس) بخواند و هر روز یک جام و هر شب یک جام از آن بیاشامد خداوند هر بیماری را از بدن ، استخوانها ، مخ ، و رگهای او میبرد. اب باران بدن را تطهیر میکند و بیماریها را دفع میکند اب نیمه گرم برای هر چیز سود مند است و از چیزی زیان نمیبیند ادرار کردن در آب راکد فراموشی می آورد و آب میزاب کعبه (ناودانی که بر بام کعبه در بالای حجر اسمعیل نصب شده و معروف به میزاب رحمت است) شفا است اب نیمخور مؤمن شفای هفتاد درد است و اب سید نوشابه های دنیا و آخرت است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

ماست

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کسی که میخواهد ماست بخورد و به او زیان نرساند باید هاضوم یعنی زنیان بر آن بریزد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

ماش

طریقه مصرف:

خود ماش و آبی که در آن پخته شود خوراکی میباشد.

توضیحات:

ماش را میزنند و کسیکه مبتلا به بهق (لکه های پوستی) باشد آبش را مینوشد و خود آن را در غذایش میریزند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

مر

طریقه مصرف:

سرمه به چشم میشود

توضیحات:

سرمه کردن مر با کافور برای چشم مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

نمک (ملح)

طریقه مصرف:

مصرف نمک قبل از خوردن غذا برای پیشگیری از بسیاری بیماریها مفید میباشد.

توضیحات:

غذای خود را با نمک آغاز کن زیرا شفای هفتاد و دو درد در آن است. که از آن جمله اند: جنون، جذام، برص، گلودرد، دندان درد، دل درد، لک و پیس چهره و گزش عقرب و برای این منظور آنرا با آب خمیر کرده و بر موضع مینهند و اگر مردم میدانستند که چه چیز در نمک است در بکار بردن آن بعنوان تریاق مبالغه میکردند.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شراب (نبیذ)

طریقه مصرف:

حرام است و نباید مصرف شود.

توضیحات:

خداوند در حرام شفا قرار نداده و مصرف آن مضرات بسیاری دارد که از آن جمله میتوان به کم شدن عقل انسان اشاره کرد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

نوره (داروی نظافت)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی میباشد

توضیحات:

نوره یکی از اقسام دارو است و بدن را فربه میکند و اگر آنرا با حنا مخلوط کنند و در حمام بر خود بمالند وضح (لکهای سفید پوست) و بحق (لکهای سیاه پوستی) را میزداید. تنویر وسیله طهارت است و کسی که با انگشت آن را بردارد و بویید و بر سر بینی خود بگذارد و دعای (الهم ارحم سلیمان بن داود کما امرنا بالنوره) را بخواند او را نمسوزاند، نوره اب صلب (منی) را زیاد میکند و بدن را نیرو میدهد و بر پیه کلیه می افزاید و بدن را فربه میکند و یک بار استعمال آن در تابستان مفیدتر از ده برابر آن در زمستان است موی بدن همین که بلند شد آب پشت را قطع میکند و مفاصل را سست میکند و ضعف و سل میآورد و کسی که پس مالیدن آنها از فرق تا قدم خود را حنا بمالد از جنون، جذام، برص و آکله در امان است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

حلیم (هریسه)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

یکی از انبیا از ضعف و کمی نیروی نزدیکی به خدا شکایت کرد خداوند به او امر فرمود که حلیم بخورد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کاسنی (هندبا)

طریقه مصرف:

دم کردنی و خوراکی به عنوان سبزی

توضیحات:

سید سبزی ها است منی را زیاد میکند و رخساره را خوشرنگ میکند گرم و نرم است و پسر را زیاد میکند هر روز صبح قطره هایی از بهشت بر آن میچکد شایسته آن است که هر وقت کاسنی میخورند آن را تکان ندهند کسی که شب بخوابد و در شکمش هفت طاقه کاسنی باشد در آن شب انشاءالله از قولنج در امان است در کاسنی شفای هزار درد است و دردی در اندون آدمی نیست مگر آنکه کاسنی آن را ریشه کن میکند برای تب و سردرد روغن آن تجویز شده

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

مورد (آس - مرسین)

طریقه مصرف:

خوراکی و مالیدنی

توضیحات:

برای رویاندن مو و جلوگیری از ریزش آن و همچنین تقویت اعصاب مفید میباشد.

مرجع: کتب طب سنتی

آجر

طریقه مصرف:

بخور دادن و نشستن بر آجر گرم

توضیحات:

آجر را اگر بگدازند و در آب بیندازند تا آنرا بخار کند و سر را با آن بخور دهند برای دفع مواد سرد مغزی ، نزله ها ، دردسر کهنه مفید است ، نشستن بر آجر داغ برای اسهال و پیچ رطوبتی و سرد بادی و درد بواسیر مفید است .

مرجع: کتب طب سنتی

ابریشم

طریقه مصرف:

همراه با عسل خورده میشود

توضیحات:

یک درهم از آن که با قیچی تکه تکه شده باشد با سه درهم عسل شادی آور است

مرجع: کتب طب سنتی

ابقر (شوره)

طریقه مصرف:

با شکر خورده میشود

توضیحات:

برای ناراحتی های طحالی و در پشت و کمر و بند آمدن پیشاب مفید است ، ربع تا دو درهم از آنرا با شکر میخورند و به تجربه رسیده

مرجع: کتب طب سنتی

ابهل (سرو کوهی)

طریقه مصرف:

با روغن زیتون پخته میشود تا سیاه شود

توضیحات:

قطورش برای کری مفید است و مالیدن آن همراه با سرکه داءالثعلب را بهبود میبخشد و برای ربو و بواسیر نیز مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اترج (ترفج)

طریقه مصرف:

هم تخمش و هم خودش خورده میشود

توضیحات:

تخمش بنا به تجربه برای دفع سموم حیوانات از تراق الکبریت مفید تر است و اگر مروارید را در ابش حل کنند تریاق سمها و بیماری اندام های رئیسه و اسهال شدید است

مرجع: کتب طب سنتی

اثل (گزشور - شوره گز)

طریقه مصرف:

هم چوبش و هم میوه اش مصرف میشود

توضیحات:

خاکستر چوبش برای جلوگیری از خونریزی اعضاء مفید است و دو و نیم درهم از میوه اش با دو و نیم درهم گل انار فارسی را اگر دو یا سه بار بخورند اسهال را قطع میکند پخته اش همراه با مازو و انار جانشین حبه‌های جیوه ای و چوب چینی است و قرحه ها و زخمها سفلیس و آکله و نمله(نوعی دانه که به بدن میزند) را بهبود میبخشد

مرجع: کتب طب سنتی

سنگ سرمه (اُمد)

طریقه مصرف:

سرمه و مصارف دیگر

توضیحات:

با حضض و سماق برای اشکریزی و جرب چشم مفید است و باحسن لبه در گوشت آوری و به هم آوردن زخم آدمی را از داروی دیگر بی نیاز میکند

مرجع: کتب طب سنتی

اخثا (سرگین)

طریقه مصرف:

ضماد و ...

توضیحات:

سرگین گاو با پیاز دشتی برای قوبا (لگک پیسی و خشونت پوست) سعفه (کچلی و قرحه های سر) و داءالثعلب (روزش موی بدن) مفید است و ضمادش بر ورم و زنبور گزیدگی سودمند است

مرجع: کتب طب سنتی

ازراقی (کچله)

طریقه مصرف:

خوراک این معجون یک با دو مثقال است

توضیحات:

معجونش برای فلج و سستی و دردهای سرد مفید است عادت تریاک را قطع میکند و درد مفاصل و عرق النسا (سیاتیک)، ادرار بی اختیار را بهبود میبخشد

مرجع: کتب طب سنتی

اذخر (کاه مکه)

طریقه مصرف:

همراه با سکنجبین خورده میشود

توضیحات:

همراه با سکنجبین در روزهای آخر تب های بلغمی مفید است و مخلوط با فلفل برای تهوع سودمند است
مرجع: کتب طب سنتی

ارغوان (ارجوان)

طریقه مصرف:

چوب سوخته اش ضماد بر ابرو میکنند

توضیحات:

برای سیاه کردن موی ابرو مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

جو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

جو Barley

نام علمی Hordeum vulgare

گیاه شناسی

جو گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن بسته بانواع مختلف آن تا یک متر می رسد . برگهای آن متناوب و باریک و دراز و به رنگ سبز تیره می باشد .

جو از نظر کاشت به دو دسته تقسیم می شود : جو بهاره و جو پائیزه .

جو بهاره در بهار کشت می شود و احتیاج به سرمای زمستان ندارد و قبل از زمستان دانه می دهد در حالیکه جو پائیزه در پائیز کشت می شود و محتاج سرمای زمستان است .

خواص دارویی:

جو معمولاً به سه صورت در بازار عرضه می شود

(۱) جو پوست نکنده که هنوز سبوس آن جدا نشده

(۲) جو پوست کنده که پوست آن گرفته شده است

(۳) جو سفید که پوست و سبوس آن گرفته شده است و بنام جو مرواریدی معروف است .

جو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

(۱) غذایی بسیار مقوی است .

(۲) خاصیت نرم کننده دارد .

(۳) در قدیم از جو زیاد استفاده می کردند .

(۴) برای نقرس مفید است .

- ۵) جوشانده جو داروی خوبی برای مبتلایان به تب و کم خونی و سوء هاضمه است .
 - ۶) ماء الشعیر برای درمان سل زخم های ریوی و سردرد گرم مفید است .
 - ۷) ماء الشعیر خون ساز است و زود هضم می شود.
 - ۸) ماء الشعیر را با خشخاش کوبیده برای سردرد مفید است .
 - ۹) برای درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روی قسمت های دردناک بگذارید .
 - ۱۰) جو را با شکر مخلوط کرده غذای خوبی برای اطفال است .
 - ۱۱) بیسکویت جو بهترین دارو برای درمان یبوست است و حتی نفخ و شکم درد را از بین می برد.
 - ۱۲) سرد مزاجان باید جو را با شکر بخورند.
 - ۱۳) کشک الشعیر برای مزاج های گرم و اسهال های صفرای مفید است .
 - ۱۴) برای برطرف کردن گلو درد و ورم گلو کشک الشعیر را قرقره کنید .
 - ۱۵) برای پائین آوردن کلسترول از جو استفاده کنید .
 - ۱۶) جو چون دارای پروتئاز می باشد بنابراین از سرطان جلوگیری می کند .
- مرجع: کتب طب سنتی

پسته

طریقه مصرف:

پسته و مغز آن خوراکی میباشد و در آجیل مصرف میشود و دیگر قسمتهای پسته هم کاربرد دارویی دارند که در ذیل به آن اشاره

خواهیم کرد :

توضیحات:

پسته Pistachio

نام علمی Pistaca

گیاه شناسی

پسته درخت دوطایه ای است که ارتفاع آن به حدود پنج متر می رسد و بحالت خودرو در ایران و افغانستان

می روید .

برگهای درخت پسته متناوب و مرکب از ۲ یا ۳ برگچه نوک تیز با یک برگچه انتهایی است و برنگ سبز روشن می باشد . گلهای

آن خوشه ای است گل نر آن فاقد گلبرگ است .

خواص دارویی:

خواص مغز پسته

مغز پسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

۱) مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهاییکه مبتلا به کم خونی هستند باید حتما روزانه مقادیر پسته بخورند .

۲) خوردن پسته نیروی جنسی را تقویت می کند .

۳) مغز و ذهن را تقویت می کند .

۴) برای آرامش قلب و آرام کردن اعصاب مفید است .

- ۵) برای باز کردن مجاری کبد مصرف پسته توصیه می شود .
- ۶) پسته معده را تقویت می کند .
- ۷) برای تسکین سرفه مفید است .
- ۸) اسهال معمولی و اسهال خونی را درمان می کند .
- ۹) جوشانده پوست درخت پسته برای برطرف کردن خارش اعضای تناسلی زنان مفید است .
- ۱۰) جوشانده پوست و برگ درخت پسته برای رفع درد و خارش مقعد مفید است
- خواص پوست سبز پسته
- پوست سبز پسته تازه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است و دارای خواص زیر می باشد :
- ۱- برای رنگرزی بکار می رود.
- ۲- بهترین دارو رای رفع بوی بد دهان است .
- ۳- جویدن آن باعث التیام زخم های داخل دهان می شود.
- ۴- برای استحکام لثه آنرا روی لثه بمالید و یا بجوید .
- ۵- دم کرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگی و استفراغ را از بین می برد.
- ۶- دم کرده آن برای رفع اسهال مفید است .
- ۷- برای رفع سسکسه پوست سبز پسته را دم کنید و یک فنجان از آنرا بنوشید .
- خواص پوست سفید پسته

پوست سفید پسته برای بواسیر و بیرون زدن مقعد مفید است . برای درمان این بیماری باید پوست سفید پسته را در آب بجوشانید و آنرا داخل لگنی بریزید و شخصی را که این بیماری را دارد برای چند دقیقه در آن بنشیند . باعث تسکین درد و تخفیف بیماری می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

اسفنج

طریقه مصرف:

ضماد میشود

توضیحات:

فتیله اش زخم را وسعت می بخشد و اگر آنرا بسوزانند و با روغن زیتون مرهم کنند و بر غده های خنازیری ضماد کنند آنها را حل مینماید و سنگی که در میان ان است سنگ مthane را خورد میکند

مرجع: کتب طب سنتی

سفید آب قلع (اسفیداج)

طریقه مصرف:

ضماد میشود

توضیحات:

ضماد آن همراه با شیر برای ورم گرم . مفاصل گرم و سفید آب یزدی برای باد سرخ و ورمهای گرم مفید است و باید با آب بر موضع مالیده شود
مرجع: کتب طب سنتی

اسقیل (عنصل – پیاز دشتی)

طریقه مصرف:

هم خودش و هم تخمش خوراکی است
توضیحات:

ضمادش برای زگیل و شقاقی که از سرما پدید آمده باشد مفید است و اگر داخل آن را با سرکه بسایند مالیدنش در حمام برای بحق (لکه های روی پوست) سود بخش میباشد و اگر تخم آنرا با سرکه انگور با اندازه نخود حب کنند و آنرا در انجیری که در سرکه خیسانده اند بگذارند و بخورند و بر روی آن آب گرم بیاشامند قولنج را بهبود میبخشد
مرجع: کتب طب سنتی

کما (اشق)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

برای زدودن گوشت زاید و آوردن گوشت مفید است
مرجع: کتب طب سنتی

اشنان

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

یک درهم از آن ادرار آور است و موجب قاعدگی است و برای استسقاء مفید میباشد
مرجع: کتب طب سنتی

پای کلاغ (اطربلال)

طریقه مصرف:

همراه با عسل و در داروهای ترکیبی متفاوت است

توضیحات:

یک درهم از آن با عسل باد شکن است و برای قولنج و تاب روده مفید است و در معجونی دیگر برای پیسی مفید است که بیمار با ید نخست در آفتاب بنشیند و از آب پرهیزد تا عرق کند و سه روز باید این کار را ادامه دهد تا موضع پیس تاول بزند و آب زردی

از آن بیرون آید سپس از معجون فوق بر آن مواضع بمالد و همچنین اگر پانزده روز هر روز سه درهم با غسل از آن بخورد مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اظفار الطیب (ناخنهای خوشبو)

طریقه مصرف:

بخور دادن با آن

توضیحات:

بخور آن در زیر دامن زنان صرع را میزداید و موجب قاعدگی است

مرجع: کتب طب سنتی

افتیمون

طریقه مصرف:

در معجون بکار میرود

توضیحات:

ده درهم از آن ر در نیم رطل شیر میخیسانند و میفشارند و با پانزده مثقال سکنجبین مخلوط میکنند و میخورند تا یک هفته ادامه میدهند برای تپش قلب و ترس از تنهایی ، مالیخولیا و تشنج مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اقاقیا

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

همراه با لادن و روغن گل سرخ برای قطع اسهال بچه ها مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

کشک

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

همراه با پشم سوخته و جو سوخته به اندازه مساوی برای حزاز (شوره سر) مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

املج (آمله)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

سفوف آن با هموزنش قند به اندازه روزی پنج درهم با آب نیمه گرم برای خراش روده ماده بواسیر و نواصیر ، ضعف معده و بینایی و تاریکی چشم سودمند است و اگر آنرا همراه با افسنتین بخورند معده را تقویت میکند خوردن مربای آن هر روز برای تعادل بخشیدن به بدن مفید است
مرجع: کتب طب سنتی

زرشک (انبر باریس)

طریقه مصرف:

هم خودش و هم شربتش خوردنی است

توضیحات:

زرشک **Barberry**

نام علمی **Berberis**

گیاه شناسی

زرشک درختچه ای است دارای ساقه ای خاردار که ارتفاع آن تا ۴ متر نیز میرسد . چوب این درخت قهوه ای ، قرمز و یا زرد رنگ می باشد . برگهای آن بیضی شکل با دندانهای اریه ای و گلهای آن خوشه ای و زرد رنگ است
شاخه های زرشک تیغ زیادی دارد . میوه زرشک قرمز رنگ ، گوشتی بیضوی شکل و دارای طعمی ترش است
قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه ، پوست ریشه و ساقه ، برگ گل و میوه آن است .

خواص دارویی:

خواص طبی زرشک

زرشک از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است میوه زرشک خواص زیر را دارد:

(۱) قابض است

(۲) تقویت کننده قلب و کبد است

(۳) بواسیر خونی را درمان می کند

(۴) خونریزی را برطرف می کند

(۵) برای برطرف کردن بیماریهای کبدی مفید است

(۶) صفرا بر است

(۷) دم کرده زرشک را برای برطرف کردن ناراحتی های دهان غرغره کنید .

خواص ریشه و پوست ساقه

(۱) صفرا بر و مسهل است

- ۲) کبد را پاک و تقویت می کند
 - ۳) اعمال دستگاه گوارش را منظم می کند
 - ۴) سوء هاضمه را از بین می برد
 - ۵) بی اشتهايي را برطرف می کند
 - ۶) برای رفع یبوست مفید است
 - ۷) در درمان یرقان و زردی موثر است
 - ۸) نقرس و روماتیسم را برطرف می کند
 - ۹) خانم هائیکه بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند باید برای برطرف کردن آن از ریشه و ساقه زرشک استفاده کنند .
 - ۱۰) آنهائیکه مبتلا به ورم طحال هستند می توانند برای معالجه از این گیاه کمک بگیرند .
 - ۱۱) واریس را درمان می کند .
 - ۱۲) برای معالجه بواسیر نافع است .
 - ۱۳) برای برطرف کردن سوزش ادرار مفید است .
 - ۱۴) فشار خون را پائین می آورد
 - ۱۵) برای شست و شوی چشم می توانید از جوشانده ریشه و ساقه و زرشک استفاده کنید .
- خواص برگ زرشک
- ۱- آب آوردگی بدن را برطرف می کند .
 - ۲- اسهال های مزمن را درمان می کند .
 - ۳- برگ زرشک دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد بنابراین در درمان بیماری اسکوربوت اثر مفید درد .
 - ۴- جویدن برگ زرشک باعث محکم شدن لثه و دندان می شود .
 - ۵- در موقع آرتزین و گلو درد ، دم کرده برگ زرشک را غرغره کنید .
- مرجع: کتب طب سنتی

گزنه (انجره)

طریقه مصرف:

خوردنی و در مواردی به صورت مالیدنی به مصرف میرسد.

توضیحات:

گزنه Nettle

نام علمی Urtica dioica

کلیات گیاه شناسی

گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته اند .

جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیماری دستگاه تنفسی بکار می برده است

گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می‌رود. این گیاه در خرابه‌ها باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می‌کنند بحالت خودرو می‌روی ریشه این گیاه خزننده بوده و در ناحیه‌ای که سبز می‌شود کم کم تمام منطقه را فرا می‌گیرد.

ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می‌چسبد و پوست را می‌گزد که تولید خارش و سوزش می‌کند و شاید بهمین دلیل آنرا گزنه نامیده‌اند.

تخم آن نرم، ریز و تیره‌رنگ و مانند تخم کتان است قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه، ریشه شیر و دانه آن است. خواص دارویی:

گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می‌کند، حتی در بعضی از موارد موی سر دوباره می‌روید. برای استفاده از این خاصیت ۶ گرم سرشاخه‌ها و برگها و ریشه گزنه را بتنهایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد. شبها مقدری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید.

۲) برای براق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید. بدین منظور یک قاشق چایخوری برگ گزنه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیمساعت بگذارید بماند. ماساژ دادن با این چای، شوره سر را برطرف می‌کند.

۳) دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند

۴) ادرار را زیاد می‌کند

۵) برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید

۶) ترشح شیر را در زنان شیرده زیاد می‌کند

۷) اخلاط خونی را برطرف می‌کند

۸) بیماریهای پوستی را برطرف می‌کند

۹) برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید

۱۰) در درمان کم خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می‌کند

۱۱) اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می‌کند

۱۲) گزنه عرق آور است

۱۳) پاک کننده اخلاط سینه، ریه و معده است

۱۴) نیروی جنسی را تقویت می‌کند

۱۵) گرفتگی های کبدی را رفع می‌کند

۱۶) برای از بین بردن زگیل، ضمد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید.

۱۷) برای پاک کردن مثنه، رفع عفونت مثنه و دفع سنگ از مثنه برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید

۱۸) برای التیام زخم‌ها و زخم‌های سرطانی از ضمد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید

۱۹) برای برطرف کردن کهیر از جوشانده گزنه بمقدار سه فنجان در روز بنوشید

۲۰) درد نفرس را کاهش می‌دهد

۲۱) برای برطرف کردن ناراحتی های زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید

۲۲) ناراحتی های کلیه را برطرف می کند

۲۳) ضماد آن درد عضلانی را برطرف می کند

۲۴) کرم معده و روده را می کشد

۲۵) درمان کننده بواسیر است

۲۶) برای برطرف کردن درد رماتیسم ، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید .

مرجع: کتب طب سنتی

انزروت (عنزروت)

طریقه مصرف:

هم در سرمه به کار میرود و هم برای سرما خوردگی خورده میشود.

توضیحات:

همراه با مروارید و مرجان سوخته و قند به اندازه مساوی برای سفید شدن چشم و نیز مریز برای این بیماری و خرابی چشم مفید

است . یک درهم ، بلغم و صفرا را و خلطهای نارس را بیرون میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

انیسون (بادیان رومی)

طریقه مصرف:

خوردنی است

توضیحات:

برای بیماری سبل (ورم خون قرنیه) کهنه مفید است و ادامه خوردن آن بادها را بتحلیل میرسد، ادرار آور ، موجب قاعدگی و عرق

آور است و برای حرارت دست و پا و باز کردن گرفتگی های کبد سودمند میباشد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

هلیله زرد

طریقه مصرف:

هم خوراکی و هم برای سرمه چشم به کار میرود

توضیحات:

اگر سرمه شود برای اشک ریزی چشم مفید است و اگر یک در هم از را با قند بخورند معده و قلب را تقویت میکند

مرجع: کتب طب سنتی

ایرسا (سوسن آسمان گونی زنبق آبی)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

برای تنگی نفس و روبا (نوعی تنگی نفس که در حالت ایستادن پیدا میشود مفید است)

مرجع: کتب طب سنتی

بز کوهی (ایل)

طریقه مصرف:

از شاخش استفاده میشود

توضیحات:

بخور شاخش برای راندن حشرات و سوخته آن برای زخم معده و خون آمدن از سینه ، اسهال و قرحه های چشم و اشک ریزی

چشم ، خارش ، جرب و شب کوری به صورت خوراکی و سرمه مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

باد زهر معدنی

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

برای زدودن خفقان همراه با عرق بید مشک مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

بارزد

اگر بارزد را در گلاب بر روی آتش خل کرده و غلیظ کنند و بر پارچه ای ابریشمی بمالند و بروی پشت گذارند و صبر کنند تا

خود را ول کند برای دردهای پشت مفید است و نیز اگر آن را بر عانه ببندند برای دردهای رحم مفید است و نیز خاصیت گوشت

آوری دارد

توضیحات:

برای دردهای پشت و رحم و برای گوشت تازه آوردن

مرجع: کتب طب سنتی

باشق

طریقه مصرف:

مالیدنی

توضیحات:

باشق نام پرنده ای است که فضله اش برای درمان لک و پیسی مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

باقالا (باقالی)

طریقه مصرف:

تازه و خشک شده آن را پخته و مصرف میکنند.

توضیحات:

اگر پوست برونی و برگ آن را بر سوختگی از آتش گذارند برای درمان سوختگی مفید است و نیز ارد پوست بیرونی باقالا را با سکنجبین مخلوط میکنند برای درمان ورم پستان تجویز میشود.

خوردن باقالا معده را دباغی میکند اما زیاد خوردن آن باعث خرفی (احمق شدن) میشود!

مرجع: کتب طب سنتی

بالنگ (بالنگو، بالنجو)

طریقه مصرف:

خوراکی است و مربای آن بسیار خوشمزه میباشد.

توضیحات:

رفع خونریزی لثه، تقویت کبد، خنک کننده و آرام بخش، رفع یبوست معده

همراه با گلاب برای اسهال خونی و نیز اسهال های روده ای سودمند است

مرجع: کتب طب سنتی

بخوراکراد

طریقه مصرف:

نوعی بخور است

توضیحات:

تنگی نفس و دردهای سینه را آرام میزداید و درد سر را آرام میکند و برای بیماریهای سردمفید است.

مرجع: کتب طب سنتی

برطانی (بستان افروز)

طریقه مصرف:

وارد نشده

توضیحات:

برای التیام زخمها هرچند که کهنه باشد مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

بومادران (برنجاسف، قیصوم) یا Achillea millefolium

طریقه مصرف:

خوراکی می‌باشد که به صورت جوشانده به مصرف میرسد و به طرق دیگر هم مصرف میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

نام علمی این گیاه *Achillea millefolium* میباشد این گیاه را علف هزار برگ هم می‌نامند. این گیاه معطر دارای اسانس، اینولین و کمی تانن است و در کشورهای اروپایی به عنوان دارو برای قطع تب استفاده می‌شود.

این گیاه بطور خاص تب پُر است. ضماد آن جهت درد سینه مفید است. بُخور و جوشانده آن برای درمان زکام مفید است، پس در زمان سرماخوردگی بسیار مفید است.

ادرار را زیاد می‌کند، در نتیجه برای سنگ‌های کلیه مفید است.

باد شکن است.

ماساژ دادن محل درد با روغن بومادران یا گذاشتن سوخته آن بر روی محل زخم، موجب تسکین درد و جلوگیری از خونریزی می‌شود.

در قدیم ضماد بومادران یعنی برگ‌های تازه آن را که با روغن ترمس (باقلاوی مصری) مخلوط بوده، بر روی محل کچلی یا روی صورت مردان جوان برای رویش مو قرار می‌دادند.

جوشانده سرشاخه گلدار آن برای رفع دردهای قاعدگی مفید است.

ضماد بومادران برای درد سینه و انواع سردرد استفاده می‌شود.

خوردن آن باعسل انواع کرمهای معده را بیرون میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

بسباسه (پوست داخلی بلوط)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

همراه با مورد و کرسنه و سرکه بدن را نرم کرده، عرق بدبو را قطع مینماید و بوی زیر بغل را میزداید.

مرجع: کتب طب سنتی

فندق (بندق)

طریقه مصرف:

خوراکی

در برخی موارد به صورت ضماد

همچنین روغن آن در بسیاری از موارد مفید میباشد.

توضیحات:

فندق Hazelnut

نام علمی *Corylus avellana*

گیاه شناسی

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریباً دو متر که در نواحی مساعد تا ارتفاع ۶ متر نیز می رسد .

درخت فندق بومی اروپا و آسیای صغیر است

برگهای درخت فندق پهن و نوک تیز با دو ردیف دندانه ، برنگ سبز و یا دمبرگی بطول تقریباً یک سانتیمتر می باشد فندق دارای دو نوع گل نر و ماده است که بصورت سنبله آویخته در پائیز ظاهر می شود .

فندق گرد ۲/۵-۱/۵ سانتیمتر است . دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می گردد.

خواص دارویی:

فندق از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برگ و شکوفه گل و پ و ست آن (مخصوصاً پوست ریشه آن) قابض است (۱)فندق بدلیل اینکه دارای مقدر کمی مواد نشاسته ای است ضمناً دارای مواد معدنی زیادی مانند کلسیم پتاسیم ، فسفر منیزیوم

سدیم و آهن می باشد غذای بسیار خوبی بای مبتلایان به بیماری قند است

(۲)فندق غذای مناسبی برای تقویت بدن و مخصوصاً دوره نقاهت است .

(۳)فندق مقوی روده ها و معده است .

(۴)فندق سموم را از بدن خارج می سازد

(۵)فندق فشار خون را بالا می برد

(۶)خانم هائیکه در بین دو عادت ماهانه خونریزی دارند برای درمان آن باید جوشانده پوست فندق بخورند .

(۷)روغن فندق برای از بین بردن سرفه و درد سینه مفید است .

(۸)روغن فندق برای کبد نافع است

(۹)برای جلوگیری از ریزش مو پوست فندق رابسوزانید و خاکستر آنرا با پیه مخلوط کرده و قسمت هایی را که مو ریخته با آن ماساژ دهید .

(۱۰)فندق بو داده مخلوط انیسون برای سوزش مجرای ادرار و تقویت نیروی جنسی مفید است

(۱۱)آنهائیکه کارهای فکری می کنند باید فندق بخورند زیرا بدلیل داشتن فسفر زیاد مغز را تقویت می کند.

در احادیث وارد شده که گذاردن فندق در اطراف خانه از گزند عقرب جلوگیری میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

بهمن

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اگر هر روز صبح مقداری از آنرا با شربت سیب بخورند بانه راتقویت میکند

مرجع: کتب طب سنتی

جعفری

طریقه مصرف:

جعفری یک نوع سبزی محسوب میشود اما ریشه و تخم آن هم خاصیت درمانی دارد که در زیر خواهد آمد.

توضیحات:

جعفری Parslery

نام علمی Petroselinum sativum

گیاه شناسی

جعفری گیاهی است علفی، دوساله و معطر که ارتفاع آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن برنگ سبز تیره و دارای بریدگیهای لوزی یا مثلث شکل با تقسیمات رفعی است.

گلهای جعفری کوچک برنگ مایل به سبز و بصورت چتریم باشد میوه آن کوچک به درازای ۲ میلیمتر و به قطر یک میلیمتر و دارای بوئی معطر است

خواص داروئی:

خواص تخم جعفری

تخم جعفری از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.

۱) ضد نفخ شکم است.

۲) شریان ها و رگ ها را تمیز می کند.

۳) ادرار آور و قاعده آرو است.

۴) برای درمان تب نوبه بکار می رود.

خواص ریشه جعفری

۱) ریشه جعفری اشتها آور است.

۲) ادرار آور و قاعده آور است.

۳) سنگ کلیه را دفع می کند.

۴) برای درمان اسهال باید ۲۰ گرم ریشه جعفری را در یک لیتر آب دم کرده و تنقیه کنید.

۵) دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس بکار می رود.

۶) برای درمان سرخک مفید است.

خواص برگ و ساقه جعفری

۱- برای رفع لکه ها و جوش های صورت دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید.

۲- برای روشن شدن رنگ پوست مقدری جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح و شب صورت خود را با آن بشوئید بعد از یک هفته پوست صورت شما روشن می شود.

۳- دم کرده جعفری ضد تب است.

۴- دم کرده برگ جعفری برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است.

۵- خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می کند.

۶- بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان جعفری بجوید.

۷- جعفری نفس را خوشبو می کند.

۸- برای درمان ضرب خوردگی و خون مدرگی له شده برگ و ساقه جعفری را روی عضو ضرب دیده بگذارید .
مرجع: کتب طب سنتی

ذرت

طریقه مصرف:

کاکل و ریشه آن به صورت دم کردنی و جوشانده و میوه آن به صورت پخته شده توضیحات:

- ذرت از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .
 - سایر خواص آن عبارتند از :
 - پماد ذرت خشک کننده زخم ها می باشد.
 - ذرت غذای خوبی برای پیشگیری از سرطان است.
 - استفاده مداوم از ذرت از پوسیدگی دندان جلوگیری می کند .
 - روغن ذرت کلسترول خون را پائین می آورد .
 - روغن ذرت برای درمان آگزما و بیماری های پوستی مفید است.
- خواص درمانی کاکل ذرت

کاکل ذرت را قبل از رسیدن کامل میوه یعنی قبل از پژمرده شدن آن می چینند و به سرعت خشک می کنند . کاکل ذرت بعد از خشک شدن رنگ قهوه ای پیدا می کند .

برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت مقدر ۳۰ گرم از آن را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت پنج دقیقه دم کنید .

- کاکل ذرت دارای مقدار زیادی پتاسیم است، به همین دلیل دم کرده آن ادرار آور است و آرام کننده دستگاه ادراری است .

- درد و ناراحتی های دستگاه ادرار را تسکین می دهد .

- سنگ مثانه التهاب و درد مثانه را از بین می برد .

- کاکل ذرت بطور کلی دستگاه ادراری را تمیز می کند .

به غیر از کاکل ذرت از برگ ، ریشه و ساقه بلال نیز استفاده طبی به عمل می آید .

- جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی بینی را بند می آورد.

- برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگ های ذرت استفاده کنید .

- جوشانده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادرار مفید است .

- جوشانده وسط ذرت درد شکم و معده را از بین می برد .

- در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند .

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

روغن بادام: برای بدست آوردن روغن بادام، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می‌کنند و بصورت خمیر در می‌آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می‌کنند. این روغن را فشار اول می‌نامند.

تفاله بادام را که از فشار اول باقیمانده تحت اثر حرارت و مواد شیمیایی قرار داده و روغن فشار دوم را بدست می‌آورند. بدلیل اینکه روغن بادام گران است معمولاً تقلب کرده و آنرا با روغن‌های دیگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می‌فروشند.

همانطور که گفته‌اند اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آب قرار گیرند اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک تولید می‌شود که سمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسته‌ها نباید از آب استفاده کرد.

اسانس بادام تلخ: این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شدن برنگ زرد کم‌رنگ در می‌آید. بوی آن قوی، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است. اسانس بادام تلخ بسهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می‌شود. بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملاً پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگاهداری شود.

شکوفه و گل بادام: گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می‌باشد.

پوست میوه بادام: بصورت جوشانده مصرف می‌شود. طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می‌جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می‌کنند.

برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می‌جوشانند و سپس صاف می‌کنند.

مغز بادام: معمولاً بصورت خشک شده و خام و یا بوداده مصرف می‌شود.

شیر بادام: شیر بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهیه می‌کنند. برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملاً آسیاب کرده که بصورت پودر در آید. سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می‌کنند مایعی مانند شی بدست می‌آید.

نوع دیگر شیر بادام برای کودکان شیر خوار و اطفال بسیار مفید است و می‌تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می‌آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می‌دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می‌آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می‌کنند و بهم می‌زنند تا بشکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می‌زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل بآن اضافه می‌کنند تا کاملاً حل شود. این مایع را از پارچه لمل می‌گذرانند تا مایعی مانند شیر از آن باقی بماند.

البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شیر بادام استفاده کنند احتیاجی به صاف کردن آن نخواهد بود.

طریقه دیگری که آسان تر است بدین صورت می‌باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شیر بدست آید.

توضیحات:

درخت بادام به ۸ متر می‌رسد. درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصاً افغانستان و ایران، سوریه و فلسطین پرورش می‌یافته است.

نامهای فارسی: بادام معمولی، درخت بادام، لوز، بادام آغاجی، درخت بادام شیرین، کهره، ارچین، بایم، چغاله بادام، دیم دار، گواروم بوته

نام انگلیسی: Almond – Sweet almond – Bitter almond

نام علمی: (Amygdalus communis (syn. Prunus communis

خانواده: Rosaceae

درخت بادام بومی منطقه مدیترانه آسیا است. بلندی آن به ۶ تا ۸ متر می‌رسد و برگهای آم ساده، بیضی باریک، نوک تیز، کمی موج دار و گل‌های صورتی رنگ است. بادام دارای دو وارپته اصلی می‌باشد که بادام شیرین و بادام تلخ می‌باشد. بادام حاوی گلیکوزید سیانوژنیک به نام آمیگدالین (Amygladin) است. این گلیکوزید در بادام شیرین به مقدار ناچیز ولی در بادام تلخ در حد سمی و به میزان یک تا ۳.۵ درصد حضور دارد و می‌تواند منشاء مسمومیت دامها و یا انسان واقع شود. هیدرولیز آمیگدالین، یزالدهید (enzaldehyde)، جنتوبیوز (Gentobiose) و اسید سیانیدریک تولید می‌کند. ریشه درخت بادام بسیار قوی است. این درخت می‌تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند. برگهای آن بیضی، باریک، نوک تیز و برنگ سبز می‌باشد. گل‌های آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است. در اوائل بهار شکوفه‌های بادام ظاهر می‌شود. بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد:

۱- بادام شیرین Sweet Almond

۲- بادام تلخ Bitter Almond

میوه درخت بادام بصورت شفت می‌باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجود دارد. در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام Amandon می‌نامند که دارای خواص مخصوص می‌باشد. پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می‌شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می‌شود.

مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است. مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه‌ای رنگی می‌باشد که می‌توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است. مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه‌ای دارد و سهولت از بادام تلخ تشخیص داده می‌شود. از کلیه قسمت‌های درخت بادام شیرین مانند شکوفه، برگ و میوه آن استفاده طبی می‌شود

خواص دارویی:

بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است.

۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد یبوست است مخصوصا از روغن بادام می‌توان رفع یبوست برای بچه‌ها استفاده کرد.
۲) بادام سینه را نرم می‌کند.

۳) شیر بادام برای رفع سرفه، ناراحتی حنجره و تنگی نفخس مفید بوده و خلط آور است.

۴) بادام برای درمان زخم روده‌ها و مثانه و اسهال مفید است.

۵) بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است.

۶) بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می‌کند.

۷) بادام را آسیاب کرده و با غسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است.

۸) چغاله بادام لته و ریشه دندان را تقویت می‌کند.

۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است.

۱۰) شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید .

۱۱) دم کرده پوست قهوه ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسکین درد و التهاب مجاری تنفسی است . (مقدر مصرف ۵ گرم در ۱۰۰ گرم آب)

۱۲) جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است .

۱۳) روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می برد .

۱۴) برای صاف کردن سینه و نرم شدن روده ها و از بین بردن سرفه خشک باید روغن بادام را با شکر و کتیرا مخلوط کرده و بخورید .

۱۵) روغن بادام را با آب گرم مخلوط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه ها خواهد بود . ضمناً این مخلوط سنگ مثانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می کند .

۱۶) برای درمان نقرس و رفع خمیدگی پیران ، مهره های پشت را با روغن بادام چرب کنید .

۱۷) برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است .

۱۸) برگ خشک شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بین می برد .

۱۹) روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم ها و پمادها بکار می رود .

۲۰) برای رفع بیماریهای سینه ، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارید سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از آنرا بفاصله هر سه ساعت بخورید .

۲۱) برای رفع خارش پوست بچه هائیکه که سرخک و مخمک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می دهد .

۲۲) مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می کند .

۲۳) روغن بادام آگزم را رفع می کند .

خواص بادام تلخ

مغز بادام تلخ از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است

۱- بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است .

۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس ، سرفه و ورم ریه مفید است .

۳- بادام تلخ را با عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می کند .

۴- برای رفع درد کلیه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید .

۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است .

۶- برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی های کلیه ، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید .

۷- اگر عادت ماهیانه خانم ها عقب می افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است .

۸- برای از بین بردن لکه های صورت ، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید .

۹- ضماد بادام تلخ برای درمان زخم های کهنه خارش و مخمک بکار میرود .

۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است .

- ۱۱- ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال ، کلیه و دفع کرم روده بکار می رود .
 - ۱۲- دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال ، و دفع کرم روده بکار می رود .
 - ۱۳- روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد .
 - ۱۴- روغن بادام تلخ برای تنگی نفس ، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثانه مفید است .
 - ۱۵- برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید .
 - ۱۶- مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت ، لکه ها و چین و چروک را از بین می برد .
 - ۱۷- روغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می برد .
 - ۱۸- آنهایی که مبتلا به آگزما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به آگزما است استفاده کنند بزودی بهبود می یابند .
 - ۱۹- خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است .
 - ۲۰- روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است .
- مضرات :

بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سنگین و ثقیل الهضم می باشد نباید در خوردن آن افراط کرد و مقدر آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد . بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد

مرجع: کتب طب سنتی

سنبل الطیب (علف گربه)

طریقه مصرف:

خود گیاه را به صورت دم کرده و گرد آنرا میتوانید پیاشید
توضیحات:

سنبل الطیب (علف گربه) Valerian

نام علمی Valeriana Officinalie

سنبل الطیب گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود . این گیاه بصورت وحشی در جنگل های کم درخت ، در حاشیه جویبارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید .

سنبل الطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصل دور تشخیص داده بطرف آن یم رود و در اطراف آن به جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود .

گلهای سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر دارد استفاده می شود .

سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود .

خواص دارویی:

ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر می باشد

- ۱) اثر ضد تشنج دارد
- ۲) در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است
- ۳) ضد اسپاسم و آرام بخش است
- ۴) تب بر است
- ۵) در معالجه صرع اثر مفید دارد
- ۶) بیخوابی را درمان می کند
- ۷) ضد کرم معده و روده است
- ۸) گاز معده را از بین می برد
- ۹) ضد هیجان است
- ۱۰) میگرن را برطرف می کند
- ۱۱) سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند
- ۱۲) برای برطرف کردن دلهره، تشویش و نگرانی مفید است
- ۱۳) در درمان بیماری مالیکولیا اثر مفید دارد
- ۱۴) در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است
- ۱۵) درد معده را برطرف می کند
- ۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد
- ۱۷) تقویت کننده نیروی جنسی است
- ۱۸) ترشح ادرار را زیاد می کند
- ۱۹) درد سینه را برطرف می کند
- ۲۰) استفراغ را برطرف می کند
- ۲۱) دهان را خوشبو می کند
- ۲۲) در معالجه مرض قند موثر است
- ۲۳) گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید التیام یابند .

مرجع: کتب طب سنتی

انبه

طریقه مصرف:

برگ، گل، میوه و هسته آن مصارف خوراکی دارند

توضیحات:

انبه Mango

نام علمی *Mangifera indica*

انبه درختی است زیبا که ارتفاع آن تا ۱۰ متر می رسد . منشا انبه هند و مالزی و برمه می باشد ولی هم اکنون در تمام مناق استوایی و حاره کشت می شود . انبه از ۴۰۰۰ سال پیش وجود داشته است .

برگهای این درخت نیزه ای شکل ، گلهای آن زرد یا قرمز رنگ و بصورت خوشه ای وجود دارد . میوه آن که انبه یا منگو نامیده می شود بیضوی شکل و دارای طعمی مطبوع و شیرین بوده و دارای هسته ای نسبتاً بزرگ است . انبه در اوائل ماه می می رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است .

انبه رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و نارس آن سرد و خشک است . انبه نارس تولید کننده بلغم و سودا در بدن می باشد .

۱) انبه بسیار مقوی بوده و تقویت کننده بدن است .

۲) انبه تقویت کننده قوای جنسی است .

۳) رنگ صورت را درخشان می کند .

۴) دهان را خوشبو می کند .

۵) ادرار آور است .

۶) یبوست را برطرف می کند .

۷) انبه دارای مقدر زیادی اسید گالیک است . بنابراین سیستم هضم را ضد عفونی و تمیز می کند .

۸) انبه تمیز کننده خون می باشد .

۹) خوردن انبه بوی بد بدن را از بین می برد .

۱۰) انبه حرارت بدن را کاهش می دهد و تب را پائین می آورد .

۱۱) برای رفع اسهال مفید است .

۱۲) خوردن انبه ، سردرد ، تنگی نفس و سرفه را از بین می برد .

۱۳) برای درمان بواسیر مفید است .

۱۴) عطش را برطرف می کند .

۱۵) انبه چون گرم است برای گرم مزاجان مناسب نیست و این اشخاص باید آنرا با سکنجبین بخورند .

خواص مغز هسته انبه

انبه دارای هسته بزرگی است که در وسط آن مغز آن قرار دارد که بجای مغز بادام می توان از آن در شیرینی جات استفاده کرد .

مغز هسته انبه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .

۱- خوردن مغز هسته اسهال را برطرف می کند .

۲- برای معالجه سرماخوردگی مصرف می شود .

۳- سرفه های سخت را درمان می کند .

۴- درمان کننده بواسیر خونی است .

۵- خانم هائیکه دچار خونریزی از رحم می باشند و یا بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند برای رفع آن باید از مغز انبه استفاده کنند .

۶- مغز هسته انبه گرم کش و ضد اسهال است .

۷- برای تسکین آسم و تنگی نفس مفید است .

۸- ضد استفراغ است .

دیگر خواص درخت انبه

۱. گل انبه سرد و خشک است و اسهال را رفع می کند .
 ۲. اگر شکوفه درخت انبه را خشک کرده و هر روز حدود ۳ گرم آنرا با ۱۰ گرم شکر بخورند سرعت انزال را معالجه می کند .
 ۳. صمغ درخت انبه را با روغن و آبلیمو مخلوط کنید برای ناراحتی های پوست مفید است .
 ۴. برای برطرف کردن ریزش مو ، آب برگهای درخت انبه را روی سر بمالید .
 ۵. برای تقویت دندان و لثه دم کرده برگ درخت انبه را مضمضه کنید .
- مضرات :
- هضم انبه برای بعضی از افراد سخت است و ممکن است ایجاد خارش و دمل نماید .
- اگر خون انبه ایجاد نفخ بکند باید آنرا با زنجبیل خورد .
- مرجع: کتب طب سنتی

بابونه

طریقه مصرف:

دم کرده آن مصرف میشود و بخور آن برای پوست مفید میباشد
توضیحات:

بابونه Chamomile

نام علمی Chamaemelum nobile

بابونه گیاهی است دائمی و کوچک بارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنیده می روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است . گلهای آن مجتمع در یک طبق که بطور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود . در هر طبق گلهای سفید در اطراف و گلهای زرد در قسمت وسط قرار دارند .

خواص دارویی:

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ بحساب می آید .
جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد .

(۱) یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه باآسانی این مرض را درمان می کند و آنهاییکه سالهاست با این مرض دست بگریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر **Lozac** و **Zantac** و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه خرج داروی خود را پس انداز کنند و همچنین سلامتی خود را باز یابند .

برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یکربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را بمدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده بکلی شفا یابد .

(۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت میکند .

(۳) بابونه مقوی مغز است .

(۴) بابونه ادرار آور و قاعده آور است .

- (۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد .
- (۶) درمان کننده سردرد و میگرن است .
- (۷) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند .
- (۸) اگر کسی قطره قطره ادرار می کند به او چای بابونه دهید تا درمان شود .
- (۹) بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است .
- (۱۰) برای درمان چشم درد ، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید .
- (۱۱) برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید .
- (۱۲) جویدن بابونه برای التیام زخم های درمان مفید است .
- (۱۳) خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است)
- (۱۴) بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است .
- (۱۵) بابونه تقویت کننده معده است .
- (۱۶) برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چای بابونه بدهید .
- (۱۷) برای رفع بیخوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت ، کافی است ده دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید .
- (۱۸) بابونه درمان کننده بی اشتهاپی است .
- (۱۹) بابونه برای رفع ورم روده موثر است .
- (۲۰) چای بابونه درمان کننده کم خونی است .
- (۲۱) از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید .
- (۲۲) بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است .
- (۲۳) بابونه برای رفع زردی مفید است .
- (۲۴) حمام بابونه اثر نیرو دهنده درد . برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .
- (۲۵) برای تسکین درد ، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل های دردناک بمالید درد را تخفیف می دهد .
- (۲۶) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر آگزما ، کهیر و خارش مفید است .
- (۲۷) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش ، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید .
- (۲۸) اسانس بابونه چون اثر قی آور درد در مورد مسمومیت های غذایی مصرف می شود .
- (۲۹) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید .
- (۳۰) با چای بابونه اگر موهای بلوند را بشوئید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند .
- (۳۱) آنهائیکه یائسه شده اند بهتر است همه روزه چای بابونه بنوشند زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند .
- (۳۲) بابونه ضد آلرژی است .

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

مانند آجیل مصرف میشود

توضیحات:

بادام زمینی Peanut

نام علمی Arachid

بادام زمینی گیاه بومی برزیل بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است. آب و هوای گرم برای کشت این گیاه مناسب می باشد. بادام زمینی گیاهی است یکساله دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن در حدود ۳۰ سانتیمتر می باشد. برگهای آن مرکب از دو زوج برگچه است گلهای آن دو نوع متفاوت برنگ زرد می باشد که پس از تلقیح، دم گل خم شده و به سطح خاک می رسد و سپس بتدریج در خاک فرو رفته و میوه در داخل خاک تشکیل می شود.

میوه بادام زمینی بطول تقریبی ۴ سانتیمتر است و دریا پوسته شکننده برنگ خاکستری مایل به زرد می باشد.

بر روی پوسته یک تاسه برجستگی مشاهده می شود که هر یک محل دانه ها را نشان می دهد.

دانه بادام زمینی تقریباً مانند فندق برنگ سفید مایل به زرد بوده ولی تخم مرغی شکل است. پوسته نازکی دانه را پوشانده که برنگ قرمز قهوه ای است.

بادام زمینی دارای موادی مانند آراشین Arachin، کوناراشین Conarachin، چربی، پروتئین و ویتامین های مختلف است.

خواص دارویی:

بادام زمینی از نظر طب قدیم ایران متعادل است. چون بادام زمینی دری پروتئین می باشد بنابراین از نظر غذایی بسیار مهم است.

۱- برای تقویت ریه و طحال مفید است.

۲- کلسترول خوب خون را بالا می برد.

۳- درد معده را از بین می برد.

۴- نرم کننده سینه است.

۵- سرفه خشک را برطرف می کند.

۶- شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند.

۷- ملین است.

۸- بسیار مقوی است.

۹- برای تقویت قوای دماغی مفید است.

۱۰- به هضم غذا کمک می کند.

مضرات:

بادام زمینی با اینکه غذای بسیار مقوی و خوبی است بعلت اینکه دارای روغن های اشباع شده می باشد کلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائین می شود. بنابراین آنهاییکه دارای بیماری قلبی بوده و یا کلسترول خونشان بالا است باید از خوردن آن خودداری کنند.

اگر کره بادام زمینی میخرید دقت کنید که تازه و از کارخانه مطمئن باشد زیرا در بعضی مواد بادام زمینی و یا کره آن در اثر عدم دقت در تولید، آلوده به قارچ سمی افلاتوکسین Aflatoxin می شود که سرطان زا بوده و باعث سرطان کبد می شود.

مرجع: کتب طب سنتی

بادمجان

طریقه مصرف:

به صورت پخته یا سرخ شده مورد استفاده قرار می‌گیرد.

توضیحات:

بادمجان Eggplant

نام علمی Solanum Melongena

این گیاه که بعبری بادنجان نامیده می‌شود گیاهی است یکساله و دارای ساقه نسبتاً ضخیم و پوشیده از کرک. ارتفاع ساقه آن تا ۷۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن بیضی شکل با نوک باریک و گل‌های آن بنفش رنگ است. میوه این گیاه دراز و باریک و یا گرد، برنگهای بنفش، سیاه، زرد و سفید دیده می‌شود.

بادمجان متعلق به خانواده سیب زمینی است از زمانهای بسیار قدیم در هند کشت می‌شده است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است. چین از قرن نهم هجری شروع به کشت و زرع آن کرد. تجار انگلیسی این گیاه را در قرن هفدهم میلادی از گینه و در انگلستان کردند و آنرا بنام کدوی گینه ای مینامیدند.

بادمجان در تمام مدت سال وجود دارد و در آمریکا، ایالات فلوریدا، تگزاس، لوئیزیانا و نیوجرسی بیشتر محصول بدمجان آمریکا را کشت می‌کنند.

خواص دارویی:

از نظر طب قدیم بادمجان گرم و خیلی خشک است. بادمجان بر خلاف آنچه که عوام اعتقاد دارند که بی بو و خاصیت است دارای خواص زیادی است. مهمترین خاصیت آن کم کالری بودن آن است که غذای بسیار خوبی برای کسانی است که می‌خواهند وزن کم کنند زیرا دارای ویتامین و مواد معدنی نیز می‌باشد.

۱) بادمجان را حتما باید بحالت کاملا رسیده مصرف کرد زیرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائیکه آسم و برونشیت دارند باعث تحریک این بیماریها می‌شود.

۲) بادمجان اثر نرم کننده و مدر درد.

۳) بادمجان بعلت درآ بودن آهن در رفع کم خونی داروی موثری است.

۴) بادمجان را می‌توان برای از بین بردن ورم و التهاب روی عضو ملتهب گذاشت.

۵) دانه بادمجان ایجاد یبوست می‌کند.

۶) ریشه بادمجان و شاخه های خشک شده و برگهای آن اثر بند آورنده خون را دراست و قابض بوده و می‌توان در آن برای درمان احتلام بانه و انواع خونریزیها استفاده کرد.

۷) بادمجان پادزهر خوبی برای مسمومیت های حاصل از خوردن قارچ سمی است.

۸) خوردن بادمجان گرفتگی رگها را باز می‌کند و شخص را از خطر سکته قلبی محفوظ می‌درد.

۹) بادمجان برطرف کننده یبوست است.

۱۰) برگها و پوست سیاه بادمجان را اگر بجوشانند این جوشانده درمان اسهال خونی است.

۱۱) جوشانده ریشه بادمجان درمان بیماری آسم است.

۱۲) بادمجان مقوی معده است .

۱۳) آب زردرنگی که در موقع نمک زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج می شود برای خشک کردن عرق دست و پا بهترین دارو است و اشخاصی که دست و پایشان مرتب عرق می کند باید دست و پای خود را با آن چند بار در روز بشویند تا از شر این مرض آسوده شوند.

۱۴) اگر بادمجان را بسوزانند و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنند و به زگیل بمالند زگیل کنده خواهد شد .

۱۵) از بادمجان می توان به عنوان مسکن برای تسکین در استخوان شکسته و ضرب خورده استفاده کرد بدین طریق که باید بادمجان را در فر بگذارید که نیم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگیرید و بعد بمقدر نصف این مقدر آب به آن شکر قهوه ای اضافه کنید آنرا هم بزیند و بنوشید

۱۶) با تحقیقاتی که جدیداً روی موشهای آزمایشگاهی انجام شده نتیجه گرفته اند که بادمجان دارای یک ماده ضد تشنج است که در درمان بیماری صرع اثر بسیار خوبی درد . بنابراین اشخاصی که تشنج دارند و یا مبتلا به این بیماری می باشند بهتر است که از بادمجان استفاده کنند.

بهترین طریقه پخت بادمجان آب پز کردن و یا پختن در فر است زیرا سرخ شده آن سنگین شده و برای معده های ضعیف مناسب نیست .

مضرات :

بادمجان با همه خواصی که گفته شد نباید مورد استفاده اشخاصیکه بواسیر و یا درد چشم دارند قرار گیرد زیرا بیماری آنها را تشدید می کند . اینگونه اشخاص اگر می خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرا با گوشت و روغن و یا سرکه بپزند و بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

فلوس (خرنوب هندی)

طریقه مصرف:

به صورت جوشانده مصرف میشود.

و در برخی مناطق از مربای آن هم استفاده میکنند که شیوه ساختن آن در ذیل خواهد آمد
توضیحات:

فلوس Cassia

نام علمی Cassia Fistula

کلیات گیاه شناسی

فلوس درختی است به ارتفاع ۱۰-۱۵ متر که به حالت خودرو در بستر نقاط گرمسیر دنیا مانند آفریقا ، هند و جنوب می روید . فلوس در بعضی از نواحی ایران به نام خرنوب هندی و خیار شنبر نیز معروف است .

میوه فلوس به طول ۳۰ تا ۵۰ سانتیمتر و به قطر ۲-۳ سانتیمتر است . اگر فلوس در قسمت طول آن شکافته شود تیغه های متعدد در آن دیده می شود که فلوس را به خانه های متعدد گاهی تا ۱۰۰ خانه تقسیم می کند

در داخل این خانه ها مایع چسبنده تیره رنگی وجود دارد که عسل خیار شنبر نامیده می شود . طعم این مایع کمی شیرین ولی نامطبوع است . برای استفاده از فلوس غلاف آنرا کمی روی آتش گرم می کنند تا عسل خارج شود . معمولاً این عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده می شود، البته می توان مغز فلوس را با قند یا شکر مخلوط کرده و در درجه حرارت

معتدلی پخت که به آن فلوس پخته می گویند .

صور دارویی فلوس

جوشانده فلوس : ۱۰ گرم عسل فلوس را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و آنرا صاف می کنند و به مریض می دهند . این جوشانده مسهل خوبی است . مقدر عسل فلوس را می تواند مورد بیوستهای سخت تا ۶۰ گرم نی افزایش داد . البته برای بهتر کردن طعم آن می توان مقدری شربت گیلاس یا انجیر به آن اضافه کرد .

مربای فلوس ۵ گرم عسل فلوس را با همان مقدر آب مقطر مخلوط کرده و سپس مقدر ۱۲۵ گرم قند کوبیده را به آن اضافه کنید بعد آنرا حرارت دهید تا به آرامی آب آن بخار شود و وزن آن به ۱۰۰ گرم برسد و غلیظ شود . این مربا نیز مسهل بسیار خوبی است مقدر مصرف آن ۵۰-۱۰۰ گرم در روز است .

خواص دارویی:

فلوس از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است

۱) یکی از بهترین داروها برای رفع یبوست می باشد زیرا مصرف آن عوارضی ندارد بنابراین حتی برای زنان حامله و اطفال مناسب نیست

۲) برای درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع دردبمالید

۳) برای کلیه ها مفید است مخصوصا آنهایی که کلیه شان سنگ ساز است درصورت استفاده از آن مبتلا به سنگ کلیه نمی شوند

۴) جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خونی را رفع می کند

۵) نرم کننده سینه است

۶) برای باز کردن گرفتگی روده و دل پیچه ، فلوس را مخلوط با ریشه ختمی بکار برید .

۷) برای معالجه دیفتری ، فلوس را با آب گشنیز مخلوط کرده و به بیمار بدهید تا غرغره کند .

مرجع: کتب طب سنتی

دارچین

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده همراه با چای مصرف میشود و در ساختن بسیاری از داروهای گیاهی کاربردهای مهمی دارد.

توضیحات:

دارچین Cinnamon

نام علمی Cinnamomum zelanicum

کلیات گیاه شناسی

دارچین از قدیم در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است .

اسم دارچین Cinnamon از کلمه عربی Kinnamon مشتق شده و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است .

دارچین پوست درختی است که تا ۱۰ متر ریشه می کند برگ این درخت سبز سیر و دارای گلهای برنگ سفید می باشد . پوست این درخت را کنده و معمولاً پودر می کنند و در غذا یا بعنوان چای از آن استفاده می کنند .

خواص دارویی:

دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می‌دارد .

دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می‌رود کلیه را گرم می‌کند و ضعف کمر و پاها را از بین می‌برد و کم‌خونی را درمان می‌کند .

دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیداً در آمریکای شمالی و کانادا کرم‌هایی بازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می‌رود .

حتماً تا بحال متوجه شده‌اید که بعد از خوردن یک دونه دارچین در همه چیز را زیبا می‌بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام‌کننده و شادکننده درد و از بسیاری از داروهای آرام‌بخش بهتر است . و در حقیقت می‌توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده‌ای است بنام **Cinnamodehyde** که روی حیوانات و انسان اثر آرام‌بخش دارد .

اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می‌باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول درآورده‌اند که بعنوان تب‌بر بکار می‌رود . دارچین رگها را باز می‌کند و اثر خوبی در گردش خون دارد .

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می‌توان گفت که اثر پنی‌سیلین و آنتی‌بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده‌اید و ممکن است مریض شوید چای دارچین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده‌اید یا ضعف شدید دارید چای دارچین بهترین دارو است .

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می‌کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتماً از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی دارد . حتی اگر چای معمولی می‌نوشید آنرا با یک قطعه پوست دارچین بهم بزنید که طعم آنرا بهتر کند و میتوانید برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت داروئی دارچین بهره‌برید مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد .

بی‌دلیل نیست که در گذشته سلمانی‌ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می‌دادند!

ما هم مصرف آن را به شما توصیه می‌کنیم

مرجع: کتب طب سنتی

گل‌گاوزبان (کاو زبان)

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده مصرف میشود و برخی مقداری فندق هم با آن مصرف میکنند.

توضیحات:

گاوزبان **Borage**

نام علمی **Borage officinalis**

گیاه‌شناسی

گاوزبان گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد ساقه آن شیار دار و خاردار می‌باشد . برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است . گل‌های آن برنگ آبی ، سفید و بنفش می‌باشد .

گاوزبان احتمالاً از شمال آفریقا بنواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه ، نواحی شمال آفریقا و قسمت‌هایی از خاورمیانه می‌روید . گل ، برگ و سرشاخه‌های گلدار آن بمصرف داروئی می‌رسد .

خواص داروئی:

گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است

۱) گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است

۲) آرام کننده اعصاب است

۳) عرق آور است

۴) ادرار آور است

۵) کلیه ها را تقویت می کند

۶) سرماخوردگی را برطرف می کند

۷) برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید

۸) در درمان برونشیت موثر است

۹) بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند

۱۰) التهاب و ورم کلیه را درمان می کند

۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است

۱۲) ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است

۱۳) برگهای گاوزبان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید

۱۴) برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند .

مرجع: کتب طب سنتی

هویج

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف به مصرف میرسد که در ادامه خواهد آمد.

توضیحات:

هویج Carrot

نام علمی Daucus carota

گیاه شناسی

هویج گیاهی است دو ساله دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود .

قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است .

خواص داروئی:

در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را در می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای

مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملاً غلط است و بیماران قند می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند . هویج با داشتن

مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد . خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای

عفونی بالا می برد

مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های

مقاوم، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی درد

از هویج می توان در مورد زیر استفاده کرد

۱) برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید

۲) سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند: ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملا هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید .

۳) تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور درد

۴) برگ هویج را با آب بجوشانید این جوشانده را غرغره کنید برای آبه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد

۵) هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید .

۶) آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود .

۷) اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

۸) اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

۹) هویج و بیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد

۱۰) خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است

۱۱) برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا درد

۱۲) خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند

۱۳) برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است

۱۴) در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است

حدود ۷۵۰ گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخار شود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید

۱۵) هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند .

۱۶) برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بان آ اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود .

برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده

- شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود .
- ۱۷) آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند
- ۱۸) اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید
- ۱۹) خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آب هویج پاک کنند
- ۲۰) دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد می کند
- مرجع: کتب طب سنتی

هل

طریقه مصرف:

ادویه خوشبویی است و در غذاها و نوشیدنیها مصرف دارد که در زیر بیشتر به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

هل Cardamom

نام علمی *Elettaria cardamomum*

گیاه شناسی

هل گیاهی است که در مناطق حاره و گرم می روید . وطن آن هندوستان می باشد و حدود ۸۰٪ مصرف هل دنیا از هندوستان صدر می شود

این گیاه پایا و علفی است که ریزوم آن ساقه های هوئی مانند برگ بهم پیچیده گاهی تا ارتفاع ۴ متر خارج می شود یک یا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه های هوئی خارج می شود که دارای گل های کوچک برنگ سفید یا سبز روشن می باشد میوه هل بیضی شکل ، مانند قلب و برنگ زرد یا سبز روشن بطول ۱-۲ سانتیمتر است . دانه های معطر و مطبوعی برنگ قهو های مای به قرمز در آن وجود دارد که به مصرف ادویه و خوشبو کردن مشروبات و غذاها یم رسد

خواص داروئی:

هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) چون هل بشکل قلب می باشد بنابراین تقویت کننده قلب است

۲) بادشکن بوده و گاز معده و روده را خارج می سازد

۳) تقویت کننده بدن است

۴) ادرار آور است

۵) قاعده آور است

۶) مقوی سیستم هضم است

۷) باعث هضم غذا می شود

۸) زخم های دهان را برطرف می کند بدین منظور دم کرده هل را در دهان مضمضه کنید .

۹) خوشبو کننده دهان است

۱۰) برای تسکین گوش درد ، گرد هل را در گوش بریزید

۱۱) برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و تهوع از دم کرده هل استفاده کنید

- ۱۲) اشتها آور است
 - ۱۳) تب را پائین می آورد
 - ۱۴) معالج سرماخوردگی است
 - ۱۵) برای تسکین درد رماتیسم مفید است
 - ۱۶) ترشی معده را برطرف می کند
 - ۱۷) ضد مسمومیت است
 - ۱۸) برای رفع بیماریهای چشم مفید است
- مرجع: کتب طب سنتی

ریحان

طریقه مصرف:

در سبزیجات به کار میرود و در گاهی از اوقات به صورت دم کرده هم کاربرد دارد.

توضیحات:

ریحان Basil

نام علمی Ocimum basilicum

گیاه شناسی

ریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره های دندانه دار می باشد. گلهای آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود. تخم آن سیاه و ریز است. برگ ریحان و سرشاخه های جوان آن بمصرف تغذیه می رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود

خواص دارویی:

چون ریحان بسیار معطر است بنابراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است.

۱) دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است.

۲) دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است.

۳) خوردن ریحان دستگاه هاضمه را تقویت می کند.

۴) نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد.

۵) برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ دهید خارش و درد را برطرف می کند.

۶) جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است.

۷) جوشانده ریحان تب بر است.

۸) دم کرده تخم ریحان مسکن است.

۹) اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است.

- ۱۰) تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است .
- ۱۱) برگ ریحان اثر زیاد کننده شیر دارد و مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند .
- ۱۲) دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود .
- ۱۳) دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .
- ۱۴) برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .
- ۱۵) اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها و داخل خانه نخواهند شد .
- مرجع: کتب طب سنتی

کاهو

طریقه مصرف:

کاهو به طرق مختلف در سالادها و بعضی غذاها مصرف دارد و میتوان آنرا همراه با سکنجبین به علت طعم لذیذ مصرف کرد.
توضیحات:

کاهو **Lettuce**

نام علمی **lactuca sativa**

گیاه شناسی

کاهو یکی از قدیمیترین سبزیجات دنیا است منشاء آن در هندوستان و آسیای مرکزی می باشد . کاهو طبق مدارکی که بدست آمده از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است . کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد بطوریکه از اوائل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است . کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگهای پهن و دراز و سبز روش می باشد و با طعم کمی شیرین . انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود حدود ۱۶ نوع می باشد که در تمام طول سال وجود دارد، روی هم رفته دو دسته کاهو وجود دارد :

۱- کاهوی پرورشی و اهلی که در سالاد استفاده می شود که کاهوی گرد **Head Lettuce** و کاهوی ایرانی **Romano Lettuce** از انواع مهم آن است .

۲- کاهوی وحشی یا کاهوی خودرو

کاهوی ایرانی از نظر مواد غذایی از کاهوی گرد بهتر است . کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد زیرا دارای مقدر زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند .

خواص دارویی:

خواص گیاه کاهو

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است

۱) کاهو تمیز کننده خون است

۲) کاهو بعلت داشتن آهن خونساز است

۳) ضد تورم است

۴) کاهو خواب آور و آرام بخش است

- ۵) کاهو برای ضعف اعصاب مفید است
- ۶) کاهو ملین و ادرار آور است
- ۷) خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است
- ۸) کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند
- ۹) اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند اشتها آور است
- ۱۰) کاهو اثر ضد تشنج دارد
- ۱۱) درد معده را تسکین می دهد
- ۱۲) کاهو قوای جنسی را تقویت می کند
- ۱۳) برای برطرف کردن درد سینه کاهو را بپزید و بخورید
- ۱۴) زنان شیرده اگر می خواهند که شیرشان زیاد شود باید کاهوی پخته بخورند
- ۱۵) ورم غدد لنفاوی را برطرف می کند
- خواص تخم کاهو
- تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است
- ۱- تخم کاهو مخرب و خواب آور است
- ۲- خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند
- ۳- تخم کاهو برای درد سینه مفید است
- ۴- خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهاییکه قطره قطره ادرار می کنند باید تخم کاهو بخورند (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود .
- مرجع: کتب طب سنتی

گل ختمی (ختمی)

طریقه مصرف:

ختمی بنفش را میتوانید در آب به مدت ۵ الی ۶ ساعت خیس کرده سپس آنرا صاف کرده و گلهای آنرا فشار داده تا عصاره آنها هم داخل شربت شود سپس کمی شکر به آن اضافه کرده و از شربت آن استفاده کنید که خاصیت درمانی زیادی دارد و برای رفع حرارت بدن و موارد دیگر موثر میباشد که در کل بهترین و ساده ترین راه برای استفاده از بیشترین خواص ختمی بنفش این راه میباشد.

توضیحات:

ختمی Marshmallow

نام علمی Althaea officinalis

گیاه شناسی

ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است .

گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می باشد پوشیده شده است .

برگهای ختمی دنداندار، پهن و مانند قلب می باشد. گل‌های آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته‌های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود.

ختمی به علت داشتن گل‌های زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه‌ها کاشته می شود. تمام قسمت‌های این گیاه استفاده طبیبی دارد
ختمی چند نوع می باشد:

ختمی بنفش

ختمی سفید

ختمی سیاه

که خواص ختمی بنفش بیشتر میباشد.

خواص دارویی:

ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصاً روده‌ها، ریه‌ها، معده، کلیه‌ها و مثانه موثر است.

خواص گل ختمی

۱) ملین و برطرف کننده یبوست است.

۲) بیماریهای تنفسی را برطرف می کند.

۳) سرفه‌های خشک را از بین می برد.

۴) برای رفع گلودرد جوشاننده گل ختمی را غرغره کنید.

۵) عادت ماهیانه را منظم می کند.

خواص ریشه ختمی

۱) ناراحتی‌های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد.

۲) سرفه‌های خشک را از بین می برد.

۳) تب را پائین می آورد.

۴) اسهال خونی را شفا می بخشد.

۵) ادرار را زیاد می کند.

۶) کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند.

۷) تورم را رفع می کند.

۸) ناراحتی‌های دستگاه ادراری را برطرف می کند.

۹) قند خون را تنظیم می کند.

خواص برگ ختمی

۱- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل‌ها و ورم پستان و روم معده موثر است.

۲- برای التیام شکستگی‌ها، برگ ختمی را بصورت ضماد درآورده و روی محل شکستگی بگذارید.

۳- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است.

۴- ریشه را برطرف می کند.

۵- ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

خاکشیر

طریقه مصرف:

شربت خاکشیر علاوه بر اینکه طعم بسیار خوبی دارد برای رفع عطش نیز میتوان از آن استفاده کرد. از این گیاه به شیوه های دیگر هم میتوان استفاده نمود که در زیر به آن اشاره خواهیم کرد.

توضیحات:

خاکشیر FLixweld

نام علمی *Descurainia sophia*

گیاه شناسی

خاکشیر گیاهی است علفی یکساله یا دو ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر نیز می رسد. پائین گیاه کرک دراز است در حالیکه بالای آن بدون کرک می باشد.

تخم این گیاه که همان خاکشیر است ریز و کمی دراز و معمولاً به دو رنگ وجود دارد یکی از آنها قرمز که دارای طعم کمی تلخ است و دیگری برنگ قرمز تیره می باشد.

خواص دارویی:

خاکشیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است.

۱) التیام دهنده زخم و جراحات است.

۲) جوشانده خاکشیر برای رفع اسهال های ساده و رفع ترشحات زنانگی مفید است.

۳) خاکشیر ادرار آور است.

۴) خاکشیر تب بر است.

۵) برای دفع کرم مفید است.

۶) التهاب کلیه را برطرف می کند.

۷) سرخک و مخملک را دوا می کند.

۸) خاکشیر صدا را باز می کند.

۹) برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید.

۱۰) از گلها و برگهای گیاه می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد.

۱۱) سنگ کلیه را دفع می کند.

۱۲) برای برطرف کردن جوشهای صورت که بعلت خوردن چربی و شیرینی زیاد ایجاد می شود باید جوشانده یک قاشق ترنجبین را

با دو قاشق غذاخوری خاکشیر مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا بمدت دو هفته آنرا میل میل کنید تا جوشها از بین برود.

مرجع: کتب طب سنتی

خیار

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی در میوه‌ها مصرف می‌شود و از آن به شیوه‌های دیگر هم مصرف می‌کنند که در ذیل خواهد آمد :
توضیحات:

خیار Cucumber

نام علمی Cucumis sativus

گیاه شناسی

خیار گیاه بومی هندوستان است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . حدود بیست قرن قبل از میلاد مسیح مصریان قدیم از آن استفاده می‌کرده‌اند .

ایالت فلوریدا مهمترین تولید کننده خیار در آمریکا است و حدود یک سوم خیار کل آمریکا را تولید می‌کند .
خیار گیاهی است علفی و یکساله دارای ساقه خزننده و پوشیده از خارهای نازک و خشن است . برگهای آن بزرگ و دارای زاویه و دندانه دار است . گل‌های آن زرد رنگ که به دو صورت نر و ماده روی یک پایه قرار دارند میوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهای مختلف ممکن است کوچک و یا دراز باشد .

خواص دارویی:

خیار از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و خنک کننده بدن می‌باشد و به هضم غذا کمک می‌کند .

(۱) خیار حل کننده اورات و اسید اوریک است بنابراین مرض نقرس را درمان می‌کند .

(۲) خیار ادرار آور است ..

(۴) خیار خون را تصفیه می‌کند.

(۵) سوپ خیار حبس البول را از بین می‌برد .

(۶) عصاره برگهای له شده خیار ایجاد تهوع می‌کند بنابراین در مسمومیت‌ها و اختلالات دستگاه هاضمه مصرف می‌شود .

(۷) خیار عطش را تسکین می‌دهد .

(۸) خیار ملین است .

(۹) خیار را حلقه حلقه کرده و روی پوست صورت بگذارید چین و چروکهای صورت را از بین یم برد و صورت را جوان می‌کند.

(۱۰) اگر پوست شما چرب است خیار را با آب مقطر بپزید و با این آب صورت خود را شستشو دهید .

مرجع: کتب طب سنتی

لیمو

طریقه مصرف:

آب لیمو را در غذا به عنوان طعم دهنده و چاشنی استفاده می‌کنند و خود لیمو هم مصرف‌هایی دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

لیمو ترش Lemon

نام علمی Citrus limon

گیاه شناسی

خواص دارویی:

لیمو ترش باعث داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است. حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می‌ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید. آب را کاملاً استرلیزه کرده و میکروبهای موجود در آب را از بین می‌برد.

کسانی که می‌خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل با آن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد.

بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می‌کنند. برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یک لیوان بگذارید و روی آن یک لیمو ترش را بریزید و آنرا مدت دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدر زیادی کلسیم است می‌توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیرین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می‌توانید هنوز استفاده کنید.

برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است. یک قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را برطرف خواهد کرد.

برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطره آب لیمو را با یک قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید. برای رفع کم معده و روده باید یک لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یک لیوان آب سرد و یک قاشق عسل مخلوط کرده و بمدت یک ساعت قبل از خواب بنوشید.

برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یک تکه پنبه را آغشته به آب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد.

اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمک است. بدین ترتیب که در مقداری آب لیمو نمک بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه‌ها و جوشها را برطرف می‌کند.

بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسرین و آب لیمو است. آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود بمالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می‌شود. در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آب لیمو ماساژ دهید.

مرجع: کتب طب سنتی

کنجد

طریقه مصرف:

میتوان گفت تمامی بخشهای کنجد خاصیت درمانی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهیم کرد، اگر بخواهید دانه کنجد را به صورت خام مصرف کنید و از مزه بهتر آن لذت ببرید، باید ابتدا آن را تف داده تا رنگ آن طلایی شود سپس استفاده نمایید.

توضیحات:

کنجد Sesame

نام علمی Sesamus indicum

گیاه شناسی

کنجد گیاهی است یکساله با ارتفاع حدود یک متر که قسمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است. برگهای آن بیضی، باریک و نوک تیز است. گلهای آن برنگ سفید و یا قرمز بطور تک تک در کناره برگ‌های قسمت انتهایی ساقه ظاهر می‌شود.

میوه این گیاه بصورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسمت مورد استفاده این گیاه است .

وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید بعد از چین قرار دارند . در ایران نیز مقدری کنجد تولید می شود که بیشتر آن به مصرف تهیه روغن و حلوارده می رسد
خواص دارویی:

از نظر طب قدیم ایران کنجد گرم و تر است . کنجد بسیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر بعنوان جانشین گوشت بکار می رود .

۱) برای چاق شدن و تقویت نیروی جنسی موثر است

۲) برای رفع قولنج کنجد را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید و بمقدر نصف وزن کنجد ، مغز بادام پوست کنده را بآن اضافه کنید آنها را پودر کنید و هر روز بمقدر یک قاشق سوپخوری از آن بخورید .

۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد .

۴) نرم کننده معده و روده است

۵) کره کنجد که در کانادا بنام تاهیتی معروف است و شبیه دره می باشد غذای خوبی برای رشد بچه هاست .

۶) برگ کنجد را اگر به سر بمالید باعث رشد و سیاهی موی سر می شود

۷) دره نرم کننده معده و روده هاست

۸) کنجد فشار خون را کاهش می دهد

۹) کنجد ضد رماتیسم است

۱۰) برای رفع ناراحتی کیسه صفرا مفید است

۱۱) دم کرده برگ کنجد اسهال خونی را برطرف می کند

۱۲) روغن کنجد برای رفع تنگی نفس و سرفه خشک و زخم ریه مفید است

۱۳) روغن کنجد سوزش ادرار را رفع می کند

۱۴) از روغن کنجد بجای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید

۱۵) کنجد با همه خواصی که دارد برای معده ای ضعیف مناسب نیست زیرا ثقیل الهضم است . اینگونه اشخاص باید آنرا با عسل و سرکه بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

لوبیا

طریقه مصرف:

در برنج و نوع خورشتها مصرف میشود و مصارف دیگر هم دارد که در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

لوبیا Kidney bean

نام علمی Phasaeolous vulgaris

گیاه شناسی

لوبیا گیاهی است از تیره بقولات ، علفی و بالا رونده که بدور درختان و یا گیاهان دیگر می پیچد . برگهای آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوک تیز است که شامل سه برگچه بشکل قلب می باشد .

گل‌های آن سفید مایل به زرد یا بنفش و میوه آن باریک و غلاف مانند است که دانه های لوبیا در آن قرار دارد . از پوست و دانه های لوبیا هنگامیکه لوبیا سبز است استفاده می شود که بنام لوبیای سبز معروف است ولی هنگامیکه پوست غلف سفت می شود دانه های داخل آن بصورت لوبیای خشک که برنگ قرمز یا سفید می باشد مورد استفاده غذایی قرار می گیرد .
خواص دارویی:

لوبیا قرمز از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است و لوبیای سفید معتدل است

۱) ادرار آور است و حجم ادرار را زیاد می کند

۲) درمان کننده بیماریهای دستگاه ادراری است

۳) سنگ کلیه را برطرف می کند

۴) سینه و ریه را نرم می کند

۵) آب را از بدن خارج می سازد

۶) لوبیای سبز مقوی قلب است

۷) نیروی جنسی را تحریک می کند

۸) قاعده آور است

۹) کلسترول خون را پائین می آورد

۱۰) ضد سرطان است

۱۱) برای رفع بیماریهای قلبی مفید است

۱۲) بدلیل داشتن مقدرزیادی الیاف روده ها را تمیز می کند

۱۳) فشار خون را پائین می آورد

۱۴) یبوست را برطرف می کند

۱۵) در استعمال خارجی لوبیا را خمیر کرده و روی زخم های اگرما بگذارید تا آنها را التیام دهد .

مرجع: کتب طب سنتی

مار چوبه

طریقه مصرف:

در غذا مصرف میشود

توضیحات:

Asparagus مارچوبه

نام علمی Asparagus officinalis

گیاه شناسی

مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می رسد و دارای شاخه های نسبتاً چوبی و صاف می باشد .

مارچوبه بصورت وحشی در اکثر نقاط دنیا می‌روید برگهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه‌هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته‌های ۳ تا ۸ تایی خارج می‌شود.

بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه‌ها می‌کارند مارچوبه را در اوائل پائیز می‌چینند. این گیاه از قدیم الایام مورد استفاده بشر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصر نقاشی‌هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می‌دهد.

مارچوبه را می‌توان بصورت مختلف مصرف کرد. باید مارچوبه را با کمی آب و حرارت کم در ظرف‌های ضد زنگ پخت و تقریباً نیمه خام آنرا برداشت. آب مارچوبه را دور نریزید و از آن برای سوپ استفاده کنید زیرا دارای ویتامین و املاح می‌باشد. وقتیکه مارچوبه می‌خرید دقت کنید تازه باشد.

شاخه‌های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نباید باز شده باشد و اگر فلسهای نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است.

خواص دارویی:

از نظر طب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند.

مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است

۱) خوردن آن دید چشم را تقویت می‌کند

۲) برای تقویت نیروی جنسی مفید است

۳) ضعف مثانه را برطرف می‌کند

۴) برای تقویت قلب مفید است

۵) ملین است و یبوست را برطرف می‌کند

۶) تب بر است

۷) مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانی که کم خون هستند باید از آن استفاده کنند.

۸) مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می‌کند

مرجع: کتب طب سنتی

موز

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود که بشیوه‌های مصرف آن در زیر خواهد آمد:

توضیحات:

موز Banana

نام علمی Musa sapientum

گیاه شناسی

موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است. برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می‌رسد. گل‌های آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می‌آید.

موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می شده است. در سال ۱۴۸۲ پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی قاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود.

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند. موز انواع مختلف دارد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی دارد. در کشورهای استوایی معمولاً موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است. موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است. در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین، نوروپین، تفرین، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد. خواص دارویی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تراست و خون را غلیظ می کند. موز انرژی زیادی دارد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد

۱) بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد

۲) موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است

۳) موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند

۴) موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است

۵) موز درمان زخم معده و روده می باشد

۶) گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است

۷) شیره گلکهای موز درمان کننده اسهال خونی است

۸) جوشانده موز اثر قطع خونریزی دارد

۹) ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است

۱۰) ریشه موز دفع کننده کرم معده است

۱۱) موز نفاخ است و زیاد خوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد

۱۲) موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب دارد.

۱۳) برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید

۱۴) موز مدر است

۱۵) موز بعلت دارا بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

مرجع: کتب طب سنتی

نعناع

طریقه مصرف:

علاوه بر سبزیجات در غذا و ... هم از آن استفاده میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد.

توضیحات:

نعناع Peppermint

نام علمی Mentha Piperita

گیاه شناسی

نعناع گیاهی است علفی و چند ساله که علاوه بر ساقه زیر زمینی که گیاه را در خاک مستقر می سازد دارای ساقه هوایی نیز هست .
تز محل گره های ساقه که در تماس با زمین است ریشه های خارج شده که ساقه جدید را درست می کند بنابراین اگر شما فقط
یک ساقه نعناع در باغچه خود بکارید بزودی تمام باغچه شما پر از نعناع می شود .

برگهای نعناع بیضی شکل ، نوک تیز و دندانه دار می باشند . گلهای آن بسته به نوع نعناع ممکن است قرمز ارغوانی یا سفید باشد .
نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گیر بخوبی رشد می کند .

نعناع از قدیم الایام بعنوان یک گیاه معطر و اشتها آور و برای ناراحتی های دستگاه گوارش بکار رفته است بقراط پدر علم طب از
نعناع در نوشته های خود یاد کرده است در قرون وسطی از نعناع در معالجه بیماریها و برای التیام زخم ها و درمان درد گزیدگی
زنبور و سگ هار استفاده می شود

خواص دارویی:

نعناع از نظر طب قدیم ایران نسبتا گرم و خشک است و از نظر خواص دارویی از پونه قوی تر است . از نعناع اسانس ، روغن و تنتور
تهیه می کنند که مصارف طبی مختلفی درد

۱)نعناع باد شکن است و گاز معده و روده را از بین می برد

۲)نعناع تقویت کننده معده و بدن است

۳)نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است

۴)یک فنجان چای گرم نعناع سینه را آرام می کند

۵)نعناع مسکن آرام بخش و قاعده آور است

۶)استفاده از نعناع درد شکم را برطرف می کند

۷)نعناع درمان سرماخوردگی و آنفوانزا می باشد

۸)نعناع ناراحتی های عصبی را برطرف می کند

۹)برای تسکین درد دندان نعناع را در دهان گذاشته و بجوید

۱۰)آشامیدن چای نعناع و یا عصارع نعناع خونریزی سینه را قطع می کند

۱۱)کمپرس نعناع درد سینه و پهلو را از بین می برد

۱۲)نعناع کرم های روده و معده را می کشد

۱۳)برای از بین بردن سکسکه و دل بهم خوردگی و استفراغ نعناع را با انار ترش بخورید

۱۴)نعناع ادرار را زیاد می کند

۱۵)برای رفع قولنج و دردهای روده معده و هضم نشدن غذا چای نعناع بنوشید

۱۶)برای از بین بردن گلو درد چای نعناع غرغره کنید

۱۷)نعناع معرق است بنابراین تب را پائین می آورد

۱۸) در هنگام سرماخوردگی بینی را با چای نعناع بشوئید

۱۹) اگر بدن شما خارش درد مقدر ۲ گرم اسانس نعناع را در ۵۰ گرم وازلین ریخته ، خوب با هم مخلوط کرده و در محل خارش بمالید

اگر از بیماری رماتیسم و آرتروز رنج می برید از روغن نعناع استفاده کنید طرز استفاده از آن به این صورت است که ۲ قطره روغن نعناع را با یک قاشق سوپخوری روغن بادام مخلوط کرده و محل های دردناک را با آن ماساژ دهید .

۲۰) برای رفع سردرد از کمپرس نعناع استفاده کنید بدین ترتیب که ۱۰ قطره روغن نعناع را با یک لیوان آب سرد مخلوط کرده و در یک کاسه بریزید سپس یک پارچه که باندازه پیشانی باشد در آن فرو برده آب اضافی آنرا بگیرید و روی پیشانی و شقیقه ها بگذارید تا سردرد برطرف شود.

۲۱) نعناع بهترین دوست کبد است . کبد را تمیز کرده وص فرا را رقیق می کند و کلسترول خون را پائین می آورد . برای این مورد چای نعناع را قبل از غذا بنوشید

۲۲) نعناع با تمام خواصی که گفته شد اگر زیاد مصرف شود سیستم گوارشی را تحریک می کند اگر شما دو تا سه فنجان چای نعناع در روز بنوشید بهتر است که بعد از دو هفته چند روزی آنرا قطع کرده و دوباره شروع کنید
مرجع: کتب طب سنتی

نخود

طریقه مصرف:

یکی از حبوبات مهم در آش رشته میباشد و خواص درمانی زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد.

توضیحات:

نخود Chickpea

نام علمی Cicer arietinum

گیاه شناسی

نخود گیاهی است یکساله و از خانواده حبوبات که بلندی بوته آن به حدود ۳۰ سانتیمتر می رسد .

ساقه این گیاه پوشیده از تارهای غده ای است . برگهای آن مرکب از ۱۳ تا ۱۷ برگچه کوچک و دندانه دار می باشد . گلهای آن سفید رنگ مایل به قرمز یا آبی بطورتک تک بر روی ساقه قرار دارد . میوه آن بصورت نیام و غلاف آن کوچک متورم و نوک تیز بطول ۲ تا ۳ سانتیمتر است که در آن یک دانه نخود به رنگ نخودی یا سیاه قرار دارد .

نخود یکی از حبوبات مغذی و انرژی زا و پر مصرف است

خواص دارویی:

نخود بعلت دارا بودن اسید های آمینه مختلف ویتامین ها و مواد معدنی غذای بسیار خوبی است .

نخود از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و با همه خواص بیشماری که درد نفاخ و دیر هضم می باشد و نباید در خوردن آن افراط کرد .

۱) نخود کمی ملین است

۲) نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد

۳) نخود کرم کش است

- ۴) برای برطرف کردن درد سینه و ریه بای نخود را با کمی نمک پخت و آب ژله مانند آنرا خورد .
- ۵) روغن نخود برای تقویت مو موثر است شب ها آن را به سر بمالید و صبح مو را بشوئید
- ۶) روغن نخود را اگر به سر بمالید سردرد را شفا می دهد .
- ۷) روغن نخود را بر روی دندانی که درد می کند بمالید درد را برطرف خواهد کرد .
- ۸) روغن نخود را اگر به زیرشکم بمالید برای تقویت نیروی جنسی موثر است
- ۹) افراد گرم مزاج باید نخود را با سکنجبین بخورند تا از نفخ شکم جلوگیری کند
- ۱۰) نخود را می توان برای دفع رسوبات دری و درمان زردی بکار برد
- ۱۱) نخود درمان کننده قولنج های کلیوی است

۱۲) نخود را بصورت در در آورید و روی رخم های چرکین بگذارید آنها را باز کرده و الیتام می دهد

۱۳) یکی از غذاهای مغذی که سرشار از پروتئین های گیاهی ، ویتامین ها و مواد معدنی است هموس می باشد که در کشورهای عربی جزو غذاهای اصلی آنهاست . گیاه خواران هموس را جانشین گوشت می کنند این غذا از نخود پخته و کره کنجد که تاهینی نامیده می شود درست می شود

مرجع: کتب طب سنتی

نارگیل

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد شد

توضیحات:

نارگیل Coconut

نام علمی Cocos nucifera

گیاه شناسی

نارگیل در حدود سه هزار سال پیش در جنوب آسیا کشت می شده است . در حال حاضر درخت نارگیل در تمام مناطق استوایی وجود دارد .

مردم اقیانوس آرام نارگیل را بعنوان یک غذای اصلی مصرف می کنند و از تمام قسمت های این درخت استفاده می برند . ضرب المثلی در این مناطق وجود دارد که می گوید هر کس که درخت نارگیل می کارد برای خودش و برای بچه هایش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست می کند .

نارگیل معمولاً از هندوراس ، پاناما و جمهوری دومینیکن به کانادا وارد می شود . مقدر بسیار کمی نارگیل در فلوریدا تولید می شود که به مصرف داخلی می رسد

نارگیل درختی است که بطور قائم بالا می رود . ارتفاع آن به ۳۰ متر و قطر تنه آن تا یک متر می رسد

برگهای آن دراز و بطول ۴ تا ۵ متر و مرکب از چند برگچه باریک و دراز است . طول برگچه ها حدود یک متر می باشد . رنگ ها سبز روشن است

میوه نارگیل مانند خوشه ، شامل چندین نارگیل با اندازه های مختلف است .

میوه نارگیل کروی شکل است که قسمت خارجی آن ضخیم و سفت و متشکل از الیاف نباتی و داخل آن نیز صاف و سخت می

باشد. در قاعده نارگیل سه سوراخ دیده می شود که چشم های نارگیل نامیده می شود. برای استفاده از مایع داخل نارگیل که شیر نارگیل نامیده می شود این سوراخها را باید با جسم نوک تیزی باز کرد و مایع دارون آنرا بیرون آورد. سپس با چکش آنرا بشکنید و گوشت داخل آن استفاده کنید. البته می توانید بعد از بیرون کشیدن شیر، نارگیل را در داخل فر در درجه حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت بمدت نیمساعت قرار دهید تا نارگیل خود را بشکنند.

درخت نارگیل در هر سال حدود پنجاه عد نارگیل می دهد. نارگیل هنگامیکه نارس است مقدر بیشتری شیر دردولی بتدریج میوه می رسد مقدرشیر آن کمتر می شود.

برای خرید نارگیل همیشه میوه ای را انتخاب کنید که سنگین باشد ضمنا آنرا تکان دهید که صدای شیر داخل آنرا بشنوئید زیرا نارگیل اگر بدون شیر باشد حتما کهنه است و یا اینکه شیرش بیرون آمده و هوا کشیده و خراب شده است. خواص داروئی:

گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر نارگیل کمی گرم و مرطوب است

۱) نارگیل بدلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است

۲) حرارت داخلی بدن را افزایش می دهد

۳) برای خوشبو کردن دهان مفید است

۴) ضعف کبد را درمان می کند

۵) برای برطرف کردن بواسیر مفید است

۶) ادرار را زیاد می کند

۷) درد مثانه را رفع می کند

۸) زخم های بدن را مداوا می کند

۹) کرم معده و روده، مخصوصا کرم کدو را از بین می برد

۱۰) برای تقویت دستگاه هاضمه مفید است

۱۱) ریشه درخت نارگیل ضد تب و ادرار آور است

۱۲) ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی های کبدی مانند یرقان مفید است

۱۳) دم کرده ریشه درخت نارگیل برای معالجه اسهال خونی مفید است

۱۴) برای دفع سنگ کلیه شیر نارگیل را با برگ سنا مخلوط کرده و بنوشید

خواص شیر نارگیل

۱- شیر نارگیل هم ملین و هم ضد اسهال است

۲- برای رفع اسهال خونی مفید است

۳- برای برطرف کردن آب آوردگی بدن از شیر نارگیل استفاده کنید

۴- شیر نارگیل ضد سم است

۵- برای پائین آوردن تب مفید است

۶- برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است

خواص روغن گوشت نارگیل

روغن نارگیل از تقطیر گوشت سفید نارگیل بدست می آید

- ۱- برای معالجه بیماریهای پوستی بکار می رود
 - ۲- حافظه و هوش را تقویت می کند
 - ۳- درد مثانه را رفع می کند
 - ۴- کرم کدو و کرمهای دیگر روده را دفع می کند
 - ۵- در درمان کمر درد موثر است
 - ۶- معالج بواسیر است
 - ۷- محرک نیروی جنسی است
- مرجع: کتب طب سنتی

اسطوخودوس

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف مصرف میشود از جمله به صورت دم کرده که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

اسطوخودوس (لاواندر) Lavander

نام علمی Lavandula

گیاه شناسی

اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا بحالت خود می روید مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدر زیاد وجود دارد و بسته به شرایط محیط و خاک به انواع مختلفی ظاهر می شود .
اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگهای متقابل ، باریک ، دراز سبز رنگ و پوشیده از کرکهای سفید پنبه ای . گلهای آن برنگ بنفش و بصورت سنبله می باشد .
قسمت مورد استفاده این گیاه ، گلها و سرشاخه های گلدار آن است . اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی درد . طعم آن تلخ است و بعلت بوی مطبوع آن در عطر سازی مصرف می شود .
اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه های گلدار این گیاه بدست می آید مایعی است زردرنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است .
خواص دارویی:

اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

- ۱) برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .
- ۲) گرفتگی ها را باز می کند .
- ۳) مقوی معده است .
- ۴) ادرار آور می باشد .
- ۵) معرق است و تب را پائین می آورد .
- ۶) صفرا بر بوده و کبد را بکار می اندازد و بیماری های کبدی را برطرف می کند .

- (۷) ضد تشنج است .
- (۸) برای تقویت عمومی بدن خوب است .
- (۹) کرم های معده و روده را از بین می برد .
- (۱۰) بیماری های سینه و سرفه را برطرف می کند .
- (۱۱) در معالجه زکام موثر است .
- (۱۲) از آن می توان بعنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد .
- (۱۳) برای رفع بیماریهای مجاری و ادرار مفید است .
- (۱۴) برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ۵ گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید .
- (۱۵) برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم کرده اسطوخودوس استفاده کنید .
- (۱۶) برای رفع بیخوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آنرا داخل بالش خود قرار دهید خواب مطبوعی برای شما می آورد .
- (۱۷) برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم کرده اسطوخودوس بنوشید .
- (۱۸) اگر دست و پای شما خواب می رود از این گیاه استفاده کنید .
- (۱۹) برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم کرده اسطوخودوس بنوشید .
- (۲۰) زردی را برطرف می کند .
- (۲۱) برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است .
- (۲۲) سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می کند .
- (۲۳) برای معالجه ضعف اعصاب مفید است .
- (۲۴) تپش قلب را از بین می برد .
- (۲۵) آسم را برطرف می کند .
- (۲۶) برای رفع ترشحات زنانه می توانید از این گیاه استفاده کنید .
- (۲۷) برای برطرف کرده سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم گرم ریخته و یا یک فنجان از دم کرده آن را بنوشید .
- (۲۸) اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم ، آرتروز و نقرس است . برای این منظور کمپرس آنرا بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ۲ قطره روغن آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید .
- (۲۹) زخم های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده اید برطرف کنید .
- (۳۰) برای درمان بیماریهای ریوی ۲ تا ۳ قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید .
- (۳۱) مالیدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفونی کرده و التیام می بخشد .
- (۳۲) برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می کند .
- (۳۳) برای رفع بیخوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل الطیب مخلوط کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . این دم کرده را یکساعت قبل از رفتن برختخواب میل کنید تا بیخوابی شما

برطرف شود .

مرجع: کتب طب سنتی

پیاز

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود که در زیر به صورت جامع تر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

پیاز Onion

نام علمی Allium cepa

گیاه شناسی

پیاز گیاهی است دو ساله دارای برگهای توخالی و استوانه ای شکل . ساقه پیاز تا ارتفاع یک متر هم می رسد که آنهم استوانه ای و توخالی است . گلهای پیاز برنگ سفید یا بنفش بصورت چتر در انتهای ساقه دیده می شود . پیاز انواع مختلف دارد مانند پیاز سفید پیاز بنفش ، پیاز قرمز و یا مخلوطی از قرمز و بنفش . پیاز در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می شود ولی گفته می شود که منشاء آن از ایران و افغانستان بوده است و از آنجا به دیگر نقاط دنیا راه یافته است .

پیاز از زمانهای ماقبل تاریخ وجود داشته است . مردم مصر از آن در غذاهایشان استفاده می کرده اند .

مخصوصا در مصر پیاز در مراسم مذهبی بکار می رفته و احترام خاصی داشته است . یونانیان و رومیان نیز آنرا می شناخته و مصرف می کرده اند

خواص دارویی:

پیاز از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است که در یک مقاله نمی توان گنجانید .

۱- پیاز ادرار آوری قوی است و خام و پخته آن هر دو این اثر را دارند .

۲- برای رفع گاز معده از تنتور پیاز می توان استفاده کرد . مقدر مصرف آن ۱۰ تا ۱۵ قطره است که باید در آب حل کرده و مصرف نمود .

۳- برای رفع دردهای عصبی شربت پیاز بهترین دارو است شربت پیاز به این صورت تهیه می شود :

۱۰۰ گرم پیاز خام را با ۴۰۰ گرم آب مخلوط کرده و بیزید تاله شود سپس ۴۰۰ گرم قند روی آن بریزید و بگذارید که جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف کنید و در یخچال قرار دهید .

۴- همانطور که گفته شد پیاز دارای انسولین گیاهی است و استفاده از آن قند خون را پائین می آورد . بیماران مبتلا به مرض قند باید حتما هر روزه از آن استفاده کنید .

۵- اگر پیاز را له کنید و در زیر شکم شخصی که مبتلا به احتباس ادراری است قرار دهید ادرار را باز می کند .

۶- پیاز نیم پز برای سوختگی ها نیز موثر است .

۷- پیاز خام محرک قلب است .

۸- پیاز باکتری کش است .

۹- پیاز تقویت کننده و نرم کننده سینه است . برای این منظور پیاز را آب پز کرده و بخورید .

- ۱۰- پیاز سنگ کلیه را خرد می کند .
- ۱۱- پیاز پخته ملین است .
- ۱۲- برای رفع خارش چشم چند قطره آب پیاز را در چشم بچکانید .
- ۱۳- برای درمان سنگینی گوش آب پیاز را در گوش بچکانید .
- ۱۴- ماسک پیاز روی صورت خون را بطرف صورت می کشاند و رنگ صورت را درخشان می کند .
- ۱۵- پیاز چون گرم است برای کسانی که طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشی و سردرد می شود .
- ۱۶- پیاز لته ها را محکم می کند .
- ۱۷- پیاز کلسیم درد دندانها و استخوانها را تقویت می کند و از نرمی استخوان جلوگیری می کند .
- ۱۸- پیاز معالجه عفونتهای مجاری تنفسی از قبیل ورم گلو ، برنشیت ، گریپ و آسم می باشد .
- ۱۹- برای رفع سموم بدن پیاز توصیه می شود .
- ۲۰- برای آنکه پیاز زود هضم شود و آنهایی که معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن استفاده کنند باید موقع پختن پیاز مقداری شکر روی آن بریزید و این عمل هضم پیاز را آسان تر خواهد کرد .
- ۲۱- برای درمان اسهال از پوست پیاز استفاده کنید بدین صورت که پوست پیاز را بشوئید و در مقدری آب به مدت ده دقیقه بجوشانید ، سپس آنرا در داخل دستمالی ریخته و فشار دهید تا شیره آن گرفته شود . بعدا این شیره را با شکر شیرین کنید و روزی چند فنجان از آن را بشوئید تا اسهال کاملا از بین برود .
- ۲۲- اگر پشه یا زنبور شما را گزید فوراً یک پیاز را بریده و روی محل گزیدگی بگذارید درد و خارش فوراً ساکت می شود .
- ۲۳- پیاز ترشی را برای از بین بردن یرقان و تقویت معده و روده و زیاد شدن اشتها مصرف می کنند .
- ۲۴- اگر از بوی پیاز ناراحت می شوید می توانید بعد از خوردن پیاز برای رفع بوی آن باقلا پخته و یا گردوی پخته و یا نان سوخته بخورید .
- ۲۵- تخم پیاز گرم و خشک است و برای ازدیاد نیروی جنسی مصرف می شود .
- ۲۶- اگر از تخم پیاز پمادی درست کنید و روی سر ببندید از ریختن مو جلوگیری می کند .
- ۲۷- حتما شنیده اید که در قدیم برای اینکه کسی از اسرار علمی سر درنیآورد آنها را با مرکب نامرئی می نوشتند و مرکب نامرئی چیزی غیر از آب پیاز نیست .
- ۲۸- در خاتمه برای اینکه بوی پیاز شما را ناراحت نکند و اشک از چشمان شما جاری نشود می توانید پیاز را زیر آب شیر پوست بگیرید یا اینکه پیاز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهید و در آب آنرا پوست بکنید .
- مرجع: کتب طب سنتی

پرتقال

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

پرتقال Orange

نام علمی Citrus sinensis

گیاه شناسی

پرتقال درخت کوچکی است دارای برگهای سبز و گل‌های سفید پوست پرتقال نارنجی رنگ، کمی ناصاف و میوه آن بسته بانواع مختلف شیرین و ترش، زرد رنگ و یا قرمز می باشد.

پرتقال یکی از قدیمی ترین میوه هایی است که بشر از آن استفاده می کرده است و در حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح کنفوسیوس از آن نام برده است.

در حال حاضر بیشتر از ۲۰۰ نوع پرتقال در آمریکا کشت می شود و آمریکا نصف کل محصول پرتقال دنیا را تولید می کند. پرتقال اولیه، کوچک، تلخ و پر از هسته بوده است که در اثر تربیت مهندسی ژنتیکی و همچنین انتخاب نوع بهتر و کود کافی درشت تر و شیرین تر شده است.

پرتقال ابتدا از چین به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافت. خواص دارویی:

موسسه مبارزه با بیماری سرطان آمریکا چندین سال پیش در اثر مطالعات زیاد دریافت که علت اینکه سرطان معده در آمریکا کمتر از نقاط دیگر است این است که مردم آمریکا در تمام مدت سال پرتقال مصرف می کنند. البته شاید علت آن وجود ویتامین C در پرتقال است.

۱) دانشمندان سوئدی کشف کرده اند که خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگیری می کند.

۲) خوردن پرتقال کلسترول را پائین می آورد.

۳) پوست سفید پرتقال و ورقه های نازک بین قسمت های داخل پرتقال بهترین دارو برای کاهش کلسترول خون است.

۴) اسانس پرتقال ضد عفونت های میکروبی است.

۵) پرتقال مقوی معده و ضد گاز معده است.

۶) پرتقال ضد سم، ادرار آور و نرم کننده سینه و ضد استفراغ است.

۷) جوشانده برگهای پرتقال برای شست و شوی ورم ها و کاهش درد مفید است.

۸) خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است.

۹) اسانس پرتقال را برای ضد عفونی کردن بکار می برند.

۱۰) پرتقال خون را تمیز می کند.

۱۱) برای برطرف کرده چین و چروک صورت و شادابی آن قسمت خوراکی پرتقال را روی صورت بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه با آب بشوئید.

۱۲) از پرتقال برای کم کردن وزن می توانید استفاده کنید. طرز استفاده بدین صورت است که یک عدد پرتقال و ۳ عدد لیموترش را پوست کنده و به قطعات کوچک تقسیم کنید بعد آنرا داخل دیگی ریخته و بان نیم لیتر آب اضافه کنید و بمدت ۱۰ دقیقه بجوشانید. سپس سه قاشق عسل به آن اضافه کرده و مجددا بمدت ۵ دقیقه بجوشانید و آنرا صاف کنید. از این شربت ۳ فنجان در روز بنوشید. تا وزن شما بمقدار ایده آل در آید.

۱۳) پرتقال گرچه اسیدی است ولی خاصی قلیایی به بدن می دهد و برای کسانی که گوشت زیاد مصرف می کنند و بدنشان اسیدی شده است مفید است.

۱۴) برای استفاده بیشتر از مواد غذای پرتقال بهتر است که پوست زرد رنگ آنرا بگیریید و با پوست سفید و پره های داخل آن بخورید زیرا در پوست سفید آن مواد معدنی زیادی وجود دارد که اثر اسید موجود در پرتقال را خنثی می کند.

۱۵) خواص گفته شده فقط منحصر به پرتقال رسیده می باشد و آب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر مارکت ها این خواص را ندارند .

مرجع: کتب طب سنتی

رازیانه (بادیان)

طریقه مصرف:

به صورت خشک، دم کرده و جوشانده که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

رازیانه FENNEL

نام علمی *Foeniculum vulgare*

گیاه شناسی

رازیانه گیاهی است معطر ، علفی و دوساله که ارتفاع آن تا ۲ متر می رسد ساقه آن دارای شیارهای هم دریف و موازی می باشد برگهای آن نازک و نخی مانند شوید است گلهای رازیانه زرد و بصورت خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود . میوه رازیانه کوچک و بطول حدود ۸ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر بوده و دارای بوئی معطر و طعمی شیرین می باشد . رازیانه در مناطق مدیترانه ای بخوبی رشد می کند و در ایران در مناطق شمالی کشور در دامنه های کوههای البرز بطور خورد می روید .

رازیانه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ریشه رازیانه گرمتر از بقیه قسمت های گیاه است .

۱) رازیانه اثر زیاد کننده شیر را در زنان شیر ده دارد و بدین منظور می توان از دم کرده رازیانه استفاده کرد .

۲) اشتها آور و مقوی است .

۳) نفخ و گاز معده را از بین می برد .

۴) قاعده آور است .

۵) برگهای رازیانه ادرار آور است .

۶) جوشانده ریشه رازیانه ملین مسهل است .

۷) روغن تخم رازیانه کرم روده را از بین میبرد .

۸) حالت تهوع را بر طرف می کند .

۹) برای برطرف کردن آسم ، سرفه و تنگی نفس از دم کرده تخم رازیانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید .

۱۰) برای رفع اسهال رازیانه را با زیره سبز به نسبت مساوی دم کرده و به مریض بدهید .

۱۱) میتوان از رازیانه داروی ضد نفخ بصورت زیر تهیه کرد :

۵ گرم پودر انیسون و ۵ گرم پودر زیره کرمان ، ۵ گرم پودر تخم گشنیز و ۵ گرم پودر رازیانه را با هم مخلوط کرده در یک لیتر

آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس آنرا صاف کرده و کم کم بنوشید .

۱۲) رازیانه بعلت داشتن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو می اندازد .

۱۳) رازیانه مغز را فعال می کند .

۱۴) ریشه رازیانه دارای کومارین Coumarin می باشد . چون این ماده رقیق کننده خون است بنابراین آنهایی که مبتلا به تصلب

شرائین یا انسداد رگها هستند می توانند از جوشانده ریشه رازیانه استفاده کنند .

(۱۵) دردهای مفاصل را برطرف می کند .

(۱۶) اشتها را زیاد می کند .

(۱۷) برای از بین بردن درد آرتروز روغن رازیانه را در محل درد بمالید .

مرجع: کتب طب سنتی

روناس

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

روناس *Madder*

نام علمی *Rubia Tinctorum*

گیاه شناسی

گیاهی است که به حالت خودرو در مناطق مدیترانه ، در شمال آفریقا و بعضی مناطق آسیا می روید . ساقه این گیاه پوشیده از خارهای ریز می باشد و ارتفاع آن تا حدود دو متر می رسد .

روناس با استفاده از خارهای ریزی که دارد به دیوار و درختان می چسبد و بالا می رود .

برگهای آن بیضی ، نوک تیز و دراز می باشد . گلهای روناس کوچک و به رنگ زرد مایل به سبز می باشد . میوه آن گشوتی و به رنگ تیره است .

ریشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به صورت دراز ، باریک و استوانه ای می باشد . دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می شود .

از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پارچه و نخ استفاده می شده است .

خواص دارویی:

روناس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

(۱) بازکننده گرفتگی ها در بدن است

(۲) ادرار آور است و حبس البول را درمان می کند .

(۳) برای معالجه بیماری فلج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید .

(۴) ترشح شیر را زیاد می کند .

(۵) درد سیاتیک را رفع می کند .

(۶) یبوست های سخت را معالجه می کند .

(۷) اشتها آور است .

(۸) قاعده آور است .

(۹) خارش پوست را برطرف می کند بدین منظور می توان از ضماد استفاده کرد و یا اینکه جوشانده آنرا در وان حمام بریزید و مدتی در آن استراحت کنید .

- ۱۰) اوره خون را پائین می آورد .
 ۱۱) جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند .
 ۱۲) تورم را در بدن از بین می برد .
 ۱۳) از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی استفاده کنید .
 مرجع: کتب طب سنتی

شلغم (لفت)

طریقه مصرف:

در صورتی که معده ضعیف نباشد میتوان آب شلغم خام را خورد اما بیشتر به صورت پخته از آن استفاده میشود :
 توضیحات:

شلغم TURNIP

نام علمی Brassica Napus

گیاه شناسی

شلغم گیاهی است با برگهای ناصاف و بریدگیهای زیاد به رنگ سبز و سفید . ریشه آن غده ای و به شکل های گرد و یا دراز به رنگ سفید با لکه های بنفش می باشد .
 میوه شلغم مانند غلافی باریک و دراز است که در آن چند دانه سیاه وجود دارد . شلغم در هوای سرد بسیار خوب رشد می کند و شاید علت آن باشد که برای درمان بیماریهایی که در فصل سرما زیاد است و بیماریهای تنفسی بکار می رود .
 خواص دارویی:

شلغم از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است

خواص شلغم آنقدر زیاد است که می توان گفت این گیاه برای هر دردی درمان است و اگر مردم می دانستند که این گیاه چقدر فایده درد تمام باغچه های خانه خود را شلغم میکاشتند و هر روزه از آن استفاده می کردند .

۱) شلغم مقوی است

۲) شلغم اشتها آور است

۳) شلغم ضعف جنسی را درمان کرده و اسپرم را زیاد می کند

۴) شلغم سرفه را تسکین می دهد

۵) ترشی شلغم بهترین نوع ترشی است زیرا مقوی معده و روده ها و اشتها آور است

۶) آب شلغم قند خون را پائین می آورد

۷) تخم شلغم را اگر سرخ کرده و بخورید برای ضعف جنسی موثر است

۸) اگر گلو درد دارید آب پخته شلغم را قرقه کنید

۹) خوردن آب شلغم درمان کننده جوش صورت است

۱۰) آنهایی که حافظه ضعیف دارند حتما باید شربت بخورند زیرا ثابت شده است که شلغم حافظه را تقویت می کند

۱۱) شلغم شب کوری را درمان می کند

۱۲) شلغم بعلت داشتن ویتامین B۱ علاج کم خونی است

۱۳) شلغم برای رشد و نمو استخوانها مفید است بنابراین زنان باردار و شیرده حتما باید از آن استفاده کنند .

۱۴) زن حامله ای که در مدت بارداری شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد کرده ، زودتر حرف می زند و حتی زودتر راه می افتد و در مقابل امراض مقاومت بیشتری خواهد داشت .

۱۵) آنهایی که غده تیروئیدشان کم ترشح می کند باید حتما شلغم بخورند زیرا شلغم بعلت داتشن ید فراوان ترشحات غده تیروئید را تنظیم می کند .

۱۶) شلغم مهمترین گیاه ضد سرطان است و حتی گسترش سرطان را متوقف می کند .

۱۷) شلغم درمان بسیاری از بیماریهای پوستی است

۱۸) شلغم پخته بهترین دارو برای برونشیت است

و بالاخره سعی کنید که در فصل زمستان برای پیشگیری از سرماخوردگی و بیماریهای تنفسی اقلا چند بار در هفته شلغم بخورید شلغم پخته بهترین صبحانه است . بدن را تمیز کرده و مواد سمی را از بدن خارج می سازد . همانطور که در بالا گفته شد آب شلغم خام خواص بیشتری از شلغم پخته دارد بشرطی که معده شما را ناراحت نکند .

خواص شلغم از نظر احادیث :

هیچکس نیست مگر آنکه رگی از جذام در او است و شلغم آنرا ذوب میکند و روایت شده که آن را در فصلش بخورید که هر

دردی را از شما میبرد

مرجع: کتب طب سنتی

شنبليله

طریقه مصرف:

گیاه آن در سبزیجات و دانه اش به مصارف داروئی میرسد :

توضیحات:

شنبليله Fenugreek

نام علمی Trigonella gracum

گیاه شناسی

شنبليله سبزی اصلی قورمه سبزی ، غذای مطبوع ایرانی است . این گیاه در نواحی مختلف ایران ، مصرف هند و الجزیره ، ایتالیا و اسپانیا می روید . شنبليله دارای مواد چرب و مواد نشاسته ای ، مواد ازته ، مواد فسفره و مادهای بنام گونل لین می باشد .

خواص داروئی:

یکی از دانشمندان با تحقیقات زیادی که روی شنبليله انجام دارد دریافت که شنبليله در رفع سل استخوانی اطفال بسیار موثر است . شنبليله در طی قرون گذشته در ایران برای بسیاری از بیماریها مصرف می شده است . برای این منظور حتی از دانه شنبليله استفاده شده است و بیماریها سریعا بهبود پیدا می کند .

شنبليله چون دارای مواد فسفره آهن ازته و یاستازهای مختلف می باشد تقویت کننده لوزالمعده نیز می باشد و بنابراین دستگاه هاضمه را بکار انداخته و لاغری های مفرط را از بین می برد .

شنبليله بطور کلی شفا دهنده بیماریهای روحی و جسمی است و حتی اثرات مفیدی در اشخاص مبتلا به مرض قند و سل ریوی و استخوانی دارد . در قدیم شنبليله برای مداوای بیماری قند بکار می رفته است دانه شنبليله با این همه خواص مفید دارای بوی ناپسند

است بنابراین برای استفاده از آن دانه پودر شده آنرا با مواد معطر باید مخلوط نمود که بوی بد آن را تا اندازه ای برطرف کنند .
مرجع: کتب طب سنتی

شوید

طریقه مصرف:

گیاه آن در سبزیجات مصرف میشود و تخم آن خواص زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

شوید Dill

نام علمی *Aniethum graveolens*

گیاه شناسی

شوید گیاهی است یکساله یا دوساله که گاهی ارتفاع آن به یک متر نیز میرسد . ریشه آن راست و مخروطی شکل و سفید است . این گیاه در اکثر نقاط دنا منجمله قسمتهای جنوب اروپا مصر آمریکا و چین پرورش داده می شود . میوه شوید بیضوی مسطح و ب طول ۴ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر است . رنگ آن قهوه ای روشن و در سطح آن برجستگیهایی برنگ زرد و در کناره های آن لبه بال مانندی به رنگ زرد روشن دیده می شود .
خواص دارویی:

تخم شوید اثرات درمانی زیادی دارد منجمله بعنوان ضد تشنج ضد درد، نفخ شکم ، ادرار آور و برای تقویت معده بکار می رود . برای کسانیکه اشتهاى زیادى به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شوید بهترین دارو است زیرا اشتها را زیاد کرده معده را تقویت می کند و انرژی به بدن می دهد . تخم شوید را می توان برای ناراحتی معده ، بی خوابی و ضد گاز معده بکار برد . خانمهای شیر ده که شیر آنها کم است باید حتما روی چند بار دم کرده تخم شوید یا در تخم شوید بخورند و در غذای خود مصرف کنند بطور معجزه آسائی شیر آنها زیاد خواهد شد .

طب گیاهی ایران خواص زیادی را برای شوید قائل است مثلا در مورد درد شدید و ورم معده از دم کرده شوید استفاده می کردند که اثر تسکین فوری دارد .

از شوید برای دل درد در حیوانات نیز استفاده می شود و دام داران قدیم بخوبی به این موضوع واقف بودند . مثلا برای گوسفند و بز کافی است که مقدر ۳۰ گرم تخم شوید به آنها داد که نفخ و دل درد را ساکت کنند .

در مورد بیمارانی که مبتلا به استفراغ شدید هستند و هیچ غذایی حتی آب را نمی توانند در معده خود نگاهدارند بهترین درمان شوید است . این نوع بیماران باید دم کرده شوید را آهسته آهسته بنوشند .

در چین حتی شوید را برای کمردردهایی که بعلت انقباض عضلانی باشد بکار میبرند .

یک نسخه قدیمی چینی برای باد فتنق نیز از تخم شوید استفاده می کنند

همچنین افرادی که دارای بیماری چربی خون میباشند از علف شوید و تخم آن برای درمان بیماری استفاده نمایند که نحوه استفاده تخم شوید به صورت جوشانده میباشد که روزانه باید به مقدار دو استکان مصرف نمایند و عرق شوید یک استکان بعد از نهار و شام.

مرجع: کتب طب سنتی

سیب زمینی

طریقه مصرف:

به صورت خام و پخته به شیوه های زیادی مصرف میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

سیب زمینی POTATO

نام علمی Solanum tuberosum

گیاه شناسی

سیب زمینی گیاه بومی آمریکای جنوبی است و هنوز هم بصورت وحشی در شیلی و آرژانتین یم روید .

در قرن شانزدهم بوسیله اسپانیولی ها به اروپا برده شد و اکنون در اروپا و آمریکا از نظر مصرف اولین سبزی است .

سیب زمینی در تمام طول سال وجود دارد .

سیب زمینی بدلیل داشتن مقدار ویتامین C ضد بیماری اسکوربیت است و کشورهاییکه از این گیاه استفاده می کردند هیچگاه مردم

آنجا به این بیماری دچار نمی شدند .

ساقه هوایی سیب زمینی دارای بریدگیهایی مرکب از ۷ تا ۱۲ برگچه اصلی است و در فواصل این برگچه نیز برگچه هایی کوچکتر

وجود دارد .

انواع مختلف سیب زمینی بر حسب رنگ گل و پوست غده های زیر زمینی آن تقسیم بندی می شود .

در روی پوست سیب زمینی سوراخهای کوچکی وجود دارد که دارای جوانه است و این جوانه هاست که منشاء گیاه تازه است .

خواص دارویی:

۱) برگ و میوه سیب زمینی بعلت داتشم سولانین مخدر و آرام بخش است ولی بعلت سمی نبودن نباید مورد مصرف داخلی قرار

گیرد و باید فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجی استفاده شود .

۲) سیب زمینی بعلت داشتن ویتامین C زیاد برای مقابله با بیماری اسکوربیت بکار می رود .

۳) برای تسکین سوختگی ها ، سیب زمینی خام را رنده کرده و به عنوان ضماد روی قسمت سوختگی بگذارید و هر چند دقیقه آنرا

عوض کنید و ضماد تازه روی آن قرار دهید .

۴) سیب زمینی دارای آنزیم مهار کننده می باشد بنابراین ضد سرطان و ضد ویروس است مخصوصا سیب زمینی در این مورد از شیر

یا سویا قوی تر است .

۵) پوست سیب زمینی مانده پوست میوه ها و سبزیجات دارای ماده آنتی اکسیدان است بنابراین از پیر شدن سلولها و نیز از بوجود

آمدن سلولهای سرطانی جلوگیری می کند .

۶) سیب زمینی بهترین دارو برای آنهایی است که بدنشان اسیدی است و اینگونه اشخاص باید سیب زمینی را با پوست و با بخار پخته

و بخورند زیرا سیب زمینی آب پز و سرخ شده برعکس سیب زمینی با بخار پخته شده تولید اسید در بدن می کند .

۷) سیب زمینی داروی خوبی برای از بین بردن تورم است . برای این منظور سیب زمینی را طبقه طبقه کرده و در سوپ بیاندازید و

بگذارید تقریبا نیم پز شده و سپس آنرا بخورید .

۸) سیب زمینی بعلت دارا بودن پتاسیم زیاد تمیز کننده کبد نیز می باشد .

۹) سیب زمینی بدن را جوان می کند .

۱۰) سیب زمینی داروی بیماریهای قلب نیز می باشد .

۱۱) سیب زمینی قرمز درمان کننده بواسیر خونی و دردناک می باشد. برای این منظور سیب زمینی را به طور باریک بریده و بصورت شیاف در آورید و روی آن کمی روغن ویتامین E و یا وازلین مالیده و پس از قضای حاجت بداخل معقد بگذارید. این عمل را اگر چند روز ادامه دهید بواسیر برطرف می شود.

۱۲) برای درمان اسهال سوپ سیب زمینی را با شیر بپزید و آنرا میل کنید. اسهال سریع متوقف می شود.
مرجع: کتب طب سنتی

سیب

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود و برای درمان به شیوه های دیگر هم به کار میرود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد:
توضیحات:

سیب Apple

نام علمی Nigella Sativa

گیاه شناسی

درخت سیب در بیشتر نقاط دنیا پرورش داده می شود و سیب میوه ایست که می توان گفت در هر جای دنیا وجود دارد و همه مردم دنیا آنرا می شناسند.

در کشور عزیز ما ایران این درخت بصورت وحشی در جنگل های شمال وجود دارد در لاهیجان و رودسر آنرا آسیب، هسی و هسیب و در مازندران به آن سه می گویند.

سیب انواع مختلف دارد. انواع وحشی آن کوچک و پرورش یافته آن درشت و برد می باشد. سیب نوع ترش و شیرین دارد.
خواص دارویی:

۱) سیب یک میوه قلیایی است و تمیز کننده بدن است و بعلت دارا بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می سازد
۲) سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد. بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود. سیب را می توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما از ظرف لعابی یا تفلون استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین های آن حفظ می شود.

۳) شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می باشد. برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید.

۴) سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند.

۵) خوردن سیب یبوست را برطرف می کند و برای خستگی مفرط مفید است

۶) دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه میباشد.

۷) نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرماخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است.

۸) سیب مقوی کبد و اشتها آور است.

۹) سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را دارد

۱۰) سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است.

- ۱۱) سیب حرارت را از بدن خارج می‌سازد .
- ۱۲) سیب را رنده کنید و در دستمال پیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می‌کند.
- ۱۳) خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمی‌برد.
- ۱۴) کسانی که می‌خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند .
- ۱۵) دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است
- ۱۶) سیب داروی خوبی برای درمان زخم‌ها می‌باشد
- ۱۷) سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می‌باشد
- ۱۸) آب سیب را حتی می‌توان برای تنقیه استفاده کرد . این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است.
- ۱۹) پوست سیب را مانند چای دم کنید و بیاشامید این چای بهترین دوست کلیه است .
- ۲۰) آب سیب را با آبمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فوراً آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم‌های خود را از دست می‌دهد .
- ۲۱) آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی دارد بخصوص برای از بین بردن چین و چروک پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید.
- استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب را بپزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید .
- خواص سیب ترش
- ۱- سیب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل‌بهم خوردگی را از بین می‌برد.
- ۲- سیب ترش را بپزید درمان اسهال خونی است
- ۳- آب سیب ترش مخلوط با انار برای تقویت معده و درمان اسهال و دل‌بهم خوردگی بکار می‌رود
- ۴- رب سیب ترش علاج اسهال ، استفراغ و درد و غم است
- ۵- مریبای شکوفه سیب برای ضعف معده و ازدیاد نیروی جنسی مفید است
- ۶- سیب ترش برای آنهاییکه مزاج گرم دارند بسیار مفید است بالعکس آنهاییکه مزاج سرد دارند باید سیب شیرین بخورند
- سیب در قدیم معالج نقرس و بیماریهای عصبی بوده است
- مضرات :

همانطور که قبلاً گفته شد سعی کنید همیشه سیب را با پوست بخورید زیرا مقدر زیادی پکتین در پوست سیب وجود دارد سیب‌هایی که در بازارهای داخل ایران یا آمریکا و کانادا بفروش می‌رسد روی آن دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می‌باشد بنابراین حتما این سیب‌ها را بدقت بشوئید آنهاییکه دریا معده ضعیف هستند باید سیب را بسیار نازک پوست بگیرند که پکتین‌ها و ویتامین‌های آن از بین نرود .

مرجع: کتب طب سنتی

سویا (لوبیای سویا)

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

لویبای سویا Soy bean

نام علمی Soja hispida Moench

کلیات گیاه شناسی

سویا قرنهایست که غذای مردم آسیا مخصوصا چین بوده است و چینی آن را همراه با برنج بعنوان غذای اصلی خود مصرف می کنند . ایالات متحده آمریکا بزرگترین تولید کننده سویا می باشد و تقریبا دو سوم محصول کل دنیا را تولید می کند . سویا در ایران بنام (لویبا روغنی) (لویبا چینی) سویا و دانه سویا معروف است .

سویا گیاهی است یکساله دارای ساقه پرشاخه ، برگهای آن بیضی ، نوک تیز و سبز رنگ می باشد . میوه آن شبیه لویبا است که در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از یکدیگر وجود دارد . رنگ دانه سویا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهای زرد ، سفید سیاه ، خاکستری و خالدار دیده می شود .

دانه سویا به بزرگی یک نخود کمی مسطح و گرد است . دانه سیاه سویا بیشتر در طب گیاهی مصرف دارد ولی از دانه زرد رنگ آن بیشتر برای روغن گیری استفاده می کنند . سویا بعلت داشتن پروتئین و مواد مغذی در تغذیه انسان بکار می رود .

سویا از چین به نقاط دیگر دنیا راه یافته است و بطور وحشی در آن کشور وجود دارد .

سویا در حدود ۳۵۰۰ نوع مختلف دارد که هر کدام آب و هوای مخصوصی را می خواهد .

خواص دارویی:

(سویا مقوی و باد شکن است

۲) دانه سویا ، مدر ، تب بر و ضد سم است

۳) در چین دانه سویا را بعنوان ضد سم مصرف می کنند

۴) شیر سویا غذای مفیدی برای کودکان است

۵) نان سویا برای مبتلایان به بیماری قند بسیار مناسب است زیرا اولاً ارزش غذایی زیادی دارد ثانياً مواد نشاسته ای که تبدیل به قند می شود در آن کم است

۶) دانه های سبز سویا را له کرده و بصورت ضماد در آورید این ضماد برای زخم های آبله و سایر زخم ها مفید است همچنین برای رفع التهاب و قرمزی پای بچه ها که در اثر ادرار بوجود آمده مفید است .

۷) سویا برای مبتلایان به نقرس و روماتیسم و اشخاص ضعیف البینه بسیار مفید است

۸) سس سویا برای تحریک اشتها بکار می رود

۹) سس سویا را برای از بین بردن بوی گوشت بکار می برند

۱۰) سس سویا را به غذاهایی که تردید دارید سالم باشد بزنید سم آنرا خنثی می کند

۱۱) سوس سویا ملین ، خنک کننده و ضد سم است

۱۲) اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنین باشد به او سوس سویا بدهید

۱۳) اگر ادرار کسی بخون آلوده است سوس سویا درمان آن است

۱۴) سوس سویا برای سوختگی پوست مفید است

۱۵) فرآورده های سویا برای پیشگیری سرطان مفید است

۱۶) سویا به فعالیت روده ها و دفع منظم سموم کمک می کند

۱۷) سویا مقدار تری گلیسیدر خون را پائین می آورد

- ۱۸) برای تمیز کردن شریانها از فرآورده های سویا استفاده کنید حتی مبتلا به شراین و در معرض خطر قلبی هستند اگر از سویا استفاده کنند و گوشت را از برنامه غذایی خود حذف کنند بزودی شریانهای آنها تمیز و جوان خواهد بود .
- ۱۹) سویا سنگ کیسه صفرا را شکسته و خارج می سازد و اگر از فرآورده های سویا استفاده کنید در بدن شما سنگ کیسه صفرا تولید نخواهد شد اگر سنگ کیسه صفرا دارید رژیم خود رابه سویا تغییر دهید
- ۲۰) سویا برای سلامت روده بزرگ و تنظیم تخلیه و دفع مواد زائد بسیار مفید است
- ۲۱) سویا موثر برای درمان سرطان کولون است
- ۲۲) سویا از سرطان سینه جلوگیری می کند
- ۲۳) سویا منبع غنی هورمون استروژن است بنابراین می توان جانشین هورمونهای مصنوعی در دوران یائسگی باشد . پس خانم ها در دوران یائسگی بهتر است از فرآورده های سویا استفاده کنند .
- مرجع: کتب طب سنتی

کتان

طریقه مصرف:

از الیاف آن در دوزندگی و از تخم و روغن آن در داروها استفاده میشود که در ذیل به طور کامل اشاره خواهد شد :
توضیحات:

تخم کتان FLAX SEED

نام علمی *Linum usitatissimum*

گیاه شناسی

امروزه گیاه کتان در منطقه وسیعی از اروپا و آسیا می روید . ازاین گیاه استفاده های زیادی بعمل می آید . از الیاف آن برای یافتن پارچه استفاده می شود . پارچه کتان برای البسه مخصوصا در تابستان نوعی مناسب بشمار می رود .
کتان گیاهی است که از قدیم الایام شناخته شده و بکار میرفته است . حتی پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح معمول بوده است .
خواص دارویی:

روغن تخم کتان علاوه بر داشتن Omega-3 دارای ویتامین E نیز می باشد و حتی اگر بمقدار بیش از احتیاج (یک قاشق چایخوری در روز) مصرف شود عوارض جانبی نخواهد داشت .
خاصیت مهم دیگر روغن کتان اثر ضد تورم آن می باشد . میگرنهای دردناک را شفا داده و عادات ماهانه دردناک را از بین می برد .

مطالعات جدید نشان داده است که روغن تخم کتان حتی می تواند مصونیت بدن را در مقابل بیماریها بالا ببرد . استفاده از این روغن از سرطان جلوگیری می کند .

تخم کتان بعلت داشتن موسیلاژ زیاد نرم کننده بسیار خوبی است و در رفع یبوست می توان از آن استفاده کرد . بدین منظور باید تخم کتان را روی زبان ریخت و با مقدری آب آنرا بدون جویدن بلعید و یا می توان تخم کتان را در آب خیس کرده و صبح ناشتا خورد .

دم کرده تخم کتان نیز معجزه گر است . دم کرده آن علاج بیماریهای مجاری ادرار ، زخم معده و وروم روده ، یبوست ، ورم مثانه

، سنگ کلیه سرفه ، دردهای پیروید و حتی مرض قند می باشد .

می توان تخم کتان را با مقداری آب جوشانید و سپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ریخت و در آن دراز کشید . خارش پوست را فوراً از بین می برد .

مرجع: کتب طب سنتی

ترب و تربچه

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

ترب و تربچه Radish

نام علمی Raphanus sativus

گیاه شناسی

ترب گیاهی است یکساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می رسد . برگهای آن پهن ، ناصاف ، کرک دار و با بریدگیهای نامنظم می باشد . گلهای آن برنگ سفید ، زرد روشن ، آبی روشن و بنفش است که در انتهای شاخه ظاهر می شود .

بطور کلی دو نوع ترب وجود دارد :

۱- ترب سیاه که معمولاً در پائیز برداشت می شود .

۲- تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و صورتی و بصورت های دراز و گرد وجود دارد .

خواص دارویی:

ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماریها بکار می رفته است .

۱) ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است .

۲) ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می برد .

۳) ترب برای درمان نقرس و روماتیسم مفید است .

۴) برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا کمک می کند .

۵) آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است .

۶) ترب برای درمان یرقان مفید است .

۷) تخم ترب درد را تسکین می دهد .

۸) در صورت مسمومیت غذایی مقداری تخم ترب را همراه با سکنجبین به بیمار بدهید باعث استفراغ می شود و معده را پاک می کند .

۹) برای مداوای زخم های بدن از ترب و غسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید .

۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است و برای درمان حبس البول بکار می رود .

۱۱) تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است .

۱۲) اگر دست یا پای شما سرما زده است ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود بطوریکه دست را نسوزاند سپس

عضو سرما زده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید .

۱۳) دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است .

۱۴) برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب بصورت زیر استفاده کنید :

در یک ترب بزرگ حفره ای ایجاد کرده و همچنین در ته آنهم سوراخ ریزی بوجود آورید بطوریکه آب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقداری شکر در حفره ریخته و آنرا با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان پر شود . این آب را چند بار در روز بنوشید .

۱۵) خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند .

۱۶) جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است .

۱۷) تخم ترب اشتها آور است .

۱۸) برای از بین بردن تب، تخم ترب را دم کرده و به بیمار بدهید .

۱۹) تخم ترب بصورت ضماد برای ورم پستان در مادران شیرده استفاده می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

زعفران

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان طعم دهنده و رنگ دهنده بسیار عالی به کار میرود و مصارف درمانی هم دارد :

توضیحات:

زعفران Saffron

نام علمی Crocus sativus

گیاه شناسی

زعفران گیاهی است با ارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر که دارای برگهای دراز و سبز مانند تره است . ساقه زیر زمینی آن از دو پیاز تشکیل می شود . این پیازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشیده از غشاء های نازک قهوه ای رنگ می باشد . گلهای زعفران ارغوانی ، منظم و شامل لوله ای دراز است که به سه گلبرگ و کاسبرگ منتهی می شود .

زعفران خیلی مرغوب قسمت کلانله گل یعنی قسمت انتهایی خامه است و میله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشکیل می دهد .

برداشت زعفران بدین ترتیب است که قسمت کلانله هر گل را بر میدارند و بین کاغذ قرار می دهند تا خشک شود و سپس بسته بندی می کنند . استاندارد زعفران که در فرانسه صورت گرفته است اعلام می دارد که باید ۵۰ عدد از الیاف زعفران بیشتر از ۲۷۷/۰ گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن ۱۳ درصد باشد . همچنین هر میلی گرم آن باید بتواند ۷۰۰ سانتیمتر مکعب آب را بطور محسوس رنگی کند .

خواص دارویی:

زعفران از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . مهمترین خاصیت زعفران که از قدیم الایام از آن استفاده می شده است درمان افسردگی می باشد . این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران نیز انعکاس یافته است . شاهد آن شعر خاقانی است که می گوید :

گر کسی را زعفران شاید فزاید گو فزای

چون تو با غم خو گرفتی زعفران کس مخور

- زعفران دارای بویی قوی و طعم تلخ می باشد :
- ۱) خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می شود
 - ۲) اثر مسکن درد دارد
 - ۳) قاعده آور است .
 - ۴) باعث تحریک اعصاب می شود
 - ۵) زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان می سازد
 - ۶) مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می برد .
 - ۷) قوای جنسی را تقویت می کند
 - ۸) کبد را تصفیه و قوی می سازد
 - ۹) سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد
 - ۱۰) کلیه و مثانه را پاک می کند
 - ۱۱) آرام بخش و خواب آور است
 - ۱۲) زعفران ضد تشنج است
 - ۱۳) گاز معده را برطرف می کند
 - ۱۴) ادرار آور است
 - ۱۵) و اگر بالاخره می خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید
- مرجع: کتب طب سنتی

زنجبیل (زنجفیل)

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان چاشنی، و همچنین مصرفهای داروئی زیادی دارد :

توضیحات:

زنجبیل Ginger

نام علمی Zingibar officinale

خواص داروئی:

این گیاه همراه با گیاهان دیگر بعنوان تقویت کننده معده و بدن بادشکن و ضد نفخ بکار می رود . همچنین پزشکان چینی جدیداً کشف کرده اند که شربت زنجبیل بهترین دارو برای معالجه زخم معده می باشد.

زنجبیل تازه و شربت زنجبیل با چای زنجبیل در بدن گرما تولید کرده و بدین وسیله مواد سمی و زائد بدن را بصورت عرق از بدن خارج می سازد . این گیاه برای خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها عقب می افتند تجویز شده است .

زنجبیل بهترین داروی سرماخوردگی و گلو درد میباشد . هنگامی که حس کردید دچار سرماخوردگی شده اید چند بار چای زنجبیل بنوشید و اگر گلو درد دارید علاوه بر آنکه چای آنرا میل می نمائید با آن نیز قرقره کنید .

زنجبیل را حتی برای کمپرس نیز می توان استفاده کرد که سموم بدن را خارج می سازد . برای این منظور ابتدا چای زنجبیل استفاده کنید دستمالی را با آن آغشته و آب اضافی آنرا فشار داده در محل زخم یا درد بگذارید .

شربت زنجبیل برای زخم معده بسیار مفید است. مبتلایان به زخم معده باید هر روز قبل از غذا یک قاشق چایخوری از این شربت را همراه با کمی آب بنوشید زخم معده آنها پس از مدتی التیام خواهد یافت
مرجع: کتب طب سنتی

زوفا (گل زوفا)

طریقه مصرف:

در جوشانده های سرما خوردگی استفاده میشود و خواص دیگری هم دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

گیاه زوفا Hyssop

نام علمی Hyssopus Officinalis

گیاه شناسی

زوفا درختچه ای است با ساقه های منشعب که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد این گیاه بحالت خودرو در نواحی جنوب اروپا، ایران، هند، ترکیه و شوروی می روید. برگهای آن کوچک، خط در، نوک تیز و سبز رنگ است که بسیار معطر می باشد. گلهای آن آبی و گاهی سفید اند که در انتهای ساقه ظاهر می شود.
خواص دارویی:

زوفا از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) سرفه و ناراحتی های ریوی را برطرف می کند.

۲) نرم کننده سینه است

۳) خلط آور است

۴) معده را تقویت می کند

۵) نفخ شکم را برطرف می کند

۶) ادرار آور است

۷) داروی مفیدی برای مداوای آسم است

۸) اشتها را زیاد می کند

۹) برای رفع کم خونی مفید است

۱۰) افسردگی را برطرف می کند

۱۱) برای درمان صرع مفید است

۱۲) برای التیام زخم برگهای زوفا را له کرده و روی زخم بگذارید

۱۳) برای درمان تب خال مفید است و کسانیکه تب خال می زنند باید از دم کرده زوفا استفاده کنند.

۱۴) درد شکستگی را می توان با کمپرس زوفا آرام کرد.

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

به عنوان سالاد و جانشین غذا استفاده می‌گردد و خواص بسیار زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد:

توضیحات:

زیتون Olive

نام علمی Olea europaea

گیاه شناسی

زیتون درختچه ای است به ارتفاع تقریباً سه متر ولی هنگامیکه در شرایط مساعد پرورش می یابد ارتفاع آن حدود ۱۲ متر و قطر تنه اش به ۳ متر میرسد .

چوب درخت زیتون بسیار سخت و مقاوم است . رنگ آن زرد است که خطوطی قهوه ای رنگ در آن وجود دارد . از چوب زیتون برای تهیه اشیاء چوبی ظریف استفاده می شود . برگهای آن سبز رنگ ، بیضوی و دراز و بوضع متقابل یکدیگر بر روی ساقه قرار گرفته اند .

منشاء درخت زیتون احتمالاً منطقه مدیترانه بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است .

زیتون معمولاً در اوائل تابستان شروع به گل دادن می کند و میوه آن کم کم ظاهر می شود . در اواخر تابستان میوه آن به ثمر می رسد . در این هنگام زیتون سبز است و بتدریج تبدیل به بنفش و قهوه ای و سپس سیاه می شود بطوریکه در اواخر پاییز که موقع برداشت میوه است رنگ آن بکلی تیره است .

خواص دارویی:

زیتون رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و قابض است و میوه نارس زیتون سرد و خشک است و روغن زیتون گرم و خشک است . برگ درخت زیتون نیز گرم و خشک می باشد .

۱) دم کرده برگ زیتون داروی خوبی برای پائین آوردن فشار خون می باشد . بدین منظور باید ۲۰ عدد برگ زیتون را داخل ۳۰۰ گرم آب ریخته و آنرا بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید . سپس کمی قند بآن اضافه کرده و بمقدار یک فنجان دوبار در روز از آن بنوشید . بعد از دو هفته باید بمدت ۸ روز نوشیدن این دم کرده را قطع کنید و سپس ادامه دهید .

۲) روغن زیتون نرم کننده و صفا بر است .

۳) روغن زیتون دفع کننده سنگ کیسه صفرا است برای این منظور باید آنرا با آبلیمو مصرف کرد .

۴) روغن زیتون کرم کش است .

۵) روغن زیتون برای رفع سرفه های خشک مفید است .

۶) برای رفع خارش گزیدگی حشرات ، روغن زیتون را به محل گزیدگی بمالید .

۷) بدن بچه هایی را که مبتلا به نرمی استخوان و کم خونی هستند با روغن زیتون ماساژ دهید اثر مفیدی دارد

۸) برای رفع خشکی لته ، روغن زیتون را بر روی لته بمالید .

۹) برای برطرف کردن خارش و ترک پوست ، گلیسرین و روغن زیتون را بمقدار مساوی با هم مخلوط کرده و روی پوست بمالید .

۱۰) دم کرده برگ درخت زیتون تب بر است .

۱۱) جوشانده برگ درخت زیتون برطرف کننده نفرس و روماتیسم است .

۱۲) برای سرباز کردن جوشها و کورک ها زیتون را له کرده و روی جوش یا کورک بمالید .

۱۳) دم کرده و جوشانده پوست درخت زیتون تب بر و درمان کننده مالاریا است .

۱۴) پماد میوه نارس زیتون برای سوختگی مفید است

۱۵) جویدن برگ زیتون برای از بین بردن زخم های دهان مفید است

۱۶) برای رفع سستی فلج و لقوه و تقویت نیروی جنسی باید ۸۰ گرم روغن زیتون را با ۱۴ گرم کندر و ۱۶ گرم سیاه دانه مخلوط کرده و بمدت سه روز از آن بخورید

۱۷) مصرف روغن زیتون از امراض قلبی و سرطان جلوگیری می کند .

۱۸) و بالاخره روغن زیتون بهترین روغن برای پخت و پز می باشد زیرا در اثر حرارات خراب نمی شود.

مرجع: کتب طب سنتی

تمشک

طریقه مصرف:

مانند سایر میوه ها مصرف خوراکی دارد که در زیر اشاره خواهیم کرد :

توضیحات:

تمشک

میوه ای شبیه شاه توت و توت فرنگی است و به رنگ زرد یا سرخ مایل به سیاه یافت می شود. میوه تمشک ترش مزه بوده و به صورت خام یا پخته، شربت، کمپوت و ... خورده می شود.

بوته تمشک در مناطق گرم و مرطوب، در جنگلها و صحراها می روید و گاهی آن را می کارند. نامهای دیگر تمشک، توت وحشی و سه گلی است. ساقه های تمشک نرم و به رنگ قرمز و دارای خارهای دراز است. برگهای آن متفاوت و بیضی شکل و اطراف آن کنگره کنگره و به شکل دندانه های اریه ای است. گلهای تمشک به رنگهای سفید، صورتی یا به صورت خوشه در ماههای مرداد پدیدار می شود و تا مهر دوام می آورد. قسمتهای مورد استفاده بوته تمشک عبارتند از : میوه ، برگ، تخم ، دانه و گل .

خواص

- جوشانده ۲۵ گرم از برگهای تمشک در یک لیتر آب برای درمان انسداد مجاری ادرار مفید است.

- تمشک سرشار از ویتامینهای C و K است و دارای خواص خنک، نرم کننده و ضد اسکوربوت می باشد.

- تمشک خون را تصفیه می کند و برای کسانی که به روماتیسم مبتلا هستند، بسیار مفید است.

- تمشک یبوست مزاج را معالجه می کند.

- تمشک برای تسکین درد سودمند است، زیرا تمشک دارای اسید سالیسیک می باشد.

- تمشک خون را قلیائی می کند و قند آن برای مبتلایان به مرض قند مفید است.

- شربت تمشک برای بیماران مبتلا به سرخک و مخملک تجویز شده است.

- تخم و دانه ای که در تمشک وجود دارد، اغلب با دندان نیز خرد نمی شود، ولی وقتی خورده شود در معالجه ی یبوست و خشکی

مزاج به طور طبیعی بسیار مؤثر است و سبب می شود که یبوست به کلی رفع گردد.

- شربت تمشک، مخلوط با آب برای رفع تب تجویز شده است.

- خوردن تمشک برای مبتلایان به مرض قند (دیابت)، تبهای صفاوی، التهاب مجاری ادرار، گلو درد (آنژین) مفید است.

- تمشک دارای خاصیت ضد عفونی کننده است.

- تمشک به علت دارا بودن ویتامینهای C و K برای اوره و فشار خون مفید است.
 - برای معالجه کک و مک، ابتدا صورت را خوب بشوئید و سپس ورقه نازکی از تمشک به مدت یک ساعت روی صورت بمالید. این کار را چند بار تکرار کنید تا کک و مک صورت از بین برود.
 - برگ تازه تمشک را اگر بپزند و روی محل بیماریهای پوستی قرار دهند، بیماری را التیام می دهد.
 - گوشت پردانه تمشک، دارای خواص توت فرنگی است و ترشی خون را از بین می برد
 - تمشک، عرق آور است؛ لذا بهترین زهکش سوراخهای پوست است.
 - جوشانده گل یا برگ تمشک (به روشی که گفته شد) در استعمال خارجی برای درمان زخمهای دهان، ورم لثه، درد گلو و ورم لوزه ها بکار می رود و بیمار با غرغره کردن این جوشانده دهان را می شوئید.
 - جوشانده برگ تمشک اسهال و ورم روده را معالجه می کند، بدین منظور باید ۴۰ تا ۵۰ گرم برگ خشک تمشک را در یک لیتر آب سرد بنخسانید و به مدت ۱۰ دقیقه آن را جوشانده و سپس بگذارید ۱۰ دقیقه دم بکشد. پس از صاف کردن، روزی سه بار، هر بار یک فنجان آن را بین غذاهای اصلی بنوشید.
 - ۱۳- جوشانده فوق برای تسکین درد معده از هر نوع که باشد مانند ترشی معده، نفخ و گاز شکم و تشنج معده مؤثر است.
- مرجع: کتب طب سنتی

توت سفید

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

توت سفید

میوه ای آبدار، ریز، شیرین، و لذیذ است.

درخت توت سفید، بزرگ تنومند و دارای برگهای پهن است که در تغذیه کرمهای ابریشم مورد استفاده قرار می گیرد. قسمتهایی که در تغذیه و پزشکی مورد استفاده است عبارتند از:

میوه

برگ

شیره

پوست شاخه های تازه

توت سفید را تازه می خورند و برای مصارف زمستان آن را خشک کرده و مانند کشمش می خورند. در زبان عربی توت سفید را «توت الأبیض» گویند.

خواص:

توت سفید سرشار از املاح معدنی، تانن، ویتامین های A و C مواد چربی میباشد.

جوشانده پوست خشک شاخه های جوان و تازه درخت توت برای لنت مزاج مفید است.

مواد غذایی توت سفید وقتی جذب بدن میشود که صبح ناشتا یا عصر در فاصله غذایی ظهر و شام خورده شود (یعنی درست زمانی که شکم از غذا خالی است). قند موجود در توت سفید به کسانی که مبتلا به مرض قند میباشند ضرر ندارد و آنان غالباً به جای قند

سفید مصنوعی، چای را با توت خشک میخورند.

مرجع: کتب طب سنتی

کرفس

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کرفس گیاهی است علفی، به ارتفاع ۲۰ تا ۶۰ سانتی متر که ساقه ای منشعب دارد. قسمت مورد استفاده این سبزی قسمتهای مختلف آن به ویژه ریشه و برگ آن است. در بسیاری از مناطق ایران از جمله در سیستان، خوی و بندر عباس می روید.

عصاره کرفس به عنوان ملین

برای اینکه به روده های خسته و پیر کمک شود، توصیه می شود که هر روز یک لیوان عصاره کرفس مصرف شود. از این طریق روده به روش طبیعی تخلیه می شود (برگها را همیشه مصرف کنید)

کرفس مواد مضر را دفع می کند

کرفس کلیه و مثانه را تمیز می کند. از تولید سنگ کلیه و مثانه جلوگیری می کند و ملین است

دانشمندان بر این عقیده اند که کرفس بهترین ماده غذایی است برای عفونت مجاری ادرار و اسید اوریک بالا از طریق تمیز کردن کلیه و مجاری ادرار.

ترپین ماده معطر کرفس که مانع ماندن سنگ کلیه در مجاری ادرار و یا آلودگی میکروبی و درد می شود.

علاوه بر آن پتاسیم در غده و تنه آن جریان ادرار را تحریک و کلیه و مثانه را تمیز می کند. بیش از همه برای بیماران نقرسی مفید است.

زیرا در خون این افراد اسید اوریک با غلظت بالا- غالباً دیده می شود. روغن اتری که در کرفس وجود دارد باعث گشاد شدن مجاری کلیه می شود بطوریکه اسید اوریک بهتر دفع میگردد.

آلودگی میکروبی ضعیف در روده نیز در اثر ترپین از بین می رود. کرفس باعث تحریک شدیدتر روده شده و سایر ناراحتی هایی از این قبیل در اثر خوردن کرفس بهبود می یابند.

کرفس بوی بد دهان را از بین می برد

تجربه نشان داده است که یک وعده غذای کرفس دار بوی بد دهان را از بین می برد.

عصاره کرفس به عنوان ملین

برای اینکه به روده های خسته و پیر کمک شود، توصیه می شود که هر روز یک لیوان عصاره کرفس مصرف شود. از این طریق روده به روش طبیعی تخلیه می شود (برگها را همیشه مصرف کنید).

از دیگر خواص کرفس می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- تقویت کننده معده

- تقویت کننده اعصاب

- آب کرفس خام در مان خوبی برای گرفتگی صداست.

- خوردن کرفس حافظه را زیاد و قلب را پاک می کند و دیوانگی ، جذام و پیسی را برطرف می کند.
 - کرفس به علت دارا بودن فسفر زیاد ، در ازدیاد هوش مؤثر است .
 - کرفس در افزایش شیر مادر مؤثر است .
- مرجع: کتب طب سنتی

قارچ

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

در گذشته قارچ را از مراتع و جنگل ها جمع می کردند. امروزه در کارگاه های صنعتی تولید و در تمام سال در اکثر مغازه ها و سوپرمارکت ها عرضه می گردد.

"قارچ استخوان ها را تقویت می کند، خستگی را رفع می کند و کمبود ویتامین D را جبران می کند". اکثر مواد غذایی در طبیعت به مقدار کافی ویتامین D دارند؛ مثل ماهی، قارچ و بعضی از انواع پنیرها.

افرادی که مدت طولانی در تخت هستند و یا اصولاً بیرون نمی روند، غالباً از کمبود ویتامین D رنج می برند و این امر به استخوان های آنها صدمه می زند. ویتامین D باعث می شود

که کلسیم در روده جذب شده و بلافاصله در استخوانها بکار رود.

افراد مسن غالباً به مرض بی آهک شدن استخوان (پوکی استخوان) مبتلا هستند. آنها بایستی

از رژیم غذایی استفاده کنند که دارای ویتامین D می باشد مثل قارچ. یک پرس قارچ (۲۰۰ گرم) نیاز روزانه به ویتامین D را تامین می کند.

برای اینکه تمام مواد مغذی از مواد غذایی به بهترین صورت جذب شوند، نیاز به ویتامین های گروه B می باشد. قارچ یک دسته از این ویتامین های سوخت و ساز را تامین می کند. هر سلول در بدن ما به ویتامین B_۲ موجود در قارچ نیاز دارد تا بتواند انرژی کسب کند. برای اینکه انسان زود خسته و کم حوصله نشود، اعصاب هم نیاز به ویتامین B_۲ دارند.

وظیفه بیوتین موجود در قارچ در سوخت و ساز بدن این است که انرژی را آماده نگه می دارد و اسید فولیک در سوخت و ساز پروتئین و مواد اصلی ژن ها نقش مهمی را بازی می کند. خانم ها بطور متوسط ۹۰٪ مقدار ویتامین B_۲ توصیه شده را دارا می باشند و بندرت یک زن اسید فولیک را به اندازه لازم جذب می کند. بنابراین برای حل این مشکل بایستی خانمها در رژیم غذایی خود غالباً از قارچ استفاده کنند.

معمولاً قارچ را بایستی فقط بصورت پخته میل کرد. چون که قارچ ها آلوده به موادی هستند

که فقط در اثر پختن از بین می روند. ولی قارچ هایی را که در واحدهای صنعتی تولید می شوند، می توان بدون هیچ مشکلی پس از تمیز کردن مصرف کرد.

خواص قارچ از نظر احادیث :

قارچ از بهشت میباشد و آبش شفای چشم است.

مرجع: کتب طب سنتی

آناناس

طریقه مصرف:

میوه و آبمیوه آن نیز مصارف خوراکی دارند :

توضیحات:

آناناس

آناناس از آن دسته غذاهایی است که خوردنش کمی مشکل است.

اما به شما تضمین می‌دهیم که همان لذتی را که از خوردن یک قطعه شکلات می‌برید، بتوانید از خوردن یک لیوان آب آناناس هم ببرید.

آناناس سرشار از ویتامین‌ها و مواد مغذی مثل کلسیم، پتاسیم، فیبر و ویتامین‌ها است علاوه بر اینها بسیار کم چربی و کم کلسترول است.

این خواص را می‌توانید از مصرف کمپوت آناناس، میوه تازه آن، میوه یخ زده یا حتی آب آناناس به دست آورید.

یکی از خواص مهم آناناس کمک به ساخت استخوان‌های سالم و استحکام استخوان‌ها است.

آناناس غنی از منیزیم ماده معدنی‌ای است که وجودش برای ساخت استخوان‌ها و ارتباط بافت‌ها ضروری است.

آناناس باعث رشد استخوان‌ها در بدن جوانان و استحکام استخوان‌ها در پسران می‌شود.

یک فنجان آناناس حدوداً ?? درصد منیزیم مورد نیاز روزانه بدن را تأمین می‌کند، از دیگر خواص آناناس می‌توان به نقش آن در بهبود سرماخوردگی و کاهش میزان سرفه اشاره کرد. اکثر افراد هنگام سرماخوردگی ویتامین‌ها یا آب پرتقال بیشتر می‌خورند غافل از این که خواص آناناس نیز کمتر از آنها نیست.

«بروملین» موجود در آناناس باعث کاهش شدید سرفه یا توقف سرفه‌های شدید و کاهش میزان لحاظ می‌شود. پس هنگام سرماخوردگی خوردن آناناس را فراموش نکنید.

مرجع: کتب طب سنتی

کلم

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی در سالادها و در برخی غذاها مصرف میشود که مصرف آن در مناطق گوناگون مختلف میباشد.

توضیحات:

کلم دارای کلروفیل، ویتامین C، E است. کلم یکی از ضد سرطان‌های قوی است که با انواع سرطانها به ویژه سرطان روده بزرگ مبارزه می‌کند. خواص کلم در درمان بعضی بیماری‌ها از جمله پیشگیری سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسیده است.

علم جدید خواص کلم را در درمان بعضی بیماری‌ها از جمله پیشگیری سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسانده است.

ضد سرطان قوی

کلم یکی از ضد سرطان‌های قوی است که با انواع سرطانها به ویژه سرطان روده بزرگ مبارزه می‌کند.

تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف کلم به صورت خام، پخته و یا آبپز در سرکه، برای یکبار در هفته حدود ۶۶ درصد احتمال بروز سرطان روده بزرگ را کاهش می‌دهد.

این سبزی دارای یک ماده شیمیایی به نام **indole** ایندول می باشد که رادیکالهای آزاد را کنترل می کند. این رادیکالهای آزاد طی فرایندی اکسیداسیون کرده و می توانند ساختار سلولها را تغییر داده و یا حتی آنها را از بین ببرند.

مرجع: کتب طب سنتی

توت فرنگی

طریقه مصرف:

خوراکی می باشد و قسمت های مختلف آن خواص درمانی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

توت فرنگی، میوه ای شبیه توت است ولی کمی درشت تر، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است. بوته اش کوتاه و دارای برگهایی درشت و ساقه هایی باریک و خزنده است که روی زمین می خوابد و ریشه می دواند. قسمت هایی که از بوته توت فرنگی مورد استفاده قرار می گیرند، عبارتند از: میوه، برگ و ریشه .

توت فرنگی به صورت های گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد: خام، جوشانده، مربا، شربت و بستنی.

خواص تغذیه ای توت فرنگی و اثر آن در سلامتی انسان :

توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامین C، فولات، پتاسیم و آنتی اکسیدان ها می باشد .

که این مواد مغذی باعث می شوند توت فرنگی بعنوان یک جایگزین شیرین، باعث افزایش سلامت قلب، کاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در کل ارتقاء سلامتی بدن شود.

همچنین دارای املاح کلسیم، آهن و فسفر می باشد. از مواد موثر مهم آن می توان تانن، موسیلاژ، قندهای مختلف، سالیسیلات ها و به خصوص اسیدهای میوه را نام برد.

توت فرنگی سرشار از ویتامین و فاقد چربی اشباع است و کالری کمی دارد.

یک واحد توت فرنگی معادل ۸ عدد است که ۵۰ کالری انرژی دارد.

توت فرنگی مانند سایر توت ها مثل شاه توت، توت سفید، تمشک و... پاک کننده روده و مثانه است.

تحقیقات اخیر نشان داده است، دریافت روزانه یک واحد توت فرنگی باعث افزایش قابل توجهی در مقدار فولات خون شده و نیز فشار خون بالا را کاهش می دهد .

از دیگر خواص توت فرنگی می توان به موارد زیر اشاره کرد :

- مصرف این میوه علاوه بر وجود انواع ویتامین، املاح و آب که هر کدام اثرات خود را بر بدن اعمال می کنند دارای خاصیت تقویت کننده، ملین و خنک کننده نیز می باشد.

- توت فرنگی از تصلب شرائین جلوگیری می نماید.

- توت فرنگی اشتها آور است و ادرار را زیاد می کند.

- دم کرده برگ توت فرنگی در زیاد کردن ادرار و شیر بانوان مفید است.

- دم کرده برگ توت فرنگی یا میوه توت فرنگی می تواند نقرس و سنگ های مثانه را معالجه کند.

- املاح معدنی موجود در توت فرنگی خاصیت مسهلی به آن بخشیده است، زیرا این املاح عضلات روده را به انقباض وادار می کند و به همین جهت توت فرنگی برای درمان یبوست مؤثر است.

- اگر توت فرنگی را له کنید و در آب بریزید، نوشابه ای به دست می آید که برای درمان تب هایی که با بیماریهای التهابی همراه

می باشد، بسیار مفید است.

- توت فرنگی به علت داشتن آهن و ویتامین C در خونسازی بدن مؤثر است.

- توت فرنگی به علت دارا بودن مقادیر کافی کلسیم و فسفر، در رشد و نمو کودکان و نوجوانان، استحکام دندان‌ها و ترمیم شکستگی استخوان‌ها بسیار مؤثر است.

- توت فرنگی حاوی موادی چون فسفر، کلسیم، منیزم، پتاسیم و مقداری آهن و هیدرات ۲ کربن بوده و در بدن تولید انرژی کرده و خستگی را برطرف می‌کند.

- توت فرنگی به دلیل داشتن ویتامین C، در درمان بیماری لته مؤثر بوده و به هضم غذا کمک زیادی می‌کند.

- دانشجویان و افرادی که تمرینات فکری می‌کنند، بهتر است حتماً توت فرنگی میل کنند چرا که خوردن این میوه باعث تامین فسفر مورد نیاز مغزشان میشود.

- همچنین، توت فرنگی به علت داشتن ویتامین B در کاهش و رفع ترس، عصبانیت، خمودی، اضطراب، هیجان و سستی مؤثر است.

- توت فرنگی نقش مهمی در خونسازی بدن دارد و از خاصیت ضد عفونی کننده‌ای برخوردار است. علاوه بر اینها خوردن توت فرنگی باعث پاک شدن خون از مواد مضر و زاید مثل اوره، اسیداوریک و چربی می‌شود و نیز درمان کننده نقرس است.

- ویتامین A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقویت چشم می‌شود.

برای بیماریهای سنگ مثانه و نقرس مفید است، همچنین باعث رفع تب می‌شود. با آنکه دارای قند است اما برای بیماران دیابتی مضر نیست، باعث طول عمر می‌شود از سکنه جلوگیری می‌کند و دارای ویتامینهای B، C، فسفر، آهن، منیزیم، پتاسیم، سدیم، قند آهن، ید و... است.

مرجع: کتب طب سنتی

کیوی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کیوی

ارزش غذایی

کیوی حلقه شده

کیوی سرشار از ویتامین ث می باشد. مقدار پتاسیم آن از نظر وزنی تاحدی کمتر از موز است. همچنین دارای ویتامین A، ویتامین E، کلسیم، آهن و فولیک اسید می باشد.

کیوی خام نیز دارای مقادیر زیادی آنزیم حل کننده پتاسیم به نام پاپایین است که از نظر تجاری برای نرم کردن گوشت مفید است اما احتمال دارد برای بعضی از افراد آلرژی زا باشد. بویژه افرادی که به پاپایاس یا آناناس حساسیت دارند مستعد حساسیت به این میوه هم هستند.

این آنزیم که بر اثر پختن میوه به سرعت از بین می رود استفاده از کیوی خام را در دسرهای حاوی شیر یا هر محصول لبنی دیگر نامناسب می‌کند. این آنزیم در عرض چند دقیقه درحالیکه بوی بسیار بدی تولید می نماید شروع به حل کردن پروتئین شیر می‌کند.

کیوی، سیستم حفاظتی بدن را تقویت می‌کند و از بروز سرطان جلوگیری می‌نماید.

پادزهر سیگار

سیگاری‌ها نیاز به ویتامین C بیشتری دارند. زیرا مواد سمی، مخصوصاً رادیکال‌های آزاد موجود در دود سیگار ویتامین‌ها را از بین می‌برد. بنابراین سیگاری‌ها حدوداً باید، ۴۰٪ ویتامین C بیشتری، مصرف کنند.

این مقدار با خوردن دو عدد کیوی تأمین می‌شود.

کیوی با داشتن ویتامین C و اسید قهوه، دو ماده اساسی ضد سرطان را در اختیار می‌گذارد.

کیوی دارای آنزیمهایی است که پروتئین‌ها را تجزیه می‌کنند

متأسفانه این آنزیم‌ها در معده به وسیله اسید معده از بین می‌روند، طوریکه در معده و روده اثری ندارد.

ولی اسید معده بعد از خوردن غذاهای گوشتی و لبنی زیاد، مقداری خنثی می‌شود و آنزیم‌های کیوی می‌توانند مدت کوتاهی فعالیت کنند و این زمان کافی است که مواد پروتئینی به وسیله این آنزیم‌ها به قطعات کوچکتری تجزیه شوند و این امر عمل هضم غذاهای سنگین در معده و روده را آسانتر می‌کند.

چهار مرتبه خوردن کیوی در روز توصیه می‌شود

چهار عدد کیوی را در طول روز تقسیم کنید. مثلاً صبح، ظهر، بعدازظهر، و عصر. چون بدن انسان نمی‌تواند ویتامین C را ذخیره کند، بنابراین به جای خوردن تنقلات مثل چیپس بهتر است کیوی میل نمایید!

مرجع: کتب طب سنتی

نارنگی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

نارنگی

ارزش تغذیه‌ای:

نارنگی دارای ویتامین‌های C، B₂، B₁، A، پروتئین، چربی، قند، حاوی مقدار زیادی فسفر، کلسیم می‌باشد.

تأثیر در سلامتی:

این میوه خون را تصفیه و زیاد می‌کند.

به خاطر داشتن مقدار فسفر و کلسیم بالا، نارنگی یکی از میوه‌هایی است که در تشکیل استخوان و اسکلت بدن موثر است.

حاوی مقدار زیادی منیزیم است و از این طریق در فعالیت عضلانی، دستگاه گوارش و سیستم عصبی موثر است.

سرد و تر، مفرح قلب، رافع خفقان، صفرا بر و فرونشاندنده لهیب معده و کبد است.

نارنگی مسکن اعصاب است و برای کلیه بیماران مفید است.

اگر می‌خواهید شب راحت بخوابید چند دانه نارنگی بخورید.

مرجع: کتب طب سنتی

لیمو شیرین

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

خواص تغذیه ای:

- غنی از عناصر قلیایی است.

- لیمو حاوی مقدار زیادی اسیدسیتریک و ویتامین C می باشد.

- مقدار زیادی فسفر، منیزیم، پتاسیم، سدیم و کلسیم دارد.

- حالت تازه کنندگی داشته و در صورتی که در چای ریخته شود، طعم مطبوعی پیدا می کند.

- عامل ضد عفونی کننده بدن است و به طور طبیعی از تخمیر در معده جلوگیری می کند.

- لیمو یک ماده شدیداً قلیایی است.

- مصرف لیموشیرین در آنفلوانزا و افرادی که دچار تب ناشی از بیماری شده اند، توصیه می شود. چرا که این میوه خاصیت سم زدایی داخل بدن را از خود نشان داده است.

- لیمو باعث حفظ کلسیم بدن می شود.

- مصرف لیمو در زمان زکام و گلودرد بسیار موثر است.

- در طب سنتی از لیمو شیرین به عنوان میوه‌ای خنک کننده یاد می کنند که برای رفع التهاب و عطش بیماران تب دار توصیه می شود.

- حجم زیادی از لیمو شیرین را آب تشکیل می دهد و به همین دلیل این میوه خاصیت ادرار آور و همین طور ملین دارد.

- مرکبات و از جمله لیموشیرین، سرگیجه را بر طرف می کند.

مرجع: کتب طب سنتی

چای سبز (چای)

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده مصرف میگرد

توضیحات:

چای سبز خطر مرگ قلبی را کاهش می دهد

چای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از بیست و پنج درصد کاهش می دهد.

از فواید بسیار چای سبز صحبت های زیادی می شود و حتی چای را بهترین نوشیدنی پس از آب می دانند . چای محتوی میزان کمی از رنگدانه ها ، مثل کافئین و ... است .

چای سیاه و چای سبز هر دو از گیاه واحدی به دست می آیند.

تفاوت در این است که برای تهیه چای سبز برگها را بخار داده ، گرد می کنند و سپس آنرا خشک می نمایند . ولی برای تهیه چای سیاه برگها ، خشک شده ، تخمیر شده، در برخی اوقات مواد و رنگهای شیمیائی به آن اضافه میگرد و برشته می شود یعنی فرآیند بیشتری به روی چای صورت می گیرد.

هم چای سیاه و هم چای سبز دارای رنگدانه هایی می باشند که اثر کاهش ابتلا به سرطان های مختلف در آنها دیده شده است .

زمانی که چای با غلظتی مناسب دم بکشد، تنها محتوی نیمی از کافئین یک فنجان قهوه است. با این حال چای بدون کافئین هم وجود دارد.

ترکیب شیمیایی برگ چای

مواد متشکله برگ چای عبارتند از مواد سلولزی، مواد صمغی، دکسترین، پکتین، مواد چربی، مواد مومی، نشاسته، قند، اسید گالیک، اسید اگزالیک، کورستین، مواد پروتئینی، الیاف، مواد معدنی، تانن، کافئین یا تئین، ترکیبات معطر و بالاخره دیاستاز. مصرف دم کرده چای باعث تسریع حرکات تنفسی، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگی، احساس تجدید نیرو، تقویت نیروی فکری، گوارش بهتر غذا و تعریق می‌شود از اینرو چای را هنگام خستگی، ضعف عصبی، میگرن، بیماری‌های قلبی و آسم می‌توان تجویز نمود.

در پژوهش‌های امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماری‌های مزمن عمده مثل سکت، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد،

نوشیدن چای می‌تواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیا است چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیا است.

مصرف چای تأمین کننده رنگدانه‌هایی است که شما به طریق دیگر دریافت نمی‌کنید، پس با مصرف متعادل این نوشیدنی مفید زمینه‌های سلامتی را درخود فراهم آورید.

صرفنظر از آب، چای پرمصرف‌ترین نوشیدنی در جهان است و هر ساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می‌شود.

بررسی‌های آماری نشان می‌دهد در حدود ۸۰ درصد مردم ژاپن چای سبز می‌نوشند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می‌کنند.

پژوهشگران همچنین از این مطالعات دریافته‌اند فواید چای سبز ظاهراً برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می‌نوشیدند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می‌کردند ۳۱ درصد کمتر باخطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

چای سبز طول عمر را می‌افزاید

نتایج یک بررسی جدید در ژاپن نشان می‌دهد که اگر به طور مرتب چای سبز بنوشید، احتمال مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی-عروقی ۲۵ درصد کاهش پیدا می‌کند.

تجزیه و تحلیل اطلاعات ثبت شده نشان داد که افرادی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می‌نوشیدند نسبت به افرادی که چای سبز نمی‌نوشیدند، ۱۶ درصد کمتر در معرض مرگ به هر علت بودند. هنگامی که مرگ به علت بیماری قلبی در نظر گرفته می‌شد، نوشیدن چای سبز ۲۶ درصد خطر مرگ را کاهش می‌داد، اما در مورد مرگ ناشی از سرطان نوشیدن چای سبز تاثیری نداشت.

مرجع: کتب طب سنتی

فلفل (فلفل سبز)

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان چاشنی از آن استفاده میگردد و مصارف دیگر هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

فلفل گیاهی است که در آب و هوای نیمه گرمسیری و گرمسیری می‌روید.

میوه آن در پوششهای غلافی بلند که به موازات رسیدن، رنگ قرمز، نارنجی یا زرد به خود می‌گیرد، می‌روید. میوه این گیاه به صورت خام، پخته شده، خشک یا در قالب چاشنی پودری در صنایع غذایی و دارویی، مصرف می‌شود. ترکیبات گیاه

تحقیقات نشان داده است که اسید بیرنگ کپساسین به عنوان فعالترین عنصر موجود در فلفل می‌باشد.

کپساسین، سبب کاهش میزان کلسترول خون و کاهش شدت سیگنالهای درد در بدن می‌شود. این ماده همچنین خاصیت ضد اکسیدی (که سلولهای شما را از آسیب دیدن محافظت می‌کند) و ضد باکتری دارد.

"کپساسین" ماده‌ای در فلفل است که سبب گرم بودن این گیاه می‌شود. هر چند که فلفل گیاهی گرم است، اما کپساسین موجود در آن در واقع سبب کاهش درجه حرارت بدن می‌شود که یکی از دلایل اصلی تمایل مردم مناطق آب و هوایی گرم به مصرف زیاد فلفل محسوب می‌شود.

این ماده همچنین به بسیاری از خواص درمانی فلفل کمک می‌کند تا سیستم قلبی - عروقی را تحریک، سیستم هاضمه را تقویت، درد موجود روی پوست یا مفاصل بدن را تسکین بخشد، و به مثابه " داروی ضد احتقاق و ضد باکتری " عمل می‌کند.

فلفل میزان کلسترول خون را پایین می‌آورد. که این امر باعث پایین آمدن فشارخون می‌شود.

این گیاه همچنین از انعقاد خون در رگهای خونی جلوگیری می‌کند، این خواص فلفل به پیشگیری از بیماریهای قلبی نظیر آرترواسکلروز (سخت شدن رگها) کمک می‌کند.

هر چند فلفل سبب سوزش زبان می‌شود، اما این گیاه واقعاً مسکنی قوی است.

این گیاه ابتدا سبب تحریک درد می‌شود، اما سپس شدت علائم درد را در بدن کاهش می‌دهد.

این حالت، آنرا برای افرادی که از درد مزمن رنج می‌برند به طرز خاصی مؤثر کرده است چون چندین روز طول می‌کشد که نتایج قابل توجه آن معلوم گردد.

آنهايي که از زونا، درد ناشی از دیابت، درد پس از برداشتن پستان (ماستکتومی) و سایر دردهای پس از عمل جراحی رنج می‌برند، می‌توانند به ویژه از چندین نوع فلفل یا انواع " کرمهای کپساسین " که قابل دسترسی است، بهره ببرند.

کپساسین موجود در فلفل نه تنها درد آرتروز و آرتريت روماتیسمی را تسکین می‌دهد، بلکه به کاهش میزان ورم ناشی از این حالات وقتی که به عنوان پماد موضعی مورد استفاده قرار گیرد، کمک می‌کند.

فلفل با تحریک تولید مایعات هاضمه در معده و نابودی باکتریایی که می‌توانند عامل عفونت باشند، قدرت هضم را تقویت می‌کند.

خاصیت ضد باکتری فلفل همچنین از اسهال ناشی از عفونت جلوگیری می‌کند.

این گیاه به عنوان داروی ضد احتقان، سبب رقیق و نازک شدن خلط و خارج شدن آن از ریه‌ها می‌شود. از آنجا که این گیاه بافت ریه را تقویت می‌کند، در نتیجه برای آنهایی که مبتلا به آمفیزم هستند نیز مفید است.

اشکال موجود

فلفل را می‌توان با خوردن فلفل قرمز خام یا پخته شده مصرف کرد. پودر فلفل قرمز خشک نیز موجود است که می‌توان آنرا به غذا اضافه کرد، در مایعات، چای یا شیر مخلوط کرد یا کپسول آنرا مصرف کرد.

نحوه مصرف

چون فلفل برای قلب خیلی مفید است، اضافه کردن مرتب آن به غذا یا مصرف کپسول آن می‌تواند از بیماری قلبی پیشگیری کند. هر چند فلفل یک چاشنی محسوب می‌شود، اما این ماده واقعاً به هضم بدن کمک می‌کند و برای اغلب زخم‌ها تحریک آور

نیست. این ماده حتی در میزان مصرف پایین نیز قوی است، لذا بهتر است که بیشتر از مقداری با غذا میل می کنید از این ماده استفاده نکنید.

کرم یا پودر فلفل به عنوان نوعی مسکن می تواند در تسکین درد دندان، زونا، آرتريت، پسوریازیس و سایر انواع دردهای مزمن مفید باشد، هر چند ممکن است مصرف این ماده سبب سوزش یا خارش نسبی گردد، اما این عارضه به زودی از بین می رود. چون فلفل ابتدا با تحریک و سپس کاهش شدت سیگنالهای درد در بدن مؤثر واقع میشود، لذا ممکن است درد کمی شدت پیدا کند، سپس باید ظرف چند روز اول مصرف، این اثر تا حد زیادی از بین برود.

مرجع: کتب طب سنتی

گندم

طریقه مصرف:

در نان مصرف میشود و مصارف دیگری هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

گندم پر از املاح معدنی است. اگر طالب کسب ویتامین های گوناگون هستید، به سراغ گندم بروید. حریره گندم با شکر و بادام برای خونریزی سینه مفید است. گندم، جلوی سرطان روده را می گیرد.

ترکیبات شیمیایی

هر چند مواد متشکله گندم در انواع مختلف فرق می کند، ولی بطور متوسط در صد قسمت گندم، مواد زیر دیده می شود:

- آب ۱۳.۶۵ درصد

- سلولز ۲.۵۳ درصد

- نشاسته و دکستروزین ۶۶.۷۷ درصد

- مواد قندی ۱.۴۵ درصد

- مواد معطر ۱.۸۵ درصد

- مواد سفیده ای و گلو تن ۱۲.۵۸ درصد

- چربی ۱.۷۵ درصد

- ضمنا مقدار کافی املاح معدنی و ویتامین های گوناگون داشته و برای انسان غذای نسبتا کاملی است. علاوه بر مصرف تغذیه ، گندم دارای اثر درمانی بسیار می باشد .

اگر آرد گندم بر روی پوست مالش دهید، التهاب و ورم آنرا از بین می بردو به همین منظور، از قدیم گندم را در تسکین التهاب ، باد سرخ بکار می بردند و برای این منظور با مقداری مواد ضد عفونی کننده همراه می نمودند تا میکرب آنرا نیز از بین ببرد .

در صنعت از آرد گندم نشاسته می گیرند. ضماد سوخته ی گندم با موم و روغن جهت جلائی رخسار بی نظیر است - گندم چاق کننده و مقوی غرایز جنسی است و بین غذاهایی که با گندم ساخته می شود، سمنو از همه قوی تر است، پخته گندم با شکر و بادام به صورت حریره ،

چنانکه کم کم خورده شود، درمان خونریزی سینه است .

ضماد پخته گندم با روغن زیتون جهت فروبردن ورمهای گرم و آب پیاز جهت ورمهای سرد مفید است ، و با آب گشنیز جهت

تحلیل ورمهای گرم و خنازیر و غدد مجرب است .

پخته گندم با سکنجبین جهت بثورات آبکی سودمند می باشد.

روغن گندم که از جوشاندن و پختن گندم در روغن زیتون بدست می آید. جهت رفع قوبا (زخم های جلدی که منشاء عصبی دارد) مخصوصا قوبای اطفال و همچنین پاک شدن کک و مک و معالجه کچلی و ریزش طبقات شاخی پوست مفید است . جوشانده سبوس گندم درمان سرفه و زکام های سخت است . جوشانده ی سبوس گندم که با عسل شیرین شده باشد، بعد از غذا بیوست هایی را که منشاء آنها تنبلی کبد و تحریکات روده باشد درمان می کند. از سبوس گندم می توان نان سیاه هم تهیه کرد، ولی سنگین بوده ترشی معده را زیاد می کند.

مبتلایان به زخم معده -سرطان دستگاه هاضمه و آپاندیس بایستی از سبوس گندم پرهیز نمایند.

به زنان حامله توصیه کنید که از سوپ گندم که دارای املاح کلسیم - فلوئور و سیلیس و ویتامین های ((ب و پ)) می باشد حتما استفاده کنند.

مرجع: کتب طب سنتی

جوانه گندم

طریقه مصرف:

هم مصرف خوراکی دارد و هم از ماسک آن استفاده میگردد.

توضیحات:

پودر جوانه گندم یک مکمل غذایی پر ارزش و سرشار از ویتامین E و ویتامین های گروه B است.

ویتامین E امروز به عنوان معجزه گر و اکسیر جوانی معرفی می شود.

سلنیوم و منیزیوم وجود در جوانه گندم ، در پیشگیری از ابتلا به انواع سرطان موثر شناخته شده است. به اعتقاد برخی از متخصصان پوست ، مو و زیبایی ، جوانه گندم در درمان ریزش مو، رفع شوره سر و رفع انواع جوش صورت و ناراحتی پوستی موثر است و بدین منظور میتوانید از ماسک جوانه گندم استفاده نمائید به این صورت که پودر جوانه گندم را با ماست تازه خمیر کرده و روی پوست صورت بگذارید.

همچنین کسانی که از یبوست ، خستگی و بی حالی ، کلسترول بالا- و دردهای عضلانی رنج می برند، باید از این ماده غذایی کمک بگیرند. اگر می خواهید لاغر شوید، پودر جوانه گندم را همراه با ماست یا سالاد کاهو ۱۰ دقیقه قبل از صرف غذا و اگر می خواهید چاق شوید، آن را ۱۰ دقیقه بعد از غذا میل کنید.

در واقع جوانه ها مواد غذایی هستند که با روند طبیعی رشد و تولیدشان، در گروه سبزی ها، آن هم با ارزش غذایی بالا از نظر ویتامین ها و املاح محسوب می شوند.

در سنین مختلف، مردان بین ۱۰ تا ۳۰ درصد بیشتر از زنان به پروتئین و ویتامین های B۱۲، A، B۶ و اسید فولیک و املاح کلسیم، فسفر، روی و ید نیاز دارند. اما در خصوص زنان باردار و خانم های شیرده، بالاترین نیازهای غذایی، در نظر گرفته شده و حتی در مواردی از مقدار مصرف مردان نیز به مراتب بیشتر است

در سنین بالا- به علت تحرک کمتر، نیاز بدن به انرژی کاسته شده، ولی درمقابل نیاز به ویتامین ها ، املاح و پروتئین افزایش می یابد. با مصرف جوانه های مختلف می توانید مقدار قابل توجهی از ویتامین های B را به بدن برسانید. توجه به این موضوع که تامین

ویتامین های C و E، بتاکاروتن و سلنیوم می تواند از اکسیداسیون چربی ها در بدن جلوگیری کند و نیز تأمین منیزیم می تواند فشار خون را کنترل نماید، به نقش مهم جوانه ها و گنجاندن آنها در برنامه غذایی روزانه بیشتر پی می بریم.

مرجع: کتب طب سنتی

کشمش

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کشمش برای تقویت طبیعی انرژی فوق العاده است.

۱۰۰ گرم کشمش شامل بیش از ۲۵٪ مواد لازم توصیه شونده است .

همچنین فیبر زیادی در آن وجود دارد که به کاهش کلسترول و بهبود عملکرد روده ها کمک می کند. در کنار آن پتاسیم را می توان نام برد که موجب کاهش فشار خون و جلوگیری از دفع مایعات بدن می شود . همچنین سلنیوم در کشمش وجود دارد که برای پوست عالی است .

به علاوه در کشمش مقادیر کمی از ویتامین A و مقادیر مناسبی ویتامین B یافت می شود.

چون این ماده غنی از کالری است، برای کسانی که مبتلا به افسردگی - دلشوره - تشویش و مشکلات عصبی هستند بسیار مناسب است .

مرجع: کتب طب سنتی

کنگر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کنگر

در عربی به این گیاه عکوب، سلین، خربع میگویند.

این گیاه خود رو بوده و در صحراهای ایران به عمل می آید

۱- دارای ویتامینهای E, B, A میباشد

۲- دارای هورمونهای گیاهی بوده و ترشحات غده را تقویت مینماید

۳- محرک شهوت است و آنرا لذتبخشتر مینماید.

۴- باد شکن و پیشاب آور است.

۵- از اسهال جلوگیری مینماید.

۶- برای درمان مرض قند مفید است.

۷- در هضم غذا موثر است.

۸- کلیه و مثانه را گرم میکند.

- ۹- برای زخم ریه و جراحات روده مفید است.
- ۱۰- ضماد آن جهت خوشبو کردن عرق بدن توصیه شده است.
- ۱۱- مرهم آن برای درمان ورمهای سخت و خارشهای پوستی توصیه شده است.
- ۱۲- ضماد ریشه آن برای سوختگی آتش و پیچیدگی عصب مفید می‌باشد.
- ۱۳- صمغ بوته‌ی آن ایجاد قی میکند و همراه با آن بلغم و صفرای اضافی بدن را دفع میکند.
- مرجع: کتب طب سنتی

اکالپتوس

طریقه مصرف:

برای انواع بخورهای سر استفاده می شود و مصارف دیگری هم دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :
توضیحات:

از برگهای اکالپتوس برای درمان جراحات و پایین آوردن تب استفاده می گردد. مردمان استرالیا می دانستند اگر در منطقه بیابانی استرالیا به نام " آتَبک ("Outpack) با بی آبی مواجه شوند، می توانند ریشه های اکالپتوس را، که آکنده از آب است، از زمین برای رفع تشنگی بیرون بیاورند.

برگهای اکالپتوس و روغنی که آنها تولید می کنند سبب کشتن باکتریها و رفع ناراحتیهای تنفسی افراد مبتلا به خناق، آسم و برونشیت میشود. اگر سابقه مصرف ویکس دارید، آنگاه احتمالاً خنکی و احساس سوزش ناشی از مرهم روی پوست و پاک شدن سینوس ها در اثر رایحهٔ نعناعی و معطر را به یاد خواهید آورد. در واقع این اثرات روغن اصیل اکالپتوس است. اکالپتوس به انواع عطر، صابون و برخی از مواد غذایی و نوشیدنیها اضافه میشود. از این گیاه همچنین به عنوان عامل دفع حشرات نیز استفاده و به روغن شمع و افشانه های حشره کش نیز اضافه میشود. اگر به هیره ها (حشرات) و گرد و غبار آلرژی دارید، می توانید اضافه کردن چند قطره روغن اصلی اکالپتوس به مایع شستشوی لباسهایتان را مورد توجه قرار دهید. تحقیقات اخیر مؤید این است که این گیاه دارویی تعداد هیره ها (حشرات)ی گرد و خاک را تا حد زیادی کاهش می دهد و راه تنفس شما را بازتر می کند.

اگر در خانه خود شاهد سوسک هستید، اضافه کردن چندین قطره روغن اصیل اکالپتوس بر لباسهای مندرس و گذاشتن آنها را در کمد لباسهایتان امتحان کنید (دقت کنید لباسهای مزبور را از مواد غذایی یا ظروف دور نگهدارید). به خاطر داشته باشید که روغن اکالپتوس فوق العاده برای انسان سمی است و در مصرف آن باید دقت کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

گردو (جوز)

طریقه مصرف:

به طرق مختلف مصرف میشود که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

گردو WALNUT

نام علمی Juglans regia

گیاه شناسی

گردو درختی است زیبا و سایه افکن که بعنوان درخت زینتی بکار می رود. این درخت در مناطق معتدل دنیا رشد و پرورش می یابد.

گل‌های نر و ماده روی یک پایه قرار دارند سنبله گل‌های نر بصورت آویخته است ولی گل‌های ماده آن بوضع قائم روی شاخه قرار دارد.

میوه گردو، گرد و در درون مغز قرار دارد و در فاصله های پدیده های نازکی قرار گرفته است. قشری که روی مغز گردو است سبز رنگ و کمی گوشتی می باشد

درخت گردو هنگامیکه به سن بیست سالگی می رسد شروع به میوه دادن می کند و بالاترین باروری خود را در سنین پنجاه سالگی دارد.

از تمام قسمت‌های درخت گردو استفاده طبی به عمل می آید.

خواص داروئی:

گردو از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است روغن گردو که از قدیم برای پختن غذاها از آن استفاده می شد است روغنی است به رنگ زرد روشن که دارای طعم مطبوع و ملایم است و باسانی تند (اکسیده) می شود.

(۱) گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است

(۲) گردو درمان کننده بیماریهای ریوی است

(۳) گردو مسکن دل پیچه است

(۴) اگر از گردو و عسل و مربا درست کنید برای اشخاص لاغر و تقویت و تحریک نیروی جنسی مفید است.

(۵) مربای گردو ملین بوده و آپاندیس را تقویت می کند

(۶) خوردن گردو از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا جلوگیری می کند

(۷) پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است

(۸) خوردن گردو برای تقویت جنسی مفید است

(۹) گردو را با انجیر و موز بخورید مقوی حواس و مغز است

(۱۰) اگر پوست تاز گردو را به دندان و لثه بمالید لثه و دندان را تقویت می کند

(۱۱) دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ورم مفاصل مفید است

(۱۲) ۵۰ گرم برگ گردو را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت چند دقیقه بجوشانید این جوشانده برای شست و شوی زخم ها و التیام آنها بسیار مفید است.

(۱۳) دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ترشحات زنانه و بیماری سل مفید است

(۱۴) جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سر درد، سرمازدگی و بیماریهای پوستی است

(۱۵) شیره قسمت سبز میوه را اگر چند بار روی زگیل بمالید آنرا از بین می برد

(۱۶) قسمت سبز و تازه میوه گردو را اگر با آب بجوشانید و موهای خود را با آن رنگ کنید رنگ قهوه ای به مو می دهد.

(۱۷) برگ تازه درخت گردو حشرات موذی مانند بید و ساس را از بین می برد.

(۱۸) اگر زن حامله روزی یک عدد گردو بخورد پس از زایمان پوست شکمش زیبایی خود را حفظ خواهد کرد

(۱۹) چون گردو دارای مس می باشد بنابراین به جذب آهن در بدن کمک می کند

مضرات:

گردو با داشتن مواد مغذی زیاد غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن اسراف کرد زیرا زیاده روی آن باعث ورم لوزه و زخم دهان می شود. مخصوصا گردو برای گرم مزاج ها خوب نیست و معمولا بهتر است اینگونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را بشویند و یا انار ترش و یا کمی سکنجبین یا سرکه بخورند. مغز گردو لطیف است و در اثر ماندن کهنه می شود و رنگ آن زرد یا قهوه ای و طعمش تند می شود و باعث مسمومیت خواهد شد و نباید از آن استفاده شود.

مرجع: کتب طب سنتی

اسفناج (اسفناج)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اسفناج Spinach

نام علمی Spinacia oleracea

گیاه شناسی

اسفناج گیاه بومی ایران است و از اوائل قرن اول میلادی کم کم به نقاط دیگر دنیا راه یافت. بطوریکه در تاریخ مسطور است اسفناج در قرن هفتم در چین و در قرن دوازدهم در اسپانیا کشت میشده است. کشت اسفناج در سال ۱۸۰۶ در آمریکا شروع شد. اسفناج گیاهی است یکساله دارای ساقه ای راست به ارتفاع نیم متر که برگهای آن پهن و نرم مثلثی شکل برنگ سبز می باشد. اسفناج نسبت به سرمای زمستان مقاوم است.

دو نوع اسفناج وجود دارد که بنام پائیزه و بهار نامیده می شود. اسفناج بهار در فصل بهار کاشته می شود و به اسفناج انگلیسی معروف است. نوع پائیزه آن که به خاک بسیار غنی احتیاج دارد در پائیز کاشته می شود. گلهای اسفناج برنگ سبز کم رنگ می باشد.

اسفناج چون دارای مواد غذایی فراوانی است کشت آن امروز در تمام نقاط دنیا معمول است.

خواص دارویی:

برگ اسفناج از نظر طب قدیم ایران کمی سرد و تر است و برخی عقیده دارند که متعادل است یعنی نه سرد است و نه گرم.

(۱) برگ اسفناج منبع غنی ویتامین C، B۳، A و آهن و پتاسیم می باشد.

(۲) بدن را قلیایی می کند.

(۳) خنک کننده است و برای پائین آوردن تب مفید است.

(۴) ورم روده کوچک را رفع می کند.

(۵) برای ورم ریه مفید است.

(۶) ملین است و یبوست را برطرف می کند.

(۷) برای لاغر شدن و وزن کم کردن مفید است.

(۸) اسفناج بدلیل داشتن ماده ای بنام اسپیناسین هضم غذا را تسریع می کند. این ماده باعث تحریک معده و ازدیاد ترشحات آن می شود.

(۹) خوردن اسفناج در رفع تشنگی موثر است.

- ۱۰) برای از بین بردن ورم و درد گلو مفید است .
- ۱۱) برای رفع سرفه های خشک برگ اسفناج را با جو پوست کنده و روغن بادام پیژید و بخورید .
- ۱۲) آش اسفناج با گشنیز برای سردردهایی که ناشی از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشی است مفید می باشد .
- ۱۳) اگر آش اسفناج را با آب لیمو و سماق و یا آب غوره بخورید سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می کند .
- ۱۴) خوردن اسفناج از سرطان جلوگیری می کند مخصوصا در افرادی که به مصرف سیگار دست دارند .
- ۱۵) حقیقات دانشمندان نشان داده است که اسفناج در پیشگیری سرطان روده بزرگ ، معده ، پروستات حنجره و رحم موثر است .
- ۱۶) اسفناج کلسترول خون را پائین می آورد .
- ۱۷) بهترین دارو برای کسانی است که مبتلا به کم خونی هستند .
- ۱۸) اسفناج مانند جارو روده بزرگ را تمیز می کند .
- ۱۹) ترشحات لوزالمعده را افزایش می دهد .
- ۲۰) اسفناج سبزی مفید برای تقویت اعصاب است .
- ۲۱) اسفناج پته برای رفع بیماری آسم و گرفتگی صدا بسیار موثر است .
- ۲۲) روماتیسم و نقرس را درمان می کند .
- ۲۳) برای زیاد کردن شیر در مادران شیر ده موثر است .
- ۲۴) سابقا نوعی شربت از اسفناج تهیه شد که در معالجه خونریزیها و کم خونی از آن استفاده می کردند .
- ۲۵) تخم اسفناج ملین و خنک کننده است .
- ۲۶) تخم اسفناج برای برطرف کردن ورم کبد و یرقان مفید است .
- ۲۷) اسفناج تعداد گلبولهای قرمز خون را افزایش می دهد .
- ۲۸) اسفناج چون دارای کلروفیل است عضلات روده را تحریک کرده و تخلیه مدفوع را آسان می کند .
- ۲۹) اگر کسی مبتلا به حبس البول یعنی بند آمدن ادرار است می تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج این ناراحتی را درمان کند . با همان مقدر روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کرده و باو بدهید .
- ۳۰) اسفناج را در سالاد خود بریزید و میل کنید .
- مرجع: کتب طب سنتی

میخک

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

میخک Clove

نام علمی caryophyllium aromaticus

گیاه شناسی

درخت میخک بومی جزائر اندونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصی که دارد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می شود . البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم خانه نگهداری می شود . در قدیم الایام میخک ادویه ای

گران قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی می توانستند از آن استفاده کنند

میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی شود و در تمام طول سال سبز است . ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می رسد . برگهای آن نوک تیز و بیضوی و دم برگهای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصی می دهد

گل‌های میخک کوچک و مجتمع بصورت خوش هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می باشد .

وجه تسمیه این درخت بدین دلیل است که غنچه های خشک شده آن که کوچک و بطول یک سانتی متر است بشکل میخ کوچک می باشد .

خواص دارویی:

میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است .

۱) برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید .

۲) میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانیکه حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.

۳) میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد .

۴) برای رفع سردرد مفید است

۵) در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است

۶) ضعف اعصاب را درمان می کند

۷) برای رفع تنگی نفس مفید است

۸) کسانیکه مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند

۹) مقوی معده و جهاز هاضمه است

۱۰) کبد و کلیه را تقویت می کند

۱۱) سکسکه را برطرف می کند

۱۲) برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد

۱۳) کسانیکه قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند

۱۴) میخک اشتها آرو است

۱۵) بدن را تقویت می کند

۱۶) برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید .

۱۷) میخک تب بر است

۱۸) میخک کرم کش است و داروهای کرم کش دارای میخک می باشند

۱۹) برای گردش خون و قلب مفید است

۲۰) اسهال و دل درد را تقویت می کند

۲۱) برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چای مخلوط کرده و بنوشید .

۲۲) نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد

۲۳) استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد

مرجع: کتب طب سنتی

صبر زرد

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

صبر زرد Aloe

نام علمی Aloe vera

گیاه شناسی

صبر زرد یکی از گیاهانی است که قبل از میلاد مورد مصرف مردم بوده است . کلئوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد و حتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند . .
صبر زرد فاقد ساقه بوده ولی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر می رسد . گلهای این گیاه برنگ زرد می باشد که در انتهای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می روید .

خواص داروئی:

صبر زرد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است شیرابه آن به مصرف طبی می رسد .

۱) تقویت کننده بدن است

۲) یبوست را برطرف می کند و روده ها را تمیز می کند

۳) برای معالجه آسم مفید است

۴) سوء هاضمه را برطرف می کند

۵) در معالجه صرع مفید است

۶) اثر ضد کرم دارد

۷) خون را تصفیه می کند

۸) برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید

۹) اگرما را درمان می کند

۱۰) برای معالجه اسهال خونی مفید است

۱۱) برای رفع ریزش مو ، شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید

۱۲) گرفتگی کبدی را برطرف می کند

۱۳) برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید

۱۴) صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است برگها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید

۱۵) مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند اما باید توجه داشته باشید که این گیاه بسیار تلخ میباشد.

۱۶) برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید

مضرات :

صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمناً زنان شیدره نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر وارد بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند . این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.

مرجع: کتب طب سنتی

شیرین بیان

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیرین بیان Liquorice - Licorice

نام علمی Glycyrrhiza glabra

گیاه شناسی

شیرین بیان گیاه بومی ناطق مدیترانه است و در ایران در اکثر نقاط کشور می روید . شیرین بیان گیاهی است چند ساله و دارای ساقه ای بطول یک متر که در نواحی معتدل تا ارتفاع دو متر می رسد . برگهای آن مرکب از تعدادی برگچه های فدر و سبزرنگ می باشد . گلهای آن برنگ بنفش ، سفید . زرد است میوه آن مانند نیام و محتوی ۵ تا ۶ دانه می باشد .

ریشه شیرین بیان بطور خیلی عمیق در زمین فرو می رود . پوست ریشه قهوه ای سیر و سیاه است . مغز ریشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغییر می کند . مثلاً شیرین بیان اسپانیا طعم ملایم دارد در حالیکه شیرین بیان یونان دارای طعم تلخ است . خواص دارویی:

شیرین بیان از منظر طب قدیم ایران معتدل است .

شیرین بیان را بصورت قطعات کوچک به قطر ۰/۵ سانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رسانند .

۱) مهمترین خاصیت شیرین بیان که جدیداً کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا استفاده می شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد .

۲) برای تقویت عمومی بدن مفید است

۳) خوردن آن از پیری جلوگیری می کند

۴) برای نرم کردن سینه موثر است

۵) زخم ها و تاول های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود .

۶) ملین است و معمولاً آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کنند که انقباضات را کم می کند

۷) مدر و عرق آور است

۸) برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید .

۹) سرفه را برطرف می کند

۱۰) ورم معده را برطرف می کند

- ۱۱) تنگی نفس را تسکین می دهد
- ۱۲) برای درمان سوء هاضمه مفید است
- ۱۳) برای از بین بردن نفخ شکم مفید است
- ۱۴) چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کند برای این منظو از فرمول زیر استفاده کنید :
- ۲ گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید.
- ۱۵) برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید .
- ۱۶) برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت ها بگذارید .
- ۱۷) شیرین بیان را اگر قبل از غذا مصرف کنید برای لاغری موثر است.
- مرجع: کتب طب سنتی

تمبر هندی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

تمبر هندی Tamarind

نام علمی Tamarindus indica

گیاه شناسی

تمبر هندی که از *Tamaria Hindi* مشتق شده و به معنای میوه هندی می باشد . تمبر هندی درختی است بلند که منشا آن از هند و آفریقای شمالی بوده است ولی امروزه در بیشتر مناطق گرمسیر دنیا پرورش می یابد .

برگهای آن متناوب و مرکب شامل ۱۰ تا ۲۰ جفت برگچه فشرده و نزدیک بهم است . گلهای آن به رنگ زرد مایل به قرمز و به شکل خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود .

میوه آن شبیه باقلا به شکل غلاف و نیام و با کمی خمیدگی است . این غلاف به طول ۱۰ سانتیمتر می باشد که در آن بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد .

برای تهیه تمبر هندی ها میوه ها را شکافته و قسمت گوشتدار آنها را با هسته بیرون آورده و خشک می کنند . خشک کردن تمبر هندی طرق مختلفی دارد و در هر منطقه فرق می کند . مثلا- در جزایر آنتیل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگی که دارای شربت غلیظی در حال جوش است وارد می کنند تا شربت در منافذ میوه نفوذ کرده و آنرا حل کند . خواص دارویی:

تمبر هندی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .

۱) خوردن تمبر هندی باعث پائین آمدن تب می شود .

۲) به هضم غذا کمک می کند .

۳) تمبر هندی خنک کننده بدن است .

۴) برای رفع تشنگی مفید است .

- ۵) دل بهم خوردگی و تهوع را برطرف می کند .
- ۶) پوست تمبر هندی قابض و رفع کننده اسهال است .
- ۷) پوست تمبر هندی قابض و رفع کننده اسهال است .
- ۸) بهترین طریقه استفاده از تمبر هندی این است که این ماده را در آب خیس کنید و سپس آنرا صاف کرده و با نبات بخورید .
- ۹) دم کرده تمبر هندی نیز اثر ملین دارد . برای تهیه دم کرده یک قاشق غذا خوری تمبر هندی را با نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مدت یک ساعت بگذارید بماند سپس این دم کرده را در طول روز مصرف کنید .
- ۱۰) تمبر هندی را بپزید و ضماد از آن درست کنید . این ضماد را روی ورم و قسمتهای دردناک بدن بگذارید .
- مضرات :

تمبر هندی برای ریه و طحال خوب نیست و در اشخاصی که ریه و طحال ضعیف دارند ممکن است تولید اشکال کند . اینگونه اشخاص بهتر است که تمبر هندی را با کتیرا و یا خشخاش بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

زرد آلو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زرد آلو Apricot

نام علمی Armeniaca bulgar

گیاه شناسی

درخت زرد آلو بومی نواحی چین می باشد و هنوز هم بصورت وحشی در این مناطق می روید این درخت در اوائل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت .

درخت زرد آلو تا ارتفاع ۶ متر می رسد برگهای آن مانند قلب نوک تیز و برنگ سبز روشن مایل به زرد می باشد . گلهای زرد آلو درشت و برنگ سفید متمایل به قرمز است .

میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان میرسد.

هسته زرد آلو صاف ، قهو های و بیضی شکل است، مغز آن در داخل هسته قرار دارد که طعم آن شیرین و گاهی تلخ می باشد .

خواص داروئی:

خواص درمانی زرد آلو

زرد آلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تراست

۱) تصفیه کننده خون است

۲) عروق را باز می کند

۳) ملین است

۴) بوی بد دهان را رفع می کند

۵) تب بر است

۶) بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است

۷) ورم مفاصل را برطرف می کند

۸) ضد نرمی استخوان است

۹) برای قلبیایی کردن بدن مفید است

خواص درمانی هسته و برگ زردآلو

مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است .

۱- مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است

۲- روغن مغز هسته زرد آلو را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می کند .

۳- روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

۴- روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است

۵- روغن تلخ هسته ورم مقعد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می کند.

۶- دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است

۷- برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید .

مضرات :

زردآلو بطور کلی دیر هضم ، ثقیل و نفاخ است . اشخاص سالخورده و کودکان باید از زیاد خوردن آن احتراز کنند . همیشه باید

زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نیز تناول نمود زیرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان می سازد

مرجع: کتب طب سنتی

گریپ فروت

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

گریپ فروت

فواید : سرشار از ویتامین «ث» و پتاسیم است.

منبعی غنی از فولات، آهن، کلسیم و سایر مواد معدنی می باشد انواع سرخ و صورتی آن انباشته از کاروتن یعنی زمینه ساز ویتامین

«آ» است.

فیبر گیاهی اش فراوان ولی مقدار کالری اش جزئی است. دارای بیوفلاونوئید و شماری دیگر از مواد گیاهی است که از انسان در

مقابل بروز سرطان و بیماری های قلبی مراقبت می کنند.

- میوه ی گریپ فروت ، اشتها را تقویت می کند .

- گریپ فروت ، عمل هضم را آسان می کند و جریان عصیر معدی و ترشح کیسه ی صفرا را سرعت می بخشد .

- گریپ فروت دارای ویتامین های « ث » و « پ » است . این دو ویتامین در حفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند .

- گریپ فروت به تولید قند و مواد حیاتی دستگاہ بدن کمک می کند .

- گل های گریپ فروت ، خاصیت ضد تشنج و لرز را دارد و دم کرده ی آن را موقع تشنج زکام و تب می نوشند .

- اگر گریپ فروت را صبح ناشتا بخورند، خواص ادراک‌آور آن زیاد می‌شود و سموم را از بدن خارج می‌کند.
- گریپ فروت، خون را تصفیه می‌کند و کلیه و کبد را پاک می‌سازد.
- گریپ فروت، ضد خون‌ریزی بواسیر است.
- گریپ فروت، میوه‌ای خنک است و عطش را رفع می‌کند.
- گریپ فروت، اختلالات مفصلی را درمان می‌کند.
- گریپ فروت، برای کسانی که موهای سرشان می‌شکند، تجویز می‌شود.
- گریپ فروت، برای کسانی که عفونت‌های ریوی و تب خیز دارند مفید است.
- گریپ فروت، علاوه بر مواد معدنی (آهن و کلسیم) دارای ویتامین‌های «آ»، «ب-۱»، «ب-۲»، «ث» و «پ پ» است.
- گریپ فروت، میوه‌ای توپر، خوش طعم و مغذی است.
- هم‌چنین ۳۲۵ گرم پتاسیم، ۲۵ میکروگرم فولات، ۴۰ میلی‌گرم کلسیم و ۱ میلی‌گرم آهن دارد.
- یک فنجان حاوی گریپ فروت شیرین نشده (بدون شکر) به مقدار ۹۵ میلی‌گرم ویتامین «ث».
- در گذشته، بسیاری از مردم، از خوردن گریپ فروت بدون شکر، به خاطر عصاره‌ی تلخ و ترش آن، خودداری می‌کرده‌اند، ولی به طور معمول با آمیختن آب گریپ فروت سرخ یا صورتی با سفید، مزه‌ی شیرین حاصل می‌شود.
- اگر آب پرتقال یا گریپ فروت را با هم در آمیزیم، نوشابه‌ای نیروبخشی پدید می‌آید که نیاز به شیرین کردن ندارد.
- گریپ فروت از قدرت بی‌ظنیری برای سوزاندن و از بین بردن چربی‌ها برخوردار است.
- چنان‌چه می‌خواهید از وزن تان بکاهید، روزانه پیش از هر خوراکی، آن را بخورید تا جلوی پرخوری تان را بگیرد، در ضمن میان وعده‌ی ایده‌آلی به شمار می‌رود.
- جالب این‌که گریپ فروت سرشار از پکتین (الیاف گیاهی حل‌شدنی) است که به کاهش کلسترول خون کمک می‌کند.
- به عنوان مثال، گریپ فروت‌های سرخ و صورتی، سرشار از لیکوپن هستند و این ماده، یک ماده‌ی ضد اکسید کننده است که به نظر می‌آید خطر بزرگ شدن پروستات را تقلیل می‌دهد.
- مضرات: امکان دارد در افراد حساس به مرکبات، واکنش حساسیت‌زا ایجاد کند.
- افرادی که به مرکبات حساسیت دارند، احتمالاً در برابر گریپ فروت نیز از خود حساسیت نشان می‌دهند. این حالت ممکن است به خاطر خود میوه یا روغن موجود در پوست آن باشد.
- مرجع: کتب طب سنتی

سیر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سیر Garlic

نام علمی Allium sativum

گیاه‌شناسی

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می‌رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می‌باشد. برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گل‌های آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می‌شود. سیر و پیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می‌باشد.

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می‌رفته است. هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است.

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می‌شناختند و از آن استفاده می‌کردند.

بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است.

سه نوع سیر وجود دارد:

۱- سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می‌شود. این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است.

۲- سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می‌رسد.

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می‌فرمایند:

از سبزی سیر تا می‌توانید استفاده کنید زیرا سیر دواى هفتاد درد است اما آنکس که سیر و پیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود. (به علت بوی بد دهان)

خواص دارویی:

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می‌شود برای تغییر طعم غذا مصرف می‌شود.

۱) سیر بادشکن و ضد عفونی کننده است.

۲) خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می‌دهد.

۳) سیر گرم کش است.

۴) سیر محرک و تقویت کننده بدن است.

، برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است.

۶) سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد

۷) سیر خون را رقیق می‌کند

۸) سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد

۹) خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می‌برد.

۱۰) سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می‌برد و دردهای مفاصل را خوب می‌کند.

۱۱) سیر درمان کننده دردهای مفاصل، سیاتیک و نقرس می‌باشد.

۱۲) سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است.

۱۳) آنهایی که قطره قطره ادرار می‌کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود.

۱۴) سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می‌برد.

۱۵) سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .

۱۶) سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .

۱۷) مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .

۱۸) سیر را بسوزانید و با عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .

۱۹) سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .

۲۰) برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .

۲۱) جهت رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .

۲۲) جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :

مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .

۲۳) جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضد عفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴) پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است .

۲۵) سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولا هنگامیکه آنفلوانزا شیوع دارد، مصرف آن بالا می رود در چندسال پیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .

۲۷) خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .

۲۸) یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .

۲۹) مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدار LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . گ

۳۰) خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند .

۳۱) چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند .

مضرات :

سیر با آنکه خواص بسیاری دارد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سیر برای آنهاییکه اسهال دارند مضر است .

آنهاییکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند .

کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد .

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

هندوانه Watermelon

نام علمی Citrullus vulgaris

گیاه شناسی

هندوانه گیاهی است یکساله و یک پایه ساقه آن خزنده و پیچک دارد و برگهای آن پهن با بریدگیهای عمیق می باشد. گلهای آن کوچک و زردرنگ است. میوه آن رگدار یا دراز. پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز می باشد. تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممکن است سیاه، قرمز، سفید و یا زرد باشد.

خواص دارویی:

هندوانه از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است. گرما را برطرف می کند و بهترین میوه تابستان است.

۱) هندوانه مدر است و به پائین آوردن فشار خون کمک می کند

۲) هندوانه معده را تقویت می کند

۳) پوست سفید داخل هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار موثر است

۴) مغز تخمه هندوانه کرم های معده و روده را از بین می برد

۵) هندوانه برای ورم مثانه مفید است

۶) هندوانه بدن را تازه شاداب می کند

۷) هندوانه برای اشخاص گرم مزاج بسیار خوب است

۸) آب هندوانه مخلوط با سکنجین علاج کننده یرقان و دفع کننده سنگ کلیه است

۹) برای خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر بخورید

۱۰) برای برطرف کردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شیر خشت بخورید

۱۱) برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندی بخورید

۱۲) هندوانه را باید همیشه بین دو غذا خورد یعنی تقریباً سه ساعت بعد از غذا و یکساعت قبل از غذا. زیرا اگر بلافاصله بعد از غذا

خورده شود در هضم غذا اختلال ایجاد می کند همچنین نباید آنرا با میوه های دیگر مخلوط کرد زیرا تولید نفخ شکم می کند

مرجع: کتب طب سنتی

سمنو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سمنو را از عصاره جوانه گندم تازه و آرد کامل گندم تهیه می کنند. سمنو خوشمزه و شیرین است و این در حالی است که به آن هیچ نوع ماده شیرین کننده اضافه نمی کنند. علت شیرینی آن ترکیب عصاره جوانه گندم با آرد کامل است که طعم شیرین به آن

می دهد. مواد و ویتامین های موجود در گندم و جوانه آن ارزش غذایی فراوانی دارد. سمنو به سلامت افراد و پیشگیری از پاره ای از بیماریها کمک می کند. جدول زیر به بررسی مواد مفید آرد و عصاره و مقایسه آن با آرد تصفیه شده نشان می پردازد.

سمنو دارای ویتامین های K-E-A و گروه ویتامین های B₁, B₂, B₃, B₅, B₈, B₁₂ و مواد مهم دیگر مانند: فسفر، کرومیوم، روی، سلنیوم، آهن و مس است.

سمنو مغذی و انرژی زا است و بویژه برای ورزشکاران پرورش اندام بسیار مفید است.

سمنو داروی طول عمر و آرامش اعصاب است. سمنو شیرافزا است از این رو هم برای مادران شیرده و هم به علت مقوی بودن برای زنان باردار بسیار مفید است. از دیگر موارد مفید درمانی سمنو می توان به اثرات شفافبخش آن در درمان سوءهاضمه، نازایی، سختی زایمان، سنگ کیسه صفرا و اختلال صفرا، پادرد، کندی ضربان قلب، ریزش مو، لاغری، یبوست، واریس، قندخون و دیابت، رشد قد، بی خوابی عصبی، احتلام، تصلب شرائین و کلسترول، ضعف حافظه، بیماران دوره نقاهت، S.M، بهت زدگی، پرکاری تیروئید، اسکیزوفرنیا، سایکوز، فسفات در ادرار، خون ادراری، ترمیم زخم ها، فلج مغزی، مقاومت در برابر عفونت، بهبودی زخم های قرینه، بیماری رینود، اکرو دینی، کولی باسیلوز، بری بری، شارکو، هوا بلعی، مخملک، کوریزای مزمن، پیستوریازیس، ورم دستگاه تناسلی، تب برفکی، ورم میزراه، سرگیجه های منی پر، کم خونی هیپوکروم، آرتروز، ورم زبان همراه بار، آرتريت پا و شیکه، پارکینسون، عوارض یائسگی، پورپورا، اسپرو، اسکروفولوس، هپاتیت، یرقان، یرقان نوزادی، کمک به ترمیم شکستگی استخوان و عقیم بودن، به عنوان غذا و کمک درمانی مفید و مؤثر است. در داخل این غذای بهشت که تزئین بخش سفره هفت سین است، بادام های شیرین (سنگی) می ریزند که نماد و مایه برکت است. این بادام ها را پس از پختن از سمنو خارج می کنند، تعدادی از آنها را به عنوان برکت کیف پول در داخل کیف پول قرار می دهند تا باعث فراوانی پول و ثروت گردد.

بادام، حاوی ویتامین E و B₂ و مقدار فراوانی از فسفر، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، گوگرد، سدیم، آهن، قند، مواد ازته و چربی است که به هنگام طبخ سمنو، جذب آن شده و باعث مقوی شدن بیشتر این غذا می گردد. مصرف سمنو باعث تقویت عمومی بدن بویژه استخوان ها می گردد و غذای بسیار مفیدی برای زنان بویژه زنان باردار، بچه شیرده و یائسه محسوب می شود.

مرجع: کتب طب سنتی

جوز هندی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

منشا جوز هندی از شرق اندونزی و شرق هند در جزایر ملوک است و در آن مناطق یکی از پایه های اقتصاد به شمار می رود. از جوز هندی در این مناطق به صورت خشک شده و بیشتر برای چاشنی غذا استفاده می شود. در واقع باید گفت پوسته ی خشک شده ی اطراف دانه در جوز هندی لذیذترین چاشنی برای غذا به کار می رود که البته مقادیر زیاد آن موجب ایجاد حالت رخوت و سستی و سپس اعتیاد به ماده ی آلکالوئیدی آن می شود.

جوز هندی درختی است دوپایه، به ارتفاع ۸ تا ۱۰ متر و دارای برگهای دائمی که در جزائر ملوک به صورت وحشی می روید. شکل ظاهری آن بی شباهت به درخت نارنج نیست زیرا بر روی شاخه های متعدد آن برگهایی متناوب، ساده، کامل، موجدار، بیضوی، نوک تیز، بدون استیبول و چرمی شبیه برگ درخت نارنج به وجود می آید. سطح فوقانی پهنک برگ به رنگ سبز تیره ولی سطح تحتانی آن روشن تر و به رنگ سبز مایل به سفید است. در طول شاخه های آن گلهای نر و ماده بر روی دو پایه به وجود

می آید.

گل‌های نر آن دارای پوششی ضخیم، گوشتدار و منقسم به سه قسمت نوک تیز اند و به صورت مجتمع بر روی شاخه قرار می گیرند. در گل‌های ماده نیز پوششی شبیه گل‌های نر وجود دارد دارای یک تخمدان تک خانه است که از لقاح آن یک میوه ی سته شبیه هلو و محتوی دانه های بیضوی محصور در یک پوشش گوشتی و قرمز رنگ تبدیل می شود.

قسمت مورد استفاده ی این درخت دانه و پوشش اطراف آن است. بهره برداری از این درخت معمولاً از پایه های ۷ ساله شروع می شود و در سن ۲۵ سالگی نیز حداکثر مقدار میوه از آن به دست می آید و چون در تمام سال میوه بر روی درخت وجود دارد در هر فصلی می توان از درخت بهره برداری به عمل آورد. ولی بهترین موقع زمانی است که هنوز میوه ها در حال باز شدن باشند. میوه ی رسیده ی گیاه پس از باز شدن دانه هایی خارج می سازد که درون محفظه ای به رنگ قرمز نهفته می باشند. دقت در وضع دانه ی گیاه نشان می دهد که ارتباط دانه با محفظه ی مذکور منحصرأ از راه قاعده ی آن است. هر دانه را نیز از خارج پوسته ی سختی به رنگ قهوه ای که دارای شیارهای عمیق منشعب از قاعده است، در بر می گیرد.

اگر پوسته ی سخت دانه از آن جدا شود، مغز آن ظاهر می گردد که سطحی چین خورده دارد و جموعاً به رنگ خاکستری جلوه می نماید. بوی آن مخصوص و طعمش تند روغنی معطر و بسیار مطبوع است.

پس از چیدن میوه ها دانه های محصور در پوشش خارجی را در آب نمک می خیسانند و پس از آن که با این عمل پوشش خارجی دانه (Macis) از آن جدا گردید، دانه ها را بر روی شاسی ها تحت اثر گرمای ملایم به نحوی که به خوبی تهویه گردند قرار می دهند و مرتباً هر دو روز یک بار آنها را زیر و رو می کنند. با این روش در طی مدت دو ماه مغز درون دانه از پوسته ی آن ازاد می گردد (بر اثر خشک شدن و از دست دادن آب). در این هنگام با قطعه چوب سبک وزنی ضربات ملایم بر روی پوسته ی آن وارد می آورند و مغز دانه را از پوسته جدا می سازند.

ترکیبات شیمیایی - دانه ی گیاه که موسکاد نامیده می شود دارای آمیدون، مواد آلبومینوئیدی، مواد چرب جامد به مقدار ۳۵ تا ۴۰ درصد، اسانس ۸ تا ۱۵ درصد و رزین است.

اسانس موسکاد مایعی بیرنگ با کمی تمایل به زردی دارای بوی معطر و طعم گرم و سوزاننده است. در ترکیب آن نیز مخلوطی از پنین، کامفن راست (۸۰ درصد)، دیپانتن، الکل‌های ترپنی، کمی اوژنول، سافرانین، میریستین و... یافت می شود.

بوردو موسکاد ماده ی چرب مغز دانه ی گیاه است که برای تهیه آن مغز دانه ها را به صورت گرد در آورده بر روی غربال مویی می گسترانند و تحت اثر بخار آب قرار می دهند تا مواد چرب آن به حالت مایع و قابل استخراج در آید. سپس آن را به سرعت تحت اثر فشار صفحات آهنی سفید که قبلاً به علت قرار گرفتن در آب جوش کاملاً داغ شده است قرار می دهند. چون ماده ی روغنی که تحت اثر فشار صفحات آهنی گرم از گرد دانه خارج می شود مقداری آب همراه دارد. برای خارج شدن آب از روغن ظرف محتوی آنها را خنک می نماید به حدی که آب درون آن سرد شده و جدا شدن روغن از آب میسر می شود. صاف کردن روغن به دست آمده نیز باید در دمای ۱۰۰ درجه صورت گیرد.

خواص درمانی - دانه ی این گیاه و همچنین پوشش خارجی آن (Masic) از مواد محرک و مؤثر است. ولی ادامه ی مصرف آن خطرناک می باشد و مصرف ۷ تا ۱۲ گرم آن موجب مسمومیت می شود. مصرف بی رویه ی اسانس موسکاد ایجاد رخوت و خواب عمیق همراه با کاهش عمل رفلکس ها می کند. سمی بودن آن برای انسان بیشتر از حیوانات است. با توجه به موارد مسمومیت که غالباً از مصرف موسکاد و اسانس آن پیش می آید، باید همواره این نکان مورد دقت قرار گیرد که اولاً اگر مصرف آنها بی رویه و بیشتر از مقادیر درمانی نباشد و ثانیاً ادامه پیدا نکند بی خطر است.

موسکاد و پوشش خارجی آن علاوه بر مصارف درمانی در فرمول عده ای از فرآورده های دارویی وارد می شود و به علاوه از ان

در تهیه ی بعضی لیکورهای مقوی قلب و هضم کننده استفاده می شود. بوردوموسکاد در استعمال خارج به صورت مالیدن بر روی عضو برای درمان رماتیسم به کار می رود.

شکل‌های دارویی- موسکاد در فرمول الکلاهی گاروس و همچنین آب ملیس ده کارمس و الکلاهی فیروراوانتی وارد می شود. بوردوموسکاد در تهیه ی بم نروال و لینیمال دوروزن و یا به طور خالص برای مالش دادن بر روی عضو در رماتیسم به کار برده می شود.

محفظه ی بیرون دانه به مصارف درمانی نمی رسد ولی از آن برای تهیه ی نوعی شراب استفاده می شود. اسانی موسکاد به عنوان مقوی و به مقدار ۲۵ قطره یا نصف قاشق چایخوری در یک فنجان آب گرم مصرف می شود مشروط بر آن که به طور مداوم به کار نرود.

تولید ادویه جوز هندی در اندونزی به عنوان یک حرفه محسوب می شود و در تمام سال عده ی خاصی به خشک کردن و تولید آن مشغولند. همان طور که گفته شد جوز هندی از طعم بسیار لذیذی برخوردار است و در کشورهای گرمسیری به خصوص طرفداران خاص خود را دارد. جوز هندی به دلیل دارا بودن آکالوئیدهای خاص تسکین دهنده ی دردهای مفصلی و روماتیسمی است ولی افراط در مصرف آن بر روی بخش کنترل احساسات در مغز تأثیر گذاشته و در واقع آن را تحریک می کند و پس از مصرف آن احساس نشاط و رضایت به همراه سستی و رخوت در انسان پدید می آید. البته مصرف آن بستگی به طبع اشخاص دارد. (برای افراد سرد مزاج بسیار مفید است). برای تهیه این میوه دارویی با ما تماس بگیرید.

مرجع: کتب طب سنتی

جینسنگ (jingseng)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

هزاران سال است که گیاهان برای کسب انرژی، دور کردن ارواح خبیثه و تقویت ارگان های خاصی از بدن به کار رفته اند، امروزه نیروبخش های رایج در شرق چون جینسینگ و دانگ گویی (Dang gui) از نیروبخش های غربی چون رزماری و مریم گلی رایج تر و محبوب تر هستند. گیاهان نیروبخش می توانند به روش های متفاوتی طبقه بندی شوند. به عنوان افزایش دهنده انرژی یا کی (Qi) تغذیه کننده خون یا مایعات بدنی، تنظیم بین اخلاط در پزشکی ایورودایی و منبع انرژی تولید مثل و زاد و ولد می باشد.

یکی از گیاهان نیروبخش و مقوی که مشهوریت زیادی در جهان دارد جینسینگ می باشد که بهتر است آن را گیاه جوانی یا نوشدارو بنامیم. در کتب سنتی و به عربی ریشه گیاه را «جنسه» و «جنسا» می نامند. به فرانسوی و انگلیسی Ginseng و Asiatie و Chinsese ginseng گفته می شود. گیاهی است از خانواده ?عشقه Araliaceae می باشد که نام علمی آن Panax ginseng می باشد.

این گیاه Panax ginseng که بیش از ۵۰۰۰ سال است در چین به کار می رود. برای پزشکان عرب قرن نهم میلادی شناخته شده بود. مارکوپولو در مورد این گیاه شگفت کمیاب نوشته است: «هنگامی که هیئت از سوی پادشاه سیام بالوئی چهاردهم دیدار کرد گیاه جینسینگ را به او معرفی کردند. از آن پس ثروتمندان اروپایی برای رفع خستگی و ناتوانی از جینسینگ استفاده می کردند. همچنین این گیاه در قرن هجدهم، در آمریکا هم شهرت یافت، مخصوصاً وقتی کشف شد که گیاه پاناکس کینکفولیوس

(Panax quonquefolius) در آن قاره بومی است.

مشخصات :

گیاهی است چند ساله ، برگ های آن مرکب دارای ۷-۵ برگچه که به طور گروهی با دم‌برگ های خود از یک نقطه خارج و تشکیل یک برگ مرکب را می دهند. هر برگچه ، بیضی با کنار ؟دندانه دار منظم ، نوک تیز و با گلبرگ های مشخص می باشد. ریشه گیاه که در قسمت مستعمل آن می باشد دراز، ضخیم یک شاخه یا منشعب و دو شاخه ، طول آن یک متر و بیشتر و قطر آن در ناحیه یقه گیاه تا ۱۰ سانتی متر می رسد. پوست خارجی ریشه گیاه به رنگ زرد ، طعم آن کمی شیرین ، شبیه مغز ریشه شیرین بیان است. البته در بعضی گونه ها اندکی تلخ می باشد. این گیاه در کوهستان های چین و منچوری می روید و از داروهای شفابخش معروف چینی است که هم اکنون در تمام داروخانه های چین و اغلب داروفروشی های اروپا و آمریکا عرضه می شود.

ترکیبات شیمیایی :

از نظر ترکیبات شیمیایی برای اینکه به اسرار خواص شفابخش این ریشه پی برده شود ، مطالعات وسیعی صورت گرفته است و آنچه که تا به حال گزارش شده است این است که این گیاه دارای گلوکوزیدهای استروئیدی به نام پاناکیلون ، یک ساپونین به نام پاناکسوزید یا پاناکسین ، مواد صابونی ، یک اساس روغنی فرار به نام پاناسین و یک هورمون و ویتامین B و ویتامین D ، ترکیبات استیلنی ، استرول ها و سرانجام یک گلوکوزید به نام جینسینگ می باشد.

این دارو تونیک ، محرک ، بازساز و مقوی است. مرکز سیستم اعصاب و تنفس را تحریک می کند و این اثر دارو مربوط به وجود دو گلوکوزید به نام های پانوکسید آ و پانوکسید ب آن جدا شده اند. از ریشه گیاه ۲-۱ درصد کولین برحسب وزن و بتاستیسترول به دست می آید. از این دارو برای تهی ؟داروهای جوانی که در ترکیبات داروهای به کار می رود استفاده می شود. از گزارش دیگری آمده است که در سال ۱۹۷۴ ریشه این گیاه و سایر اعضای اندام گیاه برای یافتن اسرار شگفت انگیز شفابخش آن تحت بررسی دانشمندان قرار دارد و تاکنون چندین ماده عامل فیزیولوژیک از آن جدا شده است، از آن جمله عمده ترین آن عبارتند از پانکسین که مقاومت عضلات را در برابر بی نظمی ها و ناراحتی ها افزایش می دهد و پانکس اسید که متابولیسم و سیستم عروقی را اصلاح می کند و پاناکولین یا پانکس ویلون که روی سیستم غدد مترشحه داخلی یا آندوکراین اثر می گذارد و پاناسن که مرکز اعصاب را تحریک می کند و در آخر جینسینگ برای بیماری قند اثر مثبت دارد.

خواص و کاربرد:

ریشه جینسینگ شاید معروفترین داروهای چینی باشد که از دوران کهن تاریخ تا حال همواره آثار شفابخش آن مورد توجه حکمای طب سنتی قرار داشته است و دارد. از نظر خواص به طور کلی ، نیروبخش ، مقوی ، محرک ، بادشکن و نرم کننده می باشد. بررسی های زیادی روی این ریشه به عمل آمده که به اسرار شفابخش آن در موارد معالجه قطعی بی نظمی های عصبی ، کم خونی ، ضعف ، کمبود تعرق و بی نظمی تنفس ، فراموشی و نسیان ، تشنگی مداوم ، بی میلی جنسی ، خستگی شدید ، سوء هاضمه ، دردهای ناحیه قلب و تهوع و ... پی برده شود. خوردن آن به صورت جوشانده یا عصاره یا به صورت اسانس و یا مستقیماً از جرم گرد ریشه به صورت خام صورت می گیرد. خوراک آن نیرو و توانایی ایجاد می کند تا در دوران نقاهت پس از بیماری ، بی نظمی های غده های بدن و ضعف اعصاب از بین رود و کار طبیعی و شفا دهنده آنها اعاده گردد. متابولیسم قندها و هیدراتهای کربن در بدن را منظم می کند و موجب می شود که مصرف اکسیژن به طور مداوم و عادی انجام گیرد و برای آرام کردن اشخاصی که ناراحتی های روانی دارند ، بسیار نافع است و یک نوع مسکن موثر برای مغز می باشد. چند نوع از Panax در بازار دنیا عرضه می شود که از نظر خواص و مرغوبیت در ردیف های متفاوتی قرار می گیرند.

انواع جینسینگ :

۱- جنسینگ کره ای یا چینی (Pnax ginseng) :

در برخی مناطق کوهستانی هند و چین کاشته می شود و از نظر ریشه غده ای آن مورد توجه می باشد. در چین و ژاپن از جوشانده یا دم کرده غد؟ زیرزمینی خشک آن برای نرم کردن سینه و به عنوان مقوی معده و تب بر استفاده می شود. در هندوچین جوشانده ساقه ضخیم زیرزمینی به عنوان تقویت و تجدید قوا در دوره نقاهت بیماران و زنان پس از وضع حمل داده می شود. این دارو به عنوان نوشدارو در آن مناطق برای انواع بیماری ها تجویز می شود و اختصاص به یک بیماری خاص ندارد. جنسینگ چینی یا کره ای یکی از نادرترین و گرانترین گیاهان می باشد. یک تونیک تجدید کننده انرژی، مخصوصاً در طحال و ریه. پژوهش های جدید، وجود ترکیبات استروئیدی شبیه هورمون های جنسی انسان را در آن نشان داده است. این گیاه باعث تقویت سیستم ایمنی و کاهش خستگی هم می شود. نحوه مصرف به صورت جوشانده و تنتور می باشد که در جوشانده به عنوان تونیک عمومی ۳ تا ۱۰ گرم آن را در ۵۰۰ میلی لیتر آب می جوشانیم و در حالت تنتور که در درمان اسهال ناشی از ضعف دستگاه گوارش مصرف می شود و همچنین در درمان آسم و سرفه مزمن نیز استفاده می شود.

می توان از کپسول حاوی ۵۰۰ میلی گرم تا ۴ گرم از پودر ریشه نیز به عنوان تقویت کننده استفاده نمود.

اگرچه پاناکس جنسینگ عموماً بی خطر است اما عوارض جانبی هم دارد. در دوران بارداری یا در صورت بالا بودن فشارخون از مصرف مقدار زیاد یا به مدت طولانی باید پرهیز کرد. همچنین از مصرف سایر محرک ها مانند چای، قهوه و نوشابه های کولادار همراه با پاناکس جنسینگ باید خودداری نمود.

۲- پاناکس نوتو جنسینگ (Panax noto ginseng) :

که دارای ساقه زیرزمینی ضخیم است و برای تقویت و جلوگیری از خونریزی، بندآوری خونریزی خارجی یا داخلی، تف کردن با اخلاط خونی، خونریزی از بینی، عادات ماهیانه بیش از حد متعارف و وجود خون در ادرار و مدفوع به کار می رود. عده ای از دانشمندان خواص آن را شبیه خواص گیاه *Cynura pinnatifida* Dc می دانند و از نظر قابض بودن و بندآوردن خونریزی و جوش دادن زخمها مانند آن گیاه تلقی می شود. استوارت معتقد است که برای جوش دادن زخمهای پوست بسیار مؤثر است. دانشمند دیگری به نام چپو اصولاً این دو گیاه را تحت یک نام چینی آنها ذکر کرده است ولی به هر حال در عین حال که شبیه هستند ولی دو گیاه مختلف می باشند و مؤثرترین آنها جنسه می باشد که نوشدارو به معنای واقعی می باشد و در موقع خرید باید دقت کرد که ریشه گیاه اصیل خریداری گردد. این جنسینگ که جنسینگ کاذب هم نامیده می شود به عنوان ضد درد و برای قطع خونریزی (داخلی و خارجی) به کار می رود. همچنین به داروهای مربوط به بیماری های عروقی و قلبی و آئزین صدری اضافه می شود. در دوران جنگ ویتنام سربازان ویت کنگ از این گیاه برای افزایش سرعت بهبودی زخم های گلوله استفاده می کردند. قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن می باشد که بصورت پودر می باشد که در کپسول ها و یا قرص های ۱-۲ گرمی برای درمان زخم و خونریزی ها و یا درد به کار می رود و برای درد ناشی از زخم معده آن را با پوست درخت نارون مخلوط می کنند. در دوران بارداری از پاناکس نوتو جنسینگ نباید استفاده کرد، زیرا ممکن است روی جنین اثر بدی داشته باشد.

۳- پاناکس کینکفولیوس (Panax quinquefolius) :

در عده ای از مدارک علمی نیز این گونه که اصولاً بومی آمریکای شمالی می باشد و سابقاً از آنجا به چین برده و کاشته می شده نام برده می شود که در حال حاضر تقریباً در بازار معروفیتی ندارد. این جنسینگ آمریکایی هم یک تونیک می باشد که در چین برای تب و خستگی ناشی از بیماری های مزمن لاغر کننده، مانند سل بکار می رود و همچنین در درمان سرفه های ناشی از ضعف ریه هم مفید است. قسمت مورد استفاده این گیاه نیز ریشه می باشد که به دو صورت تنتور و پودر می باشد که در تنتور به عنوان تونیک یا همراه گیاهانی مثل زنجبیل شامی و پوست درخت توت برای سرفه مزمن و ضعف ریه استفاده می شود. پودر ریشه

پاناکس کینکفولیوس در کمبود انرژی به صورت قرص یا کپسول در دوزهای ۱-۲ گرمی استفاده می شود.

۴- جینسینگ سیبری (Eleutherococcus Senticosus):

بخش مورد استفاده این گیاه ریشه می باشد (مانند بقیه گونه های جینسینگ) و بعنوان داروی ضد اسپاسم و ضد روماتوئید است و توان انسان را در برابر استرس افزایش می دهد و هیجان زایی آن کمتر از جینسینگ چینی و کره ای می باشد و برای کسانی که به دنبال تحریک کننده قوی تری هستند روش مصرف آن به صورت تنتور یا کپسول حاوی ۵۰۰ میلی گرم پودر ریشه می باشد ، البته بصورت قرص های دارویی نیز کاربرد دارد.

نظری به تحقیقات جدید علمی در مورد خواص درمانی جینسینگ :

درباره جینسینگ تحقیقات علمی گسترده ای در جهان به عمل آمده است. تنها دانشمندان روسی بیش از ۴۰۰ طرح تحقیقاتی در مورد آثار شفابخش جینسینگ سیبری انجام داده اند. نتایج تمام تحقیقات نشان داده است اشخاصی که از دم کرده جینسینگ استفاده می کنند معمولاً- سالمتر و شادابترند و در برخورد با ناملايمات زندگی استقامت بیشتری از خود نشان می دهند ، انرژی بیشتری برای کار دارند و تمرکز حواس آنها خیلی بهتر و بیشتر است.

دکتر فرانسورت (Dr.Norman Franworth) که یکی از دانشمندان معروف گیاهان دارویی است تجربیات روسها را در مورد جینسینگ کاملاً تأیید می نماید. نظریه دکتر فرانسورت در مورد خواص جینسینگ این است که جینسینگ یک آداپتوژن است. آداپتوژن یک اصطلاح فنی و پزشکی می باشد که آن را اولین بار پزشک معروف روسی به نام برخمان (Dr.I.I.Berkhman) ، از آکادمی علمی شوروی ، تعریف کرده است و این لقب را برای توضیح خواص شفابخش جین سنگ به کار برده است.

یک آداپتوژن ماده ای است بی ضرر که نقش تعدیل کننده در بدن را دارد ، یعنی ورود آداپتوژن به بدن موجب می شود هر چیزی که در بدن در حالت عدم تعادل یا غیر نرمال است عادی و نرمال شود. مثلاً اگر فشارخون خیلی زیاد است تا حد عادی آن را کاهش می دهد و اگر فشارخون پایین افتاده و کم است ؛ آن را تا حد عادی و طبیعی ، متناسب با فیزیولوژی بدن افزایش می دهد. به این ترتیب وجود آداپتوژن در یک ماده غذایی و ورود آن به بدن آثار فیزیولوژیکی گسترده ای شبیه ضد اکسید کننده ها دارد. البته در جینسینگ مواد ضد اکسید کننده نیز وجود دارد که خاصیت مفید آداپتوژن جینسینگ را تشدید و تحریک می کند.

تحقیقات علمی جدید دیگری نشان می دهد که فرایند تعدیل کردن نه فقط در جینسینگ بلکه در اغلب مواد خوراکی نیز وجود دارد. مثلاً محققان وزارت کشاورزی آمریکا اخیراً کشف کرده اند که عنصر کروم که به مقدار خیلی کم برای بدن لازم است از عوامل آداپتوژن می باشد و آثار دو بعدی دارد و در دو جهت مخالف برای تعدیل اختلالات و عدم تعادل های فیزیولوژیکی بدن اثر می گذارد. مثلاً قند خون را تعدیل می کند ، یعنی اگر زاید بر حد نرمال باشد تا حد نرمال کاهش می دهد و اگر کمتر از حد نرمال شده است آن را تا حد نرمال و طبیعی بدن افزایش می دهد. به نظر می رسد این خاصیت برقراری تعادل بیوشیمی در بدن که اصل Yin-Yang معروف چینی ها را به خاطر می آورد در اغلب گیاهان شفابخش و مواد خوراکی طبیعی یافت می شود.

از نظر مقدار و مدت مصرف ، عده ای از دانشمندان توصیه می کنند که روزانه ۱/۲-۱ قاشق مربا خوری از گرد ریشه جینسینگ ۶ ساله در مدت یک ماه خورده شود و سپس دو ماه بعد از آن خورده نشود ، ولی عده ای نیز معتقدند که تا مدت ها هر روز از پودر جینسینگ می توان خورد. جینسینگ را بصورت جوشانده نیز می توان خورد. برای این کار ۲/۱ قاشق مربا خوری گرد جینسینگ را در یک پیمانه آب جوش (۲۲۰ گرم) ریخته و بگذارند ۱۰ دقیقه ریزریز بجوشد و ۲ پیمانه در روز از این جوشانده بخورند.

مقدار خوراک از گونه P.ginseng:

این دارو بصورت عصاره آبی در شیشه های کوچک یا در کپسول عرضه می شود.

۱- شیشه ها به ظرفیت ۵۰ سانتی متر مکعب است که در آن ۴۰ گرم از جرم ریشه گیاه وجود دارد. از این عصاره سه بار در روز و

در هر بار ۲۰-۱۰ قطره باید خورد.

۲- کپسول، در هر کپسول ۷۰۰ میلی گرم جرم ریشه گیاه وجود دارد که از این کپسول ها روزی یک بار و دو کپسول باید خورده شود.

۳- آمپول، در هر آمپول ۲-۱ گرم از جرم ریشه گیاه موجود است و ظرفیت هر آمپول از نظر مایع و جرم ریشه گیاه ۱۰ سانتی متر مکعب می باشد و آمپول ها در بسته بندی هایی که در هر بسته ۱۰ آمپول می باشد، عرضه می شود که حاوی ۱۲۰۰۰ میلی گرم جرم ریشه گیاه جینسینگ است، از این آمپول ها روزی باید یک عدد خورد (این آمپول ها برای تزریق نیست و فقط باید خورده شود).

به طور کلی مقدار خوراک از جرم ریشه گیاه در حدود ۱-۵/۱ گرم در روز می باشد که علاوه بر موارد فوق می توان به صورت جوشانده نیز تهیه کرد و خورد.

به طور کلی می توان گفت که جینسینگ گیاهی است گرم، خشک، تمام گونه های آن شیرین و تا حدی اشتها آور است و باعث ترشح شیره گوارشی می شود و به عنوان تقویت کننده، محرک، کاهنده قند خون و کلسترول خون، تقویت کننده و محرک دستگاه ایمنی بدن به کار برده می شود. این گیاه داروی خوبی برای ریه ها می باشد و مشکلات و بیماری های مزمن ریه را به سرعت بهبود می بخشد.

قرن هاست که چینی ها سالمند از جینسینگ به عنوان داروی تقویتی استفاده می کنند. سابقه استفاده چینی ها از این گیاه به ۵۰۰۰ سال پیش می رسد. گرچه غربی ها جینسینگ را در زمان مارکوپولو شناختند، اما استفاده وسیع آن را از قرن هیجدهم شروع کردند. امروزه از جینسینگ به عنوان بخش اصلی بسیاری از داروهای ترکیبی گیاهی استفاده می کنند.

مرجع: کتب طب سنتی

خواص بادام زمینی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اسمش، بادام زمینی یک دانه روغنی مثل بادام یا گردو نیست، بلکه جزو گروه حبوبات مثل عدس و لوبیا قرمز است. رزوراترول (resveratrol) ماده مفیدی برای سلامت قلب که در انگور وجود دارد، در پوست قرمز بادام زمینی نیز یافت می شود. چون هر ۳۰ گرم بادام زمینی حاوی ۱۴ گرم چربی است، آن را می توان جزو گروه چربی در رژیم غذایی قرار داد. یک وعده بادام زمینی حدود ۲۰٪ از نیاز روزانه ویتامین E را تأمین می کند. بادام زمینی همچنین منبع خوبی از فولیات است. یک تحقیق انجام شده بر ۳۰/۱۰۰۰ خانم نشان داده است که خانمهایی که بادام زمینی و دیگر دانه های روغنی را چهار بار در هفته مصرف می کردند، نصف ریسک ابتلا به سکت قلبی را نسبت به خانمهایی که بادام زمینی و دیگر دانه های روغنی را مصرف نمی کردند داشتند.

مرجع: کتب طب سنتی

رزماری

طریقه مصرف:

گیاه آن خوراکی است و روغن آن مالیده می شود

توضیحات:

رزماری، برگ و سرشاخه‌های گلدار خشک شد؟ گیاه *Rosmarinus officinalis* از خانواده؟ نعناعیان (Lamiaceae) است که حداقل دارای ۱ درصد (حجم/وزن) روغن فرار می‌باشد (۲و۱).

نامهای گیاه:

لاتین: *Rosmarinus officinalis*

فارسی: رزماری، رومارن

عربی: اکلیل الجبل، حصالبان، حصالبان اکسیر

انگلیسی: Rosemary, Common Rosemary, Moorwort, Herb of memory

آلمانی: Echter Rosmarin, Anthoskraut, krankkrautblatter, kranzenkrautblatter

فرانسه: Romarin, Rose marine, Herbe aux couronnes, Feuilles de Rosmarin

ریخت شناسی: گیاه معطر بوته‌ای و پایا، با شاخه‌های بالارونده، که ارتفاع آن به ۲ متر می‌رسد. برگها باریک با انتهائی بدون نوک و سوزنی شکل (نازک)، گلها به رنگ سبز تیره و به ندرت صورتی یا سفیدرنگ می‌باشد (۵و۶).

اندام داروئی: برگ و سرشاخه‌های گلدار گیاه، اندام داروئی رزماری را تشکیل می‌دهد (۲و۱).

زمان جمع‌آوری: برگ و سرشاخه‌های گلدار گیاه رزماری هنگام شروع باز شدن گلها و در فصول بهار و تابستان جمع‌آوری می‌گردد (۷).

دامن؟ انتشار: پرورش گیاه رزماری در بیشتر نواحی ایران معمول می‌باشد (۱). پرورش دهندگان عمدتاً گیاه رزماری را در دنیا کشورهای شمال آفریقا خصوصاً مراکش و تونس و کشورهای جنوب اروپا خصوصاً اسپانیا، فرانسه، ایتالیا، یوگسلاوی و آمریکا تشکیل می‌دهند.

مواد متشکله: ماد؟ متشکل؟ اصلی برگ و سرشاخه‌های گیاه رزماری را روغن فرار تشکیل می‌دهد فارماکوپ؟ گیاهی بریتانیا میزان روغن فرار رزماری را ۱٪ حجم در وزن ذکر کرده است، ولی میزان روغن فرار این گیاه در نقاط مختلف دنیا بین ۵/۰ تا ۵/۲ درصد گزارش شده است (۸و۲).

عمده‌ترین ترکیبات موجود در روغن فرار گیاه را ۸۱ - سینئول (۱،۸ - cineol)، بورئول (Borneol)، کامفر (Campher)، بورنیل استات (Bornyl acetate)، آلفا پی‌نین - (pinene) و -B پینن تشکیل می‌دهند که بسته به شرایط جغرافیائی محل کشت گیاه، میزان و درصد هریک از این مواد متغیر می‌باشد (۸و۲).

سایر ترکیبات طبیعی موجود در برگ و سرشاخه‌های گلدار رزماری شامل این دسته‌ها می‌شود:

فلاونوئیدها مانند جنکوآنین (Genkwanin) و لوتئولین (Luteolin)، اسیدهای فنلی مانند اسید رزمارینیک (Rosmarinic acid)،

دی‌ترپن‌ها، تری‌ترپن‌ها، تانن‌ها، مواد تلخ، رزین، ساپونین، پروتئین، چربی، کربوهیدرات، فیبر، برخی املاح و ویتامینها. موارد استعمال: از رزماری به صورت خوراکی در درمان اضطراب، سردرد، میگرن، فشار خون، نفخ و بی‌اشتهائی و به صورت موضعی بعنوان مسکن موضعی در درمان دردهای عضلانی و بیماریهای روماتیسمی استفاده می‌شود. همچنین بعلت عطر و طعم مناسب در صنایع آرایشی - بهداشتی مورد استفاده قرار می‌گیرد (۹و۲). روغن رزماری یک روغن محرک است و از نظر رایحه و اثر، گرم و نافذ می‌باشد. اثر محرک رزماری روی سیستم اعصاب مرکزی بسیار برجسته است. مصرف رزماری چون موجب سهولت ترشح و دفع صفرا می‌شود از این جهت از آن در بیماریهای یرقان و نارسائی اعمال کبد استفاده بعمل می‌آورند. مصرف رومارن در موارد ضعف عمومی، خستگی مفرط و بیحالی بیمار در دوران نقاهت مفید تشخیص داده شده است.

عوارض جانبی: مصرف دارویی موضعی گیاه و یا کاربرد فرآورده‌های آرایشی - بهداشتی حاوی رزماری در برخی از افراد حساس، گهگاه ایجاد قرمزی پوست، درماتیت، حساسیت پوستی و حساسیت به نور ایجاد می‌کند (۱۰ و ۱۱).
 موارد احتیاط: رزماری در دوران بارداری، شیردهی و در بیماران صرعی و فشار خون بالا- بهتر است بکار نرود (۱۱ و ۲). روغن رزماری دارای ۲۰-۱۰ درصد کافور می‌باشد که اگر به مقدار زیاد مصرف شود می‌تواند موجب تشنجات صرع مانند شود.
 موارد استعمال در پزشکی گذشته: در طب گذشته از رزماری به صورت خوراکی بعنوان مدر و ضدنفخ و به صورت موضعی بعنوان ضد التهاب و ضد درد استفاده می‌کرده‌اند (۱).

طی صدها سال از رزماری در مراقبت از پوست و مو استفاده شده و یکی از اجزاء ادکلن **real** و جزء اصلی آب تقطیری تهیه شده از الکل رقیق و گل‌های رزماری است که نوعی مخلوط قابض گیاهی در حامل سرک؟ سیب می‌باشد و به پاکسازی، تقویت و سم‌زدایی پوست بویژه پوست‌های چرب و مستعد آکنه کمک نموده و به داشتن اثرات فوق‌العاده در ایجاد جوانی مشهور است. رزماری برای آبکشی موهای تیره و مالش دادن پوست سر مورد استفاده قرار می‌گیرد که برای تأمین سلامت موها و جلوگیری از ریزش بیش از حد آنها بویژه متعاقب بیماریها واقعاً ارزشمند است. رزماری به برگرداندن رنگ به موهای خاکستری و حتی درمان طاسی مشهور است.

آثار فارماکولوژیکی: آثار ضد میکروبی گیاه و روغن فرار رزماری و تعدادی از مواد مؤثره این گیاه علیه میکروبهای زیر تأیید گردیده است (۱۱).

استافیلوکوکوس اورئوس، استافیلوکوکوس آلبوس، ویبریوکلرا، اشرشیاکلی، لاکتوباسیلوس برویس، پسودوموناس فلورسنس، رودوتورولا گلوئینیس، کورینه باکتریا.

آثار آنتی‌اکسیدانی فراکسیون‌های مختلفی از گیاه رزماری نیز در شرایط برون‌تنی و درون‌تنی بررسی و تأیید شده است. در برخی از این موارد، آثار فوق با آثار آنتی‌اکسیدان‌های شناخته شده‌ای نظیر (BHA) Botylated Hydroxyanisole و (BHT) Botylated Hydroxytoluene برابری می‌نماید (۱۲ و ۱۵).

روغن فرار رزماری اثر مشخصی بر روی عضل؟ صاف ایلئوم خو کچه هندی دارد که این اثر مربوط به بورنتول موجود در روغن فرار بوده که در شرایط آزمایشگاهی بعنوان یک آنتاگونیست استیل کولین عمل می‌نماید. همچنین در مطالع دیگری اثر شل‌کنندگی روغن فرار رزماری بر روی اسفنکتر اودی (oddis sphincter) خو کچ؟ هندی که قبلاً با مورفین منقبض شده بخوبی مشهود بوده است (۱۳ و ۱۱). آثار ضد التهاب، ضد کمپلمانی، آنتی‌اکسیدانی و آنتی‌گوندوتروپیک اسید رزمارینیک که یکی از مواد متشکل؟ اصلی گیاه رزماری می‌باشد نیز به اثبات رسیده است (۱۱ و ۴).

بر اثر مصرف خوراکی و یا استنشاق روغن فرار گیاه رزماری در موش، تحریک فعالیت لکوموتور دیده شده است که این اثر را به ۸۱- سینئول مربوط می‌دانند. اثر مهارکنندگی عصار؟ گیاه رزماری علیه فعالیت آنزیم اوره آز و اثر فلاونوئید دیوسمین موجود در رزماری در کاهش شکنندگی مویرگی از سایر خصوصیات مهم فارماکولوژیک گیاه محسوب می‌شوند (۱۱).

مراجع:

۱. زرگری ع. گیاهان دارویی. تهران، انتشارات دانشگاه، ۱۳۶۹ (ج ۴): ۶- ۷۱.
۳. زاهدی. ا. واژه‌نام؟ گیاهی. تهران: انتشارات دانشگاه ۱۳۷۳: ۱۵۸.
۴. مظفریان و. ا. فرهنگ نامهای گیاهان ایران. تهران: نشر فرهنگ معاصر، ۱۳۷۵: ۱۵۸.

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد گردید:

توضیحات:

بیخ گیاهی است که غلاف تخم آن مانند غلاف بذرنبج است و بعضی گویند بیخ سنبل رومی است، اگر آنرا بکوبند و با شیر تازه بیامیزند و بر زیر خصیه بمالند نعوظ عجب آرد. (برهان).

بیخ گیاهی است برگ آن مانند برگ نبات لادن خُردتر و شکوفه وی ارغوانی رنگ بود و تخم وی مانند خشک دانه بود. در کوه‌های روم و در مصر و در همدان نیز مییابد و آن دو نوع بود غلیظ و دقیق و از یک بیخ ریشه‌ها بسیار بود بشکل ناردین اما ریشه ناردین باریکتر مییابد و رنگ‌ناردین زرد بود مانند مامیران اما اسارون آنچه در میان باریکی و ستبری بود نیکوتر بود و طبیعت آن گرم و خشک است در درجه دویم و گویند اسارون بیخ سنبل رومیست و این خلاف است.

ناردین بیخ سنبل رومیست و گفته شود. اما منفعت اسارون، سودمند بود جهت دردهای اندرون و ملطف و مسخن بود.

مقوی معده بود و نسیان و امراض دماغی را سود دهد و شربتی از وی سه مثقال بود با ماءالعسل نافع بود جهت استسقاء و حیض براند و سودمند بود جهت صلابت سپرز و مثانه را قوت دهد و سنگ گرده بریزاند. و در خواص او آورده اند که چون بکوبند و با شیر تازه بسرشند و ضماد کنند میان هر دو ورک، باه را برانگیزاند و انعاظی تمام آورد و مجربست و گویند مضر است بشش و مجفف اعصاب بود و مصلح وی مویزج است و گویند مصلح آن مویز است که در روغن بادام جوشانیده باشند. بدل آن یک وزن و نیم وج و دانگی وزن آن حماما و جالینوس گوید بدل آن زنجبیل است. (اختیارات بدیعی)

بلغت سریانی بیخ گیاهی است پرگه و دراز و باریک و کج و از زردچوبه باریکتر و با اندک عطریه و تندی و سفید مایل به زردی و بعضی اغبر مایل به زردی و منبت او جنگلها و گیاه او منبسط بر روی زمین و برگش شبیه به برگ نبل و لبلاب و از آن کوچکتر و مایل به استداره و گلش بنفش و در زیر برگ شبیه به گل بنج و تخمش مثل تخم کاجیره که قرطم عبارت از اوست و قسمی از آنرا ساق بقدر ذرعی و مدور و برگش مثل برگ قنطوریون دقیق و اعلاء ساق پرشعبه بعضی بر بالای بعضی و در اطراف شعبها مثل دانه گندم و در جوف آن چیزی زغبی و بیخش بسطبری خنصر و کم گره و خوشبو و خوش طعم و قسمی را برگ مثل قسم اول و اغبر و صلب و شاخهای او پراکنده و باریک و گلش بزرگ و بنفش و ثمرش مثل ثمر کبر و در جوف او تخمی مثل تخم خطمی و بر اشجار می پیچد و بیخش ساری در تحت ارض و پرگه و قوی الرایحه و تلخ و لذاع و این قسم مخصوص است در رفع سموم و گزیدن مارها و قسمی را برگ از همه اقسام ریزه تر و شاخهای او منبسط بر روی زمین و گلش بنفش و بیخش نرم و بی گره و زرد و تلخ و با عطریه و منبت او کوههای ساده و این قسم ضعیف ترین اقسام اربعه است و مجموع او در آخر دوم گرم و خشک و بهترین او قسم اول است که از فرنگ و افریقیه و شام خیزد و ملطف و محلل و مدر و مفتح و منقی معده و جگر و سپرز و گرده از اخلاط بارده و با ماءالعسل مسهل قوی بلغم و جهت حصاء و عسر بول و احتباس حیض و درد ورک و مفاصل و عرقالنساء و نقرس نافع، خصوصاً که دو ماه در آب انگور خیسانیده باشند و باید به ازاء هر سه مثقال او آب انگور چهار رطل و نصف باشد و با شیر شتر و گوسفند مبهی قوی می‌رود و مرطوب است و جهت تسکین دردهای باطنی و استسقا و یرقان سددی و ورم رخو جگر و تنقیه آلات بول از رطوبات لزجه و امراض بارده دماغی و سده جگر و صلابت سپرز و اکتحال او جهت امراض طبقه قرنیه و دود آن جهت گریزاندن عقرب و ضماد او با شیر تازه بر کنج ران و پشت زهار جهت نعوظ بسیار موثر و مضر ریه و مصلحش مویزج و قدر شربتش از یک مثقال تا سه مثقال و بدلش وج مثل وزن او یا زنجبیل است یا نصف او خولنجان و نصف او وج و حکمای هند را اعتقاد آنست که چون قبل از آبله نیم درهم او را با نیبذ برنج بنوشند آبله بسیار کم برآید و مجرب میدانند. (تحفه حکیم مومن).

حشیشة ذات بزور کثیره عقد الاصول معوجه يشبه الثيل ، طيبة الرائحة ، لذاعة اللسان و لها زهر بين الورق عند اصولها، لونها فری شیهة بزهرالبنج . (مفردات قانون ص ۱۵۷ س ۲). گیاهی است با تخمهای بسیار با ریشه پرگره و پیچ پیچ ، شیه به ثیل ، خوشبوی زبان گز، رنگ گلش ارغوانی مانده گل بنگ، بهندی تگر. (موید الفضلاء). ناردین بزری . حرف بابلی . حرف السطوح . تلسفی . مرجع: کتب طب سنتی

سیب

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر خواهد آمد.

توضیحات:

در طب چینی اعتقاد بر این است که سیب حرارت را می زداید و اثر خنک کننده در ریه ها دارد ". اسید مالیک " و "تار تاریک" در سیب سبب مهار رشد باکتریهای بیماریزا در لوله گوارش می شود. در هندوستان ، خوردن میوه سیب برای جلوگیری از یبوست ، متداول می باشد. سیب مانع تشکیل اسید اوریک در بدن می شود و خوردن آن برای نقرس، روماتیسم و تصلب شریانها مفید است. ویتامینهای سیب ، بیشتر در پوست آن قرار دارد ، بنابراین اگر سیب با پوست خورده شود (البته برای اشخاصی که از لحاظ وضع معده، اجازه خوردن پوست سیب خام را داشته باشند) مفیدتر است. در مناطق خاور دور در جوشانده های برگ سیب از پوست میوه سیب به صورت خشک شده یا تازه نیز می ریزند تا آنرا مطبوع سازد. مصرف سیب رسیده آبدار تازه برای ورم حاد روده اطفال، اسهال خونی و تبهای حصه ای مفید است. پوست سیب خشک شده به صورت جوشانده برای رفع ورم مفاصل، روماتیسم و ناراحتیهای کلیه که منجر به کاهش ادرار می شود بسیار مفید است ، زیرا مدر بوده و دفع اسید اوریک را تسهیل نموده و فعالیت دستگاه گوارش را تنظیم می کند . برای تهیه جوشانده پوست خشک میوه سیب ، ۱۰ گرم پوست برای ۱۰۰ گرم آب که در ۱۵ دقیقه جوشیده شود، مصرف می شود. خوردن سیب پس از صرف غذا، برای تقویت لثه ها مفید است.

- مصارف ویژه:

- بیماری قلبی: تعداد زیادی از مطالعات نشان داده است که غذاهای حاوی مقادیر زیاد (کوئرستین) از قبیل سیب ، سبب بهبود فاعلیت آنتی اکسیدانی خون و کاهش میزان تخریب کلسترول LDL به علت اکسیداسیون می گردند. این تحقیقات همچنین ثابت نموده اند که افراد دارای مصرف بالای کوئرستین، کمتر در خطر ابتلا به بیماری قلبی و سکته مغزی قرار دارند. این مشاهدات به اثرات ضد تصلب شرایین و ضد لختگی خون در کوئرستین سیب تصریح نموده است.

- بالا- بودن کسترول خون: سیب حاوی مقادیر خوبی از نوعی فیبر به نام (پکتین) است پکتین از دسته فیبرهای محلول است. یعنی زمانی که مرطوب می شود، چسبنده و غلیظ می گردد. مطالعات کنترل شده مختلف نشان داده است که افزودن پکتین به رژیم غذایی منجر به کاهش متوسطی در سطح کلسترول خون می شود. علت این امر ممکن است اتصال یافتن پکتین سیب به اسیدهای صفراوی باشد که به کاهش کلسترول خون کمک می کند.

البته باید توجه شود که تنها پکتین نمایانگر قدرت کاهش کلسترول سیب نیست و سیب صرف نظر از داشتن پکتین، با سایر موادی که دارد، خود یک کاهنده نیرومند کلسترول است و حتی نیروی کلسترول زدایی آن ، از تمام پکتینی که از یک سیب خارج می شود بیشتر است.

- سرطان: مطالعات تجربی بر روی نمونه های سلول تومور انسانی چنین پیشنهاد می کند که مقادیر نسبتاً زیاد کوئرستین می تواند

برخی از سرطانها را متوقف نماید. مطالعات جمعیتی در دنیا، با این وجود، تاکنون تأثیر حفاظتی رژیمهای غنی از این ماده را برابر سرطانها نشان نداده است. در عین حال، برخی تحقیقات چنین نشان می‌دهد که کوئرستین به طور خاصی می‌تواند برای افراد سیگاری مفید باشد مواد سرطان زای تنباکو سبب تخریب دیواره مثنانه می‌شوند و بدین ترتیب موجب رشد سلولهای سرطانی می‌گردند. چنین کشف شده است که افراد سیگاری که مصرف کننده مقدار زیادی فلاونوئیدها از جمله کوئرستین موجود در سیب هستند، از تخریب دیواره مثنانه ناشی از تنباکو حفاظت می‌شوند.

- دیابت: پکتین موجود در سیب می‌تواند کمک به حفظ سطح قند خون به طور ثابت نماید. قندهای طبیعی موجود در سیب به آهستگی هضم و جذب می‌شوند، بخشی از این امر می‌تواند ناشی از تأثیر پکتین باشد که در دستگاه گوارش تشکیل ژل می‌دهد. افزایش آهسته در سطوح قند خون پس از مصرف سیب، به این معناست که سیب "شاخص گلیسمیک" پایینی دارد. بنابراین برای افراد مبتلا به بیماری دیابت، سیب به طور خاص مفید است.

لازم به توضیح است که شاخص گلیسمیک اندازه‌ای است که تعیین می‌کند، پس از خوردن غذا قند خون با چه سرعتی بالا می‌رود. این امر نشان می‌دهد که به رغم وجود قند طبیعی در سیب، خوردن سیب در افزایش سریع قند خون اثر نمی‌گذارد.

- فشار خون بالا: سیب در کاهش فشار خون نیز موثر است. یکی از مطالعات علمی جالب که در این زمینه به عمل آمده نشان می‌دهد که حتی بوییدن آن نیز فشار خون را کاهش می‌دهد.

- سرماخوردگی: بررسیهای علمی نشان داده است که ویروسها نمی‌توانند در عصاره سیب مدت زیادی زنده بمانند. برای مقایسه قدرت ویروس کشی سیب با عصاره ۱۸ نوع میوه دیگر در آزمایشی معلوم شد که عصاره سیب، انگور و چای دارای قویترین امکان نابودی ویروسها هستند. پژوهشگران متوجه شده اند اشخاصی که بیشتر از دیگران سیب می‌خورند، کمتر به سرماخوردگی و ناراحتیهای قسمت فوقانی دستگاه تنفسی شامل عفونتهای مربوط به بینی، حنجره و نای مبتلا می‌شوند.

- چاقی: خوردن سیب با پوست، سطح قند خون را به آهستگی و برای مدتی بالا نگه می‌دارد، لذا پس از خوردن سیب کامل، شخص احساس سیری بیشتری می‌کند، بنابراین برای کاهش وزن بهتر است خود سیب به طور کامل و طبیعی خورده شود.

مرجع: کتب طب سنتی

نارگیل

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیر نارگیل سنگ کلیه را دفع می‌کند و برای پایین آوردن تب بسیار مفید است.

نارگیل با نام علمی (Coeos nucifera) گیاهی است که در حدود سه هزار سال پیش در جنوب آسیا کشت می‌شد در حال حاضر به صورت درخت نارگیل در تمام مناطق استوایی وجود دارد. مردم اقیانوس آرام از تمام قسمت‌های این درخت استفاده می‌کنند و آن را به عنوان یک غذای اصلی مصرف می‌کنند.

میوه نارگیل کروی شکل است که قسمت خارجی آن ضخیم و سفت و متشکل از الیاف نباتی و داخل آن صاف و سخت است. درخت آن در هر سال حدود پنجاه عدد نارگیل می‌دهد. نارگیل هنگامی که نارس است مقدار بیشتری شیر دارد ولی به تدریج که میوه می‌رسد مقدار شیر آن کمتر می‌شود.

گوشت این میوه دارای آنزیم‌های مختلف انورتین، اکسیداز و کاتالاز است و در شیر آن اسیدهای آمینه مختلف موجود است.

گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر آن کمی گرم و مرطوب است. نارگیل به دلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است و حرارت داخلی بدن را افزایش می‌دهد همچنین برای خوشبو کردن دهان نیز مفید است.

این میوه ضعف کبد را درمان می‌کند، ادرار را زیاد کرده، درد مثانه را رفع می‌کند و مداوا کننده زخم‌های بدن است. ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی‌های کبدی همانند یرقان مفید است و دم کرده آن اسهال خونی را برطرف می‌سازد. شیر این میوه ضد سم است و برای برطرف کردن آب آوردگی از آن استفاده می‌شود همچنین برای معالجه پوستی مفید است. روغن نارگیل که از تقطیر گوشت سفید آن به دست می‌آید حافظه و هوش را تقویت می‌کند و در درمان کمر درد نیز موثر است. نارگیل دیر هضم است و در بدن تولید خلط می‌کند بنابراین بهتر است با شکر خورده شود. این میوه به دلیل گرم بودن ممکن است در گرم مزاجان اشکالاتی تولید کند از این نظر این گونه افراد باید آن را با میوه‌های ترش، لیمو و یا هندوانه بخورند، خوردن آن برای سرد مزاجان و سالمندان بسیار مفید است و اشکالی تولید نمی‌کند
مرجع: کتب طب سنتی

راوند (ریوند چینی)

طریقه مصرف:

مصارف دارویی و خوراکی دارد

توضیحات:

یک گیاه علفی است که در فصل بهار و اوایل تابستان می‌روید. به ساقه زیر زمینی گیاه ریواس راوند می‌گویند. بهترین نوع ریواس آن است که از کشور چین می‌آورند و رنگ آن قرمز است و میانه آن زرد رنگ است و به آن ریوند چینی می‌گویند.

ترکیبات غذایی:

ریوند غنی از فیبر و ویتامین C بوده در آن آب-پروتئین-قند-کربوهیدرات-کلسیم-ویتامین های A و B سدیم و پتاسیم وجود دارد.

خواص دارویی:

طبیعت آن سرد است

مقوی ملین و کرم کش است

لوزالمعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قند خون را کم میکند

برای رفع جوش بدن مفید است

برای بی‌اشتهایی-درد معده و بیماری‌های کبدی نافع است

باعث تقویت معده و روده شده و تنظیم کننده ترشحات و حرکات معده است

سستی و خماری را برطرف میکند و مسرت بخش است

برای امراض وبایی و اسهال مفید است

خون را تصفیه میکند

چکاندن آب تازه ریواس در چشم سبب تقویت بینایی و از بین رفتن لکه های سفید چشم می‌گردد

ترکیب ریواس با آلبیمو و مالیدن آن به صورت باعث از بین رفتن جوش و لک میشود
 برای تقویت موی سر نافع است
 اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابی میکند
 جوشانده برگ های ریواس باعث تمیزی ظروف آلومینیومی میشود
 شربت کاملاً طبیعی که دارای ترکیباتی افزوده می باشد که در درمان بسیاری از بیماریها مفید می باشد
 مرجع: کتب طب سنتی

چغندر

طریقه مصرف:

آن را پخته که به پخته آن لبو می گویند و می خورند.

توضیحات:

چغندر گیاهی است با فواید بسیار که پخته ی آن را لبو می گویند . بخش های خوراکی این گیاه هم برگ آن است و ،هم ریشه آن. در برگ های این گیاه در طول روز قند تولید می شود و هنگام عصر اگر برگ آن را خام بخورید کاملاً شیرین است. مصرف شیره ی چغندر نیز از قدیم رواج داشته است و رنگ زیبای آن موجب می شده که آن را مانند خون انسان بدانند. چغندر حاوی مقدار زیادی عنصر پتاسیم ، فسفر ، کلسیم ، گوگرد ، ید ، آهن و مس است و همچنین عناصر بسیار کمیابی مثل روبیدیوم (RUBIDIUM) و کاسیوم (CAESIUM) در آن وجود دارد. کربوهیدرات ، کمی پروتئین و ویتامین هایی چون B۱ و B۲ ، نیاسین، B۱۲ ، B۶ و C در آن موجود است.

چغندر به دلیل دار بودن مقدار زیادی آنتی اکسیدان برای درد مفاصل و نقرس مفید است.

شیره ی چغندر سیستم گردش خون را بهبود می بخشد و به عملکرد سیستم ایمنی کمک می کند.

از جمله خواص دیگر شیره ی چغندر :

* کمک به جذب آهن و تولید گلبول های قرمز خون (برای زنانی که از کم خونی رنج می برند مفید است)

* کمک به حفظ سلامت سلول ها

* کمک به حفظ سلامت کل بدن با کمک آنتی اکسیدان های موجود در آن

* کمک به جذب بهتر بسیاری از مواد مغذی

* کمک به حفظ سلامت کبد (۱) (پاک کننده ی عالی صفر است)

* افزایش باروری

خواص دارویی چغندر :

? خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می کند و بسیار آرام بخش است.

? لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می کند. فسفر دارد ، پس برای مغز و اعصاب مفید است.

? برای استحکام استخوان ها مفید است.

? لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است . از این رو آب لبو برای التهاب

مثانه، رفع یبوست و بیماری های پوست مفید است.

? لبو ویتامین های A ، B ، و C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.

مصرف چغندر لکه های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پیسی می شود را از بین می برد. از این رو امام محمد باقر (ع) فرمودند: قوم بنی اسرائیل از لکه های سفیدی که در بدن خود مشاهده می کردند، به حضرت موسی شکایت نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا یابند.

حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری زیادی دارد که از آن جمله؛

?برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی شود.

?برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می بخشد.

?جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی اکسیدان دارد).

?شستشوی سر با جوشانده ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می برد و ضد شپش است.

?قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده ی برگ چغندر موجب برطرف شدن عارضه می شود.

?جوشانده ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش، ضد ورم، ضد ریزش مو، ضد کک و مک و سوختگی با آفتاب است.

امام رضا (ع) فرمودند: به بیماران خود برگ چغندر بخورانید، زیرا در برگ چغندر شفاست و ضرری در آن نیست و موجب آرامش است.

مرجع: کتب طب سنتی

پنج انگشت

طریقه مصرف:

به صورت جوشانده مصرف می شود.

توضیحات:

این گیاه را فلفل بیابانی نیز می نامند و در بسیاری از مناطق ایران می روید. درختچه زیبایی به ارتفاع یک متر و نیم است که به علت گل های زیبایی که دارد گاه به عنوان گیاه تزئینی کاشته می شود. بدین علت به آن پنج انگشت گویند که برگ های آن پنجه ای و پنج تایی است. گل های آن برنگ آبی و شبیه سنبله ای دراز است که سپس تبدیل به گل می شود.

میوه این گیاه قابض است و به بهبود عملکرد دستگاه گوارش کمک می کند. افرادی که دچار بواسیر یا شقاق باشند می توانند از اثرات درمانی آن سود بجویند و در جوشانده این گیاه بنشینند تا عارضه برطرف شود.

میوه این گیاه اثرات درمانی زیادی برای رحم دارد. قاعدگی را تنظیم می کند و برگ این گیاه ورم های رحمی را بهبود می بخشد و عفونت را پاک می سازد. فواید آن به قدری زیاد است که از این گیاه در قرص های گیاهی مورد استفاده برای تنظیم قاعدگی و کاهش خونریزی استفاده می شود.

برگ این گیاه اثر کاهنده ای بر شهوت دارد و در قدیم و پارسایان در فصل بهار این گیاه را زیر خود فرش می کردند تا شهوت بر آنها غلبه نکند.

ضماد میوه و برگ آن ادرار را افزایش می دهد و مقدار زیاد آن برای کلیه مضر است.

این گیاه در درمان سر درد هم مفید است.

پنج انگشت، گیاه بسیار مؤثری برای درمان اختلالات قاعدگی است

از گیاه پنچ انگشت، دارویی به نام ویتاگنوس (VITAGNUS) تهیه کرده اند که حاوی ۹۰ - ۸۰ میلی گرم عصاره خشک این گیاه می باشد.

این دارو جهت رفع اختلالات قاعدگی و یائسگی به کار می رود.

مکانیسم اثر دقیق این فرآورده به اثبات نرسیده است، ولی به نظر می رسد گیاه پنچ انگشت با اثر بر محور هیپوتالاموس - هیپوفیز اثر خود را اعمال می کند. این گیاه باعث کاهش آزاد شدن FSH* و افزایش آزاد شدن LH** و پرولاکتین از هیپوفیز می گردد. هورمون های FSH و LH در تولید استروژن (هورمون جنسی زنانه) از تخمدان ها و دوره تخمک گذاری در خانم ها موثرند. مطالعات نشان داده است که گیاه پنچ انگشت حاوی ترکیبات استروژنیک نمی باشد و مستقیماً بر روی تخمدان ها تاثیر نمی گذارد. با توجه به اثرات هورمونی این دارو، مصرف آن در دوران بارداری ممنوع است.

در اکثر مطالعات انجام شده با مصرف این دارو عوارض جانبی مشاهده نگردیده است ولی به طور نادر گزارشاتی مبنی بر بروز واکنش های آلرژیک، سردرد و افزایش خونریزی در دوران قاعدگی وجود دارد. این دارو ممکن است با داروهای ضد بارداری خوراکی و هورمونی تداخل نماید.

برای مصرف این دارو، روزانه ۴۰ قطره از آن را در کمی آب یا آبمیوه بریزید و نیم ساعت قبل از صبحانه (با معده خالی) مصرف کنید.

البته یادآوری می کنم که دارو را حتماً حتماً باید تحت نظر پزشک و با تجویز ایشان مصرف کنید و از مصرف خودسرانه آن خودداری کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

بامیه

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین های گروه B، منیزیم، پتاسیم و فیبر غذایی می باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵ کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامین A است.

۱۳۰ میلی گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶ میلی گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

(۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می کند؛ بدین ترتیب که سرعت جذب قند را کاهش می دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

۲) موسیلاژ (یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می دهد. همچنین باعث دفع سموم از بدن می شود. اثر بامیه در کاهش کلسترول خون، یکی از خصوصیات بسیار مفید این سبزی است زیرا مثل داروهای کاهنده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

۳) بسیاری از متخصصان معتقدند که بیشتر بیماری ها از روده شروع می شوند. فیبر موجود در بامیه با جذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می دهد. معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست، مصرف سبوس گندم توصیه می شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند. ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می سازد.

۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی اکسیدان های مهم می باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری های قلبی نیز می شود.

۵) برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیمهای هضمی آن، باید آن را خیلی کم پزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضی افراد بامیه را خام مصرف می کنند. ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت: التهاب دیورتیکول ها (کیسه های گرد فتق مانند در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری ها و سایر محرک های داخل دیورتیکول ها ایجاد می شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می شود. بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین های گروه B، منیزیم، پتاسیم و فیبر غذایی می باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵ کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامین A است.

۱۳۰ میلی گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶ میلی گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می کند؛ بدین ترتیب که سرعت جذب قند را کاهش می دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

۲) موسیلاژ (یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می دهد. همچنین باعث دفع سموم از بدن می شود. اثر بامیه در کاهش کلسترول خون، یکی از خصوصیات بسیار مفید این سبزی است زیرا مثل داروهای کاهنده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

۳) بسیاری از متخصصان معتقدند که بیشتر بیماری ها از روده شروع می شوند. فیبر موجود در بامیه با جذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می دهد.

معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست، مصرف سبوس گندم توصیه می شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند.

ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می‌سازد.

(۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می‌شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می‌کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی‌اکسیدان‌های مهم می‌باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری‌های قلبی نیز می‌شود.

(۵) برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیمهای هضمی آن، باید آن را خیلی کم پزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضی افراد بامیه را خام مصرف می‌کنند. ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت: التهاب دیورتیکول‌ها (کیسه‌های گرد فتق مانند در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری‌ها و سایر محرک‌های داخل دیورتیکول‌ها ایجاد می‌شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می‌شود. بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین‌های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین‌های گروه B، منیزیوم، پتاسیم و فیبر غذایی می‌باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵ کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامین A است.

۱۳۰ میلی‌گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی‌گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶ میلی‌گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

(۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می‌کند؛ بدین ترتیب که سرعت جذب قند را کاهش می‌دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

(۲) موسیلاژ (یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می‌دهد. همچنین باعث دفع سموم از بدن می‌شود. اثر بامیه در کاهش کلسترول خون، یکی از خصوصیات بسیار مفید این سبزی است زیرا مثل داروهای کاهنده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

(۳) بسیاری از متخصصان معتقدند که بیشتر بیماری‌ها از روده شروع می‌شوند. فیبر موجود در بامیه با جذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری‌هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می‌دهد.

معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست، مصرف سبوس گندم توصیه می‌شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند. ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می‌سازد.

(۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می‌شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می‌کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی‌اکسیدان‌های مهم می‌باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری‌های قلبی نیز می‌شود.

(۵) برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیمهای هضمی آن، باید آن را خیلی کم پزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضی افراد بامیه را خام مصرف می‌کنند. ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای

سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت: التهاب دیورتیکول‌ها (کیسه‌های گرد فتق مانند در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری‌ها و سایر محرک‌های داخل دیورتیکول‌ها ایجاد می‌شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می‌شود.
مرجع: کتب طب سنتی

لیمو ترش

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

لیمو ترش بعلت داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است. حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می‌ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید. آب را کاملاً استریزه کرده و میکروبهای موجود در آب را از بین می‌برد.

کسانی که می‌خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل بآن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد.

بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می‌کنند. برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یک لیوان بگذارید و روی آن یک لیمو ترش را بریزید و آنرا مدت دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدار زیادی کلسیم است می‌توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیرین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می‌توانید هنوز استفاده کنید.

برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است. یک قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را برطرف خواهد کرد.

برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطره آب لیمو را با یک قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید. برای رفع ورم معده و روده باید یک لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یک لیوان آب سرد و یک قاشق عسل مخلوط کرده و بمدت یک ساعت قبل از خواب بنوشید.

برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یک تکه پنبه را آغشته به آب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد.

اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمک است. بدین ترتیب که در مقداری آب لیمو نمک بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه‌ها و جوشها را برطرف می‌کند.

بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسرین و آب لیمو است. آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود بمالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می‌شود. در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آب لیمو ماساژ دهید. خوردن آب لیمو سنگهای کلیه را نیز دفع می‌کند.

مرجع: کتب طب سنتی

خرما

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

به گفته یک کارشناس تغذیه؛ آهن موجود در خرما در پیشگیری از بروز بیماری فقر آهن موثر است.

یوسف نقیایی با بیان این مطلب، افزود: خرما در گروه میوه‌ها قرار دارد و سرشار از انواع ویتامین‌ها و مواد مغذی مورد نیاز بدن است.

وی با بیان این که هر یکصد گرم خرما تازه حاوی ۲۵۰ کیلوکالری انرژی است، افزود: عمده‌ترین مواد تشکیل دهنده خرما را کربوهیدراتها تشکیل می‌دهند؛ به طوری که ۶۷ درصد از اجزای تشکیل دهنده خرما را کربوهیدراتها به ویژه ساکاروز و فروکتوز تشکیل می‌دهد.

نقیایی همچنین ۵/۲ درصد پروتئین، ۵/۷ گرم فیبر خوراکی، یک میلی‌گرم آهن، پتاسیم، ویتامین A، بتاکاروتن، ۴۱ میلی‌گرم کلسیم، ۵۷ میلی‌گرم فسفر را از دیگر اجزای تشکیل دهنده خرما عنوان کرد و یادآور شد: خرما با توجه به داشتن مقدار قابل توجه فیبر خوراکی در پیشگیری از سرطان‌های دستگاه گوارش به خصوص سرطان کولون و نیز کاهش چربی‌های خون موثر است. وی تصریح کرد: امروزه خرما در پیشگیری از فقر آهن موثر شناخته شده است، چرا که میزان آهن موجود در خرما در هر یکصد گرم به یک میلی‌گرم می‌رسد که این مقدار نسبت به سایر مواد غذایی مقدار قابل توجهی محسوب می‌شود. نقیایی با اشاره به مقدار پتاسیم موجود در خرما اظهار کرد: به همین دلیل مصرف خرما، بیماری‌های قلبی-عروقی را نیز بهبود می‌بخشد.

وی با بیان این که خرما دارای مقدار قابل توجهی ویتامین A و بتاکاروتن است، افزود: ویتامین A موجود در خرما از بروز بیماری‌های عفونی پیشگیری می‌کند.

این کارشناس تغذیه در پایان با تأکید بر ارزش غذایی این ماده غذایی، خرما را بهترین ماده غذایی هنگام شروع افطار در ماه رمضان دانست و خاطرنشان کرد: از آنجایی که خرما دارای کالری زیادی است، مصرف بی‌رویه این ماده غذایی نیز توصیه نمی‌شود، چرا که می‌تواند منجر به افزایش وزن و چاقی شود
مرجع: کتب طب سنتی

مریم گلی

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

گیاه مریم گلی گیاهی با قدمت بسیار طولانی است و در حدود ۴۰۰۰ سال پیش به وجود این گیاه پی برده و از آن استفاده می‌کرده اند از جمله ابوعلی سینا در کتابهای خود به این گیاه اشاره کرده و خواص آن را برشمرده و تأکید بر مصرف آن کرده است. این گیاه ضد درد، آرامش بخش و برای کاهش قند خون استفاده می‌شود. این گیاه در تمام مناطق معتدله رویش دارد. گل‌های سفید زیبایی می‌دهد، بصورت خوشه‌ای است و جزء گیاهان معطر و خوشبو است که طعم بسیار تلخی دارد. این گیاه آرام بخش و مقوی اعصاب است. همچنین یک داروی ضد عفونی کننده بسیار قوی است. اگر از جوشانده این گیاه بصورت قرقره استفاده شود، جوشهای داخل دهان و بعضاً آفت دهان را درمان می‌کند.

همچنین برای زخمهایی که بر اثر واریس به وجود می‌آید بسیار مؤثر است. در آثریم و انواع گلو درد نیز از این گیاه استفاده می‌شود. از جوشانده این گیاه برای ضمداد و جوشهای بدن استفاده می‌شود. جوشانده غلیظ این گیاه اگر با آب مخلوط شود برای دردهای مفصلی، رماتیسم و حتی راشیتیسم کودکان بسیار مفید و مؤثر است.

مرجع: کتب طب سنتی

انار

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

پیامبر خدا (ص): "انار مهتر همه میوه هاست و هر کس یک انار بخورد، چهل پگاه شیطان خویش را به خشم می‌آورد. امام صادق (ع): "میوه صد بیست گونه است و مهتر همه آنها انار است".

خواص انار

پیامبر خدا (ص): "هر کس اناری را کامل بخورد، خداوند قلب او را چهل شب نورانی می‌دارد.

پیامبر خدا (ص): "انار بخورید زیرا هیچ دانه‌ای از آن در معده جای نمی‌گیرد، مگر این که چهل روز قلب را نورانی می‌سازد و شیطان را برون می‌راند.

امام علی (ع): "در هر دانه انار چون در معده جای می‌گیرد، حیاتی برای قلب و فروغی برای نفس است و شیطانی را که وسواس نام دارد چهل شب بیمار می‌کند.

امام صادق (ع): "چهار چیز، طبع را اعتدال می‌بخشد انار سورانی، خرما نارس پخته شده، بنفشه و کاسنی.

امام صادق (ع): "هر کس در هنگام خفتن یک انار بخورد، تا صبح جانش در امان است.

امام صادق (ع): "بر شما باد انار؛ چرا که هیچ گرسنه‌ای آن را نمی‌خورد، مگر این که وی را بسنده است و هیچ سیری آن را نمی‌خورد، مگر این که غذا را بروی گوارا می‌سازد.

امام صادق (ع): "هر کس انار بخورد انار شیطان و سوسه را از او دور می‌سازد. چ

امام صادق (ع): "هر کس یک دانه از انار بخورد، آن یک دانه شیطان و سوسه را تا چهل روز زمینگیر می‌کند.

امام کاظم (ع): "هر کس روز جمعه یک انار بخورد آن انار، دل او را تا چهل پگاه نورانی می‌دارد اگر دو انار بخورد تا هشتاد روز و اگر سه انار بخورد تا صد و بیست روز و نیز و سوسه شیطان از او دور می‌شود و هر کس و سوسه شیطان از او دور شود، خداوند را نافرمانی نمی‌کند و هر کس خداوند را نافرمانی نکند خدای او را به بهشت در می‌آورد.

امام کاظم (ع): "از جمله چیزهایی که آدم به فرزندش سفارش کرد، این بود که به وی فرمود: "بر تو باد انار، اگر گرسنه شدی و آن را بخوردی بسنده ات کند و اگر در حالی که سیر بودی آن را خوردی غذا را بر تو گوارا سازد".

خواص انار شیرین

امام صادق (ع): "بر شما باد انار شیرین آن را بخورید چرا که هیچ دانه‌ای از آن به معده مؤمنی در نمی‌آید مگر این که بیماری‌ای از آن ریشه کن می‌کند و شیطان و سوسه را از او دور می‌سازد.

امام عسکری (ع): "انار بخور چرا که خون را فرو می‌نشاند و آنرا در درون تصفیه می‌کند.

خواص انار ترش و شیرین (ملس)

امام صادق از انار شیرین یاد کرد و فرمود: "ترش و شیرین در شکم سازگارتر است." امام رضا (ع): "انار شیرین و ترش بمک؛ چرا که انسان را نیرو می دهد و خون را زنده می سازد. خواص خوردن انار با پیه آن

پیامبر خدا (ص): "انار را با پیه آن بخورید؛ چرا که شست و شو دهنده معده است."

امام علی (ع): "انار را با پیه بخور چرا که معده را پاک می کند و هیچ دانه ای در معده انسان مسلمان جای نمی گیرد مگر این که آن را روشن می سازد و تا چهل پگاه شیطان و وسوسه را از آن دور می سازد.

امام علی (ع): "انار را با پیه اش بخور چرا که زرد شدگی دندان و بدبویی دهان را از بین می برد و انسان را پاک می کند."

امام صادق (ع): "انار را با پیه اش بخور چرا که معده را پاک می کند و ذهن را افزون می سازد."

مرجع: کتب طب سنتی

فندق

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریباً ۲ متر که برگ های آن پهن و نوک تیز است. فندق دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می گردد.

مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن دارد که به رنگ زرد روشن بوده و دارای طعم ملایم و بوی مطبوعی می باشد.

از روغن فندق در تغذیه، عطر سازی و نقاشی استفاده می شود. مغز فندق مقدار زیادی فسفر دارد.

فندق دارای خواص زیادی است و دارای پروتئین، مواد چرب، کلسیم، فسفر و پتاسیم می باشد. فندق گرم و خشک است و برای بیماری قند مفید است.

این دانه روغنی برای تقویت بدن، روده و معده، سرفه، درد سینه و کبد مفید است. سموم را از بدن خارج کرده و برای ریزش مو و سوزش مجاری ادرار مفید می باشد ولی فشار خون را بالا می برد.

اگر شما فعالیت فکری زیادی دارید بهتر است فندق بخورید چون به دلیل فسفر زیاد مغز شما را تقویت می کند. ولی به خاطر داشته باشید افراط در خوردن این دانه روغنی باعث نفخ و گاز شکم و استفراغ می شود. اگر سرد مزاج هستید بهتر است فندق را با آب و عسل بخورید و اگر گرم مزاجید با سکنجبین میل کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

زرشک

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زرشک درختچه ای است که علاوه بر میوه آن از پوست و ریشه آن هم برای درمان برخی بیماری ها استفاده می شود.

زرشک فواید بسیار زیادی دارد و می توان آن را همراه ژله یا به صورت پخته با میوه های دیگر مصرف کرد.

مصرف آن در درمان تب، اسهال و اسهال خونی مؤثر است. از آب زرشک تازه به عنوان دهانشویه برای استحکام لثه‌ها استفاده می‌شود. پوست و ریشه آن تلخ مزه است و در دفع صفرا و ناراحتی‌های کبدی مؤثر است. زرشک ملین و مسهل بوده و به هضم غذا کمک کرده و سوء هاضمه را برطرف می‌کند و برای بیماری فشار خون نیز مفید است.

زرشک در درمان ورم مفاصل و ناراحتی‌های رماتیسمی تدثیر دارد و باعث کاهش ضربان قلب، تنگی نفس و تحریک حرکت روده ای و نلراحتی برونشیتی است.

زرشک باکتری‌های سطح پوست را از بین برده و به درمان زخمها، کوفتگی‌ها، سوختگی‌ها، انواع جوشها و آکنه و خارش کمک می‌کند (البته به یاد داشته باشید که در دوران بارداری از مصرف زیاد آن خودداری کنید).

مرجع: کتب طب سنتی

زوفای

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زوفای یکی از مهمترین گیاهان دارویی و ادویه ای به شمار می‌رود. از دم کرده پیکر رویشی این گیاه برای درمان بیماریهای مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه، سیاه سرفه، برونشیت و آسم استفاده میشود. مواد موثره این گیاه سبب افزایش فشارخون، هضم غذا و همچنین کاهش تورم می‌شود. زوفای اگر چه تلخ مزه است ولی به عنوان طعم دهنده مواد غذایی و همچنین در تهیه سس مورد استفاده قرار می‌گیرد.

اسانس زوفای:

خاصیت ضد قارچی و باکتریایی دارد. این اسانس در صنایع کنسروسازی، نوشابه سازی و همچنین در صنایع آرایشی و بهداشتی کاربرد فراوانی دارد. به علت نوش فراوانی که در گلهای این گیاه به وجود می‌آید در ردیف گیاهان مولد عسل قرار دارد. عسل حاصله از آن کیفیت بسیار مطلوبی دارد.

مشخصات گیاه:

زوفای گیاهی خشبی و چند ساله است. منشا این گیاه آسیای صغیر گزارش داده شده و همچنین زوفای در سطح وسیعی در مرکز و جنوب اروپا، عمدتاً در روسیه، بلغارستان، مجارستان، ایتالیا و اسپانیا، فرانسه و کشمیر و هند کشت میشود. واز دریای خزر تا دریای سیاه همچنین در مناطق شنی نواحی مدیترانه می‌روید.

ریشه زوفای مستقیم است و انشعابات فراوانی دارد ساقه چهار گوش، مستقیم ارتفاع آن ۵۰-۷۰cm است. قسمت تحتانی (پای ساقه) چوبی و قهوه ای رنگ و از انشعابهای فراوانی برخوردار است ولی قسمت فوقانی آن نرم و سبز رنگ می‌باشد. برگهای صاف، فاقد دندان، باریک، کشیده و کم و بیش نیزه ای شکل و رنگ آن سبز روشن است.

خواص دارویی:

نوشیدن زوفای جوشیده با عسل و گیاه سداب به کسانی کمک میکند که به سرفه های شدید، تنگی نفس، افراد مبتلا به رماتیسم و کسانی که نفسشان با خس خس همراه است کمک میکند. این گیاه همراه با عسل کرمهای داخل شکم را میکشد و کوبیده شده آن با انجیر تازه به از خشکی در آمدن مزاج کمک میکند اثر آن قویتر هم می‌شود اگر گل زنبق یا سوسن یا شاهی به آن اضافه شود این گیاه دارویی عالی برای ورم یا آماس لوزه در گلو است و این تحت شرایطی است که به عنوان غرغره از آن استفاده شود

مالیدن پماد آن به سر شپش را از بین می برد این گیاه برای کاهش بیماری خلط بسیار مناسب است و در تمام مشکلات ناشی از سرما یا بیماریهای قفسه سینه و یا ریه مناسب است و این تاثیر هنگامی است که مثل شربت استفاده شود
مرجع: کتب طب سنتی

اکلیل کوهی (رزماری)

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر آمده است .

توضیحات:

اکلیل کوهی بومی منطقه؟مدیترانه و کشور اوروگوئه است. گل های آن در رنگ های گوناگون سفید، صورتی، بنفش یا آبی می رویند.

استفاده در آشپزی

از برگ های تازه و خرد شده اکلیل کوهی به دلیل وجود اسانس معطر و روغن فرار و همچنین تانن در سالاد و در تهیه خوراکی های مرغ و ماهی استفاده می شود. پودر برگ های خشک شده اکلیل کوهی به تنهایی یا همراه با سایر ادویه جات به عنوان چاشنی جهت خوش طعم نمودن غذاها به خصوص سس سالاد به کار می رود.

خواص دارویی

از نظر خواص طبی و دارویی اکلیل کوهی اثر ضد عفونی کننده و معرق داشته و جریان خون را در اندام های شکمی افزایش می دهد و در تحریک میزان ترشح شیره های گوارشی و صفرا بسیار مفید است. این گیاه شفا بخش برای معالجه رماتیسم، فلج، سستی اعضا، تشنج، اختلالات عصبی و تنفسی و همچنین نارسایی کبد و کیسه صفرا مفید و موثر است. این گیاه و سبزی در ایران کمتر مورد توجه طباطبایان و بانوان آشپز ایرانی قرار گرفته ولی در کشورها اروپایی جایگاه ممتازی در آشپزخانه داشته و در تهیه سسها و هنگام خوردن گوشت کباب وجود آن ضروری است.

مصرف اکلیل کوهی باعث گشادی رگ ها و تقویت گردش خون می شود و بنابراین برای جلوگیری از ریزش موها مفید است.

مرجع: کتب طب سنتی

سداب

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سُداب (نام علمی: *Ruta graveolens*) از تیره مرکبات (سُدیاییان) (*rutaceae*) گیاهی علفی پایا با ساقه های منشعب و چوبی، برگ های متناوب دو تا سه قسمتی صاف و بی پرز است.

از گونه های سداب می توان به سُداب کوهی (اسپند، *wild rue*) و سداب کهنه (*wall rue*) اشاره کرد.

خواص داروئی: خاصیت اصلی آن کم کردن فشار شہوت است (البته باید توجه داشت که مصرف زیاد سداب سمی است و باید پرهیز شود)، پائین آورنده فشار خون. تنظیم کننده کار قلب. ضد سردرد. ترشح صفرا را تحریک نموده و انگل های روده را دفع می کند.

مرجع: کتب طب سنتی

بادرنجبویه

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

گیاه «بادرنجبویه» سالهاست که توسط پزشکان مشرق زمین، برای درمان مشکلات خلقی استفاده می‌شود؛ همچنین مصرف آن جهت سردرد با منشاء عصبی، ضعف حافظه و خستگی روحی مفیدست.

دکتر علی زرگری در خصوص فواید این گیاه می‌گوید: «وارنگ بو» یا «بادرنجبویه» در طب عوام برای مصارفی از قبیل رفع دل پیچه ناشی از نفخ و تقویت معده به کار می‌رود و از مصارف اصلی و ویژگی‌های خاص آن، آرام کردن اعصاب و تقویت قلب است.

او ادامه می‌دهد: این گیاه به اشکال مختلفی از قبیل اسانس، عصاره روغنی، روغن، پماد، کمپرس و دم کرده استفاده می‌شود. اسانس این گیاه در آرام کردن درد معده با منشاء عصبی، احساس چنگ زدگی در معده، تپش قلب، سردردهای یک طرفه، سرگیجه، عصبانیت، بی‌خوابی، استفراغهای دوران بارداری، کم‌خونی دختران جوان، درد عصبی دندان و رفع تندخویی در دختران جوان و زنان بسیار مؤثرست.

برگ این گیاه، بهترین دارو برای کسی است که هنگام نگرانی و اضطراب ناراحتی معده پیدا می‌کند. دم کرده آن نیز جهت تهوع، مراحل اول سرماخوردگی، خستگی عصبی و افسردگی مفیدست.

گفتنی است کمپرس، پماد و روغن حاصل از این گیاه جهت دفع حشرات و درمان زخم نیش آنها و رفع تنش عصبی، از زمان ابن سینا تجویز شده است.

مرجع: کتب طب سنتی

زردآلو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

درخت زردآلو بومی نواحی چین می‌باشد و هنوز هم به صورت وحشی در این مناطق می‌روید، این درخت در اوایل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت.

میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان می‌رسد.

هسته زردآلو صاف، قهوه‌ای و بیضی شکل است. در داخل هسته مغز آن قرار دارد که طعم برخی از آن شیرین و برخی دیگر تلخ است.

خواص دارویی

خواص درمانی زردآلو

(۱) تصفیه کننده خون است.

- (۲) عروق را باز می‌کند.
 - (۳) ملین است.
 - (۴) بوی بد دهان را رفع می‌کند.
 - (۵) تب بر است.
 - (۶) به دلیل داشتن کبالت برای کم خونی مفید است.
 - (۷) ورم مفاصل را برطرف می‌کند.
 - (۸) ضد نرمی استخوان است.
 - (۹) برای قلیایی کردن بدن مفید است.
- خواص درمانی هسته و برگ درخت زردآل
 ومغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است.
- (۱) مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است.
 - (۲) روغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می‌کند.
 - (۳) روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است.
 - (۴) روغن تلخ مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است
- مرجع: کتب طب سنتی

کنف

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد گردید:

توضیحات:

گیاهی بوته مانند و دارای ساقه های پوشیده از خار است منشأ اصلی آن نواحی مختلف آفریقا ذکر شده است از دانه آن روغن خوراکی استخراج و از الیاف آن محصولات مختلف منجمله کاغذ گونی و چتائی و ... تهیه می شود.

کنف گیاهی است دو لپه و گلدار یکساله با ریشه های متراکم و عمیق و سفید رنگ ، ساقه این گیاه نسبتاً علفی و اکثراً بدون انشعاب و ارتفاع آن از یک تا ۴ متر تغییر می کند. ارتفاع متوسط ساقه کنف بین ۴/۲ تا ۶/۳ متر است. برگهای کنف متناوب بادمبرگی نسبتاً بلند، رگبرگهای پنجه ای و برگها ساده یا پنجه ای است که هر دو نوع برگ ممکن است روی یک بوته وجود داشته باشد. برگها دارای لبه های دندانه دار بوده و در سطح برگ و ساقه کرکهای ریزی وجود دارد. گل بصورت منفرد نسبتاً بزرگ در روی ساقه در نقطه بین برگ و ساقه قرار دارد. گل کنف کامل و منظم میباشد. کاسه گل از ۵ کاسبرگ که در قاعده کم و بیش به یکدیگر چسبیده اند و جام گل از ۵ گلبرگ غالباً متقارن که در قاعده پیوسته هستند تشکیل یافته است. کاسه گل دارای کاسچه (کاسه فرعی) که باریک و معمولاً دارای ۸ لوب میباشد. جام گل زرد ولی در وسط بنفش رنگ است و گلبرگها سه تا چهار برابر بلندتر از کاسبرگها می باشد. نافه که از تعداد بسیاری پرچم تشکیل یافته است. مادگی فوقانی از ۵ برچه پیوسته تشکیل یافته و تمکن آن محوری است. تخمدان ۵ خانه ای مجزا و در هر خانه دو ردیف تخمک واژگون (آناتروپ) قرار دارد. میوه کنف کپسول لوکولیسید، تخم مرغی شکل، نوک تیز کرک دار و اندازه آنها تقریباً برابر نصف کاسبرگ است. هر کپسول دارای ۵ برچه است. که در داخل هر برچه حداقل یک دانه وجود دارد. دانه ها به رنگ سیاه و خاکستری و در داخل هر کپسول حدود ۱۸ تا ۲۰

دانه وجود دارد. این گونه دارای چهار وارسته به قرار زیر می باشد :

Hici var. Viridis (۲) H.c.var.vulgaris (۱)

H.c. var purpurea (۴) H.c. var sinplox (۳)

از ارقام مهم کنف می توان از کوبا ۱۰۸ و کوبا ۲۰۳۲، کوبانو، مصری، اور گلاید، فلوریدا، رودزین و سودان تر ادیف نام برد. نیاز اکولوژیکی

آب و هوا: گیاه برای رشد و نمو و تولید الیاف بذر کافی باید در مناطق گرم و نیمه گرمسیری کشت گردد. کنف در برابر سرما حساس بوده و یخبندان عامل مهم محدود کننده کاشت، تولید جوانه و رشد آن است. حداقل درجه حرارت برای تولید جوانه کنف حدود ۱۲ درجه سانتی گراد است مناسبترین درجه حرارت برای کنف در طول دوره رشد ۲۵ تا ۳۰ درجه سانتی گراد می باشد در فصل تابستان می تواند گرمای ۳۵ تا ۴۰ درجه را تحمل کرده به رشد خود ادامه دهد. هر گاه کنف در مناطق مرطوب و در زمین هایی که در نزدیکی دریا کاشته شود، رطوبت نسبی ۶۸ تا ۸۲ درصد را تحمل می کند.

کنف گیاهی روز بلند و در مناطقی که روزانه کمتر از ۵/۱۲ ساعت روشنایی وجود دارد، بخوبی رشد نکرده با رور نشده و کشت آن موفقیت آمیز نمی باشد. مناطق با ورزش باد شدید برای رشد کنف مناسب نیست زیرا باد شدید علاوه بر تبخیر سریع باعث خوابیدگی (ورس) ساقه ها میشود. کشت کنف بخصوص انواع وحشی آن در زمین های هم سطح دریا تا ارتفاع ۱۲۵۰ متری امکان پذیر است لکن مناسب ترین ارتفاع برای انواع اصلاح شده کنف از سطح دریا حدود ۶۰۰ متر می باشد.

خاک: خاک محل کشت کنف باید دارای عمق کافی و کاملاً قابل نفوذ و حاصلخیز باشد برای همین زمین های رسی برای کاشت این گیاه مناسب نمی باشند. بهترین خاک برای کاشت کنف زمین های رسی شنی، شنی رسی لمونی شنی و یا لمونی با مواد ارگانیکی کافی میباشد.

زمین هایی که سفره آب زیرزمینی آنها بالا و بخوبی زه کشی نشده باشند و همچنین زمین های باتلاقی برای کاشت و رشد و نمو کنف مناسب نیستند. کنف نسبت به شوری کم و بیش مقاوم است.

pH مناسب برای رشد کامل کنف بین ۷/۴ تا ۸/۷ است لیکن در خاکهایی که pH آنها بین ۶ تا ۸/۶ و حداکثر ۷ باشد بهتر رشد می نماید.

تناوب: کنف گیاهی است که در دوره رشد مواد غذایی زیادی را جذب و زمین را از وجود مواد غذایی بویژه ماده ازته و فسفره نسبتاً ضعیف می نماید. کاشت مداوم یا چند ساله آن در یک زمین سبب بروز بیماریهای گیاهی بخصوص بوته میری شده و موجب نقصان محصول می شود. علاوه بر اینها در مناطقی که کاشت کنف و پنبه رواج دارد چون این دو گیاه از یک تیره هستند و دارای آفات و بیماریهای مشترک می باشند نباید آنها را در تناوب بدنال هم قرار داد و حتی در یک مزرعه حتی المقدور باید این دو را با فاصله نسبتاً زیاد و دور از یکدیگر کاشت در صورتی که در گردش زراعی کنف بعد از گیاهان تیره حبوبات کاشته شود، تولید الیاف و بذر رضایت بخش خواهد بود.

کنف را می توان در تناوب همراه با گیاهانی مانند حبوبات، بادام زمینی، گندم، ذرت و حتی برنج قرار داده، تناوب دو یا سه ساله برقرار نمود. در شمال ایران برای تولید کنف اغلب تناوب سه ساله شرح زیر برقرار می گردد:

سال اول: ذرت

سال دوم: حبوبات

سال سوم: کنف.

آماده سازی خاک

زمین کشت کنف باید از لحاظ مواد آلی غنی باشد. لذا اگر برای تقویت و اصلاح زمین در سال قبل کود سبز داشته شده باشد باید در اواسط پائیز زمین را شخم زد تا در اثر زیر خاک رفتن کود سبز و پوسیدن آن مواد آلی زمین (هوموس) افزایش یابد یا با اضافه کردن کود دامی پوسیده در پائیز به مقدار ۲۰ تا ۳۰ تن در هکتار آنها با شخم عمیق به زیر خاک برد. عمق این شخم بستگی به عمق خاک زراعتی دارد و حد متوسط آن ۲۰ سانتی متر است در بهار پس از یخبندان و سرما باید زمین را شخم سطحی و یا دیسک زد تا کلوخ‌ها کاملاً خرد شوند شخم و یا دیسک بهاره باید عمود بر شخم پائیزه باشد در صورت وجود بقایای محصول سال قبل از قبیل ریشه و ساقه یا علف‌های هرز در سطح زمین بایستی آنها را جمع آوری و از زمین خارج کرده و سپس به تسطیح زمین اقدام نمود.

مواد غذایی مورد نیاز کنف.

برای آنکه کنف محصول کافی تولید نماید با توجه به شرایط آب و هوایی و نوعی که کاشته می شود لازم است از کود های شیمیائی بویژه ازت و فسفر و پتاس به مقدار مورد نیاز استفاده شود. برای استفاده بیشتر گیاه از مواد فسفره و پتاس بهتر است این دو ماده را قبل کاشت و به وسیله دیسک در عمق ۴ یا ۵ سانتی متری خاک قرارداد. لیکن اگر کود ازته (اوره) در دو مرحله و به صورت سرک به زمین اضافه شود نتیجه بهتر خواهد بود. مرحله اول پخش کود ازته همزمان با تنک کردن بوته های اضافی و مرحله دوم ۳۰ روز بعد از مرحله اول است. هر گاه کنف به منظور تولید بذر کاشته شود مصرف بیش از حد مورد نیاز ماده ازته سبب دیرسی گیاه و علفی شدن آن گردیده و به ورس ساقه کمک می کند. در شمال میزان کود شیمیائی به قرار زیر است ازت ۱۰۰ کیلوگرم در هکتار، فسفر ۶۰ کیلوگرم در هکتار و پتاس ۳۰ کیلوگرم در هکتار.

کاشت

زمان کاشت باید طوری انتخاب شود که شرایط جوی و خاک از هر نظر برای کاشت و رویش بذر مناسب باشد و برای رسیدن به این هدف تعیین مقدار بذر در هکتار نیز عامل مهمی برای تولید محصول خواهد بود. لذا پس از رفع سرما و افزایش درجه حرارت خاک در بهار هر چه زودتر اقدام به کشت شود زیرا کاشت به موقع دارای مزایای زیر است:

(۱) کشت به موقع سبب می گردد که در موقع بارش باران های بهاری جوانه به سرعت از بذر خارج و رشد اولیه آن بهتر انجام می شود.

(۲) رشد گیاه تا زمان برداشت کامل شده و مقدار محصول نیز افزایش یابد در مورد ارقامی که نسبت به نور حساسیت کمتری دارند زمان کاشت آنها هر چه زودتر انجام گیرد مرحله تولید گل و رسیدن و در نتیجه برداشت محصول نیز زودتر انجام خواهد شد.

اگر موقع کاشت بذر رطوبت و حرارت خاک کافی و شرایط مناسب باشد بذر کاشته شده پس از ۵ تا ۶ و حداکثر ۸ روز جوانه تولید می نماید از تولید جوانه تا ظهور اولین گل حدود ۹۰ تا ۱۰۵ روز و از گل دادن تا رسیدن کامل حدود ۴۵ تا ۵۰ روز طول می کشد. زمان کاشت کنف در مازندران از حدود اواخر فروردین تا حدود اواخر اردیبهشت مطابق شرایط جوی تغییر می کند. بهترین زمان کشت کنف در خوزستان (دزفول) از اوایل اسفند تا اواسط اردیبهشت و در ایرانشهر از اواسط بهمن تا اواخر اسفند ماه است. در ورامین مناسب ترین زمان کاشت از حدود اوایل اردیبهشت تا اواخر خرداد ماه می باشد.

مقدار بذر:

مقدار بذر برای هر هکتار تابع عواملی نظیر درجه حرارت محیط در زمان کاشت، نوع زراعت (دیمی یا آبی)، هدف از تولید (تهیه بذر یا لیاف) و همچنین روش کاشت (خطی یا کرتی دستپاش) تغییر می کند.

در کاشت کنف به منظور تهیه لیاف در زراعت های خطی که با ماشین کاشته می شود مقدار بذر مورد نیاز حدود ۲۰ تا ۲۵

کیلوگرم در هکتار است و فاصله خطوط کاشت ۱۵ تا ۲۰ و گاهی ۲۵ سانتی متر و بین بوته ها ۵ سانتی متر می باشد هرگاه منظور از کاشت کنف تولید بذر باشد مقدار بذر مصرفی ۱۰ تا ۱۵ کیلوگرم و فاصله خطوط را باید بین ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر و فاصله بوته ها را بین ۵ تا ۷ سانتی متر انتخاب کرد. در زراعت‌های دستپاش مقدار بذر مورد نیاز بیشتر از زراعت‌های خطی و حدود ۳۵ تا ۴۰ کیلوگرم در هکتار است.

در زراعت‌های خطی که کاشت بوسیله بذر پاش انجام میشود معمولاً بذر را در وسط و یا کناره های خطوط کاشت میکارند. عمق کاشت بذر کنف در شرایط مختلف بین ۱ تا ۳ سانتی متر تغییر کرده و مناسب ترین آن حدود ۲ تا ۳ سانتی متر است. هنگام کاشت برای پیشگیری و از بین بردن پاره ای از بیماریهای بذر زاد بهتر است قبل از کاشت بذر را با سموم سیستمیک و یا سمومی بر مبنای P.C.N.B ضد عفونی نمود.

داشت

داشت، آبیاری تنک کردن، وجین و مبارزه با آفات و بیماریها از ضروریات داغشت می باشد.

آبیاری :

مقدار آب مورد نیاز کنف از زمان کاشت تا رسیدن کامل بستگی به تراکم بوته ها، جنس خاک، درجه حرارت و رطوبت نسبی محیط و مقدار ریزش باران دارد در مناطقی که حدود ۵۰۰ تا ۷۵۰ میلی متر بارندگی سالیانه داشته باشد می توان زراعت دیم کنف را انجام دهد در غیر این صورت آبیاری الزامی است. در جنوب ایران به علت شور بودن زمینها بهتر است از کاشت کنف به صورت کرتی اجتناب کرده و این گیاه را به صورت خطی کشت کرد.

تنک کردن و وجین : پس از آنکه رشد اولیه کنف کامل شد و ارتفاع بوته ها حدود ۱۰ تا ۱۲ سانتی متر گردید. بایستی بوته های اضافی را تنک و از بین خارج نمود عمل تنک کردن یا معمولاً با دست انجام میشود پس از پایان آن باید فاصله بوته ها در روی خطوط بین ۵ تا ۷ سانتی متر و فواصل خطوط در مورد کنف لیفی ۲۰ تا ۳۰ و در مورد کنف بذری ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر باشد. برای جلوگیری از رشد علفهای هرز لازم است در ۲ تا ۳ و حداکثر ۴ مرتبه مزرعه را وجین کرد. مناسب ترین وسیله مبارزه استفاده از کولتیواتور است.

آفات و بیماریها :

مهمترین آفات کنف عبارتند از : آفات کرم خاردار ، کارادرینا ، تریپس ، آگروتیس و شته . که سم مورد مصرف برای تریپس ، شته متاسیستوکس ۵/۱ در هزار میباشد و برای کرم خاردار و کارادرینا و آگروتیس می توان از سم سوین به نسبت ۲ کیلو در هکتار استفاده کرد. از دیگر آفات سر پولک (*Padagrira mentriesi*) میباشد که با سم تیودان می توان با آن مبارزه نمود. آفت دیگر کرم ریشه یا لارو پروانه (*Agrotis segetum*) که برای مبارزه با آن باید با علف های هرز مبارزه و با لیندین ۲۵ درصد طعمه پاشی نمود.

آفت دیگر کرم ساقه کنف (*pyrausta nubilalis*) می باشد که با قطع و سوزاندن علفهای هرز اطراف مزرعه در ماههای تیر و مرداد می توان با آن مبارزه نمود.

از بیماریهای مهم کنف عبارتند از :

(۱) بیماری پوسیدگی طوقه و ریشه کنف (*Fusarium bucharicum*) که عامل آن قارچ می باشد که برای مبارزه و پیشگیری آن کارهای زیر ضروری است:

(۱) تهیه ارقام مقاوم، (۲) رعایت اصول آیش و تناوب. (۳) خود داری از کشت در زمین های باتلاقی و یازمین هائی که دارای املاح کلسیم زیاد می باشند. (۴) مبارزه شیمیائی که تا حدودی مشکل می باشد.

۲- بیماری لکه ارغوانی برگ کنف

۳- بیماری لکه دودی کنف

۴- بیماری پوسیدگی خاکستری کنف می باشد.

برداشت

زمان برداشت کنف در گیلان و مازندران از حدود اوایل مهر تا اواخر مهر و در خوزستان و فارس از اوایل تا اواخر آبان ماه و در ورامین اواسط آبان تا اواسط آذر می باشد.

برداشت کنف زمانی باید انجام شود که ساقه کاملاً خشک نشده باشند در غیر اینصورت به علت چسبیدن الیاف به جدار ساقه جدا کردن آنها مشکل و از کیفیت آنها کاسته می شود. جهت مصرف در کارخانجات کاغذسازی موقعی به برداشت کنف اقدام می شود که مقدار محصول خشک ساقه حداکثر و کپسولها رسیده باشد. اگر کشت کنف برای تهیه بذر باشد می توان در اواخر مرحله زندگی کنف بتدریج که کپسولها می رسند آنها را از ساقه جدا و در محل مناسبی انبار نمود و یا زمان رسیدن دانه ها که حدود ۲ ماه پس از ظهور اولین گل در گیاه می باشد ساقه ها را به وسیله ماشین یا اره موتوری و با داس قطع کرده و در دسته های ۲۰ تا ۲۵ کیلوگرمی دسته بندی و در مزرعه در معرض جریان هوا قرار داده تا خشک شوند پس از ۲ تا ۳ و حداکثر ۷ روز آنها را با وسایل مختلف کوبیده و دانه ها را از سایر مواد جدا کرده و در داخل گونی های کنفی ریخته و انبار می کنند. عدم وجود رطوبت و جریان داشتن مناسب هوا در انبار باید رعایت شود.

اگر هدف از کاشت کنف تهیه الیاف باشد معمولاً قبل از آنکه ساقه ها بطور کامل برسند و قبل از چسبیدن الیاف به جدار ساقه برداشت باید انجام گیرد. هنگام برداشت ساقه ها را از ریشه از زمین خارج می کنند در صورتیکه ساقه ها را از نزدیک سطح زمین کف بر نمایند. کیفیت الیاف بهتر می باشد و ریشه ها و گل و لای اطراف ریشه داخل ساقه ها نمی شوند. پس از برداشت برای کاهش رطوبت ساقه و افزایش سرعت تبخیر، ساقه ها را در دسته های کوچک به شکل خاصی در مزرعه به حالت ایستاده قرار می دهند که به آن چاتمه کردن می گویند. پس از چند روز دسته های ساقه را درون حوضچه هائی که در آن ها آب جریان دارد قرار می دهند و درجه حرارت آب داخل حوضچه ها باید حدود ۳۰ تا ۳۲ درجه سانتی گراد باشد. عمل تخمیر پوست ساقه توسط میکروارگانیزم های موجود در آب صورت می گیرد.

مدت زمان تخمیر بستگی به درجه حرارت آب داشته و در شرایط مساعد بین ۱۰ تا ۲۰ روز است و در صورت نامساعد بودن شرایط ممکن است تا دو ماه به تعویق بیفتند. پس از پایان عمل تخمیر و جدا کردن الیاف و شستشو دادن و تمیز کردن آنها الیاف را آویزان کرده تا خشک شوند. حدود یک بیستم وزن ساقه ها را الیاف خشک تشکیل می دهد. رنگ معمولی ساقه کنف هیچگونه تاثیری در رنگ الیاف نداشته و در صورتیکه تخمیر و شستشوی آنها دقیق انجام شود الیاف سفید و شفاف حاصل خواهد شد.

دامنه انتشار

مناطق کاشت کنف در گیلان و مازندران: قائم شهر، بابل، آمل، محمود آباد، بندپی، سرخ رود، نور، لنگرود آستانه، رشت -

بندر انزلی

استان فارس: داراب، کازرون، کرمان: بم، رفسنجان و جیرفت. تهران: ورامین. خوزستان: دزفول ایرانشهر، بندرعباس، میناب،

مهران

مرجع: کتب طب سنتی

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

ریواس یا ریاس یا ریواج یک گیاه علفی است که در فصل بهار و اوایل تابستان می‌روید. به ساقه زیر زمینی این گیاه راوند می‌گویند. بهترین نوع ریواس آن است که از کشور چین می‌آورند و رنگ آن قرمز است و میانه آن زرد رنگ است و به آن ریوند چینی می‌گویند.

ترکیبات غذایی:

ریواس غنی از فیبر و ویتامین C بوده در آن آب-پروتئین-قند-کربوهیدرات-کلسیم-ویتامین های A و B سدیم و پتاسیم وجود دارد.

خواص دارویی:

طبیعت آن سرد است

مقوی ملین و گرم کش است

لوز المعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قند خون را کم میکند

برای رفع جوش بدن مفید است

برای بی‌اشتهایی-درد معده و بیماری های کبدی نافع است

باعث تقویت معده و روده شده و تنظیم کننده ترشحات و حرکات معده است

سستی و خماری را بر طرف میکند و مسرت بخش است

برای امراض وبایی و اسهال مفید است

خون را تصفیه میکند

چکاندن آب تازه ریواس در چشم سبب تقویت بینایی و از بین رفتن لکه های سفید چشم می‌گردد

ترکیب ریواس با آلبیمو و مالیدن آن به صورت باعث از بین رفتن جوش و لک میشود

برای تقویت موی سر نافع است

اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابی میکند

جوشانده برگ های ریواس باعث تمیزی ظروف آلومینیومی میشود

مرجع: کتب طب سنتی

گوچه فرنگی

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در مقاله ذکر شده است.

توضیحات:

به گزارش سرویس بهداشت و درمان خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا) منطقه مرکزی، گوچه فرنگی ملین بوده و سنگ کلیه را دفع می‌کند.

مردان می‌توانند با خوردن مداوم گوجه فرنگی خود را در مقابل سرطان پروستات محافظت کنند.

همچنین گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می‌کند. از جوشانده برگ گوجه فرنگی نیز می‌توان برای دفع شته و حشرات استفاده کرد.

گوجه فرنگی برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم مفید و ورم مفاصل را برطرف می‌کند. همچنین از تصلب شرایین جلوگیری کرده و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است.

گوجه فرنگی، اوره خون را پایین می‌آورد. برای تمیز کردن خون باید از گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار سه فنجان در روز قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده کرد.

برای تمیزی لکه جوهر بر روی لباس، یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی قرار داده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و سپس آنرا بشویید.

اگر پوست شما کک و مک دارد، هر روز آنرا با گوجه فرنگی تمیز کنید کم کم کک و مک‌ها را از بین می‌برد.

گفتنی است، در بعضی از اشخاص هضم گوجه فرنگی با اشکال صورت می‌گیرد. کسانی که معده حساس دارند، نباید در خوردن گوجه فرنگی افراط کنند.

همچنین بعضی از افراد نسبت به گوجه فرنگی حساسیت دارند. این نوع از افراد نیز نباید گوجه فرنگی بخورند.

مرجع: کتب طب سنتی

جعفری

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر آورده شده است.

توضیحات:

جعفری ضد نفخ شکم است و شریان‌ها و رگ‌ها را تمیز می‌کند.

دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس و درمان سرخک مفید است.

برای رفع لک‌ها و جوش‌های صورت، دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید. برای روشن شدن رنگ پوست، مقداری

جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح و شب صورت خود را با آن بشوئید. بعد از یک هفته پوست صورت

شما روشن می‌شود.

دم کرده جعفری ضد تب بوده و برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است.

خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می‌کند.

بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان می‌توانید از جعفری استفاده کنید. جعفری نفس را نیز خوشبو می‌کند.

شایان ذکر است، برای درمان خون مردگی و له شدگی می‌توان از برگ و ساقه جعفری برای بهبود عضو آسیب دیده استفاده کرد.

مرجع: کتب طب سنتی

پوست آهو

طریقه مصرف:

تزیینی

توضیحات:

بسیار زیبا

مرجع: کتب طب سنتی

گل زوفا با نام علمی *Hyssopus officinalis*

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد

توضیحات:

گل زوفا با نام علمی *Hyssopus officinalis*

زوفا از کلمه یونانی آزوب به معنای گیاه مقدس گرفته شده است و یکی از مهمترین ??? گونه گیاهی است که برای معطر کردن نوشابه ها در قدیم بکار می بردند. زوفا یکی از مهمترین گیاهان دارویی و ادویه ای به شمار می رود. در اکثر فارماکوپه های معتبر از پیکر رویشی زوفای به عنوان دارو یاد شده است.

از دم کرده پیکر رویشی این گیاه برای درمان بیماریهای مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه، سیاه سرفه، برونشیت و آسم استفاده می شود. مواد موثره این گیاه سبب افزایش فشار خون، هضم غذا و همچنین کاهش تورم می شود. زوفا اگر چه کمی تلخ مزه است ولی به عنوان طعم دهنده مواد غذایی و همچنین در تهیه تهیه سس مورد استفاده قرار می گیرد.

اسانس زوفا خاصیت ضد قارچی و باکتریایی دارد. این اسانس در صنایع کنسرو سازی، نوشابه سازی و همچنین در صنایع آرایشی و بهداشتی کاربرد فراوانی دارد. به علت نوش فراوانی که در گلهای این گیاه به وجود می آید در ردیف گیاهان مولد عسل قرار دارد. عسل حاصله از آن کیفیت بسیار مطلوبی برخوردار است.

زوفا در سطوح وسیعی در مرکز و جنوب اروپا عمدتاً در روسیه، بلغارستان، مجارستان، ایتالیا، اسپانیا، فرانسه و در کشمیر هند کشت می شود. بقراط آن را برای پلوپزی تجویز می کرد. دیوسکوریدس آن را همراه با سداب برای آسم و آبریزش مفید می دانست.

مشخصات گیاه شناسی

زوفا گیاهی خشبی و چند ساله است. منشأ این گیاه آسیای صغیر گزارش شده و از دریای خزر تا دریای سیاه و همچنین در مناطق شنی نواحی مدیترانه می روید. *Hyssopus Officinalis* چهار زیر گونه دارد. مهمترین آنها زیر گونه *Officinalis* و زیر گونه *Subsp. Canescens* می باشند.

این دو زیر گونه در اکثر نقاط جهان به خصوص در اروپای مرکزی می رویند. سطح برگها و ساقه های زیر گونه *Officinalis* کاملاً صاف چهار گوش، مستقیم، ارتفاع آن متفاوت و بین ?? تا ?? سانتی متر است. پای ساقه (قسمت تحتانی) چوبی و قهوه ای رنگ و از انشعابهای فراوانی برخوردار است، ولی قسمت فوقانی آن نرم و سبز رنگ می باشد.

برگهای صاف، فاقد دندانه، باریک، کشیده و کم و بیش نیزه ای شکل و رنگ آن سبز روشن است. برگها به طول ? تا ? سانتی متر و به عرض ?/? تا ? سانتی متر که در طول ساقه به صورت متقابل (به شکل صلیب) قرار می گیرند. هر دو طرف پهنک پوشیده از حفره های محتوی اسانس است. برگهای حاوی کوتیکول نسبتاً ضخیمی می باشند که از خصوصیات گیاهان مناطق گرم و خشک است.

گلها در نواحی فوقانی ساقه هایی به طول ?? تا ?? سانتی متر به صورت چرخه هایی مجتمع که هر چرخه مرکب از هفت تا نه گل

می باشد تشکیل می شوند . گلها آبی ، صورتی یا سفید رنگ هستند . رنگ گل در ترکیبات تشکیل دهنده اسانس هیچ گونه تاثیری ندارد . میوه ، فندقه چهار قسمتی و رنگ آن سیاه یا قهوه ای تیره و قسمت میانی آن کمی برجسته بوده و میوه کم و بیش به شکل مثلث است .

مقدار اسانس در پیکر رویشی زوفا متفاوت و بین ?? تا ? درصد می باشد . مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده اسانس را ((پینوکامفن ??)) (درصد) تشکیل می دهد ، از ترکیبات مهم دیگر اسانس می توان از ((آلفا و بتاپینن)) ، ((کامفن)) والکلهای سزکویی ترین نام برد .

پیکر رویشی این گیاه همچنین حاوی فلاونوئید ، تانن ? (تا ? درصد) مواد تلخ ? (تا ? درصد) و مواد دیگری مانند ((دیوزمین)) ((هیسوپین)) و ترکیبات موسیلاژی است اسانس تلخ ، تند خشک و اندکی گرم کننده است . رویش بذر زوفا در خاکهای مرطوب و در درجه حرارت مناسب امکان پذیر است . اگر بذرها در اوایل بهار کشت شوند پس از دو تا سه هفته سبز می شوند . چون بذرها سبک و کوچک هستند ، پس از رسیدن در فصل تابستان از گیاه جدا و به اطراف پراکنده می شوند . تعدادی از این بذرها ممکن است در فصل پاییز و تعدادی در فصل بهار سال بعد رشد کنند از این رو گیاهان از رشد و نمو یکسانی برخوردار نخواهند بود و برداشت آنها توسط ماشین با مشکل مواجه خواهد شد .

رشد اولیه زوفا کند است . در سال اول رویش ، اولین گلها در اواخر خرداد و اوایل تیر ماه ظاهر می شوند گیاهان از سال دوم از اوایل خرداد به گل می روند . اگر پس از اولین برداشت ، شرایط اقلیمی مناسب باشد گیاهان ممکن است در اواخر تابستان (شهریور) مجدداً به گل بروند . ابتدا میوه های قسمت تحتانی گیاه می رسند و به تدریج به طرف قسمتهای فوقانی ساقه ادامه می یابند . زوفا پنج تا هفت سال عمر می کند .

jpg????????????????????.

خواص درمانی

عمدتاً به عنوان خلط آور در برونشیت ، سرفه های شدید و آسم مصرف می شود . اما ضد نفخ و قولنج هم هست و در گذشته با انجیر برای رفع یبوست بکار می رفت ، محرک تعریق در آنفلونزا و سرما خوردگی است گل ها در تابستان جمع آوری می شود . از عصاره روغنی به عنوان مرهم سینه مقدار ?? قطره در ?? میلی لیتر روغن بادام یا آفتابگردان ریخته و در برونشیت و سرفه های شدید بکار می برند با آویشن و اکالیپتوس به خوبی قابل ترکیب است

Tamus vulgaris? .

Eucalyptus globulus? .

روغن زوفا را در موارد خستگی عصبی، مالیخولیا یا اندوه شدید ? تا ?? قطره به آب وان اضافه می کنند

خلط آور ، ضد نفخ ، شکل دهنده عروق محیطی ، محرک موضعی ، ضد ویروس ایدز Hiv ، ضد اسپالسم

از دم کرده بخش هوایی زوفا در مراحل اولیه سرماخوردگی و آنفلوانزا محلول داغ بنوشید ، برای ناراحتی های گوارشی و اختلال عصبی کار معده مفید است .

تنور زوفا همراه با سایر گیاهان خلط آور مانند شیرین بیان ، زنجبیل شاهی و آنتیون برای برونشیت و سرفه های مقاوم مصنف می شود .

Glycyrrhiza?

inula spp? .

Pimpinella anisum?

شریت زوفا برای سرفه از قسمت هوایی یا گل های زوفا تهیه می شود و برای سرفه های مقاوم و ضعف ریه با شیرین بیان یا گل ماهور مخلوط می کنند .

Ver bascum thpsus?.

نیازهای اکولوژیکی

مناطق خشک و گرم و نواحی جنوبی تپه ها ، مناطق مناسبی برای کشت زوفا می باشند . این گیاه به خشکی مقاوم است ولی در آغاز رویش و همچنین پس از اولین برداشت به آب کافی نیاز دارد . پس از اولین برداشت چنانچه شرایط اقلیمی مناسب باشد به خصوص اگر آب کافی در اختیار گیاه باشد (در اواخر تابستان) گیاهان مجدداً به گل می روند .

زوفا به خاک خاصی نیاز ندارد و تقریباً در هر نوع خاک حتی خاکهای شنی و تهی از مواد و عناصر غذایی رشد می کند . برای کشت این گیاه می توان از مناطق بیابانی استفاده کرد . در سطوح وسیع کشت از خاکهایی با بافت متوسط که حاوی ترکیبات کلسیم هستند باید استفاده کرد . ماسه های بسیار نرم (ماسه های بادی) و خاکهای اشباع از آب برای کشت زوفا مناسب نیستند . ((PH)) خاک برای زوفا بین ? تا ?/؟ مناسب است .

تناوب کاشت

زوفا پنج تا هفت سال عمر دارد . در این مدت تمام نیازهای گیاه توسط زمینی که در آن کشت می شود باید برطرف گردد . از این رو انتخاب زمینی مناسب برای کاشت این گیاه ضرورت دارد .

علفهای هرز در رشد ، نمو و مقدار مواد مؤثره زوفا تاثیر منفی بر جای می گذارد . مبارزه با علفهای هرز در طول رویش گیاه ضروری است . زوفا را با گیاهانی مانند غلات ، خردل و ذرت می توان به تناوب کشت کرد . کاشت این گیاه در زمینهایی که به مقدار زیادی از علف کشتهای یا ماده مؤثره تریازین استفاده شده است مناسب نیست .

تناوب کشت زوفا با گیاهانی که بذرها پس از رسیدن به اطراف ریزش می کنند (مانند رازیانه ، گشنیز) ... و همچنین تناوب با گیاهان ریشه ای (مانند یونجه ، شبدر و) ... مناسب نیست . زیرا این گیاهان در گسترش بیماریها مؤثرند .

زوفا را می توان چهار تا پنج سال متوالی در یک قطعه زمین کشت کرد . پس از این مدت باید با گیاهان مناسب به تناوب کشت شود .

مواد و عناصر غذایی مورد نیاز

زوفا را می توان در هر نوع خاکی حتی خاکهای تهی از مواد و عناصر غذایی کشت کرد . ولی برای کشت در مقیاس وسیع و افزایش مواد مؤثره عناصر و مواد غذایی کافی در خاک ضرورت دارد . افزودن کودهای حیوانی به زمینهایی که زوفا کشت می شود مناسب نیست ، ولی کتربردهای کودهای شیمیایی به مقادیر مناسب ، در تولید مواد مؤثره تاثیر فراوانی دارد . قبل از کاشت و در فصل پائیز همراه با شخم توصیه می شود ?? تا ?? کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر ?? ، تا ?? کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به خاک اضافه شود . فصل بهار قبل از کشت ?? تا ?? کیلوگرم در هکتار ازت باید به خاک اضافه شود .

با افزایش سن گیاه نیاز آن به ازت زیاد می شود . به طوری که افزودن کودهای ازت به خاک گیاهان چند ساله سبب بهبود رشد و افزایش کمیّت و کیفیت مواد مؤثره زوفا می شود . مقدار ازت به شرایط اقلیمی رویش گیاهان بستگی دارد از این رو هر سال در فصل بهار ?? تا ?? کیلوگرم در هر هکتار ازت باید به صورت سرک در اختیار گیاهان قرار گیرد . محلولهای غذایی سبب تسریع در رشد ، افزایش عملکرد پیکر رویشی ، و افزایش مواد مؤثره زوفا می شوند .

آماده سازی خاک

پس از برداشت گیاهانی که با زوفا تناوب کشت شده اند باید بقایای آنها را جمع آوری کرد . فصل پائیز پس از افزودن کودهای

شیمیایی باید شخم عمیقی زده شود. در فصل بهار بستر خاک را باید برای کشت گیاه آماده کرد.

هنگام کاشت، خاک باید مرطوب و زمین فاقد هرگونه پستی و بلندی باشد. بدین جهت شخم در فصل بهار مناسب نیست زیرا از رطوبت خاک بشدت کاسته می شود و رویش گیاهان با مشکل مواجه می سازد.

تاریخ و فواصل کاشت

اوایل بهار (نیمه دوم اسفند) زمان مناسبی برای کشت زوفاست. تأخیر در کاشت مناسب نیست و سبب کاهش جوانه زنی بذرها می شود. فاصله بین ردیفها به روش برداشت محصول و نوع ماشینهای برداشت بستگی دارد و معمولاً بین ?? تا ?? سانتی متر مناسب است.

عمق بذر زوفا در موقع کاشت باید یک تا دو سانتی متر باشد. کشت در اعماق بیشتر مناسب نیست، زیرا نه تنها تمام بذرها سبز نمی شوند بلکه سبب عدم یکسانی در جوانه زنی آنها گشته و برداشت مکانیزه را با مشکل مواجه می کند. تعداد بذر در هر متر طول ردیف ??? تا ??? عدد و مقدار بذر برای هر هکتار زمین به کیفیت آن بستگی دارد و بین سه تا پنج کیلو گرم مناسب است. تراکم مطلوب ?? هزار بوته در هکتار است.

روش کاشت

از آن جایی که بذرها زوفا قوه رویشی مناسبی دارند، کشت مستقیم در زمین اصلی نتایج مطلوبی داشته و در اکثر کشورها برای کشت زوفا از این روش استفاده می شود. کشت زوفا به صورت ردیفی و با استفاده از ردیف کار انجام می گیرد پس از کاشت، زمین را باید آبیاری کرد.

چنانچه این گیاه در شبها کشت می شود، جهت ردیفها باید برخلاف جهت شیب زمین باشد. در گذشته در برخی از کشورها تکثیر زوفا به روشهای غیر مستقیم (کشت در خزانه) و یا حتی به روش رویشی انجام می گرفته است. ولی در حال حاضر در اکثر کشورهایی که این گیاه کشت می شود برای تکثیر، از روش مستقیم استفاده می شود.

مراقبت و نگهداری

مبارزه شیمیایی با علفهای هرز به تنهایی کافی نیست و وجین مکانیکی به همراه استفاده از علف کشها بسیار مناسب است. قبل از کاشت و یا پس از کاشت و قبل از رویش بذر می توان از علف کش مرکزین به مقدار سه تا چهار کیلو گرم در هکتار به صورت محلول پاشی استفاده کرد. این علف کش پس از دو ماه اکثر علفهای هرز زمین را از بین می برد.

چنانچه فصل بهار هوا گرم و کم باران باشد کاربرد علف کش مرکزین مناسب نیست و تاثیر نامناسبی روی زوفا خواهد داشت. در این صورت قبل از رویش گیاهان می توان از علف کش یک درصد گلون و یا گراماکسون به صورت محلول پاشی علیه علفهای هرز استفاده نمود.

در سال اول رویش هنگامی که ارتفاع گیاهان به ?? تا ?? سانتی متر برسد، می توان از علف کش آفالون به مقدار ? تا ??/ کیلو گرم در هکتار یا مرکزین به مقدار ?/ تا ? کیلو گرم در هکتار استفاده کرد.

برای مبارزه با علفهای هرز گیاهان چند ساله (از سال دوم به بعد) در اوایل بهار، قبل از رویش مجدد گیاهان می توان از لف کش مرکزین به مقدار پنج تا شش کیلو گرم در هکتار استفاده نمود.

سانتی متر می رسد می توان از علف کش آفالون به مقدار ?/ تا ?/ و یا مرکزین به مقدار دو تا چهار کیلو گرم در هکتار به صورت محلول پاشی استفاده کرد.

کاربرد علف کش سیس ?? به مقدار ?? کیلو گرم در هکتار یا کاراگارد به مقدار پنج تا هفت کیلو گرم در هکتار علیه علفهای هرز چند ساله که دارای ریزوم، پیاز یا غده هستند نتایج مطلوبی به دنبال دارد. پس از استفاده از این علف کش ممکن است رشد

و نمو زوفا کمی کند شود. ولی گیاهان پس از مدتی به رشد مطلوب و عادی خود ادامه می دهند. در زمینهایی که زوفا کشت می شود ممکن است.

گیاهانی مقاوم به علف کشها وجود داشته باشند. این گیاهان نه تنها رشد زوفا را دچار مشکل می سازند بلکه بر کیفیت اسانس زوفا تاثیر منفی می گذارد. از این رو لازم است خاک فواصل بین ردیفها و حتی المقدور گیاهان را برگردان کرد، تا علاوه بر وجین علفهای هرز مقاوم، تهویه خاک نیز انجام گیرد. این عمل سبب تسریع در رشد و نمو زوفا می شود.

اخیراً برای مبارزه با علفهای هرزی که به علف کشها مقاوم شده اند پس از اولین برداشت از محلول رگلون یک درصد استفاده می شود (از این علف کش برای علفهای هرز زوفاهای چند ساله استفاده می شود). چنانچه استفاده از مرکازین در فصل بهار امکان پذیر نباشد اوایل اردیبهشت ماه می توان از داکتال به مقدار ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار استفاده کرد. زمان مناسب رای وجین مکانیکی علفهای هرز ایام گلدهی است. سوزاندن علفهای هرز نیز در بعضی مواقع نتایج مطلوبی به همراه دارد سفیدک پودری یکی از بیماریهای قارچی است که خسارت سنگینی را به محصول وارد می کند. از نشانه های این بیماری سفید شدن سطح برگهاست که در نهایت منجر به مرگ گیاه می شود.

برخی آفتها (مانند تریپس) ممکن است صدمه های سنگینی به گیاه وارد آورند. این آفتها سبب چروکیده شدن برگها و کاهش محصول می شوند. برای مبارزه با آنها قبل از گلدهی از آفت کشهایی که موثره آنها را دیکلر فوس ۲۰۰ (درصد)، دی متوات ۲۰۰ (درصد) و یا موینفوس ۲۰۰ - ۲۰۰ (درصد) تشکیل می دهند می توان استفاده نمود.

برداشت محصول

اگر هدف از کاشت زوفا استفاده از پیکر رویشی آن برای ادویه باشد، اوایل گلدهی باید برداشت شوند. اگر به منظور استخراج اسانس کشت شده باشند، گیاهان را در مرحله گلدهی کامل (اوایل تابستان) باید برداشت کرد.

برداشت اندامهای مورد نظر گیاه باید از ناحیه فوقانی ساقه های چوبی صورت گیرد. چنانچه ساقه های چوبی با سایر قسمت های مورد نظر مخلوط شوند نقش موثری در کاهش کیفیت اسانس زوفا دارد. اگر هنگام برداشت، هوا خشک باشد و آفتاب شدید نتابد، پیکر رویشی برداشت شده را می توان برای مدتی روی زمین قرار داد و پس از کاهش رطوبت، آنها را به خشک کن منتقل کرد. دمای مناسب برای خشک کردن پیکر رویشی با استفاده از خشک کنهای الکتریکی ۲۰ تا ۲۵ درجه سانتیگراد است. اندامهای خشک شده را باید بسته بندی و در مکان مناسب انبار کرد.

عملکرد پیکر رویشی در سال اول دو تا سه تن در هکتار و در سال دوم شش تا ده تن در هکتار (وزن تازه گیاه) که از آن به ترتیب ۲ تا ۳ و ۲ تا ۳ تن پیکر رویشی خشک حاصل می شود. از هر هکتار زوفای کشت شده ۲ تا ۳ کیلوگرم اسانس استحصال می شود.

جمع آوری بذر

در اواخر تابستان (اوایل شهریور) هنگامی که بیش از ۲ تا ۳ درصد بذرها رسیدند زمان مناسبی برای جمع آوری بذر زوفاست. خشک کردن بذرها با استفاده از خشک کنهای الکتریکی باید با دقت انجام گیرد.

زیرا غفلت (درجه حرارت زیاد یا باقی ماندن بذرها برای مدت زیادی در خشک کن) به شدت سبب کاهش قوه رویشی بذرها می شود. از این رو توصیه می شود بذرها به همراه پیکر رویشی خشک شوند سپس بذرها را بوجاری، تمیز و بسته بندی کرده و در جای خشک و خنک نگهداری شوند. (۲۰)

عملکرد بذر متفاوت است و به شرایط اقلیمی محل رویش گیاه بستگی داشته و بین ۲ تا ۳ تن در هکتار می باشد.

مرجع: کتب طب سنتی

اکلیل الجبل

طریقه مصرف:

استعمال خارجی، جوشانده خوراکی

توضیحات:

اکلیل الجبل مقوی، محرک، قاعده آور و مقوی جهاز هاضمه و برای درمان ضعف اعصاب، میگرن (درد نیمه سر) استسقاء یرقان، ورم کلیتین و تپش قلب مفید است. استعمال خارجی تنطوری آن برای رفع شوره سر نافع است. ماساژ سر با جوشانده آن نیز برای این منظور مفید است. جوشانده آن معده را پاک می‌کند و اشتها آور است. از شدت بیماری استسقاء می‌کاهد و مقوی برای معده و کم خونی زنان است، بطور کلی اکلیل الجبل داروی قوی معرق و قابض است و جوشانده اش اعصاب را تقویت و سر درد را برطرف می‌کند.

مرجع: کتب طب سنتی

روغن زیتون - خواص، نکات و مزایا

انتخاب روغن زیتون خالص و استفاده از آن در رژیم غذایی روزانه موجب می‌شود که ریسک ابتلا به بیماریهای قلبی - عروقی و دیابت تا حد بسیار زیادی کاهش پیدا کند.

میزان متعادلی روغن زیتون نیز می‌تواند از برجسته شدن شکم جلوگیری نماید. البته میبایست دقت داشته باشید که همیشه باید از روغن زیتون در کنار یک رژیم غذایی گیاهی بهره بگیرید.

جایگاه روغن زیتون در رژیم غذایی مدیترانه ای

در دهه ۷۰ میلادی محققان به این نتیجه دست پیدا کردند که ساکنان یونان در رژیم غذایی خود از مقدار بسیار زیادی نمک و چربی استفاده می‌کنند، و در عین حال از گیاهان نیز به وفور استفاده می‌نمایند. در این میان ژاپنی‌ها نیز جزء افرادی بودند که در رژیم غذایی خود از نمک استفاده می‌کردند، اما در مصرف چربی و گیاهان مانند یونانی‌ها فعال نبودند. متوسط طول عمر این افراد در مقایسه با یونانی‌ها خیلی پایین تر بود.

طول عمر یونانی‌ها به این دلیل بالاتر بود که در آنها میزان سکنه، سرطان‌های شکمی، بیماری‌های قلبی، و سایر سرطان‌ها بسیار پایین بود. پژوهش‌ها گویای این مطلب بودند که مردمانی که در اطراف مدیترانه زندگی می‌کردند، با اینکه از چربی‌های تک اشباعی مانند روغن زیتون به شدت استفاده می‌کردند، اما باز هم عمر طولانی تری نسبت به سایر افراد داشتند. این امر باعث شد که دانشمندان یک سری تحقیقات منظم را در مورد آداب غذایی این دست از افراد تهیه و تنظیم نمایند که با نام "رژیم مدیترانه ای" شهرت پیدا کرد. در این نوع رژیم غذایی "روغن زیتون" جزء یکی از مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده رژیم غذایی می‌باشد.

تحقیقات متعدد خواص روغن زیتون را تثبیت کرده اند

پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که روغن زیتون این قابلیت را دارد که کلسترول خون را تا حد بسیار زیادی کاهش دهد. این امر سبب می‌شود که ریسک ابتلا به بیماری انسداد شرایین کاهش بسیار زیادی پیدا کند.

در یک تحقیق که رژیم مدیترانه ای را مورد تحقیق و بررسی قرار داده بود، محققان به این نتیجه دست پیدا کردند که ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی در افراد مورد مطالعه، تنها پس از ۱ تا دو سال استفاده از این رژیم غذایی به نصف کاهش پیدا کرد. این افراد به طور مرتب از روغن زیتون استفاده می‌کردند و میزان مصرف میوه و سبزیجات را نیز در رژیم غذایی روزانه خود افزایش داده

بودند.

برخی از پژوهشگران معتقدند که روغن زیتون می‌تواند بر روی نحوه توزیع چربی در بدن نیز مؤثر باشد؛ به این ترتیب که مقدار چربی ذخیره شده در اطراف شکم را کنترل کرده و آنرا در تمام نقاط بدن پخش می‌کند.

چربی‌های رژیمی

به طور کلی می‌توان چربی‌ها را به سه دسته تقسیم کرد: چربی‌های اشباع شده، چربی‌های اشباع نشده ی تک‌ و گرومی. (این عبارات به نوع پیوند های شیمیایی موجود بین اتم‌های چربی‌ها نسبت داده می‌شود)

هر یک از این چربی‌ها حاوی اسیدهای چرب می‌باشد که از رشته‌ای از کربن و هیدروژن ساخته شده‌اند و فقط نحوه ترکیب آنها با یکدیگر در هر نوع چربی متفاوت است. در این میان چربی‌های اشباع نشده می‌توانند به کاهش میزان کلسترول بدن کمک کنند.

روغن زیتون حاوی چربی‌های اشباع نشده است. چربی‌های اشباع نشده در آووکادو، روغن کانولا (که از کلم قمری بدست می‌آید) و بادام زمینی نیز وجود دارند.

انواع مختلف روغن زیتون

عموماً روغن زیتون از فشردن زیتون بدست می‌آید. با توجه به مراحل مختلفی که برای بدست آوردن این ماده طی می‌شود، روغن‌های مختلفی بدست می‌آید. در این میان می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

• فوق خالص - بهترین نوع روغن زیتون است و از فشردن زیتون برای اولین بار بدست می‌آید.

• خالص - از دومین فشردن بدست می‌آید.

• تصفیه شده - چندین مرحله صنعتی را پشت سر می‌گذارد، مانند تصفیه و پالایش.

• رقیق - مراحل شیمیایی بسیار زیادی را طی می‌کند و فقط یک طعم بسیار ملایمی از زیتون را می‌دهد.

کلسترول و تصلب شرایین

لیپو پروتئین‌های کم چگال (LDL) به عنوان کلسترول "بد" شناخته می‌شوند. دلیلش هم این است که به راحتی به دیواره‌های رگ‌های خونی می‌چسبند و سبب انسداد شرایین می‌شوند. این امر به نوبه خود باعث افزایش ریسک ابتلا به بیماری قلبی - عروقی و سکته نیز می‌شود.

تحقیقاتی که بر روی کلسترول LDL انجام شده‌اند، اثبات کرده‌اند که عمل اکسیداسیون نیز به نوبه خود یکی از عوامل کلیدی در ایجاد تصلب شرایین است. به نظر می‌رسد که چربی‌های اشباع نشده قابلیت اکسیداسیون کلسترول‌های LDL را تا حد بسیار زیادی کاهش می‌دهند؛ این امر به راحتی می‌تواند خصوصیت ویژه روغن زیتون را تشریح کند. علاوه بر همه‌ی این مزایا باید گفت که روغن زیتون فوق خالص حاوی حدود ۴۰ فیتو کیمیکال ضد اکسنده نیز می‌باشد. همانطور که قبلاً نیز به آن اشاره کردیم، آنتی اکسیدان‌ها می‌توانند میزان کلسترول LDL را کاهش داده و از اکسید شدن آن جلوگیری بعمل آورند. در حقیقت نقش این فیتو کیمیکال‌ها در حفظ سلامت افراد از اهمیت بسیار بالایی برخوردار می‌باشد.

چربی خون

زمانی که یک غذای پرچرب خورده می‌شود، ۶ تا ۱۲ ساعت طول می‌کشد که کبد آنها را به ترکیباتی نظیر LDL و یا HDL (لیپوپروتئین‌های پر چگال) تبدیل کند و ترکیبات آنرا از خون پاک کند.

تحقیقات نشان می‌دهند که این ۶ تا ۱۲ ساعت در تضمین سلامت افراد از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. چربی‌های اشباع نشده، مانند روغن زیتون خیلی سریع تر و آسان تر از خون پاک می‌شوند. این امر سبب می‌شود که احتمال گرفتگی رگ‌ها

افزایش پیدا کند. چربی های اشباع نشده همچنین باعث می شوند که خون پس از مصرف یک غذای چرب حالت چسبنده پیدا نکند و از ایجاد لخته های خطرناک نیز جلوگیری می نمایند.

مزایای کاهش وزن

در یک تحقیق دو رژیم غذایی مختلف مورد بررسی قرار گرفتند. گروه اول از رژیم مدیترانه ای استفاده کردند و گروه دوم از رژیمی که مصرف چربی در آن پایین بود و کربوهیدرات بالا. نتایج حاکی از این امر بود که افراد گروه اول، کیلو کیلو وزن، هم از قسمت بالایی و هم از قسمت پایینی بدن خود را دست دادند.

افرادی که چربی های اضافه اغلب دور شکم و کمر آنها را ذخیره می شود (شکل سیب) در مقایسه با افرادی که چربی های بیشتری دور باسن و ران های خود دارند (گلابی شکل)، ریسک بیشتری در ابتلا به بیماری های قلبی دارند.

سایر مزایا

به نظر می رسد که روغن زیتون شامل یک سری فواید دیگر هم می باشد که از میان آنها می توان به این موارد اشاره کوتاهی داشت: کاهش ریسک ابتلا به برخی از سرطان ها مانند سرطان سینه، کاهش خطر ابتلا به دیابت، و نهایتاً به تعویق انداختن رشد دیابت در افرادی که در حال حاضر دچار این بیماری می باشند.

از چه کسی راهنمایی بگیری:

• پزشک متخصص

• متخصص تغذیه

نکاتی که باید به خاطر داشته باشید

• استفاده از روغن زیتون به عنوان منبع اصلی چربی در رژیم غذایی و در کنار آن استفاده از مقادیر زیادی میوه و سبزی می تواند تا حد بسیار زیادی از ابتلا به بیماری های قلبی و دیابت پیشگیری کند.

• استفاده از روغن زیتون در کنار یک رژیم غذایی سالم می تواند از میزان چربی های اضافی بدن به ویژه در اطراف شکم کم کند.

روغن زیتون های خالص از مزایا و فواید بیشتری نسبت به انواع مختلف روغن زیتون برخوردار می باشد.

اسفناج

نویسنده: آرمند

سبزیجات برگ داری مثل اسفناج با بافت لطیف و رنگ سبزی شمی بیشتر از هر ماده غذایی دیگر، مواد مغذی در خود دارد. گرچه اسفناج در همه فصول سال موجود است اما بهترین فصل آن پاییز می باشد.

فواید اسفناج بر سلامتی

همه ما در تلویزیون دیده ایم که چطور ملوان زبل با خوردن اسفناج خود را به قوی ترین مرد جهان تبدیل می کرد اما جالب است بدانید که علاوه بر این، او خود را در برابر پوکیاستخوان، بیماری های قلبی، سرطان روده بزرگ، ورم مفاصل، و سایر مشکلات و بیماری ها هم بیمه می کرده است.

فلاونوئید، ماده مغذی گیاهی برای سلامتی

محققان حداقل ۱۳ ترکیب مختلف فلاونوئید را در اسفناج پیدا کرده اند که بعنوان آنتی اکسیدان و عامل ضد سرطان عمل می کند. فواید و خواص ضد سرطانی این فلاونوئیدهای اسفناج آنقدر قابل توجه بوده است که محققان را بر آن داشت تا عصاره هایی

از اسفناج درست کنند تا بتوانند از آن در تحقیقات استفاده کنند. تحقیقات نشان داده است که این عصاره های اسفناج، تقسیم سلولی سلول های سرطانی را در شکم کندتر می کند و در تحقیقی که روی حیوانات آزمایشگاهی انجام گرفت مشخص شد که این عصاره ها، سرطان پوست را نیز کاهش می دهند. در تحقیقی که روی خانم های بزرگسال مقیم انگلستان در اواخر دهه هشتاد انجام گرفت نیز نشان می دهد که مصرف اسفناج از بروز سرطان سینه نیز جلوگیری می کند.

کاروتینویدهای اسفناج با سرطان پروستات مقابله می کند

براساس تحقیقی که در مجله تغذیه به چاپ رسید، مشخص شد که کاروتینوید موجود در اسفناج و سایر سبزیجات برگ دار، به دو طریق با سرطان پروستات مقابله می کند. این کاروتینوید که نئوکسانتین نام دارد، نه تنها سلول های سرطانی پروستات را به خود تخریبی وا می دارد بلکه در روده به ترکیبات اضافی به نام نئوکروم تبدیل می شود که سلول های سرطانی پروستات را به حالت سکون در می آورد و از تکثیر شدن آنها جلوگیری می کند.

فلاونویدهای اسفناج با سرطان تخمدان مقابله می کند

تحقیق روی مصرف فلاونوید گروهی از خانم هایی که بین سالهای ۱۹۸۴ تا ۲۰۰۲ در مرکز تحقیقاتی نرسس نگهداری می شدند، نشان داد که خانم هایی که رژیم غذاییشان بیشترین میزان kaempferol را در خود داشته است، درمقایسه با خانم هایی که کمتر از این ماده در برنامه غذایی خود استفاده می کردند، تا ۴۰٪ کمتر در خطر ابتلا به سرطان تخمدان قرار داشتند. علاوه بر اسفناج، مواد غذایی سرشار از kaempferol شامل چای (غیر گیاهی)، پیاز، کلم پیچ، تره فرنگی، کلم بروکلی، و زغال اخته می باشد.

همچنین ۳۴٪ کاهش ابتلا به سرطان تخمدان در خانم هایی که بیشترین میزان فلاون لوتولین (موجود در مرکبات) را در برنامه غذایی خود داشته اند، مشاهده شده است.

کمک به تقویت استخوان ها

ویتامین K موجود در اسفناج—تقریباً ۲۰۰٪ از ارزش روزانه در یک فنجان اسفناج تازه و بیش از ۱۰۰۰٪ از ارزش غذایی روزانه در یک فنجان اسفناج بخارپز شده—در سلامت استخوانها اهمیت بسیاری دارد. ویتامین K₁، اوستئوکالسین را فعال می سازد که اصلی ترین پروتئین غیر کلاژنی در استخوانهاست. اوستئوکالسین، مولکول های کلسیم را در داخل استخوانها محکم میکند. از اینرو، بدون ویتامین K₁ کافی، سطح اوستئوکالسین در بدن به مقدار لازم نخواهد بود و تامین مواد معدنی مورد نیاز بدن ناقص می شود. اسفناج همچنین منبع بسیار خوبی از سایر مواد مغذی استخوان ساز از جمله کلسیم و منیزیم می باشد.

اسفناج و محافظت قلبی-عروقی

برای تصلب شریان و بیماری های قلبی دیابتی، مواد غذایی معدودی درمقایسه با اسفناج مفید و کمک کننده هستند. اسفناج منبعی عالی از ویتامین C و ویتامین A می باشد که دومی از بتا کاروتین موجود در آن سرچشمه می گیرد. این دو ماده غذایی آنتی اکسیدان هایی بسیار مهم هستند که میزان رادیکال های آزاد موجود در بدن را کاهش میدهند. ویتامین C به شکل آنتی اکسیدانی محلول در آب و بتا کاروتین آنتی اکسیدانی محلول در چربی عمل می کند. این گروه آنتی اکسیدان های محلول در آب به جلوگیری از اکسید شدن کلسترول کمک می کند. کلسترول اکسیده شده می تواند به دیواره های رگ های خونی چسبیده و در آنجا جمع شود که منجر به انسداد عروق، حمله قلبی و سکته می شود. مصرف کافی از ویتامین C و بتا کاروتین از بروز چنین مشکلاتی جلوگیری کرده و یک فنجان اسفناج پخته، ۲۹۴.۸٪ از مقدار مورد نیاز روزانه از ویتامین A و ۲۹.۴٪ از نیاز روزانه از ویتامین C را تامین می کند.

اسفناج منبع بسیار خوبی از فولات نیز می باشد. فولات برای کمک به تبدیل مواد شیمیایی خطرناک که هوموکیستین نامیده می

شوند و در صورت بالا-رفتن مقدار آن در بدن می‌تواند منجر به حمله قلبی یا سکته شود، به سایر مولکول‌های خوش خیم برای بدن لازم است. علاوه بر این، اسفناج منبع بسیار عالی از منیزیم است، ماده معدنی که می‌تواند به پایین آوردن فشار خون و محافظت در برابر بیماری‌های قلبی کمک کند. یک فنجان اسفناج پخته حاوی ۶۵.۶٪ از نیاز روزانه فولات و ۳۹.۱٪ از نیاز روزانه منیزیم را تامین می‌کند.

علاوه بر ذخیره بسیار خوب از ویتامین‌ها و مواد معدنی محافظت‌کننده قلب، در تحقیقی که در مجله کشاورزی و شیمی مواد غذایی منتشر شد، مشخص گردید که اسفناج حاوی چهار پپتید (ترکیبات پروتئینه) می‌باشد که آنزیم آزیوتنسنین را خنثی می‌سازد— همان آنزیمی که با داروهای ACE برای پایین آوردن فشار خون، خنثی می‌شود. وقتی به حیوانات آزمایشگاهی که فشارخون داشتند، اسفناج داده شد، بین ۲ تا ۴ ساعت روی فشارخون تاثیر گذاشته و آن را کاهش داد. اما چه مقدار اسفناج باید به این حیوانات داده می‌شد تا اثر کند؟ فقط ۲۰ تا ۳۰ میلی‌گرم از این پپتیدهای قوی اسفناج به ازای هر کیلوگرم از وزن آنها کافی بود. در انسانها یک وعده سالاد اسفناج متوسط برای ناهار یا یک وعده اسفناج پخته برای شام بین ۲ تا ۴ ساعت روی فشار خون تاثیر می‌گذارد.

اسفناج سلامت معده و روده را تقویت می‌کند

ویتامین C و بتا کاروتین موجود در اسفناج سلول‌های روده را از تخریب توسط رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند. و فولات موجود در اسفناج به جلوگیری از تخریب DNA و ایجاد تغییر در سلول‌های روده، حتی وقتی در معرض موادمشیمیایی سرطان‌زا نیز قرار بگیرند، کمک می‌کند. تحقیقات و مطالعات نشان می‌دهد که افرادی که از غذاهای سرشار از ویتامین C، بتا کاروتین، یا فولات استفاده می‌کنند، کمتر در خطر ابتلا به سرطان روده می‌باشند.

مواد مغذی ضد التهاب

مواد مغذی موجود در اسفناج همچنین می‌تواند به مشکلاتی که التهاب در آن نقش دارد نیز کمک کند. برای مثال، آسم، ورم و التهاب مفاصل استخوانها، و روماتیسم همه بیماری‌هایی التهابی هستند. از آنجا که بتا کاروتین و ویتامین C خواص ضد التهابی دارند، می‌توانند برای کاهش علائم این مشکلات در برخی بیماران مثر ثمر باشند. علاوه بر این، منیزیم و ریبوفلاوین موجود در اسفناج دو ماده مغذی هستند که میتوانند به کاهش تعدد حملات میگرن در بیماران میگرنی کمک کنند.

اسفناج و تقویت مغز

در تحقیقات انجام گرفته روی حیوانات، محققان دریافته‌اند که اسفناج می‌تواند به محافظت از مغز در برابر استرس‌های اکسایشی و کاهش تاثیرات زوال مغزی ناشی از بالا رفتن سن، کمک کند. محققان دریافته‌اند که خوردن اسفناج به حیوانات آزمایشگاهی پیر باعث تقویت ظرفیت یادگیری و مهارت‌های حرکتی آنها می‌شود.

سبزیجات سرشار از ویتامین E از کند شدن عملکرد مغز جلوگیری می‌کند

عملکرد مغز به طور طبیعی با بالا رفتن سن زوال می‌یابد، اما نتایج پروژه پیری و سلامتی شیکاگو نشان می‌دهد که خوردن فقط ۳ وعده از سبزیجات برگ‌دار در روز میتواند زوال مغز را تا ۴۰٪ کاهش دهد. در مقایسه با افرادی که کمتر از یک وعده در روز از این سبزیجات استفاده می‌کنند، افرادی که حداقل ۲.۸ وعده از آن را مصرف می‌کنند تا ۴۰٪ کاهش زوال عملکرد مغزی روبه‌رو بودند.

این تحقیق که توسط موسسه ملی پیری انجام گرفت، از اطلاعات رژیم‌مربوط به ۳،۷۱۸ شرکت‌کننده (۶۲٪ زن، ۶۰٪ افریقایی-امریکایی، سن متوسط ۷۴) استفاده نموده است. عملکرد مغزی را با چهار تست استاندارد مختلف سنجیدند که یکبار در ابتدای تحقیق و بار دیگر بعد از سه سال و شش سال از گشت تحقیق انجام گرفت.

پس از تنظیم نتایج برای متغیرهای دخیل احتمالی مثل سن، جنسیت، نژاد، میزان تحصیلات، و عوامل خطرزای بیماری‌های قلبی-عروقی، محققان دریافتند که مصرف متوسط ۲.۸ وعده از این سبزیجات در روز، ۴۰٪ کاهش زوال شناختی را به دنبال خواهد داشت. در میان سبزیجات مختلف، سبزیجات برگ‌دار موثرتر شناخته شده و هیچ رابطه‌ای هم بین مصرف میوه و زوال شناخت دیده نشد. این ممکن است به این دلیل باشد که سبزیجات، و نه میوه‌ها، حاوی مقدار بسیار زیادی ویتامین E می‌باشد که به پایین آوردن خطر زوال شناخت کمک می‌کند. همچنین سبزیجات، و نه میوه‌ها، معمولاً با کمی چربی مصرف می‌شوند، مثل روغن زیتون یا سس سالاد، که توانایی بدن برای جذب ویتامین E را بالا می‌برد.

اسفناج و تقویت قدرت بینایی

لوتئین، یک کاروتنوئید محافظ در برابر بیماری‌های چشمی مثل لکه‌های چشمی و آب مروارید که در اثر بالا رفتن سن ایجاد می‌شود، در سبزیجات برگ‌دار به ویژه اسفناج و همچنین کلم پیچ و بروکلی یافت می‌شود. اما زرده تخم مرغ، گرچه میزان لوتئین موجود در آن کمتر از اسفناج است، منبع بسیار بهتری است چون بسیار بیشتر از اسفناج، میزان لوتئین موجود در خون را بالا می‌برد. گرچه هنوز مکانیسم آن کشف نشده است اما احتمالاً این مسئله به خاطر چربی‌های موجود در زرده تخم مرغ (کلسترول و کولین) می‌باشد چون لوتئین نیز مانند سایر کاروتنوئیدها محلول در چربی است و در غیاب چربی جذب نمی‌شود. برای بالا بردن جذب لوتئین از اسفناج، توصیه می‌شود آنرا به همراه کمی روغن زیتون یا به کمی تخم مرغ استفاده کنید تا چربی مورد نیاز برای جذب لوتئین فراهم شود.

آهن برای انرژی

اسفناج پخته منبع بسیار خوبی از آهن است، ماده‌ی معدنی که به ویژه برای خانم‌ها در دوره قاعدگی که بیشتر در معرض کمبود آهن قرار دارند، مفید است. بالا بردن ذخیره آهن با مصرف اسفناج ایده بسیار خوبی است، به ویژه به خاطر اینکه در مقایسه با گوشت قرمز، که یکی از مهمترین منابع آهن است، بسیار کم کالری تر و فاقد چربی است. آهن یکی از مهمترین ترکیبات هموگلوبین است که اکسیژن را از ریه‌ها به همه سلول‌های بدن می‌رساند و همچنین بخشی از سیستم آنزیم‌ها برای تولید انرژی و متابولیسم می‌باشد. خانم‌ها باردار یا شیرده حتماً باید مقدار آهن بدنشان را بالا ببرند و کودکان در حال رشد و نوجوانان نیز نیاز به آهن زیادی دارند. در یک فنجان اسفناج پخته، ۳۵.۷٪ از مقدار مورد نیاز روزانه از آهن وجود دارد.

از اینرو، درحالی‌که ممکن است با خوردن اسفناج همان موقع قوی و نیرومند نشوید، اما سلامتی شما را ارتقا خواهد داد.

توصیف

کسی که اسفناج را خیلی معروف کرد ملوان زبل بود اما چه بد که او این ماده را به شکل کنسرو مصرف می‌کرد. اسفناج تازه لطافت بافت و رنگ یشمی آن را که طی فرایندهای کارخانه‌ای از بین می‌رود، حفظ می‌کند. اسفناج خام طعمی ملایم و کمی شیرین دارد و میتوان از آن در سالاد استفاده کرد، اما وقتی پخته می‌شود طعم آن کمی اسیدی تر و قوی تر می‌شود.

به طور کلی سه نوع اسفناج وجود دارد: نوع پیچ پیچ آن که برگ‌هایی حلقه حلقه، چین چین و پیچ پیچی دارد و بافت آن فتری و قابل ارتجاع است. یک نوع آن برگ‌هایی صاف و نرم پیک شکل دارد. و نوع دیگر آن که ظاهری تقریباً مشابه به نوع پیچ پیچی دارد اما برگ‌هایش به اندازه آن پیچ پیچی و تابدار نیست. اسفناج‌های کوچک که به اصطلاح به آن بیبی اسفناج (baby spinach) می‌گویند برای استفاده در سالاد بسیار عالی است چون طعم شیرین تری دارد.

تاریخچه

گفته می‌شود که مبداء اسفناج از ایران بوده است. در قرن هفتم وقتی پادشاه ناپل آنرا بعنوان هدیه به چین فرستاد راه خود را به این کشور باز کرد. تاریخچه اسفناج در اروپا نسبت به سایر سبزیجات کمتر است. این گیاه در قرن یازدهم به اروپا آورده شد.

اسفناج غذای محبوب کاترین دو مدیسی، یکی از شخصیت های تاریخی قرن شانزدهم، بود. وقتی وی برای ازدواج با پادشاه فرانسه خانه خود در فلورانس ایتالیا را ترک کرد، آشپرهايش را با خود به آنجا آورد تا اسفناج را به همان صورت که دوست داشت برایش بپزند.

اسفناج در آب و هوای معتدل به خوبی رشد می کند. امروزه، امریکا و هلند جزء بزرگترین تولیدکننده های اسفناج در جهان می باشند.

نحوه انتخاب و خرید

اسفناجی را انتخاب کنید که برگ های سبز و پرطراوت داشته باشد و هیچ نشانه زردی در آن نباشد. برگ های آن باید تر و تازه و لطیف باشند و به هیچ وجه پلاسیده و از بین رفته نباشد. اسفناج تازه را در کیسه های پلاستیکی بسته بندی کرده و در آنرا شل ببندید و در یخچال نگه دارید که حدوداً ۵ روز همانطور تازه می ماند. قبل از بسته بندی آن را نشویید چون رطوبت ممکن است باعث خراب شدن آن شود. از ذخیره کردن اسفناج پخته خودداری کنید چون ممکن است خوب نماند.

نکاتی برای تهیه اسفناج

اسفناج باید خیلی خوب شستشو شود چون برگ ها و ریشه آن خاک جمع می کند. قبل از شستن، ریشه های آن را کوتاه کرده و برگ های آنرا جدا کنید. اسفناج ها را در یک لگن بزرگ ریخته و روی آن آب نیم گرم و ولرم بریزید. برگ ها را خوب در آن آب شستشو دهید تا همه کثیفی ها و گل های آن از بین برود. برگ ها را از آب بیرون آورده و لگن را خالی کنید و دوباره با آب تمیز پر کنید و همین کار را دوباره تکرار کنید تا به کلی آلودگی های آن از بین برود و دیگر آب کثیف نشود. اگر می خواهید از اسفناج در سالاد استفاده کنید می توانید آن ها را تکانده تا آب آنها خشک شود و بعد خردشان کنید. اما اگر میخواهید آنها را بپزید خیس بودن آنها اشکالی ایجاد نمی کند بلکه به پختن آن کمک میکند. اسفناج از جمله سبزیجاتی که توصیه می شود سریع بجوشانید (تقریباً ۱ دقیقه)، به این خاطر که جوشاندن آن به کاهش مقدار اکسالیک اسید موجود در آن کمک کرده و مزه آنرا شیرینتر می کند.

چند نکته کوتاه:

- دفعه دیگر که لازانیا درست می کنید کمی هم از برگ های اسفناج روی آن بریزید.
- کمی اسفناج بخارپز شده را با سیر له شده، لیموی تازه و روغن زیتون بخورید.
- سالاد اسفناج پیش غذایی بسیار خوبی است.

سلامت

واکنش های آلرژیک به اسفناج

گرچه آلرژی و حساسیت دربرابر هر نوع غذایی ایجاد می شود، اما تحقیقات نشان میدهد که برخی غذاها بیشتر از بقیه مشکلات آلرژیک ایجاد می کنند. اینطور به نظر می رسد که اسفناج یکی از این مواد غذایی است. سایر مواد غذایی که واکنش آلرژیک بیشتری دارند عبارتند از: شیر گاو، گندم، سویا، میگو، پرتقال (مرکبات)، تخم مرغ، مرغ، توت فرنگی، گوجه فرنگی، بادام زمینی، گوشت خوک، ذرت، گوشت گاو. این غذاها حتماً نباید به تنهایی استفاده شوند تا در فرد حساسیت نشان دهند. مثلاً ماستی که از شیر گاو درست شده باشد هم می تواند واکنش آلرژیک را ایجاد کند. بستنی که از شیر گاو درست شده باشد هم نمونه خوبی است. از جمله متداولترین علائم آلرژیک های غذایی عبارتند از: اگزما، کهیر، جوش های پوستی، سردرد، آبریزش بینی، خارش و سوزش چشم ها، خس خس کردن، اختلالات معده و روده، افسردگی، فزونکاری، و بیخوابی.

اسفناج و اکسالیک

اسفناج جزء معدود مواد غذایی است که مقدار قابل توجهی اکسالیات در خود دارد، ماده‌ای که به طور طبیعی در گیاهان، حیوانات، و انسانها یافت می‌شود. وقتی مقدار اکسالیات در مایعات بدن بیش از اندازه شود، ممکن است متبلور شده و مشکلاتی برای سلامتی ایجاد کند. به این دلیل، افرادی که به مشکلات کلیوی و کیسه صفرا مبتلا هستند، بهتر است از خوردن اسفناج اجتناب کنند. تحقیقات آزمایشگاهی نشان می‌دهد که اکسالیات می‌تواند در جذب کلسیم توسط بدن نیز اختلال ایجاد کند. اما با این وجود نتایج همه تحقیقات نشان می‌دهد که توانایی اکسالیات برای پایین آوردن جذب کلسیم بسیار پایین می‌باشد. اگر دستگاه گوارشان سالم است و مشکلی ندارد و موقع خوردن غذاها خوب آنها را می‌جوید، از غذاهای سرشار از کلسیمی که حاوی اسید اکسالیک هم هستند می‌توانید به خوبی فایده ببرید.

اسفناج و عوامل گواترزا

اسفناج حاوی مواد گواترزا است—موادی که به طور طبیعی در برخی مواد غذایی وجود دارد و در عملکرد غده تیروئید اختلال ایجاد می‌کند. فردیکه مبتلا به مشکلات تیروئیدی هستند بهتر است تا حد امکان از مصرف اسفناج خودداری کنند. پختن اسفناج می‌تواند به از بین بردن این مواد و ترکیبات کمک کند. البته هنوز مشخص نیست که چه میزان از این مواد با پختن از بین می‌رود و یا مصرف آن چقدر برای افراد تیروئیدی خطر دارد.

اسفناج و پورین (Purine)

اسفناج به طور طبیعی حاوی موادی است که پورین نامیده می‌شوند. پورین معمولاً در گیاهان، حیوانات و انسانها یافت می‌شود. در برخی افراد که در معرض مشکلات مربوط به پورین هستند، مصرف بیش از اندازه از این مواد می‌تواند مشکلاتی را برای سلامتی افراد ایجاد کند. از آنجا که پورین می‌تواند به اسید اوره تجزیه شود، مصرف بیش از اندازه آن ممکن است باعث بالا رفتن اسید اوره در بدن شود. مشکلی که نقرس نامیده می‌شود و شکل گیری سنگ کلیه از اسید اوره دو نمونه از مشکلاتی است که می‌تواند در اثر مصرف زیاد مواد غذایی حاوی پورین ایجاد شود. از اینرو، افرادی که مشکلات کلیوی یا نقرس دارند بهتر است مصرف مواد غذایی حاوی پورین مثل اسفناج را محدود کنند.

تاجریزی

گیاهی است تقریباً کرکدار یک ساله، به ارتفاع تا ۷۰ سانتی متر با موهای ساده و ساقه‌های افراشته یا خوابیده. برگ‌ها تخم مرغی لوزی شکل تا سرنیزه‌ای کامل با حاشیه‌ای دندان‌دار سینوسی، گل آذین گرزب با ۱۰-۵ گل، گل‌ها پراکنده در طول محور، دمگل‌ها معمولاً بسیار کوتاه تر و در زمان میوه دهی به صورت خمیده. جام گل سفیدرنگ، میوه سته‌ای به رنگ سیاه کدر یا سبز به عرض ۱۰-۶ میلی متر. این گیاه بر روی زمین‌های شخم خورده و یا زراعی می‌روید. قسمت‌های هوایی گیاه مورد استفاده دارویی قرار می‌گیرد. البته لازم به ذکر است که این گیاه جزء گیاهان سمی است و فقط مصرف موضعی آن مجاز است. موسم گلدهی گیاه از خرداد تا شهریور ماه است و در اوایل پاییز میوه‌های آن کاملاً رسیده می‌شود لذا جمع‌آوری گیاه در اواخر تابستان توصیه می‌شود. این گیاه در غالب نواحی ایران می‌روید و از جمله مناطق رویش آن می‌توان نواحی اطراف تهران، گرگان، مازندران، کلاردشت، گیلان، لاهیجان، اصفهان، آذربایجان، فارس، بلوچستان و خراسان را نام برد.

این گیاه دارای آلکالوئیدهای استروئیدی مختلف است همچنین گیاه حاوی فلاونوئیدروتین، تاتن، لینولئیک و پالمیتیک اسید است. فرآورده‌های استعمال خارجی گیاهان جنس سولانوم در درمان آگزما مورد استفاده قرار می‌گیرد. همچنین در ژاپن شاخه‌های جوان این گیاه به فرم موضعی در درمان بیماری‌های پوستی و سپوریازیس کاربرد دارد. با توجه به اینکه گیاه سمی است مصرف خوراکی ندارد. فرآورده‌های موضعی آن سه مرتبه در روز در محل ابتلا استفاده می‌شود. اندام هوایی خشک شده این گیاه

حداقل دارای ۱/۰ درصد آلکالوئید سلا سودین است.

باقلا

منبع: روزنامه قدس

باقلا گیاهی است علفی و یک ساله که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن متناوب و مرکب است که دارای برگچه‌هایی به شکل تخم مرغ می‌باشد. گل‌های باقلا درشت و سفید که دارای لکه‌های سیاه و یا بنفش است. میوه آن که همان باقلا است دارای غلافی پوشیده از کرک بطول تقریباً ۱۲ سانتیمتر است. در هر غلاف تعدادی دانه قرار دارد. گل و شاخه گلدار، میوه و تخم باقلا- مصارف طبی دارند. ضمناً باقلا دارای ماده‌ای به نام فیتین (Phytine) می‌باشد که بسیار مغذی است و تقویت کننده بدن است. این ماده کلسیم بدن را تأمین می‌کند باقلا غذای خوبی برای دوران نقاهت است.

خواص دارویی:

باقلا از نظر طب قدیم ایران سرد و تراست و گل آن گرم می‌باشد.

(۱) دم کرده گل باقلا ضد تشنج و ادرار آور است.

(۲) دم کرده گل باقلا سنگ کلیه را دفع می‌کند و برای قولنج‌های کلیوی مفید است.

(۳) جوشانده باقلا برای ورم مثانه مفید است.

(۴) جوشانده باقلا اثر خوبی در رفع رماتیسم دارد.

(۵) از جوشانده باقلا برای درمان نقرس استفاده کنید.

(۷) باقلا را اگر با سرکه و آب بپزید و با پوست بخورید اسهال مزمن را درمان می‌کند.

(۸) برای رفع گرفتگی صدا باقلا را با روغن بادام و قند مخلوط کنید و بخورید.

(۹) ضماد باقلا با شنبلیله و عسل برای نرم کردن دمل و ورم بناگوش و زیر چشم مفید است.

(۱۰) ضماد باقلا جوش و کورک را می‌رساند و چرک را خارج می‌کند.

(۱۱) برای درمان تکرر ادرار از جوشانده ریشه باقلا استفاده کنید.

(۱۲) برای رفع التهاب و درد نوک انگشتان و ناخن باید یک مشت برگ باقلا را با نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید کمی سرد شود و انگشتان خود را به مدت دو ساعت در آن قرار دهید تا برطرف شود.

مضرات:

باقلا در بعضی از اشخاص تولید نفخ و سنگینی سر و معده می‌کند برای جلوگیری از این عوارض باید ابتدا باقلا را پوست کنده و بجوشانید و آب آن را دور بریزید. سپس به آن مقداری آب اضافه کرده و بعد از پختن با روغن بادام و ادویه گرم مانند دارچین و فلفل بخورید. مصرف باقلای تازه ممکن است تولید مسمومیت و حساسیت شدید کند که گاهی موجب مرگ می‌شود، بنابراین باید در خوردن باقلای تازه و خام احتیاط کنید. معمولاً اشخاصی که به باقلای تازه حساسیت دارند فاقد یک آنزیم مخصوص هستند

با مصرف فندق از تحلیل مغزی و عوارض کهولت سنی بکاهید

منبع: www.nioc.org

به گفته یک محقق طب سنتی، مصرف فندق برای افراد مسن، علاوه بر جلوگیری از آتروفی مغزی از عوارض دیگر کهولت سن،

جلوگیری می‌کند.

حسین علی فلاح نفتی یک محقق طب سنتی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار داشت: گیاه فندق با نام علمی "corylus-avellance" دارای طبیعت گرم و خشک و تقویت‌کننده‌ی جوهر مغز است. وی افزود: فندق متشکل از فسفر، روغن ثابت معطر، آلانتوئیک اسید، پروتئین، کلسیم، آهن، سدیم و پتاسیم است.

این محقق طب سنتی، خاطرنشان کرد: بر پایه نظرات حکمای طب سنتی، فندق از معدود غذاهایی است که در روند جلوگیری از آتروفی مغزی (کوچک شدن مغز) و تحلیل رفتن نیروها و انرژی‌ها و حتی قوای مغزی به شکل قابل توجهی موثر بوده و حتی در درمان آن، دارویی بی‌نظیر است. وی ادامه داد: مصرف فندق برای افراد مسن علاوه بر تجدید قوای مغزی و جلوگیری از آتروفی مغزی، آلزایمر و دیگر عوارض ناشی از کهولت سن در مغز را به علت وجود روغن‌های خاص و همچنین خاصیت خلط‌آوری و تقویت‌کنندگی و مقوی بودن، کاهش می‌دهد. فلاح، فندق را غذای دارویی مفید دانست که دسترسی به آن به سادگی امکان‌پذیر بوده و صرفه‌ی اقتصادی نیز دارد.

وی در خصوص نحوه مناسب استفاده از فندق به عنوان یک دارو، توضیح داد: ۵ تا ۱۰ عدد مغز فندق به همراه یک استکان آب جوش و مقداری عسل با عنوان شیر فندق را می‌توان مصرف کرد.

این محقق در پایان، مصرف توام فندق با دیگر مغزها نظیر بادام سفید شده، بادام هندی، پسته و گردو را مفید دانست و تاکید کرد: با مصرف ترکیب مذکور می‌توانید شادابی و جوانی خود را حفظ و از پیری زودرس و عوارض آن جلوگیری کنید.

فلفل سیاه

نام علمی: Piper nigrum

خانواده: Plantaginaceae/piperaceae

گیاهی است درختچه‌ای و کاملاً فاقد کرک با ساقه‌ای مدور و بالارونده و پیچان که می‌تواند در محل گره‌هایش ریشه تولید کرده، دارای انشعابات محکم است. برگ‌ها چرمی با پهنای متفاوت برخی اوقات در سطح تحتانی به رنگ سبز تیره به شکل تخم مرغی مستطیلی با قاعده‌ای کاملاً گرد یا قلبی متقارن یا نامتقارن دارای ۹۵ رگبرگ متناوب و مشخص است. گل آذین به فرم سنبله است. میوه‌ها کروی است که بعد از رسیدن قرمز شده و لایه گوشتی روی آنها نازک است. قسمت مورد استفاده گیاه میوه‌ها است. میوه‌های فلفل سیاه تقریباً کروی با سطحی کاملاً چروکیده و به رنگ قهوه‌ای تیره تا سیاه مایل به خاکستری است. میوه‌های سبزرنگ کاملاً رشد یافته فلفل را جمع‌آوری و در برابر آفتاب خشک می‌کنند به این ترتیب به دلیل نوعی تخمیر رنگ میوه ما سیاه می‌شود. فلفل سیاه دارای بوی معطر و طعم تیز است. گیاه بالارونده فلفل دو سال پس از رویش در ماه‌های خرداد و تیر گل می‌دهد و در آذرماه خوشه میوه‌های سبز تقریباً رسیده آن جمع‌آوری می‌شود. این گیاه بومی جنوب غرب هند بوده و به طور گسترده‌ای در کشورهای با آب و هوای حاره‌ای کشت می‌شود. میوه‌های فلفل سیاه دارای ۶۱/۵ درصد اسانس بی‌رنگ تا کمی متمایل به سبز و تا ۱۰ درصد ترکیبات تند اسیدآمیدی و نشاسته و پروتئین و مقادیر جزئی مواد معدنی است. از فلفل سیاه به عنوان ضدنفخ، اشتهاآور، ضدالتهاب و مسکن موضعی استفاده می‌شود و اثرات ضد میکروبی و ضد عفونی‌کننده از آن گزارش شده است.

همچنین به عنوان یک چاشنی تند مصرف خوراکی دارد. در طب گذشته از فلفل سیاه در درمان سوءهاضمه و سرفه استفاده شده و برای آن اثرات آرامبخش و ضد درد قائل بوده‌اند. در استعمال خارجی به عنوان محرک موضعی برای رویش مو از آن استفاده می‌کرده‌اند.

وشا

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است با بن ساقه ضخیم و قطور. دارای برگ‌های رشته‌ای طوقه‌ای فراوان. ساقه به ارتفاع ۲۵۰-۱۸۰ سانتیمتر در ابتدا به رنگ کاهی سبزمایل و سپس به رنگ قهوه‌ای فام. گره‌ها متورم و کلفت نیستند. کلیه برگ‌های قاعده‌ای سه بار بریده، اولین قطعات دارای بریدگی‌های شانه‌ای به ندرت با بریدگی‌های دوبار شانه‌ای، میوه‌ها مستطیلی پهن به رنگ قهوه‌ای-بنفش، در ابتدا کرک آلود و سپس بدون کرک است. ریشه ۴-۳ ساله گیاهان مذکور دارای مغز سفیدرنگ است. در مجاری ترش‌حی ساقه و ریشه گیاه، شیره‌ای شیرین رنگ جریان دارد که فرآورده دارویی آن محسوب می‌شود و بر اثر گزش حشرات و با ایجاد زخم و خراش تحت اثر عوامل مختلف طبیعی یا وارد آوردن خراش و زخم توسط ابزارهای مخصوص از پوست ساقه و یا ناحیه یقه گیاهان مذکور به خارج ترشح می‌شود. در تجارت وشا به دو صورت اشکی و توده‌ای عرضه می‌شود. وشا طی ماه‌های خرداد و تیر جمع‌آوری می‌شود. و حاوی ۰/۳-۰/۱ درصد روغن فرار، ۷۰-۶۵ درصد رزین و صمغی مشابه صمغ عربی است. وشا به عنوان خلط‌آور و ضداسپاسم مورد مصرف قرار می‌گیرد. در طب گذشته وشا به صورت موضعی در درمان حساسیت پوستی مانند کهیر، ضد درد و ضدالتهاب مورد استفاده قرار می‌گرفته است. اثرات ضد میکروبی روغن فرار این گیاه تأیید شده است.

قدومه شیرازی

گیاهی است یک ساله به بلندی ۱۰-۵ سانتی متر، شاخه‌های آن از قسمت پایینی گیاه منشعب شده و انشعابات به صورت افراشته و بسیار شکننده هستند. برگ‌های آن کشیده-قاشقی، دارای نوک کند، دندان‌های کوتاه در نصفه بالایی برگ. دمبرگ پوشیده از کرک‌ها و پرزهای ستاره‌ای است. میوه از نوع خورجینک، تخم مرغی پهن نوک دار، بدون کرک دارای بال و در حالت رسیدن قرمز رنگ است. دانه‌ها بخش دارویی گیاه را تشکیل می‌دهند. دانه‌ها گرد، پهن و خاکستری هستند دارای پوشش نازک موسیلاژی هستند که در کناره‌های دانه به صورت بال کوتاه و سفیدرنگ مشهود است. در زمان رسیدن میوه که پوسته آن به رنگ زرد دیده می‌شود جمع‌آوری می‌گردد. دانه‌های این گیاه حداقل حاوی ۱۵ درصد موسیلاژ هستند. از قدومه عمدتاً به عنوان نرم‌کننده سینه، برطرف‌کننده سرفه و ملین استفاده می‌شود. در طب گذشته از قدومه به عنوان خلط‌آور و ضدالتهاب استفاده می‌کرده‌اند. ۹-۶ گرم دانه قدومه را در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت بخیسانید. سپس روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. آنچه تحت نام قدومه در بازار دارویی ایران ارائه می‌شود عبارت است از قدومه شیرازی و قدومه شهری. قدومه شهری دانه‌های گیاه *Lepidium perfoliatum* از خانواده شب‌بو است که به جای دانه‌های قدومه شیرازی با نام عمومی قدومه ارائه می‌شود. قدومه شیرازی در کشورهای مصر، عربستان، فلسطین، ایران، پاکستان و عراق انتشار دارد.

اسفرزه

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است علفی، چندساله به بلندی ۱۰-۵ سانتی متر، بدون ساقه و با کرک‌های نرم، برگ‌ها به حالت روزت کشیده، باریک تا نیزه‌ای، نوک تیز، پوشیده از کرک‌های کم و بیش فراوان است. سنبله گرد یا کشیده و کرکدار است. گلبرگ‌ها لوب دار، تخم مرغی یا گرد-قلبی شکل، قایقی شکل- و تخمدان دارای دو تخمک است. دانه‌ها و پوست دانه، اندام دارویی این گیاه را تشکیل می‌دهد. دانه‌ها تخم مرغی و قایقی شکل به رنگ خاکستری مایل به قهوه‌ای با ته رنگ ملایم صورتی است. زمان جمع‌آوری

دانه ها مردادماه است. انتشار عمومی این گونه در هندوستان، پنجاب، ایران و جزایر قناری است. دانه های اسفرزه دارای موسیلاژ، پروتئین، قند، روغن ثابت و تانن است. موسیلاژ حاصل از آن دارای دو بخش است که یک قسمت در آب سرد و قسمت دیگر در آب داغ محلول است. قسمت محلول در آب داغ پس از سرد شدن به حالت ژل درمی آید.

از دانه اسفرزه به عنوان ضدسرفه، ضد التهاب دستگاه گوارش، ملین و در درمان سندروم روده تحریک پذیر استفاده می شود. از موسیلاژ آن در فرآورده های آرایشی به عنوان امولسیون کننده و از پوست دانه ها به صورت موضعی در رفع تحریک پوست استفاده می شود. از اسفرزه در طب گذشته به صورت خوراکی به عنوان ملین و به صورت موضعی به عنوان ضدالتهاب استفاده می شده است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به گرانول پسیلیوم و پودر پسیلیوم اشاره کرد. دانه های این گیاه با دانه گیاهان تیره شب بو، میوه های تیره گندمیان و سایر گونه های جنس **Plantago** ممکن است اشتباه شود. ۳-۵ گرم پوست دانه به صورت خوراکی به عنوان ملین یا ۱۰-۵ گرم دانه پس از چند ساعت غوطه ور بودن در آب گرم همراه با مقدار زیادی آب می تواند مصرف شود.

تمشک

اسم من تمشک است. به من تمیش - تلس - سه گل - توت سه گل و تلو هم میگویند. در کتب قدیم از من به اسامی علیق العجیل - توت العلیق یاد شده است و در همه جا مرا برادر و قائم مقام توت فرنگی معرفی کرده اند. من دارای انواع خاردار نیز می باشم، به انواع خاردار من در نورلم، در شیر گاه و میاه دره تمیش رد آمل دوته - در رامیان تموش و بورنیگان در تنکابن والش و ولش و جولوش در آستارا، هندل در لاهیجان کره تیف در ارسباران، بورجن در طوالش، تمیشه بور در رودسر و رامسر تمشک، و در بجنورد دولانا، در مازندران تمش و در کردستان تورک نامند. میوه من چپالک سرشار از ویتامین های ث، قند، توت، جوهر لیمو و ترشی سیب است و به همین جهت طعم ترش مطبوعی دارد. و به علت داشتن املاح زیاد، خون را قلیایی کرده و ترشی آن را از بین میبرد. میوه من بسیار خنک و ضد رطوبات بدن است و راه ورود میکروبها را به عروق می بندد و از خونریزی و فساد خون جلوگیری کرده و رقت خون را درمان میکند. ملین و اشتها آور بوده و ادرار را زیاد می کند. مسکن صفرا و پاک کننده صفرا از امعاء است. بهترین درمان رماتیسم و تصلب شرابین است، برای کسانی که از درد معده رنج می برند، میوه خوبی است و از تحریکات جلدی جلوگیری می نماید. قندش برای مبتلایان به مرض قند مفید و مداوا است خوردن آن تنفس را آسان و تنگ نفس را درمان میکند. شربت من برای مبتلایان به تب و آبله مرغان و سرخک بسیار مفید است. غرغره جوشانده من برای درمان درد گلو و آنژین سود فراوان دارد. سکنجبین میوه من خنک کننده بوده و برای رفع یرقان و التهاب صفرا و کبد سود بخش است.

ضماد برگ من جهت زخم های سرد و بر آمدگی چشم از حدقه مفید است. عصاره برگ و ساقه من که تازه چیده و کوبیده و با کمی صمغ مخلوط نمایند، جهت امراض چشم مخصوصا جوش پلک و ریزش اشک و ناخن و ورم پلک چشم مفید می باشد. جویدن برگ من جهت ورم لثه و رفع بی حسی آن مفید می باشد. جوشهای دهان را از بین میبرد و بوی بد دهان را برطرف می نماید. نوشیدن آب برگ و ساقه من که تازه باشد با کمی صمغ عربی جهت تقویت معده و خونریزی معدی و بند آمدن اسهال و معالجه بواسیر مفید است. گل من نیز اسهال را بند می آورد و ضماد برگ من بر روی دکه بواسیر خونی نافع است. میوه ی من قابض ترین اعضای من است، نوشیدن جوشانده ی ریشه من علاوه بر بند آوردن اسهال، سنگ کلیه و مثانه را خرد میکند. ضماد برگ من ورمها را فرو می نشاند و کورک و دمل را بازمیکند و مانع زیاد شدن زخم های خوره ای است. مالیدن عصاره میوه ی من جهت زخم های آبدار و چرکی نافع بوده، آنها را خشک میکند و گل من نیز همین خاصیت را دارد. ضماد برگ و ساقه های

نازک من جهت کوفتگی پا که در اثر ورزش و راه پیمایی عارض شود نافع است. پخته برگ و میوه من مو را سیاه میکند و خضاب خوبی است و مداومت در استفاده از آن مانع سفید شدن مو میباشد و این خاصیت به علت داشتن فلز منگنز است که در آن زیاد بوده و عالم سیاهی موی بدن انسان می باشد میوه من پادزهر سموم حیوانی است و مخصوصا ضد سم مار ماهی شاخ دار است. مقدار خوراک عصاره و گل من ۹ مثقال است.

سماق

خوردن مرتب سماق برای مبتلایان به دیابت مفید است. زیرا یکی از عوامل به وجود آمدن عوارض و بیماری های مختلف در افراد دیابتی ترکیب شدن گلوکز با مولکول های پروتئینهای حیاتی بدن است که به تغییر ساختار شیمیایی و عملکرد این پروتئینها می انجامد. مطالعات انجام شده روی گیاه سماق نشان می دهد که سماق در حدود ۸۱ درصد از بروز این فرایند جلوگیری می کند. سماق همچنین ادرار آور است.

ساق برای برطرف شدن تهوع و بی اشتهاپی و تب و رماتیسم و نقرس مفید است و خاصیت میکروب زدایی دارد. توجه: سماق را باید دور از نور خورشید و هوا نگهداری کرد و مصرف زیاد آن نیز گاهی اوقات مسمومیت زاست. سیر برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی دارد.

انگور فرنگی سیاه

نویسنده: فرزانه محمد حسینی

انگور فرنگی سیاه درختچه‌ای است با شاخه‌های راست و برگ‌های بریده که پشت برگ‌های آن برجسته می‌باشد، گل‌های زرد کم‌رنگ آن به میوه‌های سیاه تبدیل می‌شوند که ارتفاع آن ۱/۵ تا ۲ متر می‌رسد. وطن اولیه آن آسیا بوده و در باغ‌ها یا در مزارع کشت می‌گردد. در نقاط و محل‌های معتدل و در خاک غلیظ پرورش می‌یابد. برای پرورش آن باید زمین کاملاً مرطوب ولی بی‌آنکه آبگیر باشد انتخاب شود.

برگ و شاخه‌های سالم و بدون آفت را جمع‌آوری و در سبد و در کوران هوا و یا در خشک‌کن با درجه ۴۵ سانتیگراد خشک می‌کنند، دیگر مواد مورد استفاده این گیاه عبارتند از: میوه، ریشه و گل.

گل این میوه در فصل بهار گل می‌کند و بایستی برگ‌های آن در ماه‌های تیر و مرداد چیده و خشک شود.

ترکیبات شیمیایی: درختچه این میوه دارای تانن‌ها، امولینس یک اسانس روغنی به رنگ سبز روشن، ۱۰ تا ۱۳ درصد از قندهای مختلف، پکتین ۲/۶ تا ۳/۷۰ درصد از اسیدهای آلی مانند اسید سیتریک و وینیک، تارتریک و ویتامین C و مواد ضد عفونی کننده گیاهی می‌باشد در این میوه مقداری ویتامین C وجود دارد که بیشتر از غالب میوه‌ها و معادل ۱۵۰ تا ۲۰۰ میلی‌گرم در ۱۰۰ گرم میوه است. انگور فرنگی سیاه دارای ویتامین‌های B و A و قندها، مواد معدنی، مواد رنگی ضد عفونی کننده است. تمامی این مواد روی سیستم اعصاب در بدن اثر خوبی داشته، این ماده رنگی علاوه بر تحریک نمودن بدن مبادلات داخلی بدن را بهبود می‌بخشد و به همین علت مقاومت بدن را در مقابل بسیاری از عفونت‌ها بالا می‌برد، خاصیت مداری که این میوه دارد به جهت عناصری مانند اکسیداز و اسید کینیک موجود در آن است. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان انگلیسی نشان می‌دهد که استفاده از برگ‌ها و سرشاخه‌های این میوه اثر ضد رماتیسمی و ضد نقرس را دارا می‌باشد. انگور فرنگی سیاه حاوی مواد زیر است؛ آب ۸۰ تا ۸۷ گرم، مواد ازته ۰/۸۸ تا ۱ گرم، مواد چربی ۵۰ درصد تا ۵۳ درصد گرم، مواد نیدروکربنه ۶/۸ تا ۱۳/۵ گرم، سلولز ۲/۷۱، خاکستر ۰/۶۳ گرم، در ضمن مقاومت ویتامین C موجود در میوه این گیاه بیشتر از میوه‌های دیگر در مقابل گرما و اکسیژن است.

خواص درمانی: دم کرده برگ و سرشاخه‌های آن دارای اثر مدر، معرق و ضد رماتیسم است، به علاوه اثر مقوی و قابض نیز دارد. مصرف آن در ورم مفاصل و آب آوردن نسوج به کار می‌رود و برای کسانی که از درد سنگ کلیه و ناراحتی‌های مجاری ادرار و مثانه رنج می‌کشند نیز توصیه می‌شود. این میوه اثر دفع کننده اوره و اسید اوریک را دارد و در درمان فشار خون؛ تصلب شرایین، اختلالات گردش خون در زمان یائسگی در بانوان، تورم کبد و یرقان اثر مفیدی ظاهر می‌کند. برگ‌های این گیاه مبادلات متابولیکی را تقویت نموده، کسانی که دچار یبوست هستند بهتر است حتماً از این میوه استفاده کنند. با مصرف جوشانده برگ این میوه، ادرار افزایش یافته و مقدار زیادی اوره و اسید اوریک که عامل اصلی بیماری‌های یاد شده هستند از بدن دفع می‌گردند. از برگ این گیاه به علت اثر قابضی که دارد می‌توان در درمان اسهال‌های ساده و درد معده استفاده کرد. علاوه بر آن در سردردهای یک طرفه، سرفه‌های تشنجی و سیاه سرفه‌ها می‌توان از آن استفاده‌های لازم را به عمل آورد.

در استعمال خارجی از جوشانده برگ‌های آن می‌توان در پانسمان و رفع التهاب زخم‌ها و تسریع بهبود اوسرها از آن استفاده کرد. این جوشانده هم برای رفع ناراحتی‌های مخاطی مانند دهان، درد گلو، ورم لوزتین، گرفتگی صدا اثرات مفیدی ظاهر می‌نماید. طریقه تهیه دم کرده‌ای که از این گیاه به دست می‌آید به شرح زیر می‌باشد؛ ابتدا دم کرده ۳۰ تا ۳۵ گرم برگ و سرشاخه‌ها را در یک لیتر آب ریخته و پس از جوشاندن صاف کرده و در روز به صورت ۳ الی ۴ فنجان مصرف کنید این دم کرده در رفع التهابات معده و اثنی عشر موثر و مفید است برای رفع نقرس می‌توان از این دستورالعمل استفاده کرده ابتدا برگ خشک شده انگور فرنگی را به مقدار ۱۰۰ گرم، برگ زبان گنجشک ۵۰ گرم و گل شیر برنج ۵۰ گرم تهیه کرده و همه مواد را به صورت جداگانه به صورت پودر درآورده و آنها را باهم بجوشانید و بعد از جوشاندن، صاف نموده و اجازه دهید کمی سرد شود و سپس به مقدار ۲ تا ۳ فنجان در روز از آن مصرف کنید:

توجه: قبل از مصرف سعی کنید اگر ناراحتی معده و روده ندارید و یا به جوشانده حساس نیستید مصرف کنید زیرا که مصرف این محلول برای این گونه اشخاص بسیار زیان‌آور است.

خوردن میوه‌ها و سبزی‌ها را فراموش نکنیم تا همیشه از بدنی سالم و قوی برخوردار باشیم

گاوزبان

مقدمه :

یکی از عجایب سلسله کوه های البرز که قله عظیمی چون دماوند دارد، پرورش چندین نوع گیاه دارویی است که اثر درمانی زیادی دارند و منحصراً در دامنه های این کوه به عمل می آیند و در کوه های دیگر اثری از آنها نیست. چندی پیش جراید ایران از یکی از این گیاهان سخن گفته و اثرات سحرآمیز آن را بیان داشتند و نوشتند که کارشناسان خارجی بذر این گیاه را به کشورهای دیگر برده اند، ولی با کوشش فراوان نتوانسته اند آن را به عمل آورند، زیرا این گیاه فقط در زادگاه اولیه خود سبز می شود.

گاو زبان با نام علمی *borago officinalis* یکی از گیاهان دو لپه می‌باشد. گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد ساقه آن شیاردار و خاردار می‌باشد. برگ‌های این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است. گل‌های آن به رنگ آبی، سفید، بنفش و آبی می‌باشد. گاو زبان احتمالاً از شمال آفریقا به نواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه، نواحی شمال آفریقا و قسمتهایی از خاورمیانه می‌روید. گل، برگ و سرشاخه‌های گلدار آن به مصرف دارویی می‌رسد.

گاوزبان یک گیاه علفی یک ساله است که از اردیبهشت تا شهریور گل می‌دهد. این گیاه به احتمال زیاد بومی منطقه مدیترانه است ولی بعضی محققین عقیده دارند بومی خاورمیانه است. کشت و کار گاوزبان بوسیله عربها در جنوب اسپانیا در قرون وسطی معرفی شد. این گیاه در بسیاری از مناطق اروپا، غرب آسیا و آمریکای شمالی می‌روید و اغلب بصورت وحشی در محل های لم

یزرع و کناره رودخانه‌ها دیده می‌شود.

هر چند در کتب قدیم به گل گاوزبان "لسان الثور" می‌گویند، ولی در واقع نام دیگری ندارد. اسم فرانسوی، انگلیسی، آلمانی، ترکی و غیره هم ندارد، چون در هیچ نقطه‌ای از زمین جز دامنه کوه‌های البرز به عمل نمی‌آید و با گیاه دیگری که در آذربایجان و شهرهای دیگر ایران و کشورهای دیگر می‌روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتی ندارد. برای اینکه این اشتباه که حدود چند قرن است پزشکان و دارو سازان را گمراه کرده است، از بین برود این را "گل گاوزبان" و دیگری را "گیاه گاوزبان" بنامید. این دو گیاه متفاوت هستند، تنها گل‌هایشان کمی به هم شبیه است، هیچگونه خواص مشترکی ندارند و از نظر منافع طبی با هم متضاد می‌باشند. گل‌های "گل گاوزبان" درشت‌تر از گل‌های "گیاه گاوزبان" است.

"گل گاوزبان" در ایران، و "گیاه گاوزبان" در اروپا و امریکا شهرت زیادی دارند. پزشکان سنتی ایران در معالجه بسیاری از امراض از "گل گاوزبان" استفاده می‌کردند و نتیجه می‌گرفتند. پزشکان جدید هم خواص "گل گاوزبان" را می‌دانستند و برای دسته‌ای دیگر از امراض تجویز می‌نمودند و چون عطاران فرقی بین "گل گاوزبان" و "گیاه گاوزبان" قایل نبودند، آنها را به جای هم می‌دادند، و به همین جهت معالجه آنها نتیجه نمی‌داد و محققین از اینکه خواص و منافع این گیاه از بین رفته است در تعجب بودند.

یکی از مترجمین، تمام فواید "گیاه گاوزبان" را ترجمه کرده و به "گل گاوزبان" نسبت داده، سپس پرسیده است: چرا ایرانیان فقط از گل گاوزبان استفاده می‌کنند؟... به برگ و سرشاخه‌های آن توجهی ندارند، در جواب ایشان باید بگوییم که گل گاوزبان، فقط گلش فواید طبی دارد، زیرا گیاهی که فرنگی‌ها به او "بوراش" می‌گویند گل گاوزبان نیست.

صاحب کتاب "تحفه" در شرح گاوزبان چنین می‌نویسد: گل گاوزبان لاجوردی و شبیه گل انار بوده و تخم آن مستدیر (حلقوی شکل) و لعابی است و در کوه‌های دارالمرز (البرز) بسیار زیاد یافت می‌شود. گیاه دیگری که در اصفهان و بعضی از بلاد، گاوزبان می‌دانند "مرماخوز" است که گل آن لاجوردی و کوچک و مدور است. "مر" نام قبیله‌ای از ساکنان شمال آفریقا است که بذر چند گیاه دارویی را که یکی از آنها گیاه گاوزبان است به اسپانیا برده و در آنجا پرورش داد و استعمال آنها را در طب معمول داشته‌اند. این گیاهان به اسامی مختلف مرماطوس، مرماهوس، مرمازا در کتب طبی قدیم وارد شده و خواص آنها تحقیق گردیده است. بعد از جنگ‌های صلیبی گیاه گاوزبان را از اسپانیا به اروپا آوردند و در آنجا کاشتند و چون در کتاب قانون ابو علی سینا از گل گاوزبان زیاد تعریف شده بود و این کتاب نیز در مورد قبول و استناد استادان پزشکی اروپا بود، به همین جهت مورد توجه واقع گردید، ولی متأسفانه گیاه گاوزبان هیچ‌یک از خواص گل گاوزبان اصلی را نداشته و در عوض منافع دیگری داشت که کم‌کم محققین اروپایی به آن پی بردند. از جمله معلوم شد که سرشاخه، گل و برگ این گیاه دارای مقداری شوره بوده، عرق وادرار را زیاد می‌کند. در صورتی که در کتب طبی ایرانیان که در دانشگاه‌های اروپا تدریس می‌شد، چنین خواصی را به او نسبت نداده بودند.

حال اجازه فرمایید این دو گیاه را به طور جداگانه معرفی کرده و منافع آنها را شرح دهیم:

گل گاوزبان اصلی

این گیاه به طور خودرو، منحصراً در دامنه‌ی کوه‌های البرز به عمل می‌آید و تاکنون اهلی نشده و قابل کشت نیست.

- مقوی روح و اعضای رئیسه بدن بوده، حواس پنجگانه یا بهتر بگوییم، حواس هجده گانه آدمی را تقویت می‌کند.
- شکم را نرم و کیسه صفرا را باز می‌کند، اختلاط سوخته سوداوی را از معده خارج و عوارض آن را از بین می‌برد.
- جوشانده آن همراه با داروهای دیگر جهت سرسام (منثزیت)، برسام (ورم حجاب حاجز)، مالیخولیا، جنون و رفع حواس پرتی مفید می‌باشد.

- جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز می کند.
- سینه را نرم می کند، تنگی نفس و درد گلو را شفا می دهد.
- دلهره و وحشت را از بین می برد و غم و غصه را کم می کند و برای کسانی که با خود حرف می زنند سودمند می باشد.
- جوشانده آن با عسل جهت تنگی نفس تجویز شده است.
- جویدن برگ تازه آن جهت درمان جوش های چرکی دهان اطفال، برفک، سستی بیخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است.
- مقدار خوراک گل آن دو مثقال تا پنج مثقال می باشد.
- عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوی، سواس و خفقان مفید است.
- دارای منیزیم بوده و از سرطان پیشگیری می کند.
- تحقیقات جدید بیانگر این مطلب هستند که عصاره آبی گل گاوزبان دارویی مؤثر و بی خطر برای درمان بیماران مبتلاء به اختلال سواسی اجباری می باشد.
- گل گاوزبان دارای موسیلاژ به میزان ۱-۲ درصد، فلاونوئید ۰/۱۵ درصد و آنتوسیانین با آگلیکون دلفینیدین و سیانیدین به میزان ۱۳/۳۴ درصد و به مقدار ناچیز آلکالوئید از دسته پیرولیزیدین است.
- گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ های بنفش باشد. برگ های تازه گل گاوزبان دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد.

*پس این گیاه دارای شوره نیست، عرق و ادرار را زیاد نمی کند.

گیاه گاوزبان

این گیاه اسم فارسی ندارد و معلوم نیست از چه موقع به ایران آمده و در اطراف تبریز کاشته شده است. در زبان فرانسوی به آن بوراش می گویند و "ابن بیطار" گیاه شناس معروف قدیم که در اصل اندلسی بوده و بعد به آسیای صغیر آمده و دو کتاب بزرگ به نام های "الجامع" و "المغنی" به زبان عربی دارد آن را نوعی "مرماخوز" دانسته و به اسامی: لسان الثور، ابوالعرق، کحیلا- کحلا، حمحم و بوغص یاد کرده است.

- گل، سرشاخه و برگ آن دارای شوره، مواد لعابی و یک ماده تلخ است و به همین جهت عرق و ادرار را زیاد می کند.

- سنگ های کلیه و مثانه را خرد کرده و از بین می برد.

- این گیاه دارای اسیدهای چرب امگا ۶ مانند لینولنیک اسید می باشد که برای روماتوئید مفید است.

- ضماد برگ های تازه و له شده آن دمل را باز می کند و برای معالجه سوختگی، آتش و آفتاب زدگی مفید است.

- در طب سنتی ایران "مرماخوز" را جهت معالجه استسقا مفید دانسته اند و برای این کار، مبتلایان به استسقا بایستی مدت زیادی

برگ و بذر آن را روزانه ۱۵ تا ۲۰ گرم ناشتا میل نمایند.

*پس تجویز این گیاه برای مبتلایان به سرسام و برسام جایز نیست.

مشخصات گیاه شناسی

گل گاو زبان از گیاهان دارویی و دارای روغنی است که به علت خاصیت شفا دهندگی از مدتها قبل بخصوص در فرانسه شناخته شده بود. این گیاه دارای شاخه های تو خالی و آبدار است و ارتفاع آن به ۵۰ سانتیمتر می رسد. برگ های این گیاه نسبتاً بزرگ و چین خورده به رنگ سبز تیره و تخم مرغی شکل نوک تیزاند که بطور متناوب بر روی ساقه گیاه قرار دارند. تمام سطح گیاه پوشیده از کرک های سفید و منشعب است. گل های این گیاه در انتهای ساقه قرار دارد و به رنگ روشن و ستاره ای شکل است. میوه این گیاه به شکل چهار فندق کوچک و به رنگ قهوه ای مایل به سیاه است.

ترکیبات شیمیایی

گل گاو زبان و برگهای آن دارای لعاب فراوان است. این گیاه دارای نیترات پتاسیم، رزینها، مالات کلسیم، منگنز، منیزیم، اسید فسفریک و آلانتوئین می‌باشد.

خواص دارویی:

گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است

(۱) گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است

(۲) آرام کننده اعصاب است

(۳) عرق آور است

(۴) ادرار آور است

(۵) کلیه ها را تقویت می کند

(۶) سرماخوردگی را برطرف می کند

(۷) برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید

(۸) در درمان برونشیت موثر است

(۹) بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند

(۱۰) التهاب و ورم کلیه را درمان می کند

(۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است

(۱۲) ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است

(۱۳) برگهای گاوزبان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید

(۱۴) برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند.

مضرات:

گاوزبان بعلت داشتن آلکالوئید برای زنان حامله و کودکان مضر است.

منابع:

گاوزبان «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

گل گاوزبان www.aftab.ir

گل گاوزبان <http://www.iranmania.com>

گل گاو زبان (گاو زبان) <http://www.parsiteb.com>

گاوزبان <http://www.money58.netfirms.com>

پاپيروس

پاپيروس مشهور است، از آن کاغذ می سازند و قوت کاغذ هم هست و سوخته هر دو بسیار خشکند.

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: خاکسترش بازدارنده نزیف است.

زخم و قرحه: خاکسترش بر زخم های تر نهاده شود زخم را بهم می آورد.

گاهی آن را در سرکه می ریزند و خشک می کنند. در مداوای ناصور و همه قرحه های سرایتی و زخم ها بکار می رود .
 سر: خاکستر پاپیروس داروی خوره دهان است .
 اندام های تنفسی: خاکسترش خون بر آوردن را قطع می کند .
 اندام های دفعی: آن را در کتان می پیچند و می گذارند تا می خشکد و آنگاه بر بواسیر می گذارند که مفید است .

بلغم

اکثراً بیخ آن را بکار می برند و مشهور است .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: زداینده ، پاک کننده ، قرحه آور ، تند ، سوزناک ، مسبب استفراغ ، قطع کننده بلغم و مراره سوداء .
 آرایش: لکه های سفید و سیاه برص و بهک را می زداید .
 ورم و جوش: برای گری داروی بسیار خوبی است .
 سر: عطسه آور است . چرک و پلییدی گوش را از بین می برد . بادهای سوراخ بینی را پراکنده می کند . برای بینی خوب است . بند آمدن پالونه را باز می کند .
 چشم: از آن فتیله می سازند و به چشم می کشند مفید است .
 اندام های غذا: در استفراغ دادن قوی است و سختی طحال را می گدازد .
 اندام های دفعی: مسهل است . ادرار بول می کند ، آن را بردارند حیض ریزش می کند . در خرد کردن سنگ بسیار مؤثر است

پلنگمشک

به گمان بعضی از مرزنگوش و سیسنبر(نمام) غذایی تر و خشک تر است.
 اندام های غذا: خوردن و بو کردن و مالیدنش راه بندان های مغز را باز می کند. سینه: خوردنش خفقان قلب ناشی از بلغم و سودا را آرام می کند .
 اندام های راننده: خوردن و مالیدنش در علاج بواسیر مفید است

پیاز موش

کشنده موش می باشد و بسیار تند مزه . بعضی می گویند پیاز موش همان عنصل است . برشتن و پختن اثر دارویی آن را کاهش می دهد . گونه ای که همزنگ شاخ حیوان است ، درخشندگی دارد و مزه اش مخلوطی از شیرینی و تندی و تلخی است از انواع دیگر بهتر است .
 خاصیت درمانی: تحلیل برنده است و خون را به سوی سطح اندام می کشاند. مواد زائد را می سوزاند. قرحه می آورد و سرکه آن تن ضعیف را قوی می کند و مایه سلامتی است .
 آرایش: همراه با روغن زیتون و راتینا اگر بزگیل مالیده شود آن را بر می کند و همچنین مالش و ماساژ با آن مو را باز می رویاند و ترک های پاشنه پا را خوب می کند . به ویژه خام و قسمت وسطی آن برای از بین بردن ترک بسیار مؤثر است . سرکه آن رنگ را زیبایی می بخشد .
 زخم ها و قرحه ها: قرحه های روی پوست را می خشکاند . خوردن آن به قرحه های درونی زیان می رساند و مالش دادن پوست

با پیاز موش قرحه به بار می آورد .

مفاصل : در معالجه درد پی ها ، مفاصل ، فلج و به ویژه در بیماری اعصاب مفید است . لیکن کمی به اعصاب زیان می رساند .

اندام های سر : در مداوای صرع و مالیخولیا مفید است .

سرکه اش لته را محکم و دندان را استوار و بوی دهن را بر طرف می سازد .

چشم : خوردنش دید را قوی و آبریزش چشم را بر طرف می کند .

اندام های تنفس و سینه : در علاج شش بسیار مفید است . سرفه کهنه و زبری صدا را بر طرف می نماید . سرکه آن مقوی و محکم

کننده و برای گلو مفید است .

اندام های تغذیه : سختی طحال را بر طرف می کند ، معده و هضم را تقویت می نماید و در رفع بالا آمدن خوراک مفید است .

جوشیده و سرکه آن را اگر چهل روز بخورند بیماری طحال را از بین می برد و در علاج یرقان نیز مفید است .

اندام های دفعی : شدیداً ادرار را جاری می سازد ، سرکه اش نیز همین کار را می کند .

پیازموش معالج شاش بند است و خون حیض را جریان می دهد . پیازموش و سرکه آن در علاج خفگی زهدان (اختناق رحم)

مفید است .

تخم آن را اگر کاملاً بکوبند ، در طرف خشکی بریزند و با غسل مخلوط کنند دارویی است ملین که درد مقعد و رحم را از بین می

برد ، در تسکین درد شکم و درد روده بسیار مفید است .

تب : سرکه آن در بر طرف کردن تب لرز مزمن مؤثر است .

سموم : پادزهر حشرات سمی و کشنده موش است . اگر آن را بپزند و با سرکه ضماض کنند و بر محل گزیدگی مار بگذارند داروی

مطلوبی است

تباشه

سوخته ساقه های چوب خیزران است . می گویند در هنگام وزیدن بادهای سخت ساقه های خیزران از اثر مهم ساییدن می سوزند و

تباشیر خاکستر این سوختن و ره آورد هندوستان است .

مزاج : سرد و خشک

خاصیت : قبض است و دفع کننده و کمی گدازندگی دارد .

اندام های سر : در زخم های دهان و جوش زبان و در بیماریهای ناشی از مالش محلول آن در تقویت قلب و علاج تپش گرم و

غش کردنی که از ریزش زرداب به سوی معده رخ می دهد مفید است .

اندام های غذا : تشنگی ، استفراغ ، التهاب معده ، ناتوانی معده را از بین می برد .

زرداب را از رسیدن به معده جلوگیری می کند. افسردگی را درمان می کند .

اندام های دفعی : بازدارنده خلط صفراوی است .

تب ها : مانع تب های شدید است

ترشک

دیسقوریدوس گوید ترشک چندین نوع است :

۱- نوعی ترشک در زمین هایی که خاک مایل به سیاهی دارند می روید . بر گهای دراز و سرباریک دارد .

- ۲- ترشکی که در کشت زارها می‌روید و اگر بپزند خوشمزه است .
- ۳- قسمی در جنگل می‌روید برگی سخت و اطرافش صاف و بی‌دندانه است .
- ۴- نوعی ترشک که نرم است و بیابانی و به بارهنگ می‌ماند .
- ۵- نوعی که برگش همانند مرزه است شاخه‌هایی کوچک ، ترش مزه ، سرخرنگ و تند مزه دارد . این نوع بزرگ تر از بقیه است .

مزاج : سرد و خشک .

خاصیت : قبض است . نوع بی‌مزه آن دارای اندکی گدازندگی است .

ترش مزه آن قبض تر و آنکه بسیار ترش مزه نیست غذایش بهتر است .

این نوع به کاسنی شبیه است . همه انواع آن صفر را بر می‌کند و خلط خوب و سازگار بوجود می‌آورد .

آرایش : بیخ ترشک با سرکه داروی پوست انداختن ناخن است .

با آب انگور کهنه بپزد و ضماد شود علاج لکه‌های سفید و بیماری ویروسی پوستی است .

ورم و جوش : ضمادش داروی خنازیر است و می‌گویند اگر بیخ آن را به گردن بیماری که خنازیر دارد ببندند از خنازیر شفا می‌یابد .

زخم و قرحه : بیخ ترشک و سرکه داروی گری‌چرکین و قوباء است .

آب‌پز با آب گرم یا ترشک و آب ترشک را در گرمابه به تن بمالند خارش پوست را از بین می‌برد .

سر : افشره اش را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می‌یابد .

در آب انگور کهنه بپزند داروی دندان‌درد است و ورم‌های بن‌گوش را از بین می‌برد .

اگر با سرکه بپزند و ضماد کنند و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بین می‌برد .

اندام‌های دفعی : ترشک و تخمش و به ویژه تخم مرغ بزرگش و می‌گویند برگ همه انواع ترشکها را اگر بپزند و بخورند ملین است .

تخمش قبض است و بعضی بر این رأیند که تخم ناپخته ترشک ملین و لغزاننده است .

بیخ کوبیده ترشک در علاج رطوبتهای زهدان مفید است . اگر با نوش‌آب‌های بنوشند سنگ‌گرده را خرد می‌کند . از آنجا که

ترشک دارای ماده لزج است از خراش روده و خشک شدن خیو جلوگیری می‌کند و با اینکه در منع خراش روده مفید است مواد

را نیز می‌لغزاند . تخم ترشک را با آب و آب انگور کهنه مخلوط کنند و خوشمزه سازند قرحه روده و اسهال مزمن را درمان می‌کند .

تخم ترشک را بکوبند و بسایند و زنان بردارند رطوبت‌های زهدان هر چند مزمن باشد قطع می‌شود و اگر با آب انگور کهنه

بپزند و بنوشند سنگ‌مثانه را خرد می‌کند و حیض را روان می‌سازد .

زهرها : ترشک و به ویژه بیابانی آن پادزهر نیش کژدم است .

اگر تخم ترشک را قبلاً بکار برند نیش‌حشرات و کژدم اثر نمی‌کند

تربد

تکه‌چوب‌های سستبرند که از هند می‌آورند . سفیدرنگ و پیچیده‌اش که چون لوله‌های باریک ، نی و صاف ، زود شکن و کرم

نزده باشد بهتر است . سبک و سوراخ‌دارش ناتوان است .

خاصیت : تنها استعمال کردنش چون رطوبت‌های نازک را از تن بر می‌چیند خوب نیست .

مفاصل: در علاج بیماریهای عصب مفید است .

اندام های راننده : سائیده اش در بیرون راندن بلغم بسیار مؤثر است .

ترنجبین

شبمی است که اکثراً در خراسان و ماوراء النهر بدست می آید و در کشور ما بیشتر بر گیاه مرسوم به (حاج) می نشیند .

تازه و سفیدش خوب است .

مزاج: معتدل و مایل به گرمی است .

خاصیت: ملین است و زداینده .

سینه : داروی سرفه است و سینه را نرم می کند .

اندام های غذا : تشنگی را از بین می برد .

اندام های راننده : اسهالش ملایم است و صفرا را بیرون می آورد

تفسیا

شیره فیجن کوهی است . تازه اش مفید و اگر یکسال بگذرد بیهوده است .

مزاج: بسیار گرم و سوزنده است .

خاصیت: پالاینده ، مسهل ، رساننده و ترکاننده است .

آرایش: موی را باز می رویاند . داروی داء الثعلب است و در این زمینه بی نظیر . در زدودن لکه های سیاه و کک و مک و برص و

غیره مفید است .

مفاصل: برای علاج سستی و درد نقرس و مفاصل سرد بر تن می مانند و برای بیماری اعصاب حقه شود خوب است .

سینه: در برانداختن ریم از سینه و در علاج دشوار نفس کشیدن ، پهلو درد و به ویژه اگر پهلو درد کهنه باشد خوب است . مالیدنی

باشد یا ضماد کنند فرقی ندارد .

اندام های راننده: دربیخ و برگ و پوست و اشکش ماده اسهالی هست .

تب ها : در علاج تب ها پوشش استعمال می شود

نافسیا

صمغ فیجن بیابانی است و تنها تازه اش ارزش دارویی دارد .

مزاج: بسیار گرم و سوزنده است و خشکی می دهد .

خاصیت: پالاینده ، مسهل ، رساننده و ترکاننده است .

آرایش: مو را باز می رویاند و در علاج کم مویی نظیر ندارد .

نفس کش: برای برآوردن چرک و ریم از سینه و علاج دشوار نفسی و پهلو درد تازه و کهنه خوب است .

اندام های راننده: بیخ و پوست و آب تراوش (اشک) آن مسهل است . تب ها: در علاج تب ها مفید است

کاکنه

قوتش به فوت تاجریزی نزدیک است و به ویژه قوت برگ آن .

مزاج: سرد و خشک

زخم و قرحه: افشیره آن در معالجه زخم و از میان بردن چرک و ریم گوش و نرم کردن سختی های کهنه شده ناصور سودمند است .

اندام های تنفسی: در علاج برونشیت و ضعف نفس و تنگ نفسی مفید است .

اندام های غذا: در علاج یرقان مفید است .

زخم مجرای بول را مداوا می کند .

کبر

دو نوع ثمر دارد یکی خرنوب شامی و دیگری که به خیار شبیه است .

بیخ آن تلخ و تند است . نوعی کبر هست که آن را کبر قلز می گویند و به حدی تند است که تاول در دهان پدید می آورد و لثه را آماس می دهد . برای استفاده دارویی پوست بیخش از همه نافع تر است .

مزاج: همه انواعش گرم و خشک است .

خاصیت: تحلیل برنده ، زداینده ، بازکننده ، بیخش تکه کننده ، لطافت بخش ، پاک کننده و باز کن است . پوستش تلخ و تند و گیرنده است .

ورم و جوش: بیخ و برگش خنازیر را می گدازد و سخت ها را نرم می کند .

زخم و قرحه: پوست بیخش را بر زخم های پلید و چرکین بگذارند بهترین علاج است .

مفاصل: پوست بیخش در علاج بیماری اعصاب و درد سرین مفید است و آتش را حقه کند در این زمینه مفید است .

برای دفع فلج و تخدیر خوب است . چون گیرندگی دارد ، اندام ها را محکم می کند و گسستگی سر و وسط ماهیچه ها را بهم جوش می دهد .

سر: پوست بیخش را بچوند رطوبت های سر را جذب می کند و سر درد سرد تسکین می یابد .

آب آن را در گوش بچکانند گرم گوش را می کشد . با دندان دردمند پوست بیخش را گاز بگیرند و به ویژه اگر پوست شاداب باشد درد بر طرف

می شود .

سینه: نمک سودش داروی برنشیت است .

اندام های غذا: خوردنش همراه آب ، ضمادش که با آرد جو و غیره باشد ، و به ویژه پوست بیخ آن بهترین علاج طحال است .

اندام های دفعی: خلط نارسیده و غلیظ را بیرون دهد . حیض را راه می اندازد . گرم های ریز و درشت را از روده بیرون می راند . داروی بواسیر است .

شهوت انگیز است . نمک سودش قبل از غذا ملین است

کبابه

ره آورد چین و قوتش به قوت روناس (فوه) شبیه است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: باز کننده است و لطیف اما تا آن اندازه نیست که کار دارچین را انجام دهد .

زخم و قرحه: در علاج زخم گندیده که در اندام نرم باشد بسیار مفید است.

سر: در مداوای زخم و جوش هاس گندیده دهان سودمند است.

سینه: در دهان گیرند صدا را صفا می دهد.

اندام های غذا: راه بندان های کبد را به خوبی باز می کند.

اندام های دفعی: مجرای بول را تنقیه می نماید. بول ریگی را بیرون

می ریزد. سنگ کلیه و مثانه را از بین می برد

کبیکه

دیسقوریدوس گوید چهار نوع است :

۱- برگش به برگ گشنیز شبیه و از آن پهن تر است .

۲- از نوع اولی بزرگتر و ریشه هایش ژرفا روتر است .

۳- بسیار کوچک و طلائی رنگ است .

۴- به نوع سوم شبیه ولی گلش سفید شیری است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: هر چهار نوعش گرم ، تند ، زخم آور ، زداینده ، پوست کن ، پوست گز و گدازنده است .

آرایش: برگ و شاخه اش قبل از آنکه خشک می شوند در زدودن برص و سفیدی ناخن ، کم مویی بسیار مؤثرند و اثر مثبت دارند

.

ورم و جوش: در برانداختن گری ، برکندن زگیل های میخی ، و غده های آویزه ای ناشی از سرما بسیار داروی خوبی است .

زخم و قرحه: آب پز نیمه گرمش بر لکه های سیاه مایل به سرخی (سعه) مانند مفید است .

سر: بیخ خشکیده اش از عطسه آورهای قوی است .

گرد آن را بر دندان التهابی بمالند مفید است .

کچوله

گونه ای از کف دریا است که جامد شده و به نی چسبیده است . چنان تند مزه است که به کار خوردن نمی آید ، بعد از آنکه از

تندی آن می کاهند آنرا چون مرهم مالیدنی به کار می برند .

مزاج: بسیار گرم است .

خاصیت: مزاج سرد و تباه را به حالت طبیعی بر می گرداند و استعمال آن تنها باید از راه مالیدن خارجی باشد .

آرایش: لکه ها را از بین می برد .

دمل و جوش: جوش های شری را درمان می کند .

زخم و قرحه: در مداوای گری تر و اگزما مفید است .

مفاصل: ضمادش در علاج بیماری اعصاب سودمند است .

کرویا

درختش در ارمنستان و مملکت (قماعینا) بسیار است و در عربستان و هندوستان و غیره نیز یافت می‌شود. کرویای ثمر این رستنی است.

آنچه ره آورد هندوستان و ارمنستان است و در کوبیدن سرسخت، پر و متراکم است خوب است و در غیر این صورت ارزش ندارد.

قسم خوب کرویای بوی خون می‌پراکند و مزه اش تند مایل به تلخی است.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: گرمی بخش، خون به سوی پوست می‌آورد، گدازنده است و اندام‌های درونی را توان می‌بخشد.

زخم و قرحه: با سرکه بر پوست بمالند علاج گری و بیماری ویروسی است.

مفاصل: در علاج درد عصب، درد سرین، دربیرون راندن بلغم، در مداوای فلج و گرفتگی ماهیچه مفید است.

سر: با آب بخورند علاج صرع است.

سینه: سرفه را آرام می‌کند و سینه را می‌پالاید.

اندام‌های رانده: علاج درد و پیچ روده و ضد کرم و کرم کدو است.

زهرها: پادزهر نیش کژدم و حشرات دیگر است.

کرم سرخ، کرم خاکی

اندام‌های دفعی: اگر با روغن زیتون و موم و زرده تخم مرغ مخلوط شود و از ماده گدازنده گیش بکاهد و سخت نشود در مداوای

درد زهدان، کلیه، ادرار بول و حیض مفید است.

اگر با زیره سیاه قرد مانا باشد داروی بواسیر است.

تب‌ها: علاج تب و لرز است.

زهرها: پادزهر حشرات موذی است

کسیلی

چوبک‌هایی است مانند (فوه) روناس و سیاهی بر آن چیره است.

مزاج: گرم و تر است.

خاصیت: چسبنده است و در شکستن نیروهای داروهای گرم کار صمغ عربی را انجام می‌دهد.

آرایش: فربهی بخش است و رنگ رخساره و پوست را زیبا می‌کند.

کشوت

به شکل الیاف و به لیف مکی می‌ماند و بر خارها و درخت‌ها می‌پیچد.

آبی برگ است و گل‌های کوچک و سفید دارد. مزه اش تلخ گس است و تلخی چیره است.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: تنقیه می‌کند. ریختنی‌های لطیف را از رگ‌ها خارج می‌نماید. بر معده سنگینی می‌کند، زیرا قبض است. رگ‌ها را

می‌پالاید و هز زائده‌ای باشد بیرون می‌آورد. افزاینده و لطیف است.

اندام‌های غذا: کشوت و به ویژه در روغن جوشیده اش معده را تقویت

می کند .

اگر همراه سرکه بخورند سسکه را تسکین می دهد ، راه بندان های کبد و معده را باز می نماید و معده و کبد را تقویت می نماید . آب آن در بیماری یرقان بسیار مفید است .

افشره کثوث بیابانی را اگر بسایند و در آب انگور کهنه ریزند معده ناتوان را توان می بخشد .

اندام های دفعی : پلیدی های شکم بچه را در زهدان تنقیه می کند ، زیرا تنقیه کننده رگ ها است . بول و حیض را راه می اندازد . در تسکین پیچ و درد شکم و روده مفید است .

آن را بردارند و خونریزی را بند می آورد .

در روغن جوشیده اش قبوضیت می دهد و رطوبت های زهدان را پاک

می کند .

تب ها : آزمایش شده است که تخم و آبش بهترین علاج تب های کهنه است

گشنیز

جالینوس فرماید قوتی که در تر و خشک گشنیز است قوتی مرکب است چیرگی با خاکی تلخ و آبی نیم گرم است و کمی گسی دارد که کمی گیرنده شده است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گیرندگی و تخدیر دارد . افشره آن با شیر هر ضرباتی را تسکین می دهد .

ورم و جوش : علاج ورم گرم است . گشنیز با آبگوشت ساده ، سرکه ، روغن گل ، عسل و روغن زیتون علاج (شری) و آتش فارسی است .

گشنیز همراه با آرد باقلا ، یا قاوت ، آرد نخود خنازیر را تحلیل می برد . اگر بجای گشنیز افشره اش باشد همین تأثیر را دارد .

سر : سرگیجه یا صرع که از بخار مراره ای یا بلغمی منشاء گرفته باشند چاره اش با گشنیز است . زیرا گشنیز بخار سر را دفع می نماید و به همین سبب است که اگر کسی صرعش ناشی از بخار معده است گشنیز در خوراکش می ریزند و زیاد به وی می خوراند . گشنیز تر یا خشک ذهن را مشوش

می نماید . گشنیز تر خواب آور است و خون دماغ را بند می آورد . پاشیدن گرد خشکیده اش یا مززه کردن با افشره اش زخم داخل دهان را علاج

می کند .

چشم : تیرگی چشم پدید می آورد . افشره اش را در چشم بچکانند و به ویژه اگر همراه با شیر پستان زن باشد پرش و ضربان چشم را تسکین

می دهد .

ضماد بر گش بر چشم ، چشم را از مواد سیلانی محفوظ می دارد .

نفس کش : علاج حفقان گرم است . گشنیز با آب بارهنگ بخورند خون بر آوردن را قطع می کند .

اندام های غذا : دیر هضم است . معده گرمی دار را توان می بخشد . در روغن جوشیده اش مانع استفراغ است .

تخمش در روغن بجوشد قبض است . گویند تخمش باسیکی گرم های دراز را بیرون می آورد گشنیز تر با عسل و روغن زیتون ورم گرم رگ های بیضه را فرو می نشاند .

تر و خشک گشنیز قوت جماع را کاهش می دهد .

زهرها: زیاد آن کشنده است . آدمی را به چنان غمی دچار می سازد که غش می کند و دق مرگ می شود

کف مریم

شکل آن به کف دست می ماند . قسمی با دو رنگ زرد و سفید ، قسمی دیگر زردرنگ و گرد رنگ و بدون سپیدی می باشد . سخت و کمی شیرین است . در آب کردن زوائد سخت ، بسیار مؤثر است .
مفاصل: در علاج بیماریهای مربوط به اندام های عصبی سودمند است .
اندام های سر: مخصوصاً درمان دیوانگی است

کف دریا

کف دریا پنج نوع است :

- ۱- ابری شکل و تندبو و بویش به بوی مشک ساییده می ماند که این نوع پرمایه است و در کنار آب پیدا می شود .
- ۲- ابری شکل و سبک و دراز و نرم است و بوی جل وزغ را می دهد .
- ۳- گلرنگ

۴- بنفش رنگ که این دو نوع سبک و کم مایه و به پشم چرکین شباهت دارند .

۵- به شکل قارچ است و رویه اش صاف و طرف اندرونی زبر و هیچ بویی ندارد .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: پلیدی ها را پاک می کند ، زداینده و سوزنده است . کف دریای گلرنگ از سایر انواع آن لطیف تر است .
آرایش: سوخته کف دریا و به ویژه سوخته گلرنگ آن داروی کم مویی است . گویند کف دریای قارچی را برای ستردن مو و درمان لکه های سیاه استعمال می کنند .

سر: کف دریا عموماً دندان ها را استوار می کند و صاف آن در جلا دادن دندان ها کاری تر است .

دمل و جوش: کف دریای صاف ورم های میخی را علاج کند و گلرنگش داروی خنازیر است .

زخم و قرحه: کف دریا عموماً و به ویژه دو نوع ابری آن در علاج گری چرکین و انواع بیماری ویروسی مفید هستند .

مفاصل: اگر کف گلرنگ را با موم و روغن گل مخلوط کنند داروی نفرس است .

اندام های غذا: گلرنگش برای طحال و استسقاء سودمند است .

اندام های دفعی: کف گلرنگ علاج دشواری بول و درد کرده است و سنگ مثانه را بیرون می آورد .

کمات

دیسقوریدوس گوید: بیخی است گرد و بی ساقه و بی برگ ، به رنگ خاکی پنبه آسا .

آنچه از زمین های ریگ زار است و بوی بد ندارد خوب و تر آن بهتر از خشک است .

خاصیت: بسیار غلیظ است .

مفاصل: برای فلج خطر دارد .

سر: بیم سکنه در بر دارد .

چشم: آبخش دیده را جلا می دهد .
 اندام های غذا: دیر هضم و آزار دهنده و بر معده سنگین است .
 اندام های دفعی: سبب قولنج و بی اختیاری ادرار می شود .

کنیلا

تخم هایش ریگ مانند و سرخ است که از سرخی ورس کمتر است .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: بسیار گیرنده است .
 اندام های راننده: می گویند چه بخورند یا بمالند کرم و کرم کدو را بیرون می آورد .

کور گندم

گلی است سبک وزن و به چوبک اشنان شبیه است .
 بهترینش آن است که از سرزمین بربر می آورند و هر آنچه ره آورد رقه است خوب نیست .
 مزاج: تر و سرد است .
 خاصیت: خشکاننده است و رطوبتی هم دارد .
 گویند خونریزی را بند می آورد .
 آرایش: بسیار چاقی می دهد .

کوشنه

دیسقوریدوس گوید: سه نوع کوشنه هست: یکی عربی که سفید، سبک، خوشبوی و مایل به زردی است. دومی از هند است که سیاه و به شکل خیار چنبر است.
 سومی از سوریه آید که سم است و رنگ چوبش به رنگ چوبی شبیه است که آن را (تند بو) گویند.
 قسم خوبش کوشنه عربی سفید، تازه، پرمايه، درشت و رنگ نباخته است که زبان را بگذرد و بتراشد.
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: آنقدر تلخی و تندی و حرارت دارد که زخم می آورد.
 آرایش: با آب و عسل بر پوست بمالند لکه های سیاه را بر می دارد.
 زخم و قرحه: زخم می آورد. آنچه تلخ است زخم ترشح دار را می خشکاند.
 سر: در علاج بیماری (لیترغس) مفید است.
 سینه: داروی سینه درد است.
 اندام های راننده: خوردنش یا بوسیله ی قیف دود بر کشیدنش بول و حیض را ریزش می دهد.
 کرم کدو و کرم های دیگر را بیرون می آورد. غریزه جنسی را تقویت می کند. آن را بردارند یا بخورند یا در آب پزش بنشینند
 درد زهدان را درمان می کند و با آب انگور کهنه بخورند شکم را روان می سازد.
 از آنجا که دارای رطوبتی زائد و بادآور است در تقویت جنسی مؤثر است.

تب‌ها: با روغن زیتون مخلوط کنند و بر تن بمالند در تب لرز مفید است .
 زهرها: کوشنه را با خاراگوش همراه آب انگور کهنه بنوشند پادزهر نیش مار و سایر حشرات موذی است

کهربا

صمغی است همانند سندروس. در شکستن نازک و شکسته اش به رنگ مایل به زردی و سفیدی است و بعضی نوع آن به مایل به سرخ‌رنگی است .
 گاه و خشکه گیاه را بسوی خود می کشاند و از اینرو آن را کهربا یعنی رباینده گاه نامیده اند .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: خونریزی را از هر کجا باشد بند می آورد .
 ورم و جوش: گویند کهربا را بر ورم گرم ببندند سودمند است .
 سر: خون دماغ را بند می آورد . ماده آبکی که از سر به سوی ریه سرازیر می شود با کهربا قطع می شود .
 چشم: از داروهای چشم است .
 سینه: نیم مثقال کهربا را با آب سرد بخورند تپش قلب را آرام می بخشد و بهترین علاج خون برآوردن است .
 اندام‌های غذا: بندآورنده استفراغ است . مواد بد را از معده دور می سازد . با مصطکی مخلوط باشد معده را تقویت می کند .
 اندام‌های دفعی: خونریزی زهدان و مقعد را قطع می کند . بی‌اشتهایی را از بین می برد .

ناخن بویا

قطعات اظفار الطیب شبیه ناخن است ، بوی معطر دارد و از دود آن در مداوا استفاده می شود .
 دیسکوریدوس گوید: از رده صدف هاست و از جزیره ای واقع در دریای هند می آید . در این جزیره سنبل هم وجود دارد .
 دو نوع است: قلمی و بابلی . هر دو قسم بسیار معطر هستند .
 نوع سپید رنگ آن که در دریای هند و یمن و بحرین پیدا می شود و بهتر از نوع بابلی است سیاه رنگ و ریز است .
 به گفته ی عطاران بهترین نوع آن بحرینی ، بعد مکی و جده ای است که در آبادان یافت می شود .
 مزاج: گرم و خشک
 خواص درمانی: لطیف کننده است .
 اندام‌های سر: دود آن برای مداوای صرع مفید است .
 اندام‌های دفعی: بخور آن در معالجه اختناق زهدان به کار می رود .
 اگر آن را با سرکه بیامیزند و بخورند هر نوع قبوضیتی را از بین می برد .

نرثیس

این گیاه دارویی است گرم و در مغز آن پیه سبز رنگ و بسیار قبض هست و اگر با روغن زیتون باشد عرق آور است .
 سر: در سوراخ بینی بدمند خون دماغ قطع می شود .
 نفس و سینه: مغز تر آن هر خونی را که در سینه گرد آمده بیرون می آورد .
 مغزش اسهال مزمن را علاج است .

زهرها: با آب انگور کهنه بخورند پادزهر مار است .

نقل خواجه

درختی است کوبیری که بلندیش به یک ذراع می رسد .
برگش سفید رنگ اما نه بسیار سفید . ثمرش شبیه فلفل ، روغن و شیره دارد .
مزاج : گرم است و نم دارد .
آرایش : فربه و زیبا می کند .
اندام های غذا : در معده ماندگار است و هرگاه هضم شد غذای بسیار می دهد .
اندام های دفعی : آب پشت را فزونی می دهد و شهوت را بر می انگیزد .

نمک

درنمک تلخی و گیرندگی هست . قوتش نزدیک به قوت بورک است . نمک چندین نوع است . سبک و متخلخل ، نمک کانی ، دارانی که بلوری است ، نمک نفتی و از این رو سیاه رنگ است نمک هندی سیاه رنگ سیاهش نفتی نیست در گوهر سیاه است . نمک دریا همینکه آب دید می گدازد اما نمک کوهی به این زودگذازی نیست .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : زداینده ، تحلیل برنده و گیرنده است و بسیار بادزا .

نمک سوخته بسیار خشکاننده و گدازنده است و مانع گندیدگی است و خلط غلیظ را سر حال می آورد .
آرایش : نمک سوخته را بر دندان بمالند دندان را پاک می کند و از کرم خوردگی نگه دارد و نمک را بر پوست بمالند لکه های سیاه خونی را در هر جای باشد می زداید . نمک به کاربردن به اعتدال رنگ و رو را زیبایی می بخشد .
ورم و جوش : نمک با عسل و مویز ضماد دمل ها است . نمک با پونه و عسل ورم بلغمی را فرو می نشاند و مورچگی را از زیاد شدن باز می دارد .

زخم و قرحه : گوشت های زائد و آویزه را می خورد . داروی گری چرکین و قوبا است . نمک را با روغن زیتون و سرکه بر تن مالند و پهلوی آتش بنشینند عرق می کنند و خارش بلغمی تسکین می یابد .

مفاصل : نمک و آرد و عسل ضماد شود پیچش عصب را راست می کند ، داروی نقرس است . نمک را با روغن زیتون مخلوط کنند و بر تن بمالند خستگی را در می کند .

سر : نمک و پیه هندوانه ابوجهل را بر سر بمالند جوش ها را درمان کند . نمک اندرانی هوش را می افزایشد . نمک خوردنی و به خصوص نمک اندرانی لثه را محکم می کند . نمک و سرکه ضماد شود و بر گوش بگذارند درد گوش تسکین می یابد .

چشم : زیاده گوشت پلک را می خورد و ناخنه را می زداید . قسمت شفاف و درخشانش در علاج تم و سفیدی چشم ویژگی دارد . لکه سیاه خونی که در چشم پدید می آید نمک و روغن زیتون و عسل را ضماد کنند و بر چشم بگذارند لکه را از بین می برد .

سینه : نمک اندرانی و نفتی و سایر نمکها بلغم لزج را در سینه از هم می پاشند .

اندام های تنفسی : نمک نفتی را با عسل و سرکه به دهان بمالند در علاج خناق و ورم زبان کوچک و خرخر کردن مفید است .

اندام های غذا : نمک درد معده سرد را درمان می کند . هر نمکی و به ویژه نمک نفتی و اندرانی در استفراغ کمک هستند .

اندام های دفعی: همه انواع نمک مواد دردی را بیرون می ریزند و سرازیر شدن خوراک را آسان می کنند. نمک نفطی بلغم گندیده و ماده آبکی و مراری و سودا را پراکنده می کند و در حقنه به کار می رود .
نمک بسیار سیاه که نفطی نیست بلغم و سودا را بیرون می راند .
زهرها: با تخم کتان ضماد شود پادزهر نیش کزدم است .
با سرکه و عسل پادزهر هزارپا و زنبورها است . نمک و سکنجبین گزند افیون و قارچ سمی را خنثی می کند .

نمک چینی

سنگی است که نمک بر آن می نشیند و آن را گل آسیوس می نامند .
گمان می رود که نمک مزبور از رطوبت دریا و شبمی که بر آن می نشیند به وجود می آید .
خاصیت درمانی: قوت آسیوس و گل آسیوس بازکننده و جوش دهنده است . اندکی گنداننده است و گوشت گندیده را آب می کند و گزشتی ندارد .
دمل و جوش: اگر آسیوس را با سقز درخت بنه ضماد کنند جراحات ها را از بین می برد .
زخم و قرحه: در مداوای زخم های دشوار، شدید، بزرگ و عمیق سودمند است .
مفاصل: آن را با آرد جو بر جای نقرس می گذارند . اگر بیمار نقرسی دست و پا را در پخته آن بگذارند مفید است .
اندام تنفسی: آن را با عسل بلیسند زخم های شش را معالجه می کند .
اندام های غذا: با آهک و سرکه بر طحال بمالند سودمند است .

ننه حوا

کمی تلخ است و تند مزه . تخمش از همه اجزایش مفیدتر است .
مزاج: خشک است .
خاصیت: با اینکه خشکاننده است نرم کننده هم هست . بندآمده ها را باز می کند .
آرایش: خوردنی یا مالیدنی آن رنگ را زرد می کند . در داروهای برداشتن لکه های لک و پیس و برص مفید است . با عسل معجون شود لکه های سیاه خونی را در هر جا باشد می زداید .
سینه: در علاج پلیدی های سینه و دل بهم آمدن مفید است .
اندام های غذا: رطوبت معده را بر می چیند ، دل بهم آمدن و تهوع را تسکین می دهد . برای کبد و معده سرد مفید است .
با آب انگور کهنه بخورند بول را ریزش می دهد . بی اختیاری ادرار را از بین می برد . سنگ را بیرون می آورد . گرده و مئانه را می پالاید . بادشکن است . درد و پیچ روده را تسکین می دهد . با صمغ صنوبر بخور شود زهدان را پاک می نماید .
تب ها: در علاج تب های کهنه بهترین درمان است .
زهرها: آب پز را بنوشند پادزهر حشرات است و بر نیش کزدم پاشند درد تسکین می یابد .

نوشادر

بهترینش نوشادر (بیکالی) صاف و بلوری است .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: لطافت بخش و گدازنده است .
چشم: در سفیدی چشم مفید است .
نفس کش: زبان کوچک افتاده را بالا می برد و در خناق مفید است .

نی

انواع دارد :

- ۱- نی تودار که تیر از آن می سازند .
 - ۲- نی ماده که زبانه نای های نواختنی می شود .
 - ۳- نی ستبر و بند بند که قلم می گردد .
 - ۴- نی ستبر و توخالی که در کنار جویبارها می روید .
 - ۵- نی شوره زاری که باریک و سفید است و اکثریت مردم بیخ آن را می شناسند .
 - ۶- نی بسیار باریک توخالی که از آن حصیر می سازند .
 - ۷- نی بسیار ستبر و دراز و دیر شکن که از هند آورند و نیزه می کنند (خیزران).
- مزاج: بسیار سرد و خاکسترش گرم است .
- خاصیت: برگ و ریشه آن کمی زداینده است .ضمادش خار و پیکان بر می کشد .تکه های نی و بقایای تیر را از ژرفای گوشت بیرون می آورد .
- آرایش: پوست و ریشه نی داروی کم مویی است ، پلیدی را می زداید .
- بیخ نی با پیاز دشتی پیکان را جذب می کند .
- ورم و جوش: برگ سبز را بر باد سرخ و ورم گرم بگذارند مفید است .
- مفاصل: پیچش عصب را چاره است .
- سر: گلش در گوش افتد کری همراه دارد و در بیرون آمدن سرسختی می کند .سوخته نی سعه و بیماری ویروسی پوستی سر را علاج می کند .
- اندام های راننده: بول و حیض را ریزش می دهد .
- زهرها: پادزهر نیش کژدم است .
- نی نهانندی
- نوعی نی است که در هندوستان می روید . خوبش آن است که به رنگ یاقوتی باشد و بندهایش کم فاصله و چون بشکنی چندین پارچه شود .
- مزاج: گرم و خشک
- خاصیت: لطافت بخش ، کمی گیرنده و تند است .
- آرایش: بدرنگی خون خشکیده را می زداید .
- ورم: ورم را نرم می کند .
- مفاصل: داروی گسستگی در ماهیچه است .
- چشم: جلای دیده است .

سینه: بوسیله ی قیف دودش را برکشند داروی سرفه است و اگر با سقز خام باشد بهتر است .
 اندام های غذا: با عسل و تخم کرفس علاج ورم کبد و معده و مانع شکم گنده شدن است .
 اندام های راننده: با تخم کرفس به نفع گرده و علاج چکمیزک است . خوردن آب پزیش یا در آن نشستن درد زهدان را دوا می کند .
 با عسل و تخم کرفس بخورند ورم زهدان را فرو می نشاند .

نیل

دو نوع است: کاشتنی و بیابانی .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: گیرنده است و خونریزی را باز می دارد . نیل کاشتنی خشکاننده ای قوی و بی گزش است .
 در نیل بیابانی تند مزاجی هست ، از کاشتنی خشکاننده تر است و مواد را از ژرفا جذب می کند .
 آرایش: لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید و در کم مویی مفید است .
 ورم و جوش: نیل آماس فروهشتگی و سست اندامی را فرو می نشاند . زخم های پلید را در اندام های سخت علاج می کند .
 عموماً هر ورمی که نوحاسته است علاجش با نیل است . نیل و آرد جو را ضماد کنند باد سرخ و مورچگی را مداوا می کند .
 زخم و قرحه: نیل کاشتنی که بسیار خشکاننده است زخم های گرم بدن های سخت را درمان می کند . نیل بیابانی حدتی دارد و در علاج زخم گندیده اثری عجیب دارد . نیل کاشتنی که حدت کم دارد و ملایم است برای علاج زخم ها بهتر است .
 سائیده نیل کاشتنی با عسل در سوختگی مفید و زخم عصب را درمان می کند و اگر با آرد شلمک باشد در جذب و برکشیدن خار و پیکان سودمند است .
 سینه: سرفه قی آور کودکان را علاج است افشیره اش نیز در این زمینه مفید است . درمان زخم شش و درد شدید سودایی درون است .
 اندام هایی غذایی: نیل و به ویژه نیل بیابانی به نفع طحال است .

نیطافیلی

شیره گیاهی است که آن را پنج برگ می نامند .
 خاصیت: بسیار خشکاننده است ولی نه تند و تیزی دارد و نه گزش و سوزش .
 ضمادش خونریزی را قطع می کند .
 ورم و جوش: ضمادش علاج خنازیر ، سخت شده های بلغمی ، کزدمه و گری است .
 مفاصل: داروی درد مفاصل و بیماری اعصاب است و اگر ضماد کنند یا بخورند آماس رطوبتی بیضه را (قلیه) فرو می نشاند .
 سر: با آب پز بیخ آن مزمه بکنند درد دندان را تسکین می دهد . زخم دهان را خوب می کند . برگش را با آب انگور کهنه سی روز بخورند علاج صرع است .
 سینه: آب پزیش را در گلو بگردانند زبری گلو برطرف می شود . افشیره بیخش درمان درد شش است .
 افشیره اش را با نمک و عسل بیامیزند و چند روزی بخورند در یرقان و درد کبد مفید است . بیخ و آب پز بیخش باز دارنده اسهال ، علاج زخم روده و داروی بواسیر است .

تب‌ها: برگش با ادرو مالی یا با آب انگور کهنه تب نوبه و سه اندرمیان را دوا می‌کند .
 زهرها: افشره بیخ‌س سم قاتل است .

واله

گیاه پوسته مانند باریک و نازکی است که دور ساقه درخت بلوط، صنوبر و گردو می‌پیچد و بوی معطر دارد .
 نوع سفید رنگ این گیاه مطلوب و نوع سیاه رنگش نامطلوب است . دیسکوریدوس گوید: «بهترین نوع اشنه همان است که بر ساقه صنوبر می‌پیچد و بعد از آن نوعی که بر ساقه گردو می‌پیچد و هر قدر خوشبوتر باشد بهتر است و نوع سپید رنگ مایل به آبی از سپید ساده مرغوب تر است » .
 مزاج: اشنه سرد مایل به ولرم و دارای قبوضیت معتدل است .
 خواص درمانی: گیرنده، تحلیل برنده و نرم کننده است . نوعی که بر ساقه صنوبر می‌پیچد گیرندگی معتدل دارد . نوعی که بر ساقه بلوط می‌نشیند بند آمدگی‌ها را باز می‌کند و گوشت سست را محکم می‌گرداند .
 دمل و جوش: مرهم اشنه دمل‌های گرم و ورم‌های گوشت نرم را تسکین می‌دهد و قسمت‌های سفت شده را نرم می‌گرداند .
 مفاصل: اشنه را در مرهم‌های ضد خستگی بکار می‌برند . مرهم و جوشانده آن سختی مفاصل را از بین می‌برد .
 چشم: چشم را جلا می‌دهد .
 اندام‌های تنفسی و سینه: در معالجه خفقان مفید است .
 اندام‌های تغذیه‌ای: قی را بند می‌آورد، معده را توان می‌بخشد و باد آن را از بین می‌برد . به ویژه خیسانده آن در آشامیدنی‌ها خاصیت گیرندگی دارد و درد کبد ناتوان را رفع می‌کند .
 اندام‌های دفعی: انسداد زهدان را باز می‌کند . نشستن در آب اشنه برای تسکین درد زهدان و دفع خون حیض مفید است .

وج

منظور از وج ریشه گیاهی است مانند پاپروس که در آب‌های راکد می‌روید و بر این ریشه‌ها چند گرهی است که به سپیدی می‌زنند و بوی بد و کمی بوی وش دارند و مزه اش تند و تیز است .
 بهترینش پرمایه تر و متراکم تر و خوشبو تر است . دیسکوریدوس گوید: بهترین وج آن است که سفید رنگ، پرمایه، میان پر و خوشبو باشد . متخلخل و خراش برداشته خوب نیست .
 مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: باد را پراکنده می‌کند و با کرده را فرو می‌نشاند . لطافت می‌دهد، زداینده بی‌سوزش است و باز می‌کند .
 آرایش: رنگ و رو را صفا می‌دهد . لک و پیس و لکه سفید برص را می‌زداید . مفاصل: وج و آب پزش چه مالیدنی و چه نوشیدنی در علاج ترنجیدگی و گسستگی ماهیچه سودمند است .
 سر: مسکن درد دندان و علاج سنگینی زبان است .
 چشم: ستبری قرنیه را باریک و سفیدی چشم را بر طرف می‌سازد .
 سینه: آب پزش علاج درد سینه و پهلو است .
 اندام‌های غذا: در مداوای درد سرد کبد سودمند است . تقویت کبد می‌کند و معده را توان می‌بخشد . سختی طحال را از بین می‌برد . طحال را بسیار لاغر می‌گرداند . معده را تنقیه می‌نماید .

پیچ و درد شکم و فتق را علاج می کند. آب پزش درد زهدان را تسکین می دهد. ادرار بول می کند. حیض را به راه می اندازد. داروی چکمیزک است. چنانکه گویند شهوت انگیز است و میل جماع را بر می انگیزد. درد روده و خراش روده که از سرما باشد علاجش با وج است. زهرها: پادزهر حشرات موذی است

ورسی

چیزی است سرخ به رنگ خون و شبیه زعفران سائیده است. آن را از یمن می آورند و گویا تراشه درختی است. مزاج: گرم و خشک خاصیت: قبض است. آرایش: در از بین بردن لکه های سیاه و کک و مک مفید است و خوردن آن لکه سفید را از بین می برد. دمل و جوش: داروی جوش ها است. زخم و قرحه: در علاج گری، خارش، سعفه و بیماری ویروسی سودمند است.

وسمه

برگ نیل است. بهترینش خراسانی است. مزاج: گرم و خشک است. خاصیت: قبض است و زداینده. آرایش: رنگ مو است. ولیم آشی است که همه می شناسند. آرایش: فربهی می دهد و برای کسی که تنش خشک است سودمند است. اندام های غذا: دیر هضم و بسیار مغذی است.

هال بوا

همان خیربوا و از قافله ی لطیف تر است. مزاج: گرم و خشک است. اندام های غذا: کبد و معده سرد را توان می بخشد. برای هضم طعام بسیار مفید است.

هزار گوشان

مزاج: گرم و خشک خاصیت: تند و تیز، زداینده، خشکاننده، لطافت بخش است و با ملایمت گرمی می دهد. آرایش: بیخ هزار گوشان با گاودانه و شنبلیله پوست بدن را صاف و پاک می کند و لکه ها و اثرهای زشت و سیاه را که بقایای

زخم باشد می زداید .

اگر هزار گوشان با روغن بیزد تا بکلی از هم بپاشد، لکه های زشت و خون خشک شده زیر چشم را می زداید .

ورم و جوش :بیخس زگیل ها و جوش های شری را ریشه کن می کند .

زخم :ضماد بیخ هزار گوشان با نمک داروی زخم پلید است .

هزار گوشان را در مرهم های گوشت خوار به کار می برند .

ثمر آن را بر گری چرکین و خشک بمالند مفید است و پوست می اندازد .

مفاصل :ضماد بیخس که با آب انگور کهنه باشد تکه استخوان ها را بیرون می آورد .

هرروزه مقداری از آن خورده شود علاج فلج است .خوردن و مالیدنش دوی گسستگی ماهیچه است .

سر :به مدت یک سال هر روز مقدار هزار گوشان خورده شود صرع و بیماری کم هوشی و سرگستگی را شفا می دهد . اما گاهی می شود که سبب درهم شدن عقل می گردد .

سینه :از هزار گوشان و عسل ، لیسیدنی سازند داروی خناق و بد نفسی و سرفه و پهلودرد است .

افشره اش را با گندم نپخته بخورند شیر پستان افزایش می یابد .

اندام های غذا :جالینوس فرماید :خوردن جوانه های نوبر آمده هزار گوشان که کمی تلخ و تند است ، به سود معده می باشد .

اندام های راننده :مغز (قلب) هزار گوشان را در نخستین مرحله پیدا شدن کامل یا پخته بخورند بول را ریزش می دهد .شکم را روان می کند .

در آب پزش بنشینند زهدان را تنقیه می کند .افشره اش بلغم را بیرون می آورد .برای طحال داروی خوبی است و اگر در روغن پیزند داروی بواسیر پیزی است .

در آب پز هزار گوشان بنشینند یا آب پز را بر ورم بریزند ورم ها را از بین می برد و مشیمه را بیرون می آورد .

زهرها :کمی از بیخس پادزهر مارگزیدگی و سایر حشرات موذی است .

هوه چوبه

بعضی گویند همان حسن الحمار (گل قاصد) است که آن را شنجار هم می نامند .گیاهی است دارای کرک و خاردار .زبر و سیاه رنگ . برگهایش زیاد و به ساقه چسبیده .بیخ آن به ستبری انگشت و بسیار سرخ رنگ است و اگر در تابستان به آن دست بزنند دست را رنگ می کند .

آرایش :با سرکه بر لک و پیس بمالند مفید است و آن را بکلی از بین می برد . در معالجه پوست پوست شدن بدن بسیار مفید است و برگش از بیخ آن کم تأثیرتر است .

دمل و جوش :مخلوط با آرد کشک باد سرخ را از بین می برد .

زخم و قرحه :با موم مخلوط می کنند و برزخم می گذارند مفید است و به ویژه برای سوختگی آتش بسیار سودمند است .

اندام های غذا :ریشه اش معده را دباغی می کند . آن را بجوشانند و با عسل آب رقیق بخورند در مداوای یرقان و درد طحال سودمند است .

اندام های دفعی :آن را در عسل آب بجوشانند یا با عسل آب بخورند درد کلیه و سنگ کلیه را از بین می برد .

خلط های مراری را تحلیل می برد .ریشه زرد آن برگ همراه زوفا و خردل کرم ها را می کشد و بیرون می راند .

تب ها :پخته بیخ این گیاه با عسل آب تب های مزمن را از بین می برد .

زهرها: پخته میوه سرخ و برگ زرد را بجوند و بر حشره موذی تف کنند می کشد. در مارگزیدگی نیز سودمند است.

یاسمین

سفید آن از زرد گرم تر و زرد آن از ارغوانی رنگش گرم تر است.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: رطوبت را لطیف می کند و روغنش برای پیران سودمند است.

آرایش: اگر در حمام صورت را با تر و خشک آن بشویند، لکه های سیاه پوست از بین می رود.

بسیار بو کردن یاسمین رنگ را زرد می کند.

مفاصل: روغن یاسمین در علاج بیماریهای ناشی از سرما که برای اعصاب و پیران رخ داده مفید است.

سر: بویش سردرد می آورد و با این همه اگر آن را بو کنند سردردی را که از بلغم لزج پیدا شده از بین می برد.

بو کردن روغن خالص یاسمین - عطر یاسمین سبب خون دماغ گرمی داران می شود

لادن

گیاهی است که نامش قاسوس می باشد. شبنمی که بر این گیاه می نشیند از ماده ای که در گیاه است تأثیر می پذیرد و از ماده تراوشی و شبنم چیزی پدید می آید که بوی خوش دارد.

بزها وقتی در چراگاه به این گیاه می رسند و از آن می چرند و گردن به گیاه می ساینند این ماده به مو و پشم آنها می چسبند و مردم آن را جدا می کنند و این جدا شده را لادن می نامند. خالص آن لادنی است که به موهای بالایی چسبیده و گرد و خاک ندیده است. بهترین نوعش لادن چرب و سنگین و زود رنگ قبرسی است که بوی خوش دارد و ریگ در آن نفوذ نکرده است و در روغن تمامش می گدازد و هیچ دردی بجا نمی گذارد اما لادن سیاه قیر مانند خوب نیست.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بسیار لطیف، کمی قبض، رساننده رطوبت های متراکم که به اعتدال آنها را تحلیل می برد. نیرویی جذب کننده و گرمی بخش در آن هست که دهانه رگها را باز می کند و مسکن درد است.

آرایش: لادن و به ویژه اگر با روغن آس و آب انگور کهنه باشد از لطافتش که ژرفا رواست مواد تباه زیر پوست را تحلیل می برد و پوست را از آرایش گوشتخوار پاک می کند و سبب رویش

مو، افزونی مو و تراکم مو می شود. زیرا ماده سازگار با مو را به سوی پوست و رستنگاه مو می کشاند. در اوایل طاس شدن و برای جلوگیری از ریزش و کم شدن موی سر بسیار مفید است.

زخم و قرحه: زخم های وخیم و صعب العلاج را خوب می کند.

سر: لادن مخلوط با روغن گل را در گوش بچکانند، درد تسکین می یابد. از داروهای ضد سردرد و تپش می باشد.

نفس کش: خوردنش داروی سرفه است.

اندام های دفعی: فرزجه از لادن ورم و زخم را از بین می برد.

اگر با آب انگور غلیظ کهنه خورده شود شکم را بند می آورد و بول را ریزش می دهد

لاجورد

قوتش همان قوت صمغ گیاه بدران و کمی از آن ضعیف تر است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: گزنده ، گنداننده ، زداینده همراه تندی و کمی گیرندگی . می سوزاند و زخم می آورد .
آرایش: زگیل ها را از بین می برد .

چشم: رویشگاه موی مژه را به بهترین حالت در می آورد . موی مژه را زیاد می کند .

سینه: درمان نفس بریدگی ناشی از خستگی است .

اندام های دفعی: بخورند یا بردارند ریزش ملایم به بول می دهد ، داروی درد کرده است .

لای

شیره گیاهی است که به مر شبیه است . لاک بوی خوش دارد و باید در استعمال آن مواظب باشند .

آرایش: بسیار لاغر کننده است .

نفس کش: در تپش قلب مفید است .

اندام های غذا: تقویت کبد می کند و در علاج یرقان و استسقا و درد کبد سودمند است .

لایه

بهترین و سالم ترین دردی لایه آب انگور غلیظ و کهنه و سپس هر آنچه شبیه است . دردی سرکه بسیار تند و قوی است . باید آن را بعد از خشک کردن ساییده و چون سوزاندن کف دریا سوزاند . یعنی باید آن را در پارچه گل اندود یا در دیگ گذاشت تا بسوزد .

باید آن قدر بسوزد تا سفید رنگ گردد و گردی لطیف گردد .

هر نوع دردی که کهنه نباشد برای نفع دارویی باید سوزانده شود و آنگاه به کار برده شود . دردی کهنه از قوتش کم شده است و نیاز به سوختن ندارد . باید دردی را در ظرف های ویژه نگاهداری کنند که هوا نزنند و گاهی دردی را همچون توتیا شستشو می دهند .

خاصیت: دردی سرکه قوی ترین دردی ، زداینده و جمع کننده است . سوخته آن سوزنده است و با نیروی دیگری که در آن وجود دارد می گداند .

آرایش: دردی سوخته با صمغ درخت صنوبر سپیدی ناخن را از بین می برد .

دمل و جوش: دردی ناسوخته به تنهایی داروی التهاب ورم است و اگر با آس باشد التهاب را فرو نشاند و جوش هایی را که چرک

ندارند علاج می نماید . سینه: دردی ناسوخته سیلان مواد را از معده مانع می شود .

دردی ناسوخته ضماد شود و از خارج بر رحم بگذارند نزیف حیض را باز می دارد .

لبلاب

مزاج: تقریباً در سردی و گرمی برابر است و تا اندازه ای گرایش به گرمی دارد .

خاصیت: گدازنده و باز کننده است .

آرایش: شیر لبلاّب بزرگ مو را می سترد و شپش کش است .

زخم و قرحه: اگر با موم و روغن گل (قیروطی) مرهم شود بهترین داروی سوختگی است .
 سر: در گوش چکاندن افشیره اش درد گوش را تسکین می دهد و ورم گرم گوش را فرو می نشاند. لبلاب رطوبت های مزمن و زخم های کهنه شده گوش را علاج می کند. افشیره آن برای سردرد مزمن مفید است .
 اندام های تنفسی: برنشیت را تنقیه می کند، برای سینه و شپش خوب است. اندام های غذا: راه بندان کبد را باز می کند .
 اندام های دفعی: آب لبلاب زرداب سوزنده را بیرون می آورد و ناپخته اش بهتر است

لعل معبری

صمغی است بدمزه که ره آورد عربستان است .
 خاصیت: کمی چسبندگی دارد .
 آرایش: اثر زخم را بزودی از بین می برد . برای لاغر شدن هر روز مقداری را با سکنجبین یا آب بخورند بسیار سود می بینند .
 سر: در علاج افتادن گوشت لثه و تسکین درد دندان بی مانند است .
 چشم: جلای دیده است .
 نفس کش: با عسل آب داروی برنشیت است . کشتی گیران به کار می برند .
 اندام های غذا: سه روز سکنجبین بخورند طحال را بسیار لاغر می کند .
 اندام های راننده: با عسلاب حیض را راه می اندازد

انواع لوبیا

مزاج: گویند سرد و خشک است ولی عده ای می گویند گرم است و لوبیای سرخ از هر نوع گرم مزاج تر است .
 خاصیت: لوبیا از ماش زود هضم تر است ولی باد آورتر است و باقلا از لوبیا بادزاتر می باشد .
 نفس کش: برای سینه و شش خوب است .
 اندام های غذا: خلط غلیظ پدید می آورد و دفع گزندش با خردل ، سرکه و نمک ، فلفل و مرزه است .
 اندام های دفعی: لوبیا و به ویژه لوبیای سرخ اگر با روغن سنبل باشد حیض را ریزش می دهد .
 لوبیای مصری
 گیاهی است که به لوبیا گرگی شبیه است و از این روی آن را ترمس نامیده اند و ترمس لوبیا گرگی است .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت درمانی: به حالت اعتدال می خشکاند و زداینده است .
 آرایش: لکه های سیاه صورت را به حالتی معتدل از بین می برد .
 زهرها: جالینوس فرماید: این گیاه مخصوصاً برای دفع گزند سگ هار بسیار خوب است و بیمارانی را نجات داده و از این رو یونانیان آن را آلوسن نامیده اند . (شفای هاری)
 لوبیا گرگی
 کاشتنی و بیابانی هست .
 ترمس بیابانی تأثیرش بیشتر اما کوچکتر است .
 مزاج: گرم و خشک

خاصیت: تلخیش زداينده و تحليل برنده بی آزار است .

آرایش: مو را نازک می کند، ترمس و به ویژه اگر در آب باران بپزند تا از هم بپاشد و آب آن را بر پوست بمالند در زدودن لکه های رخسار و لک و پیس و برص و لکه های خون خشک شده و جوش های صورت بسیار مفید است و رخساره را جلا می دهد .
ورم و جوش: علاوه بر جوش صورت در علاج زخم و ورم گرم و خنازیر و سخت شدنی ها مفید است به شرطی که با سرکه و عسل و تأثیرش از بدنی تا بدنی متفاوت است .

زخم و قرحه: ترمس که با بیخ خاما لاون ضماد می شود داروی گری است و حتی گری حیوانات را نیز شفا می دهد و در علاج خوره، گری خشک، زخم بد و پلید مفید است .
مفاصل: ضمادش داروی بیماری اعصاب است .
سر: آردش علاج زخم تر سر است .

اندام های غذا: ترمس و به ویژه اگر با سرکه و عسل بپزند یا با عسل و فیجن و فلفل بپزند راه بندان های کبد و طحال را باز می کند .

اندام های راننده: پخته اش را بر ناف بمالند و از آن بخورند یا با عسل مخلوط کنند و بلیسند یا با سرکه بخورند داروی کرم و کرم کدو و در تسکین درد بیماری اعصاب مفید است . اگر با فیجن و فلفل بخورند و بردارند یا با مرو عسل مخلوط کنند و بردارند حیض را راه می اندازد .

اگر با عسل و سرکه بخورند کرم ها را بیرون می آورد .
بول را ریزش می دهد و قبض است .

مامینا

بلوط ماندهایی است زرد رنگ مایل به سیاهی و زودشکن . تلخ است و ترکیبی از گوهر آبی و خاکی دارد . سردی آبی اش زیاد نیست و هم مزاج آب آبگیرها است .

این گیاه اکثراً در بلندی ها می روید و ریشه اش بسیار تند بو، تلخ مزه و افشره اش به رنگ زعفران است .

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: گیرنده ولی ملایم .

ورم و جوش: در علاج ورم گرم و پر مایه مفید است . باد سرخ کم و ناتوان را در بدن های سخت شفا می دهد . اما شایسته بدنهای کوچک و نرم نیست زیرا بسیار خشکاننده است .

چشم: درد چشمی را که در مرحله اول باشد شفا می دهد .

ماه پروین

تکه هایی است شبیه زراوند و از آن باریک تر است . در تأثیر بعضی همانند زراوند و از آن قوی تر است . با بیش هم رستنگاه است و بیش در همسایگی آن قوت خود را بسیار از دست می دهد .

ماسرجویه گوید: قوت ماه پروین چون قوت گیاه درونه و از درونه ناتوان تر است .

زهرها: پادزهر همه سم ها است . از مار گرفته تا بیش و غیره .

ماهودانه

ماهودانه را حب الملوک نیز می‌گویند. درختش را در مملکت ما، سیستان می‌نامند. برگ‌هایش به ماهی‌های ریز می‌مانند که به درازای یک انگشت باشند.

مزاج: گرم و خشک

مفاصل: مسهل است و از اسهالی که می‌دهد علاج درد مفاصل و نقرس و بیماری اعصاب است.

اندام‌های غذا: در علاج استسقا مفید است

مازیون (هفت برگ)

از گیاهان بزرگ شیردار است و بر دو نوع: یکی برگش بزرگ و نازک و دیگری کوچک و ستبر است. نوع اول بهتر است و اگر نوعش سیاه باشد کم‌قاتل است.

بهترینش آن است که برگ زیاد دارد و برگ‌ها به برگ درخت زیتون شبیهند و لطیف‌تر.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: زداینده، پاک‌کننده و پوست‌کن است و بسیار تند.

آرایش: هر نوع از آن را که با گوگرد مخلوط کنند و بر پوست بمالند علاج لک و پیس و کک و مک و لکه‌های سفید پوست است.

زخم و قرحه: همه انواع آن که با عسل مخلوط شوند بیماری و ویروسی و زخم‌پلید را درمان می‌کند.

سر: آب‌پز آن و بخصوص آب‌پز نوع سیاه‌رنگ آن در دهان بگرداند درد دندان تسکین می‌یابد. مازیون را با فلفل و موم عجین کنند و تکه‌ای از آن بر دندان دردمند بچسبانند سود می‌بینند.

اندام‌های غذا: مازیون برای کبد بسیار بد است.

اندام‌های دفعی: مازیون و به ویژه آنچه از گیاه سبزش که در وقت گل‌دادن است می‌گیرند ماده آبکی را بیرون می‌دهد.

زهرها: مازیون را همراه آب انگور کهنه بنوشند پادزهر حشرات است. مازیون سیاه را که سم‌قاتل است اگر با قاوت مخلوط کنند و به وسیله‌ی آب و روغن زیتون عجین کنند موش و سگ و خوک را می‌کشد.

آدمی دچار افسردگی و استفراغ و اسهال شدید شده و می‌میرد.

محلّب

آلبالوی تلخ، بهترینش سفید‌رنگ صاف مرواریدی است.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: زداینده، لطیف، تحلیل‌برنده و مسکن درد است.

مفاصل: در علاج پهلو درد و درد پشت داروی خوبی است.

اندام‌های تنفسی: با عسل آب بخورند در غش کردن سودمند است. داروی قولنج و سنگ کلیه و سنگ مثانه است.

صمغی است که خالص و تقلبی دارد بهترینش آن است که رنگش به سیاهی و سرخی می زند .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: باز کن ، بادشکن ، گیرنده ، چسبنده و نرم کننده است .

آرایش: اگر مر با روغن آس و لادن مخلوط باشد مو را قوی و پرپشت می گرداند . اثر زخم را از بین می برد . اگر مر را در دهان گیرند بوی دهان را خوش می کند . گند دهان را می زداید . مر مخلوط با زاج بلوری بوی گند زیر بغل را می زداید . مر با عسل و دارچین ختایی داروی زگیل است .

ورم و جوش: علاج ورم بلغمی است .

زخم و قرحه: زخم را بهم می آورد . استخوان لخت را می پوشاند . با سرکه داروی قوبا است و زخم های گندیده را شفا می بخشد .

مفاصل: مر با صدفه خوراکی معجون شود و بر درد و زخم اندام های کرکی مانند گوش و غیره بمالند شفا می دهد .

سر: سردرد می آورد . مر مخلوط با آب انگور کهنه و روغن زیتون را در دهان بگردانند دندان ها را نیرومند و محکم می کند ، کرم خوردگی را از بین می برد . لثه را محکم می کند . رطوبت لثه را بر می چیند . گرد مر را بر زخم سر پیاشند زخم را خشک می کند . سوراخ بینی را با مر بیندایند آبریزی های همیشگی را قطع می کند .

چشم: اثر زخم را در چشم از بین می برد ، زخم چشم را پر می کند ، سفیدی را می زداید . زری پلک را از بین می برد . چرک و ریم چشم را بدون هیچ آزاری از بین می برد .

اندام های نفس و سینه: در معالجه سرفه مزمن و مرطوب ، سرماخوردگی ، تنگ نفسی و بلند نفسی و پهلو درد مفید است زیرا به لطافت و ملایم می زداید و زبر نمی کند . صدا را صاف می کند . زیر زبان بگذارند و آب را قورت دهند زبری گلو را بر طرف سازد .

اندام های غذا: مر خالص در علاج سست شدن معده ، آب زرد و باد کردن معده سودمند است .

مر به ویژه اگر با آب سداب یا آب خاراگوش یا آب لوییا گرگی حقه شود ، حیض را ریزش می دهد . تلخی که در آن است سبب بیرون راندن کرم و کرم کدو می شود . بهم آمدن دهانه زهدان را نرم می کند .

به اندازه ی یک باقلی مر بخورند داروی زخم روده ، پوست اندازی روده ، و اسهال است .

تب ها: به اندازه ی یک دانه باقلا با فلفل خورده شود ، تب لرز را که در اوایل باشد از بین می برد .

زهرها: با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر کژدم است

مشو

در دارویی بودن به عدس شبیه و از عدس دیر هضم تر است .

مزاج: معتدل و مایل به خشکی است .

خاصیت: همچون عدس قبض است و سبب سودا می شود .

مفاصل: برای مفاصل خوب است و ضماد آن فتق و آب در بیضه آمدن کودک را شفا می دهد .

اندام های دفعی: قبوضیت می آورد .

مشک

نافه حیوانی است که به آهو شبیه است یا خود نوعی از آهو است که دو دندان پیشینش به سوی داخل خم شده اند و به دو شاخ شبیه هستند .

مشک آهوی تبت خوب است و می گویند مشک آهوی چین و جر جیراول است و در درجه ی دوم مشک آهوی هندی است .
مشک آهویی بسیار خوب است که از گیاه بهمین و سنبل بخورد و در درجه ی دوم مشکی است که آهوی آن مر خورده باشد .از حیث رنگ و بو زرد شکوفه آسا بهترین است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطیف و توان بخش است .

چشم :دیده را نیرو می دهد . رطوبت های چشم را از بین می برد و سپیدی نازک چشم را می برد .

نفس کش و سینه :شادی آور و توان بخش دل است . ضد تپش و بیماری ترس است .

زهرها :پادزهر است و به ویژه گزند «بیش» را خنثی می کند .

مشک چوپان

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطیف و تلخ است .

آرایش : سوخته مشک چوپان که با روغن کرچک یا روغن ترب یا روغن زیتون باشد علاج ، کم مویی است . در زود بر آوردن موی ریش مفید است . لثه سست را محکم می کند .

ورم و جوش :ورم بلغمی را نرم می کند . اگر با به بپزند ورم بسیار سرسخت را تحلیل می برد .

زخم و قرحه :تا سبز است برای زخم خوب نیست و سوزش دارد .

مفاصل : آب پزش داروی گسستگی در ماهیچه است و عرق النسای وخیم و کهنه را شفا دهد .

سر :با روغن زیتون بپزد سر را گرم می کند و سردی را از سر می زداید. اندام های رانده :حیض را ریزش می دهد . سنگ گرده و آبدان را خرد می کند .

زهرها :چون فرش زیر انداز باشد حشرات را می گریزند .

مشک زمین

دیسقوریدوس گوید :بین گیاهی است که برگ هایش به رنگ گندنا شبیه لیکن از آن بلندتر و نازک تر و سفت تر است .بوی خوش دارد و به تلخ مزگی می زند .بهترینش آن است که متراکم ، سنگین ، در کوبیدن سخت ، خوشبو و کوتاه شاخه باشد که بسیار تندمزه و در مرهم ها وارد است .

آرایش:رنگ را زیبا و بوی دهان را خوش می کند و چنانکه می گویند هندی اش مو را می سترد .

ورم و جوش :دمل های صعب العلاج را علاج می کند ، در معالجه ورم های الیافی و خوره مفید است .

مفاصل :با روغن دانه بن (میوه درخت سقر) داروی پهلو درد است و پشت را محکم می کند . زیاد به کار بردنش جذام می آورد .

سر :در علاج گندیدگی بینی ، دهان ، زخم ، جوش های دهان و سستی لثه مفید است و زخم های خوره ای دهان را مداوا می کند .

برای تقویت هوش بسیار خوب است . سنگ را از بین می برد . در چکمیژک سودمند است .در علاج بواسیر و بهم آمدن دهانه

زهدان و استسقا مفید است .

تب ها : در تب های کهنه داروی خوبی است .

زهرها : پادزهر نیش عقرب و حشرات است .

مشک طرامشیر

شاخه هایی دارد که به شاخه ریحان سبز شبیه است . خشکیده آن نخست هیچ مزه ای ندارد و بویش آن قدرها نیست . لیکن بعد مزه آن تلخ و تند می شود .

اگر گله از این گیاه بچرد ادرارش خونی می شود . در تأثیر درمانی کار پونه را انجام می دهد و از پونه بسیار قوی تر است .

مزاج : گرم و خشک

اندام های تنفسی : رطوبت های لزج را از سینه و شش بیرون می راند .

اندام های غذا : خوردنش در غش کردن و افسردگی سودمند است .

اندام های دفعی : در ریزش دادن بول و حیض بسیار کاری است . گاهی از اثر آن خون ادرار می کنند . شربت از این گیاه خون بعد از زایمان را بیرون می دهد .

مصطکی

درخت مصطکی مزاج مرکب از کمی آبی و بسیار خاکی و دو نوع است . مصطکی رومی که سفید رنگ و مصطکی نبطی که به سیاهی مایل است .

مصطکی از کندر لطیف تر و سودمندتر است و بهترینش سفید رنگ پاک و بی آرایش و براق است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گیرنده و گدازنده است . از ثمر این درخت روغنی می گیرند که بسیار گیرنده است .

ورم و جوش : در علاج ورم درونی سودمند است و نوع سیاه رنگ نبطی مفیدتر است .

زخم و قرحه : افشره و آب پز برگ درخت مصطکی جوش های ساری را از سرایت باز می دارد .

آب پز و افشره برگ آن را بر زخم بمالند گوشت را باز می رویاند . بر شکسته استخوان پاشند بهم می آورد .

سر: جویدن مصطکی سر را از بلغم پاک می کند . در دهان گردانیدنش لثه را محکم می کند .

چشم : مژه برگشته را مصطکی می چسبانند .

اندام های تنفسی : مصطکی و به ویژه آب پز بیخ و پوست درختش در علاج سرفه و خون بر آوردن سودمند است .

اندام های غذا : تقویت کبد و روده می کند ، اشتها را باز می کند ، در بهبود بخشیدن به معده و کبد بسیار زود اثر است .

اندام های دفعی : کبد و روده را محکم می کند . علاج ورم کبد و روده است .

آب پز بیخ و پوستش بهم خوردن عادت ماهیانه را تنظیم می کند . آب پز برگ و خود برگش علاج خونریزی زهدان و دردهای

زهدان و رطوبت های زهدان و برآمدگی زهدان و مقعد است .

روغن درخت مصطکی و تخم ثمرش نیز همین تأثیر را دارند .

مغیلان

از تیره درختچه های خاردار بیابان و مشهور است .

مزاج: سرد و خشک

خاصیت درمانی: گیرنده است و هر جریانی را باز می دارد و مانع خونریزی هم می شود .

اندام های تنفسی: مانع بالا آوردن خون می شود .

اندام های دفعی: سیلان رحم را قطع می نماید .

موم

موم صاف از دیوار خانه زنبور عسل است که در آن تخم می گذارد و عسل را نگه می دارد .

مزاج: معتدل است .

خاصیت: نرمش می دهد . زخم را از چرک و پلیدی پاک می کند و از آنجا که می چسبد و سوراخها را می بندد نمناکی عارضی

می دهد . موم در همه مرهم های سردی بخش و گرمی دهنده مفید است .

بدون شک کمی رسانندگی و اندکی گدازندگی را از همسایگی عسل بسیار کسب کرده است .

موم سیاهی که اشغال کندو است قوت جاذبه ای دارد که می تواند پیکان و خارها را از زرفا بیرون بکشد . لطیف است و کمی

پالاینده و بسیار نرم کننده .

ورم و جوش: ورم سخت را نرم می کند .

زخم: کبره را نرم می کند و زخم را پر از پلیدی می نماید .

مفاصل: پی ها را نرمش می دهد .

سر: موم سیاه بوسیله ی بویی که در اوست عطسه آور است .

اندام های تنفسی: بر سینه بمالد یا بلیسند سینه را نرم می کند و به ویژه اگر با روغن بنفشه معجون شود بسیار مؤثر است .

شیره گره شده در پستان زنان شیرده را می گشاید .

اندام های دفعی: در علاج زخم روده ده ارزن را در سوپ گاورس یا سوپ برنج مخلوط می کنند و می خورند .

زهرها: گویند سم را بر می کشد . بر زخم تیره های زهرآلود می مالند و هیچ زیانی دربر ندارد .

مومیا

مومیا قوت قیر و زفت با هم مخلوط دارد ولی بسیار منفعت رسان است .

مزاج: گرم است .

خاصیت: لطیف و گدازنده .

ورم و جوش: داروی ورم بلغمی است .

مفاصل: خوردن یا مالیدنش مسکن در برکنندگی و شکست و افتادن و ضربه خوردن و فلج و دهن کجی است .

اندام های سر: به اندازه ی یک حبه مومیا را با آب مرزنگوش به بینی بکشند و عطسه کنند در تسکین سردرد نصفی ، سردرد سرد و

صرع و سرگیجه مفید است یک دانه از آن مقدار یک حبه با جیوه درد گوش را تسکین می دهد . فتیله ای را با مومیا و روغن گل

و آب غوره آغشته کنند و در گوش فرو کنند چرک و ریم گوش را قطع می نماید .

اندام های غذا: یک قیراط مومیا در آب زیره و ننه حوا و شاه زیره معده را توان می بخشد .

اندام های دفعی: یک قیراط مومیا با شیر، داروی زخم ذکر و آبدان است. کمی مومیا را با آرد مخلوط کنند و بردارند برای کنترل ادرار مفید است.

زهرها: دو جبه از مومیا با آب پز سه کوهه و انگدان علاج مسمومیت است. وزن یک قیراط مومیا با آب انگور کهنه خالص ضد کژدم است.

یک قیراط آن با روغن گاوی درد نیش کژدم را دوا می کند.

مهر گیاه

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: مخدر است.

آرایش: لکه سیاه پوست را مدت یک هفته با برگ آن و به ویژه با برگ سبز و شاداب آن ماساژ دهند بدون زخم کردن خوب می شود.

شیره مهر گیاه لکه های سیاه و سفید پوست را بدون سوزش و گزش بر می دارد.

ورم و جوش: علاج دمل های سخت و درونی و خنازیر است.

مفاصل: بیخس که با قاوت باشد و ضماد شود درد مفاصل را از بین می برد و شاید در معالجه واریس هم مفید باشد.

سر: چرت آور است و خواب آور است. اگر در آب انگور کهنه بریزند بسیار آرام بخش است. اگر در مقعد شیاف کنند می خوابند.

بو کردنش خواب آور است. این خاصیت از آن نوع سفید برگ بی ساقه است که آن را نرینه می گویند.

زیاد استعمال کردن و بو کردن مهر گیاه ممکن است به سکنه کردن بینجامد و به ویژه آنچه برگش سفید است این خاصیت را بیشتر دارد.

چشم: قطره تراوشی آن درد بسیار آزار دهنده چشم را بر طرف می کند برگش را بر چشم بگذارند درد چشم تسکین یابد.

اندام های غذا: مقداری از قطره تراوشی مهر گیاه با عسل آب خفیف خورده شود مراره و بلغم را بیرون دهد ولی مقدار زیاد آن سم است.

اندام های دفعی: شیاف آن ادرار بول می کند.

تخم آن خورده شود زهدان را می پالاید.

اگر آن را با گوگردی که آتش ندیده مخلوط کنند و فرزجه شود خونریزی زهدان قطع می شود.

شیره مهر گیاه بلغم و مراره را بیرون می راند.

اگر بچه خردسال اشتهاً مهر گیاه بخورد به چنان استفراغ و اسهالی گرفتار می شود که شاید بمیرد.

زهرها: همه انواعش و به ویژه نوعی که برگش سفید و کوچکتر از بقیه است پادزهر تاجریزی سمی است.

کسی که از مهر گیاه مسموم می شود عوارض خفگی زهدان در او پیدا می شود. گونه اش سرخ می گردد و چشمش بالا می آید و باد می کند. در این حالت علاجش روغن و عسل است و اگر استفراغ می کند مفید است.

کاو زبان

گیاهی است برگ پهن همانند مرو. در بکار بردن به منظور درمانی گاوزبان خراسانی خوب است. اما آنچه را که در مملکت ما گاوزبان می‌پندارند و طبیبان از آن استفاده دارویی می‌نمایند گاوزبان راستین است. مزاج: گرم است.

خاصیت: سوخته اش داروی زخم دهان کودکان و فرونشاندن التهابات درون دهان است. ناسوخته اش نیز برای علاج زخم و التهابات درونی دهان خوب است ولی سوخته اش بهتر است. نفس کش: همراه آب انگور کهنه شادی آور است. تقویت قلب می‌کند، علاج بیماری ترس است. تپش قلب را از بین می‌برد، علاج بیماریهای سودایی است.

گاورس

سه نوع گاورس هست و قوتش به قوت برنج نزدیک ولی برنج از آن مغذی تر است. گاورس در همه حالات از ارزن بهتر و ارزن از گاورس قابض تر است. مزاج: سرد و خشک است. خاصیت: قابض است و خشکاننده و بی‌گزش. درد را تسکین می‌دهد. اگر تدبیری نکنند خون سرد پدید می‌آورد. گاورس از سایر دانه‌هایی که نان می‌شوند کمتر مغذی و کمی لزج است و کسانی گفته‌اند که نوعی لطافت دارد. اندام‌های غذا: گوهر گاورس و نان گاورس کند می‌گذرند و در معده بسیار می‌مانند. اندام‌های دفعی: برای درد و پیچ شکم و روده بر شکم بگذارند خوب است. گاورس ادرار آور است.

گاو چشم

بهار گلی دارد که میانه سرخ، برگ زرد و از برگ بابونه چاق تر است. مزاج: گرم و خشک است. سر: بو کردنش بادهای متراکم سر را پراکنده می‌کند.

گاو شیر

برگ درختچه‌ای است که از زمین دور نمی‌شود. به برگ انجیر شبیه و بسیار سبز رنگ و پنج گوشه و اجزای منقطع و مستدیر دارد. ساق این گیاه به اندازه خیار چنبر بلند می‌شود و کرکی دارد که به گرد شبیه است. برگ‌هایش بسیار کوچک است و بر سر ساقه اش تاج گلی هست که به تاج گل شب می‌ماند. گل زرد رنگ و خوشبویی دارد. رگ‌هایی بسیار از یک بیخ شاخه می‌گیرند. گاو شیر پوست ستر و مزه تلخ دارد و از بوی سنگینی حس می‌شود. بیخ گاو شیر را در اولین وهله که ساقش پدید آید می‌خراشند، شیره‌ای سفید از آن تراوش می‌کند و چون خشک شود رویه اش به رنگ زعفرانی در می‌آید و آن را صمغ گاو شیر می‌نامند. بهترین بیخ گاو شیر آن است که سفید رنگ، زبان‌گزا است و یکپارچه باشد و بوی عطر بدهد بهترین میوه گاو شیر آن است که بر وسط مقابل ساقه قرار دارد. بهترین شیره گاو شیر آن است که بسیار تلخ مزه، درون سفید و بیرون آن زعفرانی رنگ و ترد است.

زود در آب حل می شود و آنچه سیاه رنگ و نرم است حتماً تقلب در آن شده و باید ران و موم آمیخته شده باشد . مزاج : گرم است .

خاصیت : بادشکن و ملین و زداینده است .

دمل و جوش : سخت ها را نرمی و شکوفه اش جوش ها را لیونت می دهد .

زخم و قرحه : بیخ گاو شیر در مداوای استخوان لخت مفید است . با غسل باشد علاج زخم مزمن و آتش پاریسی است . شکوفه اش چاره ساز زخم و جوش است . عموماً تمام اجزای آن در علاج زخم های پلید مفید است .

مفاصل : اگر پی از ضربه خوردن سست شده باشد ، گاو شیر با عسلاب یا با آب انگور کهنه بخورند مفید است .

سر : دندان کرم خورده را با آن پر کنند درد نمی گیرد . در علاج سردرد و صرع و استسقای مغز سودمند است .

چشم : در دیده بکشند دید را قوی می کند .

اندام های سینه : ضماد آن درد پهلو را تسکین می دهد گاو شیر برای سرفه داروی خوبی است .

اندام های غذا : ضماد افشرد اش سختی طحال را نرم می کند و اگر با سرکه بخورند برای طحال مفید است .

اندام های دفعی : در نرم کردن سختی زهدان و در علاج چکمیژک مؤثر

است . به اندازه ی یک فندق گاوشیر با آب گرم خورده ادرار بول و حیض می کند و زهدان سرد را سر حال می آورد .

میوه گاو شیر نیز حیض را حرکت می دهد و به ویژه اگر با گیاه خاراگوش

باشد . گاوشیر در علاج خفگی زهدان ، بادکردگی زهدان و سختی زهدان مفید است . داروی قولنج است و بلغم خام را بیرون می

دهد و خارش مثانه را از بین می برد .

تب ها : در تب لرز و تب هر روزه گاو شیر را به عسلاب بخورند خوب است .

زهرها : گاو شیر و زفت را مرهم می کنند و برگزیده سگ هارمی چسبانند . گاو شیر مخلوط با زراوند یا افشرد گاوشیر خورده شود

ضد نیش حشرات سمی است .

گاو کشک

در کشتزار می روید . نوع خوبش آن است که سبک مایل به سرخی شبیه پوست پیچیده و الیافش باریک باشد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گیرنده و تند است و دهانه رگها را می ترکاند و از این رو از استعمال آن پرهیز می کنند .

سر : شیرش در کشیدن دندان کمک می کند .

اندام های غذا : به زیان معده و کبد است .

اندام های راننده : سودا و بلغم و آب را اسهال می دهد .

زهرها : سم قاتل است .

گردو

گردو گرم و گرمی شکن آن برای گرمی داران سکنجبین است و برای آنها که معده ضعیف دارند باید گردو را در سرکه پرورش دهند .

مزاج : گرم و خشک است . گردوی در روغن پخته بسیار قابض است و برگ و پوست گردو هر دو باز دارنده نزیف هستند . سوخته

پوست گردو خشکاننده است و گزش ندارد. تأثیر روغن گردوی کهنه چون تأثیر روغن زیتون کهنه است. زداینده گی کهنه آن قوی تر است.

آرایش: ضماد گردوی تر را بر جای ضربه بگذارند مفید است.

دمل و جوش: مغز گردو را بجوند و بر دمل سودایی چرکین بگذارند داروی خوبی است.

زخم و قرحه: صمغ آن را بکوبند و بر زخم گرم بپاشند یا داخل مرهم کنند سودمند است.

مفاصل: گردوی مخلوط با عسل و فیجن علاج پیچش عصب است.

سر: سردرد آورد. افشیره برگ آن را به حالت نیم گرم در گوش بچکانند، چرک و ریم گوش را پاک می کند.

چشم: روغن گردو داروی خوره، سرخی و ناصورهای گوشه چشم است.

اندام های تنفسی: افشیره و رب گردو و بازدارنده خناق و برای سرفه بد است. روغن گردوی کهنه درد گلو به بار می آورد. همه

انواع گردو و به ویژه گردوی ملوکی بزرگ را بر پستان آماسیده بگذارند آماس را از بین می برد.

اندام های غذا: گردو دیر هضم است و برای معده خوب نیست. گردوی پرورش یافته (مربا) و گردوی تر برای معده سرد بد نیست

و کمتر از گردوی خشک زیان دارد. به شرطی که هر دو پوسته آن را بکنند. گردویی که در عسل پرورش دهند برای معده سرد

مفید است.

اندام های دفعی: جوش ها را پدید می آورد. درد و پیچ شکم را تسکین می دهد، شکم را بند می آورد و به ویژه در روغن

جوشیده اش بسیار قبض است. پوست گردو نیز فیض را قطع می کند. مربای گردو بهترین داروی گرده سر است، خاکستر

پوستش را شربت کنند و بخورند یا بردارند بازدارنده حیض است. گردو را با آبکامه بخورند کرم ها را بیرون می راند، ضد کرم

کدو است و در روده کور مفید است.

زهر: گردو که با انجیر و فیجن باشد پادزهر هر نوع سمی است. گردو با پیاز و نمک اگر برگزیده سگ هار و غیره ضماد شود

سودمند آید.

گز

دیسقوریدوس گوید: دو نوع گز هست. نوعی در نزدیکی آبهای راکد می روید که ثمرش به گل آن می ماند و ماهیتش مانای

کوچک اشنان است.

نوع دومی که بیشتر در مصر و شام یافت می شود کاشتنی (بستانی) است و بجز ثمرش به گز بیابانی شبیه است.

ثمر گز بستانی به مازو شبیه است. زبان گیر است و برای درد دندان بکار می آید و در داروهای چشم و دهان بجای مازو بکار

می برند.

خوردنش خون برآوردن را باز می دارد و اسهال آور است.

خاصیت: قبض و زداینده و پاک کننده است. بسیار خشکاننده نیست. آب گز زداینده و خشکاننده است.

آرایش: آب پز آن را بپاشند شپش را از بین می برد.

ورم و جوش: ضماد برگ گز داروی دمل های نرم است.

زخم و قرحه: دود گز زخم های ترشح دار و آبله را می خشکاند. سائیده و خاکسترش را بر اثر سوختگی و زخم های تر بپاشند

مفید است.

ثمر و خاکسترش زخم های بدخیم را می خشکاند و گوشت زائد را می خورد.

سر: آب پز برگ گز که با آب انگور کهنه باشد و در دهان بگردانند، و به ویژه اگر بجای برگ ثمرش باشد درد دندان را تسکین می دهد و مانع کرم خوردگی می شود .

چشم: در بیماری های چشم کار شیره فیلز هره و مازو را انجام می دهد .

اندام های تنفسی: گز و به ویژه ثمرش از خون برآوردن همیشگی جلوگیری می کند .

اندام های غذا: شاخه های گز در سرکه از هم پاشیده شود، ضماد کنند و بر طحال بگذارند مفید است . خوردن آب پز برگ و شاخه گز علاج بیماری های طحال است .

از چوب گز کاسه های آبخوری می سازند و کسی که بیماری طحال دارد از آنها آب بخورد سود می بیند .

اندام های دفعی: علاج اسهال مزمن است .

ثمرش را بخورند یا شیاف کنند . یا در آب پز گز بنشینند رطوبت های ناجور زهدان از بین می رود .

زهرها: ثمر درخت پادزهر نیش رتیل است .

گز انگبین استبرک

گز انگبینی است که بر استبرک می نشیند و به تکه های نمک می ماند .

با اینکه مزه اش شیرین است کمی گسی و تلخی در آن حس می شود .

گز استبرک یمن سفید است و آنچه ره آورد حجاز است سیاه رنگ می باشد .

خاصیت: بعلت گسی که دارد زداینده است .

چشم: دید را قوی می کند .

سینه: برای شش خوب است .

اندام های غذا: با شیر شتر داروی استسقا است و چون از سایر شکرها شیرین تر است کمتر تشنگی می آورد . با معده و کبد سازگار است .

برای گرده و آبدان خوب است .

گز نه

رنگ تخم گز نه شبیه رنگ تخم تره و از آن زرد و تر و درخشان تر و از تخم تره کوتاهتر است . به هر جای بدن که برخورد کند روده ها را هم می گزد .

خواص درمانی: جذب کننده، زخم آور، گدازنده، قوی و سودمند است .

بعضی گویند: چندان گرمی زان نیست و بادآور است و بسیار زداینده و زخم ها را نمی گزد و چنان چه با گوشت بپزند تأثیری در آن نمی ماند .

دمل و جوش: ضمادش که همراه سرکه باشد دمل های درونی را می ترکاند و سود می رساند و در مداوای ورم سخت، مفید است . اگر خاکستر با تخم آن را ضماد کنند در ورم سرطانی سودبخش است .

زخم و قرحه: خاکستر گز نه مخلوط با نمک در مداوای زخم دندان سگ و زخم های پلید و سرطانی مفید است .

مفاصل: ضمادش که با نمک باشد پیچش مفاصل را بر طرف می نماید .

اندام های سر: کوبیده برگش خون دماغ را قطع می کند، تخمش بندآمدگی ها را باز می کند، ضماد تخمش دندان کشیدن را

آسان می‌کند و بر ورم‌های پشت گوش بگذارند سودمند است .

سینه و اندام‌های تنفسی: گزنه و افشره جو، یا گزنه‌ای را که در افشره جو بپزند و بخورند سینه را تنقیه می‌کند و خلط‌های پرمایه و هر چه در سینه باشد خارج می‌شود .

تخمش قوی تر است، ربو، برونشیت و تنگ‌نفسی و درد سر بیماریهای سر را بر طرف می‌کند .

تخم گزنه با پیاز و تخم مرغ بخورند شهوت انگیز است .

تخم گزنه را با مر بپزند و بخورند، یا تخم را با مر شیاف کنند و بردارند حیض را براه می‌اندازد و رحم را باز می‌کند .

ضماد برگ سبز آن برآمدگی رحم را فرو نشانده، از زداینده‌گی که دارد نه از قوت اسهالی بلغم خام و سایر بلغم‌ها را بیرون می‌دهد .

روغن گزنه از روغن کاجیره مسهل تر است . پخته برگ گزنه با صدف ملین است اگر بخواهند که اسهال شدید نباشد مغز دانه گزنه را با قاوت می‌سایند و در آب انگور کهنه می‌ریزند و می‌نوشند .

کسی که این مسهل را می‌نوشد باید کمی از روغن گل را بعد از آن بنوشد که گل‌پیش نسوزد . گزنه را با عسل شیاف کنند و بردارند خاطهای بد خارج می‌شود .

گزمازو

آن را گزمازوک می‌گویند .

مزاج: حرارتش معتدل است .

خاصیت: خوب است و نزیف را قطع می‌کند .

سر: با سرکه مزمه کنند درد دندان را تسکین می‌دهد .

اندام‌های غذا: آب پز گزمازو با سرکه بهترین داروی سخت شدن طحال است .

گل‌اربه

از تیره درمنه و تمی گرمی و تنیدی دارد . گل‌اربه کوچک از بزرگ تند و تلخ تر است . گل‌اربه عبارت از شاخه‌هایی است که گلی کرک دار سفید یا مایل به زردی می‌دهد .

گل آن پر از تخم است و تخمدانش چون کره‌ای در میان جای گرفته و به موی سپید می‌ماند . کمی خوشبو است اما بوی آن سنگین است .

گل‌اربه بزرگ از کوچک کم‌تأثیر تر است آن هم تلخ مزه و تا اندازه‌ای تنیدی دارد . نوع کوهی از سایر انواع کوچکتر است . مزاج: کوچک آن گرم و خشک است .

خاصیت: بازکننده و لطافت بخش است . بزرگ آن در باز کردن بستگی‌های درونی و بیژگی دارد .

زخم و قرحه: تر و شاداب آن زخم‌های تر را بهتر می‌آورد و در این باره بزرگ آن مؤثرتر است .

چون خشک شد داروی زخم‌های پلید و کوچک در این زمینه فعال تر است .

سر: سردرد می‌آورد .

اندام‌های غذا: همراه سرکه بر طحال بمالند آماس طحال و سختی آن را از بین می‌برد . با معده ناسازگار است . داروی یرقان سیاه

و بزرگ آب پز آن در معالجه یرقان مفیدتر است . در علاج استسقا مفید است و علی‌العموم برای معده خوب نیست .

اندام های دفعی :ادرار بول و حیض می کند ، مسهل و بهترین علاج کرم کدو است .

تب ها :داروی تب های مزمن است .

زهرها :پادزهر نیش کژدم است .آب پز بزرگ آن پادزهر همه ی حشرات موذی است .اگر دود کنند و در خانه گسترند حشرات را می راند. گلنار

گل انار بیابانی مصری یا ایرانی است .به رنگهای مختلف سرخ ، سفید ، صورتی در می آید .
گش گل انار همچون کنش گیاه شنگ است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :چسبنده ، بند آورنده هر رونده-روان و پدید آورنده سودا می باشد .

آرایش:برای لته خونین بسیار مفید است .

زخم و قرحه :داروی خوبی برای زخم و قرحه و زخم های ناشی از کوفتگی و بریدگی است که گرد آن را بر زخم می پاشند .
مفاصل :برای درد گردن از آن چسبان درست می کنند (پلاستر)

سر :دندان لق را محکم می نماید .

سینه :برای خون برآوردن علاجی بسیار سودمند است .

اندام های دفعی : قابض است و در علاج زخم روده ، نزیف و سیلان زهدان سودمند است .

کلسنگ

مزاج :پولس گوید :قوتی سرد کننده و خاموش کننده دارد و اندکی خشکاننده است .

خاصیت :نزیف را باز می دارد .

آرایش :فربهی می آورد .

زخم و قرحه :اگرما را خوب می کند .

اندام های دفعی :شهوة انگیز است .

گل ارمنی

گلی است به رنگ سرخ مایل به خاکی .

زرگران آن را در رنگ دادن طلا به کار می برند .گل آلانی تأثیرش به گل ارمنی نزدیک است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :بسیار خشکاننده و از اینرو بند آورنده خونریزی است .

ورم و جوش :در جوش های طاعونی چه بخورند چه بر تن بمالند مفید است و نمی گذارد عفونت از اندامی به اندام دیگر سرایت کند .

زخم و قرحه :در شفا دادن زخم بسیار مفید است .

اندام های سر :مانع نزله است ، جوش و زخم دهان را شفا می دهد .

سینه :زخم شش را می خکشانند و در مداوای سل مفید است . برای خون برآوردن علاج خوبی است .

تنگ نفسی که در اثر سرماخوردگی باشد علاجش با گل ارمنی است .

اندام های دفعی: علاج زخم روده و اسهال و خونریزی زهدان است .

تب ها: در علاج تب های سلی و وبایی و پژگی دارد .

قومی که عادت کرده بودند از گل ارمنی شربت رقیق بسازند و بنوشند از بیماری واگیر بسیار خطرناک نجات یافتند .

هر گاه آن را برای دفع وبا بخورند باید بعد از آن فوراً نوشآب های بخورند تا آن را بدرقه کند و به قلب برسانند و باید شربت پادراهه با گلاب مخلوط باشد .

گل مهر زده

هر آنچه از این گل بوی شبت بدهد نوع بهترین است . اگر خون از دهان بیاید و دهان را با آن بشویند خون بند آید و گل به زبان می چسبد .

خاصیت: بهترین بند آورنده خونریزی است و اگر اندام نرم باشد نمی تواند این گل را تحمل کند و به زبری گرفتار می آید . سردی بخش و چسبنده است . ورم و جوش: ورم های گرم نوحاسته را فرو می نشاند .

زخم و قرحه: زخم های تر را بهم آرد . زخم های دشوار را درمان می کند .

بر سوختگی بمالند نمی گذارد چرک کند و زخم را شفا می دهد .

مفاصل: علاج کوفتگی اندام ها است که از افتادن ناشی باشد .

شکستگی را بهم پیوند دهد . ریزش مواد را بسوی دست و پا منع می کند . خوره را باز می دارد .

سر: نرله ها و سیلان های دهان و لثه را قطع می نماید .

نفس کش: آسیب دیدن درون از افتادن را بر طرف می سازد . در مداوای سل مفید است .

زخم شش را می خشکاند و داروی خون بر آوردن است .

اندام های دفعی: خوردنش از خراش و پوست اندازی روده جلوگیری می کند ، به ویژه اگر آن را با صاف شده عسل حقه کنند و بعد با نمک آب حقه کنند بسیار مفید است .

زهرها: گل مهر زده را با آب انگور کهنه مخلوط کنند و بخورند یا با سرکه بیامیزند با سم ها و گزیده حشرات سمی مبارزه می کند .

کسی که سم خورده اگر بعد از سم خوردن گل مهر زده خالص بخورد پی در پی استفراغ می کند و سم بیرون می ریزد .

گل معمولی

مزاج: سرد

خاصیت: زداینده . گل آزاد آفتاب زده اگر مواد سوزنده ای مانند سفال و خاک دیوارهای از آفتاب سوخته با آن مخلوط نباشد ، نوعی چسبندگی دارد که بدنهای سست و فرو هشته گوشت را می خشکاند و سوزش و آزاری هم همراه ندارد و تا اندازه ای نیروی گدازنده هم دارد . اگر گل را بار دیگر با آب بشویند خشکاننده ای می شود که در گرما و سرما معتدل و لطیف می باشد .

آرایش: گوشت سست را محکم می نماید .

ورم و جوش: با شمع و روغن گل مرهم شود خنازیر و تصلبات را از بین می برد .

اندام های غذا: کسانی که استسقا یا درد طحال دارند یا از گوشت زیاد در آزارند گل آفتاب زده را بر بدن مالند سود می بینند .

گل جالیز

تکه چوب هایی است پر از چین و چروک و به ستبری یک انگشت و به درازی یک انگشت یا کوتاه تر یا درازتر .
 رنگش خاکی ، مزه ای گیرنده ، هم قوت گل انار ، گویند آن را از صحرای عرب می آورند .
 خاصیت : گیرنده است . گویند جنبش خون را در همه اندام ها راکد می کند .
 مفاصل : مفاصل سست را توان و تاب می بخشد .
 اندام های غذا : در علاج سستی معده و کبد مفید است .
 اندام های دفعی : گیرنده است . خونریزی را قطع می کند .
 اگر آن را در شیر جوشیده بز بریزند و بخورند در علاج بهم خوردن عادت زنانه مفید است .

گل اسپانیایی ، اندلسی

مزاج : سرد است .
 خاصیت : چون خالص و بی آرایش است منفعت ها در بر دارد . سردی می بخشد و می گدازد . اگر آن را بشویند گدازندگی آن از بین خواهد رفت .
 ورم و جوش : با سرکه علاج ورم طرف های پایین معده است .
 زخم و قرحه : هر دو نوع سفید و بنفش را اگر در سرکه حل کنند محلولی می گردد که سوختگی و سایر زخم ها را فوراً تسکین می دهد . به شرطی که قبل از تاول زدن و آماس کردن استعمال کنند .
 سر : حل شده اش در سرکه علاج لوزتین و آماس های بیخ گوش است .
 مفاصل : برای هر ورمی در بدن مفید است .
 اندام های دفعی : هر دو نوعش سخت شدن بیضه ها را نرم می گردانند .

گل تاک

دیسقوریدوس گوید : گل تاک را از شام می آورند و دو نوع است . نوعی به پارچه زغالهای مستطیل می ماند که از درخت ارز بدست می آورند و رنگش سیاه است .
 قسمی دیگر به قطعه چوبهای نهال شاداب شباهت دارد و در آب زود حل می شود . هرچه سیاه رنگ تر باشد بهتر است .
 خاصیت : بدون آزار دادن می خشکاند ، سردی بخش است و اندکی گدازندگی دارد .
 آرایش : داخل سرمه می کنند موی مزه را باز می رویاند . با آن مو و ابرو را رنگ می کنند .
 اندام های دفعی : تاک را با این گل می آلاینند تا کرم نزنند و برگ و جوانه هایش از آسیب محفوظ باشند .
 اگر در آب حل شده آن را بخورند کرم های ریز و درشت روده ها را می کشد .

گل خوردنی

اندام های غذا : ایجاد انسداد می کند و تباه کننده مزاج است . لیکن دهانه معده را تقویت می نماید و زبان خوراک را از بین می برد .

در بازداشتن استفراغ خاصیت عجیبی دارد .

اگر کسانی گویند که خوردنش نشاط انگیز است باید بدانند که این اثر نسبت به کسانی است که بدان عادت کرده اند و از خوردنش لذت می برند .

آنهايي که بسيار آرزوي خوردن آن را دارند علامت پيدايش زخم ناخني در آنهاست .

گل چسبناک

بهترینش آن است که بسیار سرخ و بی شائبه باشد و از بغداد می آورند .

خاصیت: قبض و خشکاننده

زخم: زخم ها را بهم آورد .

اندام های دفعی: کرم کش است و محلولش را بعد از تخم نیم برشت بنوشند شکم را بند می آورد .

گل مستکی خودمانی ، طین رومی

زداینده ، شوینده ، رویاننده گوشت و جوش دهنده زخم است .

گل کشتزارها

دیسقوریدوس گوید: کلیه ی گل‌هایی که به منظور دارویی استعمال می شوند عموماً کنش گیرندگی نرمی بخشی ، سرد کردن و چسبناکی را دارند .

هر یک از آنها دارای ویژگی هایی است که سایر گلها موجود نیست .

گل کشتزاران دو نوع است: سفید و خاکستری رنگ

خاکستری رنگ از سفید نرم تر و بهتر است . اگر آن را بر پارچه ای مسین بسائیم چرکی بدست می آید که هم‌رنگ ریحان است .

گل کشتزاری را همانند سفیداب شستشو می دهند .

خاصیت: قبض ، سرد و کمی نرمی بخش است .

زخم و قرحه: زخم ها را پر گوشت می کند و زخم های تازه را جوش می دهد .

گل سرشور

دیسقوریدوس گوید: گلی است که به سنگ می ماند .

زرگران در صیقل دادن و هموار کردن بکار می برند . آنهم مانند گل کشتزاری سفید و خاکستری دارد .

خاکستری رنگش نازک و ورقی می باشد و به اشکال گوناگون دیده می شود . هر آنچه بسیار سفید است بسیار زودشکن و ترد است و همین که خیس شد بی درنگ حل می شود .

در گرمابه این گل را بجای اشنان و نظرون بر بدن می مالند .

خاصیت: گیرنده ، خشکاننده و سردی بخش است .

از نوع اولی هر چه سفیدتر باشد بهتر است و از نوع خاکستری رنگ هم هر چه مایل به سفیدی باشد بهتر است .

آرایش: تن را صفا می دهد ، زیبا می کند و رخساره را صیقل می دهد .

سر: حواس را پرمایه تر می نماید .

چشم: همراه شیر در چشم بچکانند علاج سفیدی و جوش های چشم است .

گلابی

در مملکت ما نوعی گلابی هست که آن را شاه امروود می گویند .شاه امروود مدور تمام است .پوستش نازک و بسیار خوشبو است . مزاج :شاه امروود معتدل و تر مزاج و گلابی چینی سرد و خشک است .
 خاصیت :همه انواع گلابی گیرندگی دارند و در ضماد بند آوردن مواد مؤثرند .
 شاه امروودی که در خراسان پیدا می شود بر عکس گلابیهای دیگر ملین است .
 زخم و قرحه :گلابی و به ویژه گلابی وحشی که بسیار خشکاننده است دهانه زخمها را بهم جوش می دهد و خوب می کند .
 اندام های غذا :معدده را دباغ می دهد . مگلابی چینی معدده را توان می بخشد ، تشنگی را قطع می کند و زرداب را تسکین می دهد .
 اندام های دفعی :گلابی و به ویژه خشک شده آن شکم را بند می آورد . گلابی سبب قولنج می شود بهتر آن است که بعد از خوردن گلابی عسلاب را با ادویه جات بخورند .مربای گلابی برای مراره صفراوی سودمند است .
 زهرها :نوعی از گلابی را که بسیار قبض است و دیر می رسد بسوزانند خاکسترش گزند قارچ را خنثی می کند و اگر این قارچ را با گلابی بپزند کمتر زیان دارد .

گندنای کوهی

این گیاه تلخ مزه است .
 خاصیت :بازکننده ، زداینده ، راننده ، گدازنده و تکه کننده است .
 سر :افشیره اش علاج درد همیشگی گوش است . گوش را از چرک پاک می کند منفذهای بند آمده گوش را باز می کند .درد کهنه گوش را درمان می کند .
 چشم :افشیره اش با عسل دید را تقویت می نماید .
 سینه :بوسيله ی خون برآوردن سینه و شش را می پالاید .
 اندام های غذا :در باز کردن بند آمدنی های کبد و طحال بسیار مفید است .
 اندام های راننده :حیض را بیرون می ریزد و زهدان را می پالاید .
 زهرها :با نمک ضماد شود پادزهر سنگ هار است .

گور گیاه

از این گیاه چندین نوع وجود دارد .اعرابی که بوی خوش دارد و جنگلی که باز بد و شکل باریک و ستر است نوع باریکش سخت تر . از نوع ستر می باشد و بویی ندارد .
 دیسکوریدوس گوید :دو نوع وجود دارد که یکی بدون میوه و دیگری دارای میوه سیاه رنگی است .
 بهترین نوع این گیاه اعرابی سرخ رنگ و خوشبو است . شکوفه آن به سرخی می زند و بعد از شکفتن به رنگ بنفش در می آید . برگش باریک است و بوی آن مشابه بوی گل محمدی است .
 اگر این گیاه را در دست بفشاری و خرد کنی بوی آن به مشام می رسد . فایده اش در وهله اول در گل آن است و بعد در شکوفه

و ریشه و ساقه آن . مزه گور گیاه در زبان تأثیر می گذارد و آن را آزار می دهد (می برد) .

نوع جنگلی اش نیرویی سرد کننده دارد و به عقیده ابن جریج بکلی سرد است ساقه آن گیرنده تر از بخش های دیگر است . شکوفه اش اندکی گرمی بخش و گیرندگی آن کمتر از گرمی دهندگی است .

خاصیت درمانی : شکوفه اش به علت گیرندگی اش از خونریزی جلوگیری می کند . در روغن آن تحلیل و گیرندگی هست . ریشه آن از حیث این اختصاصات قوی تر است . شکم را بند می آورد . دارای قوه رسانندگی و نرم کنندگی نیز هست . جدار رگها را باز نگه می دارد و دردهای درونی و به ویژه درد زهدان و نیز انواع باد را از بین می برد .

زخم و قرحه : روغن آن خارش بدن انسان و حیوان را از بین می برد .

دمل و جوش : پخته آن در مداوای دمل های گرم مفید است .

خوردن گور گیاه پخته و ضماد آن سفت شدگی اندام های درونی را بر طرف می کند و در مداوای ورم های سرد و درونی مفید است .

مفاصل : خوردن یک چهارم مثقال آن همراه فلفل برای ماهیچه ها و مداوای ترنجیدگی (تشنج) مفید است . روغن آن خستگی را از بین می برد .

اندام های سر : انواع آن به ویژه نوع جنگلی آن مایه سنگینی سر است . نوع باریک ترش سردرد می آورد و ستبرش خواب آور است . تخم این گیاه مخدر است . تمام انواعش لثه را استحکام می بخشند و رطوبت های آن را رفع می کنند .

اندام های تنفسی و سینه : در معالجه درد شش مفید است و شکوفه اش از خونریزی دستگاه تنفسی جلوگیری می کند .

اندام های تغذیه ای : ریشه اش معده را قوت می بخشد و اشتها را بر می انگیزد . به اندازه یک مثقال ریشه گور گیاه همراه یک مثقال فلفل دل بهم خوردگی را تسکین می دهد .

شکوفه آن مسکن معده و در مداوای ورم معده و کبد مفید است .

اندام های دفعی : در تسکین درد زهدان بسیار مؤثر است . اگر بیماری که ورم گرم زهدان دارد در جوشانده آن بنشیند یا مقداری از آن را در زهدان بچکاند و یا از آن بنوشد برایش مفید است .

اندام های دفعی : تخم جنگلی و اعرابی آن سنگ دستگاه ادراری را بر طرف می کند ، شکم را قبضی می دهد . دو قسم جنگلی در این زمینه مفیدتر هستند . هر دو نوع آن خونریزی زنانه را قطع می کنند .

شکوفه آن دردهای کلیه و خونریزی کلیه را دفع می کند و در علاج ورم های مقعد مفید است .

زهرها : برگ های زیرین را تا زمانی که تر و تازه اند چنانچه بر جای نیش زدگی حشرات بگذارند تسکین بخش است .

گوگرد (کبریت)

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : لطافت بخش ، جذب کننده و بسیار زداینده است .

آرایش : از داروهای برص است و به ویژه اگر آتش ندیده باشد . اگر با سقز مخلوط کنند اثر بالای ناخن را بر می کند . با سرکه داروی لک و پیس است . زخم : علاج گری چرکین است ، بیماری ویروسی را علاج می کند و به ویژه اگر با سقز تلخ یا با سرکه باشد بسیار مفیدتر است .

اگر همراه نظرون باشد و تن را با آن بشویند خارش بدن را از بین می برد .

مفاصل: همراه نظرون و آب بر نقرس بمالند مفید است .

سر: بخورش زکام را بند می آورد . با سرکه و عسل داروی ترک های گوش است .

گوشت

انواع گوشت به ترتیب اولویت :

۱- گوشت گوسفند که نوعی تندی لطیف دارد .

۲- بز جوان و گوساله و تا کم سن تر باشد زود هضم تر است و غذای لطیف تر می دهد .

۳- بزغاله کمتر از بره زوائد (فضول) دارد .

۴- گوشت هر شیرخواری که شیر خوب بخورد خوب است .

۵- گوشت گوسفند پیر و لاغر خوب نیست .

گوشت حیوان رنگ سیاه از گوشت حیوان سفید رنگ سبک تر و خوشمزه تر است . گوشت حیوان نر و گوشت نر مه جدا شده از گوشت بسیار چرب و سفید از گوشت دیگر سبک تر است .

بهترین و گواراترین گوشت در میانه استخوان ها است . گوشت طرف راست سبک تر و بهتر از گوشت طرف چپ است . وسط ماهیچه بی عیب ترین گوشت است .

غذای گوشت زبان برابر با غذای گوشت ماهیچه و غیره است .

بهترین گوشت پرنده به ترتیب :

تذرو ، مرغ ، که از تذرو لطیف تر اما مغذی تر نیست ، کبک ، تیهو و دراج است . هر حیوانی که خشک مزاج باشد در بچگی خوب است مانند گوشت بزغاله که بسیار خوب است . گوشت بز نر مطلقاً بد است . گوشت درندگان ناپسندیده است . گوشت پرندگان بزرگ شناور و هر آنچه گردن دراز دارند ، گوشت طاوس ، هوبره و کبوتر دشتی و سنگخوارک و هر چه سوداء زیاد پدید آورد و تیره گنجشک و غیره هیچ کدام خوب نیستند .

از حیوانات وحشی گوشت آهو با اینکه کمی مایل به سودایی است از سایر گوشت ها بهتر است .

مزاج: گوشت پرنده از گوشت چارپا خشک تر است . گوشت گاو خشک تر از گوشت بز خشک و دیر هضم تر از گوشت گوسفند است .

گوشت شتر غذایش غلیظ و بسیار گرم است . گوشت خرگوش گرم و خشک است . گوشت پرندگان بزرگ و غاز و هوبره غلیظ است . گوشت اردک و دیگر شناورها بسیار مرطوب است و رطوبت تقریباً با گوشت گوسفند دارد .

خاصیت: گوشت غذایی است که بدن را توان بخشد، از هر غذایی برای تبدیل به خون شدن آمادگی بیشتر دارد .

گوشت پرچربی کم غذا است و شکم را نرم می کند و به زودی تبدیل به ماده دودی و مراره می شود و زود هضم است . دنبه از چربی و پیه گوشت بدتر است زیرا دیر هضم و بد غذا است و گرم و غلیظ تر از پیه است .

گوشت گاو غذایش زیاد است . اما گوشت سیاه و غلیظش خوب نیست و بیماری های سودایی به وجود می آورد . بهترین گوشت گاوی گوشت گوساله است . گوشت گاو را با پوست خربزه بپزند به زودی از هم می پاشد و می رسد .

بهترین وقت برای خوردن گوشت گاو فصل بهار و اوایل تابستان است .

آرایش: گوشت گاو لک و پیس پدید می آورد . سوخته گوشت قورباغه داروی کم مویی است .

ورم و جوش: گوشت گاو و گوشت های غلیظ جوش های سرطانی بوجود می آورند و ورم های سخت را نرم می کند .

زخم و قرحه: از گوشت گاو گری و قوبای بد می خیزد و گوشت های غلیظ هم همین اثر را دارند. سوخته گوشت بره را بر بیماری ویروسی بمانند سودمند است. مفاصل: گوشت گاو و سایر گوشت های غلیظ جذام و پاغر و واریس به دنبال دارند. پیه و دنبه خوب ضمادی برای عصب خشکیده هستند. بیمار نقرس در آب پز گوشت خرگوش بنشیند سود می بیند. بیمار درد مفاصل در آبگوشت خرگوش یا روباه بنشیند آرام می یابد گوشت راسو را ضماد بکنند داروی درد مفاصل است پیه گورخر با روغن کوشنه مرهم شود داروی درد پشت و بادهای متراکم است.

گوشت مار داروی جذام و گوشت جوجه تیغی در علاج جذام سودمند است.

سر: گوشت گاوی و سایر گوشت های غلیظ که خشکانندگی دارند بیماری سودایی و وسواس به دنبال دارند.

گوشت راسو با آب انگور کهنه مخلوط شود و بخورند برای صرع مفید است.

چشم: خاکستر گوشت بره داروی سفیدی چشم است. گوشت درندگان و پرندگان شکاری بد را توان می بخشد و برای چشم مفید هستند.

اندام های تنفسی: خرچنگ آبری برای سل داران بسیار خوب است. گوشت جوجه مرغ خفگی را بر می انگیزد اما اگر بمکند زیانی ندارد.

اندام های غذا: انواع گوشت غلیظ طحال را بزرگ می کند. گوشت سنگخوارک در علاج تباهی مزاج، استسقا، بند آمدن های کبد و طحال و غیره مفید است.

گوشت گاوی زرداب را به روده راه می دهد. گوشت برشته خرگوش از زخم های روده جلوگیری می کند. گوشت خشکیده جوجه تیغی با سکنجبین درد گرده را بر طرف می نماید.

آبگوشت (سوپ) خروس پیر برای قولنج و بیماریهای سودایی مفید است. پیه گورخر همراه با روغن کوشنه دردی را که در اثر باد متراکم در گرده حس می شود تسکین می دهد.

گوشت درندگان و پرندگان شکاری داروی بواسیر است.

گوشت پرندگان و به ویژه کبک، تیهو، سنگ خوارک و چکاوک بریان شوند یا نشوند شکم را بند می آورند. گوشت پرندگان نامبرده را آب پز کنند و آبگوشت گوزن بر آن بریزند بول را ریزش می دهد.

تب ها: گوشت گاو، گوزن، کل و عموماً گوشت پرندگان بزرگ تب سه اندرمیان با خود می آورند.

زهرها: گوشت راسو را خشک کنند و با آب انگور کهنه مخلوط کنند و بخورند داروی مسمومیت است.

گوشت سوخته بره درد مار گزیده و نیش انواع کژدم را تسکین می دهد و اگر آب انگور کهنه باشد پادزهر سگ هار است.

گوشت قورباغه پادزهر حشرات گزنده است

گوش موش

گیاهی است که شیشه را با آن جلا می دهند.

خاصیت: قبض، مرطوب، چسبنده، تنقیه کننده و نرمش دهنده است.

ورم و جوش: ورم را آرام می کند، بر گش خورده شود داروی سوختگی و ورم های بلغمی است.

افشرداش با سفیداب سرب داروی مورچگی و باد سرخ است.

در علاج آماس لوزتین اگر با آن غرغره می کنند مفید است.

مفاصل: با موم و روغن گل بر نقرس بگذارند سودمند است.

سر: افشیره اش با روغن گل داروی درد گوش است. گوش موش یا افشیره آن را در دهان بگذارند لوزتین را درمان می کند.
 نفس: سوپ افشیره آنرا بنوشند سرفه مزمن را علاج می کند.
 اندام های دفعی: بواسیر را از بین می برد.

گیاه شیردار (یتوع)

کلمه ی یتوع دلالت بر گیاهانی دارد که شیره آنها تند، مسهل، تکه کننده، سوزنده باشد و آنچه در این زمینه مشهور است عبارت از:

هفت برگ، شبرم، چشمیزک، آذربونه، ماهودانه، مازیون و پنج انگشت که آن را پنج برگ هم می گویند.

همه اینها کشنده هستند و تنها از شیره آنها می توان استفاده درمانی کرد.

مزاج: شیر چشمیزک گرم و خشک است همین طور بقیه گیاهان دیگر.

خاصیت: زخم آور و سم است و اگر در حوض بریزند ماهیها می میرند.

آرایش: گوشت زائد، زگیل، خال و زائده های اطراف ناخن را بر می کند. برای از بین بردن مو شیره اش را بر پوست می مالند و در آفتاب این کار را می کنند، مو را می سترد و بعد که می روید ضعیف است و اگر عمل را تکرار کنند دیگر مو بر نمی آید. بهتر آن است که با روغن زیتون مخلوط شود و برای ستردن مو بکار ببرند تا خطری نباشد.

زخم و قرحه: با سرکه باشد سفتی های پیرامون بواسیر را از میان می برد. داروی بیماری ویروسی است. زخم گندیده را بهبود می بخشد، اگر با قیروطی (مرهم موم) و روغن گل مخلوط شود علاج خوره و گری سودایی و آتش پاریسی است.

سر: شیره اش را بر دندان کرم زده بگذارند دندان خرد می شود و می افتد و اگر با قطران باشد که از قوتش می کاهد برای معالجه دندان سالمتر است. بهتر آن است که قسم سالم دندان ها را با کمی موم بپوشانند و آنگاه این دارو را بگذارند. اگر بیخ گیاه نامبرده را با سرکه بپوشانند و مززه کنند درد دندان تسکین می یابد.

چشم: شیرش ناخن را از بین می برد.

بواسیر را بر می کند، بلغم مواد آبکی را خارج می سازد. دو قطره تا سه قطره شیرش را بر انجیر بریزند و بگذارند تا خشک شود و بخورند اسهالی کافی می دهد.

همین مقدار اگر با قاوت یا با آن خورده شود باز مسهل خوبی است. اما اگر بخواهند آن را تنها بخورند بهتر آن است که همراه قیروطی یا موم و عسل باشد تا دهان و گلو را زخم دار نکند.

فاس

دارویی است که آن را فاس (تبر) نیز گفته اند زیرا همچون تبر دو لبه دارد.

مزاج: گرم است و تلخی و گسی دارد.

خاصیت درمانی: بند آمدن های درونی را باز می کند.

مفاصل: در علاج درد مفاصل مفید است.

فریز

گویند همان (یندکتا) است و اهل طبرستان آن را بندآوش می نامند.

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: گیرنده است و می‌گزد.

زخم و قرحه: این گیاه و به ویژه بیخش اگر ضمداد شود و بر زخم‌های بد و تر بگذارند زخم را جوش می‌دهد و خوب می‌کند.
سر: بازدارنده هر نزله‌ای است.

چشم: برای چشم داروی بسیار خوبی است.

اندام‌های غذا: تخم و بیخش استفراغ را قطع می‌کنند و نمی‌گذارند مواد ناباب به معده راه یابند.

اندام‌های راننده: آب‌پز، بیخش و تخمش در علاج زخم‌مthane مفید است.

آب‌پزش در علاج درد و پیچش روده، بی‌اختیاری ادرار عسر البول و زخم‌مthane بسیار سودمند است.

فربیون

دیسقوریدوس حکیم فرماید: شیره‌ی گیاهی است که به (قثاء) خیار چنبر شبیه و در (لینوی) که در سرزمین (سدد) واقع است و در مملکت (مورشیا) می‌روید.

این گیاه پر از شیر است و مزه شیرش خارج از اندازه گرم و تند و تیز مزه است.

فربیون خوب آن است که: صاف، زرد رنگ یا زعفرانی رنگ و تندبو و بسیار تند مزه باشد.

مزاج: گرمیش همراه لطافتی سوزنده و زداینده است.

مفاصل: بر فلج و تخدیر شده بمالند بسیار سودمند است.

چشم: در چشم بکشند دیده را جلا می‌دهد. آب کبود چشم را تحلیل می‌برد. اما تمام روز سوزش در چشم حس می‌شود و برای پرهیز از این سوزش باید با عسل مخلوط کنند و در چشم بکشند.

اندام‌های راننده: در علاج آب‌زرد، سردی‌گرده و قولنج سودمند است.

خوزیان گفته‌اند: فربیون دهانه زهدان را چنان بهم می‌آورد که داروهای بیچه انداختن را به زهدان راه نمی‌دهد.

هم‌ایشان گفته‌اند: بلغم لرج را که در سرین و پشت و روده ماندگار است بیرون می‌آورد.

زهرها: کسانی گویند: اگر پوست سر کسی را بشکافند تا آهیانه پیدا شود آنگاه از ساییده این گیاه در آن بریزند و داروهای ضد گندیدن بر آن بگذارند، از گزیدن مار و حشرات دیگر زیانی نمی‌بیند.

خوردن مقداری از این گیاه معده و روده‌ها را چرکین می‌کند و خورنده را در مدت سه روز می‌کشد.

فقلامینوس

گویند بخور مریم است که تیره‌ای از عرطینثا می‌باشد.

خاصیت: زداینده، تکه‌کننده، بازکننده، گدازنده و تنقیه‌بخش است.

خوردن بیخش کم هوشی می‌آورد و عرق کردن زیاد بدنبال دارد.

آرایش: علاج یرقان است. کسی که این دارو را بخورد باید دراز بکشد و خود را با پوشش‌های بسیار بپوشاند تا بسیار عرق کند و عرق به رنگ زرداب بیرون دهد، تا از یرقان شفا یابد.

بیخ این گیاه پوست را تنقیه می‌کند، لکه‌های سیاه را می‌زداید، آب‌پزش ترک‌های ناشی از سرما را خوب می‌کند.

وسط بیخش را با کارد گود کنند، پر از روغن زیتون کنند و بر خاکستر گرم بگذارند تا گرم شود، روغنی است که ترک‌های

ناشی از سرما را به سرعت درمان می کند .

ورم و جوش :بیخس جوشها را از بین می برد . افسره اش ورم سخت را نرم می کند .

آماس طحال را فرو می نشاند . تر و خشک این گیاه داروی خنازیر و زخم است و گری خشک را علاج است .

زخم و قرحه :بیخ این گیاه را تنها یا با سرکه و عسل مخلوط کنند و به کار برند زخم ها را قبل از کهنه شدن شفا می دهد . اگر با آب پزش سر را بشویند ، زخم های سر را درمان می کند .

مفاصل :ضماد گذاشتنش در علاج پیچش عصب و نقرس مفید است .

سر :آبش را در بینی کنند سر را می پالاید .آب پزش سرشویه شود زخم های سر را شفا و سردرد سرد را تسکین می دهد .

چشم :آبش که با عسل باشد در چشم کشند یا در بینی کنند در علاج آب که در چشم پدید آید و در علاج ضعف دید مفید است .

سینه :بعضی بیخ آن را علاج برنشیت می دانند و به بیمار می خوراند .

اندام های غذا :با سرکه بر طحال می گذارند .

اندام های راننده :خوردن و برداشتن آن حیض را ریزش می دهد . به وسیله ی پشم بردارند اسهال آور است .

افسره اش در این باره قوی تر است .آب این گیاه را با سرکه که بیامیزند و بر مقعد بر آمده بریزند به جای خود باز می گردد .افسره

اش دهانه رگهای داخل پیزی را می گشاید . خوردن و برداشتن بیخس سبب ریزش خون حیض است .

زهرها :پادزهر داروهای سمی و به ویژه پادزهر خرگوش دریایی است .

فلنجه

این گیاه تخم مثلث دارد که به سرنیزه می ماند و از این رو عریان آن را حربه نامیده اند که به معنی نیزه است .

مزاج :حربه کاشتنی کم حرارت و حربه بیابانی گرم است .

زخم و قرحه :سبز و شادابیش زخم ها را بهم می آورد .

اندام های غذا :پوستش را با سرکه بر طحال بگذارند یا برگ خشکیده آن را بخورند درد طحال را بر طرف می کند .

اندام های دفعی :ادرار می دهد و به ویژه برگش که به برگ « اسقولوقندریون » شبیه است .

فلنک

از سبزی های مشهور است و عبارت از فلفل آبی است .برگش به برگ بید مشک می ماند .لیکن از آن زرد رنگ تر است .

شاخه هایش سرخ رنگ و مزه اش مزه زنجفیل است .اگر سگ آن را بخورد می میرد .

مزاج :گرم و خشک

آرایش :فلنک سبز را با تخمش بکوبند لکه های صورت از قبیل لکه های سیاه و کک و مک کهنه را می زداید .

دمل و جوش :فلنک سبز را با تخمش بکوبند ضماد شود ورم های سخت را فرو می نشاند .

فندق

مشهور است .مزاج خاکی فندق از مزاج خاکی گردو بیشتر و از گردو مغزی تر است .زیرا از گردو پرمایه تر و کم چربی تر و دیر

هضم تر است .مزاج :هوایی است و بیشتر به گرمی و خشکی می گراید .

خاصیت: سبب پیدایش مراره می شود. از گردو قابض تر است. بادآور است و در قسمت پایینی شکم باد ایجاد می کند. آرایش: سوخته آن مو را سیاه می کند. سر: سرد می آورد. اگر در روغن سرخ کنند و با اندکی فلفل بخورند زکام را پخته می گرداند. بقراط فرماید: فندق مغز را افزایش می دهد. چشم: گروهی پنداشته اند که اگر فندق را بر جاندا نه (یافوخ) کودک چشم کبود بمالند کبودی چشم از بین می رود. اندام های تنفسی: با عسل آب خورده شود داروی سرفه مزمن است و خون بر آوردن را باز می دارد. اندام های غذا: دیر هضم و تحریک کننده استفراغ و از گردو دیر هضم تر است. اندام های دفعی: پوست فندق قابض است و شکم را بند می آورد. زهرها: پادزهر گزیدگی ها است و به ویژه اگر با انجیر و سداب باشد پادزهر نیش کژدم است.

فو

گیاهی است که برگش به برگ کرفس شبیه و از آن درشت تر است. این گیاه اکثراً در سرزمینی می روید که آن را (نیطس) می گویند. خاصیت: بیخس گرم است. سینه: پهلوی درد را درمان می کند. اندام های راننده: بول را ریزش می دهد و خوردن سبز و خشکش حیض را راه می اندازد. در ادرار از سنبلی هندی و رومی فعال تر است و کار می جوشه را انجام می دهد.

فلیزهره

گویند درخت حضض است و ثمری چون فلفل دارد. حضض شیره آن است. یا شیره زرشک است. آرایش: تنها یا با روغن زیتون بر سر بمالند موی را تقویت می کند. اندام های غذا: شاخه هایش را با سرکه بپزند و بخورند داروی طحال است و یرقان را نیز علاج می کند. اندام های راننده: آب پز شاخ و برگش حیض را ریزش می دهد و خلط بلغمی را به کلی بیرون می آورد.

فیلگوش

دو نوع است یکی پیچیده و دیگری صاف. پیچیده اش خالص تر از آن نوع است که آن را لوف مار می گویند. مزاج: گرم و خشک. خاصیت: راه بندان ها را باز می کند، خلط های پرمایه و لزج را به اعتدال تکه تکه می نماید و زداینده دارد. در همه ی اینها خاصیت پیچدار قوی تر است. آرایش: بیخ فیلگوش پیچیده و به ویژه اگر با عسل باشد لکه های سیاه و سفید و کک و مک را می زداید. همراه آب انگور کهنه داروی ترک های ناشی از سرما است. ورم و جوش: در مداوای هر ورمی که نیاز به زدودن دارد مفید است.

زخم و قرحه: بیخ و به ویژه فلیگوش پیچیده را با هزار گوشان مخلوط نکنند و مرهم شود زخم های پلید را علاج است. آنچه تر است در علاج زخم ها به کار می آید و اگر خشک شد آن را می کوبند و فتیله زخم و ناصورها را از آن درست می کنند .
مفاصل: فیلگوش با سرگین گاو داروی نقرس و سستی ماهیچه ها است .

سر: آب خوشه فیلگوش بستانی درمان درد گوش است و اگر با روغن گل در بینی کنند خوره و سرطان بینی را از بین می برد. اگر افشره خوشه لوف ماری را با روغن زیتون و قطران بیامیزند و قطره هایی از آن را در گوش بریزند درد از بین می رود .
بیخ آن از جمله داروهایی است که چرک را از گوش می برد و زخم گوش را شفا می دهد. در علاج کری مفید است. تخم آن علاج هر نوع جوش و زخم بینی است. اگر سرطانی باشد بهتر آن است که بوسیله ی پشم آن را به بینی وارد کنند .
چشم: بیخش در زخم چشم مفید است .

نفس کش: فیلگوش یا بیخ آن و به ویژه نوع پیچی آن را چندین بار در آب بجوشانند تا قوت دارویش کاهش یابد و پس از آن بخورند در مداوای خون بر آوردن، برنشیت کهنه و نفس بلندی، مفید است .
اندام های غذا: خوردنش خلط غلیظ پدید می آورد .
اندام های دفعی: گرده را می پالاید، علاج بواسیر است. بول را ریزش می دهد .
زهرها: اگر تن را با بیخ آن ماساژ بدهند مار نمی گزد .

فیجن

دیسقوریدوس گوید: فیجن انواع دارد: کاشتنی، بیابانی و کوهی .
بهترین نوع آن کاشتنی است که در همسایگی درخت انجیر است .
مزاج: فیجن تر گرم و خشک است .

خاصیت: تکه کنند، گدازنده، بسیار بادشکن، پالاینده رگ ها، زخم آور و گیرنده است .

آرایش: بانظرون علاج لک و پیس سفید و زگیل و زیاده های گوشتی است . فیجن بوی پیاز و سیر را می زداید و داروی داء الثعلب است .

ورم و جوش: فیجن بیابانی را بکوبند و با نمک ضماد کنند و بر اندام بگذارند ورم گرم به وجود می آورد. اگر بر خنازیر گردن و زیر بغل بگذارند تحلیل می برد. صمغ فیجن در این کارها مؤثرتر است .
زخم و قرحه: با روغن و عسل مخلوط کنند و بر قوبا بمالند مفید است .

با سرکه و سفیداب باشد علاج مورچگی و بادسرخ و زخم کهنه است. اگر با مر مخلوط کنند و بر زخم بچسبانند فایده می بینند .

مفاصل: خوردن فیجن، یا ضمادش که با عسل باشد در علاج فلج و بیماری اعصاب و درد مفاصل سودمند است .

سر: بوی سیر و پیاز را از بین می برد. با قاوت ضماد شود داروی سردرد همیشگی است. با سرکه در بینی کنند خون دماغ بند می آید .

افشره اش را در پوست انار گرم کنند و در گوش بچکانند گوش را پاک می کند و درد و صداها و وزوز را خاموش می نماید .
کرم گوش را می کشد یا زنده بیرون می آورد و بر زخم سر بمالند داروی خوبی است .

چشم: فیجن و به ویژه افشره اش که با افشره رازیانه و عسل مخلوط کنند و به چشم بکشند یا بخورند دید را تقویت می کند .

فیجن را با قاوت ضماد کنند و بر چشم بگذارند تپش و التهاب را فرو

می نشاند.

اگر از فیجن و رازیانه و مرو عسل مرهم درست کنند و بر پیرامون چشم بمالند کم سویی را از بین می برد .
سینه : آب پز فیجن تر با شبت خشک در علاج سینه درد خوب است و بقول روفس داروی دشوار تنفسی است و درد شش و پهلوی و سرفه و درد دنده ها را بر طرف می کند .

اندام های غذا : فیجن را در آب انگور کهنه بپزند و بخورند یا با انجیر ضماد کنند در علاج استسقای گوشتی و استسقای خیگی مفید است .

سکسکه بلغمی را تسکین می دهد ، گوارشی است ، اشتها می آورد و معده را توان می بخشد . در علاج طحال مفید است .
آب پشت را می خشکاند و قطع می کند . آرزوی جماع را به کلی از بین می برد .

هر دو نوع آن قبوضت می دهند . درد و پیچ روده را علاج است . با فیجن و روغن زیتون حقه کنند درد قولنج تسکین می یابد .
با عسل مخلوط کنند زخم معده را شفا می دهد . فیجن را در روغن زیتون بجوشانند و بخورند داروی گرم است . هر دو نوعش زائده های تن (بیرون ریختنی ها) را به وسیله ی ریزش بول بیرون می ریزند و هر دو قبوضت می دهند .
تب ها : خوردن فیجن یا تن اندایی به روغنش در تب و لرز مفید است .
زهرها : با زهرها مقاومت می کند زیاد خوردن فیجن بیابانی سم قاتل است .

قارچ

دیسقوریدوس گوید : قارچ خوردنی هست و قارچ سمی هم هست .

انگیزه سمی شدن قارچ این است که یا در نزدیکی میخهای زنگ زده روئیده و یا در همسایگی کهنه پارچه های متعفن رسته یا در جوار لانه حشرات موزی سر بر آورده است . بر قارچ های رطوبتی لزج یا کفکی مانند تار عنکبوت می نشیند .

مزاج : سرد و تر است .

خاصیت : خلط غلیظ و بد به وجود آورد . بهتر آن است که قارچ را در آب بجوشانند و گلابی تر و خشک و پونه کوهی را با آن مخلوط کنند و بعد از خوردنش آب انگور کهنه انگوری پرمایه بنوشند .
سر : سبب کرحی و سکت می شود .

نفس : قارچ خوردنی سبب خناق می شود تا چه رسد به قارچ سمی که کشنده است .

اندام های غذا : اگر قارچ خوب را زیاد از حد بخورند سبب قی و استفراغ می گردد . قارچ دیر هضم است و غذای بسیار می دهد .
از خوردن قارچ سمی عرق سرد می کنند و به غش گرفتار می آیند .

اندام های راننده : عسر البول می آورد .

زهرها : پادزهر سمی ، سکنجبین و پونه یا چلغوز خروس و مرغ با سرکه یا خوردن عسل است ، و گرنه شاید حداکثر در مدت یک روز بکشد .

قارچ درختی

خوبش آن است که صاف و سفید و زودشکن و متراکم و کنار صاف باشد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : تحلیل برنده ، تکه کننده ، خلط پرمایه ، بازکن راه بندان ها و نرمی بخش است .

مفاصل: با سکنجبین بخورند در علاج بیماری اعصاب مفید است. در افتادن و تنقیه عصب مناسب است. اگر بیمار تب داشته باشد با عسل آب با شربت گل بخورند بهتر است.

سر: مغز را می‌پالاید و در علاج صرع سودمند است.

سینه: با آب انگور کهنه سیاه و پرمایه بخورند علاج برنشیت و زخم شش است. اگر آن را با آب بخورند در خون برآوردن از سینه مفید است.

اندام های غذا: داروی یرقان است، با سکنجبین بخورند ورم طحال را فرو می‌نشانند اگر آن را تنها بچوند یا ببلعند درد معده را دوا می‌کند و درد کبد را درمان می‌کند.

اندام های راننده: خوردن آن با عسل انواع خلط پرمایه سودایی و بلغمی را بیرون می‌آورد.

اگر با داروهای مسهل می‌باشد کمک اسهال است و بول و حیض را ریزش می‌دهد و درد گرده را مسکن و در خفگی زهدان مفید است.

تب‌ها: در علاج تب لرزه و تب‌های کهنه مفید است.

زهرها: بر جای نیش حشرات بگذارند مفید است.

قدومه (تودری)

برگ تودری شبیه برگ گندناهی کوهی است.

مزاج: گرم و تر است.

خاصیت: در تندمزگی مانند تخم ترتیزک بیابانی و زخم آور است.

ورم و جوش: با آب و عسل بر جوش‌های سرطانی که تر نیستند بمالند مفید است. ورم سفت را نرم می‌کند و ضمادش التهاب را فرو می‌نشانند.

مفاصل: ضمادش سفتی نفرس را نرم می‌کند.

سر: ورم بیخ گوش را درمان می‌کند.

چشم: با عسل در چشم بکشند داروی زخم چشم است.

اندام های راننده: تودری شهوت‌انگیز است.

قرومعهما

می‌گویند ته نشین روغن زعفران است. خوبش آن است که خوشبو، سنگین، سیاه‌رنگ و هیچ چوبی با آن نباشد و اگر در آب حل کنند آب را به رنگ زعفران درآرد و اگر بچوند دندان را رنگ کند و رنگش پایدار باشد.

خاصیت: گرم‌کننده و رساننده است.

چشم: تم چشم را می‌برد و دیده را جلا می‌دهد.

اندام های راننده: بول را ریزش می‌دهد.

قره بوخور - اصطرک (استرک)

استرک قره بوخور - اصطرک: به گفته‌ی دیسکوریدوس نوعی از مایعات است و برخی برآنند که صمغ زیتون است.

دود استرک در همه احوال کار دود کندر را انجام می دهد. هرچه خوشبوتر باشد بهتر است .
 دیسقوریدوس گوید: «زعفرانی رنگ آن که دارای چربی است و به صمغ صنوبر می ماند بهترین نوع است» .
 در جرم استرک جرم های سفید رنگ موجود است که بوی خوش و با دوام دارد . اگر استرک را با دست بساییم نمی پس می دهد که شبیه انگبین است . استرک سیاه و بی مایه که مانند سبوس است چندان ارزشی ندارد .

اندام های سر: سرگردانی ، سردرد و خواب می آورد ، در مداوای زکام و نزله مفید است .
 اندام های نفس و سینه: از سرفه و صدا گرفتگی و صدا بریدگی جلوگیری می نماید .
 اندام های دفعی: روغن آن در علاج سختی زهدان و باز کردن و جاری کردن حیض سودمند است .
 اگر آن را با مقداری شفر بنه بخورند شکم را ملین است .

قطران

افشره درختی است که آن را شیرین می گویند .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: خون را به نزدیکی پوست می آورد ، داغ گذار است . لاش مرده را از گندیدن حفظ می کند .
 آرایش: شپش و رشک آدمیزاد و حیوانات را ریشه کن می کند .
 زخم و قرحه: گوشت سست را محکم می کند . علاج گری آدمی و حیوان است .
 مفاصل: در معالجه گسستگی ماهیچه و جمع آمدن خون و ریم در ماهیچه ها خوب است . لیسیدنی و مالیدنی آن داروی پاغرو و واریس است .
 سر: قطران بر سر مالیدن بهترین علاج سردرد است . در گوش بچکانند کرم گوش را می کشد . آن را با آب زوفا در گوش بچکانند صداها و وزوز گوش را خاموش می کند با آب زوفا داروی درد دندان و دندان کرم خورده است .
 چشم: اثر زخم های چشم را پاک و دید را تقویت می نماید .
 سینه: بر گلو بمالند ، درد گلو و لوزتین را علاج می کند . داروی سرفه دیرینه است .
 اندام های غذا: میوه درخت قطران با معده سازگار نیست .
 اندام های راننده: قطران و به ویژه حقنه با آن درمان همه نوع کرم است . حیض را ریزش می دهد . آب پشت را تباه می گرداند .
 اگر ذکر را با قطران تر کنند و جماع کنند مانع بارداری است .
 داروی چکمیزک است .
 زهرها: با آب انگور کهنه سیاه پرمایه بخورند پادزهر مسموم شدن از خرگوش دریایی است .
 قطران را با پیه شتر بگذارند یا بر تن بمالند حشرات موزی می گریزند .

قفر الیهود

دیسقوریدوس گوید: قفر را از آفریقا می آورند و در شهر (صیلون) و شهر (اقریش) پیدا می شود . در جزیره سسیل هم هست قفر خوب آن است که بنفش درخشنده و نیرومند و سنگین باشد .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: هم قوت زفت است و اندام‌ها را توانا می‌کند. خوردنش خون بند آمده در شکم را درمان می‌کند. آرایش: بر ناخن بمالند لکه‌های سفید را بر می‌دارد.

ورم و جوش: خنازیر را می‌رساند.

زخم و قرحه: بر پوست بمالند علاج بیماری ویروسی است و آماس زخم‌ها را فرو می‌نشاند.

مفاصل: ضمادش داروی نقرس و خوردنش یا مالیدنش علاج بیماری اعصاب است.

سینه: در علاج سرفه، زخم شش، خون برآوردن، بیرون راندن چرک و ریم از سینه، آماس لوزتین و خناق سودمند است. اندام‌های راننده: سفتی زهدان را نرم می‌کند. آن را بردارند یا دودش را برکشند برآمدگی و درد زهدان را درمان می‌کند و اگر با افشره جو حقه شود علاج دیزانتری است.

قلومس، گوش خرس

بوصیر تحلیل برنده است و به ویژه آنچه گل طلایی رنگ دارد و به اعتدال زداینده است.

آرایش: گل طلایی آن مو را سرخ می‌گرداند.

دمل و جوش: برگش را بپزند داروی ورم‌ها است.

زخم و قرحه: ضمادش که با غسل باشد زخم و زخم را درمان می‌کند.

مفاصل: در علاج سستی ماهیچه‌ها سودمند است.

سر: اگر آب پز را در دهان بگردانند درد دندان از بین می‌رود.

چشم: دواي رمد گرم است.

اندام‌های تنفسی: در معالجه سرفه خشک مفید است.

بوصیر برگ سفید و برگ سیاه داروی اسهال مزمن است.

فنبین

گویند روغن کرچک است.

زخم و قرحه: بر سر بمالند داروی گری و زخم سر است.

اندام‌های راننده: خوردن و مالیدنش در علاج بهم آمدگی دهانه زهدان مفید است. علاج ورم گرم پیزی است. خوردنش اسهال می‌آورد و کرم‌های داخل شکم را بیرون می‌راند و در این زمینه بسیار بسیار خوب است.

سندل

چوبهای ستبری است که از مرز مملکت چین می‌آورند و سه نوع است: زرد، سرخ، زرد مایل به سپیدی که بعضی آن را مقاصیری می‌گویند.

بوی مقاصیری از بوی بقیه خوش تر است.

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: صندل و به ویژه صندل سرخ رنگ مانع تراوش رطوبت بدن است. ورم: صندل و به ویژه سرخ رنگش ورم گرم را تحلیل می برد. بر باد سرخ بمالند مفید است. سر: در علاج سر درد بد نیست.

سینه: خوردنی و مالیدنی تپش ناشی از تب ها را علاج است. اندام های غذا: خوردن و مالیدنش ناتوانی معده گرم را برطرف می کند. تب ها: صندل و به ویژه سفید رنگ مقاصیری در علاج تبهای گرم سودمند است.

صدف

گوشت صدف بیابانی (حلزون) را خرد کنند و بسایند و بر تن بمالند بسیار خشکاننده است. سوخته صدف فرگیری بادشکن، زداینده و هم قوت عرق نعنا و بونه است. همه انواع صدف های ریزه استخوان و خار را جذب می کنند به شرطی که درسته و بی هیچ تغییر حالتی استعمال شوند.

آرایش: همه پوشش های صدفی و پوسته صدف ها وقتی که می سوزند زداینده لک و پیس اند. صدف خام و ناسوخته پیکانهای استخوانی را جذب

می کند. اگر صدف فرگیری (ارغوانی) را در روغن زیتون بپزند و بر جای مو بمالند از ریزش مو جلوگیری می کند. ورم و جوش: ماده لزجی که بر حلزون است و آن را زنگ حلزون گویند اگر با کندروالوا و مر مخلوط کنند تا بر پرمایگی عسل در آید، ورم بناگوش را خشک می کند و اگر رطوبتی در ژرفا داشته باشد بر می چیند.

زخم و قرحه: سوخته فرگیری زخم را می زداید، پاک می کند و بهبودی می بخشد. صدف سوخته با نمک داروی سوختگی است و بر سوخته می پاشند تا آن را خشک کند. سوخته هر صدفی برای معالجه مفید است.

در علاج زخم و به ویژه زخمی که بر عصب باشد صدف همراه گوشتش و کندر و مر بر او بگذارند و اگر با گرد آسیاب هم باشد داروی خوبی است و زخم را شفا می دهد.

مفاصل: صدف را ضماد کنند علاج درد مفاصل و نقرس است و ورم مفاصل را فرو می نشاند.

سر: سوخته صدف فرگیری و به ویژه اگر با نمک سوخته شود دندان را جلا می دهد. صدف را بسایند و با سرکه آمیزند خون دماغ را قطع می نماید.

چشم: صدف را با گوشتش بسوزانند و سوخته را بشویند و در چشم بکشند آماس پلک را فرو می نشاند، سفیدی و تم را از چشمک می زداید.

اگر گوشت صدفی را که به (طیلس) کهنه مشهور است بسوزانند و سوخته آن را با قطران بسایند و بر پلک بمالند مانع رویش مو می شود.

ماده لزجی که بر حلزون بیابانی است موی برگشته پلک را می چسباند.

اندام های غذا: گوشت هر صدفی که برشته و نپخته نباشد درد معده را تسکین می دهد. صدف فرگیری را با سرکه بخورند علاج طحال است. ضماد صدف را بر استسقاء بگذارند تا پایین نیورد جدا نمی شود، و باید بگذارند تا خودش بیفتد. و به ویژه در علاج استسقاء صدف بیابانی که بسیار خشکاننده است از سایر صدف ها مؤثرتر است.

اندام های راننده: گوشت صدف فرگیری ملین نیست.

گوشت صدفی که مردم آن را (طالیس) می گویند، تاتر است و به ویژه آبگوشتش ملین است و همچنین آبگوشت صدفهای

کوچک ملین است .

دود بر کشیدن از سوخته صدف فرگیری علاج خفگی زهدان است و بچه دان را بیرون می آورد .

دود گوش ماهیهای ساحلی از قبیل بابلی ، قلمی ، در علاج خفگی زهدان مفید است و صرع زدگان را به هوش می آورد .
صدف را بردارند حیض را ریزش می دهد .

زهرها : گوشت صدف پادزهر سگ هار است

صنوبر هندی

از تیره سرو کوهی است و آن را صنوبر هندی می گویند .

چوب هایش به چوب زرنباد شبیه است کمی تند مزه و شیره اش گرم و تند مزه و تشنگی آور است .
مزاج : خشک و گرم است .

خاصیت : تند مزگی شیر آن چنان است که می سوزاند و قابض است .

مفاصل : در مداوای سستی اعصاب و فلج و دهان کجی بهترین علاج است .

سر : در علاج بیماری های سرد مغز و سکنه و صرع سودمند است .

اندام های غذا : شیرش تشنگی آور است .

اندام های دفعی : سنگ کلیه و مثانه را خرد می کند . شکم را بند می آورد . سستی مقعد را بر طرف می کند به شرطی که در آب پزش بنشینند .

طالیسفر (نبق هندی)

پوسته ای است ره آورد هندوستان قبض و تند و کمی خوشبو

کمی لطافت دارد و گوهر خاکی در آن زیاد است .

مزاج : گرم و خشک

اندام های دفعی : در ذرب (فساد معده) و زخم های روده و خونریزی زهدان و خونریزی مقعد و علاج بواسیر مفید است .

طریقولیون

دیسقوریدوس گوید : گیاهی است که در کرانه های دریا روید و مد دریا به آن می رسد . رویشش در آب نیست و از گیاهان آبی به شمار نمی آید .

گویند گل این گیاه در روز سه مرتبه تغییر رنگ می دهد .

گیاهان سفید ، در نیمروز بنفش و نزدیک غروب به رنگ سرخ خونی درمی آید .

مزاج : گرایش به گرمی دارد .

اندام های دفعی : اگر آن را با نوشآب های بنوشند مواد آبکی شکم و بول را ریزش می دهد .

زهرها : قبل از سایر پادزهرها آنرا برای دفع گزند سم استعمال می کنند .

طرفحوماس

دیسقوریدوس گوید: بعضی این گیاه را ادبار گویند .

این گیاه در جاهایی پیدا می شود که رستنگاه پر سیاوشان است و تمام کارهای پر سیاوشان را انجام می دهد .

طراغیون

از گیاهان جزیره کرت است .

خاصیت: دیسقوریدوس گوید: اگر تیری در گوشت تن بزکوهی قرار بگیرد و بز به میان این گیاه بخزد تیر بیرون می آید .

اگر این گیاه را ضماد کنند پیکان و خارها و خلیده ها را از گوشت بیرون می کشد .

اندام های دفعی: خوردن آن چکمزیک را قطع می کند . سنگ مثانه را خرد می نماید . حیض را راه می اندازد و زخم روده ها را معالجه می کند .

طلق (تلک)

بعضی گفته اند که خوردن آن خطرناک است زیرا به گوشه و کنار و پیچ و خم های معده می چسبد .

چنگ اندر گلو و مری می زند . دوشیدن تلک از این قرار است: تلک را با چند قطعه یخ و چند دانه شن در پارچه ای می ریزند و بهم می زنند تا حل شود .

مزاج: سرد و خشک .

خاصیت: قبض است . بازدارنده نزیف خون است .

سینه: آماس های تازه برخواستہ پستان ، میان دو ران ، پشت گوش و هر جایی را که سست گوش باشد درمان می کند .

اندام های تنفسی: با آب بارهنگ باشد خون برآوردن را قطع می کند .

اندام های دفعی: خوردن شستشو داده اش خونریزی مقعد و زهدان را قطع می کند مالیدن محلولش نیز همین اثر را دارد .

طوقریوس

دیسقوریدوس گوید: گیاهی است که شاخه های بسیار و شبیه به چوبدستی دارد . خوردن آب پز آش آماس طحال را به کلی می برد

. اگر آن را با سرکه و انجیر ضماد نمایند باز هم برای طحال دارویی مفید است .

طیقاوواون

دیسقوریدوس گوید: برگ این گیاه به برگ تاجریزی می ماند . شاخه های بسیار دارد . گلش سیاه و کوچک و بسیار است . زهدان

را می پالاید و مواد سیلانی را بر می چیند .

اگر آن را همراه چیزی کنند و بخورند می گویند شیر پستان را زیاد می کند .

طین شاموس

خاصیت: در بند آوردن و سایر کنش ها همانند گل مهر زده است و تفاوت در این است که شاموس از مهر زده هوایی تر و سبک

تر است .

مزاج: کشدار ، لزج و چسبنده است . نیاز به شستشو ندارد .

سردی بخش و بسیار آرام کننده است .

ورم و جوش :ورم گرم نوحواسته را باز می دارد ، در این زمینه از سایر گلها کاری تر است .شاموس نفع رسان ، بی آزار است و چون گل مهر زده نیست که زبری آزاد دهنده همراه داشته باشد .

زخم و قرحه :در علاج سوختگی ها کمتر از مهر زده است . زیرا کش داریش بسیار است و از فایده اش می کاهد .

مفاصل :در علاج نقرس نوظهور مفید است .

چشم :تاول های قرنيه را معالجه می نماید .

سر و سینه :در علاج ورم پستان و دمل پشت گوش مفید است .

اندام های دفعی :بهم خوردن عادت ماهانه را عادی می سازد و خونریزی زهدان را باز می دارد .

عالیون

بعضی این گیاه را عالیون و گروهی (عالاریون) می گویند و همه به معنی شیربند است .زیرا همچون پنیر مایه شیر را می بنداند .

برگ و شاخه این گیاه شبیه برگ و شاخه (حرینان) است .

خاصیت :گلش ضماد شود در خونریزی مفید است .

زخم :گل و برگش داروی سوختگی است .

مفاصل :آن را با موم و روغن گل مخلوط کنند و نمک بزنند تا سفید شود داروی خستگی و علاج درد ناشی از خستگی است .

اندام های راننده :بیخس شهوت انگیز است .

عالوسیس

بعضی گویند این گیاه را در طبرستان (بربهم) می گویند .

گیاهی است که تماماً به گزنه می ماند .لیکن برگش از برگ گزنه صاف تر است و اگر در دست فشار دهی بویی بسیار بد می پراکند .

خاصیت :سفتی ها را نرم می کند .

زخم :در علاج زخم پلید و خوره مفید است .

ورم :ضماد کنند و نیم گرم روزی دو بار بر ورم بگذارند ورم های سرطانی و خنازیر و سایر ورم ها را علاج می کند .

سر :برگ و شاخه هایش ضماد شود در علاج ورم پشت گوش و لوزتین مفید است .

عدس

دو گیاه به نام عدس هستند .خوردنی که کاشتنی و بیابانی دارد و نوع بیابانی خوب نیست و دیگری عدس تلخه می باشد .

بهترین عدس خوردنی آن است که زود بپزد و اگر در آب می ریزند آب را سیاه رنگ نکند .

مزاج :گرم و خشکی معتدل دارد .

خاصیت :ترکیبی از قوای گیرنده و زداینده و بادزااست کسی که عدس می خورد خواب های پریشان می بیند .خون را پرمایه می

گرداند و در رگ ها روان نیست .بول و حیض را کاهش می دهد .

ورم :عدس را با سرکه بپزند و ضماد کنند علاج خنازیر و آماس های سفت است .عدس با اینکه بازدارنده است اما ریم و چرک را

جمع می کند . زیاد خوردن آن باعث سرطان و ورم های سفت می شود .

زخم و قرحه :عدس را با سرکه بپزند زخم گود را از گوشت پر می کند و زخم پلید را بر می کند .

اگر دمل (زخم) بسیار بزرگ باشد عدس در سرکه پخته را با قبض تر از عدس قبیل پوست انار و غیره بر زخم بگذارند و اگر با آب دریا مخلوط کنند علاج خوره و باد سرخ و مورچگی و ترک های ناشی از سرما می باشد .

مفاصل :برای اعصاب خوب نیست . عدس و قاوت را ضماض کنند و بر نفرس بگذارند مفید است .

زیاد خوردن عدس جذام می آورد .

چشم :چون بسیار خشکی دارد کسی که زیاد عدس بخورد به تیرگی چشم گرفتار می آید .

از عدس ، شاه افسر ، روغن گل و به ضماض سازند و بر چشم گذارند آماس گرم چشم فرو می نشیند .

سینه :عدس را در آب دریا بپزند و ضماض کنند آماس پستان که ناشی از جمع شدن خون یا شیر باشد از بین می رود .

اندام های غذا :دیر هضم است و با معده سازگار نیست . بادآور و سنگین است . می گویند سی دانه عدس پوست کنده را بخورند

سستی معده را از بین می برد .نباید با عدس شیرینی بخورند و گر نه راه بندان در کبد روی می دهد .

اندام های رانده :عدس و شاه افشیره و به روغن گل را ضماض کنند و بر ورم مقعد بگذارند فرو می نشیند .عدس بیابانی که عدس

تلخ است خون را بیرون می آورد .

عدس که خون را غلیظ می گرداند سبب کاهش بول و حیض می گردد . اما عدس تلخه بر عکس بول و حیض را سرازیر می آورد

و ریزش می دهد .

عرفون

به عقیده دیسقوریدوس گیاهی است که برگ دراز و دو نیمه دارد و به برگ آلاله شبیه است بیخش لوله ای شکل و سفت و

خوردنی است .

ورم زهدان را علاج است .

عسل

عسل بسیار خوب آن است که کاملاً شیرین مزه ، خوشبو و رنگش به سرخی بزند و پر مایه باشد و بهم متصل .می گویند عسل

تابستانی خوب نیست .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :زداینده است ، دهانه رگها را باز می کند ، رطوبت را از بین می برد و مانع تباهی و گندیدگی می گردد .

آرایش :به تن بمالند شپش و رشک را از بین می برد با کوشنه مخلوط باشد و بر پوست بمالند لکه های سیاه چهره را حتی اگر

کهنه هم باشد از بین

می برد .عسل و نمک با هم لکه های بادمجانی رنگ ناشی ازضربه خوردن را می زداید.زخم :زخم های ژرفا را پاک می کند ،

عسل را آنقدر بر آتش بگذارند تا غلیظ شود ، زخم های تازه را بهم می آورد . عسل و شبت را بر پوست بمالند (قوبا) را شفا می

دهد .

سر :نمک اندرانی را با عسل مخلوط کنند و نیمه گرم در گوش بچکانند چرک را از گوش می زداید ،زخم های داخل گوش را

می خشکاند و حس شنوایی را نیرو می دهد . عسل تند مزه و سمی را بو کنند عقل از سر می پرد و تا چه رسد به خوردنش .

چشم: عسل، تم چشم را از بین می برد.

نفس و سینه: غرغره کردن با عسل و عسل به دهان مالیدن علاج خناق و لوزتین است.

اندام های غذا: عسلاب اشتها را بر می انگیزد و توان بخش معده است.

اندام های راننده: عسل نیشکر ملین است ولی عسل (طبر) ملین نیست.

زهرها: عسل را با روغن آمیزند و بر آتش بگذارند تا گرم شود و به گرمی بخورند پادزهر افیون خوردگی و نیش حشرات موذی

است. لیسیدن عسل پادزهر سگ هار و قارچ سمی است. کسی که سم خورده عسل بخورد قی می کند و اثر سم خنثی می شود.

بو کردن عسل تند مزه و عطسه آور است یکباره عقل را از سر بدر می کند و عرق سرد بر بدن می نشیند و علاجش آن است که

ماهی شور بخورد و بعد قی کند.

عنانب

میوه درختی است که میوه و درخت آن را همه می شناسد و اکثراً در گرگان دیده می شود. در جاهای دیگر هم هست ولی عنانب

گرگان از همه درشت تر است.

تا درشت تر و زیباتر و سرخ رنگ تر باشد بهتر است.

مزاج: سرد، خشکی و رطوبتش تقریباً معتدل و کمی به سوی رطوبت است.

خاصیت: کم غذا و دیر هضم است.

سینه: با سینه و شش سازگار است.

اندام های غذایی: به زیان معده است و به دشواری هضم می شود.

اندام های راننده: به عقیده بعضی برای گرده و آبدان خوب است.

عنبر

پندارند که عنبر از چشمه ای در میان دریا می جوشد بعضی می گویند کف دریا است و گروهی برآند که سرگین حیوانی است

که در سرزمینهای دور از ما زندگی می کند.

نوع خوبش عنبر خاکستری رنگ است که بسیار قوی می باشد.

در درجه ی دوم عنبر کبود و درجه سوم عنبر زرد خوب است و بدترینش عنبر سیاهی است که اکثراً آن را بلعیده و بعد از آنکه

مرده است از شکمش بیرون آورده اند و آن را «منده» می گویند.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: گرمای لطیف می بخشد و از این رو با مزاج پیران سازگار است.

آرایش: از منده که عنبر سیاه است نوعی است که دست را سیاه می کند و ممکن است آن را در رنگ باز دادن رنگ پریده ها

(موهایی رنگ شده که رنگ باخته اند) به کار برد.

سر: برای مغز و حواس مفید است.

سینه: برای قلب بسیار خوب است.

عود

تکه هایی از چوب و رگ های درختی است که از چین و هندوستان و عربستان می آورند. در سختی و صافی به دسته هاون سنگی می ماند که داروها را با آن می کوبند .

بهترین عود مندلی نامیده می شود که از هندوستان می آورند . نوع دوم عود هندی است که از کوهساران می آید . مزاج : گرم و خشک

خاصیت :لطیف ، بازکننده بند آمده ها و بادشکن است زیرا رطوبتی بسیار دارد .

آرایش :جویدنش دهان را بسیار خوشبو می نماید .

مفاصل :لزجی لطیف دارد اگر بر اعصاب بمالند اعصاب را تقویت می کند.

سر:عود برای مغز و تقویت حواس بسیار مفید است .

سینه :برای قلب شادی آور و توان بخش است .

اندام های غذا :رطوبت های گندیده معده را بر می چیند و معده و کبد را توانا می کند .

اندام های راننده :قبض است .

عود النجور

چوبی است که پوسته رنگارنگ و بوی معطر دارد و در عطرها آن را به کار می برند .

مزه اش گیرنده و کمی تلخی دارد .

اندام های سر :دهان را خوشبو می کند .

اندام های تنفسی :در مداوای پهلو درد سودمند است .

اندام های غذا :درد کبد را درمان می کند . یک مثقال از آن لزجی معده و ناتوانی آن را بر طرف می کند .

اندام های دفعی :خوردنش با آب علاج زخم روده و درد و پیچش گرم شکم است .

غار

ثمر غار به شکل فندق کوچک است .

مزاج :دانه اش گرم و پوست ثمرش کمتر گرم است .

خاصیت :در همه اجزایش گرمی هست .برگ از دانه گرم تر و گرمی زاتر و خشکاننده تر است .

دانه اش سستی آورد .

آرایش :با انگور کهنه بر لک و پیس بمالند مفید است .

ورم و جوش :با نان و قاوت بخیسانند و بر ورم گرم بگذارند سودمند است .

مفاصل :همه اجزایش در علاج درد عصب مفید است .روغنش خستگی را در می آورد .

سر :غار و روغنش علاج سردرد است .روغن غار درد سرد گوش را دوا می کند ، شنوایی را باز می گرداند .صداهای گوش را می

خواباند . نزله ها را قطع می کند .

سینه :با آب انگور کهنه سیاه یا با عسل بخورند علاج تنگ نفسی و بلند نفسی است و شش را از زائده های رطوبتی حفظ می نماید

غار و به ویژه دانه اش را با عسل بلیسند در علاج زخم شش و بلند نفسی مفید است .

اندام های غذا: روغن غار با آب انگور کهنه خورده شود، یا پوست آن با آب انگور کهنه ریحانی باشد درد کبد را دوا می کند .
 اما روغن و دانه غار معده را سستی می دهد و سبب استفراغ می شوند .
 اندام های راننده: روغن غار دل بهم می آورد و قی انگیز است ، بو و حیض را ریزش می دهد .
 آب پز غار را بخورند یا در آن بنشینند در علاج درد آبدان و زهدان مفید است .
 مقداری از آن را با عسلاب یا سکنجبین می خورند داروی اسهال است .
 خوردنش سنگ را خرد می کند . دانه غار هم در خرد کردن سنگ مؤثر است .
 تب ها: روغنش را بر تن بمالند از لرزه جلوگیری می کند .
 زهرها: با آب انگور کهنه بخورند پادزهر نیش کژدم است .
 سبزش را بر جای نیش هر زنبوری بگذارند مفید است . غار عموماً برای هر حالتی از حالات مسموم شدن خوب است .

شاه افسر - ناخنک

گیاهی است به رنگ کاه به شکل هلالی (ماه نو) با وجود تخلخلی که دارد تا اندازه ای سخت است . گاهی به رنگ سپید و گاهی زرد رنگ است .
 دیسکوریدوس گوید: بعضی ها این گیاه را «ایسقیفون» می نامند .
 گیاهی است خشک دارای شاخه های زیاد و چهار گوش که به سپیدی می زنند و خم می شوند . برگ این گیاه شبیه برگ درخت به است لیکن اندکی درازتر از آن است . کمی زبر است و کرکدار و رنگش به سپیدی متمایل است و در جاهای زبر و خشن می روید . بهترین نوع مورد استفاده اش گونه ای است که سخت تر است رنگش کمی به سپیدی می گراید مزه اش تلخ تر و بویش تند و آشکار است .
 دیسکوریدوس گوید: بهترین نوع آن به رنگ زعفران است که دارای بوی قوی تر می باشد .
 قابض و تحلیل برنده است .
 مزاج: گرم و خشک است .
 دمل و جوش: این گیاه خود به خود در علاج دمل های گرم و سخت مفید است .
 زخم و قرحه تر: گیاه را در آب حل می کنند و زخم را بدان می شویند یا اینکه گیاه را با داروهای خشک کننده از قبیل مازو ، گل خشک و عدس مخلوط می کنند .
 اندام های سر: ضماد این گیاه ورم گوش ها را فرو می نشاند و درد گوش را از بین می برد . اگر افشره آن را در گوش بچکانند درد گوش را بهتر از ضمادش چاره می کند .
 اگر آن را در آب حل کنند سردرد را از بین می برد .
 چشم: ضمادش با داروهای ذکر شده چاره ساز ورم چشم است .
 اندام های دفعی: ضماد آن با داروهای نامبرده ورم مقعد و بیضه ها را فرو می نشاند . اگر ساقه های آن را با برگ هایش بجوشانند و آن را بنوشند ادرار آور است ، حیض را روان می سازد .
 اگر با آب جوشانده آن خود را شستشو دهند خارش بیضه ها را فرو می نشاند .

شاه تره - تخم ترتیزک بیابانی

دیسقوریدوس گوید: بهترین ترتیزک در سرزمین بابل می‌روید که قوتش هم ردیف قوت خردل و تخم ترب است. مزاج: گرم و خشک

خاصیت: گرمی بخش، تحلیل بر، رساننده و نرمش دهنده است و ریم و چرک گری را خشک می‌نماید. آرایش: خوردن یا مالیدن آن مو را از ریزش باز می‌دارد.

دمل و جوش: داروی ورم بلغمی است. با آب و نمک ضماد شود دمل‌ها را شفا می‌بخشد.

زخم و قرحه: در علاج گری چرکین و قوباء (نوعی بیماری ویروسی) مفید است. با غسل همراه باشد جوش عسلی را از بین می‌برد و پلیدی آتش فارسی را بر می‌اندازد.

مفاصل: خوردنش و ضمادش که همراه سرکه و قاوت جو باشد داروی بیماری اعصاب است.

اگر بیماری بیماری اعصاب همراه با اسهالی باشد که خون در مدفوع دیده شود این دارو را حقنه (وارد کردن مانند شیاف، آمپول و ...) کنند مفید است. در علاج سست بودن همه پی‌ها بسیار سودمند است.

سینه: شش را تنقیه می‌کند، داروی برنشیت است. تخم ترتیزک نیز از داروهای برنشیت است.

از آنجا که دارای قوت قطع‌کننده و نرمش دهنده است آن را با سوپ مخلوط کنند برای برنشیت بسیار خوب است.

اندام‌های غذا: معده و کبد را گرمی می‌دهد. ستبری طحال را از بین می‌برد و به ویژه اگر با غسل ضماد شود.

اندام‌های دفعی: شهوت انگیز و گرم‌کش است. حیض را روان می‌سازد. در روغن جوشیده اش بندآور شکم است و به ویژه اگر نکوبیده باشد، چون سائیدن لزجی آن را از بین می‌برد. در علاج قولنج مفید است.

اگر کوبیده آن را با آب گرم بنوشند مسهل و بادشکن روده‌ها است.

زهرها: خوردن آن یا ضمادش با غسل پادزهر حشرات است و اگر بسوزانند حشرات از دودش گریزانند.

شاه تره

سبز و شاداب و تلخ مزه اش خوب است.

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: به علت مزه گیرنده که دارد سرد است و از تلخ مزگی اش گرم است و سردی آن از گرمی بیشتر است.

زخم: خوردنش داروی خارش و گری است.

سر: لته را محکم می‌کند.

اندام‌های غذا: معده را توان می‌بخشد و بند آمده‌های کبد را می‌گشاید.

شابانک

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: تحلیل برنده و بسیار لطافت بخش است. اگر زیر بالش کودک بگذارند در علاج جریان آب دهن در وقت خواب مفید است.

مفاصل: بر تن بمالند، یا به بینی کشند، یا با آب انگور کهنه خورند علاج فلج است.

سر: آبش را به بینی کشند مغز را می پالاید و در علاج کج دهنی مفید است. با آب انگور کهنه خورند در صرع سودمند است .
 اندام های غذا: رطوبت های معده را بر می چیند .
 اندام های راننده: بادهای زهدان را از بین می برد .

شاه زیره

مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: بادشکن است و می خشکاند ولی به لطافت زیره نیست .
 اندام های غذا: خوردنش استفراغ را بند می آورد . معده را گرم و به هضم طعام کمک می نماید .
 چشم: از داروهای چشم است ولی اگر زیاد بخورند کم سویی ببار می آورد .
 سینه: آرامش بخش سکسکه و خفقان است .
 اندام های دفعی: آب پز و تخمش خورده شوند ادرار بول می دهند .
 پیچ و درد روده را تسکین می دهند .
 زنان در آب پز بنشینند درد زهدان بر طرف می شود .
 تخمش را بسوزانند و ضماد کنند بواسیر را بر می کند .
 دانه و تخم آن را بخورند داروی کرم است .

شاه پسند

دانه این گیاه تقریباً به دانه آس می ماند .
 مزاج: گرم و تر است .
 زخم و قرحه: زخم را بهم می آورد . زخم پلید را از سرایت باز می دارد به شرطی که با سرکه ضماد شود .
 ورم و جوش: ورم بلغمی را نرم می کند .
 آرایش: آب پزش مو را سیاه می کند .
 اندام های راننده: آب پز شاخه اش بول و حیض را راه می اندازد . اگر خود را با آن بشویند خارش عورت را تسکین می دهد .

شرنگ ، هندوانه ابوجهل

شرنگ بر دو نوع است: نر و ماده
 شرنگ نر الیافی و شرنگ ماده سست و سفید رنگ و نرم است . سفید بسیار سفید و نرم بسیار خوب است . سیاهش بد است و باید وقتی آن را می چینند پیهش را فوراً بیرون نیاورند .
 مزاج: گرم و خشک .
 خاصیت: گدازنده ، تکه کننده ، بسیار جاذب ، برگ سبز آن خون دماغ را بند می آورد .
 آرایش: در مداوای جذام و واریس ، پاغر ، بر پوست بمالند مفید است .
 دمل و جوش: برگ شادابش ورم ها را می رساند و تحلیل می برد .

مفاصل: در علاج درد پی و مفاصل و بیماری اعصاب و نقرس سرد بسیار مفید است .
 سر: مغز را می پالاید بیخ شرننگ را با سرکه بپزند و مزمه کنند درد دندان را فرو می نشاند. شرننگ را در روغن زیتون بجوشانند و آن را در گوش بچکانند صدای گوش را از بین می برد . کشیدن دندان را آسان می کند .
 نفس کش و سینه: در علاج بلند نفسی بدان قی کنند بسیار خوب است .
 اندام های غذا: بیخ شرننگ در علاج استسقا خوب است ولی با معده ناسازگار می باشد . در بیرون راندن بلغم پرمایه و غلیظ از مفاصل و پی ها ویژگی دارد .

زرداب را روان می سازد و برای علاج قولنج تر و بادی دارویی است بسیار سودمند و شاید خون را هم بیرون آورد .
 از آنجا که در روده ماندگار نیست و بسیار زودگذر است تلخی اش تأثیر چشمگیری بر روده ندارد . در مداوای بیماری های گرده و آبدان مفید است .

زهرها: شرننگی که هنوز به رنگ سبز است و چیده شده زیاد از اندازه مسهل و زیاد لازم قی آور است. بیمار را آزار می دهد و شاید کشنده باشد. یخ شرننگ پادزهر مار است . در خنثی کردن سم کژدم بهترین پادزهر است خوردن و پاشیدن آب پز آن بسیار مفید است .

شرین

درختی است که از آن قطران می گیرند. بهترش آن است که قطرانش پرمایه و صاف و نیرومند و بدبو باشد و هرگاه از درخت تراوید قطرانش بحال خود ماند و از هم نپاشد .
 این درخت را در زبان فارسی اورس می گویند. ضد گندیدن و تن مرده را نگهدار است .
 خاصیت: پوست اورس گیرندگی دارد .

سر: کسی که زیاد از بر میوه این درخت بخورد از گرمی بخشیدن زیاد و از گزیدن معده که خاصیت اوست دچار سردرد گرم می شود. برگش را در سرکه بپزند و بدان مزمه کنند درد دندان تسکین می یابد .
 سینه: ثمرش داروی سرفه است .

اندام های غذا: ثمرش معده را می گزد . با معده و کبد سازگار است .
 اندام های راننده: ثمرش از چکمیزک مفیدتر است . با فلفل بخورند بول را ریزش دهد. پوستش خورده شود شکم بند می آید و شاید بول را هم بند آورد .

زهرها: ثمرش با آب انگور کهنه پادزهر سمومیت از خرگوش دریایی است. ثمرش را با پیه شتر مخلوط کنند و به تن بمالند حشرات از آن می گریزند .

شقرس

خاصیت: گرم است و افشرد اش را در علاج دردها می خورند .
 آرایش: سبزش را با آب انگور کهنه بر پوست بمالند علاج لک و پیس است .
 زخم: زخم مزمن را بهم می چسباند و گردش را بر گوشت زائد بپاشند مفید است .
 مفاصل: با سرکه بر نقرس بمالند مفید است .

سینه: با شیرینی‌ها بلیسند داروی سرفه است .

اندام‌های غذا: مقداری را با ادرومالی بخورند سوزش معده را تسکین می‌دهد .

اندام‌های راننده: اگر زنان بردارند در ریزش حیض ملایم است .

شلکا انجیر

دیسقوریدوس در کتاب خود گوید: درختی است تنومند، به درخت انجیر می‌ماند و شیره بسیار دارد. برگ‌ش شبیه برگ توت و سالیانه سه الی چهار بار میوه می‌دهد. میوه‌اش از جوانه شاخه‌ها سر بر نمی‌زند، چنان‌که در درخت انجیر دیده می‌شود، بلکه میوه آن از ساقه شاخه‌ها و به انجیر بیابانی شبیه است .

مزه‌اش از انجیر نارسیده شیرین‌تر و دانه‌هایش به بزرگی دانه انجیر نیستند. مزاج: گرم و تر است .

خاصیت: از شیره درخت آن قرص می‌سازند و حقه‌(وارد کردن مانند شیاف، آمپول و ...) می‌شود که ملین است و بسیار گدازنده .

اندام‌های غذا: با معده ناسازگار است .

زخم و قرحه: شیره آن چسبنده است و زخم‌های دشوار را درمان می‌کند. دمل و جوش: آماس‌های سخت را نرم می‌کند .

اندام‌های دفعی: مسهل است .

تب‌ها: شیره درخت آن در علاج تب لرز مفید است .

زهرها: شیره آن را بر جای نیش بمالند پادزهر حشرات است .

شلمک

گیاهی است که در میان گندم زار می‌روید .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: لطیف، زداینده، تحلیل‌برنده .

آرایش: مخلوط آن را با گوگرد بر لک و پیس بمالند مفید است .

ورم و جوش: با تخم کتان بر ورم و خنازیر بگذارند نرم می‌کند .

زخم و قرحه: شلمکی را که با گندم روئیده اگر بر زخم بمالند یا بسایند و بر زخم بپاشند مفید است. مالیدنش داروی قوباء(نوعی

بیماری ویروسی) است با پوست ترب بر زخم بگذارند مفید است .

مفاصل: در غسل آب بپزند و ضماد کنند علاج بیماری اعصاب است .

سر: مستی و بیهوشی می‌آورد .

اندام‌های راننده: شلمک و به ویژه با قاوت جو را بسوزانند و دودش را برکشند به باردار شدن زن کمک می‌نماید .

شلغم

بیابانی و کاشتنی است .

مزاج: هر دو نوع گرم و تر هستند .

خاصیت: پخته آن غذایی بسیار متراکم می دهد و بهترش آن است که با گوشت چرب بپزند .
 آرایش: اگر شلغمی را بسوزانند و موم و روغن گل در وسط آن بریزند و بر خاکستر گرم بگذارند تا موم بگذارد علاج کم مویی کهنه است .

زخم: همین کار در ترک های چرکین ناشی از سرما مفید است .
 سینه: شلغم پخته با گوشت چرب ، سینه و گلو را نرم می کند .
 اندام های غذا: زیاد در معده ماندگار است .
 مفاصل: آب پزش را بر نقرس بپاشند بسیار سودمند است .
 چشم: خوردنش برای چشم مفید است .
 اندام های راننده: آبش بول را ادرار می دهد و شهوت انگیز است .

شنبلیله

مزاج: گرم و خشک و رطوبتی بیگانه دارد .
 خاصیت: رساننده و نرمی بخش است .
 آرایش: روغنش همراه آس برای مو مفید است . اثر زخم را از بین می برد .
 ماده لعابی تخم شنبلیله و به ویژه اگر با روغن گل باشد ترک های ناشی از سرما را درمان می کند .
 در داروهای لکه های سیاه رخساره و زیبا شدن رنگ و دگرگونی بوی دهان و بوی بد تن و عرق مفید است .
 ورم و جوش: ورم های بلغمی و سخت را از بین می برد .
 آرد شنبلیله ورم های گرم پدید و ناپدید را شفا می دهد ، به شرطی که التهاب نکرده و تا اندازه ای سخت باشند . ورم های اندرونی را نرم می نماید و می رساند .
 زخم: با روغن گل داروی زخم می باشد .
 سر: سرشویه کنند شوره را از بین می برد . سردرد می آورد و به ویژه اگر با آبکامه باشد اما آبکامه برای معده خوب است و اگر همراه شنبلیله باشد از گزندش به معده می کاهد .
 چشم: آب پز شنبلیله نقطه سرخ چشم را بر طرف می کند . بر چشم بمالند مواد غلیظ را که سبب آماس چشم می شوند از بین می برد .
 سینه: صدا را صاف می کند ، کمی غذا به شش می دهد . سینه و گلو را نرم می کند . سرفه و برنشیت را تسکین می دهد و به ویژه اگر با عسل یا انجیر یا خرما بپزند . در علاج آماس و درد و بهم آمدن زهدان در آب پزش بنشینند مفید است .
 آب پزش با سرکه که داروی زخم روده است . شنبلیله سبز را بخورند و سرکه بر آن سر بکشند داروی زخم معده است . آب پزش همراه آب علاج اسهال است .
 روغنش آماس مقعد را فرو می نشاند . حقنه (وارد کردن مانند شیاف ، آمپول و ...) اش پیچش و درد شکم را بر طرف می کند . آب پز آن با عسل رطوبت های پرمایه را از معده سرازیر می کند .
 بول و حیض را روان می سازد . زنانی که زهدان سخت دارند و به دشواری بچه می آورند و زهدان خشک دارند فرزجه شنبلیله و پیه اردک بسازند و همین را کسانی که بواسیر دارند انجام دهند مفید است .

شنگرف

بعضی ها گویند شنگرف هم قوت سفیداب است و برخی معتقدند که در قوت یا شاه دانه برابر است .
مزاج : گرم و خشک است .
خاصیت : گیرندگی بیش از کشندگی دارد .
زخم و قرحه : زخمها را بهم می آورد . گوشت را در زخم ها بر می آورد .
داروی سوختگی و جرب خشک است .
سر : خوره دندان ها را بر طرف می کند .

شنگ

مزاج : کمی حرارت و سردی دارد و می توان گفت ولرم است .
خاصیت : تا اندازه ای گیرنده و بیخش بیشتر گیرندگی دارد . بیخ شنگ را در پادزهرها بریزند اندام ها را محکم می کند .
زخم و قرحه : برگ خشکیده اش زخم را بهم می آورد و در علاج زخم های کهنه مفید است و در این زمینه گلش کاری تر است .
سر : برگ ، بیخ و گلش ، هر کدام را با افشره جو بخورند علاج زخم شش و داروی خون برآوردن است .
اندام های غذا : شنگ و به ویژه آبش معده را توان می بخشد و ریزش مواد را از معده باز می دارد .
اندام های دفعی : شنگ و به ویژه گل شنگ یا افشره اش را با آب انگور کهنه بخورند بهترین علاج زخم روده است . ضماد شنگ و خوردنش خونریزی زهدان را قطع می کند .

شوکران (بیخ نفتی)

دیسقوریدوس گوید : گیاهی است که مردم گرگان آن را (بوط) می خوانند .
مزاج : سرد و خشک
خاصیت : خونریزی را بند می آورد .
آرایش : به علت سردی زیاد که دارد اگر بر جای موی چیده بمالند مانع بازروئیدن مو می شود . بر پستان بمالند بزرگ نمی شود .
ورم : افشره اش داروی جمره و مورچگی است .
مفاصل : بر نفرس گرم بمالند مفید است .
سر : گویند افشره اش رطوبت های گوش را از بین می برد .
چشم : داروی چشم درد است .
سینه : بر پستان بگذارند بزرگ نمی شود و بی اراده شیر از آن نمی تراود .
اندام های راننده : خونریزی را بند می آورد . داروی درد زهدان است .
بر بیضه بگذارند بزرگ نمی شود .
زهرها : سم قاتل است .

شیر

گوهر شیر ترکیبی است از آبی و پنیری و چربی. در شیر گاو چربی زیاد است. شیر شتر بسیار رقیق و چربی و پنیری اش از شیر گاو کمتر است.

شیر بسیار خوب آن است که رنگش بسیار سفید، قوامش معتدل و قطره اش بر ناخن نلغزد و باقی بماند.

مزاج: مواد آبکی شیر کم و چربی آن معتدل است و کمی گرایش به گرمی دارد. شیر ترش (ماست) سرد و خشک است.

خاصیت: به سبب گوهر آبی که دارد لطافت بخش و شوینده است و گزندگی ندارد.

اندام های غذا: هر شیری و به ویژه شیر پستان زن تغذیه زیاد به مغز می دهد.

شیر زود هضم است و باید چنبن باشد.

شیر وقتی غذایی شده است که سایر غذاهایی که هضم ها دیده و به بارها پالایش رسیده اند هم حال شده است.

کسی که شیر می نوشد باید بعداً آرام بگیرد که مبادا شیر تباه گردد و بترشد. اما نباید بعد از شیر نوشیدن فوراً خوابید و نباید غذای دیگری خورد.

شیر ناجوشیده بادزا است و چون بجوشد معتدل می شود. نوشیدن شیر برای زیبایی رنگ بسیار مفید است اما گاهی لکه های سفید

در رخساره به وجود می آورد. شیر را با شکر بخورند رنگ را بسیار زیبا می کند و به ویژه زنان از آن بهره می برند.

شیر فربه کننده است و حتی آب پنیر هم فربه می دهد چنان که اگر آنهایی که مزاج گرم و خشک دارند آب پنیر بنوشند و

اسهال شوند دلیل چاق شدن

آنهاست.

آب پنیر را بر رخساره مالند لکه ها و اثرها را از بین می برد و اگر بخورند هم همین اثر را دارد.

ورم و جوش: اکثراً از اثر شیر نوشیدن دمل های بد و آماس های تباه و بادکردگی و سرخ شدن پوست و گری و خارش از بین می

رود. کسانی که ورم های درونی دارند بهتر آن است که از خوردن شیر پرهیز کنند.

زخم و قرحه: شیر زخم های ناپیدا را می شوید و پاک می کند و می پوشاند.

مفاصل: شیر عموماً با اعصاب ناجور است و برای بیماران عصب و به ویژه آن بیماری که سرد و بلغمی باشد خوب نیست.

سر: شیر بز آب بینی زکامی را بند می آورد. تندی آن را ملایم می کند. داروی زخم گلو است. شیر فراموشی خشک و غم و

وسوسه را از بین می برد.

شیر برای دندان خوب نیست، دندانها را می کاود، می خورد، خرد می کند و به ویژه اگر دندان انسان سرد مزاج باشد. لته را

سست می کند. بهتر آن است که بعد از شیر نوشیدن با عسل و آب انگور کهنه و سکنجبین مزمره

کنند.

شیر برای بیماریهای سردرد و سرگیجه و کسانی که احساس صداهای غریب (طنین) می کنند خوب نیست. نباید بعد از شیر خوردن

خوابید. شیر عموماً برای کسانی که ضعف سر دارند بد است.

چشم: شیر سبب تم و پرده چشم می شود. اما در چشم بدوشند برای مداوای رمذ و دفع گزند مواد گرم و ناسازگار که به چشم

درآیند مفید است و زبری را از بین می برد.

برای از بین بردن نقطه خونی (طرفه) مفید است و همچنین اگر شیر با سفیده تخم مرغ و روغن خام گل مخلوط کنند و بر چشم

دردمند گذارند بسیار سودمند است.

اندام های تنفسی: شیر تازه دوشیده بز برای سرفه و سل و خون برآوردن خوب است.

شیر گوسفند بهتر از آنها است. در دهان گردانیدن و غرغره کردن شیر داروی خفگی ها و ذبحه صدریه و آماس زبان کوچک و

لوزتین است .

برای بیمارانی که خفقان تر خونی یا بلغمی دارند خوب نیست . شیر شتر علاج برنشیت و ضعف اندام ها است .

اندام های غذا : شیر سبب بند آمدنی ها در مثانه و کبد می شود . آب پنیر در علاج یرقان مفید است .

آب پنیر زرداب سوخته را ریزش می دهد . آب پنیر مخلوط با افیمون سودای سوخته را بیرون می راند . شیر سنگ به وجود می آورد .

شیر را آنقدر بجوشانند تا ماده آب از آن خارج شود ، شکم را بند می آورد و بهم خوردن عادت ماهانه را سر و سامان می بخشد . شیر شتر حیض را راه می اندازد .

دوغ گاوی برای بیرون دادن مراره خوب است .

با شیر دوشیده حقنه (وارد کردن مانند شیاف ، آمپول و ...) کنند زخم های زهدان را علاج می نماید . شیر بز برای زخم آبدان مفید است .

شیر زیان جماع را جبران می کند و شهوت انگیز است . هر شیر و حتی شیر ترش (ماست) که تر و بادزا است آرزوی جماع را زیاد می کند .

شیر بادکن روده است . هر شیری که پرمایه باشد و به ویژه آغوز که بسیار پرمایه است قولنج را بر می انگیزاند و سنگ پدید می آورد . شیر در علاج پوسته انداختن مفید است . شیر ترش و پخته اسهال زردابی و خونریزی را بند می آورد . شیر شتر داروی بواسیر است . آماس های اطراف مقعد ، زخم های مقعد ، ورم های زهار ، زخم های زهار را اگر با شیر بیندایند درد را تسکین می دهد .

تب ها : شیر تازه دوشیده از بز برای بیماری دق مفید است . شیر ترش اگر به خوبی چربیش را بگیرند ولی چربی بماند اکثراً تب دق را قطع می کند . اما باید در حالتی باشد که با اشتها آن را بخورند . انواع شیر پرمایه (غلیظ) اکثراً تب می شوند و تب داران باید از آن پرهیز کنند .

زهرها : کسی که سم خورده و مسموم شده است شیر بنوشد مفید است .

شیره انگدان (حلتیت)

بیخ و ساقه انگدان را نشتر می زنند و شیره آن را می گیرند . حلتیت خشک شده آن شیره است . بهترینش آن است که رنگش مایل به سرخی و صاف و روشن است و آن را «مر» می گویند . بوی تند دارد و بویش به بوی گندنا شبیه نیست و رنگش سبز نمی باشد و چشیدنش بدمزه نیست و به آسانی می گدازد و هر گاه آب شود رنگش سفید است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : بادشکن . از گدازندگی که دارد باد را از بین می برد و با این همه خود بادزا است . قطع کننده است و خون لخته شده درونی را تحلیل می برد .

آرایش : با سرکه و فلفل محلول شود داروی کم مویی است اگر با غذا مخلوط کنند رنگ را زیبا می کند و زگیل های میخی را بر می کند .

دمل و جوش : اگر ورم پلید و کشنده را با بیشتر باز کنند و حلتیت در آن بمالند سودمند است . در علاج دمل های محسوس و غیر محسوس خوب است .

زخم و قرحه : داروی قوباء (نوعی بیماری ویروسی) است .

مفاصل : حلتیت را با آب انار بنوشند داروی گسستگی در ماهیچه است .

گویند اگر مقداری از آن را با موم مخلوط کنند و قورت دهند یا با فلفل و فیجن و آب انگور کهنه بخورند درد پی‌ها را از قبیل کشیدگی و فلج معالجه می‌نماید.

سر: تنها حلتیت با حلتیت مخلوط با کندر اگنه دندان کرم خورده می‌باشد یا بر دندان دردمند بگذارند درد تسکین می‌یابد.

در معالجه صرع همان کنش فاوانیا را دارد. اگر با آن غرغره کنند کرم را از گلو بر می‌کند.

چشم: در سرآغاز آب آوردن با عسل به چشم بکشند خوب است.

سینه: در آب حل شود و بنوشند فوراً صدا را صاف می‌کند.

زبری دیرینه پای گلو را شفا می‌دهد. اگر با تخم مرغ بخورند داروی سرفه دیرپا و ورم حجاب حاجز است و در علاج ورم زبان کوچک تأثیر زاج بلوری دارد.

اندام‌های غذا: اگر با انجیر خشک بکار برند داروی یرقان است.

حلتیت با معده و کبد ناسازگار است و به آن دو زیان می‌رساند.

اندام‌های دفعی: شهوت انگیز است. داروی بواسیر است. بول و حیض را روان می‌سازد. زخم روده را درمان می‌کند. در علاج اسهال سرد و کهنه سودمند است.

تب‌ها: در علاج تب سه در میانه بهترین دارو است.

زهرها: ضماد، خوردن و پاشیدن محلولش با روغن زیتون پادزهر مارگزیده و نیش حشرات و به ویژه نیش کژدم و رتیل است.

شیره فیل زهره

دو نوع است. هندی و مکی.

هندی در سر و کار داشتن با مو از مکی بهتر و مکی در معالجه ورم‌ها از هندی مفیدتر است.

مزاج: گرمی و سردی معتدل دارد و خشک است.

خاصیت: در هندی آن گدازندگی هست و اندکی گیرندگی و در علاج هر نزیفی مفید است.

آرایش: مو را محکم می‌کند و رنگ مو را سرخ می‌گرداند و به ویژه هندی قوی تراز مکی است.

لکه‌های سیاه صورت را می‌زداید و همه نوع آن داروی کژدمه است.

ورم و جوش: داروی ورم‌های سست و مورچگی است.

زخم و قرحه: زخم پلید را درمان می‌کند.

مفاصل: مفاصل را استحکام می‌بخشد.

سر: در مداوای چرک و ریم گوش، زخم گوش، زخم لثه و بیماری لثه بسیار سودمند و اگر آن را به دهان بمالند جوش دهان و زبان را خوب

می‌کند.

چشم: دواى رمد است. قرنيه را جلا می‌دهد. تم چشم را از بین می‌برد. شفای گری چشم است.

سینه: خوردن هندی اش علاج خون برآوردن و سرفه است.

اندام‌های غذا: خوردن یا مالیدن نوع هندی آن بر بدن در علاج یرقان سیاه و طحال سودمند است و درخت آن نیز در این زمینه و در اسهال معده مفید است.

اندام‌های دفعی: داروی ترک‌های مقعد است. بخورند یا بردارند در علاج اسهال مزمن اسهالی که از ناتوانی معده باشد، مؤثر است

و خون حیض را راه می اندازد .

میوه تازه و ترش در بیرون راندن بلغم آبی و شفا دادن زخم های مقعد و بازداشتن خونریزی زنانه و علاج بواسیر سودمند است .
 زهرها : میوه اش در مقابل سم های کشنده مقاومت می کند و هندی آن را بخورند گزند مارگزیده را خنثی می سازد .

شیشه

مزاج : گرم و خشک است .

سر دندان را جلا می دهد . اگر با روغن گل باشد مو را باز می رویاند و اگر سر را با آن بشویند جوش های سوزنی را علاج می کند .

چشم : دیده را جلا می دهد ، سفیدی را بر طرف می کند و سوخته اش مفیدتر است . اگر سائیده سوخته اش را با آب بخورند بهترین داروی سنگ کرده و مثانه است .

شترک

شترک هندی قطعه چوبهای کوچک و باریک و دارای پوستی است شبیه دارچین و اگر بشکنی رنگش میانه سرخ و سیاه است .

مزاج : با سرکه بر پوست بمالند علاج لک و پیس و برص است .

زخم و زخم : با سرکه بر پوست انداختن گری را درمان می کند .

مفاصل : اگر خورده شود بهترین علاج درد مفاصل است .

اندام های غذا : بر طحال بمالند لاغرش می کند .

اندام های راننده : می گویند بیخس را به گوش آویزند درد مثانه تسکین می یابد .

ساده

مرکز این گیاه هندوستان است . در مرد آب های سرزمینهای سیاه گل می روید .

بهترین آن است که تازه و تر و رنگش مایل به سفیدی باشد ، زود خرد نشود بوی ناردین را بپراکند .

عفونتی و شور مزه و سست و پژمرده نباشد .

مزاج : سرد و خشک است .

خاصیت : گویند با لباس باشد لباسها را از بید حفظ می کند .

آرایش : زیر زبان بگذارند بوی دهان را خوش می کند و نمی گذارد دندان خراب شود .

ورم و جوش : برگ ساده را می ساینند ، در گلاب می پزند و ضماد می سازند در علاج ورم گرم بسیار مفید است .

اندام های غذا : در علاج ورم گرم چشم مفید است .

سپوس (نخاله)

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : زداینده ، نرم کننده و بسیار تنقیه کننده است ولی باز در تنقیه به گاودانه نمی رسد . بلغم را تحلیل می برد و بادها را می

پراکند .

ورم و جوش: سپوس مخلوط با سرکه ورم های نوحاسته را فرو می نشاند .

ورم بلغمی و بادکردگی را علاج است .

زخم و قرحه: سپوس را با سرکه بسیار تند ضماد کنند و تا گرم است بر گری چرکین بگذارند بسیار مفید است .

سینه: سپوس و به ویژه اگر آب پز را با شکر و روغن بادام بخورند سینه را نرم می کند . با آب انگور کهنه مخلوط شود و بر ورم پستان بگذارند مفید است .

اندام های دفعی: روده را تحریک می کند و محتویات را بیرون می ریزد . سوپ سپوس را بخورند شکم نرم می شود .
زهرها: ضماد سپوس پادزهر کژدم و مارگزیده است .

سدر (نبق = میوه سدر)

درختی است بزرگ و تناور و خاردار . میوه ای می دهد سرخرنگ ، خوشمزه و به اندازه ی فندق که آن را می خورند . این درخت اکثراً در گرمسیرها می روید و در آن سامانها نامهای گوناگون دارد . برخی از مردم این درخت را کنار می گویند .

مزاج : تر و خشکس می خشکاند ، لطافت می بخشد و تمام اجزاء درخت این کنش را دارد . دود درخت کنار بسیار گیرنده است .
خاصیت : نبق و به ویژه قاوتش بسیار قبض است .

آرایش : مو را از ریزش باز می دارد ، بلند و تقویت می نماید و نرم می کند . انگم سدر جوس سوزنی را از بین می برد ، سپوسه سر را می زداید و مو را سرخ می کند .

ورم و جوش : برگ کنار ورم را نرم می کند و تحلیل می برد .

سر : انگم سدر سرشویه شود سپوسه و شوره را می زداید ، سر را پاکیزه می کند و مو را پیچ می دهد .

سینه : برگش داروی برنشیت و بیماریهای شش است .

اندام های غذا : معده را توان می بخشد . بندآور شکم است . نبق و به ویژه قوتش خونریزی حیض را بند می آورد .

قرحه روده را علاج می کند و اسهال را که ناشی از ضعف معده باشد بند می آورد . اگر با آب پز کنار حقه کنند یا بنوشند همین تأثیرات را دارد .

سیلان زهدان را علاج می کند . نبق تر و تازه همکار به ، زالزالک ، سیب و گلابی است یعنی به اعتدال بخورند شکم را بند می آورد و اگر زیاد بخورند ، هضم نشود و مزاج از آن نفرت پیدا کند قی و اسهال شدید بدنبال دارد .

سدر

گویند لنج سدر است . لنج از درخت های تنومند ، بلند و به مصر انتقال داده شده است و در آنجا مزه آن تغییر کرده است .

دیسقوریدوس گوید : لنج درختی است که در مصر می روید و میوه اش خوردنی است . گاهی نوعی از رتیل در این درخت پدید می آید و به ویژه در لنج های اطراف صعیه .

گروهی پندارند که این درخت اول در ایران و سم بوده ، بعد از آنکه به مصر منتقل شده تغییر مزاج داده ، مزه اش دگرگون شده ، می خورند و زیانی ندارد .

خاصیت درمانی : برگ کوبیده لنج را بر اندامی یا جایی که خونریزی دارد می گذارند نیزیف را بند می آورد .

سرخس نر

چیزی است که به سرخس می ماند، بر درخت های کهنسال بلوط می پیچد و از سرخس عادی کوچکتر و کم پرزتر است. ریشه های درآمده هم دارد که در مزه اش تا اندازه ای شیرینی همراه با تندی، تلخی و گیرندگی حس می شود و قوتی گنداننده در آن هست.

مزاج: بسیار گرم و خشک است.

آرایش: موی را باریک می گرداند، می سرد و از بین می برد زیرا هم عفونی است و هم تند.

مفاصل: گروهی عقیده دارند که در علاج فلج و دهن کجی مفید است.

سرمه

بهترین قسم سرمه ورقی است که خرده های آن درخشندگی دارد، خالص و بی آرایش است. بسیار زود می شکند. در مداوای قرحه مفید است، گوشت زائد را از بین می برد. زخم را بهم می آورد. برای علاج سوختگی سرمه و پیه تازه را مخلوط می کنند و ضماد می نمایند، نمی گذارد بترکد و قرحه شود و اگر قرحه بشود سرمه مخلوط با موم و اسپیدان چاره آن است. سر: خونریزی مغزی که از پرده مغز باشد با سرمه بند می آید.

چشم: چشم را سالم نگه می دارد و چرک های چشم را از بین می برد. فرزجه آن نزیف زهدان را متوقف می نماید.

سریش

دیسقوریدوس گوید: بعضی از مردم از این رو این گیاه را سریش نامیده اند چون چسب مشهور را از آن می گیرند. برگ سریش به برگ گندنای شامی می ماند. ساقه صاف دارد.

مزاج: گرم است.

خاصیت: گرمی می دهد.

ورم و جوش: با قاوت مخلوط شود ورم نوحاسته گرم را فرومی نشاند.

قرحه: ضماد سریش در علاج قرحه بدخیم و پلید، زخم و دمل های چرکین، سوختگی از آتش سودمند است.

آرایش: اگر بیمار داء الثعلب گرفته، جای موهای ریخته را با پارچه پشمین ماساژ دهد و ضماد خاکستر سریش بر آن بگذارد مو را باز می رویاند.

اگر لکه سفید بهک را در آفتاب با پارچه ای ماساژ دهند و بیخ سریش را با سرکه بر آن بمالند لکه از بین می رود.

سر: سریش را به تنهایی یا سریش مخلوط با کندر، عسل، آب انگور کهنه و مرپزند و نیمه گرم در گوشی بچکانند که بر عکس طرف دندان دردناک است درد دندان تسکین می یابد.

آب بیخ سریش را با آب انگور کهنه قدیمی و شیرین و با مرپزند داروی درد گوش است.

چشم: همین دارویی که برای درد گوش ذکر شد بر چشم بمالند در همه بیماریهای چشم مفید است.

سینه: دو مثقال سریش را با آب انگور کهنه سیاه پرمایه انگوری بخورند در علاج درد جنین، سرفه و سستی ماهیچه ها مفید است، بول و حیض را ریزش می دهد.

بیخ سریش را با درد آب انگور کهنه پزند و بر آماس پستان بگذارند بسیار خوب است.

زهرها: پادزهر حشرات موذی است. برگش سریش را بر جای نیش حشرات بگذارند مفید است.

اگر ثمر و گل سریش را با آب انگور کهنه بخورند بهترین علاج نیش کژدم

است .

سراج القطرب

گیاهی است که به زوفا نزدیک است . تنها تخمش بکار می آید . مزاج : گرم و خشک است . خاصیت : بازکننده است و گیرندگی در مزاجش چیرگی دارد . خونریزی را از هر کجا باشد بند می آورد . قرحه : بهترین علاج زخم است . سر : ضمادش خون دماغ را قطع می کند . نفس کش : خون برآوردن را بند می آورد . بدان حقه کنند علاج قرحه روده است . زهرها : تخمش با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر نیش عقرب است . بعضی می گویند تخم نوع بیابانی را بر کژدم گذارند کژدم تخدیر می شود و نیش نمی زند .

سرو کوهی

مزاج : گرایش به گرمی و خشکی دارد و ثمرش نیز گرم و خشک است . خاصیت : گرمی بخش ، لطیف و بادشکن است . در ثمرش قبوضیتی است که در سایر اجزاء درخت نیست . مفاصل : در علاج گسستگی ماهیچه سودمند است . سینه : داروی درد سینه و سرفه است . اندام های غذا : تنقیه کننده است و راه بندان ها را باز می نماید . با معده سازگار و نفخ معده را علاج است . بول و حیض را ریزش می دهد . علاج خفگی و درد زهدان است . زهرها : گزند حشرات موزی را دفع می نماید . دود چوب ، ثمر و برگش حشرات و مگس را می گریزاند .

سراوند

دیسقوریدوس گوید : نام زراوند نامی است قدیمی و بعد از این نام بعضی آن را «ارسطن» گفته اند که به معنی سرآمد است و کلمه «لوخوس» را بدان افزوده اند که به معنی زن تازه زائیده است و به معنی بافایده ترین دارو برای زن تازه زائیده می باشد . مزاج : همه انواعش گرم و خشک است . خاصیت : زداینده ، لطافت بخش ، بازکننده ، نازک کننده و با کشش است . خار و پیکان ها را جذب می کند . نوع درازش در زدودن و گرمی بخشیدن دارای مقام اول است و از این رو در باز رویانیدن گوشت و بهبودی بخشیدن به قرحه تأثیرش از همه بیشتر است و اما در بقیه کنش ها غلتان آن مفیدتر است . زیرا در باز کردن و نرم نمودن یکه تاز است و در گرمی بخشیدن با نوع دراز برابر یا اندکی کمتر است . آرایش : بهک را می زداید ، دندان را جلا می دهد . چرک را از دندان می برد ، رنگ را رونق می بخشد ، برای دندان غلتان آن از همه بهتر است . زخم و قرحه : قرحه های پلید ، بدخیم و پوست انداز را تنقیه می کند و گوشت می رویاند . برای باز آوردن گوشت نوع دراز آن بهتر از سایرین است .

اگر زراوند را با زنبق بر قرحه های گود و گندیده بگذارند چرک و ریم را از بین می برد و گودی را پراز گوشت سالم می کند .
مفاصل: همه انواع زراوند و به ویژه غلتان آن در علاج گسستگی ماهیچه مفید است . جای نقرس را با آن بمانند و از گسستگی ماهیچه جلوگیری می کند .

اگر بیماران نقرس بخورند مفید است .

سر: زراوند را با عسل در گوش بچکانند چرک گوش را پاک و شنوایی را تقویت می نماید و نمی گذارد دمل در گوش پدید آید .

زراوند و فلفل که با هم باشند ریختنی های مغز را خارج می کنند .

زراوند و به ویژه غلتان آن در مداوای برنشیت ، در تنقیه سینه ، در تسکین دادن پهلو درد اگر با آب مخلوط شود و بخورند سودمند است .

اندام های غذا: داروی سکسکه و همراه سکنجین علاج طحال است .

گاهی زراوند را با سرکه بر طحال بمانند بسیار مفید است و در این علاج ها غلتان آن از همه قوی تر است .

اندام های دفعی: خلط های بلغمی و مراری را بیرون می راند و به مقعد فایده می رساند . اگر زراوند دراز یا غلتان با مرو فلفل مخلوط شود و خورده شود در تنقیه زائده های زهدان ، پاک شدن خون تازه زائیده ، روان ساختن خون حیض مفید است .
تب ها: داروی تب لرز است .

زهرها: پادزهر نیش کژدم است و به ویژه قسم دراز آن پادزهره اش بیشتر است .

اگر آن را با نوشابه هایی بنوشند یا آن را ضماد کنند و بر جای نیش بگذارند حشرات و زهرها را دفع می کند .

سرکه

مزاج: سرکه ترکیبی از گوهر گرم و سرد است که هر دو لطیفند و سردی آن چیرگی دارد .

خاصیت: بسیار خشکاننده است . در حالات خونریزی سرکه می خورند و بر جای خون برآمدن می پاشند مانع خونریزی می شود .
سرکه از آماس جلوگیری می کند .

سرکه نمک هضم است . ضد بلغم است . به نفع آنهاست که مزاج صفراوی دارند و به زیان سودائیان .

آرایش: بازدارنده آماس است . سرایت غانغرینا را خنثی می کند ، شفای باد سرخ است چه بخورند چه بمانند . ورم را از زیاد شدن باز می دارد . داروی کژدمه است . علاج مورچگی و جمره است و بر پوست بمانند نمی گذارد مورچگی و جمره سبب آماس شوند .

زخم و قرحه: پشم را از سرکه تر کنند و بر زخم بگذارند ورم نمی کند . سرایت قرحه واگیر و گری و قوباء را از بین می برد .
در علاج سوختگی از هر چیزی زود اثرتر است .

مفاصل: برای عصب خوب نیست . سرکه و گوگرد را بر نقرس بمانند مفید است .

سر: سرکه را با روغن زیتون یا روغن گل مخلوط کنند و خوب به هم بزنند و پشم ناشسته را بدان تر کنند و بر سر گذارند سردرد گرم تسکین می یابد .

سرکه لثه را تقویت می کند . خوردنی یا مالیدنی آن برای لثه خوب است و به ویژه اگر سرکه با زاج بلوری حل شده باشد و در دهان بگردانند علاوه بر تقویت لثه دندان لق را محکم کند و خون از لثه آمدن را علاج می کند .

بخار سرکه حس شنوایی را تقویت می کند ، کم شنوایی را از بین می برد و صداهای گوش را می خواباند .

چشم: سرکه و عسل را بر لکه های بدرنگ زیر چشم بمالند مفید است ولی بسیار سرکه خوردن دید را ناتوان می کند .
سینه: به نفع زبان کوچک است. در گلو گردانیدن سرکه مانع سرازیر شدن خلط به گلو می شود .
علاج افتادن زبان کوچک است .

نوشیدن سرکه گرم کرده در علاج سرفه مزمن ، بلند نفسی و زالو بسیار مفید است .

اندام های غذا: با معده گرم و تر سازگار است . اشتها آور و کمک هضم است . معده را دباغ می دهد و بخار سرکه استسقا را تحلیل می برد . اما همیشه خوردنش ممکن است سبب استسقا شود .

اندام های راننده: زهدان را خنک می کند . با سرکه گرم کرده و نمک حقنه (حالتی مثل شیاف و آمپول) کنند زخم واگیر روده را علاج است اما باید قبلاً حقنه نرم بعمل آید و لیونت شکم حاصل شود .

زهرها: برجای نیش حشرات ریزند مفید است . برای دفع گزند افیون و شوکران بخورند مفید است . سرکه ای که از انگور وحشی می گیرند با نمک در گزیده سگ هار و غیره مفید است .
در هر مسموم شدنی خوردن سرکه گرم کرده سودمند است .

سسی صغیر

گیاهی است با ساقه ای ترد و زودشکن دارای گل و تخم هایی است به رنگ سرخ که بسیار تیز و تندمزه است . هر چه در سرخی تیره تر باشد و در بو تندتر ، مرغوب تر است .

خاصیت درمانی: بادشکن است و با مزاج پیران و نوپیران سازگار .

بیماری های سودا را از بین می برد .

مفاصل: علاج ترنجیدگی است .

سر: در معالجه مالیخولیا و صرع سودمند است .

اندام های غذا: صفراپی مزاجان را آزار می دهد و برای آنها قی آور است و تشنگی می آورد .

اندام های دفعی: در بیرون آوردن بلغم مؤثر است .

سفید آب

آنک را می سوزانند خاکستری که بدست می آید سفید آب نامند و اگر در سوختن افراط شود آن خاکستر سرنج و لطیف تر می گردد .

سفید آب را بوسیله سرکه و نمکها و سایر چیزهایی که در کتاب های طبی آمده است به دست می آورند .

مزاج: سرد و خشک است . سفید آب سرکه ای لطافتش بیشتر و ژرف و رونده تر است .

دمل و جوش: ورم های سخت و سرد را نرمی می بخشد .

زخم و قرحه: سفید آب را با مرهم می آمیزند زخم قرحه را پر می کند و گوشت را می رویاند . سفید آب و به ویژه سرنج ، گوشت

بد را می خورد و باز آوردن گوشت آن از سفید آب بهتر است .

چشم: در علاج جوش های چشم سودمند است .

اندام های دفعی: جزء داروهای ترک مقعد و بسیار سودمند است .

زهرها: سفید آب سم است .

سقانی

ممکن است شکر تیغال باشد .
 اندام های دفعی :در تنقیه کلیه نظیر ندارد .
 زهرها :کارساز گزیدگی سگ هار است .
 سقمونیا (محموده)
 بهترین محموده آن است که بی آلایش ، کبودرنگ مایل به سپیدی و هم‌رنگ صدف صاف باشد .زود در دست خرد می شود
 همین که در آب حل شد آب را هم‌رنگ شیر می سازد و برای بکار بردنش بهتر آن است که آن را در داخل سیب بر آتش بریان
 کنند و با آب کرفس بیامیزند تا هیچ خطری در بر نداشته باشد .
 مزاج :گرم و خشک است و گرمی آن از خشکی بیشتر است .
 خاصیت :زداینده و گدازنده و دشمن معده و کبد است .
 آرایش : لک و پیس و برص و لکه های سیاه صورت را می زداید .
 زخم و قرحه :با عسل و روغن زیتون بپزند و ضماد کنند و بر زخم بگذارند مفید است .
 جوش :با سرکه بر گری چرکین بمالند خوب می شود .
 مفاصل :با سرکه و سوسن ضماد شود درد مفاصل و سرین را از بین می برد و در علاج بیماری اعصاب مفید است .
 سر :بیخ گیاه و افشره آن با سرکه و روغن گل سردرد را دوا می کند . محموده را با سرکه و روغن گل مخلوط کنند و بر پیشانی
 کسی که سردرد همیشگی دارد ببندند خوب می شود .
 سینه :قلب را می آزارد .
 اندام های غذا :با معده و کبد هیچ سازگار نیست و بسیار زیان در
 بر دارد .
 افسردگی می آورد .دل بهم خوردن و تشنگی و بی اشتهایی به دنبال دارد .اصلاحش با یک برابر تخم کرفس و انیسون است .
 در اسهال دادن زرداب بسیار فعال است .اما اثرش در مملکتی و از هوایی به هوایی فرق دارد .
 اگر به اندازه ی کم از محموده کهنه خورده شود بول را ریزش می دهد ولی اسهال نمی دهد و اگر با الوا یا با لوبیا گرگی و نمک
 و تخم های خوشبو بسیار کم آن همین کار را می کند .
 زهرها :خوردنش یا مالیدنش بر اندام پادزهر نیش کزدم است .

سکبینه

درخت سکبینه خودش بهره ای ندارد و هر چه هست در انگم آن است .
 تا متراکم و صاف تر باشد و رنگ رویه اش سرخ مایل به سفیدی و رنگ درونی اش سفید مایل به سرخی باشد و زودتر در آب
 حل شود بهتر است و هر آنچه از اصفهان آورند بسیار خوب است .
 اما نوعی که با زرد سفید شبیه است و یا با زرد مخلوط شده باشد بد است .
 مزاج : گرم و خشک است .
 خاصیت : گدازنده ، لطافت بخش ، بادشکن ، گرمی بخش و زداینده است .

آرایش: سکینه را در خوراک بریزند رنگ را زیبا می کند .

مفاصل: در علاج فلج و گسستگی ماهیچه و وترهای میان ماهیچه مفید است .

سکینه را بخورند یا حفته کنند مواد ماندگار در سرین را اسهال می دهد و درد سرد مفاصل را دوا می کند .

سر: داروی صرع است و سردرد سرد و ناشی از باد را تسکین می بخشد .

چشم: در چشم بکشند تم را از چشم می راند ، آماس پلک را فرو می نشاند و لکه های داخل چشم را می زداید . در علاج آب در

چشم آمدن بهترین دارو است .

سکینه را در سرکه بسایند و بر ورم جو مانده پلک بگذارند از بین می رود و قرحه های چشم را درمان کند .

سینه: سکینه را با آب فیجن فشرده بخورند در علاج سینه درد ، پهلودرد ، سرفه همیشگی و بدتنفسی مفید است و سینه را از خلط

های نرسیده پاک می گرداند .

اندام های غذا: در علاج استسقا خوب است . آب زرد را بیرون می ریزد . از سکینه و بادام تلخ یا به جای بادام تلخ ، فیجن را با

عسل یا نان گرم ضماد سازند درد کبد را از بین می برد . بخورند یا حفته کنند در علاج قولنج ، درد و پیچش روده و از بین بردن

سنگ کرده و مثانه مفید است .

سکینه شهوت انگیز است . حیض را ریزش می دهد . شکم را ملایم و نرم می کند . خلط لزج و آب زرد را بیرون می ریزد و برای

زهدان مفید است .

تب ها: در تب های هر روزه سودمند است .

زهرها: بر پوست بمالند پادزهر نیش حشرات و ضد سم خوردگی است و در این زمینه از بارزد بسیار مؤثرتر است .

سلق

دیسقوریدوس گوید: دو نوع هست یکی سفید و یکی سیاه .

مزاج: به عقیده بعضی خشک و گرم است و بعضی می گویند سرد است . ولی درست این است که مزاجش مرکب است اما در تر

مزاجی بیخس اختلافی نیست .

خاصیت: ماده بوره ای دارد ، لطافت بخش و گدازنده است و در باز کردن بند آمده ها از سوسن قوی تر است .

نرمی بخش است . سلق سیاه به ویژه اگر با عدس باشد قبض است .

ماده بوره اش گدازنده و خاکی اش گیرنده است . همه انواع آن کم غذا است .

آرایش: افشره آن و آب پز برگش ترک های ناشی از سرما را دوا می کند .

در علاج داء الثعلب سودمند است . اگر لکه های سیاه صورت را اول بوسیله ی نظرون بشویند و بعد برگ سلق بر آن گذارند سود

می بینند . افشره سلق زگیل ها را بر می کند . قاتل شپش است .

ورم: سلق در آب جوشیده را بر ورم بگذارند تحلیل می برد و پخته

می گرداند . سلق را چنان که هست بر زیاده گوشت ها بگذارند مفید است . ضماد سلق و سوسن را بر ورم گرم بگذارند مفید است

قرحه: برگ در آن جوشیده سلق داروی سوختگی است و اگر با عسل مخلوط بشود و بر پوست بمالند علاج (بیماری ویروسی

پوستی) است و ضمادش زخم چرکی را بکلی بهبودی می بخشد .

سر: آب سلق را با زهره کلنگ در بینی کنند کج دهنی را خوب می کند و زخم بینی را از بین می برد .

آب نیم گرم سلق را در گوش بچکانند درد تسکین می یابد. آب سلق را سرشویه کنند سیوسه را از بین ببرد. اندام های غذا: بیخ سلق که ماده بوره ای در آن زیاد است برای معده بسیار بد است. هر معده ای هر چند قوی باشد از سلق به کزکز می افتد و سوزش حس می کند.

سلق کم غذا است و به تنهایی و به ویژه اگر با خردل و سرکه باشد در باز کردن بند آمده های کبد و طحال مفید است. سلق سیاه و به ویژه اگر با عدس باشد بند آورنده شکم است. بی شک اگر سلق در آث آنقدر بجوشد تا از هم پیاشد قبوضیت می آورد. با آبش حقنه کنند رسوبی درد را بیرون می ریزد. هر نوعی از سلق سبب باد و قرقر می شود و پیچش و درد شکم بدنبال دارد. اما اگر سلق با غذا خورده شود در قولنج مفید است.

سومقوطن

می گویند همیشه بهار و از تیره مهر گیاه است. مزاج: سرد و خشک است، رطوبتی معتدل الحار دارد و لطیف و تکه کننده است. لزجی پیاز دشتی را دارد که گدازندگی اش از آن است و تا اندازه ای جمع کننده و گیرنده است لیکن سردی و خشکی در مزاجش چیرگی دارد. نه بو دارد و نه چندان شیرین است. آب دهان را گرد می آورد و اجزای گوشت را در دیگ چنان بهم می آورد که گویی یکپارچه شده است. مفاصل: آب پز داروی گسستگی در پی، وسط های ماهیچه ها و کناره های ماهیچه ها است و نمناک ها را بهم جوش می دهد. سینه: زبری گلو را از بین می برد. خون بر آوردن را بند می آورد. با عسلاب باشد شش را می پالاید. در علاج قرحه روده، پوست اندازی روده (سحج) فتق آبی روده، درد گرده، سودمند است و می گویند خونریزی حیض را بند می آورد.

سوس (مهک، شیرین بیان)

مزاج: بیخ مهک مزاجش معتدل است و اگر به طرفی گرایش پیدا کند رو به حرارت و رطوبت است. ورم: افشره و بیخش داروی کژدمه می باشند. قرحه: افشره اش برای زخمها بد نیست و مفید است. چشم: بیخ مهک و افشره اش داروی ناخنه و افشره اش مؤثرتر است. سینه: فصبه الریه را نرم می کند. ریه را می پالاید، به نفع شش و گلو است و صدا را صاف می کند. اندام های غذا: آبش تشنگی را فرو می نشاند و برای التهاب معده داروی خوبی است. علاج سوزش بولی، قرحه گرده و مئانه و گری مئانه است. تب ها: در تب های کهنه مفید است.

سوسن کوهی

مزاج: گرم و خشک است. خاصیت: خون را به زیر پوست می کشاند، زداینده قوی است، در علاج ورم و دردهای سرد و باد و باد کردگی مفید است. مفاصل: ضماد بیخ و برگش در عرق النساء و درد مفاصل سودمند و درد سرد مفاصل و گسستگی ماهیچه را درمان می کند. سینه: با عسل باشد و بلیسند در علاج خون بر آوردن کمک است. سر: سردرد می آورد.

اندام های راننده: آب پز بیخش و به ویژه شربتش بول و حیض را ریزش می دهد .
 زهرها: سوسن کوهی و به ویژه نوع مصری آن پادزهر حشرات موذی
 است .

سیارون

چوب گیاه سیاه دانه است و تلخی و گیرندگی دارد .
 مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: گدازنده و اندکی قبض است .
 اندام های غذا: آب پز بیخش برای معده مفید است .
 آب پز بیخش بول را ریزش می دهد .

سیون (ترتیزک آبی)

سیون همان قرت العین است . گیاهی است که در آب های راکد پیدا است و نوعی بوی خوش دارد . خام و پخته اش در علاج سنگ سودمند است .

سیسالیوس (کاشم)

برگش به برگ رازیانه می ماند و از برگ رازیانه سبترتر و ساقه اش زبرتر است .
 مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: کاشم و بیخ و تخمش گدازنده ، لطافت بخش و بادشکن است . دردهای ناپیدا را تسکین می دهد . بلغم بند آمده را می گدازد . چهارپایان از آن بخورند بهره بسیار می دهد . با آب انگور کهنه بخورند ضد سرما است و اگر با فلفل باشد برای سرما خوب است اما پلک را زیان می رساند .
 مفاصل: برای درد پشت خوب است .

سر: بهترین داروی صرع و سبک عقلی است . (کند ذهنی)

سینه: کاشم و به ویژه بیخ و تخمش که با هم باشند در علاج برنشیت ، دشواری نفس ، نفس بلندی و سرفه مزمن ، بسیار مفید است .
 اگر بیخ کاشم را با عسل درآمیزند معجون شود و بلیسند سینه را از رطوبت های لزج پاک می نماید .

اندام های غذا: بادشکن است . دردهای درونی را درمان می کند . کاشم و به ویژه بیخش در هضم غذا کمک می کند . با معده سازگار است . پیچش و درد روده که ناشی از بادکردگی باشد علاجش با کاشم است .

زایمان انسان و حیوانات را آسان می کند . داروی عسر بول است . در مداوای درد زهدان و خفگی زهدان و دردهای درونی مفید است .

اگر به مدت ده روز هر روز افشره ساقه این گیاه و تخمش را در سیکی بریزند و بنوشند درد گرده بر طرف می شود .

کاشم عموماً برای گرده خوب است . خوردنش علاج چکمیزک است ، حیض را ریزش می دهد و در دردهای ناپیدا مفید است .

تب ها: گویند برای مداوای تب بلغمی بد نیست .

سیب

از همه معتدل تر سیب شامی است .
 مزاج: سیب بی مزه سردی و تری بیشتر دارد .
 خاصیت: سیب و به ویژه برگش بازدارنده زائده ها است .
 ورم و جوش: برگ و افشره آن علاج ورم گرم نوخاسته و مورچگی است .
 قرحه: برگ و الیاف سیب و افشره آن گیرنده قرحه را بهم می آورد .
 مفاصل: همیشه خوردن و عادت کردن به خوردن سیب به ویژه بهاری آن درد عصب در پی دارد .
 سینه: سیب و به ویژه سیب خوشبوی شامی و شیرین ، خوشبو و ترش آن قلب را توانا می کنند .
 اندام های غذا: ضعف معده را درمان می کند .
 تب ها: سیب نارس سبب تب می شود .

سیر

چندین نوع است: کاشتنی که مشهور است . گندناپی که قوتش مرکب از قوت سیر و گندنا است .
 سیر بیابانی تلخ و گیرنده است و آن را سیر مار هم می گویند .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: ملین ، بسیار بادشکن ، زخم آور پوست .
 آرایش: سیر را با آب پز پونه کوهی بخورند و بر تن بمالند شپش و رشک را ریشه کن می کند . خاکستر سیر را با عسل مخلوط کنند . بهک و لک خونی زیر پلک را می زداید و داروی کم بودن مو است که از مواد متعفن بهم آمده است .
 جوش: سیر دمل های باطنی و ناپدید را باز می کند . خاکسترش داروی جوش ها است .
 زخم و قرحه: پوست را زخم می دهد . خاکستر سیر با عسل داروی قوباء و گری تر است . سیر بیابانی را تا تر است بر زخم بدخیم بگذارند زخم را بهم می آورد .
 مفاصل: داخل کردن مانند آمپول و شیاف سیر در علاج بیماری اعصاب مفید است .
 سر: سیر مایه سردرد می شود . سیر کفیده و در آب پخته داروی دندان درد است . آب پز سیر را در دهان گردانند درد دندان تسکین می یابد ، به ویژه اگر با کندر مخلوط باشد .
 چشم: دید را ناتوان می کند و سبب جوش های داخل چشم می شود .
 سینه: سیر پخته گلو را صاف می کند و داروی سرفه مزمن است . درد سینه و سردی را دوا می کند و زالو را از گلو بیرون می آورد .

اندام های غذا: سیر و زیتون و هویج را با هم بپزند در علاج شکم گندگی داروی بسیار خوبی است .
 اندام های راننده: در آب پز برگ و ساقه سیر بنشینند بول و حیض ریزش می یابد و بچه دان بیرون می آید و اگر آب پز را بخورند یا بدان (داخل کردن مانند آمپول و شیاف کنند) باز همین تأثیرات را دارد . سیر را بکوبند و با عسلاب بخورند بلغم را بیرون می آورد . داروی کرم است و ملین . سیر به علت اینکه گدازنده و خشکاننده است شاید برای غریزه جنسی خوب نباشد ، اما اگر سیر را چندان در آب بجوشانند تا تندیش از بین برود شاید در باقیمانده اش گرمی اندک بماند و بخشکاند و مواد بلغمی را در

مزاج بلغمی به باد مبدل سازد و غریزه جنسی را دگرگون کند .

زهرها: اگر سیر را با آب انگور کهنه بخورند پادزهر نیش حشرات و پادزهر نیش مار است و همچنین در سگ هار گزیده مفید است .

سیر بیابانی

از سیر کاشتنی بسیار ریزتر است . برگ و ساقه ای دارد که بر ساقه گل‌های سفید رنگ پدیدار است .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: لطیف و زداینده و بازکننده است .

زخم و قرحه: زخم‌های بزرگ و پلید را خوب می‌کند .

مفاصل: در علاج گسستگی ماهیچه داروی خوبی است .

دارچین

چندین نوع دارچین هست و نام‌های متعدد دارد . دارچین خوب که به سیاهی می‌زند ، کوهی و ستبر است (غلیظ) . دارچین سفید و سست که ریشه اش از هم پاشیده ، سیاه رنگ و صاف است و کمتر گره دارد .

دارچینی که به رنگ سبز مایل و مزه اش همان مزه (سلیخه ، دارچین ختایی) ، پوستش به پوست آن شبیه و به رنگ سرخ است که این نوع تا مدت‌ها قوتش می‌ماند و به ویژه اگر کوبیده شود و بوسیله محلولی قرص گردد .

بهترینش آن است که بوی خوش دارد و تند مزه است و زبان را نیازارد . رنگش صاف و بدون آمیزه است .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: همه دارچین‌ها گرمی بخش ، بازکن ، زداینده عفونت ، بسیار لطیف ، جذب‌کننده هستند و علاج همه نیروهای تباه ، خلط‌های زنگاری و فاسد می‌باشند .

روغن دارچین گدازنده ، بسیار گرم و تحلیل‌برنده است .

آرایش: محلول آن را بر لکه‌ها و نقطه‌های عدسی می‌مالند و با سرکه علاج جوش‌های شری است .

زخم و قرحه: در مداوای انگزما و زخم‌ها مفید است .

مفاصل: در علاج لرزه روغن دارچین تأثیری عجیب دارد .

سر: برای زکام خوب است . روغنش سرگرانی می‌آورد . دماغ را می‌پالاید و رطوبت‌های دماغ را بر می‌چیند . مسکن درد گوش است .

چشم: خوردن و به چشم کشیدنش تم و تیرگی چشم را می‌برد و رطوبت غلیظ چشم را می‌زداید .

سینه: داروی سرفه است . سینه را می‌پالاید . ورم‌ها را می‌رساند . کبد ، بندآمدنی‌های کبد را باز می‌کند و کبد را توان می‌بخشد .

اندام‌های غذا: رطوبت معده را بر می‌چیند ، معده را قوی می‌کند و داروی استسقا است .

اندام‌های دفعی: دارچین را با کمی روغن زیتون ، موم وزرده تخم مرغ مخلوط کنند درد و ورم زهدان و کلیه را دوا می‌کند . اگر تنها باشد قوتی بیش از لازم دارد و سفتی به بار می‌آورد .

دارچین بول و حیض را براه می‌اندازد . اگر با زیره سیاه باشد علاج بواسیر است .

تب‌ها: برای تب و لرز مفید و به ویژه اگر روغنش را به تن بمالند بهتر است .

زهرها: ضد حشرات موذی است .

اگر با مر باشد پادزهر کزدم است .

دارچین ختایی

چندین نوع دارچین ختائی هست: نوعی سرخرنگ ، خوشبو و خوشمزه است .

نوع دوم مزه اش مزه فیجن است . نوع سوم مایل به بنفش است و بوی گل سوری می دهد. نوع چهارم سیاه رنگ ، بدبو ، پوستی

نازک و ترکیده دارد. نوع پنجم رنگش مایل به سفیدی ، بوی گندنا می دهد .

نوع ششم لوله های باریک و توخالی دارد .

بهترین نوعش آن است که رنگش سرخ روشن ، صاف و هموار ، چوبش مستطیل ، لوله اش ستبر ، سوراخ میان لوله اش تنگ ،

زودشکن ، پرمایه ، خوشبو و زبان گز باشد . زبان را جمع کند . نوع سیاه آن بد است و ممکن است الیاف آن را بکار برد لیکن از

چوبش بهره ای به دست نمی آید .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: بادهای متراکم را می پراکند ، اندکی قبوضیت دارد . زیاد تند است ، بسیار لطیف است و تندی را تکه تکه می کند . از

قبوضیتی که دارد کمک مواد گیرنده و از تحلیلی که در اوست کمک مواد اسهالی است و چون گدازنده و گیرندگی و لطافت

دارد اندام ها را تقویت می نماید .

ورم: ورم های سرد و گرم درونی را می گدازد.

قرحه: با عسل بر قرحه نرم بمالند مفید است .

چشم: از آنجا که دارای نیروی گیرنده و تحلیل برنده است در داروهای چشم کار آمد است .

سینه: با سینه سازگار است .

اندام های غذا: شربت دارچین ختایی یا آب انگور کهنه ای که با دارچین ختایی آمیخته شده برای کبد و معده خوب است .

بول و حیض را ریزش می دهد به ویژه اگر سبب بند آمدن خلط غلیظ باشد تأثیرش بسیار است . درد گرده و آبدان را تسکین می

دهد . در آب پز نشینند در علاج فراخ شدن زهدان و لغزیدن زهدان مفید است . دود دارچین ختایی و خوردن آب پز آن نیز در

علاج بیماریهای زهدان که ذکر شد سودمند است .

زهرها: برای دفع گزند از نیش مار می خورند .

دارکیسه

عبارت از پوست درختی است که از هندوستان می آورند و بسیار قابض است . خاصیت: قابض است .

اندام های سینه: در علاج خون بر آوردن ، سینه پهلو مفید است و صدا را صاف می کند .

اندام های دفعی: علاج زخم های روده است .

دارشیشان ، قندول

دیسقوریدوس گوید: برخی آن را (فسعان) و سریانها (وباکسین) و ایرانیان دارشیشان می نامند . درختی است که چوبی غلیظ

دارد و از این غلظت آن را زیر شناخته اند. خارهای بسیار دارد. عطاران دارشیشعان را در برخی از مرهم‌ها بکار می‌برند. بهترین سنگین وزنی است که اگر آن را پوست بگیری به رنگ سرخ مایل به بنفش می‌نماید و بو و مزه خوش دارد. آنچه سفید و بی بو است خوب نیست. مزاج: گرم و خشک است. خاصیت: می‌گدازد، می‌گیرد، بادشکن است، ریزش خون و رطوبت را بند می‌آورد و گند را می‌زداید. زخم و قرحه: داروی زخم‌های ساری و گندیده است. مفاصل: در علاج سست شدن پی‌ها بسیار مفید است. اندام‌های سر: فتیله‌ای از دارشیشعان بوی بد بینی را از بین می‌برد. مزه با آب پز آن جوش‌های درون دهان را خوب می‌کند و دندان‌ها را نگاه می‌دارد. سینه: آب پز آن مانع خون برآوردن می‌شود. اندام‌های غذا: باد معده را از بین می‌برد. اندام‌های دفعی: آب پز آن شکم را بند می‌آورد و باد روده‌ها را می‌برد و علاج بی‌اختیاری ادرار است. اگر آن را بر قرحه‌های میان مقعد و بیضه بپاشند سفتی آنها را نرم و از سرایت آنها جلوگیری می‌کند.

داروش

معروف است. میوه اش نخود سیاه است. تماماً مستدیر نیست. چین‌هایی دارد که اگر بشکنند بدست می‌چسبند. گیاه داروش انگل درختان بلوط و سیب و گلابی می‌شود. قوت آبی و هوایی در آن بسیار بسیار است. بهترش شاداب و صاف است که درون آن به رنگ تیره و بیرون سبزرنگ باشد. می‌کوبند، می‌شویند و می‌پزند. مزاج: گرم و خشک. خاصیت: تحلیل برنده است، رطوبت‌های پرمایه را از ژرفا جذب می‌نماید، می‌گدازد و نرمی می‌دهد. آرایش: اگر با زرنیخ بر سر ناخن تباہ بگذارند آن را بر می‌کند. دمل و جوش: تنها و به ویژه اگر با آهک باشد داروی ورم‌های سرد و جوش‌های خارش‌ی و شبانگاهی می‌باشد. زخم و قرحه: قرحه‌های کهنه و زخم‌های بد را نرم می‌کند. مفاصل: اگر با هم وزن خود رازیانه و همان اندازه موم باشد مفاصل را نرمش می‌دهد. سر: مخلوط آن با رازیانه و موم داروی ورم‌های سرد پشت گوش است. اندام‌های غذا: اگر با چیزهای قوی از قبیل آهک باشد و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بین می‌برد.

درمنه

سه نوع درمنه هست: رومی، ترکی و ارمنی. بهترین درمنه ارمنی است. مزاج: گرم و خشک. خاصیت: همه انواعش تکه‌کننده، بادشکن و گیرنده است. آرایش: خاکسترش مخلوط با روغن زیتون یا روغن بادام در کم بودن مو مفید است. روغنش موی ریش را زود می‌رویاند.

ورم و جوش : ورم و دمل را تسکین می دهد .
 قرحه : خوره و سودا را مانع می شود .
 سر : مایه سردرد است .
 چشم : آتش علاج رمد است .
 اندام های نفس : علاج دشوار نفسی است .
 اندام های راننده : داروی کرم و کرم کدو است . بول و حیض را ریزش می دهد .
 دردار ، درخت پشه
 مزاج : سرد است .
 خاصیت : می زداید ، قبض است و در غلاف میوه اش رطوبت هست .
 آرایش : صورت را زیبا می کند و جلا می دهد .
 رخم و قرحه : از این رو که قبض است و زداینده دردار و به ویژه پوست درخت آن را اگر بسایند و گرد آن را بر گری چرکین بپاشند ، یا بر زخم ها بگذارند مفید است . زخم ها را بهم می آورد .
 ریشه و برگ آن را بپزند و بر استخوان شکسته بمالند سودمند است .
 اندام های دفعی : پوست ستبر آن را یک مثقال با آب سرد یا آب انگور کهنه ریحانی بخورند بلغم را خارج می کند .
 دیسکوریدوس گوید : دردار درختی بید مانند است . اهل شام آن را دردارو و اهل عراق درخت پشه می نامند .
 غوزه باد کرده انار مانند بیرون می آورد که در آنها رطوبتی هست و آن رطوبت پشه آفرین . هر گاه آن را بشکافند پشه بیرون می آید . همچنین رطوبتی در پوست آن درخت هست که هر گاه خشک شود جانوری بوجود می آورد که شبیه به پشه است .
 برگ سبز دردار را اگر بپزند خوردنی است .
 خاصیت : قبض است و زداینده . پوست و بیخش نیز تقریباً همین خاصیت را دارد .
 آرایش : رطوبت غوزه دردار صورت را جلا می دهد . پوستش با سرکه برص را از بین می برد .
 زخم قرحه : پوست دردار را بر جای ضربه و بر زخم ها ببندند سودمند است .
 همچنین برگ ، پوست و شکوفه اش داروی زخم هاست . چیزی آرد مانند از پوسته اش پراکنده می شود که آن هم برای زخم ها مناسب است ، ساییده پوست و آن گردی که از پوستش بر می خیزد علاوه بر به هم آوردن زخم ، مانع سرایت زخم های پلید می شود ، به ویژه اگر با هم وزن خود انیسون پخته معجون شود بسیار مؤثرتر است .
 مفصل : آب پز بیخ و برگش را بر استخوان شکسته بمالند مفید است .
 اندام های دفعی : پوست آن را پخته یا با آب سرد بخورند بلغم را بیرون می آورد .

درونه

عبارت است از قطعات چوبی و ریشه ای به اندازه بندهای انگشت و کوچک تر ، با درون سفید و بیرون خاکی رنگ که سخت و سنگین است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : باد را پراکنده می کند .

سینه : قلب را توان می بخشد و بهترین داروی خفقان است .

اندام های دفعی : بادهای زهدان را از بین می برد .

زهرها : خوردنش یا با انجیر ضماد شود پادزهر کژدم و رتیل ، سایر سم هاست .

دراج

پرنده ای است مشهور . گوشت دراج از گوشت کبک و انواع کبوتر بهتر است . از گوشت تذرو معتدل تر ، لطیف تر ، خشک تر و از آن گرمی اش کمتر است .

سر : گوشت دراج مغز را افزایش می دهد و هوش را فزونی می بخشد .

اندام های دفعی : گوشت دراج در زیاد نمودن آب پشت بسیار مؤثر است .

درخت غار

برگ و دانه غار به منظور دارویی بکار می رود . دانه اش از همه اجزاء آن دارویی تر است . مزاج : گرم و خشک .

مفاصل : در علاج سستی پی و فلج و دهان کجی مفید است .

سر : ساییده اش عطسه آور است .

اندام های غذا : داروی ورم های کبد و طحال است .

در علاج قولنج سودمند است .

دند

دند چینی مانند پسته و دند کنار آبی مانند کرچک سرخ نقطه های سیاه دارد .

دند هندی از دند چینی کوچک تر و از ساحلی بزرگ تر است . مغزش گرد رنگ مایل به زردی است .

خاصیت عجیبی دارد . مغز دند در رستنگاه خود باقی می ماند ولی در غربت بتدریج کاهش می یابد تا به کلی نابود شود .

نوع چینی آن بهتر ، قوی تر و نوع هندی آن در درجه دوم است . دند ساحلی بد و در تأثیر کند است ، افسردگی و شکم درد و

پیچش روده می آورد . باید دند را با آهن شکست و نباید بر آن لب زد چون رنگ لب را می برد و لکه سفیدی مانند برص بوجود

می آورد . بعد از آنکه پوست را شکستند زبانه ای پدید می آید باریک به وزن نیم حبه ، باید آن پوستک زبانه را انداخت و مغز را

بدست آورد . مزاج : بسیار گرم

آرایش : اگر دند را در آب خیس کنند تا نرم شود و با آن آب استفراغ کنند سیاهی مو را نگه می دارد .

مسهلی است بسیار قوی و رطوبت و سودا و بلغم داخل مفاصل را بیرون می آورد .

دود

گوهری است خاکی و لطیف . دودها در گوهر متفاوتند ، چون از گوهر خاکند هم خشکی می دهند و هم اندکی گوهر آتشی دارند .

قوی ترین دودها به ترتیب اولویت : دود قطران ، دود قیرتر ، دود میعه = استرک ، دود مر ، دود کندر و دود بر درخت سقز .

خاصیت : رساننده و تحلیل برنده .

چشم: دود کندر و دود ثمر درخت سقز از داروهای چرک چشمند و نمی گذارند مو از چشم درآید. آماس و سرخ شدن پلک را علاج می کنند .
 داروی خوره چشم و رطوبت هایی است که با رمد نباشد .
 جوش های چرکین اشک ریز را مداوا می کنند .

دوسر

این گیاه برگش به برگ گندم شبیه است ، لیکن از برگ گندم نرم تر است .
 تخمش دو یا سه پرده دارد . چیزی مو مانند بر آن هست .
 از تخمش افشره می گیرند و نگاه می دارند که از خود گیاه بهتر است .
 مزاج : گرم و خشک
 خاصیت : گدازنده و خشکاننده است .
 دمل و جوش :ورم هایی را که در راه سخت شدن هستند نرم می کند و از سفت شدن باز می دارد .
 آرایش :کم بودن مورا شفا می دهد .
 چشم :داروی (غرب) است .

ذیحه و خرم

دارویی است ایرانی و آن را ذیحه و خرم گویند .
 اندام های سر :برای حافظه ، ذهن و هوش سودمند است

رازبانه

تخمش به تخم کرفس می ماند .
 مزاج :رازبانه بیابانی بسیار گرم و خشک تر از کاشتنی آن است .
 خاصیت :بند آمده را باز می کند .
 چشم :رازبانه و به ویژه شیره اش دید را قوی می کند .
 سینه :رازبانه سبز و به ویژه کاشتنی با ترنجبین شیر پستان را افزایش می دهد .
 اندام های غذا :با آب سرد بخورند برای دل بهم آمدن و التهاب معده را مفید است .
 اندام های راننده :رازبانه و به ویژه بیابانی اش سنگ را خرد می کند .
 تب ها :در علاج تب های مزمن مفید است .
 زهرها :پادزهر نیش حشرات است .
 بیخس را بکوبند و برگزیده سگ هار بمالند مفید است .

رتنه

فندق هندی است و ثمری دارد به بزرگی فندق .

مزاج: گرم و خشک

ورم: با سرکه بر خنازیر بمالند مفید است .

قرحه: داروی گری و خارش است .

مفاصل: بادآزار دهنده ی پشت را از بین می برد .

سر: در علاج سردرد ، بیهوشی ، گیجی ، صرع ، دیوانگی و مالیخولیا سودمند است . باید آن را به بینی بکشند .

چشم: افشره و به ویژه افشره قسم کوچکش را در چشم بکشند ، در علاج آب چشم مفید است .

اگر با آب مرزنگوش به بینی بکشند چشم درد (سبل) و تیرگی چشم را علاج می کند . با سرمه به چشم بکشند برای لوچ خوب است .

سینه: در معالجه ذات الجنب سرد ، برنشیت ، سرفه مزمن و خون برآوردن مفید است ، زیرا نوعی گیرندگی دارد .

اندام های غذا: در علاجی قی و اسهال شدید مفید است و معده سرد را سر حال می آورد .

اندام های راننده: خوردنش درد زهدان را درمان می کند . از محلولش بردارند حیض را ریزش می دهد .

اگر افشره اش را بخورند علاوه بر راه انداختن حیض مراره سودایی و بلغم و مواد آبکی و صفرا را بدون هیچ فشاری بکلی از بدن

بیرون می ریزد و تا حدی است که برص و یرقان و لکه های سیاه پوست و غیره را نیز شفا می دهد و قولنج را تحلیل می برد .

تب ها: در علاج تب ها مفید است .

زهرها: پادزهر نیش کژدم و رتیل است .

روناس

تلخ است و با ملایمت می زداید .

آرایش: با سرکه مخلوط باشد و به پوست بمالند بیماری ویروسی لک و پیس سفید و آثار زشت پوست را می زداید .

مفاصل: با عسلاب بخورند در علاج بیماری اعصاب و فلجی که زیان به حس رسانیده مفید است .

اندام های غذا: ثمرش را با اسکنجبین خورند علاج ورم طحال است ، کبد را می پالاید و طحال کبد را تقویت می کند .

اندام های راننده: در ادرار بول چنان قوی است که شاید خون با بول بیرون بریزد. کسی که این دارو را می خورد باید هر روزه تن خود را شستشو دهد .

روناس را بردارند حیض را ریزش می دهد .

زهرها: شاخ و برگش پادزهر حشرات موذی است .

روغن

نیازی به تعریف ندارد . روغن کرچک و روغن ترب یک تأثیر دارند و هر دو گدازنده هستند . روغن کرچک از روغن ترب قوی تر

و روغن ترب از روغن کرچک گرم تر و شبیه روغن زیتون کهنه است .

مزاج: روغن ترب گرم و خشک است .

روغن سوسن و یاسمن گرم و خشک هستند .

روغن گزنه ، کاجیره و نرگس گرم و تر هستند .

روغن هیری ، حب البان و بادام تلخ تر هستند .

روغن شاخه تاک و روغن گل وسیب در سردی رسانی و قبضی بهم نزدیکند و روغن به هم همین حال را دارد .

روغن بابونه حرارت معتدل دارد و روغن شبت شبیه آن است و گرم تر است .

روغن نرگس در اثر بخشی شبیه روغن شبت است لیکن بویی تندتر از بوی روغن شبت دارد .

روغن شبت با سر سازگار نیست .

روغن بنفشه قبوضیت ندارد . ولی کمی سرد است .

روغن سداب گدازنده است .

خاصیت : روغن بادام و به ویژه بادام تلخ باز کننده است .

روغن سیب و به هم قبض و هم سردی بخشند .

روغن بابونه مسکن درد ، برنده غلظت ، تراکم و تحلیل برنده بخار است .

روغن سوسن ملین است . اندام ها را توان می بخشد ، رساننده است و درد را تسکین می دهد . روغن آس اندام ها را محکم می کند ، از روغن «به» سردی بخش تر است و ماده های تراونده را باز می دارد .

روغن سداب همانند روغن غار باد را به کلی از بین می برد ، از روغن غار گرمتر است و هر دو روغن بادشکن و مسکن درد هستند .

روغن کوشنه در تغییر دادن حالت وبایی مفید و بوی دیک و هوا را خوش می گردانند .

آرایش : روغن غار علاج کم بودن مو است .

روغن آس ریشه مو را محکم می کند و تقویت می دهد و سیاه می گرداند .

روغن کوشنه جوانی مو را نگه می دارد .

روغن بادام و مخصوصاً بادام تلخ که با عسل باشد ، همراه بیخ سوسن و موم گداخته چین و چروک و لکه های سیاه و سفید و غیره را درمان می کند .

اگر پخته روغن بادام را بر سر بمالند شوره و سبوس را علاج می کند .

روغن کرچک لکه های سفید و سیاه را مداوا می کند .

روغن شنبلیله علاج بد رنگی است و به ویژه اگر در پیرامون چشم پدید آید .

دمل و جوش : روغن بادام علاج آماس دردناک و روغن سوسن سخت شده های کهنه را می گدازد و از بین می برد .

زخم و قرحه : روغن کرچک علاج جوش های غلیظ و گری است .

روغن شنبلیله سعه را از بین می برد .

روغن آس در مداوای زخم مفید است .

روغن کوشنه در کمترین وقت گری و خارش را بر طرف می سازد .

مفاصل : روغن بادام در احساس درد و سوزش مفید است .

روغن بابونه رفع خستگی می کند .

روغن سوسن و روغن شبت هم رفع خستگی می کنند و هم در سرمازدگی مفیدند .

سر : روغن بادام داروی سردرد ، تپش و وزوز و سوت داخل گوش است .

روغن بادام تلخ فایده های بسیار دارد و بسیار لطیف است . اکثر فایده اش در مداوای گرفتگی و وزوز گوش است .

روغن گل در علاج التهاب دماغ بسیار مؤثر است . ورم هایی را که در حال پیدایش هستند باز می دارد . تقویت مغز می کند ،

هوش را افزایش می دهد و مزاجش نزدیک به معتدل است .
 روغن غار و روغن سداب سردرد مزمن را از بین می برند .
 روغن شنبلیله شوره سر را درمان می کند .
 روغن کرچک در علاج قرحه سر ، ورم های سر و درد گوش مفید است .
 اندام های غذا : روغن بادام برای طحال خوب است و برای معده خوب نیست ، زیرا معده را سنگین می کند .
 اندام های دفعی : روغن گزنه و روغن کاجیره شکم را روان می سازند .
 روغن گل اگر با ماده ای برخورد کند که نیاز به لغزاندن داشته باشد مسهل است و در حالت اسهال مراه ای قبض است .
 روغن کرچک مسهل است و کرم کدو را بیرون می آورد .
 روغن بادام در معالجه درد گرده ، بند آمدن بول ، سنگ و درد مثانه ، زهدان و خفگی زهدان سودمند است .
 روغن سوسن زایش را آسان می کند . خوردن یا وارد کردن مانند (آمپول) درد زهدان را بر طرف می نماید و در همه این حالات روغن شنبلیله همان تأثیر را دارد و علاوه بر سختی زهدان زخم های درونی آن را نیز از بین می برد و زایمان سخت را آسان می کند .
 روغن کرچک در علاج ورم های مقعد ، به هم آمدن زهدان و برگشته شدن آن سودمند است .
 تب ها : روغن بابونه در علاج تب های دراز مدت از روغن گل مفیدتر است . روغن شبت در مداوای تب لرزه بسیار خوب است .
 روغن در رسانیدن نرم کردن ، سستی دادن ، از کره قوی تر است و سایر کارهای کره را انجام می دهد .
 مزاج : گرم و تراست .
 خاصیت : در تن های سخت بی اثر است و در بدن های نرم و متوسط در نرمی و سفتی رسانندگی و گدازندگی دارد . ورم های بیخ گوش را نرم می سازد .
 سر : ورم پشت نازک اندام ها را علاج است .
 سینه : روغن به تنهایی و به ویژه اگر با عسل و شکر و بادام تلخ همراه باشد ، بلغم و مواد ناسازگار سینه را بیرون می آورد و سینه را نرم نگه می دارد .
 بادام را که نوعی قبوضیت دارد اگر با روغن بخورند ملین است . ممکن است قبضی آورد و ممکن است ملین باشد .
 زهرها : خوردن روغن در رفع گزند سم خوردگی مفید است .

ریحان

گیاهی است مشهور و دو نوع دارد .
 اندام های راننده : ریحان در بادکردگی معده مفید است .
 ریحان را بکوبند ، روغنش را بگیرند ، روغن مرهم کنند و بر بواسیر بمالند مفید است .

ریحان سلیمانی

این گیاه در کوههای اصفهان پیدا می شود و شبیه به شبت سبز است .
 خاصیت : لطیف و خشکاننده است .

ورم: با سرکه بر باد سرخ و ورم بلغمی می‌مالند و برگ و روغنش نیز داروی ورم بلغمی است .
 قرحه: با سرکه بر قرحه ساری بمالند مفید است .
 مفاصل: بر نفرس بمالند سودمند است .
 سر: در علاج کج دهنی مفید است .
 اندام‌های راننده: با روغن گل بردارند درد زهدان تسکین می‌یابد .
 زهرها: بر نیش کژدم بمالند خوب است .

ریحان کوهی

همان حوک مشهور است. روغن ریحان کوهی و روغن مرزنگوش دارای نیروی مشابه هستند، لیکن از مرزنگوش ضعیف‌تر است و در آن نیروهای مخالف هست .
 مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: هم قابض است و هم مسهل، زیرا خود به خود قابض است لیکن گاهی با خلطی بر می‌خورد که برای بیرون آمدن آمادگی دارد خلط را بیرون می‌راند که در این صورت باید مسهل باشد. گدازنده، رساننده و بادزا است. زود می‌گندد و خلط بد و سودایی به وجود می‌آورد. تخم بادروج داروی سودا است .
 دمل و جوش: اگر همراه سرکه و روغن گل بر ورم‌های گرم بمالند مفید است.
 سر: چکانیدن افشیره اش در بینی خون دماغ را متوقف می‌کند. به ویژه اگر از افشیره آن و سرکه آب انگور کهنه و کافور فتیله بسازند علاوه بر در علاج خون دماغ برای سنگینی گوش مفید است .
 در بعضی از مزاج‌ها عطسه آور و در برخی مسکن عطسه است .
 چشم: ضماد آن پریدن پلک چشم را از بین می‌برد. خوردن آن تم چشم می‌آورد، زیرا مرطوب است. تبخیر و در چشم کشیدن افشیره اش دید را تقویت می‌کند .
 اندام‌های تنفسی: توان بخشی قلب است. شش و سینه را می‌خشکاند. در حالت خون برآوردن دارویی خوب است و شیر را به راه می‌اندازد .
 اندام‌های غذا: دیر هضم است، زود می‌گندد، برای معده بد است .
 قابض است و اگر با خلطی برخورد کند که آمادگی بیرون آمدن داشته باشد مسهل خلط است. مدر بول است. مضر معده است، تخمش داروی بی‌اختیاری ادرار است .
 زهرها: بر جای نیش زنبور و کژدم بگذارند پادزهر است .

ریوند چینی

به عقیده بعضی ریوند بیخ بهمن و ره آورد چین است و به مملکت ما می‌آید .
 خاصیت: گوهر درختش ترکیبی از آبی و هوایی و کمی خاکی تلخ دارد .
 آرایش: اگر با سرکه بیامیزند و بر پوست بمالند لکه‌های سیاه و اثرهای ماندگار بر پوست را می‌زداید و ماده بوجود آورنده لکه‌ها را بیرون می‌دهد .
 ورم: با بعضی از داروهای تر ضماد شود و بر ورم گرم بگذارند مفید است .

قرحه: با سرکه مخلوط شود و بر پوست بمالد داروی بیماری ویروسی است .
 مفاصل: در افتادن و ضربه خوردن بسیار مفید است .
 اندام های غذا: در علاج درد و ناتوانی کبد ، معده ، درد باطنی و سکسکه مفید است .
 اندام های راننده: علاج فساد معده ، پیچش و درد روده ، دیزانتری و درد کبد ، آبدان و زهدان و خونریزی است .
 تب ها: در علاج تب های دایم و نوبتی مفید است .
 زهرها: پادزهر نیش حشرات است .

زاج

بر چند نوعند: سفید ، سرخ ، سبز ، زرد ، قلقدیس ، قلقند ، زاج سوری ، قلقطار که از زاج زرد است .
 زاج سبز مصری از قبرسی قوی تر است .
 مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: همه زاج ها سوزنده هستند و خشک ریشه بوجود می آورند .
 دمل و جوش: زاج زرد در علاج باد سرخ و ورم های مسری مفید است .
 زخم و قرحه: همه انواعش در علاج گری تر و سعه مفیدند . از آنها فتیله بسازند و در ناصور فرو برند درد و سوزش را بر طرف می کند .
 مفاصل: با زاج سوزی و خمر حقه کنند علاج بیماری اعصاب است .
 سر: زاج عموماً و به ویژه زرد آن بازدارنده خون دماغ است .
 همه انواعش داروی خوره و ورم های بد لته هستند . فتیله را به زاج آغشته کنند ، به غسل بمالند و در گوش چرکین وریمی فرو کنند گوش خوب می شود . اگر گرد زاج را در گوش فوت کنند باز مفید واقع خواهد شد .
 گرد زاج خوره دندان را متوقف می سازد .
 زاج سرخ که به سوری مشهور است دندان های لق را محکم می کند .
 مرهمی که با زاج و به ویژه با زاج سرخ باشد خوره دهان و بینی و چرک دهان و بینی را از بین می برد .
 چشم: زاج عموماً و بخصوص زاج زرد سختی و زبری پلک چشم را درمان می کند .
 اندام های تنفسی: شش را می خشکاند و بعید نیست که انسان را هلاک کند . زهرها: از آنجا که ریه را می خشکاند می توان آن را از سموم شمرد .
 زاج سبز
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: خشکاننده و سفت کننده است . بدن را متراکم می کند و خورنده است . گیرندگی و سوزندگی دارد .
 زخم و قرحه: داروی ناصور بینی است .
 سر: خون دماغ را قطع می کند ، اگر زاج سبز را در آب حل کنند و از این محلول یک قطره در بینی بچکانند تنقیه سر می کند .
 زاج سبز یکی از داروهای خوب پالایش گوش است و درد سرد گوش را درمان می کند و کرم گوش را می کشد .
 اندام های راننده: با غسل بخورند کرم و کرم کدو را از بین می برد .
 زهرها: پادزهر قارچ سمی است .

زاج زرد

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بسیار سوزنده، خشکاننده و بند آورنده خونریزی‌ها است. سوخته‌اش خشکاننده‌تر، کم‌آزارتر، بسیار گیرنده و بسیار گرم است.

ورم و جوش: مخلوط زاج زرد و آب گشنیز را بر پوست بمالند مورچگی و باد سرخ را درمان می‌کند.
 زاج زرد را بر قرحه پلید و ساری پیاشند مفید است. گوشت زائد را می‌سوزاند و کبره بر زخم می‌گذارد.
 سر: داروی خون دماغ است. در علاج ورم لته مفید است.

چشم: در سرمه می‌ریزند دیده را جلا می‌دهد و خلط جمع شده در پلک را رقیق می‌کند.
 اندام‌های راننده: خونریزی زهدان را قطع می‌کند.

زاج بلوری

انواع بسیار دارد: پاره پاره، تر، گوی آسا، غلتان.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بازدارنده، خشکاننده و همه حالات خونریزی را بند می‌آورد.
 آرایش: با آب زفت داروی شوره سر، شپش، بوی گند دهان و زیر بغل است.
 زخم و قرحه: علاج قرحه و خیم و خوره زده است.
 سر: بر دندان‌بمالند درد دندان را تسکین می‌دهد.

زردآلو

مزاج: گرم و تراست. روغن هسته‌اش گرم و خشک است.

خاصیت: خلط زردآلو زود می‌گندد.

اندام‌های غذا: کمپوت زردآلو رفع تشنگی می‌کند. زردآلو از شفتالو برای معده بهتر است.

اندام‌های دفعی: هسته زردآلو داروی بواسیر است.

تب‌ها: از آنجا که بزودی در معده فاسد می‌شود تب‌ها به دنبال دارد. لیکن خوشاب زردآلوی خشکیده در تب‌های گرم سودمند است.

زردچوبه

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بسیار زداینده است.

سر: مالیدنش درد دندان را آرام می‌کند.

چشم: افشردن‌اش آب و سفیدی جلو چشم را می‌زداید و در تقویت دید بسیار مؤثر و مفید است.

اندام‌های غذا: داروی یرقان است.

زرشک

دو نوع زرشک است: نوعی جلگه ای که گرد و سرخرنگ است و دیگری ریگی یا کوهی که سیاهرگ و مستطیل می باشد. سیاه از سرخ قوی تر است. سرد و خشک و شربت آن در برکندن صفرا بسیار مفید است. دمل و جوش: ضمادش را بر دمل های گرم گذاشتن بسیار مفید است. اندام های غذا: معده و کبد را نیرو می دهد و در رفع تشنگی بسیار مفید است. اندام های دفعی: شکم را بند می آورد، از خراش روده جلوگیری می کند، نوشیدنش برای قطع سیلان رطوبت های مزمن رحم بسیار مؤثر است. می گویند اگر زن باردار چوب زرشک را سه بار به شکم بزند، یا شکم را با زرشک بپوشاند سقط جنین می کند. از خونریزی های زیرین جلوگیری می کند.

زرنيخ

گوهری است کانی که به رنگهای سبز و زرد و سرخ یافت می شود. هر آنچه صاف و بی آرایش است و به آسانی سائیده گردد و بوی کبریت دهد بهترین نوع آن است. مزاج: گرم و خشک خاصیت: همه انواع زرنیخ سوزنده هستند. ولی زرنیخ سرخ رنگ از زرنیخی که قلقدیون می نامند بهتر است. آرایش: مو را می سترد. آن را در مداوای کم مویی با صمغ صنوبر می آمیزند. زخم و قرحه: زرنیخ را با پیه بر زخم ها می گذارند. دمل و جوش: زرنیخ آمیخته با پیه و چربی داروی گری، سعفه تر و گندیگی است و پوست را می سوزاند. اگر زرنیخ آمیخته با پیه و چربی داروی گری، سعفه تر و گندیگی است و پوست را می سوزاند. اگر زرنیخ را با مَر مخلوط کنند و بر تن بمالند شپش را ریشه کن می کند، لکه های خونی را از بین می برد و اگر با زفت باشد در دفع شپش مفید است، اثر ناخن ها را از بین می برد. سر: مرهمی که از آن می سازند و به ویژه اگر از زرنیخ سرخ باشد خوره و زخم بینی و دهان را شفا می دهد. نفس کش: با عسل آب جوشانیده یا عسل آب معمولی بنوشند چرک و ریم بدن را می زداید. اگر با صمغ صنوبر تبخیر کنند در سرفه مزمن و بر آوردن چرک و ریم مفید است. گاهی زرنیخ را در حبوب ضد برونشیت بکار می برند. اندام های دفعی: با روغن گل مخلوط شود جوش و بواسیر مقعد را شفا می دهد. زرها: بالا آمده آن بوسیله ی حرارت سم است.

زعفران

بهترینش زعفرانی است که تر و تازه و خوشرنگ و دارای بوی تند و خوش باشد و بر موی برگ آن اندکی سپیدی باشد. پر مایه و درست باشد، زود رنگ دهد، چسبنده نباشد و خرد نگشته باشد. مزاج: خشک و گرم خاصیت: قبض، گدازنده، و به سبب قبوضیتی که دارد پزائنده و چسبنده است. گرمای معتدل دارد و باز کننده است. عفونت را می زداید و درون را تقویت می کند.

آرایش: خوردن زعفران رنگ و رو را صفا می دهد .

دمل و جوش: ورم را می گدازد ، بر باد سرخ بمالند مفید است .

سر: سردرد می آورد ، به سر زیان می رساند ، داروی ورم گرم داخل گوش است .

چشم: دیده را جلا می دهد ، اشک ریزی را منع و تیرگی چشم را بر طرف می کند .

با به چشم کشیدنش کبودی چشم که از بیماریها پیدا شده علاج می شود .

سینه: شادی افزا و توان بخش قلب است . بیماریها که از التهاب حجاب حاجز و پیچش شکم رنج می برند زعفران یا روغن آن را

بو کنند به خواب می روند . نفس روان می شود و ابزار تنفسی را نیرو می بخشد .

اندام های غذا: دل بهم آور است . مخالف ترشی است که اشتها را در معده بر می انگیزد و از این رو زعفران اشتها را از بین می

برد . کبد و معده را تقویت می کند . معده را دباغ می دهد و قبض می گرداند . برای طحال خوب است .

اندام های دفعی: شهوت انگیز است . ادرار بول کند . زعفران را با موم یا زرده تخم مرغ و دو چندان روغن زیتون مخلوط کنند در

علاج سخت شدن زهدان و بهم آمدن دهانه ی آن و قرحه های پلید زهدان مفید است .

زایمان را آسان می کند .

زهرها: اگر سه مثقال را یک مرتبه بخورند از شادی سگته می کنند و می میرند .

زفت

زفت دو نوع است: یکی آبی ، سیاه و مایع که از تیره قیر است و در مرهم ها بکار می رود .

دیگری بیابانی و کوهی است و شیره درخت ینبوت و سایر درختهای صنوبری می باشد .

این شیره اول تر است و بعد که می پزند خشک می شود .

اما اکثر زفت نباتی از درخت ینبوت به دست می آید که آن را (قضم قریش) هم می خوانند . روغن زفت تقریباً مانند قطران است .

خاصیت: خلط های غلیظ را می پزاند . زداینده و گرمی بخش است . ترش بیشتر رساننده و خشکش بیشتر خشکاننده است و در

مرهم ها بکار می رود .

آرایش: سفیدی ناخن ها را می زداید . خون را به سوی اندام ها جذب می نماید ، اندام ها را فربهی می دهد و به ویژه اگر مکرر

آن را بر اندام بچسبانند و هر باریکه یک دفعه و بزور آن را بر کنند .

زفت را برای علاج ترک پا و سایر ترک ها بکار می برند . ضمادش در کم مویی مایه رویش مو می گردد .

دمل و جوش: زفت و به ویژه زفت تر ورم سخت را نرم می کند .

با آرد جو بر خنازیر گذارند مفید است . زفت را با کبریت یا پوست درخت ینبوت مخلوط کنند سرایت عارضه مورچه را باز می

دارد و در علاج غده ها مفید است .

زخم و قرحه: علاج قوباء است . از زخم های گود گوشت بر می آورد ، به ویژه اگر با کوبیده کندر و عسل باشد در باز رویاندن

گوشت مؤثرتر است .

زفت تر و زفت خشک هر دو در تنقیه چرکهای پلید قرحه اثر دارند . برای خشکانیدن زخمها زفت خشک مؤثرتر است .

مفاصل: در مداوای ورم ماهیچه سودمند است .

سر: خشک و ترش رویشگاه مژه ها را استوار می کند در رویش مژه کمک می نماید و بیماری (دمعه) را شفا می دهد . زخم

چشم را بر طرف می سازد و دید را تقویت می کند .

سینه: زفت و به ویژه اگر همراه بادام و شکر باشد در معالجه سرفه سرد و خشک، سینه پهلو، ذات الریه و برآوردن خون مفید است.

زفت رساننده است و اگر با روغن بادام باشد پخته گرداننده تر شود.

اندام های دفعی: ملین است و زیادش مسهل. در علاج ورم گرم و سخت روده، زهدان و بیضه ها وارد کردن به بدن (آمپول-شیاف...) با آن سودمند است. از داروهای زخم دهانه مثانه به شمار می آید. ترک های کنار مقعد را زفت بمالند خوب می شود. زهرها: در برابر زهرها مقاومت می کند و بر مارگزیده مالند مفید است.

زنجفیل

دیسقوریدوس گوید: رنگ آن مایل به سپیدی است، مزه اش به مزه فلفل می ماند و بوی خوش دارد. زنجفیل ریشه گیاهی است که آن را می خشکانند.

مزاج: گرم و خشک است و رطوبتی زائد دارد که سبب زیاد شدن آب پشت می شود. خاصیت: گرمای زیاد دارد، گرمی بخش قوی، ملین، نرم کننده و بادشکن است. سر: هوش و حافظه را زیاد می کند، رطوبت های اطراف سر و گلو را می زداید. چشم: خوردن یا در چشم کشیدن آن تیرگی چشم را درمان می کند. اندام های غذا: هاضم است و سرمای کبد و معده را سر حال می آورد. شهوت انگیز، ملین و ملایم است. زهرها: پادزهر حشرات موذی است.

زنجبیل بیابانی

بیخ گیاهی است شبیه به مشک زمین چین و از سرزمین چین می آید. لیکن از مشک زمین کلفت تر، کم بوتر و رنگش خاکی است.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: بادشکن است.

آرایش: چاقی می آورد. بوی آب انگور کهنه و سیر و پیاز را از بینی می برد.

سینه: شاد کننده قلب است.

اندام های غذا: استفراغ را باز می دارد.

بندآورنده ی شکم، و از بین برنده باد رحم است.

زهرها: پادزهر حشرات موذی و در این زمینه بسیار مفید است.

زنگی دارو

گویند گیاهی است که در سنگلاخ های کم آفتابی می روید.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت : لطیف و تحلیل برنده است .

اندام های غذا : برای طحال بسیار مفید است . برگ آن را در سرکه بپزند و مدت چهل روز با سکنجبین بخورند درد طحال را به کلی از بین می برد . زنگی دارو در تسکین سکسکه و علاج یرقان سودمند است . سنگ گرده و آبدان را خرد می کند و بیرون می ریزد . گویند اگر زنان ، زنگی دارو را به خود ببندند مانع بارداری می شود .

زوفرا

دیسقوریدوس گوید : زوفرا درختی است که در مملکت «لنفوربا» در کوهی به نام «قاییس» که این کوه نزدیک مملکت مصر است یافت می شود. ساقه هایش کوتاه و باریک و شبیه به ساقه شبت و گره دار است . برگش شبیه برگ اسپرک و از آن نرم تر است . بوی خوش دارد . سر ساقه اش باریک و پراکنده ، بر سر هر شاخه ای تاجی است که غلاف تخمی سیاه ، کاوکی ، مایل به درازی و به تخم رازیانه شبیه و مزه تند و عطرینی دارد .

بیخش سفید و به بیخ گاو شیر شبیه است و بوی مطبوعی دارد .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : بادشکن و گرمی بخش است .

اندام های غذا : هاضم خوراک و در علاج ورم های بلغمی معده و باد معده مفید است .

چشم : تخم و ریشه آن چشم را جلا می دهند و تیرگی چشم را از بین می برند .

زخم و قرحه : علاج درد گری و خارش است .

بیخ و تخمش در خشکانیدن آب پشت تأثیر فیجن را دارد و اگر خورده شود بول و حیض را روان سازد. اگر زن بیخ آن را فرزجه کند حیض روان می شود. زهرها : خورده شود یا مالیدنی باشد پادزهر کژدم و حشرات موذی است

زوفای خشک

گیاه زوفاکوهی یا کاشتنی است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : همچون مرزه لطیف است .

آرایش : خوردنش رنگ را زیبا می کند . مالیدنش لکه های صورت را علاج می کند .

دمل و جوش : اگر شربت آن خورده شود ورم های سخت را فرو می نشاند. سر: آب پزش با سرکه درد دندان را تسکین می دهد .

بخار پخته آن با انجیر را در گوش بریزند صدای گوش را می خواباند .

چشم : می پزند و بر چشم ضماد می کنند . طرفه (نقطه خونی چشم) و خون خشکیده زیر پلک را علاج می کند .

سینه : زوفا و آب پزش با انجیر و عسل در بیماری سینه ، برنشیت ، سرفه ، مزمن ، ورم های سخت و بلند نفسی مفید است .

غرغره نمودن با آب پز زوفا در علاج خفگی شکم مفید است .

اندام های غذا : ضمادش که با انجیر و بوره باشد داروی طحال است .

خوردن شربت زوفا برای طحال و استسقا مفید است .

اندام های دفعی : بلغم و کرم ها و کرم کدو را بیرون می آورد . اگر با کرویا و زنبق باشد بسیار مسهل است .

زهرة

گیاهی است که برگهایش عدسی و شاخه‌هایش پایا و کم برگ است .
 بیخ باریک دارد . در شوره زارهای گرم و آفتابی می‌روید و در مزه اش شوری احساس می‌شود . نوعی دیگر از این گیاه هست که به همیشه بهار شبیه ، رنگش ارغوانی و از آن دیگری خوش رنگ تر است .
 زهره اولی زخم را بهم می‌آورد و بیرون ریختنی‌ها را نرم می‌نماید . زهره دومی با سکنجبین خورده شود داروی صرع است .

زهرة النحاس

خاصیت : خورنده و با سوزش است .
 زخم و قرحه : گوشت زائد را می‌خورد .
 سر : دارو و خشک کننده قرحه گوش است . سفید آن را بسایند و در گوش دمنند ، کری کهنه را از بین می‌برد . در علاج ورم‌های بالای دهان و زبان کوچک مفید است .
 این دارو را از جمله داروهای خشک کننده بواسیر و زخم‌های مقعد بشمار آورده‌اند .

زیتون

درختی است تنومند که در برخی از سرزمینها می‌روید . از زیتون روغن می‌گیرند .
 روغنی که از زیتون نارسیده گیرند نامش زیت انفاق است و آنچه از زیتون رسیده و میانه رسیده و نارسیده به دست می‌آید زیت است و بس . روغن را از زیتون کاشتنی و از زیتون وحشی می‌گیرند .
 روغن زیتون اگر کهنه باشد در ضمادها تأثیر روغن کرچک و روغن ترب و روغن سیاه دانه دارد . لیکن از آنها گرم مزاج تر است و کنشش تقریباً آنهاست .
 بهترین روغن زیتون که برای تندرستان مفید باشد روغن زیتون نارسیده است .
 مزاج : روغن زیتون نارسیده سرد و خشک است .

خاصیت : همه نوع از روغن زیتون تن را توان می‌بخشد ، جنبش را زیاد می‌کند و پالاینده است .
 آرایش : برگ زیتون وحشی برای کزدمه داروی خوبی است و بر تن بمالند بازدارنده عرق است . روغن زیتون وحشی در بسیاری از کنش‌ها با روغن گل برابر است . روغن زیتون وحشی مو را ننگه می‌دارد و نمی‌گذارد زود سفید شود اما به شرطی که هر روز استعمال شود .

دمل و جوش : ضماد زیتون وحشی در علاج باد سرخ و بیماری مفید است . ورم گرم را می‌گدازد . چوب تر زیتون را آتش بزنند ، خونآب‌هایی که از آن می‌تراود داروی گری و قوباء است .
 زخم و قرحه : روغن زیتون نارسیده وحشی در علاج قرحه تر ، قرحه خشک ، و گری مفید است .
 برگ زیتون وحشی داروی باد سرخ ، بیماری مورچه ، جوش‌های مسری ، جوش‌های پلید ، جوش‌های چرکین و شری است .
 سوختگی را با زیتون پرورش یافته در نمک آب ضماد کنند تا اول نمی‌زند ، و چرک پلید را می‌زداید .
 مفاصل : حقنه با آب زیتون نمک سرد - زیتون شور - داروی بیماری اعصاب است .
 روغن زیتون شسته داروی درد پی بیماری اعصاب است .

کسانی که نقرس دارند با روغن زیتون کهنه جای نقرس را بمالند مفید است .

سر: برگ زیتون را در آب غوره بجوشانند تا در پرمایگی چون عسل شود ، بر دندان کرم خورده بگذارند دندان را بر می کند . روغن زیتون وحشی در علاج سر درد همانند روغن گل است .

افشره زیتون وحشی را خشک می کنند ، از آن قرص می سازند و نگه می دارید ، رطوبت های گوش را درمان می کند .

مزمه کردن با روغن زیتون وحشی خونریزی لثه را باز می دارد و دندانهای لق را استوار می سازد .

انگم زیتون وحشی را اگنه دندان کرم خورده کنند مفید است .

روغن زیتون بهترین معالج درد گوش است .

برگ زیتون ساییده برای از بین بردن جوشهای زبان و دهان مفید است .

چشم: روغن زیتون کهنه (شش ساله را) در چشم بکشند تیرگی چشم از بین می رود . غلیظ شده رسوبی آن ضمن داروهای چشم است .

سینه: بخور کردن زیتون سیاه همراه هسته اش علاج برنشیت و بیماریهای شش است .

اندام های غذا: رسوبی روغن زیتون را بر شکم مستسقی بمالند مفید

است . زیتون تنهای تنها دیر هضم است . زیتون درشت نمک پرورده اشتها آور ، توان بخش معده می باشد و رگموس قبض بوجود می آورد .

اندام های دفعی: قبل از غذا زیتون را با آبکامه خورند شکم نرم گردد (ملین است) زیتون را با فیجن بپزند علاج پیچش روده و

کرم است . در قولنج ورمی مفید و برای علاج قولنج دردی بدان حفته می کنند .

افشره زیتون را فرزجه کنند نزیف و رطوبت های زهدان را قطع می کند .

شکم را با ضماد زیتون و آرد جو ببندند اسهال مزمن را چاره می کند .

فرآورده روغن زیتون کهنه با آب غوره را اگر حفته کنند در علاج قرحه درونی مقعد و زهدان سودمند است .

حفته با انگم ادرار بول و پرزه انگمش ادرار حیض می کند .

زهرها: زهر خورده اگر روغن زیت را با آب گرم بخورد با اینکه دلش بهم می خورد ولی از قوت سم می کاهد . می گویند انگم

زیتون وحشی زهری است کشنده .

زیره

زیره چندین نوع دارد: کرمانی سیه ، فارسی زرد ، زیره شامی و نبطی . فارسی از زیره شامی و نبطی قوی تر است و زیره نبطی

همان است که در هر کجا بدست آید .

زیره کرمانی بهترین و بعد از آن فارسی از سایر انواع بهتر است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: گرمی بخش ، بادشکن ، بادزدا ، تکه کننده ، خشکاننده ، و گدازنده است . چنان که گویند قبض هم هست .

آرایش: صورت را با زیره بشویند زیبا شود . خوردن و بکار بردنش رنگ و رو را صفا می دهد .

ورم و جوش: با موم و روغن گل و روغن زیتون و آرد باقلا- ، یا تنها با روغن زیتون ، یا با روغن زیتون و عسل مرهم گردد آماس

رگ های بیضه را فرو می نشاند .

زخم و قرحه: سوپ آن برای معالجه زخم ها و بهبودی بخشیدن بسیار سودمند است .

سر: زیره را بسایند، با سرکه مخلوط کنند و بویند، یا اینکه فتیله آلائیده به زیره را در سوراخ بینی کنند خون دماغ قطع می شود.
چشم: زیره را بسایند، با روغن زیتون بیامیزند و در چشم بچکانند ناخنه را از بین می برد. برلکه های سیاه خونی زیر چشم بچکانند بسیار مفید است. اندام های تنفسی: اگر با سرکه آمیخته با آب بخورند داروی تنگ نفسی است.

اندام های دفعی: زیره با روغن زیتون یا با موم، روغن گل یا با روغن زیتون و آرد باقلا برای فرو نشانیدن آماس بیضه، خرد کردن سنگ و به ویژه اگر زیره بیابانی باشد علاوه بر فوائد فوق الذکر در معالجه چکمیزک و خون ادراری و پیچ و درد روده و بادکردگی مفید است.

افشره زیره بیابانی با آب عسل شکم را روان می سازد.

روفس گوید: زیره سبز (نبطی) اسهال می آورد اما زیره کرمانی قبض است. گیاه زیره بیابانی مراره را با بول سرازیر می کند. زهرها: هر نوع زیره و به ویژه آن زیره بیابانی که تخمش شبیه تخم سوسن است خورده شود، پادزهر حشرات سمی است.

زیز - نوعی پیاز دشتی

قوت و مزه پیاز موش دارد، بجای پیاز موش استفاده می شود، و از آن ضعیف تر است.
دردهای سرد زهدان را تسکین می دهد، اگر با انجیر مخلوط شود و ضماد شود یا آن را بخورند پادزهر نیش کزدم و رتیل است و ضد هر زهری است.

جبسین

سنگ گچ ورقی و شفاف را جبسین می گویند و چون بسوزد لطیف تر می گردد. مزاج: سرد و خشک.
خاصیت: چسبنده است. بر اطراف جای نزیف بگذارند بدان سبب که چسبنده، گیرنده، جمع آورنده و لزج است نزیف را باز می دارند و اگر بسوزد لطیف می گردد و خشکانیدنش بیشتر می شود.
سر: اگر بر پیشانی بمالند خون دماغ را بند می آورد.
چشم: جبسین را با سفیده تخم مرغ مخلوط کنند تا سخت نشود و بر رمد خونی بگذارند مفید است.
زهر: جبسین از جمله زهرهای خفه کننده و بسیار کشنده می باشد

جو و شلت

جو که مشهور است و شلت نوعی جو است که پوست ندارد و همان کنش های جو را دارد.
مزاج: سرد و خشک.
خاصیت: زداینده و ماده غذائیش کمتر از گندم است. افشره جو از قاوت جو قوی تر است. آرد جو و قاوتش تند و شدت اخلاط را کاهش می دهند. هر نوع افشره جو مفید است.
آرایش: افشره جو را به گرمی بر لکه های سیاه بمالند مفید است.
ورم و جوش: آن را در آب می پزند مانند سوپ می شود و با زفت و رازیانه مخلوط می کنند و بر ورم سفت می گذارند ورم را نرم می کند.
در آب پخته جو یا جو و آب پر مایه اش داروی ورم های گرم است.

قرحه: در سرکه بسیار تند و پر مایه بپزند و بر گری چرکین بگذارند شفا می دهد .

مفاصل: جو، به و سرکه را ضماد کنند و بر نقرس بگذارند مفید است .

ریزش مواد ناجور را از مفاصل باز می دارد .

سینه: افشره جو داروی بیماریهای سینه است. افشره جو را با تخم رازیانه بخورند شیر پستان را افزونی می دهد . آرد جو برای معده خوب نیست .

اندام های راننده: قاوت و آب پز قاوت جو قبوضیت می دهد .

تب ها: آب جو سردی می دهد و تب ها را رطوبت می بخشد .

جوجادو

دانه ای است تلخ مزه و شبیه به جو. رنگش کمی به سرخی مایل و گلش از جو درازتر و باریک تر است .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: قبض است و شکم را بند می آورد .

دمل و جوش: سخت ها را نرم می کند .

سر: راه بندان بوجود می آورد .

اندام های دفعی: شکم را بند می آورد . اگر در آب پز آن بنشینند در علاج درد و سستی مقعد بسیار مفید است . خوردن خرد شده

آن مخلوط با روغن زیتون در علاج بواسیر مفید است .

زهرها: پادزهر است .

جوزرومی

آن را اکيروس نیز می نامند . گویند درخت جوز رومی در کنار رودخانه ای به نام «لیرندانوس» نشو و نما می کند . شیر این درخت بعد از آنکه می تراود در آب رودخانه می بندد .

مزاج: بسیار گرمی بخش و خشکاننده است . صمغش در منتهای گرمی و گرمی گل آن از آن بیشتر است .

اندام های سر: اگر میوه آن را با سرکه بخورند داروی صرع است .

مفاصل: برگ آن را با سرکه ضماد کنند تپش ناشی از نقرس را تسکین می دهد .

اندام های غذا: خوردن صمغ آن معده را از رطوبت ناسازگار نگاهداری می کند .

اندام های دفعی: خوردن صمغ آن نمی گذارد رطوبت های نامطلوب بسوی روده روان شوند .

این انگم را در مرهم ها بکار می برند .

جو دوسر، یولاف

قوت دانه اش همان قوت جو و در حقیقت چیزی است میانه گندم و جو .

قاوت و نیم کوبیده اش از قاوت و نیم کوبیده جو قبض تر است .

مزاج: معتدل و مایل به رطوبت است .

خاصیت: بدون سوزش خشک می کند و گدازندگی و قبوضیت دارد .

جیوه ، سیماب

به دو طریقه بدست می آورند یا راساً از منبع بدست می آید . یا اینکه از سنگی که در معدن جیوه است تهیه می شود . استخراج جیوه از سنگ جیوه همان عملیات استخراج طلا و نقره را دارد که با فشار حرارت از معدن جدا می شود . سنگ جیوه اگر بی آلاینش باشد و آمیزه ای از خاک و سنگ دیگری در آن نباشد ، همرنگ شنگرف یا صحیح تر بگوئیم شنگرف همرنگ آن است و باز به آن نمی رسد . مزاج : گرم و تراست .

خاصیت :بالا برنده و قابض است .

آرایش:جیوه مرده با روغن گل ،شپش و رشک شپش را از بین می برد .

زخم قرحه :جیوه مرده با روغن گل و با داروهای ضد گری علاج گری و در مداوای زخم چرکی سودمند است .

مفاصل :بخار جیوه باعث فلج و سوزش می شود و خشکی ها را با خود می آورد .

سر :دود جیوه شنوایی را از بین می برد و دهان را بدبو می کند .

چشم :دود جیوه باعث کوری چشم می شود .

زهرها :بالا آمده جیوه از فشار حرارت بسیار قطع کننده ،از سموم قاتل و علاج آن نوشیدن شیر و استفراغ کردن است .جیوه موش

کش است و حشرات و مارها از دودش گریزانند .

چاتانقوش

ثمر درخت سقزیابنه .این درخت در سرزمین های سردسیر بسیار مشهور است .

مزاج :گرم و خشک .

خاصیت :گرمی بخش ،نرمی بخش ، پالاینده ، قبض و شیره آن از شیره مصطکی تلخ تر و در گدازندگی مؤثرتر است . در شیره

اش اندکی قبضی هست و بسیار زداینده و بازکننده خوبی است .

می رساند ،نرم می کند و مواد را از ژرفاهای تن بسوی خود می کشد .

در اکثر حالات کار مصطکی را انجام می دهد .دود ثمرینه همچون کندر بی آزار است .

آرایش :صورت را جلا می دهد . لکه های سیاه را از بین می برد . سقزدرختی برای ترک های صورت داروی خوبی است .

ورم و جوش :شیره اش ورم های سخت را نرم می کند و می رساند .

زخم و قرحه :گری و بیماریهای ویروسی پوست را از بین می برد .

شیره اش در مرهم هایی که برای پاک کردن زخم ها و خشک گردانیدن ریم و چرک می سازند بکار می رود.زخم های رویه

پوست را بهبود می بخشد،درعلاج خارش قرحه ،گری چرکین ، گری بلغمی و جوش های بلغمی سودمند است .

مفاصل :روغنش جزئی از مرهم های ضد خستگی ،فلج و دهان کجی است .سر:شیره اش همزه عسل و روغن زیتون رطوبت های

گوش را از بین می برد .

چشم :دودش به چشم آید خوره پلک ها را علاج و از ریزش مژه جلوگیری می کند .

سینه :مالیدن یا ضماد آن در مداوای پهلوی درد مفید است .

شیره اش را تنها یا همراه شیرینی بلیسند قرحه شش و سرفه مزمن را بر طرف می کند .

اندام های غذا: میوه درخت سقز و به ویژه روغن دانه اش داروی طحال است. سینه را تنقیه می کند لیکن اشتهای طعام را از بین می برد .

اندام های دفعی: ثمرنه هیجان انگیز است و بول را ادرار می دهد . شیره اش نیز ادرار می آورد .

زهرها: شیره و ثمرش را همراه آب انگور کهنه نوشند پادزهر رتیل است. چلغوزه

بار درشت درخت صنوبر است و از گردو مغذی تر می باشد ولی دیر هضم تر است .

مزاج: معتدل است و اندکی گرمی دارد .

خاصیت: تغذیه پرمایه و خوب و نیروبخش می دهد رطوبت های تباه روده را از بین می برد. دیر هضم است. اگر سردمزاجان با عسل و گرم مزاجان با نبات بخورند هم خوب هضم می شود و هم تغذیه بیشتر می دهد .

اگر در آب بخیسانند تند و تیزی و زبان گزی خود را از دست می دهد و بسیار تغذیه دهنده تر می شود. حتی دانه های خرد و کوچک آن که مواد غذایی در بر ندارند اگر در آب خیس شوند از دارویی بودن به غذایی بودن تبدیل می شوند. دانه های خرد صنوبر شناخته شده و در هر جایی هست .

مفاصل: در علاج درد عصب ، پشت درد ، بیماری اعصاب و احساس سست بودن مفید است .

اندام های تنفسی: در تنقیه شش نظیر ندارد. هر چه چرک و خلط متراکم است بیرون می آورد .

اندام های دفعی: شهوت انگیز و به ویژه برای آن شهوت انگیزتر است . چرک و سنگ مثانه را مداوا می کند .

زهرها: همراه انجیر و خرما پادزهر نیش کژدم است .

حب الصنوبر

دانه این درخت از پسته باریکتر است و پوست نازک و زودشکن دارد. سرخ رنگ آن مغذی و سفید رنگ آن و چرب و خوشمزه است .

حب الصنوبر کوچک بیشتر از آنکه غذایی باشد دارویی است .

مزاج: دانه صنوبر بزرگ معتدل است و گرایش به سوی گرمی و نمناکی دارد. دانه صنوبر کوچک گرم و خشک است .

خاصیت: رساننده ، نرم کننده ، گدازنده ، گزنده و گزندگی ناخشکیده اش بیشتر است . دانه صنوبر را در آب بخیسانند گزندگی اش از بین می رود .

آرایش: چاق کننده است .

مفاصل: اگر دانه صنوبر بزرگ خورده شود سستی و ناتوانی تن را علاج می کند و رطوبت های تباه را از تن بر می چیند و می خشکاند .

سینه: دانه صنوبر کوچک و بزرگ به تنهایی و به ویژه اگر با آب انگور تازه تلخ خورده شود رطوبت گندیده شش را درمان می کند . چرک و ریم سینه را بیرون می راند. در خون برآوردن و سرفه مفید است .

دانه صنوبر را با آب انگور شیرین بپزند و بخورند شش را از چرک و ریم پاک می کند .

اندام های غذا: همراه گیاه خارا گوش ضماد کنند و بر معده بگذارند معده را توان می بخشد . دانه صنوبر دیر هضم است و غذای بسیار و نیرومند می دهد . اما اگر در آب گرم نخیسانند معده گز است . گرمی داران باید دانه صنوبر را با تبر زد بخورند و سرد مزاجان با عسل که هم زود هضم ، هم غذای خوب و هم برای معده مفید باشد .

اندام های دفعی: دانه صنوبر را با کنجد و تبرزد یا با عسل بخورند آب پشت را بسیار فزونی می دهد. زیاد خوردن آن و زیاد

خوردن مرزه کوهی پیچ و درد شکم می آورد

حب البان

درختی است که دانه هایش بزرگ تر از نخود، مایل به سفیدی است و مغزی نرم و روغنی دارد . مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت درمانی : خود حب البان و به ویژه مغز آن تنقیه کننده است و مواد غلیظ را می برد . اگر با سرکه و آب خورده شود از آنجا که تلخی و گیرندگی دارد انسدادهای درونی را باز می کند و داغ گداز است . پوسته اش بیشتر قابض و روغنش نیز خالی از قابضیت نیست و عموماً زداينده و برنده است . آرایش : دانه بان و روغن آن نقطه ها و لکه های سفید و سرخ و سیاه صورت را بر طرف و اثر زخمها را از بین می برد . دمل و جوش : دانه بان همراه با مرهم درعلاج دمل های سخت و زگیل بسیار مؤثر است . زخم و قرحه : دانه بان که با سرکه باشد در مداوای جرب پوسته انداز ، جرب چرکین ، جوش های شری و سعفه (بیماری جلدی کچلی مانند) سودمند است .

مفاصل : دانه بان به ویژه روغن آن پی را گرمی می دهد و سفتی های پی و ترنجیدگی را نرم می نماید . سر:خونریزی بینی را به سبب قبوضیت بند می آورد . روغن بان و به ویژه اگر با پیه اردک باشد درد و صداهاى گوش را از بین می برد .

جوشیده ریشه بان را مزمره کننده درد دندان تسکین می یابد . اندام های غذا : با سرکه در معالجات تصلبات کبد و طحال مفید است . گاهی حب البان را بانان و آرد شلمک و عسل آب یا آرد گاودانه ، یا آرد سوسن مخلوط می کنند و ضماد آن را بر طحال می گذارند .

حب البان با معده سازگار نیست و دل را بهم می زند . اگر یک مثقال از بان یا میوه آن را با عسل بخورند به شدت قی می کنند و اسهال آور است .

اندام های دفعی : یک مثقال از دانه بان را با عسل بخورند بلغم خام خارج می شود و اگر فتیله را با روغن بان بیندایند و بردارند بلغم خام را بیرون می راند .

حب القفل

سفیدش بزرگ تر از کاجیره است . تماماً مستدیر نیست .

مغزی دارد چرب و خوشمزه . بعضی گویند دانه انار بیابانی است .

مفاصل : تن های سست را توان می بخشد .

خاصیت : در روغن جوشیده اش سبک تر است .

آرایش : فربهی می آورد .

سر : سردرد می آورد و به ویژه اگر آن را مزه آب انگور غلیظ کهنه کنند .

اندام های غذا : زیاد خوردنش امتلا می آورد ، قی و اسهال بدنبال دارد .

اگر با تبر زد و شکر و عسل بخورند زود هضم تر است .

در روغن جوشیده اش بهتر است . دانه ریزش سوزش بسیار به معده می دهد .

حناء

دیسقوریدوس گوید : حماء درختچه ای است که برگهایش بالای شاخه ها قرار گرفته و به برگ زیتون شباهت دارند . لیکن از برگ زیتون بهتر و نرم تر و سبزرنگ تر است .

گل حناء سپید است ، به گل اشنه می ماند و بوی خوش دارد .

تخم حناء سیاه و شبیه به تخم گیاهی است که آن را یاس کبود می خوانند .

مزاج : سرد و خشک

خاصیت : دارای نوعی گدازندگی و گیرندگی است . خشک می کند ولی آزار نمی رساند و تحلیل می برد . بادشکن است و دهانه رگ ها را باز

می کند . روغن حنا بسیار گرمی بخش و نرم کننده است .

آرایش : حنا و آب کندس را بر مو بمالند مو را سرخ رنگ می کند .

دمل و جوش : آب پز حنا در علاج ورم گرم ، بلغمی و ورم پره بینی مفید است و می خشکاند .

زخم و قرحه : آب پز حنا را بر سوختگی پاشند مفید است .

مفاصل : درد پی ها را تسکین می دهد . در مرهم فلج و کشیدگی مفید است .

روغن حنا خستگی را از بین می برد . پی ها را نرمش می بخشد و در شکستگی استخوان مفید است .

سر : حنا و سرکه را بر پیشانی مالند سردرد تسکین می یابد .

حنا و سرکه در علاج زخم دهان و جوش های زبان و پیرامون زبان

مفید است . سینه : داروی ورم داخلی حجاب و در مرهم خناق وارد است .

اندام های دفعی : درد زهدان را درمان می کند .

خار مصری

مزاج : سرد و خشک

خاصیت : خشکاننده است و نزه ها را قطع می کند .

زخم و قرحه : بیخ آن و به ویژه تخمش در مداوای زخم ها بسیار مؤثر است .

سینه : برای ورم گلو مفید است .

اندام های غذا : برای ورم معده سودمند است .

خاق النمر

دیسقوریدوس گوید : شاخه های این گیاه باریک و بلند و به زحمت کوبیده می شوند و برگش شبیه برگ لبلاب و از آن نرم تر و نوک تیزتر است و بوی گران دارد .

خاصیت : برگ این گیاه را با پیه مخلوط کنند و با نان بپزند گرگ و سگ و روباه از این نان بخورند فوراً نیروی خود را از دست

می دهند و می میرند .

نباید این دارو را در بیرون و درون تن بکار برد .

زهرها :سم قاتل است .گویند اگر نزدیک کژدم ببرند می میرد .

خرمای تر

مزاج :گرم و تر است .

خاصیت:خونی که از خرمای تر بوجود می آید .بیم زود گنیدنش می رود ،بد است و علاجش با بادام و گلنگین است و باید قبل از خوردن رطب کاهو خورند و بعد از خوردنش سرکه و سکنجبین بنوشند .

اندام های غذا :با معده سرد سازگار است .

نفس :به زیان حنجره و صدا است .

اندام های راننده :ملین است و گوهر آب پشت را فزونی می دهد .

خرچنگ دریایی

خاصیت :سوخته اش از هر سوخته دیگر لطیف تر است .

آرایش :سوخته اش دندان را پاکیزه نگه می دارد و لکه های سیاه و کک و مک را از رخساره می زداید .

قرحه :سوخته اش زخم چرکین را خشک می کند و در گری سودمند است .

چشم :اشک را مانع است و همراه نمک بسایند ناخنه را از بین می برد .

فتیله از آن بسازند و بر پلک بمالند گری پلک را از بین می برد و در جلا دادن چشم بسیار سودمند است .

خسک - سه کوهک

دو نوع خسک هست . اولی برگش به برگ خرفه می ماند و از آن باریک تر و دومی نمناک است که در جاهای مرطوب و کنار آب ها می روید .

مزاج :هر دو نوع خار خسک سرد و خشکند .

خاصیت :از آنجا که گیرنده و رساننده و نرمش دهنده است ریزش مواد را باز می دارد .

دمل و جوش :مانع ورم گرم و ریزش مواد است و برای ورم های گلو داروی خوبی است .

زخم و قرحه :خسک آمیخته با عسل در علاج زخم گندیده و بازرویاندن گوشت سودمند است .

سر :در علاج قرحه های گندیده لته مفید است .

چشم :آبش را در چشم بچکانند خوب است .

اندام های تنفسی :ورم های پیرامون گیر ماهیچه گلو را معالجه می نماید .

شهوته انگیز ، خرد کننده سنگ کرده و آبدان است .

افشره اش تأثیر خود او را دارد ،در علاج عسرالبول و قولنج مفید است .

زهرها :پادزهر مارگزیده و سم های کشنده است .آب پزش کک را از بین می برد

خنتی

برگش همچون برگ گندمای شامی و ساقه اش صاف و بر سر ساقه گل است و ثمرش دراز و مستطیل چون بلوط و تند مزه است .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: خنتی و به ویژه بیخش زداينده و گدازنده است .
 آرایش: این گیاه و به ویژه خاکستر بیخش داروی کم مویی و بیماری خونی می باشد و اگر خاکسترش را بر بهک بمالند و در آفتاب بنشینند مفید است .
 ورم و جوش: ضماد بیخش که با درد آب انگور کهنه باشد در علاج قرحه چرکین و بدخیم مفید است .
 مفاصل: داروی سستی ماهیچه و درد استخوان است .
 سر: افشیره اش را تنها یا با عسل و آب انگور کهنه و مر مخلوط کنند چرک و ریم را از گوش می زداید و اگر در گوش عکس طرف دندان دردمند بچکانند درد دندان تسکین می یابد .
 چشم: افشیره بیخش برای چشم مفید است .
 نفس کش: در علاج پهلوی درد و سرفه مفید است .
 بیخش را که با آب انگور کهنه بر پستان ورم کرده بگذارند سودمند است .
 اندام های غذا: در علاج یرقان بد نیست .
 اندام های راننده: بول و حیض را ریزش می دهد . ثمر و گلش را با آب انگور کهنه بخورند مسهل است . بیخش را با درد آن بر ورم بیضه بگذارند مفید است .
 زهرها: پادزهر نیش حشرات است .
 ثمر و گلش را با آب انگور کهنه بخورند در نیش کژدم و هزار پا بسیار مفید است .

خولنجان

تکه هایی پیچیده ، به رنگ سرخ و سیاه ، تند مزه ، خوشبو ، سبک وزن و ره آورد چین است .
 ماسر جویه گوید: خولنجان و خسرو دارو یکی است .
 مزاج: گرم خشک .
 خاصیت: لطیف و بادشکن است .
 آرایش: دهان را خوشبو می کند .
 اندام های غذا: با معده سازگار است و خوراک را هضم می کند .
 اندام های راننده: در علاج قولنج و درد گرده مفید و در غریزه جنسی کمک می کند .

خیار چنبر

تخمش از تخم خیار بهتر و نارسیده تر باشد لطیف تر و بهتر است .
 مزاج: سرد و تر .
 خاصیت: صفرا و گرمی را خاموش می کند .

ورم و جوش: برگ آن را با عسل بیندازند و بر جوش های (شری) بلغمی بگذارند مفید است .
 نفس کش: غش کرده گرم مزاج آن را ببوید به هوش می آید و نشاط از سر می گیرد .
 اندام های غذا: برای معده خوب است و تشنگی را دفع می کند اما کمتر به خوبی هضم می شود .
 اندام های راننده: بول را ریزش می دهد . شکم را نرم کند . درد اطراف ذکر و میان ران ها را تسکین می دهد . با آبدان سازگار است .
 زهرها: برگش در علاج سگک ها گزیده مفید است .

خیار شنبیر

دو نوع خیار شنبیر هست یکی کابلی و دومی بصرائی .
 بهترینش آن است که از نی به دست می آید و درخشنده و چرب تر است .
 مزاج: تر است و حرارت و سردی معتدل دارد .
 خاصیت: تحلیل بر و نرمش بخش است .
 ورم: علاج ورم های گرم درون است و اگر با آب تاجریزی بدان غرغره کنند آماس گلو را فرو می نشاند . بر ورم سخت بمالند مفید است .
 مفاصل: مالیدنش بر پوست درد نقرس و مفاصل را از بین می برد .
 سینه: اگر با آب گشنیز تر و لعاب اسفرزه بر گردن و سینه بمالند و بدان غرغره کنند در علاج خناق مفید است .
 اندام های غذا: تنقیه کبد می کند ، در علاج یرقان و درد کبد سودمند است .
 اندام های راننده: ملین است . مراه سوخته را بیرون می آورد و اسهالی بی آزار می دهد .

آب

آب های ناپسند عبارتند از: آبهای راکد ، آبهای مرداب ها ، آبهای بد مزه و بدبو، آب های تیره ، پرمایه و سنگین وزن ، آب هایی که زود سنگ می شوند ، آب هایی که پرده ای بر آن نمودار است و چیزهایی بیگانه را بر آن می بینند .
 گزند آب های بوره ای بوسیله ی: شیر ، آب انگور ، کهنه ، نشاسته ، و آب انگور کهنه رقیق ریحانی و همانند آن ، سنجد خام ، خیار نارسیده ، سبزیهای لطافت بخش و ادراری دفع می شود .
 چاره آب پرمایه و تیره رنگ با لطافت بخش هایی چون: سیر، پیاز، گندنا است و اگر بعد از آن آب انگور کهنه بنوشند یا با آن مخلوط کنند آسیب رسان نیست .
 گاهی که آب را آب زبر گویند منظور از آن آب غلیظ پرمایه یا آب بسیار زداینده است و گاهی هم آبی را که در هنگام شستشو بسیار پاک کننده است زبر می خوانند . آب تلخ را می توان به وسیله ی شیرینی ها اصلاح نمود .
 برای دفع آب شور ، خرنوب شامی ، دانه آس ، زالزالک ، گل آزاد و قاوت بکار می رود . عموماً آب بدخیم را می توان بوسیله ی سرکه اصلاح کرد .
 مزاج: آب دریا تند و تیز است . آب بوره ای گرم و خشک است . آب مسی و آهنی برای درون خوبند .
 خاصیت: آب سرد برای کسانی که بنه آمده ها دارند زیان آور است . لیکن برای کسانی که جسم متخلخل دارند و برای بند آمدن هر نوع سیلان و نزیف موادی که سبب بیماری می شوند خوب است .

آرایش: آب دریا داروی ترک های ناشی از سرما است بشرطی که چرکین نشده باشند. شپش کش است، خون بند آمده در زیر پوست را تحلیل می دهد. آبهای گوگردی در علاج بهک و برص مفیدند .

ورم و جوش: آبهای گوگردی در فرو نشانیدن ورم مفاصل و نرم کردن سخت شده ها و برکندن زگیل های آویز کاری هستند .
زخم و قرحه: آب صاف و زلال با قرحه سازگار نیست و رطوبت می افزاید. نباید آن را به قرحه نزدیک کرد .

آب دریا برای خارش، گری و قوباء مفید است . شستشوی تن با آب گوگردی در علاج قوباء، گری و جوش های سعفه مفید است .

مفاصل: آب دریا و هرآبی که هم مزاج اوست اگر تن را در آن شستشو دهند در بیماریهای عصب مانند لرزش، فلج، تخدیر شدن و غیره مفید است .

آب گوگردی نیز همچون آب دریا و در تسکین درد مفاصل، درد سر و عصب مفید است .

سر: آب نیمه گرم برای صرع داران خوب است و از آب گرم زیان می بینند. بخار دریا سرد سرد را از بین می برد. آب مسی برای دهان و گوش سودمند است

چشم: آب کویری برای چشم بد است .

اندام های تنفسی: آب بسیار سرد به نفع سینه نیست. آب نیمه گرم در علاج ورم های گلو، زبان کوچک و سینه مفید است .

آب دریا را بر پستان پاشند از آماس آن می کاهد. آب بوره ای شاید برای شش خوب باشد. آب زاج بلوری در خون برآوردن مفید است .

اندامهای غذا: آب آهنی با طحال و معده سازگار است و آب مسی تقریباً چنین است. آب بسیار سرد مخصوصاً برای بیمارانی که بند آمدنی ها دارند ضرر دارد .

آب دریا و همانندش با معده ناجور است. بخار آب دریا در علاج استسقا مفید است. آب بوره ای شاید برای معده مرطوب خوب باشد .

آب زاج بلوری بازدارنده استفراغ است و در این باره اثر خوب دارد. آبی که از گل سیاه بر می آید گیرنده و از این روی در منع استفراغ مؤثر است .

آب های گوگردی در علاج ورم، درد کبد و طحال اثر دارند .

اندام های دفعی: آب دریا را در حقنه بکار ببندند درد و پیچ روده تسکین می یابد. آب دریا را بخورند اسهال می دهد، اما گزیدگی دارد و بهتر است بدنال نوشیدنش سوپ مرغ بخورند .

آب های زاج بلوری ضد سقط بچه و ریزش حیض است .

آب های گوگردی برای دفع درد زهدان سودمندند. آب بسیار سرد برای غریزه جنسی خوب نیست. شکم را بند می آورد .

آب شور اول اسهال می دهد و بعد بوسیله ی خشکی که در اوست شکم را بند می آورد .

آب های معدنی عموماً مانع ریزش بول و حیض و بچه آوردن هستند .

اکثر آب های معدنی شکم را اسهال می دهند و خشکی می آورند. مثلاً آب زاج بلوری بند آورنده شکم است و گاهی قولنج می آورد .

آب های آهنی و مسی برای گرده بسیار خوب و در علاج قولنج مفیدند .

آب های تیره سنگ کلیه و مثانه پدید می آورند. آبی که آهن تفته را در آن بگذارند داروی خون برآوردن است .

تب ها: آب های گوگردی و گل آلود و آب راکد مردآب ها سبب تب می شوند. آب غلیظ تب سه در میان می آورد .

زهرها: مارگزیده در آب دریا بنشیند سود می بیند و این علاج پادزهر سایر گزنده های کشنده است .

آویشم (به زبان عامیانه آویشن)

گیاهی است که بیشتر مردم آن را می شناسند .
مزاج: گرم و خشک است .
خاصیت: گدازنده و قطع کننده است .
آرایش: زگیل ها را از بین می برد .
ورم و جوش: ضمادش با سرکه داروی ورم های بلغمی است .
مفاصل: خوردن آن در علاج ناتوانی پی ها خوب است . ضمادش با قاوت و آب انگور کهنه علاج عرق النساء می باشد . نوشیدنش درد انتهای دنده ها را از بین می برد .
چشم: اگر آویشم را با غذا همراه کنند قوت چشم را نگه می دارد و کم سویی را از بین می برد .
سینه: سینه و شش را می پالاید و علاج خون بر آوردن است .
آب پز آن مسکن درد انتهای دنده هاست بشرطی که با عسل باشد و بلیسند . از قوت خشکننده ای که دارد خون بر آوردن را باز می دارد .
اندام های غذا: در هضم کمک است . شربت آن سوء هاضمه را از بین می برد . کسانی که بسیار کم اشتها هستند به اشتها می آیند .
اندام های دفعی: بول و حیض را راه می اندازد . کرم را بیرون می راند

آس

مزه تلخ آمیخته با گسی و شیرینی دارد و گسی آن سبب سردی آن شده است .
برساقه آن برجستگی هایی است که به اندازه ی کف دست و هم رنگ ساقه است . این برجستگی ها از بخش دیگر آس قوی تر است .
گسی آن در هنگام مکیدن آنقدر محسوس است که زبان را نیشگون می گیرد . این برجستگی ها دارای گوهر خاکی و کمی گوهر لطیف است .
بهترین نوع آن به منظور استفاده درمانی گونه ای است که رنگش به سیاهی می زند ، به ویژه «آس خسروانی» که در کوهساران می روید .
بهترین نوع گل آن از نظر طبی گلهای سپید رنگ است .
افشره ی برگ و میوه آس بهترین ماده درمانی است . چنانچه افشره اش کهنه شود ناتوان می گردد و کفک بر آن می نشیند .
مزاج: دارای گرمی لطیف و سردی بر آن غالب و گیرندگی آن بیشتر از سردی است .
خاصیت درمانی: اسهال ، عرق و هر نوع خونریزی و هر نوع سیلانی را بسوی اندام ها بند می آورد . اگر تن را در گرمابه با آس مالش دهند تن را توان می بخشد و رطوبت های زیاد پوست را بر می کند .
پخته آن استخوان شکسته را به هم جوش می دهد .
سوخته آن را می توان به جای توتیا در خوشبو کردن بدن بکار برد .
مرهم ، ضماد ، شربت و رب میوه آس برای جلوگیری از نوع خونریزی (نزیف) مفید است .

گیرندگی آس قوی تر از سردی بخشی آن است .
 ارزش غذایی آن اندک است .
 در بین شربت های دارویی جهت بند آوردن شکم ، درد شش و سرفه ، شربتی چون آس وجود ندارد .
 آرایش : روغن ، افشره ، پخته شده آس و به ویژه دانه آس ریشه موها را تقویت می کند ، از ریزش باز می دارد و سبب بلندی و سیاهی مو می گردد .
 دانه آس را اگر در کره بپزند بازدارنده عرق است و خراش ناشی از عرق را اصلاح می کند . برگ خشکیده آس بوی بد زیر بغل و پیچ و خم های بدن را از بین می برد .
 خاکستر آس کار توتیا را می کند و لکه و کک و مک را می زداید .
 ورم و جوش : ورم های گرم و باد سرخ و مورچه و جوش و زخمها و هر نوع زخمی که بر کف دست آید و انواع سوختگی با آتش چاره شان آس مخلوط با روغن زیتون است .
 مفاصل : اگر میوه آس را در آب انگور کهنه بپزند و ضماد کنند سستی مفاصل را از بین می برد .
 اندام های سر : خون دماغ را بند می آورد . سبوسه را می زداید و زخمهای سر را می خشکاند . اگر آب آس را در گوشی که قرحه دارد یا چرکین است بچکانند خوب می شود . شربت آس سستی لته را از بین می برد .
 اندام های چشم : علاج درد و برآمدگی چشم است .
 اندام های تنفسی و سینه : قلب را توان می بخشد و خفقان را از بین می برد . میوه آن بوسیله ی شربتی که دارد علاج سرفه است و اسهال را باز می دارد . میوه و رب میوه اش در خونریزی ها مفید است .
 اندام های تغذیه : مانع سوزش در مجرای بول و سوزش مثانه است .
 افشره میوه آن بول را ریزش می دهد و در جلوگیری از ریزش زیاد خون حیض مفید است .
 آب آس شکم را بند می آورد .
 آغشته کردن تن با آب آس مانع اسهال مراری و سودایی می شود .
 اگر میوه اش پخته شود رطوبت های زهدان را از جریان باز می دارد .
 ضماد آن برای علاج بواسیر و آماس بیضه ها مفید است .
 آس پخته شده از بیرون آمدن مقعد و زهدان جلوگیری می کند .
 زهرها : آس و میوه آن را اگر با آب انگور کهنه بنوشند برای علاج نیش کژدم و رتیل مفید است .

آزاد درخت

این درخت معروف است و ثمری دارد که به (نبق) شبیه است . در ری آن را درخت هلیله و کنار نامند و در طبرستان آن را بطاحک خوانند . درختی است بزرگ و تنومند .
 مزاج : گرم و خشک .
 خواص درمانی : شکوفه آن باز کننده انسدادها است .
 آرایش : آب برگ و به ویژه برگ آن که مخلوط با آب انگور کهنه باشد شپش کش است و مو را بلند می کند .
 اندام های سر : شکوفه اش انسداد مغز را باز می کند .
 اندام های تنفسی : ثمر آن برای سینه بسیار زیان آور و کشنده است .

اندام های غذا: ثمر آن برای معده بد است و معده را زحمت می دهد .
 تب ها :گویند اگر الیاف آن را با شاه تره و هلیله بپزند و بخورند تب های بلغمی را بکلی بهبود می بخشد .
 زهرها :اشفزه شاخه های نازک آن که با غسل مخلوط بشود پادزهر هر سمی است .میوه اش شاید سم کشنده بشود .
 برای بلند شدن موی سر می توان به جای برگ آزاد درخت ،برگ شاهدانه و آس و سدر بکار برد .

آنک

منظور از این نام تنها سرب سیاه است .سرب سیاه گوهر آبی بسیار دارد که از سرما بند آمده است .
 مزاج :سرد و تر است .

دمل و جوش :آنک را با بعضی از روغنها در میان دو سنگ مخصوص سائیدن دارو می ساینند چرک و سیاهی که از آن بدست می آید در مداوای دمل های گرم مفید است آن را سرد می گرداند .
 علاج زخمهای پلید است که قرحه های سرطانی را هم شامل می شود .
 برگه سرب را بر خنازیر ،غده و قرحه مفاصل بگذارند و ببندند بسیار خوب است .زیرا در گدازندگی بسیار فعال است .
 زخم و قرحه :سائیده آن بطریقه نامبرده و کوبیده سرب به ویژه شسته آن در علاج زخمهای چرکی پلید ،سرطانی و مفاصل سودمند است .
 مفاصل :سائیده و کوبیده سرب قرحه مفاصل را چاره می کند و اگر بر غده مفاصل ، و مفاصل پیچیده بگذارند و ببندند بهبودی بخش است .

چشم :سوخته سرب و به ویژه شستشو داده آن رمد خشک و قرحه های چشم را معالجه می کند .
 اندام های تنفسی و سینه :سوخته ،سائیده و کوبیده سرب در مداوای قرحه های سینه سودمند است .
 اندام های دفعی :سائیده نامبرده و کوبیده آن علاج بواسیر است . بر کمر بستن برگ های آن خواب های پریشان را بر طرف می کند ،شهوة جماع را فرو می نشاند و در علاج زخمهای قرحه های ذکر و بیضه ها سودمند می باشد .

آمله

گرمای خون را فرو می نشاند .ریشه موها را قوی می گرداند و مو را به رنگ سیاه در می آورد .
 مفاصل :برای پی ها و مفاصل مفید است .
 چشم :دید را تقویت می کند .
 نفس و سینه :قلب را قوت و صفا می دهد و مایه افزایش هوش و ذکاوت می شود .
 اندام های غذا :معده را تقویت و دباغی می نماید .قی را باز می دارد ، تشنگی را فرو می نشاند و اشتها انگیز است .
 اندام های دفعی :معده را نیرو می بخشد و شهوت انگیز است . برخی بر آنند که بندآورنده ی شکم است .
 مربای آن ملین است ،هیچ زحمت نمی دهد و در علاج بواسیر مفید است .

آذریون

مزاج :گرم و خشک کوبیده اش با سرکه علاج کم مویی است .
 خاکسترش با سرکه در عرق النساء مفید است .

دیسقوریدوس گوید: «اگر زن به آذریون دست بزند یا آن را استعمال کند فوراً سقط جنین می کند.»
پادزهر همه سم ها است و به ویژه نیش های مسموم کننده.

ابرق

دارویی است از ایران و در تقویت عقل و هوش مفید است.

ابریشم

همان حریر است و از چیزهایی است که قلب را شاد می کند.

ابریشم خام تا پيله است بهتر از ابریشم سوخته است و گاهی پخته شده آن را که رنگ نکرده باشند بکار می برند.
خاصیت درمانی: لطافت می دهد، رطوبت را می مکد و شادی آور است.

اندام های غذا: بعلت تلخی و خاصیت دباغی که در ابریشم هست ماده دباغی دادن موجود است و از آنجا که لطیف و خشک کننده و بی سوزش است و خشکی معتدل دارد برای بر طرف کردن تصلبات ریوی بسیار سودمند است و هر نوع از ابریشم در این زمینه بکار می آید.

چشم: ابریشم را اگر سرمه کنند برای چشم مفید است. اشک ریزی را باز می دارد، زخمها را خشک می گرداند و با چشم سازگار است.

ابریشم چاقی آور است و از اعتدال مزاجی که دارد خشک و معتدل می نماید.

ابریشم تقویت روح می کند و در هضم غذا کمک می نماید.

اردک

نوعی مرغ است.

مزاج: اردک از همه ماکیانها گرم مزاج تر است. سرمازده را گرم می کند و گرماخورده را به تب گرفتار می نماید.

خاصیت: پیه اردک از پیه سایر پرندگان بهتر و برای تسکین درد و احساس سوزش در ژرفاهای بدن مفید است. گوشت اردک بادزا و چینه اش بسیار مغذ است.

آرایش: گوشتش فربهی می آورد و پیه اش رنگ و رو را صفا می دهد.

اندام های تنفسی: صدا را صاف می کند.

اندام های غذا: گوشت اردک در معده زیاد می ماند و سبب سنگین شدن معده می شود. گوشت غاز از آن سنگین تر است.
بهترین و سبک ترین گوشت اردک بر معده بال اردک است. گوشت مرغان شناور اگر هضم شود از گوشت سایر پرندگان مغذی تر است.

اندام های دفعی: شهوت انگیز است و آب پشت را فزونی می دهد.

ارمال

چوبی است خوشبو و رنگش به رنگ قرفه است.

آرایش: دهان را خوشبو می کند.

دمل و جوش: ضمادش در علاج ورم های گرم مفید است .

زخم و قرحه: از زیاد شدن زخم مانع و چرک را از بین می برد، می خشکاند زیرا خشکاننده ای است که نمی گزد و نمی گذارد اندام ها متعفن شوند.

اندام های سر: مغز را توان می بخشد، لته را محکم می کند و ضد بیماری های دهان است .

چشم: خوردن آن در علاج رمده مؤثر است .

نفس کش و سینه: قلب و شاید درون را تقویت می نماید .

عموماً شکم را قبوضیت می دهد .

ارتدبرید

ارتدبرید دارویی است به پیاز دو نیمه شده شبیه که در علاج بواسیر مفید است .

اردقباقی

درختی است شبیه کبر (خرنوب شامی). میوه اش داخل غلاف است . بویش بسیار تند است و می کشد .

مزاج: تأثیر آن از تاج ریزی و کاکنه قوی تر است .

دمل و جوش: ورم های درونی را معالجه می نماید و اگر بر ورم های گرم خارجی بمالند ورم را در هر حالتی باشد از بین می برد .

زهرها: برجای نیش زنبور بمالند فوراً تسکین می یابد .

استرک

گویند استرک شاداب خود بخود شیره می تراود و گاهی بوسیله ی پختن صحفش را می گیرند . آنچه خود به خود زرد رنگ است

و هرگاه کهنه شد به رنگ طلایی می زند و این نوع ارزش زیاد دارد .

خاصیت: گیرنده و خشکاننده

سر: بعضی گفته اند گرم و خشک است و رطوبتهای مغز را می کشد و مغز را می پالاید .

اندام های غذا: پیه خشک رطوبت معده را بر می چیند . استرک خشک شکم را بند آورد .

اسفند

نیاز به معرفی ندارد .

خاصیت: تقطیع می کند و نرمش می دهد .

مفاصل: محلول آن را بر مفاصل بمالند درد مفاصل را از بین می برد .

چشم: دیسکوریدوس گوید: سائیده آن را با عسل و آب انگور کهنه و زهره کبک یا زهره مرغ خانگی و آب رازیانه مخلوط کنند

کم سوئی را از بین می برد .

اندام های غذا: دل بهم خوردن به دنبال دارد .

اندام های دفعی: بخورند یا محلولش را بمالند ادرار بول و حیض می کند و در علاج قولنج مفید است .

استوقدوس

گیاهی است دارای پرزهای باریک و سرخ رنگ که به پرزخوشه جو شبیه است. برگهایش از برگ جو درازتر است و چوبهایش حاکی رنگ و همچون افیمون بی گل است. مزه اش تند است و به تلخی می زند .
 خاصیت درمانی: بوسيله ی تلخی که در آن وجود دارد گدازنده و لطافت بخش است .
 خوردن آن بندآمدگی ها را باز می کند ، می زداید و اندکی قبوضیت دارد که بدن و درون را توان می دهد و از عفونت جلوگیری می نماید .
 مفاصل: آب پز آن دردهای پی و دنده ها را تسکین می دهد .
 شربت آن در مداوای بیماری های سرد عصب بهترین دارو است . پس لازم است کسانی که ضعف اعصاب دارند یا از سرما به بیماری عصب دچارند این دارو را ادامه دهند .
 سر: درعلاج مالیخولیا و صرع سودمند است .
 اندام های غذا: این دارو تشنگی آور است .
 اندام های دفعی: مجاری بول را استحکام می بخشد . بلغم و سودا را بیرون می راند .

اسفناج

نیازبه معرفی ندارد .
 مزاج: سرد و تر است .
 خاصیت درمانی: ملین است و ارزش غذایی آن از سلمه بیشتر است .
 دراسفناج قوتی است زداینده ، شوینده و صفرا را بر می کند . شاید برگ آن معده را خوش نیاید ، پس بهتر آن است که تصفیه شود و آنگاره بخورند .
 اندام های تنفسی و سینه: خوردن و اندودن اسفناج برای سینه و ریه گرم و سودمند می باشد .
 مفاصل: علاج دردهای خونین پشت است .
 اندام های دفعی: ملین شکم است .

اشه

صمغ گیاه طرثوث است و برخی آن را چسبنده طلایی می نامند ، چه کاغذ و دفتر را با رنگ طلایی آن رنگ آمیزی و زینت می دهند . در باز کردن ، تأثیرش بحدی است که می تواند خون از دهانه رگها روان سازد . نیروی نرم کنندگی و خشک کنندگی هم دارد .
 دمل و جوش: محلول و ضماداشه که همراه سرکه و بوره سرخ باشد در مداوای خنازیر، سخت شدگی ها و ترکیدگی مفید است .
 زخم و قرحه: گوشت فاسد را می خورد ، گوشت سالم می رویاند و در علاج زخم های پلید سودمند است .
 مفاصل: اشه آمیخته با عسل یا با افشره جو مسکن درد بیماری اعصاب (سیاتیک) ، پهلو درد و درد مفاصل است .
 اگر با عسل و زفت باشد و ضماد کنند سختی مفاصل را از بین می برد . اگر با سرکه و بوره و روغن حنا مخلوط کنند خستگی را بر طرف می کند .

چشم: زبری و گری پلکها را نرمش و سپیدی و جلا می دهد. در مورد رطوبت های چشم سودمند است .
 نفس کش و سینه: درمعالجه «ربو» تنگی نفس و تند نفسی مفید است و باید با عسل بلیسند یا با افشره جو بخورند .
 قرحه حجاب را تنقیه می نماید ،ازخفگی ، بلغم و زهره سیاه رهایی می بخشد .
 اندام های دفعی: در ادرار چندان مؤثر است که با بول خون می آید ، مسهل است .ضد کرم کدو است .حیض را روان می گرداند .
 بیضه ها را که به سختی دچار شوند با اشه و سرکه بمالند نرمش طبیعی را بدست می آورند .
 زهرها: اگر اشه را با مشک زمین و روغن زیتون مخلوط کنند قاتل حشرات است .

اصطراک، قره بخور

همان میعه است و شیره آن را عسل لبنی و قره بخور می گویند که این شیره عبارتست از قطره هایی که از درختی مانند درخت به تراوش می کند .
 بهترین نوع از میعه سایل آن است که بدون وسیله روان وسایل است و تراکش چون عسل بی موم ،خوشبوی و رنگش به زردی مایل است .
 اگر سیاه رنگ یا خاکستری رنگ باشد نوع خوب نیست .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: رساننده ، بسیار نرم کننده ، گرمی بخش و تحلیل برنده است . دودش همانند دود کندر است و نوعی تخدیر هم دارد .
 درشام روغن از آن می گیرند که ملینی قوی است .
 ورم و جوش: سختی های گوشت را نرم می کند .
 زخم و قرحه: برگری تر و خشک مالیده شود داروی بسیار خوبی است .
 مفاصل: اندام های را توان می بخشد ، خوردنی یا مالیدنی باشد ترنجیدن مفاصل را خوب می کند .یکی از داروهای رفع خستگی است .
 سر:بخار تر و خشک آن نرله ها را قطع می کند و بهترین علاج زکام است .
 درمیعه و به ویژه در روغنش نیروی بیهوش کننده (خواب گران) است .
 سینه: در سرفه همیشگی و بلغم و گلو درد مفید است .صداه گرفتگی را از بین می برد و گلو را بسیار نرم می کند .
 اندام های غذا: به هضم غذا کمک می کند .
 اندام های دفعی: ملین شکم است .خوردن شود یا بردارند بول و حیض را راه می اندازد و سختی زهدان را نرم می نماید .
 میعه خشک و قبض است .

اطراطیقوس

دارویی است که حالی نام گرفته است .
 مزاج: کمترین سردی ندارد و هیچ قابض نیست .
 خاصیت درمانی: تحلیل برنده و سرد کننده است .
 دمل و جوش: ضماد و مرهم آن ورم رگهای پستان را فرو می نشاند

اغلاگونی

چوبی است سخت و خالدار، خوشبو و پوستی دارد پر نقش و نگار. آرایش: مکیدن و آب پز آن را در دهان گردانیدن، دهان را خوشبو می‌کند. از اغلاجون گرد می‌سازند و بر همه تن می‌پاشند، تن را خوشبو می‌کند. گاهی آن را به جای کندر می‌توان دود کرد. اندام‌های غذا: خوردن یک مثقال از چوب اغلاجون معده لزج را به اعتدال می‌آورد. مرهمش سودمند است. شیرش مستی آور و درد کبد و درد پهلو را درمان می‌کند. زخمهای روده‌ها و درد شکم و روده را از بین می‌برد.

افیون

شیره خشخاش سیاه است. بو کردن افیون مصری خواب آور است. گاهی از کاهوی بیابانی نیز افیون می‌گیرند و آنهم مخدر است لیکن مخدری است ضعیف. افیون را بر آهنی سرخ شده در آتش بریان می‌کنند تا رنگش سرخ شود. افیون سنگین و تند بو و ترد (زودشکن) که در آب زودتر حل شود یا گداخته شود، از تابش خورشید نرم شود و چون بر شعله بگذارند چراغ را تاریکی ندهد، بهترین،

نوع است. افیون زرد که آب را رنگ می‌کند و زبر و کم بو و رنگ آن روشن است افیونی است ناخالص و از خشخاش تیغی نشانی دارد.

گاهی از کاهوی بیابانی بدل افیون می‌سازند که کمتر بو دارد و شاید افیون را با صمغ عربی مخلوط کنند که افیون اصلی نیست و چنین افیونی بسیار روشن و درخشان است.

مزاج: سرد و خشک

خواص درمانی: مخدر است. مالیدن و خوردن آن آرام بخش همه دردها است. مقدار خوراکی افیون اندازه یک دانه عدس درشت است.

دمل و جوش: بازدارنده دمل‌های گرم است.

زخم و قرحه: قرحه را می‌خشکاند.

مفاصل: اگر افیون مخلوط با زرده تخم مرغ برشته و به ویژه افیون مخلوط با شیر را بر جای نقرس بمالند مسکن درد است.

اندام‌های سر: خوردن یا برداشتن آن با فتیله یا بدون فتیله خواب آور است. اگر گداخته افیون مخلوط با روغن گل و مر و زعفران را در گوش دردمند بچکانند درد بر طرف می‌شود، اما پیشینیان آن را مداوای رمد بکار نمی‌بردند و می‌گفتند به چشم زیان می‌رساند.

اندام‌های تنفسی و سینه: سرفه سخت و شدید را تسکین می‌دهد.

اندام‌های غذا: اگر از گرما و رطوبت، معده سست گردد افیون آن را دباغی می‌کند و جمع می‌آورد.

اندام‌های دفعی: بند آورنده اسهال است و از خراشیدگی و قرحه روده جلوگیری می‌کند.

افیوس

افیوس حذقی چیزی است که به کره چشم می‌ماند.

مزاج: بنا به گفته ی جالینوس سرد و خشک است .
 خاصیت درمانی: اگر بر زهار کودک بمالند بر آمدن مو را به تأخیر می اندازد .
 اندمان غذا: میوه آن در مداوای یرقان سودمند است .

افیمیدون

خاصیت درمانی: بشدت سردی می دهد و رطوبت آبی زیاد با خود دارد .
 اندام های سینه: برجستگی پستان را حفظ می کند .
 اندام های دفعی: گویند هر کس بخورد عقیم می شود .

اقریطس، گل جزیره کرت

گوهری هوایی بسیار دارد. با سایر گلها هم کنش و از آنها کم توان تر است. زداینده بی سوزش است. حواس را ناتوان می کند .
 چشم: علاج جوش و سرخی و خارش پلکها است .
 اندام های دفعی: گویند زایش را آسان می کند و بارداران اگر بر شکم ببندند نگهدار جنین است .

آکرا

اکثراً بیخس را به منظور دارویی بکار می برند .
 بهترینش رگی است که به ستبری انگشت و بسیار زبان سوز باشد .
 مزاج: کسانی که جای باور نیستند می گویند سرد و لطیف است در صورتی که گرم و خشک است .
 خاصیت: بچوند بلغم را جذب می کند. اگر با روغن زیتون مخلوط باشد و بدن را با آن بمالند از گرمی که در اوست عرق بدن را ریزش می دهد .
 آرایش: با روغن زیتون عرق ریز است .
 مفاصل: تن را با آن یا با آب پز آن یا با روغنش بمالند، در علاج سست عصبی همیشگی، کرخی عصب مفید است و کزاز را باز دارد .
 سر: بند آمدنی های پالایشگاه و بینی را به خوبی باز می کند، آب پز داروی درد دندان و به ویژه علاج درد سرد دندان است .
 بیخس را در سرکه بجوشانند و در دهان بگردانند دندان لق را استوار می کند .
 تب ها: مقبل از آمدن تب لرز بیخ آن را با روغن زیتون مخلوط کنند بر بدن بمالند مانع تب لرزه می شود و گروهی می پندارند که ضد هر لرزشی است .

اوسیه

نوعی نیلوفر هندی است و مزاجی گرم و خشک دارد

اورمالی، عسل دارو

روغنی است بسیار گرم و پر مایه چون عسل و از عسل غلیظ تر. در اصل شیره ای است که از ساقه درختی که در تدمر می روید به

دست می آورند، از آن شیره روغن می گیرند، آن را با روغن گل آن درخت مخلوط می کنند و آن را اورمالی و روغن عسل هم می نامند. هر چه صاف تر و پر مایه تر و کهنه تر باشد بهتر است .

مزاج: گرم و تر و گرمی آن بیشتر است .

زخم و قرحه: هم ضماد و هم مالیدن آن گری چرکین را درمان می کند .

مفاصل: درد مفاصل را بر طرف می کند .

اندام های سر: سستی زا و خواب آور است .

چشم: در چشم بکشند تاریکی چشم را از بین می برد .

اندام های دفعی: کسی که آن را به قصد اسهال می خورد تا فرجام کار نباید به خواب رود .

اوبوطیلون

گیاهی است که به کدومی ماند .

زخم و قرحه: گویند در معالجه زخم های تر بهترین دارو است . مرخمش زخم ها را بهم می آورد و جوش می دهد .

انجدان رومی

مزاج: تخم و بیخش گرم و خشک است .

خاصیت: بازکن و بادشکن و تحلیل برنده است .

اندام های غذا: رساننده و هاضم است . بادها و به ویژه باد معده را از بین می برد و معده را تقویت می کند .

اندامهای دفعی: کرم و کرم کدو را از بین می برد . تخمش در ریزش دادن بول و حیض بسیار مؤثر است .

زهرها: پادزهر هر نیشی است .

اندر

دارویی است کرمانی، هوش و ذکاوت را افزایش می دهد .

اناکیر

دو نوع است گل زرد می دهد و دیگر گلش آسمانی رنگ است .

زخم و قرحه: هر دو نوع در مداوای جراحات و باز داشتن از آماسیدن مفیدند . خار و پیکان ها را بیرون می کشند . از انتشار زخم جلوگیری می کنند . اگر با آب هر نوعی از آن غرغره کنند یا به بینی بکشند ، بلغم های سر سرازیر می شود و درد دندان تسکین می یابد .

اندام های دفعی: با آب انگور کهنه خورده شود درد کلیه را بر طرف می سازد .

به عقیده بعضی آنچه گلش کبود رنگ است برآمدگی های اطراف مقعد را معالجه می نماید و آنچه گل سرخ می دهد برآمدگی های نامبرده را افزایش می دهد .

زهرها: با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر مار است .

انگور

انگور سفید ارزنده تر و انگوری که چیده شده و دو روز یا سه روز از چیدنش گذشته بهتر است . مزاج: پوسته انگور سرد و خشک و دیر هضم است . مغزش گرم و تر و دانه اش سرد و خشک است . خاصیت : انگور تازه چیده بادآور است . اگر آن را آویزان کنند تا پوستش خوب پژمرده شود غذای خوب می دهد و معده را توان می بخشد . در تغذیه خوب و در کم زیانی با انجیر برابر است هر چند غذای انجیر از انگور بیشتر است مویز دوست کبد و معده است . اندام های غذا : انگور و مویز همراه دانه داروی دردهای روده است .

انار

انار شیرین سرد و تر و انار ترش سرد و خشک است . خاصیت : انار ترش صفرا را بر می کند . جریان زائده ها را به درون راه نمی دهد . ورم : انار دانه و عسل را بر کزدمه بمالند مفید است . زخم و قرحه : دانه انار و عسل را بر قرحه پلید و زبر بمالید مفید است . کاسبرگ انار و به ویژه سوخته آن و گلنار از گرمی که دارند زخم را بهم می چسبانند . چشم : افشرد انار ترش با عسل داروی ناخنه است . سینه : انار ترش سینه و گلو را زبر می سازد . هراناری در علاج تپش قلب مفید است و قلب را جلا می دهد . اندام های غذا : همه انواع انار کیموس خوب دارند و انار میخوش برای معده از همه بهتر است و التهاب معده را فرو می نشاند . انار شیرین با معده سازگار است . اندام های راننده : انار ترش و شیرین هر دو بول را ریزش می دهند . تب ها : انار میخوش در تب ها و التهابات مفید است . انار شیرین اکثراً تب داران گرم را زیان می رساند

انجیر

انجیر خوب در درجه اول سفید و بعد سرخ و بعد سیاه است . انجیر خوب رسیده بسیار خوب و کم زیان است . انجیر خشک کنش خوب دارد و لیکن خونی که از آن به وجود می آید خوب نیست و به این علت است که تنها خوردنش شپش زیاد می کند . اما اگر با گردو و یا بادام بخورند کیموس خوب می دهد . مزاج : انجیر تر گرم و بسیار تر و آبکی است . انجیر نارس زداینده و سردی بخش است . انجیر خشک گرم و لطیف است . خاصیت : انجیر خشک و به ویژه تند مزه آن بسیار زداینده ، رساننده و گدازنده است . انجیر پر گوشت بیشتر رساننده است و چسبندگی و تکه کنندگی و لطافت بخشی هم دارد . انجیر وحشی از انجیر باغی تند مزه تر و قوی تر است . انجیز بادزا است . آرایش : انجیر نارسیده را بر پوست بمالند یا ضماد شود ، در علاج خال ها ، زگیل ماندها و لک و پیس مفید است . داروی ورم گرم و سست است . دمل را می رساند و به ویژه اگر با زنبق و نظرون یا با آهک و پوست انار باشد داروی کزدم است .

ورم و جوش: انجیر را با آرد جو پزند و ضماد کنند ورم سخت را نرم می کند .

انجیر را آب پز کنند و در گلو گردانند (غرغره) ورم گلو را از بین می برد .

انجیر پخته و پوست انار داروی ورم بناگوش است .

انجیر و پانید علاج کژدمه است . انجیر خشک و شیرین برای ورم کبد و طحال زیان آور است .

زخم و قرحه: افشره برگ انجیر زخم آور است . آب پز انجیر را با کف خردل بر خارش بمالند مفید است . برگ انجیر داروی

بیماریهای ویروسی پوستی و جوش های (شری) را علاج است .

مفاصل: انجیر نارسیده و برگ انجیر و برگ خشخاش را با هم ضماد کنند و بر پوست استخوان بگذارند مفید است .

سر: انجیر تر و خشک در صرع مفید است . آب پز انجیر را با کف خردل مخلوط کنند و در گوش بچکانند صداهای گوش را می

خواباند .

افشره شاخه انجیر قبل از آنکه برگ از آن سر بزند یا شیره انجیر بر دندان کرم خورده سودمند است .

ضماد انجیر ورم بناگوش را علاج می کند . انجیر نارسیده خشک شود و بکوبند و گردش را بر قرحه سر پاشند سود بینند .

چشم: شیره انجیر مخلوط با عسل در مداوای تیرگی چشم مرطوب ، اول آب به چشم آمدن و کلفت شدن طبقات چشم مفید است .

ماساژ دادن پلک چشم با برگ انجیر زبری و گری پلک را از بین می برد .

سینه: انجیر تر و خشک زبری گلو را از بین می برند . انجیر شیر پستان را ریزش می دهد ، سرفه مزمن را علاج است و در مداوای ورم

شش و نازک نی مفید است .

اندام های غذا: انجیر راه بندان های کبد و طحال را می گشاید .

انجیر خشک تشنگی آور است . اگر با خاراگوش باشد داروی استسقا است . خوردن شربت انجیر به نفع معده است و اشتهای

خوراک را کاهش می دهد .

انجیر خشک که زداینده دارد برای کبد و طحال آماس کرده زیان دارد .

انجیر نمی گذارد مواد ناجور به سوی روده راهی شوند . افشره برگ انجیر دهانه رگهای پیزی را باز می کند . انجیر تر ملین و کمی

مسهل است . به ویژه اگر با بادام کوبیده خورند مسهلی ملایم است و سفتی زهدان را نرم می کند . شیره انجیر را با زرده تخم مرغ

بردارند زهدان را می پالاید ، حیض و بول را راه می اندازد . خوردن انجیر یا شنبلیله زهدان را تقویت می کند و جمع می آورد . با

فیجن و انجیر و به ویژه با شیرش حقه کنند پیچ و درد روده را درمان می کند و ریگ را از گرده بیرون می آورد .

زهرها: شیرش را بر نیش کژدم و رتیل بمالند مفید است .

انجیر نارسیده یا برگ سبز انجیر را بر گزیده سگ هار بگذارند مفید است .

ضمادش که با گاودانه باشد پادزهر دندان راسو است .

خاکستر آب مکرر چوب انجیر خورده شود یا مالیدنی باشد پادزهر نیش رتیل است .

الوا

افشره منعقد شده ای است به رنگ میانه سرخی و زعفرانی و چندین نوع دارد: اسقوطری ، عربی و سمگانی . بعضی گویند گیاهش

همچون زنجفیل شامی است که اشتباه است . بهترینش اسقوطری است که آبش چون آب زعفران و بوی مر دارد . درخشنده ،

زودشکن و بدون ریگ باشد .

مزاج: خشک و گرم .

خاصیت: گیرنده و خشکاننده بدن و خواب آور است .

آرایش: الواء و عسل علاج اثر ضربه و شفا بخش کژدمه چرکین است .

الواء و آب انگور کهنه را بر سر بمالند از ریزش مو جلوگیری می کند .

ورم و جوش: اگر با آب انگور کهنه یا عسل باشد در علاج ورم پس و پیش (مقعد و ذکر) و ورم ماهیچه های پهلوگیر زبان بسیار مفید است .

زخم و قرحه: قرحه های سر سخت را دوا می کند بینی، دهان یا ناصور باشند .

مفاصل: داروی درد مفاصل است .

سر: سر را زائده های صفراپی می پالاید. الواء و روغن را بر پیشانی و گیجگاه بمالند سردرد را از بین می برد. الواء و روغن گل در علاج قرحه بینی و دهان و کوفتگی گوش و آماس ماهیچه های پیرامون زبان خوب است . به شرطی که با آب انگور کهنه یا عسل باشد و بر پوست بمالند .

چشم: الواء در علاج قرحه و گری و درد چشم و خارش گوشه چشم و در خشکانیدن رطوبت چشم بسیار مفید است .

اندام های غذا: خوردن دو قاشق الواء با آب سرد یا ولرم معده را از زائده های بلغمی و صفراپی پاک کرده و اشتهای تباه و دروغین را رد می کند .

سوزش و التهاب زبان کوچک که ناشی از گرمی زرداب معده باشد چاره اش با الواء است .

بندآمده های کبد را باز می کند لیکن به زیان کبد است و از اسهالی که می دهد داروی یرقان است .

اندام های راننده: خوردن آن با آب گرم اسهال می آورد . اگر با آب عسل بخورند بلغم و صفرا را بیرون می آورد. الواء با هر داروی مسهلی باشد معده را از زیان حفظ می کند . بهترین و سالم ترین

مسهل برای معده است. الواء شسته کمتر اسهالی است اما برای معده سودآورتر است با عسل که باشد از قوتش می کاهد و اسهالش از جذب کردن نیست بلکه با هر چه برخورد کند بیرون می آورد. خالص که خورده شود اثرش از کبد خارج نمی شود و به معده نمی رسد. خوردن الواء عربی افسردگی می آورد، درد و پیچ روده و اسهال به دنبال دارد. در روزهای سرد خوردن الواء خطرناک است. شاید اسهال خونی بدهد. مخلوط آن را با آب انگور کهنه شیرین بر بواسیر برآورده و ترک های لبه پیزی بگذارند مفید است. خونریزی پیزی را قطع می کند. ورم مقعد را درمان می کند. شفای ورم ذکر است به شرطی که با آب انگور کهنه و عسل باشد و بر ورم بمالند .

الماس

بعضی گویند سرد و خشک است و دیگران بر این عقیده اند که گرم و خشک است .

خاصیت درمانی: بسیار زداپنده است و به عقیده دیسکوریدوس سوزنده و عفونت آور است .

آرایش: در جلا دادن دندان بسیار فعال است .

اندام های سر: بعضی عقیده دارند که گذاشتن الماس در دهان دندانها را می شکنند، و در این زمینه دو رأی دارند. گویند خاصیت

الماس دندان شکنی است، یا اینکه در جایی که الماس هست مارهای سمی بسیار است .

اندام های دفعی: بعضی گفته اند: اگر دانه ای از الماس را بر سر پمپی بوسیله ی سقر رومی بچسبانند و پرتاب کنند و به مثانه برسانند سنگ مثانه را خرد می کند که نظریه ای بعید بنظر می رسد .

زهرها: الماس سم قاتل است

بابونه

گیاهی است که گل‌هایش به رنگ‌های زرد، سفید و ارغوانی یافت می‌شود و گیاهی است مشهور و شناخته شده .

از برگ و گل بابونه قرص می‌سازند و ساقه آن را می‌خشکانند و نگاه می‌دارند. اکثراً در زمینهای خشن و نزدیک به کناره های زمین می‌روید. در بهار کنده و جمع آوری می‌شود .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت درمانی: بازکننده است ، غلیظ را لطیف می‌نماید ، سستی می‌آورد ، گدازنده است با کمی جذب یا اصلاً جاذب نیست .

دمل و جوش: بوسیله ی قوت سست کنندگی و تحلیل که در آن موجود است ورم های گرم را فرو نشانند و تصلبات کم را نرم می‌کند. خوردن آن در مداوای ورم سخت داخلی مفید است .

مفاصل: کشیدگی را سستی می‌دهد . همه اندام های عصبی را تقویت می‌نماید و برای رفع خستگی از هر دارویی سودمندتر است ، زیرا حرارت بابونه به حرارت جاندار می‌ماند .

سر: مغز را تقویت می‌کند ، در مداوای سرد درد سر ، تخلیه سر از مواد ناسازگار مؤثر است . زیرا می‌گدازد و جذب نمی‌کند . زخم های دهان را بهبود می‌بخشد .

چشم: ضماد آن جوش ترکیده چشم (غرب) را شفا می‌دهد و در مداوای رم و تیرگی و جوش و خارش و حرب چشم سودمند است .

سینه: خون را از سینه پاک می‌کند و بر می‌آورد .

اندام های غذا: بیرقان را از بین می‌برد .

اندام های دفعی: هرنوع از بابونه به ویژه بابونه ای که گل ارغوانی دارد در ادرار بول و بیرون آوردن سنگ مؤثر است . در علاج دردهای سرد و گرم مثانه بابونه را بر مثانه می‌بندند .

تب ها: برای تب های سبک و ورم های گرم درونی که هنوز به طور کامل نرسیده باشند سودمند است . اما در تب های بسیار شدید و در ورم های گرم تمامی رسیده اثری ندارد .

بابونه چشم گاو یا اقحوان

به قول دیسکوریدوس: برخی از مردم ، اقحوان را اماریون ، برخی قورینون و گروهی از قسمون می‌نامند .

اقحوان دو صفت دارد: زرد مایل به سرخی و سفید . نوع سفیدش قوی تر است .

گیاه آن دارای چوبهای نازک است ، گل آن سفید و مدور و وسطش زرد است . بویی سنگین دارد و مزه اش به تلخی می‌زند، گل اقحوان به گل مرو می‌ماند. تند مزه و تند بو است .

خاصیت درمانی: گرمی بخش ، رساننده علاج انواع انسداد است و نوع سرخ رنگ آن قابض و مانع سیلان است . تحلیل می‌برد لیکن در گیرندگی و خشکانیدن از گدازندگی قوی تر است .

اقحوان عرق آور است و اگر روغنش را بر اندام بمالند عرق می‌آورد .

تحلیل برنده و لطافت بخش است و همه رگها را باز می‌کند .

اندام های سر: خواب آور است و بو کردن تازه آن سبب خوابیدن می‌شود. روغن اقحوان درد گوش را درمان می‌کند .

مفاصل: در مداوای پیچش ، پی ، پارچه پشمی را در اقحوان آب پز شده می‌خیسانند و بر جای دردناک می‌گذارند مفید است .

دمل و جوش: ورم گرم معده و خون بند آمده در معده را از بین می‌برد و در علاج ورم های سرد نیز مفید است .

زخم و زخم‌های چرکی: در مداوای ناصور و قرحه‌های پلید و برکندن خشک ریشه و علاج زخم‌های پی مفید است. اندام‌های تنفس و سینه: اگر خشک شده آن را با سکنجبین و نمک بخورند در علاج «ربو» مفید است. اندام‌های غذا: برای فم‌المعده بد است لیکن چیزهایی را که با معده سازگار است و بسوی معده می‌آیند تحلیل می‌برد و می‌خشکاند و خون بند آمده داخل معده را آب می‌کند. اندام‌های دفعی: شدیداً ادرار آور است. اگر با عسل آب باشد خون منعقد در مثانه را حل می‌کند. گل‌اقحوان اگر با عسل آب خورده شود سنگ مثانه را خرد می‌نماید. شکوفه اقحوان و استعمال روغن آن در نزد زنان بول و حیض را ریزش می‌دهد. استعمال روغن اقحوان نیز مدر است و سفتی زهدان را از بین می‌برد و آن را باز می‌کند. روغن آن سودا و بلغم را بیرون می‌دهد و در علاج ورم‌های گرم لبه مقعد و ترکاندن بواسیر مفید است. در علاج ترک‌های آب ریز و قولنج و درد مثانه و سفتی طحال مفید است.

بار سرو

ضماد آن در علاج فتق و ورم‌ها سودمند است.

بارزد (قنه)

دیسقوریدوس گوید: قنه‌انگم گیاهی است که به خیزران می‌ماند و در سوریا یعنی در شام می‌روید. بعضی آن را (مکانیون) گویند. نوع بهتر متراکم تر است که به کندرشیه است و با دست خرد می‌شود. مزاج: گرم و خشکاننده است. خاصیت: نرمی بخش، تحلیل برنده، بادشکن، گرمی بخش و التهابی و جاذب است و از آن داروهاست که شاید گوشت را تپاه سازد. آرایش: جوش‌های عدسی را قطع می‌کند. ورم: دارای خنازیر است. قرحه: با سرکه بر زخم‌های شیری بمالند خوب است. مفاصل: در علاج خستگی و کزاز و ترنجیدن ماهیچه مفید است. سر: داروی سردرد است. صرعی دار آن را بو کند بهوش آید. علاج گیجی و بیهوشی است. داروی دندان‌درد و دندان‌کرم خورده است. درد سرد گوش را درمان می‌کند. اگر با روغن سوسن باشد و نیمه گرم در گوش بچکانند ورم و درد گوش را سودمند می‌آید و هیچ آزاری ندارد. سینه: علاج برنشیت و سرفه همیشگی است. اندام‌های راننده: در ریزش دادن حیض بسیار قوی است. اگر بردارند خفگی زهدان را معالجه می‌کند. زهرها: پادزهر تیر زهرآلود، و سم مار و کژدم است. دودش حشرات موذی را تار و مار می‌کند.

بادرنگبویه

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: در علاج همه بیماریهای بلغمی و سودایی مفید است .
 آرایش: در خوشبو کردن دهان بسیار مؤثر است .
 زخم و قرحه: داروی گرمی سودایی است .
 سر: بند آمده های راه به دماغ را باز می کند و بوی گند دهان را از بین می برد .
 سینه: شادی آور، توان بخش قلب، علاج خفقان است .
 اندام های غذا: کمک هضم غذا است و داروی سکسکه می باشد .

بادنجان

نیاز به معرفی ندارد . تازه ترش سالم تر است و کهنه اش بد است و مزه و مزاج قلیا را دارد .
 مزاج: به عقیده ابن ماسرجویه سرد مزاج است . لیکن در حقیقت چون تلخی و تندی دارد گرمی و خشکی در درجه دوم غالب آمده است .
 خاصیت: سبب سودا و انسداد می شود .
 آرایش: پوست را بد رنگ و سیاه می کند . رنگ را زرد می گرداند . بادنجان کوچک همه پوست است و لکه های سیاه صورت را سبب می شود .
 دمل و جوش: پدید آورنده ورم های سرطانی و سخت و جذام است .
 اندام های سر: انسداد، سردرد و جوشهای دهان را بوجود می آورد .
 اندام های غذا: گرفتگی هایی برای کبد و طحال در بر دارد . اما اگر آن را با سرکه بپزند گرفتگی کبد را باز می کند .
 اندام های دفعی: باعث بواسیر است، ولیکن اگر دنباله های بادنجان را در سایه خشک کنند برای دفع بواسیر خوب است . بادنجان به روانی و قبضی شکم کاری ندارد . اما اگر در روغن بپزند روان کننده و اگر با سرکه بپزند قابض است .

بادام

نیاز به معرفی ندارد . بادام از گردو کم روغن تر است اما گردو از بادام زود هضم تر است .
 مزاج: بادام شیرین تقریباً در گرمی و تری معتدل است و کمی سوی تری می گراید .
 بادام تلخ گرم و خشک است .
 خاصیت: انگم درخت بادام تلخ گیرنده و گرمی بخش است . بادام عموماً زداينده و پاک کننده و بادکننده هست . لیکن بادام تلخ لطافت بخش است و زدايندگی بیشتر دارد و از اینرو در باز کردن قوی تر از بادام شیرین است
 آرایش: بادام تلخ علاج لکه های سیاه، کک و مک، اثرها و گرمی زدگی ها می باشد .
 ترنجیدگی رخساره را سر حال می آورد. بیخ بادام تلخ را بپزند و بر لکه های سیاه بگذارند بسیار مفید است . خوردن بادام شیرین فربهی می آورد .
 ورم و جوش: بادام تلخ با آب انگور کهنه علاج شری است (آبله ریزهای سرخ و آزار دهنده).
 قرحه: با غسل بر پوست بمانند مورچگی و ساعیه (ریز تر از مورچگی) را علاج می کند . با سرکه یا آب انگور کهنه داروی بیماریهای ویروسی پوستی یا (پوست انداختن) و تلخ از شیرین کاری تر است .
 سر: بادام و به ویژه تلخ کوبیده و سائیده داروی درد گوش و صداها و وزوز گوش است . با بادام و آب انگور کهنه سر را بشویند

رطوبت و سپوسه و شوره را از میان بر می دارد و خواب می آورد .

چوب درخت بادام تلخ را بکوبند تا تمام نرم شود، آنگاه با سرکه و روغن گل مخلوط کنند و بر پیشانی ببندند سردرد از بین می رود . روغن بادام تلخ هم داروی سردرد است .

چشم: تقویت دید می کند .

سینه: بادام تلخ با نشاسته گندم داروی خون بر آوردن است و در علاج سرفه مزمن و برنشیت و ذات‌الجنب مفید است .

روغن بادام شیرین و قاوت بادام در علاج سرفه و خون بر آوردن مفید است .

اندام های غذا: بادام و به ویژه بادام تلخ راه بندان های کبد و طحال را باز می کند .

بادام تلخ دهانه رگهای دهان بسته را باز می نماید .

چغاله بادام که با پوست باشد دیرهضم است ، کم غذاست و خلطش خوب است .

چغاله را با پوست بخورند رطوبت معده را بر می چیند . و اگر همراه شکر بخورند زود سرازیر می شود .

قاوت بادام شیرین بر معده گران است و زرداب را بوجود می آورد .

اندام های دفعی: بادام تلخ راه بندان گرده را باز می کند ، روغن بادام تلخ تنقیه کننده کلیه و مثانه است و اگر با زنبق بخورند سنگ را خرد می کند .

بادام تلخ و روغن زنبق و روغن گل را ضماد کنند برای کلیه مفید است . بادام تلخ داروی درد ، ورم گرم ، سخت شدن و خفه شدن زهدان است .

علاج بی اختیری ادرار و درد گرده است . بادام تلخ را بردارند حیض را ریزش می دهد .

بادام شیرین که زداینده گی دارد و بادام تلخ که از آن زداینده تر است و هر دو برای قولنج داروی خوبی هستند .

روغن بادام که از بادام جدا شود لطیف تر و سبک تر می شود .

زهرها: برای گزیده سگ هار مفید است .

بارهنگ آبی

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: گویند هیجان را فرو می نشاند .

اندام های دفعی: گویند در مداوای زخم روده ، پیچش و درد روده ، درد زهدان ، سودمند و ادرار بول و حیض می کند و در علاج فتق مؤثر است .

زهرها: پادزهر خرگوش آبی و افیون و غیره است

باقلا

باقلاچندین نوع است: آنچه ما می شناسیم ، باقلای مصری ، نبطی و هندی است .

باقلای نبطی از همه قابض تر و مصری از همه رطوبتی تر است .

اگر باقلادیر هضم و نفاخ نبود ، از لحاظ غذایی خوب از افشره جو کمتر نمی بود بلکه خونی که از باقلا پدید می آید از خونی که از افشره جو غلیظ می آید پر مایه تر و قوی تر است .

بهترینش باقلای سفید و چاق است که کرم زده نباشد .

بدترینش باقلای تازه و تر است و بهتر آن است که زیاد در آب خیس شود و خوب بپزند و آن را همراه فلفل و نمک و شیره‌ی انگدان و سعتر و روغن‌های دیگر بخورند .

اما باقلای هندی در اندازه‌ای ویژه تنها در داروهای استفراغ و روان ساختن شکم بکار می‌رود .

مزاج: تقریباً معتدل است و گرایش به سوی سردی و خشکی دارد. دارای رطوبتی بیش از لزوم است و بخصوص باقلای تر بیش از خشک آن تر مزاج است .

باقلای تر بارطوبتی که دارد و با سردی که در آن هست می‌تواند کشنده باشد . و آنهایی که می‌پندارند سردی باقلا در درجه دوم است زیاده روی کرده‌اند .

خاصیت: اندکی زداینده و بسیار نفاخ است . اگر خوب بپزند ولی نه همچون افشره جو باشد و در وقت پختن چندین بار آب آن را عوض کنند حالت بادزایی را از دست می‌دهد .

اگر باقلا را پوست بکنند و مغزش را در دیگ بسایند و حرکت ندهند بادزایی آن کاهش می‌یابد .

باقلای در روغن جوشیده کم باد است ولیکن دیر هضم تر هم هست .

نپخته باقلا با پوست ، بادش بسیار است و شاید آرد آن کم بادتر باشد . باقلای نبطی قابض است و پوستش از همه اجزایش قابض تر است و زداینده نیست .

باقلای مصری از همه انواع باقلها قبض تر و زداینده تر است و گوشت سست ایجاد می‌کند و خلط‌های غلیظ می‌آفریند . ولی بقراط باقلای مصری را به خوبی تغذیه ستوده و آن را مایه بهبودی می‌داند .

اگر باقلا را به دو نیم کنیم و بر جای نزیف بگذاریم خون بند می‌آید .

اگر مرغی از باقلا تغذیه کند و کسی تخم آن مرغ را بخورد خوابهای پریشان می‌بیند .

باقلاخارش با خود می‌آورد به ویژه باقلای سبز بسیار خارش آور است .

آرایش: پوست باقلا را بر مو بگذارند نرم و نازک می‌شود .

باقلا- و به ویژه اگر با پوست باشد بهکک و پیس را از صورت می‌زداید و لکه‌های سیاه و نقطه‌ها را از بین می‌برد و رنگ و روی را زیبا می‌کند .

دمل و جوش: ضماد باقلا با آب انگور کهنه آماس بیضه را فرو می‌نشاند .

زخم و قرحه: درعلاج قرحه ماهیچه مفید است .

مفاصل: در مداوای ترنجیدن ماهیچه و ضماد آب پزش با پیه خوک در نقرس سودمند است .

سر: سردرد می‌آورد و هر کس به سردرد مبتلا است از خوردن باقلا زیان می‌بیند .

ماده‌ای سبز در اندرون باقلای مصری هست که تلخ مزه است اگر آن را بکوبند و با روغن گل مخلوط کنند و در گوش دردمند بچکانند درد از بین می‌رود .

چشم: باقلا را با عسل و شنبلیله ضماد کنند و بر چشم بگذارند برای پژمردگی چشم و نقطه سرخ داخل چشم مفید است .

باقلا با کندر و گل محمدی خشیکده و سفیده تخم مرغ ضماد شود داروی برآمدگی چشم است و به ویژه اگر کره چشم برآمده باشد .

اندام‌های تنفسی: برای سینه خوب است . داروی خون برآوردن و سرفه است . اگر باقلا را با عسل و آرد شنبلیله مخلوط کنند آماس گلو و لوزتین را فرو می‌نشاند .

ضمادش برای آماس پستان و پنیر شدن شیر در پستان داروی خوبی است .

اندام های غذا: دیر هضم است ، زود سرازیر می شود و زود بیرون می رود .علاوه بر این سبب انسداد می شود .باقلائی پوست نکنده را در سرکه بپزند مانع استفراغ می شود .باقلائی هندی مؤثرترین عامل قی کردن است . اندام های دفعی :باقلا را با سرکه و آب بپزند اگر با پوست باشد داروی اسهال مزمن است .

در مداوای خراش روده مفید است و به ویژه باقلائی نبطی بیشتر مؤثر است و قاوت آن هم همین کنش را دارد .قاوت چنانکه هست یا شوربا شود فرقی نمی کند .

ضماد باقلا- ورم رگ های بیضه را فرومی نشاند و به ویژه اگر با آب انگور کهنه بپزند کمترین مقدار باقلائی هندی خورده شود اسهال می آورد .

بدل مرجان

مشهور است .سنگی است که از دریا بیرون می آورند و به رنگهای سرخ ، سیاه و سفید یافت می شود . مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :گیرنده است و نزیف راباز می دارد .خشکنندگی آن بیشتر از گیرندگی و بسیار خشکاننده است . زخم و قرحه :گوشت زیادی را از بین می برد .

چشم :چشم را جلا می دهد و تقویت می کند و به ویژه اگر سوخته آن را شستشو دهند مؤثرتر است .رطوبت های چشم را بر می مكد و اثر قرحه های چشم را از بین می برد و در مداوای (دمعه) مفید است .

اندام های تنفسی :در باز داشتن خون بر آوردن و در بیرون راندن خون مؤثر است و در این باره سیال آن همان تأثیر را دارد .و به ویژه سوخته شسته آن که از جمله داروهای تقویت قلب و تسکین خفقان قلب بشمار می آید . اندام های غذا : محلول آن در علاج آماس طحال مفید است .

اندام های دفعی :داروی زخمهای روده است .

برباله

این گیاه دارای ساقه بزرگ و گره دار و ناصاف و شبیه فریز است . تخم زیادی دارد .خوشبو است و زبان را می خارد . این گیاه در میان برگهایش و نزدیک ساقه گل های بنفش رنگی تولید می کند که شبیه گل بنگ است هرچه خوشبوتر باشد بهتر است .ساقه های آن از اجزای دیگرش مفیدترند .قوت آن با قوت سوسن زرد برابر و از اذخر قوی تر است .

مزاج :این گیاه گرم و خشک است و شهرت دارد که گرمی آن بیشتر از خشکی است .

خواص درمانی :تمامی اجزای این گیاه در باز کردن و تسکین دردهای درونی مفید است به ویژه خیسانده آن .

مفاصل :اسارون و به ویژه خیسانده آن در مورد بیماری اعصاب(سیاتیک) درد مزمن سرین بسیار مؤثر است .

چشم :این گیاه در معالجه ستبری قرنيه مفید است .

اندام های تغذیه : بر باله در معالجه بند آمدگی های کبد و سخت شدن این عضو بسیار مفید و در مداوای یرقان نیز مفید است .

اندام های دفعی : برباله با تقویت مثانه و کلیه به دفع بول کمک می کند . دارای خاصیت مسهل است .

برغست (قنابری)

مزاج :گرم است .

خاصیت: لطیف، زداینده، تکه کننده

آرایش: لکه های سیاه و بهک را می زداید و بدون شک خوردنش یا ضماد گذاشتنش بهترین برنده وضح (لکه های سپید صورت) است، که در ظرف چند روز این کار را می کند. این دارو را عرب ها می شناسند.

زخم و قرحه: ضماد برگش زخمهای چرکی پستان را علاج است.

سر: آبش را به بینی بکشند رطوبت های غلیظ را علاج می کند.

نفس کش: شش را می پالاید و راه بندان ها را باز می کند.

اندام های غذا: راه بندان های کبد و طحال را باز می نماید.

اندام های راننده: آبش شکم را روان می سازد، ضماد برغست بواسیر و درد و پیچش روده را باز می دارد و سفتی زهدان را نرم می کند و کیموس های غلیظ را بیرون می راند.

زهرها: برغست پادزهر همه حشرات موذی است.

برنج

دانه ای است مشهور.

مزاج: گرم و خشک است، برخی گویند از گندم گرمتر است.

خاصیت درمانی: برنج غذای خوبی است و کمی به خشکی مایل. اگر برنج را با شیر و روغن بادام بپزند نیروی غذایی آن بیشتر و بهتر می گردد و دیگر خشکاننده و بند آورنده نیست به ویژه اگر برنج را شبی در آب سبوس بخیسانند.

برنج به کندی سردی می دهد و برای جلا دادن خوب است.

اندام های دفعی: برنج آب پز تا حدی قبض کننده است. شیر برنج آب پشت را زیاد می کند و قبوضیت ندارد. مگر آنکه آن را در پوسته بسیار بجوشانند و آب آن را بخار کنند. اگر برنج را در آب سبوس بخیسانند این قبوضیت را به کلی از دست می دهد.

برطانیقی

برخی گویند بستان افروز است و قسمی گویند غیر آن است و برگش به برگ ترشک کوهی می ماند ولی این از ترشک بهتر است و تقریباً سیه فام است.

خاصیت: برگ آن بسیار قابض است.

زخم و قرحه: زخم و زخم ها را بهم می آورد.

سر: داروی جوش های درونی و زخم های کهنه دهان است و باید در مداوای جوش های دهان رب آن استعمال شود که بسیار سودمند است.

برگ کابلی

گیاه برگ کابلی که عبارت از دانه ای هندی است دو نوع می باشد: کوچک و کم شاخه، بزرگ و پرشاخه. کوچک آن بهتر از بزرگ آن است.

دانه برگ کابلی را از هندوستان یا سند می آورند.

مفاصل: دربرکندن بلغم بسیار خوب است.

اندام های دفعی: برای راندن بلغم روده، کرم کدو و سایر کرم ها بسیار مؤثر است.

بسپایک

بسپایک عبارت از چوبی است باریک، خاکی رنگ، گره دار و کمی به سیاهی و سرخی می زند یا مایل به سبز است.

شاخه هایی دارد شبیه به کرم هایی که پاهای بسیار دارند. مزه اش تا اندازه ای شیرین و گس است.

برخی گویند: بسپایک روی درختی در مردآب ها می روید. و پاره ای می گویند بر سنگ ها نمو می کند. بهترینش آن است که

ستبری آن به اندازه ی انگشت کوچک و رنگش مایل به سرخی باشد و در درجه دوم نوع زرد پرمایه و شاداب و ترد که کمی

تلخی و گواریی همراه گسی دارد و مزه اش به مزه ی میخک شباهتی دارد، خوب است.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: گدازنده، رساننده، بادشکن و راننده رطوبت است.

مفاصل: ضمادش در پیچش عصب سودمند است.

اندام های دفعی: بدون درد دادن شکم را روان می کند، بلغم و کیموس آبی را بیرون می راند. در مداوای قولنج بسپایک را در

آبگوش خروس یا ماهی یا آش حبوبات داخل می کنند.

بیخ بسپایک را بکوبند و گرد آن را با عسلاب سبک مخلوط کنند و از آن بخورند مراره و بلغم را بیرون می آورد.

بشام

درختی است مصری، بو و برگش به برگ و بوی فیجن شبیه است. لیکن برگ بلسان سپیدتر است. تنه درخت بلسان به تنه درخت

حضض (فلیزهره) می ماند. از حیث تأثیر درمانی روغنش از دانه و دانه اش از چوبش قوی تر است.

روغن: شیره آن را بعد از طلوع ستاره دو خواهر می گیرند. با نیشتر تنه آن را سوراخ می کنند و هر شیره ای که از آن تراوش می

کند بوسیله ی پنبه دانه بر می دارند و هر ساله بیشتر از چند رطلی جمع نمی شود.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت درمانی: انسداد را باز می کند و در بیماری های درونی سودمند است.

زخم و قرحه: بشام و به ویژه اگر با زنبق باشد زخم را تنقیه می کند و پوسته استخوان را بیرون می کشد.

مفاصل: خوردنش برای مداوای یماری اعصاب و تناول پخته شده آن در علاج ترنجیدگی مفید است.

اندام های سر: سر و زخم های سر را تنقیه می کند، در مداوای صرع و سرگیجه سودمند است.

اندام های چشم: بشام و شیره اش تم چشم را بر طرف می کند چشم را جلا می دهد و دید را تقویت می نماید.

اندام های تنفسی و سینه: چوب و دانه اش درمان پهلو درد، برونشیت شدید، نفس تنگی، دردسر و شش هستند.

شیره و دانه آن درمان ذات الریه سرد، و سرفه می باشد. همه اجزاء آن برای قسمت درونی بالای شکم سودمند است.

اندام های غذا: در ضعف هاضمه مفید است. پخته آن سوء هضم را از بین می برد و معده را تنقیه می کند و کبد را قوت می دهد.

اندام های دفعی: مدر بول است.

درد و پیچ روده (مغص) را درمان است. بخور آن رطوبت زهدان را دفع می نماید و آن را خشک می کند و چاره ساز سردی

زهدان است. اگر دود آن را برکشند کلیه دردهای زهدان را از بین می برد. پخته اش دهانه رحم را باز می کند. اگر با روغن گل

و موم مرهم شود سردی رحم را برطرف می کند و در بی اختیاری ادرار سودمند است.

تب‌ها: شیره اش تب لرز را علاج است .

زهرها: ضد سموم و درمان مارگزیده است و اگر شیره آن را با شیر حیوان بنوشند پادزهر شوکران و به ویژه هر سموم حشرات موذی است .

گشنیز

گیاهی است شبیه خاراگوش ، ولی این به رنگ سبز است و رطوبتی چسبنده دارد . نوعی دیگر از آن هست که شاخه هایش از این کوتا‌تر و برگش پهن تراست . برگ آن ریز و باریک و به رنگ های سپید و زرد در بهار و تابستان پیدا می شود .
خاصیت : لطافت بخش ، بسیار بازکننده ، ضماد آن فضول را از ریزش به سوی اندام باز می دارد .

سر: ضمادش سردرد سرد را درمان می کند . محلول و آب پزش سالمتر است ، از بند آمدن بینی جلوگیری می کند و علاج زکام می باشد .

اندام های دفعی : سنگ کلیه را خرد می کند . در آب پزش بنشینند حیض را روان می سازد و قرحه های زهدان را پاک می کند ، خوردن و ضماد آن زهدان بهم آمده را باز می کند و سختی زهدان را از بین می برد .

بعل

گیاهی است که در بهاران در آب می روید و به یونجه و شبدر می ماند .

شاخه هایش بسیار و تخمش همانند تخم هویج است .

مزاج : گرم است .

اندام های غذا : برای طحال بسیار خوب است .

اندام های دفعی : مدر بول است .

بکمون

همان عرفج بیابانی و از رده شیرداران و تخم آن چون سایر شیرداران آتشین و اسهال آور است .

بلوط

معروف است . بلوط قابض است و قبوضیت شاه بلوط کمتر است .

بیشتر قبوضیت بلوط از جفت آن است که پوسته داخلی بلوط است .

مزاج : سرد و خشک است . شاه بلوط که از شیرینی برخوردار است کمی گرمی در بر دارد . برگ بلوط از بلوط قابض تر و در خشکانیدن کمتر از بلوط است .

خاصیت : در شاه بلوط زداینده گی و در همه انواع بلوط قبوضیت هست . پایین های شکم را پر باد می کند و تزیف ها را باز می دارد و در این زمینه برگش از همه بیشتر کنش دارد .

همه انواعش نیروبخش اندام ها می باشد . شاه بلوط دیر هضم است و نیروی غذایی بیشتر دارد . اگر با شکر آمیزند نیروی غذایی آن افزایش می یابد .

جالینوس فرماید : بلوط تقریباً از حیث غذایی بودن به گندم می رسد و از سایر حبوبات مغذی تر است . شاه بلوط که شیرین است از

بلوط مغذی تراست. لیکن عموماً غذایش برای آدمیزاد بسیار خوب نیست.

برخی از مردمان به خوردن بلوط عادت کرده اند ولی چون از آن نان می پزند سالمتر می شود و زیانی نمی رساند.

دمل و جوش: بلوط مخلوط با پیه بزغاله و خوک نم‌سود برای گرفتگی عروق مفید است.

ثمر بلوط در مداوای ورم های گرم که نو پدید باشند مفید است.

زخم و قرحه: مانع زیاد شدن جوش های ساری، (زخم دهان) زخم های فراگیر (ساعیه) می باشد، که در این حالت باید برگ

بلوط را بسوزانند و سائیده آن را بر زخم بگذارند یا بر زخم بپاشند که در بهم آوردن زخم ها بسیار مفید است.

سر: چون بازدارنده بخار است سردرد می آورد و در بند آوردن شکم نیز فعال است.

اندام های تنفسی: داروی خون بر آوردن است.

اندام های غذا: در علاج رطوبت معده مفید است.

اندام های دفعی: قبض است، در مداوای خراش و قرحه روده و نزیف خون مؤثر است و بول را فزونی می دهد.

زهرها: پادزهر حشرات موذی است. آب پز پوست بلوط با شیر گاو و پادزهر (سهام ارمنی) است. مغزشاه بلوط برای هر زهری

پادزهر خوبی است

بل

گویند خیار هندی است و به خیار کبر می ماند. مزه اش تلخ و مانند مزه زنجفیل است.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: قبض است و درون را توان می بخشد.

اندام های غذا: آتش معده را دامن می زند، در علاج قی سودمند است و یکی از داروهای گوارشی است.

اندام های دفعی: شکم را بند می آورد و باد را پراکنده می کند

بلیله

تقریباً هم مزاج آمله و مغزش شیرین و تقریباً چون فندق است.

مزاج: سرد و خشک است.

خاصیت: هم زداینده و نرم کننده است و هم قابض.

اندام های غذا: معده را دباغی و جمع می کند، سستی و رطوبت معده را از بین می برد، هیچ دارویی در دباغی معده به بلیله نمی

رسد و فواید بسیار دارد.

اندام های دفعی: شاید شکم را بند آورد. بعضی گویند تنها ملین است و بس.

بلیله برای روده مستقیم و مقعد بسیار سودمند است.

بنک

چیزی است که از هند و یمن می آورند. گویند تراشه خار مغیلان است.

زرد و سبک و خوشبویش خوب است و سفید و سنگین آن بد است.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: اندام‌ها را تقویت می‌کند .
 آرایش: پوست را پاک می‌کند. رطوبت‌های زیر پوست را می‌مکد . بدن را خوشبو می‌کند .
 اندام‌های غذا: برای معده خوب است .
 سر: با عقل و هوش ناسازگار است .
 خاصیت: اندام‌ها را تقویت می‌کند .
 آرایش: پوست را پاک می‌کند. رطوبت‌های زیر پوست را می‌مکد . بدن را خوشبو می‌کند .
 اندام‌های غذا: برای معده خوب است .

بورک

بورک در تأثیر بخشی مانند نمک است و تفاوت این است که بورک قوی تر از نمک است و قابض نیست .
 گاهی آن را در سفالینی بر آتش بریان می‌کنند .
 خاصیت درمانی: بسیارزداینده، شوینده و قشرانداز است، تنقیه می‌نماید و خلط‌های غلیظ را می‌برد .
 آرایش: بورک را اگر برمو پاشند مو را نازک می‌کند. ضماد بورک خون را به سطح بدن می‌کشاند و رنگ رخساره زیبا می‌شود .
 بورک لاغری را علاج می‌کند. لیکن اگر زیاد بخورند رنگ را سیاه می‌گرداند .
 زخم و قرحه: در زدودن چرک مؤثر و داروی خارش است . بورک و سرکه علاج جرب است .
 مفاصل: از بورک و داروهای دیگر مرهم می‌سازند که بیماری فلج را به تأخیر می‌اندازد و به ویژه فلج سبک را از بین می‌برد و داروی پیچش پی‌ها است .
 سر: در علاج شوره سر مفید است . کف بورک را با عسل در گوش بچکانند در پاک نمودن و باز کردن گوش مؤثر و برای علاج کری سودمند است. بورک مخلوط با آب انگور کهنه یا شربت زوفا صدا‌های گوش را از بین می‌برد. اندام‌های غذا: برای معده بد است و معده را تباہ می‌گرداند. ضماد بورک با انجیر استسقا را فرو می‌نشانند .
 اندام‌های دفعی: برداشتن (حقنه) بورک شکم را روان می‌سازد . بورک را با آب انگور کهنه و زیره یا پخته فیجن و شبت بخورند درد و پیچش روده (مغص) را از بین می‌برد . در رفع درد شکم عموماً از نمک مؤثرتر است .
 بورک را با برخی از داروهای ضد کرم می‌نوشند، کرم‌ها را بیرون آورد . همچنین شکم و ناف را با آن مسح کنند و نزدیک آتش بنشینند کرم‌ها را می‌کشد و در این زمینه نیز از نمک بهتر است .
 زهرها: هربورکی و به ویژه بورک آفریقایی سوخته و ناسوخته و کف بورک نیز بهترین پادزهر قارچ سمی است .
 در علاج گزیده سگ هاربورک را با پیه الاغ و خوک قاطی می‌کنند و بر زخم می‌گذارند .

بویانس

اکثراً بیخ آن را بکار می‌برند . انگم و شیره ای هم دارد که انگم از شیره قوی تر است .
 بویانس را با روغن زیتون، آبکامه، کمی آب انگور کهنه مخلوط می‌کنند و بهم می‌زنند تا غلیظ شود و هرچه پرمایه تر شود مفید تر است .
 مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: تحلیل برنده است .

زخم و قرحه: از شدت خشک کنندگی که در آن است پوسته استخوان فاسد شده را جدا می کند و چرک زخم را از بین می برد .
مفاصل: با اعصاب بسیار ناسازگار است .
اندام های تنفسی: زائده های غلیظ را که در سینه باشند بیرون می آورد . برای شش خوب است و خوردن و ضماد آن داروی ریه و زخم های ریه است. اندام های غذا: اگر بویانس را بر طحال بمالند یا آن را در آب گرم حل کنند و بر طحال بمالند سختی طحال را از بین می برد .

بوزیدان

چوبی است ره آورد هندوستان و تأثیرش به تأثیر بهمن نزدیک است .
بهترینش سفید و ستبر و راه راه و زبر است . باریک و هموارش که سفیدی آن کم باشد خوب نیست . گاهی آن را بوسیله ی (لعبه بربری) غش می نمایند .
مزاج: گرم و خشک است .
خاصیت: نرم کننده است و لطافت بخش .
مفاصل: در مداوای درد مفاصل و نقرس مفید است .
اندام های دفعی: شهوت انگیز است .
زهرها: پادزهر است .

بهمن

قطعات چوبی است که عبارتند از ریشه های خشک و ترنجیده و ناهموار و برخی سفید و برخی سرخ رنگ اند .
مزاج: گرم و خشک .
آرایش: فربه کننده .
اندام های سینه: برای قوت قلب بسیار خوب و در علاج خفقان مفید است .
اندام های دفعی: در افزایش آب پشت بسیار مؤثر است .

به

مزاج: سرد و خشک است .
خاصیت: به و گل و روغن به قبضند و به شیرین کمتر قبض است . به دانه قبض نیست و ملین است . به دانه از جریان مواد زائد به درون جلوگیری می کند . به عموماً توان بخش است .
آرایش: بازدارنده عرق است . روغن به داروی ترک های ناشی از سرما است .
ورم و جوش: روغن به بهترین داروی مورچگی است .
قرحه: روغن به در علاج زخم های چرکی مفید است .
مفاصل: زیاد خوردن به درد اعصاب بدنبال دارد .
چشم: برشته اش را بر آماس گرم چشم بگذارند سودمند است .
سینه: افشره به در علاج نفس بلندی برنشیت و خون بر آوردن مفید است .

به دانه زبری گلو را بر طرف می کند ، گرفتگی ریه را نرمش می دهد . لعاب به نیز خشکی قصبته الریه را تر گرداند . اندام های غذا : از استفراغ جلوگیری می کند ، خمار را می زداید ، تشنگی را تسکین می دهد . اگر کسی معده اش برای پذیرش زائده آمادگی دارد از خوردن به که معده را قوی می گرداند فایده می بیند . به کال تقویت معده می کند و مانع استفراغ بلغی است . بول را ریزش می دهد . گویند این خاصیتش روی آورد است . شکم را بند می آورد و قبوضیتش بی منفعت نیست . به را با عسل بپزند بیشتر بول را ریزش می دهد اما ممکن است بجای قبوضیت اسهال بیاورد . گاهی سبب قولنج و درد و پیچش روده می شود . خونریزی حیض را بند می آورد . افسره به یا روغن به را در ذکر بچکانند سوزش مجرای بول را شفا می بخشد . روغن به به نفع گرده و آبدان است . اگر با غذا به بخورند اسهال می دهد و اگر زیاد بخورند خوراک را قبل از هضم شدن بیرون می ریزد . با آب پز به حفته کنند برآمدگی های مقعد و زهدان را بر طرف می کند .

بیش موش بوحا

بوحا گیاهی است که در زمین های رستنگاه بیش می روید و هر بیشی نزدیک بوحا بروید ثمر نمی دهد . بوحا بهترین پادزهر بیش است . اما بیش موش جانوری است شبیه موش و سوراخش در نزدیکی بیخ بیش می باشد . هر فایده که «بیش» در علاج برص و جذام دارد «بوحا» هم دارد . بیش موش نیز داروی برص است و در مداوای جذام سودمند ، و پادزهر افعی و سایر سم ها است .

بیش

سمی است کشنده مزاج : در منتهای گرمی و خشکی است . آرایش : اگر بر برص بمالند یا با معجون (بزرجلی) بخورند برص را از بین می برد و در مداوای جذام نیز سودمند است . زهر : سمی است کشنده ، فوری که جسم را می گداند . پادزهر بیش موش بیشتر است و آن نوعی موش است که از گیاه بیش تغذیه می نماید . بلدرچین هم از بیش می خورد و می میرد . با معجون هایی که به منظور جلوگیری از سم بیش درست می کنند مسک هم داخل است .

بیوه زا - شش شاخ

مزاج : گرم است . خاصیت : لطیف و تحلیل برنده . مفاصل : در علاج کزاز مفید است . سر : آب پزش را در دهان بگردانند داروی درد دندان و در علاج هر نوع نزله مفید است و ریشه هایش نیز همین کارها را انجام می دهد . نفس : در بیرون راندن خون از سینه مفید است . اندام های غذا : بیخس علاج استفراغ پی در پی است .

اندام های راننده :بیخس در علاج تراوش رطوبت های همیشگی زهدان مفید است .

بید بیابانی

برگش را پاره کنند شیره قوی می دهد .

خاصیت :ثمر و برگش گیرنده بی آزارند .به حد کافی می خشکاند . خاکسترش بسیار خشکاننده است .بید تر را ضماد کنند خونریزی را بند می آورد .

برگش را پاره کنند شیری می دهد که بسیار زداینده و نرم کننده است .

آرایش :خاکسترش را با سرکه بر زگیل بمالند آن را بر می کند .

زخم و قرحه :بید بیابانی و به ویژه ثمر و برگش ضماد شود زخم میان استخوان را علاج است ،خاکسترش را با سرکه بر پوست بمالند مورچگی را از بین می برد .

سر :شکوفه و آبخ مسکن سردرد هستند .افشره برگش در زدودن ریم و چرک گوش بی نظیر است .

چشم :ثمر و آبخ را بر کاسه چشم ضربه خورده گذارند بسیار مفید است .

شیره اش برای چشم کم سو داروی خوبی است .

اندام های غذا :آبخ برای علاج بند آمده های کبد و بیماری یرقان مفید است . اندام های راننده :ثمرش بهم خوردن خون ماهانه را به اعتدال می آورد .

شیرین بیان ، جادوی جوانی

تهیه کننده : مجید مکاری

منبع : راسخون

شیرین بیان (Licorice) نوعی گیاه با دوام است که طول آن به ۳ تا ۷ پا می رسد و سیستم ریشه‌ای پرشاخ و برگ دارد. ریشه‌های آن مشتمل بر بخش‌های مستقیم چوب چین و چروک دار و الیافی بلند و سیلندری شکل است و به طور افقی در زیرزمین رشد می کند. ریشه‌های این گیاه در بیرون از زمین به رنگ قهوه‌ای و در زیر خاک به رنگ زرد است.

شیرین بیان اسپانیایی (*Glycyrrhiza glabra*) به صورت خودرو در برخی از نقاط اروپا و آسیا می روید. " گلی سیریزین" (*Glycyrrhizin*) به عنوان ماده‌ای فعال در ریشه شیرین بیان پنجاه برابر از شکر شیرینتر است.

این ماده حاوی ترکیبی به نام " اسید گلی سیریزیک" مخلوط با نمک‌های پتاسیم و کلسیم است. گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک برای درمان زخم‌های گوارشی مفید است. فرآورده‌های حاصله از شیرین بیان از ریشه‌ها و ساقه‌های زیرزمینی گیاه فراهم می آیند. گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک مهمترین مواد موجود در این گیاه هستند.

ریشه‌های این گیاه حاوی کومارین، فلاون، روغنهای فرار و استرول گیاهی نیز هست. از شیرین بیان برای درمان انواع سرفه‌ها و نیز به عنوان یک داروی مسکن در پوست، اسپاسم و تورم، برونشیت، روماتیسم و روم مفاصل و به عنوان ملین استفاده می شود. بسیاری از پزشکان فرآورده‌های تهیه شده از ریشه این گیاه را برای درمان زخم گوارشی و التهاب معده مزمن تجویز می کنند (گاستریت مزمن).

برخی دیگر ریشه این گیاه را برای نارسایی اولیه فوق کلیه تجویز می کنند. البته همیشه باید شیرین بیان را با احتیاط مصرف کرد. چون ماده گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک موجود در آن می تواند به غدد فوق کلیه آسیب رساند.

شیرین بیان گیاهی است چندساله و از خانواده ی بقولات Fabaceae که ارتفاع آن گاهی به ۱ تا ۲ متر می رسد. برگ های آن به فرم شانه ای مرکب فرد می باشند که برگچه های آن دارای حالت چسبناکی هستند. گل های شیرین بیان به رنگ های آبی یا آبی متمایل به ارغوانی و گاهی زرد دیده می شوند. میوه ی این گیاه از نوع نیام است که معمولاً هر میوه دارای ۳ تا ۶ عدد دانه ی لویبایی شکل می باشد. ریشه ها و ریزوم های این گیاه دارای پوستی قهوه ای رنگ هستند که پس از جدا کردن این پوسته ی خارجی به سایر قسمت های ریشه می رسیم که به رنگ زرد دیده می شوند و دارای طعم شیرینی می باشند. زمان ظهور گلها اوایل تابستان است. ریشه شیرین بیان نسبتاً قطور بوده و طویل می باشد بطوریکه از ۳۰ تا ۲۰۰ سانتیمتر طول دارد. شیرین بیان انواع مختلفی دارد که به شرح زیر هستند:

- ۱- واریته اسپانیایی "G. typical" که میوه آن صاف و بدون کرک و ریزومها قهوه ای و به قطر ۶ تا ۱۸ میلیمتر می باشد.
 - ۲- واریته روسی "G. glandulifera" که پیکره رویشی آن چسبناک و دارای ریشه های متعدد به ضخامت ۵ سانتی متر، پوست ریشه فلس دار و قهوه ای رنگ و دارای شیرینی ملایم می باشد.
 - ۳- واریته ترکی "G. pallida" که ضخامت ریشه آن حدود ۸ سانتی متر است.
 - ۴- واریته ایرانی "G. violacca" که ریشه های آن نیز بسیار ضخیم است.
- خواص دارویی:

شیرین بیان از نظر طب قدیم ایران معتدل است .

شیرین بیان را بصورت قطعات کوچک به قطر ۰/۵ سانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رسانند .

۱) مهمترین خاصیت شیرین بیان که جدیداً کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا استفاده می شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد .

۲) برای تقویت عمومی بدن مفید است

۳) خوردن آن از پیری جلوگیری می کند

۴) برای نرم کردن سینه موثر است

۵) زخم ها و تاول های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود .

۶) ملین است و معمولاً آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کنند که انقباضات را کم می کند

۷) مدر و عرق آور است

۸) برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید .

۹) سرفه را برطرف می کند

۱۰) ورم معده را برطرف می کند

۱۱) تنگی نفس را تسکین می دهد

۱۲) برای درمان سوء هاضمه مفید است

۱۳) برای از بین بردن نفخ شکم مفید است

۱۴) چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کند برای این منظو از فرمول زیر استفاده کنید :

۲ گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید.

۱۵) برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید .

۱۶) برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت ها بگذارید .
طرز استفاده:

دم کرده شیرین بیان : مقدر ۵۰ گرم ریشه بدون پوست شیرین بیان را آسیاب کرده و در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد .

جوشانده شیرین بیان : ۲۰ گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و در ۱۰۰ گرم آب ریخته و آنقدر بجوشانید که دو سوم آن باقی بماند .

شربت شیرین بیان : ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و با آب مخلوط کرده و آنقدر بجوشانید تا غلیظ شود
تکه های شیرین بیان : مانند آب نبات می توانید در دهان گذاشته و بمکید .
مضرات :

استفاده زیاد از شیرین بیان برای طحال مضر است و اگر می خواهید از شیرین بیان برای برطرف کردن بیماری و برای مدت طولانی استفاده کنید بهتر است آنرا با کتیرا بخورید .

پراکنش و نیازهای اکولوژیکی

شیرین بیان در اکثر مناطق جهان بخصوص میان دو عرض جغرافیایی ۳۰ و ۴۵ درجه در نیمکره شمالی زمین می روید. این گیاه در کشورمان نیز پراکنش بسیار وسیعی دارد و در استان هایی چون خراسان (شمالی و رضوی)، آذربایجان شرقی و غربی، زنجان، گلستان، کردستان، فارس، اصفهان، تهران و ... مشاهده می شود. شیرین بیان بطور کلی گیاهی نورپسند است که در طول رویش به هوای گرم و رطوبت متوسط نیاز دارد.

کاشت، داشت و برداشت

تکثیر رویشی (تقسیم ریزوم و ریشه) روش تجاری تکثیر شیرین بیان می باشد اما این گیاه را بوسیله ی بذر نیز می توان تکثیر نمود که در اینجا به تکثیر رویشی این گیاه می پردازیم. در فصل پائیز (آبان ماه) ریزوم گیاهان ۳ تا ۴ ساله را پس از خروج از خاک به قطعات ۱۵ تا ۲۵ سانتی متری تقسیم می کنند. این قطعات را در ردیف هایی با فاصله ی ۶۰ تا ۸۰ سانتی متر و با فاصله ی ۳۰ تا ۴۰ سانتی متر از یکدیگر کشت می نمایند. پس از کاشت بایست به سرعت آبیاری صورت بگیرد. شیرین بیان یکی از گیاهان دارویی است که بیشتر بصورت بهره برداری از طبیعت به بازار مصرف می رسد و کمتر مورد کشت و کار قرار می گیرد و جالب است که بدانیم ریشه ی این گیاه بصورت خشک شده یا عصاره، یکی از مهمترین اقلام صادراتی کشورمان در بخش گیاهان دارویی است و در بسیاری از کشورهای اروپایی نظیر انگلیس، بلژیک، فرانسه و ... مورد کشت وسیع قرار می گیرد.
برداشت ریشه های این گیاه در فصل پائیز سال سوم یا چهارم صورت می گیرد. این عمل در سطوح کوچک با استفاده از بیل و در سطوح وسیع توسط ماشین های مخصوص انجام می شود.

فرآوری

قسمت مورد استفاده ی این ریشه های این گیاه هستند که دارای ترکیبات مختلفی می باشند. مهمترین ترکیب موجود در ریشه های این گیاه اسید گلیسرزیک است که ۵۰ بار از شکر شیرین تر می باشد و مقدار آن با توجه به شرایط محیطی و واریته ی گیاه بین ۵ تا ۲۰ درصد می باشد.

تعدادی از مقالات مرتبط با این گیاه

بررسی اثر سایتوتوکسیسیستی و بازدارندگی عصاره ریزوم شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) و گل بابونه (*Matricaria*)

aurea) بر فعالیت ماتریکس متالوپروتئینازها (MMPS) در مقایسه با ترکیبات استروئیدی و غیر استروئیدی در کشت سلولی فیروساکروما

آنزیم های ماتریکس متالوپروتئیناز (MMPS)، خانواده بزرگ آنزیم های پروتئولیتیک وابسته به کلسیم و روی هستند که در تجزیه ترکیبات مختلف ماتریکس خارج سلولی نقش دارند. نقش این آنزیم ها در پیشرفت و گسترش بیماری های التهابی (آرتریت روماتوئید)، بیماری های قلبی عروقی و تومورهای سرطانی کاملاً شناخته شده است. مطالعات انجام شده دال بر اثر مهارتی ترکیبات ضد التهاب غیر استروئیدی (NSAIDs) و استروئیدی (دگزامتازون) بر روی ماتریکس متالوپروتئینازها است.

مواد و روش کار: در این تحقیق اثر مهارتی و سمیت سلولی عصاره هیدروالکلی گیاهان شیرین بیان و بابونه در مقایسه با داروهای استروئیدی و غیر استروئیدی با به کارگیری سل لاین فیروساکروما (Wehi ۱۶۴) برای بررسی سمیت سلولی و روش ژلاتین زایموگرافی برای سنجش میزان اثر مهارکنندگی بر فعالیت ماتریکس متالوپروتئینازها بررسی شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که اثر مهارکنندگی شیرین بیان و بابونه، به ترتیب، معادل ۹۵۰۰ mg/ml و ۹۳۳.۳۳ و سمیت سلولی به دست آمده برای این گیاهان، به ترتیب، معادل ۳۲۶.۶۷ mg/ml و ۳۴۵۰ بود.

نتیجه گیری: گیاهان بابونه و شیرین بیان سمیت سلولی بسیار کمتری ولی اثر مهارتی ضعیف تری نسبت به داروهای استروئیدی و غیر استروئیدی بکار رفته در این تحقیق از خود نشان دادند. همچنین مشخص شده است که سمیت سلولی بابونه ۰.۱ سمیت سلولی شیرین بیان است.

بررسی اثر عصاره هیدروالکلی شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra* L.) بر ایجاد پلاکهای آترواسکلروتیک در آئورت خرگوشهای هیپرکلسترولمیک

آترواسکلروز که اساساً در سرخرگهای بزرگ و متوسط اتفاق یکی از عوامل اصلی در ایجاد بیماریهای قلبی عروقی می باشد. مطالعات اپیدمیولوژیک نشان می دهند، در جوامعی که از گیاهان دارویی استفاده می کنند بیماریهای قلبی عروقی و از جمله آترواسکلروز کمتر دیده می شود. شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) گیاهی از خانواده نخود است که وجود ترکیبهای هیپولیپیدمیک و فلاونوئیدهای با فعالیت آنتی اکسیدان قوی در این گیاه به اثبات رسیده است. هدف این تحقیق بررسی اثرات عصاره شیرین بیان بر لیپیدهای سرم و ایجاد آترواسکلروز در خرگوش های تغذیه شده با رژیم پر کلسترول می باشد. در این تحقیق ۱۵ سر خرگوش نر به صورت تصادفی به سه گروه تقسیم شدند. گروه رژیم معمولی، کنترل پر کلسترول (۱٪ کلسترول) و گروه پر کلسترول + شیرین بیان (مصرف یک روز در میان عصاره شیرین بیان با میزان ۵۰ mg/kg body weight). غلظت کلسترول تام (TC)، تری گلیسرید (LDL)، TG کلسترول سرم در زمان شروع آزمایش، پایان ماه اول و پایان ماه دوم در خرگوش ها تعیین شده است. در پایان مطالعه خرگوش ها با میزان بالای کلروفورم کشته و آئورت آنها برای تعیین شدت ضایعات آترواسکلروتیک برداشته شد. شیرین بیان به طور معنی دار سطح TG، TC و LDL کلسترول را کاهش و سطح HDL کلسترول را افزایش می دهد و سبب کاهش ضایعات آترواسکلروتیک در آئورت می شود ($p\text{-value} < 0.05$). نتایج بیانگر آن است که عصاره شیرین بیان برای جلوگیری از پیشرفت بیماری آترواسکلروز در خرگوش موثر می باشد. بنابراین مطالعات گسترده جهت بررسی این اثرات در انسان به منظور مصرف شیرین بیان در پیشگیری و درمان آترواسکلروز مورد نیاز است.

بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد بالای زمینی گیاه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra* L.)

به منظور بررسی اثرات عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد قسمت بالای زمینی گیاه شیرین بیان آزمایشی در گلخانه تحقیقاتی دانشکده کشاورزی مشهد در سال ۱۳۸۰ انجام شد. آزمایش به صورت فاکتوریل و با دو عامل عمق کاشت در سه سطح (۱۰، ۲۰ و ۴۰ سانتی متر) و اندازه ریزوم در سه سطح (۲، ۳ و ۴ جوانه ای) در قالب طرح کاملاً تصادفی و با دو تکرار انجام شد. با افزایش

عمق کاشت و اندازه ریزوم سطح برگ و وزن خشک آن افزایش یافت. وزن خشک ساقه در عمق‌های پایین کاهش ولی با افزایش اندازه ریزوم، وزن خشک آن افزایش یافت. بالاترین وزن خشک کل در عمق ۲۰ سانتی متر بدست آمد که بسیار نزدیک به وزن خشک عمق ۴۰ سانتی متر بود و ریزوم سه جوانه ای نسبت به دو ریزوم دیگر، بالاترین وزن خشک کل را تولید نمود این طور به نظر می رسد که قرار گرفتن ریزوم‌های سه جوانه ای در عمق ۲۰ سانتی متری سبب تهیج رشد شیرین بیان می شود.

بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد پایین زمینی گیاه هرز شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra* L.)

به منظور بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد قسمت پایین زمینی گیاه شیرین بیان، آزمایشی در گلخانه تحقیقاتی دانشکده کشاورزی مشهد و در سال ۱۳۸۰ انجام شد. آزمایش به صورت فاکتوریل و با دو عامل عمق کاشت در سه سطح (۱۰، ۲۰ و ۴۰ سانتیمتر) و اندازه ریزوم در سه سطح (۱، ۲ و ۳ جوانه ای) در قالب طرح بلوکهای کاملا تصادفی و با دو تکرار انجام شد. وزن خشک ریشه و ریزوم مادری در طی فصل رشد گیاه مورد پایش قرار گرفتند. بیشترین و کمترین وزن خشک به ترتیب در عمق ۲۰ و ۴۰ سانتیمتر مشاهده شد. تا حدود ۱۰۰ روز پس از کاشت، وزن خشک ریشه از ریشه بسیار کندی برخوردار بود، ولی پس از آن افزایش یافت. ریزوم‌های با اندازه‌های مختلف، وقتی در عمق ۲۰ سانتیمتر قرار گرفتند، بیشترین وزن خشک ریشه را تولید کردند. ریزوم‌های سه جوانه ای، حداکثر و ریزوم‌های تک جوانه ای، کمترین وزن خشک ریشه را تولید کردند. تا حدود ۶۰ روز پس از کاشت، وزن خشک در ریزوم‌های مادری کاهش یافت. بعد از روز هفتاد و پنجم، وزن خشک ریزوم مادری افزایش یافت و کلیه بوته‌ها شروع به پرکردن ریزوم‌های مادری نمودند، به نحوی که ریزوم‌های موجود در عمق ۲۰ سانتیمتری، بالاترین وزن خشک را داشتند. در روز ۱۶۰م پس از کاشت، ریزوم‌ها مجددا شروع به تخلیه کردند. ریزوم‌های تک و سه جوانه ای به ترتیب کمترین و بالاترین وزن خشک ریزوم‌های مادری را طی فصل رشد نشان دادند.

بررسی برخی جنبه‌های اکوفیزیولوژیکی ریزوم علف هرز شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*)

کنترل علف‌های هرز چند ساله بدلیل سیستم زیرزمینی گسترده بسیار دشوار است. در این پژوهش که در سال‌های ۸۳-۱۳۸۱ صورت گرفت، عوامل اکوفیزیولوژیکی موثر بر جوانه زنی و کاهش جوانه زنی ریزوم علف هرز شیرین بیان بصورت آزمایش‌های جداگانه در خزانه و آزمایشگاه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که ریزوم‌ها در دمای پایین تر از ۶ درجه سانتی گراد جوانه نزدند و ریزوم‌ها برای جوانه زنی به حداقل ۱۵۴ درجه- روز نیاز داشتند. نیاز حرارتی کل نیز از ۵۰ درصد جوانه زنی تا برداشت ۳۵۴۹ درجه- روز تعیین شد. نتایج آزمایش کنترل جوانه زنی بوسیله یخ آب در چهار سطح دمای انجماد ۰، -۳، -۵ و -۱۰ درجه سانتی گراد و رطوبت خاک در سه سطح ظرفیت زراعی، غرقاب و خشک در ۴ تکرار نشان داد که غرقاب در دمای ۵ درجه سانتی گراد منجر به کاهش جوانه زنی شد و ریزوم‌ها در دمای -۳ درجه سانتی گراد و پایین تر از آن در تمامی سطوح رطوبت خاک جوانه نزدند. در آزمایش تنش خشک شدگی در شرایط آزمایشگاهی، ریزوم‌هایی که ۱۰ روز در دماهای ۲۵ درجه سانتی گراد و بالاتر قرار گرفتند، جوانه نزدند. در کل نتایج این پژوهش نشان داد که امکان کنترل جوانه زنی ریزوم شیرین بیان با استفاده از روش‌های فیزیکی بصورت آزمایشگاهی وجود دارد.

جنبه‌های اکوفیزیولوژیکی جوانه زنی شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra* L.) در واکنش به دما

شیرین بیان گیاهی صنعتی و دارویی است که در ایران بعنوان علف هرز عمده مزارع دیم و باغات کشور شناخته می شود. خصوصیات جوانه زنی بذور جمع آوری شده شیرین بیان از کرمانشاه و فارس تحت تیمار دماهای ثابت (۰، ۳، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۳۰، ۳۵ و ۴۰ درجه سانتیگراد) مورد بررسی قرار گرفت. بیشترین درصد جوانه زنی در بذور کرمانشاه و فارس به ترتیب در دمای ۲۵ و ۴۰ درجه سانتیگراد مشاهده شد و درصد نهایی جوانه زنی بذور فارس بیشتر از کرمانشاه بود. در دمای ۴۰ درجه سانتیگراد درصد نهایی جوانه زنی در بذور کرمانشاه و فارس به ترتیب ۲۷ و ۴۳ درصد بدست آمد. سرعت جوانه زنی نیز روند مشابهی را

دارا بود. برای هر دو جمعیت، کوتاه‌ترین زمان رسیدن به ۱۰، ۵۰ و ۹۰ درصد جوانه زنی در محدوده ۲۰ تا ۳۰ سانتیگراد برای هر دو جمعیت کوتاه‌ترین زمان حاصل شد. درجه حرارت کمینه، بهینه و بیشینه جوانه زنی به ترتیب ۲۰.۲، ۲۹.۱، ۴۵.۳ سانتیگراد برای بذور جمع آوری شده از کرمانشاه و ۲۰.۴، ۲۹.۲، ۴۴ درجه سانتیگراد برای بذور جمع آوری شده از فارس بود.

گوارش پذیری تفاله شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) فرآوری شده با قارچ *Pleurotus sajor-caju*

هدف از انجام این پژوهش، بررسی تاثیر فرآوری با قارچ *Pleurotus sajor-caju* بر گوارش پذیری تفاله شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) بود. قارچ *P.sajor-caju* روی دانه های گندم سترون شده، کشت داده شد و پس از دو هفته رشد، به تفاله شیرین بیان سترون درون کیسه های پلاستیکی دو کیلویی، افزوده شد. پس از دو هفته، (در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد) میسلیم های قارچ، روی تفاله رشد کردند و مورد استفاده قرار گرفتند. ضرایب گوارش پذیری در ۱۲ قوچ قرول اندازه گیری شد.

فرآوری تفاله شیرین بیان با قارچ موجب افزایش میزان ماده خشک، پروتئین خام (CP) و عصاره بدون نیتروژن (NFE) شد ولی درصد خاکستر، دیواره سلولی (NDF) و لیگنین (ADL) کاهش یافت. درصد فیبر خام و دیواره سلولی بدون همی سلولز (ADF) تغییر معنی داری نشان نداد. کاهش اندکی در درصد چربی خام (سطح ۰.۰۸ درصد) دیده شد. میانگین ماده خشک مصرفی و گوارش پذیری ماده خشک در گروه تغذیه شده با تفاله شیرین بیان فرآوری شده، به گونه معنی داری بیشتر از گروه شاهد بود. ضرایب گوارش پذیری پروتئین خام، فیبر خام، ماده آلی، چربی خام، عصاره بدون نیتروژن، دیواره سلولی، دیواره سلولی بدون همی سلولز و لیگنین و مجموع مواد غذایی گوارش پذیر (TDN)، برای تفاله فرآوری شده، به طور معنی داری بیشتر از گروه شاهد بود. به طور کلی، فرآوری با قارچ *P.sajor-caju*، کیفیت، ارزش غذایی و گوارش پذیری تفاله شیرین بیان را به طور معنی داری افزایش داد ($p < 0.05$) ولی، مشکل پرورش قارچ روی تفاله سترون نشده، کاربرد این روش در سطح گسترده با مشکل می کند.

مروری بر اثرات ضدویروسی گیاه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) و ترکیب موثره آن گلیسیریزین

گیاه شیرین بیان از خانواده لگومیناسه است. تعدادی از مواد موثره این گیاه شامل تری ترپن های ساپونینی، فلاونوئیدها، چالکون ها و ایزوفلاون ها است. مهم ترین ماده موجود در گیاه شیرین بیان، اسید گلیسیریزیک است. هدف: ارایه یک مقاله مروری از بررسی های انجام شده در زمینه اثرات ضد ویروسی گیاه شیرین بیان و ترکیب موثره آن گلیسیریزین بود.

روش بررسی: بررسی مقالات ارایه شده در مورد گیاه شیرین بیان با استفاده از پایگاه اطلاعاتی اینترنتی نظیر MEDLINE و در محدوده سال های ۲۰۰۵-۱۹۸۰ صورت گرفت.

نتایج: عصاره های ریشه گیاه شیرین بیان در برابر طیف وسیعی از ویروس ها مانند هرپس سیمپلکس (۱-HSV)، واریسلا زوستر ویروس (VZV)، سایتومگالوویروس (CMV)، ویروس هپاتیت C، B، A، ویروس آنفلوآنزا، سارس و ویروس تضعیف کننده سیستم ایمنی انسان (۱-HIV)، اثر ضدویروسی فعالی را نشان داده است. به طوری که امروزه گلیسیریزیک اسید در درمان بیماران مبتلا به هپاتیت فعال مزمن استفاده می شود. به نظر می آید که این ماده از تکثیر ویروس ها جلوگیری به عمل می آورد و همچنین مسیر پیام رسانی داخل سلولی، بیان ژنی، نیتریک اکسید سنتتاز القایی و تولید نیتریک اکسید را در ماکروفاژ تحت تاثیر قرار می دهد.

نتیجه گیری: به نظر می آید که پژوهش های وسیع تر بالینی به منظور استفاده از این گیاه و ماده موثره آن یعنی گلیسیریزیک اسید، در درمان سایر عفونت های ویروسی لازم است.

مقایسه فعالیت آنتی اکسیدانی عصاره شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) با آنتی اکسیدان های تجاری در کرم

هیدروکینون ۲ درصد

سابقه و هدف: با توجه به عوارض مختلف گزارش شده از آنتی اکسیدان های تجاری، در سال های اخیر، تحقیقات بر روی دستیابی به آنتی اکسیدان های سالمتر و موثرتر از منابع طبیعی، متمرکز شده است. هیدروکینون، یک ماده روشن کننده است که برای روشن نمودن نواحی هیپرپیگمانته در فرآورده های آرایشی بکار می رود. این ماده شیمیایی به سختی پایدار میشود و بر اثر اکسیداسیون، به سرعت در معرض هوا قهوه ای رنگ می گردد. در این پژوهش اثر آنتی اکسیدانی عصاره متانولی شیرین بیان در مقایسه با آنتی اکسیدان های تجاری مورد بررسی قرار گرفته است.

مواد و روش ها: پودر ریشه خشک شده شیرین بیان با متانول عصاره گیری شد. فعالیت آنتی اکسیدانی عصاره در مقایسه با آنتی اکسیدان های تجاری (سدیم متابی سولفیت و بوتیل هیدروکسی تولوئن) در غلظت های ۰.۱، ۰.۵، ۱ و ۲ درصد (وزنی/وزنی) در کرم هیدروکینون ۲ درصد بررسی گردید. فرآورده های حاوی آنتی اکسیدان ها و عصاره فوق به مدت سه ماه در دمای 25 ± 0.5 درجه سانتیگراد و 45 ± 0.5 درجه سانتیگراد و به دور از نور نگهداری شدند. پایداری فیزیکی و درصد هیدروکینون باقیمانده پس از ۲ هفته، ۱، ۲ و ۳ ماه بررسی گردید. جهت اندازه گیری میزان هیدروکینون باقیمانده از روش اسپکتروفتومتری UV و طول موج ۲۹۴ نانومتر استفاده شد.

یافته ها: نتایج مطالعه حاکی از تسریع تخریب هیدروکینون با افزایش دما بود. افزایش غلظت آنتی اکسیدان سبب افزایش درصد هیدروکینون باقیمانده در فرآورده می گردید. اما افزایش درصد آنتی اکسیدان های تجاری به ویژه در مورد سدیم متابی سولفیت یک درصد و بوتیل هیدروکسی تولوئن دو درصد، سبب کاهش پایداری فیزیکی فرآورده گردید. در ماه سوم، در هر دو دمای ۲۵ و ۴۵ درجه سانتی گراد، عصاره در تمامی غلظت ها فعالیت آنتی اکسیدانی بیشتری را در مقایسه با آنتی اکسیدان ها تجاری نشان داد ($P < 0.001$). در دمای سوم، فرآورده های حاوی ۰.۱، ۰.۵، ۱ و ۲ درصد عصاره پایداری فیزیکی مناسبی را با مقدار هیدروکینون باقیمانده ۷۲، ۷۶، ۷۸ و ۸۱ درصد (به ترتیب افزایش غلظت) در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد و ۵۱، ۵۵، ۶۰ و ۶۳ درصد در دمای ۴۵ درجه سانتی گراد، نشان داد.

استنتاج: با استفاده از این نتایج می توان عصاره شیرین بیان را با غلظت های ۰.۵ و ۱ درصد، به عنوان یک آنتی اکسیدان طبیعی موثر برای مواد حساس به اکسیداسیون پیشنهاد نمود.

اندازه گیری گلیسیریزین در ریشه گیاه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) توسط دستگاه کروماتوگرافی مایع با کارایی بالا (HPLC)

ریشه گیاه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra L.*) به طور عام لیکوریس نامیده میشود که به عنوان عامل شیرین کننده و بیش از دو هزار سال کاربرد دارویی داشته است. لیکوریس دارای پنج حلقه ساپونین تریترین به نام اسید گلیسیریزینیک است. این ترکیب متعلق به مشتقات بتا - آمیرین (*b-amyrin*) می باشد. شیرین بیان به خاطر مزه شیرین آن به عنوان عامل ضد التهاب، آلرژی و زخم شناخته شده است. تاکنون جهت ارزیابی مقدار گلیسیریزین در ریشه گیاه شیرین بیان و عصاره های حاصل از آن از روشهای مختلفی استفاده شده است، که تماما غیر اختصاصی و متکی به روشهای غیر مستقیم می باشند.

در این تحقیق جهت تشخیص مقدار گلیسیریزین در نمونه های ریشه شیرین بیان، از روش (بدون هیدرولیز ماده) یعنی با استفاده از دستگاه کروماتوگرافی مایع با کارایی بالا (HPLC) صورت گرفته است. در این روش جداسازی گلیسیریزین از دیگر اجزای موجود در عصاره ریشه گیاه با استفاده از مرحله معکوس صورت گرفت، که نتایج رضایت بخش و قابل تکرار می باشند. ریشه گیاه از مزرعه گیاهان دارویی در باغ گیاه شناسی ملی ایران، جمع آوری گردید. سپس اقدام به استخراج عصاره توسط حلال و شناسایی ترکیب اسید گلیسیریزینیک توسط دستگاه (HPLC) نمودیم. مقدار ترکیب در نمونه ۱.۵ درصد تعیین گردید. این روش

مشکلات در روشهای قبلی را دفع کرده است.

گیاه شیرین بیان، درمان جدید تومورهای سرطانی

بررسی های اخیر دانشمندان نشان داده است نوعی ترکیب متشکل از گیاه شیرین بیان می تواند از شیوع سلول های سرطانی در بدن جلوگیری کند.

نتایج به دست آمده از محققان دانشگاه نیویورک نشان می دهد ترکیبات گیاه شیرین بیان که حاوی اسید گلیسیرین است، می تواند از انتشار نوعی سلول عفونت بافت های پیوندی بدن را به دنبال دارد جلوگیری کند. این عفونت ها باعث ایجاد تومور و تورم آن ها در زیر پوست می شود.

کاوش های دانشمندان حاکی از آن است افرادی که سیستم دفاعی بدن آن ها دچار اختلال شده است، بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به این عارضه قرار می گیرند. نتایج این بررسی ها در نشریه تحقیقات بالینی منتشر شده است.

تجربه نشان داده بسیاری از تورم ها که به صورت تبخال نمایان می شوند، برای مدت های طولانی بدون توجه بیمار در بدن وی وجود دارند.

شیرین بیان موخوره را درمان می کند

مهمترین ماده موثر شیرین بیان در ریشه گیاه موجود است از شکر شیرین تر است ریشه و ریزوم گیاه که به صورت با پوست یا بدون پوست مصرف دارویی دارد، قسمت مورد استفاده گیاه است که در قطعات استوانه ای در عطاری ها به فروش می رسد. شیرین بیان که به عنوان پدر بزرگ گیاهان دارویی معروف است خواص درمانی بسیاری دارد از جمله درمان کننده زخم معده و سرطان معده است که برای این منظور شربت این گیاه را تهیه و روزانه به مقدار یک قاشق غذاخوری قبل از غذا به مریض داده شود. این گیاه برای تقویت عمومی بدن مفید است و خوردن آن از پیری جلوگیری می کند. همچنین برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکد. شیرین بیان سرفه را برطرف می کند و تنگی نفس را تسکین می دهد و برای درمان سوء هاضمه مفید است و چشم را نیز تقویت می کند. عرق شیرین بیان برای درمان سرفه و گرفتگی صدا، کم خونی، زخم و عفونت های لته، بدبویی دهان و اشتها مفید است. بالا بردن فشارخون و پایین آوردن پتاسیم خون مضرات این گیاه محسوب می شود.

منابع :

گیاه شیرین بیان، درمان جدید تومورهای سرطانی <http://www.sabziran.ir>

شیرین بیان «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

شیرین بیان <http://www.parsiteb.com>

شیرین بیان موخوره را درمان می کند <http://aftab.ir>

شیرین بیان <http://www.centralclubs.com>

گیاه دارویی شیرین بیان <http://www.mdplant.blogfa.com> Glycyrrhiza glabra

شیرین بیان <http://www.iranmania.com>

گزنه ، درمانگر دردناک

کلیات گیاه شناسی

گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته‌اند. جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنها را برای رفع سرماخوردگی و بیماریهای

دستگاه تنفسی بکار می‌برده است. گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می‌رود.

این گیاه در خرابه‌ها، باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می‌کنند به حالت خودرو می‌روید ریشه این گیاه خزننده بوده و در ناحیه‌ای که سبز می‌شود کم‌کم تمام منطقه را فرا می‌گیرد. ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می‌چسبد و پوست را می‌گزد که تولید خارش و سوزش می‌کند و شاید به همین دلیل آنرا گزنه نامیده‌اند. تخم آن نرم، ریز و تیره رنگ و مانند تخم کتان است. قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه، ریشه، شیر و دانه آن است.

مشخصات تیره گزنه Urticaeae

گیاهان این تیره عموماً علفی، بندرت به صورت درختچه و درختی هستند. برگهای آنها گوشوارک دار با رگبرگهای پری شکل منفرد یا متقابل هستند. معمولاً گلها تک جنس و دارای ۵ کاسبرگ و ۴ پرچم متقابل با کاسبرگها هستند. در تیره گزنه گل آذین به شکل گرزندهای مجتمعی است که از مجموع آنها سنبل گرزندهای متراکم بوجود می‌آید. مادگی شامل یک برچه با یک تخمک مستقیم و ایستاده است. میوه تقریباً همیشه به صورت یک فندقه است.

از اختصاصات تشریحی گیاهان این تیره یکی وجود سیستولیت در یاخته‌های بشره و دیگری داشتن یک حلقه فیبر کم و بیش چوبی شده در منطقه دایره محیطیه است. داشتن کرکهای گزنده در سطح برگ یا ساقه نیز یکی دیگر از صفات مهم برخی از جنسهای این تیره است. تقریباً فقدان لوله‌های شیرابه‌ای در تمام گونه‌ها یکی دیگر از صفات منفی این تیره است. تیره گزنه دارای ۴۰ جنس و در حدود ۵۰۰ گونه است که اکثر آنها در آمریکا، هند، مالزی و نواحی حاره‌ای می‌رویند. در آفریقا و اروپا گونه‌های این تیره بسیار نادر است.

تیره گزنه در ایران

جنس اورتیکا یا گزنه

در گروه گزنده این تیره سطح برگ و ساقه آنها از کرکهای گزنده پوشیده شده است و در ایران سه گونه دارد. یکی اورتیکا دیوئیکا یا گزنه دوپایه که بیشتر در نقاط مرطوب می‌روید و دارای برگهای ساده و دندانه‌دار است. دیگری اورتیکا کانائینا که دارای برگهایی با پهنک تقسیم شده است. از انواع دیگر گزنه یکی اورتیکا پیلولی فرا است که گل آذین متراکم، کروی و کلافه مانند آن در دو طرف ساقه قرار دارد.

جنس پاریه تاریا

این جنس دارای پنج گونه غیر گزنده است. یکی از آن دو، پاریه تاریا ژودایکا است که مخصوص ارتفاعات و شکاف دیواره‌های سنگی کوههاست و دیگری پاریه تاریا افی سینالیس که مخصوص کف جنگلهای مناطق مرطوب شمالی است.

جنس فورس کاه له آ

این جنس در ایران فقط یک گونه دارد. گلهای آن تک جنس هستند و در پوششی از گریبان کرکدار که شامل ۴ تا ۶ اندام برگی است به تعداد زیاد قرار دارند. گلهای نر دارای یک پرچم و معمولاً در اطراف گریبان قرار دارند. همچنین یک گلپوش برگی شکل دارند که در قسمت پایین لوله مانند است و در بالا تقریباً شامل یک لبه است. گلهای ماده برخلاف گلهای نر در وسط گریبان دو برگی قرار دارند. برگها متناوب و در طرفین دارای دو گوشوارک آزاد هستند. گونه منحصر به فرد این جنس فورس کاه له آ تناسیسیا است و در سواحل خلیج فارس می‌روید.

طایفه های تیره گزنه

• طایفه اورره: دارای کرکهای گزنده و یک جنس به نام اورتیکا است.

• طایفه بوهه مریه: فاقد کرکهای گزنده، در گل ماده گلپوش تقریباً بهم پیوسته و فیبر منطقه پوستی نمو و قطری فوق‌العاده دارد.

• طایفه پاریه تاریه: فاقد کرکهای گزنده، در گلهای ماده گلپوش مجزا، گلهای نر و ماده در کنار برگهای گزنده‌های کروی شکل را تشکیل می‌دهند.

گزنه

برگهای خشک شد؟ گیاه *Urtica dioica* L. از خانواده؟ گزنه (*Urticaceae*) است.

نامهای گیاه:

لاتین: *Urtica dioica* L.

فارسی: گزنه، گزنه دوپایه، گزنه کبیر

عربی: قریص، حریق، انجره

انگلیسی: Stinging nettle, Great nettle, Large nettle, Common nettle

آلمانی: Brennesselkraut, Honfnesselkraut, Haarnesselkraut, Grosse nessel

فرانسه: Herbed'ortie, ortie mechante, Grand ortie, Ortie dioique

ریخت شناسی: گیاهی پایا، دوپایه، علفی، سبز، ایستاده دارای کرکهای گزنده که ارتفاع آن به ۱۲۰-۵۰ سانتیمتر می‌رسد ساق؟ متعدد راست، کمی زاویه‌دار، چهار پهلو و تقریباً ضخیم، ساده و یا خیلی کم منشعب، پوشیده از کرکهای گزنده است. برگها دم‌برگ‌دار، سبز روشن در دو سطح پوشیده از کرک گزنده، گل تک جنس، بسیار ریز، سبز خام و مجتمع در توده‌های کوچک کروی می‌باشد.

اندام داروئی: برگها بخش داروئی این گیاه را تشکیل می‌دهند.

زمان جمع‌آوری: بهترین زمان برداشت و جمع‌آوری برگهای این گیاه از اردیبهشت‌ماه تا شهریورماه می‌باشد.

دامن؟ انتشار: انتشار عمومی گیاه گزنه در نقاط مرطوب ایران، خصوصاً نواحی شمالی، غربی و مرکزی مانند اصفهان، شاهرود، بسطام، کوه کاشان و ارتفاعات ۳۰۰۰ متری است.

مواد متشکله: در برگ گزنه، کلروفیل، کاروتن، گزانتوفیل، لوکوآنتوسیانیدین، فلاون، فلاونول به میزان کمتری از لوکوآنتوسیانیدین در این گیاه است. تری‌ترین‌ها، استرول‌ها شامل بتاسیتوسترول در گیاه موجود است.

اسید فرمیک نیز در برگ گزنه وجود دارد. برگهای تازه گزنه حاوی سکرترین می‌باشد، همین‌طور دارای ۵/۱ درصد کلروفیل خالص است. برگ خشک گزنه ۵/۷٪ کلروفیل دارد. مواد فنی نیز در این گیاه وجود دارد که شامل کافئیک اسید، فرولیک اسید،

سیناپیک اسید، اسکولتین و کافئوئیل مالیک اسید و کلروژنیک اسید می‌باشد. تانن، موسیلاژ و نوعی گلیکوزید با اثر قرمزکنندگی پوست و ماد؟ رنگی به نام اورتیسین (*Urticin*) و همچنین آکالوئید اسکوپولتین (*Scopoletin*) نیز در گزنه موجود است.

تری‌گلیسرید، دی‌گلیسرید و فسفولیپیدهای مختلفی از این گیاه جدا شده است (۱). سیتوکین‌های عمده گزنه شامل زآتین، زآتین نوکلئوتید، ایزوپنتیل آدنین، ایزوپنتیل آدنوزین، ایزوپنتیل آدنین نوکلئوتید و دی‌هیدروزآتین می‌باشد. همچنین ترکیبات ایندولی

همراه با هیستامین و ۵-هیدروکسی‌تریپتامین و اسیدهای از جمله آسکوربیک اسید، سالیسینیک اسید و هورمون‌های گیاهی و اسیدهای آمینه ضروری نیز جز ترکیبات گزنه است. در برگهای تاز؟ گزنه عناصری مانند ازت، گوگرد، فسفر، پتاسیم، منیزیم،

کلسیم و عناصر نادر مانند آهن، روی، مولیبدن و مس موجود است.

خواص درمانی گیاه گزنه: گزنه به صورت خوراکی بعنوان مدر، پائین‌آورنده؟ قند و اسید اوریک و به صورت موضعی در درمان

برخی از بیماریهای پوست و مو از جمله اکزما، بیماریهای التهابی و حتی در درمان ریزش مو، مورد استفاده قرار می‌گیرد. موارد استعمال در پزشکی گذشته: در طب گذشته از گزنه بعنوان مدر، ضد التهاب و مقوی قوه باه مورد استفاده قرار می‌گیرد. به طور سنتی گزنه تصفیه‌کننده خون (blood purifier)، مدر (diuretic)، متوقف‌کننده خونریزی (Styptic) و تونیک محرک در نظر گرفته شده است و برای درمان اسهال دیسانتري و بیماریهای مزمن کولون و بشورات مزمن پوستی به کار رفته است. آثار فارماکولوژیکی: ترکیبات فنلی موجود در گزنه که شامل کافئیک اسید، فرولیک اسید، سیناپیک اسید (Sinapic acid) فیستین (Fisetin) و میرستین می‌باشد. بر روی باکتری‌هائی مثل اشیشیاکلی، پروتئوس ولگاریس، کلبسیلا و پseudomonas اثر دارد و عصاره این گیاه بر روی سالمونلا و پروتئوس مقاوم به آنتی‌بیوتیک مؤثر است. همچنین باعث وقفه در رشد چندین مخمر، کپک و قارچ و باکتری شده است. اثرات ضد قارچی بعضی از ترکیبات موجود در گزنه نیز تأیید شده است. گزنه دارای اثر مدری است و اثر دیورتیک این گیاه با افزایش دفع کلر و اوره همراه است و ثابت شده است مصرف ۱۴ روز این گیاه موجب کاهش وزن بدن و کاهش فشار سیستولیک می‌گردد.

برگ گزنه، منجر به کاهش التهاب می‌گردد. ریشه گزنه پرولیفراسیون سلولی در بافت هایپرپلاستیک خوش خیم پروستات و فعالیت اتصالی گلوبولین متصل شونده به هورمون جنسی را مهار می‌کند. در شرایط *in-vitro* عصاره قلیایی آبی برگ گزنه فعالیت ضد باکتری نشان داده است. این عصاره رشد استافیلوکوک‌ها را در غلظت ۵۰۰ و اسپوروزا را در غلظت ۵/۶۲ کاهش می‌دهد. مقادیر LD₅₀ برای دم‌کردن برگ گزنه و جوشانده برگ گزنه که به صورت داخل وریدی به موش‌ها تزریق گردید به ترتیب ۱.۹۲ g/kg و ۱.۷۲ g/kg بود. LD₅₀ در آزمایشات مزمن در رت‌هائی که به آنها از طریق گاوآژ، دم‌کردن برگ گزنه داده شد برابر با ۱.۳۱ g/kg بود.

ترکیبات شیمیایی

گزنه دارای تانن، لسیتین، اسید فرمیک، نترات پتاسیم و کلسیم است، ترکیبات آهن دارد و دارای ویتامین C و نوعی گلوکوزید است که پوست را قرمز می‌کند. از سرشاخه‌های این گیاه ماده قرمز رنگی به نام اورتی‌سین استخراج می‌شود.

خواص دارویی

- گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می‌کند، حتی در بعضی از موارد موی سر دوباره می‌روید. برای استفاده از این خاصیت ۶ گرم سر شاخه‌ها و برگ‌ها و ریشه گزنه را بنهایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد. شبها مقداری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید.
- برای براق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید. بدین منظور یک قاشق چایخوری برگ گزنه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید بماند. ماساژ دادن با این چای، شوره سر را برطرف می‌کند.
- دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند.
- ادرار را زیاد می‌کند.
- برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید.
- ترشح شیر را در زنان شیرده زیاد می‌کند.
- اختلاط خونی را برطرف می‌کند.
- بیماریهای پوستی را برطرف می‌کند.
- برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید.

• در درمان کم‌خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می‌کند.

• اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می‌کند.

• گزنه عرق آور است.

• پاک‌کننده اخلاط سینه، ریه و معده است.

• نیروی جنسی را تقویت می‌کند.

• گرفتگیهای کبدی را رفع می‌کند.

• برای از بین بردن زگیل، ضمد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید.

• برای پاک کردن مثنه، رفع عفونت مثنه و دفع سنگ از مثنه، برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید.

• برای التیام زخمها و زخمهای سرطانی از ضمد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید.

• برای برطرف کردن کبیر از جوشانده گزنه به مقدار سه فنجان در روز بنوشید.

• درد نفرس را کاهش می‌دهد.

• برای برطرف کردن ناراحتیهای زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید.

• ناراحتیهای کلیه را برطرف می‌کند.

• ضمد آن درد عضلانی را برطرف می‌کند.

• کرم معده و روده را می‌کشد.

• درمان‌کننده بواسیر است.

• برای برطرف کردن درد رماتیسم، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید.

طرز استفاده:

۱۰- دم کرده گزنه: مقدر ۴۰ گرم برگ گزنه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست.

۲۰- جوشانده گزنه: مقدر ۳۰ گرم گزنه را در یک لیتر آب ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه آنرا بجوشانید. این جوشانده برای تصفیه خون مفید است. مقدر مصرف آن یک فنجان بین غذاها در روز است.

۳۰- تنطور گزنه یک قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الکل ۵۰ درجه طبی مخلوط کرده و در داخل شیشه در بسته بریزید و بمدت ۱۵ روز هر روز آنرا تکان دهید بعد از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربسته نگاهداری کنید. مقدر مصرف آن ۱۵- ۱۰ قطره سه بار در روز می‌باشد.

مضرات:

• گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده‌ها و کلیه‌ها مضر باشد بنابراین بهتر است با صمغ عربی و کتیرا خورده شود

• مقدر مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز ممکن است باعث بند آمدن ادرار شود. زنان باردار و کودکان باید از مصرف آن خودداری کنند.

گیاهان گزنه از ریزش موی سر جلوگیری می‌کند

گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و برای براق شدن و جلا دادن به مو می‌توان بعد از شست و شوی سر موها را با چای گزنه ماساژ داد.

این گیاه دستگاه هاضمه را تقویت کرده و برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور می توان یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز استفاده کرد.

این گیاه در برطرف کردن بیماریهای پوستی مفید است و در درمان کم خونی موثر بوده و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می کند. گزنه عرق آور، پاک کننده اخلاط سینه، ریه و معده است و گرفتگی های کبدی را رفع می کند.

این گیاه ناراحتی های کلیه را برطرف کرده و ضماد آن در درمان دردهای عضلانی و از بین بردن زگیل مفید است. همچنین برای برطرف کردن درد رماتیسم، می توان برگهای تازه آن را روی پوست مالید. گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده ها و کلیه ها مضر باشد. عصاره برگ گیاه گزنه در درمان دیابت موثر است

محققان دانشگاه تبریز در یک مطالعه علمی ثابت کردند که عصاره برگ گیاه گزنه در درمان بیماری دیابت موثر است. به نوشته نشریه خبرنامه دانشگاه تبریز، گروهی از محققان دانشکده دارو- سازی این دانشگاه با بررسی تاثیر برگ گیاه گزنه روی حیوانات آزمایشگاهی دریافتند که عصاره برگ این گیاه می تواند میزان قند خون را به صورت قابل توجهی کاهش دهد. در این طرح، با استفاده از داروهایی که لوزالمعده را تخریب می کند به صورت مصنوعی در حیوانات آزمایشگاهی، دیابت ایجاد و با بررسی عصاره برگ گیاه گزنه در آنها، تاثیر مثبت عصاره این گیاه مشخص تر شد. محققان تبریزی همچنین دریافتند، برخلاف تصور همگان استفاده از گیاه گزنه در افرادی که دیابت ندارند هیچ گونه اثری بر روی میزان قند خون ندارد.

دانشگاه تبریز با بیش از نیم قرن سابقه و داشتن ؟؟؟؟ نفر عضو هیات علمی و ؟؟؟؟ هزار و ؟؟؟؟ نفر دانشجو پس از دانشگاه تهران بزرگترین و مهمترین مرکز علمی و تحقیقاتی کشور به شمار می رود. این دانشگاه به دلیل توانمندی های بالای علمی و پژوهشی در شش رشته و گرایش علمی و تخصصی به عنوان قطب در سطح کشور فعالیت دارد.

نحوه مصرف

برای درمان التهاب جزئی مجرای ادرار و پیشگیری از درمان سنگهای کلیه می توان از گزنه دوپا و فرآورده های دارویی تهیه شده از برگ آن استفاده می کرد. گزنه را اگر توأم با آب کافی مصرف کنید نقش یک داروی پیشابزا را بازی می کند. اگر در اثر پروستات بزرگ شده با مشکل ادراری مواجه هستید، فرآورده دارویی تهیه شده از ریشه گزنه می تواند در این زمینه مفید واقع شود.

برای درمان التهاب جزئی مجرای ادرار و انواع سنگهای کلیه به میزان ۸ تا ۱۲ گرم چای برگ این گیاه را توأم با آب زیاد (روزانه حداقل دو لیتر) می کنید. برای درمان پروستات بزرگ شده از تنتور ریشه به مقدار روزانه ۴ تا ۶ گرم استفاده کنید. قبل از مصرف ریشه گزنه دو پایه برای درمان BPH با پزشک معالج خود مشورت کنید.

نکات احتیاطی

گزنه دو پایه اگر طبق دستورالعمل مربوط مصرف شود، گیاه دارویی بی خطری است. اما در صورت ضرورت جابجایی این گیاه همیشه دقت کنید. اگر این گیاه با پوست شما تماس گیرد، ممکن است کهیر پیدا کنید که سبب سورش پوست بدن شما خواهد شد. اما اگر از ریشه گزنه دو پایه استفاده می کنید، ممکن است با پاره ای عوارض جانبی نظیر ناراحتی معده ای - روده ای خفیف، مایعات اضافی یا دفع کم ادرار مواجه شوید.

اگر باردار هستید، از مصرف هر نوع فرآورده حاصل از گزنه اجتناب ورزید. اگر شیر می دهید از مصرف این گیاه پرهیزید. گزنه

دوپایه همچنین می تواند سیکل دوره قاعدگی را تغییر دهد. همواره سؤالات و نگرانیهای خود را در این باره با پزشک معالج خود در میان بگذارید.

تداخل های احتمالی

اگر داروی ضد افسردگی سیستم عصبی مرکزی یا داروهای ضد دیابت، میزان قند خون بالا یا قند خون پایین مصرف می کنید، از مصرف میزان بالای گزنه دوپایه اجتناب ورزید.

منابع :

گزنه <http://aftab.ir>

تیره گزنه <http://daneshnameh.roshd.ir>

گیاهان گزنه از ریزش موی سر جلوگیری می کند <http://aftab.ir>

گزنه (انجره) <http://www.parsiteb.com>

گزنه <http://www.money58.netfirms.com> Nettle

گزنه <http://www.roham.ws>

گزنه <http://www.irteb.com> Nettle

گزنه «داروئی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

اسطوخودوس ، گیاهی جادویی

اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگ های متقابل باریک دراز سبز رنگ و پوشیده از کرک های سفید پنبه ای گل های آن به رنگ بنفش و به صورت سنبله می باشد

اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا به حالت خودرو می روید مخصوصاً در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدار زیاد وجود دارد و بسته به شرایط محیط و خاک به انواع مختلفه ظاهر می شود. اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگ های متقابل باریک دراز سبز رنگ و پوشیده از کرک های سفید پنبه ای گل های آن به رنگ بنفش و به صورت سنبله می باشد قسمت مورد استفاده این گیاه گل ها و سرشاخه های گل دار آن است اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی دارد طعم آن تلخ است و به علت بوی مطبوع آن در عطرسازی مصرف می شود اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه های گل دار این گیاه به دست می آید مایعی است زرد رنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است.

گیاه اسطوخودوس یکی از معروفترین گیاهان طب سنتی است. نام لاتین و نام علمی انواع بسیاری از این گیاه به احتمال زیاد از واژه لاتین به معنای «شستن» گرفته شده است. یونانیان باستان، رومیان و مسلمانان، اسطوخودوس را از بوی معطر آن بخوبی می شناخته اند. این گیاه از اوایل قرن دوازدهم به عنوان یک گیاه آرایشی و جوشاندنی، مورد استفاده عموم قرار می گرفته است. کشت این گیاه در انگلستان بعد از اواسط قرن شانزدهم متداول شده است. گل های اسطوخودوس حاوی روغن فراری است که برای رفع سرگیجه، ضعف و دوران سر از بخور آن استفاده می شود و یا در آب رقیق می گردد و بر روی شقیقه یا گیجگاه مالیده می شود .

گیاه همچنین آرامش دهنده و مسکن درد است و هنگام سردردهای عصبی و تنش مصرف می شود. کسانی که بیماران خود را با مواد گیاهی مداوا می کنند، برای رفع بی خوابی، روغن اسطوخودوس را تجویز می نمایند. روغن اسطوخودوس همچنین یک ضد میکروب قوی می باشد و باکتری های حامل بیماری دیفتری و تیفوس را از بین می برد. لوسیون ضد میکروب گیاه را روی زخم ها و

بریدگی‌ها می‌مانند؛ در واقع تا زمان جنگ جهانی اول، برای پیشگیری از عفونی شدن زخمها، از این لوسیون استفاده می‌شده است.

اسطوخودوس را به هنگام سوختگی و به خصوص سوختگی با آب‌جوش تجویز می‌کنند. اگر خود گیاه را به طور مستقیم بر روی سوختگی قرار داده شود، پوست تاول نمی‌زند. هم گل‌ها و هم روغن گیاه، دافع حشرات موذی هستند. اروپاییان گل‌های اسطوخودوس را در کیسه‌هایی می‌ریخته و در میان لباس‌ها و ملحفه‌ها در کمد لباس قرار می‌داده‌اند تا هم از بیدزدگی آنها جلوگیری شود و هم خشبو شوند. اگر روغن آن را روی پوست بمالید، پشه به انسان نزدیک نمی‌شود. زیستگاه طبیعی:

اسطوخودوس گیاه بومی حوزه مدیترانه می‌باشد و در سرتاسر جنوب قاره اروپا پراکنده است؛ البته در جنوب آمریکا زیر کشت آن را متداول کرده‌اند. اسطوخودوس در خاک‌های مخلوط با شن و ماسه که بخوبی آبیاری بشوند و محل نیز آفتابگیر باشد، رشد می‌نماید در جنوب فرانسه و بریتانیا این گیاه را به صورت انبوه کشت می‌کنند. همچنین در باغچه منزل هم می‌توان اسطوخودوس را به شکل یک گیاه تزینینی کاشت و از محاسن آن بهره برد.

مشخصات ظاهری:

اسطوخودوس از گیاهان بادوام بوته‌ای و معطر است. طول ساقه‌های کوتاه آن حداکثر به هشتاد سانتی‌متر می‌رسد. روی برگ‌های باریک سبز خاکستری یا سبز نقره‌ای این گیاه را کرک‌های نرمی پوشانیده است. از اواسط تابستان تا اوایل پاییز شش تا ده حلقه گل قفایی یا بنفش رنگ در یک سنبله در انتهای هر یک از ساقه‌های بلند گیاه ظاهر می‌شوند.

ترکیبات شیمیایی

اسانس اسطوخودوس دارای حدود ۴۰ درصد استات لینالیل است همچنین در آن ترکیباتی نظیر اسید بوتیریک، اسید پروپیونیک و اسید والریک، لینالول آزاد و ژرامبول وجود دارد.

خصوصیات گیاهی:

گونه‌های مختلف اسطوخودوس گیاهانی خشبی چند ساله هستند. تا کنون حدود ۴۸ گونه از اسطوخودوس شناسایی شده است. اسطوخودوس فرانسوی (با گونه‌های اسپیکا، افسینالیس و ورا هم نام است) گیاهی است مدیترانه‌ای که منشأ آن جنوب اروپا گزارش شده است و در جنوب ایتالیا، جنوب فرانسه و اسپانیا در خاکهای سبک شنی و در ارتفاعات ۱۷۰۰ متری از سطح دریا به طور خودرو می‌روید. ارتفاع این گیاه متفاوت و بین ۴۰ تا ۶۰ سانتی‌متر است. شکل ظاهری آن در گیاه چند ساله شبیه نیمکره ای است که قطر آن به ۸۰ تا ۱۲۰ سانتی‌متر می‌رسد. برگها به رنگ سبز تیره، نیزه‌ای شکل و به طور متقابل روی ساقه قرار می‌گیرد. طول این برگها سه تا پنج و عرض آن ۲/۰ تا ۵/۰ سانتی‌متر است. برگها پوشیده از کرک و حفره‌های حاوی اسانس است. گلها به صورت خوشه‌های مجتمع در انتهای ساقه‌های گلدهنده قرار می‌گیرند. ساقه‌های گل‌دهنده اسطوخودوس فرانسوی، غیر منشعب و ارتفاع آنها ۲۰ تا ۴۰ سانتی‌متر است. گلها به رنگ آبی متمایل به بنفش هستند و ریشه اصلی این گیاه طویل و چوبی است و از انشعابهای مترکم و فراوانی برخوردار است. این ریشه قادر به جذب رطوبت از اعماق چهار متری زمین است. میوه اسطوخودوس فندقه و تخم مرغی شکل بوده و طول آن ۸/۱ تا ۲/۲ میلی‌متر و رنگ آن قهوه‌ای تیره و براق است. وزن هزار دانه نیز ۸۵/۰ تا ۱/۱ گرم است.

قسمت دارویی:

گل‌های اسطوخودوس و پیکر رویشی آن (برگها و سرشاخه‌های جوان) حاوی مواد موثره دارویی می‌باشند.

مواد موثر:

گله‌ها و پیکر رویشی اسطوخودوس فرانسوی حاوی اسانس است. این اسانس در حفره‌های مخصوص ساخته و ذخیره می‌شود. اسانس گله‌های این گیاه در مقایسه با اسانس برگ‌ها و پیکر رویشی از کیفیت مناسب تری برخوردارند. مقدار اسانس بین ۵/۰ تا ۵/۱ درصد بوده و مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده آن لینالیل استات، لینالیل، کامفور و گرانیول می‌باشد. خواص دارویی:

اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.

(? برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یک ربع ساعت در آن دراز بکشید.

(? گرفتگی‌ها را باز می‌کند.

(? مقوی معده است.

(? ادرار آور می‌باشد.

(? معرق است و تب را پائین می‌آورد.

(? صفرا بر بوده و کبد را به کار می‌اندازد و بیماری‌های کبدی را برطرف می‌کند.

(? ضد تشنج است.

(? برای تقویت عمومی بدن خوب است

(? کرم‌های معده و روده را از بین می‌برد

(?? بیماری‌های سینه و سرفه را برطرف می‌کند.

(?? در معالجه زکام مؤثر است

(?? از آن می‌توان به‌عنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد.

(?? برای رفع بیماری‌های مجاری و ادرار مفید است.

(?? برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ۳ گرم از پودر آن را با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید.

(?? برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم کرده اسطوخودوس استفاده کنید.

(?? برای رفع بی‌خوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آن را داخل بالش خود قرار دهید خواب

مطبوعی برای شما می‌آورد.

(?? برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم کرده اسطوخودوس بنوشید.

(?? اگر دست و پای شما خواب می‌رود از این گیاه استفاده کنید.

(?? برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم کرده اسطوخودوس بنوشید.

(?? زردی را برطرف می‌کند.

(?? برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است.

(?? سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می‌کند.

(?? برای معالجه ضعف اعصاب مفید است.

(?? طپش قلب را از بین می‌برد.

(?? آسم را برطرف می‌کند.

(?? برای رفع ترشحات زنانه می‌توانید از این گیاه استفاده کنید.

(?? برای برطرف کردن سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم گرم ریخته و یا یک فنجان از دم کرده آن را بنوشید.

(?? اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم آرتروز و نقرس است برای این منظور کمپرس آن را بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ? قطره روغن آن را با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید.

(?? زخم‌های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده‌اید برطرف کنید.

(?? برای درمان بیماری‌های ریوی ? تا ? قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید.

(?? مالیدن پماد اسطوخودوس زخم‌ها را ضد عفونی کرده و التیام می‌بخشد.

(?? برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می‌کند.

(?? برای رفع بی‌خوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل‌الطیب مخلوط کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ?? دقیقه دم کنید. این دم کرده را یک ساعت قبل از رفتن در تخت‌خواب میل کنید تا بی‌خوابی شما برطرف شود.

مواد و عناصر غذایی :

اگر چه اسطوخودوس در زمین‌های فقیر می‌روید ولی در سطوح وسیع کشت باید از زمینهای غنی و حاصلخیز استفاده شود. از آنجائیکه این گیاه ۱۵ تا ۲۰ سال در یک مکان باقی می‌ماند، از این رو تمام نیازهای غذایی آن در این مدت باید توسط خاکی که در آن کشت می‌شود تأمین گردد. تحقیقات نشان می‌دهد برای تولید هر یکصد کیلوگرم گل، گیاهان ۸/۰ کیلوگرم ازت، ۲/۰ کیلوگرم اکسید فسفر و ۸/۰ کیلوگرم اکسید پتاس از خاک جذب می‌کنند. کودهای کاملاً پوسیده حیوانی نقش عمده‌ای در افزایش عملکرد دارد. از این رو توصیه می‌شود فصل پاییز هنگام آماده ساختن زمین، ۳۵ تا ۵۰ تن در هکتار کودهای حیوانی کاملاً پوسیده به زمین اضافه شود. همچنین در فصل پاییز باید ۷۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر و ۱۰۰ تا ۱۲۰ کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به عنوان مقادیر پایه به خاک اضافه شود.

در سال اول رویش و در اواخر بهار نیز ۷۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار ازت باید به صورت سرک در اختیار گیاهان قرار گیرد. با توجه به طولانی بودن دوره رویش اسطوخودوس توصیه می‌شود در طول رویش این گیاه، خاک مورد تجزیه قرار گیرد و با توجه به وضعیت خاک از نظر موتد و عناصر ضروری اقدام به کوددهی زمین نمود.

سازگاری :

اسطوخودوس از گیاهان مناطق خشک و نیمه خشک است. در طول رویش به تابش نور فراوان و هوای گرم و رطوبت کم نیاز دارد. چنانچه این گیاه در چنین شرایطی رشد کند عملکرد گل، مقدار اسانس و همچنین کیفیت آن افزایش می‌یابد. تحقیقات نشان می‌دهد که مقدار و کیفیت اسانس با نور رابطه مستقیم دارد به طوری که چنانچه اسطوخودوس در مناطقی که دارای نور کافی نباشد کشت شود، نه تنها از مقدار اسانس گلها کاسته شود بلکه ترکیبات استری (لینالیل استات) آن نیز کاهش می‌یابد و گیاهانی که در سایه کشت می‌شوند در مقایسه با گیاهان کشت شده در آفتاب، اسانس و ترکیبات استری آنها به ترتیب ۵۵ تا ۴۱ درصد کاهش نشان می‌دهد. اسطوخودوس فرانسوی در هر نوع خاکی قادر به رویش است. ولی خاکهای سبک حاوی ترکیبات کلسیم و غنی از مواد و عناصر غذایی خاکهای مناسبی برای تولید انبوه این گیاه است. خاکهای سنگین که تهویه هوا در آنجا به سختی انجام می‌گیرد و همچنین سبب آب ایستایی می‌شوند برای کشت این گیاه مناسب نیستند.

آماده سازی خاک :

پس از افزون کودهای حیوانی به زمین می بایست با شخم مناسبی این کودها را به عمق ۳۵ تا ۴۰ سانتی متر زمین منتقل کرده که البته ۵/۱ تا ۲ ماه قبل از کشت نیز باید اقدام به افزون کودهای شیمیایی مورد نیاز گیاه (مانند قسقر و پتاس) به خاک کرده و با شخم متوسطی آنها را به عمق ۱۸ تا ۲۰ سانتی متری زمین منتقل نمود. اواخر زمستان پس از شکستن سله ها، جمع آوری سنگها و قلوه سنگها و تسطیح، زمین برای کاشت کاملاً آماده می شود.

کاشت :

کاشت اسطوخودوس توسط بذر و از طریق رویشی امکان پذیر است. کاشت توسط بذر به روش غیر مستقیم انجام می گیرد و فصل پاییز (آذر) یا اوایل بهار (نیمه دوم اسفند) زمان مناسبی برای کشت بذر در خزانه هوای آزاد است. در این صورت فاصله مناسب ردیفهای کاشت از یکدیگر در سطح وسیع خزانه ۳۵ تا ۴۰ سانتی متر و در سطح کوچک خزانه نیز ۱۵ تا ۲۹ سانتی متر می باشد. اگر بذرها در فصل پاییز کشت شوند عمق مناسب کاشت بذر ۵/۰ تا ۱ سانتی متر و اگر در فصل بهار کشت شوند ۱ تا ۵/۱ سانتی متر می باشد. برای هر هکتار زمین به ۷ تا ۹ کیلوگرم بذر (با کیفیت مطلوب) نیاز است. اواخر شهریور تا اوایل مهر ماه سال بعد زمان های مناسبی برای انتقال نشاء ها به زمین اصلی است و در مدت زمان مذکور ارتفاع گیاهان در خزانه به ۱۸ تا ۲۰ سانتی متر می رسد. هنگام انتقال نشاءها به زمین اصلی ساقه آنها را باید از فاصله ۸ تا ۱۰ سانتی متری سطح زمین هرس کرد. این عمل سبب تولید شاخه های متعدد می شود. توصیه می شود در هنگام انتقال نشاء به زمین اصلی، نشاءها از فاصله پنج سانتی متری بالای یقه در خاک کشت شوند در ضمن برای هر هکتار زمین به ۲۰ هزار بوته نیاز است.

تکثیر رویشی :

تکثیر رویشی اسطوخودوس فرانسوی از طریق ریشه دار کردن ساقه های سبز و جوان یا ساقه های خشبی و انتقال آنها به زمین اصلی می باشد. اوایل شهریور از پایه های مادری یک ساله ساقه های سبز و از پایه های مادری چهار تا پنج ساله ساقه های خشبی به طول ۱۲ تا ۲۰ سانتی متر جدا کرده سپس اقدام به کاشت آنها در خزانه (اعم از خزانه هوای آزاد یا زیر پلاستیک) می نمایند. این قلمه ها در عمق ۴ تا ۵ سانتی متری و در ردیفهایی به فاصله ۶ تا ۱۰ سانتی متر و فاصله دو قلمه از یکدیگر ۲ تا ۳ سانتی متر کشت می شوند. در هر متر مربع از سطح خزانه ۶۰۰ تا ۸۰۰ قلمه کشت کرد. ایجاد سایبان روی قلمه ها سبب تسریع در ریشه دار شدن آنها می شود. بهار (اردیبهشت) یا پاییز سال بعد زمان مناسبی است برای انتقال قلمه های ریشه دار شده به زمین اصلی بوته ها در ردیفهایی به فاصله ۱۰۰ سانتی متر (فاصله دو بوته در طول ردیف ۵۰ تا ۸۰ سانتی متر) در زمین اصلی کشت می شوند.

مراقبت و نگهداری :

رشد اولیه اسطوخودوس در سال اول رویش بسیار کند است و علفهای هرز می توانند بدون رقابت و به سرعت توسعه یابند. از این رو کنترل علفهای هرز قبل از کاشت و تهیه بستر فاقد علف هرز ضرورت دارد. در سال اول رویش به منظور تولید شاخه های متعدد، باید قسمت هوایی گیاهان را به طول ۸ تا ۱۰ سانتی متر هرس کرد. این هرس نه تنها مانع رشد نامناسب طول ساقه می شود بلکه با تولید شاخه های متعدد سبب پریش شدن بوته ها می شود. سال دوم رویش نیز عمل هرس اندام هوایی را از قسنت ۱۵ تا ۱۸ سانتی متر باید تکرار کرد. در سطوح وسیع کشت، عمل هرس با دست امکان پذیر نیست و باید با ماشینهای مخصوص هرس انجام گیرد. هرس گیاهانی در سال دوم رویش سبب می شود تا ساقه های گل دهنده از طول یکسانی برخوردار شوند. از سال سوم نیازی به هرس نیست زیرا گیاهان به شکل ثابت خود که نیمکره است می رسند. اواخر سال اول رویش نیز زمان مناسبی برای واکاری و جایگزینی کردن بوته های خشک شده است. وجین علفهای هرز در طول رویش گیاهان ضروری است. از آنجائیکه چند سال پس از کشت، خاک بین ردیفها متراکم شده و عمل تهویه هوا به سختی انجام می گیرد. لذا هر چهار تا شش سال باید

خاک بین ردیفها را تا عمق ۴۰ تا ۶۰ سانتی متری برگردان کرد .

برداشت :

گل‌های اسطوخودوس از اواخر بهار پدیدار شده و گل‌های باز شده از بیشترین مقدار اسانس برخوردارند . از آنجایی که گیاهان معمولاً هفت تا هشت روز در مرحله گلدهی هستند ، در سطوح وسیع کشت امکان برداشت آنها در این مدت کوتاه وجود ندارد . به همین خاطر از بدو باز شدن گلها می بایست آنها را برداشت کرد . هنگام برداشت گلها ، ساقه ها از نیمه قطع شوند سبب ناهماهنگی در نمو گلها در سالهای بعد می شوند و برداشت گلها ، آنها را در کیسه های بزرگ ریخته و بلافاصله جهت استخراج اسانس ، گلها را به کارخانه های مربوط منتقل می کنند . مقدار عملکرد گل متفاوت است و به نوع گیاه و شرایط اقلیمی محل رویش گیاه بستگی دارد . عملکرد گل تازه در سال اول رویش ۴/۰ تا ۷/۰ تن در هکتار ، در سال دوم ۵/۱ تا ۲ تن در هکتار ، در سال سوم ۳ تا ۵/۳ تن در هکتار و از سال چهارم به بعد ۵/۳ تا ۴ تن در هکتار می باشد . معمولاً از هر ۸ تا ۱۰ کیلوگرم تازه یک کیلوگرم گل خشک به دست می آید . مقدار اسانس نیز متفاوت است به طوری که در سال دوم رویش سه تا شش کیلوگرم ، سال سوم ۸ تا ۱۶ کیلوگرم ، سال چهارم ۱۵ تا ۲۰ کیلوگرم و در سالهای بعد ۲۰ تا ۲۶ کیلوگرم اسانس از هر هکتار زمین استحصال می شود .

طرز استفاده:

(?دم کرده اسطوخودوس: حدود ? گرم سرشاخه گل دار و یا گل این گیاه را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ?? دقیقه دم کنید. مقدار مصرف این دم کرده ?-? فنجان در روز است

(?کمپرس اسطوخودوس ?? گرم گل و یا سرشاخه گل دار این گیاه را با یک لیتر آبجوش مخلوط کرده و به مدت ?? دقیقه دم کنید

(?اسانس و روغن اسطوخودوس را می توانید از فروشگاه های گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها تهیه کنید برای مصرف یک قطره از آن را با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و برای ماساژ استفاده کنید و یا یک قطره آن را روی یک حبه قند و یا یک قاشق عسل مخلوط کرده بخورید

مضرات

اسطوخودوس گیاهی است بی ضرر که همه می توانند از آن استفاده کنند فقط برای اشخاص صفاوی مزاج خوب نست و باعث آشفته گی می شود این گونه اشخاص باید آن را با سکنجین یا کتیرا بخورند

منابع :

اسطوخودوس «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

اسطوخودوس (لاواندر) <http://aftab.ir> Lavander

اسطوخودوس (لاواندر) <http://www.irteb.com> Lavander

اسطوخودوس <http://www.balashahr.com>

فواید گیاه «اسطوخودوس» <http://www.ashpazonline.com>

اسطوخودوس <http://www.sabziran.ir>

مامیران کبیر

دانه های آن سیاه رنگ هستند. اندام دارویی مامیران قسمت هوایی گیاه است که در هنگام گل دادن جمع آوری می شوند. از

مامیران به صورت خوراکی به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعیف) و مدر و به صورت موضعی در درمان زگیل استفاده می‌شود. در طب گذشته از تمام قسمت های گیاه مامیران به ویژه شیرابه و ریشه آن در درمان ناراحتی های پوستی به ویژه برص، درد دندان و نیز به عنوان صفراآور استفاده می‌کردند. این گیاه سمی است و مقدار زیاد آن در مصارف داخلی ممکن است حتی موجب مرگ شود. مصرف این گیاه در دوران بارداری ممنوع است. سرشاخه هوایی مامیران دارای /?/?- درصد آلکالوئید با بیش از /?/? آلکالوئید است. این گیاه در زمین های بایر به صورت خودرو رشد می‌کند و به صورت وسیعی در اروپا و آسیای شمالی و مرکزی می‌روید.

اندام دارویی مامیران قسمت هوایی گیاه است که در هنگام گل دادن جمع آوری می‌شوند. از مامیران به صورت خوراکی به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعیف) و مدر و به صورت موضعی در درمان زگیل استفاده می‌شود. در طب گذشته از تمام قسمت های گیاه مامیران به ویژه شیرابه و ریشه آن در درمان ناراحتی های پوستی به ویژه برص، درد دندان و نیز به عنوان صفراآور استفاده می‌کردند. این گیاه سمی است و مقدار زیاد آن در مصارف داخلی ممکن است حتی موجب مرگ شود. مصرف این گیاه در دوران بارداری ممنوع است. سرشاخه هوایی مامیران دارای /?/?- درصد آلکالوئید با بیش از /?/? آلکالوئید است. ترکیبات شیمیایی:

این گیاه سمی است و استفاده زیاد از آن باعث تشنج می‌شود.

مامیران کبیر دارای آلکالوئید های مختلفی مانند چلیدونین، هیموچلیدونین، کلریتین، پروتوپین، آلیکری توپین، هربرین و اسپارتین می‌باشد. در مامیران کبیر همچنین نمک های کلسیم، منیزیوم و آلمنیوم، مواد رزینی و موسیلاژ موجود است. خواص دارویی:

تمام قسمت های این گیاه و شیره آن مصرف دارویی دارند البته ریشه آن قوی تر از بقیه قسمت های آن است

۱) جوشانده و یا دم کرده مامیران برای درمان سرطان معده بکار می‌رود

۲) در معالجه آسم اثر مفید درد

۳) تشنج را برطرف می‌کند

۴) فشار خون را پائین می‌آورد

۵) ادرار آور و ملین است

۶) درمان کننده تصلب شرایین است

۷) دردهای سرطانی را ساکت می‌کند

۸) برای معالجه آنژین دپواترین از آن استفاده می‌کنند

۹) برای درمان آب آوردن بدن مفید است

۱۰) سنگ کلیه را خرد کرده و دفع می‌کند

۱۱) برای معالجه نقرس مفید است

۱۲) داروی خوبی برای برطرف کردن بیماریهای کبدی است

۱۳) برای درمان زخم های چرکین، ریشه له شده مامیران را مانند ضماد روی اینگونه زخم ها بگذارید

۱۴) شیره مامیران داروی موثری برای از بین بردن زگیل و یا میخچه است. این شیره را با گلیسرین به نسبت مساوی مخلوط

دیگر خواص این گیاه:

مامیران یا "مامیزان کبیر" گیاهی دارویی از تیره "خشخاش Papaveraceae" است که نام علمی آن "Chelidonium"

Majus می باشد. مامیران "، گیاه پرستو " میز نامیده میشود. مامیران، دارای خاصیت درمانی به شرح زیر می باشد:

اختلالات قلبی و عروقی

جوشانده ریشه مامیران، تصلب شرائین و فشار خون را درمان نموده و از بروز سکته قلبی جلوگیری می نماید.

اختلالات عصبی

جوشانده ریشه مامیران، تسکین دهنده دردهای عصبی، خواب آور و آرام بخش است.

اختلالات پوستی

عصاره مامیران، زخمها، زوائد گوشتی و زگیل و دیگر اختلالات پوستی را برطرف می سازد.

اختلالات کلیوی

جوشانده مامیران، محرک کلیه، فزونی دهنده حجم ادرار، دفع کننده سموم بدن و درمان کننده عفونتهای کلیه و مثانه و مجاری ادرار است.

اختلالات چشمی

شست و شوی چشم با عرق مامیران، درد و ورم و عفونتهای چشم را التیام میبخشد

خلاصه آنکه مامیران، گیاهی مدر و مخدر و درمان کننده اختلالات قلبی و عروقی، عصبیریالپ. ستی کلیوی و چشمی است. مامیران

تصفیه کننده خون درمان کننده عفونتهای سفیلیسی، تنگی نفس، آسم و بواسیر است

باید دانست که مصرف مامیران، بدون تجویز پزشک ممنوع است.

طرز استفاده:

جوشانده :

مقدر ۲۰ گرم برگ خشک و یا ریشه مامیران را در یک لیتر آب حل کنید . مقدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است .

دم کرده مامیران :

۳۰ گرم برگ خشک مامیران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه دم بکشد . سپس صاف کرده و

مصرف کنید .

تنطور مامیران :

این تنطور را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید و یا اینکه مقدر ۱۰۰ گرم برگ

خشک یا ریشه مامیران را در ۵۰۰ گرم الکل سفید خیس کرده بگذارید برای مدت دو هفته بماند . البته هر روز آنرا تکان دهید

پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگاهداری کنید . مقدر مصرف آن ۱۰-۱۵ قطره سه بار در روز است .

شیره مامیران :

برای استفاده از شیره مامیران آنرا با عسل مخلوط کرده و استفاده کنید .

مضرات :

همانطور که گفته شد مصرف زیاد مامیران کبیر تولید مسمومیت می کند و حتی استفاده زیاد آن

بصورت له شده روی رخم ها نیز همین خطر را دارد زیرا از راه پوست جذب بدن می شود .

بنابراین باید مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.

پرورش گیاه

پرورش این گیاه از طریق دانه صورت می گیرد و زمین زراعتی باید سایه دار و نسبتاً مرطوب، ماسه ای و نرم با خاک پوسیده باشد.

بذر آنرا در گلخانه در اوایل اسفند و یا مستقیماً در زمین شخم خورده در ردیفهایی به عرض ۵۰ سانتی متر در طول فروردین ماه می کارند میزان بذر مورد نیاز گلخانه هر هکتار ۲۰۰ گرم و میزان آن در زمین اصلی ۲ کیلو گرم د هکتار می باشد.

ماههای اردیبهشت و خرداد نهالها را در کرت‌های ۲۰*۵۰ سانتی متر نشاء می کنند. جهت تقویت زمین مقدار ۱۵۰ تا ۷۵ کیلو گرم کود ازت خالص (نترات آمونیوم و کلسیم سیانید) در هر هکتار اضافه می کنند. برای مبارزه با علفهای هرز یک تا دوبار چنگک با دیسک ماشینی زده می شود.

برداشت

قسمت هوایی گیاه را در فروردین تا شهریور و ریشه ها را از مهر تا آبان یا اسفند تا فروردین قبل از جوانه زدن محصول برداری می کنند (از دومین سال کشت چین اول گیاه را در ماه اسفند و فروردین و چین دوم آنرا در شهریور یا مهر با علف چین و ریشه ها را در مهر و آبان و اسفند و یا فروردین برداشت می نمایند). پس از برداشت محصول و تمیز کردن آن قسمت هوایی را در حرارت ۵۰ تا ۶۰ درجه سانتی گراد و ریشه را در حرارت ۶۰ تا ۸۰ درجه سانتی گراد خشک می نمایند. با شرایط فوق الذکر بازدهی هر هکتار ۶/۳ تن محصول خشک به صورت گیاه کامل و ۸/۲ تن ریشه است.

دامنه انتشار

نواحی شمال ایران مانند گیلان: اطراف رشت، رودبار، عمارلو (کبوتر چاک و زرد چین)، گرگان: بندر گز، مازندران.

منابع:

مامیران <http://aftab.ir>

مامیران <http://www.farstak.com> Greater celandine

مامیران کبیر <http://www.golestantalk.com> Greater celandine

گیاه مامیران <http://daneshnameh.roshd.ir>

مامیران <http://www.aghlam.com> Greater celandine

خواص دارویی مامیران <http://www.mprn.ir>

گل راعی و خواص دارویی آن

گفته می شود که گیاه گل راعی نام انگلیسی خود را از نام شوالیه های سنت جان گرفته است که از آن در میادین جنگ های صلیبی برای مداوای زخم استفاده می کردند. این باور وجود داشت که این گیاه دافع ارواح خبیث است و به همین دلیل دیوانگان را وادار به خوردن دمکرده آن می کردند. به دلیل رنگ زرد آن را موافق مزاج صفراوی می دانستند و برای درمان یرقان و هیستری به کار می بردند.

این گیاه علاوه بر این که از نظر خواص دارویی بسیار غنی است، سرشاخه های گل دار آن نیز دارای اسانس نافذی است.

نام علمی: *Hypericum perforatum*

نام انگلیسی: St Johns Wort

نام فارسی: علف چای، گل راعی، هوفاریقون، گل شهنواز

ریخت شناسی گیاه:

گیاهی است پایا، فاقد کرک، پایه چوبی، با ساقه ایستاده، در پایین چوبی، ارتفاع گیاه بسته به شرایط محیطی تعیین می شود. برگهای تخم مرغی، دراز، پهن، در سطح زیرین کم رنگ، شامل نقاط شفاف سوراخ مانند با حاشیه ای سیاه و به تعداد فراوان که در واقع کیسه

هایترشچی مملو از اسانس هستند.

گل‌ها به رنگ زرد درخشان، نسبتاً بزرگ و مجتمع در گل آذین وسیع پانیکولی، دارای پنج گلبرگ می‌باشد. در گلبرگ‌ها نقاط ریز یا خطوط تیره که عبارتند از غده‌های ترشچی محتوی شیره قرمز مایل به قهوه‌ای دیده می‌شود. میوه به صورت کپسول به ابعاد ۱-۵ میلی‌متر و ریشه به طول ۷۰ سانتی‌متر می‌باشد. (۱)

محل رویش:

این گیاه در نقاط خشک، مرغزارها و مراتع آفتاب‌گیر می‌روید. در بریتانیا به وفور به خصوص بر روی خاک‌های آهکی می‌روید. گل‌راعی اگر چه در زمین‌های بلیرو حاشیه جاده‌ها می‌روید ولی علف هرز اختصاصی مزارع چایی است. ایران: این گیاه در نواحی مختلف البرز، کرج، راه چالوس، شمال ایران، گیلان، لاهیجان، طالش، خراسان، مغرب ایران، بروجرد، کوه الوند و نهاوند می‌روید. (۲)

زمان گلدهی:

اواخر اردیبهشت تا اواخر مهرماه

زمان برداشت سرشاخه‌ها: خرداد تا تیرماه

قسمت مورد استفاده:

سرشاخه‌های گلدار تازه یا خشک شده گیاه

سرشاخه‌ها را باید در زمان گلدهی از گیاه چید. در این هنگام طعم آن تلخ، کمی قابض و به طور ملایم شور است. اگر در بین انگلستان فشرده و له شود، بوی معطر و رزینی از آن استشمام می‌شود. برای منظورهای درمانی گل را باید زمانی از گیاه جدا کرد که در حال طراوت یعنی قبل از پلاسیده شدن باشند. (۱)

ترکیب‌های شیمیایی:

دارای اسانس روغنی فرار و در حدود ۰.۷-۰.۵ درصد از یک نوع گلوکوزید بنام هایپیرین و یک ماده قرمز بنام هایپرسین بخصوص در بذران مشخص شده بعلاوه مقدار قابل ملاحظه‌ای از یک نوع تانن شبیه به تانن چای در برگ‌های آن وجود دارد در برگ‌ها در حدود ۰.۲ روتین وجود دارد. در گل‌ها ۹۵ روتین و ۰.۱ کوئرستین وجود دارد مقدار تانن در ساقه‌های جوان گیاه ۸/۳ درصد، در برگ‌ها ۴/۱۲ درصد و در گل‌ها ۱۶ درصد می‌باشد اثر

فیزیولوژیکی گیاه مربوط به وجود اسانس، هایپرسین، کولین، تانن، و نیکوتینیک اسید می‌باشد. (۱۰)

گونه‌های دیگر این تیره: ۱. *Hypericum androsaemum*

دارای اثر درمانی مسهل است و در بیماری‌های کلیه و مثانه استفاده می‌شود. ۲. *Hypericum lanceolatum*

به عنوان یک گیاه دارویی التیام‌دهنده با اثر مقوی استفاده می‌شود. از پوست ساقه این گیاه نوعی گم‌رزین به رنگ زرد مایل به سبز به دست می‌آید. این ماده با نام *Baumedea fleursjaunes* و با بویی نامطبوع می‌باشد.

۳. *Vismia guianensis*

درخت خون که از آن نوعی شیره رزینی به دست می‌آید که اثر مسهل است.

۴. *Vismia acuminata*

در آمریکای جنوبی می‌روید.

۵. *Harongama dagascariensis*

نوعی ماده رزینی از آن به دست می‌آید که از آن در نواحی محل رویش جهت درمان عفونت‌های زایمانی استفاده می‌شود.

Vismia guianensis.۳

درخت خون که از آن نوعی شیره رزینی به دست می آید که اثر مسهل است.

Vismia acuminata.۴

در آمریکای جنوبی می روید .

Harongama dagascariensis.۵

نوعی ماده رزینی از آن به دست می آید که از آن در نواحی محل رویش جهت درمان عفونت های زایمانی استفاده می شود.(۱)
رقم توپاز یکی از معروفترین ارقام گل راعی در اروپا است که جهت تولید دارو در مقیاس صنعتی از آن استفاده می شود. در ایران نیز شرکت دارویی زردبند با تهیه بذر رقم توپاز و مطالعات متعددی که بر روی سازگاری و همچنین اثر شرایط اقلیمی کشورمان بر روی آن انجام داده و به این نتیجه رسیده که رقم توپاز را می توان در مقیاس وسیع جهت تولید دارو مورد استفاده قرار داد.(۱۳)
گل راعی به عنوان داروی ضد افسردگی:

مشکلات و مسائل دنیای ماشینی باعث شده که روز به روز افسردگی در میان افراد بیشتر شود. متأسفانه

این پدیده به صورت خفیف، متوسط و یا شدید در افراد مسن و در میان سال و در بسیاری از جوانان نیز دیده می شود. افسردگی می تواند بسیاری از عوامل زندگی از جمله فعالیت های روزانه، خوراک، لذت های زندگی تفکرات خوب، تحرک، سلامت جسم و روان، تحصیلات و... را تحت تاثیر قرار دهد و در نتیجه فرد افسرده نمی تواند به خوبی از زندگی خود بهره مند شود، به طوری که افسردگی می تواند از طریق اختلالات هورمونی باعث یائسگی زود رس، مشکلات قاعدگی، چاقی، لاغری، مشکلات پوست، ریزش مو و... شود. خوشبختانه افسردگی قابل درمان بوده و شخص می تواند با درمان های دارویی و غیر دارویی درمان شده و به صورت فردی طبیعی، فعال و خوش بخت در آید.

برای درمان انواع افسردگی، سالیان درازی است که از انواع دارو های ضد افسردگی شیمیایی استفاده می شود ولی چون درمان افسردگی گاهی چندین ماه و یا چندین سال طول می کشد، بنابراین مصرف کنندگان این داروها همیشه از عوارض آن ناراضی و نگران هستند؛ به همین دلیل در دو سه دهه گذشته تحقیقات وسیعی بر روی گیاهان دارویی ضد افسردگی، آرام بخش و ضد درد صورت گرفته و تعدادی داروی موثر و دارای حد اقل اثرات جانبی به بازار های جهانی عرضه شده است که می تواند در بسیاری از موارد، جایگزین دارو های شیمیایی ضد افسردگی شود.(۱۲)

در حال حاضر یکی از بهترین دارو های گیاهی ضد افسردگی که دارای خاصیت دارویی و خواص ارزنده دیگری نیز می باشد دارویی است که از عصاره گیاه گل راعی به دست می آید.

قدمت مصرف این گیاه، بیش از دو هزار سال پیش است و نزد بیشتر اقوام و ملل جهان به عنوان بهترین داروی بیماری های عصبی مورد استفاده بوده تا اینکه در حدود یک قرن پیش، برای اولین بار در آلمان از آن فراورده صنعتی تهیه شده و سپس در حدود سه دهه قبل از بیشتر کشورهای اروپایی و آمریکا محصولات زیادی از آن به بازار آمد. در حال حاضر بیش از ۵۰ کارخانه دارو سازی جهان از گیاه علف چای، دارو های مختلف د افسردگی تهیه می کنند.

در ایران نیز برای اولین بار در سال ۱۳۷۸ از عصاره این گیاه دارویی به شکل قطره و با نام هایپیران، منطبق با استاندارد جهانی و با کیفیتی برابر با انواع خارجی تهیه و به عنوان داروی رسمی ایران شناخته شد.

با توجه به این که به طور اساسی و به علت شرایط آب و هوایی، گیاهان دارویی ایران دارای مرغوبیت خاصی می باشند، لذا گل راعی ایران دارای بهترین کیفیت بوده و داروی ساخته شده از آن نیز از کیفیت و استاندارد بالایی برخوردار است.(۱۲)

مکانیسم اثر این گیاه در درمان افسردگی:

وجود آنزیم مونو آمینو اکسیداز سبب تجزیه هورمونهای آدرنالین و نور آدرنالین در محل سیناپس های عصبی می شود. تجزیه هورمون های مذکور سبب ایجاد افسردگی (Depression) در افراد می شود. هیپرسین سبب مهار این آنزیم می شود و به این وسیله افسردگی را درمان می کند.

در اکثر مراجع علمی معتبر نظیر Basic and clinical, Martindale, PDR, و کمیسیون E اثر ضد افسردگی این گیاه مورد تأیید قرار گرفته است. (۱۳)

تحقیقات نشان می دهد که ماده شیمیایی هایپرسین موجود در گل راعی ممکن است در ابعاد فعالیت ماده های به نام MAO (Monoamine Oxidase) دخالت کرده و آن را به مهار کننده های MAO تبدیل کند.

مهار کننده های MAO گروه مهمی از داروهای ضد افسردگی می باشند. در یک پژوهش کوچک در آلمان که پانزده نفر زن به منظور درمان افسردگی تحت معالجه قرار گرفته اند، پس از این که به آن ها گل راعی داده شد به طور محسوس بهبود یافتند، اشتهای آن ها زیاد شد، به زندگی بسیار علاقه مند شدند، اعتماد به نفس خود را باز یافتند و خواب آن ها خوب شد. اما باید توجه داشت که این گیاه درمان فوری برای افسردگی نیست و شاید ۲-۳ ماه طول بکشد. (۶)

گل راعی برای درمان ایدز:

از اوایل دهه ۹۰ آزمایشات بالینی در خصوص تاثیر هیپرسین در درمان بیماری های ایجاد شده توسط ویروس ها صورت پذیرفت و در نتیجه از این گیاه به عنوان یک کاندیدای مناسب برای کنترل بیماری ایدز یاد شده است. آزمایشات در این زمینه نشان می دهد که گیاه با سمیت کم، آثار قابل ملاحظه ای بر ضد ویروس های مشابه HIV دارد. در این آزمایش ابتدا موش های آزمایشگاهی با ویروس هایی که ایجاد بیماری لوکیما می کنند تزریق شده و سپس یک تزریق از عصاره گل راعی انجام شد و این تزریق صد در صد از بروز بیماری در موش جلوگیری کرد. همچنین در آزمایش هایی که عصاره از راه دهان به موش داده شد نیز همین آثار جالب دیده شد. پژوهش ها نشان می دهد که عصاره گیاه از سد خونی مغز عبور می کند که این خاصیت برای درمان ایدز بسیار مهم است. زیرا ویروس ایدز اغلب به مغز حمله می کند.

این روش بر روی انسان های مبتلا به ایدز نیز استفاده شده است و نتایج اولیه پژوهش ها که در نشریه اخبار درمان ایدز منتشر شده نشان می دهد که تا به حال آثار مثبتی بر ضد ویروس ایدز دیده شده و بیماران بهبودی محسوسی یافته اند؛ به این معنی که فعالیت سیستم دفاعی آن ها افزایش یافته، وزن آن ها زیاد شده و انرژی بیشتری یافته اند. (۶)

بررسی تاثیر گل راعی در درمان سندرم پیش از قاعدگی:

در تحقیقی که بر روی ۷۰ نفر از دانشجویان دانشگاه تهران که مبتلا به سندرم پیش از قاعدگی بودند انجام شد، شرکت کنندگان برای دو سیکل متوالی فرم ثبت وضعیت روزانه را تکمیل کردند و پس از تأیید سلامت جسمی و روانی به طور تصادفی به دو گروه ۳۵ نفری تقسیم شدند و به مدت دو سیکل متوالی با ۳۰ قطره هایپیران دو بار در روز حداقل هفت روز قبل از قاعدگی تحت درمان قرار گرفتند.

میزان کاهش شدت علائم سندرم پیش از قاعدگی بعد از مصرف هایپیران ۴۵/۴۶ درصد بود. (۱۷)

بهداشت پوست:

اثر قابض و ضد عفونی کننده گیاه موجب گردیده که از آن در درمان عوارض پوست های چرب استفاده شود. معمولاً پوست صورت اگر چرب باشد، پس از پاک کردن از مواد آرایشی بقایای آن در منافذ پوست که حالت باز شده دارند، باقی می ماند و آن ها را مسدود می کند. برای نظافت کامل این گونه پوست ها، جوشانده ۵۰ گرم

سر شاخه های گیاه رادر یک لیتر آب تهیه کرده و بر روی پوست صورت اثر می دهند و آن را پاک می کنند. جوشانده مذکور از پیدایش چین در پوست صورت جلوگیری می نماید و باعث طراوت آن می شود. (۱) دارو های تهیه شده از گل راعی:

۱. قرص پرفوران: Perforan coated tablet

قرص روکش دار که هر قرص حاوی حدود ۱۶۰ میلی گرم عصاره خشک گیاه علف چای یا هوفاریقون و معادل ۳۰۰ میکرو گرم هایپرین می باشد.

مواد موثره: مهمترین ماده موثره آن هایپرین پسودو هایپرین است. سایر مواد موجود در آن عبارتند از: فلاونوئید، گزانتون ها، اسید های کربو کسلیک، فنولیک.

آثار فارما کولوژی:

در مطالعات اولیه نشان داده شده است که عصاره گیاه علف چای انواع ایزو آنزیم A, B آنزیم مونو آمینو اکسیداز (MAO) را مهار می نماید. در نتیجه این اثر میزان واسطه های شیمیایی سروتین، نوراپی نفرینو دوپامین در هسته های مغزی افزایش یافته، موجب بهتر شدن خلق و بر طرف شدن افسردگی می شود.

حداقل دو مکانیسم برای اثر ضد افسردگی گل راعی پیشنهاد شده است که عبارتند از: تعدیل فعالیت اینتر لوکین و وقفه برگشت سروتونین به عصب.

مطالعات بالینی:

در یک مطالعه بالینی بر روی شش زن افسرده ۵۵-۶۵ سال عصاره علف چای که میزان ۱۴٪ استاندارد شده بود به کار گرفته شد و معلوم شد که این عصاره میزان متابولیت های نور آدرنالین و دوپامین ادرار بیماران تحت درمان را افزایش می دهد.

همچنین محققان دریافته اند که افزایش قابل ملاحظه ای در میزان متابولیت های کاتکولا مین ها، متوکسی

هیدروکسی فیل گلیکول که عامل مشخص کننده اثر بخشی در درمان ضد افسردگی است در ادرار این بیماران یافت شده است.

مطالعات ادامه دار همین محققین بر روی ۲۲ بیمار دیگر نشان داد که عصاره علف چای به طور قابل ملاحظه ای

علائم اضطراب، بی تفاوتی، خواب زیاد، بی خوابی، بی اشتها، بی کنیدی فعالیت حرکتی و افسردگی را بر طرف می کند و ضمناً آثار جانبی مشاهده نگردید.

موارد منع مصرف و نکات قابل توصیه:

در بیماران حساس به گیاهان دارویی توصیه نمی شود.

عوارض جانبی:

عوارض آلرژیک و فتو درماتیت در بعضی بیماران گزارش شده است.

مقدار مصرف و نحوه استعمال:

روزی سه مرتبه هر بار یک قرص با یک لیوان آب میل شود.

مصرف در حاملگی و شیر دهی:

در موارد حاملگی و شیر دهی توصیه نمی شود. (۷)

۲. قطره هایپیران:

این فرآورده از عصاره هیدرو الکلی گیاه علف چای به دست می آید و به شکل قطره در دارو خانه ها موجود است.

اثرات درمانی:

آرام بخش، مسکن، ضد اضطراب، مفید در بیماری‌های میگرن، پر خوابی، مشکلات و دردهای دوران قاعدگی، ترس و دلهره، شب ادراری کودکان می‌باشد. عصاره این گیاه می‌تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش می‌دهد.

در دوران قبل از قاعدگی به دلیل بروز تغییرات هورمونی، نوساناتی چون خلق و خو، دردهای ناحیه کمر، دل درد، اسپاسم و سردرد بروز می‌کند. استرس و اضطراب از جمله عوامل تشدید کننده این عوارض است.

شربت گیاهی هایپیران داروی مناسبی برای کاهش هیجان‌ات روحی و تغییرات خلق و خوست.

نکاتی که در مورد اثرات ایده آل این دارو و اکثر داروهای گیاهی باید در نظر داشت این است که حداقل ۲-۳ هفته پس از مصرف نباید انتظار اثر داشت چون داروهای گیاهی دیر اثر بوده و اثر آن‌ها به طور اصولی پس از یک ماه ظاهر می‌شود و به تدریج به حداکثر می‌رسد، به علاوه مقادیر مصرف نوشته شده در راهنمای داروهای گیاهی، باید به دقت رعایت شود و همچنین داروهای گیاهی را باید به طور منظم و مرتب مصرف کرد، چرا که

مسئله مقدار، مدت مصرف و نظم در مصرف دارو از شرایط اصلی اثر بخشی داروهای گیاهی است.

آمارهای تحقیقات کلینیکی نشان داده که رعایت مصرف صحیح هایپیران، بیش از ۹۰ درصد اثرات ایده آل و مثبت به جای گذاشته است. با توجه به بی ضرری هایپیران و داروهای مشابه آن این دارو در لیست داروهای OTC (بدون احتیاج به نسخه) قرار گرفته و در همه جای دنیا می‌توان آن را از داروخانه‌ها خریداری کرد.

همچنین مصرف طولانی هایپیران بدون مشکل است. (۱۶)

۳. پماد و کرم هیپریکوم پرفوراتوم:

عصاره گیاه گل راعی از سرشاخه گل خشک شده و پودر شده و با استفاده از دستگاه سوکسله و حلال متانول تهیه می‌شود.

برای بررسی اثر این پماد به عنوان ضد التهاب و التیام بخش، پمادهایی با غلظت عصاره ۵-۳ درصد انتخاب و پس از مشخص نمودن روش تعیین مقدار عصاره در فرآورده‌ها جهت بررسی اثر آن تعداد ۲۰ موش ماده

با محدوده وزنی ۲۵۰-۲۰۰ گرم انتخاب شد. دو روز پیش از ایجاد سوختگی موی ناحیه پشت نمونه‌ها تراشیده شد. این نمونه‌ها به چهار گروه پنج عضوی تقسیم شدند.

گروه اول تحت درمان با پماد ۳ درصد گروه دوم پماد ۵ درصد گروه سوم به عنوان شاهد تحت درمان با پلاسیبور گروه چهارم به عنوان مقایسه استاندارد تحت درمان با کرم فنی توئین ۱ درصد قرار گرفتند. جهت ایجاد سوختگی پس از بیهوشی ناحیه تراشیده شده پنج ثانیه در آب جوش ۹۶۵ درجه به صورت معلق قرار گرفت که باعث ایجاد سوختگی درجه سه شد. درمان در دو دوره و هر یک در یک هفته صورت گرفت.

در هفته نخست هر روز نمونه‌ها در دو نوبت و در هفته دوم در یک نوبت دارو دریافت کردند. نمونه‌های شاهد دارای افزایش تدریجی شدت التهاب، نکروز، لاغر شدن شدید، عطش فراوان، بی حرکتی، گسترده شدن مناطق آسیب دیده و عفونت بودند. در نهایت به مرگ آن‌ها در روز دوازدهم منجر شد.

سایر نمونه‌ها به تدریج با کاهش التهاب و التیام مناطق آسیب دیده، سیر بهبودی را طی کردند. در این پژوهش نشان داده شد که پماد گل راعی با غلظت ۳ درصد تا حدودی بهتر از غلظت ۵ درصد عمل می‌کند؛ که این امر از نظر اقتصادی دارای اهمیت بسیار است.

همچنین اختلاف معنی داری بین اثرات التیام بخش پماد ۳ درصد و کرم ۱ درصد فنی توئین دیده نشد. (۱۴)

۴. هایپیر فورات :

اثرهای پیرسین تغلیظ شده در دی کلرو متان و متانول در کاهش زخم معده تجربی حاصل از استیل سالسیلیک اسید و اتیل الکل ۹۶ درجه در معده موش صحرايي.

هایپرسیسین با مقادیر مختلف به صورت وابسته به دوز جلوی ایجاد زخم توسط ایندو متاسین را می‌گیرد و در ثانی در حیواناتی که قبلاً توسط این ماده پیش مداوا شدند و سپس در آن‌ها اقدام به ایجاد زخم گوارشی توسط ایندو متاسین می‌شد تا حد قابل توجهی در برابر زخم گوارشی مقاومت نشان می‌دادند.

پس این ماده جلوی زخم زایی ایندو متاسین را می‌گیرد و این کار را با افزایش ترشح موکوس معدی انجام می‌دهد. همچنین ممکن است این دارو روی سنتز پروستا گلانتوسین ها و میکروسیرکولاسیون مخاط معده تاثیراتی داشته باشد. (۱۴) فرآوری:

اسانس گل راعی:

در نقطه های روشن برگ غده هایی وجود دارد که مملو از شیره قرمز رنگ مایل به قهوه ای است.

در اروپا از این شیره به عنوان موثرترین دارو برای التیام زخم ها، سوختگی و مالیدن به قسمت هایی که از بدن که پوست آن‌ها کنده شده است استفاده می‌شود. (۱۵)

روغن گل راعی:

روغن گل راعی که یک روغن قرمز رنگ می‌باشد از قرار دادن گل در روغن آفتاب گردان، روغن گردو و یا روغن زیتون و با قرار دادن در برابر آفتاب به مدت چند هفته به دست می‌آید.

این روغن را می‌توان روی سوختگی، التهابات پوستی، عضلانی و بافت همبند مالید و برای درمان نورالژی به کار برد. (۸) خشک کردن:

برای خشک کردن گیاه باید آن‌ها را به صورت دسته های مجزا در آورد و سپس بر روی طناب آویخت. یا اینکه سر شاخه ها را به صورت قشر نازکی بر روی سطح زمین در محل خشکی گستراند تا بدون فاسد شدن خشک شوند. اگر عمل خشک کردن با دقت و سرعت انجام شود، گل‌ها، رنگ زیبا و طعم خود را حفظ می‌کنند. (۱۱)

خشک کردن صنعتی گل راعی در دمای حداکثر ۵۵ درجه و در تاریکی کامل انجام می‌شود. (حتی چند ساعت نور می‌تواند مقدار ماده شیمیایی فعال را کاهش می‌دهد. (۳)

مقدار مصرف :

برای التیام زخم پس از این که محل زخم با آب و صابون کاملاً تمییز شد برگ ها و گل های تازه له شده گیاه را روی زخم بگذارید.

برای تهیه دمکرده برای معالجه افسردگی و احتمالاً تحریک سیستم دفاعی بدن یک تا دو قاشق مربا خوری گیاه خشک را در یک لیوان آب جوش ۱۰-۱۵ دقیقه خیس کنید و تا سه پیمانه در روز بخورید. طعم آن ابتدا کمی شیرین و سپس تلخ و قابض است. برای کودکان و افراد بالای ۶۵ سال باید از مقدار کم شروع کرد و به تدریج اضافه کرد.

فاکتور های ایمنی :

مهار کننده های MAO در تریک با بعضی خوراکی ها ممکن است در ابعاد خطرناکی فشار خون را بالا- ببرد و علائم آن سردرد، سفتی گردن، آشفته‌گی و قی سردی پوست بدن می‌باشد. البته قدرت تاثیر گیاه در مقدار مجاز به قدرت مهار کننده های دارویی تجاری نیست ولی توصیه می‌شود اشخاصی که از این گیاه استفاده می‌کنند نباید از داروهای Amphetamines و مخدرها، واز اسیدهای آمینه Tryptophan, Tyrosine و قرص های ضد بار داری بخور های ضد آسم، داروهای سرما خوردگی

استفاده نکنند.

در مواردی که چای کوهی به به عنوان علوفه دارویی به دام‌ها داده می‌شود ماده شیمیایی هایپریسین زیر پوست دام جمع می‌شود و زیر تابش اشعه آفتاب ایجاد سوختگی و تاویل می‌نماید. حتی در مواردی که به جانوران آزمایشگاهی به مقدار زیاد ماده شیمیایی هایپریسین تزریق شده وزیر تابش اشعه آفتاب قرار داده شده اند،

مرده اند. ولی تحقیقات دانشمندان نشان می‌دهد مصرف این گیاه برای انسان در صورتیکه در حد مجاز توصیه شده، مصرف شود ایجاد عوارض پوستی نمی‌کند، مگر در افرادی که دارای پوست‌های حساس باشند. به همین دلیل اشخاصی که از این گیاه استفاده می‌کنند، شبه به اشخاصی که از آنتی بیوتیک ترا سایکلین استفاده می‌کنند باید حتی الامکان دور از تابش اشعه آفتاب باشند. (۶)
احتیاط مصرف:

قرار گرفتن پوست در معرض آفتاب پس از مصرف خوراکی این گیاه، ممکن است منجر به درماتیت شود.
در هوای مرطوب و آفتابی هرس کردن گیاه و چیدن برگ و گل باعث درماتیت تماسی می‌شود.
تداخلات دارویی:

استفاده طولانی مدت این گیاه می‌تواند فعالیت داروهای حیاتی مانند مهارکننده‌های پروتئاز برای HIV و داروهای ضد وازنش پیوند را که بعد از پیوند اعضا مورد استفاده قرار می‌گیرد، بلوک نماید.

در یک مطالعه بر روی ۸۶ بیمار، بعد از دریافت گل راعی، در برخی از بیماران وازنش پیوند رخ داد و سایر بیماران مجبور شدند دوز این داروی گران قیمت را افزایش دهند. (۹)

ترکیب‌های موجود در گل راعی:

ترکیبات

شماره

a-mujene

۱

a-pinen

۲

sammene

۳

B-pomene

۴

myrsen

۵

a-terpenin

۶

Limonene

۷

ocimene

۸

y-terpinene

۹

terpinene

۱۰

B-curpinene

۱۱

منابع:

۱. زرگری، ع.، ۱۳۶۲، گیاهان دارویی. جلد اول، انتشارات دانشگاه تهران.

۲. امید بیگی، ر.، ۱۳۷۴، رهیافتهای تولید و فرآوری گیاهان دارویی، انتشارات فکروز

۳. یزدانی، د.، ۱۳۸۰، کاشت داشت و برداشت گیاهان دارویی، جهاد دانشگاهی

۴. لباسچی، م.، شریفی، ا.، ۱۳۸۰، تحقیقات گیاهان دارویی و معطرایران، جلد ۱۱، انتشارات موسسه تحقیقات جنگل ها و مراتع

۵. نقد آبادی، ح.، ضیایی، ع.، ۱۳۸۳، فصلنامه گیاهان دارویی، شماره ۱۱، پژوهشکده گیاهان دارویی و فرآورده های طبیعی جهاد

کشاورزی

۶. میر حیدر، ح.، ۱۳۷۵، معارف گیاهی، جلد سوم، انتشارات نشر اسلامی

۷. لایبراتور داروسازی گل دارو

۸. ولاگ، ژ.، استودولا، و.، ترجمه زمان. س.، ۱۳۷۴، انتشارات ققنوس

۹. واحد تحقیق و توسعه باریج اسانس، ۱۳۸۱، شماره ۶

۱۰. سفید کن، ف.، میرزا، م.، ۱۳۷۷، تحقیقات گیاهان دارویی و معطر، جلد اول،

انتشارات جنگل ها و مراتع

۱۱. صمصام شریعت، ه.، ۱۳۸۲، پرورش و تکثیر گیاهان دارویی، انتشارات مانی

www.zard band.html. ۱۲

www.doc.ir. ۱۳

۱۴ سایت دانشگاه آزاد جویبار

www.sabziran.ir. ۱۵

www.Medicinal plant.com. ۱۶

علف هفت بند

علف هفت بند (polygonome) گیاهی است یکساله و دارای ساقه خوابیده که طول آن به ۵۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن ریز، نوک تیز و گل‌های آن ریز و کوچک و به رنگ صورتی است. این گیاه در اکثر نواحی آسیا، اروپا و آفریقا و آمریکا می‌روید و در مقابل عوامل خارجی بسیار مقاوم است. بطوری که حتی اگر لگدمال شود باز هم از بین نمی‌رود. علف هفت بند در چمنزارها، کنار جاده‌ها، اراضی متروک و خرابه‌ها، مناطق سایه در و بین تخته سنگها می‌روید. این گیاه در اکثر نقاط ایران نیز وجود دارد. راسته علف هفت بند Polygonales فقط دارای یک تیره به نام تیره پلی گوناسه یا علف هفت بند است. اختصاص گیاهان این

راسته در مادگی آنهاست که از تخمدان سه برچه‌ای ولی یک خانه درست شده و محتوی یک تخمک ایستاده است. میوه گیاهان این راسته به صورت فندقه‌ای مثلثی، سه گوش و محتوی دانه‌ای با آلبومن حجیم نشاسته‌ای است. مشخصات تیره علف هفت بند

گیاهانی دارای برگهای متناوب با گوشوارک و غلاف یا نیامی غشایی هستند. گل دارای گلپوش کاسبرگی یا گلبرگ مانند در چرخه‌های سه یا پنج تایی است. نافه در اصل شامل ۶ پرچم در دو چرخه سه‌تایی است که به علت مضاعف شدن یا تحلیل رفتن برخی از پرچمها ممکن است تغییر پیدا کند. مادگی دارای دو یا سه برچه به صورت تخمدانی یک خانه با یک تخمک راست و ایستاده است. دانه شامل آلبومن نشاسته‌ای است.

تیره پلی‌گوناسه دارای ۳۰ جنس و در حدود ۶۰۰ گونه است که ۱۰۰ گونه آن در جنس ترشک، ۱۸۰ جنس در جنس پلی‌گونوم در حدود ۱۲ گونه در جنس اریوگونوم و ۱۲۵ گونه در جنس کوكولوبا قرار دارند. انتشار کلی این تیره در مناطق معتدل سرد و سرد نیمکره شمالی است. از این تیره ۹ جنس و بیش از ۷۷ گونه تقریباً در تمامی فلات ایران بطور پراکنده انتشار دارند. ترکیبات شیمیایی:

علف هفت بند دریا اسید پوگیلونیک، اسید اگزالیک، آرابینوسید، اسانس، مواد رزینی، مواد قندی و موسیلاژ می باشد. خواص دارویی:

گیاه هفت بند از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) قابض است و برای رفع اسهال و اسهال خونی بکار می رود

۲) در بند آوردن خونریزی مفید است

۳) آسم و برونشیت را درمان می کند

۴) تب را پائین می آورد

۵) برای برطرف کردن اگزما بکار می رود

۶) ورم روده بزرگ را برطرف می کند

۷) برای رفع ترشحات زنانه مفید است

۸) آنهائیکه به بیماری قند مبتلا هستند با استفاده از این گیاه می توانند قند خون خود را کنترل کنند

۹) سنگ کلیه و مثانه را خارج می سازد

۱۰) برای رفع دردهای معده مفید است

۱۱) برای درمان استسقاء مفید است

۱۲) در معالجه میگرن موثر است

۱۳) درد سیاتیک و درد کمر را برطرف می کند

۱۴) نفخ را برطرف کرده و هضم غذا را تسهیل می کند

۱۵) تاویل و سوختگی را با کمپرس این گیاه معالجه کنید

۱۶) برای تسکین دردهای نقرس و رماتسم از کمپرس این گیاه استفاده کنید

۱۷) برای درمان زخم های چرکی، گرد این گیاه را روی زخم ها بریزید

طرز استفاده:

جوشانده: مقدر ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا صاف کرده

باشکر و یا عسل مخلوط کنید . مقدر مصرف این جوشانده یک فنجان سه بار در روز است .

شراب : مقدر ۴۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب ریخته و بگذارید بآرامی بجوشد و سپس آنرا صاف کنید . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است .

صفات دستگاه رویشی

گیاهان تیره پلی گوناسه غالباً علفهایی ایستاده هستند و به علت داشتن اندام زیر زمینی و غده مانند معمولاً پایا ولی عده‌ای از آنها نیز یکساله هستند و غالباً با از دست دادن ریشه اصلی دارای ریشه نابجا می‌شوند.

صفات دستگاه زایشی یا گل

گل آذینها به صورت گرزهای دوجانبی یا یک طرفه کم گل و گاهی مانند ترشک در کنار برگها تشکیل چرخه‌های کاذبی را می‌دهند یا ممکن است به صورت پانیکول یا خوشه یا به صورت سنبله‌های انتهایی و گاهی نیز همراه با پوششی از منشا گریبانی مانند گل آذین اریگونوم باشد. گلها نر ماده ، منظم ، همیشه دارای مادگی ولی گلپوش و نافه در آنها دارای دو تیب متفاوت است. میوه به صورت فندقه ، سه گوش با گوشه‌ها یا دارای زاویه‌های غالباً بسیار برجسته و مشخص است. گرده افشانی در غالب گیاهان این تیره غیر مستقیم و بوسیله باد یا حشرات انجام می‌شود.

شرح جنسهای پلی گوناسه در ایران

جنس کالیگونوم یا اسکنیل

گیاهانی چوبی ، دارای ساقه‌های فراوان محکم و شاخه‌های درهم و انبوه با تقسیمات ثانوی به صورت شاخکهای نرم ، نازک و بند بندی هستند. گلها اندک ، دارای دمگل مفصلی ، نر ماده ، گلپوش گلبرگ مانند ، چرخی ، مسطح یا مقعر است. در ایران این جنس دارای ۸ گونه است و در نواحی بیابانی و خشک می‌روید.

جنس پتروپیروم یا کاروانکش

درختچه‌هایی با ساقه‌های فراوان ، فاقد خار ، ایستاده و با انشعابات یا شاخه‌های فراوان هستند. برگها متناوب یا تقریباً دسته‌ای ، خطی و باریک هستند. گلها کناری ، به صورت دسته‌ای مجتمع دارای دمگل باریک و نازک و در وسط مفصل دار است. گلها نر ماده ، گلپوش چرخی و تقریباً گلبرگ مانند است. این جنس در ایران دارای ۳ گونه است.

جنس ریواس

گیاهان پایا ، دارای ریشه ضخیم با برگهای پهن و رگبرگهای پنجه‌ای هستند. گلها نر ماده ، کاسه سبز رنگ و تقسیمات خشک شده آن روی میوه باقی می‌ماند. پرچمها ۹ عدد ، تخمدان آزاد ، سه گوش با سه خامه کوتاه و کلاله‌های دیسک مانند و صفحه‌ای است. میوه فندقه دارای سه پهلو یا زاویه برجسته و باله مانند است. این جنس در ایران دارای ۲ گونه است.

جنس اوکسی ریا

گیاهانی پایا ، کوهستانی هستند. گلها نر ماده ، کاسه آن دارای ۴ تقسیم سبز رنگ است. پرچمها ۶ عدد و در مقابل تقسیمات کاسبرگ قرار دارند. تخمدان فشرده دارای ۲ کلاله بدون میله است. فندقه عدسی شکل است. این جنس فقط دارای گونه اوکسی ریادیرینا است که در ارتفاعات البرز و ارتفاعات سهند آذربایجان می‌روید.

جنس اومکس

گیاهانی علفی ، یکساله ، ظریف دارای انشعابات تقریباً دوشاخه‌ای و دارای بریدگیهای فراوان هستند. برگها متناوب ، علفی و کامل هستند. گل سبز رنگ و کناری یا محوری یا تقریباً به صورت چرخه‌ای قرار دارند. گلها پلی گام و یک پایه هستند. این جنس فقط یک گونه امکس اسپینوسوس در ایران دارد که در نواحی جنوبی ایران مانند بوشهر می‌روید.

جنس ترشک یا رومکس

گیاهان یکساله، دوساله، یا چند ساله و پایا با برگهای متناوب و گلهای مجتمع در خوشه یا پانیکول هستند. گلها نرماده، پلی گام یا دوپایه است. این جنس در ایران بیش از ۲۴ گونه دارد که در نواحی غربی، ارتفاعات البرز و زاگرس و آذربایجان و جاهای دیگر دیده می شود.

جنس پلی گونوم یا علف هفت بند

گیاهان یکساله یا پایا، بندرت چوبی با ساقه کم و بیش برگ دار و غالباً نازک و ضعیف هستند. برگها کامل یا خیلی کم دارای دندانه‌های اره‌ای هستند. گلها نرماده و بندرت پلی گام هستند. این جنس در ایران دارای ۳۳ گونه است که برخی از آنها آبی و برخی دیگر در کنار جویبارها می رویند و عده‌ای نیز با خشکی سازش یافته و تقریباً در تمام نقاط ایران انتشار دارند.

مضرات

این گیاه محرک سلسله اعصاب بوده و ممکن است استفاده زیاد از آن باعث تشنج شود.

منابع:

علف هفت بند «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

علف هفت بند <http://www.babylon.com>

علف هفت بند <http://www.irteb.com> Knotgrass

تیره علف هفت بند <http://daneshnameh.roshd.ir>

علف هفت بند <http://www.farstak.com> Knotgrass

بادیان رومی

در کتابهای طب سنتی و در بازار با نامهای انیس سبز، «انیسون»، «زنبان»، «زنیان»، «زیره رومی» و به عربی «الرازیانج رومی»، «رازیانج شامی»، حب الحلوه نام برده می شود. گیاهی الست از خانواده Umbelliferae از جنس Pimpinella که به فرانسوی Anis و Anise vert و به انگلیسی Spanish و Anise و anise True و تخم آن را Anise seed می نامند. نام علمی Pimpinella anisum L. آن می باشد.

مشخصات

این گیاه یکساله به بلندی یک متر، برگهای آن باریک و خوشبو و ساقه آن چهار گوش و گلهای آن سفید و تخم آن در غلافی ظریف و طویل به ابعاد ۴-۵/۱ میلی متر و از تخم رازیانه کوچکتر و سبز تر و مایل به سفیدی و کمی مثلثی شکل که روی پوست آن ۵ خط طولی تیره وجود دارد. ممکن است با تخم شود اشتباه شود.

تکثیر بادیان رومی از طریق کاشت تخم آن است که در اوایل بهار مستقیماً در زمین اصلی می کارند. در حدود ۱۰-۱۲ کیلو بذر در هر هکتار کافی است پس از حدود ۳ ماه شکوفه های سفید آن ظاهر می شود و حدود یک ماه بعد نیز میوه آن رسیده و آماده برداشت خواهد بود. تخمها را در سایه خشک نموده بر جاری و بسته بندی و در انبار خشکی نگه داری می نمایند. معمولاً از هر هکتار ۵۰۰-۸۰۰ کیلو گرم تخم بادیان رومی برداشت می شود. زمین مزرعه انیس سبز باید آفتابگیر باشد و در معرض باد نباشد و خاک آن خوب باید شخم خورده و آماده شده باشد. تخم انیس سبز چون خیلی سریع قوه نامیه اش از دست می رود باید در محل خشک نگهداری شود. انیس سبز بومی ایران و آسیای صغیر و مصر و جزایر یونان است. در ایران در مناطق غرب ایران در کردستان و آذربایجان می روید و در حال حاضر در مکزیک، اسپانیا، شوروی، آلمان، ترکیه، ایتالیا، ایران و سایر کشور های مناطق معتدل دنیا

حتی در هند و آمریکای جنوبی نظر به وجود بازار فروش به صورت وسیع کاشته و تولید می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و از تخم بادیان رومی یا انیس پس از تقطیر اسانس روغنی فرار بسیار معطری در حدود ۳-۲ درصد وزن تخم به دست می آید. این اسانس دارای ماده عاملی به نام آنتول است که به اسانس، رنگ زرد کم رنگ می دهد. آنتول ماده ای است با فرمول شیمیایی $C_{11}H_{12}O$ خام و بیش از ۹۰-۵۰ درصد اسانس بادیان رومی را تشکیل می دهد و بقیه اسانس شامل پی- متوکسی فنیل، آستون و چاوبکول می باشد.

ماده عامل آنتول در انیس سبز و رازیانه موجود است. اسانس سبز و تخم آن دارای بویی معطر تند شبیه بوی عصاره شیرین بیان است در حالی که هیچ گونه ارتباط خانوادگی با شیرین بیان ندارد. در انگلستان در قرن سیزدهم در دوران سلطنت ادوارد چهارم مصرف بادیان رومی چنان رواج داشت که دولت انگلیس عوارضی برای فروش آن وضع نموده و از محل دریافتی آن عوارض در سال ۱۳۰۵ میلادی پل معروف لندن تعمیر شده است.

خواص و کاربرد

انیس سبز برای تقویت معده مفید است [لیو]، به عنوان بادشکن [بووالدا]، معرق و محرک معطر [اپهوف] و افزایش دهنده ترشح شیر زنان در چین مصارف وسیعی دارد [مادوس]. در شبه جزیره مالایا انیس سبز در ترکیبی با سایر داروها برای رفع دل درد و قولنج داده می شود [برکیل و هانیف] و به عنوان تونیک مادران پس از تولد بچه می دهند [فاید برکیل و ریدلی].

در کتابی که آقای [بووالدا] دانشمند معروف درباره گیاهان خانواده چتریان نوشته اظهار عقیده می کند که انیس سبز از ایران از راه هندوستان به چین وارد می شود. [مادوس] در کتابش موارد مصرف خیلی وسیعی برای انیس سبز را ارائه می دهد، ولی ظاهراً انیس سبز مورد نظر او، از انیس وارده از اروپا بوده است، به طور کلی اسانس انیس سبز به عنوان داروی ضد نفخ و برای تهیه قطره آرام کننده سرفه و همچنین به عنوان داروی خلط آور و بلغم آور کاربرد دارد. مصرف انیس سبز به صورت گرد در کپسولهای تا ۲ گرم در هر کپسول به طور خالص یا مخلوط عسل و همچنین به صورت دم کرده به نسبت ۱۵-۱۰ گرم در هزار گرم آب برای تسکین دل پیچه و دردهایی که با منشا عصبی باعث انقباض معده و روده می شوند و به طور کلی برای تقویت هاضمه مورد توجه است. خوردن انیس سبز توسط مادران شیرده موجب ازدیاد ترشح شیر می شود و ضمناً ناراحتی های کودک از نظر درد و دل پیچه را نیز از طریق اثری که در شیر می گذارد رفع می کند.

و اما از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی بادیان رومی گرم و خشک است و از نظر خواص معتقدند که دم کرده آن به عنوان مسکن دردهای معدی و سردرد و زیاد کردن ترشح ادرار و حیض و شیر و عرق بدن و روشن ساختن رنگ رخسار مفید و موثر است اگر بادیان رومی را کوبیده به صورت گرد در آورند و گرد آن را با گل قند بخورند و یا گرد آن را جوشانیده و بخورند برای مالخولیا بسیار مفید است. اگر دم کرده آن را با عسل بیاشامند برای کابوس نافع است و اگر گرد آن را با مسواک به دندانها بمالند برای جلای دندان و رفع بد بویی دهان مفید است. جویدن انیس سبز برای سردردهای سرد و باز کردن گرفتگی مجاری تنفسی و رفع درد سینه و تنگی نفس و تقویت دهانه معده مفید است. اگر آب دم کرده آن را با ریشه شیرین بیان تهیه و بیاشامند برای بیماری های سینه و باز کردن گرفتگی های کبد، طحال، کلیه، مثانه، رحم، و رفع استقسا و خرد کردن سنگ مثانه و تقویت نیروی جنسی مفید است و اگر با گرد آن مخلوط با روغن گل سرخ قطره ای درست شود و در گوش چکانیده شود برای تسکین درد گوش و رفع کری و سنگینی شنوایی که از ضربه حادث شده باشد مفید است.

برای ازدیاد شیر، دم کرده ۳۰-۲۰ گرم تخم مرغ انیس سبز در ۱۰۰ گرم آب توصیه می شود که روزانه ۲۰-۱۵ قاشق بزرگ خورده شود. برای جلوگیری از قی کردن و تقویت معده مفید است، برای این کار یک قاشق قهوه خوری تخم بادیان رومی را در دم کرده

رازبانه می ریزند. برای تهیه دم کرده رازبانه ۱۰-۵ گرم تخم رازبانه در یک لیتر آب جوش دم می شود. برای رفع قی روزی ۳-۲ فنجان از این مخلوط می خورند.

با انیس سبز نوشابه ای درست می شود که آن را گویند، برای کمک به هاضمه و اختلالات هضم غذا خیلی موثر است. روش تهیه گرد انیس سبز: تخم انیس سبز را به مقدار مورد نظر گرفته و کاملاً تمیز و پاک نموده و اجسام خارجی آن را جدا می نمایند و در گرم خانه در ۲۵ درجه سانتی گراد حرارت می خشکانند و در هاون نرم کوبیده و از الکنمره ادروسازی بدون نخاله بیرون می کنند. از این گرد به مقدار ۲-۲/۰ گرم برای تقویت معده و هاضمه استعمال می شود.

جوشانده انیس سبز: انیسون ۱۰ گرم، آب ۱۰۰۰ گرم جوشانده و صاف نمایند. این جوشانده محرک مطبوعی است. دم کرده انیس سبز: ۵ گرم تخم انیس سبز و ۱۰ گرم ریشه شیرین بیان را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و دم کرده و بگذارند سرد شود و صاف کنند به جای ریشه شیرین بیان ممکن است ۵۰ گرم شربت ساده مصرف شود و در عرض روز آن را بتدریج مصرف نمایند.

تنطور انیسون: انیسونیک واحد که نیم کوب شود، الکل ۸۰ درجه ۵ واحد، مدت ده روز انیسون نیم کوب را در الکل بخیسانند و گاه گاه به بزنند و از پارچه گذرانیده و با کاغذ صاف کنند. خوردن ۲۰-۲ گرم بتدریج از این تنطور برای تحریک و تقویت معده و رفع قولنجهای باد و نفخ موثر است.

تنطور تخم گشنیز و تخم رازبانه و زیره کرمانی و زیره سبز را نیز به همین روش درست می کنند. شربت انیسون: عرقانیسون ۱۰۰ واحد، قند سفید خرد شده ۱۸۰ واحد، قند را در حالت سدی در عرق حل می کنند و با کاغذ صاف می نمایند ۱۵۰-۶۰ گرم از این شربت در تحریک و تقویت معده موثر است.

عرق انیسون: یک واحد انیسون را با مقداری آب مخلوط و در حماما ماریه با وسیله دیگری تقطیر کنند تا جمعاً ۴ واحد به دست آید و مصرف کنند.

پوسیون بادشکن انیسون: ۱۲ قطره اسانس انیسون، ۴ گرم قند سفید، ۸ گرم تنطور زنجبیل، ۲۵۰ گرم عرق نعنا فلفی را مخلوط کنند ۶۰-۱۵ گرم از این پوسیون برای رفع قولنجهای نفخ موثر است.

مشخصات

گیاهی است پایا با ریشه ای قوی دو کی شکل. برگهای آن مرکب و سبز است. برگهای پایین ساقه دارای ۹ برگچه دندانه دار و برگهای بالای ساقه با بریدگی زیاد به صورت نوار در آمده است. ریشه گیاه بوی نامطبوعی دارد و طعم آن تند و تیز است. این گیاه در چمنزارهای مرطوب و حاشیه جنگلها به طور خودرو می روید. در ایران در آذربایجان افشار و بین قطور سو و زاراشو و در گیلان در داماش دیده می شود. از نظر ترکیبات شیمیایی دارای اسانس و ماده تلخ است. در ریشه آن وجود ماده تلخ پیم پی نلین تایید شده است.

خواص و کاربرد

ریشه گیاه تلخ و گس گزنده و در اروپا به عنوان لیتون تری پتیک برای حل کردن سنگهایی که در اعضای مختلف بدن تشکیل می شود. به کار می رود، در ضمن اشتها آور و مقوی و تونیک و قاعده آور نیز می باشد. ریشه و سرشاخه های گیاه معطر و بادشکن و تونیک معده است [لیو] جوشانده گیاه برای نفخ و گازهایی که در اثر سوهاضمه ایجاد می گردد، خورده می شود. در استعمال خارجی از جوشانده گیاه آن به طور غرغره برای رفع گلو درد و ضد عفونی دهان استفاده می شود

مقدار خوراک آن از گرد ریشه تا یک گرم و برای تهیه جوشانده سر شاخه گلدار با ریشه آن مصرف می شود و ۴۰ گرم گیاه با ریشه را در ۱۰۰۰ گرم آب می جوشانند و صاف کرده و با شکر بتدریج می خورند، جوشانده آن برای انقباض رحم در زنان حامله

مفید است .

گونه دیگری از این جنس که در بلوچستان می رسد نام علمی آن می باشد. گیاه خیلی کوچکی است (۱۵-۱۰ سانتی متر) علفی یکساله. گل‌های آن سفید و دارای میوه تخم مرغی پوشیده از تار سفید است.

از نظر خواص در هندوستان دانه های آن را له کرده با آب مخلوط و برای تسکین دل درد می خورند.

منبع: www.taamasrar.com

قطره و قرص گیاهی آفرودیت

آفرودیت محتوی چندین گیاه شامل دارچین خارخاسک زعفران و زنجبیل می باشد مطالعات وسیعی روی اثر این گیاهان برای رفع اختلالات جنسی در سطح جهان انجام شده است مواد موثره گیاهی بخصوص ساپونین و اسانسها و استروئیدهای موجود در این گیاهان در برطرف نمودن ناتوانی جنسی موثر می باشد و با اتساع عروق آلت تجمع خون را در این عضو زیاد کرده و موجب نعوظ می گردد همچنین تمایلات جنسی را افزایش می دهد و از انزالهای زودرس و ناقص جلوگیری نموده و موجب ظهور یک عمل جنسی رضایت بخش می شوند .

مطالعات بالینی نشان می دهند که آفرودیت موجب افزایش تعداد اسپرم شده و می تواند در بیمارانی که بعلت کمبود اسپرم دچار درجاتی از عقیمی هستند موثر واقع شود ، در مطالعات بالینی اثر ساپونین جدا شده از خارخاسک روی اختلالات ناشی از ناتوانی های جنسی مورد ارزیابی قرار گرفته است و اثر بخشی آن به اثبات رسیده است .

اثر بخشی آفرودیت در افراد تحت مطالعه بررسی شده و معلوم گردیده که حداقل در هشتاد درصد این افراد نعوظ بادوامی ایجاد می گردد همچنین نشان داده شده است که آفرودیت تعداد اسپرم را افزایش میدهد جالب توجه است که ساپونین مجزا شده از خارخاسک تولید فولیکول استیمولیت هورمون از هیپوفیز را زیاد می کند که خود باعث افزایش تعداد اسپرم می شود ساپونین پیوند رستورهای استروژن در هیپوتالاموس شده و از طریق واکنش پس نورد منفی تولید فولیکول استیمولیت هورمون را زیاد می کند . در بعضی افراد اختلالات جنسی همراه با اضطراب ناشی از ناتوانی انجام دهی عمل جنسی است آفرودیت قادر به برطرف کردن این اضطراب بوده موجب آرامش و اعتماد به نفس می شود

موارد احتیاط و منع مصرف :

بیماران قلبی بیمارانی که اخیرا مبتلا به سکته قلبی شده اند در مصرف این دارو باید احتیاط کنند .

عوارض جانبی :

بیمارانی که نسبت به اسانس های گیاهی حساسیت دارند باید این دارو را با احتیاط مصرف کنند در کمتر از یک درصد بیماران عدم تحمل گوارشی سردرد مختصر و برافروختگی صورت گزارش شده است

مقدار مصرف قطره به میزان ?? تا ?? قطره ؟ بار در روز در یک فنجان آب قند بعد از غذا میل شود ، قرص به میزان یک قرص ؟ بار در روز بعد از غذا میل شود آفرودیت را می توان برای حصول نتیجه بهتر مستمر مصرف نمود

منبع: <http://www.academist.ir>

سماق معمولی

در کتب طب سنتی با نامهای «سماق»، «سماقیل»، «تمتم» و «سماق الدباغین» آمده است. به فرانسوی Corroyere و به انگلیسی Currier s sumaach گفته می شود. درختچه ای است از خانواده Anacardiaceae و نام علمی Rhus coriaria L. آن

میباشد.

مشخصات

درختی است کوچک به ارتفاع ۴-۳ متر. شاخه های جوان و دمبرگهای آن را موهای زبر پوشانیده است. برگ سماق شانه ای است و طول آن تا ۱۵ سانتی متر و معمولاً دارای ۱۵ برگچه می باشد. برگچه ها دندانه دار به طول ۶-۴ سانتی متر بیضی و مخملی است، روی برگ سبز مات یزر برگ روشن و در اپیز سرخ رنگ و حنایی می شود.

گل‌های آن خوشه ای متراکم و حنایی رنگ است و در حدود ۱۰ سانتی متر طول دارد. میوه آن شفت کرکدار قهواهای مایل به ارغوانی است و گوشت میوه ترش و قابض است.

سماق بومی مناطق مدیترانه‌ای بخصوص سواحل سیسیل است. در ایران در مناطق استپی کوههای البرز و زاگرس در آذربایجان و خراسان و فارس و دامنه های جنوبی البرز، در دره کرج و هراز در ۱۷۰۰-۱۰۰۰ متر ارتفاع و اطراف تهران شمیرانات، قم، تبریز، تفرش و تقریباً در اغلب مناطق ایران می روید.

تکثیر از طریق کشت بذر آن در نهالستان و یا از طریق پاجوشهای آن انجام می شود و پس از ۲-۱ ساله شدن به زمین اصلی منتقل میشود، مراقبت خاصی احتیاج ندارد.

خواص و کاربرد

از نظر ترکیبات شیمیایی در میوه و در برگهای سماق تانن فراوانی موجود است. در برگهای خشک آن بین ۳۰-۱۵ درصد تانن وجود دارد به علاوه یک ماده رنگین زرد به نام میریستین یافت می شود. در میوه آن علاوه بر تانن مقدار قابل ملاحظه‌ای سیتریک اسید، وینیک اسید، مالیک اسید و... که مزه ترش و قابض را به آن می دهد.

سماق قابض است و بند آورنده خونروی می باشد و به عنوان مقوی و تونیک و مدر و برای رفع اسهال خونی و جلوگیری از خونروی و اخلاط خونی از ریه همراه با سرفه مفید است.

از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی سرد و خشک است و سردی برگ آن کمتر از میوه آن است.

به عقیده اطبای سنتی پوست روی سماق ترش و قابض است و اصولاً این پوست روی میوه است که نقش اصلی خواص آن دارا می باشد.

از نظر خواص معتقدند که قابض است و مقوی معده و آلات داخل شکم می باشد. از قی و اشفتگی و اسهال صفراوی و مزمن و اسهال خونی و آمدن خلط خونی از سینه جلوگیری می نماید و خونریزی را بند می آورد و از ترشح زیاد ادرار جلوگیری می کند. خوردن ساییده آن با آب سرد جریان سیلان خون را قطع می کند و جلوگیری میکند خوردن ساییده آن با آب سرد جریان سیلان خون را قطع می کند و نیم کوفته آن با زیره و آب سرد برای کسی که همیشه قی می کند و طعام در معده اش نمی ماند مفید است. اشتها را تحریک می کند، بخصوص در اشخاص گرم مزاج و با زرده تخم مرغ و گشنیز خشک اسهال را بند می آورد و حتی زرده تخم مرغی که در آن شخته شود، نیز قابض و مانع اسهال می شود و با سرکه رقیق، قابض و بریا اسهال و خونروی از رحم و کاهش ترشح زیاد و غیر معمول ادرار نافع است. اگر سماق، بریان و سرخ شود، بیشتر قابض است. سماق مضر معده و کبد سرد است و از این نظر اشخاص سرد مزاج باید با مصطکی و انیسون بخورند. مقدار خوراک آن تا ۲۰ گرم، جانشین آن سرکه است.

خوردن گردی که روی میوه است و آن را خاک سماق می نامند، بسیار قابض است و کمی تلخ، و برای قطع اسهال مزمن و جریان رطوبتهای سفید رحم مفید است. مالیدن سماق به دندان برای تقویت و استحکام لثه و زخمهای بد و درد دندان رگم خورده نافع است و مضمضه خیس کرده سماق را در آب نیز برای زخم دهان و تقویت لثه ها مفید است. اگر گرد سماق را در آب بخیسانند و با کمی کتیرا در زمان شروع چشم درد در چشم بچکانند نافع است و اگر ۳۰ گرم سماق را در ۲۰۰ گرم آب بجوشانند و سپس خرفه

را با آن تر کرده برچشم اندازند، برای جرب و تسکین شدت ناراحتی های پلک مفید است و اگر از آن به پیشانی بیندازند خونریزی از بینی قطع می شود و خارش پلک رفع می شود. ریختن چند قطره آن در گوش از جریان چرک گوش جلوگیری بعمل می آورد و کمپرس با آب دم کرده آن از ورم عضو ضربه خورده جلوگیری می نماید. دم کرده برگ آن برای سیاه کردن موی سر و حقه ، اماله یا تنقیه دم کرده برگ آن برای زخم روده ها و اسهال خونی و دل درد مفید است و مالیدن محلول برگ پخته آن با آب بارهنگ برای زخم های بد و ضماد آن روی ستون فقرات و در یخ آلت تناسلی مرد برای جلوگیری از سلس البول و سستی اعضا مفید است. ضماد برگ آن بر معده اطفال اسهال را قطع می کند و آلات داخل شکم را تقویت می نماید.

صمغ درخت سماق خیلی یابس ، و خشک کننده و محلل است و برای به هم آوردن جراحات و تسکین درد دندان کرم خورده از طریق گذاردن روی دندان مفید است. میوه سماق نباید تازه مصرف شود زیرا ایجاد مسمومیت می کند و همیشه باید خشک آن ساییده و مصرف شود.

منبع: www.taamasrar.com

زیره کوهی

نویسنده: میرحیدر

در کتب طب سنتی با نامهای «زیره کوهی»، «کاشن»، «کاشم» و «انجداد رومی» آمده است و در مصر تخم آن را کرفس جبلی نامند. به فرانسوی *Lkevistique officinale* به انگلیسی *Lovage* گفته می شود. گیاهی است از خانواده *Umbelliferae* نام علمی آن *Levisticum L* و مترادف آن *Ligusticum levisticum L* میباشد.

مشخصات

گیاهی است چند ساله علفی دارای ساقه ضخیم به قطر ۲-۳ سانتی متر، استوانه‌های به بلندی تا ۲ متر است. برگهای آن ضخیم ، گوشتی دارای چند برگچه به رنگ سبز تیره و براق می باشد. گل‌های آن کوچک زرد رنگ به صورت چتر مرکب است. میوه آن تخم مرغی به طول کمتر از یک سانتی متر به رنگ زرد مایل به قهوه ای بسیار معطر، بوی ان نشیر بوی گل پر می باشد و به ظوری که در مخزن آمده است تخم آن همان گل پر است در صورتی که گل نبات دیگری است.

این گیاه در مناطق مختلف آسیا می روید و در بعضی منابع ، ایران نیز به عنوان رویشگاه این گیاه ذکر شده ولی تاکنون گزارشی از گیاه شناسان درباره تایید وجود و شناسایی این گیاه در ایران دیده نشده است.

فقط یک گونه از این گیاه به نام علمی *Levisticum persicum Fregn.et Bornm* در کرمان در کوه هزاربین کرمان و بند عباس در ۳۴۰۰ متر ارتفاع شناسایی شده است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در ریشه این گیاه رزین، اسانس و انواعی از قندها *Malic acid* وجود دارد. در میوه و دانه این گیاه اسانسی با ترکیب شیمیایی مانند اسانس ریشه یافت می شود. در طب سنتی ریشه و تخم آن مورد استفاده است.

خواص و کاربرد

درباره خواص آن در کتب طب سنتی قدیم ایرانی چنین آمده است که از نظر طبیعت خیلی گرم و خشک است و خوردن آن موجب باز شدن گرفتگی های کبد و ضد نفخ است. برای سرفه سرد و تنگی نفس مفید است، مقوی معده می باشد و کمک به هضم غذا میکند و ترشح ادرار را زیاد کرده و مدر و قاعده آور است و خوردن آن برای رفع اثر سموم سرد و گزش جانوران سمی مفید است.

مالیدن آن به موضع در استعمال خارجی برای فلج و در پشت و سیاتیک و سایر بیماریهای سرد نافع است و چون مدر است در مورد

استسقا نیز مفید است. مقدار خوراک آن در دم کرده یا جوشانده ۲۰-۱۵ گرم ریشه گیاه در هزار گرم آب است که به عنوان مدر و قاعده آور خورده می شود و اگر ۱۵ گرم تخم آن را در ۴۰۰ گرم آب دم کرده و بعد از هر غذا بخورند بادشکن است. در استعمال خارج به عنوان ضد درد به صورت کمپرس از جوشانده ۵۰ گرم ریشه در هزار گرم آب استفاده می شود. این گیاه برای اشخاص گرم مزاج مضر است و این قبیل اشخاص می توانند از خیسانده ریشه در سرکه استفاده کنند و یا اینکه پس از خوردن دارو کمی سرکه روی آن بیاشامند. به علاوه برای مثنای مضر است و در این قبیل موارد باید با رازیانه و تخم خیار خورده و قدرت دارویی بی ریشه حداکثر تا ۳ سال می ماند. در اروپا این گیاه را به علوفه دامهای شیری اضافه می کنند، عطر خوبی به شیر می دهد.

منبع: www.taamasrar.com

بسباسه (میسی)

در مورد خواص بسباسه، حکمای طب سنتی معتقدند که بسباسه از نظر طبیعت گرم و خشک است و نیروی قابضه دارد. از نظر خواص معتقدند فرح آور است، مقوی معده و کبد است و منعظ است، اسپرم را زیاد می کند. خصوصاً در سرد مزاجان در هضم غذا کمک می کند دهان را خوشبو می نماید و باز کننده گرفتگی ها و انسداد عروق است. رطوبتها را خشک می کند و گازها و نفخ را تحلیل می برد. در مورد تکرر ادرار که در اثر رطوبت و بوردت حاصل می شود و درد معده و خونروی از سینه و زخم روده ها و خشک کردن رطوبتهای سینه و ریه و بند آوردن اسهال کهنه و خوشبویی رحم نافع است. اگر مخلوط آن با عسل در حمام به پشت زن وضع حمل کرده مالیده شود، برای تسکین درد پشت زن نافع است و شیاف آن در مهبل قبل از نزدیکی برای حامله شدن کمک می نماید. معمولاً در حال حاضر جوز بویا اعم از مغزش نات مگ و یا قسمت جدار دومی آن یعنی بسباسه در مغرب زمین به عنوان ادویه و به مقدار محدود در غذا مصرف می شود و در بازار به طور وسیع فروش می رود و برای خوشبو کردن به غذا های گوشتی و شیرینی جات زده می شود. مثلاً- برای تهیه یک پودینگ لیمو در حد (۱۰۰ گرم) که با سه فنجان شیر و سه عدد گلابی پخته و سایر مواد درست می شود، در حدود نصف قاشق چایخو ذری نات مگ کوبیده مصرف می شود.

منبع: www.taamasrar.com

بادیان کوهی

گیاهی است از خانواده چتریان Umbelliferae، نام علمی Prangos pubularia Lindl. آن می باشد. به هندی و پشتو «فطر اسالیون» گفته می شود و «فطر اسالیون» نامی است در کتب طب سنتی ایران برای نوعی از کرفس معروف به «کرفس صخری»، «مخزن» و یا «کرفس جبلی»، «تحفه» گفته می شود.

مشخصات

گیاهی است علفی بلندی آن ۱/۵-۱/۲ متر. برگهای آن بزرگ به طول ۵۰-۳۰ سانتی متر که دارای تقسیمات مکرر است به تقسیمات باریک منتهی می شود. گلهای آن زرد رنگ، میوه آن خمیده کوتاه دارای بالهای کوچک و موجدار که در آن تخمهای آن قرار دارند.

این گیاه در هندوستان، کشمیر، افغانستان و ایران می روید. در ایران در جاهای سایه دار بادقیس دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در میوه گیاه معطر و آلکالوئید و والریک اسید استر یافت می شود. در گیاه تازه در حدود ۲ درصد وجود

دارد که این اسانس شامل ۴۸ درصد میرسن، ۴ درصد آلفاپینن، مقدار کمی کامفن و بورنشول، ۵/۱۷ درصد باقی مانده دی هایدروکومینول به شکل آزاد یا به شکل استات، مقدار کمی آلدئید و ۲۸ درصد باقی مانده مواد رزینی می باشد. در گزارش دیگری آمده است که از ریشه آن کومارین گرفته می شود که شامل ۱ درصد آوی پرین و ۴/۰ درصد کومالین است. در جتر گل‌های آن ۱۸/۰ درصد اوستول، ۲۰/۰ درصد ایزوایمپراتورین، ۵۰/۰ درصد ایمپوراتورین، ۳۲/۰ درصد برگاپتن و ۱۸/۰ درصد هرکلینین وجود دارد.

خواص و کاربرد

میوه گیاه محرّج، بادشکن، مقوی معده، مدر و قاعده آور است. خروج جنین را تحریک و تسریع می کند. دانه های گیاه مقوی معده و محرک نیروی جنسی است. ریشه آن را برای رفع خارش و به عنوان مدر و قاعده آور مصرف می شود. از نظر طبیعت گرم کننده می باشد.

گونه های متعدد دیگری از این گیاه در مناطق از این گیاه در مناطق مختلف ایران می رویند که چون در لیست گیاهان دارویی جای ندارند از ذکر آنها خود داری می شود.

منبع: www.taamasrar.com

چای جاوه

در ایران چای نمسه و چای آلمانی گفته می شود. برگ درختچه ای است که به فرانسوی *the de java* و به انگلیسی *java tea* گفته می شود. این نامها برای برگ و برای درختچه استعمال می شود. گیاهی است از خانواده *labiatae*، نام علمی آن *orthosiphon grandiflorus Boldingh* و مترادف *orthosiphon stamineus Benth*. آن می باشد.

در مدارک آمریکایی نام گیاه را *orthosiphon aristatus (BI.) Miq* در دو گونه بالا را مترادفهای آن ذکر می کنند.

مشخصات

درختچه ای است که بلندی آن حدود یک متر است. برگهای آن بزرگ و هر دو طرف آن پوشیده از کرک دنداندار معطر و بوی آن شبیه بوی چای معمولی است. گل‌های آن ابتدا سفید. پس از چندی آبی رنگ می شود.

این گیاه در جاهای مرطوب و کنار استخرهای روید. ب. می مناطق حاره و آمریکا و استرالیا است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی برگهای آن دارا روغنی فرار و گلوکوزیدی به نام *orthosiphonin* است. بررسی دیگری نشان می دهد که برگها یک گلوکوزید و ۶۵/۰ درصد اسانس و *Tannin*, *phytosterol*, *saponin* است. در اسانس آن یک ماده متبلور مشخص شده است. در قسمت غیر فرار عصاره برگ مواد *Linoleic acid*, *sito-sterol*, *linoleic acid* و یک آلکالوئید یافت می شود و به علاوه در گیاه املاح پتاسیم وجود دارد.

در گزارش تجزیه شیمیایی دیگری آمده است که در گیاه یک گلوکوزید به نام و در برگهای سرشاخه آن مقدار زیادی پتاسیم وجود دارد. [G.I.M.P.]

خواص و کاربرد

در تایوان از دم کرده برگهای درختچه به عنوان مدر استفاده می شود. *Van der sleesein* می گوید که تقریباً در تمام مناطق اندونزی و کمتر در فلپین مانند چای دم می کنند و مصرف می نمایند.

در شبه جزیره ملایا از آن در موارد نزله مثانه استفاده می شود [برکیل]. و برای بیماریهای مختلفی نظیر التهاب کلیه یا نفریتیس و

وجود سنگ در کلیه یا نفزولی تیازیس و تجمع اورین یا ادرار در کلیه به علت انسداد مجاری آن و سنگ مثانه و تصلب شرایین یا ضخیم شدن و سفت شدن شریانها و نقرس و سرانجام روماتیسم بسیار مفید است [اوکابه]. برای سنگ کیسه صفرا و بیماری قند نیز مفید است [کلوپن برگ-ورستیغ]. مصرف بر گهای تازه معمولا تهوع آور است [آتندولی].

علت اینکه آن را چای آلمانی نیز می گویند شاید به این دلیل باشد که سابقا این چای در آلمان بسته بندی شده و به ایران وارد می شده است. ولی در حال حاضر در مواقعی که واردات آن آزاد باشد، مستقیما از بندی با تاویا به ایران وارد می شود.

منبع: www.taamasrar.com

پونه کوهی

نویسنده: استاد میر حیدر

به فارسی «پونه کوهی» و در کتب طب سنتی با نام «فودنج جبلی» نام برده می شود.

شلیمر این گیاه را با نام «آویشن شیرازی» نام برده است. به فرانسوی *origan vulgaire* و *origan commun* و *marjolaine* و به انگلیسی *wild marjoram*, *oregano* گفته می شود. گیاهی است از خانواده *labiatae* و نام علمی آن *origanum vulgare L.* و *origanum* نامهای علمی مترادف آن *origanum loureiroi kostel* می باشد.

توضیح:

به طور کلی در اصطلاح ادویه و در فرهنگ ادویه و در فرهنگ ادویه و گیاهان دارویی، *marjoram*, *oregano* دو گیاه متفاوت هستند که گاهی از نظر اسم یکی را به جای دیگری گفته می شود. مرزنگوش یا *sweet marjoram* یک ادویه برگری نسبتا ملایمی است، ولی *oregano* یک ادویه تیز و تند مخصوص پیتزا می باشد که با نام *pizza herb* نامیده می شود. از نظر گیاه شناسی طی قرون متمادی ابهامی از نظر نامگذاری این دو گیاه وجود داشته است و طی سالهای و شاید چندین قرن گیاه شناسان هر دو نام را مربوط به یک گیاه به نام علمی *origanum marjoronal* یا مرزنگوش می دانستند. در حال حاضر عده ای از گیاه شناسان باز هم هر دو نام یادشده را یعنی *marjoram*, *oregano* را مربوط به یک گیاه به نام علمی *majorana hortensis moench* می دانند، ولی عده دیگری عقیده دارند که: *majorana* مربوط به نوع شیرین و گره دار آن یعنی *sweet marjoram* است که گیاهی است از خانواده *labiatae* و بومی مناطق مدیترانه ای و در ایران به نام مرزنگوش معروف می باشد و *oregano* که به نام *organy* یا *wild marjoram* معروف بوده است در حال حاضر دو نوع آن یعنی نوع اروپایی و نوع مکزیک می باشد.

نوع مکزیک تند و تیز آن که بومی مناطق گرم نیمکره غربی است، گیاهی است از خانواده *verbenaceae* جنس *lippia* و نام علمی آن *lippia graveolens HBK* می باشد. نوع مکزیک تند، گیاهی معطر و بوته ای می شود. این گیاه ادویه در بازار بین المللی به نام *Mexican oregano* معروف است.

نوع ملایم اروپایی یا *oregano* گیاهی است از خانواده *labiatae* و نام علمی *origanum vulgare L.* آن میباشد و همان گیاهی است که در این بخش با نام فودنج جبلی یا پونه کوهی مطرح شده و در ایران می روید.

قسمتی از این گیاه که در جزیره کرت در دامنه های کوه دیکت می روید به نام علمی *origanum dictamus L.* که آن را *origanum cretium L.* نیز می گویند می باشد که مشخصات < عینا مانند مشخصات *O.vuglre* است.

مشخصات

فودنج جبلی یا پونه کوهی گیاهی است چند ساله با شاخه و ساقه های سخت پوشیده از کرک که به رنگ سبز مایل به قرمز به ارتفاع

در حدود ۷۰ سانتی متر و لی به هر حال ارتفاع آن بیشتر از مرزنگوش است. برگهای آن پوشیده از کرک و به رنگ سبز تیره و پهنتر و یزگتر از مرزنگوش است. شکل برگها بیضی نوک تیز و بدون دمبرگ است. گل‌های آن ارغوانی کگه در اوایل تا اواسط تابستان در انتهای شاخه های گل دهنده به طور مجتمع و گروهی ظاهر می شود. فودنج جبلی در مقابل سرما مقاومتر و متحملتر از مرزنگوش می باشد.

تکثیر پونه کوهی از طریق کاشت بذر آن در بهار و یا از طریق قلمه آن انجام می گیرد. اولین برداشت برگها و سرشاخه های جوان سبز پونه کوهی در آغاز ظهور گلها یعنی اواخر بهار شروع می شود و گیاه از ۸-۷ سانتی متری زمین قطع می شود. پایه باقی مانده گیاه به رشد خود ادامه می دهد به طوری که ممکن است یک برداشت دیگر نیز در یک سال انجام شود. مزرعه پونه کوهی ممکن است ۴-۵ سال با محصول کافی مورد بهره برداری قرار گیرد، ولی پس از آن باید مزرعه تجدید شود. پس از برداشت، برگهای باید با دقت تمیز شده و پهن و خشک شود. پونه کوهی دارای پویی معطر است و در سواحل دریاها و دامنه کوهها و جنگلهای مناطق مختلف اروپا و آسیا و ایران می روید و پرورش داده می شود.

در ایران در مناطق شمال ایران لاهیجان، زالش و آستارا به طور خودرو دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی وجود اسانس روغنی فرار به مقدار ۰/۵۲۵-۰/۴۵ درصد در فودنج جبلی تایید شده است. بررسی های دیگری نشان می دهد که اسانس روغنی موجود در فودنج جبلی در حدود ۵۰ درصد شامل تیمول است به علاوه ترکیب اسانس روغنی فرار آن دارای دی ال- پینن دی پتن، لینالول، مقداری بی سیکلیک سسکی ترپن و تری سیکلیک سسکی ترپن می باشد.

خواص - کاربرد

طبیعت آن طبق نظر حکمای طب سنتی گرم و خشک است. جوشانده گرم آن قاعده آور است و در مواقعی که جریان حیض در اثر سرما بطئی و ناچیز شده باشد، برای طبیعی ساختن و ازدیاد آن بسیار موثر است اسانس آن معطر محرک و مقوی و برای قطع اسهال و تسکین درد های حاد و پشت سر هم شکم نافع است دم کرده آن برای زکام، یرقان، سرفه، درد گلو و استسقا اثر مفید دارد زیرا مدر است.

در آمریکا در حال حاضر از اسانس پونه کوهی برای معطر کردن سوسیس و انواع غذاها در سطح وسیعی استفاده می شود و ضمناً از این اسانس زرد مایل به سبز معطر و مطبوع برای معطر کردن انواعی از صابونها و بعضی لیکورها استفاده می گردد و از برگهای خشک آن به عنوان ادویه در انواع غذاهای گوشتی و سوپ ها مصرف می گردد مقدار خوراکی پونه کوهی به صورت دم کرده ۲۰-۱۰ گرم سرشاخه گل دار گیاه برای تهیه ۴-۳ فنجان دم کرده کافی است نوع دیگر آن این است که در حدود ۵۰ گرم از پونه کوهی در ۱۰۰۰ گرم یرکه انگور قرمز مدت یک هفته خیس می کنند و پس از آن بعد از هر غذا یک لیون کوچک از آن را می خورند از اسانس پونه کوهی به صورت پماد برای ضد عفونی کردن زخم ها استفاده می شود بعلاوه برای تسکین روماتیسم و دندان درد و گوش درد نیز استعمال موضعی آن مصرف دارد در چین جوشانده گیاه را که با گیاه بار هنگ پخته شده باشد برای معالجه آفتاب زدگی می خورند [هو]. در هند و چین از گیاه به عنوان تنیک و مهیج [فوکود و دلانسان]، و برای معالجه سل و ناراحتی های کبد ضعف مفرط و عقیم بودن مصرف می شود. [دراگن درف].

منبع: www.taamasrar.com

ترب وحشی

به فارسی «ریشه خردل»، «ترب وحشی»، «ترب کوهی» و در کتب طب سنتی با نام «ترب دشتی» و «فجل بری» نام برده شده است، به فرانسوی *raive sauvage, raifort* در اصطلاح های محلی فرانسوی و *moutarde des capucins* به انگلیسی *Horse radish* نامیده می شود. گیاهی از خانواده *cruciferae* نام علمی آن *cochlearia armoracia* و مترادف آن *Armoracia lappatifolia Gibb* و وسط گیاه شناسان مختلف نامگذاری شده است.

مشخصات

ترب کوهی گیاهی است چند ساله دارای ریشه بسیار بلند حجیم که گوشت مغز آن سفید و الیافی است آنرا رنده کرده و به عنوان ادویه تند مانند خردل در آشپزخانه بکار می برند. برگهای آن دراز، براق بیضی باریک، دو سر آن نوک تیز و کناره آن دنده دار. ساقه آن قائم مجوف و شیار دار است ارتفاع آن ۷۵/۰-۶۰/۰ متر، گل‌های آن سفید به طور گروهی خوشه ای در انتهای شاخه گل دهنده هستند میوه آن خورجین و اغلب عقیم بسیار کوچک است. تکثیر این گیاه از طریق کاشت قطعه ای از ریشه آن است برای این کار قسمت هایی از ریشه به طول ۱۰ سانتی متر یعنی قطعاتی به طول ۱۰ سانتی متر از عضو زیر زمینی قطور گیاه را بریده روی خطوطی به فاصله ۷۰ سانتی متر که فاصله بوته ها روی خطوط ۲۵-سانتی متر باشد، می کارند. برداشت ریشه در قسمت زیر زمینی گیاه به منظور استفاده دارویی از سال سوم که ریشه به حجم یک مشت دست رسیده باشد انجام می گیرد و از طریق کاشت ریشکهای گیاه نیز خاک پوک و تازه، تکثیر آن انجام می شود.

ترب وحشی یا ترب کوهی در کوهستانهای مرطوب، گودالها، کنار جریانهای آب، دامنه های رو به شمال کوهستانهای اروپا و آسیا و در هندوستان می روید. از وجود این گیاه در ایران تا به حال گزارشی نشده است. ولی پرورش آن امکان دارد. ریشه ترب وحشی ترد و شکننده به طول ۱ متر هم ممکن است برسد که آن را بشکنند بوی گزنده بسیار تندی از آن متصاعد می شود که بینی و چشم را تحریک می کند و معمولاً در مصارف طبی از ریشه تازه آن استفاده می شود. چون ریشه ترب وحشی حداکثر رویش را در فصل پاییز دارد و به علاوه حداکثر تندی آن نیز با بر خورد با سرما ایجاد می شود، لذا برداشت ریشه از نظر ادویه باید در اواخر پاییز انجام گیرد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در ریشه گیاه یک اسانس روغنی فرار بابوی تند و تیز و خراش دهنده وجود دارد. تندی و گزندگی آن در اثر وجود گلیکوزید سینیگرین و آنزیم مایروزین در آن است له شده گیاه در اثر داشتن ماده ایزو سیانات تاثیر یاز دارنده روی رشد میکرو ارگانیسمها دارد. ریشه گیاه منبع غنی ویتامین C است.

در گزارش دیگری آمده است که گیاه خاصیت بازدارنده رشد روی جرمهای گرام منفی گروه حصبه و شبه حصبه روده را دارد. در هریک صد گرم ریشه ترب وحشی خام مواد زیر وجود دارد:

آب ۷۴ گرم، پروتئین ۲/۳ گرم، انرژی ۸۷ کالری، مواد چرب ۳/۰ گرم، هیدراتهای کربن ۱۹ گرم، کلسیم ۱۴ میلی گرم، فسفر ۶۴ میلی گرم، آهن ۴/۱ میلی گرم، سدیم ۸ میلی گرم، پتاسیم ۵۶۴ میلی گرم، تیامین ۰۷/۰ میلی گرم، و ویتامین C ۸۱ میلی گرم. خواص و کار برد:

ترب وحشی طبق نظر حکمای طب سنتی گرم و خشک است برگها و ساقه های جوان گیاه به طور کلی محرک، معرق و مدر می باشد و به هاضمه مکم می کند و در استعمال خارجی به عنوان داروی موثر در لومباگو استعمال می شود. ریشه گیاه در موارد ناراحتی های حاصل از کمبود ویتامین C مصرف می شود و از دم کرده ۳۰-۱۵ گرم در هزار گرم آب آن و یا خیس کرده ۳۰-۱۵ گرم رنده شده آن در هزار گرم سرکه رقیق به عنوان مدر و معالج استسقا، ورم کلیه، سنگ کلیه، روماتیسم مزمن، نفرس، آب آوردن ریه ها، آسم مرطوب، ضعف، زردی و یرقان استفاده می شود.

ریشه رنده شده گیاه شبیه خردل اثر قرمز کننده دارد و ضماد ریشه له شده آن روی پوست پس از چند دقیقه پوست را گرم و قرمز می‌کند و پس از ۳۰-۲۰ دقیقه، سوزش و سوختگی و تاول در پوست ایجاد می‌کند، بنابراین از ضماد ریشه آن برای درد های عصبی، سیاتیک، گرفتن عضلات، دردهای روماتیسمی، فلج های موضعی و لومباگو استفاده می‌شود.

اگر رنده شده ریشه آن را روی پارچه نازک تمیزی پهن کرده روی آن شکر بریزند مایع شیرینی مخلوط با عصاره ریشه پارچه خارج می‌شود که آن را شربت ریشه ترب وحشی گویند و اگر روزی ۲-۱ قاشق سوپ خوری از این شربت خورده شود برای کمی ویتامین C مجرب و نافع است.

روغن ترب وحشی بسیار گرم است و در اکثر امراض جانشین روغن زیتون کهنه و روغن بلسان است و محلل بسیار قوی است، خوردن آن برای فلج، لقوه، رفع ناراحتی سم گزش و عقرب و سایر گزندگان نافع است و قطره آن در گوش برای تحلیل بادهای گوش و رفع درد آن مفید است و مالیدن آن به عضو نیز برای فلج، لقوه و سستی اعضا نافع است.

برای تهیه روغن ترب وحشی به این ترتیب عمل می‌شود که برگ ترب وحشی را در آغاز تخم بستن و تبدیل گل به تخم چیده و آب آن برگ را با آب تخم ترب گرفته و با دو برابر وزنش روغن زیتون یا روغن کنجد تازه با آتش ملایم بپزند تا آب آن برود و روغن بماند، البته باید دقت کرد که نسوزد.

در حال حاضر مهمترین مصرف ریشه ترب وحشی در اروپا و آمریکا، مصرف آن به عنوان ادویه تند است و مرسوم که از ریشه تازه رنده کرده آن با غذاهای گوشتی نظیر گوشت قرمز، ماهی و زبان مصرف می‌نمایند و یا از ترشی سرکه آن استفاده می‌شود و مخلوط با خردل بوی مطبوع خاصی به خردل می‌دهد. در فرانسه معمول است ریشه ترب وحشی را گرفته رنده کرده با کمی سرکه مخلوط می‌کنند و شیر جوشیده روی آن می‌ریزند. همین که شیر منعقد شد آب جدا شده از قسمت منعقد شده شیر را جدا می‌کنند و روزی ۲-۱ لیوان از آن می‌خورند که مدر است و برای تسکین درد روماتیسم بسیار نافع می‌باشد.

در انگلیس مرسوم است که از شربت ترب وحشی به عنوان داروی سینه و برای معالجه خشونت صدا و قطع سرفه های بعد از آنفلوانزا تجویز می‌شود.

منبع: www.taamasrar.com

سنبل ختایی

در کتب طب سنتی با نامهای «سنبل ختایی» و «حشیشه الملائک» آمده است. به فرانسوی *Angelique* و به انگلیسی *Angelica* گفته می‌شود. گیاهی است از خانواده *Umbelliferae* نام علمی آن *Angelica archangelica* L. و مترادف آن *Archangelica officinalis Hoffm* می‌باشد.

مشخصات:

آنزلیک گیاهی است علفی دو ساله بلند، ارتفاع آن متجاوز از یک متر است. معطر با برگهای بزرگ دارای بریدگی و تقسیم بندی شده، هر یک از تقسیمات برگ نوک تیز دندانه دار می‌باشد. ساقه آن شیار دار استوانه ای به رنگ سبز مایل به قرمز. گل‌های آن سفید به صورت چتر در انتهای شاخه گل دهنده ظاهر می‌شود. از برگ و ساقه و ریشه آن در طب استفاده می‌شود.

این گیاه در مناطق شمالی اروپا، شبه جزیره اسکاندیناوی و کوهستانهای مرکزی اروپا تاروسیه میانه انتشار دارد. در هندوستان در کشمیر می‌روید. در شمال اروپا به عنوان گیاه سبزی خوراکی مورد استفاده و توجه است و کاشته می‌شود و ریشه های آن را به صورت خام یا پخته می‌خورند. در سایر مناطق اروپا علاوه بر خوراکی بودن از خاصیت خوشبو بودن آن نیز در قنادی استفاده می‌شود و از میوه آن برای تهیه یک نوع نوشابه به نام *Ratafia d'Angelique* استفاده می‌شود. به علاوه خواص طبی آن در سطح

وسعی مورد توجه است و کاربرد دارد.

تکثیر آنژلیک از طریق کشت بذر آن صورت می‌گیرد به این ترتیب که بذر آن را در بهار در هوای آزاد و یا در پاییز در پناه شاسی می‌کارند و پس از آن نهال‌های جوان را به مزرعه منتقل کرده و می‌کارند. معمولاً چند ماه پس از کاشت نهالها آماده انتقال می‌شوند بنابراین کشت بهاره در پاییز به مزرعه منتقل می‌شود و کشت پاییزه در بهار منتقل می‌گردد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و مواد عامله، ریشه و قسمت زیر زمینی خشک آنژلیک در حدود ۳۵/۰ درصد اسانس روغنی فرار دارد و در میوه آن (۳/۱-۲/۱) درصد اسانس یافت می‌شود. مواد عمده موجود در اسانس آنژلیک عبارتند از بتا فلاندرن و به علاوه در اسانس ریشه آنژلیک که در هوا خشک شده باشد مواد د-آلفا-فلاندرن، آلفا-پینن و هایدروکسی پنتادکانوئیک اسید و آلفا-متیل بوتیریک اسید یافت می‌شود.

در ریشه‌ها و ثمر آنژلیک چند فرو کامارین نظیر آنژلیسین، برگاپتن، کزانتوتوکسین و... وجود دارد و به علاوه اومبلی پرنین و چند فنل نیز در آن مشخص شده است (G.I.M.P).

بررسی‌های شیمیایی جدیدتری نشان می‌دهد که کیفیت اسانس آنژلیک با شرایط اقلیمی محل رویش طبیعی آن ارتباط دارد هر چقدر ارتفاع از سطح دریای محل رویش طبیعی آن بیشتر باشد، عطر بیشتر و با کیفیت بهتری می‌دهد.

از گیاه آنژلیک ۹ نوع ماده کومارین جدا شده است از جمله یک کومارین جدید به نام آرکی سین در آن مشخص شده است. (S.G.I.M.P).

خواص و کاربرد

آنژلیک معمولاً در سال اول گل می‌دهد ولی چون ریشه آن رشد کافی نکرده برداشت ریشه در سال دوم انجام می‌گیرد و در آغاز سال دوم ساقه‌های فرعی سال اول را قطع می‌کنند و فقط ساقه اصلی باقی می‌ماند که رشد کافش بنماید و از ساقه‌های قطع شده و برگهایی که در خلال سال اول قطع شده نیز پس از خشک کردن استفاده می‌شود. میوه گیاه وقتی کاملاً رسیده که معمولاً در اواخر تابستان است، آماده برداشت می‌شود.

از نظر خواص ریشه آنژلیک و میوه آن محرک و نرم‌کننده سینه و معرق است و ریشه آن بخصوص مقوی، ضد تشنج، بادشکن، خلط‌آور، قاعده آور و معرق می‌باشد.

در فرانسه در مراجع طب سنتی آن دیار مرسوم بوده است که از دم کرده ریشه آنژلیک به نسبت ۱۰-۲ گرم ریشه خشک در یک لیتر آب جوش و با از تنطور الکلی ریشه آنژلیک ۱۰-۲ گرم به عنوان نیرو دهنده و. هاضم استفاده می‌کنند و از دم کرده میوه آن نیز به عنوان مفرح و نیرو دهنده خیلی استقبال می‌شود.

گونه *Angelica sylvestris L*. را نیز در بعضی اسناد به نام سنیل ختایی می‌نامند. گیاهی است پایا به بلندی تا ۱۵۰ سانتی متر و معطر این گیاه در اروپا و از جنوب غربی چین تا نپال در آسیا می‌روید.

قسمت نرم ریشه این گیاه به عنوان دارو مصرف می‌شود، جوشانده آن برای رفع بی‌حسی اعصاب، رفع گرفتگی در اعضای بدن، روماتیسم و [چیو]، سردرد، سرگیجه ناشی از سرماخوردگی و تورم در پاها به کار می‌رود.

منبع: www.taamasrar.com

چای شبت (کاهش دهنده چربی خون)

این چای شامل برگ و دانه گیاه شوید (شبت) است که در اکثر منابع معتبر علمی دنیا خواص آن به تأیید رسیده است.

این گیاه دارای خواص متعددی از جمله کاهش چربی خون (تری گلیسرید و کلسترول)، درد معده، بادشکن و افزایش ترشح شیر مادران بوده و در درمان قولنج معده نوزادان نیز به کار می رود.

عوارض جانبی: عوارض جانبی خاصی برای این گیاه گزارش نشده است، با این حال مصرف بیش از حد آن توصیه نمی شود. نحوه و میزان مصرف: نصف قاشق چایخوری از پودر دانه خشک این گیاه را در یک فنجان آبجوش به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه دم کرده و روزانه در دو وعده میل کنید.

منبع: ساناز سانیا، شماره ۱۵ / س

چای ترخون (ضد نفخ و اشتها آور)

این چای شامل برگ و سرشاخه های گلدار گیاه ترخون است که در اکثر منابع معتبر علمی دنیا، خواص آن به تأیید رسیده است. این گیاه دارای خواص متعددی از جمله مقوی معده، بادشکن و اشتها آور بوده و در درمان قاعدگی های دردناک نیز از آن استفاده می شود.

عوارض جانبی: عوارض جانبی خاص برای این گیاه ذکر نشده است با این حال مصرف بیش از حد آن توصیه نمی شود. نحوه و میزان مصرف: یک قاشق چایخوری از پودر خشک شده گیاه را در یک فنجان آبجوش به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه دم کرده و روزانه دو تا سه وعده میل کنید.

منبع: ساناز سانیا، شماره ۱۵ / س

گوجه فرنگی منبع سرشار ویتامین سی

گوجه فرنگی به علت دارا بودن ویتامین های کا، سی، بی، آ و مواد معدنی نظیر کلسیم، فسفر و آهن در تأمین انرژی و تقویت بدن نقش موثری ایفاء می کند.

به گزارش (ایسنا) منطقه مرکزی، گوجه فرنگی یکی از مهم ترین منابع ویتامین است. لذا در تقویت بینایی، تقویت و سلامتی پوست و مخاط ها (دهان و بینی)، رشد و نمو استخوان ها است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین های بی یک و دو است از این رو در تسکین دردهای عصبی، رفع بی اشتها و درمان یبوست، نقصان ترشح شیر مادر و تورم دهان تجویز می شود. گوجه فرنگی، بدن را در برابر امراض و بیماری های عفونی حفظ می کند و مصرف آن نیرو و نشاط می بخشد. پوست و دانه های آن نیز به هضم غذا کمک کرده و روده ها را پاک می کند. آب گوجه فرنگی مدر و مفید است. برای تمیز کردن خون باید از آب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار سه فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده کرد.

گوجه فرنگی هضم مواد نشاسته ای را آسان می کند. به همین جهت از آن سس درست و با حبوبات پخته مصرف می کنند. مصرف گوجه فرنگی برای اشخاصی که مبتلا به سنگ کلیه و مثانه و کبد هستند، تجویز می شود. گوجه فرنگی بعد از لیموترش، بیش از سایر میوه ها ویتامین سی و مقدار زیادی فسفر، آهن، سیلیس و کلسیم دارد.

گوجه فرنگی تأمین کننده انرژی بدن

منبع: روزنامه کیهان

گوجه فرنگی به علت دارا بودن ویتامین های A.B.C.K و مواد معدنی مانند کلسیم، فسفر و آهن در تأمین انرژی و تقویت بدن نقش موثری ایفا می کند.

گوجه فرنگی یکی از مهمترین منابع ویتامین A می باشد، لذا در تقویت بینایی، تقویت و سلامتی پوست و مخاط ها (دهان و بینی) رشد و نمو استخوان ها ضروری است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین های B₁ و B₂ می باشد؛ از این رو در تسکین دردهای عصبی، رفع بی اشتهايي و درمان یبوست، نقصان ترشح شیرمادر و تورم دهان تجویز می شود. این میوه بدن را در برابر امراض و بیماری های عفونی حفظ کرده و مصرف آن نیرو و نشاط می بخشد. پوست و دانه های آن نیز به هضم غذا کمک کرده و روده ها را پاک می کند.

آب گوجه فرنگی ادار آور و مفید است. برای تمیز کردن خون باید از آب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار ۳ فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت ۳ هفته استفاده کرد. گوجه فرنگی هضم مواد نشاسته ای را آسان می کند. به همین جهت از آن سس درست شده، و با حبوبات پخته مصرف می کنند. مصرف آن برای اشخاصی که مبتلا به سنگ کلیه و مثانه و کبد هستند، تجویز می شود. گوجه فرنگی بعد از لیموترش، بیش از سایر میوه ها ویتامین C و مقدار زیادی فسفر، آهن، سیلیس و کلسیم دارد. بررسی ترکیبات و مواد موجود در گوجه فرنگی نشان می دهد که در میوه گوجه فرنگی رسیده، گلوکز، فروکتوز، ساکاروز و تقریباً تمام آمینواسیدهای اصلی به استثنای تریپتوفان وجود دارد. اسید آلی اصلی و عمده موجود در گوجه فرنگی، اسید سیتریک است. اسیدیت میوه به تدریج از مرحله سبزی به طرف قرمز شدن افزایش و حداکثر آن، موقعی است که قرمز شدن و رنگ عوض کردن آن آغاز می شود و پس از آن رو به کاهش می گذارد. ماده رنگی اصلی و عمده گوجه فرنگی کاروتنوئید، بتاکاروتن و لیکوپن می باشد. حداکثر مقدار کاروتنوئیدها در حالتی است که گوجه فرنگی در زیر تابش مستقیم نور رشد می کند. ماده ای سمی به نام سولانین در گوجه فرنگی سبز و نارس وجود دارد که خوردن آن موجب مسمومیت شده و دل پیچه، اسهال و باز شدن مردمک چشم را ایجاد می کند. به علاوه خوردن برگ آن که به عنوان دارو در مواردی تجویز می شود، باید در حد اعتدال و به مقدار مجاز و محدود، در حدی که پزشک تعیین کرده مصرف شود، زیرا برگ آن هم سمی است.

در هند و چین از میوه گوجه فرنگی به عنوان ملین استفاده می شود و برای تقویت مسلولین (مبتلایان به بیماری سل)، تب های حصبه ای، رفع ورم ملتحمه چشم، آماس گوش (اوتیت) و دفع سنگ کلیه تجویز می شود. مصرف گوجه فرنگی برای مبتلایان به درد مفاصل تجویز شده و برای مبتلایان به نقرس و روماتیسم مفید است. گوجه فرنگی، خنک و اشتها آور است و آب آن برای رشد و نمو بهتر اطفال موثر است. اگر در محل مورچه ها چند عدد برگ گوجه فرنگی بگذارید، بوی این گیاه مورچه ها را فراری می دهد.

برای تمیز کردن لکه های جوهر بر روی لباس، یک تکه پنبه را در آب گوجه فرنگی فروبرده و روی لکه جوهر بمالید. سپس آن را بشویید.

نسخه پیچی گیاهی

داروهای مسهل - یبوست - سفتی مدفوع - دیر کار کردن شک

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱

دارو: ریشه و ریزم ریوند چینی (Rheum officinale)

مقدر مصرف: ۱ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده است در یک فنجان آب جوش ریخته مدت یک ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .
توجه : این دارو در زنان حامله و در افرادی که سنگ در مثانه یا دستگاه ادراری دارند نباید مصرف شود .
نسخه شماره ۲

دارو : شیرابه خشک شده برگهای صبر زرد (چداروا) (*Aleo species*)
مقدر مصرف : ۶۰ تا ۲۰۰ میلی گرم بعنوان مسهل ملایم ، ۳۰۰ تا ۱۰۰۰ میلی گرم بعنوان مسهل .
طرز تهیه : با کمی شربت قند میل کنید .
توجه : این دارو در دوران حاملگی ، زمان قاعدگی و در هنگام وجود ناراحتی گوارشی مصرف نگردد .
نسخه شماره ۳

دارو : برگ سنا (*Cassia angustifolia*)
مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم بعنوان ملین
۱ تا ۳ گرم بعنوان مسهل ملایم
۴ تا ۸ گرم بعنوان مسهل قوی
طرز تهیه : مقادیر مورد نظر از برگ سنا را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آبجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .
توجه : مدت ۶ تا ۸ ساعت بعد از مصرف دارو تخلیه روده شروع می شود .
نسخه شماره ۴

دارو : اسفرزه (*Plantago psyllium*)
مقدر مصرف : برای بزرگسالان مقدر ۱۰ گرم یا یک قاشق غذا وری پر با کمی آب ولرم یا شیر گرم روزی سه بار مصرف گردد .
اطفال : مقدر یک رگم روزی سه بار با کمی آب گرم یا شیر گرم میل کنید .
نسخه شماره ۵

دارو : پوست سیا توسه (*Rhamnus frangula*)
مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم از پودر گیاه
طرز تهیه و مصرف : بصورت کپسول تهیه و میل کنید .
توجه : مقدر ۲ تا ۶ گرم این دارو را در یک لیوان آب بصورت جوشانده نیز می توان تهیه و مصرف نمود .
نسخه شماره ۶

دارو : مغز میوه فلوس (*Cassia fistula*)
مقدر مصرف : بزرگسالان به مقدر ۴ تا ۸ گرم بعنوان ملین و به مقدر ۳۰ تا ۶۰ رگم بعنوان مسهل ، اطفال به مقدر ۳ گرم بر حسب هر یک از سنین عمر بعنوان مسهل .
طرز تهیه و مصرف : مقادیر ذکر شده از پودر گیاه فوق را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهای ملین

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت یبوستهای اسپاسمی (عصبی)

عصاره سیا توسه ۱۹/۷ میلی لیتر

عصاره بلادن ۰/۳ میلی لیتر

مقدر مصرف :

صبح و شب قبل از خواب ۳۰ قطره از داروی فوق در یک استکان آب قند حل و میل شود .

نسخه شماره ۲- داروی ملین (جهت برطرف کردن یبوست همراه با درد)

بابونه ۲۰ گرم

بومادران ۲۰ گرم

بردنجبوه ۱۰ گرم

نعناع ۵ گرم

سنا ۵ گرم

سیا توسه ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاً کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی

بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ملین

ریشه شیرین بیان ۳۰ گرم

ترنجبین ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

بنفشه و ریشه شیرین بیان پودر شده را در یک فنجان آبجوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آن را صاف کرده

و ترنجبین را با آن اضافه می کنند تا حل شود ، در خاتمه مخلوط را در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ملین

زردآلو پانزده عدد

آلو پانزده عدد

گل نیلوفر سه عدد

گل بنفشه ۱۵ گرم

عدس پوست کنده ۱۰ گرم

گشنیز خشک ۱۰ گرم

تخم کاسنی نیم کوبیده ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به مدت یک روز در آب خیسانده و بعد صاف می کنند . مخلوط صاف شده در یک نوبت جهت رفع یبوست و

حرارت و غلبه گرمی در مناطق گرم توصیه کرده اند .

توجه : برای اینکه خیسانده تهیه شده خاصیت ملینی داشته باشد به آن ۵۰ گرم ترنجبین اضافه می کنند

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱

دارو: گز علفی (*Quercus infectoria*)

مقدر مصرف: ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: در کمی آب حل نموده و میل کنید .

نسخه شماره ۲

دارو: گز خونساری (گزانگبین) (*Astragalus adscendens*)

مقدر مصرف: ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: در کمی آب حل نموده و میل کنید .

نسخه شماره ۳

دارو: ترنجبین (*Alhagi camelorum*)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۷۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۴

دارو: شیر خشت (*Cotoneaster numularia*)

مقدر مصرف: تا ۱۰۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۵

دارو: شکر سرخ (*Saccharum officinarum*)

مقدر مصرف: تا ۱۰۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۶

دارو: شکر تیغال (*Echinops cephalotes*)

مقدر مصرف: تا ۱۵ گرم

طرز مصرف: بصورت دم کرده

نسخه شماره ۷

دارو: بید خشت (*Salix excelsa*)

مقدر مصرف: ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف: با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۸

دارو: دانه خاکشی (*Sisymbrium sophia*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز مصرف: با کمی آب سرد میل کنید .

نسخه شماره ۹

دارو: میوه انجیر (Ficus carica)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۱۵ گرم

طرز مصرف: بصورت خیسانده در آب گرم یا در شیر میل کنید.

نسخه شماره ۱۰ (ملین قوی)

دارو: روغن کرچک (Ricinus communis oil)

مقدر مصرف: یک قاشق مربا خوری تا یک قاشق غذا خوری بر حسب سن و وضع بدنی بیمار.

توجه: این دارو بهترین و مناسبترین و مطمئن ترین ملینهاست و برای کودکان هم مناسب است.

نسخه شماره ۱۱

دارو: روغن بادام (Prunus amygdalus oil)

مقدر مصرف: ۱۵ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۲

دارو: روغن نارگیل (Cocos nucifera oil)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۴۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۳

دارو: روغن پنبه دانه (Gossypium hearbaceum oil)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۳۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۴

دارو: روغن کنجد (Sesamum indicum oil)

مقدر مصرف: ۴۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۵

دارو: روغن ذرت (Zea mays or corn oil)

مقدر مصرف: ۴۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۶

دارو: روغن مغز گردو (Juglans regia oil)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۱۵ گرم (بر حسب سن بیمار)

ضد قولنج و داروهای باد شکن و ضد نفخ

- داروهای ضد گاستریت و نفخ و ورم معده و زخم معده و مشکلات و بیماریهای معده و گوارش

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی باد شکن (ضد نفخ)

دانه زیره یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

دانه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید ۲۰ دقیقه دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان قبل از غذا میل می کنند .

نسخه شماره ۲- داروی بادشکن قوی

گل بابونه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

میوه زیره یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید ۲۰ دقیقه دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد و ضد نفخ

نعناع ۲۵۰ گرم

گل بابونه ۲۵۰ گرم

رازیانه ۱۰۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰۰ گرم

ریشه ختمی ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید ۳۰ دقیقه دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد قولنج (کولیک)

گل بابونه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد تشنج و دل درد معده

نعناع ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

بومادران ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آرنای صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد گاستریت و ضد نفخ

اسطوخودوس یک قسمت

دانه زیره ده قسمت

دانه رازیانه ده قسمت

دانه انیسون ده قسمت

گل بابونه ده قسمت

گیاه بومادران بیست قسمت

برگ نعناع سیزده قسمت

ریشه سنبل الطیب پنج قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دو بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد نفخ

دانه زیره یک قسمت

گل بابونه سه قسمت

برگ نعناع سه قسمت

ریشه سنبل الطیب سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد ، در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه بال خود باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی ضد نفخ

زیره ۱۰ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید

نسخه شماره ۹- داروی ضد نفخ و ضد دل درد

نعناع ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

برگ توت فرنگی ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان ، نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت درمان پیچش شکم همراه با درد

نعناع ۲۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت رفع اختلالات هاضمه

برگ انیسون یک قسمت

برگ ریحان یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

برگ مرزه ده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا و بیده و نرم شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده مدت یک هفته هر شب میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد دل درد دارو : میوه یا تمام گیاه رازیانه (*Foeniculum vulgare*)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم ، اطفال بر حسب سن ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی بادشکن و ضد دل درد دارو : میوه زیره (*Carum carvi*)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۴ تا ۱۲ گرم - اطفال ۲ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو : گل بابونه اصلی (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۸ گرم (بر حسب سن بیمار)

- طرز تهیه: مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۴- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو: تمام گیاه مرزنجوش (*Origanum majorana*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۵- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو: برگ گیاه بادرنجبویه (*Melissa officinalis*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۶- داروی بادشکن دارو: تمام گیاه آویشن شیرازی (*Thymus serpyllum*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۷- داروی بادشکن دارو: تمام گیاه پودنه (*Mentha pulegium*)
مقدر مصرف: ۱ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت یک ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.
- توجه: مصرف این دارو در زنان حامله توصیه نمی شود.
- نسخه شماره ۸- داروی بادشکن دارو: اسطوخودوس (*Lavandula officinalis*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۹- داروی ضد تشنج و بادشکن دارو: برگ نعناع (*Mentha piperita*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۱۰- داروی بادشکن دارو: تخم گیاه گشنیز (*Coriandrum sativum*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم
- طرز تهیه: مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.
- نسخه شماره ۱۱- داروی ضد اسپاسم دارو: سیر (*Allium sativum*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم (پودر خشک شده یا ۳-۴ دانه پیاز آن)

طرز مصرف : همراه با غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد اسپاسم دارو : برگ بذر البنج (ژوسکیم) (*Hyoscyamus niger*)

مقدر مصرف : ۱۳۰ تا ۳۲۰ میلی گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو به علت شدید الاثر بودن باید توسط پزشک تجویز گردد .

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد اسپاسم دارو : شیرابه خشک شدن انقوزه (*Ferula assa-foetida*)

مقدر مصرف : ۰/۳ تا ۱ گرم

طرز تهیه : در کمی آب ولرم حل و میل کنید

نسخه شماره ۱۴- داروی ضد تشنج اسپاسم دارو : ریشه یا برگ گیاه شاهبیزک (*Atropa belladonna*)

مقدر مصرف : ۳۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر دفعه یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز گردد .

نسخه شماره ۱۵- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه گلدار آویشن شیرازی (*Thymus serpyllum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر یک دفعه فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- داروی بادشکن دارو : دانه گیاه سیاه دانه (*Nigella sativa*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر یک دفعه فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۷- داروی بادشکن دارو : میوه کبابه (*Piper cubeba*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و گرم گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۸- داروی ضد درد معده و بادشکن دارو : میوه بادیان (*Pimpinella anisum*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه شوید (*Anethum graveolince*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا

صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد درد معده و بادشکن دارو : تمام گیاه مرزه (*Satureia hortensis*)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۱- داروی مقوی معده دارو : ریشه و ریزم جنطیانا (ژانسن) (*Gentiana lutea*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : افرادی که به سرعت مبتلا به سردرد یا حالت عصبی می شوند نباید این دارو را مصرف نمایند .

نسخه شماره ۲۲- داروی مقوی معده دارو : میوه (دانه) انیسون (*Pimpinella anisum*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی مقوی معده و برطرف کننده ورم معده دارو : برگ نعناع (*Mentha piperita*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی مقوی معده دارو : میوه (دانه) رازیانه (*Foeniculum vulgare*)

مقدرا مصرف : بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی مقوی معده و برطرف کننده ورم معده دارو : برگ نعناع (*Mentha piperita*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۵- داروی مقوی بادشکن و برطرف کننده قولنج معده

دارو : تخم شوید (شبت) (*Anethum graveolence*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۶- دارو جهت درمان درد معده و روده دارو : زنجبیل (*Zingiber officinalis*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم یا یک قاشق مربا خوری

طرز تهیه : صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲۷- داروی مقوی معده دارو : برگ پونه (پودنه) (*Mentha pulegium*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۸- دارو جهت برطرف کردن خونریزی معده دارو : گل بنفشه (*Viola odorata*)

مقدرا مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۹- داروی مقوی معده دارو : میوه یا برگ گیاه برگ بو (*Larus nobilis*)

مقدرا مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۰- داروی مقوی معده دارو : ریزوم زردچوبه (*Curcuma longa*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۱- دارو جهت درمان ورم و زخم معده دارو : خرفه (*Portulaca oleracea*)

مقدر مصرف : صبح و ظهر و شب هر دفعه در حدود ۳ گرم خرفه تازه همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳۲- دارو جهت التهاب معده و روده دارو : مرزه (*Satureia hortensis*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنی

نسخه شماره ۳۳- دارو جهت زخم معده و اثنی عشر دارو : ریشه شیرین بیان (مجو) (*Glycyrrhiza glabra*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۴- دارو جهت زخم معده (*CAchillea mille Folium*) دارو : گل یا تمام گیاه بومادران

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

داروهای محرک معده ، مقوی معده و اشتها آور

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی محرک معده

میوه رازیانه یک قسمت

زیره سیاه یک قسمت

تخم گشنیز یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

زیره سبز یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده ظهر و شام بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مقوی معده

میوه انیسون یک قسمت

میوه شوید یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

میوه زیره سیاه یک قسمت

برگ نعناع خشک شده یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده ظهر و شام بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی معده

افسنطین ۲۰۰ گرم

قنطاریون صغیر ۲۰۰ گرم

شبدر آبی ۵۰ گرم

ریشه زانسیان ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شام نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت ناراحتی معده همراه با درد

نعناع ۲۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی اشتها آور

برگ شبدر یا یونجه یک قسمت

گیاه قنطاریون یک قسمت

افسنطین یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل بکنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد کمبود شیر معده

گیاه افسنطین دو قسمت

دانه زیره دو قسمت

گل بابونه دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی جهت التیام زخم معده

بابونه ۳۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

نعناع ۳ گرم

سنا ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با هم مخلوط کرده و در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه مرتبه هر دفعه یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروهای ضد کمبود شیر معده

گیاه افسنطین دو قسمت

دانه زیره دو قسمت

گل بابونه دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خر شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی جهت التیام زخم معده

بابونه ۳۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

نعناع ۳ گرم

سنا ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد را با هم مخلوط کرده و در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه مرتبه هر دفعه یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی اشتها آور

برگ یونجه ۸ قسمت

بابا آدم ۲ قسمت

درچین ۱ قسمت

شیرین بیان ۱ قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاً خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی دل درد همراه با اسهال

پوست بلوط ۲۰ گرم

نعناع ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاً خرد شده باش در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۳ بار هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : پوست درچین (*Cinnamomum zeylanicm*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو : ریشه زنجبیل (*Zingiber officinalis*)

مقدر مصرف : ۰/۲۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : میوه (دانه) هل (*Elletaria cardamomum or Anomum C*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۴- دارو: میوه فلفل سیاه (*Piper nigrum*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان با کمی شکر یا عسل قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۵- دارو: دانه گیاه شنبلیله (*Trigonella foenum – graecum*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۶- دارو: برگ یا ریشه یا دانه سنبل ختائی (*Archangelica officinalis*)

مقدر مصرف: برگ ۱ تا ۳ گرم - ریشه ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۷- دارو: میوه انیسون (*Pimpinella anisum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۸- دارو: میوه (دانه) رازیانه (*Foeniculum vulgare*)

مقدر مصرف: بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .
نسخه شماره ۹- دارو: پیاز گیاه سیر (*Allium sativum*)

طرز تهیه و مقدر مصرف: پنج عدد سیر را در ۱/۸ لیتر آب سرد له کرده ۶ تا ۸ ساعت می گذارند باقی بماند سپس روزی چند بار هر مرتبه یک قاشق غذا خوری میل کنید .

داروهای ضد کرم و انگل

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع کرمک

صبر زرد ۰/۵ تا ۱ گرم

زرده تخم مرغ ۱ عدد

آب نیم گرم ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق مخلوط و تنقیه شود .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع کرمهای آسکاریس

ریشه انار یک قسمت

پوست ریشه شال (آزاد درخت) یک قسمت

سرخس یک قسمت

فوفل یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر ۲ قاشق غذا وری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح ناشتا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان کرم کدو

تخم کدو ۱۵ گرم

برنک کابلی ۱۵ گرم

فوفل یک دانه

قارچ کوهی ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد آنرا صاف کرده صبح ناشتا میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع کرمهای دراز

برنک کابلی ۲۵ گرم

پوست هلیله زرد ۲۵ گرم

آمله منقی ۲۵ گرم

تربد سفید ۱۵ گرم

شکر سرخ ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده و با شکر سرخ مخلوط و بصورت حب درآورده و به مقدر ۲۰ گرم با آب گرم میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت دفع انواع کرمها

پوست هلیله زرد ۱۵ گرم

برنک کابلی ۱۵ گرم

تربد سفید ۳۰ گرم

شکر سرخ ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را نرم و الک و مخلوط کرده و هر بار ۳۰ گرم با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت درمان کرم کدو

ریشه سرخس ۱۰ گرم

تربند ۱۰ گرم

برنک کابلی ۲۵ گرم

درمنه ترکی ۲۵ گرم

باقلائی مصری ۱۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار برای مدت ۵ روز صبح و شب میل کنید .

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : برگ و سرشاخه گیاه افسنتین (گونه های مختلف آرتیمیزیا (*Artemisia Spp*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد .

سپس آنرا صاف کرده به مدت ۵ روز متوالی هر بار یک فنجان میل کنید

توجه : از مقادیر زیاد این دارو اجتناب گردد چون ایجاد مسمومیت می کند .

نسخه شماره ۲- دارو : پوست ریشه انار (*Punica granaum*)

مقدر مصرف : ۴ تا ۱۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد .

صبح و شب هر دفعه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : تخم کدو (*Cucurbita maxima and C.pepo*)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم - اطفال ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده میل کنید و پس از چند ساعت دو قاشق غذا خوری روغن کرچک یا زیتون میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو : ریشه بسفایج (*Poypodium vulgare*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : ریشه سرخس نر (*Aspidium filix - mas*)

مقدر مصرف : ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده میل کنید.

توجه: این گیاه سمی بوده و باید زیر نظر پزشک تجویز شود و در مورد بیماران قلبی و زنان حامله نیز توصیه نمی گردد.

نسخه شماره ۷- دارو: قارچ کوهی (*Pleurotus enyngii*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: با کمی آب میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو: گل زبان در قفا (*Delphinium consolida*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۹- دارو: تست هوایی گیاه سداب (*Ruta graveolence*)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- دارو: برگ و پوست زبان گنجشک (*Faraxinus excelsior*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو: برگ و پوست زبان گنجشک (*Faraxinus excelsior*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای مدر صفرا و ضد بیماریهای صفراوی و یرقان

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی صفرا آور

گیاه بومادران یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

گیاه خار مقدس یک قسمت

پوست سیاه توسه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد سنگ صفرا

گیاه خار مقدس یک قسمت
برگ پنیرک یک قسمت
گل همیشه بهار یک قسمت
بفشه سه رنگ یک قسمت
پوست سیاه توسه یک قسمت
بومادران یک قسمت
طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک تا دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی صفرا آور

گیاه افسنطین دو قسمت
گیاه خار مقدس دو قسمت
برگ نعناع دو قسمت
ریزوم ریوند یک قسمت
دانه زیره یک قسمت
میوه خار مقدس دو قسمت
طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی صفرا آور و مقوی کبد

گل همیشه بهار یک قسمت
گل گیاه گندم یک قسمت
برگ نعناع بیست قسمت
ریشه شیرین بیان سی قسمت
ریشه ژانسیان پنج قسمت
پوست سیاه توسه ده قسمت
میوه زیره پنج قسمت
میوه رازیانه پنج قسمت
گل بابونه سیزده قسمت
گیاه مامیران ده قسمت
طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق با نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت صفرا

پر (برگه) زرد آلو ۳۰ عدد

عنب ۱۵ عدد

آلوی بزرگ ۱۰ عدد

تمر هندی ۳۰ گرم

گل نیلوفر ۵ گرم

گل بنفشه ۱۵ گرم

آب مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را در آب سرد به مدت ۱۲ ساعت خیسانده و حاصل را در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت دفع صفرا

پر (برگه) زرد آلو ۳۰ عدد

عنب ۱۵ عدد

آلوی سیاه ۱۰ عدد

تمر هندی ۱ گرم

گل نیلوفر ۱۰ گرم

گل بنفشه ۱۰ گرم

زرشک ۱۰ گرم

آب نیم لیتر

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را درش ب خیسانده و صبح صاف نموده و حاصل صافی در یک نوبت میل شود .

نسخه شماره ۷- داروی مقوی صفرا و کلیه ها

میوه سرو کوهی یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

زنجبیل یک چهارم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- بصورت کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی

بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان صبح و شب بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- ارو جهت دفع سنگهای صفراوی

ریشه یاب ۲۵ گرم

برگ و سر شاخه های کندنای کوهی ۵۰ گرم

ریشه اونونیس ۲۵ گرم

برگ و سر شاخه های ماشیا (غافث) ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی صفرا آور

ریشه زنجبیل شامی ۱۵۰ گرم

ریزوم ریوند ۱۵۰ گرم

ریشه اونونیس ۱۵۰ گرم

برگ غافث ۴۰۰ گرم

برگ کندنای کوهی ۱۵۰ گرم

برگ تمشک ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار صبح و شب یک فنجان میل کنید .

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی صفرا آور و محرک ترشح صفرا دارو : ریزوم زردچوبه (*Curcuma longa*)

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۵ دقیقه بگذارید تا بجوشد سپس آنرا صاف کرده و میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی معالج یرقان و صفرا آور دارو : تمام گیاه شاهتره (*Fumaria species*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این گیاه تا اندازه ای سمی بوده و استفاده از آن به مقدر زیاد باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسی می شود بنابراین مصرف آن بایستی زیر نظر پزشک باشد .

نسخه شماره ۳- داروی معالج یرقان

دارو : تمام گیاه گل رنگ (کافشه) (*Carthamus tinctorius*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی معالج یرقان

دارو : دانه گیاه سیاه دانه (*Nigella sativa*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی صفرا آور

دارو: ریشه کاسنی (*Cichorium intybus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه: این دارو علاوه بر این جهت دردهای صفراوی هم مورد استفاده قرار می گیرد .

نسخه شماره ۶- داروی صفرا آور

دارو: تمام گیاه افسنتین کبیر (*Aretmisia absinthium*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه: این دارو علاوه بر این جهت دردهای صفراوی هم مورد استفاده قرار می گیرد .

نسخه شماره ۷- داروی ضد یرقان

دارو: میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی مدر صفرا و معالج اختلالات صفرا

دارو: ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیرمال ، کاسنی زرد) (*Taraxacum officinalis*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی صفرا آور

دارو: تمام گیاه آناکالیس (عین الجمل) (*Anagalis arrensis*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد یرقان و صفرا آور

دارو: تمام گیاه عائف (*Agrimonia eupatoria*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی صفرا آور و محرک ترشح صفرا

دارو: پیاز گیاه سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت معالجه بیماریهای صفراوی

دارو: تمام گیاه سداب (*Ruta graveolens*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- داروی صفرا آور

دارو: تمام گیاه خرفه (*Portulaca oleracea*)

مقدر مصرف: ۵۰ تا ۱۰۰ گرم بصورت تازه و ۵ تا ۱۰ گرم بصورت خشک

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- داروی صفرا آور

دارو: برگ و سر شاخه های گلدار گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی)

(*Rosmarinus officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۵- داروی مدر صفرا

دارو: میوه تمر هندی (*Tamarindus indica*)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۴۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا خیسانده شود سپس آنرا با مقدری قند میل کنید.

نسخه شماره ۱۶- داروی مدر صفرا

دارو: روغن زیتون، برگ و پوست زیتون (*Olea europea*)

مقدر مصرف: ۲۰ تا ۴۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را روزی دو مرتبه همراه با سالاد میل کنید مقدر مصرف برگ و پوست ۴-۸ گرم بصورت دم کرده مطابق روشهای بالا توصیه می گردد.

نسخه شماره ۱۷- داروی صفرا آور

دارو: گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۸- داروی صفرا آور

دارو : برگ نعناع (*Mentha piperita*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- داروی صفرا آور

دارو : برگ و سر شاخه های گلدار گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی)

(*Rosmarinus officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۰- داروی محرک ترشح کیسه صفرا

دارو : گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

مقدرا مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۱- داروی محرک ترشح برونش ها

دارو : برگ بارهنگ سرنیزه ای (*Plantago lanceolata*)

مقدرا مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۲- داروی محرک ترشح صفرا

دارو : ریشه یا برگ گل کاسنی (*Cichorium intybus*)

مقدرا مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۳- داروی محرک غدد ترشحي معده (ترشح معده و صفرا)

دارو : تمام گیاه افسنتین (*Artemisia absinthium*)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی محرک ترشح غدد معده و روده

دارو: پیاز (*Allium cepa*)

مقدر مصرف: روزانه یک عدد پیاز خام با هر غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۵- دارو جهت برطرف کردن یرقان، زردی و سیروز کبدی

دارو: میوه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را در یک لیوان آب جوش ریخته روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۶- دارو جهت اختلالات در ترشح غدد

دارو: ریشه انجدان رومی (*Levisticum officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای معرق و ضد تعرق

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی معرق

گل زیر فون یک قسمت

گل آقطی یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم

بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو جهت جلوگیری از عرق زیاد

برگ مریم گلی یک قسمت

برگ زوفا یک قسمت

پوست میوه گردو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر دو قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تا دم

بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از خواب میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت جلوگیری از عرق زیاد

گشنیز خشک ۲۵ گرم

سماق ۲۵ گرم

برنج سفید ۲۵ گرم

آب ۲۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را در آب بجوشانید تا حجم حاصل به یک سوم برسد . سپس آنرا صاف نموده و روزی ۱۰۰ گرم میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد تعرق شبانه و ضد تعرق زیاد مسلولین دارو : برگ مریم گلی (*Salvia officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد تعرق شبانه مسلولین دارو : سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : گل زوفا (*Hyssopus officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : برگ نعناع یا پونه (*Mentha piperita or M.pulegium*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : ریشه بابا آدم (*Arctium lappa*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : تمام گیاه ریحان (*Ocimum basilicum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : گل تمام گیاه بومادران (*Achilea millefolium*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: افرادا (ریش بز) (*Ephedra species*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: تره تیزک (شاهی) (*Lepidium sativum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: گل بابونه (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: شاهتره (*Fumaria species*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: تمام گیاه گلدار گونه هایی از آویشن (*Thymus species*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو: ریزم بید گیاه (مرغ) (*Agropyrum repens*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای مدر

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی مدر

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه انجدان رومی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

میوه سرو کوهی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مدر

کاکل ذرت یک قسمت

دم گیلاس یک قسمت

دم اسب یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مدر و موثر بر التهاب مثانه

کاکل ذرت یک قسمت

بید گیاه (مرغ) یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی مدر

میوه ابهل یک قسمت

ریشه انجدان رومی یک قسمت

میوه زیره یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی مدر

ریشه جعفری ۳۵۰ گرم

شاخه و برگ دم اسب ۲۰۰ گرم

برگ تمشک ۲۰۰ گرم

برگ درخت غان ۲۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی مدر

برگ درخت غان ۲۵ گرم

ریشه جعفری ۲۵ گرم

دم گیلان ۲۵ گرم

گیاه گزنه ۵ گرم

گیاه آقطی سیاه ۵ گرم

گیاه بومادران ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : ریزوم بید گیاه (مرغ) (*Agropyron repence*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو : ریزوم مارچوبه (هلیون) (*Asparagus officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو : دانه گل آفتاب گردان (*Heliantus annus*)

مقدر مصرف : ۸ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو : برگ انگور (*Vitis vinifers L*)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۶۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو : برگ گیاه خاس (خاش ، راج) (*IIex aquifolium*)

مقدر مصرف : ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

سخه شماره ۶-

دارو : ریشه یا برگ گل قاصد (*Taraxacum officinalis*)

مقدر مصرف: ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو: گل زیر فون (*Tilia cordata Mill*)

مقدر مصرف: ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو: دم گیلاس (*Cherry Tail*) (*Cerasus avium L*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- داروی مدر بخصوص برای معالجه رماتیسم و نقرس

دارو: گل، پوست و ریشه آقطی (*Sambucus nigra*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی مدر بخصوص برای معالجه استسقاء

دارو: تمام برگ ترخون (*Artemisia dracunculus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو: تمام گیاه آناگالیس (عین الجمل) (*Angallis arvensis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- دارو: تمام گیاه یا دانه جعفری (*Petroselinum crispum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- دارو: میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (*Rosa canina*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- دارو: تخم ترب سیاه (*Rhaphanus sativus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. میوه آن را نیز تا ۱۰۰ گرم می توان هر بار همراه غذا میل کدر .

نسخه شماره ۱۵- دارو: تخم کرفس (*Apium graveolence*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس بدون صاف کردن روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو: برگ بارهنگ سرنیزه ای (*Plantago lanceolata*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۱۷- دارو: ریشه صابونی (غاسول) (*Saponaria officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۱۸- دارو: گل بابونه اصلی (*Matricarira chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۰- دارو: گل زبان در قفا (زبان پس قفا) (*Delphinium consolida*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۱- دارو: کاکل ذرت (*Zea mays corn sille*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۲- دارو: گل گیاه گندم (قنطریون) (*Centaurea cyamus L*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۳- دارو: دانه گیاه سیاه دانه (*Nigela sativa*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۴- دارو: برگ و پوست ساقه زبان گنجشک (*Faraxinus excelsiot*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۵- دارو: ریشه یا میوه گیاه غلیون (شون) (*Sambucus ebulus*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم از ریشه یا ۲ تا ۴ گرم از میوه

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۶- دارو: تمام گیاه گلدار آویشن شیرازی (*Thymus serpyllum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

داروهای معالجه بیماریهای کلیه و مثانه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت نزله مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

برگ انگور خرس دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسب یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد مثنانه و کلیه

برگ غان پنج قسمت

تخم جعفری دو قسمت

برگ انگور خرس هشت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد درد مثنانه و کلیه

رگ غان سه قسمت

برگ انگو خرس هفت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

برگ بذر البنج سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه بیماریهای کلیه و مثنانه

برگ زبان گنجشک ۲۰ گرم

برگ انگور خرس ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

پوست بابا آدم ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت سنگ کلیه و مثنانه

تخم خیار ۳۰ گرم

تخم خربزه ۶۰ گرم

خارخاسک ۴۰ گرم

ریشه لبلاب ۴۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱ - دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن کلیه و مثانه

دارو: میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (*Rosa canina*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه: این دارو علاوه بر این با مقدر مصرف مذکور در فوق مورد شروع تشکیل سنگ کلیه و مثانه جهت حل کردن آنها نیز مورد استفاده قرار می گیرد .

نسخه شماره ۲ - دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو: ریشه روناس (*Rubia tinctorum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه: این دارو علاوه بر این دارای خاصیت حل کنندگی سنگهای مثانه نیز می باشد .

نسخه شماره ۳ - داروی ضد دردهای سنگ کلیه و مثانه

دارو: تخم تره (*Allium porrum*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴ - داروی ضد دردهای کلیه

دارو: تخم شوید (*Anethum graveolense*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵ - داروی ضد التهاب مجاری درای

دارو: گل بنفشه (*Viola odorata*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶ - دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه

دارو: تمام قسمتهای گیاه به ویژه تخم جعفری (*Apium petroselinum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷ - داروی ضد دردهای مثانه

دارو: میوه کاکنج (عروسک پشت پدیده) (*Physalis alkekengi*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ عدد میوه

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

توجه: این دارو علاوه بر این موجب دفع اوراتها، هم می شود.

نسخه شماره ۸ - داروی معالج نزله کلیه

دارو: تمام گیاه ریحان (*Ocimum basilicum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۹ - داروی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو: میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۹ - داروی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو: میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۱ - داروی جهت رفع التهابات کلیه

دارو: برگ یا چوب یا پوسته ساقه غان (قان، توس) (*Betula alba*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

توجه: این دارو باعث خروج آب بدن بدون اینکه بافت کلیه را تحریک کند می شود.

نسخه شماره ۱۲ - دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو: تخم گشنیز (*Coriandrum sativum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۳ - دارو جهت رفع عفونت مجاری ادراری

دارو: میوه خارخاسک (Tribulus terresteris)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

داروهای ضد سرفه، ضد برونشیت، ضد آسم و ضد بیماری

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی ضد سرفه

نسخه شماره ۱- داروی ضد سرفه

گل پنیرک یک قسمت

برگ ختمی یک قسمت

ریشه ختمی دو قسمت

برگ پاخزری یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

آویشن یک قسمت

دانه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد سرفه

گل‌سنگ ایسلندی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

ریشه ختمی دو و نیم قسمت

دانه رازیانه یک قسمت

آویشن سه قسمت

بارهنگ یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی ضد سرفه

گل گیاه گل گندم نیم قسمت

گل پنیرک یک قسمت

گل پاخری دو قسمت

گل ماهور یک و نیم قسمت

ریشه علف شیر یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک و نیم قسمت

دانه انیسون ستاره ای یک قسمت

گیاه آویشن یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد سرفه

ریزوم زنبق نیم قسمت

ریشه ختمی چهار قسمت

برگ پاخری دو قسمت

گل گان یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک و نیم قسمت

میوه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار ر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی سیاه سرفه و سایر بیماریهای عفونی برنشها

آویشن ۲۰ گرم

گل ماهور ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دوبار (صبح و شب) هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت سیاه سرفه و سایر بیماریهای عفونی برنشها

دانه کتان یک و نیم قسمت

میوه انیسون یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

گیاه آویشن یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰

دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبحها و شبها هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو جهت برونشیت

برگ ختمی یک قسمت

گل پنیرک یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

دانه کتان دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۳۰ دقیقه

باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ تا ۳ بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت برونشیت

میوه انیسون یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

برگ ختمی یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

برگ پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه

باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت برونشیت

برگ و گل پنیرک یک قسمت

برگ و گل ماهور یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

گیاه ختمی یک قسمت

برگ پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی

بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده سه یا چهار بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت برونشیت

آویشن ۲۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

میوه انیسون ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار صبح و شب هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت نزله حنجره

برگ پنیرک یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

گیاه پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت سرفه های خشک

ریشه ختمی ۲۰ گرم

گل‌سنگ ایسلند ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هر ۲-۳ ساعتی یک بار دو قاشق غذا خوری میل کنید

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد سرفه و ناراحتی های برنش ها

گل زالزالک ۲۰ گرم

میوه انیسون ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا وری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هر ۱ الی دو ساعت یک بار یک قاشق غذا خوری میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- دريو ضد سیاه سرفه

افسنطین ۵ قسمت

گل فوفل ۵ قسمت

گل شقایق ۱۵ قسمت

گل نرگس ۱۵ قسمت

شکوفه هلو ۱۵ قسمت

ریشه سنبل الطیب ۱۵ قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط داروهای فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده جهت کودکان شیر خوار و اطفال تا ۱۰ ساله ۳ قاشق سوپ خوری روزی سه بار مصرف کنید .

نسخه شماره ۱۵- دارو جهت ذات الریه (برنکوپنومونی)

شیرین بیان یک قسمت

تخم کتان یک قسمت

عسل ۶ قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

شیرین بیان و تخم کتان را ابتدا خرد کرده در یک لیوان مدت نیم ساعت در آب جوش خیسانده سپس آنرا صاف و با عسل مخلوط نموده روزی ۲ تا ۳ بار جهت کودکان مصرف کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو جهت رفع آسم

شاهبیزک (بلادوزن) ۵ گرم

برگ داتورا ۵ گرم

برگ بذربنجم ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

پس از مخلوط کردن داروهای فوق با یک قاشق مرباخوری از آنرا در مورد ضروری سورانده و دود آنرا استنشاق بکنید .

نسخه شماره ۱۷- داروی ضد سرفه

عصاره بذر البنجم ۵ گرم

عصاره تریاک ۰/۲ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را بصورت یک حب درآورده و روزی ۱ تا ۴ حب میل شود .

توجه : این دارو فقط با دستور پزشک و داروخانه های مجاز قابل تهیه و مصرف می باشد .

نسخه شماره ۱۸- دارو جهت ذات الجنب

عصاره شیرین بیان ۳۰ گرم

گیاه بنفشه ۳۰ گرم

نشاسته ۱۰ گرم

کتیرا ۱۰ گرم

تخم ختمی ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

لعاب دانه کتان ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را کوبیده و الک نموده و سپس با لعاب دانه کتان مخلوط و بصورت حب درآورده و در هر نوبت ۱۰ گرم از آن را

با شربن ساده میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- دارو جهت آسم و تنگی نفس

برگ گل فراره (پاخری) ۲۰ گرم

برگ بارهنگ ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت ۲۰ دقیقه باقی

بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هریک الی دو ساعت یک قاشق غذا خوری میل کنید

نسخه شماره ۲۰- دارو جهت غرغره

برگ ختمی ۵۵۰ گرم

ریشه ختمی ۲۵۰ گرم

ریشه شیرین بیان پوست کنده ۱۵۰ گرم

گل پنیرک ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر چهار قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی

بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و مرتب غرغره کنید .

نسخه شماره ۲۱- دارو جهت سرفه

کتیرا ۱۰ گرم

صمغ عربی ۱۰ گرم

به دانه ۱۰ گرم

عصاره شیرین بیان ۲ گرم

نشاسته ۲ گرم

تخم خشخاش ۲ گرم

روغن بادام ۴ گرم

قند سفید ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلا کوبیده و الک کرده و با روغن بادام و قند مخلوط بکنید سپس روزی سه بار هر بار ۱۰ گرم میل بکنید.

نسخه شماره ۲۲- دارو جهت فع ناراحتیهای تنفسی و سینه درد و سرفه

گل پامچال ۴۰ گرم

گل ماهور ۴۰ گرم

گل سنگ (لیخن) ۱۰۰ گرم

میوه رازیانه ۵۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۱۰۰ گرم

برگ نعناع ۱۰۰ گرم

برگ بارهنگ ۱۵ گرم

ریشه ختمی ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد آسم و ضد بیماری

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی خلط آور

دارو : تمام گیاه پر سیاوش (*Adiantum capillus-veneris*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی خلط آور

دارو : گل علف ماهور (*Verbascum thapsus*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی خلط آور

دارو : ریشه زنبق (*Iris germanica*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- داروی خلط آور

دارو : تمام گیاه علف هفت بند (*Polygonum aviculare*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- داروی ضد آسم

دارو : تمام گیاه اورمک (افرادا) (*Ephedra SPP*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی خلط آور ملایم

دارو: گل یا تمام گیاه بنفشه (بنفشه معطر) (*Viola odorata*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- داروی خلط آور و آرام کننده سینه

دارو: گل و برگ گیاه پنیرک (*Malva sylvestris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- داروی ضد سرفه

دارو: ریشه ختمی (*Althaea officinalis*)

مقدر مصرف: بزرگسالان ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- داروی کم کننده تحریکات سرفه ضد سرفه

دارو: گل یا تمام گیاه ختمی (*Althaea officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد سرفه

دارو: گل شبدر (*Trifolium pratense*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد سرفه

دارو: تخم کتان (*Linum usitatissimum*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد سرفه و سینه درد

دارو: گل پنیرک (*Malva sylvestris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۳- داروی ضد دارو جهت سرفه خونی و خشک
دارو : قدومه (تودری) (*Alyssum homolocarpum*)
مقدر مصرف : ۶ تا ۹ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۴- داروی جهت معالجه سرفه و عرق زیاد مسلولین
دارو : برگ مریم گلی (*Salvia officinalis*)
مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱/۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۵- داروی ضد برونشیت مزمن
دارو : برگ یا گل اوکالیپتوس (*Eucalyptus globulus*)
مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۶- داروی ضد آسم
دارو : تمام گیاه زوفا (*Hyssopus officinalis*)
مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۷- داروی ضد آسم
دارو : برگ تاتوره (داتوره) (*Datura stramonium*)
مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجزیه می شود .
نسخه شماره ۱۸- داروی ضد آسم
دارو : ریشه یا برگ شاهبیزک (*Atropa belladonna*)
مقدر مصرف : ۳۰ تا ۱۰۰ میلی گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۹- داروی ضد آسم

دارو: برگ بذر البنج (ژوسیگام) (*Hyoscyamus niger*)

مقدر مصرف: ۱۳۰ تا ۳۲۰ میلی گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد درد گلو و ریه (برونشیت مزمن، خلط آور)

دارو: صمغ اوشق (کما) (*Dorema ammoniacum*)

طرز تهیه: بصورت حب یا امولسیونهای معطر شده توسط اسانس نعناع میل کنید.

نسخه شماره ۲۱- داروی نرم کننده سینه

دارو: عناب (*Ziziphus vulgaris*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم تا ۵۰ عدد

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۲- داروی نرم کننده سینه

دارو: میوه سپستان (*Cordia myxa*)

مقدر مصرف: از ۳۰ عدد تا ۹۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی ضد سرماخوردگی

دارو: تمام گیاه پر سیاوش (*Adiantum cappilus -veneris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی ضد سرماخوردگی

دارو: سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۵- داروی ضد سرماخوردگی

دارو: برگ بادنجبویه (*Melissa officinal*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۶- دارو جهت باز کردن گرفتگی بینی

دارو: تمام گیاه و اسانس گیاه مرزنجوش (*Origanum majorna*)

مقدر و روش استعمال: اسانس آن در موقع لزوم در بینی چکانده شود.

برگ: ۲-۴ گرم آن را که قبل کوبیده شده باشد در یک لیوان آجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۷- داروی ضد سرماخوردگی

دارو: گل و ریشه ختمی (*Althaea officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۸- داروی ضد سرماخوردگی

دارو: تمام گیاه شاهتره (*Fumaria sppcies*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد تهوع و استفراغ

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروها برای رفع استفراغ

مانتول ۰/۰۵ تا ۰/۲ گرم

روغن بادام شیرین ۱۰ گرم

صمغ عربی ۱۰ گرم

آب بهار نارنج ۳۰ گرم

آب مقطر ۱۵۰ میلی لیتر

طرز تهیه و مقدر مصرف:

داروها را با هم مخلوط کرده و مقدر یک قاشق سوپخوری در هر ساعت میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو برای رفع استفراغ

زنجبیل ۲۵ گرم

هل ۵۰ گرم

نمک ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو تا سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان استفراغ خونی

سیاه دانه ۱۰ گرم

پودر گشنیز ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده هر دفعه یک قاشق مرباخوری به فاصله ۲-۳ ساعت میل کنید

داروهای معالج بیماریهای دهان ، حلق ، لته و دندانها

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رویانیدن (ترمیم) لته

دم الاخوین (خون سیاوش) یک قسمت

گرمازوج یک قسمت

میوه سرو یک قسمت

کندر یک قسمت

اقاقیا یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

گلنار سه قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لته و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : این فرآورده علاوه بر این جهت رویانیدن گوشت بن دندان و رفع بدبویی دهان نیز توصیه می شود.

نسخه شماره ۲- داروی ضد درد دندان و لته

سعد کوفی یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

میوه مورد یک قسمت

گلنار یک قسمت

سماق سه قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لته و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : علاوه بر این موافق اکثر مزاجها بوده و در تسکین درد و رفع خونریزی دهان و لته و رویانیدن گوشت لته و زخمهای دهان

نیز مفید می باشد .

نسخه شماره ۳- داروی جهت محکم کردن دندان

هلبله زرد یک قسمت

بلبله یک قسمت

آمله یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

اقاقیا سه قسمت

گلنار یک قسمت

عاقرقرحا یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : این فرآورده علاوه بر این جهت محکم کردن دندانها و جلوگیری از خونریزی لثه و خوشبو کردن دهان نیز توصیه شده است

نسخه شماره ۴- دارو جهت جوش زدن دهان (برفک و غیره)

فلوس یک قسمت

تخم گشنیز یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در یک لیوان آب جوش به مدت ۵ دقیقه بجوشانید سپس آنرا صاف کرده بصورت مزمه و

چرخانیدن در داخل دهان غرغره نمایید .

نسخه شماره ۵- دارو برای رفع جوش دهان

انجیر خشک یک قسمت

سیب یک قسمت

اکلیل الملک یک قسمت

بابونه یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده بصورت مزمه (چرخانیدن در داخل دهان) مصرف کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت محکم کردن دندانها

سنبل الطیب یک قسمت

میوه سرو یک قسمت

عاقرقرحا یک قسمت

مازوح یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده بصورت مزمه مصرف کنید .

نسخه شماره ۷- دارو جهت تسکین درد دندانها

خریق سفید یک قسمت

عاقرقرحا یک قسمت

نعناع یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده صاف کرده و بصورت نیم گرم مزمزه مصرف کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت تسکین درد دندان

عاقر قرحا یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

گلنار یک قسمت

سرکه مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در سرکه جوشانیده و سپس حاصل را صاف و مزمزه مصرف کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت رفع درد دهان و التهابات گلو

گلنار یک قسمت

غنچه گل سرخ یک قسمت

برگ مریم گلی یک قسمت

عصاره شیرین بیان یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را (بجز عصاره ریشه شیرین بیان) با هم در آب جوشانیده و صاف کنید . سپس عصاره شیرین بیان را در جوشانده صاف

شده حل کرده و حاصل را بصورت غرغره استعمال کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت دندان درد دارو : تخم گشنیز (*Coriandrum sativum*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت درمان جوشهای دهان (آفت) و آماس مخاط دهان

دارو : توت سیاه (*Morus nigra*)

روش و مقدر مصرف : شیره توت سیاه را یا بصورت خشک شده یا تازه شیره آنرا روزی چند مرتبه در دهان برای مدت چند دقیقه

نگاه درید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان جوشهای دهان (آفت) دارو : برگ گردو (*Juglance regia*)

روش و مقدر مصرف : پنج گرم برگ گردو را در یک فنجان آبجوش ریخته ، مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده و روزی ۳ بار دهان را با آن بشوئید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو : ریشه و ریزم زنجفیل (*Zingiber officinalis*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید.

نسخه شماره ۵ - دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو: برگ بادرنجوبیه (*Melissa officinalis*)

طرز تهیه و استعمال: مقدر ده گرم برگ بادرنجوبیه را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید.

نسخه شماره ۶ - دارو جهت خونریزی لثه و تقویت لثه دارو: برگ زیتون (*Olea europea*)

طرز تهیه و استعمال: مقدر ده گرم برگ زیتون را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید. علاوه بر این از روغن زیتون روزی چند بار بصورت مالش در دهان استفاده کنید.

نسخه شماره ۷ - دارو جهت درمان آبسه دندان دارو: سیر (*Allium sativum*)

طرز تهیه و استعمال: کمی سیر پخته را با شیر مخلوط موده و بصورت خمیر دارورید و روزی ۲ تا ۳ مرتبه بر محل آبسه قرار دهید.

نسخه شماره ۸ - دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو: گل بابونه اصلی (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن شستشو دهید.

نسخه شماره ۹ - دارو جهت پیشگیری از پیشرفت پوسیدگی دندان دارو: فلفل سیاه (*Black piper*)

روش مصرف: کمی از پودر فلفل را به محل پوسیدگی دندانها بمالید.

درمان سینوزیت و آئزین ها، زکام و داروهای ضد سرفه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی ضد سرما خوردگی

گل غان سه قسمت

گل زیر فون چهار قسمت

پوست بید دو قسمت

گل گاوزبان شش قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد سرما خوردگی

ل غان هفت قسمت

گل زبر فون پنج قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

میوه گل سرخ وحشی (نسترن) شش قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد سرما خوردگی

گل غان شش قسمت

گل زیر فون پنج قسمت

پوست بید چهار قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

میوه رازیانه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد سرما خوردگی (گریپ)

گل بابونه ۲۰ گرم

آویشن شیرازی ۱۰ گرم

برگ مریم گلی ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد سرما خوردگی (گریپ)

به دانه ۳ گرم

عناب ۵ دانه

سپستان ۹ دانه

طرز تهیه و مقدر مصرف :

عناب و سپستان که کمی خرد شده باشد را پنج دقیقه بجوشانید سپس آنرا صاف کرده و به موسیلاژ استخراج شده زا به دانه (به دانه را قبلا در ۱۲۰ میلی لیتر خیسانده و آنرا صاف کنید) اضافه نمایید در خاتمه به داروی حاصل کمی شکر اضافه نموده و روزی دو بار میل کنید

نسخه شماره ۶- دارو جهت بخور دادن - درمان سینوزیت ، آئزین ها ، سرما خوردگی و زکام

برگ اوکالیتوس یک قسمت

اسطوخودوس یک قسمت

مرزنجوش یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق از داروهای فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد در یک لیتر آبجوش ریخته روی شعله ملایم مدت ۵ دقیقه بخور دهید .

داروی محرک متابولیسم و اضافه کردن سوخت و ساز بدن

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۷- داروی محرک متابولیسم

برگ سنا دو قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

برگ و ریشه گل قاصد سه قسمت

برگ بنفشه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد با نیم لیتر آب سرد مخلوط کرده و به مدت سه ساعت باقی بگذارید . بعد آنرا جوشانیده و بگذارید به مدت پانزده دقیقه دم بکشد سپس حاصل را صاف نموده و میل کنید .

دارو جهت واریس

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت واریس

ریشه اگیر ترکی یک قسمت

برگ و میوه شاه بلوط یک قسمت

برگ گزنه یک قسمت

برگ آویشن شیرازی یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد با دو لیتر آب جوشانیده و به آب وان تا زیر زانو ریخته و نصف قاشق مرباخوری نمک هم به آن اضافه کنید .

دارو جهت رفع چاقی و چربی زیاد

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع چاقی و چربی زیاد

برگ و ریشه گل قاصد یک قسمت

برگ نعناع هفت قسمت

برگ سنا بیست قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلاً کوبیده شده باشد با ۲۵۰ میلی لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

دارو جهت رفع کم خونی

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع کم خونی

برگ گزنه یک قسمت

قنطاریون یک قسمت

افسنطین یک قسمت

میوه گل سرخ وحشی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با ۲۵۰ میلی لیتر آب سرد مخلوط کرده و به مدت سه ساعت باقی بگذارید . سپس آنرا به مدت کوتاهی جوشانیده و دوباره به مدت ده دقیقه بگذارید دم بکشد . در خاتمه حاصل را صاف کرده و با عسل شیرین نموده و در طول روز جرعه جرعه میل می کنند .

دارو جهت بیماری ارتریو اسکروز - تصلب شرایین - و گ

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت بیماری ارتریو اسکروز

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

برگ دم اسب یک قسمت

گیاه دارو اش چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

دارو جهت بی اختیاری ادرار

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت بی اختیاری ادرار

سعد کوفی یک قسمت

سنبل الطیب یک قسمت

اسطوخودوس یک قسمت

کندر یک قسمت

بلوط یک قسمت

کمون کرمانی یک قسمت

عسل هجده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده سپس الک نموده سپس با عسل مخلوط نموده روزی ۵ گرم با کمی آب میل کنید .

دارو جهت باز کردن انسداد های کبد و طحال و بیماریه

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت باز کردن انسداد های کبد و طحال

طبا شیر سفید ۷ گرم

ریوند چینی ۷ گرم

پوست ریشه کبر ۷ گرم

عصاره غاغت ۱۰ گرم

زرشک ۱۰ گرم

زنبق ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را کوبیده سپس الک نموده و هر نوبت به مقدر ۷ گرم با کمی سکنجبین میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد قولنج کبدی

دارو : تمام گیاه علف چای (هوفاریقون) (*Hypericum perforatum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد التهاب کبد که همراه با زیاد شدن حجم ترشح صفرا باشد

دارو : تمام گیاه مامیران (*Chelidonium majus*)

مقدر مصرف : ۰/۷۵ تا ۰/۱۰۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز می شود .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی کبد

دارو : تمام گیاه قنطوریون صغیر (*Centaurium erythraea*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی

سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز می شود .

نسخه شماره ۴- داروی مقوی کبد و ضد دردهای کبدی

دارو: ریشه یا گل برگ کاسنی (*Cichorium intybus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی معالج عوارض کبدی

دارو: تمام گیاه شاهتره (*Fumaria species*)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه: این گیاه تا اندازه ای سمی بوده مصرف مقادیر زیاد آن باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسی می شود لذا می بایستی زیر نظر پزشک مصرف شود .

نسخه شماره ۶- داروی ضد درد کبد

دارو: تمام گیاه افسنتین (*Artemisia absinthium*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی معالج عوارض کبدی

دارو: میوه یا پوست گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی معالج عوارض کبدی

دارو: ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیر مال ، کاسنی زرد) (*Taraxacum officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی معالج عوارض کبدی

دارو: برگ اوکالیپتوس (*Eucalyptus*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی پاک کننده کبد

دارو: برگ مریم گلی (*Salvia officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای مخصوص عوارض و بیماریهای زنان

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت دردهای ماهیانه بانوان

گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی) یک قسمت

گیاه کیسه کشیش یک قسمت

پوست بید دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی قاعده آور

سداب ۰/۱ گرم

صبر زرد ۰/۰۵ گرم

زعفران ۰/۱ گرم

افسنطین ۰/۱ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف:

داروهای فوق را پس از نرم کردن با هم مخلوط کرده و بصورت یک کاشه در آورده سپس دو تا سه کاشه در ۲۴ ساعت به مدت ۴ تا ۵ روز تا باز شدن قاعده گی میل شود.

نسخه شماره ۳- دارو جهت دردهای قاعدگی

گل بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو جهت دردهای قاعدگی (همراه با بیوست)

بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

برگ سنا ۱۰ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف:

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- داروی قاعده آور (همراه با درد)

بومادران ۲۰ گرم

زعفران ۰/۱ گرم

بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروهای قاعده آور (همراه با یبوست)

بابونه ۲۰ گرم

بومادران ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

نعناع ۵ گرم

سنا ۲۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد. سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت عوارض یائسگی

دارو : ریشه سنبل الطیب (*Valeriana species*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای قاعدگی

دارو : تمام گیاه علف چای (هوقاریقون) (*Hypericarm perforatom*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی قاعدگی

دارو : برگ بادرنبویه (*Melissa officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- داروی جهت اختلالات قاعدگی مزمن

دارو: برنجاسف (شویلا) (*Artemisia vulgaris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو جهت عوارض زنانه

دارو: هلیله کابلی (*Terminulia chebyla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی قاعده آور

دارو: گل گیاه گل گندم (*Centaurea cyamus*)

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو: سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد همراه غذا میل کنید یا ۳ الی ۴ پیاز آن را همراه غذا میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو: دانه شنبلیله (*Trigonella foenum - graecum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو: گل یا تمام گیاه بومادران (*Achillea species*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه: این دارو علاوه بر این به عنوان ضد خونریزیهای قاعدگی مورد استفاده قرار می گیرد.

نسخه شماره ۱۰- داروی مفید در مورد زیاد شدن زمان قاعدگی

دارو: برگ یا ریشه یا دانه تمام گیاه گزنه (*Urtica dioica*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- داروی قاعده آور

دارو: جعفری (*Apium petroselinum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. یا همراه غذا چند روز قبل از قاعدگی گیاه تازه آن را میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- داروی قاعده آور

دارو: شاهی (*Lepidium sativum*)

روش و مقدر مصرف: چند روز قبل از تاریخ قاعدگی همراه غذا مقدری شاهی تازه میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد اختلالات قاعدگی

دارو: مرزه (*Saturea hortensis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- داروی قاعده آور

دارو: میوه یا تمام گیاه رازیانه (*Foeniculum vulgare*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه: این دارو علاوه بر این بعنوان راحت کننده عمل زایمان نیز استفاده می شود.

نسخه شماره ۱۵- داروی قاعده آور

دارو: تمام گیاه سداب (*Ruta graveolens*)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه: این دارو علاوه بر این خاصیت ضد خونریزیهای رحمی را نیز در می باشد

داروهای صاف کننده خون

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی صاف کننده خون

میوه انیسون یک قسمت

گل‌های بابونه چهار قسمت

میوه زیره چهار قسمت

برگ سنا هشت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی صاف کننده خون

ریشه و برگ شیرمال یک قسمت

برگ سنا یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوقرا که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان از داروی تازه تهیه شده میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی صاف کننده خون

گیاه افسنتین یک قسمت

گیاه بومادران دو قسمت

گیاه قنطاریون دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

برگ بنفشه چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از داروی مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی صاف کننده خون

برگ سنا یک قسمت

گیاه بومادران یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

برگ شیرمال یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزانه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی صاف کننده خون

ریشه بابا آدم ۳۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۳۰ گرم

ریشه تاجریزی ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مخلوط فوق را که قبلا- خرد شده باشد به مدت بیست دقیقه در یک لیتر آب جوش دم کرده و مقدر نصف یا بیشتر آنرا در روز مصرف بکنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه شاهتره (*Fumaria parviolora*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : تمام گیاه گلدار بنفشه (*Viola tricolor*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان ، توس) (*Betula alba*)

مقدر مصرف : ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو : برگ یا میوه آقطی (*Sambucus nigra*)

مقدر مصرف : ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : اندامهای مختلف گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف : ۸ تا ۱۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : برگ و گل گیاه گل قاصدک (*Taraxacum officinalis*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۷-

دارو : تمام گیاه گزنه (*Urtica dioica*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۸-

دارو : میوه عناب (*Ziziphus vulgaris*)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ دانه

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۹-

دارو : تمام گیاه خرفه (*Portulaca oleracea*)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد تب و تب بر

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی تب بر

ریشه بابا آدم ۳۰ گرم

گیاه علف چای ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۱۵ گرم

برگ کاکوتی ۱۰ گرم

برگ سنا ۱۰ گرم

برگ گاوزیان ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده نیم ساعت قبل از نهار و شام یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی تب بر

پوست بید یک قسمت

ریشه کاسنی یک قسمت

گل اروانه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

میوه ناخنک یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی تب بر

مغز خیار ۳۰ گرم

مغز تخم کدو ۳۰ گرم

تخم کاسنی ۳۰ گرم

عصاره شیرین بیان ۱۰ گرم

نشاسته ۱۰ گرم

کتیرا ۱۰ گرم

آب کاهو به مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده و سپس با مقدری آب کاهو یا لعاب اسفرزه مخلوط و به صورت حب در آورده و هر بار تا ۶ گرم مصرف شود .

توجه : نسخه فوق جهت تب و سردرد و سرسام (ورم مغز) مفید بوده و همچنین تشنگی را رفع کرده و خاصیت خواب آور دارد .

نسخه شماره ۴- داروی ضد تب و خنک کننده

اسفرزه یک قسمت

تخم شربتی یک قسمت

تخم ریحان یک قسمت

اسطوخودوس یک قسمت

بالنگو یک قسمت

بارهنگ یک قسمت

به دانه یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط داروی فوق (ریشه ختمی قبلا- کوبیده شده باشد) را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۵- داروی تب بر

تخم کاسنی یک قسمت

خارخاسک یک قسمت

ناخنک یک قسمت

گل پنیرک یک قسمت

پوست بید یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی تب بر

زرد آلو ۵۰ گرم

عناب ۵۰ گرم

آلوی سیاه ۵۰ گرم

پوست بید ۵۰ گرم

بنفشه ۱۰ گرم

نیلوفر ۱۰ گرم

گشنیز ۱۰ گرم

تخم کاسنی ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

ابتدا پوست بید را کوبیده و نرم کرده و همراه با سایر داروها در یک لیتر آب برای مدت ۸ ساعت خیسانده و سپس آنرا صاف کرده و در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی تب بر (چهار تخم)

تخم خیار یک قسمت

تخم خیار چنبر یک قسمت

تخم هندوانه یک قسمت

تخم کدو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروی فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و می کوبند سپس روزی سه بار هر بار ده گرم با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی تب بر (شش تخم)

تخم خیار یک قسمت

تخم کدو یک قسمت

تخم خیار چنبر یک قسمت

تخم هندوانه یک قسمت

تخم گرمک یک قسمت

تخم کاهو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروی فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و می‌کوبند سپس روزی سه بار هر مرتبه ده گرم با کمی آب میل می‌کنند

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو: پوست یا برگ درخت بید (*Salix alba*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو: گل اروانه (*Salvia hydrangea*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو: گل شاه پسند طبی (*Verbena officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو: برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (*Fraxinus excelcior*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو: برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان، توس) (*Betula alba*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- دارو: ریزم با تمام گیاه همیشه بهار کوهی (تباکوی کوهی) (*Arnica montana*)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو: ریشه کاسنی (*Cichorium intybus*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو: پوست کبوده و سپیدر (*Populus alba*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید
نسخه شماره ۹- دارو: تمام گیاه بنفشه (*Viola odorata*)
مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۰- دارو: تخم خرفه (*Portulaca oleracea*)
مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۱- دارو: برگ بارهنگ (*Plantago Lantceolata*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۲- دارو: پیاز (*Allium cepa*)
طرز تهیه و مقدر مصرف: روزی ۲ تا ۳ پیاز همراه با غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳- دارو: ریحان (*Ocimum basilicum*)
مقدر مصرف: ۵ تا ۱۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۴- دارو: ماش (*Vicia sativa*)
مقدر مصرف: ۳۰ تا ۶۰ گرم
طرز تهیه: بصورت پخته میل کنید .

نسخه شماره ۱۵- دارو: بادرنجبویه (*Melissa officinalis*)
مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۶- دارو: گل گیاه شاه بلوط هندی (*Aesculus hippocastanum*)
مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد
سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای آرام بخش، مقوی قلب و اعصاب

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی مقوی قلب

سنبل الطیب یک قسمت

گل گاو زبان یک قسمت

بادرنجبویه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۱۵ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

سنبل الطیب ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

گیاه علف چای ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۲۰ گرم

گل همیشه بهار ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

داروآش ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیمکوب شده باشد ادرار یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی مقوی قلب

اکلیل کوهی ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۲۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیمکوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی رفع طپش سریع قلب

تخم ریحان ۱۲ گرم

گلاب ۱۲۵ گرم

شکر ۲۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

تخم ریحان را در مدت یک ساعت در گلاب خیسانده سپس شکر را به آن اضافه نموده روزی دو بار صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی رفع طپش سریع قلب

گل نیلوفر ۶ گرم

چوب صندل ۶ گرم

تخم گشنیز ۶ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را نیم کوب کرده و در ۲ لیوان آب به مدت یک شب خیسانده سپس آنرا صاف نموده کمی شکر به آن اضافه کرده روزی دو بار شب و صبح نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهای معالج بیماریهای عصبی ، آرام بخش و ضد درد

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی آرام بخش

گل بابونه یک قسمت

گیاه اسطوخودوس یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

ریشه سنبل الطیب دو قسمت

میوه رازیانه سه قسمت

گل و برگ پاخری سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی آرام بخش اعصاب

ریشه سنبل الطیب سه قسمت

برگ نعناع سه قسمت

گیاه اسطوخودوس سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی آرام بخش اعصاب

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

گل رازک یک قسمت

گیاه اسطوخودوس یک قسمت

گیاه فرنجمشک یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع بی خوابی

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

گیاه فرنجمشک یک قسمت

گیاه اسطوخودوس یک قسمت

گیاه پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت رفع بیخوابی

بادرنجبویه ۱۵ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

بابونه ۵ گرم

نعناع ۵ گرم

سنبل الطیب ۵ گرم

علف چای ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت رفع دردهای عصبی

سنبل الطیب ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

هل ۱۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی معالج عصبی

بادرنجبویه ۲۵ گرم

گل بهار نارنج ۱۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت رفع سردرد

سنبل الطیب یک قسمت

اکلیل کوهی یک قسمت

بابونه یک قسمت

نعناع یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی معالج بیماریهای عصبی

سنبل الطیب ۲۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی معالج بیماری عصبی و آرام بخش

بادرنجبویه ۲۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

رازک ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی سردرد

اسطوخودوس ۳ گرم

تخم گشنیز ۳ گرم

فلفل سیاه ۵ دانه

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت رفع سردرد

صمغ عربی ۱۰ گرم

تخم گشنیز ۱۰ گرم

تخم کدو ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳- داروی معالج سردردهای عصبی

برگ بادرنجبویه ۱۰ گرم

گل بهار نارنج ۱۰ گرم

اسطوخودوس ۱۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا

دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و گرم گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- دارو جهت نوعی صرع در اطفال

گل سرخ بدون کاسبرگ ۳۰ گرم

سنبل الطیب ۲۰ گرم

تخم کاسنی ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

بابونه ۵ گرم

لعاب به دانه مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده با لعاب به دانه مخلوط و بصورت حب دارورند سپس به مقدر ۵ گرم جهت بالغین و ۲ تا ۳ گرم جهت اطفال مصرف شود .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی آرامبخش اعصاب

دارو : ریشه سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر فوق الذکر درای خواص زیر هم می باشد :

- خواب بخش و خواب آور در هنگامیکه در اثر خواب ترس آور دچار بیخوابی می شوند .

- معالج عصیت قلبی

- آرامبخش در کارهای فکری زیاد

- ضد هیستری

- ضد تهیج شدگی و هیجان

- معالج کلیه حالات عصبی

- معالج حالت عصبی ترس

- ضد تشنج های عصبی

- ضد سرگیجه های عصبی

- ضد سرفه های عصبی

- ضد آسم عصبی

- معالج ناآرامیهای عصبی

- ضد ترس شبانه اطفال

نسخه شماره ۲- داروی مقوی سیستم اعصاب

دارو : تمام گیاه اسطوخودوس (*Lavandula anagustifolia*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی آرامبخش اعصاب

دارو : تمام گیاه علف چای (هوفاریقون) (*Hypericum perforatum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۴- داروی آرامبخش

دارو : گلبرگ شقایق (*papaver rhoeas*)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید. جهت اطفال روزی سه مرتبه هر دفعه یک قاشق مربا خوری از دم کرده فوق داده شود .

نسخه شماره ۵- داروی آرامبخش

دارو : تمام گیاه ریحان (*Ocimum basilicum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی محرک اعصاب

دارو : برگ نعناع (*Mentha species*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۷- داروی مقوی اعصاب

دارو : برگ نارنج (*Citrus aurantium*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۸- داروی آرامبخش ملایم

دارو : شیرابه خشک شده انقوزه (*Ferula assa foetida*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : با کمی شربت قند میل کنید .

توجه: این دارو علاوه بر این بعنوان معالج هیستری هم مصرف میشود

نسخه شماره ۹- داروی آرامبخش

دارو: گل بابونه اصلی (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی آرامبخش

دارو: برگ مریم گلی (*Salvia officinalis*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- داروی معالج هیستری

دارو: برگ بادرنجبویه (*Melissa officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- داروی معالج هیستری

دارو: تمام گیاه سداب (*Ruta graveolens*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- داروی معالج هیستری

دارو: کلالة زعفران (*Crocus sativus*)

مقدر مصرف: ۰/۲ تا ۰/۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید. (همراه غذا نیز می توان مصرف نمود)

داروهای معالج بواسیر یا هموروئید

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت واسیر

پوست سیا توسه یک قسمت

گیاه بومادران یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت بواسیر

گیاه فرنجمشک سه قسمت

گیاه بومادران سه قسمت

گل همیشه بهار پنج قسمت

برگ سنا ده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت بواسیر

ریشه گل قاصدک دو قسمت

ریشه کاسنی یک قسمت

ریشه زرشک دو قسمت

ریشه شیرین بیان پنج قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت بواسیر

هلبله کابلی ۳۰ گرم

هلبله سیاه ۳۰ گرم

بلبله ۳۰ گرم

آمله ۳۰ گرم

مقل ارزق ۳۰ گرم

عسل ۶۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دانه ها را کوبیده با عسل مخلوط کرده و بصورت حب (به اندازه یک نخود) دارورید روزی ۶ حب هر بار دو حب یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت بواسیر

هلبله کابلی ۳۰ گرم

بلبله ۳۰ گرم

مقل ارزق ۱۰۰ گرم

عسل ۵۰۰ گرم

روغن بادام شیرین ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقل ارزق را در آب گرم حل کرده و با عسل مخلوط کنید . سپس داروهای دیگر را کوبیده و الک کرده و توسط روغن بادام شیرین چرب نموده و در خاتمه با عسل و مقل ارزق مخلوط کرده و روزانه ۱۵ گرم میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت بواسیر

مقل ارزق ۱۰۰ گرم

فلوس خیار شنبر ۱۰۰ گرم

هلبله کابلی ۵۰ گرم

بلبله ۳۰ گرم

آمله ۳۰ گرم

اف تیمون ۳۰ گرم

اسطوخودوس ۳۰ گرم

عسل ۱۰۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقل ارزق و فلوس خیار شنبر را در آب گرم حل کرده و سپس بقیه داروها را کوبیده و الک کرده و با روغن بادام شیرین چرب نموده و در خاتمه تمامی داروها را با عسل مخلوط کرده و روزانه به مقدر ۱۰ تا ۱۵ گرم میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد خونریزی

مر (مرمکی) یک قسمت

اقاقیا یک قسمت

بذالبنج یک قسمت

صمغ عربی یک قسمت

برنج بوداده شده یک قسمت

آب برگ مورد مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و با آب مورد مخلوط و بصورت شیاف در آورده سپس این شیاف را جهت قطع خون مقعد که خواه از بواسیر و خواه از اسهال باشد مورد استفاده قرار می دهند .

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد دردهای بواسیر

دارو : برگ بارهنگ (*Plantago major*)

مقدر مصرف : بصورت ضماد در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۲-

دارو: هلیله کابلی (Terminalia chebula)

مقدر مصرف: ۵ گرم (یک قاشق مربا خوری)

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد روزی ۲ مرتبه با مقدری آب گرم یا شیر میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی ضد معالج بواسیر

دارو: روغن زیتون (Olea europea)

مقدر و روش مصرف: ۵۰ گرم روزی سه مرتبه هر مرتبه دو قاشق غذا خوری بعد از هر غذا میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو: تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر و روش مصرف: بصورت ضماد در موضع استعمال شود.

نسخه شماره ۵-

دارو: تخم شنبلیله (Trigonella foenum - graecum)

مقدر و روش مصرف: به مقدر ۶۰ تا ۱۲۰ گرم تخم نیمکوب شنبلیله را در چهار تا پنج لیوان آب جوش ریخته، مدت ۵ دقیقه آنرا

بجوشانید و پس از صاف کردن و ولرم شدن آنرا به بیمار تنقیه کنید.

داروهای ضد رماتیسم و نقرس

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی ضد رماتیسم

پوست بید ده قسمت

گیاه بومادران سه قسمت

برگهای لبلاب (دردوست) پنج قسمت

پوست سیا توسه دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت

آنرا کنار بگذارید تا دم بکشد پس از صاف کردن بصورت سرد روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد رماتیسم

پوست بید سه قسمت

گل بابونه دو قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسبی دو قسمت

مغز دانه لوبیا دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف:

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت

آنرا کنار بگذارید تا دم بکشد پس از صاف کردن بصورت سرد روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی ضد روماتیسم

پوست بید چهار قسمت

ریشه شیرین بیان سه قسمت

گل بابونه چهار قسمت

میوه ابهل یک قسمت

برگ سنا یک قسمت

گیاه بنفشه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت روماتیسم و نقرس

افسنطین ۱۰ گرم

دم اسب ۱۰ گرم

گزنه ۱۰ گرم

ریشه قاصدک (کاسنی زرد) ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد نقرس و روماتیسم

میوه سرو کوهی (پیرو) ۱۰ گرم

گزنه ۱۰ گرم

برگ غان ۱۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

نعناع ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد نقرس و دردهای مفاصل

بومادران ۱۰ گرم

دم اسب ۱۰ گرم

پوست بید ۱۰ گرم

برگ غان ۱۰ گرم

ریشه قاصدک (کاسنی زرد) ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف نموده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد نقرس و دردهای مفاصل

سپستان ۵۰ گرم

ریشه بادیان ۳۰ گرم

ریشه کاسنی ۳۰ گرم

میوه رازیانه ۱۵ گرم

سورنجان ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت دردهای مفاصل

هلبله زرد ۱۰ گرم

هلبله سیاه ۱۰ گرم

مقل ارزق ۱۰ گرم

سنبل الطیب ۲۰ گرم

تخم کرفس ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را پس از کوبیدن با هم مخلوط کرده مقدرزی از مخلوط فوق را با عسل یا مربا بصورت حب (اندازه یک نخود) درآورده و روزی ۶ حب هر بار ۲ حب میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت دردهای مفاصل

زنجبیل ۳۰ گرم

زیره ۳۰ گرم

سورنجان ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به صورت پودر نرم درآورده و روزی دو بار ره بار یک قاشق غذاخوری آنرا با آب میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت دردهای مفاصل

بذر البنج ۲۵ گرم

گل سرخ ۲۵ گرم

زنجبیل ۲۵ گرم

سورنجان ۲۵ گرم

روغن کنجد ۳۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را بصورت پودر درآورده و با روغن کنجد مخلوط و سپس بجوشانید تا سفت شود سپس آنرا در یک بطری نگهدارید و روزی دوبار مفصل دردناک را با آن ماساژ دهید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو : *Allium sativum* سیر

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد روزی سه بار همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع عوارض روماتیسمی دارو : *Allium cepa* پیاز

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۸۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را روزی سه بار همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد دردهای مفصلی حاد و مزمن دارو : پوست یا برگ گیاه بید (*Salix specied*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : اکلیل الملک (ناخنک) (*Melilotus officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : مرغ (شیندان) (*Agropyrum repence*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (*Fraxinus excelsior*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد دردهای روماتیسمی و نقرسی

دارو : دانه های خردل سیاه و سفید (*Brassica nigra and alba*)

طرز تهیه و مصرف : از خارج به شکل ضماد و مشمع و محلولهای مالیدنی مصرف کنید .

نسخه شماره ۸- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: پوست و جوانه های سپیدر (*Populus nigra*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: تمام گیاه بابونه اصلی (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: شاه بلوط هندی (*Aesculus hippocastanum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو: برگ و میوه برگ بو (*Laurus nobilis*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو: ریشه و روغن کرچک (*Ricinus communis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

جهت استفاده از روغن کرچک به مقدر کافی از آن روزی چند بار به موضع دردناک مالیده شود .

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: تمام گیاه ترشک اسفناجی (*Rumex patientia*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو: پوست گیاه نارون قرمز (*Ulmus campestris*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۵- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۶- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو: تمام گیاه گلدار اکلیل کوهی (Rosmarinus officinalis)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۷- داروی ضد نقرس دارو: پیاز و دانه سورنجان (Colchicum luteum)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۸- داروی ضد نقرس دارو: تره (Allium porrum)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۹- داروی ضد نقرس دارو: پوست بید (Salix species)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۱- داروی ضد نقرس دارو: ریشه بابا آدم (Arctium lappa L)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۲- داروی ضد نقرس دارو: ریشه گل قاصد (قاصدک) (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی ضد نقرس دارو: تمام گیاه پونه (Mentha pulegium)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

توجه: این دارو کمی سمی است و فقط توسط پزشک تجزیه می شود.

نسخه شماره ۲۴- داروی ضد نقرس دارو: دانه سیوس برنج (*Oriza sativa*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۵- داروی ضد نقرس دارو: برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (*Fraxinus excelsior*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۶- داروی ضد نقرس دارو: پوست دانه لوبیا (*Phasaeolus vulgaris*)

مقدر مصرف: ۷ تا ۲۵ گرم در روز

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۷- داروی ضد نقرس دارو: تمام گیاه مامیران (*Chelidonium majus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۸- داروی ضد نقرس دارو: میوه کاکنج (عروسک پشت پدره) (*Physalis alkekengi*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ عدد

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲۹- داروی ضد نقرس

دارو: ریزم یا تمام گیاه همیشه بهار کوهی (تنباکوی کوهی) (*Arnica montana*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت مرهم به مقدر ۰/۴ گرم به همراه بادام تلخ کوبیده شده بر روی پارچه مالیده و در محل درد قرار دهید این عمل هر روز انجام شود.

نسخه شماره ۳۰- داروی ضد نقرس دارو: برگ بادرنجبویه (*Melissa officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳۱- داروی ضد نقرس دارو: برگ یا چوب پوسته ساقه غان (قان ، توس) (*Betula alba*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

داروهای بیماریهای پوست و مو

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت جلوگیری از ریزش مو

برگ گزنه ۱ گرم

پیاز خشک شده ۱ گرم

الکل ۷۰ درصد ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مواد فوق را با هم مخلوط کرده و چند روز کنار گذاشته و سپس آنرا صاف کرده و با حاصل صافی سر را ماساژ دهند .

نسخه شماره ۲- دارو جهت جلوگیری از ریزش مو

شیره تازه علف چشمه ۱۰۰ گرم

الکل ۹۰ درجه ۱۰۰ گرم

اسانس ژرانیوم ۱۰ قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده و پوست را با آن ماساژ دهید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت رفع ترک دست یا سینه یا پستان

کره کاکائو ۷۰ گرم

روغن بادام شیرین ۵ گرم

اکسید دوزنگک ۰/۱ گرم

برات دوسود ۰/۱ گرم

اسانس برگاموت ۸قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده و جهت رفع ترک دست و یا پستان به موضع مالیده شود.

نسخه شماره ۴- داروی ضد خارش

بادام شیرین ۴ تا ۶ گرم

بادام تلخ ۴ تا ۶ گرم

قند ۶۰ گرم

آب ۵۰۰ گرم

طرز تهیه و روش استعمال :

مغز دو بادام را با قند سائیده و حاصل با آب مخلوط شود . در نتیجه نوعی شیر بادام بصورت امولسیون بدست می آید که در طی

۲۴ ساعت به موضع خارش مالیده و یا جهت رفع خارش های دستگاه تناسلی زنان استعمال شود .

نسخه شماره ۵- دارو جهت بیماریهای جرب و خارش

گل حلوا یک قسمت

ریشه انجبار یک قسمت

درمنه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به مدت ۵ دقیقه جوشانیده و صاف نموده و حاصل صافی را پس از سرد شدن روزی ۲ الی ۳ بار به موضع می مالند .

نسخه شماره ۶- دارو جهت جرب و خارش

برگ سنا یک قسمت

پوست هلبله زرد یک قسمت

مدرسنگ یک قسمت

سفیداب قلعی یک قسمت

روغن گل سرخ ۲۰ قطره

روغن بنفشه ۲۰ قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را (بجز روغن‌ها) کوبیده و با روغن‌ها مخلوط و بصورت ضماد درآورده و بر موضع قرار داده شود.

نسخه شماره ۷- دارو جهت دملها و زخمها

کتیرا یک قسمت

تخم مرو یک قسمت

تخم کتان یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

گل خطمی یک قسمت

شیر مقدر ۲ لیتر

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و با شیر پخته و حاصل چند نوبت به موضع مالیده شود .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه شاهتره (*Fumaris parviflora*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه :

۱- مقدر زیاد این گیاه سمی بوده و مصرف آن به مقدر زیاد می تواند باعث فلج عضلات صاف و دستگاہ تنفسی شود بنابراین

مصرف آن باید زیر نظر پزشک باشد .

۲- در مصرف خارجی عصاره آنرا جهت خارش های جلدی توصیه نموده اند .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع اکزما و جوشهای صورت و کلیه بیماریهای پوستی

دارو: تمام گیاه گلدار بنفشه سه رنگ (*Viola tricolor*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه: در مصرف خارجی از دم کرده آن می توان جهت پاک کردن زخمهای عفونی و ناراحتی های پوستی نیز استفاده کرد .

نسخه شماره ۳- دارو جهت معالجه شکاف پاشنه پا و ناراحتی های پوستی

دارو: اسانس و گل بابونه اصلی (*Matricharia chamomilla*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به محل ناراحتی های پوستی مالیده شود .

توجه: علاوه بر این بصورت حمام برای زخمهایی که به سختی درمان می شوند می توان استفاده کرد .

نسخه شماره ۴- دارو ی ضد خارش

دارو: اسانس برگ گیاه برگ بو (*Larus nobilis*)

طرز استعمال: به موضع مالیده شود .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه اکزماها و زخمهای پوستی

دارو: پوست بلوط (*Quercus Spp*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و موضع مورد نظر را با آن شستشو دهید .

نسخه شماره ۶- دارو ی ضد قارچهای پوستی و برطرف کننده خارش

دارو: تخم شنبلیله (*Trigonella foenum-graecum*)

طرز استعمال: مقدری از دانه ها را خرد کرده با آب بصورت ضماد درآورده در محل ناراحتی های پوستی مصرف کنید .

نسخه شماره ۷- دارو ی ضد سودا و ضد جوش ها و ورم پوست

دارو: ریشه زنجبیل شامی (*Inula helenicum*)

مقدر مصرف: ۱۰۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده بصورت لوسیون یا کمپرس گرم استعمال کنید .

نسخه شماره ۸- دارو ی برطرف کننده خارش پوست

دارو: روغن اسطوخودوس (*Lavandula angustifolia*)

روش استعمال: به موضع خارش مالیده شود .

نسخه شماره ۹- دارو ی ضد خارش

دارو: اسانس نعناع (*Mentha piperita*)

روش استعمال: به موضع خارش مالیده شود.

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد قارچهای پوستی

دارو: سیر (*Allium sativum*)

طرز تهیه و استعمال: شیره سیر را تهیه کرده و سپس به موضع مالیده شود.

توجه: از شیره سیر و یا له شده آن در پانسمان زخمهای قانقرایی و رفع زخمهای چرکین و همچنین التیام زخمها نیز استفاده بعمل می آید.

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد قارچ پوستی

دارو: حنا (*Lawsonia inermis*)

مقدر استعمال: ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را در دو لیوان آب جشو حل کرده مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید سپس آنرا بدون صاف کردن به موضع قارچی پوست مالیده و مدت نیم ساعت به روی پوست باقی بگذارید و در خاتمه موضع را با آب گرم شستشو دهید.

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت محافظت پوست و رفع شکنندگی آن

دارو: شیره تازه گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

مقدر استعمال: ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه و استعمال: شیره تازه را با ۶۰۰ گرم کرهیا چربی دیگر مخلوط کرده و سپس به موضع مالیده شود.

توجه: این دارو علاوه بر این جهت التیام زخمهای سطحی بدن، سوختگی، سرمازدگی، رفع دانه های پوستی، آگزوما و غیره توصیه شده است.

نسخه شماره ۱۳- دارو جهت رفع تحریکات آلرژیکی پوست

دارو: روغن مغز بادام (*Prunus amygdalus*)

مقدر استعمال: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت امولسیون تهیه شده و سپس به موضع مالیده شود.

نسخه شماره ۱۴- دارو جهت رفع جوشهای صورت

دارو: پیاز (*Allium cepa*)

مقدر استعمال: ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت جوشانده تهیه و سپس به موضع مالیده شود.

توجه: از جوشانده پیاز علاوه بر این جهت پانسمان زخمهای چرکین نیز استفاده بعمل می آید.

نسخه شماره ۱۵- دارو جهت رفع شوره سر

دارو: روغن کرچک (*Ricinus communis*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت پماد یا لوسیون تهیه و مالیده شود.

نسخه شماره ۱۶- دارو جهت رفع کوفتگی و التیام پوست

دارو: همیشه بهار کوهی (*Arnica montana*)

مقدر استعمال: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا

دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به موضع مورد نظر بمالید .

نسخه شماره ۱۷- دارو جهت زخمهای پوستی و درد مفاصل

دارو: ریشه سمفیتون (کنسود طبی) *Symphytum officinale*

مقدر استعمال: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا

دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به موضع مورد نظر بمالید .

نسخه شماره ۱۹- داروی ضد جوش های پوستی مزمن

دارو: ریشه صابونی (غاسول) *(Saponaria officinalis)*

مقدر استعمال: ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت خیسانده تهیه و سپس به محل خارش مالیده شود .

نسخه شماره ۱۸- دارو بهبود دهنده زخمهای سطحی

دارو: شیر تازه گیاه مامیران *(Chelidonium majus)*

مقدر استعمال: در موضع مالیده شود .

توجه: این دارو سمی است و مصرف آن فقط با نظر پزشک توصیه می گردد .

نسخه شماره ۲۰- داروی جهت معالجه اگزومای پوستی

دارو: پوست گیاه نارون قرمز (اوجا ، سمد) *(Ulmus campestris)*

مقدر استعمال: ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: گرد پوست را با ۱۵۰ گرم روغن گیاهی و ۵۰ گرم موم مخلوط و به مدت نیم ساعت در ۲ یا ۳ مرتبه متوالی

تحت اثر گرمای زیاد قرار می دهند و سپس به حالت گرم از یک پارچه نازک به منظور صاف کردن می گذرانند و پس از سرد

شدن به موضع می مالند .

توجه: این دارو جهت سودا ، بروز دانه ها و زخمهای ناشی از بیماریهای نقرس و خناریز و دیگر ناراحتی های پوستی مزمن نیز

استعمال می شود.

نسخه شماره ۲۱- داروی جهت درمان زخمهای پوستی و اگزوما

دارو: تمام گیاه تازه علف چشمه *(Nasturtium officinale)*

مقدر استعمال: گیاه را له کرده و بصورت ضماد بر روی موضع استعمال شود .

توجه: این دارو علاوه بر این جهت درمان زخمهای چرکین نیز استعمال می شود

نسخه شماره ۲۲- داروی التیام دهنده و نرم کننده پوست

دارو: روغن بادام شیرین *(Prunus amygdalus var.dulcis)*

روش استعمال: به موضع مالیده شود .

توجه: این دارو علاوه بر این در مورد زیر هم استعمال می شود:

- جهت التهابهای سطحی بدن

- در سوختگیها

- در باد سرخ

- ضد خارش در سرخک و مخملک

- بعنوان تسکین دهنده در آگزما

نسخه شماره ۲۳- داروی ضد خارش های پوستی با منشا سودا

دارو : بادام تلخ (*Prunus Amygdalus var.amara*)

طرز تهیه و استعمال : بصورت امولسیون تهیه کرده و سپس در موضع مالیده شود .

توجه : امولسیون فوق همچنین جهت رفع خارش های دستگاه تناسلی زن استعمال می شود . از طرفی خمیر بادام تلخ را به جای

صابون می توان در آگزما و همچنین در رفع دانه های جلدی ، بوی بد پا و زیر بغل نیز مورد استفاده قرار درد .

داروهای ضد اسهال

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع اسهال (قابض)

تخم مورد ۳۲۰ گرم

ریشه انجبار ۲۰۰ گرم

برگ توت فرنگی وحشی ۲۰۰ گرم

گل بابونه ۷۰ گرم

برگ مریم گلی ۷۰ گرم

برگ نعناع ۷۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۷۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت

باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع اسهال معمولی

به دانه ۱۵ گرم

برگ نعناع ۱۰ گرم

برگ فرنجمشک ۱۰ گرم

ریشه هفت بند ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا- کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی

بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت رفع اسهال

میوه سنجد یک قسمت

زیره سبز یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ مرتبه هر دفعه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع اسهال

تخم ختمی ۱۵ گرم

تخم خبازی ۱۵ گرم

نشاسته ۵ گرم

صمغ عربی ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دارو ها را کوبیده و اندکی بو می دهند و هر نوبت ۱۰ گرم با شربت ساده میل بکنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت اسهال مزمن (اسهال خونی)

دارو : پوست گیاه شاه بلوط هندی (*Quercus petraea*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : گل انار (*Punica grantum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : تمام گیاه علف هفت بند (*Polygonum aviculare*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو : پوست میوه انار (*Punica grantaum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : دانه اسفرزه (*Plantago psylum*)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را در یک فنجان آب گرم ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا خیس خورده شود سپس آنرا با کمی شکر میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی ضد اسهال (مخصوص بچه ها)

دارو: میوه هویج (*Daucus carota*)

مقدر مصرف: ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را با کمی آب پخته سپس آنرا صاف کرده کم کم به بچه داده شود.

نسخه شماره ۷-

دارو: برگ مورد (*Myrtus communis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- داروی ضد اسهال (اسهال خونی)

دارو: برنج پاک کرده (*Oriza sativa*)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹-

دارو: ریشه ختمی (*Althaca officinalis*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد اسهال (مخصوص بچه ها)

دارو: سیب درختی (*Pirus malus*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ عدد

طرز تهیه: مقدر فوق را رنده کرده و با مقدری آب بصورت حریره درآورده و با کمی شکر به بچه بخورانید.

نسخه شماره ۱۱-

دارو: میوه و دانه به (*Cydonia vulgaris*)

مقدر مصرف: ۴۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه: میوه را رنده کرده و با مقدری آب بصورت حریره درآورده با کمی شکر میل کنید. دانه را در یک فنجان آب گرم ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا خوب خیسانده شود و سپس با مقدر کمی شکر میل کنید.

نسخه شماره ۱۲-

دارو: پوست گیاه نارون (*Ulmus comperstris*)

مقدر مصرف: ۴۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد دیابت – مرض قند

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو: تخم یا تمام گیاه شنبلیله (*Trigonella foenum - graecum*)

مقدر مصرف: ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو: ریزم بید گیاه (مرغ) (*Agropyron repens*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو: برگ توت سیاه (*Morus nigra*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو: برگ اوکالیپتوس (*Eucalyptus globulus*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو: پوست دانه لوبیا (*Phasseolus vulgaris*)

مقدر مصرف: ۷ تا ۲۵۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶-

دارو: برگ درخت گردو (*Juglans regia*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۷ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۷-

دارو: سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف: ۳ یا ۶ عدد سیر تازه را همراه با غذا میل کنید .

طرز تهیه: ۱۲ تا ۱۸ گرم از سیر خشک شده را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و همراه غذا میل کنید .
نسخه شماره ۸-

دارو: پیاز (*Allium cepa*)

مقدر مصرف: ۱۵۰ گرم همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹-

دارو: ریشه بابا آدم (*Arctium lappa*)

مقدر مصرف: روزانه ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.
نسخه شماره ۱۰-

دارو: برگ گزنه (*Urtica urens*)

مقدر مصرف: روزانه ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای بیماریهای قلبی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت طپش قلب

دارو: ریشه سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو جهت طپش قلب با منشا عصبی

دارو: برگ و گیاه گل گاو زبان (*Borago officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت ضعف قلب

دارو: برگ بادرنجبویه (*Melissa officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو ی مقوی قلب

دارو: تمام گیاه اسطوخودوس (*Lavandula angustifolia*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو ی مقوی قلب

دارو: گل زالزالک (*Crataegus monogyna*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۳ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

توجه: این دارو علاوه بر این با مقدر مصرف فوق درای کاربردهای زیر می باشد:

- جهت تصلب عروق کرونر (درجه خفیف)

- جهت ضعف میو کدر بعد از بیماریهای عفونی

- در مورد عدم تحمل به دیژیتالین

- جهت اختلال در ریتم قلب

- جهت آسم قلبی

نسخه شماره ۶- دارو ی مقوی قلب

دارو: تمام گیاه اسطوخودوس (*Lavandula angustifolia*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو جهت معالجه دردهای قلبی

دارو: ریشه انجدان رومی (*Levisticum officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو جهت خفقان و درد قلب

دارو: تمام گیاه مرزنجوش (*Origanum majorana*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۹- داروی مهیج قلب

دارو: برگ نعناع (*Mentha piperita*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

داروهای ضد فشارخون بالا و پایین آورنده فشار خون

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو: برگ گل و گل زالزالک (*Crataegus monogyna*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو: دانه و برگ شنبلیله (*Trigonella foenum-graecum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۵ گرم و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو: پیاز گیاه سیر (*Allium sativa*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. (یا روز ۳ تا ۴ عدد پیاز را همراه غذا میل کنید)

نسخه شماره ۴-

دارو: برگ و ساقه گیاه دارویش (*Viscum album*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو: ساقه و برگ جعفری (*Apium petroselinum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶-

دارو: تخم کرفس (*Apium graveolens*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷-

دارو: برگ درخت زیتون (*Olea europea L*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد التهاب و درد

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو: تخم و گیاه شنبلیله (*Trigonella foenum-graceum*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع التهاب دهان و اندام تنفسی دارو: برگ مریم گلی (*Salvia species*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو: ریشه شیرین بیان (ریشه مجو) (*Glycyrrhiza glabra*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد التهاب دارو: تمام گیاه زرین گیاه (*Dracocephalum kotschy*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو: مرغ شیندان (*Agropyrum repence*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- دارو: برگ و میوه انگور (*Vitis vinifera*)

مقدر مصرف: ۴ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو: ریشه ختمی (*Althaea officinalis*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو: تمام گیاه بابونه (*Matricaria chamomilla*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- دارو: پوست بید (*Salix species*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- دارو: گل یا تمام گیاه گلدار اکلیل الملک (ناخنک) (*Melilotus officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو: تمام گیاه مریم نخودی (*Teucerium chamaedrys*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت نزله مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

برگ انگور خرس دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسب یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد مثانه و کلیه

برگ غان پنج قسمت

تخم جعفری دو قسمت

برگ انگور خرس هشت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد درد مثانه و کلیه

رگ غان سه قسمت

برگ انگو خرس هفت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

برگ بذر البنج سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه بیماریهای کلیه و مثانه

برگ زبان گنجشک ۲۰ گرم

برگ انگور خرس ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

پوست بابا آدم ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت سنگ کلیه و مثانه

تخم خیار ۳۰ گرم

تخم خربزه ۶۰ گرم

خارخاسک ۴۰ گرم

ریشه لبلاب ۴۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن کلیه و مثانه

دارو : میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (*Rosa canina*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر مصرف مذکور در فوق مورد شروع تشکیل سنگ کلیه و مثانه جهت حل کردن آنها نیز مورد استفاده قرار می گیرد .

نسخه شماره ۲- دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو : ریشه روناس (*Rubia tinctorum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این برای خاصیت حل کنندگی سنگهای مثانه نیز می باشد .

نسخه شماره ۳- داروی ضد دردهای سنگ کلیه و مثانه

دارو : تخم تره (*Allium porrum*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد دردهای کلیه

دارو : تخم شوید (*Anethum graveolense*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵ - داروی ضد التهاب مجاری درای

دارو : گل بنفشه (*Viola odorata*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶ - دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه

دارو : تمام قسمتهای گیاه به ویژه تخم جعفری (*Apium petroselinum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷ - داروی ضد دردهای مثانه

دارو : میوه کاکنج (عروسک پشت پدره) (*Physalis alkekengi*)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ عدد میوه

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این موجب دفع اوراتها ، هم می شود .

نسخه شماره ۸ - داروی معالج نزله کلیه

دارو : تمام گیاه ریحان (*Ocimum basilicum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹ - داروی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹ - داروی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (*Berberis vulgaris*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۱ - داروی جهت رفع التهابات کلیه

دارو: برگ یا چوب یا پوسته ساقه غان (قان، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

توجه: این دارو باعث خروج آب بدن بدون اینکه بافت کلیه را تحریک کند می شود.

نسخه شماره ۱۲ - دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو: تخم گشنیز (Coriandrum sativum)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۳ - دارو جهت رفع عفونت مجاری ادراری

دارو: میوه خارخاسک (Tribulus terresteris)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید.

داروهای معالج بیماریهای چشم

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱ - جهت درمان تحریکات و آسم چشم

دارو: چای (Thea sinensis)

طرز تهیه و مقدر مصرف: مقدری چای را دم کرده پس از صاف کردن روزی ۲ تا ۳ مرتبه چشم را با آن شستشو دهید.

نسخه شماره ۲ - دارو جهت ریزش اشک با خارش چشم، تقویت بینایی و قرمزی چشم

دارو: روغن زیتون (Olea europea)

روش و مقدر مصرف: روزی سه مرتبه هر دفعه دو قطره روغن زیتون را در چشم بچکانید.

نسخه شماره ۳ - دارو جهت تقویت بینایی یا رفع کم سویی چشم

دارو: سیب درختی (Pyrus malus)

روش و مقدر مصرف: مصرف روزی چند عدد سیب بعلت درآ بودن ویتامین های A و B و C برای تقویت بینایی چشم توصیه شده است.

نسخه شماره ۴ - دارو جهت شستشوی چشم

دارو: بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

روش و مقدر مصرف: مقدر ۵ گرم گل بابونه را در یک فنجان آبجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده چشم را با آن شستشو دهید.

نسخه شماره ۵- دارو جهت درمان شب کوری و تقویت چشم

دارو: هویج (*Daucus carota*)

روش و مقدر مصرف: مقدر یک لیوان آب هویج خام را روزانه مصرف کنید.

نسخه شماره ۶- دارو جهت تقویت چشم

دارو: زعفران (*Crocus sativum*)

روش و مقدر مصرف: ۰.۲ تا ۰.۵ گرم همراه غذا میل کنید.

داروهای معالج زخم و سوختگی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو: برگ خشک شده درخت چنار (*Plantanus orientalis*)

طرز تهیه و استعمال: برگها را سائیده و روی موضع پاشیده شود.

توجه: این دارو بطور کلی جهت خشک کردن زخمها مورد استفاده قرار می گیرد.

نسخه شماره ۲- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو: میوه نارس زیتون (*Olea euroepea*)

طرز تهیه و استعمال: میوه ها را له کرده بصورت ضماد در موضع استعمال کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو: روغن کنجد (*Sesamum indicum*)

روش و مقدر مصرف: روغن کنجد را بلافاصله بعد از سوختگی به محل سوختگی بمالید.

نسخه شماره ۴- دارو جهت درمان سوختگیها و زخمها

دارو: سرشاخه ها گلدار یا برگ گیاه علف چای (هوفاریقون) (*Hypericum perforatum*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت پماد در موضع استعمال شود.

نسخه شماره ۵- دارو جهت درمان سوختگی با آتش و زخمهای بزرگ

دارو: برگ تازه لبلاب (عشقه) (*Hedra helix*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت پماد در موضع استعمال شود.

نسخه شماره ۶- دارو معالج سوختگیها با آتش

دارو: روغن تخم کتان (*Linum usitatissimum*)

روش استعمال: در موضع استعمال شود.

نسخه شماره ۷- دارو معالج زخمها بویژه زخمهای دیر علاج و زخمهای عمیق

دارو: اسانس بابونه اصلی (*Matricaria chamomilla*)

روش استعمال: در موضع مالیده شود.

توجه: این دارو همچنین جهت معالجه زخمهای بیخ ران و سوختگیها نیز استعمال می شود.

نسخه شماره ۸- دارو جهت رفع آماس و التیام زخمها

دارو: برگ یا ریشه یا تمام گیاه گل خطمی (*Althaea officinalis*)

طرز تهیه و استعمال: به صورت ضماد در موضع استعمال کنید.

نسخه شماره ۹- داروی آرام کننده و خنک کننده پوست سوخته در اثر آتش یا آفتاب زدگی

دارو: روغن زیتون (*Olea europea*)

طرز تهیه و استعمال: در موضع سوختگی یا آفتاب زدگی مالیده شود.

توجه: این دارو علاوه بر این در مورد مارگزیدگی و گزش حشرات و همچنین درمان استسقا و آب آوردن نسوج بصورت موضعی مورد استعمال قرار می گیرد.

نسخه شماره ۱۰-

دارو: برگ یا ریشه یا تمام گیاه پنیرک (*Malva silvestris*)

مقدر استعمال: ۳۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت جوشانده در یک لیتر آب تهیه و سپس جهت شستشوی زخمها استعمال کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت معالجه زخمها و بریدگیها

دارو: تنتور ریزوم یا تمام گیاه همیشه بهار کوهی (*Arnica montana*)

طرز تهیه و استعمال: تنتور را با آب به نسبت ۱ به ۲ یا ۱ به ۳ رقیق کرده و سپس جهت شستشوی زخمها و بریدگیها استعمال شود.

نسخه شماره ۱۲- داروی التیام دهنده و معالجه زخمها

دارو: تنور گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

طرز تهیه و استعمال: با مقدری آب مقطر رقیق کرده و زخم را با آن شستشو کنید.

نسخه شماره ۱۳- دارو جهت معالجه سوختگیهای ساده

دارو: پیاز (*Allium cepa*)

طرز تهیه و استعمال: پیاز را له کرده روی موضع قرار دهید.

نسخه شماره ۱۴- داروی معالجه زخمها

دارو: گل گیاه شاه بلوط هندی (*Aesculus hippocastanum*)

مقدر استعمال: ۲۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت دم کرده در یک لیتر آب تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال شود.

نسخه شماره ۱۵- داروی التیام دهنده زخمها

دارو: قسمت گوشتدار میوه گردو (پوسته خارجی) (*Juglans regia*)

مقدر استعمال: ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت جوشانده در یک لیتر آب تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید.

نسخه شماره ۱۶- داروی معالجه زخمها

دارو: تخم شنبلیله (*Trigonella foenum-graecum*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت جوشانده تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید.

نسخه شماره ۱۷- داروی جهت درمان زخمها

دارو: برگ در دوست (عشقه) (*Hedra helix*)

مقدر استعمال: ۱۵ گرم

طرز تهیه: بصورت دم کرده در یک لیتر آب و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید.

نسخه شماره ۱۸- داروی معالج زخمهای دیر جوش

دارو: ریشه زنبق (*Iris florentia*)

طرز تهیه و استعمال: ریشه های تمیز را بصورت پودر در آورده و سپس روی زخمها بپاشید.

نسخه شماره ۱۹- داروی معالج زخمها

دارو: گل گیاه علف ماهور (*Verbascum thapsus*)

طرز تهیه و استعمال: بصورت دم کرده تهیه و جهت شستشوی زخمها توصیه نموده اند.

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد عفونی کننده و التیام دهنده زخمها

دارو: برگ گیاه زبان گنجشک (*Fraxinus excelsior*)

مقدر استعمال: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت ضماد تهیه و استعمال کنید.

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد عفونی کننده و التیام دهنده زخمها

دارو: برگ گیاه پده (*Populus euphratica*)

مقدر استعمال: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال: بصورت ضماد یا آب شستشو تهیه و استعمال کنید.

داروهای معالج استسقا و آب آوردن نسوج و اندامها -

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی معالج آب آوردن انساج

دارو: پوست غان (*Betula pendula*)

مقدر مصرف: ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده

روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو: ریشه ریزوم مارچوبه (*Asparagus officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو: ریزوم غلیون (شون) (*Sambucus ebulus*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : میوه و برگ بو (*Laurus nobilis L*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵-

دارو : سرشاخه های کاهوی تلخ (*Lactuca virosa*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده

روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : میوه یا برگ آقطی سرخ (*Sambucus racemosa*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷-

دارو : تمام قسمتهای کرفس (*Apium graveolence*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸-

دارو : ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیر مال ، کاسنی زرد) (*Taraxacum officinalis*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داورهای بند آورنده خونریزی یا ضد خونریزی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد خونریزی

دارو : صمغ عربی (*Acacia arabica*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد خونریزی های اعضای داخلی بدن

دارو : تمام گیاه آژوکا (*Ajuca reptance*)

مقدر امصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد خونریزی تمام اعضای بدن بویژه ضد خونریزی سینه و ریه

دارو : ریشه انجبار (*Polygonum bistorta*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت جلوگیری از خونریزی بینی

دارو : گل خشک شده درخت چنار (*Platanus orientalis*)

طرز تهیه و استعمال : به صورت پودر تهیه و در بینی ریخته شود .

نسخه شماره ۵- جهت جلوگیری از خونریزی

دارو : پوست گیاه شاه بلوط (*Castanea sativa*)

مقدر امصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- جهت جلوگیری از خونریزی های داخلی

دارو : برگ یا ریشه یا دانه تمام گیاه گزنه (*Urtica unrens*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- جهت جلوگیری از خونریزی های داخلی

دارو : تمام گیاه علف نقره ای (*Potentilla anserina*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی معالجه خونریزی ها

دارو : برگ مورد (*Myrtus commnis*)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد عفونی کننده و ضد باکتری - آنتی بیوتیک

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد عفونی کننده بویژه جهت اندام تنفسی

دارو : تمام گیاه آویشن شیرازی (*Thymus serpyllum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد باکتری و ضد عفونی کننده روده دارو : پیاز گیاه سیر (*Allium sativum*)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه : همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد عفونی کننده دارو : پیاز (*Allium Cepa*)

مقدر مصرف : ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد عفونی کننده دارو : تمام گیاه افسنتین (*Artemisia absinthium*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد عفونی کننده دهان و دندان دارو : قسمت هوایی مریم گلی (*Salvia officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد عفونی کننده زخم ها دارو : گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : بصورت ضماد یا پماد مصرف کنید .

داروهای استفرغ آور

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه بنفشه (بنفشه معطر) (*Viola odorata*)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲-

دارو: ریشه زنبق (Iris florenting)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو: ریزوم اگیر ترکی (Acorus calamus)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو: سرشاخه های گلدار بابونه (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای تقویتی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو: تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف: ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه: مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است اثر ناراحت کننده داشته باشد .

نسخه شماره ۲-

دارو: برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف: ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو: تخم شنبلیله (Trigonella foenum-graecum)

مقدر مصرف: ۰/۲۵ تا ۱/۲۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۴-

دارو : زعفران (*Crocus sativus*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۵-

دارو : پوست درچین (*Cinnamomuni zeylanicum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۶-

دارو : گل یا تمام گیاه بومادران (*Achillea millefolium*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۷-

دارو : برگ مریم گلی (*Salvia officinalis*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۸-

دارو : تمام گیاه مرزنجوش (*Origanum vulgare*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .
نسخه شماره ۹-

دارو : به لیمو یاورون (*Lippa citriodora*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : میوه زیره (*Cuminum cyminum*)

مقدر مصرف : ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲-

دارو : میوه انیسون (*Pimpinella anisum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو : تخم جعفری (*Apium petroselinum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : تمام گیاه شوید (*Anethum graveolens*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵-

دارو : تخم شنبلیله (*Trigonella foenum -graecum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : میوه رازیانه (*Foeniculum vulgar*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد سرطان

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی جلوگیری کننده از تجزیه شدن خون سرطانی

دارو: گل همیشه بهار (*Calendula officinalis*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه: برگ تازه یا خشک شده گل همیشه بهار را جهت سرطان های پوستی توصیه نموده اند.

نسخه شماره ۲- داروی پیشگیری سرطان دارو: شلغم (*Brassica napus*)

مقدر مصرف: ۱۰۰ تا ۲۰۰ گرم بصورت پخته یا خام مصرف کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت سرطان پوست و دستگاه گوارش دارو: شاهتره (*Fumaria species*)

مقدر مصرف: ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو جهت درمان سرطانهای دستگاه گوارش دارو: بومادران (*Achillea millefolium*)

مقدر مصرف: ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو جهت سرطان پوست دارو: پوست بلوط (*Canstanea dentata C.sativa*)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه: مقدر ۵۰ گرم پوست بلوط را در ۱ لیتر آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ مرتبه زخمها را شستشو دهید.

نسخه شماره ۶- داروی پیشگیری از بروز سرطان دارو: سیر و پیاز (*Allium sativa and cepa*)

مقدر مصرف: روزی ۵۰ گرم تا ۱۰۰ گرم سیر یا پیاز همراه غذا میل کنید

داروهای مقوی قوه باء - محرک جنسی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو: پیاز (*Allium cepa*)

مقدر مصرف: ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را روزی ۲ مرتبه همراه غذا میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو: زعفران (*Crocus sativus*)

مقدر مصرف: ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه و استعمال: مقدر فوق را همراه غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو: تمام گیاه کرفس (*Apium graveolens*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم همراه غذا بصورت خام مصرف کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : تخم تره (*Allium porrum*)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

مقدر فوق را با یک لیوان شیر چند روز متوالی میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : موسیر (*Allium ascalonicum*)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز مصرف : همراه غذا میل کنید

نسخه شماره ۶- دارو : پوست درچین (*Cinnamomum zeylanicum*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

مقدر فوق را می توانید همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو : تمام گیاه مارچوبه (*Asparagus officinalis*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : ضمنا گیاهان زنجبیل ، چوب چینی ، درچینی وانیل و ثعلب که بومی ایران نیست جهت قوه باه بکار برده می شود .

داروهای کم کننده میل جنسی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : تخم سداب (*Ruta graveolence*)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : مصرف مقادیر زیاد سداب سمی است و باید اجتناب شود .

نسخه شماره ۲- دارو : تخم یا میوه پنج انگشت (*Vitex agnus - castus*)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۳- دارو : انار ترش (*Punica grantaum*)

مقدر مصرف : روزی سه بار هر بار یک الی دو فنجان آب انار میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : ترنج (بالنگ) (*Citrus medica*)

مقدر مصرف : روزی سه بار هر بار یک فنجان آب ترنج میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو: عدس (*Lens esculenta*)

مقدر مصرف: لااقل روزی یکبار مقدری عدس پخته را همراه غذا میل کنید.

استفاده از گیاهان دارویی برای تهیه ماسک

گیاهان دارویی معمولاً به تنهایی و یا همراه دو یا چند گیاه دارویی دیگر، در درمان بیماری‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند. در هر حال رعایت نکاتی چند در استفاده از گیاهان دارویی ضروری است تا تاثیر گذاری آنها نمایان شود. بهتر است کلیه گیاهان دارویی قبل از استفاده خرد شوند تا حلال مورد نظر که معمولاً آب می‌باشد، بتواند در سلولهای گیاهی نفوذ کرده و مواد موثر و درمانی گیاه را در خود حل کرده و قابل استفاده برای درمان نماید. برخی از دانه‌های دارویی مانند دانه اسفرزه، بدون خرد کردن مصرف می‌شود. از سوی دیگر، چون داروهای گیاهی به صورت جوشانده، دم کرده و یا خیسانده تهیه می‌شوند، بهتر آن است که برای یکبار مصرف تهیه شوند و روزانه دو تا سه بار مورد استفاده قرار گیرند. اما می‌توان مصرفی یک روز را تهیه کرد و در جای خنک نگهداری نمود و زمانی که مصرف دارو به صورت عصاره، تنطور یا اسانس تجویز می‌گردد، بهتر است که در تهیه آنها دقت نظر بیشتری توسط فرد صورت گیرد. زیرا تهیه این داروها مستلزم داشتن صبر و دقت بیشتر می‌باشد. کلیه داروهایی که برای درمان زخم‌ها، سوختگی‌ها، ناراحتی‌های پوستی و به طور کلی برای استعمال خارجی تجویز گردیده، باید از محل‌های معتبر و شناخته شده تهیه شده باشد و در تهیه و تجویز دارو باید سعی شود که همواره گیاهانی مورد استفاده قرار گیرند که از لحاظ تجربی، خواص درمانی آنها به ثبت رسیده باشند و در حدی تجویز گردد که درمان، کامل گردد. علت عمده تحقیق بر روی گیاهان که از قرن‌ها پیش صورت گرفته است اثرات درمانی و بی‌ضرری آنها می‌باشد، که در طول سال‌های متمادی به اثبات رسیده است. از سوی دیگر اهمیت دوچندان این گیاهان، در این است که همراه با ماده موثر اصلی درمان، در گیاه مواد موثر دیگری که دارای اثرات درمانی می‌باشند نیز وجود دارد، که اثر معالجه را تشدید نموده و حتی در بسیاری از موارد از سموم و اثرات ناخواسته آن جلوگیری می‌نماید. استفاده از گیاهان دارویی به عنوان یک عامل عملی تجربه شده می‌تواند از بروز بسیاری از بیماری‌ها و گسترش و عواقب وخیم آن بکاهد و به عنوان یک عامل درمانی طبیعی و بی‌ضرر، مورد توجه باشد. آنچه که در طب سنتی و گیاه درمانی مورد نظر می‌باشد استفاده صحیح و دقیق و بجا از گیاهان است. که امیدوارم شما عزیزان در این مورد دقت لازم را به عمل بیاورید تا نه تنها بیماری درمان شود بلکه همیشه سالم و سلامت بمانید.

با استفاده از گیاهان از شر جوشهای خود خلاص شوید

خلاصه: ۷ راه کار ساده برای مقابله با جوش صورت ۱- هرگز جوش‌ها را فشار ندهید آنها را دستکاری نکنید این کارها فقط به قرمز تر و ملتهب تر شدن جوش‌ها منتهی می‌شوند و باکتری‌ها و چربی‌هایی که باعث ایجاد این جوش‌ها شده‌اند در دیگر قسمت‌های صورتتان پخش می‌شوند. همچنین بعضی مواقع این دستکاری‌ها به زخم شدن ناحیه اراف جوش‌ها منجر می‌شوند.

۲- هر سی دقیقه یک بار یک کیسه یخ را روی جوش‌ها قرار دهید و آن را حدود دو دقیقه نگه دارید این عمل باعث کاهش تورم التهاب و سرخی جوش‌ها می‌شود و درد ناشی از آن از بین می‌برد. ۳- (ویژه بانوان) از کرم پودرهای پوشاننده استفاده کنید. زمانی که با عجله باید در جایی حاضر باشید می‌توانید قبل از خارج شدن از خانه مقدار اندکی کرم پودر پوشاننده رنگ پوست روی جوش‌ها بمالید تا زیاد به چشم نیایند. همچنین این نوع کرم پودر‌ها روی سم‌های براق پوست را می‌پوشانند و جلوه‌ای طبیعی و یکدست به صورت می‌دهند ۴- با یک نوع محلول پاک‌سازی کننده مخصوص جوش‌های صورت و صابونی ملایم و بی‌بو روزی دو تا سه مرتبه صورتتان را بشوید/ به آرامی و با ملایمت با یک لیف یا حوله کوچک پوست صورتتان را مالش دهید

ولی هرگز این عمل را با خوشنت انجام ندهید و گرنه چربی طبیعی پوست صورتتان که به صورت طبیعی از به وجود آمدن جوش ها جلوگیری می کند را از بین خواهید برد. ۵- یک نوع کرم یا پماد حاوی پروکسید بنزوئیل یا اسید سالیسیلیک (بسیاری از پماد ها و کرم های مخصوص درمان جوش ها که در داروخانه ها موجود هستند حاوی این گونه ترکیبات می باشند) روی پوست صورت یا نواحی اطراف جوش ها بمالید. توجه داشته باشید که این ترکیبات در صورت مورد استفاده بیش از حد قرار گرفتن پوست را خشک می کنند. پس اگر پوستی حساس دارید استفاده از آنها برای شما توصیه نمی شود. ۶- در صورت امکان از مواد آرایشی و بهداشتی عاری از چربی استفاده کنید این نوع محصولات باعث ایجاد حفره و سوراخ در پوست نمی شود (این سوراخ ها و حفره ها می توانند تبدیل به جوش و کورک شود. هر شب قبل از خواب آرایش صورتتان را پاک نید با پماد یا محلولی ضد جوش تا چربی و آلودگی از عمق پوست صورتتان بیرون آید. ۷- در شب مقدار اندکی خمیر دندان روی نواحی اطراف جوش های صورتتان بمالید تا التهاب و تورم و سرخی آن مکرر شود. همچنین برای کاهش التهاب و تورم یک کیسه چای مرطوب با یک تکه پنبه آغشته به چند قطره لیمو ترش را به مدت پنج دقیقه روی جوش های صورتتان قرار دهید. در صورت به کار بردن این راهکارهای ساده و موثر، ظرف مدت کوتاهی تفاوتی چشمگیر و قابل ملاحظه را مشاهده خواهید کرد در صورتی که دوباره جوش ها عود کردند لازم است به یک متخصص پوست مراجعه نمایید تا برایتان محلول پاکسازی کننده مناسب نوع پوستتان تجویز کند. درمان های بلند مدت مثل استفاده از ماسک های پوست تغییر در برنامه غذایی و افزایش مصرف آب به پیش گیری از جوش های صورت کمک کنند.

سیب به جای مسواک!؟

سیب خوردن هرگز نمی تواند جایگزین مسواک شود؛ برای تمیزی دندان ها و حفظ بهداشت آن ها باید حتما دندان ها را مسواک زد و از نخ دندان استفاده کرد.

برخی مردم برای توجیه مسواک نزدن خود، اقدام به انجام اعمالی می نمایند که در بسیاری موارد موجب بروز مشکلاتی نیز می شود. از جمله این موارد، جایگزین کردن مسواک با خوردن سیب است. برخی این مورد را به دیگران نیز توصیه می کنند، در صورتی که پوسیدگی دندان یک آسیب موضعی و پیش رونده دندان است که با از دست دادن مواد معدنی سطح دندان به وسیله اسیدهای آلی آغاز می شود.

مهم ترین اسید آلی مؤثر، اسید لاکتیک است که به وسیله میکروب های مستقر در دهان و دندان تولید می شود. یکی از مهم ترین راه های تولید اسید لاکتیک تخمیر مواد قابل تخمیر مثل: کربوهیدرات ها؛ از جمله قندها است و قند موجود در سیب - با مکانیسم فوق- احتمال پوسیدگی دندان را افزایش می دهد.

عمل دیگری که در بین مردم رواج بیشتری دارد استفاده از خلال دندان یا چوب کبریت برای تمیز کردن دندان هاست که این عمل بیش از آن که به بهداشت دهان و دندان کمک کند، موجب تحریک و آزار لثه می شود.

به هر حال برای اجتناب از ماندن ذرات غذا در فضای بین دندان ها که منجر به پوسیدگی آن می شود و لازم است که دندان ها پس از هر وعده غذا به ویژه قبل از خواب شب با استفاده از مسواک و نخ دندان تمیز گردند.

نکته جالب این که مسواک زدن با وارد کردن تحریکات متعدد و ملایم موجب تقویت لثه و افزایش لایه شاخی پوست لثه در محل چسبیدن آن به دندان خواهد شد. (۱)

پی نوشت:

روزنامه کیهان، ۱۳۸۶/۸/۱۰.

خرما در بدن

بدن خرما را به عنوان غذای خوب می‌پذیرد و در برابر آن واکنشی نشان نمی‌دهد. خرما بسیار زود هضم می‌شود و برای هضم و جذب، انرژی بسیار کمی مصرف می‌کند و به همین دلیل به انسان آزار نمی‌رساند و خستگی ایجاد نمی‌کند. برای هضم شدن نیز هیچ گونه ویتامینی از بدن برداشت نمی‌کند زیرا خود دارای انواع ویتامین‌ها می‌باشد. خرما مانعی از لحاظ جذب برای بدن ایجاد نمی‌نماید و مانند غذاهای ترش مانع عمل ویتامین A در بدن نمی‌شود و هیچ‌گاه ایجاد ترشی نمی‌نماید از طرفی اگر غذای مصرفی را پیزیم در اثر حرارت، مقدار زیادی ویتامین B و ث از بین می‌رود اما مصرف خرما چنین مشکلی را دربر نخواهد داشت. خوردن خرما تازه باعث می‌شود که سلول‌های زنده‌ای به مصرف سلول‌های زنده بدن برسند و بدن مواد مورد نیازش را به طور مستقیم دریافت دارد. شاید به همین دلیل است که «اسلام احتکار مواد غذایی را ممنوع داشته است» زیرا بر اثر ماندن، تازگی خود را از دست داده و بسیاری از خواص مفید خود را از دست می‌دهد؛ خرما یا کشمش بر اثر ماندن هر چه کهنه‌تر شود چنانچه ترش و فاسد نشود، اسیدالکل آن‌ها به قند بیشتر تبدیل می‌گردد.

خرما دارای مواد قندی قابل توجهی است؛ در محاسبه ضریب تنفسی برای تعیین میزان سوخت و ساز مواد قندی و چربی‌ها می‌بینیم که در اندک زمانی پس از صرف غذا تقریباً تمامی غذای متابولیژه شده منحصر به کربوهیدرات‌هاست و این تقریباً عملی است که بدن انجام می‌دهد. مواد پروتئینی در کل به استثنای ?? گرم که به طور طبیعی روزانه به ناچار تجزیه و مصرف می‌شود از زمانی که مواد قندی و چربی‌ها در دسترس قرار دارند تقریباً به طور کلی همین مواد به مصرف ایجاد انرژی می‌رسند. با مصرف خرما مقدار این ذخیره بسیار بیشتر می‌شود.

خرما از لحاظ بالا بردن قدرت دفاعی بدن نیز نقش موثری را ایفا می‌کند. به تازگی معلوم شده است که بین سوخت و ساز گلوکز و ترکیب اسیدهای چرب و تری‌گلیسرید یا چربی خنثی ارتباط نزدیکی وجود دارد و از آن‌جا که گلوکز بدون حضور انسولین دریافت‌ها قابل استفاده نیست از این رو چاقی در زمانی که غلظت انسولین در بافت‌ها کافی نیست امکان‌پذیر نمی‌باشد. بنابراین مصرف زیاد کربوهیدرات (مواد قندی - نشاسته‌ای) تأثیر فوق‌العاده‌ای در تبدیل جریان متابولسیم گلوکز به لیپوژنز دارد در صورتی که کم مصرف کردن کربوهیدرات، تجمع چربی را در بدن به حداقل ممکن می‌رساند. خرما پاک‌کننده دستگاه گوارش و از بین برنده سموم بدن است اول این که مدفوع را از حالت مایع درمی‌آورد و با حجم خود روده‌ها را پاک می‌کند و دوم این که بسیاری از سموم روده‌ها را جذب و با خود به بیرون منتقل می‌سازد. همچنین خرما اصلاح‌کننده مزاج است. پنج درصد میوه‌ها به طور تقریبی سلولز است به همین دلیل بهترین و قوی‌ترین ملین‌ها بوده و از ایجاد یبوست جلوگیری می‌کند.

لیمو، درمانگری فرح بخش برای عفونت‌ها

نویسنده: سپیده سلیمی

هزاران سال است که لیمو به عنوان یک ماده غذایی و همچنین دارویی شناخته شده است و مورد بهره‌برداری قرار می‌گیرد. لیمو سرشار از ویتامین C است که خاصیت آنتی‌اکسیدان آن موجب می‌شود این میوه در تسریع بهبود بیماری‌های گوناگون، به تاخیر انداختن روند پیری و مقاوم سازی بدن در برابر سرطان‌ها بسیار مفید و کارساز باشد.

رومی‌ها از قرن‌ها پیش از لیمو به عنوان پادزهری برای سموم استفاده می‌کردند اما شهرت لیمو در گذشته بیش از هر چیز به دلیل میزان قابل توجه ویتامین C در آن و تأثیر آن در بیماری‌های اسکوربری بوده است. لیمو دارای خواص فراوان است. لیمو نیروبخش، ضد عفونی‌کننده، مدر، قابض و آنتی‌اکسیدانی قوی است. لیمو که زادگاه اصلی و اولیه آن هند و برمه است سال‌ها است که به

سبب خواص بسیارش شهرت جهانی یافته است. آب لیمو یک ضد عفونی کننده قوی و محرک دستگاه ایمنی بدن است و با افزایش تعریق اثر درمانی مفیدی بر روی عفونت ها و تب دارد. این ماده با تحریک تعریق، بدن را از سموم پاک می سازد. اغلب لیمو را به عنوان ماده ای اسیدی می شناسیم اما این میوه به ظاهر اسیدی هنگام هضم در دستگاه گوارش تجزیه شده و مقدار قابل توجهی کربنات پتاسیم تولید می کند. کربنات پتاسیم ماده ای است که با خنثی سازی اسید اضافی در معده و به تعادل رساندن اسیدپتیه محتویات دستگاه گوارش از دیواره آن محافظت می کند. این ویژگی موجب می شود لیمو برای بسیاری از مشکلات گوارشی از قبیل سکسکه مداوم، سوزش سر معده، حالت تهوع، یبوست و کرم های انگلی مفید باشد. لیمو به عنوان تقویت کننده کبد عمل می کند و چنانچه مخلوطی از آب لیمو با آب داغ را یک ساعت پیش از صبحانه صرف کنید تولید صفرا را تحریک می کند. برخی معتقدند مصرف روزانه مخلوطی از آب لیمو با روغن زیتون می تواند سنگ کیسه صفرا را حل کند. خوردن آب لیمو موجب پایین آمدن اسید اوریک می شود. آب لیمو ضد عفونی کننده ای قوی است که دستگاه ایمنی بدن را تقویت می کند. مصرف آب لیمو درمانی موثر برای انواع عفونت ها بوده و کاهش تب را موجب می شود. قرقره با آب لیمو گلودرد و ورم لوزه ها را تسکین می دهد. مصرف یک قاشق سوپخوری آب لیمو در کمی آب، نیم ساعت قبل از هر وعده غذا موجب تسکین آسم می شود.

لیمو همچنین دارای خاصیت ضد قارچ است که آن را ماده ای مفید برای درمان برفک دهان می سازد. خوردن لیمو برای جبران کم آبی، تسکین آرتروز و رماتیسم نیز مفید شناخته شده است. مخلوطی از آب لیموی تازه با کمی عسل و سه دانه میخک در آب داغ درمانی معجزه آسا برای سرماخوردگی، آنفلوآنزا و به ویژه سرفه است.

در گذشته از مخلوط آب لیمو با قهوه برای درمان میگرن و مالاریا بهره می بردند. آب لیمو خاصیت قابض داشته و موجب توقف خونریزی می شود. از این ویژگی می توان برای متوقف ساختن خونریزی هایی مانند خونریزی از بینی استفاده کرد. پنبه ای را به آب لیمو آغشته کنید و به سوراخ های بینی بفشارید. برای درمان خونریزی از لثه نیز هر صبح و شب لثه ها را با آب لیمو ماساژ دهید. خاصیت قابضیت لیمو آن را در تسکین خونریزی ها و اسهال مفید می سازد.

آب لیمو همچنین لوسیونی مناسب برای جلوگیری از آفتاب سوختگی است. اگر آب لیمو را با نسبت یک به یک با گلیسرین مخلوط کنید لوسیونی مناسب برای درمان ترک لب ها و همچنین پاک کننده ای خوب برای پوست صورت به دست می آید که چربی پوست را تعادل می بخشد. پوست

لیمو نیز از خواص ویژه ای برخوردار است و حاوی ماده ای به نام پکتین است که یکی از مواد لازم و مفید در تهیه مرباها و مسبب ژله ای شدن آنها است. عطر خوش آن نیز به عنوان اسانس در شیرینی پزی و صنایع غذایی و بهداشتی کاربرد فراوان دارد. بهتر است پوست لیمو را نیز مصرف کنید. در اینجا کاربرد پیشنهادی برای مصرف لیمو با پوست آن را ملاحظه می کنید.

انگور خطر بیماری های قلبی را کاهش می دهد

محققان علوم تغذیه می گویند که مصرف انگور می تواند سبب تأثیر بر جدار داخلی عروق شده و کاهش خطر بروز بیماریهای قلبی عروقی را به همراه داشته باشد.

به گزارش پایگاه خبری نیوز وایز در اینترنت، با این که گامهای مؤثری در درمان بیماریهای قلبی عروقی برداشته شده ولی این بیماریها همچنان دشمن شماره یک بشر می باشند و بالاترین رقم آماری علت مرگ را در مردان بالاتر از ۴۵ سال و زنان بالاتر از ۶۵ سال تشکیل می دهند. در همین حال بیشتر راههای درمانی طی دو دهه اخیر بر درمان با روشهای جراحی قلب و عروق متمرکز بوده است. محققان مؤسسه تحقیقات کودکان کلمب آمریکا با بررسی تأثیر انگور که در قالب آب انگور بدون الکل تهیه

شده بود بر بدن انسان دریافتند که این میوه می تواند تأثیر مثبتی بر بافت اندوتلیوم یا جدار داخلی عروق داشته باشد. این گزارش می افزاید: در شرایطی که جدار داخلی شرایین دچار مشکل شوند و یا به سبب تجمع چربی بر قطر آنان اضافه شود، فرد در معرض خطر بروز بیماریهایی نظیر سکتته های مغزی و نیز مشکلات قلبی قرار می گیرد. این بررسیها در حالی به ثمر می رسد که قبلاً نیز اثر مثبت انگور بر کاهش کلسترول خون و نیز کاهش بروز بیماری فشار خون ثابت شده بود.

نقش آب انگور در کاهش بیماری های قلبی

محققان می گویند، مصرف آب انگور مقدار اچ دی ال یا چربی خون بدن را به مقدار زیاد افزایش و شاخصهای التهاب را در بیماران قلبی کاهش میدهد.

بر اساس مقاله ای که در نشریه اترواسکلروز، ترومبوز و زیست شناسی عروق در آمریکا منتشر شد، آب انگور علاوه بر افزایش اچ دی ال تولید رادیکال آزاد و شاخص التهاب را نیز کاهش می دهد. محققان معتقدند رها شدن این گونه مواد از پلاکت ها به پدیده سخت شدن عروق و التهاب عروق کمک می کند، گرچه پیش تر مشخص شده بود که آب انگور میزان تولید رادیکالهای آزاد را کاهش می دهد اما تاثیر آن بر خواص التهابی پلاکت ها ناشناخته بود. گفتنی است این خواص آب انگور ارتباطی با الکل ندارد و مواد دیگری سواى الکل و احتمالاً ترکیبات پلی فنلیک موجود در آب انگور در کاهش عوارض قلبی، عروقی نقش دارند.

مصرف سیر سرطان های معده و روده را کاهش می دهد

تحقیقات جدید نشان می دهد که ترکیبات مفید در سیر می تواند از تشکیل مواد سرطان زا در بدن جلوگیری کند که این اثربخشی بر روی معده و روده بیشتر است.

تحقیقات دکتر جان میلز از دانشگاه پنسیلوانیا نشان می دهد کسانی که به طور مرتب از سیر استفاده می کنند کمتر به سرطان معده و روده بزرگ مبتلا می شوند. براساس این تحقیق مصرف ۵ تا ۱۸ گرم سیر معادل ۲ تا ۵ قطعه کوچک از سیر خام یا پخته در هفته برای پیشگیری از سرطان مؤثر است. همچنین مصرف سیر برای سلامت قلب نیز مفید است، ترکیبات موجود در سیر می توانند میزان کل کلسترول خون به ویژه کلسترول بد را کاهش دهند. این ترکیبات از تشکیل لخته خون در شریان ها جلوگیری می کنند و به این ترتیب خطر سکتته های قلبی را نیز کاهش می دهند. براساس نتایج این تحقیق مصرف سیر تازه بهترین راه استفاده از ترکیبات مفید این گیاه محسوب می شود.

فواید ناشناخته سیب

نویسنده: آرمند

طبق تحقیقات محققان، فقط به خاطر ویتامین C نیست که باید روزی یک عدد سیب بخوریم. دانشمندان خواص ضد سرطانی مواد شیمیایی مختلف موجود در مغز و پوست سیب را بررسی کردند. و دریافته اند که این مواد شیمیایی تاثیراتی بسیار بالاتر از فقط ویتامین C دارد. اینمواد شیمیایی، فلاوانوئید و پلی فنول میباشد و تحقیقیکه در مجله طبیعت منتشر شده است، خواص آنتی اکسیدانه آن را بررسی می کند.

آنتی اکسیدان ها با از بین بردن مولکول هایی که مسئول تخریب سلولها هستند و منجر به سرطان می شوند، از این بیماری جلوگیری به عمل می آورد. محققان دانشگاه کورنل در نیویورک، دریافته اند که خوردن ۱۰۰ گرم سیب در روز، خواص آنتی اکسیدانه ای برای بدن تامین می کند که معادل له خوردن ۱۵۰۰ میلیگرم ویتامین C می باشد.

پروفسور کونگک یونگ لی، یکی از محققان این تحقیق، می گوید "، برخی از مواد شیمیایی ضد آلرژی نیز به حساب می آیند، برخی هم ضد سرطان، ضد التهاب، و ضد ویروسی هستند. الان دیگر به اندازه کافی سند و مدرک وجود دارد که با قطعیت بگوییم با خوردن یک عدد سیب در روز دیگر نیازی نیست نزد دکتر بروید ".

برای آزمایش خواص ضد سرطانی موجود در سیب، محققان از سلول های سرطانی روده که در آزمایشگاه رشد کرده بود، استفاده کردند.

آنها دریافتند که ۵۰ میلیگرم از این مواد شیمیایی، که از پوست سیب گرفته شده است، تولید و تکثیر این سلول های سرطانی را تا ۴۳٪ کاهش داده است. عصاره گرفته شده از مغز این میوه، تا ۲۹٪ از رشد سلول های سرطانی جلوگیری کرده است. یکی از تاثیرات مشخص تر آن زمانی است کشف شد که برخی از این مواد شیمیایی را بر روی سلول های سرطانی کبد امتحان کردند. سخنگوی انجمن تحقیقات مربوط به سرطان می گوید "، این تحقیق نشان می دهد که سیب تازه تاثیر آنتی اکسیدانه ای بالاتر از محتوی ویتامین C موجود در آن دارد. مکانیسم خواص حفاظتی میوه ها و سبزیجات هنوز مشخص نشده است و همچنین هنوز قطعاً ثابت نشده که سیب از میوه ها و سبزیجات دیگر پرفایده تر است " او توصیه می کند که افراد باید رژیم غذایی متعادلی داشته باشند که دز آن به میزان کافی از سبزیجات و میوه جات استفاده کنند.

فواید سیب:

۱. افرادی که از نقرس و رماتیسم رنج می برند، باید به طور مرتب سیب بخورند چون به درمان بیماری آنها کمک می کند.
۲. خوردن دو عدد سیب در روز سطح کلسترول خونتان را تا ۱۰٪ کاهش می دهد.
۳. نوشیدن آب سیب، سه بار در روز، از ایجاد ویروس در بدن جلوگیری می کند.
۴. یکی دیگر از فواید سیب برای افرادی است که مشکل معده دارند. اگر دچار مشکلات گوارشی هستید، قبل از غذا حتماً سیب بخورید.

۵. سیب رنده شده مخلوط با ماست برای از بین اسهال مفید است.

نکات:

۱. هیچگاه سیبی را که در جای خنک نگهداری نشده است را خریداری نکنید چون این میوه طی چند روز بیش از حد رسیده خواهد شد.
۲. سیب باید سفت باشد. اگر با فشار دادن انگشت روی آن تورفتگی ایجاد شود، از خرید آن خودداری کنید.
۳. سیب را در یخچال نگهداری کنید. در غیر اینصورت خیلی زود خراب خواهد شد.
۴. برای جلوگیری از قهوه ای شدن سیب، روی قسمت های بریده شده آن کمی آب لیمو بمالید.
۵. محققان کانادایی که روی ۸ نوع مختلف سیب تحقیق میکردند، دریافته اند که نوع قدیمی سیب، که همان سیب قرمز است، حاوی مقدار بیشتر آنتی اکسیدان در پوست و مغز خود می باشد.

فواید و خواص شگفت انگیز آبمیوه

در شهرهای مختلف، همه شب زنان و مردان را می بینید که در همان لباس کار خود به بار می روند و انواع اقسام آبمیوه ها، از آب هویج گرفته تا ترکیبات مختلفی از انواع میوه ها و سبزیجات را سفارش می دهند: آب کلم، آب خیار، آب کرفس، آب چغندر، آب کاهو، آب جعفری، آب انبه، آب آناناس، آب هندوانه، آب گریپ فروت، و آب سیب.

این روزها دسترسی به آبمیوه دیگر به دشواری سابق نیست و مردم خیلی راحت هر نوع آبمیوه ای را که بخواهند در آبمیوه فروشی

ها و رستورانها پیدا می کنند. خیلی از افراد هم آبمیوه مورد علاقه شان را خودشان درست می کنند. این روزها دیگر همه در خانه شان یک دستگاه آبمیوه گیری دارند و با صرف کمی وقت، صبر و پشتکار می‌توانید آبمیوه دلخواهتان را در خانه تهیه کنید.

اخیراً موسسه ملی سرطان برای ترغیب مردم به مصرف میوه و سبزیجات بیشتر تلاش می کند. همواره توصیه می شود که هر روز حداقل ۵ وعده میوه و ۳ وعده سبزیجات استفاده کنید و دلیل آن خیلی ساده است: رژیم غذایی سرشار از میوه و سبزیجات از بسیاری از بیماری ها و مشکلات جلوگیری می کند؛ سرطان سینه، روده، مری، معده، ریه، تخمدان و مقعد. دانشمندان به دنبال مواد شیمیایی موجود در گیاهان هستند که از بروز این مشلات و ناراحتی ها جلوگیری می کند. این مواد شیمیایی گیاهی که فیتوشیمی نامیده می شوند در راس تحقیقات و مطالعات غذایی قرار گرفته اند چون رمز پیشگیری از بسیاری بیماری های کشنده مثل سرطان و بیماری های قلبی و بیماری های متداول مثل آسم، ورم مفاصل و آلرژی شناخته شده اند.

سالیان سال تحقیقات و مطالعات همه گیر شناسی که وضعیت های مختلف بیماری ها و رژیم غذایی را در جمعیت های مختلف که اعتقادی به قرار دادن میوه و سبزیجات در برنامه غذایی خود ندارند، با یکدیگر مقایسه کرده است. اینگونه مطالعات که در آفریقا، چین، کشورهای مدیترانه، روسیه و سایر نقاط انجام گرفته، نشان داده است که در فرهنگ هایی که رژیم غذایی افراد از میوه و سبزیجات تازه تشکیل شده است، که آنرا سرشار از کربوهیدرات و فیبر می کند، بسیاری بیماری هایی که مردم امریکای شمالی را مبتلا می کند، وجود ندارد. مثلاً در طی ۳۰ سالی که محققان انگلیسی در آفریقا کار می کردند، به هیچ عنوان با مشکلاتی مثل فتق، سرطان روده یا سرطان پروستات روبه رو نشدند. تنها دلیل آن می تواند تنوع رژیم غذایی آنها باشد.

اما این تحقیقات (که بیش از ۱۵۰ مورد در ۱۰ سال اخیر انجام گرفته است) دقیقاً ثابت نمی کنند که این رژیم غذایی است که این تفاوت در وضعیت سلامتی افراد را ایجاد میکند. عوامل بسیار زیاد دیگری هم هستند که می توانند بر سلامتی تاثیر گذار باشند، مثلاً آیا این نبود بیماری به خاطر رژیم غذایی فرد است یا به این خاطر است که در محیطی با آلودگی هوای کمتر زندگی می کند؟ اگر به خاطر رژیم غذایی است، کدام قسمت از رژیم غذایی آنها این تفاوت را ایجاد کرده است؟

این سوالات بوده که محققان بسیاری را به بررسی برخی ترکیبات خاص در مواد غذایی واداشته تا ببینند چه موادی می تواند در برابر ابتلا به این بیماری ها محافظت می کند. در این راه، محققان چند ماده غذایی را پیدا کردند: گوجه فرنگی، به همراه ویتامین C، ویتامین A و برخی موادمعدنی که ده ها هزار ماده شیمیایی دیگر در خود دارد.

مواد شیمیایی گیاهی که محققان پیدا کردند، بر تصور ما در مورد غذاها اثر می گذارد، به ویژه سبزیجات و میوه جات. برای مثال، بروکلی حاوی ماده ای است که می تواند از بروز سرطان سینه جلوگیری کرده یا حتی به درمان آن کمک کند. مرکبات موادی در خود دارند که دفع سموم را از بدن تسهیل می کند و در نتیجه احتمال ابتلا به سرطان را کاهش می دهد. انگور حاوی ماده است که از تخریب DNA سلولها جلوگیری می کند. به همین طریق، تعداد زیادی از سبزیجات سبز حاوی مواد شیمیایی گیاهی هستند که در برابر سرطان از بدن محافظت می کنند. بروکلی، کلم، گل کلم، هویج، کلم پیچ، کلم قمری، پیاز، سیر، شلغم، چغندر قرمز، فلفل، تره فرنگی، پیازچه و ... از جمله سبزیجاتی هستند که خواص ضد سرطانی دارند.

اما مشکل اینجاست که اکثر ما به اندازه کافی از میوه و سبزیجات استفاده نمی کنیم تا بتوانیم از فواید آن بهره مند شویم. مثلاً باینکه مدام از رسانه می شنویم که باید حداقل ۵ وعده در روز از میوه جات و ۳ وعده در روز از سبزیجات استفاده کنیم، واقعیت این است که به طور متوسط بیشتر از یک تا دو وعده از سبزیجات و میوه جات استفاده نمی کنیم.

به همین خاطر است که مصرف آبمیوه شاید بتواند نیازهای غذایی ما را به میوه جات و سبزیجات تامین کند.

حال این سوال مطرح می شود که آبمیوه درمانی چه فواید دیگری دارد که تاکنون از چشم محققان به دور مانده است؟ برای مثال، اضافه کردن کلروفیل به رژیم غذایی که معمولاً توصیه می شود. کلروفیل که ماده ای است که به وفور در سبزیجات یافت میشود،

ساختاری شبیه به هموگلوبین دارد—ماده موجود در خون که مسئول انتقال اکسیژن است. در دهه چهل محققان دریافتند که مصرف کلروفیل توانایی بدن را برای تولید هموگلوبین تقویت می‌کند در نتیجه انتقال اکسیژن بهتر صورت خواهد گرفت. از آن زمان تاکنون، دیگر مطالعه‌چندانی برای کشف فواید کلروفیل انجام نگرفته است.

یا مثلاً قدرت آبمیوه تازه را برای انتقال گروه دیگری از مواد مغذی مهم در بدن مثل آنزیم هادر نظر بگیرید. آنزیم‌ها نیروی کار بدن شما هستند. این مواد که در صدها هزار واکنش شیمیایی بدن بعنوان کاتالیزور عمل می‌کنند، برای گوارش و جذب مواد غذایی، تبدیل مواد غذایی به بافت‌های بدن، و تولید انرژی در سطح سلولی اهمیت بسیار زیادی دارند. در واقع، وجود آنزیم‌ها برای اکثر فعالیت‌های متابولیک که در بدن انجام می‌شود، ضروری است.

آبمیوه تازه منبع فوق‌العاده‌ای از آنزیم‌هاست. در واقع تازگی آبمیوه یکی از خصوصیات اصلی آن است چون آنزیم‌ها در اثر گرما از بین می‌روند. وقتی شما غذاهای پخته شده می‌خورید، چه حبوبات باشد، چه میوه‌ها و سبزیجات، اگر این غذا در دمای بالاتر از ۱۱۴ درجه پخته شده‌اشد، آنزیم‌های آن در اثر گرما از بین رفته‌اند. از آنجا که میوه‌ها و سبزیجات به صورت خام آبگیری می‌شوند، آنزیم‌های آن از بین نمی‌روند.

تصادفاً بسیاری از مواد شیمیایی گیاهی که توجه محققان را به خود جلب کرده است یا آنزیم هستند یا گاهی اوقات موادی می‌باشند که به ساختن یا فعال کردن آنزیم‌ها کمک می‌کنند.

بعلاوه، آب میوه‌ها و سبزیجات منابع بسیار خوبی از مواد مغذی به حساب می‌آیند. مرکبات (گریپ فروت، پرتقال و از این قبیل) میزان بسیار زیادی ویتامین C در خود دارند. آب هویج حاوی مقدار زیادی ویتامین A به شکل بتا کاروتین است. تعداد زیادی از آب سبزیجات سبز سرشار از ویتامین E هستند. آبمیوه‌ها منبع بسیار خوبی از مواد معدنی لازم مثل آهن، مس، پتاسیم، سدیم، ید، و منیزیم می‌باشند.

علاوه بر این، از آنجا که فیبر غیرقابل هضم در آبمیوه گرفته می‌شود، این مواد مغذی به میزان بسیار بیشتری در قالب آبمیوه برای بدن فراهم می‌شود تا در قالب میوه‌های طبیعی. برای مثال، به این خاطر که بسیاری از مواد مغذی حاوی فیبر هستند، وقتی شما یک هویج خام می‌خورید فقط می‌توانید ۱٪ از بتا کاروتین موجود در آن را دریافت کنید. اما وقتی هویج را به صورت آبمیوه مصرف می‌کنید، یعنی فیبر آن گرفته می‌شود، تقریباً ۱۰۰٪ از بتا کاروتین موجود در آن جذب بدن می‌شود.

و کلام آخر اینکه میوه‌ها و سبزیجات یک ماده دیگری هم در خود دارند که برای حفظ سلامتی شدیداً مورد نیاز است—آب. بیش از ۶۵٪ از سلولهای بدن انسان از آب تشکیل شده است و در برخی بافت‌ها مثلاً مغز، ۸۰٪ سلولها از آب تشکیل شده است. وجود آب برای حفظ سلامتی بدن الزامی است اما متأسفانه اکثر افراد به اندازه کافی آب نمی‌نوشند. علاوه بر این بیشتر مایعاتی که وارد بدن ما می‌شود از چای و نوشابه تامین می‌شود که حاوی موادی است که برای دفع آن نیاز به چند برابر آب است. آب میوه‌ها و سبزیجات غازی از این مواد هستند و آب آنها آب خالص و سالم است.

پس باتوجه به فوایدی که برای آب میوه‌ها و سبزیجات در این مقاله عنوان شد، مثل محافظت از بدن در برابر ابتلا به سرطان، بیماری‌های قلبی، ورم مفاصل، و بیماری‌های دیگر، چرا نباید تغییری در رژیم غذایی‌تان ایجاد کرده و به مقدار بیشتری از آبمیوه در روز استفاده کنید؟

خواص و فواید گوجه فرنگی برای سلامتی

خوردن گوجه فرنگی زیاد کار بسیار خوبی است. این میوه که بیشتر جزء سبزیجات به حساب می‌آید، خواص و فواید بسیار زیادی برای سلامتی دارد.

در اینجا به ۱۰ دلیل که خوردن گوجه فرنگی را برای شما واجب می‌کند، اشاره می‌کنیم:

۱. گوجه فرنگی حاوی هر چهار کارتنوئید می‌باشد: کارتنوئید آلفا و بتا، لوتئین، و لیکوپن. هریک از این کارتنوئیدها خواص خاص خود را دارند اما در کنار یکدیگر نیز فوایدی را ایجاد می‌کنند.

۲. به طور خاص، گوجه فرنگی حاوی مقدار بسیار زیادی لیکوپن است که گفته میشود بالاترین فعالیت آنتی اکسیدانه را در بین کارتنوئیدها داراست.

۳. گوجه فرنگی و بروکلی در کنار هم بسیار پرفایده هستند و احتمال ابتلا به سرطان پروستات را کاهش می‌دهند. در یک تحقیق مشخص شد که در موش های صحرایی که به آنها گوجه فرنگی و کلم بروکلی داده شده بود، نسبت به موشهایی که به آنها لیکوپن بعنوان یک مکمل غذایی داده شده بود یا گوجه فرنگی و کلم بروکلی جداگانه به آنها داده شده بود، تومرهای پروستات بسیار کندتر رشد میکنند.

۴. طبق تحقیقی که در دانشگاه مونترآل انجام گرفت، مشخص شد رژیم های غذایی سرشار از گوجه فرنگی، به کاهش احتمال ابتلا به سرطان لوزالمعده نیز کمک می‌کند. در این تحقیق محققان دریافتند که لیکوپن می‌تواند تا ۳۱٪ احتمال سرطان لوزالمعده را در میان آقایان با بالاترین و پایین ترین مقدار مصرف از این کارتنوئید، کاهش دهد.

۵. گوجه فرنگی حاوی ۳ آنتی اکسیدان بسیار مهم است: بتا-کاروتین (که فعالیت ویتامین A را در بدن دارد)، ویتامین E، و ویتامین C.

۶. گوجه فرنگی سرشار از پتاسیم است، ماده معدنی که اکثر ما با کمبود آن مواجه هستیم. یک لیوان آب گوجه فرنگی حاوی ۵۴۳ میلیگرم پتاسیم بوده و ۱/۲ فنجان سس گوجه فرنگی حاوی ۴۵۴ میلیگرم از این ماده است.

۷. وقتی گوجه فرنگی همراه با سایر چربی های مفید مثل آوکادو یا روغن زیتون، مصرف شود، جذب کارتنوئیدهای گیاشیمیایی در گوجه فرنگی، ۲ تا ۱۵ مرتبه بیشتر میشود.

۸. گوجه فرنگی بخش مهمی از رژیم های غذایی مدیترانه ای را تشکیل می‌دهد. در بسیاری از غذاهای مدیترانه ای از گوجه فرنگی یا سس آن استفاده می‌شود. برخی تحقیقات نشان می‌دهد که افرادی که معمولاً از رژیم های مدیترانه ای استفاده می‌کنند، کمتر از سایرین به خاطر مشکلات قلبی و سرطان جان می‌سپارند.

۹. وقتی خانم های شیرده از محصولات گوجه فرنگی استفاده کنند، غلظت لیکوپن شیرشان افزایش می‌یابد. در این مورد، بهتر است گوجه فرنگی پخته باشد. محققان همچنین دریافته اند که خوردن محصولات گوجه فرنگی مثل سس گوجه بیشتر از خوردن گوجه فرنگی تازه، غلظت لیکوپن را در شیر مادر افزایش می‌دهد.

۱۰. برش های گوجه فرنگی حاوی غلظت بسیار بالایی کارتنوئید هستند. مقدار جذب کارتنوئید توسط سلول های روده انسان در رب گوجه فرنگی که حاوی پوست گوجه فرنگی باشد، بسیار بیشتر از نوع رب فاقد پوست گوجه فرنگی است. پس برای بالاتر بردن فواید غذایی گوجه فرنگی، از پوست کندن آن خودداری کنید.

دستور غذاهای عالی با گوجه فرنگی

خوشبختانه در کشور ما گوجه فرنگی از محبوبیت زیادی برخوردار است و مردم ما آن را یکی از اولیوت های خود در خرید سبزیجات قرار می‌دهند. در زیر به دو دستور غذای عالی که در آن از گوجه فرنگی استفاده شده است، اشاره می‌کنیم تا از همین امروز بیشتر از این ماده غذایی مفید استفاده کنید:

سس پاستا سیر و پیاز

با یک بطری یا کنسرو از سس مارینارا (سس گوجه فرنگی) شروع می‌کنید و در آخر سس بسیار خوشمزه و دلپذیری برای پاستا

خواهید داشت.

۲ قاشق چایخوری روغن زیتون

۳/۲ فنجان پیاز شیرین

۱/۲ فنجان فلفل قرمز، زرد یا نارنجی خرد شده

۲ قاشق چایخوری سیر خرد شده

کمی فلفل سیاه

۱/۴ فنجان ریحان تازه خرد شده

۲ فنجان سس مارینارا

۱/۴ آب انگور قرمز

روغن زیتون را در یک ماهیتابه کوچک ریخته و روی شعله متوسط-زیاد قرار دهید. وقتی روغن خوب داغ شد، پیاز و فلفل های خرد شده را به آن اضافه کنید تا زمانی که بپزند (۴ دقیقه). شعله را تا حد ملایم پایین بیاورید و حال سیر خرد شده و فلفل سیاه را اضافه کنید و اجازه بدهید دقیقه ای بیشتر بپزد. ریحان تازه، سس مارینارا، و آب انگور قرمز را اضافه کنید و اجازه بدهید تا وقتی که سس خوب درست شده و داغ شود، بجوشد. (یک یا دو دقیقه بیشتر). این سس را می توانید با پاستا، مرغ و ماهی میل کنید. (برای ۴ نفر هر کدام ۴/۳ فنجان تا یک فنجان)

هر سرو: ۳۲ کالری، ۳ گرم پروتئین، ۱۷ گرم کربوهیدرات، ۶ گرم چربی، ۰.۹ گرم چربی اشباع، ۳.۸ گرم چربی غیراشباع، ۱.۴ گرم چربی غیراشباع پلی، ۰ میلیگرم کلسترول، ۳ گرم فیبر، حدود ۵۰۰ میلیگرم سدیم، کالری چربی ها: ۴۱٪
سالاد ساده گوجه فرنگی و سبزی ها

این سالاد تقریباً ساده است چون برای سس آن از سس های آماده استفاده میشود. خرد و آماده کردن سبزیجات آن هم خیلی سریع انجام می گیرد.

۱.۲۵ کیلو (حدوداً ۶ عدد متوسط) گوجه فرنگی تازه

۱/۲ فنجان پیاز قرمز که باریک خرد و حلقه حلقه شده باشد

۲ عدد موسیر، باریک خرد شده باشد

۶ قاشق غذاخوری سس مایونز کم چرب یا هر سسی که دوست دارید

۳/۱ فنجان سبزی های تازه ریز شده مثل ریحان، جعفری، و ترخون

گوجه فرنگی ها را برش های ۲، ۳ سانتی ببرید و آنها را در ظرفی گود بچینید. پیاز و سبزی های خرد شده را نیز روی آن بپاشید. حال کمی سس روی آن بزنید. وی ظرف را کشیده و به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه در یخچال قرار دهید بعد استفاده کنید.

خواص انار

انار با نام علمی (punica granatum) یک درختچه به طول ۵-۸ متر، با برگهای براق، کشیده و باریک، گل های قرمز با قطر ۳ سانتی متر و میوه هایی شش گوش و کروی به قطر ۷-۱۲ سانتی متر با پوست قرمز و یا زرد، چرمی و دانه های فراوان میباشد. انار بومی ایران و هند میباشد و از ۴۰۰۰ سال قبل از میلاد نیز مورد استفاده قرار میگرفته است. مصرف انار از ایران به هند، واز آنجا به آفریقای شمالی و چین و سپس به اروپا و امریکا گسترش یافت است. واژه انگلیسی انار (pomergranate) از زبان یونانی به معنی "سیب پرهسته" برگرفته شده است.

- ۱- مرغوب ترین انار جهان در کاشان، ساوه و یزد ایران کشت میگردد.
 - ۲- مصریان باستان همراه با انار دفن میشدند. بابلی ها اعتقاد داشتند خوردن دانه های انار قبل از پیکار آنها را شکست ناپذیر میسازد.
 - ۳- در قرآن ۳ مرتبه نام انار ذکر شده است. در اسطوره های یونان نیز از انار یاد گردیده است.
 - ۴- بزرگترین تولید کنندگان انار به ترتیب ایران، قزاقستان، اسپانیا و امریکا میباشند.
 - ۵- طعم انار بسته به نوع و درجه رسیده بودن آن از شیرین و ملس تا ترش متغیر است.
 - ۶- انار بصورت میوه تازه، آب انار، کنساتره انار و رب انار عرضه میگردد.
 - ۷- دانه های انار ۵۲ درصد وزن کل میوه انار را تشکیل میدهند.
 - ۸- یک انار متوسط به مقدار ۳/۴ فنجان دانه انار و ۱/۲ فنجان آب انار تولید میکند.
 - ۹- آب انار باعث لکه دار شدن لباس میگردد. لک های ایجاد شده تنها با سفید کننده قابل رفع میباشند.
 - ۱۰- آب انار به عنوان یک رنگ طبیعی برای الیاف غیر سنتتیک بکار گرفته میشود.
- ارزش تغذیه ای یک انار متوسط به وزن ۱۰۷ گرم:

کالری ۸۰

چربی ۰.۵ گرم

آب ۸۵ گرم

کلسترول ۰

کربوهیدرات ۱۵ گرم

پروتئین ۱ گرم

سدیم ۴ میلی گرم

پتاسیم ۲۶۰ میلی گرم

فیبر ۱ گرم

ویتامین C ۴ میلی گرم

آهن ۰.۵ میلی گرم

ویتامین های B ۰.۳ میلی گرم

کلسیم ۷ میلی گرم

انتخاب و خرید انار:

۱- هنگام خرید انارها را بلند کنید و وزنشان را احساس کنید. هر قدر میوه انار سنگین تر باشد بهتر است.

۲- پوست انار باید نازک، سفت، براق و فاقد ترک خوردگی باشد.

نگهداری انار:

انار تازه در دمای اتاق (در محل تاریک و خنک) تا یک هفته قابل نگهداری است. انار قاچ خورده درون یخچال تا ۲ هفته قابل

نگهداری است. دانه های انار را میتوان درون یک ظرف دردار تا ۶ ماه درون فریزر نگهداری کرد.

نحوه دان کردن انار:

۱- تاج انتهایی انار را جدا کنید.

۲- به آرامی پوست انار را چندین برش قطری بدهید.

۳- انار را درون یک کاسه آب به مدت ۵ دقیقه بخیسانید.

۴- انار را زیر آب نکه داشته و دانه‌ها را از پوست و پرده‌های سفید رنگ جدا کنید. دانه‌ها به ته ظرف رفته، و پوست و پرده‌ها روی آب شناور خواهند شد.

۵- پوست و پرده‌ها را از روی سطح آب بردارید.

۶- دانه‌ها را درون صافی و یا آبکش ریخته و آب آنها را بگیرید. سپس با یک دستمال تمیز آنها را خشک کنید. فواید انار برای سلامتی:

۱- انار غنی از آنتی‌اکسیدانهای قوی پلی‌فنولیک (POLYPHENOL)، تانن (PUNICALAGINS)، (TANNINS) و (ANTHOCYANINS) می‌باشد.

۲- الازیک اسید ELLAGIC ACID موجود در انار از بروز سرطان جلوگیری کرده و رشد تومورهای سرطانی را کند می‌سازد.

۳- انار برای سلامتی قلب و عروق، جلوگیری از تصلب شریانه‌ها و سکنه‌ها، جلوگیری از پیری زودرس و آلزایم و پیشگیری از سرطانه‌ها بویژه سرطان پروستات مفید است.

۴- آب انار خاصیت میکروب‌کشی و ضد عفونی‌کنندگی دارد.

۵- یک انار معمولی ۴۰ درصد نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تامین می‌کند. همچنین انار منبع خوبی از اسید فولیک، پتاسیم و آهن می‌باشد.

۶- کاهش فشار سیستولیک خون و کلسترول بد نیز از دیگر خواص انار می‌باشد.

۷- آنتی‌اکسیدان‌های موجود در انار ۳ برابر میزان آنتی‌اکسیدانهای موجود در چای سبز و شراب قرمز است.

۸- انار تشکیل پلاک عروق را تا ۳۰ درصد کاهش می‌دهد. انار میزان نیتریک اکساید بدن را نیز افزایش می‌دهد.

۹- انار خون‌ساز و تصفیه‌کننده خون است.

۱۰- انار عطش را برطرف کرده و خنک‌کننده است.

۱۱- انار برای درمان اسهال، آرتрит، زردی و بواسیر مفید است.

۱۲- انار اشتها آور است.

۱۳- انار در درمان کم‌خونی و افزایش انرژی بدن موثر و مفید است.

۱۴- انار تقویت‌کننده کبد و کلیه‌ها می‌باشد.

خواص دیگر انار:

۱- دم کرده پوست انار گلودرد را تسکین می‌دهد.

۲- انار برای التهاب معده مفید است.

۳- انار قابض است بویژه پوست ریشه درخت و پوست میوه آن.

۴- جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده را نابود می‌سازد.

۵- انار ادرار آور است.

۶- برای درمان اسهال ۳۰ گرم پوست انار را با ۳ گرم دارچین در یک لیوان آب بجوشانید و بصورت خنک میل کنید.

۷- برای رفع گرفتگی صدا ۳۰ گرم پوست انار را به همراه ۲ گرم زاج سفید جوشانده و غرغره کنید.

۸- برای رفع دل‌درد روی دانه‌های انار نمک و فلفل زده و آن را میل کنید.

۹- برای رفع تب یک لیوان آب انار را به همراه اندکی زعفران میل کنید.

۱۰- پوست انار را در زیر نور آفتاب خشک کرده و تبدیل به پودر کنید. سپس آن را با اندکی فلفل سیاه و نمک مخلوط کرده و همراه با خمیر دندان، دندانها را مسواک بزنید. این مخلوط باعث سفید و درخشان شدن دندانها شده و برای سلامتی لثه ها نیز مفید است.

۱۱- جوشانده پوست انار برای گلودرد و التهاب گلو مفید بوده و همچنین خاصیت ضد کرم نیز دارد.

۱۲- دانه انار برای حل کردن سنگ کلیه و مثانه مفید است.

برنج از منظر روایات

خلاصه : پیامبر خدا (ص): برنج در میان خوراکی ها ، به سان مهتر (رئیس) در میان قوم است .

پیامبر خدا (ص): برنج در میان خوراکی ها ، به سان مهتر (رئیس) در میان قوم است .

پیامبر خدا (ص) : مهتر همه خوراکی های ساکنان این سرای و آن سرای ، گوشت و سپس برنج است .

خواص برنج

پیامبر خدا (ص) : برنج ، نیکو دارویی است : سرد است و سالم و برکنار از هر بیماری .

امام صادق (ع) : " برنج ، نیکو غذایی است . ما آنرا برای بیماری خود نگه می داریم .

امام صادق (ع) : از جانب شما ، چیزی دوست داشتنی تر از برنج و بنفشه برای ما نمی آید . من یکبار از دردی سخت در رنج بودم

و در این هنگام به من الهام شد که برنج بخورم . گفتم که آن را فراهم آورند، پس خداوند با /ان دردم را از میان برد .

خواص میوه موز (نام علمی Musa sapientum)

موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۳ متر می رسد . گلها آن مجتمع و

بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .

موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می شده است . پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به جزائر قناری بردند

و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی حاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود .

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند .

موز انواع مختلف درد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی درد .

در کشورهای استوایی معمولاً موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه

کرده و در آفتاب خشک می کنند

هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده

است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .

ترکیبات شیمیایی:

قندی که در موز وجود دارد سرعت قابل جذب است

در صد گرم موز مواد زیر موجود است

انرژی ??? کالری

آب ?? گرم

پروتئین ?/? گرم

چربی /? گرم

قند /? گرم

کلسیم ? میلی گرم

فسفر ?? میلی گرم

آهن /? میلی گرم

سدیم ? میلی گرم

پتاسیم ??? میلی گرم

ویتامین آ ??? واحد

ویتامین ب ?? /? میلی گرم

ویتامین ب ?? /? میلی گرم

ویتامین ب ?? /? میلی گرم

ویتامین ث ?? میلی گرم

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نورویی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد .
خواص دارویی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تراست و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای
کودکان و اشخاص مسن می باشد

(?بديل داشتن پتاسيم زياد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد

(?موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است

(?موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند

(?موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است

(?موز درمان زخم معده و روده می باشد

(?گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است

(?شیره گل‌های موز درمان کننده اسهال خونی است

(?ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است

(??ریشه موز دفع کننده کرم معده است

(??موز نفاخ است و زیاد خوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی
نمک خورد

(??موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب درد.

(??برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید

(??موز بعلت درآ بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

خواص زیتون از منظر اسلام

خلاصه : پیامبر خدا (ص") :چه نیکو مسواکی است زیتون ،از درختی خجسته ! دهان را خوش بو می کند ،جرم دندان را می برد

ومسواک من و پیامبران پیشین است .

پیامبر خدا (ص "):چه نیکو مسواکی است زیتون ،از درختی خجسته ! دهان را خوش بو می کند ،جرم دندان را می برد ومسواک من و پیامبران پیشین است .

امام صادق(ع "):زیتون بادها را از بدن دور می کند " .

امام کاظم (ع "):یکی از چیزهایی که آدم به فرزند خود آموخت این بود که " زیتون بخور چراکه درختی خجسته است " .
خواص روغن زیتون

پیامبر خدا(ص "): روغن زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون چرب کنید ؛چرا که آن از درختی خجسته است " .

پیامبر خدا (ص "):روغن زیتون بخورید چرا که خجسته است .از آن خورش بسازید و از روغن آن برخویش بمالید چرا که از درختی خجسته بیرون می آید " .

پیامبر خدا(ص "):روغن زیتون بخورید و خود را با آن چرب کنید زیرا در آن درمان هفتاد درد است که جزام از جمله آنهاست " .
پیامبر خدا (ص "):روغن زیتون ،روغن پاکان و خورش نیکان است .در آن ،بدان گاه که روی می کند و نیز بدان گاه که پشت می کند برکت نهاده شده است و دوبار پاکي غوطه ور شده است " .

امام علی (ع "):با روغن زیتون بدن را چرب کنید و با آن خورش بسازید چرا که روغن نیکان و خورش برگزیدگان است دوبار پاکي در آن سوده شده و در آن بدان هنگام که پشت کندوبدان هنگام که روی می کند برکت نهاده شده است و با وجود آن هیچ بیماری ای زیان نمی زاند " .

امام صادق (ع "):خوردن سویق با روغن زیتون گوشت می رویاند ،استخوان را استحکام می بخشد ،پوست را نازک می کند و برتوان جنسی می افزاید " .

امام صادق (ع "):اگر از بدن کسی از شما جوش یا آماسه ای بیرون زد ،آن را ببندد وبا روغن زیتون یا روغن حیوانی درمان کند .
"

خواص توت فرنگی (Strawberry)

گیاهی است با نام علمی *Fragaria Vesca* از خانواده گل سرخ که دو نوع ساقه راست و خوابیده دارد گل های آن منظم و به رنگ سفید می باشد قسمت مورد استفاده خوراکی توت فرنگی در حقیقت نهنج گل آن است که به تدریج بزرگ شده و به اصطلاح به عنوان میوه توت فرنگی معروف است

توت فرنگی به حالت خودرو در بعضی نواحی شمالی ایران وجود دارد و بعضی اوقات به دلیل خوش طعمی میوه آن را به طور مصنوعی پرورش می دهند از دیرباز همه قسمت های این گیاه مصرف دارویی داشته است و از برگ و ریشه آن که حاوی مقدار قابل ملاحظه ای تانن است به عنوان ضد اسهال و ادرار آور استفاده می شده است توت فرنگی ، میوه ای شبیه توت است ولی کمی درشت تر ، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است . بوته اش کوتاه و دارای برگهایی درشت و ساقه هایی باریک و خزنده است که روی زمین می خوابد و ریشه می دواند .

قسمت هایی که از بوته توت فرنگی مورد استفاده قرار می گیرند ، عبارتند از : میوه ، برگ و ریشه .از دیر باز همه قسمت های این گیاه مصرف دارویی داشته است و از برگ و ریشه آن که حاوی مقدار قابل ملاحظه ای تانن است به عنوان ضد اسهال و ادرار آور استفاده می شده است .توت فرنگی به صورت های گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد : خام ، جوشانده ، مربا ، شربت و بستنی .

خواص تغذیه ای توت فرنگی و اثر آن در سلامتی انسان :

توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامین C، فولات، پتاسیم و آنتی اکسیدان‌ها می باشد که این مواد مغذی باعث می شوند توت فرنگی بعنوان یک جایگزین شیرین، باعث افزایش سلامت قلب، کاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در کل ارتقاء سلامتی بدن شود. همچنین دارای املاح کلسیم، آهن و فسفر می باشد. از مواد موثر مهم آن می توان تانن، موسیلاژ، قندهای مختلف، سالیسیلات‌ها و به خصوص اسیدهای میوه را نام برد. توت فرنگی سرشار از ویتامین و فاقد چربی اشباع است و کالری کمی دارد. یک واحد توت فرنگی معادل ۲ عدد است که ?? کالری انرژی دارد. توت فرنگی مانند سایر توت‌ها مثل شاه توت، توت سفید، تمشک و ... پاک کننده روده و مثانه است.

تحقیقات اخیر نشان داده است، دریافت روزانه یک واحد توت فرنگی باعث افزایش قابل توجهی در مقدار فولات خون شده و نیز فشار خون بالا را کاهش می دهد. فولات، مقدار هموسیستئین خون را کاهش می دهد. هموسیستئین اسید آمینه ای است که در مقادیر زیاد باعث مسدود شدن رگهای خونی می شود. همچنین توت فرنگی دارای مقادیر بالایی از آنتی اکسیدان‌ها مثل الازیک اسید و آنتوسیانین (رنگدانه قرمز) است که در پیشگیری از بیماری های قلبی موثرند. این مطالعات اهمیت مصرف توت فرنگی را در برنامه غذایی بعنوان عامل بهبود عملکرد سیستم قلبی-عروقی نشان می دهد. همچنین مطالعات قبلی نشان داده بود که باعث بهبود عملکرد حافظه و کنترل آرتروز روماتوئید (التهاب مفاصل) می شود. از دیگر خواص توت فرنگی می توان به موارد زیر اشاره کرد: - مصرف این میوه علاوه بر وجود انواع ویتامین، املاح و آب که هر کدام اثرات خود را بر بدن اعمال می کنند دارای خاصیت تقویت کننده، ملین و خنک کننده نیز می باشد. - توت فرنگی از تصلب شرائین جلوگیری می نماید. - توت فرنگی اشتها آور است و ادرار را زیاد می کند. - دم کرده برگ توت فرنگی در زیاد کردن ادرار و شیر بانوان مفید است. - دم کرده برگ توت فرنگی یا میوه توت فرنگی می تواند نقرس و سنگ های مثانه را معالجه کند. - املاح معدنی موجود در توت فرنگی خاصیت مسهلی به آن بخشیده است، زیرا این املاح عضلات روده را به انقباض و انقباض وادار می کند و به همین جهت توت فرنگی برای درمان یبوست مؤثر است. - اگر توت فرنگی را له کنید و در آب بریزید، نوشابه ای به دست می آید که برای درمان تب هایی که با بیماریهای التهابی همراه می باشد، بسیار مفید است. - توت فرنگی به علت داشتن آهن و ویتامین C در خونسازی بدن مؤثر است. - توت فرنگی به علت دارا بودن مقادیر کافی کلسیم و فسفر، در رشد و نمو کودکان و نوجوانان، استحکام دندان‌ها و ترمیم شکستگی استخوان‌ها بسیار مؤثر است. - توت فرنگی حاوی موادی چون فسفر، کلسیم، منیزم، پتاسیم و مقداری آهن و هیدرات‌ها? کربن بوده و در بدن تولید انرژی کرده و خستگی را برطرف می کند. - توت فرنگی به دلیل داشتن ویتامین C، در درمان بیماری لته مؤثر بوده و به هضم غذا کمک زیادی می کند. - دانشجویان و افرادی که تمرینات فکری می کنند، بهتر است حتما توت فرنگی میل کنند چرا که خوردن این میوه باعث تامین فسفر مورد نیاز مغزشان میشود. - همچنین، توت فرنگی به علت داشتن ویتامین B در کاهش و رفع ترس، عصبانیت، خمودی، اضطراب، هیجان و سستی مؤثر است. - توت فرنگی نقش مهمی در خونسازی بدن دارد و از خاصیت ضد عفونی کننده ای برخوردار است. علاوه بر اینها خوردن توت فرنگی باعث پاک شدن خون از مواد مضر و زاید مثل اوره، اسیداوریک و چربی می شود و نیز درمان کننده نقرس است. - ویتامین A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقویت چشم می شود. مصرف روزانه ۲ واحد میوه و سبزی، احتمال ابتلاء به سرطان را کاهش می دهد. مطالعات جدید نشان می دهد مصرف روزانه ۲ یا ?? واحد میوه و سبزی به همراه ۲ واحد لبنیات کم چرب، در کاهش فشار خون بالا بسیار مؤثر است.

درمان بی خوابی با گیاهان دارویی

گیاهان دارویی

بی خوابی:

مدت خواب بستگی به سن و شرایط کاری فرد عموماً بین شش تا هشت ساعت تغییر می کند .

بی خوابی علت های گوناگونی دارد که می توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱- نگرانی واضطراب

۲- نوشیدن چای و قهوه زیاد

۳- کشیدن سیگار

۴- ناراحتی های اعصاب و...

- درمان بی خوابی

برای درمان بی خوابی دستورهای گوناگونی وجود دارد که ما در اینجا به برخی از آنها اشاره می کنیم تا شاید آن دسته از خوانندگان

، که تا به امروز خواب راحتی نداشته اند . بتوانند پس از انجام دادن این دستورها ساعاتی را بدون اضطراب استراحت کنند .

- دستور اول :

برای رفع بی خوابی با غذا گشنیز پزید و میل کنید . گشنیز در درمان بی خوابی بسیار موثر است.

- دستوردوم:

کدوتنبل سرشار از ویتامین A است و شیره تخم کدو همراه با شیر مسکن است و برای رفع بی خوابی بسیار موثر است.

- دستور سوم :

کاهو سرشار از ویتامین A، B، C می باشد و مواد معدنی مانند آهن ، کلسیم ، فسفر ، منیزیم ، منگنز، ید، روی و مس را داراست. زود

هضم است و روده ها را تقویت می کند و در رفع بی خوابی موثر است.

- دستور چهارم :

دم کرده گل بیدمشک را روزی دو، سه فنجان میل کنید . اعصاب را آرام و خواب را زیاد می کند.

- دستور پنجم :

دم کرده خرفه به مقدار ۲۵ گرم در یک لیتر آب برای رفع بی خوابی و راحتی اعصاب موثر است.

جنگ علیه سرطان با سبزیجات

مترجم: راحله زند و کیلی

کلم بروکلی، کلم، جینگو بیلوبا(درختی کوچک با برگ های بادبزنی) و سیر می توانند از بروز انواع سرطان ها جلوگیری کنند یا

جلوی پیشرفت تومورها را بگیرند. تحقیقات متعددی که بر تأثیر غذا و فعل و انفعالات درون سلول ها و DNA انجام شده، نشان

می دهد که رژیم مناسب غذایی می تواند تا حد زیادی از بروز یا پیشرفت بیماری ها جلوگیری کند.

مطالبی که در زیر می خوانید برگرفته از تحقیقاتی است که در سازمان تحقیقات سرطان آمریکا در بالتیمور انجام شده است:

در مرحله اول، دکتر آکینوری یاناکا و همکارانش از دانشگاه تسوکوبای ژاپن دریافتند که در ۲۰ نفر که رژیم غنی از کلم بروکلی

داشتند، میزان عفونت هلیکوباکتر پیلوری که باعث بروز ورم دیواره معده، زخم و سرطان معده می شود، به شدت کاهش یافته

است.

دکتر یاناکا می گوید: با وجود اینکه هنوز نتوانسته ایم هلیکو باکتر پیلوری را به طور کامل از بین ببریم، ولی کنترل و کاهش میزان

آن که باعث کندی یا توقف رشد بیماری های معده به خصوص سرطان دیواره معده می شود، آن هم با وسیله ای ساده مثل

خوردن کلم بروکلی امکان پذیر است. این برای بیماران خبر بسیار مسرت بخشی است و جای امیدواری دارد.

سولفورافان ها و آنتی اکسیدان ها

سولفورافان یکی از مواد شیمیایی موجود در کلم بروکلی است که خاصیت بسیار قوی و مؤثر ضد سرطانی دارد. این ماده قدرت دفاعی سلول ها در برابر عوامل سرطان زا را بالا می برد.

آنتی اکسیدان ها غیرفعال کننده مولکول های سمی از بین برنده DNA و کشنده سلول ها و در نتیجه مؤثر در پیشگیری از سرطان هستند.

در تحقیق دیگری که بر روی کلم بروکلی صورت گرفت مشخص شد، وقتی مقداری از کلم بروکلی روی پوست موش آزمایشگاهی مالیده شد، تأثیر خنثی کننده اشعه ماوراء بنفش (UV) که عامل اصلی سرطان پوست است از خود نشان داد. یکی از محققین فعال در این تحقیق به نام آلبناتی دینکئوواکستوا می گوید: به محض اینکه تابش UV، بر موش را قطع نمودیم، شروع به گذاشتن تکه های بروکلی بر پوستش کردیم و متوجه شدیم که ۵۰ درصد از میزان تهدید و حالت تهاجمی تومورهای موش در مقایسه با موش هایی که در همان شرایط مورد تابش UV قرار گرفتند و ماسک بروکلی را دریافت نکردند، کاسته شد. این می تواند راه حل مناسبی برای کاهش پیشرفت سرطان پوست یا جلوگیری از بروز آن باشد. این تیم در حال بررسی میزان تأثیر بروکلی بر سرطان پوست انسان هستند و بسیار امیدوارند که در مورد سرطان پوست انسان نیز مانند سرطان معده به جواب های رضایت بخشی برسند.

در مرحله سوم مطالعات، محققان دریافته اند که کلم و ترشی آن می تواند عامل مؤثر در جلوگیری از بروز سرطان سینه در زنان باشد. بر اساس اطلاعات جمع آوری شده توسط سازمان سلامت زنان آمریکا، خوردن کلم می تواند تا حد زیادی خطر ابتلا به سرطان سینه را در زنان کاهش دهد. همچنین تحقیقات نشان می دهد که زنانی که در اوایل سنین بلوغ، کلم را به وعده های غذایی خود افزودند و روزانه میزان قابل توجهی از آن را دریافت کرده و این روند را تا بزرگسالی نیز ادامه دادند، بدن بسیار مقاوم تری در برابر سرطان سینه دارند. البته کلم پخته یا نیم پز بسیار مفید تر از کلم خام یا کلم ترشی است.

این تحقیقات نشان داد که گلوکوسینولات های موجود در کلم با مقاوم سازی سلول و جلوگیری از بین رفتن DNA و تغییر شکل سلول ها، باعث کاهش ماده مولد سرطان می شود و در مراحل اولیه، پیشرفت سلول های سرطانی را به خوبی کنترل می سازد و در مراحل بعدی با ساکن کردن فرآیند پیشرفت سلول های مهاجم سرطانی و از بین بردن این سلول ها، از پیشرفت سرطان و وخیم شدن آن جلوگیری کرده و همچنین از تغییر شکل یافتن سلول های سالم نیز پیشگیری می کند.

در بخش دیگری از تحقیق تأثیر گیاه جینگو بیلوبا بر جلوگیری از بروز و پیشرفت سرطان تخمدان در خانم ها آزمایش شد. طی تحقیقات به عمل آمده در بیمارستان زنان بوستون، مشخص شد که زنانی که از گیاه جینگو بیلوبا استفاده می کردند، به سرطان تخمدان دچار نشده بودند و بدین ترتیب تحقیق روی زنان مبتلا به سرطان نیز شروع شد.

دکتر "بین یه" یکی از محققان این طرح می گوید: مطالعات جمعیتی انجام دادیم تا از تأثیر گیاهان و سبزیجات بر سرطان آگاه شویم و در نهایت متوجه شدیم که تنها ۶/۱ درصد از زنانی که از گیاه جینگو مصرف می کردند، به سرطان تخمدان مبتلا شده بودند. در این تحقیقات پی بردیم که این گیاه تأثیر بسیار قوی در جلوگیری از سرطان دارد و تا ۸۰ درصد از پیشرفت سلول های سرطانی جلوگیری می کند و سلول های مهاجم را از بین می برد. با تلفیق اطلاعات و آمار تحقیقات جمعیتی و آزمایشگاهی، نقش بازدارنده و از بین برنده این گیاه بر سلول های سرطانی ثابت گردید.

در مرحله نهایی این تحقیق، محققان دریافته اند که، گوشت و تخم مرغ پخته شده با حرارت زیاد، ماده شیمیایی به نام PHIP تولید می کند که باعث سرطان می شود و با همراه کردن سیر با این مواد غذایی می توان این ماده را خنثی کرد.

تحقیقات نشان داده است که زنانی که بیشتر گوشت می خورند، بیشتر به سرطان سینه دچار می شوند و عواملی مانند بالا بودن

چربی خون و دریافت زیاد چربی در وعده های غذایی و نامتعادل بودن هورمون ها ابتلا به این سرطان را افزایش می دهند. در این تحقیقات ثابت شد که مواد موجود در سیر باعث خنثی شدن PHIP می گردد. PHIP با از بین بردن DNA و ایجاد تغییراتی در بدن باعث بروز سرطان می شود. این ماده با ترشح آنزیمی باعث تشدید یا بروز سرطان می شود و این خطر در افراد بالای ۴۰ سال بیشتر است.

گوشتی که زیاد سرخ یا پخته می شود، این ماده را ترشح می کند و با خوردن آن خطر ابتلا به سرطان بسیار افزایش می یابد. DAS موجود در سیر عامل پیشگیری از بروز و پیشرفت تومورهاست و با اضافه کردن آن به گوشت می توان این خطر را خنثی کرد. "پل برنان" سر محقق مرکز تحقیقات سرطان لیون فرانسه می گوید: ما به روشنی آثار ضد سرطانی گیاهان چلیپایی را کشف کردیم. تمامی این تحقیقات مؤید آثار ضد سرطانی سبزیجات هستند. برای مثال با دریافت روزانه انواع کلم می توان تا حد بسیار زیادی از بروز و پیشرفت سرطان ریه جلوگیری کرد. بدین ترتیب می بایست برنامه غذایی روزانه خود را طوری تغییر دهیم و تنظیم کنیم که میزان قابل توجهی میوه و به ویژه سبزیجات دریافت کنیم تا از ابتلا به سرطان به همین سادگی جلوگیری کنیم.

شلغم (TURNIP)

گیاهی از خانواده شب بو برگ های آن دارایی بریدگی و محوری که گل ها بر آن ظاهر می شوند و بافاصله از برگ ها قرار می گیرند ریشه آن متورم و حاوی مواد اندوخته ای است که به مصرف می رسد. شلغم گیاهی است زراعی که در غالب مزارع پرورش داده میشود.

شلغم دارای قند طبیعی و منیزیم زیاد می باشد و از همین جهت اسکلت را محکم می کند و فسفر آن مغزو اعصاب را تقویت می کند. خوراک مغز است و تسکین میدهد و تقویت می نماید. شلغم باعث درمان تشنج و گواتر میشود اما شلغم برای کسانی که معده ضعیف دارند به علت دیر هضم شدن آن ممکن است که باعث شود نفخ کنند چون دارای مقداری سلولز است و کمی سنگین است. لذا برای این اشخاص بهتر است اولاً- از شلغم های کوچکتر و لطیف تر استفاده کنند دوماً برای خنثی کردن زیان های احتمالی همراه آن از زیره و فلفل و شیرینی استفاده کنید مفید خواهد بود.

شلغم ، سبزی ضد سرطان

شلغم نه تنها از نظر داشتن ویتامین و خواص معدنی اش ارزنده است ، بلکه از نظر سایر ویژگی های غیر غذایی هم سرآمد بوده و در زمره ی سبزی های مهم شمرده می شود .

علاوه بر پیاز ، سبزی های لیفی (گیاهان سبز) نیز ، عوامل عمده ی پیشگیری از سرطان به شمار می آیند ، زیرا آنها همانند کلم پیچ و سایر گیاهان چلیپایی (یک گروه از گیاهان) ، از موادی برخوردارند که رشد سرطان را در جانوران متوقف می سازند . همچنین شلغم روغنی (منداب) که شلغمی بزرگ و زردرنگ است ، دارای مواد ضد سرطانی است .

یکی از این مواد ضد سرطان که در شلغم وجود دارد ، « گلوکوسینولیت ها » نام دارند.

سبزی های شلغمی از قبیل کلم برگ و اسفناج ، جزء این گیاهان سبز و پر برگ اند و مشاهده شده ، در بین جمعیتی که این سبزی ها جزء بیشترین مواد غذایی مورد مصرفشان است ، میزان ابتلای آنان به انواع سرطان ها به ویژه سرطان ریه کم بوده است .

مطالعات جهانی پیوسته حکایت از این داشته اند که گیاهان سبز ، تند و پر برگ شاید تنها عوامل جلوگیری کننده از بعضی سرطان ها باشند . در ضمن چنین سبزی هایی از کاروتنوئیدها که شامل بتاکاروتن و کلروفیل است ، سرشار هستند . هر دوی این مواد ، خاصیت ضد سرطانی دارند .

نکات مفید

مقداری از شلغم معمولی و شلغم روغنی (منداب) را به صورت خام بخورید. چرا که پختن، سبب از بین رفتن «گلوکوسینولیت» در آنها می‌شود.

طرز تشخیص شلغم روغنی از شلغم سفید این است که شلغم سفید دارای ریشه سفید بوده و طوقه‌ی صورتی به دور گره‌اش دیده می‌شود. شلغم روغنی از ریشه زرد مایل به صورتی برخوردار بوده و بزرگ‌تر و سفیدتر از شلغم سفید است.

شلغم یکی از بقولات بسیار مقوی و مغذی است که به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندی و سرشار بودن از املاح مفیدی مانند کلسیم و منیزیم جزء مواد غذایی بسیار با ارزش به حساب می‌آید. شلغم یکی از پاک‌کننده‌ها و سازنده‌های خون بوده و چنان که گفته شد، املاح کلسیم و منیزیم موجود در آن موجب جلوگیری از ابتلا به بیماری‌های خطرناکی مانند سرطان می‌شود.

هم‌چنین شوره موجود در آن باعث تصفیه خون و دفاع از بدن در برابر بیماری‌های عفونی می‌شود. پتاسیم موجود در شلغم، چربی را خنثی می‌کند و ارسنیک آن در در تشکیل گلبول‌های سفید و قرمز خون دخالت مستقیم دارد. از طرفی فسفر موجود در شلغم موجب تقویت یاخته‌های عصبی می‌شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زیادی کلسیم وجود دارد بلکه علاوه بر آن، این گیاه حاوی مقدار زیادی آهن و مس نیز هست که سبب ازدیاد خون به ویژه هموگلوبین می‌شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تیره‌تر باشد، ید بیشتری در آن هست. همچنین وجود ویتامین‌های A, B, C، در برگ و ریشه آن به خوبی نشانگر نقش موثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبی و به خصوص در تعادل تغذیه‌ی آن است. دکتر "برتوله" ثابت کرده است که عصاره شلغم دفع سنگ‌های کلیوی را به علت خاصیت حل‌کنندگی که بر روی اسید اوریک دارد، تسهیل می‌کند.

شلغم اثر مفید و موثری در درمان بیماری‌های تنفسی دارد. برای این منظور از سوپ یا آش آن استفاده می‌شود. همین‌طور می‌توان عصاره آن را به دست آورد. برای این کار شلغم را با شکر سرخ به وزن مساوی در کمی آب می‌ریزند و به ملایمت حرارت می‌دهند. طریقه‌ی دیگر آن است که وسط شلغم بزرگی را خالی کرده و شکر سرخ درون آن می‌ریزند و پر می‌کنند و می‌پزند. شکل سوم نیز آن است که شلغم را به شکل حلقه‌های گرد بریده و پیاز را نیز به همین شکل در می‌آورند. سپس طبقات شلغم و پیاز را در ظرف گردی بر روی حرارت می‌گذارند و هنگامی که گرم می‌شود به تدریج شربت آن جدا می‌شود. این شربت برای درمان سرما خوردگی و گلو درد بسیار نافع است و از آن می‌توان به عنوان قرقره نیز استفاده کرد که در موارد گلو درد به کار برده می‌شود.

در موارد دمل، کورک و هر نوع کانون التهابی و تورمی یا چرکی از ضماد پخته شده استفاده شده و بر روی موضع می‌گذارند. ترب سیاه هم کلیه خواص شلغم را دارا بوده و حتی در بعضی مواقع غنی‌تر هم هست. بهتر آن است که ترب سیاه و شلغم خام را رنده کرده و به شکل خام میل کنند تا از خواص آن به طور کامل بهره‌گیرند. می‌توان از این دو همراه سبزی‌های دیگر نیز به صورت سالاد استفاده کرد.

سایر فواید شلغم

این سبزی از انواع سبزی‌های نادری است که دارای ارسنیک و روبیدیم است. این دو عنصر با کمک گوگرد در جلوگیری از مرض جذام نقش مهمی دارند.

فواید دیگر شلغم به قرار زیر است:

۱- شلغم برطرف‌کننده سرفه است.

۲- شلغم نرم‌کننده سینه، معده و روده است.

۳- شلغم اشتها را تحریک می‌کند.

۴- شلغم سنگ های مthane ، کلیه و کبد را خرد، و ادرار را زیاد می کند.

۵- شلغم به علت داشتن ویتامین های A , B , C ، بر نور چشم و قدرت بینایی می افزاید.

۶- ریشه شلغم اثر نرم کنندگی دارد و در رفع سیاه سرفه و آسم به صورت جوشانده های غلیظ و مخلوط با عسل ، مورد استفاده قرار می گیرد.

۷- جوشانده ی غلیظ شلغم به شکلم مرهم ، در تسکین دردهای مفصلی ، نقرس ، آبه ها ، سرمازدگی و غیره به کار می رود.

۸- شلغم دارای یک ماده ضد عفونی قوی است و به همین جهت در درمان سرماخوردگی و بیماری های عفونی تاثیر بسیار زیادی دارد.

۹- شلغم حاوی فسفر ، کلسیم ، آهن و ویتامین های B , C است و سبب افزایش نیروی جنسی و تقویت عمومی بدن می شود.

۱۰- شلغم برای رشد و استحکام استخوان بندی بسیار مفید است.

۱۱- اگر ریشه های نازک و باریک روی شلغم ، خشک و ساییده شده و سپس با عسل مخلوط شود ، برای سختی ادرار مفید خواهد بود و بسیاری از امراض مجاری ادرار را درمان می کند.

۱۲- آب شلغم پخته را می توان در انواع گلودردها و به خصوص عوارض سرماخوردگی قرقره کرد.

۱۳- چنانچه شلغم را در ظروف سر بسته یا درون خمیر بپزید ، چون آب و اسانس های آن خارج نمی شود ، باعث زیاد شدن اشتها می شود.

۱۴- آب شلغم به سبب داشتن انسولین گیاهی و ویتامین های مفید برای درمان مرض قند و سنگ مthane مفید است.

۱۵- شلغم برای جلوگیری از ناراحتی های پوستی به ویژه جوش صورت (غرور) بسیار سود بخش است.

۱۶- شلغم به علت داشتن ویتامین C از رقیق شدن خون جلوگیری کرده و به علت وجود همین ویتامین ، مانع از خونریزی می شود و خستگی را برطرف می کند.

۱۷- ریشه های نازک شلغم ورم طحال و سوزش ادرار را برطرف می کند، بدین منظور باید ریشه های باریک شلغم را تمیز شسته و پس از خشک کردن بسایید و همراه با کمی عسل میل کنید.

۱۸- ترشی شلغم، مقوی احشاء ، اشتها آور و بی نفخ است.

۱۹- شلغم به سبب داشتن ویتامین A برای تسکین خارش و دردهای مفصلی ، سرما خوردگی ، نقرس و معالجه ترک به صورت استعمال خارجی مفید است . برای این منظور باید شلغم را در مقدار کمی آب پخته و به صورت مرهم در محل مورد نظر قرار دهید.

۲۰- در بیماری نقرس و درد مفاصل ، یک عدد شلغم را پخته و آن را ریز ریز کنید و به شکل فرنی در آورید، سپس مانند مرهمی روی مفاصلی که درد می کند ، بگذارید.

۲۱- تخم شلغم از نظر تمام خواص و اعمال ، از شلغم مفیدتر و قوی تر است. شیوه و مقدار مصرف آن نیز به این گونه است که در هر دقیقه حدود ۲۵/۶ گرم آن را همراه با عسل یا شربت، برای معالجه امراض یاد شده می خورند.

۲۲- مصرف شلغم در درمان کم خونی ، تجویز شده است ، زیرا در افزایش گلبول های قرمز خون ، بسیار موثر است.

۲۳- برای معالجه سرما خوردگی ، ورم لوزه ها و آثرین شدید و گلو درد می توان از شربت شلغم استفاده کرد.

۲۴- شربت شلغم برای معالجه سیاه سرفه ی بچه ها مفید است و مصرف این شربت هیچ ضرری برای بچه ها ندارد.

شربت شلغم

روش تهیه ی شربت شلغم به این ترتیب است که : ابتدا وسط یک شلغم را خالی می کنند و در آن کمی شکر می ریزند . پس از مدتی آب در آن جمع می شود . آب را با قاشق برداشته و مصرف می کنند.

هشدار: کسانی که از نظر هضم غذا یا معده دچار اشکال هستند و یا روده های ظریفی دارند، باید از مصرف شلغم خودداری کنند

نشانه های شلغم خوب

شلغم خوب سه علامت دارد:

۱- شلغم باید پر باشد. بنابراین اگر وسط آن شل باشد و با فشار انگشت فرو برود، پلاسیده و مانده است و چنانچه پخته و مصرف شود، تولید نفخ می کند.

۲- پوست خارجی شلغم باید براق و شفاف باشد.

۳- شلغم باید سنگین باشد و وقتی وسط آن را بریدید، درونش روشن و شفاف باشد.

بر اساس تحقیقات و بررسی های دانشمندان، هر صد گرم شلغم دارای ۳۵ کیلو کالری انرژی، ۱ گرم پروتئین، ۷ گرم قند، ۲/۰ گرم چربی، ۱/۱ گرم فیبر، ۴۵ میلی گرم گوگرد، ۲۸۰ میلی گرم پتاسیم، ۶۰ میلی گرم کلسیم، ۳۶ میلی گرم ویتامین C است، همچنین صد گرم برگ شلغم دارای ۳۶ کیلو کالری انرژی، ۳ گرم پروتئین، ۴/۰ گرم چربی، ۵/۵ گرم قند، ۲/۱ گرم فیبر، ۵۵ میلی گرم گوگرد، ۳۷۵ میلی گرم پتاسیم، ۲۶۰ میلی گرم کلسیم، ۶۰ میلی گرم فسفر، ۹ میلی گرم سدیم، ۴/۲ میلی گرم آهن و ۴۰ میلی گرم ویتامین C است.

میخک (clove)

یکی از ادویه های غذایی و دارویی بوده و غنچه درخت بزرگی می باشد که زادگاه اولیه آن جزایر "ملوک" در اقیانوسیه است و اکنون در زنگبار ماداگاسکار و جزایر انتیل آن را می کارند و چون پس از خشک شدن یک قیه و بدنه ای شبیه به میخ دارد به این جهت در فارس به آن میخک می گویند. نباید این گیاه را با گل گلدانی میخک که این روزها در گل فروشی ها وجود دارد اشتباه گرفت. هیچگونه نسبت و شباهتی به آن ندارد فقط بوی گل آنها کمی شبیه بوی آن است. قرنفل نام گلی است که خوشه ای بوده و قد آن کوتاهتر از گل میخک می باشد به آن حسن یوسف قرنفل باغی و قرنفل شاعر هم می گویند و یک نوع وحشی و خودرو هم دارد و فرنجمشک نوع بستانی آن است. باری این توضیحات فقط برای این داده شد که میخک دارویی با گل میخک گلدانی و هر دوی آن ها را با گل قرنفل اشتباه نفرمایید. میخک یا قرنفل سیاه و تند با عطریت قوی و تلخ در طبیعت گرم و خشک است. میخک مقوی عقل و حافظه و مسکن اعصاب می باشد هوش را زیاد میکند و برای رفع سردرد مفید است. برای درمان فلج و سکتة ناقص تجویز شده و می گویند از سکتة مغزی جلوگیری می کند.

میوه ها، گیاهان و درمان بیماریها

کلم و تخم کلم:

کلم سبز و کلم قرمز، کلم پیچ، کلم چینی، کلم دلمه‌ای، گل کلم، کلم بروکسل و کلم بروکلی همه از انواع کلم‌ها هستند. کلم سرشار از ویتامین های A، B، B₂، C است و دارای مواد معدنی گوگرد، کلسیم، کلر، ید، پتاسیم، منیزیم و کمی آرسنیک می باشد، به همین جهت یکی از پاک کننده های خوب به حساب می آید. ملین است و به رشد عمومی بدن کمک می کند. کلم به دلیل دارا بودن کلسیم و گوگرد برای موها و ناخن ها مفید است، پوست را نرم می سازد و در درمان زخم های روده ای و معده ای مؤثر است. دانشمندان ماده فعالی را که در کلم است و زخم معده و روده را ترمیم می کند، ویتامین یو «U» نامیده اند. علاوه بر اینها کلم سنگ های کلیه و مثانه را از بین می برد. در یونان قدیم کلم را به عنوان داروی شفابخش و جوانی می شناختند. آرسنیک موجود در

کلم موجب تقویت اعصاب می‌شود و رعشه را از بین می‌برد و از ابتلا به بیماری جذام نیز جلوگیری می‌کند. گوگرد موجود در کلم با باکتریهای درون روده‌ها واکنش انجام می‌دهد و ایجاد گاز می‌نماید و مسیر دفع مواد زاید را نرم می‌سازد. بذر سبز این گیاه را نیز می‌توان آب گرفته و استفاده نمود که همان خواص کلم را دارد. کلم برای قوه بینایی مفید است، صدا را باز می‌کند، ورم طحال و روده را معالجه می‌کند. کلم کمی خواب‌آور است، این عامل دارویی در کلم قرمز مربوط به آنزیم‌ها است که در اکثر ساقه‌های زیرزمینی، هویج و شلغم نیز وجود دارد. اما در کلم بیشتر یافت می‌شود. آب کلم قرمز برای سینه مفید است. مالیدن آب کلم روی جایی از بدن که روماتیسم یا نقرس دارد، مفید است. افراط در خوردن انواع کلم باعث دیدن خواب‌های پریشان، تولید نفخ و بالاخره غلیظ شدن خون و بالا رفتن فشارخون می‌شود. کلم طبیعتاً گرم است و برای اشخاص سرد مزاج مفید است. برای افراد گرم مزاج چندان سودمند نیست. کلم خاصیت نیروبخشی زیادی دارد. جهت رشد اطفال مناسب است. آب برگ‌ها و ساقه و جوانه کلم کرم‌کش است و جهت دفع کرم معده کودکان بسیار مؤثر است. آب کلم قرمز جهت مبارزه با چاقی اگر به همراه آب پرتقال یا نارنج مصرف شود، تأثیر فراوان دارد. برای رفع گرفتگی صدا و اختلالات ریوی بهتر است یک یا دو برگ کلم قرمز را خرد کرده و در نیم لیتر آب جوشانده و میل شود. کلم کلسیم، کلروفیل و ویتامین A دارد. کلروفیل آن موجب افزایش تعداد گلبول‌های قرمز خون می‌شود و گردش خون و تنفس سلولی را تقویت می‌کند. کلم قمری نیز طعمی تند و غلیظ دارد و مزه آن چیزی مابین کلم پیچ، تربچه و شلغم است. کلم قمری دارای کلسیم و آهن است و دیگر مواد آن کربوهیدرات و کلروفیل و ویتامین C است. آب کلم قمری به همراه آب دیگر میوه‌جات یا سبزیجات طعم خوبی دارد.

پیاز:

پیاز خام دارای ویتامین «ث» فراوان و ویتامین‌های A و B و املاح معدنی از قبیل گوگرد، آهن، آهک، فسفر، پتاسیم، سدیم، ید، سیلیس، کلسیم، نیترات، صمغ و موم است.

فسفر قدرت تفکر را بالا می‌برد. گوگرد موجود در پیاز جهت ضد عفونی کردن خون و ششها، برطرف کردن آسم، ورم گلو، برونشیت و گریپ مؤثر است. پیاز دارای ید است و در درمان گواتر، آبسه و جوشهای زیر پوست تأثیر فراوان دارد. سیلیس موجود در پیاز در نگهداری استخوانها و رگ‌ها ضروری است. پیاز حاوی مقداری هورمون و دیاستاز است که موجب تقویت غدد اشکی، گوارشی و جنسی می‌شود و دارای آنتی بیوتیک است که خون و "بیماریهای تنفسی" را ضد عفونی می‌کند.

پیاز از بیماریهای "قندی"، "کلیوی"، مثانه، ورم ساق‌ها، پروستات و روماتیسم مفصلی جلوگیری می‌کند و در رفع سرماخوردگی‌های خفیف و میگرن مفید است همچنین از لخته شدن خون در رگ‌ها و سگته مغزی و قلبی جلوگیری می‌کند و مشکلات تأخیر در دوران قاعدگی را برطرف می‌سازد.

آب پیاز محرک عمومی بدن و مقوی قلب و اعصاب و ضد دیفتری است. پیاز دارای مقدار کمی فسفات و انسولین گیاهی موسوم به گلوکولینین، قند ساکاروز و مقداری ترکیبات پلی فنولی، آلیسین و اسانس فرار بنام سولفوردلیل می‌باشد. سولفوردلیل محرک چشم است و موجب ریزش اشک می‌شود. این اسانس بر اثر حرارت از بین می‌رود. آب پیاز دارای خواص دیگری نیز از جمله دفع انگل‌های روده‌ای و تخمیرهای روده‌ای، تعادل اعمال غدد تحریک دستگاه گوارش و اشتهاآوری، کاستن قند و فشارخون و ناراحتی‌های نفخ شکم، درمان اسکوربوت، نرم کردن سینه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذاهای سنگین، رفع خستگی، درمان الکلیسم، آب آوردن شکم، جلوگیری از سرطان کبد، دفع ادرار، رفع سرفه‌های خشک، رفع یبوست، رفع ناراحتی‌های گوش، رفع بیحالی، رفع خستگی‌های فکری، رفع چاقی و درمان ناتوانی جنسی.

در مواردی مصرف زیاد پیاز و آب پیاز توصیه نمی‌شود، از جمله برای کسانی که معده و روده ضعیف دارند یا ناراحتی‌های پوستی و کبدی و یا سابقه خونریزی معده دارند و یا مبتلا به کولیت هستند، افرادی که زیاد آروغ می‌زنند. لایه‌های نازک درونی پیاز

دیرهضم هستند. پیاز اسیدیته شیره معده را زیاد می‌کند و برای کسانی که سوهاضمه دارند، مضر است. می‌توان آب پیاز را گرفت و با آب سبزیجات دیگر مخلوط کرد و مصرف نمود. آب پیاز سریعاً می‌بایست مصرف شود، چون فاسد می‌گردد.

هل (Cardamom)

درختی است از خانواده زنجبیل به صورت وحشی و پرورشی در مناطق کوهستانی و در سایه درختان می‌روید. ارتفاع درخت ۳۰ تا ۵۰ سانتی‌متر و بعضی‌ها دارای اعضاء چوبی تا ۳ متر ارتفاع و شاخه‌های هوایی و برگ‌های متناوب نوک تیز با گل‌های ریز سفید مانند گل باقلا و میوه آن کوچک ناشکوفه (پوشینه دار) بقدر بند انگشت با پوست تیره رنگ و دانه‌های متعدد می‌باشد. هل انواع مختلفی دارد: هل سفید و هل سیاه و هل سبز و هل رسمی. که طبیعت همه آن‌ها گرم و خشک و نوع سبز آن تند و معطر بوده و از دو نوع دیگر مرغوب‌تر است. دانه‌های هل بوی قوی و طعمی مطبوع دارد از مغز و پوستش برای درمان و معطر ساختن غذاها و پختن شیرینی استفاده می‌شود.

خواص آن

مصرف دم کرده آن مفرح مقوی دل و معده لطیف و بادشکن و بیماری‌های صرع جنون و احشاء و سر درد و ضد رطوبت مزاج است.

اثر روحی و روانی هل که دارای اسانس می‌باشد انسان را سر حال می‌آورد از ترس و وحشت انسان می‌کاهد و روحیه خوش بینی را القاء میکند. البته مصرف زیاد آن تپش قلب را افزایش میدهد و برای بیماری‌های قلبی و ریه و در مزاج‌های گرم ضرر دارد و باید با شکر خورده شود.

توجه کنید که مقدار مصرف باید از یک مثقال بیشتر نشود.

خاکشیر

منبع: آرشو شرق

سحر شهنازی: گیاهی است علفی، یک ساله یا دوساله تا ارتفاع ۸۰ سانتی‌متر که به طور خودرو در کنار جاده‌ها و اماکن غیرزراعی و نسبتاً مرطوب می‌روید. ساقه از سطح زمین و یا از قسمت‌های بالاتر منشعب است. برگ‌های ساقه‌ای از لب‌های دراز یا کشیده تشکیل شده و بنابراین دارای بریدگی‌های زیادی است. برگ‌های طوقه‌ای دارای دم‌برگ‌های دراز، منقسم، برگ‌های ساقه‌ای با دم‌برگ‌های کوتاه و لب‌های خطی یا کشیده است. گل‌ها کوچک و به رنگ زرد روشن هستند.

دانه خاکشی در میوه‌های خورجین و باریک قرار دارد. دانه خاکشی ریز و به رنگ زرد تیره یا قهوه‌ای روشن است که سطحی ناصاف به شکل بیضی کشیده دارد که یک رأس آن بریده و دارای حلقه‌ای قهوه‌ای رنگ و شفاف است. دانه‌های خاکشی را پس از به میوه نشستن گیاه عموماً در مرداد و شهریورماه محصول برداری می‌کنند. دانه خاکشی حاوی اسیدهای چرب پالمیتیک، لینولنیک، اولئیک و استتاریک است. دانه خاکشی به طور عمده به عنوان ملین و کاهش دهنده دمای بدن به صورت مخلوط با کمی آب سرد مورد استفاده قرار می‌گیرد. در طب گذشته خاکشی به عنوان اشتهاآور، مقوی معده، ضدتب و ملین و در درمان سوءهاضمه مورد مصرف قرار می‌گرفته است. باید دور از نور، در جای خنک، غیرمرطوب و در ظروف بسته نگهداری شود. این گیاه بومی آمریکای شمالی است ولی در مناطق معتدل هیمالیا، سراسر اروپا، آفریقا و اغلب نواحی ایران هم می‌روید. در ایران در نواحی هراز، آمل، تبریز، سنندج، کرمان، شیراز، تهران، یزد، اصفهان و... می‌روید.

خواص گوجه فرنگی

کارشناسان تغذیه معتقدند کیلوپن موجود در گوجه فرنگی از رگهای بدن محافظت می کند. به نوشته نشریه فرانسوی سانته زنانی که هرروز در وعده های غذایی خود گوجه فرنگی مصرف می کنند، کمتر از سایر افراد دچار حمله های مغزی یا قلبی می شوند. براساس پژوهش های انجام شده در دانشگاه هاروارد که بر روی ۴۰ هزار زن آمریکایی در طی هفت سال صورت گرفته است زنانی که هفت بار در هفته غذاهای حاوی گوجه فرنگی مصرف کرده اند، خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی در آنها ۳۰ درصد کمتر از افرادی است که یکبار در هر هفته گوجه فرنگی خورده اند. بررسی های جدید حاکی است افرادی که در هفته دوبار غذاهای تهیه شده با گوجه فرنگی و حتی سس گوجه فرنگی مصرف می کنند از خواص پیشگیرانه گوجه فرنگی بهره مند خواهند شد. به گفته پژوهشگران کیلوپن، رنگدانه ای از خانواده کاروتنوئیدهاست که موجب قرمز شدن رنگ گوجه فرنگی می شود و دارای خاصیت آنتی اکسیدان است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین سی و ای است که هر کدام از این ویتامین ها خاصیت آنتی اکسیدان دارند. پژوهش های اخیر همچنین نشان داده اند که مصرف مداوم گوجه فرنگی خطر سرطان پروستات را در مردان ۳۰ درصد کاهش می دهد. تحقیقات دیگر حاکی از کاهش خطر سرطان های معده و ریه در صورت مصرف گوجه فرنگی است. کارشناسان تغذیه توصیه می کنند گوجه فرنگی های رسیده با روغن زیتون که خود نقش محافظتی برای رگها دارد کمی پخته شود و سپس مصرف گردد.

کنجد (sesame)

گیاهی است یکساله از تیره چلیپاییان به ارتفاع ۱/۲ تا ۱/۳ سانتی متر و طول آن تا یک متر هم می رسد. دارای برگ های به صورت متقابل در سمت انتهایی ساقه و گل های منفرد به رنگ سفید یا سرخ میوه آن شبیه کپسول و محتوی دانه های ریز به رنگ سفید و قهوه‌ای یا سیاه است.

دانه های کنجد را به صورت بو داده یا خام می خورند و روی نان هم می ریزند و بسیار مقوی است .

روغنی که از کنجد گرفته می شود طعم آن شیرین است و در پختن غذا و شیرینی به کار می رود. دانه کنجد دارای مواد معدنی مانند مس منیزیم کلسیم الومینوم کرم کلرورسدیم سیلیس آهن فسفر نیکل و ماده پروتئینی مهم لیزین و هورمون نباتی (لیستسن) و چربی و ?? درصد روغن می باشد. این گیاه بسیار مفید میتواند خستگی فکری را کاهش دهد و همچنین بهترین غذا برای کسانی است که دارای کارهای فکری می باشند. اگر هنگام خواندن کتاب احساس خستگی کردید کافی است مشتی کنجد بو داده میل کنید تا خستگی شما برطرف شود همچنین دانش آموزان و دانشجویان می توانند در شب های امتحان از این اکسیر بسیار مفید استفاده نمایند. لیستین این گیاه یک نوع چربی حاوی فسفر است که وجود آن برای اعصاب و نسوج نهایت ضرورت را دارد و مغز و غدد بدن انسان نیاز زیادی به آن دارند حتی تقویت حافظه انسان نیز نیاز زیادی به این ماده دارد ?? درصد مغز را لیستین تشکیل میدهد و مغز انسان بیش از سایر حیوانات از این ماده دارد لذا سر موفقیت بشر در تمدن و پیشرفتهای مرهون همین لیستین است. که قوت جوانی و صحت مزاج به انسان میبخشد. در تسهیل تفکر عمل آن تحسین امیز است.

مقدار خوراک طبیی آن برای هر نفر معمولی ?? گرم است. البته در خوردن آن نباید زیاده روی شود زیرا دیر هضم است و افراط در خوردن باعث خارش اعضا و مولد بد بوئی دهان و سردرد. خنثی کننده زیان های احتمالی آن عسل و یا بو دادن آن قبل از خوردن است.

خارج از نسخه ؛ داروهای ضد اسهال

منبع: روزنامه قدس

دسته دارویی: ضد اسهال - ضد نفخ

توجه: استفاده از زغال فعال به عنوان پادزهر تنها تحت نظارت مستقیم پزشک مجاز می باشد.

اشکال دارویی خارج از نسخه: فله (پودر برای تهیه سوسپانسیون)

مقدار مصرف: بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۳ سال - نیم گرم، هر نیم تا یک ساعت (حداکثر ۴ گرم در روز)

کودکان زیر ۳ سال - طبق تجویز پزشک

به عنوان ضد نفخ: برای بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۱۲ سال ۱ تا ۴ گرم، بلافاصله پس از هر وعده غذا

نحوه مصرف: مقدار تعیین شده از پودر را در مقدار متناسبی آب یا آب میوه پراکنده کرده، میل نمایید.

موارد منع مصرف: مسمومیت با مواد خورنده و سوزاننده - عدم هوشیاری کامل بیمار

عوارض جانبی: استفراغ (معمولاً در صورت مصرف مقادیر زیاد) - یبوست - مدفوع سیاه‌رنگ

مصرف در بارداری: منعی ندارد

مصرف در شیردهی: منعی ندارد

نکات قابل توجه قبل از مصرف دارو:

- اگر اسهال بیش از دو روز و تب یا نفخ بیش از یک هفته پس از مصرف دارو باقی بماند، به پزشک اطلاع دهید.

- میان مصرف این دارو و سایر داروها فاصله زمانی ۲ ساعته را مراعات نمایید.

- این دارو را همراه با لبنیات مصرف نکنید، زیرا اثر آن کاسته می شود.

- این دارو رنگ مدفوع را سیاه می کند که جای نگرانی نیست.

- دارو را در ظروف دربسته شیشه ای یا فلزی نگهداری کنید.

۲) ا-آر-اس (O.R.S)

دسته دارویی: جایگزین کننده آب و املاح از دست رفته

ترکیبات: ۳/۵ گرم سدیم کلراید + ۱/۵ گرم پتاسیم کلراید + ۲/۹ گرم تری سدیم سیترات + ۲۰ گرم دکستروز در هر بسته پودر

اشکال دارویی خارج از نسخه: پودر بسته بندی شده در بسته های گرمی

مقدار مصرف: بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۳ سال برحسب نیاز

کودکان پایین تر از ۱۲ سال تا روزی ۳ لیتر از محلول آماده شده

شیرخواران تا روزی یک لیتر از محلول آماده شده

نحوه مصرف: هر بسته از پودر را در یک لیتر (چهار لیوان) آب جوشیده سرد شده حل نموده، برای طعم بهتر، در یخچال نگهداری

کنید و بلافاصله پس از تهیه، مصرف نمایید.

موارد منع مصرف: منعی ندارد

عسل، منبع آنتی اکسیدان های مفید

منبع: روزنامه کیهان

اگر در پی بهترین نوع عسل هستید انواع شهد گل‌های تیره تر را انتخاب کنید چرا که زنبور‌هایی که آنها را می سازند ترشحات

شیرینی که حشرات بر گیاهان برجای می گذارند یعنی همان شهد گلها را جمع آوری می کنند. به گزارش هلت دی، نتایج یک

مطالعه جدید وارپته های اسپانیایی نشان داده است عسل شهد گل در مقایسه با عسلی که زنبورها از نکتار می سازند سطوح بالاتری آنتی اکسیدان دارد اما متخصصان می گویند همه انواع عسل بدون توجه به نوع آن برای سلامت مفیدند. عسل علاوه بر ارزشی که به عنوان یک شیرین کننده دارد حاوی آنتی اکسیدان های مفیدی است که فعالیت ضدباکتریایی دارند.

در سالهای اخیر جایگاه عسل به عنوان ماده غذایی سالم به ویژه در سایه تحقیقاتی که قدرت ضد میکروبی و محتوای بالای آنتی اکسیدان های آن را نشان داده اند ثابت شده است. در سال ۲۰۰۴ محققان طی یک ارزیابی دریافتند سطوح آنتی اکسیدان در افرادی که بین چهار تا ۱۰ قاشق چایخوری عسل در روز می خورند بیشتر بود. اما در آن زمان مشخص نبود کدام انواع بیشترین مقادیر آنتی اکسیدانی را داشتند. در تحقیق جدید دو نوع عسل شامل عسل ساخته شده از شهد شکوفه گل ها یا نکتار و عسل شهد گل یا هانی دیو که از یک ماده شیرین و چسبناک مترشحه توسط حشراتی که روی گیاه زندگی می کنند تولید می شود را مورد بررسی قرار دادند.

بر اساس نتایج این بررسی عسل شهد گل یا هانی دیو سطوح بیشتری آنتی اکسیدان دارد. همچنین محققان دریافتند عسل های هانی دیوی اسپانیایی رنگ تیره تری دارند و اسیدی تر از نوع نکتاری هستند. اما مردم باید توجه داشته باشند نباید بیش از حد عسل مصرف کنند. در واقع رژیم غذایی غنی از آنتی اکسیدان های طبیعی شامل میوه، سبزیجات تازه، روغن زیتون و عسل در جلوگیری به ابتلا به بیماری ها موثرند. از طرفی عسل سرشار از کربوهیدرات است بنابراین مصرف کنندگان باید توجه داشته باشند و حدود ۸۰ درصد آن قند است بنابراین باید به میزان کافی و نه بیش از حد لازم در برنامه غذایی گنجانیده شود.

معجزه سیر

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف به رنگ خاکستری مایل به سفید است. برگ های آن باریک و نواری شکل به رنگ تیره و گل های آن کوچک و صورتی رنگ که به صورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود. سیر و پیاز با هم رابطه ای نزدیک دارند که شاید به دلیل بوی بد آنها است. نام سیر در کتاب مقدس آمده است و در مصر قدیم برای مومیایی مردگان و خوش طعم کردن غذاها به کار می رفته است. هومر شاعر عصر باستان در نوشته های خود از آن یاد کرده است. مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح (ع) آن را می شناختند و از آن استفاده می کردند. بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است.

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند: از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوی هفتاد درد است اما کسی که سیر و پیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود.

ترکیبات شیمیایی

سیر دارای ترکیبات گوگردی است که خاصیت ضد عفونی کننده میکروب کشی و جرم کشی به این گیاه می دهد. سیر همچنین دارای موادی به نام آلیسین و آلیساتین است که میکروب های حصبه و «پاراتیفوئید» را از بین می برد.

در ??? گرم سیر خام ??، گرم آب ؟، کالری انرژی ??، گرم مواد نشاسته ای ؟، میلی گرم چربی ??، میلی گرم کلسیم ???، میلی گرم فسفر ???، میلی گرم پتاسیم ?/، میلی گرم آهن ??، میلی گرم سدیم ??، واحد ویتامین آ ??، میلی گرم ویتامین ب ?، میلی گرم ویتامین ب ? و ?? میلی گرم ویتامین ث وجود دارد.

خواص دارویی

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک، بادشکن و ضد عفونی کننده است. خوردن سیر مصنوعیت بدن را در مقابل بیماری ها

افزایش می دهد. سیر کرم کش، محرک و تقویت کننده بدن، داروی سرماخوردگی و زکام است. سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد. ضمن آن که سیر خون را رقیق می کند و سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد. خوردن مداوم سیر لقوه، رعشه و رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را درمان می کند. سیر درمان کننده دردهای مفاصل، سیاتیک و نقرس است. ضمن آن که برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است. آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری شان درمان شود. این گیاه زخم های ریه و درد معده را از بین برده، سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد.

اگر سیر با زیره پخته شود برای تقویت دندان مفید است. مالیدن سیر پخته به دندان، درد دندان را تسکین می دهد. اگر سیر را بسوزانید و با عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مردگی زیر پلک چشم مفید است. سیر به علت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است. برای از بین بردن میخچه کف پا نیز از ضماد آن استفاده می شود. برای رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار مؤثر است. توصیه می شود برای ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماری های مربوطه از شربت سیر استفاده شود. به تازگی نیز در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضد عفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده می کنند. لویی پاستور پزشک معروف فرانسوی نیز آزمایش های زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است.

سیر در عین حال ضد انعقاد و لخته شدن خون است. خوردن سیر در عین حال سلول های سرطانی را از بین می برد. یکی از دانشمندان آمریکایی هم که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند، معتقد است سیر روی درمان مرض ایدز اثر مثبت دارد. مصرف سیر کلسترول خون را پائین آورده و از سرطان جهاز هاضمه هم جلوگیری می کند. چینی ها قرن هاست برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند.

مضرات

سیر با آن که خواص بسیاری دارد باید در حد اعتدال مصرف شود، چرا که استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد، ضعف نیروی جنسی، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود. سیر برای آنهایی که اسهال دارند، مضر است. افرادی هم که معده ضعیف دارند و به طور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند. کسانی که یوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد. اشخاصی که گرم مزاج هستند اگر می خواهند سیر بخورند براساس توصیه ابن سینا، حکیم ایرانی، باید سیر را بپزند یا از سیر ترشی استفاده کنند. برای پختن سیر پس از پوست کندن آن را به مدت سه دقیقه بخار دهید. اشخاصی که فشار خون پائین دارند نیز نباید سیر بخورند و همین طور کسانی که آلرژی دارند نباید از سیر استفاده کنند.

کلیات گیاه شناسی انار

منبع: روزنامه جوان

درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است. کلمه انگلیسی Pomegranate از زبان یونانی مشتق شده که به معنی (سیب با هسته های زیاد) می باشد. گل های انار درشت به رنگ قرمز اناری ولی بی بو می باشد. میوه آن کروی با اندازه های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می باشد. روی هم رفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است. قسمت های مختلف درخت انار مخصوصا پوست ریشه و ساقه انار دارای مقاداری در حدود ?? درصد تانن و اسید پونی کوتانیک Punicotanic acid می باشد. پوست درخت انار دارای الکلوئیدی به نام پله تیه رتین Pelletierin است. از نظر طب قدیم ایران

میوه انار سرد، تر و قابض است. آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می باشد. پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت های این درخت قابض تر است. کلیه قسمت های درخت انار دارای تانن می باشد که بسیار قابض است. برای مصارف دارویی از گل، برگ، پوست درخت، پوست ریشه و دانه انار استفاده می شود. انار شیرین ادرار آور است، ملین مزاج است، آب انار شیرین برای بیماری های مجاری ادرار مفید است، ترشح صفرا را زیاد می کند، آب انار اسهال را برطرف می کند، اگر آب انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می کند، خون ساز است، خون را تصفیه می کند، برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است، آب انار خنک کننده است، رنگ صورت را شاداب می کند، صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند، برای وزن اضافه کردن انار بخورید، آب انار مقوی قلب و معده است، جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بین می برد، جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد، برای برطرف کردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنید، خانم هایی که عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند، برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد، برای برطرف کردن سوختگی پوست، گل های انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید.

بار هنگ موثر در درمان تنگی نفس

منع: روزنامه جوان

گیاهی است چند ساله و پوشیده از کرک که در اکثر نقاط ایران می روید. مزاج بارهنگ سرد و خشک می باشد. خوردن عصاره بارهنگ برای سل و خونریزی سینه و قرحه ریه و تنگی نفس مفید و موثر است. ریشه، برگ و دانه این گیاه اثرات نرم کننده داشته و برای درمان آسم مرطوب مفید است. برای بیماری های سینه و سرفه برای بارهنگ را گرفته. خوب شسته روی یک پارچه تمیز پهن می کنند تا خشک شود، بعد آن را خرد کرده و شیره آن را می گیرند و هم وزن آن عسل اضافه کرده مدت ?? دقیقه دم می کنند. مصرف این دم کرده برای بیماری های سینه بسیار مفید است.

گللابی

منع: روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

گللابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می روید. این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر می باشد. ریشه گللابی عمیق است، برگهای آن صاف و دندانه دار می باشد. گللهای گللابی سفید رنگ مایل به صورتی و به صورت خوشه ای است. میوه درخت گللابی مخروطی شکل، گوشتدار، شیرین یا ترش است. از تمام قسمت های گللابی مانند برگهای جوان، پوست و ساقه آن استفاده طبی می شود.

خواص دارویی:

گللابی از نظر طب قدیم ایران گرم است

(۱) گللابی، سنگ مجاری ادرار را دفع می کند.

(۲) آرام بخش و تب بر است.

(۳) در رفع عفونت مجرای ادرار مؤثر است.

- ۴) مقوی بدن است.
- ۵) تشنگی را برطرف می‌کند.
- ۶) سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می‌کند.
- ۷) آنانی که به مرض قند مبتلایند می‌توانند از گلابی استفاده کنند و قند آن برایشان مضر نیست.
- ۸) برای دفع سموم بدن بسیار مؤثر است.
- ۹) برای پایین آوردن فشار خون باید چند روز فقط گلابی مصرف کنید و غذای دیگر نخورید. البته این رژیم باید زیر نظر دکتر انجام شود و با اجازه پزشک متخصص باشد.
- خواص دیگر قسمت‌های درخت گلابی
- برگ و شکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است
- ۱- شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می‌آورد.
 - ۲- در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید.
 - ۳- تخم گلابی ضد کرم معده و روده است.
 - ۴- دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است.
 - ۵- برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه دم کنید و آن را بتدریج بنوشید.
 - ۶- برای شستشوی زخمها ۵۰ گرم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذارید چند دقیقه بجوشد و سپس آن را کم کم بنوشید.

خواص درمانی ذرت

منع: روزنامه قدس

- ذرت دارای ارزش غذایی فراوانی است، در آن به علت نداشتن گلوتن (ماده چسب گندم) قابلیت تهیه نان را ندارد. بنابراین برای تهیه نان ذرت، آن را با سایر غلات مخلوط می‌کنند.
- ذرت از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.
- ۱) پماد ذرت خشک کننده زخمها می‌باشد.
 - ۲) ذرت غذای خوبی برای پیشگیری سرطان است.
 - ۳) استفاده مداوم از ذرت از کرم خوردگی دندان جلوگیری می‌کند.
 - ۴) روغن ذرت کلسترول خون را پایین می‌آورد.
 - ۵) روغن ذرت برای درمان آگزما و بیماریهای پوستی مفید است.

خواص درمانی کاکل ذرت

کاکل ذرت را قبل از رسیدن کامل میوه یعنی قبل از پژمرده شدن می‌چینند و به سرعت خشک می‌کنند. کاکل ذرت بعد از خشک شدن رنگ قهوه ای پیدا می‌کند. برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت، مقدار ۳۰ گرم از آن را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت پنج دقیقه دم می‌کنند.

- ۱- دم کرده کاکل ذرت ادرار آور است و آرام کننده دستگاه ادراری است.

- ۲- درد و ناراحتیهای دستگاه ادراری را تسکین می دهد.
 - ۳- سنگ مثانه، التهاب، ورم مثانه و درد مثانه را از بین می برد.
 - ۴- کاکل ذرت به طور کلی دستگاه ادراری را تمیز می کند.
- بغیر از کاکل ذرت از برگ و ریشه و ساقه بلال نیز استفاده طبی بعمل می آید
- ۱) جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی بینی را بند می آورد.
 - ۲) برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهای بلال استفاده کنید.
 - ۳) جوشانده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادراری مفید است.
 - ۴) جوشانده وسط بلال درد شکم و معده را از بین می برد.
 - ۵) در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند.

قاصدک

منبع: روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

گل قاصدک که به نامهای هند بابری، خبر آور و کاسنی بری نیز معروف است، گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن به ارتفاع ۴۰ سانتی متر می رسد. این گیاه دارای رشته ای است به رنگ قهوه ای مایل به زرد که پر از شیرابه سفید رنگ می باشد. در انتهای ساقه، گل آن قرار دارد. برگهای گل قاصدک سبز رنگ هستند و بریدگی های مثلث شکل و نوک تیز دارد و بر روی سطح زمین می باشد. گل قاصدک در وسط چمن، حاشیه شوره زار، کنار جاده ها و اراضی بایر و بطور کلی در همه جا می روید هنگامی که آن را با وسائل مکانیکی و شیمیایی از بین می برید، دوباره بعد از چندی سر از خاک بیرون می آورد. گل قاصدک در حدود ۱۵ نوع مختلف دارد. زنبور عسل این گیاه را بسیار دوست دارد و شهد زیادی از آن به دست می آورد. برگهای جوان گل قاصدک را معمولاً با سالاد می خورند و چون خیلی تلخ است باید آن را با ترشی یا آبلیمو مصرف کرد. از قسمتهای مختلف گیاه مانند ریشه، برگ و شیرابه آن در طب استفاده می شود.

ترکیبات شیمیایی:

تلخی برگهای این گیاه مربوط به یک ماده متبلور تلخ به نام «تاراکسین» است، ضمناً این گیاه دارای ساپونین، قندهای مختلف و اسیدهای چرب است. این گیاه بالاترین حد ویتامین «آ» را در بین گیاهان دارا است و همچنین دارای مقدار زیادی پتاسیم است.

خواص دارویی:

این گیاه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است و از قدیم الایام برای درمان بیماری های کبدی به کار می رفته است.

- ۱) قابض و مقوی معده است.
- ۲) خوردن آن خونریزی سینه را متوقف می کند.
- ۳) قاعده آور است.
- ۴) برای ازدیاد شیر نافع است و خانمهایی که نوزادشان را شیر می دهند باید مقداری از آن را با سالاد بخورند.
- ۵) خنک کننده و باعث تعریق می شود.
- ۶) ترشح صفرا را زیاد می کند.
- ۷) خون را تصفیه می کند.

۸) خوردن آب این گیاه مخلوط با روغن زیتون برای رفع مسمومیت مفید است.

۹) ضماد ریشه آن را در محل نیش عقرب یا زنبور و یا مار می گذارند که بسیار مفید است.

۱۰) اوره را رفع می کند.

۱۱) کلسترول خون را کاهش می دهد.

۱۲) درمان کننده اگزما و بیماریهای پوستی است

۱۳) درمان کننده کم خونی است.

۱۴) رماتیسم و نقرس را درمان می کند.

۱۵) دم کرده این گیاه را نیز برای تمیز کردن کبد به کار می برند. مقدار مصرف آن یک فنجان و سه یا چهار بار در روز است.

روش استفاده:

برای تهیه این دم کرده باید ۵۰ گرم گیاه خشک شده را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بماند و سپس آن را صاف کرده و استفاده کنید.

مضرات:

مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

مصرف سیر کلسترول خون را کاهش می دهد

یک تحقیق علمی در چهارمحال و بختیاری نشان می دهد، مصرف گیاه سیر موجب کاهش کلسترول خون می شود. سه نفر از پزشکان و متخصصان علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری در تحقیقات علمی و پزشکی یکساله خود پی بردند، گیاه سیر تقویت کننده معده بوده و خاصیت پایین آورنده کلسترول خون و ضد سرطانی دارد. براساس یافته این پزشکان که در مرکز تحقیقات سلولی و مولکولی دانشگاه علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری بر روی موشهای صحرایی صورت گرفت، مشخص شد که عصاره گیاه سیر میزان ترشح اسیدوپپسین معده را به طور قابل ملاحظه ای افزایش می دهد. به گزارش ایرنا، این تحقیقات را «محمد رفیعیان»، «هدایت -الله شیرزاد» و «مهرداد شهرانی» از متخصصان و پزشکان و اعضای هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری انجام دادند.

کشف خاصیت مسکن در روغن زیتون

محققان دریافتند که نوع مرغوب روغن زیتون دارای یک ماده شیمیایی طبیعی است که مانند یک داروی مسکن کار می کند. به گزارش بی.بی.سی، نتیجه این تحقیقات حاکی از این است که ?? گرم روغن زیتون فرآوری نشده، معادل یک دهم یک دوز داروی ایبوپروفن اثر دارد. این پژوهشگران می گویند در حالی که این ماده تا آن حد قوی نیست که برای تسکین سر درد از آن استفاده شود، ولی نشان دهنده منافع رژیم های غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه است. ماده موثر مورد بحث که مقدار آن در زیتون تازه، بیشتر است مانند ایبوپروفن و سایر داروهای ضد التهاب در فعالیت آنزیم هایی که موجب التهاب و تورم می شوند تاثیر می گذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بیماری قلبی و سرطان ارتباط داده شده است. منافع مشابهی به داروهای ضد استروئید و ضد التهاب مانند آسپرین و ایبوپروفن، نسبت داده شده است. پژوهشگران هنگامی متوجه خاصیت های تازه روغن زیتون شدند که دیدند روغن زیتون فرآوری نشده به همان شیوه ایبوپروفن، موجب ناراحتی در قسمت عقب گلو می شود. روغن زیتون دارای رشته خواصی است که ضد اکسیدان بودن از آن جمله است ولی این که بگوییم روغن زیتون اثر دارویی دارد، موضوعی

است که به تحقیقات بیشتری نیازمند است. مقدار چربی روغن زیتون زیاد است و تنها در حد اعتدال باید مصرف شود.

ادویه جات وزن بدن را کنترل می کند

منبع: روزنامه کیهان

با افزودن ادویه جاتی مانند سیر، آویشن، نعنا، کاری، و رزماری به رژیم غذایی می توانید از فایده های زیاد آنها بر سلامت خود بهره مند شوید. به گزارش هلت دی، سوزانا زیگ، یک محقق هومیوپاتی در دانشگاه میشیگان، می گوید افزودن این گیاهان و ادویه جات به غذا به حفظ وزن سالم کمک می کند. علاوه بر اینکه در جلوگیری از ابتلا به برخی انواع سرطان، کاهش فشار خون، کنترل قند خون و بهبود سلامت قلب و عروق نیز موثرند.

وی جایگزین کردن مواد مضر مانند قند، نمک و چربی را با این ادویه ها و گیاهان علفی در بهبود سلامت موثر می داند.

وی توصیه می کند به جای نمک از ادویه هایی مانند آویشن، سیر، جعفری، رزماری (اکلیل کوهی) استفاده شود.

همچنین استفاده از سیر تازه را به عنوان یک کاهش دهنده فشار خون و کلسترول مفید می داند. سیر خشک و یا سیری که به مدت طولانی مانده باشد فواید مفید خود را از دست داده است. رزماری یک آنتی اکسیدان است که ظاهراً حافظه را تقویت نموده و به جلوگیری از سرطان کمک می کند. آویشن، نعنا، و رزماری به لحاظ روغن های ضروری که دارند برای مقابله با سرماخوردگی توصیه می شوند. آویشن برای درمان سرفه های مزمن نیز مفید است. پیش از این به طور سنتی نیز از این ادویه برای درمان سرفه استفاده می شد. ادویه های گرم شامل زنجبیل، جوز، دارچین، و فلفل برای کاهش فشار خون مفیدند. و بالاخره محققان دریافته اند موادی در زردچوبه وجود دارد که خواص ضدالتهابی دارد و برای کاهش کمردرد مفید شناخته شده است

کنجد و روغن کنجد

نویسنده: مهدی مسکنی

منبع: روزنامه جوان

همه ما بارها و بارها نان بربری و یا سنگگ کنجد زده را خورده ایم، نانی که شاید به غلط در محاوره به «خشخاشی» معروف شده است. وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به سایر نقاط جهان راه یافته است. اکنون چین بزرگ ترین تولید کننده کنجد در دنیا است. مقدار کنجادی که در کشور ما کاشته می شود بیشتر در تهیه روغن کاربرد دارد و تهیه حلوا ارده.

ترکیبات شیمیایی کنجد: این دانه مغذی حاوی پروتئین، ویتامین های E، D، F و B است. کنجد ۵۰ درصد روغن دارد و ۷۰ درصد اسیدهای چرب اشباع نشده که بسیار برای سلامتی بدن مفید است زیرا این روغن نه تنها کلسترول خون را افزایش نمی دهد، بلکه آن را کاهش نیز می دهد.

روغن گرم، روغن سرد: برای تهیه روغن کنجد معمولاً دانه را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود. سپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آنها روی آب بیاید. بعد دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کنند. این روغن را روغن سرد می نامند و از تفاله باقیمانده تحت اثر فشار و گرما روغنی به دست می آید که به نام روغن گرم معروف است که البته ارزش غذایی روغن سرد را ندارد. تفاله باقیمانده نیز هم چنان مصرف غذایی دارد البته برای دام به ویژه گاوهای شیرده!

بهتر است روغن سرد بخوریم: اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید ترجیحاً نوع روغن سرد را استفاده نمایید؛ روغنی که به نام **First cold pressed** معروف است، زیرا در اثر حرارت دادن روغن کنجد خواص خود را از دست می دهد.

خواص مفید کنجد: از نظر طب قدیم ایران، کنجد گرم است و بسیار مغذی که در بیشتر کشورهای فقیر نخستین گزینه برای جانسین شدن گوشت گرانقیمت است. خواص مفید کنجد به این شرح است:

۱- اگر لاغرید و می خواهید چاق شوید، کنجد بخورید.

۲- کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد و نرم کننده معده و ملین روده است اما اگر مایل به خوردن روغن کنجد هستید و معده ضعیفی دارید حتما با عسل و سرکه میل نمایید، زیرا هضم آن سنگین است.

۳- چنانچه سالاد درست کرده اید، این بار می توانید روغن کنجد را جایگزین روغن زیتون کنید.

خواص دارویی کاهو

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزیجات دنیا به شمار می رود که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی است. کاهو طبق مدارکی که به دست آمده از قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است.

کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد، به طوری که از اوایل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت شد. کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگ های پهن و دراز و سبز با طعم کمی شیرین است. انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود، حدوداً ?? نوع است و در تمام طول سال وجود دارد. کاهوی پرورشی و اهلی در سالاد استفاده می شود و کاهوی گرد (Head Lettuce) و کاهوی ایرانی (Romano Lettuce) از انواع مهم آن است. کاهوی ایرانی از نظر مواد غذایی از کاهوی گرد بهتر است. کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد، زیرا دارای مقدار زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند.

ترکیبات شیمیایی

کاهوی ایرانی دارای ?? گرم آب ??، کالری انرژی ??، گرم پروتئین، ?? گرم مواد نشاسته ای ??، میلی گرم کلسیم ??، میلی گرم فسفر ??، میلی گرم آهن و ?? گرم چربی است. این سبزی همچنین دارای ?? میلی گرم کلسیم ??، میلی گرم سدیم ???، میلی گرم پتاسیم ???، واحد ویتامین آ ??، میلی گرم ویتامین ب ??، میلی گرم ویتامین ب ??، میلی گرم ویتامین ب ??، میلی گرم ویتامین ث ??، میلی گرم ارسنیک و ?? میلی گرم اسید آگراییک است. کاهو از مواد معدنی مانند نیکل، کبالت، سولفور و مس نیز برخوردار است. مواد شیمیایی کاهو عبارتند از: لاکتو کاروم (Lactucarum) (که ماده ای است مخدر) موم، رزین، مالیک اسید و سوکسی نیک اسید. لاکتو کاروم خواب آور و مسکن است. از لاکتو کاروم به عنوان داروی خواب آور و مسکن و نیز در چشم پزشکی برای گشاد کردن مردمک چشم استفاده می شود. از کاهو همچنین ماده ای به نام تریداس (Thridace) گرفته می شود که مسکن و ضد درد است. برای تهیه تریداس ساقه کاهو رسیده را تکه تکه کرده، شیره آن را با فشار خارج می سازند. این شیره را سپس حرارت می دهند تا در اثر حرارت مواد آلومینی آن منعقد شود. در نتیجه، مایعی صاف به دست می آید. این مایع را تحت درجه حرارت کم و در خلأ حرارت می دهند تا تریداس به دست آید. این مایع را می توان خشک کرد و به صورت پودر درآورد.

خواص دارویی

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است.

کاهو تمیز کننده خون، خونساز و ضد تورم، خواب آور و آرام بخش است. این سبزی برای ضعف اعصاب مفید و ملین و ادرار آور است.

خوردن کاهو برای مالیخولیا نیز مفید است.

کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند.

اگر کاهو را با سکنجبین یا سرکه بخورند، اشتها آور می شود. ضمن آن که اثر ضد تشنج هم دارد.

کاهو درد معده را تسکین داده، قوای جنسی را هم تقویت می کند.

توصیه شده برای برطرف کردن درد سینه، کاهو به صورت پخته مصرف شود.

زنان شیرده هم برای زیاد شدن شیرشان می توانند کاهوی پخته بخورند.

کاهو ورم غدد لنفاوی را نیز برطرف می کند.

خواص تخم کاهو

تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

تخم کاهو خواب آور است و خوردن تخم آن زکام را برطرف می کند و برای درد سینه نیز مفید است.

خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند، باید تخم کاهو بخورند (در حدود??

گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود.

مضرات

اگر در خوردن کاهو افراط نشود، این گیاه به هیچ وجه مضر نیست. زیاده روی در خوردن کاهو باعث کم شدن قدرت جنسی،

فراموشی و کم شدن حافظه، ضعف دید چشم و نفخ شکم می شود.

برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع، کرفس و زیره خورد.

خواص هویج

منبع: روزنامه ایران

* خواص دارویی:

در هویج یک نوع انسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون دارد. به همین خاطر این باور قدیمی که هویج برای

مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملاً غلط است و بیماران قندی می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند. هویج با داشتن

مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهم ترین و مفیدترین سبزیجات برای بدن است. خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماری

های عفونی بالا- می برد. مصرف هویج در برطرف کردن بیماری هایی از قبیل آب آوردن انساج بدن، بند شدن ادرار، تحریک

مجاری گوارشی و تنفسی، سرفه های مقاوم، آسم، خلط های خونی و دفع کرم اثر معجزه آسایی دارد.

موارد مصرف هویج در بیماری ها

* برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقداری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا

چند قاشق بخورید

* سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند مفید است. برای تهیه این سوپ ابتدا ??? گرم هویج رنده شده را

در قابلمه بریزید و به آن یک لیتر آب اضافه کرده و بجوشانید تا کاملاً- هویج ها له شود. سپس آن را صاف کرده و به نسبت

مساوی با شیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید.

* آب هویج را اگر روی صورت بکشید موجب روشن شدن و جلوه پوست می شود.

* اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

* اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

* هویج و پیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی مؤثری برای درمان بیماری های عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست است.

مضرات

البته با این همه خواصی که هویج دارد در مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهایی که هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم شان زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند، دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود بر می گردد.

نعناع را بیشتر بشناسیم

نویسنده: عاطفه خوش اخلاق

منبع: روزنامه جوان

چه قدر گیاه نعنا را می شناسید؟ طبیعت این سبزی گرم است یا سرد؟ چه خواصی دارد و مضرات آن کدام است؟

نعنا گیاهی است با طبیعتی گرما بخش، سرد و خنک کننده، کمی عجیب است نه! گرچه یافتن خواص گرمی یا سردی در یک گیاه توأمان تعجب آور است اما اثر گرما بخشی یا خنک کنندگی نعنا به نحوه استفاده از آن بستگی دارد، چنان چه به صورت خوراکی مصرف شود اثر گرما بخش دارد و گردش خون را بهبود می بخشد. نعنا قرن هاست که مصرف می شود. یونانیان و عبری ها از رایحه خنک و تازگی بخش آن عطر می ساختند و در روم باستان از برگ نعنا تاج هایی برای مراسم مذهبی درست می کردند. زنان رومی از مخلوط عسل و نعنا برای رفع بوی بد دهان بهره می بردند و مردان عرب نیز به عنوان نشانه دوستی و محبت چای نعنا می نوشیدند.

خواص بیشمار نعنا: این سبزی از گذشته های دور به عنوان تقویت کننده قلب شهرت داشته است و سبب تسکین تپش قلب شده و دستگاه گردش خون را بهبود می بخشد. کمک مفیدی برای همه ناراحتی هایی است که با اسپاسم و درد همراهند از آن شمار: دل درد، کولیت، نفخ، سوزش سر معده، سوء هاضمه، سکسکه، میگرن، بیخوابی، مشکلات روده ای و اسهال، تندی آن محرک کبد و کیسه صفراست و در درمان سنگ کیسه صفرا مؤثر است. در گذشته روغن نعنا را به عنوان روغنی نیروبخش به آب وان حمام می افزودند. هم چنین از نعنا داروهای استنشاقی مفیدی برای سرماخوردگی و عفونت های تنفسی ساخته می شود. مصرف نعنا در ایران به صورت سنتی به عنوان سبزی خوردن به همراه غذا و استفاده از آن در طبخ غذاهایی نظیر کرفس و آش، هم چنان متداول است. همه ما با عرق نعنا آشناییم، از این عرق برای تسکین دل درد و تقویت قلب استفاده می شود.

این یاقوت سرخ

نویسنده: ملیحه تراب پور

منبع: روزنامه قدس

یاقوت سرخ یا همان انار، یکی از میوه های پرتعداد شب یلداست که در کنار سایر میوه ها زینت بخش محافل پذیرایی این مراسم سنتی است. نام میوه انار در قرآن سه بار ذکر شده، به طوری که خداوند در آیه ۶۸ سوره الرحمن می فرماید: «در آن دو بهشت هرگونه میوه و خرما و انار بسیار است». یکی از جالب ترین ویژگیهای انار ساختار داخلی آن است، به طوری که اگر پوست چرمی و زیبایی آن به یکباره برداشته شود، صدها گوهر سلول مانند آبدار با طعمی شیرین و خوشایند نمایان می شود که داخل کیسه هایی

شبهه ای مانند قرار دارند. ارزش غذایی انار نیز مانند دو میوه دیگر (خرما و زیتون) که در قرآن ذکر شده، بسیار است. انار میوه ای مغذی با کالری ۶۵ می باشد و با اینکه مقدار پروتئین و چربی آن ناچیز است، اما به عنوان منبعی غنی از سدیم محسوب می شود. همچنین انار حاوی مقادیر زیادی از ویتامین ث، کلسیم و فسفر می باشد.

خواص آب انار

آب انار به عنوان نوشیدنی بسیار دلپذیر در بسیاری از کشورهای خاورمیانه مورد استفاده قرار می گیرد. همچنین برای درست کردن انواع ژله، رب انار، چاشنی های غذایی و شربت انار کاربردهای فراوان دارد. نکته جالب توجه اینکه انارهای ترش به علت فراوانی اسیدهای آلی برای تهیه رب بسیار مرغوبند. آب انار، همچنین یک آنتی اکسیدان قوی به شمار می رود که از بدن در برابر رادیکالهای آزاد و مولکولهای مضر که به ایجاد بیماریهای قلبی و پیری زودرس و سرطان منجر می شود، محافظت می کند.

انار در طب سنتی

انار علاوه بر ارزش غذایی، فواید دارویی پزشکی بسیاری دارد که عمدتاً در طب یونانی برای معالجه امراض گوناگون کاربرد فراوان دارد و از نظر دارویی برای درمان اسهال، گوش درد، ضعف بینایی، تب و ناراحتیهای دندان و لثه و سوء هاضمه مورد استفاده قرار می گیرد. دیگر اینکه انار علاوه بر اینکه کم خونی را درمان می کند، در تصفیه خون نیز نقش بسزایی دارد و این به دلیل وجود پتاسیم و منیزیم در آن است و چون فعالیت سلولهای کبد را زیاد می کند در احتقان کبد مؤثر بوده و در رفع کلسترول و اوره و دفع سموم و تعادل مایعات بدن بخصوص خون نقش مهمی دارد.

رابطه مصرف انار و شادابی پوست

انار در زیبایی پوست و شادابی آن نیز بسیار مؤثر است و بوی بد دهان و زردی دندانها را از بین می برد که امام رضا(ع) در همین ارتباط می فرماید: «خوردن انار باعث نیکویی رخسار کودک می شود.»

بومیان سریلانکا نیز که از طب گیاهی برای درمان امراض مختلف استفاده می کنند، به منظور معالجه اسهال و برونشیت، شکوفه درخت انار را به صورت چای، دم کرده و آن را مصرف می کنند. شکوفه ها و گلهای زیبای انار برای کاهش و تسلی دادن درد چشم و ناراحتیهای آن نیز بسیار مؤثر است، همچنین جوشانده گل انار و استفاده از آن به صورت غرغره برای معالجه ورم گلو و جلوگیری از خونریزی لثه بسیار مفید خواهد بود. بنابراین، با فرا رسیدن فصل زمستان و فراوانی آن در میان میوه های موجود در بازار، برای حفظ سلامت و شادابی خود، مصرف انار را از یاد نبرید .

اسپرغم همان ریحان است

منبع: روزنامه جوان

اگر روزی در حالی که کباب کوبیده خوشمزه ای را نوش جان می کنید از شما بپرسند آیا «اسپرغم» با کبابتان میل می کنید چه خواهید گفت؟! کمتر کسی می داند که اسپرغم همان سبزی و ریحان است، اما چه شد که واژه «ریحان» عربی جای «اسپرغم» فارسی را گرفت بماند. گیاه ریحان از هندوستان آمده است و به زودی در یک مقطع کوتاهی از تاریخ آشپزی در جهان به عنوان یک طعم دهنده و عطر دهنده مورد استفاده قرار گرفت و در کشور ما هم پای ثابت کباب کوبیده شد! از فرهنگ ملل مختلف چنین برآمده که در مالزی ریحان را در محل دفن مردگان می کارند و یا در کشور مولداوی رسمی وجود دارد که هنوز هم پا برجاست و آن این که یک مرد زن مورد علاقه اش را با قبول دسته ای ریحان از او انتخاب می کند. پزشکان قدیم به سختی اثر درمانی برای ریحان قایل بودند و این گیاه را سمی و خطرناک می دانستند.

همیشه ریحان بخوریم

با این میان تیترا معلوم است که ریحان هم خواص دارویی دارد و هم سبزی معطری است برای طعم دادن به غذا. ریحان اعصاب را آرام می‌کند و برای سردردهای عصبی بسیار موثر است می‌توانید جوشانده آن را امتحان کنید. کافی است ?? تا ?? گرم از ساقه ریحان که دارای برگ و گل است در یک لیتر آب جوش بریزید و ?? دقیقه دم نمایید و سپس از صافی رد کنید و پس از هر نوبت غذا یک فنجان بنوشید. بی‌تردید غم و اندوه نیز از شما دور خواهد شد! ریحان ضد دل‌پیچه و نفخ است چنانچه معده ضعیفی دارید، حتماً با غذا ریحان بخورید. ریحان میکروب اسهال و وبا را می‌کشد و ضد تهوع و استفراغ است. همچنین در حدیث است که امام صادق (ع) فرمود: ریحان سبزی پیامبران است و بدانید که هفت خاصیت در آن وجود دارد-?: غذا را گوارا می‌کند-?. منغذها را باز می‌کند-? دهان را خوشبو می‌سازد-?. اشتها را به غذا افزایش می‌دهد-?. بیماری را از بین می‌برد-?. دافع مرض سل است، شخص را از بیماری جذام ایمن می‌گرداند-?. اندوه و غم را زایل می‌سازد.

ترب و تربچه؛ یک درمان نقلی

منبع: روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

ترب گیاهی است یک ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می‌رسد. برگهای آن پهن، ناصاف، کرک دار و با بریدگی‌های نامنظم می‌باشد. گل‌های آن به رنگ سفید، زرد روشن، آبی روشن و بنفش است که در انتهای شاخه ظاهر می‌شود.

به طور کلی دو نوع ترب وجود دارد:

۱- ترب سیاه که معمولاً در پاییز برداشت می‌شود.

۲- تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و صورتی که دراز یا گرد می‌باشد.

خواص دارویی:

ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماری‌ها به کار می‌رفته است.

(۱) ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است.

(۲) ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می‌کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می‌برد.

(۳) ترب برای درمان نقرس و رماتیسم مفید است.

(۴) برگ ترب اگر با غذا خورده شود، به هضم آن کمک می‌کند.

(۵) آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است.

(۶) ترب برای درمان یرقان مفید است.

(۷) تخم ترب درد را تسکین می‌دهد.

(۸) در صورت مسمومیت غذایی مقداری تخم ترب را همراه با سکنجبین به بیمار بدهید؛ زیرا باعث استفراغ می‌شود و معده را پاک می‌کند.

(۹) برای مداوای زخمهای بدن از ترب و غسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید.

(۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است.

(۱۱) تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است.

(۱۲) اگر دست یا پای شما سرمازده است، ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود، به طوری که دست را نسوزاند سپس عضو سرمازده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید.

۱۳) دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است.

۱۴) برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب به صورت زیر استفاده کنید :

در یک ترب بزرگ حفره ای ایجاد کرده و همچنین در ته سوراخ ریزی به وجود آورید، به طوری که آب قطره قطره از آن خارج شود. سپس مقداری شکر در حفره ریخته و آن را با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان بریزید و این آب را چند بار در روز بنوشید.

۱۵) خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند.

۱۶) خوردن ترب رنگ چهره را باز می کند.

۱۷) جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است.

کاهو و نعنای

منبع: روزنامه جوان

نعناع

از سبزی های عطردار و خوردنی است. نعنای مقدار زیادی ویتامین «آ» و «ث» دارد. قسمت قابل استفاده آن برگ و شاخه های گلدار است که از آن عرق نعنای می گیرند. عرق نعنای نیروبخش و مفید است. ترشحات معده را کم می کند و عفونت ها را از بین می برد. همچنین «کلسترول» خون را پایین می آورد. برگ های خشک کرده آن برای خوشبو کردن ماست و دوغ به کار می رود. سرخ کرده خشک آن نعنای داغ است که برای خوشبو شدن و تزئین آش ها مصرف می شود. نعنای ضد عفونی کننده و ضد سم است. خوردن آن با نان و پنیر برای تقویت اعصاب مفید است. البته فراموش نشود که زیاد خوردن آن باعث خارش گلو می شود.

کاهو

کاهو دارای ویتامین های «آ»، «ب»، «ث» و مقدار زیادی آهن و کلسیم است. خوردن کاهو خون را زیاد می کند و باعث درمان بیماری کم خونی می شود. همچنین کاهو تشنگی را برطرف می کند و یرقان را معالجه می کند. خوردن کاهو باعث آرامش اعصاب و از بین رفتن دلهره می شود. افرادی که فشار خون دارند بهتر است زیاد کاهو بخورند. این سبزی ادرار آور خوبی است. کاهو بهترین هضم کننده غذا است و یبوست را درمان می کند.

میوه های رنگی

منبع: روزنامه قدس

باید بدانیم بیشتر میوه ها که به ویژه در فصل تابستان فراوان هستند حاوی آنتی اکسیدان (موارد مقابله کننده در بروز رادیکالهای آزاد در بدن) بوده و به سبب داشتن انواع رنگ دانه های ارغوانی به غشای سلولها کمک کرده و مانع از تخریب آنها می شوند. سیب:

این میوه حاوی انواع ویتامینها، آهن، کلسیم، مس، روی، اسیدهای آمینه، مواد پروتئینی است و با داشتن الیاف سلولزی از بروز سرطان جلوگیری می کند. سیب باعث پاک کردن معده، تقویت فکر، سلسله اعصاب، قلب و کبد، درمان اسهال و پایین آورنده تب بوده و بوییدن آن نیز برای رفع تنگی نفس بسیار سودمند است. افرادی که دچار بی خوابیهای پی در پی هستند، می توانند هر شب قبل از خواب سیب بخورند و این میوه به علت داشتن "ید" برای تقویت غده تیروئید بسیار مفید می باشد. علاوه بر آن خواص سیب در زیبایی یک معجزه بوده و مردم می توانند صبح و شب با نوشیدن آب سیب، چین و چروکهای روی گردن و پوست

صورت را به همراه ماساژ آرام آنها رفع کرده و هر هفته از ماسک سیب پخته در شیر استفاده کنند. همچنین می‌توانند پس از پختن سیب در شیر، آن را له کرده و پس از ولرم شدن روی پوست خود ماساژ دهند. خوردن روزانه یک عدد سیب توسط افراد به ویژه سالمندان، آرامش اعصاب، خواب راحت و هضم غذای بهتر را به همراه دارد.

گیلاس:

میوه گیلاس با داشتن رنگ دانه‌های ارغوانی، علاوه بر مقابله در برابر سرطان، می‌تواند در حفظ و کنترل چربیهای خون مؤثر باشد.

خریزه و طالبی:

این میوه‌ها می‌توانند ویتامین، آب و مواد معدنی گلوکز مورد نیاز سلولهای مغز کودکان را فراهم کنند.

نعنا مسکن سردردهای عصبی است

دکتر "امید صادق پور"، داروساز و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در گفت و گو با ایسنا در خصوص "سردرد و فرآورده‌های دارویی گیاهی مؤثر بر آن" گفت: بیمارانی که به علت انقباضات طولانی مدت عضلات و گرفتگی و فشارعروق اطراف آن، همچنین وجود استرس و مشکلات عصبی به سردردهای تنشی ناشی از اختلالات مذکور دچار هستند، به وسیله نعنا تسکین می‌یابند. عضو مؤسسه مطالعات تاریخ پزشکی و طب مکمل، همچنین گیاه "شیرین بیان" را در درمان سردردهای سینوسی مؤثر دانست و افزود: سینوزیت با عفونت سینوسهای بینی، پیشانی و صورت موجب سردردهای شدیدی در اطراف چشم و پیشانی می‌شود که برای از بین بردن عفونت آن علاوه بر استفاده آنتی بیوتیک به صورت معمول، گیاه شیرین بیان و اکی ناسه به عنوان ضد ویروس و تقویت نیروی ایمنی بدن مؤثر است

نعناع

نویسنده: سحر شهنازی

منبع: sharghnewspaper.ir

گیاهی است چندساله دارای ریزوم‌های خزنده، برگ‌های تخم مرغی یا سرنیزه‌ای، ساقه راست منشعب و ساده به ارتفاع ۸۰-۳۰ سانتی متر و غالباً چهار گوش که در بخش فوقانی با کرک‌های سفیدرنگ پوشیده شده است. جام گل به رنگ سرخ یا ارغوانی، در خارج کرکدار و در داخل عاری از کرک است. لوب زیرین کمابیش همانند سایر گلبرگ‌ها است و لوب بالایی تخم مرغی است. میوه شبه تخم مرغی است و دارای نوک گرد و کرک آلود است. برگ‌ها بخش دارویی این گیاه را تشکیل می‌دهند. شکل و اندازه برگ‌ها بسیار متنوع و اکثراً بدون دمبرگ یا دارای دمبرگ کوتاه هستند. بهترین زمان جمع‌آوری گیاه موقع گلدهی است که ماه‌های تیر و مرداد است. این گیاه در اکثر نواحی ایران می‌روید. این گیاه دارای ۱ درصد اسانس است که قسمت عمده آن را کارون و دی‌هیدروکارون و منتول تشکیل می‌دهد. نعناع دارای اثرات ضداسپاسم، ضدنفخ و ضد میکروبی بوده و در درمان ناراحتی‌های گوارشی و همچنین به عنوان آرام بخش استفاده می‌شود. در طب گذشته از نعناع به عنوان ضدنفخ، مسکن و برطرف کننده سوءهاضمه استفاده می‌شده است. این گیاه دارای درصد بالایی از اسانس است لذا دارای خاصیت آنتی سپتیک است. همچنین به علت داشتن اسانس و خصوصاً درصد بالای کارون دارای خاصیت بادشکن است. از فرآورده‌های موجود در بازار می‌توان به قرص آلتادین، قرص متاوشربت گریپ میکسچر اشاره کرد. مقدار مصرف این گیاه به میزان؟ تا؟ گرم به صورت دم کرده سه مرتبه در روز است.

زردچوبه

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است علفی، پایا به ارتفاع یک تا ۱/۵ متر و دارای ریزوم متورمی که از آن چندین ساقه هوایی خارج می شود. از مشخصات آن اینکه در قاعده ساقه گیاه برگ های بدون دمبرگ سبز روشن شبیه برگ موز با غلاف مشخص ولی در قسمت فوقانی آن برگ های کامل ظاهر می شود. گل های آن مجتمع به صورت سنبله و به رنگ سبز مایل به زرد است. تخم آن خیلی ریز و سیاه رنگ است. قسمت مورد استفاده دارویی این گیاه ریزوم آن است که پس از خارج کردن از زمین ریشه های جانبی آن را جدا ساخته با آب می شویند سپس در آب جوش قرار داده پس از خارج کردن در گرمای خورشید به مدت چند روز خشک می کنند. ریزوم های خشک شده را به دو صورت وارد بازار تجارت می کنند. زمان برداشت آن معمولاً ۱۲-۱۰ ماه پس از کاشت است. گیاه زردچوبه را در کشورهای هندوستان، پاکستان، اندونزی، جنوب چین، آفریقا و آمریکای جنوبی کشت می دهند. ماده موثر آن جزء روغن های فرار بوده روغن فرار (۵/۵ _ ۱/۳ درصد) محتوی سزکویی ترین است. زردچوبه به عنوان صفرا آور، ضد نفخ و در تسکین دردهای روماتیسمی و نیز به عنوان ادویه به صورت خوراکی مصرف می شود. به صورت موضعی در درمان برخی التهابات پوستی استفاده می شود. در طب گذشته از زردچوبه به صورت خوراکی به عنوان صفرا آور استفاده می شده است و به صورت موضعی در درمان سپوریازیس مورد مصرف داشته است. باید دور از نور و در ظرف کاملاً بسته نگهداری شود.

ریحان

گیاهی است یک ساله با ساقه چهارگوش به صورت افراشته و منشعب به ارتفاع ۱۵ سانتی متر تا یک متر دارای کرک های کوتاه یا بدون کرک. برگ های تخم مرغی تا سر نیزه ای و متقابل که در سطح فوقانی نرم و صاف و در سطح تحتانی بر روی رگ برگ ها کرک دارد. برگ ها در حاشیه کمی دنداندار بوده و رنگ برگ سبز و گاهی شدیداً بنفش می شود. برگ های واقعی در سرشاخه های گلدار به شکل براکته و پهن و تخم مرغی شکل نوک تیز، خشن و به بلندی کاسبرگ ها و اغلب بنفش رنگ هستند. گلبرگ ها سفید یا صورتی یا چند رنگ هستند. میوه به صورت فندقه کوچک تقریباً کروی حاوی چهاردانه خیلی کوچک بیضوی به رنگ قهوه ای تا سیاه است. قسمت مورد استفاده ریحان به صورت برگ های کامل یا شکسته و غالباً پیچ خورده همراه با قطعاتی از ساقه چهارگوش، سرشاخه های گلدار و میوه ها است. زمان جمع آوری ریحان هنگامی است که گیاه به گل رفته باشد. موعد شکفتن گل های ریحان فصل بهار و تابستان است. منشاء اولیه گیاه احتمالاً از آسیا بوده ولی امروزه در بسیاری کشورهای جهان خصوصاً در کشورهای نواحی مدیترانه کاشته می شود. پرورش این گیاه در اغلب نواحی ایران در محیط باز و گلخانه معمول است. در اندام هوایی ریحان براساس وارسته و کموتایپ، منشاء گیاه و زمان جمع آوری، مقدار اسانس جمع آوری شده بین ۰/۰۴ تا ۰/۷ درصد گزارش شده است.

اسانس حاصله به رنگ زرد مایل به سبز است. از ریحان به عنوان ضد اسپاسم، ضد نفخ، اشتهاآور، آرام بخش، مدر و شیرافزا استفاده می شود. علاوه بر آن به عنوان سبزی و ادویه مورد مصرف است. از اسانس ریحان در صنایع کنسروسازی و آرایشی-بهداشتی استفاده می نمایند. در طب گذشته از ریحان به عنوان ضد التهاب، اشتهاآور و ضد اسهال استفاده می شده است. گیاه و اسانس آن را در محلی خنک و دور از نور و رطوبت در ظروف فلزی یا شیشه ای باید نگهداری کرد و تاکنون فرآورده ای از برگ ریحان به بازار رسمی دارویی ایران وارد نشده است.

زرشک

زرشک خوراکی محصول درختچه ای است به ارتفاع ۳ تا ۶ متر با شاخه های شکننده به رنگ قرمز مایل به قهوه ای، برگ های چرمی، تخم مرغی، پهن و گلی آذینی مجتمع که دارای ۲۰ تا ۲۵ و گاهی تا ۴۰ گل است. میوه های کوچک قرمز رنگ به شکل خوشه های آویخته اند. میوه زرشک دارای اسید های آلی و ترکیبات فنولی بوده و علاوه بر رنگدانه های آنتوسیانینی و کاروتنوئیدی دارای آنزیم های فنولاز، پلی فنولاز و گلیکوزیداز است. طبق شواهد به نظر می رسد که ذکریای رازی نخستین کسی بوده که خواص طبی این گیاه را شناخته و خوردن آب زرشک را برای درمان تب، عطش و التهاب توصیه کرده است. در ایران مردم آب زرشک را می نوشند و از میوه آن در تهیه غذا، مربا، ترشی، لواشک، شربت، پولکی و سوهان عسلی استفاده می کنند. در سال های اخیر به منظور استفاده صنعتی از زرشک تحقیقات زیادی درباره تهیه فرآورده های مختلفی مانند نوشابه، سس، ژله، آب نبات، پاستیل، پودر رنگی خوراکی و... از میوه زرشک انجام شده است. میوه زرشک به دلیل طبیعت سرد و خشکی که دارد برای تقویت کبد، قلب، مسکن معده و بند آورنده خون بواسیر و از برگ زرشک نیز در عوارض ناشی از کمبود ویتامین C و درمان زخم معده، رفع اسهال و آب آوردگی بافت ها و درمان اسکوربوت استفاده می شود. براساس مطالعات بیشتر خواص دارویی زرشک مربوط به آلکالوئیدهای مختلف در اندام های مختلف این گیاه است.

در ایران استان خراسان و عمدتاً شهرستان های قائن و بیرجند مهم ترین مناطق تولید زرشک در کشورند و تقریباً ۷۰ درصد زرشک کشور در این دو شهر تولید می شود. در سال های اخیر کشت این محصول به شهرستان های گناباد و فردوس هم گسترش یافته است.

چرا سیر برای قلب مفید است؟

منبع: news.bbc.co.uk

دانشمندان کلید معمای رابطه خوردن سیر و سلامت قلب را کشف کرده اند. دلیل این امر وجود ماده ای به نام آلیسین (allicin) است. این همان ماده ایست که با شکسته شدن به مواد مرکب حاوی گوگرد، بوی نامطلوبی در دهان و نفس ایجاد میکند. این مواد مرکب با گلبولهای قرمز خون واکنش نشان داده و سولفید هیدروژن تولید میکنند. این ماده رگهای خونی را آزاد و شل کرده و گردش خون را آسان میکند. به همین دلیل است که خوردن سیر موجب افت فشار خون میشود. با این حال، کارشناسان انگلیسی عقیده دارند که مصرف مواد کمک غذایی تهیه شده از سیر میتواند عوارض جانبی داشته باشد. سولفید هیدروژن بویی مانند تخم مرغ گندیده دارد و در تولید بمبهای متعفن به کار میرود. اما در مقادیر اندک نقشی حیاتی در تقویت ارتباطات میان سلولی دارد. این ماده در درون رگهای خونی به تحریک سلولهای جدار رگ پرداخته و آنها را شل و آرام میکند و در نتیجه رگها اندکی گشاد میشوند. نتیجه وقوع این امر، کاهش فشار خون است و خون میتواند اکسیژن بیشتری به اندامهای اصلی برساند و به این ترتیب از فشار قلب نیز کاسته خواهد شد. تیم محققین در دانشگاه آلاباما، رگهای خونی موش را در ماده ای حاوی عصاره سیر له شده شستشو دادند.

نتیجه اعجاب آور

این آزمایش نتایج اعجاب آوری به همراه داشت و سفتی و انقباض رگ تا ۷۲ درصد کاهش یافت. محققین همچنین متوجه شدند که گلبولهای قرمز خون در تماس با مقدار اندکی از عصاره سیری که از سیر معمولی گرفته شده بود، بلافاصله واکنش نشان داده و شروع به منتشر نمودن سولفید هیدروژن کردند. آزمایشهای بیشتر و دقیقتر نشان داد که این واکنشها اساساً بر روی سطح سلولهای خونی انجام میگردد. محققین چنین نظر دارند که تولید سولفید هیدروژن در گلبولهای قرمز خون میتواند برای استاندارد سازی میزان

دریافت روزانه مواد کمک غذایی تولید شده از سیر، بسیار مفید واقع شود.

به گفته دکتر دیوید کراوس (David Kraus) سرپرست تحقیقات مذکور: "تحقیقات ما نشان می‌دهد که حضور سیر در برنامه غذایی روزانه بسیار خوب است."

"شکی نیست که در مناطقی مانند شرق دور و نواحی مدیترانه که مصرف سیر بالاست، وقوع بیماریهای قلبی/عروقی بسیار کم است."

جودی او سالیوان (Judy O'Sullivan) پرستار بیماریهای قلبی در بنیاد قلب بریتانیا میگوید: "این تحقیق جالب نشان می‌دهد که سیر میتواند مزایای متعددی برای سلامت قلب داشته باشد."

"با این حال، هنوز به طور صد در صد مشخص نشده است که آیا مصرف سیر به عنوان دارو و برای کاهش خطر ابتلا به بیماریهای انسداد عروق یا مشکلات قلبی کافی و عملی هست یا خیر."

"این نکته بسیار امید دارد که مقادیر زیاد مواد کمک غذایی میتوانند با داروهای رقیق کننده تداخل کرده و خطر خونریزی داخلی را افزایش دهند.

هل، دانه معطر

نویسنده: سپیده سلیمی

عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتها آور هل این دانه را یکی از بهترین طعم دهنده ها برای انواع نوشیدنی، دسر، شیرینی و حتی لاروها می سازد. در هندوستان، خاورمیانه، اروپا و آمریکای لاتین این ادویه روغنی برای تهیه انواع کاری، نان، کیک ها و شیرینی ها و همچنین چای و قهوه به کار می رود. در بسیاری از شیرینی ها و دسرهای سنتی ایرانی نیز از هل کوبیده یا آسیاب شده استفاده می شود. منشاء دانه هل به هند بازمی گردد؛ جایی که به سبب ارزش ویژه آن در طب آیورودا گرمی داشته می شود. در قرن نوزدهم در انگلستان بانوان دانه های هل را در جیب حمل می کردند و آنها را برای کمک به هضم غذا و معطر کردن نفس شان می جویدند. جویدن دانه های هل پس از صرف غذا ضمن کمک به هضم و گوارش بهتر غذا می تواند بوی نامطبوع سیر و پیاز را نیز خنثی کند.

دانه های هل خواص گرمابخشی داشته و معده و روده ها را تقویت می کنند. هل اشتها را تحریک می کند و عمل هضم را بهبود می بخشد. نوشیده دم کرده داغ آن موجب تسکین کولیت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بی حالی شده و مانع ترشح زیاد اسید معده می شود. یکی از خواص ویژه و بسیار ارزشمند هل جلوگیری آن از تشکیل خلط در گلو است. از این رو می توان آن را به محصولات لبنی و پودینگ ها افزود تا اثر شیر را که موجب تشکیل خلط در گلو می شود خنثی کرده و به هضم آن نیز کمک کند.

دانه های هل خاصیت اکسپکتورانت داشته و سینوس ها و برونش ها، بینی و سینه را از خلط و ترشحات اضافی پاک می کنند. هل چنان که ذکر شد خواص گرمابخش و انرژی زا دارد از این رو به بهبود روحیه و بازیابی انرژی و توان از دست رفته کمک می کند، اضطراب و نگرانی را کاهش می دهد و در رفع افسردگی موثر است. هل همچنین کلیه ها را تقویت می کند و گفته می شود برای درمان شب ادراری کودکان مفید است.

برای تهیه یک چای معطر، آرام بخش و خوش طعم ۴ عدد دانه هل را همراه با ۴ عدد دانه فلفل سیاه، ۴ عدد دانه میخک، یک قطعه دارچین نکوبیده و چند حلقه نازک زنجبیل تازه در ۶۰۰ میلی لیتر آب بریزید. آن را به مدت نیم ساعت روی حرارت ملایم قرار دهید اما مواظب باشید نجوشد. چای را صاف کنید و داغ همراه با کمی شیر یا عسل بنوشید. نوشیدن این چای دوبار در روز درمانی

فوق العاده برای سرفه و سرماخوردگی است .

داروهای ضد درد

داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی:

- ۱-آسپرین (ASPIRIN) و یا استیل سالیسیلیک اسید (ACETYLSALICYLIC ACID=ASA)
- ۲-دیکلوفناک (DICLOFENAC)
- ۳-ایبوپروفن (IBUPROFEN)
- ۴-مفنامیک اسید (MEFENAMIC ACID)
- ۵-ناپروکسن (NAPROXEN)
- ۶-کتوپروفن (KETOPROFEN)
- ۷-سولینداک (SULINDAC)
- ۸-پیروکسیکام (PIROXICAM)
- ۹-ملوکسیکام (MELOXICAM)
- ۱۰-تولمتین (TOLMETIN)
- ۱۱-نابومتون (NABUMETONE)
- ۱۲-ایندومتاسین (INDOMETHACIN)
- ۱۳-اتودولاک (ETODOLAC)
- ۱۴-اگزاپروزین (OXAPROZIN)
- ۱۵-فنیل بوتازون (PHENYLBUTAZONE)
- ۱۶-سلکوکسیب (CELECOXIB)
- ۱۷-فلوربپروفن (FLURBIPROFEN)
- ۱۸-نیمسولاید (NIMESULIDE)
- ۱۹-مکلوفنات (MECLOFENAMATE)

نکته: استامینوفن (ACETAMINOPHEN) و یا پاراستامول (PARACETAMOL) اثر ضد التهابی بسیار اندکی داشته و جزو دسته ضد دردهای غیر استروئیدی قرار نمی گیرد. استامینوفن را میتوان به عنوان یک ضد درد و تب بر استفاده کرد. استامینوفن بر خلاف داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی بروی عملکرد انعقاد خون اثری نداشته و همچنین باعث تحریک گوارشی نیز نمی گردد، اما مصرف بی رویه آن باعث آسیب به کبد میشود.

مکانیسم اثر:

با مهار آنزیمهای سیکلواکسیژناز ۱ (COX-1) و سیکلواکسیژناز ۲ (COX-2) سنتز پروستاگلاندین ها (PROSTAGLANDINS) و ترومباکسان (THROMBOXANE) از آراکیدیونیک اسید (ARACHIDONIC ACID) را متوقف میسازد. پروستاگلاندین ها کارکردهای متفاوتی در بدن دارند، از جمله ایجاد التهاب، درد و تب-حمایت از عملکرد پلاکت های خون-محافظت از پوشش معده-جریان خون طبیعی کلیه ها و غیره.

موارد مصرف:

برای کاهش درد، التهاب و تب.

۱- آرتروز و آرتريت.

۲- سردرد و میگرن.

۳- قاعدگی دردناک.

۴- درد استخوانها و مفاصل.

۵- کنترل درد.

۶- تب (به ویژه ایبوپروفن، ناپروکسن و استامینوفن)

۷- رگ به رگ شدگی و کشیدگی عضلات.

۸- دندان درد و کمر درد.

۹- تسکین درد ناشی از سنگ کلیه.

۱۰- نقرس حاد.

۱۱- پیشگیری از سکتة مجدد (آسپرین)

موارد منع مصرف:

۱- در صورت سابقه حساسیت به هر یک از این داروها.

۲- مصرف آسپرین در کودکان و نوجوانان پایین تر از ۱۶ سال ممنوع میباشد. چراکه کودکانی که در معرض ابتلا به آنفلوآنزا و آبله مرغان میباشند با مصرف آسپرین ممکن است دچار نشانگان ری (REYE) گردند. این ضایعه موجب آسیب مغزی و مرگ میگردد.

۳- در دوران بارداری و شیردهی نبایستی مصرف گردند (اما مصرف استامینوفن مجاز است)

۴- افرادی که از زخم معده و نقص سیستم انعقادی رنج میبرند.

۵- همراه با داروهای ضد انعقاد خون نباید مصرف گردند.

مصرف باید تحت نظر پزشک صورت گیرد:

۱- مبتلایان به آسم.

۲- مبتلایان به احتلالات قلبی، کبدی و کلیوی.

تداخلات دارویی:

۱- داروهای فشار خون.

۲- داروهای انعقاد خون.

۳- داروهای ادرار آور.

اشکال دارویی:

کپسول-قرص-آمپول-شیاف-ژل و کرم.

عوارض جانبی:

۱- تحریک گوارشی: تهوع، استفراغ، سوء هاضمه، زخم و خونریزی معده، اسهال و یبوست.

۲- آسیب به کلیه ها: احتباس مایع و نمک، افزایش فشار خون، نارسایی کلیه ها (چنانچه بصورت بی رویه و یا همراه با داروهای ضد فشارخون و ادرار آورها مصرف گردند)

۳- افزایش حساسیت به نور: آفتاب سوختگی افزایش می یابد (به ویژه دیکلوفناک و پیروکسیکام)
 ۴- آسیب به جنین و نوزاد: نباید در دوران بارداری و شیردهی مصرف گردند. (به استثنای استامینوفن)
 ۵- واکنش حساسیتی: بثورات جلدی، تنگی نفس و شوک حساسیتی.

۶- سایر عوارض: سردرد، سرگیجه، کاهش اشتها، خواب آلودگی و افزایش آنزیم های کبدی.

۷- داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (به ویژه آسپرین) از تجمع پلاکت ها و انعقاد خون جلوگیری میکنند. بنابراین افرادی که دچار احتلالات خونی میباشند و یا از داروهای ضد انعقادی استفاده میکنند باید از مصرف آنها خودداری کنند.
 ۸- مصرف آسپرین علام آسم را تشدید میکند. نکته: افرادی که الکل مصرف میکنند، عوارض ناشی از مصرف در آنها افزایش می یابد.

نکته: عوارض در افراد سالخورده ممکن است شدید تر باشد. در افراد مسن گیجی، ورم صورت و پاها و کاهش ناگهانی ادرار میتواند روی دهد.

نکته: چنانچه از اینگونه داروها برای کنترل درد استفاده میگردد، نباید بیش از ۷-۱۰ روز از آنها استفاده شود.

نکته: آسپرین روکشدار دارای روکش انتریک (ENTERIC) میباشد. روکش باعث میگردد آسپرین بدون تغییر از معده عبور کرده و در روده کوچک حل گردید. بنابراین از تحریک گوارشی در معده جلوگیری میگردد. اما روکش شروع اثر آسپرین را به تاخیر می اندازد.

نحوه مصرف:

۱- اشکال خوراکی را همراه با یک لیوان پر از آب مصرف کنید. پس از مصرف تا ۱۵-۳۰ دقیقه به حالت قائم باقی مانده و از دراز کشیدن خودداری کنید تا تحریک گوارشی کاهش یابد.

۲- برای کاهش تحریک گوارشی میتوان آنها را همراه با غذا و یا داروهای ضد اسید معده مصرف کرد.

۳- هیچگاه دوز تجویزی را افزایش ندهید.

ضد دردهای شبیه افیونی و یا مخدر (NARCOTIC) (OPIOIDS):

دارای اثرات قوی تر و سریعتر نسبت به ضد دردهای غیر مخدری میباشند. ضد دردهای مخدر به انواع طبیعی، نیمه صنعتی و صنعتی تقسیم بندی میگردند.

ضد دردهای مخدر:

۱- مورفین (MORPHINE)

۲- کدئین (CODEINE)

۳- فنتانیل (FENTANYL)

۴- متادون (METHADONE)

۵- پتیدین (PETHIDINE)

۶- ترامادول (TRAMADOL)

۷- مپر دین (MEPERDINE)

۸- پنتازوسین (PENTAZOCINE)

۹- اکسی کدون (OXYCODONE)

۱۰- بوپرنورفین (BUPRENORPHINE)

۱۱- پروپوکسیفن (PROPOXYPHEN)

۱۲- اکسی مورفون (OXYMORPHONE)

۱۳- پروپوکسیفن (PROPOXYPHENE)

۱۴- لوورفانول (LEVORPHANOL)

۱۵- هایدرورمورفون (HYDROMORPHONE)

۱۶- دیامورفین (DIAMORPHINE)

نحوه اثر:

۱- با اتصال به گیرنده های اوپیوید در مغز، نخاع و مجاری روده و معده از ارسال پیام های درد به مغز جلوگیری میکنند. در واقع شبیه ضد دردهای مخدر طبیعی بدن موسوم به آندورفین ها عمل میکنند.

۲- تحریک مرکز لذت در مغز.

اشکال دارویی:

قرص، کپسول و آمپول.

تداخلات دارویی:

الکل-آنتی هیستامینها-بنزودیازپین ها-باربیتورات ها.

عوارض جانبی:

۱- وابستگی و اعتیاد.

۲- خواب آلودگی و سرخوشی.

۳- گیجی.

۴- یبوست و کاهش ادرار، تهوع و خشکی دهان.

۵- تپش قلب.

۶- توهم.

۷- کما.

ضددردهای کمکی :

این دسته از داروها مسکن درد نیستند اما در برخی شرایط خاص باعث کاهش درد میشوند. (کاهش دردهای نوروپاتیکی = حاصل از آسیب عصبی)

۱- داروهای ضد افسردگی: مانند فلوکسیتین (FLUXITINE) و دسپیرامین (DESIPRAMINE)

۲- داروهای ضد تشنج: مانند گاباپنتین (GABAPENTIN)، فنیٹوئین (PHENITOIN) و کلونازپام (CLONAZEPAM)

۳- بی حس کننده های موضعی: نظیر لیدوکائین (LIDOCAINE) و کاپسایسین (CAPSAICIN).

جو

نویسنده: منصور کاظم زاده

جو: گیاهی است از خانواده Gramineae که از روزگاران کهن، به عنوان یکی از ترکیبات غذایی شفابخش مورد توجه بسیاری از پزشکان قرار گرفته و در طب اسلامی نیز اشارات فراوانی بر آن شده است. اخیراً جو به عنوان یک ضد LDL طبیعی شناخته شده

است. جو دارای ترکیباتی است که باعث کاهش کلسترول بد (LDL) می‌شود و از آنجا که هر چه میزان کلسترول LDL بیشتر باشد، خطر ابتلا به بیماری های قلبی نیز افزایش می‌یابد، مصرف جو بسیار توصیه می‌شود. جو در کاهش بروز اختلالات گوارش و نیز آلرژی بسیار موثر است. از دیگر فواید آن می‌توان به تاثیر آن بر زیبایی اشاره کرد. جو، جوش صورت را از بین می‌برد و به دلیل دارا بودن مقادیر زیادی فیبر گیاهی، نقش قابل توجهی در کاهش وزن ایفا می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد، منابع سرشار از فیبر مانع بالا رفتن قندخون، فشارخون و کلسترول می‌شود و با تنظیم عملکرد روده از بروز یبوست می‌کاهد.

جو به صورت های مختلفی یافت می‌شود. یکی از بهترین فرآورده های جو، مالت جو است که حاوی مقادیر فراوانی ویتامین B1، B2 و B12 بوده و به دلیل تاثیری که بر میزان و کیفیت شیر می‌گذارد، نقش مفیدی در سلامت مادران شیرده و نوزادان دارد. جو دوسر نیز یکی دیگر از مقوی ترین فرآورده های جو است. نقرس، روماتیسم، خارش شدید پوست و امراض پوستی از بیماری های است که با مصرف جو دوسر می‌توان از بروز آنها در امان بود. جوشانده جو دوسر یک امولسیون طبیعی برای از بین بردن خشکی پوست در بزرگسالان و کودکان است. برای تهیه جوشانده جو کافی است یک کیلو از گاه این گیاه را در چهار پنج لیتر آب ریخته و آن را به مدت یک ساعت ونیم بجوشانید. سپس آن را صاف کرده و همچون ماسک در نواحی خشک و زبر بدنتان بمالید. علاوه بر اینها، جو خواص دیگری دارد که از آن میان می‌توان جلوگیری از لخته شدن خون، کاهش دردهای قاعدگی و درد ناحیه شکم و پیشگیری از بروز حملات آسم را نام برد. با توجه به خواص فوق و همچنین سفارشات که در طب اسلامی به مصرف جو شده است، توصیه می‌شود حتماً جو در رژیم غذایی خانواده ها گنجانده شوند.

سیب

ترجمه: مژگان عطایی

منبع: sharghnewspaper.ir

یک ضرب المثل انگلیسی می‌گوید که خوردن یک سیب در هر روز باعث می‌شود که از مراجعه به پزشک بی‌نیاز شوی. اخیراً پژوهشگران پیشنهاد می‌کنند به مصرف انواع سیب زیرا می‌تواند به کنترل وزن کمک کند، خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کاهش دهد، با سرطان ها مقابله کند، به سیستم هضم کمک کند، پوست را سالم و شاداب نگه دارد، کلسترول خون را کاهش دهد و خطر حمله قلبی و بیماری های قلبی را کاهش دهد. افرادی که رژیم های غذایی می‌گیرند همچنین از دانستن این نکته خوشحال می‌شوند که سیب خاصیت سیرکنندگی و کم کردن اشتها را دارد. سیب یک میان وعده غذایی کامل است که شما را از مصرف انواع چپیس ها بی‌نیاز می‌کند. شما خود نیز خوردن سیب را دوست دارید و بدن شما نیز از مصرف سیب بهره های فراوانی می‌برد. اگر ما سیب تازه را در آب غوطه ور کنیم درمی‌یابیم که? درصد از حجم آن را هوا تشکیل می‌دهد. سیب دارای مقدار زیادی فیبر است. هر سیب دارای? گرم فیبر است و در حدود?? درصد از احتیاجات روزانه غذایی ما را در خود دارد. بهترین طریق خوردن سیب با پوستش است زیرا قسمت زیادی از فیبر و آنتی اکسیدان ها در پوست سیب موجود است. دانه های سیب مانند انسان ها هستند. هر دانه سیب انواع گوناگونی سیب را از دانه های کاشته شده می‌دهد. سیب با یک لایه طبیعی از واکس پوشیده شده تا از مقادیر زیاد آب درونش محافظت کند، بنابراین سیب تازه همیشه ترد و خوشمزه است.

سنبل الطیب

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است علفی، چندساله با ریزوم های استوانه ای با انتهای بریده و بر روی آن ریشه هایی باریک و استوانه ای قرار گرفته

است. ساقه‌ها افراشته و به ارتفاع ۶۰ سانتی متر و تقریباً در طول ۱۵ شیاردار. برگ‌ها قاعده‌ای بدون کرک با بریدگی‌های شانه‌ای. گل‌ها به رنگ صورتی یا سفید، جام گل تقریباً منظم است. موسم گلدهی در اردیبهشت ماه و میوه آن از نوع فندقه است. ریزوم‌های استوانه‌ای اندام دارویی گیاه را تشکیل می‌دهند. زمان جمع‌آوری گیاه در پاییز بعد از اتمام فعالیت اندام هوایی گیاه و خشک شدن آن است. این گیاه بومی آسیای میانه است و علاوه بر این در افغانستان، ترکمنستان و عراق نیز رویش دارد. سنبل الطیب دارای آثار آرامبخش، خواب‌آور و ضد اسپاسم بوده و در درمان مواردی چون بی‌قراری، مشکلات عصبی برای خوابیدن، فشار عصبی و کولیک‌های گوارشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. در طب گذشته سنبل الطیب به عنوان آرامبخش، خواب‌آور و رفع تشنج کاربرد داشته است. از فرآورده‌های موجود در بازار می‌توان به قرص والی فلور، قطره آنتی‌میگرن و تتوروالریان اشاره کرد.

گروهی از ترکیبات که تاکنون در روغن فرار مورد شناسایی قرار گرفته‌اند عبارتند از: بورنئول، آلفا پینن، بتاپینن، ترپینولن، بتا بیزابولن، اسیدوالرنیک و... علاوه بر روغن فرار ترکیبات دیگری نظیر والپوتریات‌ها و ترکیبات حاصل از تجزیه آنها نیز در گیاه وجود دارد.

میوه‌درمانی

نویسنده: فرزانه محمد حسینی

منبع: روزنامه رسالت

سیب؛ داروخانه طبیعی

درخت سیب دارای فرم‌ها و نژادهای اصلاح شده و به عنوان سیب در باغبانی کشت می‌گردد. قسمتی که مورد استفاده قرار می‌گیرد ساقه، برگ، پوست خارجی و میوه آن است. ترکیبات شیمیایی:

قسمت‌های مختلف درخت سیب دارای ترکیباتی به شرح زیر است؛ برگ درخت سیب؛ پوست و ریشه آن دارای گلوکزیدی بنام فلوریزین است. میوه سیب دارای ترکیب شیمیایی متفاوت برحسب نژادهای مختلف است. ولی به طور کلی مواد مختلفی به نسبت‌های زیر در آن یافت می‌شود؛ تا ۸۶ درصد آب، ۶ تا ۱۶ درصد مواد قندی، ۱۹ درصد سلولز، ۴ درصد لیگنین از اسیدهای آلی آزاد، مواد چرب، مواد آلبومینوئیدی و دارای کلسیم، فسفر، منیزیم، پتاسیم، آهن و ویتامین‌هایی از جمله: A، PP، C، A، ۲A، در هر ۱۰۰ گرم سیب ۲۵ گرم ویتامین ۱۵، A، ۱۵ گرم ویتامین B و ۲۰ گرم ویتامین C وجود دارد، ویتامین‌های سیب بیشتر در پوست سیب و بشره قرمز رنگ آن یافت می‌شود. هر ۱۰۰ گرم سیب ۱۲۸ کالری انرژی ایجاد می‌کند. دانه سیب دارای ۲۴ تا ۲۷ درصد روغن آمیگدالین و آنزیم‌های مختلف مانند اکسیداز و پکتاز است، در پوست سیب ماده‌ای به نام (آلفا - فارانه سن) وجود دارد.

خواص درمانی سیب:

قسمت‌های مختلفی که دارای خواص درمانی است به این شرح می‌باشد؛ پوست درخت سیب به علت دارا بودن فلوریزین اثر تب‌بر به نحو ملایم دارد، پوست و ریشه درخت سیب، همان اثر خواص پوست درخت سیب یعنی ساقه را دارد و برای پوست و ریشه اثر درمانی قطعی‌تر از پوست و ساقه قائلند، پوست خشک شده سیب در درمان بسیاری از بیماری‌ها از جمله نقرس، ورم مفاصل، رماتیسم و ناراحتی‌های کلیوی مفید است برگ درخت سیب اثری شبیه به پوست خارجی میوه دارد. معمولاً به حالت دم کرده به کار می‌رود، دم کرده برگ درخت این میوه در افزایش مقدار ادرار و دفع التهاب کلیه و مثانه به کار می‌رود و همچنین فلوریزین

موجود در پوست تازه درخت سیب باعث از بین رفتن تب و ضد رماتیسم نیز می‌باشد.

خوردن سیب در صورتی که کاملاً رسیده باشد اثر ملین و ضد اسهال و مدر و آرام کننده دارد. سیب پخته ملین است مخصوصاً اگر با کره پخته شود. با مصرف این میوه بی‌خوابی رفع و خواب آرام به انسان دست می‌دهد. خوردن سیب چه به صورت خام و چه به صورت پخته مانع تشکیل اسیداوریک در بدن می‌شود و برای آن دسته از بیمارانی که دچار ناراحتی‌هایی از جمله آگزماهای مزمن، مبتلایان به چاقی، برافروختگی، تصلب شرائین و بواسیر هستند توصیه می‌گردد. شیر سیب از بسیاری از بیماری‌ها جلوگیری به عمل می‌آورد به طور مثال در سرماخوردگی‌ها، گرفتگی صدا، سرفه، برونش‌ها و بیماری‌های سینه، حالات عصبی و غیره موثر است. مصرف سیب وحشی در رفع اسهال‌های ساده اثر درمانی بسیار زیادی دارد. تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که با مصرف سیب ورم حاد یا مزمن روده کاهش می‌یابد. با توجه به اثر درمانی سیب و اینکه مقادیر زیاد این میوه نمی‌تواند به مصرف اطفال برسد، عده‌ای را بر آن داشت که از این میوه مفید حداکثر استفاده را در طبابت به عمل آورند و به جای آن از گردسیب خشک شده تحت نام آلپونا برای مصارف درمانی اطفال استفاده به عمل آورند، این گرد در هر مایعی قابل حل می‌باشد.

پکتین کافی در سیب باعث پایین آمدن کلسترول خون می‌شود، مصرف روزانه ۳۰۰ تا ۴۰۰ گرم سیب، کلسترول خون را به میزان ۱۰ تا ۲۰ درصد پایین می‌آورد، حتی مردم انگلستان معتقدند که با مصرف یک سیب در روز پزشک به خانه راه پیدا نمی‌کند، سیب در حفظ قدرت و فعالیت کلیه‌ها بسیار سودمند است. منیزیمی که در سیب و تره‌فرنگی وجود دارد باعث حرکت معده و روده می‌شود و به همین سبب عمل هضم را آسان می‌کند و همچنین مقاومت بدن انسان را در برابر بیماری‌های عفونی و بیماری‌هایی که امیدی به بهبود آنها نیست مانند (سرطان) زیاد می‌کند. حضرت علی (ع) در این باره می‌فرماید: سیب بخورید که معده را دباغی می‌کند، و امام صادق (ع) می‌فرمایند که: به بیماران مبتلا به تب سیب بخورانید که این میوه بسیار سودمند است و چیزی سودمندتر از آن نیست. سیب اثر تصفیه کننده خون و حیاتبخش در کارهای فکری دارد. به همین علت هم برای خانم‌هایی که دوران بارداری را سپری می‌کنند مفید می‌باشد و هم در رفع خستگی‌های جسمانی بخصوص برای ورزشکاران بسیار مفید می‌باشد. از شیر سیب پخته می‌توان به صورت غرغره در رفع آثرین استفاده کرد و نتیجه مطلوب را حاصل نمود.

این میوه خاصیت پاک کردن سموم معده و روده‌ها را دارد، این میوه هم قدرت غذایی دارد و هم به علت داشتن مواد قلیایی اسید اوریک را حل و ترشحات غدد بزاق و معده را مساعد و متعادل می‌سازد. این میوه برای بیماری‌های کبدی، مجاری ادرار و سینه درد بسیار مفید می‌باشد. این میوه به علت داشتن مقادیری فسفر، اعصاب و مغز را تقویت می‌کند. آهن موجود در سیب برای خون، پتاس برای قلب و ید برای تقویت سیب آدم می‌باشد. خوردن سیب بعد از وعده‌های غذایی به هضم و جذب غذا کمک بسیاری می‌کند. این میوه به طور کلی یک داروخانه مفید و بدون ضرر است. کسانی که دهان و دندان آنها چرکی و بوی نفس بدی دارند ابتدا مقداری جعفری را در دهان بجوند و بعد تفاله آن را به بیرون بریزند و بعد یک عدد سیب را خوب بجوند و بعد از جویدن آن را بخورند. از این طریق است که باعث می‌شود از بوی بد دهان رها شوند. طرز تهیه جوشانده‌ای که از سیب درست می‌شود و مصرفش باعث پایین آوردن کلسترول اضافی خود می‌گردد به شرح زیر می‌باشد؛ ابتدا یک قاشق سوپخوری پوست خشک سیب را ریز ریز کرده در یک فنجان بزرگ آب جوش ریخته و روی آتش بگذارید تا به مدت ۱۵ دقیقه دم بکشد. سپس آن را بعد از سرد شدن صاف کنید و بنوشید. از این جوشانده روزی ۲ فنجان بعد از صبحانه و شام میل کرده، قطعاً با این دستور، کلسترول خون شما کم خواهد شد و برای زخم‌هایی که خیلی دیر بهبود پیدا می‌کند می‌توان سیب پخته شده در شیر سیب یا مخلوط شیر سیب به نسبت مساوی با روغن زیتون را بر روی زخم‌ها گذاشته تا نتیجه مطلوبی حاصل گردد.

کلام آخر اینکه سیب می‌تواند در جوانی، سلامت و تقویت پوست صورت نقش بسزایی داشته باشد مشروط بر آنکه به حالت تازه به کار رود.

با مصرف هرچه بیشتر میوه‌ها و سبزی‌ها سلامتی را به بدن خود هدیه بدهیم.

زردآلو

نویسنده: فرزانه محمدحسینی

زردآلو یا قیسی درختی است که ارتفاعش به ۶ متر می‌رسد و در نواحی مختلف ایران پرورش می‌یابد. قسمت‌های مورد استفاده: مغز درون هسته و میوه آن. ترکیبات شیمیایی: قسمت گوشتدار میوه به‌طور متوسط دارای ۸۱ تا ۸۴ درصد آب، ۸ تا ۱۲ درصد قند، ۱/۵ درصد اسیدهای آزاد مانند اسید سیتریک، مالیک، وینیک، سالیسیلیک، ۶/۳۵ درصد هیدرات‌های کربن، ۰/۴۳ تا ۰/۴۹ درصد آلبومین و ۱۲ درصد مواد چرب است و همچنین دارای ویتامین A و آهن، فسفر، کلسیم و مس می‌باشد. مغز زردآلوی تازه و رسیده سرشار از ویتامین‌های مختلف است و در آن ویتامین‌های A، B₁، B₂، C و PP وجود دارد. مقدار درصد ویتامین A موجود در ۱۰۰ گرم معادل ۴۵ درصد ویتامین A مورد نیاز روزانه انسان است. مغز زردآلو دارای ۴۱ درصد روغن قابل استخراج همراه با موادی نظیر آسپاراژین و قندهای مختلف مانند موسیلاژ، کازئین گیاهی با فسفر می‌باشد. در نوع تلخ مغز زردآلو، ۶۰ تا ۸۰ درصد آمیگدالین نیز وجود دارد، این گلوکزید در مجاورت آب تحت امولیشن تجزیه گردیده، برگ زردآلو دارای گلوکزیدی مولد اسید سیانیدریک است. صمغ مترشح از درخت این میوه به رنگ زرد گاهی و دارای ۶۶ درصد از قندهای احیاکننده است که مقدار ۳۸ درصد از این قندها آرابینوز و ۱۵ درصد آنها را گالاکتوز تشکیل می‌دهد. از مغز هسته زردآلو و سبوس برنج ماده‌ای استخراج گردیده که به تفاوت اسید پانگامیک یا ویتامین B₁₅ نامیده شده است. این ماده در دانه گیاهان و مخمر آبجو، خون گاو نر و جگر اسب یافت می‌شود. میوه زردآلو دارای انواع مواد معدنی از جمله: مس، کلسیم فسفر، پتاسیم و آهن است که برای تقویت بدن و افزایش فشار خون مفید است.

خواص درمانی: میوه زردآلو به حالت تازه و رسیده اثر درمانی قابض و رفع‌کننده اسهال‌های ساده است. به کسانی که مبتلا به ورم مفاصل و کم‌خونی ناشی از خونریزی‌ها هستند توصیه می‌شود. بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد که زردآلو در رفع کم‌خونی‌های ناشی از خونریزی‌های متوالی، اثر درمانی ارزنده‌ای ظاهر می‌کند. این سینا خوردن هر روز ۵۰ گرم برگ زردآلو یا قیسی را برای تقویت اعصاب و کم‌خونی مفید دانسته است. در برگ زردآلو مقادیری ویتامین D وجود دارد که در رشد استخوان و دندان‌ها بسیار موثر است. زکریای رازی خوردن برگ‌های زردآلو را با مغز گردو به مقدار ۵۰ گرم به مدت ۷ روز توصیه کرده. این داروی بسیار خوبی برای لوزالمعده و ورم روده است.

خواص دیگر زردآلو: تنظیم‌کننده فشار خون، دفع‌کننده ترشی معده، دفع‌کننده زیادی اوره، فعال‌کننده کلیه‌ها و دفع سموم بدن. شیرینی آن دفع‌کننده صفر است. خیس شده آن را اگر شخصی که مبتلا به تب است میل کند و پشت سر آن آب گرم و غسل میل کند فاسد راقی و باعث قطع تب می‌شود. این میوه اشتها آور بوده خوردن مغز شیرین هسته زردآلو تقویت‌کننده نیروی جنسی است. مغز هسته‌های شیرین زردآلو خوش طعم و مانند مغز بادام مصرف می‌شود ولی مغز دانه‌های تلخ آن به علت داشتن آمیگدالین خطرناک است چون علاوه بر این ماده امولیشن موجود در آن که یک آنزیم هیدرولیزکننده گلوکزید و آزادکننده سیانور است ممکن است باعث مسمومیت شدید گردد. مصرف ۴ گرم روغن مغز هسته تلخ زردآلو کشنده کرم است. البته این مصرف فقط باید زیر نظر پزشک معالج انجام شود، بعضی‌ها زردآلوی خشک را بهتر از تازه آن ترجیح می‌دهند. این میوه برطرف‌کننده التهاب معده می‌باشد. اگر برای از بین رفتن درد و صدای گوش چند قطره روغن زردآلو را در گوش بچکانید این ناراحتی کم می‌شود. قرار دادن قسمت‌های گوشتدار این میوه بر روی پوست صورت، اثر نرم‌کنندگی مفیدی بر روی پوست‌های خشک دارد مخصوصاً در فصل تابستان. در کردستان برای شیرین کردن هسته تلخ زردآلو از روشی استفاده می‌کنند که به این روش در استان کردستان به

زبان محلی (دانو) گویند؛ ابتدا هسته زردآلو را در آب نمک خیس می‌کنند و چند بار آب آن را عوض و آب تازه روی آن می‌ریزند. سمیت آن برطرف شده و پس از چند روز قابل استفاده می‌باشد و می‌توان آن را با شکر مصرف کرد. کوبیده شده شکوفه زردآلو برای درمان و قطع خونریزی‌های داخلی و ضماد آن قطع‌کننده خونریزی‌های خارجی بدن است. خوردن آب زردآلو باعث شادابی و نشاط می‌شود. فقط هنگام استفاده در خوردن زردآلو باید نکاتی را مورد توجه قرار داد؛ مصرف زردآلو آن هم به حالت نارس دیرهضم است. مصرف زردآلو بر روی غذا و آشامیدن آب بر روی آن به غایت مضر است، کسانی که مبتلا به بیماری‌های جهاز هاضمه هستند بهتر است آن را به صورت کمپوت مصرف نمایند و یا افرادی که بعد از خوردن زردآلو دچار نفخ شکم می‌شوند بهتر است که از هسته شیرین آن مصرف کنند. با این کار ناراحتی آنها رفع خواهد شد. مصرف پایدار زردآلو و نوشیدنی مانند دوغ به‌طور همزمان و یا بعد از یکدیگر باید اجتناب شود زیرا ایجاد ناراحتی‌هایی از قبیل نفخ و ناراحتی‌های معده می‌کند. کلام آخر اینکه اشخاصی که دچار ناراحتی‌هایی مانند سوزش معده و ناراحتی‌های کبدی هستند از مصرف این میوه جدا خودداری کنند. با مصرف میوه و سبزی‌های تازه از پوستی شاداب و تنی سالم برخوردار باشیم

آشنایی بیشتر با زنجبیل

استفاده از زنجبیل یک روش عالی برای زنان باردار است زیرا فاقد عوارض جانبی مضر داروهای ضد تهوع دیگر است. شاید متوجه شده باشید که در چند ماه اخیر، نه تنها مغازه‌های گیاهان دارویی، بلکه فروشگاه‌های میوه و تره بار و سوپر مارکتها نیز، نوعی محصول ریشه ای و برای عده ای نا آشنا را عرضه میکنند که زنجبیل یا زنجفیل نام دارد. زنجبیل از آن دسته گیاهانی است که بیشتر از آنکه واقعا آنرا بشناسیم، نامش را شنیده ایم و تقریباً اطمینان داریم که "چیز خوبی" است. پس از گذشت بیش از ??? سال از زمانی که فرهنگ عامه، زنجبیل را به عنوان داروی تهوع و ورم اعضا تجویز کرده میگذرد و اکنون میدانیم که قدیمیها بیراه نمی‌گفته‌اند. هرچند طعم شدید و پایدار این گیاه افراد کم جرات را از میدان به در میکند اما تحقیقات متعدد بالینی ثابت کرده‌اند که زنجبیل واقعا برای فرونشاندن حالت تهوع و سرگیجه مفید است و یکی از عناصر مهم در برطرف نمودن ورم دستگاه گوارش به شمار میرود.

در طی قرن‌ها، حکمای چین، هند، ژاپن و یونان از خواص دارویی این ریشه برای درمان طیف وسیعی از بیماریها از میگرن تا وبا و ورم روده، یاد کرده‌اند. بنابر عقیده رایج، استفاده از این ادویه از آسیای جنوب شرقی آغاز شده است و نسخه‌های موجود در قدیمیترین کتب دارویی بر خواص آرامبخش و همچنین فواید زنجبیل در برطرف نمودن مشکلات جریان خون نامنظم تاکید شده است. در قرون وسطا، تجار شرقی این ریشه را به انگلستان بردند و اکنون زنجبیل در بسیاری از خوردنیهای سنتی انگلیسی مانند سسها، نان زنجبیلی و آبنبات یافت میشود.

امروزه، به مدد تحقیق فراوان پژوهشگران برای یافتن دلایلی که موجب محبوبیت این ریشه در طی قرون متمادی شده است، زنجبیل جایگاه خود را در علم طب باز یافته است. بیشتر مدارک موجود درباره توانایی زنجبیل در درمان انواع حالات تهوع از تهوع صبحگاهی در دوران بارداری گرفته تا عوارض جانبی شیمی درمانی و سرگیجه‌های پس از بیهوشی است.

کریستین جربستاد (Christine Gerbstadp) متخصص تغذیه و سخنگوی انجمن (American Dietetic) میگوید: "استفاده از زنجبیل یک روش عالی برای زنان باردار است زیرا فاقد عوارض جانبی مضر داروهای ضد تهوع دیگر است". پزشکان برای جلوگیری از تهوع صبحگاهی مقدار ? تا ? گرم زنجبیل در روز و برای بیماری سفر شامل سرگیجه و تهوع در اثر حرکت وسیله نقلیه، نیز همین مقدار را نیم ساعت قبل از شروع مسافرت تجویز کرده‌اند.

تحقیقات نشان داده است که زنجبیل به عنوان یک ماده ضد التهاب برای افراد مبتلا به بیماریهایی چون آرتروز بسیار مفید است.

پزشکان این نتایج را بسیار امیدبخش میدانند. دکتر لو داگ (Low Dog) از دانشگاه آریزونا میگوید: "ما دانش اولیه را درباره چگونگی عملکرد زنجبیل داشتیم، ما چند تحقیق جانوری و تعداد اندکی تحقیق بالینی انجام دادیم. اما هدف اصلی ما رسیدن به بهترین مقدار دارویی و بهترین روش برای مصرف آن است". بنا به اعتقاد محققین، زنجبیل دارای عناصر آنتی اکسیدان نیز هست که میتواند موجب جلوگیری از بیماریهای مزمنی چون سرطان، دیابت و ناراحتیهای قلبی شود. روشهای ساده و خوش طعمی برای مصرف زنجبیل وجود دارند. افزودن این ادویه به هر ترکیبی از سبزیجات بخارپز یا سالاد نتیجه ای عالی دارد و یک فنجان آب جوش همراه با زنجبیل رنده شده و عسل میتواند به سادگی به نوشیدنی آرام بخش شبانه شما تبدیل شود. برای کسانی که طعم قوی زنجبیل را دوست ندارند هم، کپسولهای پر شده از پودر زنجبیل در بازار موجود است. زنجبیل برای همه تجویز نمیشود. افرادی که داروی رقیق کننده خون مصرف میکنند نباید بدون مشاوره با پزشک به مصرف زنجبیل پردازند زیرا مواد موجود در آن با داروهای مذکور تداخل خواهد کرد. همچنین با توجه به طعم بسیار قوی زنجبیل، در مصرف آن زیاده روی نکنید.

مصرف بیش از حد زنجبیل هم مانند سایر ادویه جات میتواند موجب ناراحتی معده شود. به گفته لو داگ: "همین نکته یکی از بخشهای تحقیق ماست: چگونه زنجبیل را در اندازه ای به افراد بدهیم که در آنان موجب مشکلات معده نشود". از طرف دیگر، حتی اگر خواص دارویی زنجبیل آن را به یک ماده دارویی مهم تبدیل نکند، بازهم جایگاهش به عنوان یک خوراکی خوش طعم باقی خواهد ماند.

خواص طبی سیر

سیر از مدت‌ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال‌های اخیر برای موارد قلبی - عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است. ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است. مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولاً اثرات جانبی مصرف سیر خفیف و غیر متداول است. سیر ظاهراً تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می‌کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می‌کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی‌تر می‌کند.

سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است. مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفابخش استفاده می‌کرده‌اند. در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود. در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می‌کردند. در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی - عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود.

پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد. سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک

برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است.

در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر بر روی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است.

در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد.

بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

خواص برخی از گیاهان دارویی

۱. بومادران:

آنچه از خواص خون به (اشیله) نسبت داده اند صحت دارد و میتواند جمع کننده زخم و عمل کننده بر روی بواسیر های بصورت مصرف یکبار در روز باشد. نزد مردمان قدیم شهرت زخم بندی داشته است که در بهبود زخم و جراحات موثر بوده است. دیوسکورید طبیب یونانی مشهور که در زمان نرون می زیسته و صاحب کتب فراوان است، این گیاه را بهبود دهنده جراحات میدانند خواه زخم کهنه باشد خواه جدید.

۲. گل گاوزبان: (bourrache)

مدر عرق آور و ضد سرفه بسیار عالی است. محتوی نیترات دوپتاس است. در معالجه نفریت همراه با ورم کردگی و به صورت ضد سرفه و آرام کننده در تمام تحریکات تنفسی و بالاخره عرق آور در گریپ. خشک کردن آن نیاز به دقت دارد اگر به دقت خشک نشود رنگ سیاه یا قهوه ای به خود می گیرد و خواص خود را از دست می دهد.

۳. بابونه: (camomille)

گیاهی که روزگاری بود که در هر خانه ای پیدا می شد. و برای ناراحتی های هضمی و تشنجات معدی به کار می رود. حاوی یک اسانس به نام ازولن است که خاصیت ضد الرژی دارد. آنرا انگل زدا؛ قاعده آور؛ ضد تشنج معده؛ هضم مشکل سنگ های مجاری ادراری؛ بی اشتهاپی؛ ضعف؛ خستگی عمومی؛ دردهای عصبی آسم و تب های متناوب و...

۴. پر سیاوش: (capillaire)

خواص ضد ناراحتی های ریوی آن غیر قابل انکار است - شربت آن در مبارزه با سرفه - زکام - گریپ و برونشیت - اثرات خوبی دارد. خلط آور نرم کننده و اندکی مدر است.

۵. کاسنی: (chicoree)

جالینوس نام این گیاه را دوست کبد می نامد. روک (ROGUES) در کتاب گیاهان مصرفی ۱۸۳۷ میلادی می گوید: هر روز به ناراحتی های پوستی بر می خوریم چون کبره؛ جوشهای چرکی؛ زبری که معالجات شدید در مورد آن موثر واقع نمی شود. ولی تمام گیاهان خانواده کاسنی چون خود کاسنی وحشی و کاهو و گل قاصد در عین دارو بودن برای این ناراحتی ها غذا محسوب می شوند. اثر کاسنی بزودی ظاهر نمی شود و باید پس از مدتی منتظر نتیجه بود. عمل آن تصفیه کننده؛ صفرا آور؛ مدر؛ رفع زشتی

پوست....

۶. گشنیز (CORIANDRE)

دانه گشنیز را جز داروهای معدی؛ بادشکن؛ ضد سردرد می خوانند و عجیب نیست اگر نسخی از این دارو را در داروهای ضد ضعف معده ناراحتی های هضمی؛ سرگیجه های گوارشی؛ شروع آب مروارید؛ زکام مزمن و بالا خره ضعف حافظه می بینیم
 نقل از: (J.F.R.CARTHEUSER). کارتوزر در کتاب مفردات پزشکی ۱۷۶۵.

برخی این سبزی را برانگیزنده نیروی جنسی می دانند. یونانیها بطور کلی و بقراط اختصاصا آنرا در غش ها؛ ناخوشی های عصبی؛ دردهای رحمی تجویز می کرده اند..

۷. نسترن (EGLANTIER)

با کمی تفاوت خواصش شباهت به خواص گل سرخ می دهد. میوه ها مدر قابض و در تمام موارد اسهال؛ سنگ های کلیه و مجاری ادراری و به صورت تصفیه کننده مصرف میشود. برعکس گلبرگها مختصری حالت مسهل داشته و مقوی است.

۸. زرشک (EPINE-VINETTE)

گیاه خود حاوی الکالوئیدهای مختلفی است و میوه خوردنی آن محتوی گلیکوزید پکتین و مقاداری اسید های الی و ویتامین C است. زرشک محرک مقوی مدر و صفرا آور قابل توجه ای است. در اغلب ناراحتی های گردش خونی می توان مصرف بلند مدت آن را توصیه کرد. و اثر آن را در ناراحتی های کبد و کیسه صفرا و خصوصا یرقان تاکید کرده اند.

۹. ترخان (ESTRAGON)

این گیاه باید تازه مصرف شود. گیاهی است قلبی معدی برنده و شوینده و اشتها آور و معرق ادرار نفخ شکن و انگیزنده میل به غذا است در دردهای روماتیسمی توصیه می شود.

۱۰. توت فرنگی (FRAISIER)

این گیاه را در رده مفرح کننده ها؛ مشهیان؛ و زخم بندها جای می دهند. از آنجایی که توت فرنگی خون را قلیایی می کند و با اسیدیته می جنگد آنرا برای نقرسی ها و روماتیسمی ها مفید می دانند. خواص قابض و ضد اسهال نیز دارد.

۱۱. ختمی (GUIMAUVE)

در درجه اول ختمی نرم کننده و ملایم سازنده است. می توان آن را در ناراحتی های ریه و نای سرما خوردگی و گریپ به خاطر متوقف ساختن سرفه های ناشی از تحریکات عضوی بکار برد.

۱۲. کتان (LIN)

دانه های کتان بصورت دم کرده و یا خیس خورده در مورد تنبلی روده و یبوست مصرف می شود چه موسیلاژ حاصل از آن نرم کننده و مسهل محسوب می شود. همینطور در تحریکات دستگاه گوارشی و مجاری ادراری هم مداوا کننده است.

۱۳. خرما

بسیار نیروزاست و مصرف مداوم آن نقش زیادی در افزایش توان جسمی دارد و ورزش کاران قبل از انجام تمرینات خود خرما می خورند

این میوه جزئی کامل ترین مواد غذایی قرار دارد حدود ?? تا ?? این میوه را قند تشکیل می دهد و دارای کالری بالای است مقدار آهن آن نسبت به بسیاری از مواد غذایی مقدار بالی است هر گرم خرما در حدود ?? میلی گرم آهن دارد.

با وجود این نعمت خدادادی استفاده از مواد نیروزا چرا؟

خواص داروئی عرق برخی از گیاهان داروئی

عرق کاکوتی: ضد عفونی کننده، ضد اسپاسم در ناراحتی های گوارشی، ضد اسهال، مقوی معده، خلط آور
 بهار نارنج: معطر، مقوی اعصاب و قلب، آرام بخش، ضد نفخ
 زیره سبز: ضد چاقی، چربی، تنگی نفس، باد شکن، هضم غذا، زیاد کننده شیر مادران
 نسترن: تقویت قلب و اعصاب، رفع سردی، دفع کرم روده، درد معده، سنگ کلیه و اسهال
 عرق زینان: ضد نفخ، درمان سوء هاضمه، ضد تهوع، خلط آور، مدر، ضد کرم، ضد اسپاسم، رفع ترشی معده.
 عرق مخلوط زیره: نیرو دهنده، ضد نفخ، مقوی معده، درمان سوزی هاضمه، اشتها آور، افزایش دهنده شیر.
 شیرین بیان: طعم و طرز مصرف عرق شیرین بیان از پودر و عصاره آن بهتر است
 عرق کلپوره: مقوی، رفع سردرد، درمان ضعف عمل دستگاه گوارش، رفع ناراحتی های هاضمه و دل درد، رفع درد ناحیه قلب، تب
 بر.

کرفس: درد شکم، تنگی نفس، تقویت کننده معده

عرق اسطوخودوس: معطر، مقوی، آرام بخش، خواب آور ملایم، از بین برنده نفخ و اسهال، کاهش دهنده سرفه، مدر.

عرق رازیانه: مدر، ضد اسپاسم عضلات، ضد نفخ، مقوی قلب مقوی معده درمان سوء هاضمه خلط آور افزایش دهنده شیر.

آویشن: هاضم غذا، محرک قوای رئیسه، ضد درد عادت ماهانه

شاتره: سردی، مقوی، تقویت کننده پوست، آرام بخش، ضد خارش، اشتها آور، صفرا بر برخی غدد سلطانی با نشاء اپی تیلوم

شربت سکنجبین: رفع عطش و گرما زدگی، دارای خواص سرکه ی سیب

عرق شنبلیله: نیرو دهنده، رفع کم خونی، ضد دیابت، کاهش دهنده قند خون.

شوید: انواع چربی بدن - هضم غذا طعم دهنده، معطر، نیرو دهنده، هضم کننده، مقوی معده، افزایش دهنده شیر، درمان سوء

هاضمه به ویژه کودکان، رفع استفراغ، مسکن، مدر، کاهش دهنده چربی خون.

آبلیمو: چاشنی، سرشار از ویتامین ث، ضد اسکوربوت، ضد عفونی کننده.

آفتابگردان

۱) زنگ زدن گوش: مغز ساقه آفتاب گردان را در آب جوش ریخته و مانند چائی دم کنید و روزی سه فنجان از این چای بنوشید.

۲) تقویت معده و پائین آوردن فشار خون: ۳۰ گرم برگهای خشک آفتاب گردان را دم کنید و سه فنجان در روز بنوشید.

۳) سرگیجه و ورم صورت، آب آوردن بدن و تسریع زایمان: ۲۰ گرم از گلهای خشک آفتاب گردان را در آب جوش دم کنید و روزی سه فنجان از این دم کرده را بنوشید.

۴) درد معده، بیماریهای دستگاه ادراری، یبوست: ۳۰ گرم ریشه خشک شده آفتاب گردان را در آب جوش ریخته و مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد یک فنجان از آنرا سه بار در روز بنوشید.

۵) آرتروز و ورم پستان: هنگامیکه آفتاب گردان گل می دهد طبق گل (قسمت پائین گل که مانند بشقابی است) را جدا کرده و در آب انداخته آنقدر بجوشانید که شیره چسبناکی باقی بماند و سپس این شیره را روی مفصل های دردناک بمالید و ماساژ دهید درد آرتروز برطرف می شود. برای درمان ورم پستان در زنان شیر ده طبق گل را هنگامیکه گل دانه داده است جدا کنید و در زیر آفتاب خشک کرده و سپس تکه تکه کرده و بو (سرخ کنید) دهید. که کاملاً قهوه ای شود و بعد آنرا خورد کرده بصورت پودر در آورید و این پودر را در آب جوش که کمی شکر به آن اضافه کرده اید ریخته و این شربت را به مریض بدهید تا شفا یابد.

۶) اسهال خونی: برای درمان اسهال خونی تخم آفتاب گردان را (به مقدار ۳۰ گرم) در آب ریخته و حدود یک ساعت با حرارت

ملایم پیژید سپس آنرا با نبات یا قند شیرین کرده و به مریض بدهید .

(۷) سردردی که همراه با سرماخوردگی است : ۳۰ گرم تخم آفتاب گردان را در دو لیوان ریخته و بگذارید بجوشد تا نصف لیوان آن باقی بماند و این جوشانده را دوبار در روز بنوشید .

(۸) بیماری فتق : ۳۰ گرم ریشه تازه آفتاب گردان را با آب و شکر قهوه ای بجوشانید و یا آن جوشانده را سه بار در روز بنوشید .

(۹) سنگ کلیه : حدود یک متر از مغز ساقه آفتاب گردان را در دو لیوان آب ریخته و بگذارید آهسته بمالیمت بجوشد تا مقدر آن به نصف لیوان تقلیل یابد آنگاه بمدت یک هفته و روزی یکبار آنرا بنوشید تا از شر سنگ کلیه راحت شوید .

(۱۰) زخم ، بریدگی و جراحت : مغز ساقه آفتاب گردان را باید له کدر و مانند پماد روی زخم جراحت گذاشت که خونریزی را بند می آورد و بهبودی را تسریع می کند . سعی کنید گیاه آفتاب گردان را در حیاط خود بکارید و از خواص درمانی آن استفاده کنید

خواص درمانی لیمو ترش

آب لیمو ترش و اسانس آن برای بدن، ذهن و روح بسیار مفید است. اسانس لیمو به واسطه انرژی زا بودن آن مشهور است. در کشور ژاپن به واسطه اثرات شاداب کننده و فرح بخش این اسانس، آن را به هنگام کار کردن کارمندان در فضا منتشر میکنند. همچنین میتوان از چند قطره از اسانس لیمو به عنوان بخور استفاده کرد، یا مقداری از آن را در وان حمام ریخت. این کار باعث سرحال شدن کلیه اعضا بدن میشود. البته نباید هرگز اسانس لیمو را بدون رقیق کردن بر روی پوست بکار برد زیرا باعث بروز مشکلات پوستی میشود.

درخشان کننده چشمها : سعی کنید در نوشیدنی هایتان از آب لیمو استفاده کنید. فرضاً "هر روز صبح یک عدد لیمو را با مقداری آب گرم میل کنید. نوشیدن این مایع به جای نوشیدن چای باعث میشود شما بدن سالمتری داشته باشید. همچنین در اثر نوشیدن مایعات حاوی آب لیمو، چشمهای شما درخشانتر شده و پوستی سرحال تر از قبل خواهید داشت. در صورت تمایل برای بهتر کردن طعم آن میتوانید از شکر یا عسل استفاده کنید.

تسکین دهنده گلودرد : لیمو دارای اثرات ضد عفونی کننده و قابض است و بدین جهت میتوان از آن برای درمان گلودرد استفاده نمود. با توجه به مقدار بسیار زیاد ویتامین "ث" موجود در لیمو، مصرف آن باعث افزایش مقاومت سیستم ایمنی بدن میشود. برای فرد مبتلا به آنفلونزا و سرماخوردگی مصرف مخلوطی از آب لیمو تازه با عسل در یک لیوان آب گرم بسیار مفید است.

نیرو بخش و تب بر : مصرف آب لیمو باعث کاهش تب در افراد بیمار میشود. به عنوان مثال اگر چند قطره از اسانس لیمو یا مقداری آب لیمو را به آب سرد اضافه کنید، سپس با استفاده از یک دستمال آن را روی پیشانی تب دار قرار دهید، این کار باعث کاهش تب و تقویت نیروی بدن خواهد شد. ذکر این نکته ضروری است که قبل از قرار گرفتن در مقابل نور آفتاب باید از قرار دادن اسانس لیمو به صورت مستقیم بر روی پوست خودداری شود زیرا ممکن است باعث بروز حساسیتهای پوستی گردد.

تسکین دهنده درد : لیمو باعث تسکین سردردهای معمولی و سردردهای میگرنی میشود. برای این منظور میتوان ۵ قطره اسانس لیمو را در ۲۵ میلی لیتر از یک روغن حامل مناسب (مانند روغن بادام) مخلوط کرد و آنرا با استفاده از یک دستمال کتانی بر روی ناحیه مبتلا به درد ماساژ داد.

پاک کننده پوست : اگر پوست شما چرب است میتوانید آنرا با لیمو که یک ماده قابض است تمیز کنید. به این ترتیب که یک قاشق چای خوری آب لیمو را در دو فنجان آب مقطر بریزید و با یک پنبه تمیز صورت خود را با آن پاک کنید. این کار باعث کاهش چربی پوست میشود و از پدید آمدن جوشهای صورت جلوگیری میکند. در صورت استفاده از این لوسیون برای جلوگیری از رشد باکتریها بهتر است هرروز یک محلول تازه درست کنید. مصرف این محلول باعث خشک شدن پوست میشود و برای

پوستهای چرب بسیار مفید است. اما در صورت داشتن پوست خشک از مصرف آن خودداری کنید.

ضد شوره و بر طرف کننده خارش پوست سر: آب لیمو برای پوست سر بسیار مفید است و شوره سر را کاهش میدهد. عصاره حاصل از آبگیری یک لیموی تازه را حدود ۱۰ دقیقه بر روی پوست سر مالش دهید و سپس آن را با آب به طور کامل بشوئید. همچنین آب لیمو میتواند به عنوان یک تقویت کننده مو ضد خارش، به صورت ماساژ بر روی پوست سر استفاده شود.

ضد سرماخوردگی: آب لیمو یک ضد ویروس عالی میباشد و همچنین مصرف آن برای سرماخوردگی شدید بسیار مفید است. بدین منظور یک عدد لیمو را با مقداری نمک میل کنید. در صورت تمایل میتوان عصاره گرفته شده را در آب رقیق کرد و سپس مصرف نمود.

یک حالت دهنده خوب برای موها: بعلاوه شستشوی موی چرب با استفاده از آب لیمو باعث کاهش چربی آن میشود. به این صورت که عصاره حاصل از آبگیری دو عدد لیمو در یک لیتر آب مورد استفاده قرار دهید و موهایتان را با این محلول بشوئید. این روش باعث درخشان و شاداب شدن انواع موها میشود. همچنین مصرف آن باعث میشود موهای طلایی رنگ روشنتر شوند. نرم کننده مناسب برای پوست آرنج: برای نرم کردن پوست زبر ناحیه آرنج، آرنجتان را حدود ۱۰ دقیقه بر روی یک برش لیمو ترش فشار دهید.

تقویت کننده حافظه: لیمو تقویت کننده حافظه است. چند قطره از اسانس لیمو را روی یک دستمال ریخته و از طریق بینی استشاق کنید. همچنین میتوان این کار را در مواقعی انجام داد که میخواهید چیزی را به یاد بیاورید. مغز شما با استشاق اسانس لیمو نیروی تازه ای بدست خواهد آورد.

آرامش دهنده روح: لیمو همواره به عنوان یک ماده تسکین دهنده روح مطرح بوده است. استنشام رایحه معطر لیمو در طی تمرینات تمرکز و تعمق روح (مدیتیشن) بسیار مفید است. برای انجام این کار کافی است که سه قطره از اسانس لیمو را به یک کاسه حاوی آب گرم افزود و آنرا در هوای اتاق قرار دهید. به این ترتیب در طول استنشام رایحه معطر لیمو به یک آرامش مطلوب فکری و روحی دست خواهید یافت

چای تسکین دهنده اعصاب

دانشمندان معتقد هستند که نوشیدن منظم چای می تواند در تسکین استرسهای روزانه مفید باشد. مطالعات اخیر دانشمندان نشان داده نوشیدن منظم چای عامل موثری در تسکین استرس های روزانه است و جایگزین نمودن چای سبز و دیگر نوشیدنی های گیاهی با چای سیاه، سبب کاهش هورمون استرس در خون می گردد. آن دسته از افراد که به طور منظم چای می نوشند در مقایسه با آنان که از نوشیدنی های جایگزین استفاده می نمایند، با سرعت بیشتری بر استرس خود غلبه می کنند.

در این تحقیقات تعداد ?? نفر از مردانی را که عادت به نوشیدن منظم چای داشته اند، به دو گروه تقسیم نموده، به مدت شش هفته عادات نوشیدنی آنها را تغییر داده و تحت کنترل گرفتند.

بدین ترتیب که یک گروه تنها مخلوطی از چای سیاه با طعم های مختلف نوشیدند و گروه دیگر نوشیدنی های معمول حاوی کافئین که ترکیبات چای را دارا نبودند، مصرف نمودند. از آنجائیکه کلیه افراد گروه عادت به نوشیدن چای داشتند، سعی شده بود تا کلیه نوشیدنی ها به رنگ چای در آیند و حتی طعم و بوی مشابهی را نیز دارا باشند.

به منظور اینکه درجه استرس و فشار روانی هر دو گروه یکسان باشد از آنها درخواست شد تا کارهای مشابه و پر از استرس و جنجال را طی مراحل مختلفی به انجام برسانند. تنش های عصبی در هر دو گروه باعث شد تا فشار خون و ضربان قلب افراد افزایش

یابد.

درست پس از گذشت ?? دقیقه، در گروهی که چای سیاه واقعی نوشیده بودند، میزان کاهش هورمون کورتیزول ?? درصد و در گروه دیگر که نوشیدنی های مشابه مصرف نموده بودند، ۲۷ درصد مشاهده شد. به علاوه در گروه اول خطر بروز حمله قلبی کمتر از گروه دیگر بود و پس از برطرف شدن استرس، آرامش بیشتری به دست آوردند.

به هر ترتیب، علیرغم آزمایشات فوق، دانشمندان هنوز در این زمینه به شواهد کافی جهت اثبات خواص آرامش بخش چای سیاه دست نیافته اند و صد در صد مطمئن نیستند که کدام یک از ترکیبات موجود در این گیاه می تواند منشاء بروز چنین خاصیتی باشد.

با این حال مطالعات انجام شده، محققان را به این نتیجه رساند که نوشیدن چای رفع استرس و دستیابی به آرامش را سرعت می بخشد. بنا به اظهارات یکی از محققین، هر چند به نظر نمی رسد ترکیبات موجود در چای بتواند موجب کاهش استرس شود، اما این امکان وجود دارد که این ماده میزان هورمون استرس را به حالت نرمال بازگرداند

مصرف آب پرتقال درمانی برای سنگ کلیه

محققین دریافته اند که آب پرتقال میزان سترات پتاسیم را در ادرار افزایش داده و از کریستالیزه شدن اسید اوره و اکسالات کلسیم دو ماده اصلی تشکیل دهنده سنگ کلیه جلوگیری میکند.

دانشمندان دانشگاه پزشکی ساوت وسترن (UT Southwestern Medical) دریافته اند که مصرف یک لیوان آب پرتقال در روز از تشکیل سنگ کلیه در بدن جلوگیری میکند.

تحقیقات انجام شده نشان می دهند که آب پرتقال از سایر مرکبات برای ممانعت از تشکیل دوباره سنگ کلیه موثرتر میباشد. محققین میگویند که بقیه مرکبات خاصیت و اثرات آب پرتقال برای مبارزه با این بیماری را ندارند.

بر اساس گفته دانشمندان اگر معالجه بیماری سنگ کلیه از طریق پزشکی انجام شود باید در تغذیه و روش زندگی این بیماران تغییرات اساسی داده شود.

بر این اساس در معالجاتی که برای این نوع بیماران در نظر گرفته شد سترات پتاسیم نیز افزوده شد نتایج نشان داد این ماده در ممانعت از تشکیل مجدد سنگ کلیه در بیماران نقش بسزائی دارد.

از آنجائیکه بیشتر بیماران نمی توانند بعلت مشکلات جهاز هاضمه که در اثر مصرف سترات پتاسیم برای آنها پدید میاید از این دسته داروها استفاده کنند بنابراین مصرف آب پرتقال که حاوی این ماده است به عنوان یک جایگزین مناسب برای آنان پیشنهاد میشود.

بر اساس گفته دکتر کلاریتا اوینا (Clarita Odvina) تحقیقات نشان میدهند که آب پرتقال یک گزینه بسیار موثر برای مبارزه با این بیماری است.

زمانی که ادرار بیش از حد غلیظ است سبب میشود که مواد معدنی و شیمیائی موجود در کلیه کریستالهائی را تولید کنند و بعد از مدتی از بهم پیوستن آنها سنگ در کلیه تشکیل میگردد.

محققین دریافته اند که آب پرتقال میزان سترات پتاسیم را در ادرار افزایش داده و از کریستالیزه شدن اسید اوره و اکسالات کلسیم دو ماده اصلی تشکیل دهنده سنگ کلیه جلوگیری میکند.

در این تحقیق مشخص شد که مصرف آب لیمو میزان سترات پتاسیم ادرار که یک ماده خنثی در تشکیل سنگ کلیه به شمار می آید را افزایش نمیدهد و این خاصیت فقط در آب پرتقال یافت میشود که یک شیوه درمانی طبیعی و بسیار موثر است.

خواص دارویی کاهو

کاهو سرشار از ویتامین و آهن است. خاصیت خنک کننده دارد و برای آفتاب سوختگی مفید بوده، قرمزی ناشی از آن را در سطح پوست کاهش می دهد. متخصصان می گویند که کاهو ویتامین های (آ) و (ب) و (ث) دارد و خونساز است. این سبزی سرشار از املاح آهن، کلسیم، منیزیم، منگنز، روی، سدیم و مس است. این املاح به ویژه منگنز و روی از سفید شدن و ریزش مو جلوگیری می کند.

پزشکان می گویند که کاهو خنک است و تشنگی را برطرف می کند و یرقان را درمان می کند. کاهو مسکن اعصاب است و حتی تشویش و نگرانی و دلهره را از بین می برد و بهترین دارو برای بیماران عصبی است.

فشار خون را تنظیم می کند و در درمان یبوست مؤثر است. کاهو اشتها را تحریک می کند. خوردن کاهو با کمی سرکه و ادویه پیش از غذا - با تحریک غدد دستگاه گوارش و ترشح اسید معده - به هضم غذا کمک می کند.

کاهو برای کسانی که تنگی نفس دارند زیاد خوب نیست اما خوردن مغز کاهو برای درمان تنگی نفس مفید است. - کاهو توان جنسی را افزایش می دهد:

کاهو - همان گونه که از قدیم معروف بود - توان جنسی را بالا می برد و نازایی را درمان می کند. مصریان قدیم به کاهو (گیاه بارور) می گفتند.

از عصاره کاهو برای محافظت و مرطوب کنندگی پوست در برابر حرارت خورشید و باد، در لوازم آرایشی استفاده می شود.

کاهو از انواع ویتامین ها به ویژه ویتامین H سرشار است این ویتامین خاصیت تمیز کنندگی دارد و به این سبب در کرمهای مغذی پوست و تمیز کننده صورت به کار می رود.

میزان مواد قندی کاهو زیاد است و املاح معدنی آن مانند پتاسیم، منگنز، فسفر، کلسیم و آهن کم است و برای آرامش اعصاب و رفع خستگی و بی خوابی مفید است.

کاهو ملین است و پزشکان خوردن آن را به افراد مسن و کسانی که گرفتگی رگ دارند سفارش می کنند

گلابی ضد کم خونی

بیش از ۸۳ درصد گوشت گلابی را آب تشکیل می دهد این میوه دارای املاح معدنی و مخصوصاً منگنز است .

قند گلابی بهترین قندی است که حتی اشخاص مبتلا به مرض قند می توانند از آن استفاده کنند زیرا به آسانی هضم و جذب بدن می شود . پوست گلابی از نظر تانن غنی است و همچنین موجب پاک کردن روده ها می شود پوست گلابی به خاطر آنکه در معرض نور خورشید قرار می گیرد از نظر ویتامین ها و دیاستاز از گوشت آن غنی تر است همه حتی بچه های کوچک می توانند گلابی بخورند به شرط آنکه کاملاً رسیده باشد گلابی هایی که کاملاً نرسیده باشند مواد تحریک کننده دارند و گلابی هایی هم که زیاد رسیده باشند قسمتی از خواص غذایی خود را از دست می دهند . کسانی که نمی توانند میوه های خام بخورند می توانند کمپوت گلابی بخورند زیرا کمپوت گلابی نیز مثل میوه ی گلابی تمام خواص غذایی این میوه را در خود دارد .

اثرات درمانی گلابی عبارت اند از :

درمان فشار خون ؛ اگر چنانچه به مدت ۴ روز فقط ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم گلابی مصرف بشود پس از طی این مدت مشاهده خواهد شد که فشار خون پایین آمده است .

درمان میگرن ؛ دمکرده برگ گلابی مسکن خوبی برای میگرن است هر موقع درد میگرن آغاز شد یک فنجان از آن را بنوشید .

درمان عصبیت؛ مصرف روزانه ی یک فنجان از دم کرده برگ گلابی موجب کاهش عصبانیت می شود.

گیاه درمانی در زخمها و سوختگیها

خلاصه

استفاده از داروهای گیاهی در درمان آسیبهای پوستی مانند زخم و سوختگی با انجام تحقیقات مختلف و تأیید اثربخشی آنها مرسوم گردیده است. اثرات مفید گیاهانی مانند آلوئه، همیشه بهار، لاواند و ... در بهبود زخمها و سوختگیها کاربرد آنها را در طبابت نوین تأیید نموده است.

مقدمه

اخیراً استفاده از درمانهای گیاهی به طور فزایندهای در میان بیماران که بدنبال روشهای درمانی سنتی هستند، مرسوم شده و مورد پسند بیماران و پزشکان قرار گرفته است. تعداد ویزیتهای انجام شده توسط پزشکان طب سنتی در آمریکا به سرعت در حال افزایش است. در ۱۹۹۷ تعداد این ویزیتها تقریباً ۶۲۹ میلیون مورد بود که از تعداد کل ویزیتهای پزشکان مراقبتهای اولیه فراتر میباشد. در این سال تقریباً ۲۷ بلیون دلار برای درمانهای سنتی هزینه شده و ۲۴/۳ بلیون دلار آن مربوط به درمانهای گیاهی میباشد. بطور تخمینی تقریباً ۵۰٪ از مردم انواعی از طب سنتی را مورد استفاده قرار میدهند و بسیاری از بیماران این موضوع را به پزشک خود نمیگویند. در آلمان یک مرجع تنظیم کننده بنام کمیسیون E بررسی گسترده گیاهان شایع را انجام و کیفیت، اثربخشی بالینی و موارد استفاده ۳۰۰ فرآورده گیاهی را مورد ارزیابی قرار داده و این بررسیها به استاندارد شدن درمانهای گیاهی منجر شده است. در حال حاضر ایالات متحده قوانین سختی در مورد فرآوردههای گیاهی اعمال مینماید. در اروپا و آسیای شرقی هزاران سال درمانهای گیاهی به طور موفقیتآمیزی در درمان اختلالات پوستی به کار رفتهاند. اکنون این درمانها بصورت علمی مورد پژوهش قرار میگیرند.

بررسی اثربخشی تعدادی از درمانهای گیاهی برای وضعیتهای درماتولوژیک در حال انجام است و بعضی از آنها شواهد علمی قابل توجهی از اثربخشی را نشان دادهاند. ترکیبات گیاهی زیادی برای بیماریهای مختلف از جمله بیماریهای پوست جهت فروش عرضه میشوند. اکنون که ارتباطات پیشرفته بین پزشکان سرتاسر دنیا وجود دارد، مهم است که اطلاعات مربوط به درمانهای گیاهی، اثرات آنها و تداخلات دارویی را به اطلاع یکدیگر برسانیم تا ارائه راههای درمانی سنتی به بیماران امکانپذیر باشد. این مقاله برای آموزش و استفاده از این چالشهای درمانی نوشته شده است. اطلاعاتی که با یک روش عملی تألیف شده باشند ممکن است اکثر بیماران را قادر سازند از این درمانها که اکنون در سرتاسر جهان مورد استفاده قرار

میگیرند، سود ببرند. در این نوشتار داروهای گیاهی دارای شواهد علمی مبتنی بر اثربخشی بالینی و نیز گیاهان رایج که در درمان اختلالات پوستی مفید بودهاند مورد بررسی قرار گرفته اند. بیخطر بودن هر گیاه مشخص شده است تا پزشک قادر باشد درمانهای گیاهی را که ممکن است در کار بالینی مورد استفاده قرار دهد، بهتر بشناسد. همچنین تداخلات دارویی و عوارض شایع داروهای گیاهی در زمینه بیماریهای پوستی بیان شده است.

Aloe vera

یک برگ تازه از آلوئه را برش داده و ژل حاصل از آن را روی پوست قرار دهید، یا پوست آن را جدا کنید و باقیمانده برگ را روی پوست بمالید. برگهای گیاه آلوئه (صبرزرد)، ۲ ماده؛ ژل و یک شیره یا لاتکس تولید میکنند. ژل را از قسمت داخلی برگ بدست میآورند و طی قرنهای برای درمان موضعی زخمها و سوختگیها به کار بردهاند. شیره یا لاتکس یک مایع تلخ زرد رنگ است که از بخشهای ویژه‌ای از پوسته داخلی برگ استخراج میکنند و معمولاً بصورت پودر فروخته میشود و اثرات ملین بسیار قوی دارد. چندین گزارش موردی و مطالعه روی حیوانات نشان داده که آلوئه سوزش، خارش و اسکار همراه با درماتیت ناشی از اشعه را

کاهش می‌دهد. همچنین بهبود زخمهای مزمن پا، زخمهای ناشی از جراحی و سرمازدگی اعضاء را تسریع مینماید. مکانیزم اثر در مطالعات *in vivo* حیوانی مطالعه شده است.

آلئوئه ترومبوکسان A_۲ و B_۲ و پروستاگلاندین ۲؟ را که موجب انقباض عروقی و تجمع پلاکتی میشوند، کاهش میدهد و بنظر میرسد پرفیوژن پوستی را افزایش و خطر از دست رفتن بافت بعلت ایسکمی را کاهش میدهد. مطالعات *in vitro* نشان داده‌اند که یک کربوکسی پپتیداز که برادی کینین (عامل قدرتمند ایجاد کننده درد در التهاب حاد) را غیرفعال میکند، احتمالاً درد در محل درمان را کاهش میدهد. سالیسیلیک اسید در آلئوئه وجود دارد و با مهار تولید پروستاگلاندین بعنوان یک مسکن وضد التهاب عمل میکند.

لاکتات منیزیوم موجود در آلئوئه با مهار هیستیدین دکربوکسیلاز که تبدیل هیستیدین به هیستامین را در Mast cells کنترل میکند بعنوان یک ضد خارش تأثیر دارد. همچنین به نظر میرسد برطرف شدن التهاب بعلت خواص Immunomodulatory پلیساکاریدهای ژل به ویژه Acetylated mannas باشد. در *in vitro* آلئوئه فعالیت باکتریسید و ضد قارچ دارد. عارضه جانبی عمده در استفاده موضعی از ژل آلئوئه، درماتیت تماسی آلرژیک است. همچنین تأخیر ترمیم بعد از لاپاراتومی یا سزارین گزارش شده است. در صورت استفاده درست، مصرف خوراکی آلئوئه بسیار مطمئن است.

Honey:

طی قرن‌ها از مصرف موضعی عسل برای تسریع بهبود زخمها استفاده شده و در درمان سوختگیها، زخم بستر (Decubitus ulcer) و زخمهای عفونی مفید بوده است. در *in vitro* عسل در برابر ارگانیزمهای شایع عفونی کننده زخمهای جراحی، دارای فعالیت آنتی باکتریال و ضد قارچ بوده است. در ۱۹۹۸ طی مطالعه کوچکی، ۹ شیرخوار مبتلا به عفونت زخم بزرگ و باز با کشت مثبت متعاقب عمل جراحی که در آنها درمان استاندارد (بیش از ۱۴ روز آنتی بیوتیک مناسب داخل وریدی و شستن با کلرهگزیدین) با شکست مواجه شده بود، مورد بررسی قرار گرفتند. این زخمها ۲ بار در روز با ۵ تا ۱۰ میلیتر عسل تازه تغییر نیافته، تحت درمان قرار گرفتند، ۵ روز پس از شروع درمان بهبود بالینی قابل توجهی مشاهده و در روز بیست و یکم پس از آغاز درمان تمامی زخمها کاملاً بسته، تمیز و استریل بودند. در دیگر کارآزمایی تصادفی کنترل شده، گاز آغشته به عسل با یک ورقه Polyurethan در سوختگیهای با ضخامت نسبی (Partial-thickness) مقایسه و از نظر آماری زخمهایی که با عسل درمان شده بودند نسبت به زخمهایی که با ورقه پلی اورتان تحت درمان قرار گرفتند، زودتر التیام (به طور متوسط ۸/۱۰ روز در مقابل ۳/۱۵ روز) و از نظر عوارض مانند عفونت، گرانولاسیون بیش از حد و انقباض زخم (Contracture) یکسان بودند. بنظر میرسد، خواص عسل در ترمیم زخمها به علت ویژگیهای دبرید کننده آنزیم کاتالاز، جذب ادم ناشی از خاصیت عسل در جذب رطوبت (Hygroscopic)، توانایی آن برای گسترش گرانولاسیون و اپیتلیزاسیون از لبههای زخم و خواص آنتی میکروبیال آن باشد. اگرچه گزارشهایی در ارتباط با درماتیت تماسی ناشی از عسل وجود دارد اما عوارض جانبی مهمی گزارش نشده است.

Marigold:

گیاه *Calendula officinalis* که بیشتر به نام گل همیشه‌بهار معروف است، از قدیم‌الایام بصورت موضعی مورد استفاده قرار میگرفته و در حال حاضر بعنوان یک آنتی سپتیک و ترمیم دهنده زخم توسط کمیسیون E آلمان مورد تأیید قرار گرفته است. گیاه فروشان معاصر فرآورده موضعی همیشه بهار را برای زخمها، سوختگیها، تاوولها، بثورات جلدی، خشکی و ترک پوست، زونا و واریس توصیه میکنند. استفاده از فرم دهانشویه آن نیز برای رفع التهاب دهان و ناحیه حلق مرسوم است. پماد یا کرم همیشه بهار با مخلوط کردن ۲ تا ۵ گرم از گل‌های آن با ۱۰۰ گرم پماد چندبار در روز به کار میرود. فرم دهانشویه و لوسیون آن با آمیختن ۱ تا ۲ قاشق چایخوری (۱۰-۵ میلیلیتر) تنطور همیشه بهار با ۲۵/۰ تا ۵/۰ لیتر آب تهیه میشود.

عارضه جانبی مهم درماتیت تماسی آلرژیک است. هیچ عارضه جانبی خطرناکی گزارش نشده است و برای مصارف موضعی و خوراکی بیخطر می‌باشد.

بنظر میرسد اثرات ضد التهابی آن بعلت تری ترپنوئیدها باشد. در مطالعه بر روی حیوانات، همیشه بهار گرانولاسیون را تحریک و گلیکوپروتئینها و کلاژن را در زخمها افزایش میدهد و در *invitro* دارای خواص آنتی میکروبیال و تعدیل کننده ایمنی است.

Tannins:

گیاهان بسیاری دارای تانین هستند که بعنوان یک قابض به خشک شدن زخمهای مترشح و خونریزی دهنده کمک میکنند. از جمله این گیاهان میتوان به برگ گردوی انگلیسی، قضیب ذهب (Labrador tea)، Goldenrod، اسطوخدوس (Lavender)، گل ماهور (Mullein)، پوست بلوط، ریوند چینی (Chinese rhubarb)، گل راعی (St John's wort) و ترشک (Yellow dock) اشاره نمود.

از تانینها به صورت موضعی در ضایعات باز ترشحدار، زخمها، هموروئید و سوختگیهای درجه ۳ استفاده شده است. تانینها بر روی سطوح خونریزی دهنده یک اثر قابض یا هموستاتیک را بعلت انقباض عروقی موضعی و احتمالاً افزایش میزان انعقاد موجب میشوند. عصاره آبی گیاهان محتوی تانین بعلت انقباض عروقی و تشکیل لخته مصنوعی (احتمالاً ناشی از واکنش تانین پروتئین) فعالیت هموستاتیک خود را نشان میدهند که منجر به ایجاد یک تویی (Plug) مکانیکی برای متوقف نمودن خونریزی از عروق خونی کوچک میشود. این اثر میتواند برای خونریزیهای خفیف داخلی نیز مفید باشد.

کاربرد موضعی تانینها روی پوست واجد اثرات مطلوب در سوختگیها، اگرمای همراه با ترشح و عفونتهای ویروسی است. در اوایل قرن بیستم، اسپریهای محتوی تانین بعنوان درمان ترجیح داده شده در سوختگیهای شدید مورد استفاده قرار گرفتند. مجموعه تانین - پروتئین تشکیل شده بعنوان یک غشای مصنوعی نیمه تراوا بنام *eschar* عمل میکند اما بعلت ایجاد سطوح سمی تانیک اسید که گاهی اوقات از طریق پوست آسیب دیده جذب میشد، این روش متروک گردید.

تانیک اسید به سلولهای ریشه‌های (Stem Cells) اپیتلیال آسیب رسانده و سبب تشکیل اسکار وسیعی میگردد. با اینحال در چین هنوز هم از این روش با استفاده از تانینهای متراکم که سمیت کمتری داشته و اپیدرم در حال بازسازی را تخریب نمیکند، استفاده میشود.

سایر گیاهان محتوی تانین عبارتند از: گیاه انجیلی (Hamamelis (witchhazel)، نوعی علف نقره ای Potentilla، tormentilla (tormentil)، بلوط (Quercus oak)، غافث (Agrimonia agrimony)، علف مبارک Krameria (rhatany)، شمعدانی وحشی (Geum (avens)، تاتاری Carduus، صمغ عربی (Acacia catechu catechu)، دو دندان (Bidens bur)، پای شیر (Alchemilla (ladies mantle و انجبار (Polygonum bistort)، Sanguisorba (burnet)، (marigold)، استفاده از سایر فرم های دارویی در سوختگیها:

بطور معمول استفاده از گیاهان یک راه مطمئن برای تقویت سیستمهای بدن است، مهم آنست که قبل از استفاده از گیاه درمانی، تشخیص مسجل گردد. از گیاهان میتوان بصورت عصاره‌های خشک (کپسولها، پودرها و چای)، گلیسیریتها (عصاره‌های گلیسرینی)، یا تنظورها (عصاره‌های الکلی) استفاده کرد. در صورتیکه دستور دیگری مدنظر نباشد، چای را با ریختن یک قاشق چایخوری گیاه در یک فنجان آب داغ میتوان تهیه نمود. برای تهیه دم کرده، ۵ تا ۱۰ دقیقه برگ یا گل و ۱۰ تا ۲۰ دقیقه ریشه گیاه را دم میکنند و ۴-۲ فنجان در روز نوشیده میشود. تنظورها را باید به تنهایی یا در ترکیب با سایر گیاهان به کار برد.

- برای فعال کردن سیستم ایمنی و کاهش خطر عفونت در طی فاز حاد بیماری ۶۰-۳۰ قطره از قسمت‌های مساوی از تنظورهای

کوکب کوهی (cone flower) (Echinaceae purpura)، و ختم ذهبی (goldenseal) (Hydrastis Canadensis)،
را هر ۴-۳ ساعت یکبار به کار برید

- گیاه آب بشقابی (Gotu kola) (Centella asiatica) با موفقیت بسیار در سوختگیهای درجه ۲ و ۳ به کار رفته است. کاربرد موضعی روزانه از چروکیدگی و تورم پوست پیشگیری یا آن را محدود و از تشکیل اسکار جلوگیری مینماید. همچنین بهبودی را زیاد و فیروز را کم میکند.

?- گیاهانی که جریان خون به پوست را بهبود میبخشند میتوانند تحویل مواد غذایی به پوست را تسهیل نموده و مواد زاید متابولیکی را کاهش دهند. ترکیبی از قسمتهای مساوی از گیاهان زیر را بصورت چای (یک فنجان ۴ تا ۶ بار در روز) یا تنطور (۳۰ تا ۶۰ قطره ۳ تا ۴ بار در روز) تهیه نمایید.

(Yarrow) (Archillea millefolium)

(Cleavers) (Gallium aparine) بیتی راخ

(Prickly ash bark) (xanthoxylum clava herculis).

(Marigold) (Calendula officinalis) همیشه بهار

(Ginger root) (Zingiberofficinalis) زنجبیل

جوشانده برگ بید در رفع سوء هاضمه مفید است .

جوشانده برگ بید برای رفع سوء هاضمه، رماتیسم حاد و مزمن و زکام مفید است.

بر اساس مطالعات مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی خراسان رضوی، در پوست درخت بید علاوه بر گلوکوزید، موادی نظیر موم، صمغ، رزین، اکسالات کلسیم و تافن نیز یافت می شود.

در این تحقیق نحوه تولید و پراکنش فراورده‌های دارویی گونه بید در استان خراسان مورد بررسی قرار گرفته است و نتایج حاصل از آن نشان می دهد که جوشانده برگ گل بید برای رفع سوء هاضمه، رماتیسم حاد و مزمن و زکام مفید است.

همچنین در این پژوهش با بیان اینکه پوست درخت بید دارای گلوکوزید، سالوکوزیدها و سالیسن است و اثر مسکن بر دردهای تناسلی دارد، آمده است: مصرف عصاره بید به صورت مصرف خارجی باعث رشد مو می شود و با توجه به خاصیت ضد عفونی کنندگی آن می تواند در نوارهای زخم بندی مورد استفاده قرار گیرد.

گسترده‌گی پراکنش گونه‌های بید سفید (s.alba) و بید کوهی (s. Acmophylla) در کلیه شهرستان‌های خراسان و گونه‌های بید سرخ (s.purpurea) و بید کوهی (s.acophylla) در مشهد و تربت حیدریه است

مصرف موز و کیوی در پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه

مصرف میوه‌جات تازه، سیب زمینی، تربچه، حبوبات، برنج قهوه‌ای، جو، ذرت، کنجد، زیره، گشنیز، رازیانه، آب هویج، هندوانه، خیار و گیلاس برای پیشگیری و درمان این بیماری نقش موثری دارد.

"سنگ کلیه به تهنشین شدن مواد معدنی در لوله‌های ادراری و سفت شدن و کریستالیزه شدن آن گفته می شود که باعلائمی همچون درد شدید نواحی پهلو، کمر و نواحی پایینی لگن و گاه خونریزی در ادرار همراه است "

همچنین با اشاره به عوامل موثر در بروز بیماری سنگ کلیه عفونت‌ها، داروها و ژنتیک از عواملی است که در بروز بیماری سنگ کلیه در فرد موثر است.

آزمایشات انجام شده بر روی سنگ کلیه مشخص می‌کند سنگ از چه نوعی بوده و چه مواد غذایی در ترکیبات آن وجود دارد و عمده‌ترین سنگ‌های کلیه از جنس کلسیم و اگزالات است و اختلالات غده پاراتیروئید یا مصرف بیش از حد پروتئین سبب افزایش ترشح کلسیم در ادرار شده و احتمال ابتلا به سنگ کلیه را افزایش می‌دهد.

بر این اساس توصیه می‌شود که از مصرف بیش از ۳۰۰۰ میلی‌گرم پروتئین همچون گوشت قرمز، ماهی و مرغ در روز خودداری شود.

"اگزالات، ماده‌ای است که مقدار آن در پروتئین‌ها و مواد غذایی همچون اسفناج، ریواس، چغندر، شکلات، چای، سبوس، آجیل، بادام و توت فرهنگی بیشتر است."

نمک طعام، مواد شور و قهوه سبب ترشح کلسیم در ادرار شده و میزان ابتلا به سنگ کلیه را افزایش می‌دهد و به همین دلیل در رژیم‌های غذایی مصرف کلسیم را نباید محدود کرد چرا که باعث افزایش تولید سنگ‌های کلیه می‌شود.

همچنین درباره تاثیر کلسیم در شکل‌گیری سنگ کلیه باید گفت:

کلسیم در روده با اگزالات ترکیب شده و سبب جلوگیری از جذب اگزالات در خون شده و در نتیجه میزان آن را در ادرار کاهش داده و امکان ابتلا به سنگ کلیه را نیز کاهش می‌دهد.

مصرف یک لیوان آب جوشیده در هر ساعت سبب رقیق شدن املاح در ادرار و دفع سریع‌تر و راحت‌تر سنگ در مبتلایان به این بیماری می‌شود.

مصرف منیزیم ویتامین B۱۲، داروهای گیاهی همچون گزنه خاردار، چای جاوا (نوعی نعنا که در کشور هندوستان روئیده و به صورت دم کرده مصرف می‌شود) و گیاه خلا (شل‌کننده مجاری ادراری) در درمان این بیماری موثر است

خاکشیر

خاکشیر دارای اسیدهای چرب مانند اسید لینوئیک، لینولنیک، اولئیک، پالمیک و اسید استئاریک است، همچنین در خاکشیر اسانس روغن فراری وجود دارد که دارای مواد بنزیل و ایزوسیانات است و سنگ کلیه را دفع می‌کند.

برای دفع سنگ کلیه می‌توان خارشتر، خاکشیر و ترنجبین را با هم مخلوط کرده و صبح ناشتا خورد.

خاکشیر التیام دهنده زخم و جراحات، همچنین ادرار آور و تب بر است.

خاکشیر التهاب کلیه را برطرف کرده و صدا را باز می‌کند.

برای از بین بردن کهمیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید.

از گلها و برگهای گیاه می‌توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد.

برای برطرف کردن جوشهای صورت که به علت خوردن چربی و شیرینی زیاد ایجاد می‌شود باید جوشانده یک قاشق ترنجبین را با دو قاشق غذاخوری خاکشیر مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا به مدت دو هفته آنرا میل کنید تا جوش‌ها از بین برود.

گفتنی است، بعضی از افراد هنگامی که خاکشیر می‌خورند ممکن است سردرد بگیرند، این افراد باید خاکشیر را همراه با کتیرا مصرف کنند.

خواص دارویی کلم

تصفیه کننده خون، کلم یکی از سبزی‌های معروف خوراکی است که تاریخی کهن دارد. کلم اقسام مختلفی دارد و به رنگ‌های گوناگون است. مانند: کلم سبز، کلم قرمز، کلم قمری.

فواید کلم:

کلم، رخسار را جلا می دهد و نیکو می سازد. کلم خواب آور بسیار خوبی است. کلم، حرکت کودکان نو پا را آسان می گرداند. مصرف کلم، صدا را صاف می کند. کلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زیاد پاک می کند. کلم پخته در درمان صرغ کهنه و درد کمر و زانو موثر است. کلم پخته، سردرد را تسکین می دهد. برگ کلم سوخته، بهترین پاک کننده زردی دندان ها و خشک کننده بسیار خوبی است. تخم کلم، ضد خونریزی لثه و ضد کرم دستگانه گوارش است. تخم کلم ضد کم خونی است و قوه بینایی و نور چشم را افزایش می دهد. مداومت در خوردن کلم، باعث از بین رفتن سنگ های ادراری و تناسلی خواهد شد. کلم به علت دارا بودن مواد گوگردی برای خارش و شستشوی موی سر شوره دار، داروی بسیار خوبی است. کلم تصفیه کننده خون استک کلم دارای یک اسانس سلفوره است که برای معالجه کرم امعاء به کار می رود. برای درمان زخم های عمیق و زخم های سرطانی، پماد برگ کلم با آرد جو مفید است. سوخته کلم برای درمان جوش های دهان، رفع زردی دندان و جلوگیری از ریزش مو مؤثر است. برای این منظور باید سوخته کلم را در محل مورد نظر بمالند و این کار را تکرار کنند تا اثر خود را ببخشند. خوردن ۶/۲۵ گرم تخم کلم که با آب پخته شده باشد، لکه های پوستی را برطرف می کند. شیره کلم خام، برای تقویت خون اشخاصی که کمبود آهن دارند مفید است. شیره کلم خام، غشاهای مخاطی معده و روده ها را پاکیزه می کند. برگ کلم له شده، برای درمانی ناراحتی های پوستی مؤثر است. کلم اکسیری است که دوی همه دردهاست و تمام اعضای بدن از آن استفاده می کنند و هیچ دردی نیست که در مقابل کلم دوام آورد. کلم زخم های بواسیر را التیام می دهد. کلم سنگینی گوش را درمان می کند. برگ های خام کلم سبز یا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخورید. زیرا برگهای کلم مقدار زیادی کلسیم و گوگرد دارد که برای تقویت خون بی اندازه مفید است و سالاد برگ کلم، بهترین درمان کم خونی است. مصرف سوپ کلم برای معالجه برونشیت و سرفه شدید مفید است. برگ کلم سفید یا قرمز در معالجه امراض کبد و یرقان (زردی) نتایج مؤثری دارد. کلم بهترین داروی طبیعی برای معالجه اسهال است، برای این منظور باید برگ کلم یا گل کلم را با آب پیزید و فلفل و کره به آن چاشنی کنید و با کره و نان برشته به عنوان غذا مصرف کنید. مصرف کلم، بیماری نفريت (ورم چرکی کلیه) را درمان می کند. مصرف کلم برای مبتلایان به نفريت به سبب دفع سموم موجب تسکین درد می شود. اگر برگ کلم را به وسیله گذاردن اطوی داغ روی آن به صورت پماد در آورده و روی جاهایی که در بدن درد می کند بگذارید این مرهم (ضماد) برای تسکین درد اعصاب و رماتیسم و سیاتیک مؤثر است. مصرف شربت کلم، روزانه سه قاشق و هر بار یک قاشق قهوه خوری تمام کرم های بدن را دفع می کند. کلم به علت داشتن آهک زیاد، ارسنیک و ید، یکی از غذاهای بسیار عالی و مفید است و برای درمان سستی استخوان، سل و کم خونی نظیر ندارد.

در کلم املاح سولفات، نیترات دوپتاس، اکسیدهای آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد.
تذکر: خوردن کلم برای بیمارانی که مبتلا به گواتر و بواسیر هستند و افرادی که به خارش بدن مبتلا هستند مضر است.
طریقه مصرف:

مصرف کلم به صورت سالاد، بسیار لذیذ و نافع است.

آب کلم نیز راهی برای مصرف کلم است اما ممکن است به ذائقه بسیاری از مردم خوش نیاید. برای این منظور می توان آب هویج خام و چند قطره آب لیمو به آن اضافه کرد و سپس مصرف کرد.
بهترین کلم و روش نگهداری آن:

وقتی کلمی را انتخاب می کنید، باید برگ هایش محکم و چسبیده باشد و سر آن سنگین و محکم و برگ های خارجی اش هنوز روی آن باشد. برای اینکه تازگی کلم حفظ شود، آن را در پارچه ای پیچید و در یخچال نگهداری کنید

نعناع صحرائی

یکی دیگر از گیاهان ارزشمند می باشد. اعضاء دیگری از خانواده نعناع مانند اسبی، در تمام اروپا، جنوب آفریقا و آسیای صغیر یافت می شوند.

این گیاهان همیشه در طول تاریخ جزء گیاهان بومی و ملی محسوب شده و در کتاب ها از آنها نام برده شده است. نعناع صحرائی به شکل تجارتی در شمال آمریکا، اروپا و قسمت هایی از آسیا کشت می شود. قسمت عمده این محصول در شمال غربی اقیانوس اطلس و خاور میانه یافت می شود این گیاه دارای طول عمر طولانی بوده و برگ های چهارگوش دارد. این برگ ها معطر و دارای بافت های تولید کننده چربی هستند ساقه آن نیز روغن ترشح می کند. گیاهان دیگر هم خانواده نعناع عبارتند از: بکسان، گذر نای کوهی، بادرنج بویه، تین، زوفا، موز نگوش، آوشین، گلپر، گیاه عرقچین و چند گیاه دیگر. نعناع صحرائی برای مصارفی مثل خوش طعم کردن نوشیدنی ها، تهیه ژله و سس بهترن ماده می باشد همچنین این گیاه دارای مصارف پزشکی و دارویی فراوانی از قبیل: درمان اسهال، قولنج، سردرد های عصبی و بیوست دارد. گیاهان دیگری نیز وجود دارند که در سایر فصول به عنوان گیاهان استثنایی و عجیب از آنها یاد می شود ولی در این فصل بحث در مورد گیاهانی بود که در شرایط کنونی جهت تندستی بشر مفید می باشند

مصرف ریحان در تسکین سردرد و تنگی نفس موثراست

مصرف ریحان در تسکین سردرد و میگرن و نیز در درمان سرفه و تنگی نفس موثراست.

ریحان سبز گیاهی است یکساله که بلندی آن تا شصت سانتی متری رسد و برگهای جوان آن سبز و روشن و به شکل بیضی نوک تیز با دندانه های ریز و معطراست.

طبیعت این گیاه گرم و خشک می باشد و خواص درمانی آن مقوی، محرک و بادشکن است و به هاضمه کمک می کند، علاوه براین تب بر، آرام کننده و ضد اسپاسم است.

ریحان باعث رفع بوی بد ناشی از خوردن سیر و پیاز می شود. همچنین زخمهای دهان را از بین برده و کندی دندان را برطرف می کند.

از سوی دیگر، ضعف معده و ضعف اعصاب را رفع، و انواع سردرد و میگرن را تسکین می دهد. برای قی کردن و سکسکه و پولیپهای بینی مفید بوده و درد سینه، سرفه و تنگی نفس را نیز درمان می کند.

تخم ریحان هم ملین است و هم برای قطع اسهال مصرف می‌شود. اسهال خونی و سوزاک و زخمهای خورنده را درمان و دم کرده تخم آن درجه حرارت بالای بدن را کاهش می‌دهد.

اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۱)

گیاهان دارویی برای قرنهای متمادی جهت استحمام مورد استفاده آرایشی و درمانی قرار گرفته‌اند. این گیاهان معمولاً دارای بوی مطبوع، رنگ دلخواه یا خواص دارویی گوناگون بوده‌اند. از طرفی در دسترس بودن در منزل موجب استفاده هرچه بیشتر از آنها شده است.

امروزه مشخص شده که فرآورده‌های گیاهی افزوده شده به وان حمام به میزان زیادی موجب تحریک پوست میشوند. در مقایسه با گروه کنترل، استحمام با کاج (pine bath) موجب افزایش بیشتری در تعداد گلبولهای سفید شده است. در حال حاضر هیچ شکی وجود ندارد که تعداد زیادی از ترکیبات دارویی تهیه شده از گیاهان با اضافه شدن به وان حمام از طریق پوست جذب میشود. این ترکیبات خونرسانی به لایه‌های بافتی نزدیک پوست را زیاد می‌کنند و فوائد اثرات دارویی آنها به موجود زنده می‌رسد.

باید خاطر نشان کرد که تحقیقات علمی درباره درمان بوسیله استحمام با فرآورده‌های گیاهی در مراحل اولیه خود می‌باشد همچنین بحث‌های قابل توجهی درباره نوع فرآورده‌های مورد استفاده برای استحمام وجود دارد. قرصها و نمک‌های استحمام که بصورت OTC (بدون نسخه) بفروش می‌رسند برای مصارف درمانی فایده‌ای نداشته و بیشتر جنبه آرایشی دارند.

از طرف دیگر روغن‌های خالص با کیفیت و نیز اشکال امولسیون ممکن است استانداردهای لازم را داشته باشند. بدون شک عصاره تام گیاهان نیز مؤثرند اما عمومیت کمتری دارند زیرا قوام سفت شبیه شربت داشته و آب را کدر می‌کنند لذا هر جا که اثری بجز اثرات حاصل از جذب فرآورده مدنظر باشد مورد استفاده قرار می‌گیرند مثلاً استحمام با گیاه دم اسب.

- روغن‌های استحمام گیاهی به ترکیبی از کل قسمت‌های گیاهان دارویی ترجیح داده میشوند زیرا روغن‌های فزای اجزای فعالی هستند و به طور آشکاری جذب پوستی دارند.

گاهی جوشانده غلیظ گیاه دم اسب یا پوست بلوط تهیه و به آب استحمام افزوده میشود یا مقدار لازم از داروی گیاهی در یک کیسه کتانی گذاشته شده و کیسه مزبور را در آب استحمام قرار میدهند. از این روشها برای استحمام کامل استفاده نمی‌شود اما همچنان برای استحمام نسبی و کمپرس مرطوب مناسب هستند.

- طبقه بندی گیاهان دارویی برای استفاده در استحمام بر اساس اجزاء فعال آنها کار مشکلی است زیرا اثرات آنها با یکدیگر همپوشانی دارد. اما این طبقه بندی واضحترین تصویر را ارائه میدهد. در ذیل مهمترین گیاهان دارویی مورد استفاده در استحمام، مورد بحث قرار گرفته‌اند.

استحمام با کاج (Pine Baths)

استحمام با کاج به طور گسترده‌ای بکار رفته و به طور وسیعی مورد تحقیق قرار گرفته است. مشخص شده که این نوع استحمام دارای اثر محرک و تحریکی (سوزشی) غیر اختصاصی وابسته به دوز است که به آسانی قابل کنترل میباشد. صنوبر نروژی بیشتر مورد استفاده قرار گرفته و شاخه‌های جوان از درختان ۸۰-۶۰ ساله ترجیح داده میشوند زیرا اجزای فعال بیشتری دارند. موارد درمانی این نوع استحمام برای بیماریهای عصبی، روماتیسمی و دردهای عصبی است. حداقل نیم ساعت استراحت بعد از استحمام با کاج باندازه خود استحمام مهم است.

استحمام با پوست بلوط (Oak Bark Bath)

بلوط فاقد اسانس و فقط محتوی تانین است که به طور متوسط نسبت به کاج بیشتر بوده و عمدتاً به صورت موضعی اثر میکند از این نوع استحمام عمدتاً در درمان بیماریهای مزمن پوست، تقویت پا و همانند اینها استفاده میشود. فواید فرم کمپرس آن برای آگزمای ترشح‌دار و بیماریهای چشمی تحت بررسی است. ابتدا مقدار کمی از پوست بلوط را در یک لیتر آب می‌جوشانند تا حجم آب به نصف برسد و این جوشانده را به حمام دست یا پا می‌افزایند.

استحمام با سبوس گندم (Bran Bath)

این نوع استحمام دارای اثر تسکین دهنده روی پوست است و برای بیماریهای حاد پوستی و معمولاً برای پوستهای حساس به کار میرود که صابون را تحمل نمی‌کنند

گیاهی برای سردردهای بی پایان

میگرن و زنجبیل زیرا این گیاه دارویی مفید، برای پیشگیری و کنترل میگرن در حد داروهای شیمیایی مصنوعی مدرن که احتمالاً دارای عوارض جانبی نیز هستند، موثر است.

طبق نظر دکتر کریشنا سریواستاوا از دانشگاه اودنسن دانمارک، زنجبیل که برای سال‌های متمادی در کشورهای مختلف جهان برای درمان سردرد، تهوع و اختلالات عصبی مورد استفاده قرار می‌گرفته است تأثیری دارد که برای کنترل ناراحتی‌های فوق از نظر دانش فیزیولوژی منطقی به نظر می‌رسد.

وی می‌گوید: زنجبیل مانند آسپرین و برخی از سایر داروهای دیگر ضد میگرن برای کنترل عکس‌العمل‌های التهابی شامل هیستامین و درد کمک می‌کند.

پیشنهاد می‌شود که با احساس اختلال دید که معمولاً اولین علامت شروع حمله میگرن است زنجبیل خورد؛ یعنی حدود ۶۰۰ - ۵۰۰ میلی‌گرم که در حدود ۳/۱ قاشق مرباخوری است پودر زنجبیل را در آب ساده ریخته و خورد.

اما اگر بیماران مبتلا به میگرن مصرف ریشه زنجبیل تازه را در برنامه رژیم غذایی خود قرار دهند، از نظر تکرار و شدت هر حمله تخفیف قابل ملاحظه‌ای را مشاهده خواهند کرد.

سردردهای میگرنی که ۱۰ درصد جمعیت را تشکیل می‌دهد، در زن‌ها شایع‌تر است و بهتر است افراد مستعد، از خوردن شکلات و پنیر کهنه که باعث شروع سردردهای میگرنی می‌شود و همچنین مصرف الکل، کنسروها و غذاهای حاوی ادویه مخصوص غذای چینی (مونوسدیم گلوتامات) که طعمی شبیه گوشت ایجاد می‌کند، پرهیز کنند.

خواص دارویی زیتون

پزشکان و متخصصان تغذیه می‌گویند که زیتون اشتها را افزایش می‌دهد. کسانی که می‌خواهند لاغر شوند بهتر است زیتون شور بخورند. برگ زیتون فشار خون را کاهش می‌دهد و جوشانده برگ آن درد دندان را تسکین می‌دهد.

روغن زیتون علاوه بر کاهش کلسترول و جلوگیری از پیدایش عوارض عروقی، مانع رسوب کلسترول درون رگها و تنگ شدن آنها می‌شود.

پزشکان می‌گویند که اگر روزی دو قاشق روغن زیتون بخورید سلامت خود را تضمین می‌کنید.

بر اساس نتایج چندین پژوهش، زیتون به سبب داشتن ارزش غذایی بالا به رشد جنین در رحم کمک می‌کند.

پژوهشگران می‌گویند که روغن زیتون سرشار از اسیدهای چرب اشباع نشده است که درمان زخم معده و بیماری‌های قلب و تصلب شرایین و تشکیل استخوان کودکان مؤثر است.

زیتون و روغن آن میزان قند خون را تنظیم می کند و خاصیت ضد سرطانی دارد.

خواص دارویی عناب

درخت عناب در مناطق گرمسیر رشد می کند. برگهای آن کوچک و دندانه دار است. این گیاه گل‌های کوچک و به رنگ سبز مایل به زرد دارد. اما خود عناب قرمز رنگ و شبیه تخم مرغ است. یک هسته شیرین دارد. این میوه کمی سرد است و خواص دارویی زیادی دارد. عناب به دلیل داشتن لعاب زیاد نرم کننده سینه است. ملین بوده و ادرار را زیاد می کند و آرام کننده اعصاب است. خون را تمیز می کند و ضد سرفه است، بی خوابی را برطرف می کند. جوشانده پوست این درخت به عنوان داروی ضد اسهال مصرف می شود.

عناب برای آسم و تنگی نفس مفید است و زخم های کهنه را التیام می بخشد. این میوه خستگی شدید را برطرف، رشد موی سر را زیاد می کند و برای ورم چشم مفید است. عناب دستگاه هاضمه را تقویت و همچنین کم اشتهاپی را برطرف می کند. آب عناب با کاهو در درمان سرطان مؤثر است.

هرگاه احساس غمگینی به شما دست داد بهتر است یک فنجان دم کرده عناب را میل کنید این نوشیدنی لبخند به لبهای شما می آورد.

طرز استفاده:

می توانید ۵۰ گرم عناب را در یک لیتر آب بجوشانید و میل کنید.

همچنین ۱۴ دانه عناب را با ۲۵ گرم جو پوست کنده در ۲ لیتر آب بجوشانید و بگذارید محلول ته نشین شود و آب زلال آن را بنوشید.

طریقه دیگر مصرف:

این است که ۲۰ دانه عناب را با ۳۰ دانه مویز دانه گرفته و ۳۰ دانه سپستان و ۱۷ گرم شاخه گلدار بنفشه در نیم لیتر آب خیس کنید و ۲۴ ساعت بگذارید بماند، سپس آن را صاف کنید و با ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین مخلوط کنید تا کاملاً حل شود و قدری گلاب به آن اضافه کنید و بنوشید.

البته توجه داشته باشید عناب در افراد سرد مزاج باعث گاز و نفخ معده می شود. این افراد باید عناب را با شکر و مویز بخورند. بهتر است این میوه با غذاهای محرک مانند عسل میل شود.

عدس

عدس از خانواده حبوبات است. حبوبات دانه هایی هستند که درون پوسته ای محافظ رشد می کنند.

مواد مغذی عدس:

اسید فولیک - یکی از مواد مغذی بسیار مهم و موجود در عدس است. اداره بهداشت و سلامت امریکا توصیه می کند خانم هایی که زایمانشان نزدیک است باید روزانه ۴۰۰ میلی گرم اسید فولیک دریافت کنند.

یک لیوان عدس پخته ۹۰ درصد اسید فولیک مورد نیاز را تأمین می کند.

آهن - عدس منبع خوبی از آهن است؛ به ویژه برای خانم هایی که بدنشان نیاز بیشتری به آهن دارد، مصرف عدس به همراه غذاهای حاوی ویتامین (ث) سبب جذب بهتر و مؤثرتر آهن در بدن می شود.

منابع ویتامین (ث) عبارتند از: گوجه فرنگی، فلفل سبز، کلم بروکلی، مرکبات، آلبمیوه ها.

پروتئین - عدس سرشار از پروتئین است. فقط اسید آمینه (میتونین) آن کم است. مصرف غلات، تخم مرغ، آجیل و دانه های

خوراکی دیگر، گوشت، لبنیات، به همراه عدس منبع پروتئینی غنی و کاملی را تشکیل می دهد.

فیبرهای محلول - عدس فیبرهای محلولی دارد که مانند جارویی زبر، دستگاه گوارش را تمیز می کنند. این نوع فیبر، گلوکز (قند) و کلسترول سرم را کاهش می دهد و نیاز به انسولین را در افراد دیابتی کم می کند.
مواد غذایی حاوی فیبر محلول: سبزیجات، جوی دو سر، جو، سبوس جو، میوه ها، انواع لوبیا.

خواص دارویی سیب

درخت سیب در اکثر نقاط دنیا پرورش داده می شود و در هر جای دنیا وجود دارد تمام مردم دنیا آن را می شناسند. سیب انواع مختلف دارد: ترش و شیرین. که هر دو نوع آن دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بی مناسبت نیست که یک ضرب المثل انگلیسی می گوید: (خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد پزشک بی نیاز می کند).

سیب دارای کالری، پروتئین، کلسیم، فسفر، آهن و انواع ویتامین های A - B₁ - B₂ - B₃ و ویتامین C می باشد.

التهب این را بدانید که ویتامین های موجود در سیب بیشتر در پوست سیب و زیر پوست آن قرار دارد، بنابراین اگر شما می توانید پوست سیب را هضم کنید، بهتر است که آن را با پوست میل کنید و اگر می خواهید پوست آن را بکنید بهتر است که سیب را خیلی نازک پوست بگیرید.

سیب از میوه هایی است که فواید بسیاری دارد یک میوه قلبی است که بدن را تمیز می کند و آب اضافی بدن را خارج می سازد. سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال به کار برد. البته کسانی که ناراحتی های معده و روده دارند بهتر است که این میوه را به صورت پخته مصرف کنند.

شربت سیب برای سرفه مفید است و گرفتگی صدا را برطرف می کند و در درمان التهاب کلیه و مثانه مؤثر است. سیب اشتها آور بوده و برای درمان سرماخوردگی مفید است. سیب پخته معده و کبد را تقویت می کند و حرارت بدن را خارج می سازد .
آب سیب برای زیبایی پوست و از بین بردن چین و چروک آن مؤثر است. بهتر است آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید.

همچنین می توانید سیب پخته را با شیر مخلوط کنید و به صورت نیم گرم روی پوست بگذارید، بعد پوستتان را بشوید.

توجه داشته باشید که اگر می خواهید سیب را با پوست میل کنید برخی سیب ها دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می باشد که قبل از مصرف پوست این سیب ها را خوب بشوید.

سیب برای ریه بسیار مفید است زیرا خاصیت ضد اکسیداسیون دارد و تأثیر منفی آلودگی و دود سیگار را کاهش می دهد از این رو روزی یک سیب و حداقل هفته ای ۵ سیب بخورید.

خوب است بدانید اگر روزی یک عدد سیب بخورید دیگر احتیاجی به دندان پزشک پیدا نمی کنید.

- سیب عفونتها را از بین می برد و در واقع نوعی پنی سیلین طبیعی است.

- یبوست و اسهال را درمان می کند. افرادی که اسهال دارند باید سیب را رنده کنند و بگذارند تا چند ساعت بماند تا رنگش تغییر کند و تیره شود (یعنی پکتین موجود در آن اکسید شود) و بعد آن را بخورند.

- آب سیب تازه سموم بدن را دفع می کند و برای اطفال خیلی مفید است.

- درجه تب را پایین می آورد و گلو درد و سینه درد را بهبود می بخشد.

- به سبب خاصیت دفع اسید اوریک، برای درمان بیماری نقرس و آرتروز و رماتیسم بسیار مفید است.

- مصرف حداقل ۳ عدد سیب در روز خطر مرگ یا بیماری های قلبی را کاهش می دهد.

- بافت گیاهی سیب قادر است که خطر مرگ بر اثر گرفتگی رگهای بدن را تا ۱۴ درصد کاهش دهد.
 - بافت گیاهی سیب قادر است که خطر مرگ بر اثر گرفتگی رگهای بدن را تا ۱۴ درصد کاهش دهد.
 - مالیدن مقداری سیب روی محل گزیدگی نیش عقرب یا زنبور به بهبود آن کمک می‌کند.
- سیب و پیشگیری از بیماریهای عصبی:

- بر اساس نتایج پژوهشی جدید در امریکا، خوردن روزانه یک عدد سیب خطر ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهد و از نابودی سلولهای مغز و ابتلا به بیماری‌های عصبی مانند آلزایمر و پارکینسون جلوگیری می‌کند. در این پژوهش آمده است که بسته به میزان مصرف سیب، ترکیبات حیاتی و فعال و مهم افزایش می‌یابند که در کاهش خطر مشکلات و بیماریهای عصبی تحلیلی نقش مهمی دارند.

پوست سیب از ابتلا به سرطان جلوگیری می‌کند:

مواد غذایی موجود در پوست سیب خاصیت ضد سرطانی دارد ویتامین (ث) از ابتلا به سرطان جلوگیری می‌کند. خاصیت ضد سرطانی مواد گیاهی موجود در پوست سیب از ویتامین (ث) نیز بیشتر است.

- سیب یکی از میوه‌های سرشار از ویتامین (فلافونول) است و این میوه خاصیت ضد اکسیدانی دارد و سلولهای آسیب دیده را ترمیم می‌کند.

سیب و سرطان سینه:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید در امریکا، خوردن یک عدد سیب در روز خطر ابتلا به سرطان سینه را در زنان کاهش می‌دهد. خوردن سیب برای کبد، لوزالمعده و کیسه صفرا بسیار مفید است و ترشحات اسید معده را افزایش می‌دهد. خوردن سیب در شب به هضم غذا کمک می‌کند و خواب خوشی را به همراه خواهد داشت

خواص دارویی سیب زمینی

سیب زمینی از جمله صیفی‌هایی است که برای پوست مفید است. اگر نواحی از چشم شما پف دارد می‌توانید یک عدد سیب زمینی خام را به تکه‌های کوچک تقسیم کنید و روی چشمهایتان بگذارید. پف اطراف چشمهایتان برطرف خواهد شد. سیب زمینی آب‌پز و درمان افسردگی:

بر اساس نتایج پژوهشی در امریکا، سیب زمینی آب‌پز، با افزایش ترشح هورمون سروتونین (هورمون احساس خوشبختی) به درمان افسردگی و بد مزاجی کمک می‌کند. (ورزش، نور کافی در خانه و محیط کار، (پرتوی خورشید) روابط خوب اجتماعی، تغذیه مناسب به افراد افسرده کمک می‌کند که برای همیشه داروهای افسردگی را کنار بگذارند.)

سیب زمینی سرخ شده و پوسیدگی دندان:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید، عادت به خوردن خوراکیهایی مانند: سیب زمینی سرخ شده، در کار لعاب دهان - که نقش محافظت از دندانها در برابر پوسیدگی را دارد - اختلال به وجود می‌آورد. در این پژوهش آمده است که خوارکیهای حاوی کربوهیدرات موجب اسیدی شدن لعاب دهان می‌گردد و زمینه را برای رشد میکروبهای عامل پوسیدگی دندان هموار می‌کند و مواد معدنی مینای دندان را کاهش می‌دهد.

خواص دارویی شاهدانه

شاهدانه ضد جانور و انگل معده، شاهدانه از گیاهان یک ساله و لیفی است و دو پایه ای است. دارای ریشه عمودی و ساقه بلند و ۲

تا ۴ متر ارتفاع.

خواص شاهدانه:

در مناطق دور بیشترین کاربرد شاهدانه در چین و هندوچین است. استوارت می نویسد که در چین تمام قسمت‌های مختلف گیاه شاهدانه در طب سنتی و چین به عنوان دارو کاربرد دارد.

از تخم شاهدانه به عنوان تونیک، نیروبخش، مسهل و ملین، نرم کننده، مدر، مسکن، ضد جانور، انگل معده و مخدر استفاده می شود. مصرف زیاد آن مجاز آن خطرناک است. یعنی از مسکن هایی است که طبق معمول، اسراف در خوردن آن خطرناک است.

تخم شاهدانه در موارد زکام و ناراحتی های پس از زایمان و قی و استفراغ شدید مصرف می شود و در استعمال خارجی، روی تاول ها و زخم ها و به طور کلی زخم سر و کچلی می اندازند.

ماسون و تئوبالد می گویند که گیاه شاهدانه ارزش زیادی برای معالجه کزاز دارد. گیاه شاهدانه مسکن واقعی و مؤثری برای درد شکم و معالجه سوء هاضمه با علائم درد و برای سرطان ها و زخم ها اثر شفا بخش دارد به علاوه برای معالجه میگرن و نورالژی و رماتیسم و درد اعصاب مفید است.

از تخم آن پس از اینکه به ترتیب خاصی تهیه و به صورت دارو آماده شد برای پایین افتادگی رحم و کمک به وضع حمل و به عنوان تب بر استفاده می شود.

شاهدانه طبق نظر حکمای طب سنتی، از نظر طبیعت، قسمت های مختلف آن متفاوت است.

- تخم آن خیلی گرم و خشک است. پوست آن سرد و خشک است و از نظر خواص معتقدند که به علت مرکب القوی بودن برگ آن در عین حال که فرح، سرور، نشاط و نیکویی به رنگ رخسار می آورد، مخدر نیز هست و پس از آن سستی می آورد. بعد از آن که آثار قسمت گرم آن نشاط است زایل شد آثار قسمت سرد آن که تخدیر و سستی است ظاهر می شود و اشتهای غذا را از بین می برد و نهایتاً موجب غم، تکدر، تاریکی دید چشم، جنون، مالیخولیا، ترس بسیار و استسقا می شود.

عصاره برگ آن برای از بین بردن شپش سر و ریختن چند قطره از عصاره برگ و روغن آن در گوش برای تسکین درد گوش نافع است. خوردن برگ آن رطوبت های معده را خشک می کند و شکم را می بندد و قبض می کند و ترشح ادرار را زیاد می کند. ضماد و برگ آن برای تحلیل ورم های گرم و تسکین دردهای عصبی مفید است. مقدار خوراک آن تا ۴ گرم و اسراف در خوردن آن مضر و خطرناک است.

- تخم آن آشفتگی حال و به هم خوردن دل را تسکین می دهد و بادها را پراکنده می کند و قابض است. مضار آن این است که سردرد می آورد، دید چشم را کم می کند و مضر معده است. برای احتراز از این عوارض باید سرخ کرده آن را خورد.

روغن شاهدانه گرم و خشک است و برای درد گوش، اعصاب، تحلیل ورم های سفت و نرم کردن سفتی رحم نافع است. چند قطره در گوش ریخته شود و یا روی سایر اعضا و ورم مالیده شود.

روش تهیه عصاره گیاه شاهدانه:

سرشاخه های گلدار شاهدانه هندی ۱ واحد، الکل ۶۰ درصد ۶ واحد، آب مقطر ۱ واحد گرفته و طبق روش معمول از آن عصاره تهیه می کنند. مقدار خوراک این عصاره ۵ سانتی گرم تا ۵ دسی گرم بر حسب مورد در رفع حساسیت های شدید و دردهای

رماتیسمی مصرف می شود

نویسنده: فرزانه محمدحسینی

لیموترش درختی است به ارتفاع ۴ تا ۵ متر. از مشخصات دیگر آن این است که دمبگی با بالهای باریک‌تر از نارنج و پرتقال دارد. میوه‌اش پس از رسیدن به رنگ زرد روشن دارای طعم و مزه مطبوعی می‌باشد. درختان لیموترش و لیموشیرین، بیشتر در نواحی شمالی و جنوبی ایران پرورش می‌یابند.

خواص درمانی لیموترش:

لیموترش دارای اثر زیادکننده فعالیت گلبول‌های سفید خون در دفاع از بدن می‌باشد. مقوی قلب و سیستم عصبی و سمپاتیک، اثر مدر ضد روماتیسم و نقرس و همچنین آرام‌کننده و ضد اسکوربوت، کم‌کننده چسبندگی خون در (رقیق‌کننده خون تصفیه‌کننده، ضد آسم و بندآورنده خون نیز هست. لیموترش گوهر تمام میوه‌هاست. این میوه خون را تصفیه و مخاط را پاک و ضد عفونی می‌کند. در ضمن کشنده میکروب نیز می‌باشد. ویتامین C موجود در لیمو عامل تقویت نسوج بوده و رگهای موئینه را تغذیه می‌نماید. آب تازه لیموترش اثرات بسیار مفیدی ظاهر می‌کند که به صورت زیر نشان داده می‌شود؛ ۱- دارای اثر ضد عفونی‌کننده آبهای آشامیدنی مشکوک است، اگر بخواهید آب استریزه و کاملاً ضد عفونی شده بنوشید از این دستور می‌توانید استفاده کنید؛ چند قطره آب تازه لیموی ترش را در لیوان آبی که می‌خواهید بنوشید بریزید، از این طریق می‌توانید آبی کاملاً پاک و تمیز بنوشید. از این روش در بسیاری از کشورها از جمله آلمان استفاده می‌شود. ۲- اگر به سلامت گوشت و ماهی تردید دارید می‌توانید از آب تازه لیموترش استفاده کنید. ۳- برای اینکه مطمئن شوید شیر بریده است یا نه می‌توانید چند قطره از آب لیموترش در شیر بچکانید و بعد به هم بزنید. اگر شیر حالت دانه دانه پیدا کرد، معلوم است که بریده است و قابل استفاده نیست. ۴- برای تهیه شربت لیموناد قطعات درشت یک لیموترش را در داخل بطری محتوی ۵ لیتر آب وارد کرده و هر روز ۲ بار، آن را تکان دهید. پس پایان ۸ روز مایع را با صافی صاف کرده و در بطری دیگری ریخته و درب آن را گذاشته و به حالت خوابیده نگهداری کرده و موقع مصرف از آن استفاده کنید. ۵- از دم کرده ۲ یا ۳ عدد لیمو با پوست در یک لیتر آب پس از سرد شدن، نوشابه بسیار خوبی به دست می‌آید. ۶- آب تازه لیموترش اثر قلیایی‌کننده و ضد اسیدیته معده را دارد، زیرا لیموترش دارای مقداری پتاس و اسید سیتریک است و هنگامی که این اسید وارد بدن می‌شود و کلسیم تجزیه شده تولید می‌کند در نتیجه دو مولکول اسید کربنیک از بین می‌رود که در قلیایی کردن خون نقش بسزایی دارد. بدین ترتیب مقدار زیادی از ترشی خون از بین می‌رود. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان در این زمینه نشان می‌دهد که این ماده برای سلول‌ها نیز حالت اسیدی دارد زیرا طعم لیموترش مربوط به اسیدهای آلی است که در سلول‌ها به حالت اسیدی باقی نمی‌ماند. مصرف طولانی لیموترش باعث به وجود آمدن کربنات پتاسیم در اعضا می‌شود که شدت اسیدیته مایعات بدن را کم می‌کند به همین دلیل است که زیادی ترشی معده با مصرف شیره رقیق شده لیموترش با آب این حالت را خنثی می‌نماید. در واقع اسید سیتریک طبیعی جذب و اکسیده می‌شود و پس از تغییراتی تولید کربنات و بی کربنات‌های کلسیم و پتاسیم و غیره می‌نماید که خود باعث قلیایی نگهداشتن خون می‌گردد. برای رفع لکه صورت و کک و مک اگر آب تازه لیموترش که کمی نمک به آن افزوده شده باشد به عنوان لوسیون صورت مورد استفاده قرار بگیرد بسیار موثر است. از این لوسیون دو دفعه در هفته به پوست مالیده شود اثر بهتری روی پوست پدید می‌آورد.

دستور برای دیگر برای شفافیت دندان‌ها این است اگر هر هفته یک بار دندان‌ها را با آب تازه لیموترش مسواک بزنید بسیار موثر است. محل گزش حشرات را با یک قطعه لیموترش مالش دهید که در درمان و رفع ناراحتی‌های آن کمک می‌نماید. برای تقویت لثه‌ها اگر یک برش از لیموترش تازه را بر روی لثه‌ها بمالید باعث تقویت و استحکام آنها می‌شود. برای شادابی و تقویت دستها اگر آب لیموتازه را به کف دستها ریخته و مالش دهید باعث سلامت و شفافیت دستها می‌شود. مصرف اسانس پوست لیمو ترش در موارد ضروری به میزان ۵ تا ۱۰ قطره مخلوط با عسل و یا چکاندن چند قطره آب تازه لیموترش در بینی و تکرار آن برای چند دفعه

در روز در رفع ناراحتی‌های زکام موثر واقع می‌گردد. آب لیموترش مخلوط با عسل در دهان باعث از بین رفتن آفتها و التهابات مخاط دهانی می‌شود. همچنین قرقره کردن آب لیموترش برای رفع آئزین‌ها موثر است. کمپرس شیره لیموترش تازه بر روی ناحیه پیشانی و شقیقه و یا به صورت برش‌های نازک به منظور درد و ناراحتی‌های میگرن بسیار موثر بوده و درد را تسکین می‌دهد. در مواردی که ناخن‌ها حالت شکنندگی دارند، ناخن‌ها را صبح و شب به مدت یک هفته با آب تازه آغشته نموده و با پنبه به روی ناخن‌ها بمالید. این حالت برای همیشه از بین می‌رود و ناخن‌ها محکم و سفت می‌شود. افرادی که دارای پوست چرب هستند باید لوسین حاصل از لیموترش را صبح و شب به پوست صورت بمالند و به مدت ۲۰ دقیقه صبر کرده، بعد با آب ولرم شستشو دهند و سپس از کرم مرطوب‌کننده استفاده کنند. لیموترش در بسیاری از بیماری‌ها اثرات مفیدی را ظاهر می‌کند که باعث از بین رفتن بیماری‌های عفونی مختلف از جمله: ریوی مربوط به روده، مالاریا، بی‌اشتهایی، آب آوردن شکم، رماتیسم و نقرس، دفع رسوبات ادراری و صفراوی، سوءهضم، واریس، چاقی، یرقان و استفراغ می‌شود.

لیموترش اثرات مفیدی در بسیاری از بیماری‌ها از جمله نارسایی اعمال کبد و لوزالمعده، بالا-بودن فشار خون، هموفیلی، خونریزی‌های معده و روده، وجود خون در ادرار، دیستانژی دارد. استعمال خارجی آن در رفع سینوزیت، آئزین، التهاب مجرای گوش، ضایعات ناشی از سرمازدگی که بیشتر در انگشتان و پاشنه پا حاصل می‌شود و نیز در بهبود زخم‌های عفونی موثر است. یک برش لیموی تازه در داخل یک فنجان قهوه داغ غلیظ بیندازید و بنوشید، مسکن بسیار مقوی است برای سردردهای میگرنی یا اگر آب یک عدد لیمو را با یک لیوان آب گرم مخلوط نموده و به صورت کمپرس استفاده کنید، برای از بین رفتن نفخ شکم، دل به هم خوردگی و سایر اختلالات هاضمه و رفع تریشی معده مفید است. اگر یک عدد لیموترش را با پوست و گوشت و هسته آن برش کنید و در نیم لیتر آب داغ بیندازید که به مدت یک ساعت بماند، سپس آن را بیرون بیاورید و بفشارید و آب فشرده آن را با قند و یا در صورت تمایل با عسل میل کنید و روزی یک لیوان آن باعث رفع شدن حالات مذکور خواهد شد. آب لیموی تازه مخلوط با نصف لیوان آب و کمی عسل، نوشابه بسیار مفرحی است که برای بیماران تب‌دار بسیار موثر خواهد بود.

مصرف دانه‌های له شده لیموترش مخلوط با عسل در صبح ناشتا در رفع کرمک بسیار نافع خواهد بود. برای رفع برفک و ورم داخل دهان می‌توانید به این طریق عمل نمایید. لیمو و سماق را از هر کدام به اندازه ۱۰۰ گرم جوشانده و صاف کنید و بعد آن را در دهان مزه کرده و بعد بیرون بریزید و با مصرف این دستور برای همیشه از ناراحتی این چینی رها می‌شوید. پوست لیمو اثر بادشکن و ضد گاز معده دارد. بهتر است برای استفاده از این میوه از آب آن استفاده کنید، میوه لیموترش در درمان بسیاری از بیماری‌ها از جمله برونشیت، سرماخوردگی‌ها، کمردرد، سنگ‌های کلیوی و سنگ مثانه مفید و موثر است. لیموترش ضد عطش می‌باشد و مقاومت بدن را در فصل گرما افزایش می‌دهد. هرچه بیشتر از میوه‌ها و سبزی‌های تازه استفاده کنیم از پوستی شاداب، تنی سالم و روحی شادتر برخوردار می‌شویم.

اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۲)

استحمام با گیاهان معطر

این حمامها محتوی اسانس بوده و از طریق پوست جذب میشوند لذا دارای اثرات موضعی و عمومی هستند و اثر موضعی آن برجسته است. گیاهان زیر بصورت گسترده‌ای در حمام‌های معطر مورد استفاده قرار می‌گیرند.

سنبل الطیب (Valerian)

والرین دارای ویژگیهای آرام‌بخش و خواب آور است. بنابراین ترجیحاً در شب مورد استفاده قرار می‌گیرد. گاهی اوقات باید مواظب بود تا حین استحمام فرد بخواب نرود و در وان سقوط نکند. دم کرده ۱۰۰ گرم ریشه والرین یا ۲۵۰ گرم تنطور آن به وان

افزوده میشود. میتوان عصاره تام گیاه را توصیه نمود.

باد رنجبویه (Melissa)

بادرنجبویه دارای اثرات آرام‌بخش و شل‌کننده است و عمدتاً برای بیماریهای قلبی با منشأ عصبی، بیقراری عمومی و مشکلات بخواب رفتن به کار می‌رود. بهتر است عصاره تام گیاه مورد استفاده قرار گیرد. بجای آن میتوان یک تا دو قاشق غذاخوری از روغن خالص بادرنجبویه را به آب وان افزود.

اکیر ترکی (Calamus)

این گیاه واجد ویژگیهای تونیک عمومی است. لذا استحمام با آن برای ضعف و خستگی عمومی دوران نقاهت، کم خونی، بیماریهای متابولیک و دیابت بسیار مفید است. اکیر ترکی تحریک کننده است لذا بهتر است بهنگام صبح مورد استفاده قرار گیرد نه در شب. بیماران مبتلا به Neurovegetative dystonia و بیماریهای مشابه، می‌توانند استحمام با آنرا صبح شنبه و یکشنبه انجام دهند و بدنبال آن یک ساعت در بستر استراحت نمایند.

اکلیل کوهی (Rosemary)

محتوی کافور (camphor) است که روی سیستم گردش خون و اعصاب تأثیر می‌گذارد و از طریق پوست جذب میشود. موارد مصرف حمام معطر با رزماری عبارتند از: افت فشار خون، اختلالات عروق محیطی، وریدهای واریسی و درد روماتیسمی، کوفتگی و کشیدگی رباطها. دم کرده حاصل از ۵۰ گرم برگ رزماری در نیم لیتر آب به یک وان کامل افزوده میشود. عصاره تام رزماری نیز موجود است. بعلت ویژگیهای تونیک آن، استحمام با رزماری به بهترین وجه در صبح (همانند استحمام با اکیر ترکی) و متعاقب آن استراحت کافی در بستر صورت می‌گیرد.

آویشن (Thyme)

اسانس آویشن بصورت محسوسی جذب و بمقدار زیادی از طریق ریه‌ها دفع میشود. همچنین اسانس تبخیر شده از آب داغ بخور داده میشود. در تمامی موارد مصرف عمومی آویشن استحمام با آن نیز مفید است. برای مثال بعنوان یک برطرف کننده اسپاسم و گشاد کننده برونشها؛ در سرفه‌های مزمن، آمفیزم و کودکان مبتلا به سرفه خروسکی کاربرد دارد.

بابونه (Chamomile)

در مصرف موضعی، بابونه عمدتاً ترمیم زخم را تسریع و اسپاسم مرتبط با هموروئید و تحریک و سوزش ناشی از آگزمای مزمن را برطرف میکند. دم کرده ۱۰۰ گرم از گل‌های بابونه (برای مصارف استحمام) برای استحمام کامل یا یکی از عصاره‌های موجود بابونه به کار رفته است. بابونه بیشتر برای استحمام نسبی و کمپرس مورد استفاده قرار گرفته است. یک روش مرسوم و کاملاً شناخته شده استحمام با بابونه برای هموروئید است. ساده‌ترین روش، قرار دادن گلهای بابونه (باندازه یک کف دست) داخل یک سطل و افزودن ۲ یا ۳ لیتر آب جوش به آن است. آنگاه بیمار روی سطل نشسته و کاملاً آنرا درزگیری می‌نماید ضمن آنکه توسط یک پتو به طور کامل پوشیده شده است.

بومادران (Yarrow)

اثر آن شبیه بابونه و عمدتاً ضد التهاب و ضد اسپاسم است. همچنین دارای مواد تلخ تونیک و تانین میباشد. بومادران عمدتاً برای مشکلات زنان در مواردی که ترشحات زنانه و خونریزی وجود نداشته باشد توصیه شده و بیش از همه برای بیماریهای اسپاستیک درگیر کننده پارامتریوم رحم مصرف میشود و در حال حاضر مصرف داخلی آن برای این منظور مورد بحث میباشد. مصرف خارجی آن عمدتاً برای وان حمام نشسته (Sitz baths) و نیز وان حمام کامل است. همچنین میتوان از عصاره‌های موجود برای استحمام استفاده کرد.

اسطوخدوس (Lavander)

اسطوخدوس (لاواند) دارای اثرات تونیک و محرک عمومی روی سیستم عصبی است. استحمام با لاواند درمان مناسب برای Neurovegetative dystonia است. امروزه مشخص شده که رایحه معطر اسانس گیاهان لاواند، بادرنجبویه، رزماری فقط یک اثر مطبوع و آرایشی ندارد بلکه واجد ویژگیهای درمانی است که نبایستی از نظر دور بماند. اثر درمانی لاواند بعلت تحریک اعصاب بویایی است که به مغز انتقال یافته عمدتاً مراکز اتونوم در مغز میانی را تحت تأثیر قرار میدهد.

استحمام با سیلیس (Silica Baths)

سیلیس دارای خواص محرک موضعی است و به نظر میرسد یک اثر اختصاصی روی متابولیسم پوست، بافت سلولی زیر جلدی و لیگمانها و تاندونها برای مثال بعد از شکستگی‌های میچ پا داشته باشد. اما جزئیات آن به طور کامل شناخته نشده است. گیاه دم اسب یا کاه جو دو سر مورد استفاده قرار گرفته است. موارد مصرف عبارتند از: بیماریهای روماتیسمی و عصبی، آگزمای مزمن و درماتیت عصبی، همچنین اختلالات موضعی عروق محیطی، سرمازدگی و تورم بعد از ترومبوز.

استحمام با Hayseed و کیسه‌های Hayseed

(Flores graminis) Hayseed برای درمان روماتیسم مورد بررسی قرار گرفته و استحمام با آن عمدتاً برای درمان بیماریهای روماتیسمی و متابولیک به کار رفته است. جوشانده ۵۰۰ گرم از آن در ۴-۵ لیتر آب به استحمام کامل اضافه میشود. عصاره‌های تام نیز بسیار مفیدند

بابونه برای درمان بی خوابی و رفع کابوسهای شبانه

گیاه بابونه گیاهی معطر است که دارای خواص دارویی ضد حساسیت می‌باشد. بابونه گیاهی معطر و بادوام است که به ارتفاع حدود ۳۰ تا ۴۰ سانتی‌متر و گاه تا ۶۰ سانتی‌متر رشد می‌کند. ساقه آن به رنگ سبز مایل به سفید، برگ‌های آن کوچک متناب و دارای بریدگی‌های باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است. گل‌های آن مجتمع در یک طبق است که به طور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می‌شود. در هر طبق گل‌های سفید در اطراف و گل‌های زرد در قسمت وسط قرار دارند.

از آنجائی که این گیاه از قرن‌ها پیش به دلیل عطر فراوان در پارک‌ها، باغ‌ها و گذرگاه‌های اروپا کشت می‌شده است، از آن به بابونه اروپایی نیز یاد می‌شود.

یکی از ترکیبات اصلی تشکیل دهنده بابونه روغنی فرار و لطیف و آبی رنگ است که از گل آن به دست می‌آید و مسبب عطر خاص گل بابونه است. مصرف جلدی این روغن، تاثیر بسزایی در ضد عفونی و برطرف کردن التهاب‌های پوستی دارد و ترمیم آسیب‌های سطحی پوست را تسریع می‌کند. همچنین ماساژ با روغن این گیاه مسکنی موثر برای دردهای سیاتیک است.

گل بابونه تاثیر آرام بخش شگرفی بر روی سیستم عصبی و همچنین دستگاه گوارش داشته و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بی خوابی و رفع کابوس‌های شبانه شهرت دارد.

اثر ضد التهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضد عفونی کننده، ضد حساسیت، تاثیرات آرام بخش و تسکین دهنده درد و همچنین تقویت دستگاه هاضمه از مهمترین خواص بابونه است.

گفتنی است، بابونه یک ماده ضد حساسیت طبیعی است و از اثرات ضد آلرژی بخور آن می‌توان جهت تسکین آسم، آلرژی‌های تنفسی فصلی، زکام و سینوزیت سود برد.

بخور گل بابونه جهت بهبود آکنه و جوش‌های صورت نیز توصیه شده است.

بابونه مسکنی فوق العاده برای سردرد، میگرن، دندان درد و دردهای عصبی است و به دلیل خواص شناخته شده این گیاه دارویی، به صورت چای کیسه‌ای نیز امروزه در بازار موجود است.

درمان تهوع با زنجبیل

زنجبیل "گیاهی است با نام علمی *Zingiber officinalis* از خانواده *Zingiberaceae* (خانواده زنجبیل) که از ریزوم (ریشه) آن استفاده می‌شود. ریشه‌ها را از زمین خارج نموده و پس از پوست کندن به صورت تازه یا پودر استفاده می‌کنند. تازه‌ی آن دارای مقدار زیادی رطوبت است که در اثر گذشت زمان خشک می‌شود. در بیشتر بازارهای جهان از جمله ایران، تکه‌های خشک ریزوم (که تقریباً سفید رنگ است) وجود دارد که دارای بوی بسیار نافذی است. این گیاه در ایران وجود ندارد و از هندوستان یا نقاط دیگر وارد می‌شود. زنجبیل به عنوان معطرکننده و ادویه، یکی از پرمصرف‌ترین گیاهان خوراکی و دارویی جهان است.

زنجبیل دارای خواص متعددی است اما یکی از خواص مهم آن ضد تهوع بودن است که در بین گیاهان جزء قوی‌ترین‌هاست. مصرف زنجبیل در زمان تهوع ناشی از مسافرت و تهوع دوران بارداری بین افراد جهان بسیار شایع است. بسیاری از افراد بعد از سوار شدن به ماشین یا وسایل نقلیه دیگر دچار تهوع می‌شوند که برای جلوگیری از این حالت می‌توانند نیم تا یک ساعت قبل از سوار شدن نیم تا یک گرم پودر زنجبیل را مصرف نمایند. همچنین خانم‌های حامله می‌توانند همین میزان را اول صبح مصرف کنند تا تهوع ناشی از حاملگی، آن‌ها را ناراحت نکند. مصرف این میزان هر روزه، کاملاً بی‌ضرر و در حد مصرف خوراکی آن می‌باشد. برای خوردن آن می‌توان پودر زنجبیل را به روی غذا ریخت یا در یک نوشیدنی مثل چای حل نمود و مصرف کرد. البته زنجبیل از مزه‌ی تند و تیزی برخوردار است و ممکن است بعضی‌ها قادر به خوردن مستقیم آن نباشند، به همین دلیل می‌توان پودر آن را در کپسول‌های خالی ژلاتینی که در داروخانه‌ها موجود می‌باشند پر نموده و مصرف کرد. کپسول‌های خالی در اندازه‌های ۲۵۰ میلی‌گرم (یک چهارم گرم) و ۵۰۰ میلی‌گرم (نیم گرمی) در داروخانه‌ها موجود بوده و جنس آن‌ها ژلاتینی و کاملاً خوراکی هستند. البته کپسول‌های آماده‌ی زنجبیل هم در بیشتر داروخانه‌ها وجود دارند.

خواص دارویی سیر

سیر از سبزیهایی است که تاریخی کهن دارد. انسان خواص درمانی این گیاه را پنج قرن قبل از میلاد مسیح شناخته بود. محل کشت سیر، شرق است که میزان وسیعی کشت داده می‌شود. در ماه فروردین هر یک از پیازهای کوچک سیر را در خاک کاملاً خشک به فاصله ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر می‌کارند و بین ماه‌های تیر و مرداد، که برگ‌ها پژمرده شود، جمع‌آوری می‌شود. این گیاه در نواحی مختلف ایران به خصوص در شمال کشور به طور گسترده پرورش می‌یابد. اهمیت و خواص سیر در احادیث اسلامی مورد توجه است، از این رو رسول خدا(ص) فرمودند: سیر بخورید و خود را بآن معالجه کنید زیرا در سیرشفا و بهبودی هفتاد مرض و بیماری است. فواید سیر:

خواصی که دانشمندان (طب قدیم و جدید) برای سیر بر شمرده اند عبارتند از:

سیر اثر نیکویی در ضد عفونی کردن معده دارد، ولی نباید آن را زیاد مصرف کرد.

سیر، رسوبات خون را حل می‌کند. از این رو مصرف سیر به کسانی که درد مفاصل دارند، نقرس گرفته اند و یا به رماتیسم مبتلا

شده اند توصیه می شود. سیر ادرار را زیاد می کند و فشار خون را پایین می آورد.

سیر، بهترین درمان برای فراموشی و نسیان است، خوردن سیر کدورت ذهن را از بین می برد.

سیر، بهترین تقویت کننده پیاز مغز است و روی مغز تأثیر نیکو دارد. خوردن سیر عضلات قلب را به نشاط می آورد و به وسیله این گردش خون منظم می شود. مصرف سیر مجاری تنفس و خون را پاک می کند و به این وسیله از تنگی نفس می کاهد.

سیر برخی از انواع سل ریوی را معالجه می کند به خصوص وقتی که با شیر ممزوج باشد. سیر، برای معالجه اسهال و برونشیت و سردرد و زکام مزمن و ضعف حافظه و سرگیجه سودمند است.

سیر در برابر امراض بسیاری مانند تب، مقاوم است. سیر، پوست بدن را خوشرنگ و گونه ها را سرخ و روده ها را از عفونت ها پاک می کند (به خصوص در اطفال) و با این خاصیت انسان را در مقابل بیماری تیفوئید و دیفتری محافظت می کند.

سیر، سنگ کلیه را از بین می برد و کرم های نازک شکم اطفال را نابود می کند.

سیر، فلج و رعشه را معالجه می کند و در مورد مالاریا و بی خوابی خیلی مفید است.

برای درمان میخچه و زگیل باید سیر را نرم و به صورت مرهم روی میخچه و زگیل بگذارید، تا همانطور بماند و هر چند آن را تکرار کنید تا به طور کلی میخچه و زگیل از بین می رود.

وقتی حشره ای شما را گزید، فوری محل نیش زدگی را با سیر بمالید تا سوزش و درد آن تسکین پیدا کند.

اگر یک بسته سیر را در انبار غلات آویزان کنید و یا روی آن پخش کنید، باعث فرار موش ها خواهد شد.

از دیگر خواص سیر می توان به تقویت دستگاه دفاعی بدن و داشتن خاصیت ضد سرطانی و ضد سرماخوردگی اشاره کرد.

مصرف سیر برای بیماران مبتلا به مرض قند (دیابت) اثر شفا بخش داشته و قند خون را می کاهد.

سیر، اثر سمی نیکوتینی که از دود سیگار حاصل می شود را برطرف می کند. زیرا چنانچه معتادان به سیگار به علت نیکوتین دچار ناراحتی های هاضمه و قلب شده باشند، با مصرف سیر احساس بهبودی می کنند.

خوردن سیر برای درمان رعشه اندام ها و فلج مفید است.

مداومت در مصرف سیر به تدریج باعث ریختن موی سفید و رویدن موی سیاه می شود. سیر پخته را چنانچه بر موی و پوست بمالند کشنده شپش است.

اگر سیر پخته را با شیر مخلوط کرده و از آن مرهم تهیه کنند و در محل آبرسه (دمل) قرار دهند برای گشودن هر نوع آبرسه و حتی آبرسه دندان مفید است. اگر این فرآورده را در محل دردهای مفاصل و قولنج بمالند، درد و ناراحتی را تسکین خواهد داد.

اگر مخلوط سیر با سرکه را بر پوست بمالند ورم اعضا را برطرف می کند.

سیر خرد شده حاوی اسانس گوگردی، بوی تند دارد که برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی (ضد میکروبی) دارد، اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده می شود و از راه ریه و پوست دفع می شود.

سیر، یک محرک پوستی است و به عنوان خلط آورده در التهاب مخاط برونش ها مصرف می شود.

سیر، یک داروی ضد کرم ضعیف است و برای درمان بیماری تصلب شرایین به کار می رود.

به خاطر بوی نامطبوع سیر بهتر است به طور کامل آن را خرد و در شیر حل کنید. این عمل برای درمان افزایش فشار خون، تصلب شرایین، ناراحتی های گوارشی (اسهال - اتساع روده) و التهاب مخاط برونش ها خورده شود. مصرف زیاد دارو و یا آلودگی محیط، سبب تجمع سموم شیمیایی در کبد می شود. مصرف روزانه سیر تازه، از کبد در برابر این سموم محافظت می کند.

بنا بر تحقیقات دانشمندی به نام (Rey) زیاده روی در مصرف سیر، موجب سردرد و ضعف بینایی می شود. برای جلوگیری از این مضرات چند راه پیشنهاد شده است:

الف) پختن سیر در آب و اضافه کردن کمی نمک یا کره یا روغن بادام به آن.

ب) استعمال گیشنیز به همراه مصرف سیر یا بعد از مصرف سیر.

چنانچه در مصرف سیر، مراعات سن، مزاج و فصل نشود، مخصوصاً به حالت خام در مصرف آن زیاده روی شود، برای دستگاه تنفس و بیماری بواسیر مضر است.

تذکر: بهترین راه برای برطرف کردن بوی سیر خوردن سبزی و کاهو است، زیرا کلروفیل موجود در این سبزی ها سیر را دفع می کند

خواص دارویی شلغم

شلغم نه تنها از نظر داشتن ویتامین و خواص معدنی اش ارزنده است، بلکه از حیث سایر ویژگی های غیر غذایی هم سرآمد بوده و در زمره سبزی های مهم شمرده می شود. علاوه بر پیاز سبزی های لیفی (گیاهان سبز) نیز عوامل عمده پیشگیری از سرطان به شمار می آیند. زیرا آنها همانند کلم پیچ و سایر گیاهان چلیپایی طبق تحقیقات آزمایشگاهی از مواد برخوردارند که رشد سرطان را در جانوران متوقف می سازند. همچنین شلغم روغنی (منداب) که شلغمی بزرگ و زرد رنگ است، دارای مواد ضد سرطانی است. نکات مفید:

شلغم یکی از بقولات بسیار قوی و مغذی است که به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندی و سرشار بودن از املاح مفیدی مانند کلسیم و منیزیم جزو مواد غذایی بسیار با ارزش به حساب می آید.

شلغم یکی از پاک کننده ها و سازنده های خون بوده و چنان که گفته شد، املاح کلسیم و منیزیم موجود در آن موجب جلوگیری از ابتلا به بیماری های خطرناکی مانند سرطان می شود.

هم چنین شوره محتوی در آن باعث تصفیه خون و دفاع بدن در برابر بیماری های عفونی است.

پتاسیم موجود در شلغم، چربی را خنثی می کند و آرسنیک آن در تشکیل گویچه های سفید و قرمز خون دخالت مستقیم دارد. از طرف دیگر فسفر موجود در شلغم، موجب تقویت یاخته های عصبی می شود.

باید دانست که لازم است از برگ شلغم خواه به صورت پخته یا خام در سوپ یا سالاد و یا خوارک های دیگر استفاده شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زیادی کلسیم وجود دارد بلکه علاوه بر آن، این گیاه حاوی مقادیر زیادی آهن و مس نیز هست که سبب ازدیاد خون و به ویژه هموگلوبین می شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تیره تر باشد، ید بیشتری در آن هست. همچنین وجود ویتامین آ، ب و ث در برگ و ریشه آن، به خوبی نشانگر نقش مؤثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبی و به خصوص در تعادل تغذیه آن مؤثر است.

دکتر برتوله ثابت کرده است که عصاره شلغم، حل و دفع سنگ های کلیوی را به علت خاصیت حل کنندگی که بر روی اسید اوریک دارد، تسهیل می کند.

شلغم اثر مفید و مؤثری در درمان بیماری های دستگاه تنفسی دارد. برای این منظور از آش و سوپ آن استفاده می شود. همین طور می توان عصاره آن را به دست آورد. برای این کار شلغم را با شکر سرخ به وزن مساوی در کمی آب می ریزند و به ملایمت حرارت می دهند. طریقه دیگر آن است که وسط شلغم بزرگی را خالی کرده و سکر سرخ را درون آن می ریزید و پر می کنند و می پزند. شکل سوم نیز آن است که شلغم را به حلقه های گرد بریده و پیاز را نیز به همین شکل در می آورند سپس طبقات شلغم و پیاز را در ظرف گردی بر روی حرارت می گذارند و هنگامی که گرم می شود به تدریج شربت آن جدا می شود. این شربت برای درمان سرماخوردگی و گلودرد بسیار نافع است و از آن می توان به عنوان غرغره نیز استفاده کرد که در موارد گلودرد به کار

برده می شود.

دردمل، کورک و هر نوع کانون التهابی و تورمی یا چرکی از ضماد شلغم پخته استفاده شده و بر روی موضع می گذارند. ترب سیاه هم کلیه خواص شلغم را دارا بوده و حتی در برخی مواقع غنی تر هم هست. بهتر آن است که ترب سیاه و شلغم خام را رنده کرده و به شکل خام میل کنند تا از خواص آنها به طور کامل بهره گیرند می توان از این دو با سبزی های دیگر نیز به صورت سالاد استفاده کرد. شلغم ویتامینهای (آ) و (ب) و (ث) و عناصری مانند فسفر، کلسیم، گوگرد، منیزیم و ید دارد. شلغم حاوی نشاسته و پروتئین و سلولز است و به این سبب نیروزا می باشد. شلغم برای بیماران مبتلا- به بیماری قند مفید است و از خام آن می توان به عنوان انسولین گیاهی استفاده کرد. شلغم خاصیت میکروب کشی و ضد ویروسی دارد. سرفه های خشک را درمان می کند، خلط آور است، در پیشگیری و درمان سرماخوردگی بسیار مفید است، مقاومت بدن را افزایش می دهد. در فصل زمستان شلغم بخورید ، تا در همه سال در برابر بیماریها بیمه شوید.

خواص دارویی فندق

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریباً ۲ متر که برگ های آن پهن و نوک تیز است. فندق دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می گردد. مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن دارد که به رنگ زرد روشن بوده و دارای طعم ملایم و بوی مطبوعی می باشد. از روغن فندق در تغذیه، عطر سازی و نقاشی استفاده می شود. مغز فندق مقدار زیادی فسفر دارد. فندق دارای خواص زیادی است و دارای پروتئین، مواد چرب، کلسیم، فسفر و پتاسیم می باشد. فندق گرم و خشک است و برای بیماری قند مفید است. این دانه روغنی برای تقویت بدن، روده و معده، سرفه، درد سینه و کبد مفید است. سموم را از بدن خارج کرده و برای ریزش مو و سوزش مجاری ادرار مفید می باشد ولی فشار خون را بالا می برد. اگر شما فعالیت فکری زیادی دارید بهتر است فندق بخورید چون به دلیل فسفر زیاد مغز شما را تقویت می کند. ولی به خاطر داشته باشید افراط در خوردن این دانه روغنی باعث نفخ و گاز شکم و استفراغ می شود. اگر سرد مزاج هستید بهتر است فندق را با آب و عسل بخورید و اگر گرم مزاجید با سکنجبین میل کنید.

طب گیاهی ، کهن ترین شیوه درمان

طب گیاهی قدیمی ترین شکل درمان است که از سوی بشر شناخته شده و از دیرباز مورد استفاده قرار می گرفته است. استفاده از این روش درمانی در تمامی تمدن ها سابقه دارد و یک جز مهم در پیشرفت علم پزشکی رایج به شمار می رود. گرایش مجدد مردم به داروهای گیاهی و تولید روزافزون این فرآورده ها از سوی شرکتهای معتبر داروسازی جهان بهانه ای است برای توجه بیشتر به درمان های گیاهی. استفاده از گیاهان به عنوان دارو برای پیشگیری و درمان بیماری ها از روزگاران کهن مورد توجه متخصصان طب سنتی قرار داشته و تا ابتدای قرن شانزدهم معتبرترین روش برای درمان بیماری ها به شمار می رفته است. ابوعلی سینا از نخستین دانشمندانی است که در کتاب قانون به شرح و بررسی علمی خواص درمانی گیاهان پرداخته است.

قانون ابن سینا همراه با کتاب الحاوی که از سوی رازی به رشته تحریر درآمد، منابع ارزشمند طب گیاهی بوده و قرن‌ها به عنوان کتاب مرجع مورد استفاده دانشمندان غربی بوده اند. قرن شانزدهم با آغاز نگرش های نوین در علم پزشکی همراه بود. در نتیجه ظهور این دیدگاه های جدید درمان، کم کم روشهای درمان بیماری ها با گیاهان کنار گذارده شد و استفاده از داروهای شیمیایی جانشین گیاه درمانی شد؛ اما داروهای تازه هم مشکلات خاص خود را داشت.

عوارض جانبی بسیار زیاد داروهای شیمیایی و گرانی آنها موجب گرایش مجدد مردم به طب گیاهی شد. در قرن اخیر پیشرفت عمده ای در بهره گیری از گیاهان دارویی حاصل شده است و آزمایشگاه های مجهز در سراسر جهان برای بررسی اثرات این داروها به کار و فعالیت مشغولند.

طب سنتی در عصر تجدد

شاید برای بسیاری از مردم قابل تصور نباشد که وجود انواع داروهای شیمیایی در بسته بندی های رنگارنگ حاصل تحقیق بر روی اجزای موثر گیاهان دارویی است. بد نیست بدانید حدود ۲۵ درصد از داروهای تجویز شده از سوی پزشکان در ایالات متحده حداقل شامل یک جزو مشتق از گیاهان هستند.

بعضی از این داروها از عصاره گیاهان تهیه شده و گروهی دیگر از ترکیبات شیمیایی با منشأ گیاهی ساخته می شوند. آمار استفاده از داروهای گیاهی در سالهای اخیر قابل توجه است.

سازمان بهداشت جهانی تخمین می زند که در حال حاضر ۸۰ درصد جمعیت جهان یعنی حدود ۴ میلیارد نفر از طب گیاهی در درمان بیماری ها استفاده می کنند.

WHO خاطر نشان می سازد که از حدود ۱۱۹ داروی گیاهی حدود ۷۴ مورد آن دقیقاً همانند کاربرد آنها در طب سنتی مورد استفاده پزشکان قرار می گیرد.

همین موضوع موجب شده است که هم اکنون تحقیقات گسترده ای از سوی شرکت های داروسازی روی خواص درمانی گیاهان مناطق مختلف جهان انجام گیرد.

هم اکنون مواد مشتق از گیاهان نقش عمده ای در صنعت داروسازی دارند. چنین داروهایی برای درمان بیماری قلبی، فشار خون بالا، انواع دردهای مزمن، آسم و دیگر بیماری ها به کار می رود.

به عنوان مثال افدرا گیاهی است که در طب سنتی چینی بیش از ۲ هزار سال برای درمان بیماری های تنفسی مورد استفاده بوده است.

وافدرین که جزو فعال این داروی گیاهی است. سابقاً در تهیه داروهایی برای تسکین آسم به کار می رفت. مثال دیگر گیاه (Foxglove گل انگشتانه) است.

خواص درمانی آن از سال ۱۷۷۵ شناخته شده و در طب گیاهی استفاده فراوانی دارد. در طب رایج پودر برگ این گیاه به عنوان داروی قلبی برای میلیون ها بیمار تجویز می شود.

داروخانه طبیعت

تنوع گیاهان دارویی در طبیعت به حدی است که دسته بندی علمی آنها را به کاری مهم و در عین حال دشوار بدل می کند. یکی از روشهای طبقه بندی گیاهان دارویی براساس خواص آنهاست که به طور اختصار به آن اشاره می کنیم.

۱- گیاهان مقوی:

این گیاهان در شرایط خاصی برای تقویت بیمار تجویز می شود که عمدتاً می توان به دوران نقاهت پس از بیماری حاد اشاره کرد. برخی از این گیاهان حاوی انواع ویتامین ها، مواد معدنی و ترکیبات قندی هستند که در تامین انرژی مورد نیاز بدن متعاقب بیماری

و برقراری تعادل در عملکرد اندامها نقش عمده ای دارند.

۲- گیاهان مدر:

مقدار آب موجود در بافتها تحت تاثیر عوامل گوناگون دچار تغییر می شود. مثال واضح در این زمینه اختلال عملکرد قلب، ریه و کلیه ها است. علاوه بر این مواردی مثل عادت ماهیانه در خانم ها، تجمع مایعات و ادم را به همراه دارد. یکی از موثرترین راههای تعدیل آب موجود در فضای بین سلولی و بافتهای مختلف بدن استفاده از گیاهان مدر است که موجب تسکین عوارض ناشی از این بیماری ها می شود.

۳- گیاهان مسهل و ملین:

این گروه از گیاهان برای رفع یبوست و تسهیل دفع سموم به کار گرفته می شوند. گیاهان مسهل از طریق مختلف موجب برطرف شدن یبوست می شوند.

برخی از این گیاهان نظیر ریشه ریوند از طرق افزایش ترشح صفرا و تحریک حرکات دودی روده این کار را انجام می دهند و بعضی دیگر مثل ریشه شیرین بیان و روغن زیتون با تحریک جدار روده موجب برطرف شدن یبوست می شوند. درباره سایر گروههای گیاهان دارویی باید به آرام بخش ها، گیاهان عرق آور جهت سرماخوردگی و تبها و گیاهان مهوع و قی آور برای تخلیه سریع محتویات معده اشاره کرد که همگی با مشورت و تحت نظر پزشک تجویز و استفاده می شوند. داروی طبیعی هم گاهی مضر است

نکته مهمی که باید بر آن تاکید شود تصویری است که به اشتباه بین گروهی از مردم رایج است. بسیاری از بیماران، طبیعی بودن دارو را دلیلی برای بی ضرر بودن آن می دانند.

مطابق این تفکر تمامی داروهای گیاهی و فرآورده های حاصل از گیاهان دارویی بی ضرر و فاقد عوارض جانبی هستند. متخصصان داروسازی یادآوری می کنند که مصرف داروهای گیاهی همراه با سایر داروهای مورد استفاده بیمار می تواند عکس العمل و عوارض جانبی خطرناکی را به همراه داشته باشد.

بنابراین توصیه می شود همواره و قبل از استفاده از داروهای گیاهی با پزشک خود در این باره مشورت کنید. بعضی از داروهای گیاهی موجب تداخل در قدرت جذب مواد غذایی مورد نیاز بدن می شوند، در حالی که انواع دیگری از داروهای مذکور موجب افزایش یا کاهش تاثیر یک داروی خاص می شوند.

در این زمینه می توان به داروی تئوفیلین اشاره کرد که برای درمان آسم استفاده می شود. این دارو حاوی گزانتین است که در چای، قهوه و شکلات نیز یافت می شود. مصرف این مواد غذایی به مقدار زیاد همراه با تئوفیلین ممکن است موجب ایجاد مسمومیت دارویی شود.

بعضی از ویتامین ها و مواد معدنی هم اثر داروها را تحت تاثیر قرار می دهند؛ مثلا مقدار زیاد کلم بروکلی، اسفناج و دیگر سبزیجات حاوی ویتامین K، کاهش اثر داروهای ضد انعقادی مثل هپارین و وارفارین را به دنبال دارد. این نکات هنگام مصرف داروها باید بدقت مورد توجه قرار گیرد.

در این خصوص سالمندان و بیماران مبتلا به بیماری های مزمن که معمولا دو یا چند دارو را به طور دایم استفاده می کنند و مبتلایان به دیابت، فشارخون بالا، افسردگی و بیماران قلبی از جمله بیمارانی هستند که باید درباره استفاده از داروهای گیاهی حتما با پزشک خود مشورت کنند.

باز هم تاکید می کنیم که طبیعی بودن به معنای بی ضرر بودن نیست و مقدار داروهای گیاهی یا جوشانده ها و ترکیباتی که از گیاهان دارویی تهیه می شود، حتما باید به طور دقیق و تحت نظر پزشک تعیین و مصرف شود.

نکاتی در باره چای سبز

قدمت استفاده از چای به بیش از ۵۰۰۰۰۰ سال قبل می‌رسد. شواهد گیاهشناسی نشان می‌دهند که هند، چین، برمه و تایلند خاستگاه چای می‌باشند. به نظر می‌رسد کلمه انگلیسی Tea از کلمه مالاکائی "teh" یا کلمه چینی "t'e" گرفته شده باشد. اصطلاح چینی "Ch'a" منشاء نامگذاری چای در سایر زبانها می‌باشد. هلندی‌ها و پرتغالی‌ها که اولین وارد کنندگان اصلی چای بودند احتمالاً این نام‌ها را به کشورهای اروپایی و خاورمیانه معرفی نمودند.

چای دارای بهترین کیفیت از جوانه‌های تازه شامل دو یا سه برگ اول بعلاوه شکوفه‌های در حال رشد بدست می‌آید چای با کیفیت پائین که در تهیه چای فوری و brick tea به کار می‌رود از برگ‌های پائین ساقه حاصل می‌شود.

۳ نوع اصلی چای شناخته شده است:

۱- چای سیاه، بیشترین نوع تجاری چای بوده که به فاصله کوتاهی پس از چیده شدن، در طی مراحل خشک شدن و نگهداری دچار اکسیداسیون آنزیمی (تخمیر) می‌شود.

موادی بنام کاتشین (Catechin) و پلی فنولهای موجود در برگ‌های چای تبدیل به ترکیبات قهوه‌ای یا قرمزی بنام تئوفلاوین و تئوروبیجین می‌شوند که موجب می‌شوند چای دم کرده به رنگ سیاه درآید.

۲- چای الانگ (Olang) که به رنگ قرمز یا زرد است و با تخمیر نسبی بدست می‌آید.

۳- چای سبز که دچار تخمیر نمی‌شود و بلافاصله بعد از چیدن از اکسیداسیون کاتشین محافظت می‌شود که اکثر فوائد درمانی چای را به آن نسبت می‌دهند.

از چای سبز در طب سنتی هند به عنوان نشاط آور ضعیف، محرک مدر و قابض و در طب سنتی چین بعنوان قابض، تقویت کننده قلب، محرک سیستم عصبی مرکزی و مدر استفاده شده است. سایر کاربردهای سنتی آن در درمان نفخ، تنظیم درجه حرارت بدن، تسریع هضم و بهبود روندهای تفکر بوده است.

نتایج مطالعات بالینی

* بیماریهای قلبی - عروقی: بین محتوی فلاونوئید رژیم غذایی و کاهش خطر بیماری قلبی ارتباط مثبت قوی وجود دارد. موادی مانند چای، پیاز و سیب حاوی فلاونوئید هستند. همچنین مصرف کنندگان چای سیاه فشار خون سیستولی کمتری دارند.

* اختلال عملکرد مغزی: خاصیت ضد اکسیداسیون پلی فنولهای چای سبز ممکن است در اختلالات مغزی یک اثر محافظتی داشته باشد.

* اختلالات چربی: چای معمولاً موجب کاهش چربیهای خون می‌شود اما در همه مطالعات نتایج یکسانی حاصل نشده است.

* اختلالات کلیوی: پلی فنولهای موجود در چای سبز عملکرد کلیه را در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه بهبود می‌بخشد.

* سرطان: در ژاپن خوردن حداقل ۱۰ فنجان چای در روز با کاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنین مطالعات مختلفی در ارتباط با تأثیر مثبت چای در پیشگیری از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ریه و رحم انجام شده است.

* پوسیدگی دندان: عصاره برگ چای سبز دارای اثرات ضد میکروبی است و از ایجاد پلاک و پوسیدگی دندان جلوگیری می‌کند.

* کاهش وزن: پلی فنولهای چای سبز فعالیت آمیلاز بزاق (آنزیم تجزیه کننده قندها) را مهار می‌کند. جالب است بدانید که چای بدون داشتن عوارض خطرناک داروهای کاهنده وزن میتواند موجب کاهش وزن، اندازه دور کمر و تری گلیسرید خون مبتلایان به چاقی شود.

موارد منع مصرف:

اعتقاد بر آنست که قبل و بعد از دریافت فرآورده‌های آهن و در شیرخواران نباید از چای سبز یا ترکیبات پلی فنول آن استفاده نمود. شواهد موجود حاکی از آنست که مقادیر بیش از ۲۵۰ میلی لیتر در روز با سوخت و ساز آهن تداخل نموده و موجب کم خونی می‌شود. شواهدی مبنی بر منع مصرف در حاملگی وجود ندارد با اینحال باید با پزشک مشورت نمود. مصرف چای سبز در دوران شیردهی توصیه نمی‌شود.

تداخلات دارویی:

افزایش اثر متی سیلین و بنزیل پنی سیلین، تشدید اثر آسپیرین و سایر داروهای ضد انعقاد مانند وارفارین (ویتامین K موجود در چای سبز میتواند بر ضد اثرات وارفارین عمل نماید).
عوارض:

مصرف بیش از حد کافئین که در چای سبز و بعضی از عصاره‌های آن وجود دارد در بعضی از افراد باعث علائمی مانند عصبانیت، بیخوابی و بیقراری می‌شود.
توجهات ویژه:

چای دارای مقادیر کم سدیم و مقدار زیادی پتاسیم است و از آنجا که بیماران مبتلا به بیماری کلیوی مرحله پایانی بایستی مصرف پتاسیم خود را محدود نمایند، بایستی به این مسئله توجه نمایند. علاوه بر این انواع چای ممکن است موجب تحریک بروز آسم در افراد حساس شوند

خواص دارویی کیوی و مضرات آن

کیوی سرشار از ویتامین C می‌باشد. مقدار پتاسیم آن از نظر وزنی تا حدودی کمتر از موز است. همچنین دارای ویتامین E، کلسیم آهن و اسید فولیک می‌باشد. یک عدد کیوی متوسط ?? کالری انرژی دارد.
کیوی دارای مقادیر زیادی آنزیم حل کننده پتاسیم به نام پایپین است که از نظر تجاری برای نرم کردن گوشت مفید است اما احتمال دارد برای برخی افراد آلرژی زا باشد. بویژه افرادی که به آناناس حساسیت دارند مستعد حساسیت به این میوه نیز هستند. این آنزیم با پختن میوه به سرعت از بین می‌رود.

به این ترتیب استفاده از کیوی خام در دسرهای حاوی شیر یا هر فراورده لبنی دیگر نامناسب است زیرا این آنزیم در عرض چند دقیقه در حالیکه بوی بسیار بدی تولید می‌کند شروع به حل کردن پروتئین شیر می‌نماید.

متأسفانه آنزیمهای کیوی در معده به وسیله اسید معده از بین می‌رود. اما اسید معده بعد از خوردن غذاهای گوشتی و لبنی زیاد مقداری خنثی می‌شود و آنزیمهای کیوی می‌توانند مدت کوتاهی فعالیت کنند و این زمان کافی است تا مواد پروتئینی در اثر این آنزیمها به قطعات کوچکتری تجزیه شوند و این امر عمل هضم غذاهای سنگین را در معده و روده آسانتر می‌کند.

کیوی مانند قرص آسپیرین موجب رقیق شدن خون شده از ایجاد پلاک در خون جلوگیری می‌کند. این میوه به دلیل خاصیت کاهندگی که بر سطح تری گلیسیرید دارد " از غلظت خون می‌کاهد و از تنگ شدن عروق و بروز انواع سکته‌ها جلوگیری می‌کند.

جالب است بدانید که ویتامین C در کاهش علائم بیماری آسم بسیار موثر است و مطالعات نشان داده کودکانی که در هفته? تا? عدد از این میوه مصرف می‌کنند دارای علائم تنفسی کمتری نسبت به کودکانی هستند که در هفته فقط? عدد میل می‌کنند.
کیوی سیستم حفاظتی بدن را تقویت می‌کند و از بروز سرطان جلوگیری می‌نماید.

کیوی با داشتن ویتامین C و اسید قهوه " دو ماده اتساسی ضد سرطان در اختیار می‌گذارد.

کیوی پادزهر سیگار

سیگاری ها به ویتامین C بیشتری نیاز دارند و زیرا مواد سمی مخصوصاً رادیکال‌های آزاد موجود در دود سیگار ویتامینها را از بین می برد. بنابراین سیگاریها باید حدود ۱۰٪ بیشتر ویتامین C مصرف کنند. این مقدار با خوردن ؟ عدد کیوی کسب می شود.

کیوی بمبی علیه استرس:

استرس و کمبود خواب روی بدن انسان اثر می گذارد. هرکس می خواهد به این وضع دچار نشود باید در روز ؟ عدد کیوی بخورد ؟. عدد کیوی را در طول روز تقسیم کنید. مثلاً صبح 'ظهر' بعدازظهر و عصر. چون بدن انسان نمی تواند ویتامین C را ذخیره کند.

؟ دلیل برای کیوی خوردن وجود دارد:

؟- ؟ گرم فیبر دارد که کلسترول را کاهش داده از سرطان جلوگیری می کند و به کنترل انسولین کمک می نماید.

- ؟ در مقایسه با یک عدد پرتقال هم اندازه خود " ویتامین C بیشتری دارد.

- ؟ حاوی مقادیر قابل توجهی آنتی اکسیدان محلول در چربی است (ویتامین E و A) که برای مبارزه با رادیکالهای آزاد مفید می باشد.

- ؟ حاوی فیتونوترینت هایی از جمله کاروتنوئید و فلاونوئید است که تحقیقات نشان داده که DNA را از آسیبهای مربوط به اکسیژن محافظت می کند.

- ؟ حدود ۱۰٪ از پتاسیم پیشنهادی روزانه را داراست (حدود ۱۰۰ میلی گرم) .

- ؟ حاوی مقادیر زیادی فولات است که بدن را در مقابل بیماریهای قلبی " سرطان و غیره محافظت می کند و برای شکل گیری هموگلوبین حامل اکسیژن ضروری است.

مضرات:

کیوی دارای مقدار زیادی اگزالات است که موجب تشکیل سنگ در کلیه و کیسه صفرا می شود. به همین دلیل بار یافراد مستعد سنگ کلیه و سنگ صفرا مضر است.

بهترین روش نگهداری:

هنگام خرید این میوه آن را در میان انگشتان خود قرار دهید و در صورتی که بر اثر فشار جزئی " نرمی زیر دستان خود احساس کردید از خرید آن صرف نظر کنید. این میوه را می توانید در دمای اتاق نگهداری کرده و به مدت چند روز ذخیره کنید.

هرگز این میوه را کنار سیب " گلابی و سیب زمینی قرار ندهید زیرا از این میوه ها گازی متصاعد می شود که موجب رسیدن بیش از حد این میوه می شود. اما اگر نارس باشد می توان آن را در کنار میوه های ذکر شده قرار داد تا فرایند رسیدن تسریع شود. هرگز به

اندازه میوه توجه نکنید و تصور نکنید میوه بزرگتر ارزش تغذیه ای بیشتری دارد.

طرز تهیه دسر با کیوی:

مواد لازم:

کیوی ؟ عدد

سیب ؟ عدد

نعناع تازه به میزان دلخواه

یخ به میزان لازم

کیوی و سیب را خرد کرده و در مخلوط کن به صورت پوره در آورید. سپس آن را در ظرف یا لیوان مورد نظر ریخته به آن یخ

اضافه کرده و با نعنای تازه و تکه های سیب و کیوی تزیین و سرو کنید.

خواص درمانی یک ساقه ترش و ملس

نویسنده:فاخره بهبهانی

ریواس یک گیاه علفی است که دارای ساقه‌های لطیف، آبدار و طعم ترش است که بیشتر برای تهیه کمپوت و مربا از آن استفاده می‌شود. ریواس غنی از فیبر، پروتئین، کربوهیدرات، قند، ویتامین A، B، C و مواد معدنی سدیم، پتاسیم و کلسیم است. بهترین ریواس را ریواس ایرانی سفید و عده‌ای ریواس چینی و قرمز مایل به جگری می‌دانند. کمپوت و مربای ریواس، خنک، ملین و کرم کش است. یک لیوان شربت ریواس، ۳۸۵ کیلوکالری انرژی دارد.

ریواس ملین و مسهل است و به عنوان داروی ضد یبوست عصاره آن را خصوصا برای کودکان مصرف می‌کنند. همچنین به دلیل خاصیت مدر بودن به مبتلایان به سنگ کلیه و مثانه آن را توصیه می‌نمایم.

یکی از مهم‌ترین خواص برگ‌های ریواس آن است که لوزالمعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قندخون را کاهش می‌دهد لذا، برای مبتلایان به قندخون سودمند است.

کمپوت ریواس به هر معده‌ای می‌سازد و حتی بچه‌ها هم می‌توانند آن را هضم کنند. باعث تقویت معده، روده و کبد شده و تنظیم‌کننده ترشحات و حرکات معده است. ضمناً نفخ شکم را برطرف نموده و رطوبت زیادی معده را رفع می‌کند همچنین برای تصفیه خون نیز مفید است.

جهت خفقان، سردرد، یرقان و درد کلیه و رحم موثر است.

نوشیدن شربت ریواس برای درمان کم‌خونی و بی‌اشتهایی به دلیل وجود مقداری آهن مناسب بوده و تقویت‌کننده خوبی است. حتی برای تقویت و ضعف بیماران مناسب است.

چند توصیه

ریواس ۱ تا ۲ روز نگهداری می‌شود و برای نگهداری طولانی‌تر آنها را منجمد می‌کنند.

ریواس دارای مقدار زیادی پتاسیم اگرالآت است و نباید در ظروف مسی پخته شود.

ریواس را بهتر است تازه مصرف کنید چراکه پس از گذشت یک سال بتدریج اثر دارویی آن کم می‌شود.

زیاده‌روی در خوردن آن اعصاب را ضعیف می‌کند و در سرد مزاجان باعث قولنج می‌شود.

بعضی از پزشکان معتقدند که چون در ریواس مقدار زیادی اگرالآت وجود دارد از این جهت این دارو را نباید مبتلایان به سنگ کلیه اگرالآتی مصرف نمایند.

خوردن ریواس برای اطفال و اشخاصی که بنیه ضعیفی دارند زیان دارد همچنین مبتلایان به درد سینه و سرفه باید از خوردن آن پرهیز کنند. آنهایی که غذا را ترش می‌کنند و مبتلا به سوءهضم هستند همچنین در افرادی که بواسیر دارند به علت این که احتقان خون می‌آورد، باید از خوردن آن پرهیز کنند.

ریواس در زنان آبستن و شیرده باید تحت نظر پزشک و با احتیاط مصرف شود.

برخی افراد ممکن است نسبت به برگ‌های ریواس حساسیت داشته باشند و مسموم شوند، علتش هم وجود پتاسیم اگرالآت زیاد در آن است. البته سطح اگرالآت در ساقه‌های این گیاه پایین‌تر از برگ‌های آن است و مشکلی از لحاظ سمی بودن ایجاد نمی‌کند.

درمان انواع بیماریهای جنسی با گیاهان دارویی

روش های درمان

الف: در درمان انواع ناتوانی های جنسی (کندی و سستی نعوظ و.....) عسل و زنجبیل موثر واقع میشود. مصرف زنجبیل برای هر وعده ۵ گرم (یک قاشق چایخوری) است که باید با یک استکان عسل مخلوط گردد و روزی سه قاشق مربا خوری مصرف شود.

ب: قرنفل. عود. فلفل. از هر کدام ۱۰ گرم نرم ساییده و با ۲۵۰ گرم عسل و یک گرم زعفران مخلوط کنید و روزی سه قاشق مربا خوری میل نمایید. برای دیر انزال شدن و سستی کمر نافع است.

ج: زعفران ۱ گرم. زیره ۱۰ گرم. مغز گردو یا بادام ۱۰۰ گرم. همه را خوب بکوبید و با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نمایید و روزی دو قاشق غذاخوری بعد از صبحانه و شام میل نمایید. برای رفع ناتوانی جنسی و افزایش تمایل و قدرت جنسی بسیار مفید است.

د: قدامه شیرازی ۱۵ گرم. تخم شاهی و پیاز هر کدام ۵۰ گرم. همه را کوبیده با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نموده و روزانه سه قاشق مربا خوری میل نمایید. زیاد کننده شهوت است.

ه: کسانی که مبتلا به ضعف قدرت تناسلی. سرعت انزال و یا عدم نعوظ هستند اگر به مقدار ۲ جو مومیایی را در ۴۰ گرم عسل حل کرده و میل نمایند و سه روز ادامه دهند به حد اعلا از این بابت تقویت خواهند شد.

مومیایی دارویی است کمیاب و ذیقیمت و در مداوا سریع الاثر. بهترین نوع مومیایی آن است که از کوههای استان فارس به دست میاید هم خوراکی است و هم به صورت ضماد به کار میرود.

افراد مسن که به ضعف قوه باه مبتلا هستند. روغن زیتون عتیق را با عسل از هر کدام ۷۵ گرم مخلوط نموده. سه روز روزی سه قاشق مربا خوری بخورند یا یک قاشق چای خوری پودر تخم شاهی را با یک استکان عسل روزی سه بار هر با یک قاشق مربا خوری میل نمایند.

درمان خستگی جنسی

خوردن یک لیوان آب لیمو با عسل پس از هر آمیزش جنسی برای زن و مرد بسیار موثر واقع میشود و مقداری از انرژی از دست رفته را جبران میکند.

تقویت اسپرم

الف: کسانی که اسپرم آنها خیلی ضعیف است و بچه دار نمیشوند میتوانند از معجون زیر (شیر+ عسل+ تخم مرغ+ پیاز) یک روز در میان و به مدت یک ماه استفاده کنند و نتیجه اش را ببینند. ضرر ندارد.

ب: دو قاشق آب پیاز. دو قاشق عسل را در یک لیوان شیر حل کرده و قبل از خواب میل نمایند. بهترین داروی محرک قوه باه و ازدیاد اسپرماتوزوئید است.

درمان بیماریهای معده با گیاهان

روش های درمان

الف: با آرد گندم و عسل و زعفران حلوا درست نموده و میل نمایید.

ب: ریشه و برگ تازه کرفس را کوبیده و با مقدار کافی عسل مخلوط نموده و روزی سه بار هر وعده یک قاشق مربا خوری بعد از غذا میل نمایید.

ج: شیر و عسل برای معده بسیار نافع است و روده ها را نرم میکند. به سالمندان توصیه میشود اگر میخواهند شیر در معده آنها سریع تر هضم شود با عسل میل نمایند.

درمان زخم معده

روش های درمان

الف: انجیر و عسل را به نسبت مساوی مخلوط نموده و میل نمایید بسیار نافع است.

ب: ۲۰ گرم برگ و ریشه کاسنی را در یک لیتر آب بجوشانید و صاف کرده آن را با عسل صبح ناشتا دو فنجان میل نمایید.

ج: هر روز صبح ناشتا یک قاشق غذاخوری عسل میل نمایید.

درمان درد معده

امام صادق (ع) فرموده است "خوردن عسل با آب گرم درد معده را برطرف میکند".

هنریش و رویز در کاوشهای خود در سالهای مختلف عسل را برای درمان دردهای معده مفید دانسته اند.

درمان نفخ معده

امام صادق (ع) "خوردن عسل با سیاه دانه جهت رفع گازهای شکم (نفخ معده) مفید است"

روشهای درمان

الف: کره و عسل برای نفخ معده مفید است.

ب: یک قاشق چای خوری پودر زنیان را با یک استکان عسل مخلوط نموده و بعد از هر وعده غذا یک قاشق چای خوری میل نمایید.

ج: تخم کرفس ۱۵ گرم . بادیان (رازیانه) ۱۰ گرم . زنیان ۱۰ گرم . همه را نرم کوبیده و با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نمایید و روزی سه قاشق مربا خوری بعد از غذا میل نمایید.

درمان ترش کردن معده

در موقع ترش کردن معده و باد گلو (آروغ زدن) و بدون اراده آب از دهان جاری شدن که از علایم سردی معده است جهت معالجه باید تا بهبودی کامل صبح ناشتا به میزان یک قاشق مربا خوری عسل میل نمایید.

درمان آروغ زدن (سکسکه)

روش های درمان

الف: فلفل سیاه نیم مثقال. زنجبیل نیم مثقال. سراب یک مثقال . گل ارمنی یک مثقال . همه را نرم کوبیده و با یک استکان عسل مخلوط و روزی سه قاشق چای خوری میل نمایید.

روزی یک قاشق چای خوری میل نمایید و پس از بهبودی مصرف را قطع کنید.

درمان ورم معده

سه قاشق غذاخوری پودر ریحان را در یک لیتر آب دم کرده و صاف کرده آن را با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط روزانه سه استکان مصرف کنید درمان کننده ورم معده . روده و بیوست است.

میوه درمانی

نویسنده: فرزانه محمدحسینی

یک عدد موز = یک کیلو گوشت

موز گیاهی است علفی دارای ظاهری درختچه مانند با برگ های بسیار بزرگ و پهن که به طول ۱/۲۰ تا ۲ متر می رسد. گل های مجتمع به صورت سنبله بزرگ به طول نزدیک به یک متر دارد. میوه اش گوشتدار، باریک و دراز و خمیده و سه گوش، در آغاز به رنگ سبز است ولی پس از رسیدن مایل به زرد می شود. پرورش آن امروزه به علت میوه مطبوعی که دارد در غالب نواحی حاره

ای و همچنین در جنوب ایران معمول است. انواع آن در بلوچستان پرورش می‌یابد. این گیاه در زبان عربی طلع نام دارد. موز را بنان هم گویند.

ترکیبات شیمیایی:

مواد اصلی و سازنده موز نارس به شرح زیر می‌باشد. میوه نارس: آب ۷/۹۲، میوه رسیده: ۶۷/۷۸ میوه نارس: آمیدون ۱۲/۰۶، میوه رسیده: بسیار جزئی. میوه نارس: قند قابل تخمیر ۸ درصد، میوه رسیده: ۲۰/۴۷ میوه نارس: ساکاروز ۱/۳۴، میوه رسیده: ۵۶/۴، خاکستر حاصل از آن در موز نارس: ۱/۰۴، در میوه رسیده: ۰/۹۵ است. موز دارای ۹ درصد کلسیم، ۳۱ درصد فسفر، ۲۸ درصد منیزیم، ۴/۰۱ درصد پتاسیم، ۰/۰۰۶ درصد آهن و سدیم، روی و تانن است. ویتامین‌های موجود در موز عبارتند از A، B، ۱B، C، PP، ۲B، ۶B، E و خال‌هایی که بر روی پوست موز وجود دارد تقریباً موز را به رنگ قهوه‌ای تیره درخواهند آورد. این حالت باعث می‌شود که مقدار قند در آن در اثر ماندگاری طولانی افزایش یابد و طعم آن اگر برای مدت زیادی نگهداری نشده باشد شیرین تر و مطبوع تر می‌شود. موز از نظر غذایی ارزش زیادی دارد به طوری که حتی آن را مغذی تر از سیب زمینی و گوشت می‌دانند. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان نشان می‌دهد که یک عدد موز تازه و رسیده به اندازه یک کیلو گوشت ارزش غذایی دارد. در بعضی از منابع دیگر آمده که موز میوه‌ای گرم و پراثری است و ارزش غذایی آن برابر گوشت می‌باشد. فقط چربی و کلسیم کمتری دارد. هر ۱۰۰ گرم موز معادل ۱۰۰ کالری انرژی ایجاد می‌کند. موز را باید زمانی مصرف کرد که کاملاً رسیده و پوست آن به رنگ زرد درآمده باشد. هضم آن اگر به حالت رسیده باشد به سهولت صورت می‌گیرد، مشروط بر آنکه این عمل به طور مصنوعی انجام نگرفته باشد. غلظت ویتامین‌های A و C موجود در موز به بهترین وجهی برای جذب شدن در بدن آماده می‌باشد. موز را باید خوب جوید. موز برای ازدیاد مقاومت بدن قبل از عمل و بعد از آن بسیار سودمند است و در تقویت اعصاب اثر بسیار زیادی دارد. خوردن آن به کسانی که کارهای بدنی و همچنین کارهای فکری دارند و نیز به کودکان و افراد سالمند توصیه می‌شود. در افزایش هوش و حافظه هم بسیار مفید بوده، ملین در سوءهاضمه و یبوست می‌باشد. کسانی که می‌خواهند غذای حیوانی نخورند موز میل نمایند، این میوه تازه و رسیده اش برای اطفال و اشخاصی که تازه از بستر مرضی برخاسته اند بسیار غذای خوبی است. خوردن موز برای معده زحمت زیادی ندارد و در ضمن قدرت غذایی آن بسیار است. اگر بچه‌ها به جای استفاده از شیرینی‌ها و تنقلات کم کالری و پر حجم و مواد خوراکی موذی بتوانند از این میوه بسیار مرغوب استفاده کنند به سالم ماندن بدن خود کمک بسیاری می‌کنند.

خواص درمانی:

رشیه موز طعم گس و اثر ضد کرم دارد. این میوه مقوی و اشتهاآور بوده و با طعم مطبوع اثر مفیدی در تامین رشد و نمو و برقراری تعادل عصبی دارد. مصرف روزانه آن در درمان ضعف قوا مخلوط با عسل توصیه شده و در شستشو و سلامت کبد و کلیه‌ها موثر دانسته شده است. این میوه نیرودهنده دستگاه تناسلی هم در مردان و هم در بانوان می‌باشد. صمغ حاصل از گیاه جوان مخلوط با آب برای درمان اسهال مفید می‌باشد. از شیر این گیاه در بعضی نواحی جهت دفع ناراحتی‌های عصبی مانند هیستری، صرع و غیره استفاده می‌شود. جوشانده برگ گل و همچنین له شده ساقه گیاه را جهت درمان سوختگی‌ها بر روی عضو زخم شده مالیده شود بسیار نافع است زیرا که باعث التیام می‌شود. مصرف آن به علت مدر بودن برای درمان استسقاء بین مردم معمول است. توجه: به علت دارا بودن مقدار زیادی قند و هیدرات‌های کربن، خوردن موز برای کسانی که دچار بیماری قند (دیابت) می‌باشند و کسانی که چاق هستند، مضر است. بیابیم سبزی‌ها و میوه‌ها را در سبد غذایی خود و خانواده مان بگنجانیم.

سیر و خواص طبی آن

نام علمی: *Allium sativum*

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می‌رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می‌باشد. برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گل‌های آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می‌شود. سیر و پیاز رابطه‌ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می‌باشد.

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می‌رفته است. هومر شعر باستان در نوشته‌های خود از آن یاد برده است.

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می‌شناختند و از آن استفاده می‌کردند. بقراط پدر علم طب در نوشته‌های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است.

سه نوع سیر وجود دارد:

۱- سیر آمریکایی بنام *Greole* نامیده می‌شود. این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است ۲- سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می‌رسد.

حضرت محمد (صلی الله علیه واله) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می‌فرمایند:

از سبزی سیر تا می‌توانید استفاده کنید زیرا سیر دواى هفتاد درد است اما آنکس که سیر و پیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود. (به علت بوی دهان)

خواص دارویی:

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می‌شود برای تغییر طعم غذا مصرف می‌شود.

۱) سیر بادشکن و ضد عفونی کننده است.

۲) خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می‌دهد.

۳) سیر کرم کش است.

۴) سیر محرک و تقویت کننده بدن است.

، برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است (۶) سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد

۷) سیر خون را رقیق می‌کند

۸) سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد

۹) خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می‌برد.

۱۰) سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می‌برد و دردهای مفاصل را خوب می‌کند.

۱۱) سیر درمان کننده دردهای مفاصل، سیاتیک و نقرس می‌باشد.

۱۲) سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است.

۱۳) آنهایی که قطره قطره ادرار می‌کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود.

۱۴) سیر زخم‌های ریه و درد معده را از بین می‌برد.

۱۵) سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .

۱۶) سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .

۱۷) مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .

۱۸) سیر را بسوزانید و با عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .

۱۹) سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .

۲۰) برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .

۲۱) جهت رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .

۲۲) جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :

مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .

۲۳) جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضد عفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴) پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است (۲۵) سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولا هنگامیکه آنفلوانزا شیوع دارد، مصرف آن بالا می رود در چندسال پیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .

۲۷) خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .

۲۸) یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .

۲۹) مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدار LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است .

جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . گ

۳۰) خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند .

۳۱) چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند .

مضرات :

سیر با آنکه خواص بسیاری دارد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سیر برای آنهاییکه اسهال دارند مضر است .

آنهاییکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند .

کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد .

خواص طبی سیر :

سیر از مدت ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال های اخیر برای

موارد قلبی - عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است. ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است. مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولاً اثرات جانبی مصرف سیر خفیف و غیر متداول است. سیر ظاهراً تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می‌کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می‌کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی‌تر می‌کند. سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است. مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفابخش استفاده می‌کرده‌اند. در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود. در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می‌کردند. در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی - عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود. پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد. سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است. در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر بر روی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است. در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد. بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

خيار تصفيه‌کننده خون

خيار گیاهی علفی دارای ساقه خوابیده پوشیده از تارهای خشن و برگ‌های بزرگ و زاویه‌دار و دندانه‌دار می‌باشد، بوته خيار پيچک‌دار و گل‌های زرد رنگ درشت بر دو نوع نر و ماده واقع بر روی یک پایه سوار است، میوه‌اش سبزرنگ و به تناسب نژادهای مختلف ممکن است کوچک یا باریک و یا خیلی بزرگ و به طول نیم‌متر باشد. به طور کلی خيار در همه نواحی پرورش می‌یابد.

ترکیبات شیمیایی:

خيار دارای ویتامین‌های A، B، C و همچنین منگنز، کربنات کلسیم، پتاسیم، سدیم و کلر است، روغن دانه خيار دارای اسیدهای چرب اشباع شده اسید استئاریک ۷/۳ درصد، اسید پالمیتیک ۸/۶ درصد و اسیدهای اشباع نشده مانند: اسید اولئیک ۵/۵۸ درصد لینولئیک ۳۱ درصد است. روغن دانه خيار در مصارف صابون‌سازی استفاده می‌شود و دانه عاری از پوسته آن پس از استخراج روغن به مصارف تغذیه حیوانات می‌رسد و به علت داشتن مواد پروتئینی به مقدار ۵۰ درصد ارزش غذایی زیاد دارد.

خواص درمانی:

خيار دارای اثر مدر تصفیه خون و حل کننده اسید اوریک است. با سائیدن مغز دانه خيار در مقدار کمی آب و رقیق کردن

آن امولسیون تهیه می‌شود که اثر آرام کننده دارد و کسانی که دارای معده ضعیف هستند باید از این میوه کمتر استفاده کنند، دانه خیار اثر ضد کرم را نیز دارد، بخصوص آب خیار برای درمان و رفع یرقان بسیار مفید است. مصرف خیار نارس و نازک بهتراست زیرا هم برای بیمارانی که مبتلا به مرض قند هستند مفید است و هم درجه قلیائیت را بالا می‌برد و هم تب‌های صفراوی را درمان می‌کند. در ضمن دوست کبد نیز می‌باشد.

خیار یا خیار چنبر برای برطرف کردن بیماری‌های صفرا، فشار خون، التهاب حرارت داخلی و سنگ مثانه بسیار مفید است. در پوست این میوه مقدار فراوانی کلروفیل و ویتامین C وجود دارد که مصرفش باعث ازدیاد خون و همچنین باعث تقویت عضله قلب می‌گردد. برای همین بهتر است از خیارهای کوچکتر و نازکتر استفاده شود و در صورت امکان با پوست خورده شود. آب خیار نه تنها برای پوست‌هایی که دچار خارش می‌شوند مفید است، بلکه به حفظ شادابی پوست کمک می‌کند، اگر مقدار ۲۵۰ گرم آب خیار را با شکر، شیرین کنید و آن را بنوشید، اثر صفرا را در بدن به کلی از بین می‌برد. تخم خیار، هم برطرف کننده صفرا و هم درمان کننده تب‌های گرم است. در استعمال خارجی می‌توان از آب خیار برای حفاظت و بهداشت پوست صورت استفاده کرد. اگر پوست خشک باشد به مقدار مساوی باید از این دستور استفاده کرده آب مقطر، شیر تازه و همچنین شیره خربزه را مخلوط نموده هر شب قبل از خواب صورت را با آن به ملایمت مالش دهند. برای کسانی که پوست صورت آنها منافذ باز و ظاهر ناپسند پیدا می‌کند می‌توانند طبق دستور زیر بدن عمل کنند؛ دانه خیار، خربزه و کدو را به مقدار مساوی اختیار کنند و هر یک را به طور جداگانه آسیاب نمایند، سپس با یک قاشق سوپ‌خوری از هریک جداگانه در شیر یا در کرم ساده وارد کرده و به طور یکنواخت درآورند و پس از مخلوط کردن آنها باهم نوعی ماسک صورت تهیه می‌کنند که اگر همین ماسک حدود نیم‌ساعت بر روی پوست صورت باقی بماند و بعد از نیم ساعت با گلابی که گرمای ملایم داشته باشد پاک کنند باعث لطافت و تقویت و شادابی هرچه بیشتر پوست می‌شود. بیایم با کمک سبزیجات و میوه‌جات، سلامتی را برای خود به ارمغان بیاوریم.

یبوست را به راحتی درمان کنید!!

نویسنده: دکتر محمد رضا رضوانی

سنا و پیشگیری

سنا یکی از معروفترین داروهای گیاهی است که سوء مصرف از آن بسیار شایعتر از مصرف صحیح آن است سنا در پیشگیری از بروز

* یبوست

* اگرمای فصلی

* رماتیسم

موثر می باشد.

خانواده:

Caesalpinoaceae

پراکنندگی:

نوع بومی *aculifolia* آفریقای شمالی و نوع *angustifolia* بومی هند است.

بخشهای مورد استفاده:

برگ و میوه که برگ آن موثرتر است.

ترکیبات شیمیایی:

آنترانوئیدها Anthranoids (سنوزاید A,B Sennoside) گلیکوزید انتراکینولون Anthraquinone glycoside و نمک های تارتاریک اسید Tartaric acid salts (موسیلاژ)

خواص:

* جلوگیری از بازجذب آب و املاح از روده: با افزایش میزان املاح معدنی در روده الکترولیتها) و جلوگیری از بازجذب آب حجم مدفوع افزایش یافته و منجر به اسهال می‌شود.

* افزایش ترشح کلر به داخل روده: افزایش ترشح کلر منجر به اسهال ترش می‌شود.

* افزایش حرکات روده

موارد مصرف:

پیشگیری

* از بروز یبوست: در افرادی که کوتاه مدت باید اجابت مزاج نرم داشته باشند (مثل بواسیر و شقاق)

درمان

* یبوست: از مسهل‌هایی است که بصورت خوراکی در عرض ۵ تا ۷ ساعت اثرش ظاهر می‌شود. {خوراکی} معادل و کمکی {

* چاقی: در رژیم‌های لاغری از این گیاه استفاده و سوء استفاده می‌شود. {خوراکی} کمکی {

* رماتیسم: در درمان‌های رماتیسم بعنوان پاک‌کننده بدن از مواد زاید همراه با داروهای دیگر در دوره‌های کوتاه مدت مورد

مصرف دارد. Anti dyscratic therapy {خوراکی} کمکی {

* اگرما: بعنوان پاک‌کننده بدن از مواد زاید در کوتاه مدت استفاده می‌گردد. {خوراکی} کمکی {

موارد احتیاط و منع مصرف:

* در انسداد روده منع مصرف دارد.

* در التهاب دستگاه گوارش مثل ورم معده، ورم روده، روده تحریک پذیر ممنوع است.

* در بیرون زدگی مقعد و بواسیر مصرف سنا با دز کم و با احتیاط مجاز است چرا که تحریک شدید روده منجر به بیرون زدگی بیشتر مقعد و یا گیر افتادن بواسیر می‌شود.

* مصرف بیش از ۸-۱۰ روز منجر به اختلالات آب و املاح می‌گردد.

* در بچه های زیر ۱۲ سال احتمال اختلال آب و املاح بیشتر بوده و بهتر است از مسهل‌های دیگر استفاده شود.

* در رژیم‌های لاغری با توجه به محدودیت‌های غذایی توام باعث تشدید اختلالات آب و املاح می‌گردد لذا باید کوتاه مدت تر و با احتیاط مصرف گردد.

* در بیماران قلبی و کلیوی که نسبت به بقیه به تغییرات املاح و آب حساسیت بیشتری دارند سنا حتی در دوره‌های کوتاه مدت نیز توصیه نمی‌شود.

* در افراد مسن جدار روده ضعیفتر است و احتمال وجود انسداد نسبی بیشتر می‌باشد مخصوصاً در بیمارانی با سابقه ورم التهابی روده (کولیت اولسروز Ulcerative Colitis بیماری کرون Crohn Disease) منع مصرف مطلق دارد چرا که می‌تواند منجر

به بروز بیماری کولون بزرگ شده و سمی Toxic Mega Colon گردد که بواسطه افزایش حجم در نقطه‌ای از روده که جدار آن ضعیف بروز میکند و میتواند منجر به پارگی روده عفونت حفره شکم و حتی مرگ گردد.

تداخلات دارویی:

* سنوزایدها ممکن است آسیب کلیوی ناشی از مسکن‌ها و کم‌آبی ناشی از آنها را تشدید نمایند لذا از مصرف توام آنها بخصوص در بیماران کلیوی باید اجتناب کرد.

* سنا با کوتاه نمودن زمان حضور داروها در روده از جذب کامل آنها جلوگیری می‌کند.

* بدلیل دفع پتاسیم از مصرف توام آن با داروهایی که تغییرات پتاسیم تاثیر زیادی در عملکرد یا احتمال سمیت دارو دارد اجتناب باید کرد. {مثل دیگوکسین و داروهای ضد اختلال ضربان قلب}

* مصرف توام با ادرار آورهای تیازیدی (هیدروکلروتیازید) Hydrochlorothiaside و مخصوصاً مدر لوپ (فورسماید Foresmide) باعث افزایش احتمال کمبود پتاسیم و دیگر املاح و آب بدن می‌گردد.

* در کسانی که داروهای جلوگیری از بارداری مصرف می‌کنند با کاهش سطح استروژن منجر به اختلال عملکرد دارو میشود.

* در مصرف توام با ایندومتاسین Indomethacen اثر گیاه کاهش می‌یابد.

* در حضور نیفدیپین Nifedipine بعلت بسته بودن کانالهای کلسیمی اثر سنا مهار می‌گردد.

* با اختلال در تجمع پلاکتی منجر به افزایش احتمال خونریزی در حضور وارفارین می‌گردد.

مصرف در دوران بارداری:

با توجه به اثرات تحریکی بافت رحم و احتمال ایجاد ناهنجاریهای ژنتیکی و از طرفی اثرات تسکین دهنده انقباضات رحمی و اثر ملینی مناسبی که برای زنان باردار دارد مصرف آن زیر نظر پزشک مجاز است.

مصرف در دوران شیردهی:

در مواردی که بیش از حد استفاده شود اثرات ملینی بر شیرخوار دارد.

Anti dyscratic therapy

در رژیم‌هایی که برای درمان رماتیسم و درماتیت در گیاه درمانی در نظر گرفته میشود پاکسازی بدن از مواد زاید و سپس تحریک و تنظیم متابولیسم طبیعی بدن مد نظر میباشد در این راه از سه عنصر در درمان استفاده می‌شود.

۱) آنتی دیسکراتیک Anti dyscratic، گزنه، گل قاصدک

۲) مسهل Laxative، سنا، ریوند

۳) معتدل کننده Carminative، رازیانه، بادرنجبویه

منبع: گروه سلامت سیمرخ

بابونه، پزشک گیاهان

تهیه کننده: ناصر مکاری

منبع: راسخون

بابونه گیاهی است دائمی و کوچک بارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنی می‌روید. ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و

پوشیده از کرک است. گل‌های آن مجتمع در یک طبق که بطور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می‌شود. در هر طبق گل‌های سفید در اطراف و گل‌های زرد در قسمت وسط قرار دارند.

گل‌های بابونه دارای اسانس روغنی آنته مین (Anthemine) تانن، فیتوسترول و همچنین ماده ای تلخ بنام اسید آنته میک Anthemique Acid است.

به گزارش خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا) منطقه مرکزی، بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ به حساب می آید. جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد.

یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه به آسانی این مرض را درمان می کند و آنهایی که سالهاست با این مرض دست به گریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر **Lozac** و **Zantac** و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه سلامتی خود را بازیابند.

برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یک ربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید. این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا یابد.

بابونه مقوی مغز است، همچنین این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد، درمان کننده سردرد و میگرن است، استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند، جویدن بابونه برای التیام زخم ها مفید است.

بابونه تب بر و تسکین دهنده درد و تقویت کننده معده است، برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها، به آنها چای بابونه بدهید.

همچنین برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است؟؟ دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید.

بابونه درمان کننده بی اشتها و برای رفع ورم روده موثر است.

چای بابونه درمان کننده کم خونی است و برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید.

همچنین بابونه برای رفع زردی مفید است، اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما، کهیر و خارش مفید است.

برای رفع گوش درد و سنگینی گوش، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید.

گفتنی است روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید.

بابونه را پزشک گیاهان می دانند. این گیاه در پیشگیری از بروز:

* زخم معده واثنی عشر، نفخ روده و التهاب روده

* عادت ماهیانه دردناک

* التهابات ناحیه کهنه بچه شیرخوار

* پلاکهای میکربی بر روی دندانها و التهابات لثه موثر میباشد.

گسترده گی:

در اروپا گسترده گی زیادی دارد و مخصوصاً در آلمان مصرف بالایی دارد. در ایران در استانهای لرستان خوزستان کهگیلویه و بویراحمد و تهران یافت می شود.

ترکیبات شیمیایی:

کامازولن Chamazolen بیسابولول Bisabolol از گروه volatile oil

اپیزنین Apigenin، لوتیولین Luteolin از گروه Flavonoids

یورونیک اسید Uronic acid از گروه Mucilage

خواص:

- ۱) ضداسپاسم معده و روده
- ۲) محافظت و پیشگیری از بروز التهاب و زخم معده و اثنی عشر ناشی از داروها، الکل و استرس
- ۳) ترمیم کننده زخم معده و اثنی عشر: مشابه اثر شیرین بیان
- ۴) مهار کننده رشد باکتری و قارچ
- ۵) ضدالتهاب مخاطی و موضعی: با افزایش ترمیم سلولی و کاهش رشد باکتری

موارد مصرف:

پیشگیری:

- ۱) بعنوان ضدالتهاب و محافظت کننده در افرادی که ترشح اسید معده در آنها زیاد میباشد.
- ۲) کاهش اختلالات عادت ماهیانه و پرئود دردناک.

- ۳) جلوگیری از بروز التهابات محل کهنه بچه شیرخواران ناشی از ادرار
- ۴) بعنوان ضد التهاب لثه و کاهنده تشکیل پلاکهای میکربی بر روی دندانها

درمان:

- ۱) در عفونتهای گلو و لثه با کاهش التهاب سرعت بهبودی را بالا میبرد. {قرقره (کمکی)}.
- ۲) در عفونتهای تنفسی منجر به کاهش التهاب مجاری تنفسی میگردد. {بخور و خوراکی (کمکی)}
- ۳) در سینوزیت با کاهش التهاب و اثرات ضد باکتریایی باعث کاهش نیاز به آنتی بیوتیک و سرعت یافتن بهبودی می شود. {بخور (کمکی)}
- ۴) با کاهش التهاب و ترمیم بافتهای آسیب دیده منجر به سریعتر شدن بهبودی می گردد. {خوراکی (کمکی و معادل)}
- ۵) باعث کاهش نفخ شکم در بیماریهای التهابی و عصبی روده می گردد. {خوراکی (کمکی)}
- ۶) در اسهال حاد مخصوصاً ویروسی دوره اسهال را کوتاه کرده و باعث بهبود فلور میکربی روده گردیده و التهاب را کم میکند. {خوراکی (معادل و کمکی)}
- ۷) التهاب انتهای روده بزرگ و بواسیر را کاهش میدهد. {تنقیه و حمام و کمپرس (کمکی)}
- ۸) در رفع التهاب واژن موثر است. {حمام و تنقیه (کمکی)}
- ۹) مصرف آن در اختلالات عادت ماهیانه منجر به کاهش درد حین پرئود میگردد. {خوراکی و موضعی از طریق پوست شکم (کمکی)}
- ۱۰) در زخمهای مزمن بخصوص ساق پا باعث سرعت بهبودی و کم شدن بروز بد شکلی زخم می شود. {موضعی و کمپرس (کمکی)}
- ۱۱) در درماتیت حاد منجر به فروکش کردن سریعتر علایم میگردد. {کمپرس (کمکی و معادل در مراحل اولیه)}

موارد منع مصرف:

- ۱) از مصرف بابونه و فرآورده های آن در اطراف چشم پرهیز باید کرد.
- ۲) بعلت موارد نادر حساسیت در استفاده بصورت موضعی با مقدار کم درمان شروع گردد.

تداخلات دارویی:

اثر داروهای ضد انعقادی را افزایش می‌دهد.

مصرف در بارداری:

بعثت اثرات سقط آوری که البته به خاطر اجزاء دیگر گیاه می‌باشد مصرف مقادیر زیاد آن در ماههای

اول بارداری ممنوع است.

مصرف در شیردهی:

در مقادیر معمول و غیر درمانی مجاز می‌باشد

خواص درمانی بابونه:

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ به حساب می‌آید.

۱) یکی از مهم ترین خواص بابونه، درمان زخم و ورم معده است که به آسانی این مرض را درمان می‌کند. افرادی که سال های سال با این بیماری دست به گریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر **Lozac** و **Zantac** و ... استفاده می‌کنند، می‌توانند با استفاده از بابونه، پول داروی خود را پس انداز کنند و سلامتی خود را نیز بازیابند.

برای درمان زخم معده یک لیوان دم کرده غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چای خوری بابونه خشک را در یک لیوان آب جوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا آن را بنوشید. سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید. البته بعد از یک ربع ساعت می‌توانید صبحانه خود را میل کنید. این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا پیدا کند.

۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت می‌کند.

۳) بابونه تقویت کننده مغز است.

۴) بابونه ادرار آور و قاعده آور است.

۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیرده افزایش می‌دهد.

۶) درمان کننده سردرد و میگرن است.

۷) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می‌کند.

۸) اگر کسی قطره قطره ادرار می‌کند، به او دم کرده بابونه دهید تا درمان شود.

۹) بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است.

۱۰) برای درمان چشم درد، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید.

۱۱) برای تسکین دردهای عضلانی دم کرده بابونه بنوشید.

۱۲) جویدن بابونه برای التیام زخم های دهان مفید است.

۱۳) خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه ی رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است).

۱۴) بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است.

۱۵) بابونه تقویت کننده معده است.

۱۶) برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها، به آنها دم کرده بابونه بدهید.

۱۷) برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ۱۰ دقیقه قبل از رفتن به رختخواب، یک فنجان دم کرده بابونه بنوشید.

۱۸) بابونه درمان کننده بی اشتهاهی است.

- ۱۹) بابونه برای رفع ورم روده موثر است.
- ۲۰) دم کرده بابونه درمان کننده کم خونی است.
- ۲۱) از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید.
- ۲۲) بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است.
- ۲۳) بابونه برای رفع زردی مفید است.
- ۲۴) حمام بابونه اثر نیرو دهنده دارد. برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته، مدت یک ربع در آن دراز بکشید.
- ۲۵) برای تسکین درد، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل های دردناک بمالید تا درد را تخفیف می دهد.
- ۲۶) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما، کهیر و خارش مفید است.
- ۲۷) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید.
- ۲۸) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسمومیت های غذایی مصرف می شود.
- ۲۹) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید.
- ۳۰) با دم کرده بابونه اگر موهای بلوند را بشوید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند.
- ۳۱) خانم هایی که یائسه شده اند، بهتر است همه روزه دم کرده بابونه بنوشند، زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند.
- ۳۲) بابونه ضد آلرژی است.

چای بابونه، تسکین دهنده سیستم عصبی

اگر ورم معده، سرماخوردگی، میگرن و دندان درد دارید، بابونه مصرف کنید. گل بابونه اثر تسکین دهنده سیستم عصبی و دستگاه گوارش را دارد. از بابونه، روغن، قطره و چای نیز تهیه می شود که همگی آنها تاثیرات مطلوبی در بدن دارند. به گزارش ایسکاتیوز، بابونه از نظر طب قدیم گرم و خشک است. در قرون وسطی نیز از بخور بابونه برای ضد عفونی کردن فضای قصرها و سالن های بزرگ استفاده می شد. بابونه اثر ضد عفونی کننده، ضد التهاب، ضد حساسیت و آرام بخشی و تسکین دهنده دردهای عصبی در بدن ایفا می کند. یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است. همچنین مقوی مغز، تب بر، تسکین دهنده درد و تقویت کننده معده و اعصاب است. بابونه برطرف کننده بی اشتهایی است و در رفع ورم و کرم معده و روده نیز موثر است. برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید. برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ده دقیقه قبل از خواب یک فنجان چای بابونه بنوشید. چای بابونه درمان کننده کم خونی نیز می باشد.

عصاره «بابونه» و ویتامین «ث» عوارض ترک اعتیاد را کاهش می دهد

استادیار دانشگاه علوم پزشکی قزوین گفت: مصرف عصاره گیاه «بابونه» و ویتامین «ث» عوارض و آثار ترک اعتیاد را کاهش می دهد. این محقق در گفت و گو با ایرنا، اظهار داشت: عوارض ترک اعتیاد نظیر دردهای عضلانی، تحریک پذیری شدید عصبی، تشنج و اضطراب به قدری غیر قابل تحمل است که در بسیاری از موارد معتادان دوباره به مصرف مواد مخدر روی می آورند. وی با بیان اینکه بابونه موجب کاهش درد و اضطراب می شود، افزود: مطالعات نشان می دهد این گیاه خاصیت شبه بنزودیازپین دارد، بنزودیازپین ها داروهایی است که به طور گسترده برای درمان اضطراب و بی خوابی به کار می رود، بنابراین بابونه تاثیر به سزایی در کاهش درد و آثار ترک اعتیاد دارد. این محقق خاطر نشان کرد: براساس تحقیقات ما، مصرف عصاره بابونه در هر سه دز «پایین، متوسط و بالا» در حالت مصرف حاد و مزمن مرفین (تریاک) موجب کاهش دردهای ناشی از ترک اعتیاد می شود. وی ادامه داد:

ویتامین «ث» نیز در دز پایین موجب تقویت دو سامانه مغزی «گلوتامینرژیک» و «دوپامینرژیک» شده و برعکس مصرف دز بالا موجب تضعیف این دو سامانه می شود. این ویتامین بهترین درمان دارویی برای کاهش آثار ترک اعتیاد یا تکمیل روند اعتیاد است، زیرا براساس مطالعات مصرف ویتامین «ث» در دز بالا فعالیت این دو سامانه مغزی را مختل می کند.

بابونه در درمان بی خوابی و رفع کابوسهای شبانه موثر است

یکی از ترکیبات اصلی تشکیل دهنده بابونه روغنی فرار، لطیف و آبی رنگ است که از گل آن به دست می آید و مسبب عطر خاص گل بابونه است. مصرف جلدی این روغن، تاثیر بسزایی در ضد عفونی و برطرف کردن التهاب های پوستی دارد و ترمیم آسیب های سطحی پوست را تسریع می کند. همچنین ماساژ با روغن این گیاه مسکنی موثر برای دردهای سیاتیک است. گل بابونه تاثیر آرام بخش شگرفی بر روی سیستم عصبی و همچنین دستگاه گوارش دارد و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بی خوابی و رفع کابوس های شبانه شهرت دارد.

اثر ضد التهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضد عفونی کننده، ضد حساسیت، تاثیرات آرام بخش و تسکین دهنده درد و همچنین تقویت دستگاه هاضمه از مهمترین خواص بابونه است.

گفتنی است، بابونه یک ماده ضد حساسیت طبیعی است و از اثرات ضد آلرژی بخور آن می توان جهت تسکین آسم، آلرژی های تنفسی فصلی، زکام و سینوزیت سود برد.

بخور گل بابونه جهت بهبود آکنه و جوش های صورت نیز توصیه شده است.

بابونه مسکنی فوق العاده برای سردرد، میگرن، دندان درد و دردهای عصبی است و به دلیل خواص شناخته شده این گیاه دارویی، به صورت چای کیسه ای نیز امروزه در بازار موجود است.

اسانس بابونه :

حدود ۰.۸ تا ۱ درصد اسانس در این گیاه وجود دارد که بوسیله تقطیر با بخار آب بدست می آید. رنگ این اسانس آبی روشن است ولی در اثر کهنه شدن برنگ زرد مایل به قهوه ای در می آید. بوی این اسانس بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزاننده است. اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها بکار می رود.

روغن بابونه با روغن زیتون

گل خشک بابونه را با برابر وزنش روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذارید تا دم بکشد (نباید بجوشد) و گاه گاه آنرا هم بزنید. سپس آنرا از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بحال خود بماند. سپس آنرا از صافی با فشار در کرده و در شیشه ای دربست نگهداری کنید (برای نفخ شکم و قولنج آنرا روی شکم بمالید)

• روغن بابونه

برای تهیه روغن بابونه مقدری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن کنجد مخلوط کرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه کنید. آنرا روی چراغ گذاشته و بگذارید بجوشد تا اینکه آب آن بکلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند البته باید دقت کرد که روغن نسوزد.

مضرات :

جوشانده بابونه ممکن است در افراد حساس به گیاه «آمبروسیا» باعث حساسیت شدید شود.

منابع :

بابونه <http://www.iranmania.com>

خواص بابونه <http://noorportal.net>

http://www.mprn.ir بابونه درمان زخم و ورم معده

http://rtp.ir خواص درمانی بابونه

www.irteb.com خواص بابونه

http://www.persianv.com خواص بابونه

Chamomile http://www.money۵۸.netfirms.com بابونه

خواص داروئی بادام

تهیه کننده : ناصر مکاری

منبع : راسخون

کلیات گیاه شناسی

درخت بادام به بلندی ۸ متر می رسد . درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصا افغانستان و ایران ، سوریه و فلسطین پرورش مییافته است . ریشه درخت بادام بسیار قوی است . این درخت می تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند . برگهای آن بیضی ، باریک ، نوک تیز و برنگ سبز می باشد . گلهای آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است . در اوائل بهار شکوفه های بادام ظاهر می شود .

بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد :

۱- بادام شیرین Sweet Almond

۲- بادام تلخ Bitter Almond

میوه درخت بادام بصورت شفت می باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجود دارد . در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام Amandon می نامند که دارای خواص مخصوص می باشد . پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می شود .

مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است . مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه ای رنگی می باشد که می توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است . مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه ای درد و بسهولت از بادام تلخ تشخیص داده می شود . از کلیه قسمت های درخت بادام شیرین مانند شکوفه ، برگ و میوه آن استفاده طبی می شود .

ترکیبات شیمیایی:

بادام شیرین دارای ۵۰ تا ۵۵ درصد و بادام تلخ دارای ۴۰ تا ۴۵ درصد روغن می باشد . بادام همچنین دارای ۲۵ درصد مواد سفیده ای و دیاستازی بنام امولسین (Emulsine) ، قند ، صمغ ، موسیلاژ و مواد معدنی می باشد بادام تلخ دارای ماده مخصوصی (۱ تا ۳ درصد) بنام آمیگدالین (Amygdlin) می باشد که از اثر آب بر روی این ماده اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک (Aldehyde benzoic) و گلوکز حاصل می شود .

اسانس بادام تلخ (آلدئید بنزوئیک) در عطر سازی بکار می رود و همچنین از آن رنگ سبزی بنام مالاشیت Malachite درست می کنند .

اسانس بادام تلخ بدلیل اینکه دارای اسید سیانیدریک است کمی تلخ می باشد. مقدر اسید سیانیدریک در بادام تلخ ۰/۰۰۰۰۲۵ درصد است.

در صد گرم مغز بادام شیرین خشک شده مواد زیر یافت می شود:

آب ۴/۷ گرم

انرژی ۵۹۸ کالری

پروتئین ۱۸/۶ گرم

روغن های اشباع نشده ۵۴/۲ گرم

نشاسته ۱۹/۵ گرم

کلسیم ۳۲۰ میلی گرم

فسفر ۵۰۰ میلی گرم

آهن ۴/۷ میلی گرم

پتاسیم ۷۷۰ میلی گرم

ویتامین ب ۱ ۰/۲۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۹ میلی گرم

ویتامین ب ۳ ۳/۵ میلی گرم

خواص داروئی بادام

بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است.

۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد یبوست است مخصوصا از روغن بادام می توان رفع یبوست برای بچه ها استفاده کرد.

۲) بادام سینه را نرم می کند.

۳) شیر بادام برای رفع سرفه، ناراحتی حنجره و تنگی نفخس مفید بوده و خلط آور است.

۴) بادام برای درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفید است.

۵) بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است.

۶) بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می کند.

۷) بادام را آسیاب کرده و با عسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است.

۸) چغاله بادام لثه و ریشه دندان را تقویت می کند.

۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است.

۱۰) شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید.

۱۱) دم کرده پوست قهوه ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسکین درد و التهاب مجاری تنفسی است. (مقدر مصرف ۵ گرم در

۱۰۰ گرم آب)

۱۲) جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است.

۱۳) روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می برد.

۱۴) برای صاف کردن سینه و نرم شدن روده ها و از بین بردن سرفه خشک باید روغن بادام را با شکر و کتیرا مخلوط کرده و

بخورید.

- ۱۵) روغن بادام را با آب گرم مخلوط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه ها خواهد بود . ضمناً این مخلوط سنگ مثانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می کند .
- ۱۶) برای درمان نقرس و رفع خمیدگی پیران ، مهره های پشت را با روغن بادام چرب کنید .
- ۱۷) برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است .
- ۱۸) برگ خشک شده درخت بادام قابض بوده و اسهال را از بین می برد .
- ۱۹) روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم ها و پمادها بکار می رود .
- ۲۰) برای رفع بیماریهای سینه ، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارید سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از آنرا بفاصله هر سه ساعت بخورید .
- ۲۱) برای رفع خارش پوست بچه هائیکه که سرخک و مخملک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می دهد .
- ۲۲) مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می کند .
- ۲۳) روغن بادام اگرما را رفع می کند .
- خواص بادام تلخ
- چون بادام تلخ دارای اسید سیانیدریک است در مصرف آن باید نهایت دقت را بعمل آورد .
- مغز بادام تلخ از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است
- ۱- بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است .
- ۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس ، سرفه و ورم ریه مفید است .
- ۳- بادام تلخ را با عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می کند .
- ۴- برای رفع درد کلیه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید .
- ۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است .
- ۶- برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی های کلیه ، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید .
- ۷- اگر عادت ماهیانه خانم ها عقب می افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است .
- ۸- برای از بین بردن لکه های صورت ، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید .
- ۹- ضماد بادام تلخ برای درمان زخم های کهنه خارش و مخملک بکار میرود .
- ۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است .
- ۱۱- ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال ، کلیه و دفع کرم روده بکار می رود .
- ۱۲- دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال ، و دفع کرم روده بکار می رود .
- ۱۳- روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد .
- ۱۴- روغن بادام تلخ برای تنگی نفس ، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثانه مفید است .
- ۱۵- برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید .
- ۱۶- مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت ، لکه ها و چین و چروک را از بین می برد .

۱۷- روغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می برد .

۱۸- آنهایی که مبتلا به آگزما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به آگزما است استفاده کنند بزودی بهبود می یابند .

۱۹- خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است .

۲۰- روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است .

طرز استفاده:

روغن بادام : برای بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می کنند و بصورت خمیر در می آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می کنند . این روغن را فشار اول می نامند .

تفاله بادام را که از فشار اول باقیمانده تحت اثر حرارت و مواد شیمیایی قرار داده و روغن دوم را بدست می آورند . بدلیل اینکه روغن بادام گران است معمولاً تقلب کرده و آنرا با روغن های دیگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می فروشند .

همانطور که گفته د اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آب قرار گیرند اسید سیانیدریک و آلدئید بنزویک تولید می شود که سمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسته ها نباید از آب استفاده کرد .

اسانس بادام تلخ : این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شدن برنگ زرد کمرنگ در می آید . بوی آن قوی ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است . اسانس بادام تلخ سهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می شود . بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملاً پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگهداری شود .

شکوفه و گل بادام : گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می باشد .

پوست میوه بادام : بصورت جوشانده مصرف می شود . طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می کنند .

برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می جوشانند و سپس صاف می کنند .

مغز بادام : معمولاً بصورت خشک شده و خام و یا بوداده مصرف می شود .

شیر بادام : شیر بادام را از مغز بادام بونداخته و خام تهیه می کنند . برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملاً آسیاب کرده که بصورت پودر در آید . سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می کنند مایعی مانند شی بدست می آید .

نوع دیگر شیر بادام برای کودکان شیر خوار و اطفال بسیار مفید است و می تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می کنند و بهم می زنند تا بشکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل بآن اضافه می کنند تا کاملاً حل شود . این مایع را از پارچه ململ می گذرانند تا مایعی مانند شیر از آن باقی بماند .

البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شیر بادام استفاده کنند احتیاجی به صاف کردن آن نخواهد بود .

طریقه دیگری که آسان تر است بدین صورت می باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شیر بدست آید .

مضرات :

بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سنگین و ثقیل الهضم می باشد نباید در خوردن آن افراط کرد و مقدار آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد . بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد.

منابع :

خواص داروئی بادام تلخ <http://aftab.ir>

خواص دارویی بادام <http://www.aghlam.com>

بادام <http://www.parsiteb.com>

بادام <http://www.money۵۸.netfirms.com> Almond

خواص هل؛ دانه معطر

تهیه کننده : ناصر مکاری

منبع : راسخون

هل گیاهی است که در مناطق حاره و گرم می روید . وطن آن هندوستان می باشد و حدود ۸۰ درصد هل مصرفی دنیا از هندوستان تامین می شود.

میوه ی هل، بیضی شکل و به رنگ های زرد، سبز یا سیاه است. دانه های معطر و مطبوعی به رنگ قهوه ای در میوه ی آن وجود دارد که به عنوان ادویه و برای خوشبو کردن نوشیدنی ها و غذاها به مصرف می رسد.

عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتهاآور هل، این دانه را به یکی از بهترین طعم دهنده ها برای انواع نوشیدنی، دسر و شیرینی تبدیل می سازد. در هندوستان، خاورمیانه، اروپا و آمریکای لاتین، این ادویه روغنی برای تهیه انواع نان ، کیک و شیرینی ها و همچنین چای و قهوه به کار می رود.

در بسیاری از شیرینی ها و دسرهای سنتی ایرانی نیز از هل کوبیده یا آسیاب شده استفاده می شود.

البته در مقام مقایسه، هندی ها و پاکستانی ها بیشترین مصرف کننده های هل در جهان هستند.

شاید جالب باشد بدانید هل، میوه گیاهی از تیره زنجبیل هاست و انواع مختلف آن شامل هل سیاه، هل سفید و هل سبز است که نوع سبز آن عطر تندتری دارد.

هل سفید

برای عطر آگین کردن غذا، شیرینی یا مربا، حتما لازم نیست غلاف آن را باز کرده و دانه های سیاه رنگ هل را مورد استفاده قرار دهید، بلکه میوه هل با همان غلاف نیز به اندازه کافی غذاها را خوش طعم می کند؛ مگر آنکه طعم جویدن دانه های هل در دهانتان را دوست داشته باشید.

علاوه بر این، بعضی ها هنگام دم کردن چای، چند دانه هل یا یک عدد میوه هل را در قوری می اندازند و همراه با چای، آن را دم می کنند. این چای، هم خوش طعم تر می شود و هم خاصیت درمانی دارد.

ترکیبات شیمیایی:

هل دارای اسانس فرار و معطری در حدود ۰.۴٪ می باشد ضمنا این گیاه دارای مواد رزینی و چربی نیز است

خواص درمان

هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.

جوییدن دانه های هل پس از صرف غذا ضمن کمک به هضم و گوارش بهتر غذا، می تواند بوی نامطبوع دهان (مثل بوی سیر و پیاز) را نیز خنثی کند.

دانه های هل خواص گرمابخشی داشته و معده و روده ها را تقویت می کنند.

هل اشتها را تحریک می کند و عمل هضم غذا را بهبود می بخشد.

نوشیدن دم کرده ی داغ آن موجب تسکین کولیت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بی حالی شده و مانع ترشح زیاد اسید معده می شود.

یکی از خواص ویژه و بسیار ارزشمند هل، جلوگیری از تشکیل خلط در گلو است. از این رو می توان آن را به محصولات لبنی و پودینگ ها افزود تا اثر شیر را که موجب تشکیل خلط در گلو می شود خنثی کرده و به هضم آن نیز کمک کند.

دانه های هل خاصیت داروی اکسپکتورانت را دارد و سینوس ها و برونش ها، بینی و سینه را از خلط و ترشحات اضافی پاک می کنند.

هل چنان که ذکر شد خواص گرمابخش و انرژی زا دارد از این رو به بهبود روحیه و بازیابی انرژی و توان از دست رفته کمک می کند، اضطراب و نگرانی را کاهش می دهد و در رفع افسردگی موثر است.

هل همچنین کلیه ها را تقویت می کند و گفته می شود برای درمان شب ادراری کودکان مفید است.

دیگر خواص هل عبارتند از:

- تقویت کننده قلب است.

- بادشکن بوده و گاز معده و روده را از بدن خارج می سازد.

- تقویت کننده بدن است.

- ادرار آور است.

- قاعدگی را باز می کند.

- زخم های دهان را برطرف می کند، بدین منظور دم کرده هل را در دهان قرقره کنید.

- خوشبو کننده دهان است.

- برای تسکین درد گوش، گرد هل را در گوش بریزید.

- تب را پایین می آورد.

- معالج سرماخوردگی است.

- برای تسکین درد روماتیسم مفید است.

- ضد مسمومیت است.

- برای رفع بیماری های چشم مفید است.

تهیه دم کرده هل:

مقدار ۳۰ گرم هل کوبیده را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و بنوشید. هل را همچنین می توان موقع دم کردن چای، به آن اضافه کرد.

تهیه یک دم کرده دارویی با هل:

برای تهیه یک دم کرده ی گیاهی معطر و آرام بخش و خوش طعم، ۴ عدد دانه هل را همراه با ۴ عدد دانه فلفل سیاه، ۴ عدد دانه

میخک، یک قطعه دارچین نکوبیده و چند حلقه نازک زنجبیل تازه در ۶۰۰ میلی لیتر آب بریزید. آن را به مدت نیم ساعت روی حرارت ملایم قرار دهید، اما مواظب باشید نجوشد.

دم کرده را صاف کنید و به صورت داغ همراه با کمی شیر یا عسل بنوشید.
نوشیدن این دم کرده دو بار در روز، درمانی فوق العاده برای سرفه و سرماخوردگی است.
مضرات مصرف زیاد هل:

مصرف زیاد هل برای روده ها مضر است. برای رفع این مشکل، آن را باید با کتیرا خورد
منابع :

خواص هل <http://www.parsiteb.com>

هل «داروئی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

خواص هل؛ دانه معطر <http://iran-world.com>

هل <http://www.money58.netfirms.com> Cardamom

خواص دارچین

دارچین درختی است کوچک، همیشه سبز، به ارتفاع ۵ تا ۷ متر که از تمام قسمت های آن بویی مطبوع استشمام می شود.
گل های آن در فاصله ماه های بهمن تا اوایل فروردین ظاهر می شود. برگ این درخت سبز تیره و دارای گل هایی به رنگ سفید است.

نام علمی این گیاه *Cinnamomum zeylanicum* می باشد.

اسانس دارچین که تنها قسمت مهم دارچین است به مقدار یک درصد در پوست درخت مذکور وجود دارد و از تقطیر آن با آب نیز حاصل می شود.

این اسانس در صورت تازه بودن به رنگ زرد روشن است، ولی به مرور زمان و به علت اکسید شده شدن به رنگ های زرد طلایی و سپس قهوه‌ای مایل به قرمز درمی آید.

دارچین اولین بار در سری لانکا یافت شد و بعد از آن، تمام دنیا این چاشنی را شناختند و برای طعم بهتر غذاها استفاده کردند.

یک قاشق چای خوری دارچین، حاوی ۲۸ میلی گرم کلسیم، ۱ میلی گرم آهن و بیشتر از ۱ گرم فیبر و مقدار زیادی ویتامین های C و K و منگنز است. همچنین مقدار ۲/۱ گرم کربوهیدرات دارد.

دارچین بومی سری لانکا و جنوب هند است و پوست درختچه آن کاربرد فراوانی به عنوان ادویه دارد.

برای تهیه دارچین، پوست این درختچه را جدا کرده و معمولاً پودر می کنند و در غذا یا چای از آن استفاده می کنند.

دارچین از قدیم الایام در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است .

اسم دارچین Cinnamon از کلمه عربی Kinnamon مشتق شده و در کتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است .

گیاه دارچین به علت داشتن اسانس و تانن ، محرک و قابض است و به عنوان تقویت کننده ، اعمال هضم و جریان گردش خون به کار می رود و

از آن برای رفع سوءهاضمه ، بویژه در مواردی که با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشکن استفاده می شود. همچنین به علت داشتن

تانن در رفع اسهال، ضعف عمومی بدن و انعقاد خون مصرف می‌شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به کار می‌رود. با بررسی اثر ۲ گیاه دارچین و سیاه دانه بر روی نفخ معده، نتایجی که به دست آمد، نشان داد: ۶۰ درصد افرادی که سیاه دانه نود درصد افرادی که مخلوط دارچین و سیاه دانه و ۱۰ درصد افرادی که دارچین استفاده کردند، بهبود یافتند از طرف دیگر درصد بهبود یافتگان با داروی مخلوط، در زنان و مردان یکسان بوده است لازم به ذکر است که درصد بهبود یافتگان با داروی مخلوط دارچین و سیاه دانه، بیشتر از داروی سیاه دانه و دارچین به تنهایی بوده و تاثیر دارچین بر روی بیماران، همانند پلاسیبو است. دارچین یک ادویه خاص است. هنگامیکه آن را به غذا اضافه می‌کنیم طعم شیرینی به غذا می‌دهد که حتی می‌توان آن را با شکر اشتباه گرفت. ولی در عین حال ضررهای شکر را نیز ندارد. به علاوه، دارچین خواص بسیاری از لحاظ سلامت برای بدن دارد. یکی از خواص دارچین این است که باعث افزایش کارایی هورمون انسولین در بدن می‌شود و در نتیجه بدن نیاز کمتری به این هورمون برای کنترل قند خون پیدا می‌کند. تحقیقات بر حیوانات نشان می‌دهد که ادویه مریم گلی اثر انسولین را دو برابر می‌کند. زردچوبه و میخک این اثر را سه برابر کرده ولی دارچین حتی اثر بیشتری از ادویه‌های ذکر شده را بر انسولین خون دارا است. بسیاری از افراد مبتلا به دیابت گزارش داده‌اند که مصرف یک قاشق چایخوری دارچین روزانه تأثیر بسیار مثبتی بر قند خونشان داشته است. همچنین برخی تحقیقات نشان دهنده تأثیر مثبت دارچین در کاهش فشار خون بوده است

دارچین و تغذیه

آیا شما می‌دانید یک قاشق چای خوری دارچین، حاوی ۲۸ گرم کلسیم، ۱ گرم آهن و بیشتر از ۱ گرم فیبر و مقدار زیادی ویتامین های C و K و منگنز است.

همچنین مقدار ۲/۱ گرم کربوهیدرات دارد.

فواید دارچین

دارچین جزو آن دسته از داروهای است که در قدیم استفاده می‌شد. این داروی قدیمی برای اختلالات گوارشی از قبیل سوء هاضمه، نفخ معده، دردهای معده و اسهال به کار می‌رفت.

امروزه مشخص شده که دارچین، غیر از درمان اختلالات گوارشی، برای آرامش و جلوگیری از عصبانیت و رفتارهای ناخوشایند و همینطور برای استنشام بهتر به کار می‌رود. همچنین برای جلوگیری از فساد غذا و فساد میکروبی استفاده می‌شود.

یکی دیگر از فواید دارچین که نیاز به توجه بیشتر دارد، اثر این چاشنی بر قند و کلسترول خون می‌باشد.

اثر دارچین در بهبودی بیماری دیابت نوع ۲ و همینطور عدم تحمل انسولین :

تحقیقات حاکی از آن است که افرادی که روزانه ۲/۱ قاشق چای خوری دارچین استفاده می‌کنند، قند خونشان کنترل می‌شود، عدم تحمل به انسولین در آنها بهبود می‌یابد، از اضافه وزن مصون می‌مانند و همینطور احتمال پیدایش بیماری قلبی در این افراد پایین می‌آید.

متخصصان به این نتیجه رسیده‌اند که دارچین همانگونه که بیماری دیابت را کنترل می‌کند، به همان اندازه بر روی کلسترول خوب و LDL (کلسترول بد) اثر می‌گذارد.

دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می‌دارد.

دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می‌رود کلیه را گرم می‌کند و ضعف کمر و پاها را از بین می‌برد و کم خونی را درمان می‌کند.

دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیداً در آمریکای شمالی و کانادا گرم‌هایی بازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می‌رود.

حتما تا بحال متوجه شده اید که بعد از خوردن یک دونات دارچین در همه چیز را زیبا می بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام کننده و شاد کننده درد و از بسیاری از داروهای آرام بخش بهتر است . و در حقیقت می توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده ای است بنام **Cinnamodehyde** که روی حیوانات و انسان اثر آرام بخش درد .

اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول درآورده اند که بعنوان تب بر بکار می رود . دارچین رگها را باز می کند و اثر خوبی در گردش خون دارد .

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می توان گفت که اثر پنی سیلین و آنتی بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید چای دارچین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید چای دارچین بهترین دارو است .

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتما از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی درد . حتی اگر چای معمولی می نوشید آنرا با یک قطعه پوست دارچین بهم بزنید که طعم آنرا بهتر کند و میتوانید برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت داروئی دارچین بهره ببرید مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

بی دلیل نیست که در گذشته سلمانی ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می دادند! همچنین برخی تحقیقات نشان دهنده تاثیر مثبت دارچین در کاهش فشار خون بوده است.

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن تقویت سیستم ایمنی بدن در مقابل بیماری هاست و حتی می توان گفت که اثری مشابه پنی سیلین و آنتی بیوتیک دارد.

اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید، چای دارچینی را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید، چای دارچین بهترین داروست.

دارچین به علت داشتن اسانس و تانن، محرک و قابض است و به عنوان تقویت کننده ی عمل هضم غذا و جریان گردش خون به کار می رود و از آن برای رفع سوءهاضمه، به ویژه در مواردی که با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشکن استفاده می شود. همچنین به علت داشتن تانن در رفع اسهال ، ضعف عمومی بدن و انعقاد خون مصرف می شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به کار می رود.

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتما از دارچین استفاده کنید.

دارچین علاوه بر این همه خواص، طعم بسیار خوبی نیز دارد. برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت درمانی دارچین بهره ببرید، می توانید موقع دم کردن چای، مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

دارچین و عسل و خواص آن

۱. دارچین و عسل را باهم بخورید

۲. مخلوط عسل و دارچین درمان کننده بسیاری از بیماری ها در زمان قدیم و حال می باشد.

۳. امروزه دانشمندان بر این عقیده هستند که عسل با وجودی که شیرین است، اما اگر در مقدار معین مصرف شود حتی برای بیماران دیابتی هم مضر نمی باشد.

۴. مجله معروفی در کانادا به نام **Weekly World** تعداد ۹۵ نوع بیماری که توسط عسل و دارچین درمان شده اند را نام برده

است.

۵. در این مقاله با عسل و دارچین، درمان کننده بسیاری از بیماری‌ها آشنا می‌شویم.

۶. ورم مفاصل

- یک قسمت عسل را در ۲ قسمت آب گرم حل کرده و به آن ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین بیافزایید. خمیر حاصله را روی محل درد به آرامی بمالید. درد بعد از ۱۵ دقیقه از بین خواهد رفت.

- همچنین بیماران دچار ورم مفاصل می‌توانند، ۱ فنجان آب داغ را با ۲ قاشق عسل و ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و بنوشند. این عمل را هر روز باید انجام دهند تا بیماری‌شان معالجه شود.

- مطالعات انجام شده روی این بیماران نشان داده است که، اگر این بیماران قبل از صبحانه مخلوط ۱ قاشق غذاخوری عسل با ۴/۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را میل کنند، درد آنها بعد از ۱ ماه از بین خواهد رفت. بیماران مورد مطالعه نمی‌توانستند راه بروند اما بعد از استفاده از این روش، توانستند به راحتی شروع به راه رفتن بدون درد کنند.

۷. جلوگیری از ریزش مو

- قبل از حمام کردن، ۱ قاشق غذاخوری عسل به همراه ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و روی سر خود بمالید و ۵-۱۵ دقیقه صبر کنید و سپس موهای خود را بشوئید.

۸. عفونت مثانه

- ۲ قاشق غذاخوری عسل به همراه ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را در ۱ لیوان آب گرم حل کرده و آن را بنوشید. این روش باعث می‌شود که میکروب‌های مثانه را از بین ببرد.

۹. درد دندان

- ۵ قاشق چایخوری عسل به همراه ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و خمیر حاصله را روی دندان خراب بمالید. این عمل را ۳ بار در روز انجام دهید تا دندان خراب و دردناک درمان شود.

۱۰. کلسترول

- ۲ قاشق غذاخوری عسل به همراه ۳ قاشق چای خوری پودر دارچین را در مقداری برابر ۲ لیوان چای حل کرده و آن را بنوشید. بدین وسیله بعد از ۲ ساعت کلسترول خون به اندازه ۱۰ درصد پایین می‌آید.

- تحقیقات اخیر نشان داده است که مصرف عسل خالص در درمان بیماران مبتلا به کلسترول بسیار مفید است.

۱۱. سرماخوردگی

- به مدت ۳ روز از مخلوط ۱ قاشق غذاخوری عسل گرم با ۴/۱ قاشق چایخوری پودر دارچین استفاده کنید. این روش برای درمان سرفه مزمن، سرماخوردگی و سینوزیت به کار می‌رود.

۱۲. ناباروری

- مردان ۲ قاشق غذاخوری عسل را قبل از خواب میل کنند تا این مشکل برطرف شود.

- زنان می‌توانند از پودر دارچین برای باردار شدن استفاده کنند.

- زنان نابارور مقداری پودر دارچین را با ۲/۱ قاشق چای خوری عسل مخلوط کرده و آن را به طور مرتب در روز روی لثه یا دهان خود قرار دهند. این کار باعث می‌شود که مخلوط حاصل از طریق بزاق وارد بدن شود.

- در مریلند (شهری در آمریکا) برای مدت ۱۴ سال هیچ نوزادی متولد نمی‌شد. تا اینکه زنان و مردان شروع به خوردن عسل و دارچین کردند و بعد از مدت کوتاهی زنان باردار شدند.

۱۳. معده درد

- مخلوط عسل و پودر دارچین، درمان کننده درد معده، زخم معده و نفخ می باشد.

۱۴. بیماری قلبی

- خمیر عسل و پودر دارچین را تهیه کنید و آن را بر روی نان به جای مربا قرار دهید. این روش را به طور مرتب به عنوان صبحانه میل کنید.

- این روش باعث پایین آوردن کلسترول، کاهش ضربان قلب، به راحتی نفس کشیدن، بهتر شدن جریان خون و جلوگیری از بیماری قلبی می شود.

۱۵. بهبود سیستم ایمنی

- استفاده روزانه از عسل و دارچین باعث حفاظت بدن از باکتری و ویروس می شود.

- عسل، محتوی مقدار زیادی ویتامین و آهن می باشد و بدن را مقاوم می کند.

- استفاده روزانه از عسل، باعث عملکرد بهتر گلبول های سفید خون می شود و در نتیجه بهتر با ویروس ها و باکتری های وارد شده به بدن می جنگد.

۱۶. سوء هاضمه

- قبل از هر وعده غذا، پودر دارچین را روی ۲ قاشق غذاخوری عسل بریزید. این کار باعث می شود که اسید معده ترشح شود و غذای وارد شده به معده را هضم کند و از سوء هاضمه جلوگیری کند.

۱۷. آنفلوآنزا

- عسل محتوی مواد مفید طبیعی است و به این ترتیب از آنفلوآنزا و سرماخوردگی جلوگیری می کند.

۱۸. افزایش طول عمر

- نوشیدن چای با عسل و پودر دارچین از بین برنده پیری زودرس می شود.

- ۴ قاشق غذاخوری عسل و ۱ قاشق پودر دارچین را در ۳ فنجان آب حل کرده و بجوشانید و مانند چای میل کنید. ۳-۴ بار در روز به مقدار ۴/۱ فنجان بنوشید تا پوستی لطیف و نرم داشته باشید.

۱۹. تاول

- ۳ قاشق غذاخوری عسل با ۱ قاشق غذاخوری پودر دارچین مخلوط کرده و قبل از خواب، روی تاول بگذارید و صبح مخلوط مالیده شده بر روی تاول را با آب گرم بشوید. اگر این کار را به مدت ۲ هفته هر روز انجام دهید، تاول را از ریشه از بین خواهید برد.

۲۰. عفونت پوستی

- تمام عفونت های پوستی و آگزما با استفاده از عسل و پودر دارچین درمان می شوند.

۲۱. کاهش وزن

- ۱ فنجان آب، عسل و پودر دارچین را هر روز و قبل از صبحانه با معده خالی بنوشید.

- اگر مخلوط گفته شده را هر روز بنوشید، از تجمع چربی در بدن جلوگیری کرده و باعث کاهش وزن می گردد.

۲۲. سرطان

- عسل و دارچین، درمان کننده سرطان های معده و استخوان شناخته شده است.

- برای ۱ ماه و ۳ بار در روز، ۱ قاشق غذاخوری عسل با ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را برای جلوگیری از سرطان مصرف

کنید.

۲۳. گرسنگی

- مطالعات اخیر نشان دهنده این است که شکر عسل نه تنها مضر نیست، بلکه بسیار مفید می باشد.

- مقدار مساوی از عسل و دارچین جلوی گرسنگی را می گیرد.

- ۲/۱ قاشق غذاخوری عسل در ۱ لیوان آب و مقدار کمی پودر دارچین، باعث می شود که سرزنده تر و دارای انرژی بیشتر باشید.

۲۴. تنفس بد

- صبح ها ۱ قاشق چای خوری عسل و دارچین را با آب گرم مخلوط کرده و بنوشید. این روش باعث راحت نفس کشیدن می شود.

۲۵. کم شنوایی

- مصرف مقدار مساوی، عسل و دارچین باعث بهبود شنوایی می شود.

۲۶. این مطالب خواص بسیار کمی از دو ماده غذایی طبیعی، عسل و دارچین بود. با توجه به اینکه این دو غذای طبیعی در سرتاسر

دنیا یافت می شود، پس بهتر است از آنها استفاده کنیم تا سلامتی خود را تضمین نماییم

خطرات استفاده زیاد دارچین

افرادی که آلرژی دارند، نباید از مصرف دارچین در غذاهای خود پرهیز کنند، زیرا دارچین موجب تشدید آلرژی نمی شود. اما این نکته را فراموش نکنید که اگر شما بسیار زیاد از دارچین استفاده کنید، باید اثرات بد آن را بپذیرید.

اثرات مضر مصرف زیاد دارچین عبارت است از: التهاب یا ورم کردن پوست، زخم ها و ترک های گوشه دهان و همینطور سوزش معده.

دارچین از لخته شدن خون جلوگیری می کند، اما زیادی آن در خون باعث بروز مشکلات خونی و گردش خون می شود، به خصوص اگر با داروهایی که موجب رقیق شدن خون می شود (مانند آسپرین) مصرف شود، مشکلات را دو برابر می کند.

شما خواننده محترم می توانید دارچین را در چای یا قهوه خود بریزید یا روی ماست بپاشید و یا با پنیر نوش جان کنید و به طور کلی می توان صدها ماده غذایی را با دارچین طعم دار کرد، مثل حلیم، شله زرد، خورش قیمه و

امیدوارم شما از همین امروز برای سلامتی خود قدم بردارید و از نعمات بی شمار خداوند بهترین استفاده را کنید.

مضرات :

مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

منابع :

دارچین <http://www.centralclubs.com>

دارچین <http://www.parsiteb.com>

خواص دارچین <http://aftab.ir>

خواص دارچین چیست؟ <http://gigapars.com>

دارچین <http://www.iranmania.com>

خواص دارچین و عسل <http://farhan.forumb.biz>

دارچین <http://www.money۵۸.netfirms.com> Cinnamon

زردآلو و خواص آن

درخت زردآلو بومی نواحی چین است و هنوز هم به صورت وحشی در این مناطق می‌روید. این درخت در اوایل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت. ارتفاع درخت زردآلو تا ۶ متر هم می‌رسد. برگ‌های آن مانند قلب نوک تیز و به رنگ سبز روشن مایل به زرد می‌باشد. گل‌های زردآلو درشت و به رنگ سفید متمایل به قرمز است. میوه آن گوشتی و زرد رنگ، با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان می‌رسد. هسته زردآلو صاف، قهوه‌ای و بیضی شکل است. در داخل هسته مغز آن قرار دارد که طعم آن گاهی شیرین و گاهی تلخ می‌باشد.

ارقام زردآلو نیازهای آب و هوایی خاصی داشته و نسبت به تغییرات محیطی سازگاری کمی دارند. زردآلو در محل رویش طبیعی اش که در شمال غربی چین قرار دارد به خوبی رشد می‌کند. این ناحیه بین ۳۵ و ۴۳ درجه عرض شمالی و ارتفاع ۷۰۰ تا ۱۵۰۰ متر قرار دارد. مقدار بارندگی سالیانه آن حدود ۵۰۰ میلی‌متر بوده و حداقل مطلق دما در زمستان ۳۳- درجه سانتیگراد است. بهترین اقلیم برای زردآلو، آب و هوایی است که در آن تغییرات دمای زمستان کم بوده و تابستانی گرم داشته باشد.

از آنجایی که دما مستقیماً در مقاومت به سرما، خواب، صدمه یخبندان و رشد و تکامل میوه دخالت دارد اثر آن بر روی زردآلو خیلی پیچیده است. خواب عمیق از نیمه دوم آبان ماه شروع شده و در اواسط بهمن تا اوایل اسفند ماه به پایان می‌رسد. خواب عمیق بوسیله افزایش سریع وزن جوانه‌های گل نیز مشخص می‌شود. حداقل درجه

حرارت مورد نیاز برای مرحله تمام گل کلیه ارقام از ۵ تا ۶ درجه سانتیگراد و برای رسیدن از ۱۵ تا ۱۹ درجه سانتیگراد متغیر است. مجموع درجه حرارتهای روزانه مورد نیاز برای رسیدن میوه (بالا-تر از ۱۰ C) در ارقام زودرس حدود ۱۱۵۵ تا ۱۲۴۵ و در ارقام دیررس ۱۷۲۵ تا ۲۱۸۶ درجه سانتیگراد است. برای باردهی زردآلو، زمستان سرد طولانی و بدنبال آن بهار گرم و بدون سرمای بهاره مطلوب است. اگر در مدت خواب زمستانی دما به مدت طولانی بالا باشد ممکن است جوانه‌های گل بریزد که این موضوع در مناطق گرم یک مشکل جدی است. بعلاوه زمانی که جوانه گل در پایان خواب زمستانه شروع به رشد کرد بروز سرما و یخبندان به آن صدمه می‌زند. بنابراین در پایان فصل خواب مقاومت به سرما موجب زنده شدن و بقای گل می‌شود. قابلیت تحمل به سرما در دوره خواب در ارقام مختلف متفاوت است و این به دو مرحله رشد و تکامل گل بستگی دارد. درختان زردآلو تحت شرایط رطوبت کم هوا بهتر رشد می‌کنند. به علت زود گلدهی جهت شمال غربی برای کاشت زردآلو بهتر است. زردآلو در اکثر خاکهای عمیق که به خوبی زهکش شده باشند قادر به رشد می‌باشد خاک محل زردآلو باید ۳ متر عمق داشته باشد. در صورتیکه خاک زهکش خوبی داشته باشد مقدار زیاد آهک در خاک تأثیری بر روی رشد درخت نخواهد داشت. درخت زردآلو در سن ۴ تا ۵ سالگی شروع به باردهی می‌کند و در سن ۸ تا ۱۰ سالگی به حداکثر باردهی می‌رسد در این موقع هر درخت حدود ۵۰ تا ۸۰ کیلوگرم میوه تولید می‌کند. عمر باردهی درخت زردآلو ۳۰ تا ۴۰ سال است.

مواد مغذی موجود در زردآلو و اثرات مفید آنها:

این میوه سرشار از ویتامین‌های A و C و آهن است. مواد مغذی موجود در زردآلو از چشم‌ها و قلب حفاظت می‌کنند و فیبر موجود در آن بر علیه بیماری‌ها مبارزه می‌کند. زردآلو منبع غنی بتاکاروتن (پیش‌ساز ویتامین A) است. زردآلوهایی که رنگ نارنجی تیره دارند، حاوی بتاکاروتن بیشتری هستند. مواد غذایی حاوی بتاکاروتن باعث کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی، سکت، آب مروارید و بعضی سرطان‌ها می‌شوند.

مقادیر بالای بتاکاروتن و لیکوپن موجود زردآلو باعث می‌شود غذای مفیدی برای حفظ سلامتی قلب باشد. این دو ماده بعنوان آنتی‌اکسیدان، از اکسیداسیون LDL-کلیسترول و بروز بیماری قلبی جلوگیری می‌کنند.

بتاکاروتن در بدن، به ویتامین A تبدیل می‌شود. پس می‌توان گفت زردآلو منبع غنی ویتامین A است که در حفظ بینایی چشم

موثر است و بعنوان یک آنتی اکسیدان قوی جلوی تخریب سلول‌ها توسط رادیکال‌های آزاد را می‌گیرد. رادیکال‌های آزاد، عدسی چشم را تخریب می‌کنند و باعث بروز آب مروارید می‌شوند یا اینکه ذخیره‌ی خونی چشم‌ها را از بین برده و باعث تخریب بافت چشم می‌شوند.

زردآلو حاوی فیبرهای محلول در آب است. مطالعات نشان می‌دهد مصرف فیبرهای محلول باعث حفظ قند خون در مقدار طبیعی و کاهش کلسترول خون می‌شود. فیبر موجود در زردآلو از بروز یبوست و بیماری‌های روده‌ای جلوگیری می‌کند.

برگه زردآلو سرشار از پتاسیم است. مصرف مواد غنی از پتاسیم باعث تنظیم فشارخون می‌شود. زردآلوی رسیده به علت دارا بودن ویتامین‌های گروه B برای درمان بیماری‌های عصبی و روحی، بی‌خوابی، خستگی شدید، گیجی، فراموشی و ... مفید است. میوه و هسته شیرین زردآلو به علت دارا بودن ویتامین C برای تقویت بدن، رفع اختلال در رشد کودکان، جلوگیری از خونریزی لثه موثر است. به علت داشتن آهن در خون سازی موثر است.

خواص داروئی:

خواص درمانی زردآلو

زردآلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است

(۱) تصفیه کننده خون است

(۲) عروق را باز می‌کند

(۳) ملین است

(۴) بوی بد دهان را رفع می‌کند

(۵) تب بر است

(۶) بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است

(۷) روم مفاصل را برطرف می‌کند

(۸) ضد نرمی استخوان است

(۹) برای قلبیایی کردن بدن مفید است

خواص درمانی هسته و برگ زردآلو

مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است .

۱- مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است

۲- روغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می‌کند .

۳- روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

۴- روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است

۵- روغن تلخ هسته ورم معقد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می‌کند.

۶- دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است

۷- برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید .

زردآلو منبع بتا کاروتن

در بین سبزیجات، هویج بیشترین مقدار بتا کاروتن را دارد و در بین میوه‌ها، زردآلو اینگونه است. هیچ میوه دیگری به این اندازه دارای بتا کاروتن نیست. بتا کاروتن از دسته کاروتنوئیدها و پیش ساز ویتامین A در بدن است . همچنین به عنوان یک آنتی

اکسیدان، بدن را از صدمات رادیکال‌های آزاد حفظ می‌کند.

اخیراً ثابت شده است که تعداد زیادی کاروتنوئیدهای دیگر مثل کورستین و مقادیر زیادی اسید سالیسیلیک در زردآلو وجود دارد. این مواد متعلق به گروه بزرگی از مواد بیواکتیو هستند و می‌توانند از مواد غذایی، مواد درمانی بسازند و غشاء مخاطی را نوسازی بکنند.

جوان کردن پوست با خوردن زردآلو

بتا کاروتن موجود در زرد آلو مانع پینه بستن و خشک شدن پوست می‌شود. وقتی پوست بدن، پوسته پوسته شده و سفید یا خاکستری رنگ می‌شود نشانه کمبود بتا کاروتن است. بتا کاروتن مثل یک پوست طبیعی از داخل اثر می‌کند.

زرد آلو محافظی درمقابل صدمات ناشی از اشعه ماوراء بنفش خورشید

درتابستان مقدار کاروتن محافظ موجود در پوست کم می‌شود و هر قدر اشعه ماوراء بنفش شدیدتر باشد، به همان نسبت کاروتن بیشتری در بدن مصرف می‌شود. بتا کاروتن در بدن یک پوشش محافظ در مقابل رادیکال‌های آزاد به وجود می‌آورد.

نور آفتاب، نیکوتین سیگار، استرس و مواد مضر، سبب تولید رادیکال‌های آزاد خطرناک در بدن می‌شوند. بتا کاروتن این توانایی را دارد که به مقابله با این رادیکال‌ها برخیزد و انرژی تخریبی آنها را کم کند.

کاروتن موجود در پوست به عنوان یک محافظ درمقابل اشعه ماوراء بنفش عمل می‌کند. اگر از کرمهای ضد آفتاب هم استفاده نشده باشد، قهوه ای شدن پوست را تسهیل و از سرخ و سوختن پوست جلوگیری می‌کند.

روغن مغز هسته شیرین زرد آلو

ملین معده و نرم کننده مفید است و روغن مغز هسته تلخ زردآلو اماس است و خوردن و مالیدن آن برای مبتلایان به بواسیر مفید است و ریختن چند قطره از آن در گوش باعث تسکین درد می‌شود.

جوشانده برگ درخت خشک زرد آلو کرم معده (یک نوع انگل) را از بین می‌برد و ادرار را زیاد می‌کند. شکوفه درخت آن ضد خونریزی است و اگر جوشانده ای از آن تهیه کرده و چند قطره در بینی مبتلایان به خون دماغ بچکانید اثر معجزه اسای آن را بسیار سریع مشاهده می‌شود

منابع:

WWW.IRTEB.COM

زردآلو <http://www.esfahan.agri-jahad.ir>

زردآلو <http://www.iranmania.com>

زردآلو <http://www.money۵۸.netfirms.com> Apricot

گیاه شگفت انگیز ریحان Tulsi

ریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره‌های دندانه‌دار می‌باشد. گل‌های آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می‌شود. تخم آن سیاه و ریز است. برگ ریحان و سرشاخه‌های جوان آن بمصرف تغذیه می‌رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می‌روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می‌شود.

برگهای این گیاه به صورت متقابل بیضوی، نوک تیز با کناره‌های دندانه دار است و گل‌های آن معطر و کوچک به رنگ سفید،

قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود.

ریحان گیاه مقدسی است که دارای خواص چندگانه می باشد و در بسیاری از بیماریها استفاده می شود. از زمانهای قدیم، پیشینیان و اجداد ما اعتقاد به قدست و خواص دارویی آن داشته اند.

ریحان در ایران و افغانستان به صورت خودرو می روید و در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود.

از این گیاه اسانسی بنام بازلیک یا روغن ریحان که بسیار معروف است تهیه می شود. ریحان از لحاظ مردم قدیم ایران کمی گرم و خشک است و چون بسیار معطر است برای معطر ساختن غذا از آن استفاده می شود.

گفته می شود مصرف ریحان طی مدت معینی، باعث درمان بیماریهایی مانند سرما خوردگی، سرفه، سردرد، خستگی چشم، ضعف، اسهال، فشار خون بالا یا پایین، مشکلات قلبی، چاقی، ترشی معده، یبوست، مشکلات کلیوی، سنگهای مثانه و دردهای نقرسی می شود.

این گیاه برای افزایش مقاومت و استحکام بدن در برابر بیماریها که در نتیجه کمبود ویتامین های A و C هستند، نقش عمده ای دارد.

مصرف ریحان می تواند باعث بهبود چین و چروکهای دست و صورت شود. هم چنین در بیماریهای زنان، مشکلات پوستی و تب نیز کاربرد دارد. برای بیماران مبتلا به سرطان نیز مصرف این گیاه توصیه می شود.

دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است و اثر ضد تشنج دارد.

برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است.

تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است و اگر آن را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است.

برگ ریحان اثر زیادکننده شیر دارد و خوردن آن به همراه غذا به هضم کمک می کند.

نیاز اکولوژیکی

ریحان در طول رویش به هوای گرم تابش نور کافی نیاز دارد. درجه حرارت مطلوب برای جوانه زنی بذر ۱۸ تا ۲۰ درجه سانتی گراد است. این گیاه به سرما بسیار حساس است. در طول رویش به آب کافی نیاز دارد. خاک مناسب برای کاشت ریحان خاکهای بافت متوسط یا خاکهای لوم شنی یا مقادیر فراوان ترکیبات موهوسی است. نیاز ریحان به پتاس بسیار زیاد است پتاس نقش عمده ای در افزایش عملکرد پیکر رویشی و همچنین افزایش عملکرد اسانس دارد.

ترکیبات شیمیایی:

از ریحان اسانسی تهیه می شود بنام اسانس بازلیک یا روغن ریحان که معروف است و مصارف درمانی مختلفی دارد. اسانس ریحان شامل موادی مانند استراگول و اوس من درد. دانه ریحان دارای ماده روغنی است که حالتی روان درد.

خواص دارویی:

چون ریحان بسیار معطر است بنابراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است.

۱) دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است.

۲) دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است.

۳) خوردن ریحان دستگاہ هاضمه راتقویت می کند.

۴) نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد.

۵) برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ

- دهید خارش و درد را برطرف می کند.
- ۶) جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است .
- ۷) جوشانده ریحان تب بر است .
- ۸) دم کرده تخم ریحان مسکن است .
- ۹) اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است .
- ۱۰) تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است .
- ۱۱) برگ ریحان اثر زیبا کننده شیر در دو مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند .
- ۱۲) دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود .
- ۱۳) دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .
- ۱۴) برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .
- ۱۵) اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها وارد خانه نخواهند شد .
- نظر بزرگان در مورد ریحان
- در حدیث است که امام صادق (ع) فرمود: ریحان سبزی پیامبران است و بدانید که هشت خاصیت در آن وجود دارد:
- ۱- غذا را گوارا می کند.
 - ۲- منفذها را باز می کند.
 - ۳ و ۴- دهان و باد گلو را خوشبو می سازد.
 - ۵- اشتها را به غذا افزایش می دهد.
 - ۶- مرض را از بین می برد.
 - ۷- شخص را از بیماری جذام ایمن می گرداند.
 - ۸- وقتی ریحان در شکم آدمی قرار گیرد، همه ی امراض را ریشه کن می سازد.
- در حدیث دیگر، امام کاظم (ع) فرمود: ریحان مرض سل را از بین می برد.
- طرز استفاده:

اسانس ریحان را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا Helath Food خریداری کنید این اسانس بنام Essential Oil Basil معروف است لطفا دقت کنید که این اسانس بسیار قوی است و نباید بیش از ۲ تا ۳ قطره آنرا مصرف کنید و همیشه هم باید آنرا با آب رقیق کنید .

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

خواص گیاه ریحان <http://www.hemheme.com>

گیاه شگفت انگیز ریحان <http://aftab.ir>

ریحان <http://www.iranmania.com>

گیاه ریحان <http://daneshnameh.roshd.ir>

ریحان <http://www.irteb.com>ریحان <http://www.money۵۸.netfirms.com>**مارچوبه**

مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می‌رسد و دارای شاخه‌های نسبتاً چوبی و صاف می‌باشد. مارچوبه بصورت وحشی در اکثر نقاط دنیا می‌روید بر گلهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه‌هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته‌های ۳ تا ۸ تائی خارج می‌شود. بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه‌ها می‌کارند مارچوبه را در اوائل پائیز می‌چینند. این گیاه از قدیم الایام مورد استفاده بشر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصر نقاشی‌هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می‌دهد. مارچوبه را می‌توان بصورت مختلف مصرف کرد. باید مارچوبه را با کمی آب و حرارت کم در ظرف‌های ضد زنگ پخت و تقریباً نیمه خام آنرا برداشت. آب مارچوبه را دور نریزید و از آن برای سوپ استفاده کنید زیرا دارای ویتامین و املاح می‌باشد. وقتیکه مارچوبه می‌خرید دقت کنید تازه باشد. شاخه‌های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نباید باز شده باشد و اگر فلس‌های نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است.

شناسنامه

لاله Liliaceae: تیره

Asparagus officinalis L: نام لاتین

Asparagus – Sparrow grass: نام انگلیسی

مارچوبه: نام فارسی

هلیون – کشک المار: نام عربی

شرح گیاه

مارچوبه گیاهی علفی چند ساله، دو پایه است و گلهای بسیار کوچک آن در روی پایه‌های نرم و ماده قرار دارند گلهای آن دارای ۶ کاسبرگ و ۶ گلبرگ و ۶ پرچم و یک مادگی سه برچه‌ای است گلهای نرم به رنگ زرد مایل به سبز بوده، کاملاً از گلهای ماده که معمولاً به رنگ قرمز در می‌آیند قابل تشخیص می‌باشند میوه مارچوبه که به رنگ قرمز در می‌آید در پائیز ظاهر می‌شود و به صورت سته کوچک سه حجره‌ای است که دارای یک یا چند بذری می‌باشد. گلهای آن به صورت چند تایی است که شاید تا به ۴ عدد نیز برسند، که آنها در یک محل ظاهر میشوند حشرات بخصوص زنبور عسل در انتقال دانه گرده آن از پایه‌های نرم پایه‌های ماده نقش عمده‌ای دارند مارچوبه دارای دو نوع ریشه است یکی ریشه‌های معمولی که جذب آب و مواد غذایی را بعهده دارند و دیگری ریشه‌های متورم و گوشتی که پر از ذخیره مواد غذایی هستند و در آنها سوکروز ذخیره می‌شود قطر ریشه‌های گوشتی ممکن است به اندازه یک مداد یا کمی ضخیم‌تر باشند. ریشه‌های معمولی از قسمتهای جوان ریشه‌های ذخیره‌ای بوجود می‌آیند ریشه‌های مارچوبه می‌تواند تا عمق ۵/۱ متر در خاک رشد کنند. سیستم ریشه‌بندی مارچوبه را تاج مارچوبه (Asparagus Crown) می‌گویند. تاج مارچوبه برای تکثیر غیر جنسی مورد استفاده قرار می‌گیرد. مارچوبه دارای دو نوع ساقه است اول ساقه‌های هوایی نازک که به رنگ سبز که بعد از برداشت ساقه‌های جوان بوجود می‌آید و ارتفاع آن گاهی اوقات به ۵ متر نیز می‌رسد. دیگری ساقه‌های جوان است که قسمتهای قابل استفاده مارچوبه‌ها را تشکیل می‌دهد این ساقه‌ها از روی ریزوم ظاهر می‌شوند و قبل از اینکه از خاک خارج شوند باید قطع گردند طول این ساقه‌ها بین ۱۵ تا ۲۵ سانتیمتر متغیر است. ساقه‌های هوایی و برگها در اثر سرمای زمستان خشک می‌شوند.

ترکیبات شیمیایی:

مارچوبه دارای آسپاراژین ف کونی فرین ، اینوزیت ، تانن ، اسدی گالیک ، آسپاراگوز ، و اسید سوکسی نیک می باشد دانه آن دارای ۱۵ درصد مواد روغنی می باشد این روغن زرد مایل به قرمز است .

درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زیر است :

آب: ۹۰ گرم

پروتئین: ۲/۵ گرم

چربی: ۰/۲ گرم

مواد نشاسته ای: ۴/۲ گرم

کلسیم: ۲۲ میلی گرم

فسفر: ۶۰ میلی گرم

آهن: ۱/۱ میلی گرم

سدیم: ۲ میلی گرم

پتاسیم: ۲۷۵ میلی گرم

ویتامین آ: ۹۰۰ واحد

ویتامین ب ۱: ۰/۲ میلی گرم

ویتامین ب ۲: ۰/۲ میلی گرم

ویتامین ب ۳: ۱/۵ میلی گرم

ویتامین ث: ۳۵ میلی گرم

خواص دارویی:

از نظر طب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند. مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است.

۱. خوردن آن دید چشم را تقویت می کند.

۲. برای تقویت نیروی جنسی مفید است.

۳. ضعف مثانه را برطرف می کند.

۴. برای تقویت قلب مفید است.

۵. ملین است و یبوست را برطرف می کند.

۶. تب بر است.

۷. مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند .

۸. مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند.

نیاز اکولوژیکی

مارچوبه یک سبزی فصل خنک می باشد. مارچوبه بهترین رشد و بالاترین محصول را از نظر کیفیت خوب در آب و هوایی تولید می کند که زمین حاوی مارچوبه کمی یخ بزند در مناطقی که در طول فصل رشد (تابستان) هوا گرم می شود محصول از کیفیت خوبی برخوردار نیست چون مواد غذایی در ریشه های ذخیره ای آن اندوخته نمی گردند در زمستان بهتراست. هوا آنقدر سرد و شو

دکه قسمتهای هوایی (ساقه و برگها) خزان کنند. در مناطقی مانند دزفول در استان خوزستان که زمستان یخبندان ندارند و دارای سرمای ملایم هستند توصیه می شود که قسمتهای هوایی قبل از فرا رسیدن فصل زمستان از فاصله ۱۰ تا ۲۰ سانتی متری سطح خاک قطع گردند. بهترین دما در طول مدت رشد بوته برای مارچوبه بین ۱۶ تا ۲۴ درجه سانتی گراد می باشد. مناسب ترین pH برای رشد مارچوبه بین ۶ تا ۷/۶ می باشد. تذکر: از ارقام مارچوبه عبارتند از: مری واشنگتن، ردینگ ژالت مارتا واشینگتن و آلت هام واشینگتن و ویکینگ می باشد. ارقام مارچوبه براساس رنگ جوانه های خوراکی به دو دسته تقسیم می شوند دسته اول دارای رنگ سبز و دسته دوم سبز روشن یا مایل به سفید است.

آماده سازی خاک

مارچوبه بهترین محصول را در خاک عمیق، حاصلخیز، خنک، آفتابگیر، قوی و بازهکشی خوب می دهد مارچوبه در خاکهای مختلف که از حیث مواد آلی غنی باشند رشد می کند و محصول می دهد ولی بطور اختصاص خاکهای شتی و شنی لومی و لومی سیلتی که با مواد آلی و هوموس تقویت شوند بسیار مناسب هستند مارچوبه در خاکهای اسیدی نمی تواند رشد کند مگر آنکه خاکها به وسیله آهک اصلاح شوند مناسب ترین pH برای رشد مارچوبه بین ۶ تا ۷/۶ می باشد. در خاکهایی که کمی قلیایی باشند کشت با موفقیت انجام می شود و محصول می دهد مارچوبه یک سبزی چند ساله است و می تواند ۱۰ تا ۲۰ سال در زمین باقی بماند لذا در تهیه زمین باید دقت کافی مبذول گردد. بخصوص چنانچه هدف آن باشد که این گیاه به وسیله بذر تکثیر شود باید زمین صاف، نرم بدون کلوخ و گاه باشد. شخم عمیق زده شود و بعد از آن کلوخ ها به وسیله دیسک یا دندانه نرم شوند و زمین تسطیح گردد. مارچوبه به هوموس و مواد آلی زیاد نیاز دارد و نسبت به کودهای حیوانی واکنش مثبت نشان می دهد لذا قبل از کاشت مارچوبه میتوان کودهای حیوانی را به زمین داد. مقدار کود های شیمیایی نیز با توجه به مقدار مواد غذایی موجود در خاک حدود ۲۰۰ کیلو ازت، ۸۰ کیلو گرم P_2O_5 ، ۳۰۰ کیلو گرم K_2O برای هر هکتار در نظر گرفته می شود کود ازته را به مقدار ۵۰ درصد در هنگام احداث پشته ها (حدود ۱۰ روز قبل از پایان برداشت محصول) و ۵۰ درصد بقیه را در تابستان به زمین می دهند کودهای فسفات پتاسه را قبل از احداث پشته ها می دهند.

تاریخ و فواصل کاشت

موقع انتقال نشاء اوایل بهار می باشد عمق شیار در خزانه ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر فاصله دو شیار ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر می باشد در زمین اصلی بوته ها به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر در ردیفهایی بین ۹۰ تا ۱۵۰ سانتی متر از یکدیگر کاشته میشوند

کاشت

ازدیاد مارچوبه به دو روش رویشی و جنسی صورت می گیرد. در کشت مستقیم بعد از آماده کردن زمین، زمین به جوی و پشته تبدیل می گردد عرض پشته بین یک تا یک و نیم در نظر گرفته می شود سپس بذور در ته جوی کاشته می شوند. بهتر است به منظور سرعت بخشیدن به سبز شدن بذور، بذور قبل از کاشت به مدت ۲۴ ساعت در آب خیسانده شوند آنگاه شیارهایی به عمق یک سانتی کمتر در کف جویها ایجاد می کنیم و بذور را در شیارهای آنها می کاریم و به وسیله خاک سبک و مرطوب آنها را می پوشانیم. تا سبز شدن بذور و چوبها مرطوب نگه داشته می شوند آبیاری باید به روش بارانی صورت گیرد. مدت جوانه زدن بذور طولانی می باشد و به عواملی مثل دما و رطوبت خاک بستگی دارد و شاید بین ۱۵ تا ۴۰ روز متغیر باشد. بوته ها در فاصله ۱۰ سانتی متری تنک می شوند بتدریج که گیاه رشد میکند روی بوته و اطراف آن خاک نرم همراه با کود حیوانی پوسیده داده می شود بدین ترتیب در سال اول بوته رشد کامل می نماید و محصولی برداشت نخواهد شد. میزان بذور مورد نیاز در کشت مستقیم بین یک تا دو کیلو گرم در هکتار می باشد. روش مرسوم و متداول کشت مارچوبه تهیه خزانه و انتقال بوته های یکساله به محل اصلی می باشد. در این روش باید سعی شود که در هنگام انتقال بوته ها به محل اصلی به ریشه ها صدمه نرسد. در هنگام تهیه خزانه

باید دقت شود که زمین کاملاً آماده و با کودهای حیوانی و شیمیایی تقویت شده باشد زمین به شیار تبدیل می شود عمق شیار ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر و فاصله دو شیار ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر در نظر گرفته میشود، بذور در ته شیار کاشته می شوند با رشد بوته ها روی آنها خاک داده می شود. بدین ترتیب بوته ها در سال دوم آماده انتقال به محلی اصلی می گردند موقع انتقال نشاء اوایل بهار می باشد. در هنگام انتقال ابتدا زمین اصلی به جوی و پشته تبدیل می شود. سپس بوته ها به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر از یکدیگر در روی ردیف هایی که ۹۰ تا ۱۵۰ سانتی متر از یکدیگر فاصله دارند کاشته می شوند بوته های آماده شده در خزانه را تاج (Crown) می گویند. نحوه انتقال تاج به محلی اصلی بدین ترتیب میباشد که در اوایل بهار در ته جویها کود حیوانی پوسیده همراه با ماسه و خاک نرم به عمق ۵ تا ۷ سانتی ریخته می شود. سپس تاجهای یکساله در ته جویها روی کود پوسیده طوری قرار داده می شوند که فاصله آنها از یکدیگر حدود ۳۰ تا ۵۰ سانتی متر باشد. ریشه های بوته روی خاک نرم پخش می گردند سپس روی ریشه ها به وسیله خاک و کود پوشیده میشود. بتدریج که تاج شروع به رشد میکند اطراف بوته ها و روی آنها خاک و کود قرار داده می شود بنابراین تا آخر فصل رشد جویها از خاک و کود پر می گردند بدین ترتیب بوته. مارچوبه در سال اول، رشد کافی کرده هیچ گونه برداشت محصول صورت نمی گیرد. شاید در سال دوم تعداد کمی اسپری (Spear) ساقه های هوایی که نسبتاً ضخیم بوده و قابل خوردن می باشند) تولید و برداشت شود. برداشت اصلی از سال سوم شروع می گردد. معمولاً مقدار تاج آماده شده از یک هکتار خزانه برای کاشت حدود ۱۰ هکتار زمین اصلی کفایت می کند. در هنگام انتقال تاج های یکساله باید دقت شود که تاجهای ضعیف حذف شود زیرا محصول کمتری می دهند تاجهای دو ساله و یا سه ساله برای انتقال مناسب نیستند.

داشت

چون مارچوبه یک سبزی چند ساله است بنابراین مراقبتهای ویژه لازم دارد. با علفهای هرز بشدت باید مبارزه شود. این مطلب در مورد علفهای هرز چند ساله جدی تر است در غیر این صورت علفهای هرز به طرق مختلف ریشه، ریزوم، غده و بذر، ایجاد مزاحمت می کنند و مبارزه با آنها مستلزم هزینه سنگین می باشد لذا هنگام آماده کردن زمین، استفاده از انواع علف کشها توصیه می شود نرم کردن زمین در اوایل بهار یکی دیگر از کارهایی است که در مورد مزرعه مارچوبه باید انجام گیرد. بدین جهت در اوایل بهار به منظور مبارزه با علفهای هرز و نرم کردن سطح خاک با دیسک سبک، زمین دیسک زده می شود. بدین ترتیب چنانچه قسمتهای هوایی بوته ها از سال قبل باقی مانده باشند، از بین خواهند رفت. چنانچه می خواهیم کود شیمیایی به زمین بدهیم باید این کار در هنگام دیسک زدن صورت گیرد. برای این منظور مقدار ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار از کودهای کامل توصیه میشود. به منظور سفید کردن ساقه های مارچوبه در اوایل بهار پای بوته و روی آن با کود پوسیده و خاک نرم پوشیده می شود. این کار در سطح وسیع با ماشین آلات انجام می گیرد. اگر در آخر فصل به زمین کود شیمیایی داده می شود بهتر است آنرا با خاک مخلوط و بین ردیفها پخش کرد. مزرعه مارچوبه باید مرطوب و نم دار باشد از این رو آبیاری باید مرتب صورت گیرد این مسئله در مناطق خشک اهمیت بیشتری دارد. بوته مارچوبه مورد حمله حشرات زیادی قرار می گیرد از مهمترین آنها سوسک مخصوص بوته مارچوبه می باشد از بیماریهای مارچوبه بیماری زنگ مارچوبه است که برای مبارزه باید از ارقام مقاوم استفاده نمود جمع آوری بوته های آلوده و سوزاندن راه دیگر برای مبارزه با آن است.

برداشت

معمولاً برداشت مارچوبه از سال سوم شروع می شود یعنی دو سال بعد از انتقال تاج آن به محل اصلی اگر کاشت، داشت و نگهداری مزرعه بخوبی انجام گیرد، شاید در سال دوم تعداد کمی از اسپری برهان قابل برداشت باشند ولی بهتر است در سال دوم محصول برداشت نشود. در اینصورت بوته ها قوی شده و مواد غذایی در اندام های زیر زمینی تاج ذخیره می گردد و در طی این مدت به بوته فرصت داده می شود که رشد ریشه هایش کامل گردد و به این ترتیب بوته برای سال سوم آماده بهره برداری می شود.

قاعدتاً برداشت از بهار سال سوم آغاز می‌گردد برداشت وقتی شروع می‌شود که طول اسپه‌ییرها بین ۱۵ تا ۲۵ سانتی‌متر باشد. اسپه‌ییرها را می‌توان از روی سطح خاک و یا از ۲ تا ۵ سانتی‌متری زیر خاک قطع نمود. این کار باید با دقت انجام شود که به ساقه‌هایی که هنوز از خاک خارج نشده‌اند، صدمه‌ای وارد نشود برداشت مارچوبه از اوایل بهار شروع ۶ الی ۸ هفته به طول می‌انجامد چنانچه عمل برداشت بیشتر ادامه یابد مواد غذایی در ریشه‌های متورم ذخیره نمی‌شود و بوته برای سال آینده ضعیف باقی‌ماند. و به منظور سفید کردن اسپه‌ییرها باید در اوایل بهار روی ساقه به وسیله خاک پوشانده شود. هنگام برداشت می‌توان خاکهای اطراف اسپه‌ییر را عقب زد سپس به برداشت اقدام کرد. بهتر است بعد از برداشت مارچوبه بلافاصله مورد استفاده قرار گیرد. برای این کار آنها را شسته، دو طرف ساقه را به اندازه کمتر از یک سانتی‌متر قطع می‌کنند و به صورت آب‌پز یا پخته شده به مصرف می‌رسانند. در شرایط مناسب دمای ۳ تا ۴ درجه سانتی‌گراد و با رطوبت نسبی ۷۰ تا ۸۰ درصد می‌توان مارچوبه را برای چند ماه نگهداری کرد.

طرز استفاده:

برای نگاهداری مارچوبه آنرا در پارچه‌های مرطوب ببندید و در یخچال قرار دهید زیرا گرما و خشکی آنرا از بین می‌برد.

مارچوبه را نیز می‌توان در سالاد ریخت و یا از آن سوپ تهیه کرد.

مورد دیگر استفاده از مارچوبه غیر از پختن آن بصورت دم‌کرده آن است.

دم‌کرده مارچوبه را به این صورت تهیه کنید:

چند شاخه مارچوبه را در داخل یک لیتر آبجوش بریزید و مقدری هم رازیانه و جعفری به آن اضافه کنید و بگذارید مدت پنج دقیقه دم بکشد. از این دم کرده بمقدار دو تا سه فنجان در روز برای تسکین و آرامش قلب استفاده کنید.

مضرات: مارچوبه را نباید آنهایی که مبتلا به ورم مجاری ادرار هستند و یا اشخاص عصبی مصرف کنند. مارچوبه همچنین برای مبتلایان به رماتیسم و سنگ کلیه خوب نیست.

منابع:

مارچوبه <http://www.iranmania.com>

گیاه مارچوبه <http://daneshnameh.roshd.ir>

از مارچوبه چه می‌دانید؟ <http://www.sabziran.ir>

مارچوبه «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

میخک

درخت میخک بومی جزائر اندونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصی که درد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می‌شود. البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم‌خانه نگهداری می‌شود. در قدیم الایام میخک ادویه‌ای گران‌قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی توانستند از آن استفاده کنند.

میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی‌شود و در تمام طول سال سبز است. ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می‌رسد. برگهای آن نوک تیز و بیضوی و دم‌برگهای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصی می‌دهد.

گل‌های میخک کوچک و مجتمع بصورت خوشه‌هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می‌باشد.

وجه تسمیه این درخت بدین دلیل است که غنچه‌های خشک شده آن که کوچک و بطول یک سانتی‌متر است بشکل میخ

کوچک می باشد .

ترکیبات شیمیایی

غنچه های درخت میخک پس از باز شدن یعنی قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن تبدیل به قرمز شود باید چیده و خشک نمود . میخک که بعنوان ادویه و دارو بکار می رود پودر این غنچه ها می باشد .

میخک دارای ۱۶ درصد و ساقه های درخت در حدود ۵ درصد و برگهای آن دارای ۲ درصد اسانس روغنی می باشد که از تقطیر این قسمت ها بدست می آید .

اسانس میخک دارای بوئی قوی و طعمی سوزاننده می باشد . این اسانس سفید رنگ بوده که اگر در مجاورت هوا قرار گیرد رنگ آن تیره و غلیظ می شود .

اسانس میخک دارای اوژنول کاربو فیلین ، الکل بنزیلیک ، بنزوات دو متیل ، فورفول و اتیلن می باشد .

اوژنول که ماده اصلی میخک می باشد آرام کننده و ضد عفونی کننده است و از آن در دندانپزشکی برای آرام کردن درد دندان استفاده می شود .

خواص درمانی میخک

در اسناد و مدارک طب سنتی چین اولین نشانه های شناخت درخت میخک به دوران امپراطوری هان در چین برمی گردد ?? (سال قبل از میلاد مسیح) و یا نام ادویه زبان جوجه نام برده شده استاسناس میخک در صنعت عطرسازی استفاده می شود. طبق تحقیقات انجام شده روغن میخک با مهار مسیرهای سیکلواکسژناز در بیماری های التهابی موثر است.

اوژنول که ماده موثره اصلی میخک می باشد خواص ضد دردی مناسبی دارد به همین دلیل در ترکیبات ضد درد دندانپزشکی از آن استفاده می کنند که مزه خاص این فرآورده که همگی ما آن را تجربه کردیم ناشی از اوژنول می باشد.

عصاره های آبی و اتانولی میخک دارای اثرات ضد میکروبی بر علیه استافیلوکوک طلائی مقام پنی سیلین دارد و رشد باکتری های ایجاد کننده پوسیدگی دندان نیز جلوگیری می کند.

از خواص جالب میخک اثرات ضد ویروسی عصاره آبی آن در زخم های پوستی ناشی از ویروس هرپس می باشد از نکات بارز درمانی اوژنول اثر حفاظت کبدی آن می باشد در تحقیقات بالینی انجام شده خواص درمانی میخک در درمان درد و التهاب بیماری های دهان و دندان و نیز کاهش سردرد بیماران ثابت شده است.

مرجع علمی گیاه درمانی آلمان (کمیسیون E) نیز اثرات ضد دردی آن در دندان درد و رفع التهاب دهان و حلق را تأیید کرده است در طب سنتی هند نیز میخک را برای رفع بدبوئی دهان، نفخ، دردهای شکمی و مشکلات معده و حتی بیماری های چشم نیز به کار می بردند.

?میخک در طب سنتی ایران

در طب سنتی ایران میخک را به عنوان قرنقر یاد می کردند طبیعت آن را در سوم گرم و خشک می دانسته، خاص پادزهر برای آن قائل بودند. میخک مقوی ارواح و اعضاء رئیسه می باشد و جهت تقویت ذهن فکر و رفع صدا، (سردرد) بلغمی و فالج (سکته مغزی) از ن بهره می بردند. در طب سنتی ایران در جهت تقویت لثه و درد دندان بارد و رفع بدبوی دهان کاربرد داشته است. از میخک در بیماری های گوارشی مانند فواق (سکسکه) وجشاء (آروغ) و بیماری های رحم و بیماری های تنفسی مانند سرفه استعمال می شود. خواص طبیعی گل میخک:

خشک شده غنچه درخت از دو هزار سال پیش به عنوان ادویه به کار می رفته است. از نظر طب قدیم ایران میخک خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است.

- برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آن را روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید.
- میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانی که حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.
- میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد.
- حالت تهوع و استفراغ را برطرف می کند، بدین منظور می توان ۲ قطره از اسانس میخک را در یک لیوان ریخت و نوشید و یا از یک فنجان دم کرده میخک استفاده کرد.

خواص دارویی:

میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است .

- ۱) برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید .
- ۲) میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانی که حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.
- ۳) میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد .
- ۴) برای رفع سردرد مفید است
- ۵) در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است
- ۶) ضعف اعصاب را درمان می کند
- ۷) برای رفع تنگی نفس مفید است
- ۸) کسانی که مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند
- ۹) مقوی معده و جهاز هاضمه است
- ۱۰) کبد و کلیه را تقویت می کند
- ۱۱) سکسکه را برطرف می کند
- ۱۲) برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد
- ۱۳) کسانی که قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند
- ۱۴) میخک اشتها آرو است
- ۱۵) بدن را تقویت می کند
- ۱۶) برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید .
- ۱۷) میخک تب بر است
- ۱۸) میخک گرم کش است و داروهای گرم کش دارای میخک می باشند
- ۱۹) برای گردش خون و قلب مفید است
- ۲۰) اسهال و دل درد را تقویت می کند
- ۲۱) برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چای مخلوط کرده و بنوشید .
- ۲۲) نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد
- ۲۳) استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد

طرز استفاده :

برای تهیه چایی یا دم کرده میخک مقدر ۱۰ گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و بمدت ۵ دقیقه دم کنید.
مضرات میخک:

همانطور که گفته شد میخک بسیار گرم است، بنابراین برای گرم مزاجان مناسب نیست و ممکن است باعث ناراحتی کلیه و روده ها شود. این گونه افراد باید میخک را با صمغ عربی مخلوط کرده و بخورند.

منابع :

میخک <http://www.parsiteb.com>

خواص دارویی گل میخک <http://www.persianv.com>

نگاهی به خواص میخک <http://aftab.ir>

میخک «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

خواص دارویی گل میخک <http://www.aghlam.com>

خواص میخک <http://www.aghlam.com>

میخک <http://www.money۵۸.netfirms.com> Clove

خواص موز

میوه ی موز مخصوص مناطق استوایی و گرمسیری است که اخیراً با تلاش مستمر کشاورزان ، در ایران نیز پرورش داده می شود . درخت موز با تنه ای بزرگ که گاهی قامت آن به سه متر و عرض آن ؟؟ سانتی متر می شود جزو گیاهان علفی به حساب می آید موز دارای انواع و اقسامی می باشد و یک نوع نامرغوب آن دارای هسته است . موز در صورت رسیده بودن عطری مطبوع دارد - خوش طعم و شیرین است و دارای ویتامین آ ، ب و ث و هشتاد درصد قند می باشد و نیز دارای آهن و فسفر و پتاس و سدیم می باشد ولی قند آن خوب نیست و مبتلایان به یبوست نیز نباید آن را مصرف کنند- موز یک میوه خون ساز است برای چاق شدن می توانید از موز استفاده کنید و اگر مبتلا به شوره ی سر هستید می توانید موز را انتخاب کنید . در پوست آن خواص بسیاری نهفته است . خاکستر آن برای بند آوردن خونریزی مفید است . میوه آن نرم و بسیار مغزی است و قدرت غذای آن از غذای سیب زمینی بیشتر است . موز دارای فلزاتی مانند آهن ، فسفر ، منیزی ، پتاسیم ، سدیم و روی است ولی از نظر چربی چون کلسیم ، سلولز و . . . فقیر است .

افرادی که مبتلا- به بیماری آلبومین هستند می توانند موز را همراه غذای مناسب دیگر میل نمایند . و چون فاقد مواد سفیده ای (آلبومین) است برای آن ها مفید می باشد و افرادی که مبتلا به بیماری مرض قند هستند بهتر است از موز استفاده نکنند . بیشتر افراد از خوردن موز حساسیت دارند . و زبان آن ها ورم و جوش می زند به این اشخاص توصیه می شود که پس از خوردن موز بلافاصله یک میوه ی ترش ، آب میوه میل نمایند . موز یکی از میوه های مفید و خون ساز است و باعث زیبایی چهره می شود .. کسی که بخواهد چاق شود موز بخورد .

موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می رسد . گلهای آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .

موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می شده است . در سال ۱۴۸۲ پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی قاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود .

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند . موز انواع مختلف دارد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی دارد . در کشورهای استوایی معمولاً- موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد . ترکیبات شیمیایی:

قندی که در موز وجود دارد سرعت قابل جذب استدر صد گرم موز مواد زیر موجود است .

انرژی ۱۰۰ کالری

آب ۷۰ گرم

پروتئین ۰/۸ گرم

چربی ۰/۲ گرم

قند ۶/۵ گرم

کلسیم ۸ میلی گرم

فسفر ۲۵ میلی گرم

آهن ۰/۷ میلی گرم

سدیم ۱ میلی گرم

پتاسیم ۳۷۰ میلی گرم

ویتامین آ ۱۹۰ واحد

ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۰۶ میلی گرم

ویتامین ب ۳ ۰/۰۷ میلی گرم

ویتامین ث ۱۰ میلی گرم

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد . خواص دارویی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تراست و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد.

بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد.

موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است.

موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند.

موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است.

موز درمان زخم معده و روده می باشد.

گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است.

شیره گل‌های موز درمان کننده اسهال خونی است.

جوشانده موز اثر قطع خونریزی دارد.

ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است.

ریشه موز دفع کننده کرم معده است.

موز نفاخ است و زیاد خوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد.

موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب دارد.

برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید.

موز مدر است.

موز بعلت در بارداری زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

موز به افرادی که دارای فشار خون بالایی هستند کمک می کند همچنین خطر حملات قلبی را کاهش می دهد. موز بهبود دهنده زخم مزمن معده و کاهش دهنده کلسترول می باشد. ماده معجزه آسا موجود که در موز سیستم گردش خون را تنظیم می کند پتاسیم است. به عنوان مثال در مطالعه ۸۵۹ نفر مرد و زن که به وسیله دانشگاه **Sandiego** کالیفرنیا و دانشگاه کمبریج انگلستان انجام شد تحقیقات نشان داد که افرادی که روزانه از غذایی که دارای پتاسیم بالایی هستند استفاده می کنند مثل موز ۴۰٪ کمتر خطر ابتلا به حمله قلبی را دارند.

تحقیق دیگری نشان داد که کسانی که به طور روزانه به جیره غذایی خود پتاسیم اضافه می کنند ضمن اینکه از حملات قلبی جلوگیری می شود. بلکه باعث کاهش خون نیز می گردد.

اثر پتاسیم خیلی قوی است دانشمندان می گویند افزودن پتاسیم به غذای روزانه افراد باعث پایین آمدن فشار خون می شود و وقتی که پتاسیم را از جیره غذایی حذف می نمایند فشار خون بالا می رود.

تحقیقاتی که در دانشگاه **Temple** فیلا دلفیا انجام شد نشان می دهد که حذف پتاسیم از غذای ۱۲ نفر که فشار خون بالاتر داشتند بعد از ۱۰ روز فشار خونشان بالاتر رفته است. چه مقدار پتاسیم باید به غذا افزود؟ بررسی که در دانشگاه **Naples** ایتالیا انجام شده نشان می دهد که ۸۱٪ افرادی که فشار خون بالایی دارند اگر از ۳ الی ۶ جیره غذایی که پتاسیم بالا دارند مثل موز استفاده کنند میزان دارو درمانی آنها به نصف و در بعضی ها کاملا قطع گردیده است.

درمان طبیعی زخم معده

تحقیقات نشان می دهد که اثر موز بر روی زخم بیشتر از داروهای گران قیمت است که به وسیله پزشک تجویز

می شود. بررسی های آزمایشگاهی و بررسی روی حیوانات نشان می دهد که موز یک ماده حفاظت کننده می باشد. هر چند تحقیقات کاملتری لازم می باشد تا به عمل یک تکه موز در سیستم هاضمه پی برد. تحقیقات انجام شده در کالج **Kastuba** هند نشان می دهد که عامل شیمیایی موجود در موز به نام **Protease Inhibitor** واقعا باکتری عامل اولسر را متوقف می کند. محققین دیگر در دانشگاه **New England** در استرالیا نشان می دهد که موز از برگشت اولسر جلوگیری می نماید همان طوری که داروهای گران قیمت این کار را انجام می دهد عوارض جانبی نیز ندارد.

رمز این تحقیقات این بود که این موزها کاملا رسیده و قهوه ای بودند در این مرحله موز ماده ای تولید می کند که همان لایه پوششی تولید شده در معده است که بر اثر اسید معده کاهش پیدا می کند.

در طول این مدت محققین اثرات درمانی دیگر موز را نیز دنبال نموده اند. در تحقیقی که بر روی حیوانات در دانشگاه Kerala در هند انجام شد معلوم گردید که موز نرسیده خشک شده سطح LDL کلسترول را کاهش می دهد که این نوع کلسترول نوع مضر کلسترول می باشد که باعث انسداد رگها می شود و از تغییرات شیمیایی بین عضلات قلب که خود می تواند عامل بیماری Cardio Vascular گردد جلوگیری کند. تحقیق دیگری در New Dehli نشان می دهد که پودر موز خشک شده می تواند درد را کاهش دهد.

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

موز «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

موز <http://www.iranmania.com>

موز <http://www.money58.netfirms.com>

موز <http://www.parsiteb.com>

خاصیت های موز <http://aftab.ir>

آووکادو

بر خلاف باور عام، آووکادو یک میوه نیست، بلکه یک سبزی سرشار از مواد مغذی و اسیدهای چرب مورد نیاز برای بدن است. در واقع آووکادو یک نوع سبزی چرب است (یک آووکادوی متوسط حاوی حدود ۳۰ گرم چربی است). آووکادو دارای انواع مختلفی است، یک نوع آن سبز و براق است و چربی کمی دارد و وزنی در حد ۹۰۰ گرم دارد. انواع متوسط آن گلابی شکل هستند از نظر نوع روغن بسیار شبیه به زیتون است (یعنی دارنده اسید چرب ضروری مورد نیاز بدن که بدن قادر به ساخت آن نیست و باید از منابع غذایی دریافت شود). این چربی از نوع مفید است که نه تنها تاثیری در افزایش کلسترول بدن ندارد، بلکه باعث کاهش میزان کلسترول خون نیز می شود. تحقیقات بالینی نشانگر آن است که مصرف آووکادو در افراد با کاهش چشمگیری در میزان کلسترول خون آنها، همراه بوده است. همچنین آووکادو حاوی میزان زیادی پتاسیم است که مصرف پتاسیم نقش بسیار ارزنده ای در کاهش فشار خون بازی می کند. همچنین یکی از عوامل بسیار تاثیر گذار در بهبود خون مردگی های زیرپوست (کبودی ها) پس از جراحی هاست. همچنین حاوی اسیدفولیک (عامل درمان گر انواعی از کم خونی) است و مصرف این سبزی می تواند جبران کننده کمبود این ماده مغذی باشد.

از سایر مواد مغذی موجود در آووکادو می توان به ویتامین های A، C، E و ویتامین های B۶ و B۵ اشاره کرد.

باید ذکر کنم ویتامین B۵ موجود در آن بر پوست و طراوت و شادابی آن اثر خاصی دارد، مانع خشکی بیش از اندازه و پوسته پوسته شدن پوست است و بهبودی زخم را مخصوصاً بعد از جراحی، تسریع می کند.

همچنین حاوی مس است که برای استحکام ناخن ها و مو و حفظ رنگ آنها ضرورت دارد.

میزان مصرف آووکادو در کشور ما بسیار پایین است، اما استفاده از آن به دلیل دارا بودن مواد مغذی بی شمار بسیار توصیه می شود.

آووکادو را باید خام مصرف کرد، زیرا پس از پختن مزه تلخی به خود می گیرد. به نظر می آید که اولین بار آووکادو در ایران

امروز و آمریکای جنوبی کشت داده می شده است و سپس به دیگر نقاط جهان برده شده است.

درختان آوکادو متعلق به نواحی استوایی و نیمه استوایی می باشند که با تعدادی استثنا، در مناطقی که نسبتاً فاقد سرما هستند سازگار می شوند. مکزیک بزرگترین تولید کننده آوکادو در جهان محسوب می شود. تولید تجاری این میوه در آمریکا که دومین تولید کننده عمده این میوه می باشد تقریباً به فلوریدا و کالیفرنیا محدود می شود. همچنین مقادیر بسیاری کمی از این میوه در تگزاس و هاوایی تولید می شود. فصول متناوب رویش گونه های مختلف این میوه در فلوریدا و کالیفرنیا باعث شده تا تقریباً در تمام سال این میوه را داشته باشیم و قیمت آن در ماههای تابستان به پایین ترین حد خود می رسد.

گزینه و نگهداری

بیشتر آوکادویی که شما در بازار می بینید سفت و نرسیده هستند چون احتمال فساد و خرابی آنها کمتر است. زمانی که آوکادو خیلی سفت است برای رسیدن به چند روز زمان نیاز دارد اما آوکادویی که با کمی فشار فرو رود، پخته است. اگر فشردن این میوه گودالهای بزرگی در سطح آن ایجاد نماید نشان دهنده پخته بودن بیش از حد میوه است که در این صورت برای پورا مناسب می باشد. آوکادوی سفت و نپخته باید دردمای اتاق نگهداری شود و معمولاً برای رسیدن به سه تا شش روز زمان نیاز است. آوکادو را به همراه یک عدد سیب، موز، گوجه فرنگی یا گلابی داخل پاکت کاغذی بگذارید این میوه ها تولید گاز اتیلن می کنند که فرآیند رسیده شدن آوکادو را تسریع می کند. هرگز آوکادو را داخل یخچال نگذارید زیرا با این کار هرگز رسیده نمی شوند. آوکادوی رسیده باید حداکثر مدت یک هفته در یخچال نگهداری شود. آوکادوی خوب درشت است و مقدار زیادی رطوبت دارد. اگر پوست آن شکسته نشوند خود میوه آسیب نخواهد دید.

گونه های آوکادو

در فلوریدا و کالیفرنیا گونه های مختلفی از آوکادو رشد می کند که دارای پوست سبز روشن تا سیاه هستند که بعضی از آنها دارای بافت صاف و بعضی دیگر زبر می باشند و اندازه آنها از چند اونس تا چندین پوند متفاوت است. مقدار چربی گونه های کالیفرنیا به میزان قابل ملاحظه ای بیشتر بوده و بنابراین خامه ای تر و خوش طعم تر از آوکادوهای درشت فلوریدا هستند که محتوی آب، چربی کمتر و لذا طعم بی مزه تری می باشند.

گونه های کالیفرنیا

آوکادوهای **Bacon**: اندازه متوسط دارند شکل آنها بیضی و دارای پوستی نازک، سبز و نرم و گوشتی سبز-زرد می باشند.
 آوکادوهای **Fuerte**: پوستی نازک، نرم و سبز تیره دارند و شکل آنها شبیه گلابی با گوشتی خامه ای به رنگ سبز روشن می باشد که تا وزن یک پوند دیده می شوند.

آوکادوهای **Gwen**: از نظر طعم، ظاهر و بافت شبیه انواع **Hass** هستند فقط اندازه آنها بزرگتر است. رنگ پوست آنها در زمان رسیدن نیز سبز باقی می ماند. پوست سبز، زبر و ضخیم است اما گوشتی خامه ای و قابل انعطاف به رنگ سبز - طلایی دارند.

آوکادوهای **Hass**: معروفترین گونه کالیفرنیا محسوب می شود که در طول سال وجود دارند. پوست آنها در زمان رسیده سیاه و زبر است و یک پوند وزن دارند. شکل آنها بیضی و اندازه آنها از متوسط تا درشت است.

آوکادوهای **Pinkerton**: درشت هستند و شکل آنها مانند گلابی دراز است پوست آنها سبز رنگ با ضخامتی متوسط است که قدری زبر هستند. گوشت آن خامه مانند به رنگ سبز روشن است.

آوکادوهای **Reed**: درشت و گرد هستند و دارای پوستی به رنگ سبز تیره و تاحدی زبر می باشند. گوشت این گونه از آوکادو روغنی است.

آوکادوهای **Zutano**: درشت بوده و پوستی صیقلی به رنگ سبز - طلایی دارند و شکل آنها مانند گلابی است که گوشتی به

رنگ کم‌رنگ و بافت نرم دارا می‌باشد .

گونه های فلوریدا

گونه‌هایی که در فلوریدا کشت می‌شوند از انواع غرب هند یا پیوندی **Guatemalan** و غرب هند هستند . مهمترین آنها از نظر تجاری **Booth^۸ ، Choquette ، Hall, Lula, Monroe, Pollock** و **Simmonds** می‌باشند . آوکادوهای **Lula** ریز تا متوسط و شبیه گلابی هستند که گاهی اوقات دارای یک گرده هستند . پوست آنها تقریباً نرم و گوشتی کم‌رنگ تا زرد مایل به سبز دارند .

ترکیبات شیمیایی

آوکادو چرب است و دارای اسیدهای آمینه مختلف مانند سیستین ، تریتوفان ، و تیروزین می‌باشد. در تحقیقات جدیدی که انجام شده وجود چند نوع آنتی بیوتیک در آوکادو ثابت شده است. دانه گیاه دارای مقدار کمی روغن است. این روغن غلیظ و سفت و به رنگ زرد مایل به سبز بوده که درای بو و طعمی مطبوع است. روغن دانه آوکادو دارای حدود ۷ درصد روغنهای اشباع شده مانند اسید پالمیتیک **Palmitic Acid** و اسید استتاریک **Steraric Acid** اسید آراشیدیک **Arachidic Acid** ، اسید میریستیک **Myristic Acid** و در حدود ۸۰ درصد روغنهای اشباع نشده مانند اسید اولئیک **Oleic Acid** و اسید لینولئیک **Linoleic Acid** می‌باشد.

در یکصد گرم آوکادو مواد زیر موجود است :

آب ?? گرم

انرژی ??? کالری

پروتئین ?/ گرم

چربی ?? گرم

مواد نشاسته ای ? گرم

کلسیم ? میلی گرم

فسفر ?? میلی گرم

آهن ?/ میلی گرم

پتاسیم ??? میلی گرم

ویتامین آ ??? واحد

ویتامین ب ?/?? میلی گرم

ویتامین ب ?/?? میلی گرم

ویتامین ب ?/ میلی گرم

ویتامین ث ?? میلی گرم

خواص دارویی

• جوشانده برگهای آوکادو قاعده آور است.

• آوکادو تقویت کننده معده است.

• نفخ و گاز معده را از بین می‌برد.

• برای درمان یرقان مفید است.

• جوشانده برگهای آووکادو اسهال خونی را برطرف می‌کند.

• آووکادو تقویت‌کننده بدن است.

• آووکادو رشد بچه‌ها را جلو می‌اندازد زیرا دارای مواد معدنی بسیاری است.

• آووکادو خون‌ساز است و آنهایی که مبتلا به کم‌خونی هستند باید از آووکادو استفاده کنند.

• آووکادو بدن را قلیایی کرده و تمیز می‌کند.

• چون آووکادو شکر و مواد نشاسته‌ای کمی دارد برای آنهایی که بیماری قند دارند نیز مناسب است.

• برای دوره نقاهت به مریض آووکادو بدهید. ضعف عمومی را برطرف می‌کند.

• خستگی را برطرف می‌کند.

• ناراحتی روده و معده را معالجه می‌کند.

• بی‌خوابی را درمان می‌کند زیرا دارای تریپتوفان است. اگر به کم‌خونی دچار هستید حتما با شام خود آووکادو بخورید.

• برای درست کردن سس سالاد از آووکادو استفاده کنید.

• روغن آووکادو دارای ویتامینهای مختلف مانند A، B، C، D، E، H، K می‌باشد. بنابراین ارزش غذایی زیادی دارد.

• روغن آووکادو ضد رماتیسم است و اگر مفاصل شما درد می‌کند آنرا با روغن آووکادو ماساژ دهید.

• برای جلوگیری از ریزش مو، هر شب مقداری از روغن آووکادو را به سر بمالید و صبح بشوئید.

• شوره سر را از بین می‌برد.

• برای براق شده موها، بعد از شستشوی سر چند قطره آووکادو را به موها بمالید.

• روغن آووکادو بهترین کرم برای پوست است زیرا به آسانی در پوست نفوذ می‌کند و به پوست شادابی می‌دهد.

• آووکادو بهترین ماسک برای برطرف کرده چین و چروکهای صورت و جلوگیری از پیدایش آن است. برای این منظور آووکادو

را پوست‌کننده و له کنید و به صورت ماسک بر روی صورت و گردن بگذارید و بعد از نیم ساعت بشوئید.

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

آووکادو <http://www.mprn.ir>

آووکادو «داروئی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

آووکادو <http://www.irteb.com> Avocado

آووکادو <http://orkidekhademian.blogfa.com>

آووکادو، سبزی چرب ضد کلسترول <http://omomi.mihanblog.com>

آووکادو <http://www.afghanpen.com>

سنبل الطیب

سنبل الطیب گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می‌رود. این گیاه بصورت وحشی در جنگل‌های کم‌درخت، در حاشیه جویبارها و گودال‌ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می‌روید.

سنبل الطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصل دور تشخیص داده بطرف آن می‌رود و در اطراف آن به

جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود.

گل‌های سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر دارد استفاده می شود .

سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود .

○ نام فارسی : سنبل الطیب

○ نام علمی : *Valeriana officinalis*

○ نام انگلیسی : Valerian

○ خانواده : Valerianaceae

○ سیکل زندگی : چند ساله

○ ماندگاری اقتصادی : ۲ سال

○ روشهای تکثیر : بذر ، تقسیم بوته

○ اندام مورد استفاده : ریشه

○ تاریخ برداشت : پاییز

○ فواصل کاشت : ۲۵×۵۰ سانتی متر

○ تاریخ گلدهی : اوایل خرداد ماه

○ ارتفاع تقریبی گیاه : ارتفاع ۱۵۰ - ۶۰ سانتی متر (برحسب منطقه)

○ خواص عمده داروئی : آرام بخش ، ضد اضطراب

ترکیبات شیمیایی:

ریشه سنبل الطیب حاوی ۱٪ اسانس است . این اسانس در ریشه تازه بیشتر است و به تدریج که ریشه خشک می شود مقدار اسانس آن کاهش یافته ولی بوی آن قوی تر می شود . اسانس تازه برنگ سبز مایل به زرد است ولی در اثر ماندن غلیظ میشود . آثار دارویی ریشه تازه آن سه برابر خشک شده آن است . سنبل الطیب باید در حرارت کم خشک شود و در حرارت بالا تمام اثر دارویی آن از بین می رود .

خواص داروئی:

ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر می باشد

۱) اثر ضد تشنج دارد

۲) در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است

۳) ضد اسپاسم و آرام بخش است

۴) تب بر است

۵) در معالجه صرع اثر مفید دارد

۶) بیخوابی را درمان می کند

۷) ضد کرم معده و روده است

۸) گاز معده را از بین می برد

- ۹) ضد هیجان است
- ۱۰) میگرن را برطرف می کند
- ۱۱) سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند
- ۱۲) برای برطرف کردن دلهره ف تشویش و نگرانی مفید است
- ۱۳) در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد
- ۱۴) در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است
- ۱۵) درد معده را برطرف می کند
- ۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد
- ۱۷) تقویت کننده نیروی جنسی است
- ۱۸) ترشح ادرار را زیاد می کند
- ۱۹) درد سینه را برطرف می کند
- ۲۰) استفراغ را برطرف می کند
- ۲۱) دهان را خوشبو می کند
- ۲۲) در معالجه مرض قند موثر است
- ۲۳) گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید ا التیام یابند
- ۲۴) برای اختلالات یائسگی و عادت ماهیانه مفید است
- ۲۵) داشتن منگنز که برای درمان سفیدی مو از آن استفاده می شود.

مقدار و زمان مصرف :

تعیین یک مقدار مشخص برای مصرف این گیاه، کار مشکلی است، اما در منابع مختلف علمی درباره گیاهان دارویی، چیزی حدود ۱ تا ۱۰ گرم است.

اگر از عصاره تغلیظ شده ریشه گیاه سنبل الطیب (آن چه به طور معمول در قرص ها و کپسول ها وجود دارد و دارای حداقل ۵/۰ درصد روغن های فزّار است) برای درمان بیماری بی خوابی استفاده می کنید، باید آن را حدود ۳۰ تا ۶۰ دقیقه قبل از خواب مصرف نمایید.

فرآورده های خشک شده ریشه این گیاه که به صورت ۵/۱ تا ۲ گرمی هستند، نیز باید ۳۰ تا ۶۰ دقیقه قبل از خواب مصرف شوند. برخی نیز این گیاه را با بادرنجبویه، رازک، گل ساعت و اسکالکپ (در طب چینی کاربرد دارد) ترکیب کرده و مصرف می کنند. مصرف تازه این گیاه بهتر و موثرتر از مصرف ریشه خشک آن است.

اثرات جانبی :

تحقیقات مختلف نشان می دهد که این گیاه هیچ گونه اثر مخربی روی توانایی افراد برای رانندگی و کار با ماشین آلات مختلف ندارد. تنها مورد گزارش شده، حمله قلبی شدید در مردی بود که سالیان دراز از سنبل الطیب به میزان ۵ تا ۲۰ برابر مقدار توصیه شده مصرف می کرده است و آن را به طور ناگهانی کنار گذاشته بود.

به هر حال، هنگامی که سنبل الطیب بر اساس مقدار توصیه شده مصرف شود، منجر به اعتیاد و وابستگی به آن نخواهد شد. در مورد دیگری که در یک دانشجوی ۱۸ ساله که قصد خودکشی داشت مشاهده شد، تنها علائم گزارش شده عبارت بودند از خستگی مفرط، درد شکمی، رعشه و لرزش در دست ها و پاها. این فرد از ۲۰/۰۰۰ میلی گرم ریشه سنبل الطیب استفاده کرده بود

که چیزی در حدود ۴۰ تا ۵۰ برابر مقدار توصیه شده است.

به نظر نمی‌رسد که مصرف سنبل الطیب قبل از خواب موجب ایجاد مشکل در هوشیاری و تمرکز فرد در صبح شود. با این که تا کنون دلایل شناخته شده‌ای برای منع مصرف این گیاه در بارداری و شیردهی گزارش نشده است، اما بی‌خطر بودن آن نیز به اثبات نرسیده است. بنابراین باید در مصرف آن احتیاط کرد.

تداخل دارویی :

هنوز تداخل دارویی شناخته شده‌ای برای مصرف معمولی این گیاه ذکر نشده است.

طرز استفاده:

۱) گرد سنبل الطیب: ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت ۴۰ درجه خشک کنید. سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریز در کنید. یان گرد بعنوان ضد تشنج بکار می‌رود. مقدار مصرف آن ۵-۱۰ گرم در روز است.

۲) مخلوط سنبل الطیب: ۴ گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با ۴ گرم رازیانه و ۴ گرم قند سائیده و مخلوط کنید این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز بفواصل مساوی بخورید.

۳) تنطور والریان: ۱۰۰ گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی ۶۰ درجه بریزید و بگذارید بماند. هر روز چند بار آنرا بهم بزنید و پس از ۱۵ روز آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید. مقدار مصرف آن ۱۰-۳۰ قطره می‌باشد. مضرات :

چون سنبل الطیب برای کلیه مضر است باید آنرا با کتیرا خورد.

در صورتی که تمایل به پرورش این گیاه دارید این بخش را مطالعه کنید :

نیاز اکولوژیکی

سنبل الطیب در طول رویش به هوای معتدل و آب نسبتاً زیادی نیاز دارد. این گیاه را در مناطقی با بارندگی سالانه بین ۶۰۰ تا ۷۰۰ میلی‌متر می‌توان کشت کرد. بذر سنبل الطیب در دمای ۱۸ تا ۲۰ درجه سانتی‌گراد و در حضور نور و رطوبت کافی جوانه می‌زنند. تاریکی مانع رویش بذر گیاه می‌شود. سنبل الطیب را در خاکهایی با بافت متوسط، حاصلخیز و غنی از ترکیبات و مواد هوموسی و بازه کشتی مناسب باید کشت کرد. ضخامت زیاد سطح الارض سبب گسترش و توسعه ریشه و نیز سبب افزایش عملکرد آن می‌شود. آب ایستائی برای سنبل الطیب مناسب نیست و سبب کاهش عملکرد ریشه و مواد موثره آن می‌شود. خاکهای سنگین و بسیار مرطوب برای کشت گیاه مناسب نیست.

آماده سازی خاک

آماده سازی خاک به زمان و روش کشت سنبل الطیب بستگی دارد. چنانچه این گیاه در فصل پائیز کشت شود باید پس از برداشت محصول قبل هنگام آماده سازی خاک ۱۵ تا ۲۰ تن در هکتار کود حیوانی کاملاً پوسیده به زمین اضافه نموده، شخم متوسط زده شود. در صورت لزوم با اضافه کردن ۴۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر، ۲۰ تا ۳۰ کیلوگرم اکسید پتاس و ۳۰ تا ۴۰ کیلوگرم در هکتار ازت به خاک باید دیسک مناسبی به منظور شکستن کلوخه‌ها زده شود و سپس زمین تسطیح و برای کشت گیاه آماده گردد. چنانچه سنبل الطیب در فصل بهار کشت شود از انجام اعمالی که سبب کاهش رطوبت خاک شود باید خودداری نمود.

تاریخ و فواصل کاشت

سنبل الطیب را با هر گیاهی به تناوب می‌توان کشت نمود لیکن چنانچه در فصل پائیز به انتقال نشاء های سنبل الطیب به زمین اصلی اقدام شود، بهتر است با گیاهانی مانند غلات، خردل، نخود و سبزیجات به تناوب کشت گردد ولی اگر در فصل بهار به انتقال

نشاء اقدام شود بهتر است با گیاهان وجینی به تناوب کشت شود. سنبل الطیب نسبت به گشت مداوم در یک زمین بسیار حساس است و تکرار کشت آن در یک زمین پس از دو تا سه سال امکان پذیر است. تاریخ کشت گیاه به شرایط آب و هوایی محل رویش بستگی دارد. زمان مناسب برای کشت مستقیم اوایل بهار است در اینصورت بذرها مستقیماً در زمین اصلی و در ردیفهای به فاصله ۴۰ سانتی متر کشت میشود. برای کشت غیر مستقیم اواسط تابستان (نیمه دوم تیر) زمان مناسبی می باشد. در کشت غیر مستقیم بذرها در ردیفهایی به فاصله ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر در خزانه کشت می شوند. و روی آنها را باید با خاک برگ به ضخامت ۱/۰ سانتی متر پوشاند. بمنظور ایجاد تراکم در بستر سطحی خاک غلتک مناسبی زده می شود. پس از دو تا دو و نیم ماه هنگامی که ارتفاع نشاء ها به ۱۵ تا ۱۷ سانتی متر رسید (اواخر شهریور - مهر) آنها را باید به زمین اصلی در ردیفهایی به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر و فاصله دو بوته در هر متر طولی ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر منتقل نمود. در اوایل بهار نیز می توان نشاء ها را به زمین اصلی منتقل کرد. فصل پائیز زمان مناسبی برای تکثیر رویشی سنبل الطیب است. چنانچه انتقال نشاء ها با ماشین گیرد فاصله ردیف ها نباید از ۵۰ سانتی متر کمتر باشد.

کاشت

کاشت و تکثیر سنبل الطیب توسط بذر به دو روش مستقیم و غیر مستقیم صورت می گیرد. کاشت مستقیم: با استفاده از ردیف کار بذرها به صورت سطحی در ردیفهایی به فاصله ۴۰ سانتی متر کشت می شوند. پس از کشت انجام غلتک مناسب سبب تسریع و هماهنگی در جوانه زدن و رویش بذر میشود. کاشت غیر مستقیم: در اواسط تابستان (نیمه دوم تیر) بذرها را خزانه ای که آماده شده است کشت می کنند روی بذرها را حداکثر ۱/۰ سانتی متر با خاک برگ می پوشانند. سپس غلتک مناسبی زده می شود. چون نور و رطوبت سبب تسریع در جوانه زنی بذر می شود سطح خزانه را با پوششهای مناسبی می پوشانند پس از سبز شدن باید به برچیدن پوششهای مذکور اقدام نمود. برای هر هکتار زمین به ۵۰۰ تا ۷۰۰ متر مربع خزانه نیاز است در هر متر مربع به یک گرم و برای هر هکتار زمین به ۵۰۰ تا ۷۰۰ گرم بذر نیاز است و نشاء ها در اواخر شهریور تا اوایل مهر که ارتفاع آنها بین ۱۵ تا ۱۷ سانتی متر می رسد باید به زمین اصلی منتقل شوند. با آغاز فصل سرما از رشد و نمو گیاهان کاسته می شود و اندام هوایی گیاهان بر اثر سرما خشک می گردد ولی ریشه ها زنده و از فعالیت خفیفی برخوردارند اوایل بهار سال بعد گیاهان از رشد سریعی برخوردار گشته و ساقه گل دهنده ظاهر می شود. تذکر: اوایل بهار نیز نشاء ها را می توان به زمین اصلی منتقل کرد لیکن عملکرد ریشه کاهش پیدا می کند. تکثیر رویشی: تکثیر رویشی از طریق تقسیم بوته صورت می گیرد. در تکثیر رویشی گیاهان بسرعت به گل رفته و ریشه توسعه نمی یابد. از این رو بندرت از این روش استفاده می شود.

داشت

چنانچه نشاء ها در فصل پائیز به زمین اصلی منتقل شوند، ریشه آنها ممکن است به بیرون از خاک رشد کنند از اینرو اوایل بهار باید غلتک مناسبی بر روی گیاهان زده شود. در فصل بهار (اواسط بهار) باید ۴۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار ازت به صورت سرک به خاک اضافه شود. مبارزه با علفهای هرز در طول رویش گیاه نقش عمده ایس در افزایش عملکرد ریشه دارد. برگردان کردن خاک بین ردیف ها نه تنها سبب تهویه خاک و افزایش عملکرد ریشه می شود بلکه دراز بین بردن علفهای هرز بسیار موثر است. لذا همراه مبارزه شیمیایی با علف های هرز وجین مکانیکی آنها نیز ضرورت دارد. چنانچه نشاء ها در فصل بهار به زمین اصلی منتقل شده باشند از علف کش آرزین به مقدار ۵/۲ تا ۵/۳ کیلوگرم در هکتار و چنانچه نشاء ها در فصل پائیز منتقل شده باشند اوایل بهار قبل از رویش گیاه از همین علف کش به مقدار ۵/۳ تا ۵/۴ کیلوگرم در هکتار می توان استفاده نمود. در سال دوم رویش نیز از علف کش آرزین (Aresin) به مقدار ۴ تا ۵ کیلوگرم در هکتار می توان استفاده نمود. بیماریهای قارچی سنبل الطیب عبارتند از سفیدک سطحی که برای مبارزه با آن می توان از سموم گوگرد دار استفاده نمود. از دیگر بیماریهای قارچی سفیدک دروغی و

قارچ لکه برگی می باشد. لار و برخی حشرات می تواند صدمات زیادی به گیاهان وارد آورد. تناوب کشت مناسب، استفاده از آفت کشهایی مانند دی متوات (Dimethoate) نقش عمده ای در کنترل آنها دارد.

برداشت

ریشه سنبل الطیب مانند هر ریشه حاوی ماده موثره، در اواخر رویش (پائیز یا زمستان) از بیشتری مقدار ماده موثره برخوردار است. چنانچه نشاء ها در پائیز به زمین اصلی منتقل شده باشند باید در فصل پائیز (مهر - آبان) سال بعد برداشت شوند. اگر نشاء ها در فصل بهار به زمین اصلی منتقل شده باشند بندرت در فصل پائیز همان سال برداشت میشوند. در اینصورت نیز توصیه می شود ریشه ها در فصل پائیز بعد برداشت شوند برداشت ریشه در فصل پائیز سال سوم مناسب نیست قبل از برداشت ریشه ابتدا باید اندام های هوایی گیاهان را برداشت کرد. در سطوح کم کشت پس از آبیاری زمین، با بیل یا چهار شاخ اقدام به برداشت ریشه میشود. ولی در سطوح وسیع با استفاده از ماشین (مانند ماشینی برداشت سیب زمینی) محصول ریشه را باید برداشت کرد. پس از برداشت ریشه آنها را با آب جاری شسته و بلافاصله در دمای ۴۰ تا ۵۰ سانتی گراد خشک نمود. در سال دوم رویش عملکرد ریشه خشک ۵/۱ تا ۲ تن در هکتار و در سال سوم از عملکرد آن کاسته می شود. اگر هدف جمع آوری بذر باشد. بذرهاى سنبل الطیب از اواخر اردیبهشت بتدریج می رسند. بذرهاى رسیده از گیاه جدا و به کمک پاپوسها به سهولت به اطراف پراکنده می شوند. لذا در برداشت بذر باید دقت نمود تا هدر نرود. روشهای یک مرحله ای با دو مرحله ای روشهای دیگری برای جمع آوری بذر در سطوح وسیع کشت هستند. در روش یک مرحله ای هنگامیکه قسمت اعظم بذرها می رسند ساقه های گل دهنده را باید جدا و سپس خشک کرد. پس از خشک کردن بذرها را بوجاری تمیز و جمع آوری کرده در مکان مناسب باید نگهداری نمود. در روش دو مرحله ای قبل از رسیدن کامل بذرها ساقه گل دهنده را جدا کرده و برای مدتی روی زمین قرار می دهنده تا کاملاً برسند در مرحله دوم به برداشت، خشک کردن، تمیز کردن آن اقدام می شود. مقدار عملکرد بذر به روش برداشت آنها بستگی دارد و بین ۳۰ تا ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار است.

دامنه انتشار

نواحی شمال غربی کشور مانند میشوداغ، اطراف اصفهان (مناطق کامو و دالان کوه)

منابع :

سنبل الطیب (علف گربه) <http://www.parsiteb.com>

سنبل الطیب (علف گربه) <http://www.centralclubs.com>

سنبل الطیب (علف گربه) <http://forum.iranled.com>

سنبل الطیب (علف گربه) <http://www.maximumtechnic.com> Valerian

سنبل الطیب (علف گربه) <http://njavaan.ir> Valerian

گیاه سنبل الطیب <http://daneshnameh.roshd.ir>

سنبل الطیب (علف گربه) <http://www.money58.netfirms.com> Valerian

صبر زرد (آلونه ورا)

صبر زرد یکی از گیاهانی است که قبل از میلاد مورد مصرف مردم بوده است. کلئوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد و حتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند. در کتاب مقدس ام این گیاه بکرات آمده است. صبر زرد فاقد ساقه بوده و لی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر می رسد. گلهای این گیاه

برنگ زرد می باشد که در انتهای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می روید .

تاریخچه

نقاشی هایی از صبر زرد، بر روی کنده کاری های دیوارهای معابد مصری دیده شده است. این معابد در هزاره چهارم قبل از میلاد بنا شده است. صبر زرد را که " گیاه جاودانگی " نام گرفته بود، به هنگام خاک سپاری، برای فراعنه هدیه می آوردند. کتاب " The Egyptian Book of Remedies " (۱۵۰۰) سال قبل از میلاد مسیح) از کاربرد صبر زرد در درمان عفونت ها، معالجه پوست و تهیه داروهای ملین سخن گفته است. " دیسکورید ("فیزیکی دان یونانی)، در سال ۷۴ پس از میلاد، صبر زرد را جهت التیام زخم، جلوگیری از ریزش مو، درمان زخم های دستگاه تناسلی، و معالجه همورئید، مفید دانست. بازرگانان عرب، در قرن ششم بعد از میلاد، این گیاه را به آسیا آوردند، و اسپانیایی ها آن را در قرن شانزدهم، از منطقه مدیترانه به بر جدید (World New) بردند. در عصر جدید (۱۹۳۰) مصرف کلینیکی صبر زرد به منظور درمان التهاب پوست ناشی از اشعه ایکس آغاز شد.

ترکیبات مهم

گیاه، حاوی مشتقات هیدروکسی آنتراسن از جمله آلونین های A₂ و B₂ به میزان ۴۰-۲۵ درصد کل ترکیبات و مشتقات کروموم از جمله آلونته رزین B، A₂ و C است.

ترکیبات مهم دیگر آلونته شامل قندها از جمله: گلوکز، مانوز و سلولز، آنزیم ها از جمله: اکسیداز، آمیلاز و کاتالاز، همچنین ویتامین هایی نظیر: E، C، B₆، B₂، B₁ و اسید فولیک و مواد معدنی مانند: کلسیم، سدیم، منیزیم، روی، مس و کروم می باشند. ژل Aloe حاوی گلیکوپروتئین است که از تورم و درد جلوگیری و روند بهبود را تسریع می کند و همچنین حاوی پلی ساکارید است که رشد و ترمیم پوست را تحریک می کند. " آنتراکوئین " موجود در شیرۀ Aloe به عنوان مسهل مؤثر عمل می کند. این مواد شیمیایی در مقادیر کم، می توانند از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری کنند.

از ژل Aloe برای درمان زخم های درونی و بیرونی نیز می تواند استفاده کرد. این ماده روند درمان بسیاری از جراحات پوستی از جمله زخمها، سوختگیها و یخ زدگی را تسریع می کند. شیرۀ این گیاه مسهل مفیدی است، اما چون می تواند سبب گرفتگی دردناک عضلات شود، غالباً استفاده نمیشود. با میزان مصرف کمتر، شیرۀ Aloe می تواند از سنگ کلیه پیشگیری یا اندازه سنگ را کوچکتر کند. این ماده به عنوان تسهیل کننده دفع مدفوع به ویژه در افرادی که مبتلا به وبواسیر هستند ماده مفیدی است.

عصارۀ Aloe شکل ژل این گیاه است که مصارف داخلی دارد و چون دارای خواص ضد میکروبی است، از آن برای درمان عفونتهای میکروبی مجاری معده ای-روده ای نیز می توان استفاده کرد. چون این ماده اسیدهای معده را که سبب تشدید زخمها میشود کاهش می دهد برای درمان زخمهای معده نیز مؤثر است.

تحقیقات اخیر نشان داده که " مانوز استیله " به عنوان یک ترکیب ضد ویروسی، دارای خواص درمانی ضد ویروس ایدز است. مانوز استیله خود ویروس را مورد حمله قرار می دهد اما مهمتر اینکه، میزان تأثیر AZT را (یک داروی مؤثر در درمان عفونت ویروس HIV) تا حد زیادی بالا میربرد. اگر این ترکیب دارویی با Aloe مصرف شود، میزان AZT مورد استفاده برای HIV را می توان تا ۹۰٪ تقلیل داد که این امر از هزینه ها و عوارض جانبی AZT تا حد زیادی خواهد کاست.

اشکال موجود

ژل Aloe به شکل تازه که از گیاه Aloe گرفته شده باشد بهترین ماده است، اما این ماده به صورت تجاری در شکل ژله ثابت شده نیز موجود است. پودر شیرۀ Aloe نیز به شکل کپسولهای ۵۰۰ میلی گرمی به عنوان داروی مسهل موجود است. عصاره Aloe در واقع شکل مایع ژل است.

ترکیبات شیمیایی:

صبر زرد موادی نظیر آلوئین فامودین، آنترا کیون، ایزوباربالوئین و مقدری در حدود ۱۲ درصد صمغ می باشد. خواص دارویی:

صبر زرد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است شیرابه آن به مصرف طبی می رسد.

(۱) تقویت کننده بدن است

(۲) یبوست را برطرف می کند و روده ها را تمیز می کند

(۳) برای معالجه آسم مفید است

(۴) سوء هاضمه را برطرف می کند

(۵) در معالجه صرع مفید است

(۶) اثر ضد کرم دارد

(۷) خون را تصفیه می کند

(۸) برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید

(۹) آگزما را درمان می کند

(۱۰) برای معالجه اسهال خونی مفید است

(۱۱) برای رفع ریزش مو، شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید

(۱۲) گرفتگی کبدی را برطرف می کند

(۱۳) برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید

(۱۴) صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است برگها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید

(۱۵) مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند اما باید توجه داشته باشید که این گیاه بسیار تلخ میباشد.

(۱۶) برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید

نحوه مصرف

بهترین نوع ژل Aloe شکلی است که تازه از گیاه گرفته شده باشد. بسیاری از افراد این گیاه را برای درمان سوختگیها و بریدگیهای جزئی در آشپزخانه خود نگه می دارند. این گیاه برای درمان کهیر و پیچک سمی نیز می تواند مؤثر واقع شود. به منظور استفاده از ژل Aloe، برگ آنرا به صورت طولی برش دهید و ژل داخل آنرا خارج سازید. سپس آنرا به صورت آزاد روی قسمت آسیب دیده بمالید.

شیره Aloe از قدیم به عنوان مسهل مورد استفاده بوده است، اما در ایالات متحده مصرف چندانی ندارد. چون این ماده سبب بروز گرفتگیهای دردناک عضلات می گردد، لذا ابتدا مصرف سایر مسهل های گیاهی نظیر "کاسکارا و فلوس" توصیه میشود.

برای درمان سنگهای کلیه و به عنوان مسهل شیره Aloe خشک را که در اندازه های ۰/۵ تا ۰/۲ گرم قابل دسترسی است، مصرف کنید. برای درمان HIV، روزانه به میزان ۸۰۰ الی ۱۶۰۰ میلی گرم مانوز استیله مصرف کنید. این میزان از ماده مزبور، برابر با نیم تا یک لیتر آب Aloe است، هر چند میزان مانوز استیله می تواند در فرآورده های مختلف متفاوت باشد.

نکات احتیاطی

ژل Aloe برای استعمال خارجی ماده بی خطری است، اما در موارد نادری سبب واکنش آلرژیک میشود. اگر پوست شما تحریک

می شود مصرف آنرا ادامه ندهید.

ژل Aloe برای درمان زخمهای عمیق مؤثر نیست. شیرۀ آن می تواند سبب گرفتگی یا اسهال روده ای شدید گردد، زنان باردار یا شیرده نباید این ماده را مصرف کنند زیرا ممکن است سبب انقباضهای رحمی گردیده و سقط جنین را تحریک کند. مصرف مسهل Aloe برای درمان بیماریهای معده ای- روده ای، انسداد روده ای، آپاندیسیت یا درد معده مبهم تجویز میشود. این ماده ممکن است سبب تشدید اولسرها، بواسیر، دیورتیکولوز، التهاب دیورتیکول، کولیت یا سندرم روده تحریک پذیر (IBS) گردد. مصرف طولانی مدت این ماده سبب وابستگی به آن میشود یا تعادل الکترولیتی را مختل می سازد. این ماده ممکن است سبب تغییر رنگ ادرار به رنگ قرمز بی ضرر گردد. کودکان زیر ۱۲ سال نباید گیاه Aloe مصرف کنند.

محصولات مختلف آلوئه که به بازار ارائه شده‌اند شامل:

۱- ژل آلوئه: محصول طبیعی (بدون تغییر غلظت ژل) از برگ‌هاست.

۲- کنسانتره آلوئه: ژل آلوئه است که آب آن را خارج کرده‌اند.

۳- عصاره آلوئه: حاوی دست کم ۵۰ درصد ژل آلوئه است.

۴- لاتکس آلوئه: مایع تلخ زرد رنگی که از پوست لوله‌ای پرسیکل به دست می آید و حاوی آلوتین است.

- در نقاط مختلف جهان از گونه‌های دیگر صبر زرد مانند AB و AC استفاده‌های مشابهی با گونه Aloe Vera به عمل می آید. این گیاهان نیز با نام عمومی «Aloe» مشهور می‌باشند.

مضرات:

صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمناً زنان شیرده نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر وارد بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند. این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.

منابع:

خواص گیاه دارویی صبر زرد <http://www.sabziran.ir>

صبر زرد <http://www.parsiteb.com>

خواص گیاهان دارویی www.irteb.com

صبر زرد آلوئه ورا <http://www.money58.netfirms.com>

هویج و خواص دارویی آن (Carrot)

هویج گیاهی است دو ساله از خانواده چتریان. دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود. قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است.

در سال اول تولید ریشه ضخیم و قابل استفاده غذایی کرده و در سال دوم از وسط برگهای آن که به شکل روزت و از روی طوقه ریشه می‌رویند شاخه گل دهنده ظاهر می‌شود. این شاخه تا ارتفاع ۶۰ تا ۹۰ سانتیمتر رشد می‌کند و پس از تلقیح که بوسیله حشرات انجام می‌گیرد تولید بذر می‌کند.

موطن اصلی هویج در اروپا و شمال آفریقا و آسیا می‌باشد و پاره‌ای از انواع آن در آمریکای شمالی و جنوبی یافت می‌شود.

گل‌های این گیاه معمولاً کامل هستند. یعنی در یک گل اندامهای نر و ماده هر دو موجود است ولی نژادهای نر عقیم که دانه‌گرده آنها قادر به تلقیح تخمک نیستند نیز مشاهده می‌شود. این نژادها از نظر تهیه بذر و اصلاح آن بسیار ارزنده می‌باشند.

هویج مانند اغلب سبزیهای ریشه‌ای طلب خاک عمیق و نرم لیمونی می‌باشد و از نظر تجارتنی هویج را بیشتر در خاکهای لیمونی سبک و یا خاکهای هوموسی سبک می‌کارند. زیرا در این قبیل خاکها مقدار محصول زیاد و شکل ریشه که عامل مهم مرغوبیت آن می‌باشد صاف و منظم می‌شود. در صورتی که در زمینهای خیلی سنگین و یا در خاکهایی که دارای سنگهای درشت می‌باشند کاشته شود ریشه کج و اغلب دو یا چند شاخه می‌گردد.

برای رشد سریع هویج کود فراوان از جنس ازت، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاک باید دارای مقدار کافی مواد آلی یعنی هوموس باشد. وجود کود دامی یا کود سبز در زمینهای سنگین برای پوک کردن این نوع اراضی حتما لازم است. در صورتی که ۲۰ تا ۳۰ تن کود دامی برای اصلاح و تا اندازه‌ای تقویت زمین به محصول داده شود برای ایجاد تعادل بین ازت و فسفر و پتاس مورد نیاز هویج باید مقداری کود شیمیایی نیز به زمین داد.

در نواحی نسبتاً گرم که زمستان معتدل دارد مانند پاره‌ای از نقاط جنوب ایران ممکن است به کشت بذر هویج مبادرت کرد. ولی در این نواحی ریشه هویج کم رنگ و بنابراین نامرغوب می‌شود. این کم رنگ شدن ریشه هویج ممکن است علل مختلفی داشته باشد مانند کوتاهی روز در زمستان، کمی درجه حرارت، کمی شدت روشنایی و بالاخره رطوبت زیاد. ولی میزان گرمای هوا بیش از سایر عوامل در کم‌رنگی هویج موثر است.

ترکیبات شیمیایی :

% ?? آب ،

??/? مواد ازته ،

% ??/? چربی ،

% ?? مواد گلو سیدی ،

? حدود: %/? سلولز

? مقداری ماده رنگی کاروتن (ویتامین A) و دیاستازهای مختلف و ویتامین های A,B,C,D,E می باشد .

خواص دارویی :

در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را دارا می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملاً غلط است و بیماران قند می توانند به مقدار کم از این گیاه استفاده کنند .

هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد.

مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های مقاوم ، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی دارد

از هویج می توان در مورد زیر استفاده کرد

۱) برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید

۲) سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند : ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملاً هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید .

۳) تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر

نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور درد

۴) برگ هویج را با آب بجوشانید این جوشانده را غرغره کنید برای آبه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد

۵) هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید .

۶) آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود .

۷) اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

۸) اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

۹) هویج و بیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد

۱۰) خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است

۱۱) برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا درد

۱۲) خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند

۱۳) برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است

۱۴) در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است

حدود ۷۵۰ گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخار شود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید

۱۵) هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند .

۱۶) برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بآن اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود .

برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود .

۱۷) آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند

۱۸) اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید

۱۹) خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آب هویج پاک کنند

۲۰) دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد می کند

طرز استفاده :

هویج را نباید هیچگاه پوست کند زیرا مواد مغذی و ویتامین های خود را از دست می دهد بلکه باید آنرا با برس شست و مصرف کرد.

? مضرات :

البته با تمام خواص زیادی که هویج دارد مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهاییکه هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم آنها زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود برمی گرد

در صورتی که به رشته کشاورزی مخصوصا پرورش هویج علاقمند هستید ، جهت افزایش اطلاعات به ادامه این مطلب توجه نمایید :

گل‌های هویج

گل‌های این گیاه معمولا کامل هستند. یعنی در یک گل اندامهای نر و ماده هر دو موجود است ولی نژادهای نر عقیم که دانه گرده آنها قادر به تلقیح تخمک نیستند نیز مشاهده می شود. این نژادها از نظر تهیه بذر و اصلاح آن بسیار ارزنده می باشند.

خاک مطلوب هویج

هویج مانند اغلب سبزیهای ریشه‌ای طلب خاک عمیق و نرم لیمونی می باشد و از نظر تجارتنی هویج را بیشتر در خاکهای لیمونی سبک و یا خاکهای هوموسی سبک می کارند. زیرا در این قبیل خاکها مقدار محصول زیاد و شکل ریشه که عامل مهم مرغوبیت آن می باشد صاف و منظم می شود. در صورتی که در زمینهای خیلی سنگین و یا در خاکهایی که دارای سنگهای درشت می باشند کاشته شود ریشه کج و اغلب دو یا چند شاخه می گردد.

کود مورد استفاده در هویج

برای رشد سریع هویج کود فراوان از جنس ازت ، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاک باید دارای مقدار کافی مواد آلی یعنی هوموس باشد. وجود کود دامی یا کود سبز در زمینهای سنگین برای پوک کردن این نوع اراضی حتما لازم است. در صورتی که ۲۰ تا ۳۰ تن کود دامی برای اصلاح و تا اندازه‌ای تقویت زمین به محصول داده شود برای ایجاد تعادل بین ازت و فسفر و پتاس مورد نیاز هویج باید مقداری کود شیمیایی نیز به زمین داد.

تاثیر محیط در رشد و رنگ ریشه هویج

در نواحی نسبتا گرم که زمستان معتدل دارد مانند پاره‌ای از نقاط جنوب ایران ممکن است به کشت بذر هویج مبادرت کرد. ولی در این نواحی ریشه هویج کم رنگ و بنابراین نامرغوب می شود. این کم رنگ شدن ریشه هویج ممکن است علل مختلفی داشته باشد مانند کوتاهی روز در زمستان ، کمی درجه حرارت ، کمی شدت روشنایی و بالاخره رطوبت زیاد. ولی میزان گرمای هوا بیش از سایر عوامل در کم رنگی هویج موثر است.

کاشت هویج

بذر هویج را مانند بذر سایر سبزیهای ریشه‌ای در محل اصلی می کارند. موقع کاشت بذر در نقاط سرد سیر که دارای زمستانهای سخت است در فصل بهار پس از برطرف شدن خطر یخبندان می باشد و در نواحی گرم معتدل که خطر یخبندان وجود ندارد بذر این گیاه را می توان در پاییز و یا زمستان کاشت. برای بدست آوردن هویج تازه و لطیف باید بذر آن را به تدریج کاشت و آخرین کاشت باید از بذر انواع زودرس و اقل ۲ ماه قبل از رسیدن سرمای شدید و یخبندان انجام می گیرد. بذر هویج را بطور خطی می کارند. فاصله خطوط از ۴۰ تا ۴۵ سانتیمتر نسبت به آب و هوا و نوع خاک تغییر می کند.

برداشت محصول هویج

تقریبا در تمام فصول سال هویج در بازار یافت می شود ولی هویجهایی که در اواخر بهار و اوایل تابستان به فروش می رسند محصول انواع زود رس هستند و هویجهایی که در پاییز و زمستان به بازار عرضه می شوند از انواع هویج دیر رس به عمل آمده‌اند. هویج

پاییزه یا آخر فصل را بوسیله گاو آهن از زمین می‌کنند.

انبار کردن هویج

انبار کردن هویج کاملاً شبیه نگاهداری چغندر در فصل زمستان می‌باشد باید دارای حرارت و رطوبت باشد. میزان رطوبت نسبی انبار بین ۹۳ و ۹۸ درصد باشد. ماندن هویج برای مدت طولانی در انبار باعث کم شدن مقدار قند آن می‌شود و از حیث مرغوبی لطمه می‌بیند.

منابع :

خواص داروئی هویج <http://aftab.ir>

هویج <http://www.parsiteb.com>

هویج و خواص دارویی آن (Carrot) <http://forum.shadism.com>

هویج <http://daneshnameh.roshd.ir>

هویج Carrot نام علمی <http://www.money۵۸.netfirms.com> Daucus carota

سیب بهشتی

سیب (دقیقاً "یک میوه شفتدار) میوه درختی از طبقه Malus است که عضوی از خانواده گل سرخیان بوده (روزاسیا) و در طول تاریخ کشت می‌شده است. بیشتر گروه سیبها به گونه M. domestica یا پیوندیهای آن تعلق دارند. اجداد وحشی سیبها احتمالاً "درختی به نام Malus sieversii (که فاقد اسم همگانی است) بود که هنوز هم در قزاقستان یافت می‌شود. محققان در حال مطالعه روی M. sieversii که در برابر بسیاری از بیماریها و آفات مقاوم است می‌باشند تا بتوانند یک سیب مقاوم تر در برابر سرما بوجود آورند.

تاریخچه

در کلیه مناطق آب و هوایی خنک، سیب غذای بسیار مهمی بوده است. نسبت به سایر میوه‌های درختی (احتمالاً "بجز مرکبات) سیب را می‌توان برای ماهها انبار نمود درحالیکه همچنان ارزش غذایی خود را حفظ می‌کند. سیبهای زمستانی که در اواخر پاییز چیده شده و در دمای بالای انجماد در سردخانه یا اتاق سیب نگهداری می‌کنند از سال ۱۸۰۰ غذای مهمی در اروپا و آمریکا به شمار می‌رفته است.

گونه های سیب

بیش از ۷۵۰۰ گونه سیب شناسایی شده است. این گونه‌ها در نقاط فراشمالگانی، نیمه حاره و معتدل وجود دارند. چون درختان سیب به شرایط خنک کننده (chilling requirement) نیاز دارند در آب و هوای استوایی گل نمی‌دهند.

در بین رایج ترین گونه های تجاری سیب می‌توان به این موارد اشاره کرد Braeburn (نیوزیلند)، سیب نارنجی COX «بریتانیا- گونه قدیمی که امروزه محبوبیت گذشته را ندارد)، فوجی (آسیا، استرالیا)، گالا- (نیوزیلند)، سیب طلائی (آمریکا، اروپا)، گرانی اسمیت (استرالیا و کالیفرنیا)، جونا گلد (آمریکا)، جونتان (آمریکا)، مکین تاش (کانادا)، سیب قرمز (آمریکا) و نوعی سیب زمستانی (آمریکا). تمامی این سیبها بجز نوع آخر شیرین و رنگین هستند. گرانی اسمیت ترش است و بعضی از مردم آنرا بصورت تازه می‌خورند در ضمن برای آشپزی هم مطلوب هستند. پوست آن سبز روشن خالدار است. این گونه سیب برای رشد کامل نیازمند آب و هوایی گرم بوده و فصل رشد طولانی مدتی دارد اگرچه میوه های نامرغوب تر در مناطق نامناسب رویش می‌کنند. [تصویر معروفی از سیب گرانی اسمیت بر روی آرم Apple Records وجود دارد) یک شرکت سازنده ترانه که

آهنگهای گروه Beatles را منتشر می کند .

طعم سیبها

مزه سیبها برای اشخاص متفاوت است و در طول زمان تغییر می کند. مثلا "شهر واشنگتن (آمریکا) به کشت سیب قرمز شهرت داشت اما در سالهای اخیر کشت گونه های دیگر نیز محبوبیت یافته است ؛ بعضی از مردم آمریکا سیب قرمز را بعنوان سیبی نا مرغوب با طعمی بسیار ملایم و ساختاری نرم به حساب می آورند. این افراد به سیبهای ترد مثل فوجی و گالا تمایل یافته اند. معمولا "سیبهای جدید شیرین تر از انواع قدیمی هستند. بیشتر سیبهای آمریکای شمالی و اروپا طعمی شیرین و ملس دارند اما سیبهای ترش طرفداران بسیار اندکی دارند. سیبهای خیلی شیرین با طعم کم ترش در آسیا محبوبیت دارند. تمامی گونه سیبهای جدید نرم ولی ترد هستند. سایر موارد مورد نیاز در پرورش سیب عبارت است از پوست رنگین ، عدم وجود رنگ قهوه ای ، راحتی حمل و نقل ، امکان انبار ، محصول فراوان ، مقاومت در برابر بیماریها، نمونه شکل سیب قرمز واشنگتن ، ساقه بلند (تا آفت کشها امکان نفوذ به تمامی قسمتهای میوه را داشته باشند) و طعمی قابل قبول برای میانگین افراد. گونه های قدیمی اغلب ترش ، دارای شکلهای نابهنجار و قهوه ای هستند و دارای رنگ و ساختار گوناگون می باشند. امروزه تعداد بسیار کمی از گونه های قدیمی در سطح کلان تولید می شود اما بسیاری از این گونه ها توسط باغداران خانگی و کشاورزانی که مستقیما "محصولشان را در بازارهای محلی عرضه می کنند به عمل می آیند. بسیاری از گونه های خارق العاده و از نظر بومی مهم ، با طعم و ظاهر منحصر به فردشان برای کشف وجود دارند ؛ مبارزاتی برای حفظ سیب در سراسر جهان آغاز شده تا از انقراض چنین میراث بومی جلوگیری شود. گونه هایی از سیب را بخصوص برای تولید آب سیب کشت می کنند . سیبهای آب گیری قطعا "برای خوردن بسیار ترش و زننده هستند اما با آنها یک نوشیدنی خوش طعمی تولید می شود که با سیبهای خوراکی معمولی نمی توان تهیه نمود.

ترکیبات شیمیایی:

سیب دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بی مناسب نیست که یک ضرب المثل انگلیسی می گوید که خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد دکتر بی نیاز می کند.

موادی که در یک سیب متوسط وجود دارد بشرح زیر است :

انرژی : ۲۵۸ کالری

پروتئین : ۱/۲ گرم

چربی : ۱/۶ گرم

مواد نشاسته ای : ۵۹/۶ گرم

کلسیم : ۲۴ میلی گرم

فسفر : ۱۰ میلی گرم

آهن : ۱/۲ میلی گرم

ویتامین آ : ۳۶۰ واحد

ویتامین ب ۱ : ۰/۱۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ : ۰/۰۸ میلی گرم

ویتامین ب ۳ : ۰/۱ میلی گرم

ویتامین ث : ۱۸ میلی گرم

ناگفته نماند که ویتامین های وجود در سیب بیشتر در پوست سیب وزیر پوست آن قرار درد بنابراین آنهایی که می توانند پوست

سیب را هضم کنند بهتر است که آنرا با پوست میل کنید و اگر می‌خواهید پوست آنرا بکنید بهتر است که سیب را خیلی نازک پوست کنید
خواص دارویی:

- ۱) سیب یک میوه قلیایی است و تمیز کننده بدن است و بعلت درآ بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می‌سازد
 - ۲) سیب را می‌توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد. بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود. سیب را می‌توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما از ظرف لعابی یا تفلان استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین‌های آن حفظ می‌شود.
 - ۳) شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می‌باشد. برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید.
 - ۴) سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می‌کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند.
 - ۵) خوردن سیب یبوست را برطرف می‌کند و برای خستگی مفرط مفید است
 - ۶) دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه می‌باشد.
 - ۷) نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرماخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است.
 - ۸) سیب مقوی کبد و اشتها آور است.
 - ۹) سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را درد
 - ۱۰) سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است.
 - ۱۱) سیب حرارت را از بدن خارج می‌سازد.
 - ۱۲) سیب را رنده کنید و در دستمال بیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می‌کند.
 - ۱۳) خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمی‌برد.
 - ۱۴) کسانی که می‌خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند.
 - ۱۵) دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است
 - ۱۶) سیب داروی خوبی برای درمان زخم‌ها می‌باشد
 - ۱۷) سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می‌باشد
 - ۱۸) آب سیب را حتی می‌توان برای تنقیه استفاده کرد. این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است.
 - ۱۹) پوست سیب را مانند چائی دم کنید و بیاشامید این اچئی بهترین دوست کلیه است.
 - ۲۰) آب سیب را با ابمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فوراً آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم‌های خود را از دست می‌دهد.
 - ۲۱) آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی درد بخصوص برای از بین بردن چین و چروک پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید.
- استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب را بپزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید.

پرورش سیب

سیبها مانند بیشتر گیاهان چند ساله معمولا "بصورت لقاح غیر جنسی و از طریق پیوند تکثیر می‌شوند. سیبهای بذری گاهی اوقات

بطور اساسی با درخت مادرتفاوت دارند. بیشتر گونه های جدید سیب بصورت سرچشمه بذری دارند که یا شانس رشد کرده اند و یا از طریق باروری عمدی گونه های پرآتیه پرورش یافته اند. اصطلاحات بذری، دانه سیب و تخم که در نان گونه سیب وجود دارد بیانگر منشاء بذری سیب می باشد. همچنین سیبها می توانند جوانه هایی غیرعادی بوجود آورند (جهشهایی بر روی یک شاخه مجزا). بعضی از جوانه های غیرعادی منجر به نسلهایی بهتر از گونه های مادریشان می شوند. بعضی از آنها به قدری از درخت مادر متفاوت می شوند که دیگر گونه هایی جدید به حساب می آیند.

بعضی از پرورش دهندگان سیبهای معمولی را با سیبچه یا سیبهای غیر عادی مقاوم در برابر سرما پیوند می زنند تا گونه های مقاوم تری بوجود آورند. مثلا "از دهه ۴۰ مرکز آزمایشات Excelsior در دانشگاه مینه سوتا و ویسکانسین پیشرفت دائمی را در سیبهای مقاوم مهم که هم از نظر تجاری و هم باغداری خانگی رشد گسترده ای دارند در سراسر مینه سوتا و ویسکانسین ایجاد کرده اند. مهمترین ابداع آنها شامل Haralson فراوان ترین سیب کشت شده در مینه سوتا، Wealthy،Honeygold و Honeycrisp می باشد. شیرینی و ساختار Honeycrisp به قدری مورد علاقه مصرف کنندگان است که باغداران مینه سوتا درختان پا گرفته و پربار خود را قطع می کنند تا برای این نوع سیب انبار احداث کنند - عملی که تاکنون انجام نشده بود.

شروع به احداث باغ

باغهای سیب را با کاشت درختان دو یا سه ساله احداث می کنند. این درختان کوچک معمولا "از گلخانه که در آنجا درختان را با روش پیوند جوانه تولید می کنند تهیه می شود. ابتدا با استفاده از کشت بافت یا خوابانیدن شاخه یک گیاه پیوندی بصورت بذری یا کلون شده بعمل می آورند که برای رشد آن، یک سال وقت لازم است. سپس بخش کوچکی از شاخه یک درخت بالغ (قلمه) از گونه مورد نظررا تهیه می کنند. ساقه بالایی و شاخه های گیاه پیوندی را بریده و به جای آن قلمه را قرار می دهند. دیر یا زود این دو قسمت با هم رشد کرده و درخت سالمی را بوجود می آورند.

گیاهان پیوندی دراندازه نهایی درخت تاثیر دارند. در حالیکه بسیاری برای پرورش دهندگان، دارای گیاهان پیوندی زیادی هستند، این گیاهان پیوندی به صاحبان خانه فروخته می شود که فقط به داشتن چند درخت از یک یا دو گونه مختلف تمایل دارند: گیاه پیوندی بذری معمولی که یک درخت کامل بوجود می آورد یا گیاه پیوندی نیمه کوتاه که درخت تاحدی کوچکتر به بار می آورد. گیاهان پیوندی کوتاه عموما "در برابر آسیبهای ناشی از سرما و باد آسیب پذیرتر هستند. درختان کوتاه کامل اغلب بوسیله پایه و داربست تثبیت شده و در باغهای چگالی بالا کاشته می شوند این باغات برای کشت آسانتر بوده و و حاصلخیزی هر واحد از زمین را تا حد زیادی افزایش می دهد.

بعضی از درختان از طریق پیوند "بین ساقه ای" بین گیاه پیوندی راست ساقه و درخت که نتیجه رشد هر دو پیوند است بوجود می آیند.

پس از کاشت درخت کوچک درباغ، باید قبل از کسب توانایی تحمل مقدار زیادی غذا ۳ تا ۵ سال (نیمه کوتاه) یا ۴ تا ۱۰ سال (درختان معمولی) بزرگتر شوند. در طول این مدت پرورش مناسب شاخه های بزرگ و چیدن جوانه هایی که رشد نا درست دارند از اهمیت زیادی برخوردار می باشد همچنین ساخت داربستی مناسب که در آینده سنگینی بار میوه را تحمل کند.

موقعیت

درختان سیب نسبتا "به شرایط خاک بی تفاوت هستند و در دامنه گسترده ای از مقادیر PH و سطوح حاصلخیزی رشد می کنند. آنها حتما "باید در مقابل باد مراقبت شده و نباید در مناطق پست که در معرض آخرین سرماهای بهاری می باشند کاشته شوند. برای این درختان زهکشی مناسب ضروری بوده و خاکهای سنگین یا زمین مسطح باید به گونه ای محکم شود تا از عدم قرار گرفتن سیستم ریشه ها در خاک اشباع شده با آب مطمئن شویم.

گرده افشانی

درختان سیب با خود آمیزش پذیر نیستند و نیاز به گرده افشانی بصورت دگرگشتی دارند. مدیریت گرده افشانی بخش مهمی از پرورش درخت سیب محسوب می شود. قبل از کاشت درخت مرتب کردن تولید کنندگان گرده بسیار مهم است (گونه های سیب یا سیبچه که تامین کننده گرده هایی فراوان، رستنی و آمیزش پذیر هستند). ممکن است باغهای میوه دارای ردیفهای یک در میان گونه های گشتی پذیر یا درختان سیبچه متناوب و یا شاخه های پیوند خورده سیبچه باشند. بعضی گونه ها گرده های بسیار معدود یا گرده های نابارور تولید می کنند بنابراین گرده افشانان خوبی به حساب نمی آیند. پرورشگاههای گل و گیاه خوب دارای لیست گشتی پذیری گرده افشانان هستند.

گاهی اوقات پرورش دهندگانی که دارای باغستانهای قدیمی با یک گونه درخت هستند برای گرده افشانی، دسته هایی از گلهای سیبچه را درون بشکه یا سطلهایی فراهم می کنند. پرورش دهندگان خانگی که دارای یک درخت بوده و فاقد گونه های دیگر در همسایگی اشان هستند نیز می توانند از این روش البته در مقیاس کوچک تر استفاده کنند.

پرورش دهندگان درخت هر سال هنگام گل دادن معمولاً "از گرده افشانهایی را برای جابجایی گرده تهیه می کنند. عموماً از کندو زنبور عسل استفاده می شود و انجام این کار توسط زنبوردارانی صورت می گیرد که در ازاء مزد به تهیه کندو مبادرت می ورزند. در باغات تجاری از زنبورهای کارگر باغی نیز بعنوان گرده افشانهای مکمل استفاده می شود. چون آنها نیش نمی زنند احتمالاً "پرورش دهندگان خانگی در مناطق حومه از این زنبورها استفاده می کنند. بعضی زنبورهای وحشی مثل زنبورهای درودگر و زنبورهای تک زی دیگر ممکن است به این امر کمک کنند. بعضی مواقع ملکه های زنبورهای درشت در باغات حضور دارند اما معمولاً "تعدادشان به قدری نیست تا گرده افشانهای با اهمیتی به حساب آیند.

گرده افشانی ناکافی علائمی بسیار کم داشته و برای سیبها ناگوار است و موجب کندی رسیده شدن میوه می گردد. برای ارزیابی گرده افشانی باید دانه ها را شمرد. سیبهایی که به خوبی گرده افشانی شده اند دارای ۷ تا ۱۰ دانه با بهترین کیفیت می باشند. سیبهایی که کمتر از ۳ دانه دارند معمولاً "نمی رسند و در اوایل تابستان از روی درخت خواهند افتاد. گرده افشانی نامناسب یا نتیجه کمبود گرده افشانها و یا کمبود گرده تولید شده و یا به سبب شرایط آب و هوایی نامناسب برای گرده افشانی در زمان گلدهی می باشد.

سرما هنگام گل دهی

یک مشکل کلی، سرمای دیر هنگام است که موجب نابودی ساختار خارجی ظریف گل می شود. بهتر است برای فیلتر سازی هوا درختان در زمینهای شیبدار کاشته شوند اما شیب نباید رو به جنوب باشد (در نیمکره شمالی) چون این کار موجب گل دادن زودرس درخت و در نتیجه افزایش آسیب آن در برابر سرما خواهد شد. اگر سرما زیاد جدی نباشد می توان صبح قبل از تابش خورشید روی شکوفه ها روی درخت آب پاشید با این کار امکان نجات شکوفه ها وجود دارد. آسیبهای ناشی از سرما را می توان ۲۴ ساعت پس از سرما تخمین زد. اگر مادگی گیاه به سمت عقب برگشته بود نشان دهنده از بین رفتن گل و عدم تولید میوه خواهد بود.

وجود منبع آب در نزدیکی محل پرورش سیب موجب تاخیر گرمای بهار می شود که نتیجه این مزیت به تاخیر افتادن شکوفایی تا زمان به حد اقل رسیدن احتمال سرما می گردد. مناطقی از آمریکا مثل ساحل شرقی دریاچه میشیگان، ساحل جنوبی دریاچه انتاریو و اطراف برخی دریاچه های کوچکتر که این تاثیر خنک کنندگی آب به همراه خاک مناسب و خوب زهکشی شده وجود دارد پرورش سیب را در این نواحی ممکن ساخته است.

پرورش دهندگان خانگی سیب احتمالاً امکان استفاده از منبع آب را ندارند اما آنها می توانند از شیبهای رو به شمال یا سایر

ویژگی‌های جغرافیایی برای تاخیراندازی شکوفایی در بهار استفاده کنند. درختان سیب (یا هر میوه دیگر) که در آمریکا در شیبهای رو به جنوب کاشته شوند خیلی زود شکوفه داده و در برابر سرمای بهار بسیار آسیب پذیر خواهند بود. کاستن از بار درخت

درختان سیب هر دو سال مستعد باردهی است. اگر میوه را در مواقعی که درخت محصول زیادی دارد، بار آن را کم نکنند موجب کاهش گل دهی در سال بعد خواهد شد. کم کردن از بار درخت حتی خارج از زمان آن، به برداشت محصول قابل توجه در هر سال کمک می کند.

آفات

درختان سیب در مقابل تعداد از بیماریهای قارچی و باکتریایی و آفات حشره ای آسیب پذیر هستند. تقریباً در تمامی باغات میوه برنامه های فعال سمپاشی برای حفظ کیفیت خوب میوه ها، سلامتی درخت و محصول زیاد انجام می شود. یکی از جریانات در حال انجام در مدیریت باغها، استفاده از IPM یا کنترل یکپارچه آفات است که سمپاشیهای غیر ضروری را هنگام عدو وجود آفت یا (محتمل تر) هنگام کنترل طبیعی آنها کاهش می دهد.

سمپاشی برای آفات حشره ای نباید زمان شکوفه دهی انجام شود چون این امر موجب مرگ گرده افشانها می شود. و نیز در باغاتی که در آنها از آفت کشها استفاده می شود نباید اجازه رشد گیاهانی که مورد توجه زنبورها هستند داده شود. شبدر سفید هلندی یکی از انواع فراوان علفها هستند که بسیاری از زنبورها در زمان تماس با گلهای آن در سطح باغات مسموم می شوند.

از بین بیشترین بیماریهای خطرناک می توان به **fireblight** (بیماری باکتریایی) و دو بیماری قارچی به نامهای **black spot** و خال زدگی سیب (**cedar-apple rust**) اشاره کرد.

plum curlico جدی ترین آفت حشره ای محسوب می شود. سایر این آفات عبارتند از: کرم حشره و کرم سیب.

پرورش سیب بدون استفاده از مواد شیمیایی بسیار دشوار است اگرچه در تعداد معدودی باغ با استفاده از گونه های مقاوم در برابر بیماری و کنترلهای پرورشی بسیار خوب این کار بصورت تجاری موفق، انجام شده است. آخرین ابزار در پرورش طبیعی، اسپری کردن لایه نازکی از خاک معدنی کائولین است که موجب تشکیل مانعی طبیعی در مقابل بعضی آفات شده و مانع آفتاب سوختی سیب می گردد.

برداشت

بیشتر درختان بالغ هر سال معمولاً ۱۰-۵ بوشل (۲۰۰-۱۰۰ کیلوگرم) محصول سیب دارند. سیبها را با استفاده از نردبانهای سه شاخه که بگونه ای طراحی شده اند تا بین شاخه ها ثابت شوند، برداشت می کنند. گونه های کمی که چیده نمی شوند ضمن رشد بسیار زیاد محصول فراوانی می دهند که تقریباً برداشت آن ممکن نیست. درختان کوتاه هر سال تقریباً ۵-۳ بوشل (۱۰۰-۵۰ کیلوگرم) محصول ببار می آورند.

گونه های مختلف براساس محصولشان و اندازه نهایی درخت متفاوتند حتی اگر پیوند یکسانی داشته باشند.

منابع:

سیب «درخت» <http://daneshnameh.roshd.ir>

سیب <http://www.money۵۸.netfirms.com>

سیب حرارت بدن را کاهش می دهد <http://www.niksalehi.com>

سیب <http://www.iranmania.com>

چغندر گیاهی است، دارای برگ‌های پهن و درشت و گلوله مانند. این سبزی به دو رنگ دیده شده: سفید و قرمز مایل به بنفش. ریشه چغندر، پیازی است. رنگ ریشه چغندر ممکن است زرد، سرخ و سفید باشد. ریشه چغندر به صورت خام قابل استفاده و مصرف است و اغلب آن را پخته مصرف می‌کنند که همه به نام لبو آن را می‌شناسند. ریشه کلفت چغندر، مواد غذایی و به خصوص ساکاروز (شکر) را در خود ذخیره می‌کند. برگ‌های چغندر هنگام روز در مقابل نور آفتاب، ساکاروز می‌سازند و شب‌ها آن را به ریشه‌ها می‌دهند. مقدار ساکارز در هر منطقه متفاوت است. برای اولین بار، چغندر در مدیترانه و جنوب غربی آسیا دیده شد. چغندر به عنوان غذا از ۲۰۰۰ سال قبل شناخته شده بود. رومی‌ها و یونانی‌ها از این سبزی به عنوان غذا استفاده می‌کردند. یونانی‌ها برای خنک شدن خونسشان، چغندر مصرف می‌کردند. چغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص درمانی آن آشنا بوده و از آن استفاده می‌کرده‌اند. چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می‌شود. چغندر دو نوع می‌باشد یک نوع آن چغندر معمولی است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن می‌باشد که بمقدار بسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن شکت می‌شود.

چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می‌شود. چغندر پیر معمولاً گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می‌آید.

خواص دارویی چغندر:

- خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می‌کند و بسیار آرام بخش است.
- لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می‌کند. فسفر دارد، پس برای مغز و اعصاب مفید است.
- برای استحکام استخوان‌ها مفید است.
- لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است. از این رو آب لبو برای التهاب مثانه، رفع یبوست و بیماری‌های پوست مفید است.
- لبو ویتامین‌های A، B و C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.
- مصرف چغندر لکه‌های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پیسی می‌شود را از بین می‌برد. از این رو امام محمد باقر (ع) فرمودند: قوم بنی اسرائیل از لکه‌های سفیدی که در بدن خود مشاهده می‌کردند، به حضرت موسی شکایت نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا یابند.
- حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری دارد که از آن جمله:
- برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی‌شود.
- برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می‌بخشد.
- جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی‌اکسیدان دارد).
- شستشوی سر با جوشانده‌ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می‌برد و ضد شپش است.
- قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده‌ی برگ چغندر موجب برطرف شدن عارضه می‌شود.
- جوشانده‌ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش، ضد ورم، ضد ریزش مو، ضد کک و مک و

سوختگی با آفتاب است.

ترکیبات شیمیایی:

چغندر بسیار مغذی است و سرشار از مواد معدنی و ویتامین‌ها است.

در زیر مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است.

انرژی: ۳۳ کالری

پروتئین: ۱.۲ گرم

چربی: ۰.۰۶ گرم

هیدروکربن: ۷.۲ گرم

کلسیم: ۱۱.۱ میلی گرم

فسفر: ۲۰ میلی گرم

آهن: ۰.۸ میلی گرم

ویتامین آ: ۵۰۰۰ واحد

ویتامین ب ۱: ۰.۰۱۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲: ۰.۰۲۵ میلی گرم

ویتامین ب ۳: ۰.۳۳ میلی گرم

ویتامین ث: ۱۷.۶۲ میلی گرم

خصات گیاه شناسی

گیاهان خانواده **Chenopodiaceae** عمدتاً علفی و یکساله‌اند ولی در میان آنها انواع چند ساله، درختچه‌ای و بندرت درختی هم مشاهده می‌شود. بسیاری از اعضای این خانواده، دارای ساقه‌های گوشتی و آبدار، شبیه کاکتوسها هستند. تعداد معدودی از گیاهان این خانواده، بالا رونده‌اند. برگهای گیاهان خانواده چغندر، اغلب ساده و در بسیاری از آنها بسیار ریز و فلس مانند و یا تحلیل رفته هستند. اکثر اعضای این خانواده، تک پایه و برخی از آنها دو پایه (گیاه نر و ماده جدا از هم) می‌باشند. گل آذین، گرزهای مجتمع و کوچک و گاه سنبله دم گربه‌ای است که در مسیر تکامل در این خانواده، تغییر از گل آذین گرز دو سویه به گرز یک سویه و سپس به گل آذینهای کروی و فشرده مشاهده می‌شود.

گلها دو جنسی و یا تک جنسی و دارای ۵ کاسبرگ معمولاً گوشتی و فاقد گلبرگ هستند. گلهای برهنه (فاقد گلبرگ و کاسبرگ) نیز در این گیاهان دیده می‌شود. گلها عمدتاً ۵ پرچم دارند که گاه به ۲ یا ۳ پرچم کاهش یافته است. مادگی معمولاً ۵ برچه‌ای و گاه ۳-۲ برچه‌ای و تخمدان در همه اعضای خانواده، تک خانه‌ای و فوقانی و دارای یک تخمک است. میوه در گیاهان خانواده **Chenopodiaceae** معمولاً فندقه است و اغلب باله‌های رنگینی دارند که از رشد کاسبرگها بوجود آمده‌اند. دانه‌ها دارای نشاسته، دو لپه‌ای و دارای رویان خمیده‌اند و رویش دانه‌ها به صورت رو زمینی است. (لپه‌ها همراه با ساقه‌چه از خاک بیرون می‌آیند).

فیزیولوژی و آناتومی

گیاهان خانواده **Chenopodiaceae**، برخلاف سایر گیاهان، برای رشد و ادامه حیات خود به سدیم نیاز دارند. این گیاهان با انباشته کردن یونهای سدیم و برخی از یونهای نمکی دیگر از جمله یون کلرید در بافتهای خود، فشار اسمزی درونی خود را بالا می‌برند و بدین ترتیب می‌توانند علیرغم بالا بودن فشار اسمزی محیطشان (به دلیل شوری و کم آبی)، آب را جذب می‌کنند و در

سلولهای خود ذخیره نمایند. برخی از گیاهان این خانواده، از جمله **Atriplex**، دارای کرکهای ترش‌نمک روی برگ‌های خود هستند که محل ذخیره نمکهای اضافی گیاه‌اند.

روی سطح برگهای **Atriplex**، این حبابهای نمک پس از پر شدن از نمک می‌ترکند و لایه‌ای نقره‌ای رنگ را روی برگ ایجاد می‌کنند که باعث منعکس شدن نور تابیده شده به برگ می‌شود. این مساله علاوه بر این که باعث جلوگیری از بالا رفتن حرارت گیاه می‌شود از جذب پرتو فرابنفش و اثرات زیانبار آن نیز جلوگیری می‌کند. چون اکثر گیاهان این خانواده در شوره‌زارها و شن‌زارها می‌رویند، بسیاری از آنها دارای ساقه‌هایی آبدار و متورم، برای ذخیره آب، و برگهایی بسیار کوچک، برای جلوگیری از تبخیر زیاد آب، می‌باشند.

اعضای خانواده **Chenopodiaceae** برای دستیابی به آب در اعماق زیاد زمین، معمولاً-ریشه‌هایی گسترده و عمیق دارند و برخی از آنها دارای چترهایی کم ارتفاع و بسیار انبوه هستند که این امر علاوه بر جلوگیری از تبخیر آب، باعث مقاومت در مقابل بادهای شدید، که از خصوصیات مناطق کویری است، می‌شود. تقریباً تمام گیاهان خانواده چغندر، پاییزه‌اند. این گیاهان در اواخر بهار جوانه می‌زنند و در پاییز میوه می‌دهند که این، سازشی برای زیستن در شرایط خشکی و شوری است و باعث می‌شود که میوه‌ها در فصل پاییز که زمان بارندگی است برسند تا دانه‌ها امکان بقای بیشتری یابند. گیاهان این خانواده حتی در مناطقی که باران سالیانه در آنها کمتر از ۱۰ میلی‌متر است نیز می‌توانند به حیات و رویش خود ادامه دهند.

اهمیت اقتصادی و بوم‌شناسی

گیاهان خانواده چغندر یا **Chenopodiaceae** بخصوص در شن‌زارها، چه در ایران و چه در سایر نقاط جهان از اهمیت اکولوژیکی بسیار بالایی برخوردارند. در مناطق بیابانی و شن‌زارها به دلیل سیلابی شدن نزولات جوی، وزش بادهای شدید، و کمبود وجود باکتریها، گیاهان و سایر موجودات زنده، خاک همواره در معرض فرسایش و نابودی قرار دارند. در این خاکها مهمترین عاملی که می‌تواند از فرسایش خاک جلوگیری کرده، ذرات خاک را در جای خود تثبیت کند، وجود گیاهان خانواده **Chenopodiaceae** در این مناطق است. این گیاهان با داشتن ریشه‌های بسیار عمیق و گسترده، و چترهای انبوه و کم ارتفاع، مانع از روان شدن شنها و فرسایش خاک می‌شوند.

جنس **Haloxylon** یا تاغ که گونه‌های مختلفی از آن، از جمله **Haloxylon Persicum** (سفید تاغ) در ایران وجود دارند، مهمترین گیاه تثبیت کننده شنهای روان است. کاشتن این گیاه در مناطق کویری، علاوه بر آنکه در ایجاد فضای سبز اهمیت فراوان دارد، مانع گسترش بیابانها و روان شدن شنها که خسارات فراوانی را بیار می‌آورد، می‌شود و در حفظ اکوسیستم و ادامه حیات گونه‌های مختلف، اهمیت بسزایی دارد. گیاه سگ لیس (**Halocnemum Strobilaceum**) که یکی از مهم ترین هالوفیت‌های ایران است و پراکندگی وسیعی در بسیاری از نقاط کشور دارد، نیز یکی دیگر از اعضای خانواده **Chenopodiaceae** است.

از دیگر اعضای مهم این خانواده که در اکوسیستمهای شور و شنی ایران می‌رویند می‌توان به این جنس اشاره نمود: **Atriplex** (بوته شور)، **Haloxylon Salicornia** (از جمله گونه **Suaeda** (سودا)، **Anabasis** (رمسی)، **Seidlitzia** (از جمله گونه **Seidlitzia rosmarinus** یا اشنان)، **Kochia** (جارو گیاهی)، **Halanthium**، **Halostachys**، **Bienertia**. این گیاهان حتی در کویر مرکزی ایران نیز که نیز آن بارندگی سالیانه در آن بسیار کم است (کمتر از ۱۰ میلی‌متر) مشاهده می‌شوند. تعدادی از اعضای خانواده **Chenopodiaceae** نیز دارای اهمیت تغذیه‌ای برای انسان هستند که از جمله آنها می‌توان به **Beta Vulgaris** (چغندر قند) **Spinacia oleracea** (اسفناج) و **Chenopodium** (سلمه تره) اشاره کرد.

بعضی دیگر از اعضای این خانواده از جمله **Kachia Scoparia** نیز برای تامین سوخت بکار می‌روند. همچنین، از برخی از اعضای گیاهان این خانواده از جمله **Atriplex**، **Salicornia** در کشاورزی با آب شور استفاده می‌شوند. تهیه آلکالوئیدهای

مختلف، بتالائینها و سایر ترکیبات شیمیایی، از دیگر مصارف اقتصادی گیاهان خانواده چغندر است. خانواده **Cheropodiaceae** دارای ۱۴ طایفه است که ۸ تا از آنها تک جنسی (دارای فقط یک جنس) و برخی از آنها (از جمله **Atriplex**) دارای گونه‌های بسیار زیاد و متنوعی هستند.

خواص دارویی:

برگ چغندر خواص درمانی بسیاری دارد:

۱- بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود

۲- تقویت کننده کلیه است

۳- درمان کننده التهاب مجاری ادرار است

۴- بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود.

چغندر مخلوط با آب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست.

شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است.

شیره ی چغندر سیستم گردش خون را بهبود می بخشد و به عملکرد سیستم ایمنی کمک می کند.

از جمله خواص دیگر شیره ی چغندر:

* کمک به جذب آهن و تولید گلبول های قرمز خون (برای زنانی که از کم خونی رنج می برند مفید است)

* کمک به حفظ سلامت سلول ها

* کمک به حفظ سلامت کل بدن با کمک آنتی اکسیدان های موجود در آن

* کمک به جذب بهتر بسیاری از مواد مغذی

* کمک به حفظ سلامت کبد (۱) (پاک کننده ی عالی صفر است)

* افزایش باروری

خواص دارویی چغندر:

خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می کند و بسیار آرام بخش است.

لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می کند. فسفر دارد، پس برای مغز و اعصاب مفید است.

برای استحکام استخوان ها مفید است.

لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است. از این رو آب لبو برای التهاب

مثانه، رفع یبوست و بیماری های پوست مفید است.

لبو ویتامین های A، B، C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.

مصرف چغندر لکه های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پسی می شود را از بین می برد. از این رو امام

محمد باقر (ع) فرمودند: قوم بنی اسرائیل از لکه های سفیدی که در بدن خود مشاهده می کردند، به حضرت موسی شکایت

نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با

چغندر بخورند تا شفا یابند.

حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری زیادی دارد که از آن جمله؛

برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی شود.

برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می بخشد.

جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی اکسیدان دارد).

شستشوی سر با جوشانده ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می برد و ضد شپش است.

قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده ی برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه می شود.

جوشانده ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ریزش مو ، ضد کک و مک و سوختگی با آفتاب است.

طرز استفاده:

برای درست کردن شربت چغندر با آب میوه گیری آب سه تا چهار چغندر خام را بگیرید و آنرا با یک لیوان آب معدنی گاز در مخلوط کنید این شربت بسیار خوشمزه و انرژی زا است .

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

خواص غذایی چغندر KEPUNZEL.COM

چغندر <http://www.iranmania.com>

چغندر <http://daneshnameh.roshd.ir>

چغندر «داروئی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

چغندر <http://www.parsiteb.com>

چغندر <http://www.money5۸.netfirms.com> BEETS

خواص و فواید عناب

مشخصات تیره عناب Rhamnaceae

گیاهان تیره عناب به صورت درخت یا درختچه های غالباً خاردار و به ندرت علفی می باشند . در بین آنها انواعی با ساقه بالا رونده نیز یافت میشود . مجموعاً شامل ۵۰ جنس و ۶۰۰ گونه اند که بیشتر در اروپا و نواحی استوایی می رویند . از اختصاصات آنها این است که برگهای ساده ، غالباً متناوب و گلهای منظم ، نرماده یا بر دو نوع نر و ماده ، پلی گام – دوپایه و یا یک پایه دارند ، کاسه گل آنها مرکب از ۴ تقسیم (زود افت) و جام گل آنها شامل ۴ یا ۵ گلبرگ (به ندرت فاقد گلبرگ) است . پرچم های آنها معمولاً به تعداد قطعات جام گل و تخمدان آنها آزاد یا کم و بیش متصل به کاسه گل و غالباً دارای سه خانه می باشد ، میوه آنها به صورت مختلف خشک شکوفا یا ناشکوفا و یا گوشت دار و به صورت شفت و محتوی یک یا چند دانه است . عده زیادی از گیاهان به علت دارا بودن گلوکوزید های آنتراکینونیک ، دارای مصارف دارویی مهم هستند . غالباً آنها دارای دستگاه ترشحی مواد موسیلاژ و صمغ می باشند که از سلولهای منفرد و عریض یا مجتمع و فراهم و یا کیسه های ترشحی تشکیل می یابند این سلولها و کیسه ها در پوست و مغز ساقه ، در پارانثیم دسته های آوندی اطراف رگبرگ ها و دمبرگ و همچنین در برون بر میوه ها دیده می شوند . پوست عده زیادی از گیاهان این تیره **Ramnus** ها ، شامل ترکیبات گلوکوزیدی در همی است که قابلیت تولید امودین **(Emodol (Emodine** را داشته است و اثر مسهلی آنها مربوط به وجود این مواد می باشد. به علاوه گلوکوزید مولد مواد رنگی نیز در آنها محقق گردیده است . از این نظر باید گفت که در این گیاهان ، ماده قابل هیدرولیز و مولد گلوکوزیدهای آنتراکینونیک به نام رامنائیکوزید **rhamnarticoside** و همچنین یک ماده گلوکوزیدی دیگری با ترکیب شیمیایی در هم به نام رامنائیکوزید

rhamninoside که مولد ماده رنگی است یافت می‌گردد. نمونه‌های دارویی متعددی در این تیره وجود دارند که عده‌ای از آنها در نواحی مختلف کشورمان می‌رویند. ارزش دارویی انواع مهم آنها به علت دارا بودن گلوکوزیدهای آنتراکینونیک **anthraquinone** است که اثر مسهلی و یاملین دارند. در بین آنها نمونه‌هایی با میوه خوراکی مانند درخت عناب **Zizyphus jujube** و یا انواع دارویی مانند **Zizyphus spina-christi** و یا انواع زینتی زیبا نیز یافت می‌شود.

عناب

به فارسی عناب و در کتب مختلف فارسی و طب سنتی با نام‌های عناب، تبرخون، شیلانه، سیلانه، شیلانک و در گیلان (اون ناف دار)، آلمه آعاجی، عناب آعاجی، سیب کوهی، سنجد جیلان شناخته می‌شود.

به فرانسوی میوه آن را **Jujube** و درخت آن را **Jujubier** و به انگلیسی **Jujube tree** و **chinese date** گویند.

گیاهی است از خانواده **Rhamnaceae**

نام علمی آن **Zizyphus jujube mill**

مترادف آن **Zizyphus vulgaris lam** و **Rhamnus zizyphus l** و **Zizyphus sativa Gaert** می‌باشد.

گونه **Z.vulgaris lam** درای دو وارته می‌باشد یکی **Z.vulgaris lam V.inermis Bge** و دیگری **Z.vulgaris lam.var**

(۸). **spinosus Bge** (۹)

مشخصات گیاه شناسی:

عناب درختی است کوتاه، بلندی آن ۲ تا ۸ متر که گاهی تا ۱۲ متر هم می‌رسد و بسیار مقاوم به خشکی می‌باشد. وارته‌ای از آن تیغ دار و وارته‌ای از آن بدون تیغ می‌باشد. برگ‌های آن زیبا، کوچک، بی‌کرک، شفاف متناوب و واقع در دو طرف شاخه‌ها، دندانه دار، شامل سه رگبرگ طوری است در دو طرف هر دمبرگ در روی هر ساقه، زایده‌هایی به شکل خارهای محکم و تیزی می‌روید، سپس چوبی شده و به طور دائمی در روی شاخه‌ها باقی می‌ماند. گل‌های کوچک با دمگل کوتاه به رنگ سبز مایل به زرد و مجتمع به صورت دسته‌هایی کوچک در کنار برگ‌ها دارد، دارای ۵ گلبرگ ریز، جدا و ۵ پرچم و مادگی دو برچه‌ای است.

میوه‌اش که عناب نامیده می‌شود به صورت شفت به رنگ مایل به قرمز، شفاف (پس از رسیدن) به بزرگی یک زیتون و خوراکی است بوی آن ضعیف و طعمش لعابی و کمی شیرین و مطبوع است. میوه وارته وحشی و تیغ دار آن خیلی ترش و قابض است و میوه بی تیغ اهلی آن کمی قایض و ترش است ولی از هر دو نوع در موارد مشابه دارویی استفاده می‌شود. حدود ۴۰ نوع از جنس **Zizyphus** وجود دارد که همگی دیپلوئید بوده و دارای ۲۴ کروموزوم می‌باشند.

پوست تنه درخت عناب ناصاف، چوب آن محکم و به رنگ قهوه‌ای است. شاخه‌های جوان آن در ابتدا سبز تیره هستند و بعد به رنگ قرمز تیره تبدیل می‌شوند. هسته میوه عناب سخت و استخوانی می‌باشد. به میوه خشک عناب، خرما چینی (**chinese date**) نیز می‌گویند. تنه درخت جوان سرخ مایل به زرد می‌باشد، در بهار و تابستان با رنگ برگ‌ها که سبز روشن است به ویژه هنگامی که میوه‌اش می‌رسد چشم انداز بسیار زیبایی دارد.

ترکیب شیمیایی عناب

عناب دارای لعاب فراوان و حدود ۵٪ مواد پروتئینی و ۴٪ مواد قندی و مقدار زیادی ویتامین C و املاح می‌باشد در هسته عناب آلکالوئید وجود ندارد. روغن آن دارای اولئیک اسید و لینولئیک اسید، پالمیتیک اسید و فیتوسترول است.

در گزارش دیگری آمده است که در هر ۱۰۰ گرم قسمت قابل خوردن خام میوه عناب در حدود ۶۹ میلی‌گرم ویتامین C وجود دارد. عصاره آبی چوب آن دارای یک ماده متبلور به نام اسید زیزیفیک (**ac. Zizyphiqe**) و یک تانن بنام اسید

زیزیفوتانیک (*ac.zizyphotanniquir*) است. این تانن در میوه عناب نیز مشخص شده است. عناب دارای مقدار زیادی موسیلاژ، اسید مالیک و اسید سیتریک می باشد.

خواص دارویی عناب

عناب به عنوان یک گیاه دارویی و با خواص غذایی بالا به صورت تازه و خشک مصرف می شود. شی جگن دانشمند چینی در قرن شانزده میلادی در کتاب داروهای گیاهی ذکر نموده که عناب در ۲۰۰۰ سال قبل مصرف دارویی داشته و در کشورهای شرق آسیا از میوه، بذر، برگ، پوست و ریشه آن برای معالجه بیماری‌ها از جمله کاهش تب استفاده می شده است.

در هند: از میوه عناب به عنوان داروی لعاب دار و نرم کننده سینه و خون ریزی استفاده می شود و برای تصفیه خون و کمک به هاضمه تجویز می شود. جوشانده ریشه درخت عناب را برای کاهش تب به کار می برند و گرد ریشه خشک آن را روی زخم‌ها و جراحات‌های کهنه می ریزند، التیام بخش است. پوست درخت عناب دارویی برای قطع اسهال است. در کره: از هسته آن به عنوان خواب آور و مخدر استفاده می شود.

در چین: از میوه عناب و مغز هسته آن استفاده دارویی می شود و نیز از برگ، پوست، چوب و ریشه آن نیز در مواردی استفاده می شود. در این کشور عناب به عنوان ضد سم در موارد مسمومیت‌های حاصله در اثر اکونیت و ژانسیانا (هر دو از گیاهان خیلی سمی هستند) به کار می رود.

عناب اثر و طعم داروهای محرک را کاهش می دهد. با این توضیح هر وقت از نظر دارویی لازم باشد که از گیاه اکونیت و ژانسیانا خورد بهتر است که توام با عناب خورده شود زیرا اثر سمی و تحریکی آنها را حتی در حد مجاز مقدار مصرف می کاهش و باعث می شود که آثار مفید دو داروی فوق بدون خطر در بدن منعکس شود.

عناب به عنوان داروی آرام کننده اعصاب و مقوی عمومی، مقوی معده آرام بخش، ملین، ضد سرفه و مدر به کار می رود. بی خوابی را از بین می برد و خواب آور است. عرق شبانه را قطع می کند و برای ضعف عمومی و به طور کلی احساس خستگی و ضعف شدید بسیار نافع است. از برگ، ریشه و پوست درخت عناب برای قطع بعضی از انواع تب، تسریع رشد موی سر و تهیه مایع شستشوی چشم استفاده می شود. عناب خون را تصفیه می کند و مولد خون صالح است یعنی از داروهای خون ساز می باشد. التهاب، تشنگی، حدت خون، درد کلیه، کبد و مثانه را تسکین می دهد. مالیدن آن به تنهایی یا با هسته آن التهاب و ورم گرم چشم را تسکین می دهد. آشامیدن آب خیس کرده آن یا دم کرده آن مخلوط با عرق کاسنی یا سکنجین برای تسکین حدت صفرا و خون مفید است. مقدار خوراک میوه عناب تا پنجاه عدد است.

جوشانده مخلوط عناب، انجیر، خرما و کشمش به عنوان داروی مفید برای درمان بیماری‌های سینه، در طب عوام استفاده به عمل می آید. مصرف عناب هیچ گونه تحریکی در دستگاه هضم ایجاد نمی کند از این جهت برای اشخاصی که دستگاه هضم حساس دارند مناسب است. عناب نارس و سبز بی مزه و گس و لعاب دار است و قابل خوردن نمی باشد زیرا سنگین و خیلی دیر هضم است به همین علت خیلی سفارش شده که قبل از رسیدن مصرف نشود. علاوه بر خاصیت خنکی ماده ای در عناب است که خلط آور بوده و برای درمان سرفه از قدیم مصرف می شده است. در مداوای بیماری سینه کبد، مثانه، و رفع التهاب نافع است. جوشانده عناب بلغم را دفع می کند و برای سینه درد و سوزش گلو مفید است. گرفتگی صدا را از بین می برد، خون را صاف می کند و برای شش‌ها و کمر درد مفید است. اگر زیاد بخورند دیر هضم است و مصلح آن مویز و شکر است. ۱۰ تا ۱۵ دانه عناب خشک یا تازه برای خوراک در چند روز مداوا کافی است. برای درمان کلسترول خون، کوبیده عناب خشک که یک شب در آب سرد خیس بخورد و صبح ناشتا آن را بخورند برای شستشوی کلیه مفید است. برگ درخت عناب خاصیت شویندگی دارد اگر کمی برگ تازه در کف دست‌ها له شود با آب تولید کف می کند و به جای صابون می توان از آن استفاده کرد. عناب را با هسته می

سایند ، گرد به دست آمده زخم روده را مداوا می کند . از محل شکستگی شاخه درخت عناب یا ترک هایی که به علتی روی تنه پیدا می شود شیره درخت به صورت صمغ ترشح می شود این صمغ همراه با کمی سرکه برای تقویت عمومی بدن مفید است . چوب درخت عناب دارای تانن فراوان است و اثر قابض دارد و در مداوای اسهال مفید است .

- عناب به دلیل داشتن لعاب فراوان نرم کننده سینه است .

- ملین است اگر آن را با آب و شیر بجوشانیم بهتر است .

- ادرار را زیاد می کند .

- عناب آرام کننده عصاب است .

- خون را تمیز می کند .

- ضد سرفه است .

- جوشانده پوست درخت عناب داروی ضد اسهال است .

- آسم و تنگی نفس را برطرف می کند .

- رشد موی سر را زیاد می کند .

- برای برطرف شدن ورم چشم ، عناب را به چشم بمالید .

- حافظه را تقویت می کند .

- هرگاه که احساس غمگینی کرده و گریه می کنید یک فنجان دم کرده عناب لبخند را به لبهای شما می آورد .

- برای درمان سرطان آب عناب را با کاهو بخورید .

- و بالاخره جوشانده برگ عناب را برای رفع گلو درد و خونریزی لثه ها غرغره می کنند و اگر آن را به صورت موضعی بمالید درد مفاصل را برطرف می کند .

شربت عناب:

عناب رسیده به صورت تازه و خشک قابل مصرف است . از آن شربت عناب نیز می سازند که در پزشکی استفاده می شود . ۸۰۰ گرم عناب خشک را در ۴ لیتر آب می جوشانند تا بپزد سپس عناب ها را له می کنند مایع به دست آمده صاف کرده و ۳ کیلو شکر در آن می ریزد و دوباره کمی می جوشانند ، شربت عناب به دست می آید . هنگام نیاز نیم استکان از این شربت را در یک لیوان آب خنک حل می کنند و می آشامند تمام خواص دارویی عناب در این شربت موجود می باشد .

تهیه جوشانده عناب :

ده دانه میوه خشک شده را می شکنند و همراه با یک قاشق سوپ خوری تخم گشنیز می جوشانند ، سپس دم می کنند پس از ساعتی آن را صاف می کنند به مایع به دست آمده که به اندازه یک لیوان معمولی بیشتر نیست کمی شکر قرمز می افزایند . شربت خوش طعم و مطبوع حاصل می شود که تب بر می باشد ، رفع عطش می کند و ناراحتی های صفراوی را برطرف می کند . میزان مصرف آن سه بار در یک هفته کافی است و معمولاً آن را ناشتا یا (بین دو غذا) عصر می آشامند .

جوشانده و شربت عناب برای کسانی که از غذاهایی چون سیر ، پیاز ، خرما ، سرخ کردنی ها ، غذاهای پر روغن و ادویه دار بیشتر استفاده کرده باشند داروی طبیعی ، خوب و موثری است در گذشته به دلیل نبودن داروهای آرام بخش تفاله های جوشانده عناب را خشک می کرده اند و همراه با کوکنار (گرز خشخاش) و کمی تفاله چای خشک شده به جای تنباکو در غلیان دود می کردند و برای تسکین دندان درد از آن استفاده می کردند .

از جوشانده قسمت چوبی ریشه برای رفع احساس سیری مفرط و کمک به هاضمه می خورند و اگر با گوشت بپزند و با سوپ یا

آش آن را بخورند برای افزایش شیر و قطع خروج اخلاط خونی توام با سرفه از ریه نافع است .

جوشانده شاخ و برگ عناب خارش و جوشهای روی پوست بدن را رفع می کند . کمی شاخه جوان همراه با برگ تازه یا خشک را بجوشانند و آب آن را بتدریج بنوشند ، خارش بدن برطرف خواهد شد ولی خاصیت جنبی دارد و حس چشایی را از بین می برد ، پرز های چشایی را از کار می اندازد و تشخیص مزه ها غیر ممکن می شود ولی موقتی است و به تدریج به حال اول بر می گردد .

جوشانده عناب :

عناب ۱۴ دانه ، جو پوست گرفته ۵/۲ گرم ، آب به مقدار کافی .

عناب را خرد کرده و با جو مخلوط نمایند و بجوشانند تا شکفته شود مقدار آب باید آنقدر باشد که پس از جوشیدن ۱۵۰۰ گرم جوشانده به دست آید و میگذارند ته نشین شود و صاف روی آن را با انحراف ظرف برمی دارند و در تب های شدید یک فنجان بنوشند .

جوشانده نوع دیگری از عناب :

عناب ۱۵ دانه ، سپستان ۱۵ دانه ، تخم ختمی ۴ گرم ، گل بنفشه ۷ گرم ، گل نیلوفر ۳ تا ۵ عدد ، پرسیاوشان ۵ گرم ، رازیانه نیم کوفته ۳ گرم و به دانه ۵/۲ گرم .

این داروها را شب در آب خیسانده و صبح جوشانیده بگذارند تا خنک شود و پس از صاف کردن نیم گرم با اضافه کردن قدری شکر سرخ به تدریج بنوشند برای تسکین سرفه و نرم کردن سینه و اخلاط خیلی نافع است .

خیس کرده عناب :

عناب ۲۰ دانه، مویز دانه گرفته ۳۰ دانه، سه پستان ۳۰ دانه و سر شاخه گل دار بنفشه ۷ گرم .

اجزای فوق را شب در نیم لیتر آب خیسانده و صبح پس از صاف کردن ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین را به آن اضافه کرده خوب حل می کنند و پس از صاف کردن با قدری گلاب و عرق بید مشک مخلوط کرده میل می کنند .

روایات در مورد خواص عناب :

امام علی (ع) فرمودند: عناب تب را از بین می برد

امام صادق (ع) فرمودند: برتری عناب بر سایر میوه ها مثل برتری ما بر سایر مردم است .

مسیح دانشمند عرب : نشان داد که عناب بیماری آسم را درمان کرده و کمی حافظه را بهبود می بخشد .

عناب در طب سنتی :

عناب تازه از نظر طبیعت طبق رای حکمای طب سنتی معتدل در حرارت و برودت و مایل به رطوبت و طبق نظر شیخ الرئیس بوعلی سینا کمی سرد است و از نظر خشکی در رطوبت معتدل است . در مورد خواص آن معتقدند که عناب از عوامل ملین و نرم کننده

سینه است و یکی از ۴ میوه سینه ای می باشد (عناب ، انجیر ، مویز ، خرما)

مضرات عناب:

مضرات عناب این است که در معده های سرد ایجاد نفخ می کند و برای اصلاح آن باید شکر و مویز خورد به علاوه ترشح اسپرم را کاهش می دهد و نیروی جنسی را کم می کند برای پرهیز از این عوارض باید عناب را مخلوط با داروهای محرک نظیر غسل خورد . اگر برگ عناب در دهان جویده شود تا چند دقیقه موجب بی حسی ذائقه می شود و طعم درک نمی شود.

گونه های مختلف Zizyphus

۱- Zizyphus jujube

عناب معمولی که درخت آن آسیا و آفریقا کشت می شود . بلندیش میانه است و برای تهیه میوه آن را کشت می کنند.

۲- *Z.lotus* این درخت در آفریقا می‌روید و کمی کوچکتر از درخت عناب معمولی است .

۳- *Z.mistol* درختی است که در آرژانتین دیده می‌شود.

۴- *Z.joazeiro* درخت عناب بومی سرزمین برزیل است .

۵- *Z.sativa* درخت عنابی است که تا ۸ متر بلندی دارد بیشتر برای تولید چوب پرورش داده می‌شود . میوه اش استفاده های غذایی و دارویی دارد . هسته میوه سخت و مانند هسته زیتون است از میوه آن مربا و کمپوت می‌سازند که همان خواص شربت و جوشانده آن را داراست .

۶- *Z.calophylla* موطن این درخت کشور مالزی است .

۷- *Z.spina – Christi* بیشتر در نواحی جنوبی ایران از ایران شهر تا خوزستان ، کرمان ، بندر عباس و خرم آباد می‌روید . میوه اش خوراکی ، به اندازه زالزالک ، نارنجی رنگ است و شیرین مزه می‌باشد . سر شوی صدر ساییده برگ آن می‌باشد و در جنوب ایران به درخت کنار موسوم است .

۸- *Z.cyaneus* دارای برگهای تیره و براق است گل‌های آن به رنگ آبی سیر ، سرخ یا سفید است و خوشه های یاس مانند دارد .

۹- *Z.island myrtle* گونه ای دیگر از عناب است که برگ‌هایش خاکستری سبز و بخش زیرین برگ مخملی سفید است . انواع دو رگه این گیاه که گاهی بسیار زیباست شناخته شده است .

۱۰- *Z.nummularia* که در فارسی به آن دره می‌گویند ، برای برگ‌های تخم مرغی و نوک تیز و میوه اش اشتها آور و مقوی معده است

شناسایی ارقام مختلف عناب :

در ارتباط با شناسایی ارقام مختلف عناب در داخل و خارج از کشور تحقیقات زیادی انجام نشده است و اغلب مقالات و کتب انتشار یافته در ارتباط با عناب در مورد خصوصیات گیاه شناختی و خواص دارویی و در مانی این گیاه می‌باشد .

(Bal ۱۹۹۲) طی ۱۰ سال مطالعه و بررسی در بخش باغبانی دانشگاه کشاورزی هند کلید شناسایی ارقام مختلف کنار موریتانی *Z.mauritiana* که از خانواده عناب است را تهیه کرده وی در میان ویژگی های رویشی ، شکل نوک برگ را قابل اطمینان ترین ویژگی برای طبقه بندی ارقام ذکر کرد . از میان ارقام مورد مطالعه وی ۲۴ رقم نیمه نوک تیز تا نوک تیز و ۱۸ رقم با نوک غیر تیز بودند . عادت شاخه دهی یکی دیگر از عوامل مناسب به شمار می‌رفت . ۲۱ رقم با شاخه دهی گسترده و ۲۱ رقم با شاخه دهی عمودی گروه بندی شده اند . پس از آن شکل برگ ، قاعده برگ ، رنگ برگ و طول دم برگ در درجه سوم اهمیت قرار داشت . میوه های ارقام مختلف از نظر شکل به ۴ گروه شامل : میوه با نوک کاملاً برجسته ، میوه با نوک تقریباً برجسته ، میوه با نوک گرد و میوه با نوک فرو رفته تقسیم شدند .

(Kumar ۱۹۹۵) : درمورد برگ ۴۲ رقم از گونه کنار موریتانی *Z.mauritiana* مطالعات آنزیمی انجام داده در این تحقیق مشخص شد که ۱۵ رقم در مورد پراکسیداز، ۱۸ رقم درمورد آمیلاز و ۱۸ رقم در مورد فسفاتاز ، فنوتیپ آنزیمی مشخص دارند . با کمک آزمایشهای آنزیمی مختلف تعداد ۴۰ رقم از ۴۲ رقم قابل شناسایی بودند.

ثابتی (۱۳۵۳) : خصوصیات گیاه شناختی و پراکنش عناب را در ایران بیان می‌کند . درخت عناب بومی نواحی مدیترانه و آسیای معتدله است در ایران در سواحل دریای خزر ، دامنه نیل کوه در مینو دشت ، کردستان ، سردشت ، لرستان ، بختیاری ، الموت به حالت خودرو می‌روید و در بعضی مناطق مانند همدان، مشهد، بابل و سایر نقاط کشت می‌شود .

زرگری (۱۳۷۱): در ضمن معرفی خصوصیات گیاه شناختی و مشخصات عناب ، ترکیبهای شیمیایی آنرا به شرح ذیل عنوان میدارد

عنب دارای لعاب فراوان و مواد قندی مختلف، ۷۲/۲ تا ۴۳/۶ درصد پروتئین، املاح عالی و ویتامین C است. میر حیدر (۱۳۷۵): اطلاعات جامعی از مشخصات گیاه شناختی، ترکیبهای شیمیایی، خواص دارویی و کاربرد درمانی عنب ارائه می نمایند.

امید بیگی (۱۳۷۶): به معرفی گیاهان تیره عنب می پردازد ماده موثر گیاهان دارویی متعلق به خانواده مذکور آنترآگلیکوزیدی می باشند و قند منوز در میوه های این گیاهان وجود دارد.

مناطق پراکنش:

درخت عنب بومی مناطق گرمسیر است. در شمال آفریقا، جنوب اروپا، نواحی مدیترانه ای و مناطق معتدل آسیا می روید. این گیاه بومی آسیای جنوبی، شرقی، میانه و قفقاز است که از چند هزار سال قبل در کشورهایمانند چین، هندوستان، افغانستان و پاکستان و ایران کشت می شده و بعد به کشورهای اطراف مدیترانه از جمله سوریه، ایتالیا، فرانسه، اسپانیا سپس به کشورهای شمال آفریقا منتقل شده است.

در سال ۱۸۷۳ میلادی از جنوب فرانسه به آمریکا منتقل شده و امروزه در ایالات مختلف آمریکا اغلب به صورت زینتی کشت می شود. عنب از گیاهان بومی فلات ایران است و به طور عمده در استان های خراسان، گلستان، مازندران، فارس، اصفهان، یزد، همدان، قزوین و قم وجود دارد. در سال ۱۳۷۴، مقدار ۱۴۰ تن از میوه عنب به خارج از کشور صادر شده است.

درخت عنب به حالت نیمه خودرو و پرورش یافته در نواحی شمالی ایران، گرگان، گیلان، خراسان، کاشمر، زیرک آباد، بلوچستان، بندر عباس و کرمان در ارتفاعات ۲۰۰۰ متری، شیراز و اطراف آن، سیستان و زابل می روید.

مشخصات مناطق پراکنش عنب در ایران:

۱- استان اصفهان: در اکثر نواحی این استان درخت عنب کم و بیش مشاهده شده عمده ترین آن در کوهپایه بین ناین و اصفهان به صورت باغهای میوه همراه با درخت عنب به تعداد زیاد یادر حاشیه اراضی زراعی وجود داشت، این باغها از نظر میوه دهی و تولید نهال محل درآمد باغداران می باشد. در روستای پوده از توابع شهر رضا در قسمت غربی استان اصفهان هم مقدار زیادی درخت عنب وجود داشت که از آنها مقدار زیادی میوه برداشت می شد. در روستای کچومثال از توابع اردستان در قسمت های شرقی استان نیز تعداد زیادی درخت عنب در حاشیه باغها، زمین های زراعی و کنار جاده و حیاط منازل مشاهده گردید ضمن اینکه تک درختان عنب در شهرها و روستاهای اصفهان از جمله شهر رضا، کاشان، نیاسر، اردستان، نظرن ناین در حیاط منازل و باغها وجود دارد.

۲- استان خراسان: بیشترین سطح زیر کشت عنب ایران در شهرستان بیرجند می باشد. اکثر باغهای عنب در حومه این شهر واقع شده است که از طرف شرق تا مرز افغانستان نیز ادامه دارد. در این منطقه باغهای یک دست عنب مشاهده می گردد که در آمد غالب روستاییان به عنب بستگی دارد. نمونه هایی از درخت عنب در دیگر مناطق استان خراسان از جمله مشهد، قائن، بجنورد مشاهده شده است همچنین در این استان روستای عنابستان در بخش خوشاب از توابع شهرستان سبزوار با ارتفاع ۱۴۰۰ متر از سطح دریا با آب و هوای معتدل و خشک قرار دارد.

۳- استان فارس: عمده ترین سطح زیر کشت عنب در استان فارس در منطقه ای موسوم به دوسیران در نزدیکی منطقه دست ارژن و کازرون با آب و هوایی نیمه خشک معتدل و کوهستانی می باشد. اراضی منطقه با دامنه های مرتفع با شیب تند و خاک کم عمق و سنگلاخی به صورت باغ میوه از جمله انجیر، گردو و انار می باشد. که مقدار زیادی از انواع میوه از این منطقه به داخل و خارج کشور صادر می گردد. پاجوش های عنب در میان باغ ها به وفور یافت می شود. در این منطقه قبل از باز شدن گلها و بعد از گل دهی هم زمان با آغاز تشکیل میوه سم پاشی انجام می گردد و بنابراین درختان عنب هم بازدهی خوبی دارند.

۴- استان قزوین: عمده ترین محل پراکنش عناب در این استان، ایستگاه تحقیقات دارویی الموت می باشد. پایه های عناب دور تا دور ایستگاه کاشته شده است. بعضی پایه ها از قم و بعضی از درختان مادری موجود در منطقه تهیه شده است. پایه های عناب به صورت درختچه های انبوه مشاهده می شود که تعداد فراوانی پاجوش دارند.

۵- استان قم: در اکثر مناطق این استان درخت عناب مشاهده می شود که عمده ترین آن در بخش جعفر آباد و روستاهای دولت آباد، کلاغ نشین و کمجان است، در این استان درختان عناب در اطراف مزارع و باغها به وفور یافت می شود.

گاهی به علت وجود پاجوشهایی که در داخل مزرعه در محل نامطلوب سربر می آورند با آنها مبارزه می شود. این درختان اغلب به دلیل قرار گرفتن در مرز باغها و مزارع تحت تیمار زراعی از جمله هرس و آبیاری نیستند با این حال مقدار زیادی میوه هرچند ریز تولید می نمایند علاوه بر این در بخش های قاهان، خلجستان و شهر قم درختان عناب به صورت تک درخت یا گروهی در داخل باغ، باغچه و حیاط منزل وجود دارد.

۶- استان گلستان: در مناطق مختلف این استان وجود عناب گزارش شده است در مراجعه و بازدیدها در حومه شهر کلاله توده وسیع عناب به صورت خودرو مشاهده گردید این توده از نظر وسعت پراکنش و خودرو بودن در ایران منحصر به فرد و در حال حاضر به عنوان تنها ذخیره گاه طبیعی عناب در ایران مطرح می باشد.

۷- استان لرستان: عمده ترین منطقه پراکنش این گونه در استان لرستان، منطقه بزئوید از توابع شهرستان الیگودرز می باشد که توده ای از عناب در آنجا وجود دارد و مقدار بسیار زیادی میوه از آن برداشت می شود. ضمن اینکه تک درختان عناب در حیاط منازل در شهرهای الیگودرز، ازنا، دورود و بروجرد وجود دارد که اغلب میوه خوبی تولید می نمایند.

۸- استان مازندران: شرایط اقلیمی و اکولوژی این استان برای توسعه عناب مناسب است و درختان بیش از ۳۰ تا ۴۰ ساله در مناطقی از استان مشاهده گردید عمده ترین مناطق پراکنش عناب در اطراف روستای مقام ساری است که در آن چندین درخت عناب بزرگ و مسن با ارتفاع بیش از ۸ متر و عمر بیش از ۱۰۰ سال وجود دارد این درختان میوه زیادی تولید می نمایند هرچند این میوه ها از نظر اندازه ریز می باشند توده دیگر عناب در منطقه جویبار واقع است که درختان حتی روی ماسه های کنار دریا استقرار دارند تک درختان عناب در نزدیکی بهشهر و ساری وجود دارند.

۹- استان مرکزی: تک درختان عناب کم و بیش در تمام قسمت های این استان از جمله شهرها و روستاهای دلجان، محلات، خمین، اراک، تفرش و ساوه پراکنده هستند پایه هایی از آن در باغها و حاشیه مزارع و یا منازل مسکونی مناطق مذکور مشاهده شد این درختان از نظر تولید پاجوش و میوه دهی شرایط متفاوتی داشتند.

۱۰- استان همدان: در این استان رویشگاه عناب وجود ندارد و منطقه دارستان شهرستان تویسرکان در یک باغ میوه پایه های عناب مشاهده شده البته این درختان از مناطق دیگر به کلکسیون گیاهان دارویی منتقل شده اند. در شهرها و روستاهای ملایر، نهاوند، تویسرکان و همدان تک درختان عناب در حیاط منازل وجود دارد که در ملایر میوه دهی بسیار خوبی دارند.

۱۱- استان یزد: در این استان تک درختان عناب در اکثر شهرها و روستاها از جمله یزد، مهریز، تفت، میبد، اردکان، درباغ های میوه و حیاط منازل وجود دارد که اغلب از دیگر مناطق منتقل شده است.

عملکرد عناب:

وسیعترین مساحت زیر کشت عناب در بیرجند می باشد که در سال ۱۳۶۷ حدود ۸۵ هکتار بوده است و در حال حاضر عملکرد عناب در حدود ۶۰۰۰ کیلو گرم در هکتار می باشد.

روشهای تکثیر گیاه عناب:

برای ازدیاد این گیاه ۴ راه وجود دارد

۱- جابجایی پاجوشها: معمولی ترین و سریع ترین راه تکثیر آن استفاده از پاجوش است که رشد سریع تری نیز خواهد داشت. با پاجوش را در اوایل یا در اواخر پاییز بر حسب اقلیم های مختلف می توان کاشت. علاوه بر پاجوش ها که از کنار درخت می روید درخت عناب در جستجوی آب شبکه وار ریشه های زیادی می دواند و از ریشه های سطحی جوانه هایی می روید و از زمین بیرون می آیند در سال اول به شکل ترکه ای راست و صاف خود نمایی می کند سال دوم در پایان فصل پاییز که درخت نمو نسبی کرده است با بریدن ریشه درخت مادر نهال را با ریشه از زمین بیرون می آورند و در جای دیگر در گودال هایی که قبلا آماده شده است می نشانند خاک محل کشت اگر هوموس دار باشد درخت رشد بیشتری خواهد کرد در هر سال، یک درخت بزرگ (درخت مادر) دهها پاجوش قابل جابجایی دارد.

۲- قلمه زدن:

از درخت عناب می توان در نیمه دوم اسفند ماه قلمه گرفت قلمه ها باید از شاخه های جوان یک ساله باشد. زمینی را که برای خزانه کاری بر می گزینند، شخم عمیق (۳۰ cm) را که به طور اریب بریده شده است در کنار پشته ها در زمین فرو می برند به طوری که فقط ۵ cm سر قلمه از لبه پشته بیرون و ۲۵ cm در خاک فرو رفته باشد. فاصله هر قلمه از یکدیگر ۵ cm خواهد بود. پس از کشت قلمه ها، جوی ها را پر از آب می کنند و زمین قلمه کاری شده باید همیشه مرطوب باشد و مرتب و جین نشود. در روش دیگر پس از بر گریزان پاییزی و آغاز فصل سرما، قلمه ها را آماده می کنند و در جعبه های به از خاک اره و یا پاکتهایی پلاستیکی که باریک و بلند است و برای همین منظور تهیه کرده اند، حلقه ها را در خاک اره می نشانند و در گلخانه یا جای گرم و مرطوبی می گذارند. قلمه ها تا وقتی جوانه نزده است، نیاز به آفتاب ندارد ولی به محض جوانه زدن باید در همان هوا در معرض نور خورشید قرار گیرد تا بتواند به رشد خود به طور طبیعی ادامه دهد.

قلمه ها در خاک اره مرطوب ریشه می دواند و نیز قلمه نهایی مستقل خواهد بود، جدا کردن قلمه ها در خاک اره کاری بسیار آسان است و ریشه ها سالم می مانند سپس از بر طرف شدن خطر سرما، یعنی حدود اردیبهشت ماه آنها را از گلخانه بیرون می آورند و به زمین محل کشت انتقال می دهند. قلمه زدن در پاییز یک سال نهال را جلو می اندازد و زودتر، درخت به بار خواهد نشست.

۳- خوابانیدن:

شاخه های دو سایه ای را که از بخش پایینی تنه درخت مادر رویده است، می توان خوابانید. این کار در فصل پاییز و اواخر زمستان انجام می شود. برای خوابانیدن شاخه در خاک به این ترتیب باید اقدام کرد:

آن بخش از شاخه که در زیر خاک قرار می گیرد و به وسیله کارد تیزی قبلا پوست نیمی از شاخه به درازای ۵ سانتی متر بریده و بر داشته می شود. سپس نزدیک شاخه را گود می کنند و آن را به آرامی می خوابانند و گود را پر از خاک می کنند. سر شاخه را که از خاک بیرون می ماند به یک تیم می بندند تا راست بایستد. از همان محلی که پوست برداری شده است در طول بهار و تابستان ریشه های نابجا می روید و اسفند سال بعد آن را از درخت مادر می برند و با ریشه به محل اصلی انتقال می دهند.

۴- کشت بذر عناب:

اگر به دلیل بررسی های ژنتیکی برای تعیین انواع جدید و نه به قصد تولید زراعی نظر به کاشت هسته میوه آن باشد بهتر است قشر سخت خارجی هسته را به طوری که آسیبی به مغز آن نرسد شکسته و مغز آن را بکارند معمولا تخم تخم دو سال بعد از کاشت جوانه می زند. برای کشت بذر عناب، دانه های عناب را گرد آوری کرده سیلو می کنند، سپس در بهار می کارند. هسته های عناب رسیده هر کدام می تواند نهالی تولید کند. روش کاشت بر این صورت است که در نیمه اسفند هسته ها را در طرفی پر از آب می ریزند و در جای گرمی می گذارند. پس از چند روز که خیس خورد آنها را در زمینی که بیشتر آماده شده است می کارند،

همه روزه روی آن را آب می پاشند . بذرها در نیمه دوم فروردین می رویند. نهالهای دو ساله را پس از برگ ریزان از خزانه به زمین اصلی منتقل می کنند. ولی بهترین راه زیاد کردن درخت عناب همان جابجایی پا جوشهای ریشه دار است زیرا مطمئن تر خواهد بود .

درخت عناب را معمولا پیوند نمی زنند زیرا نوع مرغوبتری ندارد ولی در صورت پیوند زدن زودتر به بار می نشیند.
فواصل کاشت

فاصله درخت عناب از یکدیگر بسته بر این که درخت به چه منظوری کاشته می شود فرق می کند ، اگر هدف به دست آوردن میوه باشد و باید نهالها ۴ تا ۵ متر از یکدیگر نشانده شوند، ولی اگر برای تهیه چوب مبادرت به درخت کار می کنند ، حدود نیم متر تا ۶۰ سانتی متر فاصله کفایت می کند.

چون رشد درخت عناب کند است در فواصل درخت عناب می توان درختان میوه سریع الرشد و با عمر کوتاه کاشت تا در چند سال اول که هنوز عناب به سن بهره برداری نرسیده از میوه های آن درختان استفاده نمود. بدیهی است در این قبیل موارد باید درختانی انتخاب نمود که از نظر مراقبتهای زراعی با عناب تعارض نداشته باشد و موجب اختلال در رشد و نمو عنابها نشوند. چون درخت عناب تقریبا از آخرین درختهایی است که شکوفه و برگ می دهد (در خرداد و تیر) بنابراین در مناطق سرفی از خطر سرما زدگی مصون است

درخت عناب معمولا در سنین ۲۰-۱۵ سالگی به حداکثر باردهی می رسد.
کود مورد نیاز :

در کشت سنتی درخت عناب ، عناب را کود نمی دهند. ولی برای برداشت محصول بیشتر باید کود داده شود . بهترین کود همان کودهای یکساله حیوانی می باشد که در پاییز روی زمین می پاشند سپس فاصله بین درخت عناب را شخم می زنند تا کودها با خاک مخلوط شود. در حدود اردیبهشت ماه کمی کود اوره نیز مفید است پس از کود پاشی آبیاری مفصلی را می طلبد.
آفتهای درخت عناب :

آفت مهم درخت فقط مگس عناب نام برده شده است ، نام علمی آن *carpomya vensuniana* از خانواده *Tephritidea* می باشند. حشره کامل مگس کوچکی است که روی میوه عناب تخم ریزی می کند. لارو پس از بیرون آمدن از تخم از گوشت میوه تغذیه می کند.

شفیره این حشره در فصل زمستان در خاک باقی می ماند به همین علت برای مبارزه با آن یخ آب زمستانی و سم پاشی سپس از گل سفارش شده است.

پرورش درخت عناب برای تولید چوب :

بعضی درختان عناب که تا ۸ متر قد می کشند برای بدست آوردن چوب قشنگی که دارند پرورش داد. می شوند این درختان را معمولا- در دره ها، نزدیک به هم می نشانند . نزدیکی درختان به یکدیگر موجب می شود که به جای شاخ و برگ فراوان و میوه دهی، فقط مانند درختان تبریزی قد بکشند . این درختان در چنین وضعی دارای تنه ای صاف ، راست و بدون گره خواهند بود در نتیجه چوب مرغوبی حاصل می شود.

چوب درخت عناب سپس از برش، سرخ رنگ و خال دار، مایل به زرد و رگه دار می باشد ، چون بسیار محکم و زیباست، برای ساختن اشیاء زینتی مانند مجسمه، عصا، و تسبیح به کار می رود و در منبت کاریها و همچنین در ساختن میز و صندلی و در و پنجره از آن استفاده می شود. داخل تنه درخت برخلاف گردو و چنار پوک نمی شود . در گذشته دسته چیتی را از چوب عناب می ساختند که جنبه زینتی نیز داشت، هم اکنون برای ساختن دسته پپ از چوب عناب بهره گیری می شود. زیرا چوب درخت عناب

بدون رنگ آمیزی فقط با اندود روغن جلد، زیبایی لازم را داراست.

منابع :

- ۱- امید بیگی- ر. ۱۳۷۶- رهیافت های تولید و فرآوری گیاهان دارویی- جلد ۱. صفحه ۱۱۰-۱۰۹
- ۲- امید بیگی- ر. و. س. دقیقی. ۱۳۷۹. تاثیر سن پاجوش و زمان انتقال آن در تکثیر عناب. صفحه ۵۸-۵۳
- ۳- ثابتی، ح- ۱۳۷۳. جنگلها، درختان و درختچه های ایران. چاپ دوم
- ۴- جانزاده، ع. اعجاز گلها و گیاهان دارویی. صفحه ۲۲۲-۲۲۰
- ۵- رضایی، م و جایمند، ک. ترکیبهای شیمیایی در گیاهان دارویی. جلد اول. صفحه ۱۶۵-۱۶۰
- ۶- زرگری، ع. ۱۳۷۱. گیاهان دارویی. جلد اول. صفحه ۶۰۳-۶۰۱ و ۵۸۸-۵۸۷ و ۶۰۵-۶۰۳
- ۷- قهرمان، ا. فلور رنگی ایران. دانشکده علوم دانشگاه تهران
- ۸- مظفریان، و. ۱۳۷۵. فرهنگ نامهای گیاهان ایران. صفحه ۵۹۱
- ۹- میر حیدر، ح. ۱۳۷۲. معارف گیاهی. جلد ۶. صفحه ۴۱۲-۴۰۸
- ۱۰- میر حیدر، ح. ۱۳۷۲. معارف گیاهی. جلد ۳. صفحه ۱۳۲-۱۳۰

سایت طوبی

خواص آویشن

نویسنده : مریم رضا زاده

خانواده نعناعیان *Lamiaceae* یکی از بزرگترین خانواده های گیاهی است که دارای پراکنش جهانی می باشد (به غیر از مناطق قطب شمال و جنوب) و دارای حدود ۲۰۰ جنس و دو تا پنج هزار گونه از بوته های معطر و درختچه های کوتاه است. اغلب نعناعیان تولیدکننده ترین ها و انواع ترکیبات دیر هستند که این ترکیبات را (به طور عمده) در غدد اپیدرمی برگها، ساقه ها و اندام های زایشی ذخیره می کنند [۱].

آویشن (*Thymus vulgaris L.*) یکی از گیاهان تیره نعناعیان است که به صورت بوته های پرپشت در دامنه های خشک و بین تخته سنگ های نواحی مختلف مدیترانه از جمله در کشورهای فرانسه، پرتغال، اسپانیا، ایتالیا و یونان می روید [۲ و ۳]. این گیاه در نواحی نیمه خشک زلاندنو به میزان چندین هزار هکتار به صورت خودرو وجود دارد. این گونه در کشور ما به طور وحشی دیده نشده است [۲]. البته آویشن همه ساله در سطح وسیعی از کشورهای اسپانیا، آلمان، فرانسه، پرتغال، آمریکا، چک، اسلواک، مجارستان و شمال آفریقا کشت می شود [۵]. در ایران نیز سطح زیر کشت این گونه رو به افزایش است.

از آویشن در صنایع غذایی، دارویی، بهداشتی و آرایشی استفاده متنوعی می شود. روغن آویشن دارای خواصی نظیر ضداسپاسم، بادشکن، ضدقارچ، ضدعفونی کننده، ضدکرم، ضدرماتیسم و خلط آور می باشد. اسانس آویشن از جمله ده اسانس معروف است که دارای خواص ضدباکتریایی و ضدقارچی، آنتی اکسیدان، نگهدارنده طبیعی غذا و تأخیردهنده پیری پستانداران می باشد و جایگاه خاصی در تجارت جهانی دارد [۶ و ۷]. همچنین آویشن در انواع غذاها استفاده می شود و به عنوان ترکیبات معطر در اکثر فرآورده های غذایی مهم نظیر مشروبات و دسرهای لبنیاتی استفاده می شود [۸]. اگرچه رشد و نمو، کیفیت و کمیت مواد مؤثر گیاهان دارویی از جمله تجمع ماده خشک و بیوسنتز اسانس، اساساً به وسیله فرآیندهای ژنتیکی کنترل می شود ولی عوامل محیطی نیز در این میان نقش مهمی را دارند. آنچه که مهم است اینکه روغن آویشن که در مناطق مختلف کشت می شوند از نظر رنگ، طعم، ویسکوزیته و ترکیبات شیمیایی متفاوت می باشند و تنوع فصلی اثر معنی داری روی عملکرد و ترکیبات روغن آن دارد.

فاکتورهای زراعی نیز روی عملکرد کمی و کیفی آویشن تأثیر دارند که فاصله کاشت از فاکتورهای مهم زراعی است که روی عملکرد اسانس و ماده خشک در واحد سطح تأثیر معنی داری دارد. و مشخص گردید که فواصل بوته کمتر، به طور معنی داری سبب افزایش عملکرد سر شاخه و میزان اسانس شده که فاصله کاشت **cm5** بیشترین عملکرد را داشته است [۴].

اروپا به همراه آمریکا یکی از بازارهای عمده مصرف کننده آویشن است. آمارهای تجارتی نشان می دهد که آمریکا سالیانه حدود ۱۰۰۰ تن آویشن وارد می کند. ۹۰ درصد از روغن آویشن در تجارت جهانی در اسپانیا تولید می شود [۹].

تاریخچه - گیاه مذبور چون اختصاص به نواحی غربی منطقه مدیترانه دارد و از قدیم الایام در آنجا، همراه با گونه های دیگر **Thymus** می روئیده است، از این جهت اگر قدما در آثار خود تحت نام **Thymos**، بحثی از این گیاه به میان آورده باشند، مسلماً اگر منظور آنها **Th.vulgaris** نبوده، خیلی هم از این گیاه دور نبوده است.

تئوفر است و دیوسکورید، دو گونه از این گیاهان را می شناخته اند که یکی برای مصارف طبی به کار می رفت و گلهایی به رنگ سفید داشته است و دیگری که نوع سیاه نامیده می شده، ضمن ایجاد ناراحتی، موجب برانگیختن صفرا می شده است.

T.valgaris در طی قرون بعد تا اوایل قرن ۱۱، در منطقه وسیعی از مدیترانه و خارج از آن، انتشار یافت و مورد شناسایی عده بیشتری واقع گردید، بطوری که اطبای قدیم مانند **Hildegard St.** در قرن ۱۲ و **St. Albert** در قرن ۱۳، از آن در آثار خود نام برده اند. ضمناً زنان راهبه که در طبابت مداخله می نموده اند آن را در رفع جذام، فلج و **Pediulose** مؤثر می دانسته اند. از این زمان به بعد، گیاه مذکور تدریجاً ارزش خود را از نظر طبابت از دست داد به طوری که از آن فقط در طبخانی استفاده به عمل می آمد تا اینکه در سال ۱۷۲۵، **Neuman** ماده مؤثر گیاه را کشف کرد و آن را **Camphre Thym** نامید و دانشمند دیگری به نام **Lallemande** در سال ۱۸۵۳، این ماده را تیمول نام گذاشت. از این زمان به بعد، بررسی های عدیده بر روی اثر درمانی گیاه به عمل آمد و از آن در معالجه بیماریهای مختلف، استفاده گردید [۲].

گیاه شناسی:

آویشن (**Thymus vulgaris L.**) گیاهی است از تیره نعنائیان (**Lamiaceae**) که ساختار بوته ای دارد و دارای ساقه مستقیم و علفی یا چوبی و پرشاخه به ارتفاع ۱۰ تا ۳۰ سانتی متر و در بعضی موارد تا ۴۵ سانتی متر است. ساقه های منشعب این گیاه پوشیده از کرک های سفید رنگ می باشد [۱۰].

برگ های آن معطر، تا حدودی همیشه سبز [۱۱]، متقابل [۲ و ۱۱]، تقریباً بدون دمبرگ [۱۱] یا دارای دمبرگ بسیار کوتاه [۲] می باشد. برگ ها خاکستری روشن [۱۲]، بیضوی - نیزه ای تا حالت کشیده [۱۱] یا لوزی شکل [۲] با طول ۵ تا ۱۵ میلی متر [۱۱] که عموماً کنار برگ ها برگشته [۱۱ و ۱۰ و ۲] می باشد. سطح تحتانی برگ ها از گردی به رنگ متمایل به سفید [۲] یا نمد مانند [۱۰] پوشیده شده که دارای غده های فراوان اسانس می باشد که به علت وجود چنین غده هایی، معمولاً گل ها به رنگ ارغوانی کم رنگ تا سفید [۱۰] به شکل لوله ای، دو لبه، صمغی و به طول ۵ میلی متر دیده می شود. کاسبرگ ها کرکدار و غده مانند و دارای براکته های شبیه برگ می باشند. در شاخه های فرعی، گل ها به صورت دسته های جانبی و مارپیچی دیده شده و یا به صورت سرگل انتهایی بیضوی یا کروی شکل قرار می گیرند [۱۱]. همچنین کاسه گل به صورت زنگوله ای شکل با لبه دندانه ای کوتاه و صاف است [۱۰].

حالات غیر طبیعی این گیاه آن است که بعضی از پایه های آن، گل های فاقد پرچم دارند و در برخی دیگر، پرچم ها زودتر از مادگی رشد می کنند [۲].

میوه از چهار فندقه کوچک تشکیل شده که در لوله کاسه گل محصور شده است. بذر آویشن گرد و ریز که هر ۰۰۰/۱۷۰ بذر آن یک اونس (۳/۲۸ گرم) وزن داشته و بذر آن برای سه سال زنده باقی می ماند [۱۱].

اکولوژی:

مطالعات اکولوژی و آماری که روی آویشن (*Thymus vulgaris*) انجام شده نشان داده که پراکنش جغرافیای آن مطابق شکل شماره ۱ است.

در مناطق گرم با ارتفاع کم و در اقلیم های مدیترانه ای خشک، جمعیت های تشکیل شده از گیاهان فنولیک (تیمول و کارواکرول) از همه غالب تر بودند. با فاصله بیشتر از نواحی ساحلی مدیترانه ای و حرکت به طرف مناطق مرطوب تر، گیاهانی که کمتر فنولیک بودند پدید می آمدند و جای خود را به تدریج به شیمیوتیپ های حاوی ترین های غیرفنولیک حلقوی (۴- توجانول و آلفا- توپنیول) و مونوترپن های غیر حلقوی (لینالول یا استورادیکلی، ژرانیول) می دادند. در اسپانیا شیمیوتیپ دیگری یافت شده که ترکیب دو حلقه ای ۱ و ۸- سینیول به عنوان ترکیب اصلی آن شناسایی و بومی آنجا نیز می باشد [۱].

آویشن گیاهی است که به طور طبیعی در شرایط مزرعه ای در نواحی نیمه خشک تا معتدل گرم در دماهای بالا و تشعشع شدید آفتاب رشد می کند [۱۷ و ۱۸]. آویشن در مراحل اولیه دارای رشد خیلی کند بوده و در مراحل بعدی نمود- مخصوصاً ۶۰ روز بعد- یک افزایش سریع در تجمع ماده خشک (۴ تا ۶ برابر تحت نور اضافی و ۵/۲ تا ۵ برابر تحت نور طبیعی) نسبت به گیاهان ۴۰ روزه دارد [۱۷].

میزان آب خاک و رژیم های نوری به طور معنی داری رشد کلنی های آویشن (وزن خشک ریشه و اندام هوایی) را تغییر می دهند و بین شرایط نوری و میزان رطوبت خاک اثر متقابل مشاهده شده و تأثیر افزایش رطوبت خاک اثر متقابل مشاهده شده و تأثیر افزایش رطوبت خاک در شرایط نور اضافی دارد. به هر حال در شرایط نور طبیعی به اندازه نور اضافی قابل توجه نبوده است و افزایش رطوبت خاک در شرایط نور اضافی دارد. به هر حال در شرایط نور اضافی و رطوبت خاک ۷۰ درصد، بالاترین میزان فتوسنتز و اسانس نیز در شرایط نور طبیعی و ۵۰ درصد رطوبت خاک ذکر گردیده است. البته منظور از نور اضافی یعنی جریان فتوسنتزی ۲۰۰ میکرومول بر متر مربع در ثانیه است که به وسیله لامپ های (HPS High Pressure Sodium) به همراه نور طبیعی ایجاد می گردد [۱۷ و ۱۸].

در تحقیقی برای بررسی سطوح نوری بر روی میزان اسانس، گیاه آویشن تحت شدت های مختلف نوری (سایه، ابری، ۱۵، ۲۷، ۴۵، ۱۰۰ درصد نور کامل) قرار داده شدند و مشخص شد که بیشترین غلظت اسانس و میزان تیمول و Myrcene موجود در اسانس در نور کامل خورشید به دست می آید. طول برگ و تراکم Peltate hair با کاهش سطوح نوری کاهش می یابد [۱۹]. خاک مزرعه آویشن بایستی به خوبی زهکشی شده و PH آن حداقل ۶ باشد و در صورت نیاز بایستی با استفاده از آهک اصلاح شود. اگرچه آویشن در شرایط خیلی خشک و بدون بارندگی رشد می کند ولی عملکرد آن کاهش می یابد و اساساً آبیاری، عملکرد را افزایش می دهد [۹].

زراعت:

الف- کاشت

آویشن از طریق بذر، قلمه و تقسیم بوته تکثیر می شود [۱۰ و ۲۰]. عدم یکنواختی پوشش مزرعه همواره به عنوان یک مشکل در کشت مستقیم بذر می باشد به همین خاطر روش کشت دیگری ارائه می شود که تولید نشاء بذری در بستر گلخانه یا قفسه های سلولی و سپس انتقال نشاءها به مزرعه است.

بذور آویشن طی یک تا دو هفته در دمای ۳۲-۱۲ درجه سانتی گراد (۵۴ تا ۹۰ درجه فارنهایت) جوانه می زنند. گاهی اوقات جوانه زنی توسط نور تسریع می شود [۲۱].

به علت وجود اختلافات در وضعیت رشد، زمان گلدهی و تولید در گیاهان حاصل از کشت مستقیم (بذور) که میزان یکنواختی را در مزرعه پایین می آورد، بهتر است ژنوتیپ های مرغوب را انتخاب کرده و آنها را به وسیله قلمه تکثیر نمود که عدم یکنواختی در

مزرعه و محصول کاهش یابد [۹]. قابل ذکر است که این اختلافات به خاطر وجود دگرگشتی بالا و هتروزیگوسیتی در این گیاه می باشد.

آویشن به آسانی از قلمه های ۱۰-۵ سانتی متری در بهار تکثیر می شود. هورمون های افزایش دهنده ریشه برای تکثیر ممکن است مفید باشند. در تحقیقی [۲۲] مشخص شده که کشت بذر آویشن نسبت به کشت قلمه آن، عملکرد بیشتری را تولید می نماید. در تحقیق دیگری [۲۳] در کشت مستقیم، عملکرد ماده خشک بیشتری نسبت به نشاکاری به دست آمد.

زمان مناسب برای کشت بذر در خزانه اواخر اسفند می باشد و در زمان انتقال، ارتفاع نشاءها ۱۰ تا ۱۵ سانتی متر می باشد [۵]. زمان کشت مستقیم بذور اوایل بهار یا اواسط پاییز می باشد عمق کشت کمتر از ۵/۰ سانتی متر و میزان بذر لازم ۵ تا ۶ کیلوگرم در هکتار می باشد [۵].

در تحقیقی [۲۴] جهت بررسی تراکم مناسب برای دستیابی به عملکرد بالاتر، آویشن در فواصل ۱۵، ۲۰، و ۴۵ سانتی متر و در ردیف های به فواصل ۶۰ سانتی متر کشت گردید و مشخص شد که فواصل عملکرد سرشاخه و میزان اسانس در واحد سطح شده و بیشترین عملکرد در فاصله کشت ۱۵ سانتی متر به دست آمده است. البته درصد اسانس در سرشاخه خشک گیاه تحت تأثیر فاصله کاشت قرار نگرفت. تحقیق مشابهی در کرج [۲۵] نیز تراکم مناسب کاشت را ۱۵ سانتی متر روی ردیف و ۵۰ سانتیمتر بین ردیف ها گزارش کرده است.

ب- داشت

با توجه به اینکه آویشن به مدت ۶-۴ سال در مزرعه باقی می ماند برنامه ریزی برای کوددهی آن حایز اهمیت است. با مصرف میزان مناسب کود دامی پوسیده (تقریباً ۳۰-۲۰ تن) قبل از کشت بایستی تأمین نیاز غذایی آن را تضمین کرد [۲۵].

در تحقیقی [۲۶] برای بررسی اثرات ازت در مقادیر مختلف بر روی رشد و میزان اسانس *T.vulgaris* در طی چهار فصل در از میر مشخص شد که عملکرد ماده خشک گیاه با افزایش مصرف ازت افزایش می یابد. میزان گل اسانس از ۷۸/۰ تا ۱/۳ درصد و درصد تیمول از ۸۷/۲۶ تا ۵۷/۵۸ درصد متغیر بود و کود ازته هیچ اثر معنی دار روی میزان کل اسانس و یا درصد تیمول نداشت. به طور معمول در فصل بهار قبل از کشت ۵۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به همراه ۴۰ تا ۶۰ کیلوگرم در هکتار ازت در اختیار گیاهان قرار می گیرد. از سال دوم ریش قبل از وجین علف های هرز همه ساله فصل بهار باید ۳۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار ازت در اختیار گیاهان قرار گیرد [۵].

اگرچه آویشن به تعدادی از علف کش ها مقاومت نشان می دهد به هر حال سوالاتی از قبیل بقایای آن روی مواد گیاهی مخصوصاً برای بازار صادرات مطرح است که بایستی مشخص شود. هیچ علف کشی برای استفاده روی آویشن ثبت نشده است و فقط تحقیقات محدودی در این زمینه انجام گرفته است [۹].

علف کش هایی که ممکن است برای کنترل انتخابی علف های هرز آویشن در آزمایش های تحقیقاتی و زراعی استفاده شوند شامل *Linuron, Sinbar, Stomp, Foresite, Versatill* می باشد. با این وجود هیچ گونه کنترل شیمیایی علف های هرز ممکن است مطلوب نباشد. البته شاید بدون کمک بعضی از علف کش ها، کشت آویشن در مقیاس وسیع ممکن نباشد. با این حال آویشن را می توان بدون استفاده از علف کش به طور موفقیت آمیز در مزارع با استفاده از یک پوشش بازدارنده رشد علف هرز پرورش داد. برای چنین کاری می توان از مالچ های آلی استفاده کرد [۹].

ج- برداشت

برداشت آویشن، نقطه بحرانی در مدیریت زراعی این گیاه محسوب می شود [۹]. به طور کلی، بهترین زمان جمع آوری اندام رویشی (برگ ها و ساقه های جوان) حاوی مواد مؤثر هنگامی است که گیاه در مرحله گل زدایی باشد [۲۷].

زمان برداشت مناسب برای آویشن در مناطق مختلف، متفاوت می باشد و در تحقیقی در کرج، زمان برداشت مناسب، مرحله شروع گلدهی ذکر شده است و ارتفاع مناسب برداشت نیز ۱۰ سانتی متر از سطح خاک گزارش شده است [۲۷ و ۲۸]. عملیات پس از برداشت:

به طور معمول آویشن در حجم زیاد در آفتاب خشک می شده اما کیفیت محصول نهایی بسیار کم بوده است. با استفاده از خشک کردن مصنوعی می توان کیفیت محصول را کنترل کرد. به عبارت دیگر، یک خشک کن با جریان هوای تحت فشار مناسب می باشد. آویشن بایستی در دمای پایین تر از ۴۰ درجه سانتی گراد برای کاهش اتلاف عطر در جریان تبخیر، خشک شود و رنگ سبز خود را حفظ کند. محصول خشک شده باید پروسه جدا کردن برگ از ساقه ها و غربال کردن را برای حذف گرد و غبار طی کند تا محصول یکنواختی تولید شود.

اسانس آویشن را از اندام هوایی تازه آویشن می توان به وسیله سیستم تقطیر بخار استخراج کرد. اسانس در غدد کوچک روی برگ ها ذخیره شده است. عملکرد و کیفیت اسانس بسته به ساختار ژنتیکی گیاه، مرحله بلوغ گیاه، زمان برداشت، محیط و عملیات استخراج فرق می کند [۹]. شیمی گیاه:

اسانس، ماده مؤثر آویشن می باشد [۲ و ۱۳]. اسانس آویشن مایعی است زرد یا قهوه ای مایل به قرمز تیره با بوی مطبوع قوی و طعم تند و پایدار و خنک کننده، که از تقطیر برگ ها و سرشاخه های گلدار *T.vulgaris* استخراج می شود [۱۴] و ترکیبی از مواد شیمیایی مختلف است [۳].

به هر حال سرشاخه های آویشن حاوی اسانی، تانن ها، مواد اصلی تلخ، ساپونین ها و ضد عفونی کننده های گیاهی می باشند [۳] و جدول شماره ۱ سایر ترکیبات موجود در اندام های هوایی این گیاه را نشان می دهد [۱۵]. آویشن محتوی ۸۰/۰ تا ۶/۲ درصد (معمولاً ۱ درصد) اسانس است که قسمت اعظم آن را فنل ها (۲۰ تا ۸۰ درصد)، هیدروکربن های مونوترپنی (مثل *p-cymene* و *y-terpinen*) تشکیل می دهد که گاهی هر کدام از این ترکیبات تا ۸۰ درصد (یا بیشتر) از ترکیبات اسانس را تشکیل می دهند. به طور طبیعی تیمول جزء اصلی فنلی در آویشن است و کارواکرونول نیز یک جزء فرعی است [۸] که در جداول شماره ۲ و ۳ مشخصات آنها آمده است. آنچه که مهم است این که روغن آویشن حاصل از *T.vulgaris* که در مناطق مختلف کشت می شود از نظر رنگ، طعم، ویسکوزیته و ترکیبات شیمیایی متفاوت می باشد [۱۱]. از طرف دیگر تنوع فصلی یک اثر معنی داری روی عملکرد و ترکیبات روغنی نیز دارد [۴].

اسانس آویشن که به اسانس تم موسوم است بر اثر تقطیر با بخار آب به دست می آید. این اسانس در مجاورت نور فاسد می شود. وزن مخصوص آن بین ۹۱۵/۰ تا ۹۳۵/۰ است و باید در محل خنک، شیشه های دربسته کاملاً پر و دور از نور نگهداری شود [۲].

جدول شماره ۱- ترکیبات موجود در ۱۰۰ گرم پیکر رویشی خشک آویشن [۱۵]

ترکیبات مقدار

آب

انرژی

پروتئین

چربی

کربوهیدراتها

پنتوزان

فیبر

خاکستر

کلسیم

آهن

منیزیم

فسفر

پتاسیم

سدیم

روی

نیاسین

ویتامین A (به صورت بتاکاروتن) ۸۷ گرم

۲۵۷ تا ۳۵۰ کیلوکالری

۸/۶ تا ۱/۹ گرم

۶/۴ تا ۴/۷ گرم

۴۸ تا ۹/۶۳ گرم

۱۲ تا ۱۶ گرم

۱۹ تا ۲۴ گرم

۷/۱۱ تا ۲/۱۳ گرم

۱۸۹۰ میلی گرم

۱۲۴ میلی گرم

۲۲۰ میلی گرم

۲۰۱ میلی گرم

۴/۸ میلی گرم

۵۵ میلی گرم

۶ میلی گرم

۵ میلی گرم

۳۸۰۰ واحد

اسانس آویشن:

فارماکوپه های آرژانتین، اطریش، فرانسه، مکزیک، لهستان، رومانی، اسپانیا و سوئیس همه فقط نوع *T.vulgaris* را مورد استفاده قرار می دهند. فارماکوپه آلمان *Thymus Zygis* را نیز قید می کند. (در سال ۱۹۴۹ B.P.C. اسانس اوریکانوم به عنوان مترادف اسانس آویشن ذکر شده است ولی اسانس اوریکانوم مشتقی از *T.capitagtus* و *origanum spp* می باشد و ممکن است حاوی تا ۷۵٪ فنلها باشد.)

مایعی است زرد یا قهوه ای مایل به قرمز تیره با بوی مطبوع قوی و طعم تند و پایدار و خنک کننده، از تقطیر برگها و سرشاخه های

گلدار **Thymus Vulgris** و انواع دیگر تیموس (آویشن) و انواع اوریگانوم از تیره نعناع (**Labiatae**) حاصل می‌شود. حاوی بیش از ۴۰٪ حجم به حجم فنل‌ها (تیمول و کارواکرول)، سیمین **Cymene** و لینالول (به مقدار کم) می‌باشد. در اسانس کشور فرانسه مقدار درصد تیمول به ۲۴ تا ۲۵ درصد می‌رسد.

حلالیت: به نسبت ۱ به ۲ در الکل (۸۰٪) محلول است.

نگهداری: در جای خنک و در ظرفهای کاملاً سربسته و دور از نور نگهداری شود.

تیمول: یا اسید تیمیک، فنلی به فرمول **O₁₄H₁₀C** است که سال ۱۷۲۵ میلادی توسط **Nauman** کشف و به نام کافور آویشن (Campher de Thym) موسوم شد تیمول به صورت بلوریهایی نسبتاً درشت، منشوری شکل و بیرنگ از اسانس تیم بدست می‌آید. در الکل، اتر، کلروفرم، اتردیپترول، سولفور دو کربن و اسید استیک به مقدار زیاد حل می‌شود.

محلولهای الکلی و آبی آن خنثی و فاقد هرگونه واکنش در مقابل تورنسل است. تیمول در محلولهای قلیایی به سهولت حل می‌شود، در آب و گلیسرین تقریباً غیر از محلول است.

از مشخصات دیگر آن این است که با مانتول، سالول (**Salol**)، کافور و کلرال، مخلوط مایع بوجود می‌آورد. یک قسمت تیمول اگر در مقدار کافی اسید استیک گلاسیال وارد شود و سپس معادل ۳ قسمت اسید سولفوریک به آن اضافه شود، به حالت گرم باید ایجاد رنگ بنفش نماید (کدکس فرانسه).

مصارف: آویشن بسته به میزان اسانس‌های فرار موجود اثرات ضدنفخ دارد.

مایع استخراجی از آن یکی از مواد سازنده شربت‌های غلیظ ضدسرفه (**Cough linctuses**) می‌باشد که به عنوان ماده طعم دهنده نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد.

اسانس آویشن فرآورده‌های ضد اسپاسم، ضد نفخ و اثر ضدعفونی کننده قوی داشته، در عین حال کمی سمی است. این سمیت مربوط به ماده مؤثره آن، تیمول است که در اسانس به مقدار نسبتاً زیاد وجود دارد. از این اسانس به صورت محلولهای الکلی، گاهی در رفع بعضی سوء هضم‌ها، اسهالهای ساده و دفع کرم استفاده می‌شود. ولی در مواقع مصرف آن همواره به سمیتی که دارد باید توجه گردد زیرا مقادیر کم تیمول حتی در بعضی اشخاص ایجاد عوارض ناراحت کننده می‌نماید و موجب آزرده‌گی غده تیروئید می‌شود. پماد حاصل از این اسانس در بعضی از بیماریهای جلدی مخصوصاً زونا اثر مفید ظاهر می‌کند. در بیماریهای جلدی گاهی از آن محلولهایی به صورت حمامهای موضعی تهیه می‌شود که بکار بردن آن موجب قوی شدن اعمال پوست و رفع ناراحتیهای جلدی می‌گردد، زیرا تجارب مکرر نشان داده که حمام اسانس مذکور اثر قرمز کننده پوست بدن دارد و می‌توان آن را به مقدار ۱ تا ۲ گرم مخلوط در مقدار آب، برای رفع عوارض رماتیسم‌های مزمن و سیاتیک‌های مقاوم به کاربرد بخصوص که محلولهای رقیق آن اثر تحریک کننده بر روی مخاط چشم و پوست صورت ندارد.

همچنین می‌توان این اسانس را در مصرف خارجی با روغن زیتون یا روغنهای دیگری روی مفاصل به عنوان گرم کننده و محرک سطحی بکار برد. اسانس تیم در فرمول بم اوپودلدوک **Baum Opodeldock** که دارای اثر ضد رماتیسمی است وارد می‌گردد.

تیمول به علت دارا بودن اثر ضدعفونی کننده‌گی، می‌تواند در بیماریهای روده و یا ضدعفونی کردن آن در مسمویت‌های ناشی از عفونت روده، دیسانتری و وبا (به عنوان پیشگیری) اثر مفید ظاهر کند ولی مصرف آن از این لحاظ کمتر معمول است، در عوض از آن به علت دارا بودن اثر ضدکرم برای دفع کرمهای تریکوسفال، کرم کدو، کرمک و آنکیلوستوم (به صورت تنقیه) استفاده به عمل می‌آید.

در استعمال خارج، از تیمول به عنوان ماده ضدعفونی کننده قوی استفاده به عمل می‌آید. تیمول در فرمول خمیردندانها و

محلولهای غرغره و دهان شویه، وارد می شود. در بیماریهای دستگاه تنفسی مانند برونشیت مزمن، سل و سرفه، به صورت استنشاق و یا به حالت محلول جهت پانسمان زخمها بکار می رود، زیرا اثر میکروب کشی آن بر فنل ترجیح دارد.

در نزد ۱۷ کودک بین ۳ تا ۱۸ سال مبتلا به شب ادراری با تجویز یک استکان کوچک از چای آویشن تقطیری در موقع خواب به مدت ۶ هفته موفقیت ۸۵ درصد بدست آمد [۳۷]

آویشن در انواع غذاها شامل غذاهای پختنی، گوشت و فرآورده های گوشتی، ادویه جات، چاشنی ها و ... استفاده کمی می شود. روغن سفید آویشن، تنتور و عصاره مایع آن به عنوان ترکیبات معطر در اکثر فرآورده های غذایی مهم شامل مشروبات الکلی (مثل لیکور) و غیرالکلی، دسرهای لبنیاتی منجمد، ژلاتین ها و دسرهای محتوی آرد برنج و ... استفاده می شود. به طور متوسط حداکثر میزان استفاده ها از آن کمتر از ۰.۰۳٪ درصد است [۸].

فرآورده ها:

- عصاره مایع آویشن - ۱۹۴۹ (B.P.C.) Thym Liquid extract :

۱۰۰ گرم آویشن را ابتدا به روش پرکولاسیون با مخلوطی از ۱۰ میلی لیتر گلیسرول، ۲۵ میلی لیتر الکل (۹۰٪) و ۶۵ میلی لیتر آب استخراج نمایند. ۸۵ میلی لیتر از استخراج اولیه را کنار گذاشته بقیه را تبخیر کنید تا عصاره نرم حاصل شود. عصاره حاصل را در قسمت کنار گذاشته شده حل کنید و با مایع استخراجی دوم به ۱۰۰ میلی لیتر برسانید.

مقدار مصرف: ۶/۰ تا ۴ میلی لیتر.

در بعضی از فارماکوپه ها محصول مشابهی وجود دارد.

- دم کرده ۵ تا ۱۰ گرم گیاه در یک لیتر آب جوش یا ۲ تا ۳ گرم آن بر حسب هر فنجان، (در مواردی که منظور استفاده از آن به عنوان محلل باشد می توان نعناع و با در نجبویه نیز جهت تخمیرات معده و روده و یا مواد دیگر، بدان اضافه نمود.)

- گرد اعضای خشک شده گیاه به مقدار ۴ تا ۸ گرم مخلوط در عسل یا در یک محلول.

- شربت حاصل از دم کردن یک قاشق سوپخوری از سرشاخه گلدار یا برگدار گیاه در ۱۵۰ گرم آب برای مصرف در روز، صبح ناشتا، نیم ساعت قبل از صبحانه.

- دم کرده یا جوشانه ۳۰ گرم سرشاخه در یک لیتر آب به منظور تهیه لوسیون جهت استعمال خارج.

- جوشانده سرشاخه گلدار گیاه با پوست بلوط و لاواند، برای استفاده به حالت گرم جهت شستشو و رفع ترشحات زنانگی.

- در دامپزشکی، یک مشت از سرشاخه گلدار گیاه را به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در ۲ تا ۳ لیتر آب می جوشانند و برای پانسمان جراحات پوزه حیوانات، زخم مخاط دهان، نوک پستان و سم دامها بکار می برند.

از تیمول برای دفع کرم، به صورت کاشه های محتوی ۲۵/۰ تا ۵۰/۰ گرم و به مقدار حداکثر ۴ گرم در روز برای اشخاص بالغ استفاده به عمل می آید. باید توجه داشت که تیمول حتی اثر تحریک موضعی دارد و اگر به مقدار ۲ گرم مصرف شود، ممکن است عوارض ناراحتی کننده ای مانند تهوع، احساس درد در معده یا اسهال و غیره ایجاد نماید از این نظر گاهی آن را به صورت محلولهای تنقیه مورد استفاده قرار می دهند. پس از مصرف تیمول، هرگز نباید مشروبات الکلی مصرف شود زیرا باعث سرعت جذب آن و ایجاد مسمومیت می گردد. برای دفع کرم کدو، مدت ۸ روز متوالی، یک کاشه محتوی ۲۵/۰ گرم تیمول را صبح ناشتا باید مصرف کرد. با این روش کرم کدو در روز چهارم دفع می گردد. به طوری که ادامه مصرف آن تا روز هشتم منحصراً برای اطمینان از دفع کلی انگل می باشد.

برای دفع اکسیورها، مدت ۴ هفته باید این دارو به شرزیر مصرف گردد:

در هفته اول و سوم، در هر روز ۸ کاشه محتوی ۵۰/۰ گرم تیمول را باید به فاصله ده دقیقه از یکدیگر صبح ناشتا مصرف کرد و

یک ساعت بعد از مصرف کاشته هشتمی نیز یک مسهل نمکی به کار برد. در فاصله هر دو روز نیز باید یک تنقیه محلول هیپرتونیک نمک طعام (۵ گرم نمک طعام در ۲۵۰ گرم آب) استعمال کرد.

در هفته دوم و چهارم نباید اصولاً تیمول یا داروی دیگر بکار برده و فقط می توان ۱۰ گرم سونیترا بیسموت هر روز صبح مصرف نمود. در تمام دوره مداوا نیز مجرای دفع و حدود خارجی آن را باید به پماد کالومل ۳۰/۱ آغشته کرد.

از تیمول در استعمال خارج به صورت محلولهای ۱ تا ۵ در هزار (آب الکل دار) جهت غرغره، پانسمان و استنشاق و یا پماد ۲۱۱ درصد و غیره استفاده به عمل می آید [۲ و ۳۷].

گونه های مهم جنس *Thymus* در ایران:

چهارده گونه گزارش شده ایران، بیشترین پراکندگی را در شمال و غربی کشور دارند ه ۱۰ گونه در استان های شمالی (گرگان، گیلان و مازندران)، ۱۱ گونه در استان های غربی (آذربایجان، باختران، همدان، کردستان، لرستان، چهارمحال و بختیاری، کهگیلویه و بویراحمد و اصفهان)، ۷ گونه در مرکز (تهران، سمنان، قزوین، اراک، یزد)، یک گونه در فارس و دو گونه در کرمان وجود دارد.

در زیر فهرست گونه هایی که در مناطق مختلف ایران وجود دارند ارائه گردیده است [۲۸].

گونه های موجود در استان های شمالی:

1. *Thymus fallax*

2. *T. transcaucasicus*

3. *T. kotschyanus* Boiss

4. *T. fedtschenkoi* Ronniger

5. *T. migricus* Klokov

6. *T. transcaspicus* Klokov

7. *T. pubescens* Boiss

8. *T. carmanicus* Jalas

9. *T. caucasicus* Wild

10. *T. nummularius*

گونه های موجود در غرب ایران:

1. *T. persicus*

2. *T. daenensis*

3. *T. fallax*

4. *T. transcaueasicus* Ronniger

5. *T. kotschyanus* Boiss

6. *T. fedtschenkoi* Ronngier

7. *T. migricus* klokov

8. *T. trautvetteri* Klokov

9. *T. pubescens* Boiss

T. caucasicus Wild. ۱۰

T, eriocalyx. ۱۱

گونه های موجود در کوه های البرز و اطراف تهران:

T. daenensis. ۱

T. fallax. ۲

T. kotschyanus Boiss. ۳

T. fedtschenkoi Ronniger. ۴

T. pubescens Boiss. ۶

T. caucasicus Wild. ۷

T. carmanicus Jalas. ۸

گونه های موجود در جنوب ایران (فارس و کرمان):

T. daenensis lancifolius. ۱

T. fedtschenkoi Ronniger. ۲

T. carmanicus Jalas. ۳

آویشن کوهی *Thymus daenensis* :

گیاهی است پایا- پرساقه و به صورت بوته هایی بالشتی، در بن و پایه چوبی. ساقه گلدار به طول ۱۰ تا ۲۵ cm ایستاده- ساده پوشیده از کرکهای خوابیده و بر هم- برگ بدون دم برگ- سرنیزه ای تا تخم مرغی باریک- سرنیزه ای، نوک نیز در سطح پشتی دارای دو زوج رگ برگ طرفی و رگ برگ برجسته میانی- گلها صورتی بنفش و یاس کم رنگ مجتمع در گل آذین کوتاه کپه ای یا سرمانند شامل چرخه های نزدیک به هم در انتهای ساقه هر گلها تقریباً شبیه برگ- گاهی متمایل به ارغوانی- کاسه گل به صورت ۵/۴ تا ۳/۵ mm - دارای لوله تقریباً استوانه ای موسم گل در خرداد و تیر.

گونه ای آویشن کوهی *Thymus caucasicus* :

گیاهی است پایا- سبز چمنی- در پایه چوبی- معمولاً غیر ایستاده - تقریباً آویخته یا خیزان- ساقه بسیار متعدد و منشعب- شاخه های گلدار نازک و نخی به طول ۸-۲ cm - خیزان- کاملاً کرکدار- برگ ساقه ای تقریباً محکم و به تدریج در جهت گل آذین بزرگتر شده- دارای دم برگ مختصر- بیضی- تخم مرغی یا واژه تخم مرغی یا نیمه مدور- کم و بیش نوک تیز- بدون کرک یا کرکدار- گلها ارغوانی یا صورتی- مجتمع در گل آذین کوتاه و کپه مانند. کاسه گل ارغوانی با لوله استکانی.

گونه ای آویشن کوهی *Thymus fallax* :

گیاهی پایا- بوته ای ایستاده و در پایه چوبی- با ارتفاع ۱۵ تا ۳۰ cm با ریشه محکم و ضخیم. ساقه محکم بسیار منشعب، در پایه چوبی- با شاخه های گل دار به ارتفاع ۱۰ تا ۱۵ cm- کم و بیش دارای مقطع چهار گوش پوشیده از کرکهای کوتاه و برگشته. برگهای نیزه ای بیضی در قاعده کنجی- نوک تیز- گلها سفید، صورتی مجتمع در یک گل آذین کوتاه (کاپیتون) براکته ها سبز علفی- مشابه برگها جام گل به طول ۶ میلیمتر- موسم گل اردیبهشت، خرداد.

گونه ای آویشن کوهی *Thymus Pubescens* :

بوته های قالباً کوتاه تقریباً چمنی با بن سخت و چوبی- ساقه در پایه چوبی، پر شاخه با شاخه های افتاده- خیزان گاهی گسترده و خوابیده بسیار منشعب با شاخه و شاخکهای عقیم و گلدار به طول ۲ تا ۸ cm- قالباً کرکدار علفی- یا در پایه چوبی با مقطع

چهارگوش- برگ چهارگوش سرنیزه ای یا بیضی در قاعده کنجی و در رأس نوک تیز- بدون کرک یا کرکینه پوش- غده ها بدون پایه.

گل صورتی یا بنفش کمی متمایل به سفید- غالباً مجتمع در گل آذین کپه مانند- براکت سبز- مشابه گلها کاسه سبز یا ارغوانی- یا لوله ای نیم استوانه ای - موسم گل اردیبهشت، خرداد. آویشن کوهی:

آویشن کوهی نیز دارای خاصیت مقوی معده، نیروبخش، خلط آور، عرق آور، قاعده آور، ضد درد، تشنج و برای سیاه سرفه، نزله برونشها، نفخ شکم و انواع سوء هضم، اختلالات روده، اسهال، روماتیسم و ورم مفاصل مفید است. جوشانده آن را با عسل می خورند.

این گیاه بر روی تپه ها و جاده ها می روید. ساقه هایش نازک و کوتاه و گلهايش قرمز و برگشهايش شبیه به برگ آویشن است. بدین جهت در فرانسه آن را آویشن قرمز می نامند زیرا خواص آن مثل خواص آویشن و معطر است.

کاکوتی در بند آمدن خونریزی بینی مؤثر است و عرق آن را به جای گلاب به طور مایع در داروهای چشمی استعمال میکنند، کاکوتی برای سیاه سرفه، برونشیت روماتیسم و کرم شکم مفید است. بیست گرم آن را باید در یک لیتر آب جوشاند و مصرف کرد [۳۶].

آویشن شیراز *Zataria multiflora*:

شاخه ها با پوست سفید کرکدار- برگها به طول (۳) ۵-۷ (-۱۳) mm دایره ای یا بیضوی با قاعده گرد بندرت تقریباً قلبی- سربریده، رأس گرد یا به ندرت دایره ای- پهن شده تقریباً نوک دار در حالت جوان با کرکهای سفید، سرانجام کاملاً بدون کرک- چرخه های گل دسته ای گروهی انبوه، یا سنبله ای شکل- بدون پای یک یا در شاخه های پایینی نازک، برگ های کوچکی در پای آن- کاسه گل بسیار کوچک دندانها پنج تایی هم اندازه سه گوش، نوک کند- کرک پوش.

بررسی خصوصیات اکولوژیک *Zataria multiflora* در استان اصفهان:

گیاهی است علفی و پایا که ساقه های متعددی دارد به ارتفاع ۲۰ تا ۵۰ cm و تا ۵/۱ متر هم می رسد، دارای ریشه ای با الیاف چوبی است. برگهای آن باریک، متقابل و بیضوی به رنگ سبز خاکستری است. حاشیه برگها تا حدودی برگشته هستند. سطح بالایی کمی کرکدار است. سطح زیرین دارای کرکهای قابل لمس است. گلهای آن کوچک و خوشه ای و به رنگ سفید مایل به بنفش و سرخ است و تخم آن ریز و کوچکتر از تخم خردل است. زمان گل دادن بین خرداد تا مرداد است. تاج پوششی کرک و به ابعاد ۱۶۰×۱۷۰ cm است و میزان $\text{EC } \frac{\text{mm}}{\text{cm}} = ?$ و تا ۶۵-۵/۳۶٪ آهک را تحمل میکند. شروع فصل رویشی اوایل بهار است [۳۴].

سیسنبر *Thymus serpyllum L.*:

شرح: گیاهی است پایا و از لحاظ شکل بسیار متغیر. یک ریشه اصلی دارد که ساقه های خزنده فراوانی به رنگ قرمز یا سبز از آن منشعب می شود. قطر ساقه ها ۱ تا ۲ میلی متر و به ارتفاع ۳۰ سانتی متر است و می توانند یک پوشش کامل را تشکیل دهند. ساقه ها دارای جوانه های گلدار به ارتفاع ۲-۱۵ سانتی متر هستند. برگها تخم مرغی یا نیزه ای بوده و تا ۱۶ میلی متر طول و ۲ تا ۸ میلی متر پهنا داشته و کم و بیش کرکدار هستند. گلها صورتی رنگند و در رأس ساقه به طور فشرده قرار گرفته اند. تمام قسمتهای گیاه بسیار معطر است و بویی شبیه آویشن یا لیمو دارد. در ماههای اردیبهشت تا شهریور گل می دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشک شده. گیاهانی که بوی آویشن دارند از نظر دارویی مطلوب ترند.

زیستگاه و گردآوری: در سواحل رودخانه ها، کنار جاده ها، در نواحی خشک و سنگی و مراتع کوهستانی سرتاسر اروپا می روید،

در انگلستان به وفور می‌روید، گیاه گلدار را جمع‌آوری کرده و در سایه در حرارتی کمتر از ۳۵ درجه سانتیگراد می‌خوشکانند. ایران: این گیاه در گرگان، اصفهان، کرمان و نواحی مرکزی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: اسانس فرار ترکیب اصلی آن است، همچنین مقدار کمی تانن دارد. این گیاه دارای خاصیت ضد التهابی برای برونشیت و تسکین سیاه سرفه است. برای ناراحتی‌های گوارشی نیز مصرف می‌شود.

مصرف: دم کرده گیاه (۱-۲ قاشق غذاخوری از خورد شده گیاه را در نیم لیتر آب بریزید و بگذارید بماند. آن را نجوشانید) برای برونشیت و بیشتر برای سیاه سرفه به کار می‌رود. دارای خاصیت ضداسهالی هم هست. دم کرده آن بر روی زخم‌ها می‌مالند [۳۵].

آویشن کرمانی *Thymus caramanicus* :

خشبی پشته‌ای- ساقه‌ها در قاعده چوبی شونده- گسترده روی زمین یا کمی خمیده- شاخه گلدار به ارتفاع ۳-۱۰ cm- غالباً با کرک‌های بلند و جدای تقریباً گسترده- برگ‌های شاخه در بالا افزایش یابنده قاعده‌ای- دسته‌ای کوچک- تخم مرغی- تقریباً دمبرگ‌دار- کم و بیش گوشتی- گل آذین سرسان، برگه‌های بیرونی با برگ‌ها تفاوت ندارد- اما گاهی ارغوانی شونده- برگ به طول ۱-۲ mm- سرنیزه‌ای کاسه به طول ۴-۲/۵ mm ارغوانی شونده- لوله کرکی تقریباً استوانه‌ای.

Thymus kotschyanus :

بوته‌ای تقریباً راست، کوتاه با شاخه‌های فراوان، بدون شاخه‌های گسترده قاعده‌ای- ساقه‌های گلدار به طول ۱۲ cm با کرک‌های متنوع.

برگ‌های ساقه‌های گلدار ۶-۴ جفت در زیر گل آذین همگی (به جز قاعده‌ای) مشابه، به طول ۹-۱۳ به عرض (۳/۵) ۴/۵-۷ (۹- mm) برگ‌ها کم و بیش تخم مرغی با قاعده‌ای سربریده تا گوه‌ای نوک‌کند- با کرک‌های گوناگون یا بی کرک- غالباً قرمز- رگبرگ‌های سطح تحتانی مشخص- گل آذین سرسان انبوه- مجتمع در کاپیتول متراکم- برگه‌های دربرگیرنده آن شبیه برگ‌ها و غالباً غیررنگی- لوله کاسه تقریباً استوانه‌ای تا کم و بیش استکانی.

موارد استفاده:

الف) در طب قدیم

۱- در طب گیاهی آلمان، چای حاوی مقدار ۱ تا ۲ گرم از گیاه خشک شده (که حداقل ۵/۰ درصد از فنل، ماده تیمول باشد) برای علائم برونشیت، سیاه سرفه و التهابات غشای مخاطی ترشحاتی از قسمت فوقانی دستگاه تنفسی استفاده می‌شود [۸].

۲- دم کرده سرد از گل گیاه برای سوء هاضمه و دوره نقاهت بعد از بیماری و یک دم کرده گرم آن برای رفع تشنج، قاعدگی دردناک، نفخ شکم، قولنج، سردرد و به عنوان یک عرق آور تجویز کرده اند [۱۱].

۳- در کلمبیا و کوبا، جوشانده گیاه تازه یا خشک شده به عنوان اشتها آور، عرق آور و درمان سرفه‌های معمولی و سیاه سرفه به کار برده می‌شود. البته بخور جوشان گیاه ممکن است استنشاق شود و عصاره آن همچنین به صورت تنقیه (enema = مایعی که از مقعد وارد روده می‌کنند) وارد بدن انسان شود [۱۱].

۴- در بیماری‌های جلدی گاهی از اسانس آویشن محلول‌هایی برای حمام‌های موضعی تهیه می‌شود که به کار بردن آن موجب قوی شدن اعمال پوست و رفع ناراحتی‌های جلدی می‌گردد، زیرا تجارب مکرر نشان داده که حمام اسانس مذکور اثر قرمزکنندگی بر روی پوست بدن دارد [۱۴].

۵- اسانس آویشن را در مصرف خارجی با روغن زیتون یا روغن‌های دیگر روی مفاصل به عنوان گرم‌کننده و محرک سطحی به کار می‌برند. اسانس آویشن در فرمول *Baum opodeldock* که دارای اثر ضد روماتیسمی است وارد می‌گردد [۱۴].

۶- تیمول به علت دارا بودن اثر ضد عفونی‌کننده، می‌تواند در بیماری‌های روده و یا ضد عفونی کردن آن در مسمومیتهای خود به

خود ناشی از عفونت روده، دیسانتری و وبا (به عنوان پیشگیری) اثر مفید ظاهر کند ولی مصرف آن از این لحاظ کمتر معمول است. در عوض از آن به علت دارا بودن اثر ضدکرم برای رفع کرم های تریکوسفال، کرم کدو، کرمک و آنکیلوستوم (به صورت تنقیه) استفاده به عمل می آید [۱۴].

۷- آویشن (به صورت تازه یا خشک) در طب سنتی به عنوان آرام بخش، محرک جنسی و خلط آور که به شکل تئور یا دم کرده مصرف می شود و همچنین در استخر شنا (حمام ها) برای کمک به مشکلات رماتیسمی و پوستی (کوفتگی، پیچش یک مفصل همراه با پارگی جزئی بعضی از رباط های آن و غیره) استفاده می شود [۸].
ب) در طب جدید

۱- روغن آویشن به عنوان یک جزء معطر ضداسپاسم، ضدنفخ، Counterirritant یا rubefacient در قطره های سرفه و مرهم های رقیق می باشد. از تیمول موجود در روغن آویشن نیز استفاده های مشابهی می شود. علاوه بر این از تیمول در ترکیبات ضدقارچی (برای آلودگی های قارچی پوست ۹، فرمولاسیون های دندانپزشکی و غیره استفاده می شود [۸].
۲- از آنجایی که تیمول ضدکرم (به خصوص کرم قلابدار) می باشد به عنوان داروی ضدکرم به مقدار ۲ گرم در ۳ نوبت در روز مصرف می شود [۱۳].

۳- روغن قرمز آویشن به طور رسمی از قرن ۱۶ تاکنون به عنوان میکروب کش مطرح است و خاصیت ضد میکروبی آن در اثر تیمول و کارواکرول می باشد و به مقدار زیادی در دهان شویه ها، محلول های غرغره، خمیردندان ها، صابونها، پاک کننده ها و فرآورده های مختلف طبی ضد عفونی کننده مصرف شده است. در درمان سیاه سرفه و سل و برونشیت در دز ۳/۰ تا ۶/۰ میلی لیتر توصیه شده است [۱۴و۱۳].

۴- مایع استخراجی از آویشن یکی از مواد سازنده شربت های غلیظ ضدسرفه (Cough linctuses) می باشد که به عنوان ماده طعم دهنده نیز مورد استفاده قرار می گیرد. از اسانس آن به صورت محلول های الکلی گاهی در رفع بعضی از سوءهاضمه ها، اسهال های ساده و دفع کرم ساده استفاده می شود [۱۴].

۵- تیمول به عنوان یک ضد عفونی کننده روی زخم ها و جوش ها مصرف می شود اما به شدت محرک و سوزش آور است و تأثیرش در تماس با پروتئین ها کاسته می شود. نقش عمده آن در حال حاضر، درمان بیماری های قارچی پوست به فرم محلول الکلی ۱ درصد یا پودر قوی ۲ درصد می باشد. گاهی اوقات تیمول ید دار توسط متخصصین پوست به عنوان یک ماده متوقف کننده رشد باکتری و کشنده قارچ به فرم پودرها، لوسیون و پمادها مصرف می شود [۱۱].

۶- وقتی که روغن آویشن به خرگوش خورانده یا به درون ماهیچه های آن تزریق شود سبب کاهش فشار خون در رگ ها به همراه تسریع انقباض منظم قلب شده و همچنین در دزهای بالاتر سبب افزایش دفعات تنفس می شود. وقتی به صورت امولسیون ۵ درصد محلول نمک به داخل رگ های گربه تزریق شد روغن آویشن سبب افزایش حجم تنفس و کاهش فشار خون گردید [۸].

۷- روغن قرمز آویشن (Red thyme oil) دارای خواص جلوگیری کننده از حساسیت، خارش و آسیب اشعه آفتاب برای پوست انسان است ولی وقتی که به صورت رقیق نشده مصرف شود سوزش شدید و خارش را برای پوست خرگوش و موش ایجاد می کند [۸].

۸- اسانس فنلی آویشن از جمله ده اسانس معروف است که دارای خواص ضدباکتریایی، ضدقارچی، آنتی اکسیدان، نگهدارنده طبیعی غذا و تأخیردهنده پیری در پستانداران می باشد [۱۷و۶].

۹- تیمول برای آلودگی Moniliasis, Blastomycosis و Coccidial تجویز می شود البته برای ضد عفونی معده و روده، توصیه نشده، بدین علت که سبب اسهال می شود و از طریق روده ها جذب شده و ۵۰ درصد آن در ادرار به صورت سولفات یا

glucuronate دفع می شود [۱۱].

۱۰- هم اکنون در کشور، فرآورده های دارویی مختلفی از *Thymus vulgaris* ساخته شده و به طور گسترده مورد مصرف بیماران قرار می گیرد. از آن جمله می توان قطره تیم آرتا، قرص و شربت تیمکس و شربت تیمیان را نام برد که این سه فرآورده به عنوان ضدسرفه و خلط آور به کار می روند [۳۰].

قطره خوراکی گاسترولیت ۱۵ ml نمونه ای از فرآورده های حاصل از آویشن .
درمان علائم سندرم روده، تحریک پذیر (IBS) شامل: نفخ، سوزش، ترش کردن، دل پیچه و درد شکمی، سوء هاضمه و تغییرات اجابت مزاج.

ماده مؤثره: اسانس آویشن، ساخت کارخانجات باریج اسانس.

بصورت قطره مؤثره بر دستگاه گوارش از آویشن شیراز *Zataria multiflora* حاوی ۱/۴ mg تیمول است. دارای اثر آنتی اسپاسمودیک، تنظیم کننده حرکات دستگاه گوارش و ضد نفخ اثبات شده که در رفع IBS مؤثر است.

عوارض جانبی: تیمول موجود در اسانس می تواند سبب سرگیجه، سردرد، تهوع، استفراغ و ضعف عضلانی شود و ممکن است سبب کاهش فعالیت قلب، دستگاه تنفسی و دمای بدن شود. در این موارد تنها در روز بالای فرآورده و یا در افراد حساس ممکن است ایجاد شود.

منع مصرف: اختلالات غده تیروئید، حاملگی، شیردهی.

روز مصرف: روزی ۳ بار، هر بار ۲۰ قطره با یک استکان آب، دارو بعد از غذا مصرف شود. در بیماران قلبی و تنفسی با احتیاط مصرف شود.

مواد و روش ها:

در طی پروژه ای در مزرعه گروه پژوهشی کشت و توسعه پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی واقع در هلجرد کرج در سال زراعی ۷۸-۱۳۷۷ برای بررسی تغییرات عملکرد کمی و کیفی آویشن طی یک دوره رشد (۵ زمان مختلف برداشت) و تعیین اثرات فاصله کاشت (در سه سطح ۱۵، ۳۰، ۴۵ سانتیمتر بر روی ردیف هایی به فواصل ۵۰ سانتیمتر) تحقیقاتی روی این گیاه به اجرا درآمده است. طرح آزمایشی آماری مورد استفاده، طرح بلوک های کامل تصادفی در سه تکرار می باشد که به صورت آزمایش فاکتوریل با دو فاکتور فاصله کاشت و زمان برداشت و جمعاً در ۱۵ تیمار انجام شده است. خاک مزرعه طرح دارای بافت شنی-رسی-لومی و PH برابر ۹/۷ بود.

مزرعه آویشن قبل از کاشت دوبار عمود بر هم شخم زده شده و با توجه به آزمایش خاک انجام شده مقدار یک صد مترمکعب کود دامی پوسیده، ۶۰ کیلوگرم P_2O_5 به فرم فسفات آمونیوم و ۶۰ کیلوگرم K_2O به فرم سولفات پتاسیم در هکتار به طور یکنواخت روی زمین پخش و با دیسک با خاک مخلوط شد. همچنین کود ازته به طور سرک طی دو نوبت در تاریخ های ۱۷/۱/۷۸ و ۲۳/۲/۷۸ به میزان یکصد کیلوگرم کود اوره در هکتار در هر نوبت (جمعاً ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار) به مزرعه اضافه شد.

شیارهایی به فواصل ۵۰ سانتی متر در مزرعه ایجاد گردید و در تاری ۶/۶/۱۳۷۷ مزرعه آبیاری و سپس در تاریخ ۸/۶/۱۳۷۷ با توجه به نقشه طرح آزمایشی، نشاها به زمین منتقل گردیدند. ابعاد کرت های آویشن ۲×۴ متر بود و نشاها روی شیارهای هر کرت به فواصل ۱۵، ۳۰ و ۴۵ سانتی متر بسته به نوع تیمار کاشته شدند.

آبیاری مزرعه بر اساس نیاز گیاه و با توجه به شرایط آب و هوایی منطقه انجام گردید و علف های هرز مزرعه نیز با وجین توسط دست کنترل شدند.

گیاهان در ۵ زمان مختلف بر اساس نقشه طرح آزمایشی از ارتفاع ۱۰ سانتی متر از سطح خاک برداشت شدند:

۱. ۱۲/۲/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله شروع گلدهی بودند.

۲. ۲۱/۲/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله گلدهی کامل بودند.

۳. ۲/۳/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله تشکیل میوه بودند.

۴. ۳۰/۳/۷۸- در واقع برداشت از بوته هایی بود که یکبار در تاریخ ۱۲/۳/۷۸ برداشت شده و مجدداً به مرحله شروع گلدهی رسیده بودند.

۵. ۲۱/۷/۷۸- در واقع برداشت از بوته هایی بود که قبلاً برداشت شده و پس از رشد مجدد، قبل از شروع یخبندان برداشت شدند. گیاهان بلافاصله پس از برداشت به سایه منتقل و پس از توزین و تعیین وزن تر در کف سالن پخش شدند تا خشک شوند. جهت یکنواختی خشک شدن، گیاهان در زمان مناسب زیر و رو شدند. نمونه ها پس از خشک شدن جهت تعیین درصد رطوبت و میزان اسانس به آزمایشگاه منتقل گردیدند.

برای اسانس گیری، ۱۰۰ گرم پودر اندام هوایی آویشن خشک را دقیقاً توزین کرده و به روش تقطیر با آب، اسانس آن استخراج و اندازه گیری شد. میزان رطوبت نمونه ها، با دستگاه دین استارک تعیین گردید. میزان تیمول و کارواکرول نمونه ها با استفاده از دستگاه GC به روش Area Normalization اندازه گیری شد. آنالیز آماری داده ها با استفاده از برنامه آماری Mstatc و مقایسه میانگین ها نیز با استفاده از آزمون دانکن انجام شد.

نتایج:

برداشت

زمان برداشت بر روی عملکردهای وزن تر، ماده خشک، اسانس، تیمول و کارواکرول و همچنین درصد اسانس و کارواکرول تأثیر معنی داری ($P < 10/0$) داشته است ولی اثر آن روی درصد تیمول از نظر آماری معنی دار نبوده است. بیشترین عملکردهای وزن تر، ماده خشک، اسانس، تیمول و کارواکرول در برداشت آخر (۲۱/۷/۱۳۷۸) و بالاترین درصد اسانس در برداشت چهارم (۳۰/۳/۷۸) مشاهده شده است. درصد تیمول در برداشت های مختلف از نظر آماری تفاوت معنی داری با هم نداشتند (جدول ۵). به هر حال، تغییرات فصلی سبب ایجاد تفاوت معنی داری در بیشتر پارامترهای مورد اندازه گیری شده است. فاصله کاشت

فاصله کاشت بر روی درصد تیمول و درصد اسانس تأثیر معنی داری نداشته ولی اثر آن بر روی سایر فاکتورهای اندازه گیری شده معنی داری ($P < 10/0$) بوده است (جدول ۴). بیشترین عملکردهای ماده خشک، وزن تر، اسانس و تیمول در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر به دست آمده است. هر چند بالاترین درصد اسانس و تیمول در فاصله کاشت ۴۵ سانتی متر حاصل شده، ولی از نظر آماری تفاوت معنی داری با هم نداشتند (جدول ۶). به هر حال کمترین عملکرد کمی و کیفی آویشن در فاصله کاشت ۴۵ سانتی متر حاصل شده است.

اثر متقابل

اثر متقابل برداشت و فاصله کاشت روی درصد و عملکرد کارواکرول از نظر آماری معنی دار ($P < 10/0$) شده است ولی اثر آن روی سایر پارامترهای مورد اندازه گیری، معنی دار نبوده است (جدول ۴).

جدول شماره ۴- جدول آنالیز واریانس پارامترهای اندازه گیری شده گیاه آویشن

میانگین مربعات

منابع تغییرات درجات آزادی وزن تر ماده خشک درصد اسانس عملکرد اسانس درصد تیمول عملکرد تیمول درصد کارواکرول

عملکرد کارواکرویل

بلوک ۲ (۰/۴۳۴/۴۲ ۰/۴۲۵/۰ ۰/۰۱۰/۰ ۰/۸۴/۱۲۴ ۰/۳۲/۱۳۰ ۰/۱۵/۱۲ ۰/۲۲۷/۰ ۰/۰۱۳/۰)

برداشت (۰/۳۱۷/۲ ۰/۸۲۴/۰ ۰/۰۵/۱۵۰ ۰/۷۱/۱۶۳ ۰/۱۷/۱۷۰۰ ۰/۶۰۹/۰ ۰/۱۹۷/۵ ۰/۱۷۰/۳۵ ۰/۴۱۷/۰) A

فاصله کاشت (۰/۸۷۴/۱ ۰/۳۱۳/۰ ۰/۵۲/۱۰۰ ۰/۳۲/۶ ۰/۶۴/۵۳۸ ۰/۲۹/۰ ۰/۴۸۷/۲ ۰/۲۶۱۵/۱۴ ۰/۲۶۱۵/۱۴) B

$B \times A$ ۰/۱۱۵/۰ ۰/۵۵۶/۰ ۰/۴۸/۶ ۰/۹۳/۷۵ ۰/۵۰/۱۳ ۰/۰۳۲/۰ ۰/۰۵۴/۰ ۰/۴۳۶/۰

خطا ۲۸ (۰/۳۰۶/۰ ۰/۰۴۲/۰ ۰/۰۲۴/۰ ۰/۰۲۴/۰ ۰/۸۴/۲۳ ۰/۱۰۵/۸ ۰/۱۵/۸ ۰/۲۴۵/۰ ۰/۰۲۹/۰)

جدول شماره ۵- تأثیر زمان‌های مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملکرد ماده تر و خشک، میزان و عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرویل آویشن

مرحله برداشت وزن تر (تن در هکتار) ماده خشک (تن در هکتار) اسانس تیمول کارواکرویل

درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار)

اول C

d ۱۶۰/۶

c ۷۷۰/۱

C ۷۶۷/۱

a ۰/۱۲/۳۱

b ۲۰۲/۵۲

b ۲۰۶/۱۶

b ۴۶۹/۰

۱۴۰/۰

دوم b

c ۱۷۰/۷

bc ۳۴۶/۲

b ۸۶۰/۱

a ۷۵۶/۴۰

a ۵۰۹/۵۰

b ۳۸۹/۲۰

b ۲۱۳/۰

۰/۸۳/۰

سوم ab

b ۴۵۵/۷

c ۶۳۳/۲

b ۶۵۳/۱

a ۲۵۳/۴۳

a ۱۷۲/۵۱

b ۰۰۰/۲۲

b ۳۱۸/۰

۱۴۶/۰

d چهارم

e ۰۷۷/۳

a ۰۵۰/۱

d ۳۱۷/۲

a ۳۸۲/۲۴

c ۹۸۰/۴۹

b ۲۰۴/۱۲

b ۱۶۳/۰

۰۳۹/۰

a پنجم

a ۰۸۴/۸

b ۹۷۶/۲

a ۰۴۴/۲

a ۴۸۹/۶۰

a ۶۱۱/۴۱

a ۹۶۷/۲۰

a ۳۹۵/۱

۷۷۲/۰

جدول شماره ۶- تأثیر فواصل مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملکرد ماده تر و خشک، میزان و عملکرد اسانس، تیمول و

کارواکرول آویشن

فاصله کشت وزن تر (تن در هکتار) ماده خشک (تن در هکتار) اسانس تیمول کارواکرول

درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (%) عملکرد (کیلوگرم در هکتار)

a ۱۵

a ۳۸۴/۷

a ۵۳۱/۲

a ۹۰۱/۱

a ۵۶۴/۴۵

a ۴۳۸/۴۸

ab ۲۰۰/۲۱

ab ۴۳۲/۰

۲۴۴/۰

b ۳۰

b ۳۷۰/۶

a ۲۱۱/۲

a ۹۰۵/۱

a ۷۲۳/۴۰

b ۱۱۱/۴۹

a ۷۱۹/۱۷

a ۸۹۸/۰

۳۷۶/۰

c ۴۵

c ۴۱۰/۵

a ۷۲۳/۱

b ۹۷۹/۱

a ۶۴۹/۳۳

b ۷۳۶/۴۹

b ۱۴۱/۱۶

b ۲۰۵/۰

۰۸۸/۰

بحث:

نتایج به دست آمده از این تحقیق نشان می دهد که تغییرات فصلی و فاصله کاشت روی عملکرد کمی و کیفی اسانس آویشن اثر معنی داری دارند. همان طور که جدول شماره ۲ نشان می دهد حداکثر عملکرد ماده تر و خشک در واحد سطح در برداشت آخر (۲۱/۷/۱۳۷۸) حاصل شده که سبب حصول بالاترین عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرول شده است. علت آن علاوه بر طول دوره رشد گیاه در این مرحله از برداشت، می تواند روزهای آفتابی با دمای هوای مناسب و شبهای خنک باشد که سبب فتوسنتز بالاتر و تنفس کمتر شده است. دمای هوا در برداشت های دیگر به حدی بالا- بوده که سبب افزایش تنفس و کاهش رشد گیاه شده است [۳۱].

بالاترین میزان اسانس در برداشت چهارم یعنی خردادماه حاصل شده است زیرا در این زمان، طول روز بلندتر بوده و در نتیجه میزان تابش نیز بیشتر بوده است [۳۲]. یانلی و همکاران (۱۹۷۷) نیز گزارش کرده اند که بیشترین میزان اسانس در نور کامل خورشید حاصل می شود [۱۹]. لکامو و همکارانش نیز در دو گزارش جداگانه (۱۹۹۵) اعلام کرده اند که میزان اسانس گیاهان تحت شرایط نور اضافی بیشتر از گیاهان تحت شرایط نور معمولی است و بیوسنتز اسانس بستگی زیادی به رژیمهای نوری دارد [۱۷ و ۱۸]. درصد تیمول در طول فصل رشد، تغییر معنی داری را نشان نمی دهد که می تواند بیانگر عدم تأثیر فاکتورهای خارجی بر آن باشد یا به عبارت دیگر می تواند تحت تأثیر ژنتیک (شیمیوتیپ) باشد [۱].

حداکثر عملکردهای کمی و کیفی اسانس آویشن در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر حاصل شده است. البته درصد اسانس و تیمول در سه فاصله کاشت از نظر آماری تفاوت معنی داری نداشتند. بنابراین، تفاوت عملکردهای ناشی از تفاوت عملکرد ماده خشک و وزن تر در واحد سطح می باشد. به عبارت دیگر، بالاترین عملکرد ماده تر و خشک در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر حاصل شده است. لازم به ذکر است در گیاهانی که عملکرد از رشد رویشی حاصل می شود (نظیر آویشن) در چنین مواردی بایستی یک پوشش متراکم وجود داشته باشد تا حداکثر تشعشع را سریعاً جذب کند [۳۱]. که در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر این پوشش متراکم حاصل شده است. البته برای بسیاری از گیاهان زراعی اشباع نوری در شدت نور معادل ۲/۰ کالری بر سانتی متر مربع در دقیقه صورت می گیرد. این مقدار معادل شدت نور در یک روز ابری است که خورشید در سمت رأس قرار گرفته باشد و در روز صاف، شدت نور به چهار برابر این مقدار می رسد [۳۳].

بنابراین شدت نور در منطقه کرج برای آویشن به حدی است که حتی در فاصله کاشت متراکم تر (۱۵ سانتی متر) حصول عملکرد کمی و کیفی مطلوب امکان پذیر است و عدم وجود تفاوت معنی دار در درصد اسانس و تیمول نیز مؤید این مسئله است. آویشن در کلام اولیاء :

امام صادق (ع) فرمود: « چهار چیز چشم را نور می بخشد، نفع داشته و ضرر ندارند ». از آنها سؤال گردید، فرمود: " ستر و نمک اگر با هم جمع شوند و نانخواه و گردو اگر جمع شوند ". گفته شد بر چه صلاحیت دارند اگر این چهار چیز با هم جمع شدند؟ فرمود: نانخواه و گردو بواسیر را می سوزانند و باد را دور می نمایند، رنگ را زیبا می کنند و معده را زیر و درشت می کنند و کلیه ها را گرم نگه می دارند. ستر و نمک نیز بادها را از قلب دور می سازند، بسته شدن اجزاء بدن را باز می کنند، بلغم را می سوزانند، آب را به جریان می اندازند، بوی بدن را خوب می نمایند، معده را نرم می کنند، بوی بد را از دهان می برند و بو نزدیکی می افزایشند.

در روایت است که ستر معده را دباغی می کند و در حدیثی دیگر آمده که ستر روی معده را می رویاند.

ابی الحسن الاول « موسی بن جعفر » (ع) فرمود: داروی امیرالمؤمنین صعتر بود و می فرمود: آن در معده پنهان و منسوج می شود مانند پنهان کردن قطیفه.

رسول خدا (ع) در ضمن مطالبی فرمود: « الصعتر یقوی المعده و یقطع البلغم و هو امان من اللقوه » یعنی صعتر معده را تقویت و بلغم را قطع می کند و از لقوه آسوده می گرداند.

توضیح: لقوه مرضی است که در صورت انسان به وجود می آید و گیجگاه انسان را به طرف گردن می گرداند.

برخی از واسطیها به امام ابی الحسن (ع) از رطوبت بدن شکوه نمودند، آن حضرت امر فرمود: گرد صعتر را ناشتا بخورند.

آویشن ملین و برای رفع تخمیر روده ها مخلوط با انیسون و ساریت مورد استفاده است. اسانس آن اثر ضد عفونی کننده قوی داشته و علاوه بر اینکه قدرت بیشتری از خاصیت ضد عفونی فنل دارد مانند فنل محرک و سمی نیست. تیمول روده ها را ضد عفونی می کند (استعمال کم)، دافع کرمها (اکسیور، تریکو سفال، آنکی لستوم) می باشد.

با خمیر دندان به عنوان ضد عفونی و به صورت بخور در برونشیت مزمن، سل، سیاه سرفه و محلول با پانسماں ها مصرف می شود (به علت خاصیت باکتری کشی که دارد).

تیمول اگر دو گرم مصرف شود تهوع، احساس درد معده و یا استفراغ ایجاد می نماید و لذا گاهی به منظور فوق تنقیه آن داده می شود و اگر همراه با تیمول الکل خورده شود مسمومیت ایجاد می نماید، زیرا تیمول در الکل محلول بوده جذب شده و باعث مسمومیت می شود.

تیمول ۵-۱ در هزار به صورت غرغره، پماد (۲-۱ درصد) مصرف می شود. گلهای آویشن کوهی مقوی معده، خلط آور، ضد

درد، تشنج، معرق و قاعده آور است.

نسخه: دم کرده آن (۲۰-۳۰) گرم در یک لیتر آب، نفخ شکم را بر طرف می سازد.

برای آسم جوشانده ۲۰-۳۰ گرم ساقه گلدار آویشن در یک لیتر آب با غسل روزانه ۴-۵ فنجان و در سیاه سرفه دم کرده ۲۰-۳۰ گرم ساقه گلدار با غسل روزانه ۴ فنجان و در ضعف زیاد نیز دم کرده آن خورده شود و در رگ به رگ شدن و پیچیدگی عضلات کمپرس پارچه خیس شده از دم کرده مذکور و در دردهای معده و اختلالات کلیه و زکام نیز دم کرده آویشن مؤثر است و حتی می توان زخمها را با آن شستشو داد.

آویشن کوهی برای دردهای مفاصل و روماتیسمس بصورت ضمادی از گل و برگش که گرم باشد نافع است و آویشن شیرازی ضد سم، ضد تشنج، برای عفونت های ریوی و نارسایی کبد مؤثر است و جوشانده آویشن شیرازی از ریزش مو جلوگیری می نماید. جوشانده آویشن و سیر در سیاه سرفه مؤثر است. در دردهای شدید نیمه سر، انواع تب، قاعده های اتفاقی، خستگی، کوفتگی دست و پا، دل دردها و ورم امعاء، دم کرده آویشن و در آسم دم کرده گل آن نافع است (هر مورد ده گرم در یک لیتر آب).
تئوفاست آویشن را به کسانی که دچار بی خوابی می شدند یا به آنان که مالیخولیا داشتند و دیسکوریدوس به عنوان مدر و سنت هلید گراد در تشنج، تبخال، عفونت های کبد و اختلالات مغزی تجویز می کردند.

حیوانات مبتلا شده به برفک روزانه یک تا دو لیتر آب جوشانده از آویشن خورانده شوند، بهبود می یابند [۳۶].

آویشن در کلام محمد زکریای رازی:

صعتر (آویشن کوهی)، تمام انواع گوناگون این سبزی به بدن حرارت می بخشد و باد را خارج می کند و از چیزهایی که باید اشخاص سرد مزاج بخورند به هضم غذا کمک می کند.

آویشن و انواع آن را به اسامی سعتر، آذربه، کلیک اودی، ندغ، زعتر و کاکوتی می نامند. پروفوسور "تروسو" گوید: «آویشن دشمن سم است».

در خواص طبی آویشن گفته اند: خون را به جریان می اندازد، اعمال جنسی و تناسلی را در بدن تحریک و تقویت می کند، آویشن قابض و ضد درد و تشنج است و هوش و قوه ادراک را زیاد می کند و برای ضعف و نارسایی کبد و ریزش مو و برای تقویت پیازهای مو مفید است.

آویشن در عفونت های ریوی، زکام و برونشیت، آسم، گریپ، آنژین، سوءهضم و تخمه، دل درد، ورم امعاء و اختلال قاعدگی بسیار خوب است [۳۶].

نتیجه گیری:

با توجه به افزایش روزافزون مصرف گیاه آویشن در صنایع دارویی و تقاضای زیاد این گیاه، در جهت تولید به شیوه علمی، توصیه می شود که کشت آویشن در تراکم ۱۵×۵۰ (فاصله بین ردیف های کاشت ۵۰ سانتی متر و روی ردیف ها ۱۵ سانتی متر) و برداشت آن یک نوبت در اوایل خردادماه و نوبت دیگر در پایان فصل رشد (قبل از شروع یخبندان پاییزه) یعنی اواخر مهرماه انجام گیرد. در ضمن با توجه به میزان و مدت تابش نور خورشید در شرایط آب و هوایی ایران و نقش بسزایی آن در تولید محصول آویشن با کیفیت بالا، گسترش سطح زیر کشت آن برای رفع نیاز صنایع داروسازی داخلی و حتی صادرات در راستای ارزآوری توصیه می گردد. اگرچه گیاه آویشن (*T.Vulgaris*) بومی ایران نیست و بطور خودرو در ایران نمی روید ولی به دلیل ارزش بالای آن در صنایع دارویی، بهداشتی، آرایشی و همچنین صنایع غذایی، کشت و تولید انبوه آن در راستای تأمین نیاز دالی کشور و حتی صادرات ضروری می باشد.

منابع:

۱. بقالیان کامبیز، نقدی بادی حسنعلی. گیاهان اسانس دار. چاپ اول، انتشارات اندرز. ۱۳۷۹.
۲. زرگری علی. گیاهان دارویی. چاپ ششم. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۶۹، جلد چهارم.
۳. ولا-گگ ژان و ژیری استودولا. گیاهان دارویی- روش های کشت، برداشت و شرح مصور رنگی. ۲۵۶ گیاه انتشارات ققنوس. ۱۳۷۴. چاپ دوم.
۴. McGimpsey JA, Douglas MH, van Klink JW, Beauregard DA and Perry NB. Seasonal variation in essential oil yield and composition from naturalized *Thymus Vulgains* L. in Newzealand. *Flavour and Fragrance J.* ۱۹۹۴.
۵. امید بیگی رضا. تولید و فرآوری گیاهان دارویی. جلد سوم. چاپ دوم. انتشارات آستان قدس رضوی. ۱۳۷۹.
۶. Malik MS, Satter A and Khan SA. Essential oils of the species of labiatae. Part III. Studies on the essential oil of *Zataria muliflora*. *Pakistan, J. Sci. Ind. Res.* ۱۹۸۷.
۷. James TK, Rahman A, and Douglas JA. Control of weeds in five herb crops. *Hort.*
۸. Leung AY and Foster S. *Encyclopedia of common natural ingredients: used in food, drugs, and cosmetics.* A Wiley Interscience Publication – John Wiley & Sons, Inc. ۱۹۹۶.
۹. McGimpsey J. Thyme–*Thymus vulgaris*. <http://www.crop.cri.nz/broadshe/thyme.htm>. ۱۹۹۳.
۱۰. Buring D. *Wild flowers of Mediterranean.* Dorling Kinderseley. ۱۹۹۵.
۱۱. Morton JF. *Major medicinal plants, botany, culture and uses.* Charles C. Thomas. Publisher, Bannerstone House. ۱۹۹۷.
۱۲. Letchamo W, Marquard R, Holzi J and Gosselin A. effect of Water supply and light intensity on growth and essential oil of two *thymus vulgaris* selection. *Hort. Absts.* ۱۹۹۵.
۱۳. آئینه چی یعقوب. مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۶۵.
۱۴. مومنی تاج خانم، شاهرخی نوبهار. اسانس های گیاهی و اثرات درمانی آنها. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۷۰.
۱۵. Prakash V. *Leafy spices.* CRC Press U.S.A. ۱۹۹۰.
۱۶. Furia TE and Bellance N. *Fenaroli's Handbook of Ingredients.* VOL ۱, ۳rd Edition, CRC Press. ۱۹۹۵.
۱۷. Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in photosynthesis and essential oil in *thyme*, *J. Plant Physiol.* ۱۹۹۵.
۱۸. Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in photosynthetic Potential of *thymus Valgaris* Selections under two light regimes and three soil water levels. *Scientia Horticulturae* ۱۹۹۵.
۱۹. Yanli li, Craker LE and Potter T. Effect of light Level on essential oil Production of sage (*salvia officinalis*) and thyme (*Thmus vulgaris*). *Hort. Absts.* ۱۹۹۷.
۲۰. Novikov PG and Kapelev IG. Propagation of some essential oil-bearing plants of the

.labiatae family by softwood cuttings. Hort. Absts ۱۹۸۴

Hartmann HT, Kester DE and Davies FT. Plant Propagation, Principles and Practices. .۲۱
Fifth edition PRENTICE HALL. ۱۹۹۰; p.۶۴۷

Putievsky E, Sanderwich D and Ron R. Growing spice plants from seeds or cuttings. .۲۲
Hort

.Rey C. Direct Field sowing of thyme (*Thymus vulgaris* L). Hort Absts. ۱۹۹۵ .۲۳

Shalaby AS and Razin AM. Dense cultivation and fertilization for higher yield of thyme .۲۴
(*Thymus vulgaris* L). Hort Absts

۲۵. نقدی بادی حسنعلی، یزدانی داراب و ساجد محمدعلی. تغییرات فصلی عملکرد و ترکیبات اسانس آویشن در تراکم های مختلف کاشت. فصلنامه گیاهان دارویی. شماره پنجم، ۱۳۸۱.

Ceylan A, Bayram E and Ozay N. The effect of N-Fertilizer on the yield and quality of .۲۶
Thymus vulgaris L. in ecological conditions of Bornova-Izmir. Hort. Absts. ۱۹۹۵

۲۷. امید بیگی رضا. کشت گیاهان دارویی و نکاتی مهم پیرامون آن، ماهنامه دارویی رازی. ۱۳۷۳، سال پنجم. شماره ۷.

۲۸. نقدی بادی حسنعلی، یزدانی داراب و ساجد محمدعلی. تأثیر فاصله کاشت و زمان برداشت روی عملکرد اندام هوایی و میزان اسانس و تیمول آویشن. طرح پژوهشی جهاد دانشگاهی، ۱۳۸۱.

۲۹. میرحیدر حسین. معارف گیاهی (کاربرد گیاهان در پیشگیری و درمان بیماری ها). چاپ دوم. دفتر نشر فرهنگ اسلامی. ۱۳۷۵، جلد دوم.

۳۰. جهان آرا فهیمه، حائری زاده بی بی مهشید. اطلاعات و کاربرد داروهای رسمی ایران. چاپ اول. شرکت داروگستر رازی، ۱۳۸۰.

۳۱. سرمدنیا غلامحسین و کوچکی عوض. فیزیولوژی گیاهان زراعی. انتشارات جهاد دانشگاهی، ۱۳۶۸.

۳۲. علیزاده امین و کوچکی عوض. کشاورزی و آب و هوا. انتشارات دانشگاه مشهد، ۱۳۶۹.

Patric JW. Distribution of assimilate during stem elongation in wheat. Aust. J. Biol sci. .۳۳
.۱۹۷۲

۳۴. جانی قربان مهین. همایش ملی گیاهان دارویی ایران- مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع. ۲۴-۲۶ بهمن ۱۳۸۰.

۳۵. پروفیسور هانس فلوک، محمدرضا توکلی صابری- چاپ پنجم - انتشارات روز جهان- ۱۳۷۹.

۳۶. نورانی مصطفی، دورنمایی از طب اسلامی گیاهان دارویی. انتشارات مؤسسه مکتب اهل بیت- ۱۳۸۰.

۳۷. مؤمنی تاج خانم، اسانس های گیاهی و اثرات درمانی آنها. چاپ دوم، انتشارات دانشگاه تهران، بهار ۱۳۷۷.

۳۸. مظفریان ولی الله- فلور استان یزد- مؤسسه انتشارات یزد- تهران ۱۳۷۹.

۳۹. قهرمان احمد- فلور رنگی ایران- دانشکده علوم دانشگاه تهران- انتشارات مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.

سایت طبوبی

گیاهان و درمان کلسترول

نویسنده: قربانعلی سورانی

افزایش چربی خون از جمله بیماریهای مزمن است که به دلیل اختلالات متابولیسمی ناشی از عوامل متعدد ایجاد می‌شود. با اینکه داروهای کاهنده چربی خون در دسترس هستند هنوز این بیماری یکی از عوامل مهم در تشدید بیماریهای قلبی - عروقی در بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و بیماران قلبی عروقی می‌باشد.

عواملی مانند عدم رضایت بیماران از مصرف داروهای رایج کاهنده چربی خون، بروز عوارض جانبی ناشی از مصرف بیش از حد و طولانی این داروها، بیماریهای ناشی از افزایش چربی خون و هزینه‌های تحمیلی بر بیماران موجب شده است که تمایل به درمانهای جایگزین و سنتی افزایش یابد.

مصرف گیاهان دارویی و میوه‌جات علاوه بر کاهش هزینه‌های درمان نتایج رضایت‌بخشی در عوارض افزایش چربی خون بالا در بسیاری از جوامع داشته است. باید توجه داشت که تمایل به مصرف گیاهان دارویی کاهش دهند چربی خون در اکثر جوامع حتی در کشورهای پیشرفته نیز بطور گسترده‌ای عمومیت یافته است.

مصرف این گیاهان بخصوص زمانی که درمانهای رایج قادر به کنترل بیماری نباشند، چشمگیر می‌باشد (فصلنامه گیاهان دارویی، حسن فلاح حسینی). رژیم غذایی و مصرف گیاهان دارویی مؤثر بر چربی خون میانگین کلسترول تام و تری گلیسیرید (T.G) و لیوپروتئین با دانسیته کم (LDL) و نسبت کلسترول توتال و لیوپروتئین با دانسیته زیاد (HDL) را نسبت به قبل از درمان کاهش داده و میزان (HDL) را افزایش داده است (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر طویبی کاظمی - دکتر حسین پناهی).
کلسترول چیست؟

کلسترول ماده‌ای است از جنس چربی که در تمام سلول‌های بدن وجود دارد و در ساخت دیوار سلولی و برخی هورمون‌ها نقش مهمی ایفا می‌کند. مولکول‌های چربی پس از جذب از روده در سیستم گردش خون توسط کلسترول حمل می‌شوند. قسمت اعظم کلسترول در داخل بدن و توسط کبد ساخته می‌شود و بقیه آن با مصرف غذاهای پُر کلسترول و پُر چرب وارد بدن می‌شود.

بالا بودن کلسترول

بالا بودن سطح چربی خون ممکن است منجر به تصلب شرایین و افزایش خطر سکتته‌های قلبی شود. وجود چربی اشباع شد؟ بیش از اندازه در رژیم غذایی ممکن است عامل آن باشد اما ارثی بودن آن هم قابل انکار نیست. کلسترول برای بسیاری از اعمال بدن لازم است و ذاتاً خطرناک نمی‌باشد.

انواع کلسترول

۱- کلسترول LDL (بد)

این نوع کلسترول خاصیت چسبندگی دارد و به راحتی به جدار داخلی دیوار رگها می‌چسبد و باعث باریک شدن و در نهایت انسداد مجرای داخلی رگها می‌گردد. از این رو به کلسترول بد معروف است.

۲- کلسترول VLDL (خوب)

این نوع کلسترول مولکول‌های چربی را از کبد به دیگر قسمت‌های بدن حمل می‌کند و بعد از انتقال چربی به بافت‌ها، تبدیل به کلسترول LDL می‌گردد.

۳- کلسترول HDL (خوب)

این نوع کلسترول، کلسترول‌های LDL موجود در طول دیواره‌های رگها را پیدا کرده و به آنها می‌چسبد و آنها را از جدار رگها پاک می‌کند و از باریک شدن و انسداد رگها جلوگیری می‌نماید. به همین دلیل به کلسترول خوب معروف است.

بطور کلی برای تشخیص بالا بودن چربی خون اندازه‌گیری دو نوع چربی خون یعنی کلسترول و تری گلیسیرید انجام می‌شود.

افزایش کلسترول خون

افراد زیادی دچار مشکل بالا- بودن کلسترول خون هستند. کلسترول ماد؟ موممانندی شبیه به چربی است که توسط کبد ساخته می‌شود و در تمامی سلولهای بدن وجود دارد. بدن ما به کلسترول نیاز دارد تا بتواند هورمونها و بعضی ویتامینها و نیز دیوار؟ سلولی را بسازد و وظایف مهم دیگری را انجام دهد.

قسمت عمد؟ چربی خون به صورت کلسترول می‌باشد. گرچه مقادیر محدود کلسترول برای بدن لازم است لیکن بالا بودن میزان آن می‌تواند موجب تصلب شریانها و افزایش خطر حمل؟ قلبی و سکتته‌های قلبی و مغزی شود و هرچه جزء بیشتری از کلسترول خون از کلسترول (HDL) تشکیل شده باشد و میزان کلسترول (LDL) آن کمتر باشد، خطر حمل؟ قلبی کاهش خواهد یافت.

پژوهشگران طی بررسی‌های زیاد متوجه شده‌اند که میزان بالای کلسترول خون همیشه خطر آفرین است و به ازای هر ۱٪ افزایش میزان کلسترول خون، خطر حمل؟ قلبی تقریباً ۲٪ افزایش می‌یابد و به ازای هر ۱٪ کاهش کلسترول خون احتمال وقوع حملات قلبی ۲٪ کم می‌شود. به عنوان مثال اگر کلسترول خون فردی ۲۰٪ کاهش یابد، احتمال خطر قلبی در وی ۴۰٪ کم می‌شود.

عموماً اگر میزان کلسترول بدن شما کمتر از ۲۰۰ میلی گرم در دسی لیتر باشد، میزان آن در حد خوبی است (پایان نامه، دکتر علیرضا آثارخ، ۶۹۰۲ کلسترول).

۱- اسیدهای چرب اشباع شده

اسید چرب با ۲ کربن (۲C)، اسید استیک در چربیها یافت نمی‌شود اما اولین اسید چرب اسید بوتریک (۴C) که اولین بار در کره مشاهده گردید. اسیدهای چرب اشباع معمولاً دارای مولکولهای فاقد شاخ؟ جانبی هستند.

اسید چرب اشباع با ۸ کربن در حرارت معمولی مایع است که در چربی شیر یافت می‌شود. با افزایش تعداد کربنها در ساختار اسیدهای چرب اشباع شده بیش از ۱۰ کربن به صورت جامد می‌باشند. با افزایش تعداد کربنهای اسید چرب نقط؟ ذوب، وزن مولکولی و ویسکوزیته افزایش می‌یابد. اسیدهای چرب کاپریک (۱۰C)، میرستیک (۱۴C) و لوریک (۱۲C) در چربیهای نارگیل و روغن هست؟ نخل وجود دارد.

میزان اسیدهای چرب پالمیتیک (۱۶C) و استئاریک (۱۸C) موجود در چربیها متفاوت می‌باشند. بخصوص روغن پالم (نخل) سرشار از اسید پالمیتیک بوده اما بافت چربی حیوانی (پیه) سرشار از اسید استئاریک است.

۲- اسیدهای چرب اشباع نشده

اسیدهای چرب اشباع نشده دارای یک، دو و یا سه گروه آلیل می‌باشند و به مقدار بیشتری نسبت به اسیدهای چرب اشباع شده در ساختمان تری گلیسیرید شرکت می‌کنند.

اسیدهای چرب اشباع نشده برای اغلب حیوانات و انسانها ضروری هستند زیرا اسیدهای چرب اشباع نشده در بدن آنها سنتز نمی‌شوند لذا باید این اسیدهای چرب در جیر؟ غذایی روزان؟ حیوان و انسان وجود داشته باشد.

بیشترین میزان اسیدهای چرب اشباع نشد؟ موجود در چربیها و روغنها را گروه (۱۸C) تشکیل می‌دهند. این اسیدها با پیشوند امگا نشان داده می‌شوند. مهمترین آنها اسید اولئیک (۱ : ۱۸C) (امگا ۹) با یک پیوند مضاعف، اسید لینولئیک (۲ : ۱۸C) (امگا ۶) با دو پیوند مضاعف جزء اسیدهای چرب ضروری محسوب می‌شوند زیرا بدن قادر به سنتز آن نیست و یا اسیدهای چرب اشباع نشده با چند پیوند مضاعف اسید لینولئیک (امگا ۶) توسط گیاهان سنتز می‌شود و نقش تغذیه‌ای مهمی را به عنوان یک اسید چرب ضروری به عهده دارد. جدول (۱) درصد اسیدهای چرب در ترکیب با گلیسرول را در بعضی از روغنها و چربیها نشان می‌دهد.

جدول (۱) - درصد اسید چرب ترکیب شد؟ موجود در روغنها و چربیها

منابع چربیهای اشباع شده و اشباع نشد؟ چند پیوندی

چربیهای اشباع شده به مقدار زیاد فرآورده‌های شیر

گوشت

مواد غذایی دیگر کره، خامه، شیر، پنیر

جگر، گوشت بره، گوشت گاو

روغن نارگیل، روغن هست؟ پالم، روغن پالم، مارگارین جامد، پیه

چربیهای اشباع نشد؟ چند پیوندی به مقدار زیاد روغنهای نباتی

میوه‌های گردویی

مارگارین روغن ذرت، روغن لوبیای سویا، روغن گلرنگ، روغن آفتابگردان

بیشتر آنها به جز میوه‌های نارگیلی

بسیاری از انواع مارگارین مخصوصاً مربوط به لوبیای سویا و دان؟ آفتابگردان

اسیدهای چرب ضروری

اسیدهای چرب اشباع نشد؟ چند پیوندی (PUFA) در تغذی؟ انسان اهمیت ویژه‌ای دارند. چون بعضی از آنها برای بدن ضروری

هستند زیرا بدن نمی‌تواند آنها را بسازد و بنابراین باید از طریق غذا تأمین شوند. مهمترین اسیدهای چرب ضروری (EFA) اسید

لینولئیک است که به مقدار زیاد در روغن‌های استخراج شده از دانه‌های ذرت، لوبیای سویا و آفتابگردان یافت می‌شود. اسید

آراشیدونیک را نیز اغلب به عنوان یک اسید چرب ضروری می‌شناسند هر چند اگر بطور قاطع صحبت شود واقعاً چنین نیست چون

می‌تواند در بدن از اسید لینولئیک ساخته شود.

اهمیت اسید لینولئیک در تغذیه

مهمترین اسید چرب اشباع نشده از بُعد تغذیه اسید لینولئیک (۲ : ۱۸C) می‌باشد. چنانچه ذکر شد این اسید چرب در بدن سنتز

نمی‌شود لذا باید توسط مواد غذایی تغذیه شود. کمبود اسید لینولئیک در جیر؟ غذایی باعث بیماری تصلب شرایین (انسداد عروق)

در انسان می‌شود که نهایتاً منجر به سکت؟ قلبی خواهد شد. این اسید چرب اشباع نشده در سلامتی انسان نقش اساسی دارد که

عبارتند از:

۱- ترمیم بافتهای مجروح

۲- سلامتی پوست

۳- در مکانیسم رشد و تکامل

۴- سازند؟ پروستاگلاندین

بیوسنتز اسید لینولئیک به پروستاگلاندین

اسید لینولئیک تغذیه شده می‌تواند در بدن انسان به پروستاگلاندین تبدیل شود. نمودار (۱) بیوسنتز اسید لینولئیک به

پروستاگلاندین را نشان می‌دهد.

اسید لینولئیک (۶مگا)

د - هموگامالینولئیک اسید

اسید آراشیدونیک

ایکزاپنتانیک اسید

پروستاگلاندین ترمبوز کزان

پروستاگلاندین باعث سنتز ایکوزانوئیدها می‌شود که از لحاظ بیولوژیکی یک هورمون فعال‌کننده است؟ بافتها می‌باشد. ایکوزانوئیدها نقش اساسی در سنتز ترمبوژنازها، اریتروژنازها و تنظیم فشار خون دارد.

ایکوزانوئیدها می‌توانند از رسوب چربیها و تشکیل پلاکتها و یا به عبارتی از تصلب شرایین جلوگیری نمایند. هر فرد می‌تواند احتیاج روزان؟ اسید لینولئیک خود را با تغذی؟ روغنهای گیاهی مانند روغنهای گلرنگ، آفتابگردان، سویا، پنبه‌دانه، بادام زمینی و کلزا تأمین نماید. جدول (۳) میزان اسید لینولئیک موجود در روغنهای گیاهی، چربیهای حیوانی و روغن آبریان بر حسب درصد را نشان می‌دهد.

جدول (۳) - میزان اسید لینولئیک موجود در روغنهای گیاهی و چربیهای حیوانی بر حسب درصد

روغنها درصد چربیها درصد

روغن گلرنگ ۷۵-۸۰ چربی خوک ۱-۱۰

روغن آفتابگردان ۶۵-۷۵ چربی گاو ۱-۲

روغن سویا ۵۵-۶۵ چربی گوسفند ۲-۵

روغن پنبه‌دانه ۴۲-۴۸ چربی مرغ ۱۰-۲۰

روغن ذرت ۴۰-۵۵ کره ۵/۰-۳

روغن کلزا ۲۰-۱۸ روغن وال ۱-۵

روغن بادام زمینی ۱۵-۲۰ روغن ماهی هرینگ ۲-۵

روغن پالم ۸-۱۲

روغن زیتون ۶-۱۰

روغن نارگیل ۱-۳

روغن هست؟ نخل ۱-۲

میزان مناسب کلسترول خون چقدر است؟

اگر کلسترول خون شخصی کمتر از ۲۰۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد نشان؟ بسیار خوبی برای سلامتی یک قلب سالم است اما اگر کلسترول خون بین ۲۰۰ تا ۲۳۹ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد شخص در معرض خطر بالا-رفتن کلسترول و خطر ابتلا-به حمل؟ قلبی قرار دارد و زمانی که کلسترول خون بالاتر از ۲۴۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد خطر حمل؟ قلبی را باید جدی گرفته و حتماً میزان آن را بوسیل؟ دارو و رژیم غذایی و یا هر دو کاهش داد.

اگر فردی همراه با کلسترول بالا مبتلا به فشار خون بالا نیز باشد احتمال خطر حمل؟ قلبی به ۶ برابر می‌رسد و اگر این فرد سیگاری هم باشد احتمال خطر به ۲۰ برابر یا بیشتر خواهد رسید.

روشهای عمد؟ کاهش چربی خون (کلسترول) و کنترل آن

حتی‌الامکان از مصرف چربیهای مضر کاسته شود و به جای آن مقدار محدودی از چربیهای مفید مصرف شود.

چربیهای مضر عبارتند از: چربیهای حیوانی که در گوشت مرغ و گوشت قرمز وجود دارند، چربیهای موجود در لبنیات، کره، روغن نباتی جامد، روغن نارگیل و روغن هست؟ نخل.

چربیهای مفید عبارتند از: روغن زیتون، روغن آفتابگردان، روغن سویا، روغن ذرت، چربی موجود در گردو و فندق، ماهی‌های چرب و چربی‌هایی که در دمای محیط مایعند (درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی، مهندس میرزا قاسمی).

مواد غذایی غیر مجاز برای افراد دارای کلسترول بالا

غذاهای سرخ شده - لبنیات پُر چرب - غذاهای آماده مانند سوسیس، کالباس و پیتزا - چربیهای اشباع شده مانند روغنهای حیوانی و گیاهی جامد و کره - امعاء و احشاء حیوانی مانند دل، جگر، قلوه، سیرابی و مغز - میگو و گوشت‌های پر چرب (حتی الامکان باید چربیهای قابل رؤیت جدا شوند) - دسرهای چرب - انواع کلوچه، کیک، شیرینها مخصوصاً شیرینی تر - روغن نارگیل - سس‌های سالاد - انواع شکلات، چیس و پفک - زرد؟ تخم مرغ هم محدود به ۳-۲ عدد در هفته می‌شود.

تأثیر رژیم غذایی در کاهش کلسترول خون

با ایجاد تغییر در نوع غذاها می‌توان میزان کلسترول خون را کاهش داد. مقدار کلسترول خون تحت تأثیر مواد غذایی مصرفی و نیز اثر می‌باشد اما با کاهش چربیهای غذایی می‌توان زمین؟ اثری را تا حدودی کنترل نمود. کاهش کلسترول خون با کاهش دریافت کلسترول چربی رژیم و افزایش مصرف فیبرهای غذایی محلول و ثابت نگه داشتن وزن در حد مناسب امکان پذیر است.

همراه با کاهش مصرف چربیهای جامد باید غذاهایی غنی از نشاسته مانند نان و سیب‌زمینی آب‌پز یا کبابی، غلات و حبوبات، میوه و سبزیجات، شیر و لبنیات کم چرب و همچنین روغن زیتون مصرف شود. در افراد دچار اضافه وزن و کلسترول خون بالا، کاهش وزن کمک شایانی می‌کند.

کاهش کلسترول خون با ورزش

انجام فعالیتهای ورزشی باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد، اما این فعالیتها شامل نظافت منزل، باغبانی کردن، طراحی برنامه یا فکر کردن نمی‌باشد. تمرینات ورزشی به چند روش به کاهش کلسترول خون کمک می‌کند:

- ورزش باعث افزایش مقدار (HDL) خون توأم با کاهش (LDL) می‌گردد.

- ورزش موجب کاهش وزن و کنترل آن می‌شود.

- ورزش منجر به بهبود گردش خون و پاک شدن از مواد زائد می‌گردد و عضل؟ قلب را قوی‌تر کرده و اثر مثبتی بر روی عمل پمپ قلب دارد.

یک نمون؟ رژیم غذایی مناسب برای افراد مبتلا به کلسترول بالا

صبحانه: نان سنگک + گردو + پنیر کم چرب

میان وعده: سبزیجات خام مانند هویج + میوه

نهار: سبزیجات خام یا پخته + سین؟ مرغ به صورت آب‌پز + برنج کم چرب + ماست کم چرب یا دوغ

میان وعده: میوه

شام: سبزیجات خام یا پخته + سوپ جو همراه روغن زیتون + نان سنگک

چربیها (Lipid)

انرژی‌زاترین موادی هستند که در رژیم غذایی وجود دارند. لیپیدها در آب نامحلول بوده و در حلالهای آبی مثل اتر و بنزن حل می‌شوند.

انواع چربیها

۱- چربیهای اشباع (بد)

دارای نقط؟ ذوب بالاتر از محیط و جامد هستند.

۲- چربیهای غیر اشباع (خوب)

دارای نقط؟ ذوب پایین‌تری بوده و در دمای محیط به صورت مایع هستند.

میزان مصرف این چربیها در روز بایستی کمتر از ۱۰٪ کالری باشند زیرا این چربیها عامل بیماریهای قلبی و عروقی هستند (ترکیبات

شیمیایی چربیها و روغنها (...).

بالا- بودن چربی خون و نیز بالا- بودن کلسترول خون از عوامل خطر ساز مهمی برای آترواسکلروز می‌باشند. رابط $?$ بین غلظت کلسترول در مردان جوان و میزان وقوع بیماری ایسکمیک قلبی نشان می‌دهد هنگامی که مقدار کلسترول بیشتر از ۲۰۰ میلی گرم در دسی لیتر باشد، میزان خطر افزایش می‌یابد در حالیکه این مقدار نزدیک به میزان میانگین برای مردان گروه سنی ۴۰ تا ۴۹ سال در این جمعیت می‌باشد. با افزایش سن میزان کلسترول و تری گلیسیرید پلاسما افزایش می‌یابد.

افزایش کلسترول بطور عمده با افزایش غلظت لیپوپروتئین کم تراکم (LDL) و افزایش تری گلیسیرید با افزایش لیپوپروتئین بسیار کم تراکم (VLDL) همراه است. بالا بودن کلسترول با افزایش میزان وقوع بیماری ایسکمیک قلبی زودرس همراه است.

در مطالع Farmingham $?$ میزان کلسترول در مردان کمتر از ۴۰ سال ارتباط نزدیکی با پیدایش ایسکمیک قلبی دارد. خطر مرگ ناشی از ایسکمیک قلبی در مردان دارای سطح کلسترول بالاتر از حدود ۶ ملی مول در لیتر (۲۴۰ میلی گرم در دسی لیتر) بیش از ۳ برابر نسبت به مردان دارای کلسترول کمتر از حدود ۵ میلی مول در لیتر افزایش دارد (پایان نام $?$ دکترای داروسازی، کیومرث زارع).

گیاهان دارویی کاهش دهند $?$ چربی خون (کلسترول خون)

نقش گیاهان در جهت کاهش چربی خون بسیار مؤثر بوده و حتی می‌توان تا ۳۰٪ در کاهش کلسترول مؤثر باشند و علاوه بر کاهش دادن چربی تأثیر گسترده‌ای بر کاهش دهندگی چربی خون و تأثیر گسترده‌ای بر متابولیسم بدن یا متابولیسم داروهای مصرفی توسط بیماران داشته باشد (فصلنام $?$ گیاهان دارویی، حسن فلاح حسینی - حسین فخرزاده).

شوید (Anethum Graveolens L).

شوید گیاهی است یکساله و معطر، تمامی پیکر رویشی گیاه محتوی اسانس بوده و مهمترین ترکیبات اسانس در پیکر رویشی گیاه د - کاروون و د - فلاندرون می‌باشند و مهمترین ترکیبات اسانس حاصل از بذرها کاملاً رسیده $?$ د - کاروون و لیمون می‌باشد (فصلنام $?$ گیاهان دارویی، داراب یزدانی - امیرحسین جمشیدی - شمسعلی رضازاده).

مهمترین ترکیبات اسانس حاصل از بذرها کاملاً رسیده عبارتند از کاروون (۶۰-۴۰ درصد)، لیمون (۲۸-۲۰ درصد). تمامی پیکر رویشی گیاه محتوی اسانس و مقدار آن در اندام‌های مختلف، متفاوت است بطوریکه در پیکر رویشی مقدار اسانس بین ۶/۱-۸/۰ درصد می‌باشد. بذرها رسیده بیشترین مقدار اسانس را دارا می‌باشند که مقدار آن ۵-۲ درصد گزارش شده است (تولید و فرآوری گیاهان دارویی، امید بیگی رضا، جلد سوم).

از اسانس این گیاه برای معطر و مطبوع ساختن مواد غذایی استفاده می‌شود و عصار $?$ این گیاه همچنین اثرات ضد باکتری داشته و جهت ناراحتی‌های گوارشی مانند نفخ شکم، سوء هاضمه، درد معده، کولیک شیرخواران استفاده می‌شود. دان $?$ شوید نیز اثر آنتی‌اسپاسموریک بر عضلات صاف لول $?$ گوارش دارد (گیاهان دارویی، علی زرگری، چاپ دانشگاه تهران).

داروهای ساخته شده از گیاه شوید

اخیراً دو دارو به نامهای آنتوم و دیل سان وارد بازار دارویی ایران شده که قسمت عمد $?$ آنها عصار $?$ شوید است.

اثرات مناسب این دارو در درمان هیپرلیپیدمی نشان می‌دهد که قطر $?$ دیل سان کلسترول را ۲/۱۳٪، تری گلیسیرید را ۷/۵٪ و لیپو پروتئین‌های با دانسیته $?$ کم (LDL) را ۱/۲۰٪ کاهش و لیپوپروتئین با دانسیته $?$ زیاد (HDL) را ۲/۶٪ افزایش داده که در هم $?$ موارد فوق با میزان‌های قبل از درمان از نظر آماری تفاوت معنی دار بوده است و در تحقیق دیگری اسانس شوید وابسته به دوز غلظت کلسترول، تری گلیسیرید و (LDL) را کاهش داده و غلظت (HDL) را افزایش داده است (تأثیر داروی آنتوم و دیل سان بر روی کلسترول خون، دکتر محمود میرحسینی - دکتر محمود رفیعیان).

در مورد اینکه گیاه شوید با چه مکانیسمی بر هیپرلیپیدمی مؤثر است، مشخص نشده اما در مطالعه‌ای که بر روی تأثیر چند ترکیب فرار موجود در اسانس گیاهی بر میزان تمایل (LDL) به گیرنده‌های مربوط در مرکز تحقیقات قلب و عروقی دانشگاه و علوم پزشکی اصفهان انجام شده است، نشان داده شده که لیپونن خاصیت آنتی‌اکسیداتیو دارد و بر روی برداشت (LDL) توسط سلولهای آدرنال اثر دارد و در مورد عوارض آنتوم همانطور که اشاره شد، عارض؟ خاصی مشاهده نشده گر چه برای آنتوم عوارضی مانند آلرژی، ژنوتوکسیسیتی و ایجاد موتاسیون گزارش شده است ولی در مطالع؟ ما این عوارض مورد بررسی قرار نگرفته است (تأثیر داروی آنتوم و دیل سان بر روی کلسترول خون، دکتر محمود میرحسینی دکتر محمود رفیعیان).

قطر؟ دیل سان حاوی ۰.۵٪ اسانس شوید می‌باشد کاهش معنی‌داری در کلسترول تری‌گلیسیرید (LDL) داشته و میانگین (HDL) را افزایش می‌دهد و در بررسی دیگر آنتوم با داروهای کلسترآمین، نیکوتینیک اسید و ترکیب این دو نشان می‌دهد که آنتوم ۰.۵/۲٪ کلسترول را کاهش می‌دهد (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر طوبی کاظمی - دکتر حسین پناهی).

ترکیبات کنگر فرنگی (Cynara Scolymus)

در اروپا برگهای کنگر فرنگی به عنوان یک داروی مدر به منظور تحریک کلیه‌ها و به عنوان محرک صفرا جهت تحریک ترشح صفرا از کبد استفاده می‌شود. در اوایل قرن بیستم دانشمندان فرانسوی از این گیاه به عنوان محرک کبد و مثانه و کاهش غلظت کلسترول خون به بیماران تجویز می‌کردند (فصلنام؟ گیاهان دارویی).

اخیراً کمیسیون E آلمان بر استفاده از برگ کنگر فرنگی در جهت بهبود مشکلات بد هضمی غذا تأکید کرده است. بد هضمی غذا می‌تواند به علت ترشح ناکافی صفرا و در نتیجه مشکلات بد هضمی غذا شود. شواهد قابل اطمینانی مبنی بر اینکه برگ این گیاه مستقیماً باعث بهبود بد هضمی غذا می‌شود وجود ندارد. مطالعات روی حیوانات آزمایشگاهی نشان می‌دهد که برگ کنگر فرنگی سنتز کلسترول را در سلولهای کبد مهار و همچنین کبد را از صدمات سموم شیمیایی حفظ می‌کند.

بر اساس مطالعات انجام شده روی ۱۴۳ فرد دارای کلسترول بالا، عصار؟ برگ کنگر فرنگی بطور معنی‌داری میزان کلسترول خون افراد را بهبود بخشید. کلسترل کل به میزان ۰.۵/۱۸٪ در گروه دارو در مقایسه با ۰.۶/۱۸٪ گروه دارویی کاهش یافت.

(LDL) به میزان ۰.۲۳٪ در مقایسه با ۰.۶٪ و نسبت LDL/HDL برابر با ۰.۲۰٪ در مقایسه با ۰.۷٪ در گروه دارویی بود (واحد تحقیق و توسع؟ باریج اسانس).

میزان مصرف: طبق نظر کمیسیون E آلمان میزان ۶ گرم گیاه خشک یا مشابه آن (مجموعاً سه بار در روز) جهت درمان بد هضمی غذا قابل مصرف می‌باشد.

سینارین موجود در آن به عنوان محرک کبد و مثانه و کاهش غلظت کلسترول به بیماران تجویز می‌شود.

فرآورده‌های دارویی این گیاه به نام قطر؟ خوارکی سینابایل که برای درمان سوء هاضمه و کپسول‌های دارویی ساخته شده و از این گیاه برای درمان کاهش چربی استفاده می‌گردد (فصلنام؟ گیاهان دارویی).

سیر (Allium Sativum)

سیر حداقل از ۵۰۰۰ سال قبل گیاه با ارزشی شمرده می‌شود. اثر شناخته شده‌ای در کاهش میزان کلسترول خون دارد حتی علم پزشکی هم این نکته را پذیرفته است که سیر احتمال خطر حمله‌های قلبی را در بیماران قلبی کاهش می‌دهد.

سیر در طب سنتی، در درمان طیف وسیعی از بیماری‌ها مصرف می‌شود. ترکیب بودار آلین یکی از مهمترین ترکیبات موجود در سیر است. هنگامی که سیر بریده یا له می‌شود آنزیمی به نام آلیناز (Allinase) با اثر بر آلین آن را تبدیل به آلیسین می‌کند که عامل بوی شدید سیر است.

آلیسین از ترکیبات گوگرددار بوده که بیشتر خواص دارویی سیر به همین ترکیبات مربوط است. فرآورده‌های بدون بوی سیر قطعاً

کم اثر ترند.

سیر محرک سیستم ایمنی، آنتی بیوتیک، خلط آور، محرک تعرق، کاهش فشار خون، ضد انعقاد، کاهش کلسترول خون، کاهش قند خون، ضد هیستامین، ضد انگل می‌باشد (اثر سیر بر کاهش کلسترول خون و درمان بیماریها، دکتر عبدالله حاجی‌وندی - دکتر غلامرضا بابائی - دکتر محسن ناصری).

حبّ سیر در درمان عفونتها، مشکلات تنفسی، اختلالات گوارشی، عفونتهای قارچی مثل برفک و در درمان درازمدت، درمان خوبی برای بیماریهای قلبی است، باعث کاهش کلسترول اضافی خون، مانع تصلب شرائین، موجب کاهش خطر لخته شدن خون درون رگها می‌شود، در تنظیم قند خون تأثیر بسزایی دارد (درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی، مهندس میرزا قاسمی).

میزان مصرف: دوز مصرفی متداول عصاره پودر سیر روزانه ۹۰۰ میلی گرم است که حاوی ۳/۱٪ آلین یعنی روزانه حدود ۱۲ میلی گرم آلین می‌باشد. تنها اثر جانبی متداول سیر بوی نامطبوع آن است (فصلنامه گیاهی دارویی، حسن فلاح حسینی).
داروهای ساخته شده از سیر

گاریک (قطر؟ خوراکی)، گارسین (قرص روکش دار)، گارلت (قرص روکش دار)، گارلی کپ (کپسول).
دوز مصرفی: سه بار در روز و هر بار بعد از غذا (اینترنت: داروهای گیاهی رسمی ایران).

روغن زیتون

روغن زیتون حاوی آنتی اکسیدان و مقادیر زیادی اسید اولئیک و دارای نقطه ذوب بالایی است (۲۱۰ درج سانتیگراد).
مصرف روغن زیتون باعث کم شدن کلسترول بد خون گشته و روزانه ۸ دانه زیتون می‌تواند ۱۶٪ کلسترول بد خون را کاهش دهد (پژوهشگر تغذیه، خانم پروین میرمیران).

ویژگی خاص روغن زیتون در ترکیب اسیدهای چرب و نیز دارا بودن سایر مواد و ترکیباتی که خاصیت آنتی اکسیدانی دارند، است. در روغن زیتون مقدار اسید اولئیک ۵۵ الی ۸۳ درصد و مقدار اسیدهای چرب اشباع شده حدود ۸ الی ۱۴ درصد و بالاخره مقدار اسیدهای چرب با بیش از یک باند دوگانه حدود ۲۰-۱۵ درصد می‌باشد. ضمناً ترکیباتی چون ویتامین E، ویتامین K و پلی فنولها با خواص آنتی اکسیدانی قوی مکانیسم دفاعی بدن را در مقابل اثرات التهابی آترواسکلروزیس و مواد سرطانزا تقویت می‌کند.

اسید اولئیک ضمن کنترل سریع (LDL) میزان (HDL) را افزایش می‌دهد. مکانیسم عمل به این ترتیب است که اسید اولئیک گیرنده‌های (LDL) سلول را فعال کرده و ورود آنها را به درون سلول تسهیل نموده و ثانیاً با افزایش مقدار (HDL) کلسترول اضافی را به درون کبد منتقل و بعد از استریفیه کردن از طریق صفرا به خارج منتقل می‌شود.

روغن زیتون باعث جذب بیشتر کلسیم و معدنی شدن استخوانها می‌شود که این پدیده برای افراد در سنین رشد و نیز افراد سالخورده بسیار مهم است.

سویا (Glycine max L)

سویا به عنوان یک ماده غذایی سرشار از پروتئین در آسیا و به عنوان گوشت بدون کلسترول در غذای سنتی آمریکائیان مصرف می‌شود.

در طب سنتی سویا جهت کاهش کلسترول خون استفاده شده و همچنین به عنوان ضد سرطان و در درمان پوکی استخوان کاربرد دارد. سویا به ۳ دلیل باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد.

۱- فاقد کلسترول است.

۲- حاوی پروتئین است که پروتئین کلسترول خون را کاهش می‌دهد.

۳- اکثر چربیهای موجود در سویا از نوع چربیهای غیر اشباع هستند.

مصارف درمانی: چندین بررسی نشان داده است که سویا می‌تواند (LDL) خون را تا ۱۰٪ کاهش دهد. مصرف روزان ۴۷ گرم سویا حدود ۹٪ کلسترول خون و ۱۳٪ (LDL) را کاهش می‌دهد و اثر سویا بر روی (HDL) کمتر است (فصلنام ؟ گیاهان دارویی). ترکیباتی همچون ایزوفلاوون‌های موجود در سویا به عنوان عامل اصلی در کاهش کلسترول خون نقش دارند.

تداخل دارویی: سویا ممکن است اثر داروهای تیروئیدی را کاهش دهد و ایزوفلاوون‌های سویا مستقیماً از عمل غده تیروئید ممانعت نماید که این حالت ممکن است فقط در افراد دارای کمبود ید معنی‌دار باشد (طرح تحقیقاتی، قاسم دهکردی، ۱۳۷۶). در نهایت توصیه می‌شود که افراد دارای مشکلات تیروئیدی از مصرف مقدار زیاد سویا خودداری نمایند و همچنین سویا ممکن است جذب روی، آهن و کلسیم را نیز کاهش دهد و برای جبران این حالت دو ساعت بعد از مصرف سویا مواد دارای این ترکیبات استفاده شود.

سویا باعث کاهش میزان هورمون تستوسترون در مردان می‌شود و برخی مطالعات نشان دهند ؟ وجود خاصیت استروژنی در ایزوفلاوون‌های سویا است به همین دلیل استفاد ؟ زنان باردار از سویا ممکن است منجر به آسیب به جنین شود (طرح تحقیقاتی، قاسم دهکردی، ۱۳۷۶).

خار مریم (Silybum Marianum L)

عصار ؟ بذر گیاه دارویی خار مریم به سیلی مارین معروف است. سیلی مارین داروی گیاهی با خواص محافظت کبدی دارای ترکیبات متعددی از جمله فلاونوئیدها با خواص آنتی‌اکسیدانی، تثبیت غشای سلولی و افزایش گلوکوتایون خون می‌باشد که تأثیرات مثبت آن در بهبود بیماری‌های متعدد از جمله افزایش چربی خون در مطالعات آزمایشگاهی گزارش شده است (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر حسین پناهی).

نتایج تحقیقات بالینی حاکی از آن است که سیلی مارین‌ها می‌توانند به عنوان یک کاهش دهنده کلسترول خون در بیماران هایپرکلسترولمی مطرح شوند. در ۱۵ بیمار دارای کلسترول خون بالا- مصرف سیلی مارین با دوز ۴۲۰ میلی‌گرم یک بار در روز موجب کاهش غلظت کلسترول در صفرا در مقایسه با گروه کنترل شده که نشان دهند ؟ کاهش سنتز کلسترول در کبد است. در مطالعه بالینی که روی ۱۴ بیمار دارای کلسترول خون بالا از نوع دوم صورت گرفت، سیلی مارین با دوز ۴۲۰ میلی‌گرم موجب کاهش میزان کلسترول تام و افزایش میزان (HDL) خون بیمار شد. مطالعه‌ای که در بیمارستان شریعتی تهران انجام گرفته تجویز داروی گیاهی سیلی مارین به بیماران دیابتی مبتلا به چربی خون بالا موجب کاهش کلسترول تام، (LDL) و تری‌گلیسیرید خون گردید (فصلنام ؟ گیاهان دارویی، شماره ۱۱).

شنبلیله (Trigonella Foenum – Graceum)

شنبلیله در طب سنتی در بیماری‌هایی مانند دیابت، کلسترول بالا، یبوست، برونشیت، سوء هاضمه و مشکلات کلیوی تجویز می‌گردد. مطالعات انجام شده بر روی حیوانات آزمایشگاهی و بررسی‌های بالینی نشان می‌دهد که این گیاه میزان قند خون را در افراد دیابتی کاهش داده و سطح کلسترول را نیز پایین می‌آورد. مشابه سایر مواد غذایی دارای فیبر زیاد، ممکن است جهت یبوست نیز مفید باشد.

میزان مصرف: دوز مصرفی متداول ۵ تا ۳۰ گرم پودر بذر گیاه یا روغن گرفته شده از آن سه بار در روز همراه با غذا می‌باشد. تنها اثر جانبی این گیاه ایجاد اختلالات گوارشی خفیف در صورت مصرف زیاد آن است. عصار ؟ حاصل از بذر شنبلیله ایجاد اثر تحریکی روی رحم کوچک‌های هندی نموده است به همین دلیل زنان باردار بهتر است از مصرف آن پرهیز نموده و در صورت تمایل باید مقدار ۵ گرم در روز و تحت نظر پزشک این دارو را مصرف نمایند.

تداخل دارویی: بذر شنبلیله به علت خاصیت کاهش قند خون، اثر انسولین یا اثر سایر داروهای کاهش دهند؟ قند خون را کاهش می‌دهد (فصلنام؟ گیاهان دارویی).

عرقیات گیاهی

۱- عرق آویشن

دارای طبع گرم و خشک می‌باشد.

- کاهش کلسترول: روزانه ۳ الی ۴ فنجان از عرق آویشن به منظور کاهش کلسترول خون، درمان سیاه‌سرفه، رفع دل‌درد و سوء هاضمه مفید می‌باشد.

ترکیبات آویشن: اسانس حاوی تیمول، الکل، لینانول، ژرانول، اسید اولئانولیک می‌باشد.

۲- عرق بابا آدم

بیشتر از ریش؟ آن استفاده می‌کنند. هنگامی که یکساله است و قبل از آنکه گل بدهد جمع‌آوری می‌کنند که دارای طبع گرم و خشک است و تأثیر خوبی روی درمان فشار خون، دیابت و کلسترول خون دارد. هر صبح و عصر به صورت ناشتا مصرف می‌شود.

۳- عرق زرشک

باعث کاهش کلسترول خون، کاهش فشار خون شده و طبعی سرد و خشک دارد، عرق زرشک از میو؟ زرشک تهیه می‌گردد.

۴- عرق زیره

عرق زیره دارای طبعی گرم است، مصرف مجاز آن یک فنجان در نصف لیوان بعد از غذا می‌باشد. درمان به جهت کاهش کلسترول و چربی خون، می‌توان از آب مقطر زیره به جای چای روزانه استفاده نمود. در درمان و تقویت اعصاب و تقویت شنوایی و کلیه نیز استفاده می‌شود.

۵- عرق سیر

عرق سیر دارای طبعی گرم و خشک است. مهمترین خواص آن پایین آورند؟ فشار خون، قند خون، چربی خون، تقویت کار گلبولهای قرمز، تنظیم کنند؟ مقدار کلسترول و ضد عفونی کنندگی می‌باشد. خوردن مداوم عرق سیر به علت داشتن منگنز موهای سفید را سیاه می‌کند.

۶- عرق شوید

عرق شوید دارای طبعی گرم و خشک است. مهمترین خواص دارویی آن در پایین آوردن چربی خون و فشار خون، برطرف کنند؟ آرتروز، ضد اسید اوریک، مقوی معده، مدر و بادشکن می‌باشد.

۷- عرق گاو زبان

دارای طبعی گرم و خشک می‌باشد. خوردن ۲ فنجان عرق گاو زبان باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد.

ترکیبات: موسیلاژ، ماد؟ تلخ رزین، مواد معطر، تانن‌ها.

۸- عرق ریحان

به منظور تقویت قلب، کاهش فشار خون، کم خونی و کاهش کلسترول خون و تقویت قوای چشایی روزانه نیم استکان صبح و نیم استکان عصر عرق ریحان میل نمایند.

منابع

۱- امید بیگی رضا، تولید و فرآوری گیاهان دارویی، جلد سوم.

۲- علی زرگری، گیاهان دارویی، انتشارات دانشگاه تهران.

- ۳- حسن فلاح حسینی - حسین فخرزاده، فصلنام ؟ گیاهان داروئی، گیاهان داروئی مؤثر بر چربی خون.
 - ۴- دکتر طوبی کاظمی - دکتر حسین پناهی، تحقیقات بالینی باریج اسانس.
 - ۵- دکتر علیرضا آثاررخ، پایان‌نامه، ۶۹۰۲ کلسترول خون.
 - ۶- ترکیبات شیمیایی چربیها و پالایش روغن ...
 - ۷- کیومرث زارع، پایان‌نام ؟ دکترای داروسازی.
 - ۸- مهندس میرزا قاسمی، درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی.
 - ۹- فصلنام ؟ گیاهان داروئی، بررسی تغییرات درصد و اجزای روغن فرار در مراحل مختلف رشد گیاه شوید.
 - ۱۰- دکتر سید محمود میرحسینی - دکتر محمود رفیعیان، بررسی تأثیر داروی آنتوم و قطر ؟ دیل‌سان بر روی کلسترول و لیوپروتئین‌های خون.
 - ۱۱- دکتر عباس حاجی‌وندی - دکتر غلامرضا بابائی - دکتر محسن ناصری - انوشیروان کاظم‌نژاد، درمان بیماریهای عروقی و اثر سیر بر کاهش کلسترول خون، دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس.
 - ۱۲- قاسم دهکردی، طرح تحقیقاتی، ۱۳۷۶.
 - ۱۳- سایت اینترنتی داروهای گیاهی ایران.
- منبع: سایت طوبی

تاجریزی

دیسقوریدوس گوید :انواع بسیاری دارد که از این قرار است .

۱ - کاشتنی که بسیار بزرگ نمی شود .

۲ - نوع دوم را تعفین گویند .

۳ - نوع سوم خواب آور است و اکثراً در سنگلاخها نمو می کند .

۴ - نوع چهارم را مجنن گویند که در طبرستان کوبریل نامیده شده است .

۵ - نوع پنجم را بعضی از مردم وریطموس می گویند .

هر آن نوعی که برگ سبز و میوه زرد می دهد بهتر است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت : تاجریزی کاشتنی تخمش قبوضیت دارد و خواب آور است .

ورم و جوش : در علاج انواع ورم های گرم ، ورم بر رویه باشد یا ناپدید ، بسیار مفید است .

در علاج ورم های گرم درونی و ناپیدا آتش را می خورند و در علاج باد سرخ و مورچگی آب آن را با سفیداب و روغن گل

ضماد می گذارند .

پرزه های ریشه اش بسیار خشکاننده است و برگش نیز که با گیاه کوشاد باشد در خشکانیدن و شفا بخشیدن باد سرخ و مورچگی

مفید است .

سر :اگر بیش از دوازده دانه (حبه) از دانه های آن نوع که تخدیر کننده است بخورند سبب دیوانگی می شود .

اگر به وزن یک مثقال از الیاف ریشه اش را با آب انگور کهنه خورند می خواباند .

اگر تاجریزی را بخوبی خرد کنند و بکوبند و بر پیشانی ببندند سر درد از بین می رود .ضماد کوبیده تاجریزی ورم بیخ گوش و ورم

پرده مغز را درمان می کند .
 آب آن را در گوش بچکانند درد گوش آرام می یابد .
 اگر پوست بیخ نوع سومی را در آب انگور کهنه بپزند و در دهان نگه دارند درد دندان تسکین می یابد .
 چشم : آب تاجریزی علاج غرب (جوش در چشم) است .
 افشیره انواع تاجریزی حتی نوع خواب آورش چشم روشنی است و دید را نیرو می بخشد .
 اگر میله های دارویی در چشم کشیدنی را به جای آب و سفیده تخم مرغ با آب تاجریزی درست کنند در بیماری چشم مفید است .
 اندام های غذا : تخم مرغ مخدر از تاجریزی بول را ریزش می دهد .
 کلیه و مثانه را می پالاید ، همه انواع تاجریزی را اگر بردارند خونریزی حیض را قطع می کند ، سردی می بخشد و خواب های جنسی را باز می دارد .
 زهرها : یک نوع از انواع تاجریزی که نه کاکنج است و نه کاشتنی و نه مخدر اگر چهار مثقال از آن را بخورند می میرند و کمتر از آن دیوانگی می آورد و از فواید تاجریزی نصیبی ندارد مگر در ضماد شدن

ترب

دارویی ترین جزء ترب به ترتیب اولویت ، تخم ، پوست ، برگ و مغز آن است .
 روغن ترب ، هم قوت روغن کرچک و از آن گرمتر است . ترب بیابانی قوی تر است . نیرومندترین جزئش تخم آن و غذایی ترش در آب جوشیده است .
 مزاج : گرم و تراست .
 خاصیت : ترب بادآور و تخمش بادشکن است . ترب و به ویژه تخمش نرمی بخش است . ترب بیابانی التهاب می آورد . ترب غذای کم و بلغمی می دهد .
 آرایش : با آرد شلمک مخلوط کنند و بر سر بمالند موی مبتلا بهکم مویی و داء الحیه را باز می رویاند . ترب و عسل ضماد شود لکه های زیر چشم خونی و غیر خونی را می زداید .
 تخم ترب داروی نقطه های گوناگون اندام ها و زداینده لکه های ناشی از ضربه خوردن و لکه های سیاه پوست است . ترب و کندس و سرکه را بر پوست می مالند و اگر در حمام بر پوست بمالند بهتر است ، لک و پیس سیاه را از بین می برد . ترب شپش را در بدن می افزاید .
 جوش : با آرد شلمک بر جوش های شری بگذارند شفا می دهد .
 زخم و قرحه : ترب و عسل ضماد شود زخم چرکی و شری را بر می کند .
 تخم ترب با سرکه علاج زخم است و بیماری ویروسی را ریشه کن می کند .
 مفاصل : تخم ترب درد مفاصل را دوا می کند و ضربان مفاصل را آرام می نماید .
 سر : به زیان سر و دندان و دهان است . افشیره اش باد گوش را می پراکند .
 چشم : آب ترب را در چشم می چکانند هر چند برای چشم خوب نیست اما دیده را جلا می دهد . آب ترب لکه های زیر اشک ریز را می زداید . ابن ماسویه گوید : برگ ترب دید را تقویت می کند .
 نفس کش و سینه : ترب پخته در علاج سرفه کهنه و همیشگی ، کیموس غلیظ که در سینه پیدا می شود و خناق ناشی از قارچ سمی

بسیار مفید است. ترب را با سکنجبین بپزند و با آن غرغره کنند در دفع خناق مفید ولی برای گلو زیان دارد. شیر پستان را افزایش می دهد.

اندام های غذا: برای معده بد و آروغ آور است.

تخم ترب و سرکه با هم بسیار قوی آور است.

آماس طحال را فرو می نشاند.

ابن ماسویه گوید: خوردن ترب و به ویژه برگ آن بعد از طعام، طعام را هضم می کند.

آب برگ ترب بند آمده های کبد را باز می کند و علاج یرقان است.

زهرها: ترب پادزهر نیش مار است. تخم ترب در دفع گزند سم و نیش حشرات مفید است.

قاچی از ترب را بر کژدم بگذارند می میرد. آبش را بر کژدم بپاشند فوراً کژدم را می کشد. اگر ترب خورده را کژدم بزند تأثیری ندارد.

زعفران، طلای سرخ

مقدمه

زعفران با نام علمی کرکوس ساتیوس *Crocus Sativus* از خانواده زنبقیان *Iridaceae* می باشد. در برخی منابع، مثلاً در دائرة المعارف آمریکانا *Americana Encyclopedia* ذکر شده است که این کلمه از کریکوس *Corycus* که نام منطقه ای در سیلیسیا *Cilicia* واقع در شرق مدیترانه می باشد گرفته شده است. عده ای مبداء زعفران را ایالت قدیم ماد ایران می دانند، برخی از محققین نیز خاستگاه زعفران را در منطقه وسیعتری از کره زمین شامل یونان، ترکیه، آسیای صغیر و ایران می دانند.

ایرانیان ضمن صدور زعفران به بسیاری از نقاط جهان باستان، خواص آن را به یونانیها، رومیها، چینیها و اقوام سامی از جمله عربها معرفی کردند و شیوه زراعت آن را در سده های اول تا چهارم هجری به امم اسلامی پیرامون مدیترانه آموختند. به این ترتیب که نخستین زعفران زارها به وسیله ایرانیان تبعید شده توسط معاویه در نواحی شام دایر شدند، سپس کاشت زعفران در شمال افریقا و اندلس (اسپانیای اسلامی) و صقلیه (سیسیل) رواج یافت و اقوام ایرانی همچون رستمیان و بنوطبری در انتقال فرهنگ زعفرانکاری مؤثر بودند.

مستندات تاریخی بیانگر این واقعیت است که ایرانیان از روزگاران کهن به زر و زعفران علاقه و توجهی بلیغ داشته اند به طوری که در جشن ها و سرور ها و مجالس بزم و نشاط مانند عروسی ها و اعیاد، یا استقبال از بزرگان و زائران زر و زعفران نثار قدمها می کردند. در برپایی با شکوهتر این گونه آئین ها، ضمن آذین بندی و آینه بندان، سکه های زرین و سیمین را به همراه زعفران و گل و نقل بر سر عروس و داماد یا شخصیت های مورد نظر، و گاهی همه حاضران در این گونه مراسم می ریختند. در برخی از مراسم زعفران را به تنهایی، یا همراه با مشک و عنبر و عود دود می کردند و گلاب می پاشیدند.

در عصر هخامنشیان زعفران برای تزئین گرده های نان و معطر کردن خوراکیها به کار می رفته است. فردیناند یوستی ضمن شرح زندگانی داریوش نوشته است: ((شاه ایران تن خود را روغنی معطر می مالید که عبارت بود از مخلوط روغن آفتاب گردان که در پیه شیر پخته و با زعفران و شراب خرما تهیه میشد)). در دوره پارتها زعفران ایران به یونان و روم می رفت، بعداً چین هم از مشتریان زعفران ایران شد. در عصر ساسانیان کاشت زعفران در قم و بون نیز رایج گردید و مرغوبیت محصول آنها شهرت یافت. در همان روزگار زعفران در پرداخت کاغذهای گران قیمت کاربرد پیدا کرد، اما پیشتر از آن محلول زعفران به عنوان مرکب تحریر استفاده می شد، و تا قرنها بعد در ترکیب مرکبهای تحریر مرغوب به کار می رفته است. از انواع مرکب زعفرانی کم رنگ و پر رنگ (از زرد

کمرنگ تا قرمز خونین) برای نوشتن عنوان فرمانها و نامه های سلاطین و خلیفگان و امرا، و همچنین در تحریر عنوانها و سرفصلهای کتب و رسالات و نیز در تذهیب و تشعیر، و در تصویرها و نقوش حواشی و متن استفاده می شده است. افزون بر اینها در تحریر دعاها و مقدس و همچنین تعویذها و طلسم های خاص بر روی کاغذ و پارچه و گاهی کفن، مرکب زعفران به کار می رفته است. در منابع پهلوی زعفران با نام پارسی (کرکم) ثبت شده است. در یک ترجمه بندهش زعفران جزو اسپرغم ها یا عطرها یا گیاهان خوشبوی به حساب آمده، و در ترجمه دیگری از این کتاب، زعفران در شمار گیاهان رنگ کننده پارچه ذکر شده است. کلمه زعفران یک واژه عربی یا احتمالاً معرب است که ریشه و وجه اشتقاق آن ناشناخته مانده، گو اینکه در منابع غربی برای این کلمه و کلمه کرکم مبنای سومری عنوان شده است. این نظر قابل تامل در صورتی به واقعیت نزدیک است که مبدا سومریان از نواحی زعفران خیز ایران باشد، یا بتوان آنها را همان بومیان رانده شده از ایران زمین، پس از هجوم آریاهای دامدار و شبان پیشه پنداشت. در منابع لغت فارسی و عربی دهها کلمه به معنی زعفران ثبت شده است. اما این کلمات به ندرت در مآخذ و متون کهن فارسی به کار رفته است. مثلاً کلمه کرکم در نوشته ها و سروده های فارسی در موارد بسیار اندک ذکر شده است، اما کلمه زعفران با همه خصلتها و خصوصیات و خواص نباتیش مورد توجه بسیاری از ادبا و نویسندگان و شاعران قرار گرفته است، به طوری که با جرأت می توان گفت کلمه زعفران و تعبیرات و تشبیهات مربوط به آن به اندازه ای که در منابع و متون و دواوین فارسی آمده در آثار مکتوب هیچ یک از السنه جهانی به کار نرفته است.

کشت زعفران در گذشته ای بسیار دور در غالب مناطق مرکزی ایران متداول بوده است. شهرت زعفران قم در زمان قبل از اسلام حکایت از پیشینه کشت این گیاه در ایران قدیم دارد. در قرن دهم میلادی کشت زعفران توسط اعراب (که خود اعراب نیز آن را از ایرانیان آموخته بودند) در اسپانیا متداول گردید و متعاقب آن در قرن هجدهم در ناحیه ای به نام Walden در Essex انگلستان رواج داشته و امروزه این محل به نام Saffron Walden معروف است.

به طوری که از نوشته های ادبی و پزشکی هندوستان برمی آید، زعفران از دیر باز برای مردم آن سرزمین شناخته شده بوده است. همچنین زعفران نزد مردم مصر، یونان، کلیمیان، هندوها و مسلمانان از توجه خاصی برخوردار بوده است. می گویند خوردنش آرامش بخش است و برای تمدد اعصاب مفید، به افزایش خنده نیز کمک می کند و افسردگی را می کاهد. زیبایی و طراوت خاصی به برنج می بخشد، اگرچه قیمت بالایی دارد و همچون طلا، گرمی و مثقالی سنجیده می شود.

زعفران که به گل سلامتی، سلطان ادویه ها و طلای سرخ معروف است، ارزشمندترین رستنی ایران و نشأت گرفته از دامنه های الوند می باشد. کشت زعفران در ایران به سال های قبل از میلاد برمی گردد و در مناطق بسیار کم باران ایران که دارای زمستان سرد و تابستان گرم هستند گسترش دارد. در واقع منشا آن دامنه های کوه الوند (همدان) بوده است. نخستین زعفرانزارهای جهان در اطراف همدان و کرمانشاه دایر شده و پس از آن به نقاط مختلف ایران از جمله خراسان رسیده و تولید انبوه و مرغوب آن در قهستان و قاینات رواج یافته است.

زعفران از کلاله گل زعفران به دست می آید به طوری که تقریباً از هر هزار گل زعفران، حدود ۱۰ گرم زعفران حاصل می شود. از زعفران به علت دارا بودن خواص منحصر به فرد در عطر و طعم و رنگ و خواص دارویی آن در انواع مواد غذایی مانند برنج، گوشت، شیرینی، بستنی، چای و صنایع داروسازی استفاده می شود.

قدیمی ترین اسنادی که از مصرف زعفران بر جای مانده مربوط به دوران شاهان هخامنشی است که بر روی کتیبه ای از آن دوران مقدار زعفران مصرفی دربار چیزی در حدود یک کیلوگرم نوشته شده است.

علاوه بر این، در کشورهای باستانی دنیا مانند یونان و ایتالیا و ... کم و بیش رواج دارد.

زعفران با نام علمی *Saffron Crocus Sativus L.* از خانواده زنبقی ها *Iridaceae*، گیاهی است به ارتفاع ۱۰-

۳۰ سانتیمتر، چند ساله و بدون ساقه، دارای پیاز غده‌ای و کروی شکل به قطر ۳-۵ سانتیمتر، گل‌های معطر هر بند ۱ تا ۴ عدد و دارای ۳ کاسبرگ و ۳ گلبرگ بنفش رنگ شبیه به هم و ۳ پرچم هستند. برگ‌های حقیقی زعفران ۵ تا ۱۱ عدد بوده که همزمان با گلدهی و یا کمی بعد از آن در می‌آیند که به رنگ سبز با پهنای ۱/۵ - ۳ میلی‌متر هستند. قسمت خوراکی و تجاری زعفران کلاله قرمز رنگ شاخه است که محصول زعفران را تشکیل می‌دهد.

زعفران کاربردهای گوناگونی دارد که مصارف عمده‌ی آن شامل غذایی و دارویی و شیمیایی (صنعتی) است.

مصارف غذایی

بر اساس قانون سازمان نظارت بر مواد غذایی و دارویی آمریکا (FDA) زعفران به عنوان رنگ دهنده طبیعی مجاز است و مقدار مصرف آن به عنوان عطر و طعم دهنده طبیعی محدودیتی ندارد.

در تهیه مواد خوراکی مانند سوسیس و مارگارین - کره و پنیر و صنایع لبنی - کیک و دسر و ژله و نوشابه - شکلات و نوشیدنی‌ها - سوپ و برنج و مرغ استفاده می‌شود.

مصارف درمانی

زعفران به علت دارا بودن مواد تلخ موجب سهولت هضم غذا می‌شود. تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که ترکیبات فعالی چون Crocin, Crocetin و انواع دیگری از کارتنوئیدها در زعفران وجود دارند که می‌توانند حالت توموری بافت‌ها را کاهش دهند و خاصیت ضد سرطانی دارند و نیز می‌توانند میزان چربی سرم خون را کاهش داده و از ایجاد حالت هیپولیپمیک (hypolipemic) در سرم خون جلوگیری کنند، اکسیژناسیون بافت‌ها را افزایش داده و نیز می‌تواند از اختلالاتی نظیر آلزایمر و پارکینسون به طور قابل ملاحظه‌ای جلوگیری کند.

همچنین از زعفران در درمان دامنه وسیعی از اختلالات جسمی مانند زکام، نفخ، سوءهاضمه، یرقان، هپاتیت، اسپاسم و دیابت و ... و نیز به عنوان یک ماده اشتها آور، نشاط آور، محرک معده و ... استفاده کرد.

مصارف صنعتی

از زعفران در صنعت برای رنگ آمیزی ابریشم و نخ ... استفاده می‌شود. برخی ترکیبات شیمیایی آنالیز شده از گیاه زعفران شامل موارد زیر هستند:

۱ - کربوهیدرات: قندهای احیا کننده که بیش از ۲۰ درصد وزن زعفران را تشکیل می‌دهند مانند گلوکز و مزوکتوز و گلیکز و ..

۲ - مواد معدنی: شامل $K_2O, Na_2O-P_2O_5-Cl_2$

۳ - ویتامین‌ها: مانند ویتامین B₁ و ریوفلاوین B₂

۴ - چربی: مانند استگمایستروئول، کاپتاستروئول

۵ - رنگدانه‌ها: شامل کارتنوئیدهای محلول در چربی مانند لیکوین a- کاروتن و b- کاروتن و کارتنوئیدهای محلول در آب مانند کروسین و آنتوسیانین است. کروسین crocin عامل اصلی رنگ زرد زعفران است با فرمول $C_{44}H_{64}O_{24}$ و درصد این ماده در هنگام گل دادن بین ۹/۱ تا ۱۵ درصد متغیر است.

۶ - گلیکورند picro crocin: گلیکورند فاقد رنگ است که طعم تلخ زعفران را باعث می‌شود با فرمول $C_{16}H_{26}O_7$ و نقطه ذوب ۱۵۶ درجه سانتیگراد که در زعفران تازه حدود ۴ درصد گلیکورند وجود دارد.

۷ - روغن‌های فرار: عامل عطر و آروما در زعفران سافرانال است که عمده ترین ترکیب موجود در روغن‌های فرار است.

گیاهشناسی

زعفران با نام علمی (Crocus Sativus L.) از خانواده زنبقیان (Iridaceae) گیاهی علفی، چند ساله، بدون ساقه و پیازدار

است. پیاز زعفران از نوع توپر و تقریباً کروی شکل با قطر ۳ تا ۵ سانتی متر و پوششی قهوه‌ای رنگ می‌باشد که در زیر خاک قرار می‌گیرد. هر پیاز ۶ تا ۹ برگ باریک، نظیر برگ علفهای چمنی تولید می‌نماید. ریشه‌های زعفران از نوع افشان هستند که از قاعده پیازها و از روی دایره محیطی آن می‌رویند. گل زعفران اولین اندامی است که در اوایل پاییز ظاهر می‌شود. در سال اول کشت، به علت ضعف پیازها و عدم استقرار کامل آنها در خاک و کشت عمقی، جوانه‌های گل توان کافی برای رویش ندارند و حتی برگها در سال اول دیرتر از معمول ظاهر می‌شوند. پوشش گل از سه کاسبرگ و سه گلبرگ هم‌رنگ بنفش تشکیل می‌شود، به طوری که تشخیص کاسبرگها از گلبرگها مشکل می‌باشد. تعداد پرچمها سه و طول میله پرچم دو برابر بساک است. بساک زعفران زرد رنگ می‌باشد. مادگی در مرکز گل قرار گرفته و دارای یک تخمدان است و از قسمت تخمدان خامه باریکی خارج می‌گردد. خامه طویل و کشیده بوده به رنگ زرد کم‌رنگ است که به یک کلاله شفاف قرمز نارنجی سه شاخه‌ای به طول ۲-۳ سانتی متر ختم می‌شود. سه کلاله همراه با خامه پس از خشک کردن، زعفران تجارتي را تشکیل می‌دهند.

زعفران گیاهی است که از لحاظ مورفولوژیکی تقسیم میشود به مشخصات ریخت شناسی برگ، کلاله، خامه، گلبرگ، کاسبرگ، پیاز(سوخ)، چمچه مشخصات برگ: برگ زعفران معمولاً از ?? سانتی متر تا ?? سانتی متر می‌باشد، برگ‌های نوک تیز دارد که روی برگ آن تیره تر است و در ارقام مختلف متفاوت می‌باشد. زیر برگ آن روشن است و در گونه‌های مختلف زعفران فرق می‌کند. ضخامت برگ ممکن کم تا زیاد باشد و ارقام مختلف زعفران مانند خزری، زاگرسی، سفید، بنفش، زیبا و جوقاسم متفاوت است. کلاله: رنگ کلاله که به میزان کارتنوئید و لیکوپن موجود در آن بستگی دارد متفاوت است. از قرمز رنگ تا نارنجی کم‌رنگ دیده شده است. کلاه سه شاخه است و نسبت به خامه که تعداد آن نیز سه عدد می‌باشد متفاوت است. ممکن است بلندتر، کوتاهتر، و برابر با آن باشد و همچنین طول آن نسبت به گلبرگ‌ها نیز متفاوت است. و دیده شده است که در ارقام مختلف در ایران بلندتر، کوتاهتر و تا اندازه‌ای برابر وجود دارد. در انتهای کلاله لبه آن حالت چین خورده دارد که در برخی ارقام زعفران بسیار بیشتر دیده میشود. و عرض دهانه آن نیز بستگی به گونه آنها تا نازک وجود دارد. و رنگ لبه انتهایی کلاله دارای رگه سفیدی می‌باشد که کم تا زیاد وجود دارد. خامه: دارای رنگ زرد می‌باشد که در برخی ارقام مانند زعفران خزری بسیار زرد آن پررنگ می‌باشد و در رقمی مانند زعفران زاگرسی زرد کم‌رنگ تری دارد و به نسبت کارتنوئید آن متفاوت خواهد بود. سوخ: شکل عمومی سوخ می‌تواند بیضوی پخ، لوزی، تخم مرغی، دایره‌ای، و بیضوی پهن باشد. و یکی از صفات مورد بررسی آن پهنای گردن آن می‌باشد که ممکن است خیلی باریک، باریک، و تا بسیار پهن دیده شود. شکل قاعده پیاز زعفران ممکن است گرد و یا تو رفته باشد. از لحاظ ضخامت قطر آن در ابتدا و انتهای و وسط سوخ دیده شده است که شکل سوخ را متفاوت کرده. و از صفات بسیار مهمی می‌باشد از لحاظ استفاده بازار. در پیاز زعفران حالت چندقلویی نیز وجود دارد چنانچه در تمام گیاهان دارویی که دارای پیاز هستند وجود دارد و ممکن هم هست که وجود نداشته باشد و درصد نبود آن بیشتر است. پیاز زعفران دارای الیاف قهوه‌ای می‌باشد که در برخی گونه‌ها بسیار فشرده می‌باشد و در برخی گونه کم پشت تر است و رنگ سفید پیاز به وضوح دیده می‌شود. گلبرگ/ کاسبرگ: هر کدام به تعداد ? تا می‌باشد و ضخامت آنها کم تا زیاد وجود دارد. چمچه: اولین اندامی است از زعفران که به محظ جوانه زدن در سطح خاک دیده میشود. چمچه‌ها در برخی لرقام بسیار بلند هستند و در ارقام پابلند زعفران دیده شده و در ارقام پاکوتاه زعفران بصورت بسیار کوتاه نیز وجود دارد و بیشتر ارقام متوسط آن وجود دارد.

ترکیبات شیمیایی

رنگ زعفران مربوط به ماده‌ای به نام کروستین است که در آن وجود دارد. پیاز زعفران سمی است و مصرف بیش از حد آن برای حیوانات کشنده است.

اندامهای مختلف گیاه زعفران

تکثیر زعفران از طریق ایجاد پیازچه های جدید که از پیاز مادر تولید می شود صورت می گیرد. پیاز زعفران در ماههای تابستان به صورت غیرفعال و راکد در زمین باقی می ماند و رشد دوباره خود را در حدود پایان تابستان شروع می نماید. بر طبق گزارشات موجود چندین واریته شناخته شده در کشورهای مختلف کشت می گردد.

تقسیم بندی انواع زعفران

در ایران معمولاً زعفران تولیدی به چند شکل تقسیم بندی می شود. یکی از اصطلاحاتی که از دیرباز در این زمینه مورد استفاده قرار می گرفته زعفران دخترپیچ است. این نوع زعفران شامل قسمت کلایله و خامه، (قسمت سرخ و قسمت سفید یا زردرنگ زعفران) می باشد که در فارسی به آن زعفران دسته‌ای نیز گفته می‌شود، و در خارج از کشور آن را به عنوان زعفران **Bunch** (دسته ای) یا **Red & White** (سرخ و سفید) می شناسند. در واقع قسمت قرمز در این نوع زعفران بایده بین ۷۵-۷۰٪ باشد و قسمت ریشه یا کنج آن حدود ۳۰-۲۵٪ است.

از نامهای جدیدتری که بعداً مرسوم شد، زعفران سرگل یا به اصطلاح عامیانه زعفران سرقلم بود که از زعفران دسته ای تولید گردید، بدین نحو که قسمتهای زرد آن رابا قیچی کردن و سپس با استفاده از روش الکتریسته ساکن جدا نمودند و زعفرانی تمیزتر و کاملاً قرمز به دست آوردند که در زبان انگلیسی به آن **All-Red** (کاملاً سرخ) گویند و مشابه زعفرانی است که کوبه **Coupe** (قطع شده یا بریده) خوانده می شود. بعدها زعفرانهایی را که برای تهیه آنها مستقیماً قسمت قرمز (تنها شامل مقدار بسیار کمی از زردی) را از گل جدا می کنند پوشالی نامیدند، شاید به این دلیل که این نوع یک حالت حجیم و پوشال مانند پیدا می کند، که البته پایگاه معتقد است این اسم مناسبی نیست و باید نام بهتری برای این نوع زعفران انتخاب شود. هر کدام از این زعفرانها ممکن است درجه یک یا دو و مرغوب یا نامرغوب باشند و هیچیک را نمی توان به دیگری ترجیح داد. آنچه که مسلم است قدرت رنگدهی و کیفیت زعفران دسته به مراتب پایین تر از انواع دیگر زعفران است، همینطور از نظر روش خشک کردن چون با تاخیر خشک می شود و در واقع بخشی از قدرت رنگدایش را در طول فرآیند خشک کردن از دست می دهد کیفیت پایین تری دارد.

برخلاف نتایج بررسیهای علمی و آنالیزهای انجام شده برخی تصور می کنند زعفران دسته‌ای و حتی ریشه یا کنج دارای عطر بیشتری است. این کاملاً اشتباه است، زیرا منشا مواد موثره زعفران (کروسین، پیکرو کروسین و سافرانال، مخصوصاً کروسین موجود در قسمت زردی (کنج) زعفران، کلایله آن است و مواد مذکور در اثر حرکت در بافت گیاهی از کلایله به آنجا انتقال پیدا کرده اند، خود زردی (کنج) نه تنها دارای مقدار قابل توجهی از آنها نیست (در مقایسه با کلایله) بلکه کروسین موجود در آن صفر است. از نظر عطر نیز تنها به این علت که به سبب نوع بافت گیاهیش امکان جذب رطوبت بیشتری از کلایله دارد، معطرتر به نظر می‌رسد.

وقتی زعفران سرگل را از زعفران دسته‌ای جدا می کنیم، قسمت ریشه یا سفید که در فارسی به آن کنج یا سفید زعفران و در اروپا به آن **white** (سفید) یا **style** (خامه) گفته می‌شود، جدا می‌شود و در واقع نمی توانیم آن را زعفران تلقی کنیم. این ماده کنج زعفران نامیده می شود و تعریف زعفران را شامل آن نمی دانیم.

از تقسیم بندیهای دیگری که وجود دارد تقسیم بندی است که توسط بعضی از شرکتها مورد استفاده قرار گرفته و در آن زعفران برمبنای کیفیت به درجه هایی تحت عناوین ۱ و ۲ یا ۱ و ۲ و ۳ و ۴ و همینطور حروف انگلیسی مثل **A, B** و **C** درجه بندی شده اند. اینها استانداردهای کارخانه‌ای هستند، و امیدواریم در آینده پایگاه زعفران بتواند با کمک موسسات ذیربط مثل مؤسسه استاندارد و اتحادیه صادرکنندگان و سایر بخشها یک نامگذاری واحد را برای زعفران ایران رایج نماید.

خواص دارویی

زعفران از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. مهمترین خاصیت زعفران که از قدیم‌الایام از آن استفاده می‌شده است درمان افسردگی می‌باشد. این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران نیز انعکاس یافته است. شاهد آن شعر خاقانی است که می‌گوید:

گر کسی را زعفران شاید فراید گو فرای چون تو با غم خو گرفتی زعفران کس مخور
خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می شود.

اثر مسکن درد دارد.

قاعده آور است.

باعث تحریک اعصاب می شود.

زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان می سازد.

مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می برد.

قوای جنسی را تقویت می کند.

کبد را تصفیه و قوی می سازد.

سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد.

کلیه و مثانه را پاک می کند.

آرام بخش و خواب آور است.

زعفران ضد تشنج است.

گاز معده را برطرف می کند.

ادرار آور است.

اگر می خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید.

مضرات

چون زعفران بر روی سیستم تولید مثل اثر دارد بنابراین زنان حامله باید در خوردن آن احتیاط کنند؛ چرا که ممکن است باعث

سقط جنین شود خوردن زیاد زعفران برای کلیه‌ها مضر است اشتها را کم و ایجاد سردرد می کند و باعث اختلال حواس می شود

زعفران را باید در شیشه‌های دربسته و دور از نور نگهداری کرد زیرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست می دهد

مصرف سه گرم زعفران در ماه برای هر فرد مناسب است و استفاده بیش از پنج گرم زعفران در یک وعده غذایی عوارضی همچون

سرگیجه، کاهش تعداد ضربان قلب و احساس تهوع در پی دارد؛ همچنین، این میزان زعفران در دوران بارداری احتمال سقط جنین

را افزایش می دهد .

مصرف زعفران به مقدار زیاد سمی است و باعث استفراغ، خون ریزی رحم، اسهال خونی، خون روی از بینی، پلک ها و لب ها،

سرگیجه، بی حالی، زردی پوست و تحریکات شدید ماهیچه های صاف و حتی گاهی مرگ نیز می شود .

با آزمایشاتی که به عمل آمده، مصرف حداکثر تا ۵/۱ گرم در روز برای یک فرد بالغ بلامانع است ولی باید سعی کرد که برای

جلوگیری از عوارض و مشکلات بعدی، کم تر از این مقدار مصرف شود و از زیاده روی در مصرف آن خودداری ورزید .

زعفران و هنر

از میان هنرهای بسیاری که نزد ایرانیان یافت میشود، در حال حاضر حداقل به دو هنر بسار قدیمی می توان اشاره کرد که در آنها از

زعفران استفاده شده است. این دو عبارتند از تذهیب و فرشبافی (در اینجا ذکر دو نکته لازم است، اول اینکه منظور نگارنده از این

کلمات هنرهایی هستند که منشا ایرانی دارند، در غیر اینصورت هنرهایی مانند نقاشی و خوشنویسی از شناخته شده ترین هنرهایی

هستند که می توان در آنها از زعفران استفاده کرد، نکته دوم این که احتمالاً از این ماده در هنرهای دیگری نیز استفاده شده است

که اثبات صحت و سقم این موضوع نیاز به بررسی دارد.)

در فرشهای ابریشمین که با رنگهای طبیعی توسط استادان بزرگ ایران از قرون مختلف بافته شده، به اقصی نقاط دنیا رفته و شهرت جهانی دارند، از زعفران به عنوان یک رنگ طبیعی و با ثبات استفاده گردیده، همینطور در کتب خطی در خوشنویسیهای مختلفی که استادان این هنر انجام داده اند از زعفران به عنوان یک مرکب یا جوهر ارزشمند و بادوام استفاده شده و برخی از سلاطین به دلیل اعتقادی که به یمن زعفران داشتند دستور می داده اند که فرامین، احکام و سایر موارد مهم با زعفران نوشته شوند، کما این که این باور در ذهن بسیاری از مردم عادی نیز ریشه دوانیده است، مثلاً در نوشتن بعضی از ادعیه مورد اعتقاد مردم بر پوستهای مختلف و پارچه ها از زعفران استفاده می شده است. علاوه بر این در سالهای اخیر هم از این ماده ارزشمند در نقاشی، مجسمه سازی و هنرهای دیگر بهره گرفته شده است.

نگهداری:

زعفران باید دور از نور و رطوبت بوده و بهتر است که در ظروف شیشه‌ای یا فلزی دربسته نگهداری شود. با توجه به اینکه اسانس زعفران قابل تبخیر شدن است، در صورت نگهداری در محیط باز، از اثرات دارویی و مرغوبیت آن کاسته می شود. تجارت زعفران:

بر اساس آمارهای سازمان خواروبار جهانی (فائو)، میزان تولید زعفران در جهان حدود ۲۱۰ تن است که ایران با تولید سالیانه ۱۸۴ تن، حدود ۸۱ درصد زعفران جهان را به خود اختصاص داده است و اسپانیا با ۱۲ درصد تولید جهانی پس از ایران در رتبه دوم قرار دارد.

متأسفانه برداشت های سنتی و غیر علمی زعفران، نبود سیستم بسته بندی مناسب و بازاریابی کم از طرف ایران و وجود صنعت پیشرفته بسته بندی، تبلیغات گسترده برای فروش و بازاریابی از طرف اسپانیا باعث شده است که اسپانیا زعفران ایران را با قیمت ارزان جمع آوری و به نام شرکت های تجارتي خود در دنیا عرضه نموده و عنوان نخست صادر کننده زعفران در جهان را به خود اختصاص نماید.

تقلب در فروش زعفران

چون زعفران بسیار گران قیمت می باشد، از قدیم سوداگران حقه باز در آن دستکاری می کردند و مجازات تقلب در زعفران گاهی حکم اعدام داشته است. مهم ترین تقلبی که به عنوان زعفران صورت می گیرد گل رنگ می باشد که شباهتی به زعفران دارد و می تواند ایجاد رنگ زرد کند. گاهی برای اضافه شدن وزن به آن روغن یا آب نبات و عسل اسپری می کنند. بهترین نوع زعفران زعفرانی است که به آن دختر پیچ می گویند یعنی صد درصد طبیعی است و سر ریشه دست نخورده است مانند رشته ای نخ قرمز است که پایین آن سفید و نیمه بالای آن قرمز است.

شناسایی زعفران تقلبی:

تارهای زعفران را بین کاغذ کاهی قرار داده کمی فشار می دهیم اگر لکه چربی باقی گذاشت زعفران تقلبی است.

اگر چند تار زعفران اصل را در بنزین بیاندازیم نباید بنزین را رنگین کند.

مزه زعفران اصل کمی تلخ ولی مطبوع و بوی آن کمی تند است.

تحقیقات جدید

به طور اصولی تغییرات آب و هوا و شرایط جغرافیایی بر روی کمیت و کیفیت مواد مؤثر گیاهان کاملاً تأثیر گذار است و گیاهانی که در نقاط مختلف دنیا کشت و برداشت می شوند، ممکن است دارای مواد و در نتیجه اثرات مختلف و یا ارزش های درمانی و یا مثلاً سمی مختلف باشند.

یکی از مواد موجود در زعفران که مقادیر زیاد آن باعث سمیت می شود، ماده ای به نام Safranin است که جزو مواد اصلی

زعفران است و بدان اشاره شد .

با تحقیقات جدیدی که اینجانب و همکاران در دانشکده ی داروسازی تهران روی زعفران انجام داده ایم ، مشخص شد که زعفران ایرانی دارای درصد کم تری از **Safranal** نسبت به زعفران نقاط مختلف جهان است و این مسئله یکی از بزرگ ترین مزیت ها و تفاوت های بین زعفران ایرانی و غیرایرانی است .

در حقیقت می توان گفت که سمیت زعفران ایرانی در مقادیر زیاد ، کم تر از انواع غیرایرانی که این موضوع هنوز برای مجامع علمی و استفاده کنندگان در جهان گزارش نشده و تازگی دارد .

طرز استفاده

از زعفران می توان به شکل های مختلف استفاده کرد

۱ - دم کرده زعفران یا چای زعفران ۲ گرم زعفران را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت روی آتش بسیار ملایم بگذارید تا دم بکشد

۲ - گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت ۲۵ درجه سانتیگراد خشک کرده و سپس آسیاب کنید و از الک خیلی ریز رد کنید تا گرد نرمی بدست آید

کشت زعفران

آب و هوای مناسب زعفران:

زعفران گیاهی است نیمه گرمسیری و در نقاطی که دارای زمستانهای ملایم و تابستان گرم و خشک باشد بخوبی می روید مقاومت زعفران در مقابل سرما زیاد است و لیکن چون دوران رشد آن مصادف با پائیز و زمستان و اوایل بهار است طبعاً در این ایم به هوای مناسب و معتدلی نیاز دارد. در دوره خواب یا استراحت گیاه (تابستان) بارندگی یا آبیاری برای آن مضر است بنابراین کشت و کار آن در مناطق گیلان و مازندران و مناطق گرم جنوب کشور معمول نیست. اراضی آفتاب گیر و بدون درخت که ضمناً در معرض بادهای سرد نیز نباشد برای رشد زعفران مناسب است. با این وجود در برخی از روستاهای بیرجند و قاین در زیر سایه بوته های زرشک و درختان بادام که در تابستان کمتر آبیاری می شوند کاشته می شود.

حداکثر دمای این گیاه بین ۴۰ تا ۳۵ درجه سانتی گراد و در ارتفاع بین ۱۳۰۰ تا ۲۳۰۰ متر از سطح دریا عملکرد خوبی را نشان داده است.

خاک مناسب پرورش زعفران:

از آنجاییکه پیاز زعفران مدت نسبتاً زیادی (۷-۵ سال) در زمین می ماند. خاک زمین باید سبک یا ترکیبی از شن و رس باشد که پیاز بتواند در این مدت علاوه بر تامین مواد غذایی، در مقابل شرایط خاص منطقه ای نیز مقاومت نماید.

بنابراین جهت رشد و نمو مناسب گیاه و تولید محصول مرغوب و مطلوب زمین های حاصلخیز و زهکشی شده بدون درخت با خاک (لومی، لیمونی، رسی و شنی) و آهک دار که PH آن بین ۷-۸ باشد بر زمین های شور، فقیر و مرطوب، اسیدی ترجیح داد.

زعفران در زمین هائیکه دارای قلوه سنگ یا علف های هرز یا مواد آلی پوسیده نشده باشد محصول خوبی نمی دهد.

تهیه زمین:

در تهیه زمین به منظور کاشت زعفران لازم است توجه و دقت خاصی معمول شود ابتدا در فرصتهای مناسب در پائیز یا زمستان زمین مورد نظر را شخم عمیق می زنند در صورتیکه شرایط مناسب نبوده یا دسترسی به تراکتور مقدور نباشد می توان شخم را در پایان بهار یا اوایل تیرماه نیز انجام داد.

در تهیه زمین بطریق سنتی در اوایل بهار پس از قطع بارانهای بهاره زمین را با گاوآهن ایرانی شخم می زنند بعد از ۱۵ - ۱۰ روز

مجدداً به شخم زمین اقدام می‌کنند و اگر زمین دارای کلوخ باشد گاوآهن را باز کرده و کلوخ‌ها را با استفاده از ماله خرد می‌کنند بعد از دو یا سه هفته مجدداً زمین را دوبار در جهات عمود بر هم شخم می‌زنند قبل از شخم سوم برای هر ۱۰۰ متر مربع زمین ۱۰ - ۵ بار الاغ کود حیوانی پوسیده پخش می‌نمایند کشاورزان بخوبی دریافته‌اند که شخم‌های مکرر صرفنظر از تهیه بستر مناسب کشت زمین را تا حدودی از وجود علف‌های هرز پاک می‌سازند.

در این طریق زمین کورت بندی شده و طول و عرض کرتها را نسبت به شیب زمین و قدرت آب تعیین می‌کنند. معمولاً عرض و طول کرتها در حد بین ۴*۱۰ تا ۱۰*۱۰ متر می‌باشد در زراعت مکانیزه زعفران زمین را در پاییز سال قبل از کشت با گاوآهن شخم عمیق می‌زنند در بهار پس از قطع بارانهای بهاری خاک را با انجام شخم متوسط ضمن سله شکنی از وجود علفهای هرز پاک می‌کنند در مرداد یا شهریور پس از پخش ۴۰ - ۸۰ تن کود حیوانی و ۲۰۰ کیلوگرم فسفات آمونیوم زمین را بصورت فارو در میاورند و برای کشت آماده می‌کنند. (البته متخصصین تغذیه ای توصیه می‌کنند که حدود ۲۵۰ کیلوگرم سولفات پتاسیم نیز در این مرحله با خاک مخلوط گردد) انتخاب پیاز و زمان کشت زعفران:

احداث مزارع جدید زعفران فقط بوسیله پیاز آن مقدور و معمول است. بنابراین تهیه و انتخاب پیاز مرغوب جهت کاشت در ایجاد و گسترش کشت حائز اهمیت است. پیاز زعفران را می‌توان از خاک در آورد به انبار یا مزرعه دیگری منتقل نمود، با توجه به دوده خواب یا استراحت پیاز که از اواخر اردیبهشت ماه تا اواخر مرداد ادامه دارد می‌توان در این فاصله نسبت به بیرون آوردن پیاز اقدام کرد. بهتر است پیازها پس از بیرون آوردن از زمین کاشته شوند تا پیازها ضمن ادامه استراحت در زمین جدید مستقر شوند. از بیرون آوردن پیازها در اواخر مرداد به بعد باید خودداری کرد چون در این موقع بعضی از پیازها ممکن است برای ریشه دادن و جوانه زدن آماده باشند هر قدر فاصله بیرون آوردن پیازها تا کاشت کمتر باشد بهتر است با وجود این پیاز زعفران را برای مدت چندماه در محل سرد و خشک با ارتفاع ۳۰ - ۲۰ سانتی متر می‌توان بصورت پخش شده نگهداری نمود ولی این امر باعث عدم توسعه فیزیولوژیکی گلها شده و باردهی سال اول کشت را شدیداً کاهش می‌دهد.

پیاز زعفران را از موقع خزان بوته (اوایل خرداد تا اواسط مهرماه می‌توان کشت نمود ولی بهتر است از کاشت پیاز در اواخر تیر و اوایل مرداد خودداری شود زیرا در این موقع هوا و زمین بسیار گرم است و بیم آن می‌رود که رطوبت پیاز موقع جابجایی از بین رفته و به آن صدمه وارد شود. بر اساس تحقیقات انجام شده توسط مرکز پژوهشهای صنعتی خراسان بهترین زمان کشت خرداد ماه می‌باشد.

نوع و مقدار کشت پیاز زعفران:

بطوریکه گفته شد زعفران بوسیله غده ساقه که عبارت از پیازهای تو پر (بنه) می‌باشد ازدیاد می‌شود و اندازه آن از یک فندق تا یک گردو متفاوت است. پیازهای انتخابی باید درشت تر، سالم تر و بدون زخم و خراشیدگی و عاری از هر نوع بیماری باشد. پیازها بهتر است قبل از کاشت با سموم قارچ کش از قبیل سرزان، سری تیزان و گرامینون و غیره به نسبت ۵۰۰ - ۳۰۰ گرم سم برای یکصد کیلو پیاز بر علیه بیماریهای قارچی ضد عفونی شوند. در موقع کاشت بهتر است پولک یا لایه خشک کف پیاز به همراه مقداری از پوسته آزاد روی پیاز جدا شوند تا جذب آب بوسیله پیاز آسانتر و جوانه زدن آن سریعتر انجام شود. مقدار کاشت پیاز بسته به ریزی و درشتی از ۱۰ - ۳ تن در هکتار فرق می‌کند. فواصل کاشت معمولاً ۳۰ - ۲۵ سانتی متر از هر طرف می‌باشد.

تعداد پیاز انتخابی جهت کاشت در هر چاله ۳ پیاز است با وزن متوسط ۶ گرم برای هر پیاز می‌باشد در صورتیکه پیازها ردیفی در فارو کاشته شوند بصورت منفرد و با فاصله ۸ - ۶ سانتی متر از یکدیگر به مقدار ۳ تن و در صورتیکه بصورت سنتی و در هر چاله ۵ عدد مصرف کنند میزان کاشت پیاز به ۵ تن بالغ خواهد شد. گفتنی است که در تحقیقات انجام شده بهترین پیازها، پیازهایی با

اندازه بیشتر از ۸ گرم بود.

عملیات کاشت پیاز زعفران:

برای کاشتن پیاز زعفران ابتدا چاله های یک ردیف را با بیل در می آورند و در داخل هر چاله بطوریکه گفته شد از ۳ - ۱۵ پیاز قرار می دهند. عمق کاشت پیاز ۲۰ - ۱۵ سانتی متر در نظر گرفته و در موقع کاشت سر پیازها باید رو به بالا قرار گیرد. پیازها در عمق ۲۰ سانتی متری در زمستان از سرما و یخبندان و سایر تنش های محیطی و در تابستان از گرما زدگی مصون می مانند.

برای کاشت زعفران ۴ - ۵ نفر شرکت می کنند به این ترتیب که یک نفر با بیل چاله ها را در می آورند دو نفر پیازهای قابل کشت را بصورت دسته های ۳ تا ۵ یا ۱۵ تایی انتخاب می کنند و نفر چهارم پیازها را در داخل چاله ها قرار می دهند و بقیه نفرات کار خود را ادامه می دهند تا تمام زمین کاشته شود. سرانجام سطح مزرعه را که نا مسطح شده با بیل یا ماله ایکه صاف و فشرده می سازند تا پیازها به خاک بچسبند.

زمین کشت شده به همین صورت تا موقع آبیاری پائیزه رها می شود قبل از آبیاری در حدود ۲۰ - ۱۰ تن کود حیوانی کاملاً پوسیده با بیل یا چهر شاخ در سطح زمین پخش می نمایند.

در اسانیا کاشت زعفران به صورت دیم صورت می گیرد پیازهای زعفران بجای کپه کاری در داخل ردیف ۴ بفاصله ۵ تا ۸ سانتی متر از همدیگر کاشته می شود. و ردیف های کاشت از یکدیگر ۳۵ - ۳۰ سانتی متر فاصله دارد. پس از انجام عمل کاشت روی شیارها را با ماله پوشانده و زراعت ردیفی بنظر می رسد.

آبیاری:

پس از پایان کاشت پیازهای زعفران که حداکثر تا آخر شهریورماه طول می کشد حدود ۱۵ تا ۱۰ روز بعد از کاشت اقدام به آبیاری مزرعه می نمایند. در نقاط مختلف خراسان بسته به وضعیت آب و هوایی منطقه از اواسط مهر ماه تا دهه اول آبان آبیاری زعفران شروع می شود. با توجه که گل کردن زعفران تا حدودی تابع آب اولیه می باشد لذا برای اینکه برداشت زعفران با مشکل مواجه نشود آب اول را در بین قطعات با فاصله چند روز تقسیم می کنند تا بدین وسیله دوران اوج گلدهی قطعات با یکدیگر همزمان نباشد.

آب اول زعفران خیلی مهم است و تمام نقاط زمین باید بطور کافی و یکنواخت آب بخورد تا گلهای یک قطعه با هم و هم زمان بیرون آیند بعد از گاو رو شدن مزرعه برای سله شکنی از کج بیل و چهار شاخ فلزی یا گاو آهن ایرانی با عمق کم استفاده می شود متعاقب آن زمین را ماله می کشند. سله شکستن زمین باعث می شود که جوانه های گل با سهولت بیشتری از خاک بیرون آمده و رشد قوی و مطلوبی داشته باشند.

پس از آبیاری اول بفاصله ۱۵ - ۲۰ روز بعد از آن اولین گلهای زعفران ظاهر می شوند بدیهی است که مزرعه زعفران در سال اول محصول قابل توجهی نمی دهد. از اوایل فروردین تا زمانیکه رنگ برگها به زردی مایل شود هر ۱۲ - ۶ روز یکبار آبیاری انجام می شود.

باید توجه داشت که بعد از وجین یک نوبت آبیاری به تاخیر بیفتد تا علف های هرز از بین رفته و مجددا سبز نشوند. آب آخر در درشت شدن پیاز موثر است.

سله شکنی:

همان طور که اشاره شد بعد از آبیاری اول به محض گاو رو شدن زمین سطح مزرعه باید سله شکنی شود بنحوی که پیازها صدمه نینند بهترین وسیله سله شکنی کج بیل و بیل شیار دار و گاو آهن ایرانی و کولتیواتر است.

سله شکنی باعث می شود که گلها باسانی از خاک بیرون آمده و کود حیوانی با خاک مخلوط گردد. در مواقعی که زارع نتوانسته

باشد بزمین خود کود دهد قبل از اجمام آبیاری می توان کود لازم را در سطح خاک پخش نموده و با شخم سطحی با خاک مخلوط نمود و بعد از این عمل که در واقع حکم سله شکنی را دارد جهت هموار نمودن زمین و چسباندن خاک به پیازها زمین را ماله می کشند.

وجین علف های هرز: علف های هرز از طریق رقابت با گیاه زعفران از نظر آب و مواد غذایی و نور خورشید سبب کاهش محصول می شود علاوه بر این ممکن است در مراحل کاشت و برداشت زعفران مزاحمت های ایجاد و میزبان تعدادی از بیماریها و حشرات و بخصوص نماتد باشد. وجین مزرعه در هر موقع که علف های هرز رشد کردند ضروری است در مزارع زعفران اولین وجین بعد از آبیاری دوم انجام و این وجین باعث از بین رفتن علف های هرز مزرعه زعفران می گردد.

بطور معمول اولین وجین زعفران بعد از برداشت گلها و دومین آن در صورت لزوم به فاصله در حدود یک ماه قبل از آب سوم انجام می شود. در مورد مبارزه شیمیایی با علف های مزرعه باید توجه کرد که چون اثر این علف کش ها بر روی گیاه آزمایش نشده لذا باید حتی الامکان به هنگام رشد بوته های زعفران از مصرف علف کش های شیمیایی خودداری شود. عملیات به زراعی زعفران:

با توجه به اینکه اصلاح نبات زعفران از طریق به نژادی امکان پذیر نیست لذا برای بازدهی بیشتر محصول و ارتقاء کمی و کیفی آن باید به عوامل زیر متوصل شد:

- ۱- زمین انتخاب شده برای کاشت زعفران باید حاصلخیز بوده و غنی از مواد غذایی و آلی باشد.
- ۲- پیازهای درشت و سالم عاری از هر گونه بیماری و آلودگی برای کشت مزرعه انتخاب شود.
- ۳- ردیف کاری به جای کپه کاری نتیجه بهتری می دهد و عملیات ماشینی را در داخل مزرعه سهل و آسان می کند.
- ۴- از پیازهای خشکه کن و محافظت شده در شرایط خشک و خنک و تهویه شده استفاده شود.
- ۵- در هنگام استراحت تابستانی گیاه زعفران از آبیاری آن خودداری شود.
- ۶- در عمق کاشت پیازها دقت شود که در مناطق سردسیر ۲۰-۱۵ سانتیمتر و در مناطق معتدل ۱۵-۱۰ سانتیمتر کمتر نباشد.
- ۷- حتی الامکان در موقع خواب تابستانه با علف های هرز مبارزه شود.
- ۸- چون هر ساله پیازها به سطح خاک نزدیک می شوند افزودن لایه ای معادل ۲-۳ سانت متر از کود و خاک و خاکستر سبب حفاظت بیشتر پیازها از تنش های محیطی شده و در عین حال مواد مغذی بیشتری به گیاه می رسد.
- ۹- بهنگام تهیه زمین از اضافه کردن کودهای حیوانی به همراه کودهای شیمیایی لازم که قبلا به مقدار و زمان مصرف آن اشاره شده مایقه ای نشود.
- ۱۰- پس از آبیاری سله شکنی زمین ضرورت کامل دارد تا گلها باسانی بتوانند از خاک بیرون آیند منتهی باید دقت کرد که عمق سله شکنی طوری نباشد که به پیازهای زعفران آسیب برسد.
- ۱۱- مبارزه با جوندگان بخصوص انواع موش از اهمیت زیادی برخوردار است هرگونه سهل انگاری در این خصوص باعث از بین رفتن محصول و استقرار موشها در زمین می گردد.
- ۱۲- برداشت گل در ساعات اول روز (۴-۹ صبح) موقعی که گلها بصورت غنچه باشند باید انجام شود.
- ۱۳- در خشک کردن گلها باید دقت شود تا رنگ و عطر دلپذیر زعفران محفوظ بماند.
- ۱۴- بهترین روش خشک کردن زعفران روش توسینگ یا خشک کردن اسپانیایی است که بوسیله هیترو الکک نسوز انجام می شود.
- ۱۵- بالاخره زعفران باید در ظروف در بسته فلزی، چوبی قلع دار یا شیشه ای در دار دور از نور و رطوبت و حرارت نگهداری

شود.

منابع:

<http://www.iranmania.com> چیست؟<http://www.farhangsara.com> تاریخچه زعفران<http://www.parsiteb.com> مصارف غذایی، دارویی و صنعتی زعفران<http://daneshnameh.roshd.ir> زعفران «داروئی»<http://fa.wikipedia.org> زعفران<http://www.iranmania.com> زعفران<http://www.sabziran.ir> کشت زعفران<http://iscanews.ir> زعفران را بیشتر بشناسید

روناس، لوله بازکن بدن

تهیه کننده: مجید مکاری

منبع: راسخون

روناس یک گیاه دائمی است که گل دهی آن از خرداد تا مرداد می باشد. بصورت بومی در کشورهای اروپایی حاشیه مدیترانه و ترکیه می روید و قبلاً بطور وسیعی در فرانسه کشت می شد و ماده رنگ طبیعی موجود آن بنام آلیزارین برای رنگ کردن شلوارهای قرمز پیاده نظام فرانسویان و نیز برای بعضی مقاصد دیگر مثل کلاههای قرمز ترکیه ای استفاده می شود. در حال حاضر این گیاه برای مقاصد پزشکی در اروپا و آسیای مرکزی کشت می شود. از زمانهای بسیار قدیم در نواحی مدیترانه ای کشت و پرورش داده می شده است. ریشه این گیاه در بهار (فروردین) و یا پاییز (مهر) از گیاهان دو ساله و یا استثنائاً سه ساله برداشت می شود. آنها ابتدا تمیز شده و سپس خشک می شوند. حرارت اعمال شده بطور معمول مصنوعی و کمتر از ?? درجه سانتی گراد است. داروی حاصله دارای بوی مشخص و دارای مزه قدری تلخ و قابض می باشد. دارای مشتقات انتراکینونی که پیگمانهای محلول در آب هستند. یکی از مهمترین عواملی درمانی موجود آن روبریتیک اسید می باشد. خاصیت جلوگیری از تشکیل سنگ در کلیه و مجاری ادراری و ادرار آور است و نیز دارای اثر ضد عفونی کنندگی و مسکن می باشد. دارو بصورت پودر مصرفی داخلی داشته بفرم جوشانده در تهیه چای علفی مخلوط و بصورت ترکیبی ویژه در درمان سنگ های کلیه و مثانه کاربرد دارد. ثابت شده است که نقش فعالی در تخریب سنگها و دفع آن توسط ادرار دارد. این گیاه همچنین سبب شل شدن کشش عضلانی می گردد. در استعمال خارجی این دارو گاهی برای درمان آبسه و زخمهایی که دیربهدود هستند بکار می رود.

روناس با استفاده از خارهای ریزی که درد به دیوار و درختان می چسبد و بالا می رود. برگ های آن بیضی، نوک تیز و دراز بوده که به صورت گروهی و به شکل چتر از کنار ساقه بیرون می آید گل های روناس کوچک و به رنگ زرد مایل به سبز می باشد. میوه آن گوشتی و به رنگ تیره است ریشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به صورت دراز باریک و استوانه ای می باشد دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می شود از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پارچه و نخ استفاده می شده است

گیاه علفی پایا.

گل: آذین گرز، واحد ۵ کاسبرگ سبز، ۵ گلبرگ زرد.

میوه: آبدار سیاه رنگ، کرک دار، میوه آن به اندازه خردل است.

برگ: سبز رنگ ساده با لبه صاف؛ اگر برگ را در بین دستها مالش دهیم دست به رنگ قرمز تند مایل به سیاه در می‌آید مشخصات ریشه: ریشه از نوع راست ساده است. ریشه این گیاه در نواحی شن زار تا عمق یک متری خاک فرو میرود. در رنگرزی با رناس مهمترین عامل میزان عمر ریشه است. رنگهای قرمز شاداب و متمایل به سرخ از ریشه های چهار و پنج ساله آن به دست می‌آید و ریشه هفت ساله رنگهای لاکه و ارغوانی و ریشه های سه ساله نارنجی تیره پدید می‌آورد. جنس رناس نیز در رنگ آن عامل موثری است. از ریشه گونه‌هایی که در مناطق سردسیری می‌رویند، لاکه پر مایه تری نسبت به مناطق معتدل و گرمسیر به دست می‌آید.

به همین علت است که رنگ لاکه به دست آمده از رناس آذربایجان و خراسان که مناطق سردسیری هستند با رنگهای بدست آمده از رناس کرمان و فارس، که مناطق گرمسیری محسوب میشوند تفاوت بارزی دارد. موسم گل: اواخر بهار

انتشار جغرافیایی: اراک، دماوند، تبریز دیلمان، ارومیه، آذربایجان کرمان، مازندران، یزد و بلوچستان.

روناس در بیشتر نواحی به صورت خود رو دیده میشود و عمر طولانی دارد. هم اکنون در برخی از نقاط ایران مانند بم و یزد روناس کشت میشود. این بوته نخستین بار توسط سوداگران عرب به اسپانیا و برای دومین بار پس از قرون وسطی توسط اهالی جلفای اصفهان به اروپا برده شد. طبق مدارک موجود یکی از بازرگانان ونیزی که از سال ۹۱۳ هجری قمری مدت هشت سال و نیم در ایران بوده است. مینویسد: "در این شهر [خوی] رنگ سرخ لاکه به مقدار فراوان میسازند و آن را از ریشه های سرخی فراهم میکنند که در زیر زمین است و با بیل و کلنگ بیرون می‌آورند و سپس به هرمز میفرستند و از این ریشه ها برای ساختن و به کار بردن رنگ سرخ در غالب نقاط هندوستان بهره میجویند (۱)."

۱- سفرنامه های ونیزیان در ایران، ترجمه منوچهر امیری، تهران ۱۳۴۹، ص ۳۸۰.

بدون تردید این گیاه همان روناس است. طبق شواهد تاریخی روناس از زمانهای باستان در دره سند وجود داشته است. صدور روناس از آذر بایجان به هندوستان به احتمال زیاد یا به دلیل کافی نبودن و یا پایین بودن کیفیت رنگ آنها بوده است. طریقه رنگرزی با روناس به طرق مختلف از گذشته های دور سینه به سینه به نسل حاضر رسیده و نگهداری شده است. امروز بهترین روناس ایران در شزارهای اطراف یزد یافت میشود و ارتفاع بوته آن بین ۵۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر است. همان گونه که گفته شد رنگ در این گیاه بیشتر در ریشه آن موجود است که شامل قسمتهای زیر است:

۱. خارجی تری بخش که لایه چوب پنبه ای ریشه است که بسیار نازک و به رنگ قهوه ای است.

۲. پارانشیم پوستی که نسبتاً ضخیم است.

۳. استوانه مرکزی که نازک و به رنگ قرمز است.

قدرت رنگی ریشه روناس با مدت زمانی که در خاک میماند نسبت مستقیم دارد کهنگی و تازگی روناس را از طعم و رنگ آن به خوبی میتوان تشخیص داد.

طعم ریشه گیاه جوان شیرین و گیاه پیر گس و تلخ است. برداشت روناس معمولاً در اواخر پاییز انجام میگردد و در سایه خشک میشود. گاهی ریشه روناس را به وسیله کوره خشک میکنند که باعث پایین آمدن کیفیت رنگ میشود.

ریشه این گیاه بخصوص پارانشیم پوستی آن واجد گلوکوزی است که تحت تاثیر دیاستازی (۲) تجزیه میشود و الیزارین (Alizarine) میدهد. این ماده رنگی اگر درون شیره سلولی دیده شود به رنگ زرد است ولی در مجاورت هوا رنگ آن قرمز میشود.

ماده رنگی ریشه روناس نامهای مختلفی دارد مثل :

madder(۱)

garance(۲)

knapp(۳)

lizari(۴)

شماره روناس در کالر ایندکس ۶-۸-۹-۱۰-۱۱ تا ۱۲ است .

برای استفاده از ریشه روناس باید پس از خشک کردن آن نخست پوسته خارجی را که باعث کدروی رنگ میشود از آن جدا کرد و سپس آن را کوبید . این عمل برای جدا کردن خاک از ریشه انجام میگیرد که ممکن است برای سهولت مدتی آن را در آب قرار داد و سپس خشک کرد و یا اینکه ریشه را با روغن چرب کرد . در این روش پوسته خشک و سپس خرد و جدا میشود . البته با چرب کردن رنگ حاصله شفافیت خود را از دست میدهد . پس از این مرحله باید گیاه را به گرد تبدیل کرد و ۲۰ برابر مقدار آن آب سرد و ۲٪ اسید سولفوریک افزود و مدت دو ساعت محلول را به هم زد تا اسید در آن نفوذ کند . پس از این مدت آن را صاف میکنند و باقیمانده را چندین بار ابتدا با محلول رقیق کربنات سدیم و سپس با آب میشویند تا کلیه عکس‌العملهای اسیدی آن از بین برود . سپس آن را خشک کرده و دو مرتبه میسایند تا دوباره به گرد تبدیل شود .

از لحاظ شیمیایی روناس دارای یک ماده ازته است که نقش فرمان را دارد و تحت تاثیر این فرمان مواد رنگی ایجاد میگردد.

تجزیه مواد ریشه روناس به ترتیب زیر است :

(۱) روبیادین

(۲) گلوکوزید روبیادین

(۳) پورپورین

(۴) گلوکوزید پورپورین

(۵) اسید روبر تریکو

(۶) آلزارین

مهمترین این مواد در رنگرزی آلزارین است . مهمترین خاصیت آلزارین از لحاظ رنگرزی آن است که با اسیدهای فلزات مختلف ترکیب میشود و لاکهای رنگین تولید میکند که در اسیدها و قلیاها ضعیف حل نمی شوند .

آلزارین در آلمان ، هلند و چند کشور دیگر تولید میشود . هلندیها در گذشته نیز یکی از تولید کنندگان مهم روناس بودند . در حال حاضر آلزارین به صورت خمیر در بشکه های کوچک و بزرگ با بهای زیاد وارد ایران میشود و بخصوص در مورد پارچه های قلمکار بسیار مورد نیاز است .

آلزارین به شکل کریستالهای زرد رنگ است که در ۲۹۰ درجه ذوب میشود و در آب خیلی کم قابل حل است (حتی آب ۱۰۰ درجه) . ولی در محلولهای قلیایی مانند کربنات دو سود و سود سوز آور حل میگردد .

برای تهیه آلزارین پودر ریشه روناس را در آب و اسید سولفوریک میریزند و سپس صاف میکنند . محلول را در آب خلای غلیظ میکنند ، پودر مانده را با الکل حرارت میدهند و به محلول اولیه اضافه میکنند . این عصاره ها را ، که گرانشین نامیده میشود غلیظ میکنند و به وسیله (Na OH) رقیق شده با کربنات سود خنثی و کمی اسید کلرید ریک به آن اضافه میکنند . رسوبهای لخته ای ایجاد شده را با آب میشویند سپس خشک و به طریق « سوبله کردن » آن را خالص میکنند .

رنگرزی با آلزارین به وسیله اکسیدهای فلزی و زاجها هم بر الیاف پروتینی و هم الیاف سلولزی ممکن است ، به طوری که در هنر

قلمکار اکنون با استفاده از زاج سفید (۳) ابتدا مهر مورد نظر را بر پارچه میزنند و سپس در حمامهایی از محلول آلزارین داخل میکنند و با دادن حرارت به آن رنگ قرمز ظاهر میگردد. ثبات آن به صورتی است که در مقابل مواد سفید کننده ای مثل کلر نیز پایداری میکند.

در رنگرزی با روناس با استفاده از الیاف فلزی رنگهای متفاوتی به دست می آید. برای مثال زاج آهن (زاج سیاه) رنگ قرمز قهوه ای میدهد.

جوهر سرکه نیز از دندانه هایی است که بیشتر در نواحی فارس به کار میرود. یکی از معروفترین رنگهای به دست آمده از روناس رنگ دوغی است که از خیساندن کلافهای رنگ گرفته از روناس در دوغ حاصل میشود. طول مدت قرار گرفتن پشم در این مایع هر قدر بیشتر شود رنگ روشنتر میشود تا آنکه به فام صورتی کم رنگ مبدل میگردد. یکی از روشهای سنتی استفاده از رنگ روناس نیز بدست آوردن به وسیله جوشاندن خامه در پیش آب گاو است!

ترکیبات شیمیایی:

ریشه روناس دارای ماده ای رنگی به نام آلزارین می باشد که برای رنگرزی بکار می رفت ولی بعد از اینکه توانستند این ماده را به طریقه شیمیایی تهیه کنند کشت آن برای تهیه آلزارین متوقف گردید.

خواص دارویی

- روناس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.
۱. باز کننده گرفتگی ها در بدن است.
 ۲. ادرار آور است و حبس البول را درمان می کند.
 ۳. برای معالجه بیماری فلج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید.
 ۴. ترشح شیر راز یاد می کند.
 ۵. درد سیاتیک را رفع می کند.
 ۶. یبوست های سخت را معالجه می کند.
 ۷. اشتها آور است.
 ۸. قاعده آرو است.
 ۹. خارش پوست را برطرف می کند بدین منظور می توان از ضماد استفاده کرد و یا اینکه جوشانده آنرا در وان حمام بریزید و مدتی در آن استراحت کنید.
 ۱۰. اوره خون را پائین می آورد.
 ۱۱. جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند.
 ۱۲. تورم را در بدن از بین می برد.
 ۱۳. از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی استفاده کنید.
- طرز استفاده

دم کرده: یک قاشق مربا خوری ریشه خرد شده روناس را در یک لیوان آب جوش ریخته. بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد. مقدار مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است.

جوشانده روناس: ۱۰ گرم ریشه روناس را در یک لیتر آب ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه بجوشد. این جوشیده را در وان حمام بریزید و برای رفع بیماریهای پوستی در آن استراحت کنید.

مضرات : همانطور که گفته شد روناس ترشح ادرار را زیاد می کند و فشار آنرا بالا می برد بنابراین ممکن است در اثر استفاده زیاد ایجاد خون در ادرار کند و در اینصورت بهتر است که روناس با کتیرا خورده شود .

گیاهشناسی روناس

گیاهی است علفی ، پایا به ارتفاع ۵۰ تا ۱۵۰ سانتی متر که به حالت وحشی در منطقه مدیترانه از اسپانیا تا آسیای صغیر و همچنین در شمال آفریقا و برخی نواحی آسیا می روید. منشأ اولیه آن خاور نزدیک و قفقاز بوده است. ساقه خشن این گیاه چهار گوش و پوشیده از خارهایی کوچک و قلاب مانندی است که بدان وسیله به تکیه گاهها ارتباط پیدا می کند این خارها در کناره های برگ و رگبرگ میانی نیز دیده میشوند . برگهای آن بیضوی دراز و نوک تیز است و با آنکه بظاهر مجتمع به تعداد ۶ تائی در طول ساقه دیده میشوند معهدا بیش از ۲ تائی آنها برگ نیست و بقیه استیپولهای به ظاهر برگ مانند می باشند گلهای آن کوچک ، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهای متعدد در محور ساقه و یا در قسمتهای انتهائی آن است میوه آن به صورت سته ، گوشتدار و به رنگ قرمز تیره است. زراعت روناس سابقاً در بسیاری از نواحی اروپا و آسیا به منظور بدست آوردن ماده رنگی آلزارین از ریشه آن معمول بوده است ولی از زمانیکه این ماده به طور سنتز در صنعت تهیه گردید پرورش آن در غالب نواحی متروک شد ریشه خشک شده روناس گاهی به صورت قطعاتی به طول ۱۰ تا ۱۵ سانتی متر و به قطر ۲ تا ۵ سانتی متر در بازارها یافت می گردد. در سطح خارجی این قطعات خطوط طولی به موازات محور طولی ریشه دیده می شود. پوست ریشه روناس رنگ قهوه ای قرمز داشته و به سهولت از طبقات پائین خود که رنگ قرمز روشن یا مایل به زرد دارند جدا می شود. طعم آن ابتدا ملایم ولی بعداً گس و تلخ میگردد.

خاک

روناس احتیاج به زمین عمیق و سبک با خاک شنی رسی دارد و در این نوع خاک ریشه بیشتری تولید می کند محصول روناس بدست آمده از زمینهای آهکی دارای رنگ مرغوب تری است. برای انجام کشت روناس باید بعد از کود دادن زمین را در پائیز به عمق ۵۰ تا ۶۰ سانتی متر شخم زد. و در زمستان آنرا به حال خود می گذارند در اوایل بهار یک شخم دیگر زده بذر را می کارند.

کود

روناس در هر هکتار احتیاج به ۴۰ تا ۵۰ تن کود حیوانی و حدود ۲۰۰ تا ۳۰۰ کیلوگرم کود فسفات دارد که باید قبل از شخم در پائیز به زمین داده شود. کود اوره بعنوان کود سرک در هر هکتار ۵۰ تا ۱۰۰ کیلوگرم به زمین داده می شود. ریشه روناس خاصیت تثبیت ازت هوا را دارا بوده و در کشت بعد از این محصول احتیاج به کود اوره نمی باشد از نظر تناوب زراعی به منظور جلوگیری از پوسیدگی ریشه کشت مجدد روناس تا هفت سال در همان قطعه زمین مرسوم نیست.

زمان کاشت

موقع کشت بذر روناس از نیمه دوم فروردین لغایت نیمه دوم اردیبهشت ماه بوده و زمان کشت ریشه روناس از شهریور لغایت اسفند ماه است.

کاشت

پس از اینکه زمین آماده کشت گردید آبیاری کرده و بعد از گاو رو شدن بذر را بصورت ردیفی می کارند. بدین ترتیب که روی خطوط منظمی که فاصله آنها حدود ۷۰ سانتی متر است به فاصله ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر با بیل های مخصوصی که نوک باریکی دارند حفره هایی به عمق ۲ تا ۳ سانتی متر ایجاد می کنند سپس داخل هر حفره حدود ۲۰ تا ۲۵ عدد بذر می ریزند و با ماسه بادی مخلوط با کود حیوانی رسیده روی آنرا می پوشانند چون از هر بذر روناس یک ریشه روئیده می شود به همین دلیل در هر حفره ۲۰ تا ۲۵ عدد بذر می ریزند تا تعداد ریشه بیشتری تولید گردد. میزان بذر مصرفی : بذر مصرف شده در هر هکتار به جنس خاک بستگی

دارد و بین ۱۰۰ تا ۴۰۰ کیلوگرم می باشد. ریشه تر مورد نیاز در هر هکتار جهت کاشت بین ۳ تا ۵ تن می باشد هر مقدار زمین رسی و سخت تر باشد میزان مصرف بذر و ریشه نیز بیشتر است. تکثیر روناس در زمینهاییکه برای اولین بار کشت می گردند بیشتر بوسیله ریشه انجام میشود.

داشت

مراقبت از روناس شامل آبیاری، مبارزه با علفهای هرز و سله شکنی، خاک دهی پای بوته ها و مبارزه با آفات و بیماریها می باشد. آبیاری: پس از کاشت، زمین را باید هر ۱۲ روز یکبار آبیاری کرده این عمل باید تا موقع سبز شدن که حدود ۴۰ روز طول می کشد ادامه یابد. در منطقه اردکان استان یزد بعد از سبز شدن به مدت چهل روز آبیاری را قطع می کنند تا ریشه روناس به عمق زمین رفته و طول ریشه که مورد استفاده قرار می گیرد. طویل شود و بعد از گذشت چهل روز مجدداً هر ۱۲ روز یکبار آبیاری را ادامه میدهند. از ماه آذر تا فروردین ماهی یک بار آبیاری کافی است. ولی در تابستان هر ۱۲ روز یکبار آبیاری در این منطقه (اردکان) ضروری بنظر می رسد. بهترین موقع آبیاری روناس در شب یا صبح زود است که هوا خنک است این گیاه طبیعتاً به آب شور نیز ناسازگار است. مبارزه با علفهای هرز و سله شکنی: در تابستان باید عملیات سله شکنی و جین و کنترل علفهای هرز صورت گیرد. خاک دهی پای بوته ها: در پائیز سال اول پای بوته ها خاک مخلوط با کود حیوانی می دهند تا ریشه توسعه پیدا کرده و از سرمای زمستان محفوظ بماند. در تابستان سال دوم وقتی گیاه به گل رفت قسمتهای سبز ساقه و برگ را کف بر کرده و به مصرف تغذیه دام می رسانند در پائیز سال دوم نیز پای بوته ها را مجدداً خاک همراه با کود حیوانی می دهند. در اواخر تابستان سال سوم یا چهارم روناس را کف بر کرده و ریشه ها را در مهر ماه برداشت می کنند. مبارزه بیماریها و آفات: گیاه روناس نسبت به امراض و آفات نسبتاً مقاوم بوده و در بعضی مواقع پوسیدگی ریشه و یا شته در روناس مشاهده گردیده است. برای جلوگیری از پوسیدگی ریشه بهتر است در کشت روناس تناوب زراعی رعایت گردد و در زمینی که این گیاه کاشته شده است برای مدت ۵ تا ۷ سال روناس کشت نگردد. ضمناً بهتر است یکسال قبل از کشت زمین به صورت آیش باقی بماند تا در تابستان آفتاب و نور کافی به زمین برسد توصیه شده که در اراضی رسی خالص نیز این محصول کشت نشود. جهت مبارزه با شته از سموم فسفره مناسب شته کش و برای جلوگیری از پوسیدگی ریشه نیز از سموم مختلف قارچ کش می توان استفاده نمود.

برداشت

ریشه روناس را در پائیز سال سوم یا چهارم پس از کف بر کردن ساقه و برگهای سبز با بیل های مخصوص روناس کنی برداشت می کنند. عرض این بیلها حدود ۱۲ سانتی متر و طول آن ۵۰ سانتی متر می باشد. ضمناً بهتر است روناس را در ۳ یا ۴ سالگی برداشت کرد زیرا ریشه ها به اصطلاح خوب رنگ انداخته و می توان رنگ بیشتر و مرغوب تری استخراج نمود. برای برداشت ریشه توسط بیلهای مخصوص زمین را شخم عمیق زده تا ریشه ها از خاک بیرون آیند. سپس توسط کارگر ریشه را از سطح خاک جمع آوری می کنند. در موقع برداشت ریشه های سالم و مرغوب را جهت کشت مجدد انتخاب می کنند. خشک کردن ریشه: ریشه ها را بعد از برداشت به مدت ۱۵ روز در هوای آزاد و در مقابل نور آفتاب قرار می دهند تا رطوبت خود را از دست دهند سپس آنرا به آسیابهای مخصوص روناس سائی می فرستند تا بصورت پودر در آید. عملکرد روناس: میزان محصول ریشه تر روناس بین ۱۵ تا ۲۰ تن در هکتار است که ۱۰ تا ۱۲ درصد آن رنگ است میزان تولید محصول ۳ تا ۴ ساله بیشتر از دو ساله است بطور متوسط عملکرد روناس سه ساله بین ۱۰ تا ۱۵ تن ریشه خشک می باشند مقدار تولید روناس دو ساله نصف محصول ریشه ۳ و ۴ ساله است لذا برداشت روناس دو ساله مقرون به صرفه نمی باشد. بذر گیری: در تابستان سال دوم روناس را برای بذرگیری بحال خود واگذار کرده تا به گل بنشیند و در موقع گل دادن هم هر ۶ روز یک بار گیاه را آبیاری میکنند. بعد از اینکه گل تشکیل گردید در شهریور ماه بذرگیری می کنند. میزان بذر تولیدی در هر هکتار بین ۱ تا ۳/۱ تن می باشد.

دامنه انتشار

نواحی غربی ایران، اراک، اطراف دماوند تبریز، یزد خاست، اردکان، خوی، دیلمان و ارومیه .
منابع :

روناس «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

روناس <http://aftab.ir> Madder

روناس <http://www.parsiteb.com>

روناس <http://fa.wikipedia.org>

روناس (<http://www.rugart.org>) Rubia-tinctorum)

گیاه روناس <http://daneshnameh.roshd.ir>

روناس <http://www.aghlam.com> Madder

روناس <http://www.money۵۸.netfirms.com> Madder

بلوط، زیبا و مقوی

مقدمه

کلمه بلوط را می‌توان به صورت عمومی در مورد صدها گونه درخت از رده **Quercus** بکار برد. این رده، بومی نیمکره شمالی است که شامل گونه‌های برگ‌ریز و همیشه سبز می‌باشد که از نواحی سردسیر تا گرمسیری آسیا و آمریکا گسترش دارند. درخت بلوط، درختی آشنا و تنومند است که برگ‌هایش در زمستان می‌ریزد و طول آن تا چهل متر می‌رسد و شاخ و برگ‌های آن دورا دور تنه درخت را که پوستی صاف و خاکستری رنگ دارد و با گذشت سالیان شکافهایی بر می‌دارد، می‌پوشانند. برگ‌های دوک مانند آن در هر طرف ۳ تا ۷ لوب دارند و گل‌های شاتوتی در کنار آنها ظاهر می‌شوند. در فصل پاییز گل‌های بارور درخت ماده، میوه‌های بلوط به رنگ قهوه‌ای مایل به سبز را تولید می‌کنند.

بلوطها درختانی هستند دارای شکل توپر، حجیم و گسترده با تاجی گنبدی شکل و برگهای موج‌دار در لبه و همچنین میوه‌هایی ایجاد می‌کنند که درون یک محفظه فنجان مانند قرار دارند. بلوط یک بخش اساسی از نواحی روستایی ما در غرب کشور است که به صورت درخت و درختچه وجود دارد. برگهای کنگره‌دار بلوط ممکن است بیضی شکل یا کشیده و باریک باشند و یا در پاییز به ارغوانی روشن بگریند. این درختان دارای تنه‌ای بزرگ و برگهایی که برای تصفیه هوا و سایه افکنی ارزش بسیاری دارند و البته مناسب برای خاکهای کم عمق نیستند.

درخت بلوط یا درخت مازو که عمری طولانی حدود ??? سال (گاهی حتی تا ??? سال دارد) در ایران بیشتر در در دامنه رشته کوه زاگرس وجود دارد. استان‌های لرستان، کهگیلویه و بویراحمد، چهارمحال و بختیاری و ایلام دارای جنگل‌هایی از بلوط هستند که در نوع خود از بی نظیرترین جنگل‌های جهان می‌باشند. چوب این درخت از مرغوبترین چوب‌هاست و ذغال آن نیز مرغوب است. این موضوع یکی از دلایل بریدن بی رویه‌ی این درختان می‌باشد که این جنگل‌ها را تهدید می‌کند.

بلوط درخت بومی در مناطق معتدله است. ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می‌رسد. برگهای درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می‌باشد. میوه درخت بلوط که به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پیاله ای جای می‌گیرد.

ترکیبات شیمیایی بلوط:

در پوست و برگ درختان بلوط دارویی وجود دارد که نامش تانن است که از نظر شیمیایی مشابهت نزدیکی با یکدیگر دارند. پوست شاخه‌های جوان گونه دارویی مذکور دارای ?? تا ?? درصد و در شاخه‌های مسن ? تا ?? درصد از نوعی تانن فیزیولوژیکی یعنی اسید کوئرسی تانیک محلول در آب و قندی به نام کوئر سیت ?/??، درصد اسید گالیک، اسید مالیک و یک ماده تلخ به نام کوئرسین، فلورو گلوکسین، موسیلاژ و مواد پکتیکی، مواد رزینی و اکسالات کلسیم و نوعی ماده رنگی قرمز به نام قرمز بلوط و به مقدار کم کولا کاتشین است. میوه بلوط دارای ? درصد ماده روغنی ??/??، درصد پروتئین ?، درصد از قندهای مختلف ?/??، درصد آمیدون ?/?? درصد پنتوزان و معادل ? درصد از نوع تانن می‌باشد. در گال (galle) که بر روی برگ و جوانه‌های بلوط تحت اثر حشرات مخصوص ایجاد می‌شود، نوعی تانن به نام اسید گالوتیک یافت می‌شود که در برگ، میوه و مخصوصا در گال درختان مخلوط بلوط و غیره وجود دارد.

خواص دارویی:

از قسمت‌های مختلف درختان بلوط استفاده‌های درمانی به عمل می‌آید که به شرح زیر می‌باشد: تانن این ماده مهم گیاهی در اعضای درختان بلوط فراهم می‌شود و خواص مختلفی دارد مانند رسوب دادن آلومین به وجود آوردن پوشش محافظ برای بافت‌ها و جلوگیری از عفونی شدن، تاثیر داشتن فرآورده‌های تانن در درمان سل و همچنین فراهم آوردن موجبات التیام زخم‌ها به علاوه مانند سدی از پیشرفت میکروب‌ها جلوگیری می‌نماید. به کار بردن آنها از ترشح زیاد مخاطها ممانعت به عمل می‌آورد. پکتین نیز از دیگر موادی است که مانند تانن عمل انقباض را به وجود می‌آورد و در گیاهان فراوان یافت می‌شود، پکتین هموگلوکزیدی است که تحت اثر فرمانی به نام پکتاز به صورت اسید پکتیک تغییر شکل می‌دهد این ماده خاصیت بند آورنده خون با اثر قاطع است و دلیلش این است که با مصرف آن انعقاد خون بالا می‌رود. اعضای مختلف درختان بلوط به علت داشتن تانن اثر قابض، بند آورنده خون و تقویت کننده عمل بعضی از اعضای بدن را دارند. برگ درخت بلوط اثر محرک و قابض ولی به نحو ضعیفی را دارد، که به صورت جوشانده‌های غلیظ یا به صورت غرغره در معالجه ورم لوزتین و حنجره مورد استفاده قرار می‌گیرد. پوست درخت بلوط به علت داشتن تانن فراوان کمتر در مصارف داخلی به کار می‌رود. در مصرف داخلی برای مدت طولانی باعث خستگی معده و احساس درد در عضله قلب می‌شود. علاوه بر تحریک دستگاه هضم، عوارض دیگری از قبیل درد معده و حالات تشنجی نیز ظاهر می‌کند. پوست درخت بلوط پادزهر خوبی برای مسمومیت‌های ناشی از فلزات است. ارزش درمانی پوست بلوط در استعمال خارجی بیشتر از مصارف داخلی آن است.

جوشانده پوست بلوط به صورت حمام‌های موضعی، لوسیون، غرغره و شستشو به صورت‌های مختلف جهت درمان بیماری‌ها توصیه شده است. از جوشانده مذکور به صورت حمام‌های موضعی در مواردی مانند: اولس‌های سرطانی، التهاب غدد به علت انسداد مجاری آنها، خون مردگی، سودا، بیماری‌های پوستی مزمن دیگر مانند اگزما و واریس استفاده می‌توان کرد.

در موارد خون آمدن از بینی می‌توان به این طریق عمل کرد؛ ابتدا ?? گرم پوست درخت بلوط و ? گرم زاج را در یک و نیم لیتر آب وارد کرد و سپس بر اثر جوشاندن حجم، آن را به یک لیتر تقلیل داد و با پنبه آغشته به جوشانده مذکور، حفرات بینی را شستشو داد، با این عمل خون به سهولت بند می‌آید. برای تهیه لوسیون‌ها جهت استعمال خارجی معمولا از جوشانده ??? گرم پوست درخت بلوط در یک لیتر استفاده می‌شود. از مخلوط آرد میوه درخت بلوط با آرد گندم در بعضی نواحی نان تهیه می‌گردد. میوه درخت بلوط مصارف درمانی بسیاری دارد.

اگر میوه بلوط را قطعه قطعه کرده و در یک استکان آب وارد کنید و مصرف نمایید جهت رفع دل‌پیچه‌های ناشی از نفخ موثر است.

در دوران‌های قبل میوه بلوط را بو می‌دادند تا تانن آن با این عمل کاهش یابد. سپس از آن در تهیه نوعی قهوه استفاده می‌کردند.

این قهوه که دارای دکسترین است جهت رفع اسهال و درمان آنزیم‌های داخل روده‌ها، سوء هضم درد معده، نزله‌های مزمن، کم‌خونی، نرمی استخوان، سیاه‌سرفه و درمان سل در مراحل اولیه سستی و ضعف استخوان‌ها به کار می‌رفته است. مخلوط آرد میوه بلوط بو داده با کاکائو بهترین دارو جهت رفع اسهال‌های ساده اطفال است. برجستگی‌هایی که بر روی برگ یا جوانه انواع بلوط به وجود می‌آید دارای تانن فراوانی است. گال به عنوان مقوی معده، قابض و رفع‌کننده خونروی‌ها به کار می‌رود.

مقدار مصرف گرد آن ?? تا یک گرم و چند دفعه در روز مخلوط در عسل و یا جوشانده ?? در هزار آن است. میوه بلوط دارای ? درصد پروتئین ?، درصد چربی ??، تا ?? درصد هیدروکربن است و از بلوط شیرهای حاصل می‌گردد که در لفظ محلی استان ایلام آن را (شوکه) گویند.

شوکه برای ناراحتی‌های معده مفید می‌باشد ??، گرم برگ بلوط را در نیم‌لیتر آب دم کرده و در هر ساعت یک قاشق چای‌خوری تا یک استکان کوچک از آن مصرف شود، برای درمان سرفه عادی و تشنج بسیار مفید است. پوست بلوط به سختی کنده می‌شود. ابتدا پوست را با چاقو شکاف دهید، بعد آن را در آب جوش بیندازید و بعد از چند دقیقه آن را بیرون بیاورید، سپس پوست آن به راحتی کنده می‌شود.

برای درمان انواع بیماری و ناراحتی‌های گلو مثل آترین، ورم لوزه و گرفتگی صدا می‌توان از این جوشانده استفاده کرد. ابتدا ?? تا ?? گرم از پوست ساقه‌های جوان بلوط را که خشک کرده‌اید بکوبید و به صورت پودر درآورده و در یک لیتر آب سرد به مدت ?? دقیقه بجوشانید سپس آن را خشک کنید و روزی ? بار آن را در دهان مزمه کرده و بعد دور بریزید. این جوشانده برای ناراحتی‌های گلو، زرد زخم و انگزما بسیار مفید است. توجه داشته باشید که پوست بلوط را در ظرف‌های فولادی بجوشانید زیرا که تانن موجود در بلوط آهن را می‌خورد. پوست درخت بلوط، بواسیر و زخم‌هایی را که در اثر سرمازدگی و عرق ایجاد می‌شوند از بین می‌برد.

استفاده از مواد طبیعی به جای مواد افزودنی، اثر بهتر و سالمتری در بدن می‌تواند بگذارد.

بلوط از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. خواص میوه بلوط از قدیم الایام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده می‌کرده‌اند. حتی اگر آنرا خشک و در کرده و با در گندم مخلوط می‌کنند و از آن نان تهیه می‌نمایند. می‌توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در کرده و از آن چائی تهیه کرد. مقدار مصرف آن یک قاشق چایخوری در یک لیوان آب جوش می‌باشد. این دم کرده را می‌توان برای مورد زیر بکار برد.

۱. بواسیر را برطرف می‌کند.
 ۲. اسهال ساده و اسهال خونی را رفع می‌کند.
 ۳. درد معده و گاز معده را برطرف می‌کند.
 ۴. برای رفع کم‌خونی موثر است.
 ۵. نرمی استخوان را درمان می‌کند.
 ۶. برای تقویت عمومی بدن موثر است.
 ۷. برای معالجه اسهال اطفال، در بلوط را با کاکائو مخلوط کرده و دم کرده آنرا به اطفال می‌دهند.
- خواص درخت بلوط برای استفاده از پوست درخت بلوط می‌توان آنرا دم کرده و با عسل مخلوط کنید و یا اینکه یک قاشق در آنرا در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید.
۱. خونریزیها را متوقف می‌سازد.

۲. درمان کننده بواسیر خونی است .
۳. خاصیت ضد عفونی درد .
۴. ادرار را زیاد می کند .
۵. ترشحات زنانه را از بین می برد . مصارف خارجی پوست درخت بلوط برای استفاده خارجی از جوشانده پوست درخت استفاده می شود . بدین منظور باید ۱۵ گرم پوست درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقلیل یابد .
از این جوشانده می توان بعنوان کمپرس استفاده کرد و یا آنرا در وان حمام ریخته و در آن استراحت نمود .
۱. خون مردگی را درمان می کند .
۲. آگزم را از بین می برد .
۳. برای درمان بیماریهای پوستی در وان حمام که در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ریخته اید به مدت یکربع ساعت استراحت کنید .
۴. اگر واریس درید این قسمتها را با جوشانده پوست بلوط کمپرس کنید .
- گزر علفی در اثر نیش زدن حشره ای مخصوص به برگ و یا شاخه های درخت بلوط ماده ای به بیرون تراوش می کند که در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هایی به قطر ۲ سانتیمتر بر روی ساقه و یا برگ ظاهر می شود . برای استفاده از گزر شاخه های درخت را تکان می دهند تا دانه های گزر به زمین بریزد . البته این دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است که باید تمیز شود . گزر علفی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برای استفاده طبی از گزر علفی می توان آنرا با عسل مخلوط کرد و یا جوشانده آنرا تهیه نمود . (۵۰ گرم در یک لیتر آب جوش) خواص گزر علفی .
۱. قابض است .
۲. خونریزیها را متوقف می سازد .
۳. مقوی معده است .
۴. تقویت کننده دستگاه تنفسی است .
۵. سینه را نرم و صدا را صاف می کند .
۶. سرفه ها را برطرف می کند .
۷. تنگی نفس را درمان می کند .
۸. برای معالجه بواسیر گزر علفی را با عسل مخلوط کرده و بر روی بواسیر بگذارید .

مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

دیگر دانستنی ها در مورد بلوط و درخت آن

واريته‌ها

Quercus.robur درختی بلند ، دارای برگهایی با برندگی دندانهای نوک تیز یا بریدگی عمیق کنگره‌دار. این درخت به علت رشد زیاد برای فضاهای کوچک و متوسط مناسب نمی‌باشد. دارای یک واريته ستون مانند است که برای فضاهای کوچک مناسب است. برای خاکهای گچ‌دار **Quercus.petraea** که خیلی شبیه بلوط معمولی است مناسب می‌باشد. بلوط سریع‌الرشد ترکی **(Quercus.corris)** دارای رشد سریع و جوانه‌های زمستانه با ریشک بلند است. بلوط قرمز **(Quercus.rubra)** نیز به سرعت رشد می‌کند و به صورت یک درخت بزرگ تا ارتفاع ۲۴ متر می‌رسد و اگر در

خاک اسیدی کاشته شود برگها در پایان فصل به ارغوانی می‌گریند. بلوط دائم سبز (*Quercus.ilex*) بابرگهای کشیده بدون دندانه که می‌توان آن را به صورت درختچه نیز تربیت نمود و از آن به عنوان پرچین استفاده کرد چون هرس شدید را به خوبی تحمل می‌کند.

گونه‌های بومی

Quercus.castaneifera در جنگلهای شمال، *Quercus.sessilifolia* بلوط کوهی مخصوص نواحی مرتفع جنگل، *Quercus.macranthera* بلوط آذری مخصوص نقاط بسیار بلند، *Quercus.atropatana* گز و مازو، بلوط جنگلی در نقاط نیمه مرطوب. *Quercus.persica* مازوی گرانگین در نقاط خشک.

زیستگاه طبیعی

درخت بلوط در خاک پر رس مرطوب رشد می‌کند، ولی خاک‌های شنی را نیز تحمل می‌نماید. این درخت در مناطق جنگلی و پست یافت می‌شود. بلوط سفید یک گیاه بومی آمریکای شمالی است که از آن استفاده‌های دارویی می‌شود.

هرس

هرس گونه‌های خزان کننده در آذر ماه و گونه‌های همیشه سبز در فروردین انجام می‌گیرد.

تکثیر

بوسیله کشت بذر بطور معمول انجام می‌پذیرد. دو گروه بلوط موجود است: گروه بلوطهای سیاه (که میوه‌ها در سال دوم می‌رسند) و گروه بلوطهای سفید (که میوه‌ها در همان سال اول می‌رسند). بذر گروه بلوطهای سفید یا بدون دوره استراحت یا دوره استراحت کوتاه بوده و به جز چند استثناء به محض رسیدن در پاییز قابل کشت هستند. بذر گروه بلوطهای سیاه دارای دوره رشد جنینی بوده و نیاز به استراتیفیه شدن (۰ تا ۲ درجه سانتیگراد) برای یک تا سه ماه دارند. میوه‌ها اغلب مورد حمله سرخرطومی (مخصوصا در انبار) قرار می‌گیرند. فرو بردن میوه‌ها در آب ۴۹° درجه سانتیگراد به مدت ۳۰ دقیقه از میزان خسارت آفت بسیار خواهد کاست. در موقع کاشت ابتدا بذر را درون ظرف آب فرو برده و آنهایی که شناور می‌مانند غیر قابل کاشت هستند. جهت جلوگیری از رشد طولی ریشه به خاطر اینکه بتوان نهال بذری را به راحتی جابجا کرد بهتر است در زیر محل بذرکاری از صفحات سیمی مشبک مسی استفاده نمود. نوک ریشه اصلی به این صفحه برخورد کرده و از رشد باز می‌ماند. روشهای مختلف پیوند با موفقیت بر روی بلوطها انجام می‌پذیرد فقط پیوند بلوطهای گروه سفید روی پایه‌های این گروه و پیوند بلوطهای گروه سیاه بر روی پایه‌های این گروه امکان پذیر است. تکثیر بلوط از راه قلمه یا خوابانیدن معمولاً با عدم موفقیت همراه بوده است.

خواص چوب بلوط

چوب بلوط فشره و محکم است و نماد قدرت و استقامت می‌باشد و از گذشته خیلی دور یکی از مهم‌ترین مصالح ساختمانی در اروپای شرقی بوده است. در گذشته علاوه بر مصرف انبوه الوار بلوط در ساختمان‌سازی، از چوب بلوط برای ساختن کشتی‌های بازرگانی و جنگی استفاده گسترده می‌شده است.

درخت بلوط در میان مردم کشورهای اسکاندیناوی، یونان و روم محل سکونت الهه باروری و نشان دهنده قدرت و باروری بوده است. روزگاری از تمام قسمت‌های درخت، استفاده‌های پزشکی به عمل می‌آمده است.

در افسانه‌های عامیانه قرون وسطا آمده که تماس یک میخ با قسمت صدمه دیده‌ی بدن و سپس فرو کردن همان میخ در درخت بلوط سبب می‌شده است که بیمار شفا یابد. زمانی برگ‌های بلوط را بر روی زخم و بریدگی‌های بدن می‌گذاشتند تا زخم التیام پیدا کند، اما امروزه گیاه پزشکان تنها از پوست درخت بلوط استفاده دارویی می‌کنند. خاصیت قابض کنندگی پوست بلوط، عامل قطعی درمان اسهال‌های شدید می‌باشد و خاصیت گندزدایی و ضد میکروبی آن برای مداوای عفونت‌های گلو تجویز می‌شود. چای

پوست بلوط یک تقویت کننده است و مخلوط پوست و میوه‌ی درخت بلوط یک پادزهر را بوجود می آورد. میوه درخت بلوط معمولاً برشته و آسیاب می شود و از آن قهوه تهیه می نمایند.

منابع:

بلوط <http://daneshnameh.roshd.ir>

خواص درمانی بلوط <http://www.jadidtarin.com>

بلوط <http://fa.wikipedia.org>

بلوط Oak Bark گز علفی (شیره بلوط) <http://www.irteb.com>

بلوط «داروئی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

بلوط <http://aftab.ir>

چای، محبوبترین نوشیدنی جهان

چای چیست؟

براساس یک داستان قدیمی حدود پنجهزار سال قبل تعدادی برگ چای در اثر وزش باد به درون یک فنجان آب داغ که در دست "شن نونگ" امپراتور چین بود، افتاد و حاکم نتیجه این حادثه را به عنوان یک تحول بزرگ برای آب ساده و بی طعم اعلام کرد. در پی آن مصرف چای همه گیر شد.

در تحقیقات امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماریهای مزمن عمده مثل سکتته، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد، این مطلب را دکتر جان وایسبرگر، عضو بلند پایه موسسه بهداشت آمریکا، واقع در یک مرکز تحقیقاتی در نیویورک اعلام میکند.

نوشیدن چای میتواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیاست چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیاست و روزانه یک میلیارد فنجان چای در دنیا نوشیده میشود.

گیاه چای به صورت بوته، درختچه یا درختی است با نام علمی THEA SINENSIS یا CAMELIA که از خانواده‌ی چای (THEACEAE) می باشد. این گیاه در نقاطی از جهان از جمله هندوستان، چین، سریلانکا، ژاپن، ایران و نواحی دیگر پرورش می یابد. چون در سه فصل از سال (بهار، تابستان و پاییز) برگ های آن برداشت می شود، لذا در اکثر نقاط، چای به صورت بوته وجود دارد؛ ولی در صورتی که هیچ گونه برداشتی از آن صورت نگیرد، کم کم مرتفع شده و به صورت درختچه یا درخت در می آید.

قسمت اصلی مورد استفاده‌ی بوته ی چای، برگ آن است که به صورت های مختلف تبدیل به انواع چای می شود. با توجه به این که در ایران دو نمونه چای سبز و چای سیاه وجود دارد و بسیاری از افراد از ماهیت آنها اطلاع کاملی نداشته و خواص متعددی برای آنها قائل می شوند، در این مطلب انواع چای موجود در ایران و جهان و خواص مربوط به آن را بیان می کنیم.

لازم به ذکر است که گیاه چای سبز و سیاه یکی است، ولی در نوع عمل آوردن آنها تفاوت وجود دارد.

موطن اصلی چای و انتشار آن در سایر ممالک

درخت چای که اصل آن از چین است و اول به عنوان دارو مصرف می شد ولی از قرن ۶ میلاد به بعد در چین به عنوان آشامیدنی و برای رفع تشنگی و خستگی مورد استفاده قرار گرفته است. شناسایی چای در اروپا تقریباً از اوایل قرن ۱۷ شروع شد و به تدریج در

ممالک هلند، آلمان، فرانسه، انگلستان، روسیه و بالاخره در ۱۶۹۰ در ممالک متحده آمریکایی شمالی مصرف آن رواج گرفت. از نظر کاشت و مصرف چای چین اولین محلی است که این گیاه در آنجا کاشته شده و به مصرف رسیده است و از این کشور به سایر نقاط برده شده است.

مشخصات گیاهشناسی درخت چای

برگ درخت چای که از نظر اقتصادی و بهره برداری قسمت اصلی این گیاه را تشکیل می‌دهد همیشه سبز است و دارای شکل کشیده نوک تیز بوده و کناره آن دارای دندانه‌های ریز است و برگها بطور متناوب اطراف شاخه قرار گرفته‌اند. موقعی که برگها کوچک و جوان هستند پوشیده از کرکهای سفید ولی برگهای مسن صاف، براق و بدون کرک می‌باشند. گلهای درخت چای بطور خوشه‌ای و مجتمع و یا تک گل در بغل برگ ظاهر می‌شوند و دارای ۵ گلبرگ و ۵ تا ۷ کاسبرگ و تعداد زیادی پرچم هستند. تخمدان دارای ۳ تا ۴ حفره بوده که در کدام از یک تا ۴ دانه مشاهده می‌شود میوه چای یک کپسول است.

انواع چای

۰- چای سیاه (BLACK TEA): روند تولید آن به این نحو می‌باشد که برگهای چای را پس از برداشت آن در دما و رطوبت کنترل شده رها می‌کنند تا اکسید گردد. اکسیداسیون در چای سبز قابل ملاحظه بوده و مدت آن؟ هفته تا یک ماه بطول می‌انجامد. سپس برگهای چای خشک می‌گردند تا روند اکسیداسیون متوقف گردد. چای سیاه نسبت به انواع دیگر کافئین بیشتری دارد بهمین خاطر طعم آن قویتر می‌باشد. اما بر خلاف چای سبز، چای سیاه طعم خود را پس از گذشت سالها از تاریخ تولید حفظ میکند. این نوع چای متداولترین و پر مصرف ترین نوع چای در دنیا میباشد.

- چای سبز (GREEN TEA): روند اکسیداسیون در این نوع چای پس از حداقل اکسید شدگی متوقف می‌گردد. پس از چیدن برگ های چای سریعاً با بخار آب داغ آنزیمهای اکسید کننده موجود در برگهای چای را از میان برده و سپس برگها را خشک می‌کنند. در واقع در چای سبز مرحله اکسیداسیون حذف می‌گردد. این نوع چای طعم ملایم و گیاه مانندی دارا بوده و بیشتر در چین و ژاپن مصرف میگردد.

- چای اولانگ (OOLONG): اولانگ به معنی اژدهای سبز می‌باشد و مرحله اکسیداسیون آن؟ تا؟ روز بطول می‌انجامد. این چای نیز در چین و ژاپن مصرف می‌گردد.

- چای سفید (WHITE TEA): در تهیه آن از برگهای تازه روئیده (جوانه ها) چای استفاده میگردد که اکسید نیز نمیگردند. بیشترین اثر ضد سرطانی را این نوع چای به خود اختصاص داده است. این چای در چین مصرف میگردد.

انواع دیگر چای بر حسب ترکیبات آن

چای یخ (ICED TEA): معمولاً به چای اندکی لیمو ترش و شیر ذرت

اضافه شده و درون فنجان حاوی یخ ریخته شده و سرو می‌گردد.

چای کوهی (نام علمی *Hypericum perforatum*) گیاهی است از تیره کلازیاسه (*Clusiaceae*) که معمولاً به صورت خودرو در میان کشتزارهای گندم و ذرت یافت می‌شود و به مقدار زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می‌یابد و در ایران در دامنه کوههای البرز، چالوس، مازندران و نقاط غرب ایران و در مسیر قله چین کلاغ به حد زیادی می‌روید.

نامهای دیگر آن گل راعی، هزارچشم، علف چای، هوفاریقون است.

گلهای این گیاه به رنگ سفید یا زرد است که در بالای ساقه به صورت مجتمع به چشم می‌خورد که این گلها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی است. چای کوهی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و خواص درمانی بسیاری دارد این گیاه ضد کرم

معهده و روده است و گرفتگی صدا را باز می‌کند. این گیاه برای درمان مرض کزاز بکار می‌رود و اگر برگ آن را به صورت پودر روی زخمهای عمیق بپاشید این نوع زخمها را خوب می‌کند. چای کوهی درمان کننده بیماری منتزیت است؛ درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می‌کند و ضد افسردگی است. این گیاه اشتها را باز می‌کند بنابراین می‌توان آنرا به بچه‌ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد. کسانی که از داروهای آسم و ضدسرماخوردگی و حساسیت استفاده می‌کنند نمی‌توانند چای کوهی مصرف کنند خاصیت این گیاه در درمان افسردگی به اثبات رسیده و مکانیزم اثر ضد افسردگی آن از طریق مهار آنزیمی است. ماده موثره این گیاه هایپریسین میباشد که فرآورده‌های آن هم بر اساس همین ماده استاندارد سازی می‌شوند و اثر ضد افسردگی گیاه نیز مربوط به این ماده میباشد. در واقع این ماده مهار کننده ی آنزیم **mono amino oxidase Mao** میباشد که کاملاً مانند داروی ترانیل سیپرومین میباشد. از این گیاه دو فرآورده دارویی در بازار ایران موجود میباشد. قطره هایپیران و قرص پرفوران که هر دو در درمان افسردگی کاربرد دارند. نکته قابل ذکر در مورد این گیاه و فرآورده‌های آن تداخلات زیاد آن میباشد که مصرف آن را محدود نموده است و دلیلش هم مهار آنزیمی است.

سبک انگلیسی (ENGLISH STYLE): در این روش چای همراه با خامه

و لیمو ترش سرو میگردد.

بوبا (BUBBLE TEA, BOBA): این نوشیدنی تشکیل گردیده از چای یخ،

شیر و گوی‌های صمغ مانندی که به مروراید موسوم بوده و از گیاه تاپوئیکا تهیه میگردد.

چای کیسه ای (TEA BAG): در چای کیسه ای از

خاک چای استفاده میگردد که از نظر دوستاران چای زیاد

محبوب نمیشد.

در فرهنگهای مختلف چای را همراه با مواد گوناگونی مصرف میکنند مانند: هل، شکر، عسل، لیمو ترش، شیر، مربای میوه‌ها و چاشنی‌های دیگر.

چگونه چای را دم کنیم

چگونگی دم کردن چای سیاه: آب رابه درجه جوش رسانده ??? (درجه سانتی گراد) سپس روی چای میریزیم- زمان دم کشیدن نباید کمتر از ?? ثانیه و طولانی تر از ? دقیقه گردد- زیرا پس از آن تانین چای بتدریج آزاد شده و اثر محرک کافئین را خنثی و طعم چای را نیز تلخ میکند.

چگونگی دم کردن چای سبز: دمای آبی در این حالت باید ??-?? درجه سانتی گراد باشد. معمولاً هر چه کیفیت چای سبز بالا تر باشد دمای آب نیز میباشد کمتر باشد. ترجیحاً بهتر است قوری چای پیش از دم کردن چای از قبل با قرار دادن قوری درون یک کاسه حاوی آب داغ، گرم گردد.

چگونگی دم کردن چای اولانگ: همانند دم کردن چای سبز میباشد اما دمای آب در این نوع چای میباشد ??-?? درجه سانتی گراد باشد.

برای جلوگیری از پخش شدن تفاله‌های چای درون

قوری میتوانید از وسیله ای بنام اینفیوزر (TEA INFUSER) استفاده کنید که یک کره تو خالی مشبک است و چای را هنگام دم کردن درون آن ریخته و سپس درون قوری می‌اندازیم.

ترکیبات تشکیل دهنده چای

- کافئین.

- **تیوفیلین (THEOPHYLLINE):** این ماده ساختاری همچون کافئین دارد که هم در چای سبز و هم سیاه موجود می‌باشد. اثرات آن در بدن عبارت است از:
- شل کردن عضلات نایژه‌های ریه، افزایش جریان خون کلیه‌ها، افزایش انقباض پذیری و کارایی عضلات قلب، افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون و اثرات ضد التهابی.
- **تانین (TANNIN):** یک پلی فنول تلخ مزه می‌باشد. که اثر آن در بدن آرام بخشی سیستم عصبی مرکزی انسان می‌باشد. یک عیب تانن این است که از جذب مواد معدنی به ویژه آهن ممانعت می‌کند.
- **تیانین (THEANINE):** در چای چندین آمینو اسید وجود دارد اما بیشترین میزان اسید آمینه چای را تیانین تشکیل می‌دهد. عمده طعم چای به خاطر وجود همین ماده است.
- **کاتچین (CATECHIN):** این ماده بسیار مفید بوده و برای سلامتی بسیار سودمند است. کاتچین در چای سبز و سیاه وجود داشته اما میزان آن در چای سبز بیشتر می‌باشد. اثرات آن در بدن عبارتند از:
- ضد سرطان می‌باشد، کاهش دهنده کلسترول خون، یک آنتی بیوتیک و آنتی ویروس قوی، جلوگیری از افزایش یافتن فشار خون و جلوگیری از افزایش یافتن قند خون.
- **ویتامین‌های E,C,B COMPLEX:** ویتامین ای یک آنتی اکسیدان قوی می‌باشد که برای بدن بسیار مفید است. ویتامین سی کاهش دهنده استرس بوده و علائم سرماخوردگی را نیز تقلیل می‌دهد. ویتامین ب کمپلکس کمک می‌کند به متابولیسم کربوهیدرات‌ها.
- **فلوراید و فلووانوئید (FLAVONOID):** فلوراید در استحکام دندان و فلووانوئید از ایجاد بوی بد دهان پیشگیری کرده و همچنین دیواره عروق خونی را تحکیم می‌کند.
- **همچنین چای حاوی فیبر، کربوهیدرات، لیپید و کاراتنوئید نیز می‌باشد.**
- چای یک محرک است و یا یک آرام بخش؟
- هر دو. چای تا پیش از ۳ دقیقه از دم کشیدن اثر محرک دارد اما پس از این مدت بتدریج از خاصیت محرک بودن آن کاسته شده و به خاصیت آرام بخشی آن افزوده می‌گردد. پس از گذشت ۳ دقیقه از دم کشیدن چای کاملاً به یک آرام بخش مبدل می‌گردد. هر دو نوع چای سیاه و سبز برای سلامتی انسان مفید می‌باشند اما چای سبز بسبب آنکه عمل اکسیداسیون روی برگ‌های آن صورت نگرفته خاصیتش از چای سیاه بیشتر است.
- فواید چای برای سلامتی بدن
- **پیشگیری، تسکین علائم و تسریع بهبودی سرماخوردگی و آنفولانزا.**
- **پیشگیری از بوی بد دهان.**
- **پیشگیری و کاهش اثرات دیابت نوع دوم.**
- **کاهش علائم مواد حساسیت زا.**
- **کاهش علائم عارضه پارکینسون.**
- **گسترش عفونت ویروس HIV را در بدن کاهش می‌دهد.**
- **حفظ کننده تعادل مایعات بدن می‌باشد.**
- **رفع خستگی و استرس.**
- **پیشگیری و التیام درد بیماری آرتروز.**

- ?? پیشگیری از عارضه پوکی استخوان.

- ?? آسبیهایی که سیگار به DNA وارد می آورد را کاهش میدهد.

- ?? کند کننده روند پیری.

- ?? جلوگیری از لخته شدن خون.

- ?? یک ضد ویروس و ضد باکتری.

- ?? افزایش متابولیسم و کمک به کاهش وزن.

- ?? افزایش کارایی سیستم ایمنی بدن.

- ?? اثرات ضد التهابی دارد.

- ?? تصفیه خون و کنترل فشار خون و کلسترول.

- ?? پیشگیری از اختلالات پوستی.

دیگر فواید چای

یکی از دلایل این که دم کرده چای در دوران گذشته در نجات زندگی افراد موثر بوده این است که آب جوشیده باکتریهای بیماریزا را از بین میبرد. براساس نتایج یک تحقیق گسترده در هلند، خطر سگته مغزی برای مردانی که روزانه چهار پنج فنجان چای مینوشند ۷۰ درصد کمتر است. یک تحقیق دیگر در سال ۱۹۹۳ اعلام کرد مصرف زیاد چای، حملات قلبی مهلک را کاهش میدهد.

جان فولتس مدیر مرکز پیشگیری یک مدرسه پزشکی به این نتیجه رسید که چای از ایجاد لخته های خطر ناک خون که منجر به حملات قلبی و سگته میشود جلوگیری میکند. سایر مطالعات نیز نشان میدهد که سطح چربی خون و فشار خون برخی مصرف کنندگان چای پایین تر است. بیش از ۲۰ تحقیق در مورد حیوانات نشان داد که چای ممکن است از بعضی سرطانها مثل دستگاه گوارش، دستگاه تنفس و پوست جلوگیری کند.

"وایسبرگر" که پیشتر به نام وی اشاره شد اظهار میکند که نوشیدن چای همراه با خوردن مقداری میوه و سبزیها یک راه چاره ارزان و آسان برای کاهش خطر برخی سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت "کیس وسترن" در "کلویلند" دریافتند که مصرف چای تا ۹۰ درصد از آفتاب سوختگی منجر به سرطان پوست جلوگیری میکند.

حسن مختار "متخصص پوست که یک مطالعه منتشر نشده را راهبری کرده، میگوید": در آینده چای یکی از راههای محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود. دانشمندان تذکر میدهند، این که چای ممکن است در برابر برخی سرطانها محافظ باشد به دلایل گوناگون بودن عوامل بیماریهاست.

سرانجام اینکه چون چای حاوی فلوراید است، میتواند مقاومت دندانها را زیاد و از پوسیدگی آنها جلوگیری کند. در مطالعات آزمایشگاهی محققان ژاپنی پی بردند که چای با پیشگیری از تشکیل پلاک دندانهای برخی باکتریهای دندانی را که میتوانند باعث بیماری لثه شوند، نابود می کند.

مضرات نوشیدن چای

نوشیدن چای (از نوع چای سیاه) پرننگ و غلیظ ممکن است برای عده ای باعث تحریک اعصاب و تپش قلب شود. همچنین نوشیدن چای پرننگ برای خانمها احتمال ابتلا به سرطان سینه را افزایش می دهد.

یکی از شیمیدان های معروف چینی می گوید: "چینی ها هر روز حدود بیست فنجان چای می نوشند، بدون آنکه ضرری متوجه آن ها باشد، زیرا روشی را که در جوشاندن و دم کردن چای به کار می برند سبب می شود که قسمت عمده ای از (تانن) مضر

آن خارج شود".

طریقه دم کردن چای به روش چینی

(این روش مخصوص دم کردن چای سیاه است.)

ابتدا سماور را از آب صاف (آب چشمه بهتر است) پر کرده و بجوشانید .

در مقابل هر فنجان چای که مایلید دم کنید دو انگشت چای (مقدار چایی که میان انگشت شصت و سبابه قرار می گیرد) را در قوری ریخته و کمی آب جوش روی آن بریزید . و مدت ۲ دقیقه در کناری بگذارید. پس از ۲ دقیقه آب آن را خالی کنید . زیرا آب دارای مقدار زیادی (تانن) است سپس قوری را از آب جوش پر کرده ۳ تا ۵ دقیقه آن را روی سماور بگذارید تا دم بکشد. این چای مقدار زیادی از عناصر مضر خود را از دست داده است.

معطر کردن چای

برای معطر کردن چای می توان به آن مقداری گل یاس، گل سرخ، گل بهار نارنج، نعنا، هل، لیمویخشک یا تازه، چند پر زعفران) بسته به علاقه و ذائقه) را به صورت ترکیبی یا به تنهایی اضافه کرد.

شفابخش و انرژی زای قدیمی

در بسیاری فرهنگها در سراسر تاریخ ، چای به عنوان یک معجون شفابخش تلقی شده است. بیش از هزارسال قبل راهبان بودایی به دلایل مذهبی چای مینوشیدند و معتقد بودند که در زمان مدیتیشن به بیدار ماندن آنها کمک میکند.

راهبان بودایی همچنین معتقد بودند چای دارای نیروهای شفا بخش است و همراه با گسترش بودیسم ، چای و تقاضا برای آن نیز افزایش یافت. یکی از بزرگان ژاپنی قرن سیزدهم بنام " شوگون " در اثر پرخوری در آستانه مرگ قرار گرفته بود که یک راهب به او رژیم چای توصیه کرد و او بهبود پیدا کرد، همین کافی بود تا مردم ژاپن بیشتر به دم کردن چای روی بیاورند.

هلندیان در قرن هفدهم چای را از چین به اروپا آوردند. در اروپا چای در مغازه های عطاری عرضه میشد. " نیکلاس تولپ " پزشک هلندی در کتاب خود تحت عنوان مشاهدات پزشکی در سال ۱۶۴۱ اعلام کرد، با نوشیدن چای از همه بیماریها در امان هستید و عمرتان طولانی میشود. در قرن ۱۸ زمانی که " آن " ملکه انگلیسی به عنوان نوشیدنی صبحانه خود چای را بجای آبجو انگلیسی انتخاب کرد ، مد بر مباحث پزشکی غلبه کرد .

دلیل دیگر رواج چای اجازه رفتن خانمها به چایخانه به جای قهوه خانه بود و این باعث شد چای در بین زنها عمومیت یابد. البته برای مدتی نوشیدن چای در مستعمرات امریکا تحریم شد. زمانی که بریتانیایی ها بر خریداران چای حتی برای اهداف درمانی ، مالیات تحمیل کردند، مستعمره نشینان در برخی جوامع به اعتراض برخاستند، بعدها همین معترضان تند خو مخفیانه سوار کشتیهای بریتانیایی شدند و ۳۴۲ صندوق چای را به " بوستون هاربور " بردند و با بهای ارزانتری آن را فروختند.

اکسیر

برای رسیدن به فواید سلامتی بخش چای روزانه چقدر باید نوشید؟ " وایسبرگر " میگوید ۴ یا ۵ بار و سایرین میگویند کمتر از آن هم کافی است. محققان مطمئن نیستند افزودن لیمو به چای اثر آن را کاهش میدهد یا خیر. افزودن شکر میتواند به دندانها آسیب بزند. پس بهتر است چای را بدون افزودن چیزی به آن بنوشید. وایسبرگر میگوید: خوشبختانه چای خنک نیز مانند چای داغ مفید است. این مطالب در جایی مثل آمریکا که از سال ۱۹۰۴ به بعد چای خنک (ایس تی) مینوشند رضایت بخش است.

حال، حدود ۸۰ درصد از چای خود را خنک مینوشیم. اما هیچ تحقیقی برای فهمیدن اینکه یک فنجان چای ملایم میتواند دل و جرئت انسان را بالا- ببرد، لازم نیست. حکیم چینی " تین یی هنگ " معتقد بوده " : نوشیدن چای برای فراموش کردن غوغای دنیا است."

مطالعه ای تازه در ژاپن نشان می دهد که نوشیدن چای سبز می تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به طیفی از بیماری ها را به میزان قابل توجهی کاهش دهد.

محققان با بررسی اطلاعات پزشکی بیش از ۲۰ هزار نفر دریافتند که چای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از ۲۰ درصد کاهش می دهد.

اما متخصصان قلب در بریتانیا می گویند که این فواید ممکن است ناشی از رژیم غذایی ژاپنی ها در کل باشد چرا که غذاهایی که مردم این کشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهای رایج در غرب سالم تر است. نتایج این تحقیق در نشریه انجمن پزشکی آمریکا چاپ شده است.

صرف نظر از آب، چای پرمصرف ترین نوشیدنی در جهان است و هر ساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می شود. مطالعات انجام شده در آزمایشگاه ها و به روی حیوانات نشان داده است که به خصوص چای سبز (در مقایسه با چای تیره) دارای فواید زیادی برای سلامتی است.

بیشترین بهره برای زنان

در این مطالعه که در سال ۲۰۰۰ آغاز شد محققان دانشگاه توهو کو فواید احتمالی چای سبز برای انسان را بررسی کردند.

آنها اطلاعات مربوط به ۲۰ هزار و ۲۰۰ فرد سالم ۲۰ تا ۲۰ ساله اهل شمال ژاپن، جایی که چای سبز مصرف زیادی دارد، را بررسی و تحلیل کردند.

در حدود ۲۰ درصد مردم این منطقه چای سبز می نوشند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می کنند.

اطلاعات مربوط به این افراد برای مدت ۲۰ سال (تا ۲۰۰۰) دنبال شد. در پایان این دوره ۲۰ هزار و ۲۰۰ نفر از آنها به دلایل گوناگون در گذشته بودند.

پژوهشگران همچنین داده های جمع آوری شده در طول ۲۰ سال (تا ۲۰۰۰) را بررسی کردند تا مرگ و میر در اثر علل مشخص را بررسی کنند.

در این دوره هفت ساله ۲۰۰۰ نفر از بیماری قلب و ۲۰۰۰ نفر در اثر سرطان در گذشتند.

در طول مطالعه ۲۰ ساله، نرخ مرگ در اثر کلیه عوامل، برای کسانی که روزانه ۳ فنجان یا بیشتر چای سبز نوشیده بودند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر نوشیده بودند ۲۰ درصد کمتر بود.

مطالعه ۲۰ ساله برای کشف علل خاص مرگ و میر نیز نشان داد که خطر مرگ در اثر بیماری قلبی برای گروهی که ۳ فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشند ۲۰ درصد کمتر بود.

ولی هیچ رابطه قابل توجهی میان مصرف چای سبز و مرگ در اثر سرطان مشاهده نشد.

در سراسر این مطالعه فواید چای سبز ظاهراً برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشیدند - در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می کردند ۲۰ - درصد کمتر با خطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

اما این مطالعه رابطه ای میان مصرف چای سیاه یا اولانگک و کاهش خطر مرگ در اثر بیماری قلبی نیافت.

"آمار پایین بیماری"

دکتر شینیچی کوریاما، که این مطالعه تحت سرپرستی او انجام شد، گفت: "مهمترین یافته این است که چای سبز ممکن است عمر افراد را از طریق کاهش خطر بیماری قلبی افزایش دهد".

اما الن میسون، پرستار قلب در بنیاد قلب بریتانیا، گفت که رژیم غذایی ژاپنی‌ها در مجموع خیلی سالم است و این یافته‌ها ممکن است در مورد کسانی که به سبک غربی غذا می‌خورند صادق نباشد.

وی گفت: "آمار بیماری قلبی در ژاپن هم اکنون یکی از کمترین‌ها در جهان است و تصور می‌شود رژیم غذایی ژاپنی‌ها نقشی عمده در پایین نگاه داشتن آن بازی می‌کند."

وی با اشاره به اینکه چربی اشباع شده در غذاهای رایج در بریتانیا بیشتر از ژاپن است، ابراز تردید کرد که نوشیدن همان مقدار چای سبز در بریتانیا تاثیری عمده بر نرخ ابتلا به بیماری قلبی داشته باشد.

قدمت استفاده از چای به بیش از ????? سال قبل می‌رسد. شواهد گیاهشناسی نشان می‌دهند که هند، چین، برمه و تایلند خاستگاه چای می‌باشند. به نظر می‌رسد کلمه انگلیسی Tea از کلمه مالاکائی "teh" یا کلمه چینی "t'e" گرفته شده باشد. اصطلاح چینی "Ch'a" منشاء نامگذاری چای در سایر زبانها می‌باشد. هلندی‌ها و پرتغالی‌ها که اولین واردکننده‌های اصلی چای بودند احتمالاً این نام‌ها را به کشورهای اروپایی و خاورمیانه معرفی نمودند. چای دارای بهترین کیفیت از جوانه‌های تازه شامل دو یا سه برگ اول بعلاوه شکوفه‌های در حال رشد بدست می‌آید چای با کیفیت پائین که در تهیه چای فوری و brick tea به کار می‌رود از برگ‌های پائین ساقه حاصل می‌شود.

از چای سبز در طب سنتی هند به عنوان نشاط‌آور ضعیف، محرک مدر و قابض و در طب سنتی چین بعنوان قابض، تقویت‌کننده قلب، محرک سیستم عصبی مرکزی و مدر استفاده شده است. سایر کاربردهای سنتی آن در درمان نفخ، تنظیم درجه حرارت بدن، تسریع هضم و بهبود روندهای تفکر بوده است.

نتایج مطالعات بالینی

بیماریهای قلبی-عروقی: بین محتوی فلاونوئید رژیم غذایی و کاهش خطر بیماری قلبی ارتباط مثبت قوی وجود دارد. موادی مانند چای، پیاز و سیب حاوی فلاونوئید هستند. همچنین مصرف کنندگان چای سیاه فشار خون سیستولی کمتری دارند.

اختلال عملکرد مغزی: خاصیت ضد اکسیداسیون پلی فنولهای چای سبز ممکن است در اختلالات مغزی یک اثر محافظتی داشته باشد.

اختلالات چربی: چای معمولاً موجب کاهش چربیهای خون می‌شود اما در همه مطالعات نتایج یکسانی حاصل نشده است.

اختلالات کلیوی: پلی فنولهای موجود در چای سبز عملکرد کلیه را در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه بهبود می‌بخشند.

سرطان: در ژاپن خوردن حداقل ?? فنجان چای در روز با کاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنین مطالعات مختلفی در ارتباط با تأثیر مثبت چای در پیشگیری از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ریه و رحم انجام شده است.

پوسیدگی دندان: عصاره برگ چای سبز دارای اثرات ضد میکروبی است و از ایجاد پلاک و پوسیدگی دندان جلوگیری می‌کند.

کاهش وزن: پلی فنولهای چای سبز فعالیت آمیلاز بزاق (آنزیم تجزیه‌کننده قندها) را مهار می‌کند. جالب است بدانید که چای بدون داشتن عوارض خطرناک داروهای کاهنده وزن میتواند موجب کاهش وزن، اندازه دور کمر و تری گلیسرید خون مبتلایان به چاقی شود.

موارد منع مصرف:

اعتقاد بر آنست که قبل و بعد از دریافت فرآورده‌های آهن و در شیرخواران نباید از چای سبز یا ترکیبات پلی فنول آن استفاده نمود. شواهد موجود حاکی از آنست که مقادیر بیش از ??? میلی لیتر در روز با سوخت و ساز آهن تداخل نموده و موجب کم خونی می‌شود. شواهدی مبنی بر منع مصرف در حاملگی وجود ندارد با اینحال باید با پزشک مشورت نمود. مصرف چای سبز در دوران شیردهی توصیه نمی‌شود.

تداخلات دارویی:

افزایش اثر متی سیلین و بنزیل پنی سیلین، تشدید اثر آسپیرین و سایر داروهای ضد انعقاد مانند وارفارین (ویتامین K موجود در چای سبز میتواند بر ضد اثرات وارفارین عمل نماید).

عوارض:

مصرف بیش از حد کافئین که در چای سبز و بعضی از عصاره های آن وجود دارد در بعضی از افراد باعث علائمی مانند عصبانیت، بیخوابی و بیقراری می شود.

توجهات ویژه:

چای دارای مقادیر کم سدیم و مقدار زیادی پتاسیم است و از آنجا که بیماران مبتلا به بیماری کلیوی مرحله پایانی بایستی مصرف پتاسیم خود را محدود نمایند، بایستی به این مسئله توجه نمایند. علاوه بر این انواع چای ممکن است موجب تحریک بروز آسم در افراد حساس شوند.

دانشمندان یکی دیگر از فایده های بالقوه سودمند چای را کشف کرده اند و می گویند که ممکن است در مقابل بیماری پارکینسون از انسان محافظت کند. آنها یک ماده شیمیایی ضد اکسیداسیون (antioxidant) در چای سبز کشف کرده اند که از انسان در مقابل چندین نوع بیماری محافظت می کند. متخصصان مصرف چای سبز را به کاهش خطر ابتلا به سرطان سینه، لوزالمعده، روده، مری و ریه در انسان مربوط می دانند. این گیاه حاوی ماده قدرتمند و ضد اکسیداسیون " پلی فنول " است. ثابت شده است این ماده در مقابل بیماری قلبی از بدن محافظت می کند.

پژوهشهای پیشین درباره حیوانات نشان داده بود که عصاره چای سبز می تواند دارای خواص محافظتی در مقابل پارکینسون باشد، اما ساز و کار اصلی عامل محافظت روشن نشده بود.

با این حال، دانشمندان آمریکایی در نشست سالانه " آکادمی عصب شناسی آمریکا " گفتند که در یک عملکرد این ساز و کار که در آن " پلی فنول " با بیماری پارکینسون مقابله می کند، پیشرفت هایی حاصل کرده اند.

این بیماری با از بین رفتن سلول های مغزی تولید کننده " دوپامین " که حرکات بدن را کنترل می کند، همراه است. محققان در " کالج پزشکی بیلور " در شهر هوستون دریافتند که مواد ضد اکسیداسیون موجود در چای به مبارزه با رادیکال های آزاد کمک می کنند.

رادیکال های آزاد به سلول های مغزی آسیب می رساند و می تواند در مواردی به پارکینسون منجر شود.

با این حال این پژوهش تنها درباره موش انجام شده است و هرچند دارای نتایج مثبت بوده است، اما دانشمندان می گویند اکنون باید پلی فنول را روی انسان آزمایش کرد.

کارشناسان می گویند موفقیت آزمایش در موش ها می تواند به آن معنی باشد که آن دسته از بیماران مبتلا به پارکینسون که چای سبز می نوشند یا از کپسول پلی فنول استفاده می کنند، احتمالاً کمتر از سایرین از پیشرفت بیماری رنج می برند.

یک سخنگوی انجمن بیماری پارکینسون در بریتانیا گفت که در صورت اثبات تاثیر چای سبز در جلوگیری از پارکینسون در انسان، " باید میزان مصرف مورد نیاز آن مشخص شود ".

نکاتی مهم هنگام مصرف چای

آیا خوردن چای بعد از صرف غذا باعث از بین بردن آهن آن می شود؟ و آیا باید مدت زمانی بعد از صرف غذا چای خورد؟ از نظر علمی چای دارای ترکیباتی به نام تانن است که مزه تلخ چای را ایجاد می کند. تانن ها با آهن ایجاد رسوب می نمایند و این رسوب به دلیل درشتی ملکول و سنگینی، غیر قابل جذب است. لذا در صورتی که غذای مصرفی دارای آهن بوده و بلافاصله

بعد از آن چای پُرننگ به مقدار زیاد مصرف شود، از جذب آهن آن جلوگیری می‌کند و بهتر است از چای کم رنگ به میزان کم و با اندکی زمان پس از صرف غذا، به خوردن آن مبادرت کرد.
میزان مصرف چای

چای جزو گیاهان خوراکی طبقه بندی شده است که مصرف متعادل آن دارای عارضه‌ی جانبی نیست، ولی به دلیل داشتن کافئین که می‌تواند تا ۴ درصد وزن چای را تشکیل دهد، مصرف بیش از حد آن می‌تواند عوارضی را به دنبال داشته باشد. این عوارض اکثراً مربوط به کافئین بوده و به دلیل متغیر بودن درصد کافئین در انواع چای نمی‌توان عدد خاصی را برای حداکثر میزان مصرف چای در دنیا ذکر کرد. مثلاً گزارشی در مورد خانمی که روزانه ۶۵ گرم چای (چای خشک) را به مدت ۵ سال مصرف نموده و دچار عوارض کبدی شده است وجود دارد. البته این میزان مصرف، بیش از ده برابر مصرف چای در افراد ایرانی است. به‌طور کلی مصرف چای در حد متعادل دارای عوارض جانبی نبوده و می‌تواند فواید بسیاری را بر بدن اعمال کند. چای سبز باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان می‌شود.

این آزمایش توسط کالج سلامت عمومی دانشگاه آریزونا و مرکز سرطان آریزونا انجام گرفت. محققین اثر مصرف چهار خوراک ۱۸ اونس در روز از چای سبز بدون کافئین؟ چای سیاه بدون کافئین؟ یا آب را برای مدت چهار ماه، روی ۱۴۳ سیگاری قهار آزمایش کردند. نتیجه مطالعات نشان داد میزان OHdG-۸ که نشان دهنده خسارت به DNA است؟ به میزان تکان دهنده ۳۱ درصد کاهش پیدا کرد. البته برای دو گروه دیگر نتیجه این نبود.

اکسیده شدن DNA در کنار بیماریهای قلبی عروقی از جمله عوامل ایجاد سرطان است. پلی فنل های چای نه تنها آنتی اکسیدان های قوی هستند، بلکه همچنین بارورکننده فاز ۲ آنزیم های سم زدا که نتیجه اش از بین بردن بیش از پیش آسیب های وارده به DAN که باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان است، می‌شود.

مسول این آزمایش: ایمان حکیم دکتر و پروفیسور مرکز مطالعات سرطان در آریزونا و مدیر گروه دانشگاه سلامت عمومی در دانشگاه آریزونا. بیماران مورد مطالعه مخصوصاً سیگاری انتخاب شده بودند تا بررسی فاکتورهای سرطان را در آنها راحت تر باشد. محققین همچنین معتقدند که فرآیند جداسازی کافئین از چای؟ بیشتر چای سیاه را تحت تاثیر قرار میدهد تا چای سبز را. به همین خاطر اکثر مواد موثره چای سیاه در این آزمایش در فرآیند خارج سازی کافئین از دست رفته است.

ترکیب شیمیایی برگ چای

مواد متشکله برگ چای عبارتند از مواد سلولزی، مواد صمغی، دکسترین، پکتین، مواد چربی، مواد مومی، نشاسته، قند، اسید گالیک، اسید اگزالیک، کورستین، مواد پروتئینی، لیاف، مواد معدنی، تانن، کافئین یا تئین، ترکیبات معطر و بالاخره دیاستاز. آب و هوای مطلوب چای

درخت چای جزء گیاهان مناطق گرمسیر مرطوب می‌باشد یعنی در نواحی که معمولاً مقدار گرما هیچگاه به صفر درجه نمی‌رسد و نزولات آسمانی نیز سالیانه در حدود ۱۸۰۰ تا ۲۰۰۰ میلی‌متر است. این گیاه تا اندازه‌ای مقاوم به سرما بوده و بدین ترتیب اگر سرما با برف همراه باشد بطوری که برف بوته‌ها را بپوشاند تا ۵درجه سرما را تحمل می‌کند.

تنها عامل محدود کننده سطح کاشت چای علاوه بر نوع خاک، رطوبت هوا و مقدار بارندگی سالیانه محل کاشت می‌باشد. رطوبت زیاد مورد نیاز بوته چای بیشتر در رطوبت هوا می‌باشد تا رطوبت در خاک. از این نظر زمین باید نم باشد. اراضی سنگین و باتلاقی برای کاشت و دادن محصول به هیچ عنوان خوب نیست. رطوبت زاید در اطراف ریشه باعث پوسیدن آن شده و گیاه را از بین می‌برد.

خاک مطلوب چای

بوته چای گیاهی است فرار از آهک بنابراین از نظر واکنش شیمیایی چای را باید در خاکهای ترش (اسیدی) کاشت. حد اسیدیته خاک برای این محصول در حدود ۵.۵ است و هر گاه PH از این مقدار تجاوز کرد و یا کمتر شد باید با وسایل مناسب میزان اسید خاک را به ۵.۵ رساند. هر گاه اسیدی خاک زیادتر از این مقدار شد با دادن کودهای قلیایی و یا مخلوط کردن آهک به مقدار مناسب میزان اسیدی خاک را اصلاح می‌کنند.

هر گاه PH بیشتر از این مقدار شد با مخلوط کردن مقداری گرد گوگرد که ممکن است تا ۶۰۰ کیلو در هکتار برسد اسیدی خاک را به حد لازم زیاد می‌کنند. مناسب‌ترین خاک برای کاشت چای اراضی شنی و رسی فاقد آهک یا هر ماده قلیایی دیگر می‌باشد که مقدار زیادی مواد هوموس دارا باشد.

کود مورد استفاده

کودهای از ته نشین بیش از هر نوع کود دیگر مورد استفاده قرار می‌گیرد علاوه بر کودهای از ته، کلیه املاح ازت و فسفر و پتاس نیز برای تقویت گیاه لازم می‌باشد و یکی دیگر از کودهایی که از نظر قیمت نسبتاً ارزان است و از نظر اصلاح خواص فیزیکی و شیمیایی زمین نیز مورد توجه می‌باشند کود سبز است. کود سبز علاوه بر اینکه تولید هوموس کرده و مقدار قابل توجهی ازت به زمین می‌دهد همچنین در فصل تابستان که تابش و حرارت آفتاب زیاد است برگ بوته‌های چای را از سوختن در مقابل آفتاب حفظ می‌کند.

ازدیاد درخت چای

ازدیاد نهال چای به چند طریق انجام می‌گیرد یکی بوسیله تولید مثل جنسی یعنی با کاشت بذر چای در خزانه و دیگری بوسیله غیر جنسی که عبارت است از ازدیاد بوسیله قلمه و خواباندن شاخه و در بعضی موارد استثنای ازدیاد بوسیله پیوند.

چای در ایران

چای منطقه خاورمیانه‌پیشینه؟ مصرف چای در ایران به سده هفدهم میلادی می‌رسد. جهانگردان از چایخانه‌هایی گفته‌اند که بزرگان و توانگران در آن جا جمع شده و چای می‌نوشیدند.

محمد علی معروف به کاشف السلطنه چایکار، متولد؟؟؟؟ خورشیدی در تربت حیدریه، که از دارالفنون و سپس از سوربن فرانسه فارغ‌التحصیل شده بود، با عنوان ژنرال کنسول ایران در سال؟؟؟؟ خ. مأمور خدمت در هند شد. وی به عنوان سفیر ایران در هندوستان در روزگار مظفر الدین شاه قاجار اولین فرد ایرانی است که با همت والای خود و در نقش یک بازرگان به فراگیری شیوه؟ کاشت و مصرف در ایران و جهان پرداخت. وی با تلاش زیاد و نبوق خود توانست نژادهای خوب و مقوی چای را کشف نموده و با زاد و ولد آنها نام خود را ماندگار نماید. همچنین او شهر لاهیجان را به دلیل وجود هوای مناسب برای کشت چای انتخاب کرد. این شهر امروز به عنوان مرکز کشت چای در ایران درآمده است. مقبره ی کاشف السلطنه در لاهیجان امروز به صورت گنجینه ی تاریخ چای ایران در لاهیجان درآمده است. سهم ایران؟ تا؟/؟ درصد از مصرف کل چای جهان است.

در چند سال اخیر صنعت چای ایران دوره تلخی را پشت سر گذاشته که به گواه دست اندرکاران، در تاریخ صدساله صنعت چای ایران بی سابقه است.

فرآوری و طبقه بندی

انواع چای براساس نوع فرآوری خود قابل تمایز هستند. برگهای بوته گیاه چای، اگر به سرعت پس از چیده شدن، خشک نشوند، پلاسیده و اکسیداسیون میشوند. این فرآیند مشابه با تبدیل جو به مالت است، که در آن نشاسته به انواع شکر تبدیل می‌شود؛ برگهای آن به سرعت تیره می‌شوند، و سبزینه آن تخریب شده و مواد جوهرمازو در آن آزاد می‌شود. گام بعدی در فرآوری، متوقف ساختن روند اکسیداسیون در مرحله‌ای ازپیش تعیین شده و از طریق زدودن آب برگها با حرارت دادن آنها می‌باشد.

اصطلاح «تخمیر» (احتمالاً به وسیله پرورش دهنده گان انگور، تاک) برای تشریح این فرآیند بکاربرده شده، و حتی در مواردی که هیچگونه تخمیر واقعی (یعنی این فرآیند با مخمر انجام نگرفته و اتانول هم تولید نشود) صورت نگرفته باشد، استعمال شده است. اما، بدون کنترل دقیق رطوبت و دما، قارچ‌ها بروی سطح چای رشد می‌کنند. قارچها سبب تخمیر واقعی در چای می‌شوند که سبب آلودگی چای با مواد سمی و سرطان زا گشته، که در نتیجه آن چای را باید دور ریخت.

ازلحاظ سنتی، چای براساس درجه و دوره تخمیر شدن (اکسیداسیون) بر گها، به گروه‌های زیر طبقه بندی می‌شود: چای سفید: برگهای تازه (جوانه‌ها) که تحت عمل اکسیداسیون قرار نگرفته اند؛ شکوفه‌های چای را برای جلوگیری از تشکیل سبزینه (کلروفیل) از نور خورشید می‌توان دورنگهداشت. چای سفید نسبت به دیگر انواع چای در مقادیر کمتری تولید می‌شود و می‌تواند از همان نوع چای که با روشهای دیگر تولید شده از لحاظ قیمت نسبتاً گرانتر تمام شود. این نوع چای در کشورهای دیگر به غیر از چین، کمتر شناخته شده است، اگرچه این شناخت با عرضه چای سفید به شکل کیسه‌ای، و نیز چای سفید سرد و فوری، بیشتر شده است. چای سبز: فرآیند اکسیداسیون پس از گذشت زمان اندکی از طریق حرارت؛ یا با بخار، که یک روش سنتی ژاپنی است؛ یا به وسیله بو دادن آن در تابه‌های داغ، به عنوان یک روش سنتی چینی متوقف می‌شود. برگهای چای را می‌توان به شکل برگهای جداگانه یا تبدیل شده به حبه که برای تولید چای باروتی استفاده می‌شود، برای خشک کردن کنار گذاشت. فرآیند اخیر، زمان بر بوده و به عنوان نمونه تنها برای چای‌های سیاه pekoe با کیفیت بالا استفاده می‌شود. چای یک یا دو روز پس از چیدن، فرآوری می‌شود. چای اولانگ ((Oolong): عمل اکسیداسیون در حدفاصل بین استانداردهای زمانی مربوط به چای سبز و چای سیاه متوقف می‌شود. فرآیند اکسیداسیون دو تا سه روز به طول خواهد انجامید؛ چای سیاه | چای قرمز: می‌گذارند برگهای چای بطور کامل اکسیده شود. چای سیاه در بیشتر نقاط جنوب آسیا (هند، سریلانکا، بنگلادش، پاکستان و غیره)، و نیز در قرن اخیر در بسیاری از کشورهای آفریقائی از جمله کنیا، برونیدی، رواندا، مالاوی و زیمبابوه متداول بوده است. ترجمه لغت به لغت عبارت «چای قرمز» را در زبان چینی، می‌توان برای عاشقان چای بکار برد. چینی‌ها آن را «چای سرخ» می‌نامند زیرا رنگ مایع دم کرده آن سرخ است. غریبه‌ها هم آن را «چای سیاه» می‌گویند چون برگهای چایی که معمولاً دم می‌کنند به رنگ مشکی است. اما چای قرمز به Rooibos نیز اشاره می‌کند، که یک ماده دم کردنی گیاهی tisane رایج در آفریقای جنوبی محسوب می‌شود. فرآیند اکسیداسیون از حدود دو هفته تا یک ماه طول خواهد کشید. چای سیاه در طبقه بندی دیگر به عنوان چای «ناب» ((orthodox یا "CTC" (خرد، پخش و به هم پیچیده، روش تولیدی که در سال؟؟؟؟ ابداع شده است) مطرح می‌شود. چای‌های سیاه غیر مخلوط نیز از طریق مکان، زمان و فصل (اول، دوم، یا پاییز) تولید خود شناخته می‌شوند. چای‌های ناب و CTC طبق کیفیت برگ پس از تولید و براساس سیستم Orange Pekoe نیز درجه بندی می‌شوند. ؛ پوئر ((Pu-erh): (در فلایت کانتون چین به عنوان پولی (polee) نیز خوانده می‌شود)، دو نوع از این چای وجود دارد، «خام» و «رسیده». نوع خام یا سبز آن را می‌توان بلافاصله مصرف نمود یا گذاشت تا رسیده تر شود. طی فرآیند رسیدن گیاه چای، چای متحمل عملیات تخمیر ثانویه و میکروبی (باکتریایی) می‌شود. پوئر رسیده از برگ سبز چای ساخته می‌شود که بطور مصنوعی اکسیده می‌شود تا به طعم فرآیند رسیدن طبیعی خود نزدیک شود. این عمل تحت فرآیند مشابهی کنترل می‌شود تا آنها را با هم در آمیخته نماید که در آن هم رطوبت و هم دمای چای بطور دقیقی تحت نظارت قرار می‌گیرد. هر دو نوع چای پوئر معمولاً به اشکال مختلفی متراکم می‌شوند از جمله قالبی، قرص مانند، کاسه‌ای شکل یا قارچ مانند. در حالی که بیشتر انواع چای در همان سال اول تولید خود، مصرف می‌شوند، اما چای پوئر را برای بهبود طعم آن می‌توان دیرتر مصرف کرد و نوع خامش را بین ?? تا ?? سال و نمونه رسیده اش را بین ?? تا ?? سال نگهداری نمود، اگرچه کارشناسان و طرفداران آن در مورد دوره زمانی بهینه توقف فرآیند رسیده شدن چای با هم اختلاف دارند. بیشتر اوقات، پوئر را برای مدت? دقیقه در آب جوش خیس می‌کنند. علاوه بر این، برخی از ساکنان تبت از پوئر را با کره گاو کوهاندار

تبتی (Yak، شکر و نمک می جوشانند و چای کره گاوی که بسیار مقوی هم هست را تهیه می کنند. چای هایی که همچون پوئر و لیو باو Liu bao بر روی آنها اکسیداسیون ثانویه واقع می شود، در چین به عنوان چای سیاه شناخته می شوند. این را نباید با اصطلاح انگلیسی چای سیاه اشتباه گرفت که در چین به آن چای قرمز می گویند.؛ چای زرد: یا تحت نام چای با کیفیت در]] دربار سلطنتی]] استفاده شود، و یا چای مخصوصی مشابه با چای سبز، این نوع چای مرحله کند تری از خشک را سپری می کند.؛ کوکیچا (Kukicha): همچنین چای زمستان نیز نامیده می شود، کوکیچا از شاخه های کوچک و برگ های کهنه و هرس شده گیاه چای طی فصل زمستانه و با برشته سازی برشته سازی خشک، عمل می آید. این ماده به عنوان یک غذای سالم در ژاپن و نیز در رژیم های افزایش طول عمر بطور رایجی مصرف می شود.؛ ژنمایکا (Genmaicha): در زبان ژاپنی به معنای چای برنج قهوه ای رنگ است، آن چای سبزی است که با برنج خشک قهوه ای برشته شده (برخی اوقات برنج بوداده) ترکیب می شود، و در ژاپن بسیار متداول بوده اما در چین هم مصرف می شود.؛ چای گل (عطری): چای هایی که با گلها فرآوری یا دم می شوند؛ و هر نوع گلی هم برای گونه خاصی از چای همچون چای سبز یا سرخ، استفاده می شود. معروفترین چای عطری، چای یاسمن (هیوآنگک پین در فلات کانتون، هوآچا که نوعی درخت گل در ماندارین چین است) یا چای سبز یا اولانگک معطر (یا دم شده) با گل های یاسمن است. گل های رز، سدر، لیچی (Lychee)، گل Osmanthus، و گل داوودی نیز جزو گل های رایج مورد استفاده در این نوع چای هستند.

منابع :

چای <http://daneshnameh.roshd.ir>

چای کوهی <http://fa.wikipedia.org>

انواع چای و خواص آنها <http://ylym.wordpress.com>

خواص و انواع چای <http://aftab.ir>

چای <http://www.senmerv.com>

فواید چای سیاه <http://weblog.azemat.com>

چای <http://fa.wikipedia.org>

انواع چای <http://www.parsiteb.com>

روغن زیتون پرمایه

روغن زیتون را در آوندی مسین اما مس قبرسی بریزند و بر آتش بگذارند که آنقدر بجوشد تا مانند عسل پرمایه گردد کار افشرد فلیزهره را می کند و از آن بهتر است .

سر :اگر آن را با آبغوره بیزند تا ببندد و بر دندان کرم خورده بگذارند آن را بر می کند .

چشم : گاهی با داروهای ترکیبی چشم بکار می رود .

اندام های راننده :تا کهنه تر باشد برای اندام های درونی بهتر است . وارد کردن به نفع معده و زخم زهدان است .

مفاصل :روغن زیتون غلیظ شده نو که نپخته باشد ، سائیده اش را بر نقرس بریزند مفید است و درد مفاصل را از بین می برد .

آهن

سه نوع آهن هست شاپورگان ،برماهن و فولاد .

خاصیت :زننگ آهن گیرنده است و خورنده .چرک آهن از چرک هر آلیاژی خشکاننده تر می باشد .

ورم و جوش: زنگ آهن با آب انگور کهنه را بر جمره و سایر جوش ها بمالند مفید است .

مفاصل: زنگ آهن با آب انگور کهنه را بر نقرس بمالند مفید است .

سر: آهن را در سرکه بسیار تند بجوشانند آن سرکه در مداوای ریم و چرک همیشگی گوش بسیار مفید است .

چشم: زنگ آهن در مداوای زبر شدن پلک و ناخن مفید است .

اندام های غذا: آهن سرخ شده را در آب فرو کنند و آن آب را با آب انگور کهنه مخلوط نمایند در علاج آماس طحال ، سستی و ناتوانی معده بسیار سودمند است .

سونش آهن مواد آبکی را اسهال می دهد لیکن در این باره سونش مس از آن مؤثرتر است . زنگ آهن گیرنده است (قبض) . اگر آن را بردارند خونریزی زهدان را بند می آورد . زنگ آهن بواسیر را خشک می کند . آهن سرخ شده را در آب انگور کهنه فرو کنند آن آب انگور اسهال مزمن را بند می آورد ، سستی مقعد و خونریزی زنانه را علاج می کند و شهوت انگیز هم هست .

خواص دارویی رازیانه

رازیانه با نام علمی *Foeniculum vulgare Mill* گیاهی چند ساله است که به دو صورت وحشی و زراعی در ایران دیده می شود. به طور کلی تمام قسمت های گیاه خاصیت درمانی دارد، اما بیشترین قسمت مورد استفاده آن بذر است که حاوی روغن اسانس فرار است و مهمترین ترکیب شیمیایی آن آنتول است که بیشترین خواص این گیاه مربوط به این ترکیب است. از طرفی دیگر مزه شیرین رازیانه مربوط به وجود آنتول و استراگول در آن می باشد.

از دم کرده میوه برای درمان دل درد در کودکان استفاده می شود. مواد موثره این گیاه سبب افزایش ترشح شیر در مادران می شود. اسانس رازیانه در صنایع داروسازی، نوشابه سازی، صنایع غذایی، آرایشی و بهداشتی مورد استعمال فراوان دارد.

رازیانه *Foeniculum vulgare* گیاهی است دیپلوئید $2n=22$ و از مهمترین و قدیمترین گیاهان دارویی ایران، منشاء آن مدیترانه و متعلق به خانواده چتریان (*Apiaceae*) می باشد. ظاهر کلی رازیانه مخصوصا از نوع برگ بی شباهت با شوید نیست ولی بوی مطبوع و معطر و ساقه مرتفع و ریشه ضخیم گیاه به سهولت آن را از شوید متمایز می سازد. گل های آن زرد رنگ و مجتمع به صورت چتر مرکب است. قسمت مورد استفاده رازیانه، ریشه، برگ و میوه آن است ولی معمولا- کلیه قسمت ها مورد استفاده قرار می گیرد.

در افسانه های قدیمی آمده است که مارها در زمان پوست اندازی چشمان خود را با مالیدن به رازیانه قوی می نمایند، از این روی بود که مردم برای رازیانه اثر تقویت کننده نیروی بینایی قائل بودند و حتی هنوز هم که قرن ها از آن روزگار می گذرد، مردم به آن معتقد هستند. جالینوس حکیم از مصرف آن در تهیه غذاها صحبت نموده است و در قرن پنجم برای آن اثر مسکن سرفه قائل بودند. اسانس رازیانه حاوی آنتول، استراگول، متیل اوژنول، فلاندرن، آلفاپینن، فنچون و ... می باشد. آنتول موجود در اسانس رازیانه اثر فعال کننده مراکز عصبی مغزی را دارد. طعم میوه رازیانه معطر، کم و بیش با بوی ملایم و به حالت تازه ناپسند است.

جدول زیر تاثیر عناصر غذایی در عملکرد میوه و مقدار اسانس میوه رازیانه را نشان می دهد.

عناصر غذایی (کیلوگرم در هکتار)

عملکرد میوه

% اسانس

(در وزن خشک گیاه)

ازت

اکسید فسفر

اکسید پتاس

تن در هکتار

درصد

۲۰۶/۱

۱۰۰

۲۷/۴

۴۰

۸۰

۴۰

۲۰۶/۱

۱۳۲

۴۲/۴

۴۰

۸۰

۴۰

۹۰۹/۱

۱۵۸

۲۶/۴

۴۰

۱۲۰

۴۰

۲۰۲/۲

۱۶۰

۲۶/۴

۶۰

۱۲۰

۴۰

۷۱/۱

۱۳۵

استخراج اسانس رازیانه

جهت استخراج اسانس ابتدا ۱۰۰ گرم از بذر گیاه آسیاب شده سپس به مدت ۴ ساعت با استفاده از روش تقطیر با آب اسانس گیری و درصد آن تعیین گردید. سپس باید در شرایط دور از نور نگه داری شود. مقدار اسانس بذر بین ۰/۲ تا ۰/۶ درصد گزارش شده است که بسته به شرایط اقلیمی متفاوت است. اسانس حاصل از میوه رازیانه مایعی سیال و بی رنگ یا به رنگ زرد کم‌رنگ است و واکنشی خنثی در مقابل تورنسل دارد (۶). وزن مخصوص اسانس رازیانه در دمای ۱۵ درجه سانتی گراد بین ۰/۹۵ تا ۰/۹۸ (بر حسب محل رویش گیاه) متفاوت می باشد و به مقدار بسیار کم در آب محلول است. بو و طعم آن ملایم و معطر است. بر اثر کهنگی و به مرور زمان رنگ قهوه ای پیدا می کند به همین دلیل باید در ظروف کاملاً در بسته، در محل خنک و هم چنین دور از نور و روشنایی نگه داری شود.

خواص و کاربرد دارویی رازیانه:

طبع رازیانه گرم و خشک است. تخم آن گرمتر از برگ آن و ریشه آن گرمتر از سایر اعضای آن است (۷). در طب سنتی رازیانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع کننده سنگ های کلیه و مجاری ادراری، افزایش دهنده شیر مادران مورد استفاده قرار می گیرد (۹).

در چین از جوشانده تهیه شده از گیاه به عنوان ضد قی و آشفستگی استفاده می شود و برای فتق و برای ازدیاد بینایی چشم مفید است (۱۴). برای ازدیاد ترشح شیر مفید است به طوریکه دم کرده ۱۰-۴ کیلو گرم تخم رازیانه در ۳-۴ فنجان آب جوش می تواند خیلی موثر باشد. برای رفع اسه و سرفه چند گرم تخم را در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۱۵ دقیقه دم می کنند و بعد از اضافه کردن عسل به آن، آن را می خورند. دم کرده بذر رازیانه با زیره سبز برای رفع اسهال و تقویت معده با عسل و سکنجین برای تب های کهنه مفید است. از دم کرده تخم آن برای تحلیل بادها، درد پهلو و لگن خاصره، رفع بلغم ترش، رفع اسهال مزمن، استفاده می کنند (۷).

ریشه رازیانه دیورتیک است. اثر مدر قوی دارد. اوره و اسید اوریک را دفع می کند. به علاوه اشتها آور است. ریشه به علت مدر بودن در موارد کمی دفع ادرار، سنگ کلیه، نفریت و بیماری‌هایی نظیر آن مصرف می شود زمان جمع آوری ریشه باید در اواخر پاییز باشد. (۸).

تنور رازیانه برای مشکلات گوارشی مصرف می شود، می توان آن را با ملین‌هایی نظیر ریواس یا سنا برای رفع قولنج نیز ترکیب کنید (۱۵). دم کرده ریشه رازیانه (تازه آن موثر از خشک آن است) به اندازه یک قاشق سوپ خوری برای یک لیوان آب کوچک برای مدر مفید است مدت دم کردن باید ۱۵ دقیقه باشد (۷).

در فرانسه برای رفع سنگ مثانه یک مشت کاکل ذرت را در یک لیتر آب جوشانده، سپس دو قاشق چای خوری تخم رازیانه ریخته و دم می کنند. بعد از دم کردن می گذارند تا سرد شود و ۲-۳ فنجان از این دم کرده در روز می خورند آثار مفیدی دارد (۷). از برگ خام و تازه آن به عنوان چاشنی برای غذا و سبزی استفاده می کنند. البته زمان جمع آوری برای برگ ها باید قبل از گلدهی باشد. (۴).

عصاره روغنی حاصل از دانه را برای ناراحتی های گوارشی تجویز می کنند. به عنوان خلط آور ملایم برای سرفه ها و ناراحتی های تنفسی هم مفید است (۱۵).

سایر موارد استفاده:

رازیانه به عنوان یک عامل طعم دهنده در مخلوطهای چای و فراورده های غذایی نیز به کار می رود. روغن رازیانه را می توان به

عنوان یک جز آنتی‌سپتیک در خمیر دندان‌ها، دهان‌شویه‌ها، به عنوان یک ترکیب در فراورده‌های پوستی چون ضد چین و چروک (an tincurinkle) و ضد پیری، فراورده‌های سلولیت، صابون‌ها، پاک‌کننده‌ها، کرم‌ها، لوسیون‌ها و مواد خوشبوکننده به کار برد (۴).

فراورده‌ها

میوه رازیانه به صورت جوشانده، شربت (همراه با عسل)، عصاره مایع، اسانس و قرص برای مصارف داخلی به کار می‌رود. از جوشانده و عصاره یا اسانس برای مصارف موضعی هم استفاده می‌شود.

برخی از فراورده‌های حاوی رازیانه در ایران عبارتند از: قطره آنتی‌میگرن، قطره آوی پکت، قطره توسیون، شربت تیمیان، پودر جنرال تونیک، قرص جویدنی مکیدنی رازین، گرانول رگلیس معطر، قرص سن‌امین ۵/۷، قطره سنکل، قطره و کپسول شیرافزا، قطره فنلین، پودر کارمین، محلول خوراکی کاروای میکسچر، پودر کارمیناتیف، محلول خوراکی گریپ‌واتر، قرص جویدنی، مکیدنی مفتازین، لوسیون تقویت مو، سنیره و برخی از بخورها (۹).

موارد مصرف برخی داروها

- جنرال تونیک: مجموعه‌ای از میوه و ریشه چند گیاه دارویی است که جهت تقویت عمومی بدن، افزایش اشتها و ترمیم قوا در دوران نقاهت بیماری‌ها استفاده می‌شود. همچنین به عنوان مکمل غذایی کودکان، سالمندان و زنان باردار و شیرده کاربرد دارد. در تهیه این دارو از عصاره رازیانه استفاده می‌شود (۱۶).

- قرص روکشدار ژارسن‌امین ۵/۷: در درمان یبوست‌های غیر انسدادی و یبوست‌های مزمن به عنوان ملین و با مقادیر معین به عنوان مسهل تجویز می‌گردد.

آثار فارماکولوژی و مکانیسم اثر: اثر ملین داروهای محتوی آنتراکینون برای سال‌های زیادی است که به خوبی شناخته شده است. به نظر می‌رسد که گلیکوزیدهای آنتراکینون در دستگاه گوارش جذب شده و آگلیکون آزاد شده در حین متابولیسم و ترشح به روده بزرگ منجر به تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده می‌شود. سنوزیدهای A و B و متابولیت‌های طبیعی آنها سیندین A و B بخصوص روی روده بزرگ اثر کرده و تخلیه روده را تسهیل می‌سازد.

عوارض جانبی: مصرف بیش از حد از میزان دستور ممکن است باعث دل پیچه شود. مقدار مصرف: بزرگسالان به عنوان ملین ۲-۱ قرص و به عنوان مسهل شبها ۴-۲ قرص

کودکان ۸-۱۲ ساله نصف مقادیر فوق

کودکان کمتر از ۶ سال مصرف شربت سنا توصیه می‌گردد.

توجه: مصرف در زنان حامله و شیرده توصیه نمی‌شود.

- قطره و کپسول شیرافزا: جهت افزایش ترشح شیر در مادران شیرده استفاده می‌شود که عصاره رازیانه در آن به مقدار ۱۵ میلی‌لیتر استفاده شده است.

- قرص شیکوریدین این قرص یک مقوی اشتها آور، افزایش‌دهنده ترشح صفرا و دفع آن، نیروبخش، ترمیم‌کننده کمبودهای تغذیه‌ای و تامین‌کننده املاح معدنی لازم می‌باشد، این مواد سوخت و ساز مواد قندی را در بدن تقویت و اشتها را افزایش می‌دهد.

- ماسک‌های صورت: این ماسک‌ها در تهیه آن‌ها از چندین گیاه استفاده می‌شود. دارای خاصیت ضد عفونی‌کننده، قابض، مرطوب‌کننده، نرم‌کننده، تقویت‌کننده (Tonic) است و موجب ضد عفونی شدن پوست و تغذیه سلولهای آن می‌گردد.

- قرص مکیدنی رازین: جهت درمان التهابات گلو در سرماخوردگی و سرفه مورد استفاده قرار می‌گیرد که در فرمول آن رازیانه

نقش بسزایی دارد.

- روغن و اسانس رازیانه همراه با قطره آویشن، اکالیپتوس و روغن رازیانه در ۲۵ میلی لیتر روغن آفتاب گردان یا روغن بادام برای رفع شکایت سینه مفید است (۱۵).

هشدارها و موارد احتیاط:

در اختلالات کبدی بایستی از مصرف دوزهای بسیار زیاد روغن رازیانه اجتناب نمود. افراد دیابتی بایستی در مورد وجود قند در شربت رازیانه و عسل محتوی رازیانه آگاه گردند (۹).

رازیانه یک محرک انقباض رحم است. در دوران بارداری از مصرف زیاد پرهیز نمائید. (۱۵)

عوارض حساسیتی:

واکنش‌های حساسیتی در پوست و دستگاه تنفس گزارش شده است. با توجه به مصرف رازیانه، این گیاه باید تنها پتانسیل حساسیت زای بسیار محدودی داشته باشد. درصدی از بیماران حساس به کرفس نسبت به رازیانه هم واکنش‌های حساسیتی نشان می‌دهند. سندرم کرفس - هویج - برنجاسف به خوبی در اروپا شناخته شده است. برای مثال افراد حساس به هویج ممکن است نسبت به سایر گیاهان یا چاشنی‌های غذایی خانواده چتریان (*Umbelliferae*) نیز واکنش‌های حساسیتی داشته باشند (۹).

فعالیت استروژنیک و اثرات وابسته به آن

رازیانه فعالیت استروژنی دارد و جریان شیر را زیاد می‌ند.

امروزه از رازیانه نیز استفاده می‌کنند برای افزایش شیر بزها به طوریکه از باقیمانده تفاله بعد از تقطیر به عنوان مکمل در جیره غذایی دام در جهت افزایش تولید شیر استفاده می‌شود (۴).

موش‌های شیرده که با رازیانه تغذیه شدند نوزادانی به دنیا آوردند که در مقایسه با گروه کنترل به طور قابل توجهی مقادیر زیادتری از غذای حاوی رازیانه می‌خورند. این موضوع نشان داد که طعم (و حداقل برخی اجزای شیمیایی) رازیانه وارد شیر مادر می‌شود (۹).

قاعدگی دردناک اولیه

به منظور مقایسه اثر اسانس رازیانه شیرین با مفنایمیک اسید در دوران قاعدگی دردناک اولیه، ۳۰ خانم ۱۵ تا ۲۴ ساله مبتلا به دیسمنوره، اولیه، متوسط تا شدید در ۳ دوره قاعدگی مورد بررسی قرار گرفتند. در دوره اول هیچ دارویی تجویز نشد (دوره کنترل)، در دوره دوم بیماران تحت درمان با مفنایمیک اسید (۲۵۰ میلی گرم در هر ۶ ساعت) و در دوره سوم تحت درمان با اسانس رازیانه ۲٪ (۲۵ قطره هر ۴ ساعت) قرار گرفتند. نتایج این مطالعه نشان داد که در مقایسه با دوره کنترل، هر دو دارو به صورت موثری درد قاعدگی را برطرف نمودند. زمان متوسط شروع اثر برای مفنایمیک اسید ۰۶/۴۶ ± ۵/۶۷ دقیقه برای رازیانه ۹/۴۸ ± ۷۵ دقیقه بود که از نظر آماری معنی دار نبود ($P=۵۷/۰$).

در روزهای دوم و سوم قاعدگی مفنایمیک اسید اثر قوی تری نسبت به رازیانه داشت. با این حال در سایر روزهای قاعدگی بین دو دارو اختلاف معنی داری گزارش نشد. اما، ۵ مورد از بیماران به علت بوی رازینه از مطالعه خارج شدند و یک مورد نیز افزایش خفیف مقدار خونریزی ماهیانه ناشی از مصرف رازیانه گزارش گردید. محققین نتیجه گرفتند می‌توان از رازیانه به عنوان یک داروی گیاهی ایمن (*Safe*) و موثر برای قاعدگی دردناک اولیه استفاده نمود (۹).

تداخلات دارویی:

در انسان تداخل بین روغن رازیانه و سایر داروها قابل انتظار نیست. کاربرد پوستی دم کرده رازیانه در انسان موجب تشدید التهاب ناشی از روغن موستارد، اشعه ماوراء بنفش یا تزریق زیر جلدی توبرکومین می‌شود (۹).

منابع و ماخذ

- ۱- مظفریان، ولی الله. ۱۳۷۵. فرهنگ نام های گیاهان ایران. موسسه فرهنگ معاصر.
 - ۲- قهرمان، احمد. ۱۳۷۳. کورموفیت های ایران. نشر دانشگاهی. ص ۷۶۴.
 - ۳- امید بیگی، رضا. ۱۳۷۹. رهیافت های تولید و فراوری گیاهان دارویی (۲). ققنوس. صص ۷۸-۷۰.
 - ۴- مداح. مهرداد. ۱۳۷۹. پایان نامه کارشناسی ارشد. بررسی تاثیر پرتوهای فرابنفش بر روی ویژگی های ترشحاتی و تکوینی اندام های رویشی و زایشی و مقدار نوع اسانس گیاه رازیانه.
 - ۵- میرزا، مهدی. سفیدکن، فاطمه. احمدی، لطیف. ۱۳۷۵. اسانس های طبیعی. موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.
 - ۶- سفیدکن، فاطمه. ۱۳۸۰. تحقیقات گیاهان دارویی و معطر ایران (۱۰). موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.
 - ۷- میر حیدر، حسین. ۱۳۸۰. معارف گیاهی. دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
 - ۸- بیگدلی، محسن. ۱۳۸۴. کشت و اهلی کردن ۵ گونه گیاهی کوچک سفید. زیره سبز - کاسنی - رازیانه و اسفرزه در استان تهران.
 - ۹- بخردی، رضا. ۱۳۸۳. گیاه درمانی نوین. مترجم. صص ۶۱-۷۳.
 - ۱۰- جایمند، کامکار. رضایی، محمد باقر. ۱۳۸۰. تحقیقات گیاهان دارویی و معطر ایران (۹). موسسه تحقیقات جنگل ها و مراتع ص ۲۷.
 - ۱۱- رجحان، محمد صادق. ۱۳۸۱. درمان به وسیله گیاهان دارویی. موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.
 - ۱۲- فلاحتگریش، آریا. ۱۳۸۲. گیاهان دارویی. لاهیجی. صص ۱۵۱-۱۵۳.
 - ۱۳- شریفی عاشور آبادی، ابراهیم. گزارش نهایی طرح تحقیقات بررسی کودهای آلی و شیمیایی بر عملکرد کمی و کیفی رازیانه.
 - ۱۴- آینه چی، یعقوب. مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. دانشگاه تهران. ص ۳۲۸.
- Penelope ody Mnimh, The herb society's complete medicinal herbal, Do rling limited, ۱۵.
Lodon, ۱۹۹۳.
منبع:سایت طبوبی

نسخه های شفا بخش آفتابگردان

اندامهای مورد استفاده آفتابگردان برگ و دانه ی آن است.برگهای آفتابگردان ازبذر کاشته شده هفت روزه به دست می آیند که در عمق ۲/۵ سانتی متری خاک کاشته می شوند.از نظر مواد غذایی بسیار فنی هستند و دارای کلروفیل و ویتامین های A, B₁, B₂, B₃ یا نیاسین و ویتامین C و موادهای معدنی کلسیم - منیزیم - پتاسیم و مواد آلی پروتئین است.عصاره ی این گیاه کیسه ی صفرا، کبد، گردش خون، لنفها و قلب را تقویت می کند و به خاطر داشتن کلسیم خاصیت نرم کنندگی و پاک کنندگی دستگاه گوارش را دارد.جهت آب گرفتن بهتر است از برگهای تازه سبز تیره رنگ استفاده شود.برگ آفتابگردان را نیز می توان از مزارع تهیه نمود.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش هندوانه

هندوانه دارای طبیعتی سرد است و عطشهای مفرط را فرو می نشاند و از نظر خواص داروئی کم کننده ی حرارت بدن است.یرقان

را از بین می برد. برای سرفه های رطوبتی مفید است. گلو درد ها و التهابهای کلیوی و کبدی و تبهای گرم مزاج را فرو می نشاند. آب هندوانه در رفع سوزشهای ادرار و زردی یا قرمزی ادرار و سوزشهای دهان و دست و پا و پهلوی درد و مرض قند و نفخ و باد معده و روده و سنگ کلیه و خارش بدن مؤثر است. هندوانه و پوست آن ویتامین A فراوان و پتاسیم دارد. هندوانه مقدار کمتری از ویتامین ها و مواد معدنی و کلروفیل را دارا است. اگر هندوانه را همراه با پوست و دانه هایش آب بگیریم مقدار بیشتری مواد معدنی و ویتامین و کلروفیل از آن به دست می آوریم. تا اینکه فقط قسمت قرمز درونی مصرف کنیم و بدین طریق از شدت شیرینی غلیظ آن کاسته می شود.

آب هندوانه پاک کننده ی بسیار خوب کلیه ها و کیسه صفرا می باشد. هندوانه ادرار را زیاد می کند و باعث دفع سنگ کلیه و مایعات اضافی از بدن می گردد. آب هندوانه همچنین با مقدار زیادی از آنزیمها همراه است. آب هندوانه را در تمام طول روز و همه روزه در بین غذاها و یا قبل از خواب می توان مصرف نمود. حتی می توان آب هندوانه را در یخچال منجمد کرد و مدتها جهت مصرف نگه داری نمود. آب هندوانه بدن افراد لاغر و خشک مزاج را مرطوب می سازد. قند هندوانه موسوم به ساکارین است. در آب آن اسید آمینه ای بنام سیترونل وجود دارد. مغز دانه هندوانه دارای اسیدهای چرب اشباع نشده مانند اسید اولئیک و اسید لینولئیک و غیره می باشد. که علاوه بر مصرف غذایی موارد استفاده ی دارویی نیز دارد. مصرف زیاد هندوانه برای افراد سرد مزاج مضر است، به معده و طحال آنها آسیب وارد می سازد و درد مفاصل ایجاد می کند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش هویج

آب هویج سلطان آب میوه هاست و مقدار بسیار زیادی ویتامین B، E، K، A، D و مواد معدنی کلسیم، فسفر، آهن، پتاسیم، سدیم و غیره دارد.

مواد قلبیایی کلسیم و منیزیم موجود در آب هویج دیواره ی روده ها را نرم و دندانها و استخوانها را محکم می سازد. پوست و مو و ناخنها را از پروتئینها و مواد معدنی سازنده ی آنها غنی می سازد. و به دفع ادرار کمک می کند. اما مهمترین خاصیت آن پاک کننده ی کبد است. آب هویج باعث تقویت چشمها می شود و برای امراضی مانند کم خونی، دیابت و چربی خون بسیار مفید است و فعالیت روده ها را تنظیم می کند. ضد انگل و آرامبخش و نرم کننده و افزایش دهنده شیر مادران می باشد. آب هویج رنگ چهره را باز می کند، رفع اسهال می نماید. و برای روماتیسم و تبهای روده ای، کم اشتها، زخم معده و جلوگیری از پیری پوست مفید است. ماده بتاگروتین موجود در هویج محافظ سلولهای بدن بوده باعث تقویت سیستم مصون ساز بدن می شود و بدن را در مقابل بروز بیماری های مختلف مقاوم می کند. هویج موجب دفع سموم از بدن می شود و ضد سرطان است. مالش آب هویج به صورت از چین و چروک آن جلوگیری می کند. خوردن آب هویج باعث تقویت دیدها می شود و برای اشخاصی که تنگی نفس دارند مفید است. مشکلات دستگاه گوارش را مرتفع، چاقی و لاغری را برطرف و وزن بدن را متعادل می سازد. آب هویج در رشد کودک مؤثر است.

مخلوط آب هویج با آب اسفناج بسیار مقوی است. مصرف منظم آب هویج به دفع صفراهای کهنه و چربیها از کبد کمک می کند. هنگامی که چربی پایین می رود کلسترول بدن نیز پایین می آید. مصرف آب هویج باید محدود باشد چونکه حاوی مقدار زیادی ویتامین A است و مصرف زیاد ویتامین A ایجاد مسمومیت و عفونت کبد می کند. مصرف زیاد به مدت طولانی باعث گرایش رنگ چهره به زردی است. مقدار مصرف ایده آل حدود پنج الی شش لیوان در هفته است آب هویج را به خاطر داشتن طعم و بوی مطبوع می توان با عصاره های دیگر گیاهان مخلوط نموده و مصرف نمود.

هر کیلو هویج ۳۵۰-۵۰۰ گرم آب می دهد.

منبع: منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش هلو

هلو از تیره گل سرخ است. میوه هلو نیز مورد علاقه ی همگان می باشد. در آب گیری آب غلیظی می دهد که می بایست با آب معمولی رقیق شود.

هلو مقدار فراوانی ویتامین A دارد. همچنین حاوی ویتامینهای B₁، B₂، C، نیاسین و مواد معدنی شامل کلسیم، آهن، فسفر، پتاسیم و سدیم می باشد. هلو روده ها را شستشو می دهد، سبب تحریک حرکتهای موجی شکل روده ی بزرگ می گردد. عمل دفع را آسان و بیوست را برطرف می سازد. آب هلو به طور موفقیت آمیزی در رفع مشکلات زمان بارداری زنان مثل کسالت صبحگاهی و دیگر موارد کمک فراوان می کند. جهت آبرگیری هلوهای کمی سفت و تیره رنگ بهتر هستند. از انتخاب هلوهای سبز اگرچه بعد از چند روز نرم می شوند می بایست صرف نظر نمود. هلوهای سبز به اندازه ی هلوهای زرده تیره یا نارنجی یا بنفش شیرین نیستند. البته هلوهای رسیده سردرختی با رنگ تیره بهتر هستند. طبیعت میوه هلو سرد است و برای افراد گرم مزاج بخصوص آنانکه طبیعت گرم و خشک دارند مفید است. ترشح و دفع صفرا را در افراد صفراوی آسان می سازد. هلو در تقلیل حرارت کبد و کلیه مؤثر است. از برگ هلو می توان عصاره تهیه نمود. عصاره ی هلو کرم کش است و انگلهای روده را از میان می برد. هلو اختلالات خون را مرتفع می سازد و سوء هاضمه را برطرف می کند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گیلاس

آب گیلاس بسیار مقوی و منبع سرشاری از ویتامین های A، B₁، B₂، C و اسید فولیک و نیاسین است و دارای کلسیم، کبالت، فلورین، آهن، منیزیم، فسفر و پتاسیم است. آب گیلاس حالت قلیایی دارد و اسید خون را پایین می آورد. دلیل این امر تأثیرات آب گیلاس در درمان اختلالات پروستات نیز نقش دارد. جهت مصرف گیلاسهای خیلی تیره رنگ و سفت بهتر از گیلاسهای نرم و رسیده است. گیلاس های له شده بهتر است حذف شوند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش تمشک

مفیدترین قسمت تمشک میوه آن است. میوه تمشک سرشار از ویتامین C، قند، جوهر لیمو و اسیدهای سیب است به همین جهت طعم ترش مطبوعی دارد و به علت داشتن املاح زیاد خون را قلیایی می کند و ترشی خون را از بین می برد. میوه آن بسیار خشک و ضد رطوبت بدن است و راه ورود میکروبها را به عروق می بندد. حالت رقیق بودن خون را رفع می سازد. تمشک ملین و اشتها آور است، ادرار را زیاد می کند، مسکن و پاک کننده کیسه صفرا است. بهترین داروی روماتیسم و گرفتگی شرایین است و درد معده را تسکین می دهد. قند موجود در تمشک برای مبتلایان به مرض قند مفید است و خوردن آن تنفس را آسان می کند. آب تمشک برای مبتلایان به تب و آبله مرغان و سرخک بسیار مفید است. غرغره جوشانده ی آن برای درد گلو و آئزین نافع است. آب تمشک برای رفع یرقان و التهاب صفرا و کبد سود بخش است.

جویدن برگ تمشک جهت ورم لته ها و رفع بی حسی آنها مفید است. جوشهای دهان را از بین می برد و بوی بد دهان را برطرف

می‌کند. نوشیدن آب برگ و ساقه‌ی تمشک اگر تازه باشند جهت تقویت معده و خونریزی معده و بند آمدن اسهال و معالجه بواسیر سودمند است گل میوه‌ی تمشک اسهال را بند می‌آورد. نوشیدن آن ریشه این میوه علاوه بر بند آوردن اسهال، سنگ کلیه و مثانه را خرد می‌کند. آب میوه‌ی تمشک جهت زخمهای آبدار و چرکی مفید است و آنها را خشک می‌کند. گل آن نیز همین خاصیت را دارد. نوشیدن آب برگ و میوه و ساقه‌ی تمشک مو را سیاه می‌کند و استفاده مکرر از آن مانع سفید شدن مو می‌گردد. این خاصیت به علت وجود منگنز فراوان در تمشک است. منگنز عامل سیاهی موی بدن انسان است. برگهای و ساقه‌های جوان تمشک را می‌توان جمع‌آوری نموده و آب گرفته و مصرف نمود.

منبع: خواص میوه‌ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه‌های شفابخش پیاز دیاستاز

پیازخام دارای ویتامین‌ها فراوان و ویتامین‌های A، B و املاح معدنی از قبیل گوگرد، آهن، فسفر، پتاسیم، سدیم، ید، سیلیس، کلسیم، سیترات، صمغ و موم است. فسفر قدرت تفکر را بالا می‌برد. گوگرد موجود در پیاز جهت ضد عفونی کردن خون، ششها برطرف کردن آسم، ورم گلو، برونشیت و گریپ موثر است. پیاز دارای ید است. و در درمان گواتر، آبسه و جوشهای زیر پوست تأثیر فراوان دارد. سیلیس موجود در پیاز در نگهداری استخوانها و رگها ضروری است. پیاز حاوی مقداری هورمون و دیاستاز است که موجب تقویت غده اشکی و گوارشی و غدد جنسی می‌شود. و دارای آنتی بیوتیک است که خون و بیماری تنفسی را ضد عفونی می‌کند. پیاز از بیماریهای قندی، کلیوی، مثانه، ورم ساقها، پروستات و رماتیسم مفصلی جلوگیری می‌کند و در رفع سرماخوردگی خفیف و میگرن مؤثر است. همچنین از لخته شدن خون در رگها و سکنه‌های مغزی و قلبی جلوگیری می‌کند و مشکلات تأخیر در دوران قاعدگی را برطرف می‌سازد. آب پیاز محرک عمومی بدن و مقوی قلب و اعصاب و ضد دیفتری است. پیاز دارای مقدار کمی فسفات و انسولین گیاهی موسوم به گلوکولینین، قند ساکاروز و مقداری ترکیبات پلی فنولی، آلیسین و اسانس فزازه نام سولفور دالیل می‌باشد. سولفور دالیل محرک چشم است و موجب ریزش اشک می‌شود. این اسانس بر اثر حرارت از بین می‌رود. آب پیاز دارای خواص دیگری نیز هست از جمله دفع انگلهای روده ای، تعادل اعمال غدد تحریک دستگاه گوارش و اشتها آوری، کاستن قند و فشارخون و ناراحتی‌های نفخ شکم، درمان اسکوربوت، نرم کردن سینه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذای سنگین، رفع خستگی‌ها، درمان الکلیسم آب آوردن شکم، جلوگیری از سرطان کبد، دفع ادرار، رفع سرفه‌های خشک، رفع یبوست، رفع ناراحتی گوش، رفع بیحالی و خستگی‌های فکری، رفع چاقی و درمان ناتوانی جنسی، در مواردی مصرف زیاد پیاز و آب پیاز توصیه نمی‌شود از جمله کسانی که معده و روده ضعیف یا ناراحتی‌های پوستی کبدی و یا سابقه خونریزی دارند و یا مبتلایان به کولیت و افرادی که زیاد آروغ می‌زنند. لایه‌های نازک درونی پیاز دیر هضم هستند. پیاز اسیدیته‌ی شیر معده را زیاد می‌کند و برای کسانی که سوء هاضمه دارند مضر است. پیاز را نیز می‌توان همراه با برگ آن آب گرفت و با آب سبزیجات دیگر مخلوط و مصرف نمود. آب پیاز سریعاً می‌بایست مصرف شود چون فاسد می‌گردد.

منبع: خواص میوه‌ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه‌های شفابخش پسته

مغز میوه این گیاه دارای طبیعتی گرم و خشک بوده و از نظر مواد غذایی تقریباً غنی و انرژی زیاد تولید می‌کند ضمناً مقوی قوای تناسلی بوده و زیاد کننده ماده منی، مقوی بدن - مقوی ذهن برطرف کننده ی برودت و ضعف و دردهای کبدی که منشاء رطوبتی دارند. مقوی قلب و برطرف کننده بعضی از خفقا‌های قلبی که منشاء رطوبتی دارند. مقوی معده و فربه کننده بدن می‌باشد. افرادی که

در سنین بالاتر از چهل سال رو به چاقی می روند در خوردن آن مجاز نیستند افرادی که راست روده آنان به رخاء مبتلا شده و مقعد آنان بیرون می یابد می توانند پوست سفید و چوبی میوه پسته را با مقداری برگ مورد و جفت در آب بجوشانند و پس از نیم گرم شده در آن بنشینند رخاء راست روده برطرف شده و مقعد بالا کشیده می شود. مربای پوست پسته چنانچه با شکر نی و زعفران درست شده باشد مقوی اعصاب و برطرف کننده رطوبات و معالج لاغری بدن خواهد بود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش به

درخت به گیاهی است به صورت درختچه میوه آن خوراکی و دارای طبیعت معتدل نوع شیرین و خوب رسیده آن مفرح و مقوی قلب و اعصاب و نشاط آور و مد ربول و دارای چند نوع ویتامین مانند ویتامین (A) و (C) و مقداری مواد قندی و اسیدهای آلی و مواد کانی می باشد چنانچه میوه شیرین و رسیده به را آب گرفته و این عصاره را با شکر نی حرارت داده به قوام آورند و مقداری گلاب و زعفران به آن بیفزایند. این شربت مفرح و مقوی خوبی بوده و هیجانان روحی را نقصان می دهد و مدربول نیز می باشد. اما خوردن میوه نارس به خصوص خام آن بسیار دیر هضم و قابض بوده و خوردن آن صلاح نیست.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انجیر

جهت درمان لاغری و چاق شدن بایستی ۴۰ روز هر روز صبح مقداری انجیر را با کمی بادیان رومی میل نموده تا سستی و ضعف بدن رفع و شخص لاغر، چاق گردد.

جهت نیرویدن موها کافی است پس از کندن موها با جیوه و سرنج و زاج را نرم ساییده در آب انجیر حل کرده بمالند یا خاکستر گیاه کبر را درشیره انجیر بپزند و بمالند.

چنانچه خردل را له کرده و با چند عدد انجیر له شده خمیر نمایید و فتیله کرده و در گوش بگذارید جهت رفع خارش خوب است. جهت رفع لک و کک و مک و برص کافی است چند عدد انجیر تازه را له کرده و با کمی بوده ارمنی مخلوط کنید و بر پوست بمالید و این عمل را چندین بار تکرار کنید اگر مقداری برگ شنبلیله را در یک قابلمه ریخته و چند عدد انجیر تازه را به آن افزوده و به قدری بجوشانید تا پخته شود و آب آنرا صاف نمایید و روزی یک قاشق مرباخوری از آنرا میل کنید رفع خشونت سینه می کند و عفونتهای ریوی و تنفسی شما را به خوبی درمان می کند.

اگر چند عدد انجیر را در تنور یا فر بگذارید به قدری که سوخته شود و سپس آنرا نرم ساییده و به وسیله مسواک تریا با انگشتی تمیز به دندانها بکشید در سفید کردن دندانهای شما بی مانند بوده و در قطع خونریزی لثه نیز مفید است.

جهت درمان سردردهایی که معمولاً پس از بیدار شدن از خوابهای عمیق به وجود می آید مقداری خاکستر چوب درخت انجیر را در سرکه حل کنید و بر پیشانی و سر بمالید.

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 انجیر را در یک لیتر آب چندین مرتبه شستشو دهید.

اگر مقداری از شیره درخت انجیر را به پنبه زده و بر بن دندان بمالید یا در حفره دندان گرم خورده بگذارید در تسکین فوری درد دندان مؤثر بوده و آن را به خوبی برطرف می کند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش سیر

خوردن پخته ی سیر با زیره و برگ درخت صنوبر پودر شده جهت رفع سستی و ضعف لثه و تقویت بن دندان مفید است. مالیدن آب پخته برگ و ساقه سیر با عسل بر روی جراحات چرکین و آبدار سبب باز شدن و سرباز کردن چرک و عفونت آنها گردیده و در بهبودی مؤثر است. اگر حدود ۲ مثقال سیر را کوبیده و له کرده آنرا در مقداری آب جوش و پخته و پس از خیس خوردن به مدت یک شبانه روز آن را میل نمایید رفع مسمومیت می کند.

چنانچه تخم سیر را جوشانده و آب آنرا صاف نموده و چند روز دهان را با آب آن شستشو دهید، جوش و افت دهان را برطرف ساخته و فضای دهان را ضد عفونی می کند.

جهت رفع خرد شدن و درمان شکستگی مو ۵ عدد سیر را با ۱۰ گرم گل گندم جوشانده کمی سرکه اضافه نمایید و روزانه سر را با آن بشویید.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش توت فرنگی

عصاره ی توت فرنگی بسیار خوش طعم و مقوی است.

طبیعتی سرد دارد و دارای گلوکز، لولوز، سلولوز و املاح معدنی مانند سیلیس، آهن، کلسیم، فسفر، برم، منیزیم، ید، سدیم، پتاسیم، نمک و مواد پروتئینی و قلیایی بیکربنات دوسود، و اسیدهای سیتریک و مواد چرب و مقدار زیادی ویتامین C و کمی ویتامین A، B₁₂ و مقداری روغن در دانه های آن است. توت فرنگی یکی از میوه های استثنائی است که دارای ماده ی مسکنه است و این ماده آلی سالیسلات است، که ماده اساسی آرام بخش درد است و مانند آسپرین عمل می کند. توت فرنگی تصفیه کننده ی خون و بافتها و عضلات است. توت فرنگی روان کننده است و عمل دفع را آسان می سازد. این میوه در بهار به عمل می آید و مصرف آن در این فصل سموم و آلودگیهای رسوب شده در بدن در طول فصل زمستان را دفع می کند. میوه توت فرنگی مقوی و اشتها آور است و بدن را تقویت و مایعات بدن را حفظ می کند. عطش، تب، التهاب، دیابت، مشکل کم خونی، یبوست، بسیاری از دردها، ضعف اعصاب، جوشهای صورت و آکنه را برطرف می کند. عصاره ی ریشه ی توت فرنگی اسهال را برطرف و سنگ مثانه و کلیه را دفع می کند. در درمان تنگی نفس، بواسیر، ورم کبد موثر و مفید است. توت فرنگی ادرار را زیاد می کند و مشکلات مربوط به سوزشهای ادرار را مرتفع می سازد. رژیم آب توت فرنگی فشارخون را تنظیم و قوای عمومی بدن را تقویت می نماید و لکه های صورت را برطرف می سازد. جهت مصرف بهتر است که توت فرنگی های تازه و فصلی و شیرین که در اطراف تولید می شوند مصرف نمود میوه ها باید عاری از هر نوع سموم آفت کش و غیره باشد.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انار

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

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 و نیم

کوب نمایند و به اندازه لازم آنها را جوشانده و آب آنها را با روغن کرچک مخلوط کرده بر سر بمالید.

چنانچه انار ترش و شیرین را به طور کامل همراه با پوست و شحم آن خوب پخته و له نمایید و آن را بر پوست بمالید جهت درمان جرب و خارش پوست مفید است.

چکاندن روغنی که دستور تهیه آن در زیر شرح داده شده در گوش جهت تسکین درد گوش مفید است.

دستور تهیه:

مقداری روغن گل سرخ یا روغن بادام تلخ را در انار سوراخ شده بریزید و در کنار آتش در تنور یا فریگذارید تا روغن جذب انار شود، سپس روغن را صاف نمایید و چند قطره آن را در گوش بچکانید.

چنانچه آب انار را گرفته و با آب جوشانده و عناب، زرشک و آلوچه خشک مخلوط کرده و میل نمایید در رفع نفخ معده و صدا کردن آن مؤثر است.

انار (به خصوص انار ترش) به دلیل داشتن درصد بالای پلنتیرین کرم های معده و روده را نابود کرده و آنها را به خوبی دفع می کند. ۵ گرم از پودر شده انار که تمام آن را خشک کرده باشند را با کمی آب گرم مخلوط کرده میل نمایید.

جهت سفید کردن دندانها، رفع جرم آنها و بدبویی دهان و خوشبو کردن آن کافی است ۷ مثقال گل انار را با ۱/۵ مثقال نشادر، ۲ مثقال مویز کوهی، ۱ مثقال مازو، ۷ مثقال پونه سوخته و ۷ مثقال نمک و عسل سوخته را مخلوط کنید و بکوبید و به دندانها بکشید.

انار از جمله میوه های پرخاصیت است. انار دارای مقدار فراوانی ویتامین های C، B₁، B₂ و مواد قندی، اسیدهای آلی، پتاسیم، منیزیم و کلسیم است. وجود پتاسیم و منیزیم در شستشوی خون مؤثر است. چون فعالیت سلولهای کبد را زیاد می کنند و در رفع گرفتگی کبد

و دفع اوره و کلسترول و سموم از بدن و همچنین در حفظ تعادل مایعات بدن به خصوص خون آب انار نقش مهمی دارد. آب انار ضد سرما خوردگی است و بهتر است قبل از غذا میل شود تا اشتها را باز کند، املاح آب انار چون با مواد آلی ترکیب شده است

زود جذب شده و در بیماری راشیتسم و کم خونی و ضعف اعصاب و تقویت عمومی بدن بسیار مؤثر است. خاصیت دیگری که برای انار در روایات بیان شده رفع سنگینی معده و گرفتگی قلب و حالات بد روحی است. اسید تارتاریک که به اندازه ی کافی در

انار موجود است ترشحات لوزالمعده را زیاد می کند، قندهای اضافی را می سوزاند و دیاستازهای مربوط به کار هضم را زیاد می کند. انار چون می تواند معده ها و روده ها را پاک کند جدار روده را برای دفاع و دور نمودن و پروسها آماده می کند. بنابراین

سموم به خون و قلب نمی ریزد و قلب رونق و حیات تازه ای می یابد و بدین وسیله سلولهای کبد را فعال می سازد و اوره و کلسترول و سموم دیگر دفع می گردند و در مایعات خون تعادل به وجود می آید. آب انار کبد و معده و روده ها و خون را اصلاح

می کند و از اینرو بوی بد دهان از میان می رود به خصوص که انار به واسطه ی داشتن اسیدهای مخصوص زردی دندان را که ایجاد بوی بد می کند برطرف کرده و با اصلاح خون در رفع حالات بد روحی مؤثر است. در روایاتی آمده است که برای آنکه

زبان کودک زودتر باز شود و خوب صحبت کند آب انار می دهند. انار به خاطر داشتن طبیعت سرد برای مداوای ورمهای گرم داخلی مانند ورم کبد، و کلیه و ورم سایر اعضاء داخلی مصرف می شود. در زنان باردار از گر گرفتگی جلوگیری می کند. میگرن را

برطرف می سازد و گاهی در اثر زیاده روی در بعضی اغذیه یا ادویه های تند خروج ادرار با سوزش همراه می شود و یا ممکن است خون آلوده شود که در هر دو حالت باید آب با آب انار یا رب انار مداوا گردند. انار صفرا را روان و ترشح و دفع آن را آسان می

کند. جوشانده ی پوست ریشه ی و ساقه انار در دفع انواع کرمهای روده ای به خصوص کرم کدو و یا اسکاریس بسیار کار ساز است. آب انار برای افرادی که در اثر زخم با دیگر ناراحتی های معده استفراغ شدید و مداوم می کنند و هر چه می خورند بالا می

آورند مفید است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انگور

انگور دارای مواد غذایی فراوانی است که عمدتاً شکر طبیعی است.

آب انگور تازه دارای مقدار زیادی ویتامین A، B₁، B₂، C و مقدار فراوانی مواد معدنی شامل کلسیم، کلر، مس، فلوئور، آهن، منیزیم، منگنز، فسفر، پتاسیم، سیلیکان و سلفور می باشد. آب انگور منبع بسیار خوب اسید تارتاریک و شکرهای طبیعی انرژی زا و محرک سوخت و ساز بدن است. در بعضی مواقع سوخت و ساز بالا ضروری است زیرا مواد زائد و غذای اضافی در بدن دفع می شوند و چون آب انگور سوخت و ساز بدن را بالا می برد جهت کاستن وزن اضافی بدن سودمند است. مواد معدنی فراوان آب انگور موجب تمیزی و ازدیاد خون می شود و کبد را جهت تصفیه نمودن خون تحریک می کند. آب انگور ملین، مدر، صفرابر و انرژی زا است. انگور میوه ای است که هضم آن برای بدن بسیار ساده است: زیرا قند انگور بدون تغییر وارد خون می شود و بدن برای هضم آن مشکلی ندارد. در صورتی که سایر مواد قندی و نشاسته ای اینطور نیستند. ترشی آب انگور عبور غذا را از معده به روده ها آسان می کند و در اثر ورود قند انگور به خون مواد مولد نیرو به وجود می آید که موجب تحرک بدن می گردد. انگور از اعمالی مانند ترش کردن، سوء هاضمه، خونریزی، پیدا شدن سنگ در کبد و مثانه، مسمومیت مزمن جیوه و سرب و بعضی امراض جلدی و ریوی جلوگیری می کند. آب انگور پاک کننده بقایای تغذیه نادرست از معده و روده هاست. اثر درمانی انگور روی روماتیسم، امراض شریانی و وریدی، نقرس، فشار خون و زیاد شدن اوره خون بسیار مفید است. آب انگور از نظر خواص به شیر مادر بسیار نزدیک است کسانی که خواهان سلامتی بیشتر هستند باید از خوردن آب انگور غافل نشوند انگور ترشی خون را از بین می برد و از این نظر هر کیلوی آن معادل ۶ گرم جوش شیرین است. انگور ۲ برابر گوشت در بدن انرژی تولید می کند هر کیلوی آن معادل یک لیتر شیر خاصیت ضد سمی دارد. انگور صفرا را رقیق می کند، و کلسترول اضافی خون را از بین می برد و کم و زیاد بودن وزن بدن را اصلاح می کند.

انگور اثر مستقیم بر روان آدمی دارد و غم و اندوه را از بین می برد. انگور پتاسیم دارد. این فلز در بدن موجب نشاط می شود و تپش قلب را معالجه می کند انگور همچنین دارای فسفات های زیادی است که غذای مغز و سلسله اعصاب است. انگور زهرابه های میکروبی را از بین می برد و دافع یبوست است. یبوست سبب می شود سموم موجود در فضولات مجدداً جذب گردند و مسمومیت ایجاد شود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش آلو خشک

این میوه برای روده های کم کار مفید است. و یبوست را به نحوی برطرف می کند. برای گرفتن آب آلو خشک مقداری از آن را گرفت و آنها را به مدت ۱۰ تا ۱۵ ساعت در آب داغ خیسیده شود و هسته آنها را جدا نمایید و سپس با همان آب آنها را در مخلوط کن بریزید و بعد به مایع به دست آمده اگر غلیظ است آب اضافه کنید. آب آلو خشک بسیار مغذی و منبع خوب ویتامین A و مس و آهن است. اسید بنزوئیک و اسید کوئینیک موجود در آب آلو خشک ملینهای خوبی هستند. جهت مصرف آلو خشکهای بزرگ و هسته شیرین را انتخاب کنید. هرپانزده عدد آلو خشک خیسانده به همراه آب مخلوط آن ۷۰۰-۵۰۰ گرم شربت می دهد.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش کدو

چنانچه آب کدو همراه با گوشت بدون چربی میل نمایید علاوه بر درمان نارسایی کبد در رفع سرفه های گرم و خشک و رفع تبهای گرم نیز مفید است. اگر مقداری آب کدو را با شیر زن زانو مخلوط کرده و بر سر یا پیشانی نوزاد و کودک بمالید در رفع بی خوابی کودکان که مزاج طبیعتی گرم دارند مفید است.

اگر مقداری آب کدو 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 می دهد.

اگر مقداری از پوست خشک کدو را نرم ساییده و بر جراحت پاشند خون آنرا بند آورده و در التیام و بهبودی زخمها به ویژه زخمهای گرم و زخم آکنه سریع الاثر است.

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

مالیدن مخلوط پودر پوست کدو با سرکه علاوه بر رفع لک و تیرگی پوست جهت درمان لکه های سفید روی پوست مفید است. 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 مجرب است.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گریپ فروت

گونه های صورتی و قرمز گریپ فروت شیرین تر و اسید آنها کمتر است. گریپ فروت حاوی مقدار فراوانی ویتامین A، فسفر، پتاسیم و همچنین مقدار کمی ویتامین B کمپلکس، C، و ویتامین PP، K، E، بیوتین، اینوسیتول و نوعی اسانس روغنی است. این میوه همچنین مقداری آهن و چربی و پروتئین دارد. در قسمت سفید و گوشتی زیر پوست میوه ماده ای به نام بیوفلاونوئید وجود دارد که به بدن در جذب و استفاده و حفظ ویتامین C کمک بسیار می کند. این مواد قابلیت نفوذ پذیری و مقاومت دیواره رگهای مویی را بالا می برد به این خاطر اگر در مداوای کوفتگی و ضربه خوردگی به شخص، آب مرکبات نیز داده شود سریعتر بهبودی می یابد. گریپ فروت همچنین دارای مواد معدنی فراوانی است. عصاره گریپ فروت و عموماً آب مرکبات جهت دفع سرماخوردگی مفید هستند. آب گریپ فروت را باید به اندازه مناسب مصرف نمود و همان طور که در مطالب قبل گفته شد آب مرکبات اگر بیش از حد مصرف شوند بدن را با کمبود کلسیم مواجه خواهند کرد. استخوانها نرم و دندانها پوک می شوند. اگر در طول هر هفته بیش از ۶۰۰-۷۰۰ گرم آب مرکبات مصرف می کنید بر فعالیت فیزیکی خود بیافزاید تا اسید اضافه در بدن سوخته شود. مقدار مصرف آب مرکبات و بسیاری از میوه جات باید با سن و مقدار فعالیت شخص متناسب باشد. آب مرکبات و بسیاری از میوه جات و سبزیها را نمی توان منجمد کرد و دوباره مصرف نمود زیرا بسیاری از خواص آنها از دست می روند. جهت مصرف بهتر است گریپ فروت های سنگین با پوست نازک انتخاب شوند زیرا طعم و بوی بهتری دارند. برای آب گیری بعد از جدا کردن پوست و دانه مقداری از قسمت سفید گوشتی پوست بر میوه می بایست باقی بماند زیرا حاوی ماده بیوفلاونوئید و ویتامین C است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گلابی

درباره گلابی روایات بسیاری نقل شده است. از قبیل اینکه گلابی شادی آفرین و ضد غم و غصه است. گلابی معده را شستشو می دهد. قلب را روشن می سازد، ناراحتیهای داخلی را تسکین می دهد و غیره... در هر حال گلابی دارای ویتامینهای A، B₁، B₂، C، اسید فولیک، نیاسین، ویتامین K و مواد معدنی سدیم، پتاسیم، کلسیم، فسفر، کلر، آهن، منگنز، منیزیم، سولفور، مس و مواد دیگری مثل ویتامینها، منیزیم، منگنز، مس، گوگرد و کلر می باشد. اصولاً کلیه میوه جات کمپوت شده بسیاری از مواد خود را از دست داده اند. گلابی اعصاب را تسکین می دهد و این خاصیت به خاطر آرسنیک آن است که برای درمان رعشه به کار می رود. گلابی دارای تانن می باشد و از این رو برای امراض سینه بسیار عالی است. گلابی تقویت کننده ی جسم است و برای امراضی که قوای بدن را کاهش می دهند مانند: کم خونی و ضعفهای عمومی و سل بسیار موثر و مفید است. گلابی خون را تصفیه و اعمال غدد بدن را تقویت می کند. همچنین موجب تحرک روده های کند کار می شود. آب گلابی خیلی غلیظ و شیرین است. آب گلابی را می توان با آب و آب لیمو و یا آب سیب مخلوط کرده و نوشیدنی ایده آلی تهیه نمود. آب گلابی ادرار را زیاد می کند و ملین خیلی خوب است. جهت آب گیری گلابیهای سفت و سبز تیره رنگ و یا زرد تیره را انتخاب نمائید و به مدت چند روز رها کنید تا اینکه به مقدار خیلی جزئی نرم شود و سپس ساقه ی چوبی آن را حذف کنید.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گردو

اگر ۵۰ گرم گردو را با ۵۰ گرم انجیر مخلوط کرده و آنرا له کنید و چندین وعده میل نمایید به عنوان مسهل و کارکن معده عمل می کند و سبب لینت و اعتدال مزاج می گردد.

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 مفید است.

کشیدن سرمه طبی گردو به چشم خواص درمانی زیادی در درمان بیماریهای چشم دارد از جمله خارش چشم را برطرف ساخته و آبریزش آنرا قطع می کند.

استفاده از ضماد گردوی تازه علاوه بر درمان سردرد شقیقه در رفع کلیه دردهایی که منشأ سردی داشته باشند نیز مفید است.

چنانچه پوست میانی گردو را نرم ساییده و مسواک را تر کرده و روی پودر گذاشته و به دندانها بکشند موجب سفید شدن دندانها می شود.

اگر مقداری پوست سبز گردو را با کمی زنگ آهن مخلوط کرده و نرم بکوبید و آنرا در سرکه بجوشانید خضایی پررنگ و قوی به دست می آید که ضماد آن برای تقویت پیاز موی سر مفید است.

مالیدن جوشانده پوست رنده شده گردو بر روی پوست صورت زردی صورت را برطرف کرده و موجب سرخ شدن رنگ رخسار می شود.

خوردن مغز گردو جهت برطرف کردن دل دردی که منشأ سردی و رطوبت داشته باشد مفید است. چنانچه هر روز مقداری برگ گردو را در یک لیتر آب جوشانده و آب آن را صاف نموده و در ۲ وعده ی صبح و عصر میل نمایید موجب کاهش قند خون شده و در درمان دیابت بکار می رود.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش عناب

عناّب میوه درختی است با اندازه درخت زیتون و درخت کنار و برگ آن کمی بلندتر و ضخیم تر پوست و چوب درخت سرخ‌رنگ و خالدار و نوع خوبش آن است که میوه اش درشت و خوب رسیده باشد. طبیعت آن سرد است تولید کننده خون صاف و لطیف و سالم - مسکن التهاب و تشنگی و مسکن درد و ورم کبد و کلیه ها و مثانه - معالج ناراحتی های حاد ریه و سرفه و آسم. عناّب را هم به تنهایی مصرف می کنند و هم همراه داروهای دیگر. در معالجه اسهال تعداد ۵ تا ۱۰ عدد عناّب خشک را همراه با دانه اش خوب سائیده و پودر حاصل را می خورند. در بیماری حصبه آب طبخ شده عناّب را همراه با عرق کاسنی یا با سکنجبین می خورند و اگر بیمار سرفه هم داشته باشد باید به جای سکنجبین از عرق نیلوفر استفاده نمایند. مقدار خوراک عناّب که گوشت میوه را مصرف و هسته آن را دور بریزند ۲۰ - ۳۰ عدد است و معمولاً عناّب را با سپستان می خورند تا باعث سردی معده نگردد افرادی که پوست بدنشان خارش دارد و یا جوشهای صفراوی می زند می توانند آب طبخ شده عناّب را با مقداری عرق کاسنی و یا با عرق نیلوفر به مدت چند روز و هر دفعه حدود سی عدد عناّب و یک استکان عرق کاسنی یا عرق نیلوفر را ناشتا نیم ساعت قبل از صبحانه میل نمایند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش شلغم

برگ شلغم مقدار بسیاری زیاد کلسیم با خود همراه دارد. مقدار کلسیم در آب برگ شلغم خام حتی بیشتر از کلسیم موجود در شیر است ریشه ی شلغم حاوی پتاسیم به مقدار فراوان است. برگ و ریشه ی شلغم حاوی ویتامین A و ویتامین B₂ است و مقدار بیشتر ویتامین B₂ و ویتامین PP می باشد. رنگ شلغم متمایل به سبز است و دارای مواد دیگر نیز می باشد. مواد ازته، هیدروکربنه، آهن، کلسیم، فسفر، سلولز و گوگرد. عصاره ی شلغم خام دارای آهن بصورت فسفاتها و کلرور می باشد. کل مواد معدنی شلغم ۰/۸۵ گرم در صد گرم است. و این مقدار ۳۶ کالری حرارت ایجاد می کند. سلولز شلغم خام نسبتاً کم و ۱/۵ گرم در کیلو است. مواد سفیده ای شلغم تقویت کننده ی اعصاب، مغز و مقوه ی حافظه می باشد در شلغم مقدار کمی آرسنیک و روییدیم وجود دارد. روییدیم تأثیرات مثبت عناصر موجود در مواد غذایی را چند برابر می نماید. شلغم به علت داشتن آرسنیک از بروز بیماری جذام که عامل آن فقر مواد غذایی است جلوگیری می کند. عصاره ی شلغم خام دارای یک ترکیب میکروب کشی می باشد که بسیاری از میکروبها و ویروسها را از بین می برد و به همین دلیل شلغم زکام و سرماخوردگی را معالجه می کند و از ابتلای به آن نیز جلوگیری می کند. آب شلغم ملین، مهیج قوای جنسی و مقوی معده است. عصاره ی شلغم خلط آور و درمان کننده سرفه های خشک است که سینه و شکم را نرم می کند و برای مداوای درد سینه و لوزه و گرفتگی ادرار و رفع رطوبت بدن، آسم و آئزین و تنگی نفس تجویز می شود. شلغم، روماتیسم و نفوس، آرترین خستگیهای عمومی و ورم شانه را از بین می برد، قوه بینایی را زیاد می کند و از شب کوری جلوگیری می کند، قوای جنسی را تقویت نموده، و حل کننده ی اسید اوریک و نرم کننده ی بافتهای بدن است، چاقی را از بین می برد و ادرار را زیاد می کند و به سبب داشتن گوگرد فراوان سنگهای کلیه و مثانه را از بین می برد. شلغم به علت دارا بودن کلسیم فراوان در تقویت اعصاب نقش بسزائی دارد. فردی که اعصاب قوی داشته باشد بر غم و اندوه چیره می گردد. چنانچه غم و اندوه در بعضی افراد زمینه مبتلا شدن به سل را بوجود می آورد شلغم اسید خون را خنثی می کند و استخوانها، دندانها، موها و ناخنها را تقویت می کند. چون شلغم دارای کلسیم زیاد است جهت جذب آن به بدن منیزیم نیز لازم است و منیزیم در یونجه ی جعفری، کلم، اسفناج وجود دارد که از اینرو بهتر است آب شلغم را با آب یکی از سبزیجات نامبرده مخلوط و مصرف نموده.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش سنجد

گیاهی است از تیره سنجد اندازه آن به قدر درخت عناب است و در نواحی سرد می روید. آرد آن قابض و قطع کننده اسهال به خصوص اسهالهای صفرای و گرم مزاج می باشد و کم کننده ادرار بوده و برای افرادی که ادرار فراوان می کنند مفید است. مشروط بر آنکه از برودت مزاج آنان نباشند. و برای بچه هایی که شب ادراری دارند مفید است از آرد سنجد نان مخصوص درست می کنند که برای بعضی بیماران مصرف می شود. گل سنجد دارای عطر خوشبوئی است و از فاصله تقریباً دور بوی آن به مشام می رسد عطر آن مفرح بوده و برای مردانی که مزاجهای گرم و تر دارند و به خصوص برای زنان و دختران جوان بوی آن محرک قوای جنسی می باشد و بالعکس برای مردان تقریباً تضعف قوای جنسی است از گل سنجد عرق سنجد تهیه می کنند که علاوه بر خواص مذکور فوق از این عرق برای تقویت طویل کردن موی سر زنان استفاده می گردد که بصورت خوراکی و ضمادی به هر دو طریق استفاده می شود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش خیار

طبیعت خیار سرد و مرطوب است و در فصل گرم جهت خنک شدن بدن نیز مصرف می شود. خیار سرشار از املاح منگنز، کربنات کلسیم، موسیلاژ، ویتامینهای A, B, C است. این میوه با تمام میوه ها یک تفاوت دارد و آن این است که نارس آن گواراتر از رسیده ی آن است. البته میوه رسیده و کال آن هردو مفید و دارای خواص مخصوص به خود هستند. ریختن چند قطره آب آن در بینی و بوئیدن آن جهت گرفتگی و بی حوصلگی و کم خوابی مفید است. آشامیدن آب خیار جهت بهبودی تبهای شدید، تسکین التهاب و حرارت، صفرای خون، التهاب معده و رفع تشنگی، پاک کردن کبد، زیاد شدن ادرار، دفع سنگهای کلیه و مثانه و برطرف ساختن یرقان سودمند است. یک لیوان آب خیار با سی گرم نبات مسهل خوب و گوارایی است و صفرا و سودا را به خوبی از معده خارج می کند.

اگر مقداری میخک را در آب خیار خیسانده و پس از ۲۴ ساعت آن را صاف کرده و با عسل نوشیده شود کسالت شخص برطرف می شود و رنگ چهره را باز می کند و کبد پاک می شود و در شخص حالت طراوت به وجود می آید. خیار برای یرقان داروی خوبی است و مصرف آن سه روز متوالی اثر بخش است. معده ی بعضی افراد قدرت هضم خیار را ندارد و پس از خوردن آن مبتلا به گاز معده، نفخ و پیچش معده می شوند. این گروه می بایستی خیار را با پوست آب بگیرند و با آب لیمو یا ماست و یا عسل میل کنند.

مبتلایان به مرض قند بهتر است مقدار زیادی آب خیار استفاده کنند. خیار طبیعتاً ادرار را زیاد می کند. برای کسانی که در موقع ادرار احساس سوزش می کنند و یا افرادی که به بند آمدن ادرار مبتلا هستند خیار بهترین دارو است.

خیار حاوی پتاسیم است که عنصر جوانی است و انعطاف پذیری عضلات و خاصیت ارتجاعی سلولها را زیاد می کند و پوست چهره را با طراوت، شاداب، نرم و جوان می کند. متخصصین پوست این مطلب را می دانند و از خاصیت خیار در امر لطافت پوست استفاده کرده و در سالنهای آرایش آب خیار و مشتقات آن را در جهت زیبایی پوست صورت بکار می برند. خیار همچنین منبع خوب سیلیکان و سلفور و عناصر دیگر است که موها را زیبا و سالم نگاه می دارد. خیار در حالت پوست نگرفته در هر کیلو حدود پانصد و پنجاه میلیگرم ویتامین A دارد. بهتر است بدانیم که خیار پوست گرفته فاقد ویتامین A است. و ویتامین A در خیار فقط در پوست آن مجتمع است. در حالی که اغلب مردم خیار را پوست گرفته می خورند.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش زرشک

آب زرشک دارای ویتامین C فراوان و املاح است. طبیعت زرشک تا حدی سرد و خشک است. گیاه زرشک دارای آلکالوئیدی است به نام بربرین که تلخ مزه است. این ماده در ریشه ی گیاه زرشک نیز وجود دارد. در جوانه ها و ریشه های زرشک نوعی قند و مواد زرین، موسیلاژو مواد پکتیک و در پوست ریشه گیاه آلکالوئیدی بنام اوکسیاکانتین و یربامین و پالماتین و در میوه آن مواد قندی، اسید مالیک، مواد پکتیک و صمغ وجود دارد. آب میوه زرشک ضد اسهال، صفرا، ضد تبهای عفونی، تبهای صفراوی، ضد نفرس، رماتیسم و تیفوئید است. آب زرشک خون را تصفیه و ضد عفونی می کند. عمل دستگاه گوارش را منظم نموده، قلنج کلیه و کبد را از بین می برد و مانع ورم طحال و بیماری بواسیر می شود و خونریزیهای قاعدگی را منظم می نماید. خوردن آب زرشک حالت تهوع، استفراغ، صفرا، کبد، سوء هاضمه و سنگ کلیه را از میان می برد. آب زرشک در مخلوط با مقدار مساوی آب سیب و کمی آب لیمو و شکر برای بهبودی جهت مسمومیت توسط نیش مار و افعی مؤثر است و جهت نارسائیهای قلبی و تپش قلب و بی اشتهایی مفید است. غرغره کردن آب زرشک آتزین و گلو درد و آسم را برطرف می سازد و دهان را ضد عفونی و زخمهای گلویی را مرتفع می سازد. افراد سرد مزاج بهتر است آب زرشک را کم مصرف کنند. برای تهیه آب زرشک، زرشک خشک را به مدت ۲۴ ساعت در آب بخیساند و سپس با همان آب در مخلوط کن بریزید و بهم بزنید.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بالنگ

چنانچه پوست خشک شده بالنگ را سوزانده و پودر خاکستر آنرا با سرکه خمیر کنید و بر محل برص بمالید لکه های برص بر روی پوست را از بین برده و آن را به خوبی درمان می کند. جهت برطرف ساختن ضعف و سستی لته ها و محکم شدن بن دندانها کافی است مقداری از تخم بالنگ که قبلاً پوست کنده اید را نرم ساییده و بر لته ها بمالید. اگر روغن تخم بالنگ پوست گرفته شده را بر محل بواسیر بمالید یا مقداری از آن را در طول روز میل نمایید در درمان بواسیر و رفع درد و التیام زخم آن موثر است. استفاده از ضماد پخته بالنگ جهت تسکین درد مفاصل، درمان نفرس و تحلیل ورمها بسیار مفید است. طرز تهیه:

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

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش عسل

عسل زود جذب خون می شود. از ایجاد عفونت در معده و روده جلوگیری می نماید. عسل در خون سازی مؤثر است. برطرف کننده یبوست و مسکنی است که برای کسانی که دیر خواب می روند اثر بسیار خوبی می گذارد. برای دفع خستگی و فشردگی عضلات اثر خوبی دارد و برای کنترل انقباض عضلات سودمند است. عسل را اگر زن آبستن بخورد بچه اش دارای شبکه عصبی قوی خواهد

گردید. عسل بر میزان کلسیم خون می‌افزاید. برای کسانی که دستگاه گوارشی ضعیفی دارند و نیاز به مصرف مواد قند دارند نافع است به خصوص در کسانی که به نفخ شکم دچارند، چون ایجاد نفخ نمی‌کند توصیه می‌شود. عسل به علت این که زود وارد سوخت و ساز می‌شود می‌تواند به فوریت انرژی رساننده و ترمیم قوی کند. عسل برای کلیه‌ها زحمتی ایجاد نمی‌کند و در شب ادراری کودکان مؤثر است که قبل از خواب اندکی به آنها خورانده شود. عسل در رفع سرفه و سوختگی‌ها مؤثر است و در سالخوردگان نیروی قابل توجهی به وجود می‌آورد. عسل در تقویت قلب مؤثر است و در امراض ریوی کمک‌کننده‌ی خوبی است. در خونریزیها و حتی هموفیلی مؤثر است عسل آواز را صاف می‌کند به خصوص اگر با گل‌سیرین و آب لیمو ترش خورده شود و برای کسانی که می‌گویند هیچ وقت بدنمان گرم نمی‌شود مؤثر است. عسل در درمان زخم معده و اثنی عشر عامل مؤثری شناخته شده حتی بسیاری از پزشکان برای جلوگیری از ایجاد زخمها نامبرده خوردنش را مؤثر می‌دانند.

منبع: خواص میوه‌ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه‌های شفا بخش سیب

سیب دارای ویتامینهای A و B₁ و B₂ و D₆ و C و بیوتین، اسید فولیک، اسید پنتوتینیک و مواد معدنی کلسیم، آهن، مس، منیزیم، منگنز، فسفر، پتاسیم، سیلیکان، سدیم، سولفور و همچنین پروتئین و چربی، سلولز و اسیدهای آمینه آزاد و آنزیمها است. سیب به دلیل دارا بودن مواد فراوان جهت سلامتی پوست و مو و ناخنها نافع است، پوست سیب مقدار زیادی ویتامین A دارد و باید سیب با پوست و دانه‌ها آب گرفته شود. ویتامین C موجود در سیب از سرماخوردگی و آنفلوآنزا جلوگیری می‌کند. عفونتهای روده‌ای را از میان می‌برد و سیستمهای دفاعی و ایمنی بدن را در برابر مسمومیت‌های میکروبی تقویت می‌کند و در سیب ماده پکتین وجود دارد که ژلاتینی است و سموم داخل روده‌های را حل نموده، روده‌ها را تحریک می‌کند و موجب حرکات موجی شکل روده‌ها می‌گردد و حرکت غذا در مجاری گوارشی را تسهیل می‌کند. پکتین و اسید مالیک در سیب یبوست و اسهال را برطرف می‌کند و حالت طبیعی مزاج را حفظ می‌کند، آب سیب، هضم‌کننده‌ی خوب غذا، تقویت‌کننده معده، ملین و ضد رماتیسم و نقرس، آرتروز، سنگهای ادراری، میگرن، زخم معده و ضعف و بی‌حالی است.

سیب به علت داشتن مواد قلیایی (اسید اوریک) را حل می‌کند و ترشحات غدد بزاق و معده را مساعد و متعادل می‌سازد. همچنین به علت داشتن فسفر اعصاب و مغز را تقویت و ادرار را زیاد و سنگ کلیه را دفع می‌کند. سیب بیماریهای پوستی، آگزما، بی‌خوابی، چاقی و ترشح برنشها را درمان می‌کند. دهان را ضد عفونی می‌نماید و برای اشخاصی که تحرک ندارند بسیار مفید است. باید توجه داشت موادی در سیب و آب سیب تازه موجود است در کمپوت و آب سیب پاکتی وجود ندارد. سیب مقوی قلب، نشاط آور و تقویت‌کننده اعصاب و قوای روحی و روانی است. چنانچه آب سیب شیرین و رسیده را با چند دانه حل و مقداری گلاب و زعفران جوشیده به آن اضافه کنند شربتی مقوی به دست می‌آید که برای تقویت عمومی بدن و رفع خفقان قلب و ضعف اعصاب بسیار مفید می‌باشد. توصیه شده است افرادی که تب و سرماخوردگی مزمن دارند به مدت ۲ تا ۳ روز رژیم سیب یا آب سیب بگیرند. سیب برای امراض حصه‌ای، اسهال و اسهال خونی و ورم معده و همچنین برای مبارزه با تهوع و استفراغ بسیار سودمند است. آب سیب ترش برای افرادی که عطش مفرط دارند بسیار مفید است. به علاوه آب سیب ترش برای اسهالهای صفراوی نیز مفید بوده و باعث قطع آنها می‌گردد.

سیب به علت دارا بودن ویتامینهای A و B₂ و C برای تقویت چشم، مخاطها، پوست و مو و ناخنها مؤثر است و ترس و اضطراب را دور می‌سازد. آب سیب به همراه آب هویج یا مقداری آب چغندر ترکیب بسیار خوب و شیرینی می‌دهد که خونساز می‌باشد. لازم به ذکر است سیب‌های سفت کیفیت بهتری دارند و بیشتر آب می‌دهند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش زیتون

چنانچه میوه رسیده زیتون را در آب نمک مدتی گذاشته و سپس با مغز گردو میل کنند مقوی دستگاہ گوارش بوده و اشتها آور است. میوه نارس آن جهت مداوای سوختگی مصرف می شود. بخور میوه رسیده زیتون جهت چند نوع از امراض شش ها نافع می باشد. جویدن برگ درخت بوی بد دهان را زایل می کند. در بعضی از اسهال ها که عفونی نباشد چنانچه برگ خشک شده زیتون را پودر کرده با آرد جو مخلوط و با آب آمیخته در زیر ناف بمالند اسهال را قطع می کند. برای جلوگیری از پیشرفت کرم خوردگی دندان و تسکین درد آن مردم شمال میوه زیتون را با آبغوره می جوشانند تا مانند عسل گردد و آنرا مضمضه می کنند تا حدودی درد دندان کرم خورده را قطع و از پیشرفت کرم خوردگی جلوگیری می کند. میوه پخته شده زیتون جهت معالجه نقرس و مفاصل مفید می باشد. بخور برگ آن رطوبات دماغی را از بینی خارج نموده و برای زکامهای رطوبی نافع می باشد. روغن میوه این درخت مصرف غذائی و درمانی داشته یکی از بهترین مسهل ها و میلن ها می باشد. و خوردن این روغن همراه غذا بخصوص در فصول سرد سال بسیار مفید است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش پرتقال

پرتقال فوق العاده مقوی و دارای عطر و طعم مطبوع و دلپذیری است. آب پرتقال شامل منابع سرشار ویتامینهای K, E, B6, B2, B1, بیوتین، اسید فولیک، اینوسیتول، بیوفلاونوئید و یازده اسید آمینه است. پرتقال حاوی مقدار فراوانی از مواد معدنی شامل کلسیم، کرب - مس - فلورین - آهن - منگنز - منیزیم - فسفر - پتاسیم - سیلیکان و روی است. آب پرتقال در اروپا و آمریکا به دلیل خواص فراوان به مقدار زیاد مصرف می شود. متأسفانه بسیاری از آب پرتقال ها به صورتهای آماده در انواع بسته بندی، بطری و یا منجمد تولید و در بازار جهانی به فروش می رسند. بسیاری از این آب میوه های تجاری با شکر معمولی آمیخته شده اند و همانطور که در قبل اشاره شد این نوع آب میوه جات جهت مصرف توصیه نمی شوند. همانند گریپ فروت و لیموی ترش، این میوه نیز خاصیت پاک کنندگی مجاری گوارشی را دارد. و دیواره ی رگهای مویی را تقویت می کند از اینرو قلب و ریه ها از این خاصیت بهره می برند. با نوشیدن سه الی چهار لیوان آب پرتقال در هفته به طور منظم خون از حالت اسیدی به قلیایی بر می گردد و آن عده نیز بیماران آسمی که روزانه مقداری کورتون مصرف می نمایند برای جلوگیری از عوارض ناشی از آن مثل چروک دور چشم و صورت بهتر است آب پرتقال مصرف کنند چون مقداری پتاسیم دارد و در رفع این مشکل موثر است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش توت

میوه این گیاه دارای مزاجی سرد و خشک و قابض است. مدر صفرا - رادع و از بین برنده ورمهای گرم حلق و حنجره و مانع ریختن مواد حار از سر و ایجاد ورم حلق و زبان و سایر اعضاء بدن می باشد میوه آنرا هم به صورت تازه مصرف می کنند و هم خشک کرده و به صورت پودر در آورده و این پودر را جهت بیماریهای حلق و زبان و زخمهای بد دهان که از حرارت باشند مصرف می کنند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش خربزه

خربزه و طالبی از میوه های تابستانی هستند و طعم و بوی مطبوع دارند. انواع آنها دارای خواص مشابه منابع سرشاری از ویتامین های B, A کمپلکس، PP, C مواد از ته، مواد هیدروکربنه، مواد چرب و رادیو اکتیو می باشند آب خربزه و طالبی حاوی انواع ویتامین ها، مواد معدنی، آنزیمها و بسیاری از شکرهای طبیعی می باشند. طبیعت آنها معتدل اما خنک کننده و داروی هاضمه هستند و برای پوست و اعصاب مفیدند. قند خربزه گلوکز و لوولز است که فوراً جذب می شوند لذا نیرو فعالیت سلولها را افزایش می دهند و خستگی را برطرف می سازند. خربزه و طالبی، اسید اوریک و سموم خون و سنگ کلیه را دفع می کنند و به عنوان دارو و جهت رماتیسم و نقرس و ضعف کبد مصرف می شوند. خربزه و طالبی دارای مواد ید دار نیز می باشند و مقدار زیادی مواد معدنی مثل پتاسیم، منگنز، فسفر، کلسیم و ماده پکتین در بردارند، کلسیم موجب تقویت عضلات و استخوان بندی و فسفر موجب تقویت سلولهای مغزی و فعالیت اعصاب دارای خاصیت قلبی است و PH خون را بالا می برد. اگر خربزه ای زیاد شیرین را ناشتا به مدت چند روز مصرف کنند سبب حرارت کبد و کلیه ها شده و ایجاد تب می کند. خربزه با داشتن طعم و اسانسهای مطبوع محرک خوبی برای دستگاه گوارش و اعصاب و روان می باشد. و چون دارای آنزیمهای فراوان است عمل هضم را سرعت می دهد.

سلولزهای خربزه مواد زائد را از روده ها دفع می کند و رنگ رخسار را جلا می دهد. خربزه و طالبی رطوبت بدن، یرقان، ورم و درد چشم و امراض سودایی را برطرف می سازند اما برای افرادی که به امراض دیابت، ورم روده و سوء هاضمه دچار هستند مضر می باشد. پوست خربزه و طالبی دارای خواص فوق می باشد از اینرو میوه را می توان با پوست آب گرفت. آب خربزه و طالبی را بهتر است با مقداری سرکه یا آبلیمو و یا آب انار توام نمود و میل کرد.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بلوط

چنانچه مقداری برگ درخت بلوط تازه را کوبیده و له شده آنرا بر جراحات و زخمها ضماد نمایند از پیشرفت و وسعت جراحات و زخم جلوگیری کرده و در درمان و التیام آنها اثری فوری دارد.

اگر مقداری برگ خشک شده درخت بلوط را سوزانده و آنرا نرم ساییده و بر روی زخمهای بدخیم و کهنه نظیر خوره و جذام بپاشند موجب بهبود و التیام اینگونه زخمها می شود.

چنانچه مقداری پوست نازک روی دانه ی 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 می گردد.

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 می شود.

چنانچه مقداری از پوست درخت بلوط را پخته و شب موقع خواب آنرا بر سر ببندند و صبح آنرا باز کرده و سر را با گل سرشوی بشویند از ریزش موها جلوگیری کرده و ریشه ی مو را محکم می گرداند و موجب سیاه شدن مو نیز می گردد.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بادام تلخ

اگر مقداری مغز بادام تلخ را له کرده و با کمی سرکه کهنه مخلوط نمایید و به محل جوشهای خشک صورت بمالید علاوه بر رفع

آنها در درمان سایر امراض پوستی نظیر جرب و خارش پوست نیز مؤثر است. مالیدن روغن بادام تلخ به پوست هم مفید است. 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. ریشه ی درخت بادام تلخ دارای طبیعتی گرم و خشک است. چنانچه کسی مقداری از آن را نرم کوبیده و با روغن سرخه و سرکه خمیر نماید و بر محل لک و پیس پوست بمالد در رفع اینگونه لک ها و درمان بیماری برص موثر است. چنانچه چند قطره از روغن بادام تلخ را در گوش کسی که به گوش درد دچار گشته بچکاند درد گوش راساکت کرده و در رفع سنگینی و برطرف کردن صدای گوش نیز مجرب است. چنانچه ۲ مثقال پوست فندق را سوزانده و با ۱ مثقال از رنده شده پیاز عنصل مخلوط کرده و با نصف استکان روغن بادام تلخ بیامیزد و هرروز بمالد در تقویت پیاز مو و جلوگیری از ریزش مو بسیار مفید است. منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش غوره

غوره انگور فخری و عسکری از سایر غوره ها بهتر و مرغوب تر هستند. طبیعت غوره سرد است و به علت داشتن اسیدهای آلی نظیر اسید اسکوربیک و اسید تارتاریک و اسیدهای آلی دیگر هم به صورت غذا و هم به عنوان دارو مصرف می شود. از دانه غوره و یا از پودر خشک شده آن نیز استفاده می شود. غوره ضد صفرا و غلبه خون بوده، ترشح و دفع صفرا را آسان می کند و از غلبه خون در افراد مبتلا به این ناراحتی جلوگیری می نماید. در اثر داشتن اسید تارتاریک برای مداوای پادردهایی که جزء روماتیسم گرم مزاج می باشند مفید است و تولید گرمای زیاد را در کبد نقصان می دهد. آب غوره عطش را کم می کند. افرادی که به زخم معده و زیادی اسید معده مبتلا هستند و یا ششهای آنها ناراحت است خوردن آب غوره برای آنها جایز نیست، غوره همانند انگور دارای ویتامینهای A, B₁, B₂, C و مقدار فراوانی کانی می باشد. آب غوره تصفیه کننده بسیار خوب خون می باشد. منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش قهوه

طبیعت آن سرد و خشک است. قهوه دارای ماده ای است محرک و تا حدودی مقوی قلب به نام کافئین که همراه با آن مواد آلی و کانی دیگر و مقداری ویتامین موجود است. قهوه برای افرادی که خواب زیادتر از حالت طبیعی دارند مفید بوده و خواب آنان را متعادل می کنند. محرک اعصاب بوده و خستگی را برطرف می سازد. ماده ای است قابض و خشک کننده رطوبات زیادی امعاء و از این لحاظ می تواند در قطع بعضی اسهالها مفید باشد. مدربول بوده و ادرار را زیاد می کند لکن زیاده روی و مداومت در خوردن قهوه مضار فراوان دارد که چند نمونه را یادآور می شویم ایجاد سردردهای مزمن می کند - افرادی که قلب ضعیف دارند زیاده روی در خوردن قهوه آنان را به خفقان مبتلا می سازد در دستگاه گوارش ایجاد نفخ می کند مصرف مقدار زیاد آن ایجاد قولنج می کند - بدن را آماده برای ابتلای به بیماری کابوس و مالیخولیا می کند ریه ها را خشک و خشن می سازد - قدرت جنسی را کاهش می دهد و به خصوص برای افرادی که دارای طبیعت سرد و خشک هستند و در افرادی که دارای یبوست هستند زیانش بیشتر است بعضی از مردم قدیم گفته اند:

آن سیه رو که نام او قهوه است

مانع النوع و قاطع الشهوه است

لکن در افرادی که دارای مزاج گرم و تر هستند چندان مضر نیست و گاهی دیده شده افرادی که در اثر غلبه خون و شدت حرارت به بیخوابی مبتلا شده اند برای آنان خواب آور خواهد بود و چنانچه قهوه را با شیر و نبات و یا با گلاب و زنجبیل میل نمایند از مضار آن جلوگیری به عمل می آید و منافع آن بر مضارش غالب می شود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش لیمو

لیمو از میوه های با ارزش است و استفاده های گوناگون دارد. لیمو ترش به دلیل داشتن اسید سیتریک زیاد قوی و ویتامین C پاک کننده ی قوی به حساب می آید. بهتر است آب لیمو ترش را ابتدا رقیق کرده و بعد میل نموده. مصرف یک لیوان شربت آب لیمو قبل از صرف صبحانه هر دو روز یک بار کمک زیادی به شستشوی معده و روده کوچک می نماید. لیموی ترش دارای ویتامین های A، B و مقدار فراوانی ویتامین C است. آب لیمو ترش ضد اسید اوریک است، خون را رقیق می سازد. دستگاه هاضمه و دفع ادرار را ضد عفونی می کند، برای جوشهای پوستی، دمل، آکنه و بیماری های پوستی بسیار نافع است. روماتیسم و نقرس و سنگ کلیه را درمان می کند، عطش تشنگی را فرو می نشاند. خوردن آب لیمو وزن بدن را کاهش می دهد و درمان خوبی برای چاقی است. کسانی که عرق نمی کنند و یا کم عرق می کنند باید صبح قبل از خوردن صبحانه آب لیمو و عسل میل کنند. آب لیمو اسهال را برطرف می سازد. لیموی تازه دارای ویتامین P و رادیو اکتیو است و باعث تمیز شدن رگها می شود و به همین دلیل از پیری و کهولت جلوگیری می کند. لیمو ترش خون را رقیق و نور چشم را زیاد می کند برای درمان زخم های گلوئی مقداری آب لیموی خالص را هر دو ساعت یکبار مستقیم در گلو بچکانید.

خاصیت میکروب زدائی آب لیمو ظرف چند ساعت باعث نرم شدن گلو می شود و زخم گلو و گلو درد را برطرف می سازد. دیفتری را نیز از میان می برد. اگر احساس می کنید که در حال سرماخوردن هستید چند لیوان شربت آب لیمو در طول آن روز بنوشید. به عنوان تقویت کننده ی پوست، آب لیمو را بعد از شستشوی بدن با صابون به پوست بمالید. آب لیمو باعث سهولت در تنفس می شود. مالیدن آن بر روی پوست سر از طاسی جلوگیری و موهای سر را تقویت می کند. در هنگام تهوع اگر کمی آب لیمو میل شود حالت تهوع برطرف می گردد. آب لیمو ترش تازه یکی از ارکان رژیم غذایی با آب لیمو است و دفع سموم از بدن، کلیه ها و کبد کمک شایانی می کند. بهتر است در انواع سالادها به جای سرکه از آب لیمو استفاده شود. دانه لیمو کرم کش است. آب لیموی تازه تب روده ها را برطرف می سازد، از ترش کردن بعد از غذا جلوگیری می کند، ذات الریه و تبخال را از میان می برد و برای درمان سرماخوردگی و گلو درد بسیار مؤثر است. جهت دفع سموم از بدن مثل سم ناشی از نیش خوردگی توسط حشرات و خزندگان بسیار مؤثر است. آب لیمو تسکین دهنده دردهای شکمی و کلیه هاست و صفرا را درمان می کند، واریس و آگزما و تیفوس و سرخک و آبله مرغان و مخملک را معالجه می کند.

بیماریهای مربوط به مغز و اعصاب با آب لیمو درمان می شود. طبیعت لیمو سرد است و به خصوص برای افرادی که مزاج گرم و خشک دارند مفید است. کسانی که ناراحتی های گوارشی دارند و نمی توانند لیموی ترش بخورند می توانند لیموی ترش مصرف نمایند. آب لیمو ترش را می توان به عنوان یک ضد اکسیداسیون به کار برد. در مخلوط با غذا و یا سالادها خاصیت نگهدارندگی دارد و از فاسد شدن سریع مواد غذایی جلوگیری می کند. آب لیمو شیرین از نظر خواص و مواد غذایی و تأثیرات مشابه لیمو ترش است اما چون اسیدی نیست بمانند لیمو ترش پاک کننده نیست ولی بخش اعظم خواص آن را دارا است. لیمو ترش در بهبود بعضی از بیماریهای ویروسی اثر قابل توجهی دارد. گلبولهای سفید بدن را تقویت می نماید. ضمناً ملین مزاج می باشد صفرای اضافی بدن را دفع می کند و در بهبود بیماری خروسک که همان لارنژیت حاد و یا ورم مخاط حنجره می باشد نیز اثر قابل توجهی دارد.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش آناناس

طعم آناناس شیرین و کمی ترش و بسیار لذیذ است. آناناس رسیده پوستش طلایی رنگ و بسیار معطر است. آناناس تازه سرشار از ویتامین C، کلر، پتاسیم و دیگر ویتامینها و مواد معدنی است. همچنین حاوی آنزیم بروملین است. این آنزیم استفاده های زیادی در بدن دارد و تأثیراتش شبیه به پیسین است. اول اینکه به بدن درخشی نمودن یا متعادل نمودن حالات خیلی اسیدی یا خیلی قلیایی مایعات درونی کمک می کند.

دوم اینکه لوزالمعده را جهت ترشحات هورمونی تحریک می کند. دلیل این امر آن است که از آناناس در تولید تجاری یعنی هورمونها استفاده می شود. آناناس به طور موثر در درمان زخمهای گلوئی به سبب داشتن ویتامین C و آنزیمها و اسیدها مؤثر است و معده را تقویت می کند. جهت مصرف آناناس های به رنگ طلایی که کمی نرم هستند و بوی آن حالت شیرین بودن را دارد انتخاب شوند. آناناس تشنگی های شدید را مرتفع می سازد.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش ماست

ماست بهترین دوا برای رفع اسهال و برای ورم روده مفید است. مخمرهای موجود در ماست، باکتری های روده را از بین برده و از عفونت جلوگیری می کند.

ماست مغذی، سهل الهضم و مفید است. برای اطفال پس از شیر غذایی مناسب تر از ماست نیست. چون ماست خواب آور است، برای افرادی که دچار بی خوابی می شوند مفید است اگر ماست تنها را دوست ندارید آن را با شیره ی خرما و یا شیره ی انگور میل کنند تا با این وسیله هم سردی آن را دفع کرده و هم مطبوعترش ساخته باشید. یکی از محاسن ماست آن است که نمی توان آن را به مقدار زیاد خورده. همین خاصیت موجب می شود از زیانهای مختصری که ممکن است داشته باشد مصون بمانیم.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش موز

موز ارزش غذایی فراوان دارد و کالری زیادی ایجاد می کند. موز میوه ای است تقریباً دیرهضم و افراد دارای دستگاه گوارش کند کار باید کمتر و بتدریج بخورند اما مخلوط آن با شیر مشکل هضم را ندارد و بسیار مقوی است. موز تقریباً تمام ویتامینها و مواد معدنی و سایر مواد غذایی را داراست. میوه ای است خونساز و برای افراد کم خون مناسب است، بدن را نیز فربه و قوی می گرداند، ملین سینه بوده و سرفه های خشک را مداوا می کند، اسهال را می بندد، قدرت جنسی را زیاد می کند، لاغری غیر طبیعی را از بین می برد. مغز ساقه درخت موز خوراکی و مغذی است و کنجیال نام دارد و هنگامیکه درخت چندان میوه نمی دهد مغز ساقه را در آورده، می پزند و می خورند.

منع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش نارگیل

درخت نارگیل درختی است زیبا با ارتفاع حدود چهل متر برگهای آن مانند برگ درخت خرما در بالای درخت قرار دارند برگهای

بزرگ و به طول چهار تا پنج مترند و در تمام مدت سال در بالای درخت میوه وجود دارد.

میوه آن از نوع سفت است و وزن آن تا چند کیلوگرم می‌رسد. درون بر میوه قبل از رسیدن کامل محتوی مایعی شیرین رنگ و شیرین و مطبوع است این گاه در نواحی گرم و مرطوب زمین می‌روید نارگیل را به زبان عربی جوز هندی گویند. درخت نارگیل هرچقدر بدتر باشد نزدیکتر باشد و آب شور بیشتر به پای آن برسد میوه آن لذیذ تر و شیرین تر و چرب تر می‌شود. این درخت حدود صد سال میوه می‌دهد. میوه آن خوشه خوشه است حدود ده تا پانزده نارگیل دارد و همینطور که ذکر شد میوه دارای سه پوسته است که مغز در درون این سه پوسته می‌باشد و مغز تازه آن سفید و شیرین و لطیف و چرب است و پوست سوم آن نیز خوراکی است و تازه و نارس آن دارای مقدری مایع است که این مایع دارای مواد غذایی است. روغنی که از میوه نارگیل گرفته می‌شود خورد و کوکو نام دارد. طبیعت آن گرم است و مقوی بدن بوده و جسم را فربه می‌کند و حرارت غریزی بدن را زیاد می‌گرداند و مواد سرد و مرطوب و بلغمی و سوداوی را از بدن دفع می‌نماید از این جهت است که می‌تواند معالجات استرخاء و فلج و جنون و مالیخولیا بوده و خوشبوکننده دهان و تنفس می‌باشد و ضعف کبد را برطرف نموده و کلیه‌ها را قوی و قدرت تناسلی را زیاد و درد مثانه را که از سردی مزاج آن باشد ساکت می‌کند افرادی که به کم خونی مبتلا هستند و یا مقداری خون را از دست داده‌اند می‌توانند مغز نارگیل و یا از شیر داخل پوسته‌ها بخورند یا پوست سوم آن را پودر کرده و با مقداری شکر و مختصری زعفران میل نمایند. هم خون بدن را زیاد می‌کند و هم لا-غری را از بین می‌برد اما پوست سوم آن که بیشتر از محل پرورش سایر نقاط فرستاده می‌شود قدری دیر هضم است و زیاده روی در مصرف آن قدری صدا را خشن و سینه را زبر می‌کند و جهت جلوگیری از این حالت همراه با آن غذاهای سرد مزاج و یا میوه‌های ترش مزه مصرف می‌شود.

منع: خواص میوه‌ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه‌های شفا بخش پاپایا (خربزه درختی)

این میوه گرمسیری بسیار مقوی است درون آن تو خالی و دانه‌های گرد سیاه دارد. از نظر شکل، رنگ تقریباً شبیه کدوی حلواپی است. پاپایا در بسیاری از کشورهای جهان آفریقای، آمریکایی و بعضی کشورهای آسیایی مثل هند، مالزی، سیلان و ... تولید می‌شود. قسمت بیرونی پوست خربزه درختی وقتی که رسیده باشد زرد یا نارنجی است و قسمت گوشتی آن نرم و شیرین است. فقط قسمت گوشتی آن آب گرفته می‌شود و پوست و دانه‌ی آن دور ریخته می‌گردد. پاپایا به جهت داشتن دو ماده فراوان مشهور است این دو ماده پاپین و آنزیمها هستند. پاپین هضم کننده‌ی بسیار قوی پروتئین است. پاپایا وقتی رسیده باشد دارای مقدار زیادی شکرهای طبیعی است که انرژی تولید می‌کند. عصاره‌ی پاپایا خون سازی را تقویت می‌کند، توانایی انعقاد خون را بالا می‌برد. ملین بسیار خوبی است، اشتها را تحریک نموده و کلیه‌ها، کبد، روده‌ها را شستشو می‌دهد. جهت آب گیری خربزه‌های به رنگ طلایی تیره با نارنجی یا زرد که زیاد نرم نشده باشد انتخاب شود.

منع: خواص میوه‌ها و گیاهان در درمان بیماریها

گردو از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری می‌کند

گردو به علت داشتن مس به جذب آهن در بدن کمک و در درمان بیماری‌های ریوی مؤثر است. گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است و می‌توان از آن در درمان بیماری‌های ریوی، جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا استفاده کرد. مربای گردو و عسل، برای افراد لاغر بسیار مفید بوده و آپاندیس را تقویت می‌کند. چنانچه گردو با انجیر و موز خورده شود، مقوی حواس و مغز است.

دم کرده برگ درخت گردو، برای درمان ورم مفاصل و بیماری سل مفید است. جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سردرد، سرمازدگی و بیماری های پوستی است. گردوی تازه به رنگ سفید با پوست زرد روشن است. مغز گردو را در ظرف سربسته در داخل فریزر نگهداری کنید تا کهنه نشود. گردو با داشتن مواد مغذی زیاد، غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن زیاده روی کرد، زیرا باعث ورم لوزه و زخم دهان می شود.

شایان ذکر است، مغز گردو لطیف و در طولانی مدت کهنه شده و رنگ آن زرد یا قهوه ای و طعم آن تند می شود که باعث مسمومیت شده و نباید از آن استفاده کرد.

منبع: مجله دنیای سلامت شماره ۲۷

کرم ضدافتادگی پوست آناناس

روش تهیه:

آب آناناس و لیمو را با هم مخلوط کنید، سپس روغن جوانه گندم را به آن اضافه کنید و مخلوط را با اوسرین ترکیب کنید. آب آناناس حاوی ترکیباتی است که از افتادگی پوست کاسته و باعث صاف شدن آن می شود. اضافه شدن ویتامین های موجود در جوانه گندم باعث تغذیه مناسب پوست و تعویق پیر شدن آن می شود. جراحات و صدمات پوستی ناشی از آلودگی آب و هوا با به کارگیری این کرم به آسانی برطرف می شود.

مواد لازم:

آب تازه آناناس (طبیعی) ۲۰ سی سی

آب لیمو ترش تازه ۲۰ سی سی

روغن جوانه گندم یا بادام شیرین ۴۰ سی سی

اوسرین ۱۰۰ گرم .

منبع: مجله دنیای سلامت شماره ۲۷

چای لیمو، زنجبیل و سنبل الطیب

مواد لازم برای ۴ نفر

سنبل الطیب خشک شده ۱ قاشق چای خوری

ریشه زنجبیل تازه، پوست گرفته و رنده شده ۱ قاشق چای خوری

آب جوشیده ۵ / ۲ پیمانه

لیموترش یک دوم عدد

عسل ۳-۲ قاشق چای خوری

انرژی کل: ۵۰ کیلوکالری

روش تهیه:

سنبل الطیب و زنجبیل را در قوری بریزید. آب را به آن اضافه نمایید و بگذارید برای ۳ دقیقه دم بکشد. آنگاه آب لیموترش را بگیرید و به همراه عسل به آن اضافه کنید. اکنون چای را از صافی رد نمایید.

توجه: این نوشیدنی برای آرامش انسان مفید است.

منبع: ماهنامه دنیای سلامت شماره ۳۳

کاربرد طبی گیاهان

نویسنده: فرید نوبخت

در شماره پیش، به بیان ویژگی‌ها و اثرات برخی گیاهان شناخته شده همانند آنجلیکا، ریحان، برگ بو و... پرداختیم. در این شماره، به بررسی خواص تعدادی دیگر از گیاهان و ادویه جات می‌پردازیم. ادویه‌ها:

امروزه، ادویه‌های نقاط مختلف جهان در بیشتر سوپر مارکت‌ها و فروشگاه‌های مواد غذایی به سهولت یافت می‌شوند. ادویه‌ها معمولاً هم از نظر طعم و هم از لحاظ خاصیت، از گیاهان مربوطه‌ی خود قوی‌ترند، چرا که عمدتاً از دانه‌ها یا بخش‌های دیگری از گیاه که حاوی غلظت بیشتری از ماده‌ی موثره‌ی آن گیاه هستند، گرفته می‌شوند. خواص نوشیدنی‌های تهیه شده از گیاهان و ادویه‌ها معمولاً پس از نوشیدن یک فنجان از آنها بروز نمی‌کند، بلکه باید این نوشیدنی‌ها به طور منظم و به جای نوشابه‌های گازدار یا کافئین دار مورد مصرف قرار گیرند تا اثرات خود را بر جای بگذارند. ادویه‌ها نیز همچون گیاهان دارویی، از گذشته برای کمک به هضم بهتر غذاها مورد استفاده قرار می‌گرفته‌اند و شهرت آنها بیش از هر چیز مربوط به نقش آنها در جلوگیری یا تسکین نفخ، مثلاً در زمانی است که همراه با حبوبات مورد استفاده قرار می‌گیرند. میوه‌ها و دوغ حاوی ادویه‌ی کم، همراه بسیار خوبی برای وعده‌های غذایی پر فیبر، شامل صبحانه، ناهار یا شام می‌باشند. به آبمیوه‌ها باید تنها مقادیر بسیار کمی ادویه افزود، چرا که میوه‌ها و سبزی‌های نپخته، حجیم و جاذب نیستند.

تخم بادیان (Aniseed):

تخم بادیان طعمی قوی دارد و در پخت انواع کلوچه‌ی اروپایی کاربرد دارد. بادیان همچنین یکی از محتویات پودر پنچ ادویه‌ی چینی است. این ادویه جهت طعم دهی انواع نوشیدنی نیز به کار می‌رود. شهرت اصلی تخم بادیان، افزایش اشتها، کمک به هضم غذا و تسکین نفخ است. این ادویه به طور سنتی جهت تسکین سفره، سرماخوردگی و آسم و نیز جهت کمک به خواب آرام مورد استفاده قرار می‌گیرد.

زیره ی سیاه (Caraway):

زیره ی سیاه طعمی گرم دارد و همراه با همه نوع میوه، خصوصاً در نوشیدنی‌های گرم، مورد استفاده قرار می‌گیرد. زیره ی سیاه گرم کننده و آرامبخش است و از خانواده‌ی شوید و رازیانه می‌باشد و باعث افزایش اشتها، کمک به هضم غذا و نیز تسکین نفخ می‌گردد.

هل (Cardamoms):

این ادویه‌ی معطر و فرح بخش، یادآور طعم مرکبات و اوکالپتوس است. گفته می‌شود که هل، سبب هضم بهتر غذا، آرام نمودن معده و طراوت بخشیدن به تنفس می‌گردد. همچنین مصرف شربت هل باعث بهبود سرماخوردگی و آنفولنزا می‌شود.

دارچین (Cinnamon):

این ادویه‌ی گرم کننده، به از بین بردن ویروس‌ها و میکروب‌های دستگاه تنفس فوقانی کمک می‌کند و لذا ادویه‌ای سودمند به صورت شربت‌های درمان سرماخوردگی محسوب می‌شود. همچنین گفته می‌شود که دارچین سبب کمک به هضم غذا، تسکین نفخ و بهبود گردش خون می‌گردد.

گل میخک (Cloves):

این ادویه برای تهیه‌ی نوشیدنی‌های گرم‌کننده و معطر به کار می‌رود و برای خوش طعم نمودن آب سیب، آب گلابی و آب انگور نیز بسیار مناسب است. از دیرباز گل میخک به دلیل دارا بودن خاصیت ضدعفونی‌کننده و بی‌حس‌کننده، برای تسکین دندان درد به کار می‌رفته است. گل میخک سبب تحریک و کمک به هضم غذا و تسکین نفخ می‌شود.

گشنیز (Coriander):

دانه‌ی گشنیز به مانند خود این گیاه یک محرک است و به هضم غذا کمک می‌کند. با آنکه گشنیز به شکل گسترده در نوشیدنی‌ها به کار نمی‌رود، اما دانه‌ی آن با میوه‌های خشک مثل برگه‌ی آلو، مغزها و مرکبات، ترکیب مناسب و خوش طعمی ایجاد می‌کند.

زیره‌ی سبز (Cumin):

با آنکه زیره‌ی سبز سبب تحریک اشتها می‌شود، اما به ندرت در نوشیدنی‌های میوه‌ای مورد استفاده قرار می‌گیرد. با این حال، زیره‌ی سبز همراه با آب مرکبات، سبزی‌ها، ماست و نعناع، ترکیب مناسبی ایجاد می‌نماید. این ادویه، ادرار آور و تحریک‌کننده می‌باشد.

شوید (Dill):

دانه‌ی شوید، ادویه‌ی حاصل از گیاه شوید است که نقش مثبتی در پایین آوردن چربی خون دارد.

رازیانه (Fennel):

دانه‌ی رازیانه، ادویه‌ی حاصل از گیاه رازیانه است.

زنجبیل (Ginger):

زنجبیل به شکل ریشه‌ی تازه‌ی گیاه در دسترس قرار دارد. ریشه‌ی خشک شده و یا ریشه‌ی خشک آسیاب شده‌ی زنجبیل در شربت‌ها یا محصولات کنسروی مورد استفاده قرار می‌گیرد. ریشه‌ی تازه‌ی زنجبیل همراه با انواع آب میوه و سبزی‌ها، سوپ‌ها و انواع غذاهای دیگر، طعمی فوق‌العاده ایجاد می‌کند. شهرت زنجبیل، به سبب تسکین تهوع و اسهال است و گفته می‌شود سبب بهبود تعریق و گردش خون و همچنین مقابله با عفونت‌هاست و در درمان سرماخوردگی به شکل نوشیدنی سرد مورد استفاده قرار می‌گیرد.

سرو کوهی (Juniper):

میوه‌ی تیره رنگ و تقریباً سیاه سرو کوهی، طعمی عالی جهت طبخ مرغ و گوشت ایجاد می‌کند و ادویه‌ای مناسب جهت نوشیدنی‌های گرم به شمار می‌رود. سرو کوهی یکی از ادویه‌های طعم‌دهنده‌ی gin نیز می‌باشد. سرو کوهی به عنوان ادویه‌ای ادرار آور و ضد عفونی‌کننده و همچنین سم‌زدا و تقویت‌کننده شناخته شده است. این ادویه سبب تحریک اشتها نیز می‌گردد.

خردل (Mustard):

خردل ادویه‌ای گرم‌کننده است و از دیرباز جهت تهیه‌ی ضماد (پماد) به کار می‌رفته است. این ادویه با آب گوجه فرنگی و مخلوط آب سبزیجات جهت تهیه‌ی نوشیدنی‌های گرم و سوپ‌های تسکین‌دهنده‌ی علائم سرماخوردگی، ترکیبی مناسب ایجاد می‌کند.

جوز هندی و پوست جوز (Nutmeg and mace):

این ادویه‌های گرم به هضم غذا کمک می‌کنند و تحریک‌کننده و تقویت‌کننده هستند. سبب تسکین تهوع و نفخ نیز می‌گردند. این ادویه‌ها در مقادیر زیاد می‌توانند سبب گیجی و توهم در فرد شوند و حتی ممکن است در مقادیر زیادتر سمی باشند، اما در مقادیر مورد استفاده در آشپزی، هیچ‌گونه خطری در بر ندارند.

زردچوبه (Turmeric):

این ادویه ی زرد رنگ و دارای طعم خاکی و طرب انگیز، به عنوان ادویه ای تقویت کننده، محرک، ضد باکتری و ضد عفونی کننده شناخته شده است.

منبع: ماهنامه دنیای سلامت شماره ۳۳

تسکین درد با استفاده از فلفل قرمز!

آیا تا کنون تجربه کرده اید که چگونه پس از خوردن یک سس بسیار تند بی اختیار زبان و دهانتان سوخته و به اصطلاح آتش می گیرید! اکنون دانشمندان در حال آزمایش و بررسی بر روی این موضوع می باشند که آیا ماده موجود در این نوع سس ها که این چنین باعث سوختن می شود، می تواند در تسکین دردهای ناشی از عمل های جراحی سودمند باشد؟! پزشکان چندین قطره از یک ترکیب شیمیایی را که حاوی ماده فلفل قرمز می باشد مستقیماً بر روی زخم های باز حاصل از یک عمل جراحی (مانند تعویض مفصل زانو و یا بعضی از جراحی هایی که بسیار دردناک می باشند) ریخته و نتیجه آن را بررسی کردند؛ البته این روش را هرگز در منزل انجام ندهید! زیرا در این آزمایشات که بر روی داوطلبان صورت می گیرد اولاً بیماران در حالت بیهوشی هستند بنابراین با سوختن ناگهانی فریاد نمی کشند و ثانیاً پزشکان از ماده فلفل قرمز می گیرند که کاملاً پالایش و ضد عفونی شده استفاده می کنند تا سبب عفونت در بیماران نشود.

چگونه چیزی که اینقدر سوزاننده هست می تواند سبب تسکین و آرامش درد گردد؟!

زمانی که یک فلفل تند را گاز می زنید، پس از احساس سوختن بر روی زبان، بی حس می گردد. پزشکان امیدوارند که با استفاده از مقدار مناسب و بسیار دقیق این ماده بر روی عصب های دریافت کننده درد بتوانند این اعصاب را به مدت چندین هفته بی حس کنند. در نتیجه بیماران از درد کمتری رنج می برند و تا زمان بهبودی بیماران از داروهای مخدر کمتری برای تسکین درد آنان استفاده می شود.

دکتر «آسوانک» یک متخصص از دانمارک که مشغول آزمایش بر روی این ماده (فلفل قرمز) می باشد اظهار می دارد ما درصددیم که این کرخ شدگی و بی حسی را مورد استفاده قرار دهیم. طی قرن های متمادی مردم از فلفل قرمز برای مداوا استفاده می کردند. از داروهایی که حاوی ماده فلفل قرمز می باشند می توان به پمادها و یا کرم های تسکین دهنده ی درد ماهیچه ها نام برد که در داروخانه ها به وفور یافت می شود (پس از استفاده از این کرم ها نوعی احساس سوزش و داغی در محل ایجاد می شود). امروز تحقیقات انجام شده نشان می دهد که فلفل قرمز به طریق کاملاً استثنایی، مستقیماً سلول های گیرنده درد را مورد هدف قرار می دهد. محققان دانشگاه «هاروارد» درصددند با مخلوط کردن ماده موجود در فلفل قرمز با یک ماده بیهوش کننده ی دیگر بتوانند ترکیبی به دست آورند که در دندانپزشکی برای بی حسی موضعی استفاده کنند به گونه ای که تمام دهان بی حس نشود و همچنین امیدوارند بتوانند از این ماده در زایمان ها مخصوصاً در زایمان هایی که از کمر به پایین بی حسی صورت می گیرد، استفاده کنند.

دانشمندان بر روی گونه دیگری از فلفل قرمز که ۱۰۰۰ بار قوی تر از فلفل قرمز معمولی می باشد آزمایشاتی را آغاز کرده اند و امیدوارند بتوانند با استفاده از آن دردهای بسیار سخت در بیماران مبتلا به سرطان های بدخیم را مهار کرده و تسکین دهند.

محققان این ماده پالایش شده از فلفل قرمز را «آدلا» نام نهادند، آزمایشاتی در حال انجام می باشد؛ در این آزمایشات چند صد نفر از بیمارانی که تحت عمل های جراحی مختلفی قرار گرفته اند مانند جراحی های تعویض مفصل زانو و لگن، جراحان چندین قطره ها از ماده ی «آدلا» را بر روی بافت بریده شده ریخته و به مدت ۵ دقیقه فرصت دادند تا این ماده جذب بافت شود و سپس بافت بریده

شده را بخیه زدند. نتایج اولیه به دست آمده حاکی از آن است: بیمارانی که ماده «آدلا» را دریافت کرده بودند به طور چشمگیری درد کمتری را در ۳ روز اول پس از عمل جراحی تحمل کرده بودند. در آزمایش دیگری که بر روی ۵۰ بیمار که جراحی تعویض مفصل زانو را انجام داده بودند صورت گرفت، نیمی از بیماران که از ماده فلفل قرمز برای تسکین درد آنها پس از عمل جراحی صورت گرفته بود نیز درد کمتری را احساس کرده بودند.

دکتر «ویسکوزی» متخصص مدیریت درد در دانشگاه «فیلادفیا» معتقد است که برای تسکین دردهای پس از عمل جراحی، نیاز مبرمی به داروهای بهتر و موثرتر وجود دارد؛ داروهایی مانند مورفین و ترکیبات مشابه آن که اصطلاح مسکن های مخدر می باشند. داروهایی هستند که در حال حاضر استفاده می شوند و در حالی که استفاده از این داروها ضروری و حیاتی است اما از طرفی به علت دارا بودن مواد مخدر دارای عوارض جانبی جدی می باشند که استفاده آنها را محدود می کند. محققان آزمایش بر روی ماده ی فلفل قرمز را همچنان دنبال می کنند تا به یک نتیجه روشن و قطعی برسند؛ آنها معتقدند ماده موجود در فلفل قرمز ماده ای است که نیاز به استفاده چندین باره برای تسکین درد ندارد فقط کافی است یک بار و آن هم مستقیماً بر روی زخم استفاده شود در نتیجه بر خلاف سایر داروها در کل بدن پخش نمی شود. دکتر «ویسکوزی» اظهار می دارد تلاش های زیادی صورت گرفته تا بتوان جایگزینی برای مورفین ها و مخدرها پیدا کرد اما چندان موفقیت آمیز نبوده اما اکنون با آزمایشی که بر روی فلفل قرمز صورت گرفته به نظر می رسد که داریم به هدف خود نزدیک می شویم .

منبع: ماهنامه ی دنیای سلامت ۳۱

خواص دارویی انجیر

بهترین غذا برای بیماران عصبی

انجیر میوه ای است شیرین و گوشتدار که درون آن پر از دانه های بسیار ریز است و پس از رسیدن شیرین و زرد رنگ می شود. درخت انجیر در اکثر نقاط دنیا و ایران می روید و سالیانه سه مرتبه (بهار، تابستان، پاییز) میوه می دهد. نام عربی انجیر «تین» است میوه انجیر بیشتر به رنگ زرد و قرمز دیده می شود.

خواص:

انجیر ادرار آور است و کسانی که به خروج ادرار احتیاج دارند باید انجیر مصرف کنند. انجیر سینه را نرم می کند. برگ های درخت انجیر، ظروف آشپزخانه را کاملاً پاک می کند. جوشانده؟؟ تا؟؟ گرم انجیر در یک لیتر آب برای معالجه برونشیت مزمن، زکام و گرفتگی صدا مفید است. مربا و کمپوت انجیر برای درمان یبوست مؤثر است لذا میتوان؟ تا؟ انجیر تازه را چهار قطعه کرده و در نیم لیتر شیر جوشانده تا پخته شود و آن را با؟؟ عدد کشمش صبح ناشتا بخورند.

جوشانده برگ انجیر در منظم نمودن عادات ماهیانه خانم هایی که مبتلا به بی نظمی عادت ماهانه شده اند مؤثر است که باید جوشانده را چند روز قبل از عادت ماهانه مصرف نمایند. شیر سفیدی که از دم برگها یا میوه انجیر خارج می شود بهترین درمان میخچه و زگیل است و باید آن را صبح و شب روی میخچه گذاشت تا آن را زایل کند. میوه انجیر نیروبخش، خوش طعم، مولد انرژی و فربه کننده است و مواد لازم برای سوخت و ساز بدن را در خود جمع کرده است. انجیر برای نرم کردن سینه و روده ها دارای خاصیت معروفی است.

اگر؟؟ تا؟؟ گرم انجیر خشک را در یک لیتر آب بجوشانید، جوشانده ای بدست می آید که برای معالجه زکام های شدید و تورم های حنجره مفید است. دم کرده برگ های آن به مقدار؟؟ تا؟؟ گرم در یک لیتر آب، مسکن و برای معالجه سرفه تجویز می شود.

جوشانده انجیر خشک در التهاب دستگاه تنفس تجویز می شود. غرغره کردن جوشانده انجیر خشک برای درمان گلو درد و سرما خوردگی بسیار مؤثر است. اگر؟ تا؟ گرم انجیر خشک را در مقداری آب ریخته و با آتشی ملایم بپزند تا به صورت شربت درآید این شربت درد گلو را آرام می کند و سرفه را تسکین می دهد. از جوشانده انجیر خشک در شیر، شربت به دست می آید که برای رفع تحریکات گلو مخاط دهان مصرف می شود. انجیر خشک را می کوبند و می ساینند به جای قهوه مصرف می کنند. مصرف گرد انجیر به جای قهوه در بیماریهای برونشیت، سینه پهلو و سیاه سرفه مفید است.

جوشانده شاخه نازک درخت انجیر، آبی را که در بافت های بدن جمع شده خارج می کند از این جهت در مورد مرض استسقاء نیز مصرف آن مفید است. انجیر بیش از هر میوه ای قند طبیعی دارد و به مقدار قابل توجهی دارای ویتامین های «آ» و «ب» است. اگر انجیر را بپزند و به شکل کمپوت و یا مربا درآورند برای اشخاصی که سوء هاضمه یا یبوست دارند مفید است. انجیر بواسیر را قطع می کند.

انجیر سده ها را نرم می کند و برای باد قولنج مفید است. انجیر نقرس را معالجه می کند و قوای جنسی را زیاد می کند. انجیر بوی بد دهان را از بین می برد و استخوان ها را محکم می کند.

انجیر میوه ای است بسیار مغذی که هضم آن آسان است و مصرف آن برای بچه ها و اشخاصی که از بستر بیماری برخاسته اند و دوره نقاهت را می گذرانند بسیار مفید است. انجیر به علت دارا بودن دانه های ریز، باعث تقویت روده و معده می شود ولی برای کبدهای ضعیف زیان آور است. انجیر در رفع بواسیر، صرع، جنون و وسواس اثرات نیکویی دارد. خوردن انجیر تازه و خشک، موجب لینیت مزاج می شود، از این جهت یبوست های کهنه و مقاوم را درمان می کند.

خوردن جوشانده انجیر خشک در تمام التهابات دستگاه تنفس مانند ذات الریه، ذات الجنب، آسم، تنگی نفس، سرماخوردگی های مکرر مفید است.

غرغره کردن و دهان شویه

با جوشانده انجیر خشک، ورم لته، ورم دهان و ورم گلو را درمان می کند. اگر خمیر انجیر با آرد جو و گندم را به صورت مرهم، روزی؟ مرتبه در محل ورم گوش و دمل ها قرار دهند اثر شفافبخش دارند. اگر خمیر انجیر با آرد جو را به صورت مرهم در محل سوختگی ها و غده های ملتهب قرار دهند، مؤثر است.

مسواک زدن با سوخته انجیر، برای جرم گیری دندان (سفید کردن دندان) و تقویت لته، فوق العاده مفید است. برگ تازه انجیر برای التیام جراحات و زخم ها و جوش خوردن سریع زخم های سطحی مؤثر است. می توان برگ تازه را به مدت کمی روی زخم های سطحی گذارد، اگر برگ خشک کرده درخت انجیر را بکوبید و در سرکه بخیسانید و به پوست بدن که پوسته پوسته می شود بمالید اثر شفافبخش دارد.

برگ خشک کرده درخت انجیر را بکوبید و در آب خیس نموده و بر سر یا ابرو بمالید، ریش مو را بر طرف می کند. یک قطره از شیر آبه سفیدرنگ انجیر را در داخل دندانی که پوسیده و کرم خوردگی دارد بمالید، درد را تسکین می دهد. وجود مقدار زیاد فسفر این حقیقت را نشان می دهد که انجیر در پرورش هوش و حافظه بسیار مؤثر است.

سرشار بودن انجیر از پتاسیم تأمین کننده سلامتی کودکان ضعیف و کم خون و بی اشتها است. اگر انجیر و عسل را به طور مساوی با هم مخلوط کنید جهت زخم معده بسیار مفید است. انجیر به علت داشتن پتاسیم، درجه قلیایی بودن بدن را بالا برده و در رفع اوره و چربی بدن بسیار مؤثر است. انجیر می تواند در بیماران مبتلا به عدم کفایت کبد و رماتیسم مزمن مؤثر باشد. انجیر هر قدر تازه تر باشد قدرت پاک کنندگی و خواص آن بیشتر است. انجیر بهترین غذا برای بیماران عصبی است.

انجیر پخته مرهم خوبی برای سوختگی زخم های گرم و دمل (مخصوصاً دمل دندان) است. شربت انجیر تسکین دهند؟ دردهای

گلو و سرفه است. انجیر خیسانده شده در شیر بسیار خوشمزه و برای درمان یبوست شدید بسیار مفید است. انجیر خیسانده شده در روغن زیتون برای معالجه یبوست بسیار مفید است و باید صبح ناشتا خورده شود. شیر سفید انجیر اثری نظیر مایه پنیر دارد، لذا می‌توان از آن در تهیه پنیر استفاده کرد.

برای معالجه آبسه دندان و ناراحتی لوزه و گلو انجیر پخته بسیار مفید است. مرهم انجیر پخته شده در سرکه، برای درمان سوزش، خشکی و خشونت زخم‌ها بسیار مؤثر است. جوشانده تازه و جوان درخت انجیر در استسقاء اثر نیکو دارد. جوشانده انجیر در التهاب دستگاه تنفس تجویز می‌شود. جوشانده پوست تازه انجیر در شک‌روش‌ها و اسهال خونی توصیه شده است. تذکرات:

انجیر برای مبتلایان به قند مضر است. انجیر برای اشخاص چاق، زیان‌آور است.

انجیر برای مبتلایان به اختلال معده و روده مضر است.

زیاده روی در خوردن انجیر، برای معده و چشم زیان‌آور است و خنثی‌کننده زیاد آن کرفس است.

انجیر و ورزشکاران:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید در مصر، انجیر تازه یا خشک بهترین ماده انرژی‌زا برای ورزشکاران است. نیم ساعت پس از خوردن انجیر، قند آن به راحتی جذب بدن می‌شود و انرژی مورد نیاز ورزشکاران تأمین می‌شود. انجیر تازه حاوی پتاسیم و کلسیم و آهن و ویتامین‌های گروه «ب» است که برای سلامت پوست و عضلات و اعصاب مفید است. انجیر خشک حاوی مواد غذایی غلیظ شده است و میزان ویتامین‌ها و مواد معدنی و کالری آن بیشتر از انجیر تازه است (در حدود؟ برابر) ماده پکتین انجیر خشک کلسترول خون را کاهش می‌دهد.

منبع: <http://www.pezeshk.us>

خواص و کاربرد گلرنگ

به فارسی گیاه را «گلرنگ» و تخم م رغ آن را «تخم کافشه»، «خسک دانه» و در گیلان «تخم کاجره» و «تخم کازیره» می‌گویند. در کتب طب سنتی با نامهای عربی آن «قرطم» و «احریض» و تخم آن را «حب العصفر» و «بذر الاحریض» نام می‌برند. به فرانسوی Safran batard و به انگلیسی Safflowrr گفته می‌شود. گیاهی است از خانواده compositae تیره فرعی tubuliflorae، نام علمی آن Carthamus tinctorius L. می‌باشد.

مشخصات

گیاهی است یکساله، ارتفاع آن در حدود ۶۵/۰ متر کمی خاردار و منظره کلی آن بخصوص گل‌هایش شباهت با خارخسک دارد. برگ‌های آن بدون دمبرگ پهن و موجدار با دندانه‌های منتهی به خارهای ظریف است. رگبرگ‌ها در سطح زیرین برگ برجسته و نمایان می‌باشد. گل‌های آن منفرد در یک طبق کوچک لوله‌ای و زرد رنگ مایل به قرمز در انتهای شاخه گلدار ظاهر می‌شود. میوه آن فندقه سفید رنگ که در قسمت بالای آن دسته‌ای تار نازک وجود دارد.

گلرنگ، بومی مشرق زمین است و از نواحی عربستان برخاسته و پس از آن به سایر مناطق دنیا منتشر شده است و امروزه در اغلب کشورها کاشته می‌شود و از نظر مصارف روغن آن و ماده رنگی گل‌های آن مورد توجه است. تکثیر گلرنگ از طریق کاشت دانه آن صورت می‌گیرد. دانه آن را برای اینکه در جوانه زدن تسریع شود، قبل از کاشت ۲۴ ساعت در آب می‌خیسانند و معمولاً در ارقام مختلفه گلرنگ پس از ۴-۵ ماه گیاه قابل بهره برداری می‌شود. این گیاه در خراسان، تفرش تبریز و برخی مناطق دیگر می‌روید.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در گلهای گلرنگ دو ماده رنگی وجود دارد یکی ماده رنگی زرد که در آب حل می شود و با طریق ساده شستن می توان ماده رنگی زرد آن را به دست آورد. ماده دیگر ماده ای است قرمز رنگ به نام کارتامین که در آب غیر محلول است و در محلولهای قلیایی ضعیف حل می شود، در الکل کم حل می شود و در اتر خیلی کمتر حل می شود. در میوه این گیاه در حدود ۳۰ درصد پروتئین و مقداری چربی ثابت خوراکی وجود دارد. مقدار چربی بر حسب ارقام مختلف متفاوت است و بین ۲۰-۳۰ درصد فرق می کند و از این جهت گلرنگ از دانه های روغنی نیز محسوب می شود.

بررسی های دیگری نشان می دهد که در گلهای گلرنگ ماده رنگی زرد به نام سلافوریلو کارتامین و ایزو کارتامین وجود دارد. طبق نظر [روا] در آن چربی ثابت نیز وجود دارد که شامل لینولئیک اسید، اولئیک اسید، استاریک اسید، پالمیتیک اسید، لینولینک اسید و در آخر دو ماده رنگی به نام های کارتامین و کارتامیک اسید می باشد.

در میوه آن یک نوع آنزیم شبیه رنت و ماده رنگی خالص گلرنگ یافت می شود. در دانه های آن روغن ثابتی وجود دارد که عمدتاً شامل لینولئیک اسید و یک گلیسرید استو در تجزیه دیگری وجود میریستی نیک اسید، آراشیدیک اسید، لینکوسویک اسید و لینولئیک اسید در آن تایید شده است. [M.P.E.S.E.A]

خواص و کاربرد

از گلهای گلرنگ برای رنگین کردن غذا به جای زعفران استفاده می کنند و از روغن دانه آن نیز به عنوان روغن نباتی مایع کم ضرر خیلی استقبال می شود. در تمام مناطق شرقی آسیا از چین تا هندوستان و نواحی جنوب شرقی آسیا از گلهای گلرنگ به عنوان داروی محرک، مسکن و مهمل و معرق از جوشانده ۲۰ گرم گل در هزار گرم آب یا به طور خیساندن در آب نیم گرم استفاده می شود [روا]. به علاوه برای آن خاصیت قاعده آور و ضد ورم و تحلیل برنده تومور قایل هستند.

در چین معمول است از اواخر فروردین تا خرداد ماه که گلرنگ در دوران شهر گل می باشد، همین که گلها باز شدند و رنگ گلبرگ ها از نارنجی به قرمز تبدیل شد، گلبرگ ها چیده می شود و این کار با احتیاط و دقت انجام میگیرد که به تخمدان گل که به میوه تبدیل می شود صدمه ای نرسد گلبرگهای چیده شده را در آفتاب و یاد سایه خشک میکنند. خوردن گلبرگها گرم کننده است و برای تسریع جریان گردش خون کمک میکند و برای زندهایی که عادت ماهیانه آنها بدون دلیل قطع شده است و یا زندهایی که جنین مرده در رحم دارند و یا در مورد آنهایی که ترشحات رحمی بعد از زایمان آنها ادامه دارد و همچنین برای بیمارانی که خون قی می کنند تجویز می شود. در هندو چین از گلهای گلرنگ به عنوان تونیک و برای مداوای فلج و عادت ماهیانه دردناک استفاده می شود. دانه های گلرنگ میلن و مهمل است و برای استسقا و اغما و فلجهای ناگهانی حاصله از خونریزی مغزی یا آپوپلکسی به کار می رود.

از گلهای خشک آن برای معالجه یرقان و از اب خیس کرده گلها برای شست و شوی چشم استفاده می شود.

قرطم یا تخم گلرنگ از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی ایران گرم و خشک است و دارای خاصیت مسهلی است. از نظر خواص معتقدند که ترکیبات مغزی آن خیلی کم است. مسهل است و بلغم رقیق و اخلاط سوخته را خارج می کند و بادها را تحلیل می برد. اگر ۲۰ گرم از تخم گلرنگ را گرفته کوبیده و شیره آن را بگیرند و با شکر سرخ و یا عسل بخورند و یا ۴۰ گرم آن را بکوبند و در ۲۵۰ گرم آب بجوشانند و بمالند و صاف کرده و ۴۰ گرم شکر سرخ در آن بریزند و بخورند، به عنوان مسهل خوب عمل می کند.

اگر شیره تخم گلرنگ را گرفته با آبی که در آن انجیر خیسانده باشند، مخلوط و با شکر و یا عسل بخورند سینه را پاک میکند و آواز را صاف می کند و برای اکثر بیماری های سینه ای سرد مفید است. مقوی نیروی جنسی و زیاد کننده اسپرمو درخشان کننده رنگ رخسار است، بادها و نفخ را تحلیل می دهد.

و ارگر آن را داخل آش ماش یا آش نخود کرده بخورند برای اعتدال اخلاط مفید است و مسهل بلغم خام و مواد سوخته می باشد. اگر ۴۰ گرم شیره آن را با قند و شکر سرخ و یا عسل بخورند برای استسقای عمومی یا خیز عمومی بدن مفید است و اگر کمی نمک هندی نیز در آن بریزند اثرش در ازدیاد ترشح ادرار بیشتر می شود (نمک هندی که در بازار به همین نام عرضه می شود، در هندوستان از خاکستر برگ تعدادی از گیاهان نظیر کهار، تربو، توتون، موز نخود و... می گیرد مقدار خوراک ۵-۶ گرم است). خوردن شیره تخم گلرنگ که فلوس خیار شنبدر در آن حل شده باشد برای کاهش تب بلغمی بسیار موثر است. این دارو منضج یعنی اعتدال دهنده اخلاط است و اخلاط منجمد را می گدازد و اخلاط رقیق را غلیظ می کند. به همین دلیل این دارو را نباید بعد از شیر گاو یا گوسفند خورد زیرا آن را منجمد و منعقد می سازد و برای معده مضر است و از این نظر باید با انیسون و شیرینی خورده شود. مقدار خوراک تخم گلرنگ ۲۰-۴۰ گرم اسراف در خوردن آن مضر است و باید کمتر از مقدار معینه برای خوراک خورده شود. جانشین آن از نظر خواص حبه الخضرا یا میوه درخت بطم است. تخم گلرنگ را در شیسر مخلوط می نمایند و می خورند. معمولاً در هر ۵۰۰ گرم شیر ۴۰ گرم تخم گلرنگ مقشر داخل می کنند و نصف آن را می خورند تا عمل کند. روغن تخم گلرنگ از نظر خواص شبیه روغن گزنه است و کمی ضعیفتر از آن و همان طور شیر را منعقد می کند و به اصطلاح می برد. و آب را جدا می سازد و روغن نوع اهلی تابستانی آن مسهل خوبی است.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد دارچین

در ایران به طور کلی «دارچین» گفته می شود. در کتب طب سنتی انواع آن را با نامهای «دارصینی»، «قره‌فالداری چینی»، «سلیخه» نام برده اند. پوست شاخه های درختی است که به فرانسوی آن را *Cannelle* و به انگلیسی *Cinnamon* نامند و درخت آن را به فرانسوی *cannelier* و به انگلیسی *cinnamon tree* می نامند. گیاهی است از خانواده *Lauraceae* و گونه های مختلفی دارد که معروفترین آنها دو گونه بانام های علمی زیر است:

۱- *Cinnamomum verum J.S. Presl*. که مترادف آن *C. zeylanicum Bl* است و در بازار تجارت بین المللی به نام «دارچین سیلان» در کتب *Ceylon cinnamon* و به نام «قره» معروف است و از مرغوب ترین انواع دارچین است.

۲- *Cinnamomum cassid Bl*. که رویشگاه آن چین و ویتنام و جزایر سوئد و آن حوالی است و در چین نیز پرورش داده می شود و در بازار به نام «دارچین چین» و «دارچین سایگون» گفته میشود. این دارچین را به عربی «سلیخه» و «دار صینی» و به زبان اردو «تج» می نامند و مترادف آن *C. aromaticum Nees* می باشد.

انواع دیگری نیز با اسامی تجارتي خاص در بازار وجود دارد که در حد مرغوبیت انواع فوق نیست، از جمله دارچین کایان که در آمریکای جنوبی میروید، رنگ آن تقریباً سفید و در دهان زود نرم میشود و دارچین ناصاف و نامرغوب که به جای پوست شاخه های جوان درخت دارچین سیلان تهیه می شود که خشن و ناصاف و نامرغوب است.

سابقه تاریخی

دو گونه دارچین به نام دارچین سیلان دارچین سایگون از قدیمی ترین ادویه های جهان هستند که از تعصار کهن مورد شناخت بشر بوده است و اسناد مکتوب تاریخ قدمت آنها را به ۴۰-۳۰ قرن پیش می رساند.

از نظر کیفیت این دو نوع دارچین با هم یکسان نیستند ولی به علت شباهت زیادی که از نظر خواص و عطر باهم دارند از همان قرنهای پیش همیشه دو گونه: *C. verum* و *C. cassia* باهم اشتباه می شده و حتی در حال حاضر نیز در اغلب مناطق دنیا برای این دو گونه دارچین اختلافی قائل نیستند.

در بازار آمریکا تقریباً تمام ادویه ای که به نام دارچین فروخته می شود عملاً از نوع *C.cassia* است و نام دارچین را آمریکایی ها از هر نوع *cinnamon* می گویند. در انگلستان مرسوم است در بازار و در محافل علمی نام *cinnamon* برای گونه مرغوب *C. zeylanicum* و نام *cassia* برای گونه *C.cassia* به کار می رود. در صورتی که در آمریکا طبق مقررات مواد غذایی دارویی مربوط به سال ۱۹۳۸ اجازه داده شده است که کلمه *Cinnamon* برای هر دو نوع به کار رود.

حکمای طب سنتی از جمله گالن طبیب نامدار یونانی در قرن دوم پس از میلاد در کتابش دارچین سایگون و یا *C.cassia* را هم ردیف با *C. zeylanicum*. یا دارچین سیلان اعلام کرده و معتقد است که در مصارف طبی می توان به جای دارچین سیلان از دارچین سایگون استفاده کرد ولی از نظر مقدار باید مقدار مصرف دارچین سایگون دو برابر دارچین سیلان باشد.

مشخصات

دارچین سیلان درختچه ای است از نظر بلندی متوسط همیشه سبز که قسمت درونی پوست شاخه های جوان آن دارچین مرغوب تجارتنی معروف به دارچین سیلان است. در سیلان و هند ارتفاع ایت درختچه ممکن است تا ۱۲-۱۰ متر برسد. ولی عملاً چون به طریق شاخه زاد پرورش داده می شود ارتفاع خیلی کمتری دارد، برگهای آن به رنگ سبز تیره شفاف در سطح فوقانی و سبز روشن در سطح تحتانی، بسیار معطر، دراز به طول ۱۵-۱۰ سانتی متر و نوک تیز هستند. گل آن کوچک زرد تقریباً نامرئی است. میوه آن کوچک تخم مرغی به رنگ ارغوانی تیره به طول ۲-۱ سانتی متر و دارای یک دانه می باشد. این درختچه در سیلان و هند در مناطقی که بارندگی سالیانه در حدود ۲-۵/۱ متر باشد می روید.

مرغوبترین نوع دارچین سیلان از دارچین شیرین یا دارچین عسلی می نامند. تکثیر این درختچه از طریق کاشت بذر و یا از طریق کاشت قلمه آن است. پس از ۳-۲ سال درخت جوان را قطع می کنند تا شاخه های زیاد بدهد و به صورت شاخه زا در آید و ۳-۲ سال بعد پوست شاخه های جدید راکنده به صورت لوله دارچین در بازار عرضه می کنند.

دارچین سایگون یا دارچین چین در ویتنام و هیمالیای شرقی و قسمتی از چین می روید. درخت آن کمی بلندتر، پوست آن ضخیم تر، برگها دازتر و میوه آن کوچکتر از دارچین سیلان است. کاشت بهره برداری آن نظیر کاشت و بهره برداری دارچین سیلان می باشد. و تنها اختلاف این است که در مورد دارچین سایگون معمول است از پوست شاخه های جوان و از پوست تنه درخت نیز که ناصاف است از هر دو استفاده و شاید ۱۵-۱۰ سال لازم است تا بهره برداری آغاز شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و مواد عامله طبق بررسی های دانشمندان شیمی و دارویی در دارچین سیلان اسانس روغنی فرار قابل ملاحظه ای وجود دارد. بررسی های آزمایشگاهی نشان می دهد که در پوست خشک ساقه های کوچک و جوان درخت در حدود ۷۱/۰-۳۵/۰ درصد اسانس یافت می شود که شامل ۷۶-۴۸ درصد از آلدئید ها می باشد. بررسی دیگری نشان می دهد که دارای ۲ درصد اسانس است که شامل ۹۰-۷۰ درصد ماده اوژنول (اسانس میخک) است.

بررسی دیگری نشان می دهد که پوست شاخه ها در حدود ۱-۵/۰ درصد اسانس دارد و برگهای سبز درخت در حدود ۱ درصد اسانس دارد. مطالعه دیگری نشان می دهد که اسانس دارچین از نظر ماده اوژنول اسانس میخک است و در هر دو در حدود ۹۰-۷۰ درصد اوژنول وجود دارد.

در پوست ریشه دارچین در حدود ۳ درصد اسانس یافت می شود که البته با اسانس پوست و شاخه ها و برگها متفاوت است. دارچین سیلان منتهی ضعیفتر از آن است نیز دارای اسانس می باشد. در هر دو گونه فوق علاوه بر اسانس مواد دیگری نظیر تانن نیز یافت می شود. [G.I.M.P.]

در گزارش مطالعات دیگر جدیدی در مورد ترکیبات شیمیایی چنین آمده است که اسانس گونه سیلان دارای سینامیک

آلدئید، هایدروسینامیک آلدئید، بنز آلدئید و کومینیک آلدئید، نونی لیک آلدئید، اوژنول، کاریوفیلین، آل-فلاندرین، پی سیمن، پینن، میتل-ان-آمیل کنوتو آل-لینالول می باشد.

در مورد ترکیبات شیمیایی دارچین سایگون آمده است که دارای سینامیک آدئید، سینامیل استات، فنیل پروپیل استات و تانن می باشد.

خواص و کاربرد

دارچین سیلان: در هند و چین از پوست شاخه ها و اسانس آن به عنوان محرک هاضمه، محرک تنفس و محرک جریان خون استفاده می شود. در شبه جزیره مالایا مصارف وسیع و وسیع دارویی دارد. اسانس آن خاصیت جرم کشی قوی دارد ولی نظر به اثر تحریکی آن کمتر برای میکروب کشی به کار می رود. دارچین در دور زیاد به عنوان مواد مخدر سمی مورد توجه است. [کوتی زمیگ و نادکارنی]

دارچین سایگون بیشتر مصرف ادویه دارد تا مصرف دارویی، این دارچین تند و گزنده و تونیک خاصی برای کلیه می باشد. برای سرما زدگی پا و دست و دل درد و شاش بند تجویز می شود، ولی در مورد زنان حامله توصیه نمی گردد [چونگ یاوچی]. شاخه های کوچک تازه آن نیز اغلب قطع و قطعه قطعه شده در آفتاب خشک می شود، این قطعات با ۱۰۰-۳۰ سانتی متر طول به بازار عرضه می شود. دارویی گرم کننده با طعمی کمی شیرین و برای تسریع جریان خون تجویز می شود. به علاوه به عنوان تب بر در موارد سرما خوردگی و کاهش درد مفاصل و کمر توصیه می گردد [چونگ یاوچی].

به طور کلی در کتب طب سنتی خاور دور، دارچین به عنوان بادکن، مقوی معده، قابض، تونیک، محرک و آرام بخش و دارویی برای ناراحتی های پس از زایمان تجویز می شده است [استوارت] [روا] می گوید که به طور کلی دارچین یک محرک عمومی است که جریان خون را تسریع و تنفس را تحریک می کند و موجب افزایش اغلب ترشحات بدن و تحریک عاضمه می گردد. از سرشاخه های جوان آن هب عنوان قاعده آور و معرق استفاده می شود. در هند و چین از این دارو به عنوان یکی از اجزا در تهیه داروهای مرکب ضد اسهال، صفرابر و تب بر به کار می رود و برای معالجه اسهال و یرقان و مالاریای مزمن که موجب بزرگی طحال شده مفید است معالجه اسهال و یرقان و مالاریای مزمن که موجب بزرگی طحال شده مفید است [می نات]. [برکیل] معتقد است که این دارچین به عنوان جزئی از اجزای داروهای مرکب برای سرفه و ناراحتی سینه مصرف می شود.

دارچین از نظر طبیعت زنبق نظر حکمای طب سنتی ایران و هند گرم و خشک است و نیروی دارویی آن تا ۱۵ سال باقی می ماند. از نظر خواص معتقدند که بسیار لطیف کننده و بازکننده گرفتگی های و انسداد مجاری و فرح اور است. عفونت اخلاط را رفع می کند و تریاق سموم حیوانی، نباتی، و معدنی است و نیروبخش و مقوی است و برای خفقان، وسواس، وحشت، و جنون و تقویت معده و کبد و رفع بد بویی دهان، قطع سرفه های رطوبی، تنگی نفس، رفع خشونت صدا و آواز که بلغم غلیظ باشد، پاک کردن سینه و حنجره، باز کردن گرفتگی های کبد، رفع استسقا و ضد عفونی زخمها بسیار مفید است. استعمال آن به صورت خوردن در شربتها و مصرف گردو به صورت روغن و ضماد و یا شیاف و مالیدن به اعضا به صور مختلف امکان دارد. مالیدن روغن آن به پلک چشم مفید است. خوردن دم کرده آن با سرکه و مصطکی برای سکسکه رسوبی نافع است. ضماد آن برای رعشه و رفع تبو لرزهای بلغمی و سوداوی و دانه بواسیر و تسکین درد آن و عقرب زدگی مفید است.

اگر آن را در دهان جویده بر قضیب بمالند موجب التذاذ جماع باشد در گرم مزاجان ایجاد سردرد می کند و برای مثانه مضر است و از این نظر باید با کتیرا خورده شود، مقدار خوراک آن از ۲۰-۸ گرم می باشد. روغن آن بسیار گرم و خیلی خشک است و برای سنگینی و سردرد و دردهای رحمی چه از طریق خوردن آن و چه با مالیدن نافع است. قطره آن در گوش برای رفع سنگینی گوش و خوردن آن برای تقویت هاضمه، تحلیلی نفخ، گاز معده، رفع یرقان و بواسیر مفید است.

تهیه گرد دارچینی: دارچین سیلان را به مقدار مورد نظر گرفته و نیم کوب کرده، در گرم خانه ۴۰ درجه سانتی گراد بخشکانند و نرم ساییده از الک بیرون کنند و باید آن را آنقدر بسایند که در نخاله باقی مانده، جز ماده خشبی بی طعم چیز دیگری نباشد. این گرد از ادویه برای مصرف در غذا می باشد و از عوامل محرک و مقوی معده است.

مقدار خوراک آن از ۵-۵/۰ گرم است.

عرق دارچینی: دارچین سیلان را به مقدار مورد نظر گرفته با آب کافی، ابتدا دارچین را نیم کوب کرده مدت ۱۲ ساعت در آب بخیسانند و بعد از تقطیر کنند تا از هر جز دارچین را که مصرف شده در چهار جز مقطر به دست آید و برای گرفتن اسانس روغنی فرار آن بهتر است که مایع تقطیر شده را در شیشه لوله دار جمع کنند که در انتهای لوله باریک اسانس جمع شود.

عرق دارچین را به مقدار ۱۲۰-۶۰ گرم در پوسیونهای محرک داخل می نمایند. مقدار خوراک از اسانس آن ۱۲-۱ قطره است که در پوسیونهای ریخته شود.

شربت دارچین: عرق دارچین ۱۰ واحد، قند سفید ۱۸۰ واحد، قند را در عرق به حالت سردی حل کنند و با کاغذ صاف نمایند و این شربت را مانند محرکها و مقوی های معده به مقدار ۶۰-۱۵ گرم در پوسیونها و یا یک شربت سرد حل کرده می خورند.

جوشانده دارچین: دارچین سیلان ۸ گرم، آب ۱۰۰۰ گرم، مطابق معمول جوشانده تهیه شود.

عوارض جانبی دارچین و بیماریها:

بیماران دیابتی

تازه ترین تحقیقات نشان می دهد بیماران مبتلا به دیابت می توانند با افزودن کمی دارچین به رژیم غذایی خود به حفظ سلامت بدنشان کمک کنند.

به گزارش ایسنا، به نقل از پایگاه اینترنتی رویترز، در این مطالعه بیماران دیابتی که به مدت ۴۰ روز، روزانه یک گرم دارچین به رژیم غذایی معمول خود افزودند، میزان قند خون، کلسترول و چربی های خونشان تا ۳۰ درصد کاهش یافت و کاهش میزان کلسترول، قند و چربی خون در بیماران دیابتی تاثیر مفیدی در بهبود سلامتی دارد.

وقتی بدن حساسیت خود را نسبت به هورمون انسولین از دست می دهد، دیابت نوع دوم بروز می کند. انسولین قند را از خون به سلول های بدن منتقل می کند تا به عنوان انرژی مورد استفاده قرار گیرد، بنابراین وقتی بدن به انسولین پاسخ ندهد، مقدار قند یا گلوکز در خون بالا می رود و منجر به خستگی و تاری دید می شود.

افزایش قند خون در دراز مدت می تواند خطر ابتلا به بیماریهای قلبی، نارسایی کلیوی و نابینایی را افزایش دهد.

افزودن مقدار کمی دارچین به چای، آب پرتقال یا غلات مفید است. با جوشاندن آب با یک تکه دارچین به راحتی می توان چای دارچینی نیز تهیه کرد.

دارچین هم چنین از بروز دیابت نوع دوم در افراد در معرض خطر جلوگیری می کند.

دارچین حاوی برخی مواد است که مصرف زیاد آن می تواند سمی باشد بنابراین در مصرف این ماده غذایی باید دقت کرد.

در این مطالعه ۶۰ بیمار مبتلا به دیابت نوع دوم روزانه ۱، ۳ یا ۶ گرم دارچین یا معادل آن آرد گندم (به عنوان دارونما) مصرف کردند. آرد گندم و دارچین به شکل کپسول استفاده می شد.

میزان گلوکز، چربی و کلسترول تمام بیمارانی که دارچین مصرف کردند تا ۳۰ درصد کاهش یافت، اما هیچ گونه تغییری در کسانی که دارو نما دریافت کردند مشاهده نشد.

دارچین حاوی ترکیباتی است که عمل انسولین در انتقال گلوکز به سلول ها را بهبود می بخشد. دارچین تقریباً هیچ کالری ندارد، به همین خاطر دیابتی ها بدون خطر چاق شدن می توانند با افزودن دارچین طعم مطبوعی به غذای خود بخشند. هر گرم دارچین کمتر از

۳ کالری دارد که بسیار اندک است.

تحقیقات قبلی نشان داده بود که دارچین ظاهراً به سلول‌های چربی در تشخیص و واکنش به انسولین کمک می‌کند. مطالعات آزمایشگاهی و حیوانی نیز نشان داده بود که دارچین سوخت و ساز گلوکز را حدود بیست برابر می‌کند. مطالعه بر روی حیوانات:

سمیت حاد ناشی از سینامالدهید، دقیقاً مرتبط با فرم تجویز آن می‌باشد. **Hadara** مقادیر **LD₅₀** را در موش گزارش داده است: ۱۳۲ میلی‌گرم بر کیلوگرم به طور داخل وریدی - ۶۱۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی و ۲۲۲۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم به طور خوراکی. اما عصاره آبی آن حقیقتاً غیرسمی است. (با **LD₅₀** ۴۹۸۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی). **Shramlik** مقادیر **LD₅₀** را برای اسانس فرار دارچین **Ceylon**، ۴۱۶۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم و برای روغن کاسیا ۵۲۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم گزارش داده است (آزمایش بر روی موش صحرایی و به طریق خوراکی انجام گرفته است). در مونوگراف‌هایی که توسط **Opdyke** ثبت شده است، مقادیر **LD₅₀** خوراکی بین ۲/۲ میلی‌لیتر بر کیلوگرم و ۴/۳ میلی‌لیتر بر کیلوگرم ذکر شده است. اگرچه **Meyer** گزارش داده است که اسانس دارچین به مقدار بسیار ناچیزی از طریق پوست جذب می‌گردد، اما محققین دیگر مقادیر پائینی از **LD₅₀** مربوط به فرم پوستی به دست آورده‌اند که عبارت است از: ۵۹/۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم از سینامالدهید، ۶۹/۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم از اسانس دارچین **Ceylon** و ۳۲/۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم از اسانس کاسیا. موش‌های صحرایی ۷۰ میلی‌گرم سینامالدهید را به فرم خوراکی، به مدت ۸ هفته تحمل کردند، بدون اینکه نشانه‌ای از سمیت ظاهر شود. هنگامی که ۱۰۰۰، ۲۵۰۰ و ۱۱۰۰۰ ppm سینامالدهید، برای یک دوره ۱۶ هفته‌ای، به رژیم موش‌های صحرایی اضافه گردید، در گروهی که ۱۱۰۰۰ ppm سینامالدهید، دریافت نموده بودند، التهاب ملایم سلول‌های کبدی و هیپرکراتوزیس بخش لایه‌لایه‌ای معده مشاهده گردید. هیچ‌گونه اثرات ماکروسکوپیکی در مقادیر **ppm** ۱۱۰۰۰ و **ppm** ۱۲۵۰۰ دیده نشد. علائم مشابهی نیز توسط **shramlik** مشاهده شده است. وی وقوع نفریت را نیز گزارش داده است.

مطالعه بر روی انسانها:

خطرات استفاده از دارچین، خصوصاً اسانس فرار و سینامالدهید آن ارزیابی شده است، زیرا به عنوان یک آلدهید اشباع نشده در موقعیت‌های با گروه‌های سولفیدریل و آمینو واکنش داده و مسئول خصوصیات حساس‌کننده، التهاب‌آور و سمیت برای سلولها می‌باشد.

تحقیقات سمیت‌شناسی و فارماکولوژیک، نشان دهنده وجود خطر خاصی برای انسان نمی‌باشند. تحقیقات انجام گرفته به وسیله **Plant** نشان می‌دهد که در سگ‌های تحت آزمایش با دوزهای بالا، استفراغ دیده شده است و این مطلب، مشابه عوارض جانبی گزارش شده در انسان می‌باشد.

شورای اروپا در سال ۱۹۷۳، گونه‌های مختلف دارچین را در لیست مواد، ادویه‌ها و افزودنی‌های معمولی فصلی ذکر نموده و استفاده آنرا در مقادیر کم مجاز دانسته است، با این احتمال که جزء فعال در محصول نهایی حذف می‌شود. دوز مجاز جهت مصرف سینامالدهید ۲۵/۱ میلی‌گرم بر کیلوگرم می‌باشد. عوارض پوستی:

سینامالدهید ۵٪ در وازلین، محرک پوست می‌باشد. اسانس دارچین، بعد از ۴۸ ساعت تماس، در قسمت خلفی ران یک پسر ۱۱ ساله ایجاد سوختگی درجه دوم نمود.

در سال ۱۹۸۸، **Hausen** بیان کرد که سینامالدهید، ترکیبی است که مسئول واکنش‌های آلرژیک مواد آرایشی و عطرها می‌باشد. پیش از آن در سال ۱۹۲۰ کهیر ایجاد شده به وسیله دارچین گزارش شده بود. اگرچه موارد بالینی متعددی ثبت شده است، به نظر

می‌رسد که تعداد واقعی عوارض جانبی کمتر برآورد شده است. عامه مردم عوارض جانبی مواد طبیعی را نسبت به مواد شیمیایی به طریقی متفاوت باور دارند.

گزارشاتی وجود دارد که نشان می‌دهد بیماران، مدت زمانی طولانی پیش از ظهور علائم شدید، به عوارض آلرژیک ملایم مبتلا می‌شوند. علائم مذکور، در ابتدا، معمولاً به عنوان نشانه‌ای از عملکرد دارویی فرآورده و یا به عنوان یک بیماری عادی مانند آفت یا هرپس لیبالیس تلقی می‌شود. واکنش‌های آلرژیک بعد از تماس با اسانس دارچین یا سینامالدهید موجود در پماد، خمیردندان، دهان‌شویه‌ها و غذاها اتفاق می‌افتند. علائم اصلی عبارتند از: تورم و التهاب لب‌ها و زبان، خارش، تاولی شدن مخاط دهانی و کپیر. مواردی از گرانولوماتوز دهانی - صورتی بعد از تماس با اسانس دارچین در خمیردندان نیز گزارش شده است. کمترین غلظتی که در Patch های پوستی ایجاد واکنش‌های مثبت می‌نماید ۰.۱٪ می‌باشد.

واکنش‌های شدید مانند آنافیلاکس گزارش نشده است. تمامی موارد بالینی بعد از قطع مصرف فرآورده‌های حاوی دارچین بهبود یافتند. در بیشتر موارد بالینی، محققین گزارش دادند که یک انتظام کروموزومی غیرعادی در بیماران یا اعضای خانواده آنها وجود دارد. واکنش‌های متقاطع در افراد حساس به بالسام پرو وجود دارد.

در یک گروه متشکل از ۱۱۷ بیمار حساس به بالسام پرو، ۵/۱۴٪ آنها نسبت به دارچین چینی واکنش مثبت نشان دادند اما در مقابل، در یک گروه ۲۲۰ نفری غیرحساس به بالسام پرو، تنها ۱ نفر واکنش مثبت نشان داد. واکنش‌های متقاطع با میخک، بیشتر بیان شده است، (۲/۶۴٪ از گروه قبلی واکنش‌های مثبت نشان دادند).

Nater متوجه شد که سینامالدهید (۳-۳ میلی گرم بر میلی لیتر) به طور **Invitro**، آزاد کننده هیستامین در لکوسیت‌های انسانی است. این محقق، اثر مذکور را مسئول اصلی واکنش‌های پوستی می‌داند.

«اثر تسکین دهنده» که به وسیله **Opdyke** توضیح داده شده است، شامل: کاهش یا ممانعت از واکنش‌های حساسیتی پوست به وسیله ترکیبات دیگر موجود در اسانس فرار مانند لیمونن و اوژنول می‌باشد. ارتباط بالینی آزمایش مذکور، به درستی ثبت نشده است. ممکن است به نظر برسد، اوژنول، که ممانعت کننده بیوستتر پروستاگلاندین می‌باشد، بر روی مکانیسم التهاب مؤثر باشد. اگر این مطلب صحیح باشد، احتمالاً باید واکنش‌های حساسیتی مضر و مختلفی از سینامالدهید و اسانس دارچین **Ceylon** انتظار داشت. اطلاعات کلینیکی جهت تأیید این فرضیه وجود ندارد.

نتیجتاً نظر **Mathias** می‌بایست پذیرفته شود که فرآورده‌های حاوی بیش از ۰.۱٪ سینامالدهید جهت استفاده، مورد تردید می‌باشد. افراد مبتلا به بیماری‌های آلرژیک نباید فرآورده‌های حاوی دارچین را مصرف نمایند.

تداخلات دارویی:

در آزمایشات **Invito**، پوست کاسیا (۲ گرم در ۱۰۰ میلی لیتر) به طور قابل توجهی انحلال تتراسیکلین هیدروکلراید و متاسیکلین هیدروکلراید را از کپسول‌های ژلاتینی به تأخیر می‌اندازد. در حضور پوست کاسیا بعد از گذشت ۳۰ دقیقه حدود ۲۰٪ تتراسیکلین هیدروکلراید به صورت محلول درمی‌آید، اما، در صورت وجود آب خالص، ۹۷٪ آن حل می‌شود. این اثر مشابه داروی ضد اسیدتری سیلیکات منیزیم می‌باشد. به نظر می‌رسد علت آن جذب آنتی‌بیوتیک توسط ذرات باشد. تحقیقات بیشتر به منظور مشخص نمودن این مطلب که کدام ترکیب خاص پوست کاسیا (اسانس فرار، سینامالدهید، موسیلاژ) مسئول این اثر می‌باشد، صورت نگرفته است. از آنجائی که دوز ۱ تا ۲ گرم دارچین عمومیت دارد، باید احتیاط نمود که تتراسیکلین و دیگر ترکیبات مشابه همراه با آن مصرف نشود.

از آنجائی که می‌توان انتظار داشت واکنشی بین آمین‌های نوع ۱ آزاد و سینامالدهید صورت گیرد، نتیجتاً اسانس فرار نباید همراه داروهای مشابه با محدوده درمانی کوچک مصرف شود.

باروری، بارداری، شیردهی:

Lewin گزارش می‌دهد که دارچین به وسیله زنان میانسال و سالمند، به عنوان یک داروی سقط جنین کننده مصرف می‌شده است. لازم به ذکر است که در منابع قدیمی، دارچین (کاسیا) با *Cassia fistulosa* که حاوی آنتراکینون‌ها می‌باشند اشتباه شده است. گزارش شده است که «مقادیر زیاد دارچین» (مقدار نامشخص) در زنان باردار باعث ایجاد مت هموگلوبین در خون، وجود خون در ادرار، وجود آلبومین در ادرار و وجود سیلندر در ادرار می‌گردد. سقط جنین گزارش نشده است. مصرف روزانه ۱۰۰ قطره تنطور دارچین منجر به سقط جنین نمی‌گردد. هرچند که **Lewin** در کتب دیگری ذکر نموده است که دارچین می‌تواند موجب سقط گردد. اما موارد بالینی ذکر نشده است. در یک گزارش مبنی بر سقط جنین عمدی توأم با موفقیت، ماده‌ای با هویت تقریباً نامشخص مصرف شده است. نویسنده ذکر می‌کند که مایع سیاه مایل به قهوه‌ای تنطور دارچین بوده است. دوز آن تعیین نشده است. این مطلب که یک دوز منفرد دارچین ممکن است ایجاد سقط نماید مورد تردید است به خصوص اگر مصرف گسترده آن نیز مدنظر قرار گیرد.

گزارشاتی که توسط **Hagers Handbuch , Roth** در ارتباط با عملکرد دارچین بر روی رحم بیان شده است، بر پایه گزارشاتی است که به وسیله **Lewin , Madaus** عنوان شده است. دو محقق مذکور از کتاب **Clarus ۱۸۶۰** نقل قول کرده‌اند. به نظر می‌رسد که گزارش صحیحی در ارتباط با سقط جنین عمدی با دارچین وجود ندارد.

Abramovici متوجه شد که سینامالدهید در جنین جوجه اثر تراژونیک دارد. آزمایشات مشخص نموده‌اند که ناهنجاری‌های حاصل ارتباط نزدیکی با اثرات سمی سینامالدهید دارد. حداکثر اثر تراژونیک در دوز ۵/۰ میلی مول برای هر جنین مشاهده شده است، که ۲/۵۸٪ موجب ناهنجاری و ۴۹٪ موجب مرگ جنین شده است. آزمایشات بر روی جنین جوجه، ارزش محدودی جهت ارزیابی خطر برای انسان دارد.

اطلاعات بیشتر در رابطه با سمیت دارچین یا اسانس دارچین در دوران بارداری به دست نیامده است. در پایان، می‌توان بیان کرد که دارچین خطر خاصی در دوران بارداری ندارد. از آنجایی که مدارک کافی در مورد اثرات جهش‌زای دارچین در این دوران وجود ندارد، بهتر است استفاده طولانی مدت اسانس آن در بارداری منع شود.

قدرت جهش‌زایی و سرطان‌زایی:

عصاره دارچین یا سینامالدهید به منظور ارزیابی اثرات جهش‌زای آن در سالمونلا (آزمایش **Ames**) مورد سنجش قرار گرفته‌اند. در بیشتر آزمایشات نتایج منفی بوده است. **Lutz** و همکارانش این نتایج منفی را مرتبط با ساختمان شیمیایی آلدئیدهای مختلف اشباع نشده در موقعیت‌های می‌دانند. با این وجود، نتایج مثبت نیز در رابطه با عصاره الکلی دارچین و سینامالدهید گزارش شده است. در یک آزمایش، **O** - متوکسی سینامالدهید در تست **Ames** نتیجه مثبت داشت، در حالی که سینامالدهید نتیجه منفی داشته است. تحقیقات بیشتر در رابطه با محصولات دارچین که از لحاظ شیمیایی و گیاه‌شناسی کاملاً اختصاصی باشند لازم می‌باشد.

برخلاف آزمایشات انجام شده بر روی رشته‌های سالمونلا دارچین و اسانس کاسیا، در آزمایشات انجام گرفته بر روی **DNA** متعلق به **B. subtilis** نتیجه مثبت داشته‌اند.

اسانس دارچین و سینامالدهید در آزمایشات انحرافات کروموزومی با استفاده از کشت سلولی موش‌های چینی و سیستم آزمایشی **Drosophila**، نتیجه مثبت داشته است. نتیجه آزمایش **Drosophila** در مورد عصاره آبی دارچین منفی بوده است. آزمایش هسته‌های کوچک در موش نیز نتیجه منفی داشته است. دوز مصرفی ۱۲۵۰۰ میلی گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی بوده است.

نتایج آزمایشات تعیین قدرت جهش‌زایی سینامالدهید و اسانس دارچین بر روی باکتری‌های به طور **Invitro**، می‌بایست به دقت

تفسیر شود، زیرا غلظت استفاده شده در محدوده دوزی بوده است که در آن محدوده خاصیت ضد میکروبی داشته‌اند. تأخیر در رشد به واسطه اثر ضد میکروبی سینامالدهید، دلیلی است که آن را به عنوان یک عامل ضد جهش، گزارش کرده‌اند.

با توجه به آزمایشات انجام گرفته به صورت *Invitro* حاوی کشت سلولی پستانداران می‌بایست ذکر گردد که عصاره دارچین و سینامالدهید موجب ایجاد اثرات سیتوتوکسیک می‌گردد. دوزهای آزمایش شده عبارتند از: ED₅₀ از ۵۰-۶۰ در سلول‌های KB (یک ردیف سلول برداشته شده از سلول‌های سرطانی دهان انسان) و ۲۴-۲۰ یا ۸/۴ در کشت‌های سلولی L۱۲۱۰ موش. ظهور اثرات سیتوتوکسیک همراه با کاهش ساخت پروتئین‌های سلولی است که مربوط به واکنش سینامالدهید با گروه‌های سولفیدریل و آمینو می‌باشد. بروز این اثرات غیراختصاصی، به میزان زیادی تحت تأثیر محیط کشت و شرایط آزمایش قرار دارد.

در خصوص خطر سرطان‌زایی دارچین اطلاعات کاملی در دسترس نیست. تحقیقات بیشتر احتیاج به فرآورده‌های اختصاصی از لحاظ شیمیایی و گیاه‌شناسی دارد زیرا وجود سافرول سرطان‌زا، کومارین و O-متوکسی سینامالدهید می‌توانند در نتایج نهایی تأثیرگذار باشند.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد رازیانه

در کتب طب سنتی بانام «رازیانج» نام برده شده است. در ایران در مناطق مختلف «رازیانه» و «بادیان سبز» گفته می‌شود. به لغت رومی کهن «شمار» و به عربی «شمر» نامند. به فرانسوی *Fenouil* و به انگلیسی *Fennel* می‌گویند. گیاهی است از خانواده *Umbelliferae* نام علمی آن *Foeniculum vulgare Mill*. و مترادف آن *Anethum foeniculum L*. از طرف گیاه‌شناسان مختلف نامگذاری شده است.

بین اسامی فوق نام مربوط به «رازیانه تلخ» است که به فرانسوی گویند و برگ‌هایش به عنوان ادویه با غذا نیز مصرف می‌شود، و نام مربوط به رازیانه شیرین است که به فرانسوی گویند.

مشخصات

رازیانه گیاهی است علفی و دو شاله که ارتفاع آن تا ۵/۱ متر می‌رسد.

ساقه آن دارای شیارهای طولی موازی است. و برگ‌های آن با بریدگی عمیق به طوری است که برگ تبدیل به نخها می‌شود. دمبرگها در نزدیک ساقه حالت غلاف پیدا می‌کند. گل‌های آن زرد و بدون طبق به صورت چتر گروهی در انتهای شاخه گل دهنده ظاهر می‌شود. میوه آن کوچک به طول ۱۲-۶ میلی متر و عرض ۳-۲ میلی متر که طرفین آن ضخیم است و بوته رازیانه ظاهراً از دور شبیه بوته شود است ولی عطر گیاه و ارتفاع بیشتر و ریشه ضخیمتر، آن را از شود کاملاً متمایز می‌سازد.

تکثیر رازیانه از طریق کاشت بذر آن در بهار انجام می‌گردد. ممکن است ابتدا بذر را در خزانه بکارند و پس از اینکه گیاه چنر برگه به زمین اصلی منتقل نمایند. گاهی نیز مستقیماً در زمین اصلی می‌کارند. زمین آفتابگیر و بازهکش خوب را دوست دارد و به آبیاری زیاد در فصل گرما احتیاج دارد.

برگ رازیانه را پس از رشد کامل گیاه و بیدرنگ قبل از آغاز ظهور گلها و یا در شروع باز شدن اولین گل برداشت می‌کنند، یعنی در حدود ماه خرداد. تخم رازیانه را که مهمترین قسمت دارویی آن است، وقتی که میوه‌ها زرد رنگ شد می‌چینند و برای این کار سرشاخه‌های میوه دار را ظرف ۳-۴ هفته بتدریج که می‌رسند می‌چینند و تخم آن را می‌گیرند. ریشه رازیانه را که ضخیم و مخروطی شکل به رنگ سفید و معطر است، پس از خارج کردن از زمین خوب شسته تمیز کرده قطعه قطعه نموده و خشک می‌کنند.

رازبانه در اروپا و آسای بخصوص در مناطق با اب و هوای مدیترانه ای انتشار دارد. در ایران در مناطق شمالی ایران در دامنه های البرز در ارتفاعات ۷۵۰ متری و در شمال هرزویل در مسیر رودخانه به طور خودرو دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی تخم آن دارای یک اسانس روغنی فرار است که قسمت عمده آن آنتول (در حدود ۶۰ درصد) است و به علاوه اسانس رازیانه دارای قند، لعاب، مقدار کمی تانن، روغن ثابت لیماراز و همچنین مواد فنچون، فلاندرن، لیمونن، دپنتن، کامفن پینن، متیل چاویکول، انیسیک اسید، تیموهایدروکینون انیستون و سرانجام ویتامین A می باشد [روا]

بررسی شیمیایی دیگری نشان می دهد که از اسانس رازیانه برداشت شده در کشور پرتقال مواد زیر به دست آمده است:

دی-آلفا-فلاندرن، دپنتن، فنچون، استراگول، انیس آلدئید، انیسیک اسید و سرانجام مقدار قابل ملاحظه ای آنتول و از برگهای آن مواد فینکولارین و یک کوئرستین-۳-آرابینوزید و نلومبوزید فلاونوئید به دست آورده اند.

در هر یک صد گرم برگ خام تازه رازیانه که به عنوان ادویه با غذا خورده می شود، مواد زیر وجود دارد:

آب ۹۰ گرم، پروتئین ۸/۲ گرم، چربی ۴/۰ گرم، هیدرات کربن ۵/۴ گرم، کلسیم ۱۰۰ میلی گرم، فسفر ۵۱ میلی گرم، آهن ۷/۲ میلی گرم، پتاسیم ۳۹۷ میلی گرم، ویتامین A ۳۵۰۰ واحد بین المللی و ویتامین C ۳۱ میلی گرم.

خواص و کاربرد

به طور کلی تخم رازیانه، معطر، محرک و مقوی معده و بادشکن و قاعده آور است. برگهای آن مدر و ریشه آن ملین و مسهل است. و روغن تخم آن کرم کش و ضد انگل است. در چین از جوشانده تهیه شده از تمام گیاه به عنوان ضد قی و اشفستگی استفاده می شود و برای معالجه فتق و برای ازدیاد بینایی چشم مفید است [هو]. برای ازدیاد ترشح شیر خیلی موثر است و دم کرده ۱۰-۴ گرم تخم رازیانه در ۳-۴ فنجان آب جوش می تواند خیلی مفید باشد. برای رفع سرفه و آسم چند گرم تخم را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت ۱۵ دقیقه دم می کنند بهد به عسل می افزایند و می خورند، خیلی مسکن و موثر است.

رازبانج از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی نسبتا خیلی گرم و خشک است و تخم آن گرمتر از برگ آن و ریشه آن گرمتر از سایر اعضای گیاه است. خواص آن در مجموع باز کننده گرفتگی ها، انسداد مجاری سینه، کبد، طحال، کلیه، مثانه و برای تسکین دردهای آنها که از سردی باشد مفید است. مقوی بینایی چشم و معده و محللبادها، اخلاط غلیظ ازدیاد کننده ترشح شیر، بویژه تازه آن مدر و قاعده آور است.

خوردن دم کرده تخم آن با گل گاو زبان برای خفقان موثر است و دم کرده تخم آن با پرسیاوشان و انجیر برای سرفه و تنگی نفس و سخت نفس کشیدن و دم کرده تنها تخم آن و یا با گیاهان و داروهای گیاهی مناسب دیگر برای تحلیل بادها، درد پهلو و لگن خاصره، رفع بلغم ترش، رفع اسهال مزمن و دم کرده تخم آن با زیره سبز برای رفع اسهال و تقویت معده و با عسل و سکنجبین برای تبهای کهنه مفید است. دم کرده تخم آن با سرکه برای گزیدگی جانوران سمی مانند عقرب و زنبور مفید است.

ملیدن گرد آن بر شکم اطفال برای رفع نفخ مفید است. عصاره برگ تازه آن برای افزایش بینایی چشم مفید است و بخور برگ تازه آن که در آتش اندازند نیز برای چشم بسیار مفید است.

اگر آب برگ تازه را جوش دهند تا دو سه جوش بخورند و کف آن را با عسل و سکنجبین یا بتنهایی و فقط با عسل در چشم بکشند برای قطع آب آمدن از چشم و تقویت روشنایی و بینایی چشم نافع است.

رازبانه برای گرم مزاجان مضر است، از این نظر باید با صندلی و یا سکنجبین خورده شود و بطئی الهضم است و معده را سست می کند. مقدار خوراک از تخم آن ۱۰-۵ گرم و از ریشه آن در دم کرده ها ۱۵-۱۰ گرم است. جانشین تخم رازیانه از نظر خواص دارویی تخم کرفس است.

دم کرده ریشه‌زه آن از خشک آن است) به اندازه محتوی یک قاشق سوپخوری برای یک لیوان کوچک آب به عنوان مدر بسیار مفید است، مدت دم کردن از یک ربع ساعت تجاوز نکند.

تهیه چهار تخمه بادشکن یا بروز کاسرالریاح اربعه: تخم انیسون، زیره کرمانی، تخم گشنیز، تخم رازیانه به مقدار مساوی از هر یک بگیرند و مخلوط کنند و از ۲۰-۱۰ گرم این مخلوط را در ۱۰۰۰ گرم آب جوش دم کنند و صاف کرده برای تحریک معده و به عنوان بادشکن و ضد نفخ بتدریج بیاشامند.

گرد بادشکن: انیسون ساییده ۱/۰ گرم، رازیانه ساییده ۱/۰ گرم، زعفران ساییده ۵۰/۰ گرم، گرد منیزی کلسینه ۴/۰ گرم، قند ساییده ۴/۰ گرم را با هم مخلوط کنند و دو قسمت نمایند و برای رفع قولنج، باد، نفخ و ضعف یک قسمت دیگر را پس از یک ساعت بخورند.

در فرانسه دم کرده مدری در موارد سنگ مثانه مصرف می کنند، به این ترتیب که ابتدا یک مشت کاکل ذرت را در یک لیتر جوشانده و سپس در این جوشانده دو قاشق قهوه خوری تخم رازیانه ریخته و دم می کنند. پس از دم کردن می گذارند که سرد شود ۲-۳ فنجان از این دم کرده را در روز می خورند، آثار مفیدی دارد.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد درخت میخک

به فارسی «میخک» گفته می شود و در کتب طب سنتی با نامهای «قرنفل» و «قرنفل» آمده است، به فرانسوی Giroflier و به انگلیسی Clove tree نامیده می شود. گیاهی است از خانواده نام علمی آن Perry و مترادف آن Jambosa caryophyllus Niedz. است که از طرف گیاه شناسان مختلف نامگذاری شده است.

مشخصات

درختچه ای کوچک مخروطی با برگهای همیشه سبز و نا خزان، متقابل بیضی، نوک تیز، و کمی موجدار بلندی درختچه ۱۰-۱۲ متر است. رنگ سبز تیره ی زیبای برگها با برگها با رنگ صورتی برگهای جوان و رنگ قرمز دمبرگ های برگها هماهنگی بسیار دارد و منظره ی زیبایی به درخت میخک میدهد.

کلمه Clove از لغت فرانسوی Clou منشا می گیرد و یا بالعکس Clou به معنای میخ کوشک است. طول هر غنچه که مصرف طبی و ادویه ای دارد به شکل میخ کوچک است. طول هر غنچه در حدود ۱/۵-۱ سانتی متر است و غنچه های درخت میخک بی درنگ پس از باز شدن غنچه های قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن به رنگ قرمز تیره تبدیل شود، باید چیده و خشک شود. درخت میخک بومی جزایر ملوکی و شرق اندونزی و اقیانوسیه است ولی امروز در سایر مناطق نیز برای زیبای درختچه و گلپایش پرورش داده می شود. در ایران نیز به عنوان گیاه زینتی و زیبای گلخانه ای در گلخانه و یا در اطاق ها که از سرما محفوظ باشد پرورش داده می شود.

در اسناد و مدارک طب سنتی مشرق زمین اولین نشانه های شناخت درخت میخک به دوران امپراتوری Han در چین بر می خورد (سه قرن قبل از میلاد مسیح) و با نام «ادویه زبان جوجه» نام برده شده است. و بعد از میلاد در اروپا به صورت یک گیاه شناخته شده بوده است. در تاریخ آمده است که امپراتور کنستانتین پمن هدایایی که برای St. silvester اسقف اعظم کلیسای رم در تاریخ ۳۳۵-۳۱۴ پس از میلاد فرستاده است و چندین کشتی نقره و طلا و ادویه مختلف از جمله ۷۰ کیلو گرم فرستاده بوده است.

تکثیر درخت میخک از طریق کشت بذر آن در خزانه صورت می گیرد و ۶-۴ هفته طول می کشد که جوانه بزند. نهالهای میخک را معمولاً در دو سالگی به بیرون در هوای آزاد منتقل می کنند و فواصل درختچه ها ۶*۶ متر گرفته می شود. اولین محصول میخک

در ۶-۸ سالگی برداشت می‌شود و محصول در ختجه مرتباً تا ۲۴-۲۰ سالگی افزوده می‌شود تا وقتی که به طور متوسط از هر درخت در حدود ۴ کیلو گرم میخک خشک به دست می‌آید. درخت میخک در خاکهای عمیق با زهکش خوب مناطق حاره در ارتفاعات ۷۰۰-۹۰۰ متر از سطح دریا خوب رشد می‌کند و باید در محلی کاشته شود که از باد محفوظ باشد و متوسط بارندگی منطقه از ۲۵۰۰ میلی متر در سال کمتر نباشد. وقتی که شموغه‌های به رنگ صورتی و به طول حدود ۵/۱ سانتی متر شدند چیده می‌شوند. در مناطق مساعد معمولاً دو محصول در سال برداشت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی میخک دارای مقدار قابل ملاحظه‌ای اسانس روغنی فرار است. مقدار اسانس درخت میخک ۶-۴ درصد و از برگ‌های درخت میخک در حدود ۲ درصد می‌باشد.

اسانس میخک در صنعت عطر سازی و برای معطر کردن صابونها و در تهیه خمیر دندان برای معطر کردن آن و در تهیه محلولهای شست و شوی دهان به کار می‌رود. اسانس میخک دارای ۹۰-۸۰ درصد ماده اورژنول ماده‌ای است بی رنگ، معطر و روغنی به فرمول خام $C_{10}H_{12}O_2$ که برطبق یکی از روشهای صنعتی به عنوان پایه ساختمان وانیلین مصنوعی به کار می‌رود که از نظر عطر و خواص جانشین وانیلین طبیعی است.

در اندونزی میخک را به نسبت یک قسمت میخک ساییده شده و ۲ قسمت توتون داخل توتون سیگار کرده و در سیگارهایی که با دست می‌پیچند مصرف و دود می‌کنند، نام این نوع سیگار کرتک است. این سیگارها در موقع کشیدن علاوه بر عطر دلپذیری که دارد، ترق ترق صدا می‌کند و جالب است و در حال حاضر نیمی از محصول میخک برای تهیه سیگارهای کرتک داخل توتون می‌شود.

در گزارش بررسی های دیگری ترکیبات شیمیایی میخک چنین بیان می‌شود: [S.G.I.M.P.]

اسانس میخک که در حدود ۵/۱۵ درصد وزن غنچه راتشکیل می‌دهد دارای حدود ۹۲ درصد اورژنول، مقدار کمی از مواد آستیل اورژنول کاربوفیلین و فورفورال می‌باشد.

در گزارش بررسی شیمیایی دیگری در [M.P.E.S.E.A] آمده است:

مقدار اورژنول در اسانس دارای آستیل اورژنول و انواع آلفا و بتا از سسکی ترین، کاربوفیلین، اورژنین، کاربوفیلین، وانیلین، گالتانیک اسید و کلسیم اکسلات [یونگ کن] است.

خواص و کاربرد میخک

غنچه های خشک میخک که در بازار تجارت تحت نام میخک عرضه می‌شود، بادشکن، ضد قی، مقوی معده و ضد آشفستگی و تهوع است. تب بر، گرم کش، قاعده آور و تونیک و مقوی است. میخک به عنوان یک کمک کننده برای معالجه بیماریهای شریان تجویز می‌شود [هوبرتر]. و محرک و تهییج کننده فعالیت جهاز هاضمه است. برای معالجه اسهال و دل درد اطفال توصیه می‌شود. برای وبا نافع است. حالت قی و استفراغ بعد از غذا را رفع می‌کند. در مالایا علاوه بر اینکه از میخک به عنوان ادویه برای معطر ساختن غذا استفاده می‌شود، معمولاً برای تقویت زنان پس از دوره زایمان می‌دهند و به صورت ضماد برای رفع سردرد به کار می‌برند و به صورت گرد به کمر زن پس از زایمان و تولد نوزاد می‌مالند و برای رفع دندان درد نیز به کار می‌رود از اسانس آن برای بی حسی های موضعی استفاده می‌شود و آن را به موضع می‌مالند. اسانس آن به صورتی که از تقطیر غنچه ها به دست می‌آید تحریک کننده پوست است و در اندونزی آن را با روغن چرب مناسبی مخلوط کرده برای مواضع روماتیسمی یا به رانهای بیماران مبتلا به بری بری می‌مالند.

در بعضی موارد اسانس خالص را کمی در چای یا مشروب غیر الکلی دیگری مخلوط کرده و برای رفع کمر درد می‌خورند.

از نظر طبیعت غنچه های میخک طبق نظر اطبای سنتی ایران خیلی گرم و خشک می باشد. سردرد سرد را رفع می کند و برای فلج و لقوه و سکت و باز کردن گرفتگی ها و انسداد دماغی و سایر امراض سرد و تو سو داوی دماغی و اعصاب نافع است. برای شاخصی که سودا در مزاج آنها غالب باشد به هر شکلی مایع و دم کرده یا گرد خیسانده مفید است. بتنهایی یا با ادویه مناسب برای لثه ها و رفع درد دندان سرد و رفع بد بویی دهان مفید است. خوردن آن برای خوشبویی دهان مفید است. مالیدن آن برای تقویت چشم مفید است. خوردن آن برای رفع سرفه سرد و تر و تنگی نفس کهنه، رطوبی، خفقان سرد و رفع وحشت، خوف و وسواس نافع است.

خوردن آن مقوی معده، هاضمه، روده ها، کبد، کلیه، طحال، رحم و برای افزایش نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است. ضمنا برای قی و آشفته‌گی و سکسکه و تحلیل بادهای غلیظ و رفع استسقای عمومی و قطره قطره ادرار کردن و بیماری های سرد رحم به صورت خوردن و شیاف در مهبل نافع می باشد. خوردن گرم آن با شیر تازه مشروط به اینکه تا چند روز ادامه داده شود برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان موثر است و خوردن ۴ گرم از آن به طور مرتب در دوران پاکی بعد از قاعدگی در زنان باعث گرم شدن و تقویت رحم و آبتن شدن می باشد. مالیدن جویده آن با آب دهان بر قیض در موقع هم بستری موجب تلذذ طرفین است. مضر کلیه و وردها در گرم مزاجان است از این نظر باید صمغ عربی خورده شود. مقدار خوراک آن تا ۵ گرم است. جانشین آن از نظر خواص هم وزن آن دارچین و نصف وزن آن بسباسه و نصف وزن آن فرنجمشک است. در مصارف داخلی دم کرده ۱۰-۱ گرم بسباسه و نصف وزن آن فرنجمشک است. در مصارف داخلی دم کرده ۱۰-۱ گرم میخک ساییده در هزار گرم بتدریج خورده می شود.

برای تهیه عرق میخک به ترتیب زیر عمل می شود:

میخک نرم ساییده شده یک واحد، برگ گل سرخ ساییده شده ۵/۱ واحد، برگ گاو زبان نرم ساییده شده ۵/۱ واحد همه را در گلاب ۲۴ ساعت بخیسانند و پس از آن، آن را تقطیر کنند و به قدر احتیاج بنوشند، برای تقویت اعضای داخلی، معده، کبد، هاضمه و رفع بادها، سموم و تعدیل اخلاط و بیماری های سرد بسیار نافع است.

برای تهیه نوشابه طبی آن به ترتیب زیر عمل می شود (روغن غیر صنعتی و خانگی)

میخک ساییده یک واحد، آب انارین (انار ترش و شیرین) ۱۶ واحد، عسل یک واحد، در شیشه کنند و سر آن را بسته در محل گرمی بگذارند و پس از یک هفته بیرون آورند آماده مصرف است و اگر آن را با شکر مخلوط کرده و قوام آورند شربت آن برای امراض سرد بسیار نافع است.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد وانیل

به فرانسوی *La vanille* و به انگلیسی *vanilla* گفته می شود، به عربی نیز آن را «وانیلا» گویند. میوه گیاهی است به نام وانیل. این گیاه که به فرانسوی *Vanilier* و به انگلیسی *Vanilla* گفته می شود گیاهی است از خانواده ثعلب ها *Orchidaceae*، دارای گونه های متعددی است که معروف ترین آن برای تولید وانیل، به نام علمی *Vanilla planifolia Andr*. نامیده می شود که سابقا آن را *Vanilla fragrans* می گفتند.

مشخصات

درخت وانیل گیاهی است پایا خزننده یا بالا رونده، دارای ساقه سبز دراز، برگهای متناوب، پهن، نرم، ضخیم، بیضی شکل و نوک تیز سبز و تعداد زیادی ریشه های هوایی که از کنار هر برگی بیرون می آید که با کمک آنها به تنه درختان مجاور می چسبد و بالا می رود.

این گیاه بومی مناطق مرطوب و حاره و در جنگلهای مرطوب جنوب شرقی مکزیک و آمریکای مرکزی و هند غربی و آمریکای

جنوبی می‌روید و ساقه‌های پیچیده آن تا ارتفاع حتی ۱۰۰ متر نیز ممکن است برسند و تا بالاترین ارتفاع درختان بزرگ جنگلی نیز بالا می‌رود. ماده معطر وانیل از میوه این گیاه گرفته می‌شود. میوه آن به شکل غلاف لوبیا است و قبل از اینکه کاملاً برسد آن را می‌چینند و خشک می‌کنند در موقع چیدن، میوه‌ها عطری ندارند ولی پس از اینکه چیده شد در دوران خشک کردن و عمل آوردن آن، عطر مطبوع وانیل در آن ایجاد می‌شود. گل‌های آن به شکل خوشه و تعداد ۲۰-۱۵ گل در هر گروه و تلقیح گلها به طور طبیعی انجام نمی‌گیرد و گلها را یکی یکی باید کمک کرد که تلقیح شوند، زیرا استیگماتهای گلها از یک تیغه ای پوشیده شده که تلقیح فقط به کمک حشراتی انجام می‌گیرد که به قدر کافی برای تلقیح گلها وجود ندارند به این علت است که برای داشتن ثمر کافی باید تلقیح مصنوعی نمود. به همین دلیل معمولاً با هرس کردن وانیل ترتیبی می‌دهند که ارتفاع گیاه ۳-۲ متر بیشتر نشده است و گلها در دسترس انسان باشد. بهترین وانیل از غلافهایی به دست می‌آید که طول آنها ۲۵-۱۵ سانتی متر و قطر آنها ۱۲-۱۰ میلی متر است. در موقع برداشت محصول سبز رنگ است ولی بعداً تیره رنگ می‌شود. پس از برداشت معمولاً غلافها را برای مدت ۳-۲ دقیقه در آب جوش ۶۵-۶۰ درجه فرو می‌برند، بعد آنها را در داخل جعبه ای دو جداره که مابین دو جدار پشم گذارده شده می‌گذارند و مدت ۲۴ ساعت داخل این جعبه سربسته نگهداری می‌شود و این یک گرم خانه طبیعی است که در این مدت ۲۴ ساعت نوعی تخمیر در آن انجام می‌گیرد. پس از آن غلافها را بیرون آورده در محلی که به ارتفاع یک متر از سطح زمین باشد در مقابل نور خورشید آویزان می‌کنند که ضمن تهویه کامل با حرارت آفتاب خشک شود. این دوران خشک شدن تا یک هفته طول می‌کشد و در این مدت رنگ غلافها از سبزی به قهوه ای و قهوه ای تیره و سیاه تبدیل می‌شود و همین که کاملاً نرم شد و شروع به پژمرده شدن نمود، آنها را برای خشک شدن داخل گرم خانه می‌کنند که مدت ۳-۲ ماه می‌ماند و پس از اینکه رسوب آن به ۴۰-۳۰ درصد می‌رسد آنها را از گرم خانه بیرون می‌آورند.

ترکیبات شیمیایی و خواص و کاربرد وانیل

در غلاف وانیل ماده موثری است که به نام وانیلین که ۲-۱/۵ درصد آن را تشکیل یک ماده سفید بلوری شکل است به فرمول خام که تولید مصنوعی آن را ارزانتر از وانیلین طبیعی است و عصاره طبیعی غلاف های وانیل در حدود ۲۰ برابر گرانتر از وانیلین ساخته شده مصنوعی است. در قرنهای ۱۶-۱۷ اطبا از گیاه وانیل به عنوان یک گیاه طبی عامل محرک و تقویت کننده معده و همچنین برای تقویت نیروی جنسی استفاده می‌کردند و به عنوان تریاق در مقابل مسمومیتها نیز استفاده می‌شده است. ضمناً برای معالجه هیستری و قاعدگی نامنظم و تب مستعمل است [اوکابه]. بهترین روش مصرف آن به صورت گرد است و مقدار آن ۲-۲۵/۰ گرم است.

گرد وانیل: برای تهیه گرد وانیل مقدار ی وانیل گرفته و معادل آن قند خرد کرده و هر دو را در هاون آهنی نرم کوبیده و از صافی ابریشمینیرون کنند و نخاله‌ها را باز با همان مقدار قند داخل کرده خوب بکوبید و از الک نرم دارو سازی رد کنند و با هم مخلوط می‌نمایند.

قرص وانیل: وانیل ۳۰ گرم، قند ۲۰۰ گرم، صمغ عربی ۲ گرم، آب به مقدار کافی کوبیده و نرم با آب مخلوط کرده، قرصهای ۴۰ سانتی گرمی بسازند.

شربت وانیل: وانیل خرد کرده ۵۲ واحد در ۴۰۰ واحد الککل ۳۵ درجه مدت ۴ روز بخیسانند و بعد در حمام ماریه ۷۰ درجه سانتی گراد مدت ۲ ساعت دم کنند و بگذارند سر شود و صاف نمایند و از این صاف شده ۱۵ احد گرفته با ۸ واحد قند خرد شده در حمام ماریه حل کرده بگذارند سرد شده و صاف نمایند. این شربت که خوراک آن ۴۰-۲۰ گرم اسن به عنوان محرک ضد تشنج و مقوی نیوی جنسی مصرف می‌شود.

وانیل در شیرینی سازی، شوکولات سازی، مشروبات غیر الکلی، توتون سیگار و عطر سازی مصرف دارد.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد زنیان

میوه نوعی گیاه است که به فارسی «زنیان» و گیاه آن در کتب طب سنتی با نامهای «انیسون بری» و «کمون حبشی» آورده شده و به فرانسوی Ammi به انگلیسی Ammi میوه آن را گویند. گیاهی است از خانواده Umbelliferae نام علمی آن Trachyspermum ammi I. sprague و مترادف آن carum copticum I. Benth در برخی مدارک aromaticum L از طرف گیاه شناسان مختلف در زمانهای متفاوت نامگذاری شده است. این گیاه را در بلوچستان با نام هندی آن «اجوان» و همچنین «اسپر کای» می شناسند. توجه شود در برخی مدارک طب سنتی برای گیاه بادیان رومی نیز نام زنیان را می برند که با زنیان که در این بخش بحث می شود متفاوت است.

مشخصات

گیاه اجوان یکساله است، بلندی آن کمی از زیره سیاه بیشتر و در حدود یک متر ولی از نظر شکل برگ و رنگ گل شبیه زیره سیاه است. ساقه آن پرشاخه است. برگهای آن بریده بریده و نخعی شکل می باشد. گلهای آن کوچک سفید است. میوه گیاه که زنیان نامیده می شود کوچک، تخم مغری شکل به رنگ زرد تیره می باشد و در سطح میوه ۵ خط طولی نازک به رنگ زرد روشن وجود دارد. معطر و بوی عطر تیمول از آن اسشمام می شود. میوه وریشه آن در طب سنتی مورد توجه می باشد. این گیاه بیشتر در مزارع غلات و در پرچینها در نواحی مختلف اروپای مرکزی، در آسیا در هندوستان، ایران در مناطق شرقی بلوچستان در هودیان و چاه قنبر می روید و نام محلی آن «اجوان» و «اسپر کای» می باشد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی زنیان (میوه گیاه) دارای ۴-۶ درصد برحسب مناطق رویش، اسانس روغنی فرار است که در حدود ۴۵-۵۵ درصد آن را تیمول تشکیل می دهد. [G.I.M.P] تیمول اسانس معطر آزره و سی سنبر است که در آن بخشها مشخصات و فرمول شیمیایی آن به تفصیل آمده است. ماده ای است ضد عفونی کننده قوی و معروف در طب سنتی، به علاوه در اسانس زنیان ۲۰-۱۵ درصد سیمن و بقیه آن آلفا-پی نن، دیپانتنو... است.

خواص و کاربرد

زنیان یا تخم گیاه از نظر طبیعت مانند زیره ها گرم و خشک است و از نظر خواص ضد اسپاسم، تونیک، محرک و بادشکن است و معمولاً در تهیه مشمعهایی که بریا تسکین درد به کار می رود داخل می شود. له کرده و کوبیده آن به عنوان داروی استعمال داخلی برای رفع بیماری های معده و کبد و ناراحتی گلو و سرفه و روماتیسم تجویز می شود. زنیان منبع بسیار غنی از تیمول ضد عفونی کننده معروف است. در هندوستان از زنیان به عنوان ضد عفونی کننده و برای تقویت معده و همچنین به عنوان بادشکن و تونیک و برای قطع اسهال و رفع سوزشها و دردهای حاد شکم یا قولنج و معالجه سو تجویز می شود. از ریشه گیاه نیز به عنوان مدر و بادشکن به صورت دم کرده مصرف می شود. مقدار خوراک آن درم صرف داخلی مانند زیره سیاه و کمی کمتر از آن است. باید توجه شود که اشخاص گرم مزاج یا از آن استفاده نکنند و یا در موارد لزوم به مقدار کم و توام با گیاهان دارویی سرد میل کنند. دو گونه دیگر جنس Ammi در ایران می رویند که از نظر دارویی در طب سنتی مورد توجه هستند که به طور مختصر ذکر می شود.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربردی زیره سیاه

به فارسی «زیره»، «زیره رومی» و «زیره کرمانی» گفته می‌شود. در کتب طب سنتی با نامهای «کرویا و یا عربی» «تقدده» و «کمون رومی» آمده است. میوه گیاهی است از خانواده Umbelliferae که به فرانسوی Cumin des pres می‌گویند و به انگلیسی Caraway می‌نامند. نام علمی گیاه Carum carvi L. و مترادف Bunium carvi M.B از طرف گیاه شناسان نامگذاری شده است.

مشخصات

زیره ی سیاه گیاهی است دوساله مانند هویج (بعضی از ارقام آن یکساله است)، ساقه آن توخالی و برگهای آن سبز با بریدگی و تقسیمات دو مرتبه ای به طوری که به صورت نوار نخی مانند شود درمی آید. گل‌های آن سفید رنگ به صورت چتر مرکب در انتهای ساقه های گل دهنده که بلندی آنها ۹۰-۵۰ سانتی متر می‌رسد طاهر می‌شود. ریشه آن دو کی شکل و میوه آن دراز باریک به طول ۵ میلی متر که در دو طرف باریک می‌شود.

ارقام دو ساله زیره احتیاج به یک دوره رویش دوم برای رسیدن میوه دارد. بذری که در بهار کاشته می‌شود پس از ۲۰-۱۵ روز جوانه می‌زند و به رشد خود ادامه می‌دهد و در تابستان سال بعد رشد گیاه کامل شده و به دانه می‌نشیند. خاک‌های رسی کمی سبک که قابل نفوذ و پر قوت و غنی از مواد آلی باشند، برای زیره مناسب است. بذر زیره را در زراعت‌های خطی روی خطوطی به فاصله ۳۰ سانتی متر می‌کارند و به این ترتیب در حدود ۱۵-۱۰ کیلو گرم در هکتار بذر مصرف می‌شود. معمول است در زراعت دو ساله زیره، برای اینکه حداکثر استفاده از زمین بشود گیاه زیره راب اب گیاه دیگری که در سال اول می‌رسد و برداشت می‌شود، نظیر خشخاش، خردل، لوبیا، شبدر سفید یا گشنیز و امثالهم تواما می‌کارند. گیاه سال اول، قبل از اینکه شاخه های گلدار زیره نمایان شود، برداشت می‌شود. گل‌های زیره معمولاً در اردیبهشت سال دوم ظاهر میشود و ۲/۵-۲ ماه بعد و میوه آن که زیره است می‌رسد و همین که تقریباً تمام میوه ها به رنگ قهوه ای در آمد برداشت محصول باید با احتیاط آغاز شود. معمول است اگر قدری زودتر برداشت آغاز شود، بهتر است تا دیرتر آغاز گردد زیرا در صورت دیر شدن جترهای میوه خشک شده و در موقع برداشت می‌ریزند که قسمتی از محصول هدر می‌رود و بهتر است برداشت محصول صبح زود وقتی که هنوز شب‌نمها روی بوته هستند، انجام شود زیرا در این صورت خیلی کمتر دانه ها می‌ریزند. پس از برداشت، شاخه های میوه دار را روی همک دسته کرده و ۲۰ الی ۱۵ روز در محل کوبیدن می‌گذرانند تا رسیدن میوه ها کامل شود و پس از آن کوبیده و بوجاری می‌نمایند.

تخم زیره سیاه که نیمه ای از هر میوه است در حدود ۵/۰ سانتی متر طول دارد. دو طرف آن باریک است، رنگ آن قهوه ای سیر و متمایل به سیاه و دارای پنج خط برآمده کم رنگ طولی در سطح می‌باشد. مقدار محصول زیره سیاه ۲-۱ تن در هکتار می‌شود. کاه کلش آن پس از برداشت، علوفه خوبی برای گاو شیرده می‌باشد. زیره در اغلب کشور های جهان کاشته می‌شود و در حال حاضر بازار عمده صادرات زیره سیاه در دست هلند است. در ایران نیز مقداری صادر می‌شود. زیره در ایران کرمان، کوه لاله زار، نهاوند، دامنه های البرز و کندوان به طور خودرو می‌روید.

گیاه زیره از گیاهان قدیم است که از روزگاران کهن بشر آن را شناخته است و از اوایل قرون وسطی کشت آن در اروپا ابتدا در سیسیل و جنوب جزایر اسکاندیناوی آغاز شده است. در کتابهای طب سنتی گیاهی آلمان که در قران ۱۲ میلادی منتشر شده اند در همه آنها از این گیاه با نام Kummich نام برده شده است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در ترکیب زیره سیاه مقدار قابل ملاحظه‌های مواد پروتئینی موجود است و در حدود ۵-۴ درصد اسانس روغنی فرار دارد که در ارقام مختلف آن که در مناطق مختلف کاشته می‌شوند مقدار آن متفاوت است.

اسانس زیره سیاه از طریق تقطیر زیره له شده با بخار آب گرفته می شود و تفاله زیره که پس از گرفتن اسانس آن باقی می ماند از نظر پروتئین خیلی غنی است و مصرف آن برای خوراک دام بخصوص دامهای شیری خیلی ارزشمند است. معمولاً اسانس زیره سیاه که کاشته می شود از اسانس زیره وحشی و همچنین مخلوط با اسانس زیره سبز که کمی نامرغوبتر از اسانس زیره سیاه است مخلوط می کنند.

دیوسکوریدیس، حکیم و گیاه شناس معروف یونانی در قرن اول میلادی، برای اولین بار اسانس زیره سیاه را به عنوان داروی تقویت کننده و تونیک برای تقویت دختران جوان ضعیف و رنگ پریده تجویز کرده است و امروز به عنوان داروی مفیدی در موارد متعددی مصرف دارد که ذکر خواهد شد.

طبق بررسی های آزمایشگاهی در ترکیب شیمیایی زیره سیاه مواد زیر موجود است:

در زیره سیاه ۴-۵ درصد اسانس روغنی فرار وجود دارد که در آن ۶۵-۴۵ درصد کاروون یافت می شود، به علاوه در اسانس زیره سیاه مخلوطی از کتون، کاروون، یک ترپن و مقدار کمی کاروا کرول وجود دارد. [G.I.M.P.] در بررسی های جدیدتری آمده است که در زیره سیاه که در لهستان کاشته شده در حدود ۳/۱۰-۸/۵ درصد اسانس وجود داشته است (اثر اقلیم خاص کاشت) و در ترکیب میوه گیاه به طور کلی در حدود ۴۹/۷-۷۰/۶ درصد خاکستر و ۸۵/۵-۱۰/۴ درصد اسانس و ۱۴/۲۲-۹۵/۹ درصد روغن چرب و ۳/۲۱-۹/۱۸ درصد مواد ازته پروتئینی مشخص شده و مقدار کاروون موجود در اسانس آن ۹/۵۸-۵۶ درصد است. [G.I.M.P.S.]

توضیح: معمولاً در اسانس زیره سیاه کاروون یا کاروول مخلوط با کاروون وجود دارد. کاروون یک ستون ترپنیک است که فرمول خام آن می باشد و منشا طعم خاص زیره است.

خواص و کاربرد زیره سیاه

در نشریات طب سنتی منتشره در مغرب زمین درباره خواص و کاربرد زیره سیاه در کشورهای خاور دور آمده است: تخم زیره سیاه بادشکن است. در شبه جزیره مالایا زیره سیاه یکی از ۹ گیاهی است که همه را با هم کوبیده و نرم کرده در یک جوشانده در فواصل به تدریج به زانو در دوران پس از وضع حمل می دهند. در اندونزی در ضهر مالی برگهای گیاه را با سیر مخلوط کرده و له نموده و روی پوست مبتلا به اکرما و ملتهب می اندازند خیلی مفید است.

در هندوستان تخم زیره سیاه را به عنوان بادشکن، مقوی معده و برای افزایش ترشح شیر می خورند. [G.I.M.P.] طبق نظر حکمای طب سنتی زیره سیاه یا زیره کرمانی یا کرویا از نظر طبیعی خیلی گرم و خشک است و یکی از بذور اربعه بادشکن (بذور حاره اربعه) می باشد و برای این کار تخم انیسون، تخم زیره کرمانی، تخم گشنیز، تخم رازیانه را به نسبت مساوی مخلوط می کنند و ۲۰-۱۵ گرم از این مخلوط را در ۱۰۰۰ گرم آب جوش دم می کنند و صاف کرده و بتدریج می آشامند. زیره برای تحریک معده و دفع بادهای بسیار نافع است و خواص آن نفخ و گاز را تحلیل می برد و لطیف می سازد. قابض است. برای تنگی نفس و خفقان سرد و سسکه نفخی مفید است، معده را گرم می کند و مقوی آن است و آروغ ایجاد می کند و اشتها را تحریک می کند و مانع ترشح شدن غذا می شود و بادهای کلیه و مثانه را دفع می کند. مقوی بدن و جاق کننده است. کرم تنیا را دفع می کند و قاطع اسپرم است. اگر ۱۴ گرم آن با ۳۵ گرم روغن زیتون تا یک هفته خورده شود، برای استسقا مفید است و ضرر نخواهد داشت. زیرا زیره به تنهایی برای اشخاص گرم مزاج مضر است. اگر در دم کرده آن بنشینند برای تسکین درد های رحم نافع است. مقدار خوراک زیره سیاه تا ۲۰ گرم است.

زیره سیاه برای ریه مضر است و در این صورت باید برای غسل و صعتر خورده شود. برای کلیه نیز مضر است و برای رفع عوارض آن باید از متیرا استفاده شود.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد زیره سبز

نویسنده: میر حیدر

زیره سبز در کتب طب سنتی و به عربی «کمون» و «سنوت» نام برده می شود. به فرانسوی cummin و به انگلیسی cumin seed گفته می شود، تخم گیاهی است از خانواده Umbelliferae، جنس Cumminum که نام علمی آن Cuminum cy minum می باشد.

مشخصات

زیره سبز گیاهی است یکساله علفی که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی متر می رسد. برگهای آن مانند زیره سیاه بریده شده به شکل نواریهای باریک نخعی شکل و سبز می باشد. گلهای آن کوچک سفید و صورتی و به طور چتر مرکب در انتهای ساقه گل دهنده در در ماهها یاردیبهشت و خرداد ظاهر می شود. میوه آن به طول ۵ میلی متر و باریک در دو انتها و بسیار معطر و نافذ با طعمی گرم که در آلمان مرسوم است با نان و در هلند با پنیر مخلوط می نمایند و رنگ آن سبز و خاکستری و در بعضی واریته ها حتی سفید وزرد است. ریشه آن دراز عمودی است. این گیاه ابتدا در سواحل نیل می رویده ولی حالا به طور وحشی در نواحی وسیعی با آب و هوای مدیترانه ای می روید. در ایران در تبریز و سایر نقاط کاشته میشود.

ترکیبات شیمیایی

میوه زیره سبز علاوه بر زرین و نانت و روغن ثابت، درارای ۴-۲ درصد اسانس است اسانس آن که از تقطیر میوه له شده با بخار آب گرفته می شود، مایعی است ابتدا بی درنگ و بعدا زرد رنگ و سر انجام قهوه‌ای رنگ می شود. ماده اصلی اسانس زیره سبز یک آلدئید است به نام کومینول و بوی اسانس مربوط به این آلدئید است. به علاوه در اسانس زیره سبز تعدادی ترپن هست از جمله پی سیمن، دی پنتنو آلدئیدهایی نظیر کومین آلدئید و کومینیل الکل در آن مشخص شده است.

تکثیر زیره سبز از طریق کاشت بذر آن است که در اسفند و یا اوایل بهار در زمین اصلی کاشته می شود، پس از چند ماه یعنی در اواخر تابستان برداشت می شود. برداشت زیره سبز چون میوه های در یک زمان نمی رسند کمی مشکل است و باید دقت انجام گیرد تا هدر نرود.

خواص و کاربرد

طبق نظر حکمای طب سنتی کمون از نظر طبیعت تقریبا مانند زیره سیاه است. خیلی گرم و خشک می باشد و خواص نشیر زیره سیاه دارد. گرم کننده و محلل و خشک کننده و قابض است. خیسانده آن در سرکه و استشمام آن و یا ریختن آن در بینی برای جلوگیری از خونریزی بینی مفید است. از قطره های آن بتنهایی و یا باروغن زیتون برای خون ریزی چشم و زخم چشم و ناخنک چشم استفاده می شود که مانع چسبیدن چشم می گردد و مضمضه دم کرده آن برای تسکین درد دندان مفید است.

آشامیدن آن با سرکه مخلوط با آب برای سختی تنفس و خفقان سرد از نظر تقویت معده و امعا و کبد و تحریک اشتها و تحلیل باد و نفخ و رفع سکسکه رطوبی و ترشی غذا در معده مانند زیره سیاه مفید است. خصوصا اگر زیره سیاه تفت داده شود و سرخ شود و خورده شود. در ازدیاد ادرار و رفع قطره قطره ادرار کردن موثر است و اگر با نمک جویده شود و بلع شود برای رفع رطوبتهای معده مفید است و اگر خیس کرده و پرورده آن در سرکه مرتبا خورده شود قاطع شهوت و اگر سرخ شده آن با سرکه خیسانده شده و خورده شود قابض قوی است و در رفع رطوبتهای معده بسیار موثر است. اگر دم کرده آن تنقیه شود برای تحلیل بادها و نفخ رودهها و معده و کلیه مفید است و اگر باروغن زیتون شیاف آن استعمال شود قاطع حیض می باشد و ترشح قاعده را بند می آورد. زیره سبز

مضر ریه است و بریا رفع عوارض آن خوردن کتیرا (۸ گرم) توصیه می شود.

تدبیر کمون: برای آنکه کمون تاثیرش زیاده شود آن را تدبیر می کنند. روش تدبیر کمون آنست که زیره کرمانی تازه یا زیره سبز تازه را گرفته خوب تمیز نموده در ظرف چینی یا سفال لعابدار مثل ظروف آبی همدانی یا قمی می ریزند و بعد سرکه انگوری کهنه روی آن می ریزند و بعد سرکه انگوری کهنه روی آن می ریزند آن قدر که ۴ انگشت روی آن را بگیرد و آن را ۲۴ ساعت می گذارند و مرتباً زیر و رو می نمایند که خوب خیس بخورند و سپس آن را روی پارچه کرباسی پهن می کنند که نم آن گرفته شود و خشک شود و بعد آن را بریان می کنند یا به اصطلاح تفت می دهند به این ترتیب زیره تدبیر شده به دست می آید که آماده مصرف است.

در شبه جزیره مالایا از زیره سبط در اغلب موارد شبیه گشنیز استفاده می شود. اهالی مالایا از این دارو در استعمال خارجی و داخلی و یا هردو باهم برای معالجه ناراحتی های بدن استفاده می کنند [برکیل].
دانه های له شده زیره سبز را در آب برنج خام خیس کرده و از مایع به دست آمده یک لوسیون قطره قطره روی زخم چشم می ریزند و این کار بسیار مفید است [گیملت و برکیل].

منبع: www.taamasrar.com

زردچوبه ؛ ماده غذایی ، داروی گیاهی

نویسنده: زهرا خان اف _ رعنا شکوهی ستا

ساکنین قاره پهناور آسیا بیشترین تولید کننده و مصرف کننده ادویه جات در دنیا به شمار می روند . استفاده از ادویه در اکثر غذاها رایج بوده و ریشه در سنت آشپزی مردمان آسیایی دارد که با آگاهی از خواص دارویی هر گیاه آن را به صورت قابل استفاده در غذا تهیه می نمودند و با اضافه کردن آن به مواد غذایی از اثرات درمانی و دارویی گیاهان بهره می برده اند .

امروزه نیز استفاده از ادویه در طبخ غذاها بسیار رایج است با این تفاوت که اکثر مردم با وجود استفاده روزانه از آنها، اطلاع دقیقی در مورد خواص شان ندارند ؛ در صورتی که آشپزخانه می تواند کیلینک خانگی مردم بشود و مواد موجود در آن برای درمان انواع بیماری ها یا پیشگیری از ایجاد آنها مورد استفاده قرار گیرد . یکی از ادویه جاتی که مصرف آن در ایران بسیار مرسوم است زردچوبه است . کشت این گیاه در سال ۵۷۲ پس از میلاد مسیح توسط ایرانی ها آغاز شد و سپس در قرن ۱۶ میلادی به چین ، فرانسه و ایتالیا برده شد . این ادویه علاوه بر استفاده در طبخ غذا برای رنگ کردن پارچه های پنبه ای ، پشمی ، ابریشمی و همچنین به عنوان اسانس در داروسازی و عطر سازی نیز مورد استفاده قرار می گیرد .

معرفی زردچوبه

زردچوبه ریزوم (ریشه) گیاهی است با نام علمی *Curcuma longa* که به نام **Turmeric ROOT** در جهان مشهور است . این گیاه بومی نواحی جنوبی آسیاست و به طور وسیع در تمام نقاط هند ، نواحی جنوبی چین ، تایوان، ژاپن ، اندونزی و بعضی نواحی آفریقا کشت می شود . پودر زردچوبه به رنگ زرد تیره است که یکی از پرکاربردترین ادویه جات به شمار می رود .

بیشترین محصول زردچوبه دنیا از هندوستان تأمین می شود . نام هندی آن به معنی زعفران هندی و نام چینی آن به معنی زنجفیل (زنجبیل) زرد است . زردچوبه ، گیاهی است از خانواده زنجبیل به ارتفاع حدود یک متر و نیم که دارای ساقه متورمی است . گل های زردچوبه به صورت سنبله و به رنگ سبز مایل به زرد می باشد . از کنار برگ های غلاف در قاعده ساقه ، شاخه های کوچک و استوانه ای شکل ضخیمی خارج می شود. که به صورت مورب در زمین فرو رفته و هر یک ایجاد ریشه می کنند و مرتباً پایه های

جدیدی به وجود می‌آورند، قسمت مورد استفاده این گیاه ساقه زیرزمینی آن است که پس از خارج کردن از زمین تمیز کرده و ریشه‌های آن را جدا می‌کنند و در آب جوش قرار می‌دهند و پس از تمیز کردن به مدت چند روز آن را خشک می‌کنند. زردچوبه، رنگ زرد یا خاکستری مایل به قهوه‌ای دارد بوی آن معطر و طعم آن تلخ است. زردچوبه دارای اسانسی مرکب از اسیدها، ماده کورکومین می‌باشد که رنگ زرد زردچوبه به علت همین ماده کورکومین می‌باشد.

خواص درمانی:

در فارماکوپه‌های گیاهی (دارونامه‌های گیاهی) چین و ژاپن، از زردچوبه به عنوان داروهای رسمی نام برده شده است و در کشور هند و کره نیز زردچوبه به عنوان دارو به کار می‌رود. تحقیقات زیاد کلینیکی و فارماکولوژی سال‌های اخیر، چندین اثر با اهمیت زردچوبه را تأیید کرده است. از زردچوبه داروهای زیادی به شکل خوراکی و موضعی تهیه می‌شود که محصولات موضعی مانند؛ پماد، روغن‌ها و کرم برای زخم‌ها، آگزما و ورم بکار می‌رود و اشکال خوراکی آن به صورت قرص، شربت و آمپول استفاده می‌شود. زردچوبه از زمان قدیم در طب به عنوان ضد ورم و ضد آرتрит مصرف می‌شود. زردچوبه، اشتهاآور، محرک، انرژی‌زا، تب‌بر، تصفیه‌کننده خون و کبد، منعقدکننده خون، هضم‌کننده غذا و صفرا آور است و برای درمان دردهای دندان و لثه، دفع سموم مارگزیدگی و عقرب‌گزیدگی، کاهش قند خون در بیماران دیابتی، حل و دفع سنگ مثانه، کاهش کلسترول خون و جلوگیری از سرطانی شدن سلول‌های بدن به خصوص سرطان‌های سینه، خون و روده بزرگ کاربرد دارد.

همچنین مواد ضد باکتری زردچوبه موجب می‌شود، از آن به عنوان نگهدارنده مواد غذایی استفاده می‌شود.

کورکومین (Curcumin) مهم‌ترین ماده مؤثر زردچوبه، دارای خواص ضد سرطان و ضد عفونت است. از اثرات دیگر کورکومین که به تازگی تأیید شده است. خواص ضد موتاژن، ضد ایدز و ضد اکسیدان آن می‌باشد. زردچوبه بهترین داروی ضد تورم است و در اروپا و آمریکا از آن بدین منظور استفاده می‌کنند که می‌توان از سه فنجان دم کرده زردچوبه در روز استفاده کرد.

همچنین برای تنظیم عادت ماهیانه زنان مفید است.

و از زردچوبه برای درمان کمر درد، پشت درد، و سینه درد استفاده می‌شود.

و نیز دم کرده زردچوبه برای درمان اسهال و اسهال خونی بسیار مؤثر است.

برای درمان التهاب لثه یا لوزه‌ها، زردچوبه را دم کرده و آن را قرقره کنید.

بر اساس یک تحقیق پزشکی گیاه زردچوبه می‌تواند بدون آن که بر بیمار عوارض جانبی بگذارد، در معالجه بسیاری از بیماری‌های غیر قابل درمان و خطرناک نقش درمانی داشته باشد. این مطالعات نشان می‌دهد زردچوبه در درمان التهابات ویروسی کبد، تنظیم مقدار کلسترول خون و معالجه بیماری‌های سرطان سینه و خون مؤثر است مصرف روزانه یک قاشق مرباخوری زردچوبه در یک لیوان شیر گرم می‌تواند مانع از ابتلا به سرطان شود.

مطالعات نشان می‌دهد که مصرف زردچوبه با غذا تا حدی زیاد از ابتلا به آلزایمر ۱ جلوگیری می‌کند. در این مطالعه مصرف بیشتر زردچوبه در افراد مسن با عملکرد بهتر قوای ادراکی در آزمون‌های استاندارد مرتبط شناخته شد. از آنجایی که زردچوبه در هند مصرف گسترده‌ای دارد، میزان ابتلا به آلزایمر در سالمندان هندی یک چهارم هم‌تایان آمریکایی آنهاست. البته با وجود این که مصرف طولانی داروهای ضد التهابی خطر ابتلا به آلزایمر را کاهش می‌دهند اما روی معده، کبد و کلیه عوارض جانبی بر جای می‌گذارند. حتی مصرف کم زردچوبه هم تأثیر مثبتی بر عملکرد ادراکی افراد داشته و حافظه افراد مسن را تقویت می‌کند.

در مصرف زردچوبه زیاده روی نکنید

با وجودی که تاکنون اثرات جانبی از زردچوبه گزارش نشده است ولی در مواردی مصرف آن باید با احتیاط صورت گیرد. از جمله مصرف آن در زمان حاملگی باید متعادل باشد. همچنین کسانی که مجرای کیسه صفراوی آنها بسته و یا دارای اشکال است و یا این که دارای سنگ های صفراوی در کیسه صفرا هستند باید با احتیاط از زردچوبه استفاده کنند. مصرف زردچوبه به همراه غذاها و داروها، بلامانع بوده و تداخلی ایجاد نمی کند.

مقدار مصرف عادی زردچوبه که هر روز می توان بدون عارضه جانبی از آن استفاده کرد، ۱/۵ تا ۳ گرم در روز است. گرچه قسمت اعظم زردچوبه در دنیا در تغذیه و به صورت پودر مصرف می شود، ولی اشکال مختلف دارویی آن نیز در داروخانه های گیاهی بسیاری از کشورها موجود است.

با تمام مزایای گفته شده باید اشاره کرد که زیاده روی در مصرف زردچوبه برای قلب مضر است، ولی اگر آن را با لیموترش استفاده کنید اثرات مضر آن را خنثی می سازد.

منبع: ماهنامه پیام زن

خواص و عوارض کندورانگو

عوارض جانبی:

اطلاعات به دست آمده از طریق مطالعه بر روی حیوانات:

اثرات سمی خاصی به دارو یا فرآورده های مایع حاصل از گیاه نسبت داده نشده است. هرچند که گونه های خاصی از این گیاه که در یونان یافت می شوند، *Marsdenia erecta*، به عنوان عامل ایجاد مسمومیت های شدید در حیوانات علف خوار معروف هستند. جزء گلیکوزید استری کندورانگین، که در هر دو گونه به میزان برابر موجود است، مسئول اثرات سمی آن می باشد.

در آزمایشات انجام گرفته بر روی حیوانات، علائم مشخصی از مسمومیت بعد از تجویز وریدی، زیرپوستی یا خوراکی محصول خام جدا شده و از کندورانگین مشاهده شده است. این علائم عبارتند از: افزایش ترشح بزاق، استفراغ، افزایش فعالیت همراه با کاهش تعادل، افزایش نبض و تنفس، حملات تشنجی و بالاخره مرگ، در نتیجه فلج تنفسی.

حدود ۱۰۰ سال قبل، در یک مقاله، موارد مشابهی در مورد مسمومیت با کندورانگین توضیح داده شده بود و تحقیقات بیشتر توسط Jodelbauer نیز این موضوع را مشخص نمود. علائم مسمومیت، مشابه علائم ایجاد شده توسط تزریق ساپونین ها می باشد. با در نظر گرفتن فرم تجویز کندورانگین، مقادیر LD برای گربه و سگ بدین قرار است:

۲۰ میلی گرم بر کیلوگرم به طور وریدی، ۳۰ میلی گرم بر کیلوگرم به فرم زیرپوستی و ۴۰-۴۵ میلی گرم بر کیلوگرم به طور خوراکی، در طی آزمایشات انجام گرفته بر روی موش، محصولی از کندورانگین حاصل از *M. erecta* به فرم داخل صفاقی تجویز گردید که LD آن ۳۰۰ میلی گرم بر کیلوگرم برآورد شده است. *Hayashi* و همکارانش، طی تحقیقات خود درخصوص فعالیت ضدسرطانی کندورانگو گلیکوزیدهای تفکیک شده، مقادیر LD_{۵۰} را مشخص نمودند:

کندورانگو گلیکوزید A_۰: ۷۵ میلی گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید B_۰: ۶۱۵ میلی گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید C_۰: ۳۷۵ میلی گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید D_۰: ۶۳۰ میلی گرم بر کیلوگرم

مقادیر ۲ مشتق دیگر ۶۰۳، D_۰ و ۶۴۲ میلی گرم بر کیلوگرم می باشد.

اطلاعات به دست آمده از طریق مطالعه بر روی انسان:

تاکنون، ظاهراً هیچ‌گونه عوارض جانبی مشخص در اثر تجویز مقادیر درمانی فرآورده‌های مایع دارو (که قبلاً به آنها اشاره شد) مشاهده نشده است. مطابق بررسی‌های انجام شده توسط نویسندگان، به تازگی، درخصوص سمیت دارو یا ترکیبات جدا شده آن، تحقیقی انجام نشده است.

باتوجه به دانسته‌های اخیر، هیچ‌گونه استدلال مخالفی نسبت به استفاده درمانی این دارو یا فرآورده‌های مایع آن در غلظت‌ها و مقادیر معمول وجود ندارد.

قابلیت جهش‌زایی و سرطان‌زایی:

پوسته کندورانگو به شکل عصاره آبی یا متانولی، در رشته‌های TA۹۸, TA۱۰۰ سالمونلاتیفی موریوم هیچ‌گونه جهشی ایجاد نکرده است. درخصوص قابلیت سرطان‌زایی آن اطلاعی در دست نیست.

منبع: www.taamasrar.com

خواص تمبر هندی

نویسنده: سهیلا عابدین پور

پای حرف‌های دکتر محمد حسین صالحی سورمقی دارو ساز

حتماً شما هم وقتی برای خرید به میوه فروشی‌ها و یا سوپرهای بزرگ میوه می‌روید، بالای قفسه میوه‌ها جعبه‌هایی قرمز رنگ را دیده‌اید که تمبر هندی‌های خشک شده اما در همان شکل و شمایل طبیعی بسته بندی شده‌اند و در دو نوع ترش و شیرین عرضه می‌شوند. این نوع بسته بندی تمبرها خیلی وقت است که به کشورمان آمده‌اند. پیش از این آنها را فقط در بسته‌های کوچک تر و به قول معروف تمبر هندی‌های گوشتی که البته نمک هم به عنوان افزودنی به آنها اضافه می‌شد، می‌دیدیم. درحالی که امروزه محتویات بسته‌های قرمز رنگ جای انواع قدیمی را گرفته‌اند و به دلیل طعم خوشایندشان بسیاری از ما، آنها را نه فقط به تنهایی و به عنوان یک میان وعده بلکه در طبخ غذاهایمان نیز به کار می‌بریم. اما بیایید با خواص این میوه ونحوه مصرف بهتر آن، بیشتر آشنا شویم. دکتر محمد حسین صالحی سورمقی، استاد دانشکده داروسازی دانشگاه تهران و متخصص در زمینه گیاهان دارویی درباره ویژگی‌های این میوه به نکات جالبی اشاره کرده‌اند که مطالعه شان خالی از لطف نیست.

قبل از هرچیز باید بگوییم که درخت تمبر هندی بسیار آهسته رشد می‌کند و عمری طولانی دارد. دکتر صالحی در مورد ویژگی‌های این گیاه می‌گوید: «تمبر هندی درختی است مرتفع و بلند که ابتدا در هندوستان و آفریقای شمالی رویش داشته است ولی امروزه به علت موارد استفاده فراوان در اکثر مناطق گرم نیز کشت می‌شود. این درخت از خانواده نخودها و شبیه باقلا- به شکل غلاف و نیام بوده و با کمی خمیدگی همراه است. این غلاف‌ها ۱۰ سانتی متر طول داشته و هر یک از آنها بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد که البته خوردن گوشت اطراف این دانه‌ها برای مالذت بخش است به این ترتیب که ابتدا پوست آن را کنده و محتویات نرم دور دانه‌ها خورده می‌شود. شاید باور نکنید اما در ایران، این درخت در استان‌های هرمزگان و سیستان و بلوچستان پرورش می‌یابد. همان‌طور که گفتیم، آب و هوای مناسب کشت تمبر هندی اقلیم گرم و مرطوب است و در مناطقی که دارای این آب و هوا باشند، تمبر هندی را می‌توان، به راحتی پرورش داد.»

چه خواصی دارد؟

دکتر صالحی درباره خواص این میوه می‌گوید: «مهم‌ترین مواد شناخته شده موجود در تمبر هندی ترکیبات اسیدی از جمله اسید سیتریک، مالیک و تارتاریک و مواد معدنی نظیر پتاسیم و کمی پکتین است. در پوست درخت تمبر هندی نیز مقداری تانن وجود

دارد و سرشاخه های جوان و سبز این درخت دارای مقادیر زیادی ویتامین های گروه B است.»

این متخصص در ادامه می افزاید: «از قدیم معتقد بودند که تمبرهندی مثل یک ملین و مسهل عمل می کند اما تحقیقات سال های اخیر اثرات دیگری را برای آن به اثبات رسانده اند از جمله اینکه خاصیت ضد درد، ضدباکتریایی و ضد ویروسی داشته و برای از بین بردن انگل ها و کرم های بدن توصیه می شود. علاوه بر تمامی خواص یاد شده، این میوه یک اشتها آور بوده و منبعی از آنتی اکسیدان ها نیز به حساب می آید. ایشان در ادامه اضافه می کنند که خوردنش به همراه غذا به هضم آن کمک می کند. به علاوه مصرفش برای کاهش تهوع کمک کننده بوده بنابراین اضافه کردن آن به غذا به خصوص در وعده غذایی افرادی که مشکل گوارشی دارند، توصیه می شود.»

پیش از این گفتیم که تمبرهندی آنتی اکسیدان دارد. دکتر صالحی در این باره می گوید، این میوه حاوی مقادیر قابل ملاحظه ای کاروتن، ویتامین C و برخی فلاونوئیدهاست. به طوری که می تواند جایگزین خوبی برای ویتامین C در افرادی باشد که دچار کمبود این ویتامین هستند اما فراموش نکنید که خشک شده این میوه دارای مقادیر کمتری از این ماده مغذی است. اگر زیاد سرما می خورید، می توانید برای کاهش دفعات بیماری و بهبودی سریع تر، در میان وعده هایتان تمبرهندی میل کنید. در ضمن، اگر دچار گلودرد شده اید، می توانید تمبرهندی را در آب حل کرده و قرقره کنید تا درد گلویتان به سرعت بهبود یابد.

این متخصص اضافه می کند که بسیاری از اختلالات گوارشی از جمله اختلالات صفراوی با مصرف تمبرهندی بر طرف می شود و افرادی که کلسترول خون شان بالا است، می توانند برای کاهش چربی خون شان تمبرهندی بخورند. بنابراین، برای داشتن قلب سالم عادت به خوردن تمبرهندی های خشک شده به دلیل نداشتن حتی مقدار جزئی نمک، به افراد مستعد به خصوص میانسالان پیشنهاد می شود.

تمبرهندی؛ مستقیم یا غیرمستقیم؟

شما دوست دارید تمبرهندی را چطور میل کنید؟ دکتر صالحی می گوید: «تمبرهندی را می توان به دو طریق مصرف کرد. در واقع نحوه استفاده از آن به طور مستقیم و غیر مستقیم است. بعضی از افراد که خوراکی های ترش را بیشتر می پسندند، آن را به طور مستقیم مصرف می کنند اما می توان به عنوان طعم دهنده و ترش کننده در بسیاری از غذاها هم از آن استفاده کرد. به این منظور باید تمبرهندی را در آب خیسانده و سپس آن را صاف کرد و پس از جدا کردن هسته، آن را خورد.» یادتان نرود که می توان فیبرها و آوندهای چوبی که در قسمت خوراکی این میوه دیده می شوند را جدا کرد اما در صورت مصرف، مشکلی برای فرد به وجود نخواهد آمد. همانطور که می دانید هر ماده غذایی می تواند در مراحل مختلف اعم از جمع آوری، تهیه و بسته بندی آلوده شود اما از آنجا که این میوه خود یک ضد میکروب است احتمال آلودگی در آن بسیار پایین است بنابراین با خیال راحت آن را وارد میان وعده های روزانه تان کنید.

منبع: روزنامه سلامت شماره ۲۲۸

گیاهانی برای حفظ گردش خون

نویسنده: نیره ولدخانی

تعریف کلمه «انرژی» سخت است و حتی محققان مشهور درباره تعریف دقیق و صحیح آن اختلاف نظر دارند، اما تنها مسأله واضح این است که ما برای زنده ماندن، به انرژی نیاز داریم. یک روش مقبول برای افزایش انرژی طبیعی بدن، استفاده از گیاهان دارویی است که بیشتر برای مصارف پزشکی و آشپزی، پرورش داده می شوند.

آنها باعث حفظ گردش خون در بدن و عملکرد صحیح مغز می شوند. گیاهان دارویی مشخص مانند جینسینگ و جینگو بیلوبا در

افزایش انرژی بدن موثرند. در بند های زیر، اطلاعات بیشتری در این زمینه کسب خواهید کرد:

- ۱- فلفل قرمز تند، باعث بهبود گردش خون در بدن می‌شود. همچنین تاثیر سایر گیاهان دارویی را در تقویت دستگاه گردش خون، افزایش می‌دهد. فلفل قرمز، میزان انرژی بدن را سریع‌تر افزایش می‌دهد.
- ۲- گیاه دارویی جینگو بیلوبا (ginkgo biloba)، جریان خون را به سمت مغز افزایش می‌دهد. همچنین میزان افسردگی را کم می‌کند. برای کسب بهترین نتیجه باید حداقل به مدت دو هفته، هر روز از جینگو بیلوبا استفاده کنید.
- ۳- گیاه دارویی آب بشقابی (gotu kola)، سیستم عصبی مرکزی را تحریک می‌کند. همچنین با کاهش میزان افسردگی و خستگی باعث افزایش توان بدنی می‌شود.
- ۴- گیاه دارویی جینسینگ (ginseng) با تقویت سیستم ایمنی بدن و دفع عفونت‌ها و بیماری‌ها، باعث افزایش انرژی بدن می‌شود. پس سعی کنید هر روز مقداری از آن استفاده کنید.
- ۵- یک لیست از گیاهان دارویی و اثرات درمانی آنها را تهیه کنید (از طریق کتاب‌ها یا اینترنت و...) تا گیاهان افزایش دهنده انرژی بدن را بشناسید.

نکته

- * اگر دچار خستگی و کمبود توان و انرژی شدید، به خاطر داشته باشید که این، علامت یک اختلال در بدن است، نه خود اختلال. بنابراین قبل از درمان، باید با یک پزشک مشورت کنید تا علت دقیق کمبود انرژی خود را دریابید.
- * داروهای گیاهی می‌توانند میزان انرژی و توان بدن شما را افزایش دهند، ولی این نوع درمان‌ها، هنگامی که سلامت و زندگی شخص را به خطر می‌اندازند، نباید استفاده شوند. اگر دچار سرگیجه، سردرد، نا هوشیاری، درد قفسه سینه و هذیان‌گویی شدید، فوراً با یک پزشک تماس بگیرید یا به نزدیک‌ترین مرکز درمانی مراجعه کنید.
- * بیماران قلبی، افراد مبتلا به فشار خون بالا و افت ناگهانی قند خون نباید از گیاه دارویی جینسینگ استفاده کنند، زیرا وضعیت بیماری آنان را بدتر می‌کند.

منبع: روزنامه اطلاعات

درمان با گیاهان معجزه آسا

امروزه در بسیاری از افراد ترجیح می‌دهند، به جای استفاده از محصولات حاوی ترکیبات شیمیایی، از محصولات و درمان‌های گیاهی استفاده کنند؛ چرا که استفاده از ترکیبات گیاهی، عوارض کم‌تری دارد.

پیری زودرس

با تغذیه مناسب و رطوبت رسانی کافی، به راحتی می‌توانید از پیری زودرس پوست جلوگیری کنید. با افزایش سن، پوست خشک می‌شود و چین و چروک‌های اولیه ظاهر می‌شود. عوامل بسیاری مانند استرس، کار زیاد، کم‌خوابی و رژیم غذایی نامناسب می‌تواند روند پیری را سرعت دهد.

درمان‌ها:

* قبل از خواب، پوست صورت تان را با روغن بادام یا روغن نارگیل ماساژ دهید.

* صورت تان را با آب خیار بشوید.

* ژل آلوورا به صورت تان بمالید.

سلامت ناخن

وضعیت ناخن‌ها گویای سلامت درونی شماست. شکنندگی ناخن، ظاهر شدن لکه‌های سفید روی بستر ناخن و تغییر رنگ آن، به دلیل رژیم غذایی نامناسب است.

فراموش نکنید که برای رفع هر یک از این مشکلات، ناخن‌هایتان را هر شب با ترکیب روغن بادام و عسل ماساژ دهید، سپس با آب ولرم بشویید و مرطوب کننده بزنید.

آکنه و جوش

عوامل بسیاری، از اختلالات هورمونی گرفته تا استرس، آلودگی، کم‌خوابی و... باعث ایجاد جوش و آکنه می‌شود.

درمان‌ها

* از ترکیب یک قاشق چای خوری پودر درخت صندل و یک قاشق چای خوری زردچوبه به همراه کمی شیر، خمیری درست کنید و به عنوان ماسک استفاده کنید.

* نصف فنجان آب آلوورا بنوشید (در صورت بارداری مصرف نشود)، یا ژل آن را به صورت بمالید.

* قبل از این که بخوابید، صورتان را با مخلوط یک قاشق چای خوری آب گشنیز و کمی زردچوبه بشویید.

* شست و شوی روزانه پوست صورت با آب برگ کاهو، جوش ولک رابر طرف می‌کند (چند برگ کاهو را به مدت ۱۵ دقیقه در آب بجوشانید و از صافی رد کنید تا آب کاهو به دست آید).

تجمع رنگدانه‌های پوست

اختلالات و تجمع رنگدانه‌های پوست، باعث تغییر رنگ پوست و تیره شدن آن می‌شود. قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور آفتاب و تغذیه و رژیم غذایی نامناسب، عوامل متفاوتی هستند که باعث تغییر رنگ پوست می‌شوند.

درمان‌ها:

* ۵ عدد بادام را پودر کنید و با یک قاشق چای خوری خامه و چند قطره آب لیمو مخلوط کنید. خمیر را روی پوست بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه بشویید.

* روی منافذ پوست، آب گیاه پاپایا یا خمیر آن را بمالید.

* کمی پودر کنجد و زردچوبه را با چند قطره آب مخلوط کنید، سپس خمیر به دست آمده را روی پوست بمالید.

* صورت تان را با آب ریحان بشویید.

اگر از پوست به درستی مراقبت و نگهداری نشود، شاهد پیری زودرس، چین و چروک و جوش خواهیم بود. مصرف میوه و سبزیجات تازه و دنبال کردن یک رژیم غذایی ایده آل، سلامت پوست را تضمین می‌کند. این‌جا به برخی از اختلالات و ناراحتی‌های پوستی و درمان گیاهی آن‌ها اشاره می‌کنیم.

شوره سر

خارش سر همراه دانه‌های سفید و پوسته‌پوسته شدن سر، نشان دهنده شوره است.

درمان‌ها:

* یک قاشق چای خوری کافور را در یک نصف فنجان روغن نارگیل حل کنید. قبل از خواب، کف سرتان را با کمی از این روغن ماساژ دهید.

* یک قاشق چای خوری روغن کرچک و روغن زیتون را مخلوط کنید و کف سرتان را با آن ماساژ دهید.

* دو قاشق چای خوری روغن نارگیل را با یک قاشق آب لیمو مخلوط کنید و موهای سرتان را با آن ماساژ دهید.

بعد از این که ۳ تا ۴ ساعت این روغن‌ها روی سرتان ماند، موهایتان را بشویید

خارش سر

آلرژی به برخی از شامپوها، آلودگی، تغییر آب و هوا و استرس از عواملی هستند که باعث خارش سر می شوند.
درمان ها:

* از شامپوهای حنا یا دارای ترکیبات گیاهی برای شست و شوی موهایتان استفاده کنید.

* از روغن های ماساژ برای ماساژ دادن کف سر استفاده کنید.

* با ترکیب آب کاهو و اسفناج موهایتان را بشویید.

* ورزش را فراموش نکنید.

سفید شدن زود هنگام مو

سفید شدن مو فرآیندی است که با افزایش سن اتفاق می افتد. اگر این اتفاق قبل از سن ۲۵ سالگی به میزان چشمگیری رخ دهد، شاهد عارضه سفید شدن زود هنگام موها هستیم. مصرف بیش از حد چای، قهوه، گوشت و غذای چرب ادویه دار، می تواند این امر را تشدید کند.

درمان ها:

* ۲ قاشق چای خوری پودر حنا را با یک قاشق چای خوری پودر قهوه، ۲ قاشق چای خوری آب نعنا و ۲ قاشق چای خوری آب ریحان مخلوط کنید.

* کمی زنجبیل را پودر کنید و با کمی عسل مخلوط کنید روزانه یک قاشق از این محلول را بخورید.

منبع: نشریه زندگی ایده آل شماره ۴۲ / س

بابونه ؛ تقویت کننده تلخ

نام علمی گیاه بابونه *Chamaemelum Nobile* است. بابونه گیاهی است دائمی و کوچک، به ارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر، دارای بویی معطر که در چمنزارها و زمین های شنی می روید. ساقه آن به رنگ سبز مایل به سفید، برگ های آن کوچک متناوب و دارای بریدگی های باریک، نامنظم و پوشیده از کرک است. گل های آن مجتمع در یک طبق که به طور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود. در هر طبق، گل های سفید در اطراف و گل های زرد در قسمت وسط قرار دارند.
خواص درمانی بابونه

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ به حساب می آید.

(۱) یکی از مهم ترین خواص بابونه، درمان زخم و ورم معده است که به آسانی این مرض را درمان می کند. افرادی که سال های سال با این بیماری دست به گریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت استفاده می کنند، می توانند با استفاده از بابونه، پول داروی خود را پس انداز کنند و سلامتی خود را نیز بازیابند.

برای درمان زخم معده یک لیوان دم کرده غلیظ بابونه درست کنید (۴) قاشق چای خوری بابونه خشک را در یک لیوان آب جوش بریزید) و صبح ناشتا آن را بنوشید. سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید. البته بعد از یک ربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید. این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا پیدا کند.

(۲) بابونه اعصاب را تقویت می کند.

(۳) بابونه تقویت کننده مغز است.

(۴) بابونه ادرار آور و قاعده آور است.

- (۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیرده افزایش می‌دهد.
- (۶) درمان‌کننده سردرد و میگرن است.
- (۷) استفاده از بابونه سنگ‌مثانه را خرد و دفع می‌کند.
- (۸) برای درمان چشم درد، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید.
- (۹) برای تسکین دردهای عضلانی دم کرده بابونه بنوشید.
- (۱۰) جویدن بابونه برای التیام زخم‌های دهان مفید است.
- (۱۱) بابونه تب‌بر و تسکین‌دهنده درد است.
- (۱۲) بابونه تقویت‌کننده معده است.
- (۱۳) برای تسکین درد در هنگام دندان‌درآوردن بچه‌ها، به آنها دم کرده بابونه بدهید.
- (۱۴) برای رفع بی‌خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ۱۰ دقیقه قبل از رفتن به رختخواب، یک فنجان دم کرده بابونه بنوشید.
- (۱۵) بابونه درمان‌کننده بی‌اشتهایی است.
- (۱۶) بابونه برای رفع ورم روده موثر است.
- (۱۷) دم کرده بابونه درمان‌کننده کم‌خونی است.
- (۱۸) از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید.
- (۱۹) بابونه تسکین‌دهنده دردهای عادت ماهیانه است.
- (۲۰) بابونه برای رفع زردی مفید است.
- (۲۱) حمام بابونه اثر نیرو دهنده دارد. برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته، مدت یک ربع در آن دراز بکشید.
- (۲۲) برای تسکین درد، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل‌های دردناک بمالید تا درد را تخفیف دهد.
- (۲۳) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی‌های پوستی نظیر اگزما، کهیر و خارش مفید است.
- (۲۴) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید.
- (۲۵) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسمومیت‌های غذایی مصرف می‌شود.
- (۲۶) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید.
- (۲۷) خانم‌هایی که یائسه شده‌اند، بهتر است همه روزه دم کرده بابونه بنوشند، زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می‌کند.
- (۲۸) بابونه ضد آلرژی است.
- طرز تهیه فرآورده‌های بابونه
دم کرده بابونه
برای درست کردن دم کرده بابونه، یک قاشق چای‌خوری گیاه بابونه خشک را در یک فنجان آب جوش ریخته و مدت ۵ دقیقه بگذارید تا دم بکشد.
- اسانس بابونه
حدود ۸/۰ تا ۱ درصد، اسانس در این گیاه وجود دارد که به وسیله تقطیر با بخار آب به دست می‌آید. رنگ این اسانس آبی

روشن است، ولی در اثر کهنه شدن به رنگ زرد مایل به قهوه‌ای در می‌آید. بوی این اسانس، بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزاننده است. اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها به کار می‌رود.

روغن بابونه با روغن زیتون

گل خشک بابونه را برابر وزنش با روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذارید تا دم بکشد (نباید بجوشد) و گهگاه آن را هم بزیند. سپس آن را از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بماند. سپس آن را از صافی با فشار رد کرده و در شیشه‌ای دربسته نگهداری کنید. برای نفخ شکم و قولنج آن را روی شکم بمالید.

روغن بابونه با روغن کنجد

مقداری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن با روغن کنجد مخلوط کرده و سپس به اندازه دو برابر گل بابونه، آب به آن اضافه کنید. آن را روی حرارت بگذارید تا بجوشد و آب آن به کلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند. البته باید دقت کنید که روغن نسوزد.

منبع پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکان ایران irteb

گل گاوزبان، تقویت کننده حواس پنجگانه

گل گاوزبان، تقویت کننده حواس پنجگانه

یکی از عجایب سلسله کوه‌های البرز که قله عظیمی چون دماوند دارد، پرورش چندین نوع گیاه دارویی است که اثر درمانی زیادی دارند و منحصرأ در دامنه‌های این کوه به عمل می‌آیند و در کوه‌های دیگر اثری از آنها نیست.

هر چند در کتاب‌های قدیم به گل گاوزبان «لسان الثور» می‌گویند، ولی در واقع نام دیگری ندارد. اسم فرانسوی، انگلیسی، آلمانی، ترکی و... هم ندارد، چون در هیچ نقطه‌ای از زمین جز دامنه کوه‌های البرز به عمل نمی‌آید و با گیاه دیگری که در آذربایجان و شهرهای دیگر ایران و کشورهای دیگر می‌روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتی ندارد.

برای اینکه این اشتباه که حدود چند قرن است پزشکان و دارو سازان را گمراه کرده است، از بین برود این را «گل گاوزبان» و دیگری را «گیاه گاوزبان» بنامید. این دو گیاه متفاوت هستند، تنها گل‌هایشان کمی به هم شبیه است، هیچگونه خواص مشترکی ندارند و از نظر منافع طبی با هم متضاد هستند. گل‌های «گل گاوزبان» درشت تر از گل‌های «گیاه گاوزبان» است.

«گل گاوزبان» در ایران، و «گیاه گاوزبان» در اروپا و آمریکا شهرت زیادی دارند. پزشکان سنتی ایران در معالجه بسیاری از امراض از «گل گاوزبان» استفاده می‌کردند و نتیجه می‌گرفتند. پزشکان جدید هم خواص «گل گاوزبان» را می‌دانستند و برای دسته‌ای دیگر از امراض تجویز می‌کردند و چون عطاران فرقی بین «گل گاوزبان» و «گیاه گاوزبان» قایل نبودند، آنها را به جای هم می‌دادند، به همین جهت معالجه آنها نتیجه نمی‌داد و محققان از اینکه خواص و منافع این گیاه از بین رفته است در تعجب بودند.

یکی از مترجمان، تمام فواید «گیاه گاوزبان» را ترجمه کرده و به «گل گاوزبان» نسبت داده، سپس پرسیده است: چرا ایرانیان فقط از گل گاوزبان استفاده می‌کنند؟ به برگ و سرشاخه‌های آن توجهی ندارند، در جواب او باید بگوییم که گل گاوزبان، فقط گلش فواید طبی دارد، زیرا گیاهی که فرنگی‌ها به او «بوراش» می‌گویند، گل گاوزبان نیست.

گل گاوزبان اصلی

- این گیاه به طور خودرو، منحصرأ در دامنه کوه‌های البرز به عمل می‌آید و تاکنون اهلی نشده و قابل کشت نیست.
- مقوی روح و اعضای رئیسه بدن بوده، حواس پنجگانه یا بهتر بگوییم، حواس هجده گانه آدمی را تقویت می‌کند.
- شکم را نرم و کیسه صفرا را باز می‌کند، اخلاط سوخته سوداوی را از معده خارج و عوارض آن را از بین می‌برد.

- جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز می‌کند.
- سینه را نرم می‌کند، تنگی نفس و درد گلو را شفا می‌دهد.
- دلهره و وحشت را از بین می‌برد و غم و غصه را کم می‌کند و برای کسانی که با خود حرف می‌زنند سودمند است.
- جوشانده آن با غسل جهت تنگی نفس تجویز شده است.
- جویدن برگ تازه آن جهت درمان جوش‌های چرکی دهان اطفال، برفک، سستی بیخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراک گل آن دو مثقال تا پنج مثقال است.
- عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوی، وسواس و خفقان مفید است.
- دارای منیزیم بوده و از سرطان پیشگیری می‌کند.
- تحقیقات جدید بیانگر این مطلب هستند که عصاره آبی گل گاوزبان دارویی مؤثر و بی‌خطر برای درمان بیماران مبتلا به اختلال وسواسی اجباری است.

- گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ‌های بنفش باشد. برگ‌های تازه گل گاوزبان دارای مقدار زیادی ویتامین C است.

گیاه گاوزبان

این گیاه اسم فارسی ندارد و معلوم نیست از چه موقع به ایران آمده و در اطراف تبریز کاشته شده است. در زبان فرانسوی به آن بوراش می‌گویند و «ابن بیطار» گیاه شناس معروف قدیم، که در اصل اندلسی بوده و بعد به آسیای صغیر آمده و دو کتاب بزرگ به نام‌های «الجامع» و «المغنی» به زبان عربی دارد آن را نوعی «مرماخوز» دانسته و به اسامی: لسان الثور، ابوالعرق، کحیلا- کحلا- حمحم و بوغخلص یاد کرده است.

- گل، سرشاخه و برگ آن دارای شوره، مواد لعابی و یک ماده تلخ است و به همین جهت عرق و ادرار را زیاد می‌کند.

- سنگ‌های کلیه و مثانه را خرد کرده و از بین می‌برد.

- این گیاه دارای اسیدهای چرب امگا ۶ مانند لینولنیک اسید است که برای روماتوئید مفید است.

- ضماد برگ‌های تازه وله شده آن دمل را باز می‌کند و برای معالجه سوختگی، آتش و آفتاب زدگی مفید است.

منبع: روزنامه اطلاعات

خواص مفید کنجد و موارد استحصالی از آن

در این مطلب با خواص کنجد و موارد استحصالی و تاریخچه آن و ترکیبات شیمیایی مفید موجود در این محصول مانند ویتامینهای آن آشنا خواهیم شد.

خصوصیات گیاهی کنجد

کنجد گیاهی است یک ساله با ارتفاع حدود یک متر که قسمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است. برگ‌های آن بیضی، باریک و نوک تیز است. گل‌های آن به رنگ سفید یا قرمز، به طور تک تک در کناره برگ‌های قسمت انتهایی ساقه ظاهر می‌شوند.

تاریخچه کنجد و موارد استحصالی از آن:

متجاوز از پنج هزار سال است که انسان به خواص معجزه آسای کنجد پی برده است. پهلوانان قدیم آنرا برای زیاد کردن زور می‌خوردند و امروز هم در بین قهرمانان ترکیه قابل توجه است و دارای ارزش زیادی می‌باشد.

هندیها بیش از سایر اقوام برای این گیاه خاصیت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زیاد کننده قدرت و عامل طول عمر می شناسند و روی این اصل آنرا در تشریفات مذهبی زیاد می خورند و همانطور که ما ایرانیان خرما و انجیر خیرات می کنیم آنها کنجد و شیرینهایی که با کنجد درست کرده اند خیر می نمایند و بدون تردید علت طول عمر در بین مرتاضین و بعضی از دهاتیهای هندی خوردن کنجد است .

خوردن این گیاه از قدیم در ایران معمول بوده است ، نانوایان مغز آن را روی نان می پاشیدند و آن کاری است که الان هم بایستی معمول شود .

حلواسازان آنرا به کار می بردند که متأسفانه امروز ترک شده است . روغن کنجد دیر فاسد می شود و سابقاً خوردن آن بسیار معمول بوده و هنوز هم معمول است .

شیر کوبیده ی آن و گیاههای دیگر را جهت رفع سوزش معده مفید می دانستند و معتقد بودند ترشی معده را کم می کند و سودا را از بین می برد . آب برگ کنجد برای تقویت مو و بلند شدن آن تاثیر نیکوی دارد و برای این کار بایستی آب آن را با کوبیدن یا فشار گرفت و به سر مالید .

میوه این گیاه به صورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسمت مورد استفاده این گیاه است .

وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید، بعد از چین قرار دارند . در ایران نیز مقداری کنجد تولید می شود که بیشتر آن به مصرف تهیه روغن و حلوا ارده می رسد.

ترکیبات شیمیایی

کنجد دارای پروتئین ، ویتامین های B , D , E , F_۱ و لسیتین (LECITHIN) می باشد . روغن کنجد مرکب از اسیدهای چرب اشباع نشده مانند لینولئیک اسید اولئیک اسید و مقداری اسیدهای چرب اشباع شده مانند اسید پالمیتیک و آراشیدیک اسید می باشد .

روغن کنجد یکی از روغن های اشباع نشده و مفید برای بدن است که در آمریکای شمالی و کانادا به مقدار زیاد مصرف می شود ، زیرا این روغن نه تنها کلسترول خون را افزایش نمی دهد، بلکه آن را کاهش نیز می دهد .

برای تهیه روغن کنجد معمولاً دانه ها را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود. سپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آنها روی آب بیاید . بعد از گرفتن پوست، دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کنند . این خمیر را تحت فشار قرار داده تا روغن آن جدا شود . این روغن را روغن سرد می نامند و از تفاله باقیمانده تحت اثر فشار و گرما روغنی بدست می آید که به نام روغن گرم معروف است که البته ارزش غذایی روغن سرد را ندارد .

تفاله باقیمانده از این مرحله را معمولاً- برای علوفه دام ها به کار می برند . خصوصاً این تفاله از نظر داشتن مواد پروتئینی ، غذای خوبی برای گاوهای شیرده است .

اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید دقت کنید که روغن سرد باشد که به نام **FIRST COLD PRESSED** معروف است ، زیرا در اثر حرارت دادن، روغن کنجد خواص خود را از دست می دهند .

خواص مفید کنجد برای سلامتی بدن

از نظر طب قدیم ایران، کنجد گرم است . کنجد بسیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر به عنوان جانشین گوشت بکار می رود . خواص مفید کنجد به شرح زیر است :

(۱) برای چاق شدن و تقویت نیروی جنسی موثر است.

(۲) برای رفع قولنج کنجد را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید و به مقدار نصف وزن کنجد، مغز بادام پوست کنده را به آن اضافه کنید. سپس آنها را پودر کنید و هر روز به مقدار یک قاشق سوپ خوری از آن بخورید.

(۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد.

(۴) نرم کننده معده و روده است.

(۵) کره کنجد که در کانادا بنام تاهیتی معروف است و شبیه ارده می باشد، غذای خوبی برای رشد بچه هاست.

(۶) برگ کنجد را اگر به سر بمالید، باعث رشد و سیاهی موی سر می شود.

(۷) ارده نرم کننده معده و روده هاست.

(۸) کنجد فشار خون بالا را کاهش می دهد.

(۹) کنجد ضد رماتیسم است.

(۱۰) برای رفع ناراحتی کیسه صفرا مفید است.

(۱۱) دم کرده برگ کنجد، اسهال خونی را برطرف می کند.

(۱۲) روغن کنجد برای رفع تنگی نفس، سرفه خشک و زخم ریه مفید است.

(۱۳) روغن کنجد سوزش ادرار را رفع می کند.

(۱۴) از روغن کنجد به جای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید.

(۱۵) کنجد با تمام فوایدی که دارد برای معده ی ضعیف مناسب نیست، زیرا هضم آن سنگین است. این گونه اشخاص باید آن را با عسل و سرکه بخورند.

ویتامین F چیست؟

ویتامین F یک اسید چرب ضروری است که باعث تشکیل لایه هایی در پوست می شود که از سلول های پوستی محافظت و از خشکی و خرابی پوست جلوگیری می کند. همچنین باعث انتقال سایر ویتامین ها در پوست می شود.
کنجد؛ تقویت کننده مو

هرچند نانوائی ها امروزه با پاشیدن چند دانه کنجد مشتریان خود را با عنوان نان کنجدی فریب می دهند، اما اگر خوردن کنجد را در برنامه غذایی خود قرار دهید، موهایی پرپشت و مقاوم خواهید داشت.

متخصصان تغذیه می گویند روغن کنجد علاوه بر تقویت موها، برای رفع تنگی نفس، سرفه خشک و زخم ریه هم مفید است. همچنین سوزش ادرار را برطرف می کند.

دم کرده برگ کنجد هم اسهال خونی را درمان می کند و خوردن این دانه گیاهی برای رماتیسم، فشار خون بالا و ناراحتی کیسه صفرا مفید است.

در طب سنتی برای رفع قولنج، کنجد را آسیاب و با سرکه مخلوط می کردند و با افزودن مغز بادام پوست کنده هر روز به مقدار یک قاشق سوپخوری میل می کردند.

ارده کنجد به همراه خرما غذایی مقوی برای رشد کودکان و همچنین کارگران یدی است. این دانه های ریز سفید و سیاه، قوای جنسی را تقویت می کند و نرم کننده معده و روده هاست.

خوردن یک قاشق غذاخوری کنجد موجب تامین مقداری از نیاز کلسیم خانم ها شده و اگر آنها عادت به بلند کردن ناخن هایشان داشته باشند با مصرف کنجد ناخن هایشان محکم تر شده و ترک و شکنندگی بر روی این عضو که جزئی از زیبایی انگشتان است

دیده نمی شود.

شاید بدانید که کمبود روی چه اثراتی بر زیبایی دارد آکنه را کمتر می کند و از نازک شدن موها جلوگیری می کند و مانع ریزش موها خصوصا در خانم‌ها می شود و در ضمن به دلیل توام شدن این ماده مغذی با ویتامین E این اثرات صد چندان شده و می توان از خواص ضد چروک و سفیدکنندگی (ضدلک) این ویتامین استفاده کرد.

چربی های موجود در کنجد

حتما می دانید که کنجد چربی بسیاری دارد اما این چربی از نوع گیاهی و چند بانندی است. این روغن دارای اسیدهای چرب ضروری است که در ساختمان پوست به عنوان یک جز اصلی محسوب می شوند و در صورتی که کمبودی از این مواد مغذی ایجاد نشود پوست کاملا-یکنواخت و نرم و لطیف به نظر می رسد و جالب است بدانید که وجود همین چربی هاست که اگر با یک منبع پروتئینی دریافت شود (کنجد به همراه چربی پروتئین قابل توجهی دارد) به ترمیم موهای آسیب دیده پرداخته و از خشکی بیش از حد این عضو نیز جلوگیری می کند و موجب راحتی افرادی می شود که سال هاست از خشکی مو رنج برده و همواره از شانه زدن و رنگ کردن موهای خشکشان می هراسند.

امروزه از روغن کنجد خصوصا کنجد سیاه در تهیه انواع فراورده های آرایشی و بهداشتی خصوصا محصولات آرایشی که برای رفع انواع خشکی ها تجویز می شوند استفاده می شود.

معمولا در ترکیب انواع کرم ها و ماسک ها و شامپوهای ترمیمی از این روغن استفاده شده تا خاصیت درمانی آنها چند برابر شود. در آخر شما را با ماسکی که با روغن کنجد تهیه می شود و برای تقویت موهای خشک و آسیب پذیر توصیه می شود آشنا می کنیم. قبل از هر چیز باید بگوییم که شما می توانید از این ماسک بسته به موهایتان هفته ای ۱ تا ۲ بار بعد از شستشوی آنها در حمام استفاده کنید.

نکاتی جالب از کنجد:

مخلوط کردن برگ کنجد با حنا جهت مشکی کردن مو نیز نتایج نیکو دارد و نیز جوشانده برگ آن برای دراز شدن و مشکی شدن مو نافع است .

روغن کنجد برای جلای مو بسیار مفید و بهترین روغن است . دهاتیهای که هنوز روغن کنجد می خورند عمر زیادتری می نمایند و تا هشتاد سالگی تقریبا جوان هستند . برای اولین بار چند دانشمند فرانسوی در ترکیه به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده و مصرف آنرا در اروپا معمول کردند و امروز غذاهای اختصاصی از آن می سازند و می فروشند و اکنون ترکیبی از آن به نام تامینا معروف می باشد و در فرانسه معمول است . تامینا لغتی است ترکی به معنی کنجد و ترکیبی از آن است .

در گذشته یک دانشمند آمریکایی که درهند به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده بود یک سلسله امتحانات علمی را درباره آن شروع نمود و به این موضوع پی برد که این گیاه دارای مواد سفیده ای و چربی است و از همه مهمتر اینکه مواد سفیده ای این گیاه به طور خام نیز قابل هضم است و دارای پانزده نوع مواد سفیده ای است و برای کسانی که نمی خواهند گوشت بخورند خوردن آن تقریبا واجب است و می توان آن را گوشت گیاهی نامید . لسیتین این گیاه حتی از باقلای هندی بیشتر است .

لسیتین چربی فسفر داری است که وجود آن برای نسوج و اعصاب نهایت لزوم را دارد ؛ و مغز و غدد انسان احتیاج زیادی به آن دارد . تقویت قوه حافظه بشر احتیاج زیادی به این ماده دارد و مغز انسان بیش از سایر حیوانات از این ماده دارد و سر موفقیت بشر و پیشرفت آن در عالم تمدن مرهون همین لسیتین است که در گوشت و زرده ی تخم مرغ و گیاههایی مانند : باقلای چینی ، ماش ، قره ماش ، خرفه ، و کنجد وجود دارد .

در امتحانات تشریحی ثابت شده که بیماران فکری در اعصابشان مقدار لسیتین پایین آمده است و در نتیجه خوردن اکسیر لسیتین به

سرعت معالجه می شوند، کلیمی ها کنگد زیاد می خورند و زیاد زیرک می باشند. کنگد معدن مواد معدنی قابل جذب است و دارای؛ منیزیم، کلسیم، آهن، سیلیس، آلومینیوم، کورم، مس، نیکل، سدیم و چندین فلز و شبه فلز دیگر است. اثر کنگد بیشتر در اثر داشتن ویتامینهای زیاد آنست مخصوصا ویتامینهای ب و ویتامین های ف که فراوان دارد.

برتر از همه داروها

غذایی که بر هر دارویی ترجیح دارد کنگد است که تقریبا بیشتر مواد مورد ساختمان بدن را داراست. لذا یک غذای قیمتی و پر ارزش برای انسان متمدن است. دارای خواص گوشت است ولی ضرر آن را ندارد.

قوت، جوانی، تعادل زندگانی و صحت را به انسان می بخشد. طعم گوارای آن مورد توجه شکم پرستان می باشد و به خوبی آسانی برای انسان در هر سنی که باشد قابل هضم است. کنگد برای زن، مرد، بزرگ و کوچک برای ادامه ی حیات و طول عمر مفید است، اثر آن در تعویض سلولهای کهنه ی بدن بسیار سریع است و در تسهیل تفکر عمل آن قابل تحسین است و در رفع آلامی مانند: سرطان، سل، کم خونی بی نظیر می باشد. در زندگانی جدید که فکر بشر بیش از سایر اعضای بدن او به کار می رود کنگد از نان واجبتر است.

خلاصه کنگد غذای کسانی است که می خواهند عمر زیاد توام با سلامتی داشته باشند. بهترین وسیله راحتی و بیمه کننده جوانی شما کنگد است.

منبع: سایت پزشکان ایران

تأثیر گیاه کلم در درمان سرطان معده

مقاله زیر بررسی تاثیر آلکالوئید سولفورافان گیاه کلم (*Brassica oleracea*) در درمان سرطان معده و مزایای این گیاه مفید را شرح می دهد.

چکیده:

انسان جزئی از طبیعت است و به طور مسلم برای هر بیماری، طبیعت گیاه درمان آن را عرضه کرده است. انسان هرچه به طبیعت نزدیک شود سالم تر شده و بیشتر عمر می کند. بهره گیری از گیاهان دارویی استمداد از طبیعت در جهت سالم زیستن است. کلم با نام علمی (*Brassica oleracea*) از خانواده Cruciferae گیاهی یک ساله و دوساله که دارای برگ های ناصاف و موجدار بوده و میوه آن بصورت خورجین، دراز و باریک میباشد کلم خودرو و بومی سواحل انگلستان و مدیترانه است. واریته های مختلف کلم در سراسر دنیا بعنوان سبزی کشت می شود. کلم غنی از ویتامین A، B₁، B₂ و C می باشد. این گیاه حاوی آلکالوئیدهای سولفورافان، ایندول و ایزوتیوسیانات است که قسمت مورد استفاده ی دارویی آن ریشه و برگ های آن می باشد. از نظر خواص درمانی گیاه کلم محرک قوای جنسی، صاف کننده صدا، تسکین دهنده دردهای زانو، درد مفاصل، خواب آور، نیرو بخش بوده و ضماد برگ کلم خودرو و یا کشت شده که به صورت خردشده برای تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال می شود. برگ کلم خودرو به صورت خام یا پخته شده به هضم غذا و از بین بردن سموم موجود در کبد کمک می کند. مهمترین خواص دارویی گیاه کلم در درمان سرطان معده می باشد. این بیماری بر اثر ایجاد باکتری هلیکوباکتریپلوری وعدم تعادل در تقسیم سلولی که باعث ایجاد تومور می شود به وجود می آید. آلکالوئید سولفورافان با از بین بردن باکتری هلیکوباکتریپلوری که در معده باعث ایجاد زخم معده و سرطان معده می شوند، آن را درمان می کند. استفاده از کلم در یونان به ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح بر می گردد و جایگاه ویژه ای در طب سنتی دارد، لذا شناخت و آگاهی از خواص دارویی متعدد آن می تواند در حفظ سلامتی جامعه ی ما نیز نقش بسزایی داشته باشد. هدف از این مقاله، تحقیق و بررسی خواص دارویی گیاه کلم در درمان سرطان معده می باشد.

مقدمه:

طبیعت سرشار از زیبایی، اعجاز و سخاوت است. پروردگار طبیعت را به ما ارزانی داشت تا در آن زندگی کنیم و به بهترین وجه از آن بهره گیریم. تمام گیاهان موجود در طبیعت، از درختان سر به فلک کشیده در جنگل‌ها تا بوته‌های خار بیابان‌های تفتیده، از هر نظر مهم و با ارزش و آیت روشنی از دانش و عظمت خداوند هستند. انسان از بدو خلقت از گیاهان استفاده‌های متعددی می‌کرده و جهت بقای خود نیازمند به آنان بوده‌اند. آنان در تغذیه، تهیه پوشاک، ساخت مسکن و لوازم زندگی و بسیاری از موارد دیگر از گیاهان استفاده می‌کردند. یکی از موارد مهم استفاده از گیاهان از دیر باز تا کنون، در معالجه و درمان بیماری‌ها بوده است. طی سالیان متمادی داروهای گیاهی اساس درمان بیماری‌های گوناگون محسوب می‌شد. قدیمی‌ترین اطلاعات ثبت شده در مورد استفاده از گیاهان در عصر ساختن اهرام مصر یعنی حدود چهار هزار سال قبل است. طبق اسناد به دست آمده، از سیر و پیاز در تغذیه کارگران سازنده اهرام استفاده می‌شده و برخی گیاهان هم در مداوای بیماری‌ها به کار گرفته می‌شده است همچنین از گیاهان مختلف در حفظ اجساد و جلوگیری از فساد آنها، تهیه روغن‌های طبی و مواد ضد سم، عطریات و لوازم آرایشی زنان استفاده می‌شده و استفاده از گیاهان دارویی در ایران قدمت بلندمدتی برخوردار است [۱]. در دوران هخامنشی طب گیاهی در ایران گسترش چشم‌گیری داشت و علاوه بر تجربیاتی که در کشور به دست آمده بود، از یافته‌های یونانیان هم استفاده می‌شد. پس از ظهور اسلام و افزایش شوق آموختن در ایرانیان، دانش طب گیاهی نیز پیشرفت چشمگیری یافت. به عنوان مثال در کتاب "قانون" ابن سینا پزشک عالی قدر اسلامی که در عالم پزشکی شهرت جهانی دارد، بسیاری از گیاهان دارویی و نسخه‌های طبیعی آورده شده است و این کتاب نزدیک به چهارصد سال در دانشکده‌های پزشکی اروپا تدریس می‌شد. در اوایل قرن بیستم پیشرفت علم شیمی منجر به توسعه صنعت داروسازی و تهیه داروهای شیمیایی گشت و از آن زمان به بعد هر روزه داروهای شیمیایی جدیدی به وسیله دانشمندان ساخته و به بازار عرضه می‌شود. اگر چه داروهای شیمیایی به نسبت داروهای گیاهی، بیماری‌ها را سریع‌تر درمان کرده و اثر قوی‌تری دارند اما پیامدهای سوء ناشی از مصرف آنان نیز بیشتر از داروهای گیاهی است. مصرف طولانی و برخی موارد مقطعی داروهای شیمیایی عوارض خاصی در بدن برجای می‌گذارد که عوارض جانبی نامیده می‌شوند و ممکن است ناراحتی‌های تازه‌ای برای بیمار ایجاد کند. به همین جهت امروزه بسیاری از متخصصان پزشکی و داروسازی معتقدند باید بیماران را به سوی مصرف گیاهان دارویی سوق داد و در راستای همین هدف در دهه اخیر، داروسازان از عصاره‌های گیاهی داروهای متنوعی را ساخته و به بازار عرضه کرده‌اند که اثرات مثبت آن‌ها مورد تایید همه قرار گرفته است [۳]. گیاهان دارویی حاوی روغن‌های عطری، آلکالوئیدها، پروتئین، ملانویئیدها و مواد لعاب دار است. گیاه کلم به عنوان یک گیاه مهم در صنایع دارویی مورد توجه قرار گرفته است. استفاده از کلم در یونان به ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح باز می‌گردد. در آن زمان عوام از این گیاه برای جلوگیری از معده ریزی‌ها، درمان زخم، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده می‌کردند. به علت وجود آلکالوئیدهای ارزشمند در پیکر رویشی و ریشه‌ی کلم در اکثر فارماکوپه‌ها به عنوان یک گیاه دارویی بسیار مهم معرفی و خواص آن نیز بیان شده است. این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئیدهای مهم نظیر "سولفورافان" و "ایزوتیوسیانات" که هر دو اثر آنتی‌نئوپلازی (ضد تومور) دارند، اهمیت خاصی در داروسازی داشته و حدود ۳۰ سال است که در این صنایع مورد استفاده قرار می‌گیرد. این مواد در شیمی درمانی برخی سرطان‌ها نیز کاربرد دارند [۴]. سولفورافان در بیماران سرطان معده سیستم دفاعی بدن را تقویت کرده و باکتری هلیکوباکتریلوری را که باعث زخم معده و سرطان معده می‌شوند را از بین برده و سرطان معده را درمان می‌کند. این گیاه در کشورهای روسیه، انگلستان و آلمان در سطح وسیع کاشته می‌شود. [۲]

مشخصات گیاه کلم:

کلم با نام علمی (*Brassica oleracea*) از خانواده *Cruciferae* می‌باشد. کلم گیاهی است گیاهی یک ساله و دوساله که

دارای برگ های ناصاف و موجدار بوده و میوه آن بصورت خورجین، دراز و باریک می باشد کلم خودرو و بومی سواحل انگلستان و مدیترانه است. واریته های مختلف کلم در سراسر دنیا بعنوان سبزی کشت می شود [۵]. کلم غنی از ویتامین B₁، B₂، A، C و می باشد. این گیاه حاوی آلکالوئیدهای سولفورافان، ایندول و ایزوتیوسیانات است که قسمت مورد استفاده ی دارویی آن ریشه و برگ های آن می باشد. از نظر خواص درمانی گیاه کلم محرک قوای جنسی، صاف کننده صدا، تسکین دهنده دردهای زانو، درد مفاصل، خواب آور، نیرو بخش بوده و ضمامد برگ کلم خودرو و یا کشت شده که به صورت خرد شده برای تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال می شود. برگ کلم خودرو به صورت خام یا پخته شده به هضم غذا و از بین بردن سموم موجود در کبد کمک می کند دارد [۶].

سابقه درمانی کلم:

استفاده از کلم در یونان به ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح باز می گردد. در آن زمان عوام از این گیاه برای جلوگیری از خون ریزی ها، درمان زخم، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده می کردند... به علت وجود آلکالوئید های ارزشمند در پیکر رویشی و ریشه ی کلم در اکثر فارماکوپه ها به عنوان یک گیاه دارویی بسیار مهم معرفی و خواص آن نیز بیان شده است. این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئید های مهم نظیر "سولفورافان" و "ایزوتیوسیانات" که هردو اثر آنتی نئوپلازی (ضد تومور) دارند، اهمیت خاصی در داروسازی داشته و حدود ۳۰ سال است که در این صنایع مورد استفاده قرار می گیرد. [۷]

خواص درمانی کلم:

کلم یکی از سبزی های معروف خوراکی است که تاریخی کهن دارد. کلم اقسام مختلفی دارد و به رنگ های گوناگون است. مانند: کلم سبز، کلم قرمز، کلم قمری. کلم، رخسار را جلا می دهد و نیکو می سازد و خواب آور بسیار خوبی است و حرکت کودکان نو پا را آسان می گرداند. مصرف این گیاه، صدا را صاف می کند. کلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زیاد پاک می کند و در درمان سرفه و درد کمر و زانو موثر است. تخم کلم، ضد خونریزی لثه و ضد کرم دستگاه گوارش، ضد کم خونی بوده و قوه بینایی و نور چشم را افزایش می دهد [۸]. مداومت در خوردن کلم، باعث از بین رفتن سنگ های ادراری و تناسلی خواهد شد. کلم به علت دارا بودن مواد گوگردی برای خارش و شستشوی موی سر شوره دار، داروی بسیار خوبی است. این گیاه تصفیه کننده خون است که دارای یک اسانس سلفوره بوده و برای معالجه کرم امعاء به کار می رود [۱۰]. برای درمان زخم های عمیق و زخم های سرطانی، پماد برگ کلم با آرد جو مفید است. سوخته کلم برای درمان جوش های دهان، رفع زردی دندان و جلوگیری از ریزش مو مؤثر است. برای این منظور باید سوخته کلم را در محل مورد نظر بمالند و این کار را تکرار کنند تا اثر خود را ببخشند. خوردن ۶/۲۵ گرم تخم کلم که با آب پخته شده باشد، لکه های پوستی را برطرف می کند. شیره کلم خام، برای تقویت خون اشخاصی که کمبود آهن دارند مفید است. شیره کلم خام، غشاهای مخاطی معده و روده ها را پاکیزه می کند [۹]. برگ کلم له شده، برای درمانی ناراحتی های پوستی مؤثر است. کلم اکسیری است که دوی همه دردهاست و تمام اعضای بدن از آن استفاده می کنند و هیچ دردی نیست که در مقابل کلم دوام آورد. کلم زخم های بواسیر را التیام می دهد. کلم سنگینی گوش را درمان می کند. برگ های خام کلم سبز یا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخورید. زیرا بر گهای کلم مقدار زیادی کلسیم و گوگرد دارد که برای تقویت خون بی اندازه مفید است و سالاد برگ کلم، بهترین درمان کم خونی است [۱۱]. مصرف سوپ کلم برای معالجه برونشیت و سرفه شدید مفید است. برگ کلم سفید یا قرمز در معالجه امراض کبد و یرقان (زردی) نتایج مؤثری دارد. کلم بهترین داروی طبیعی برای معالجه اسهال است، برای این منظور باید برگ کلم یا گل کلم را با آب پیزید و فلفل و کره به آن چاشنی کنید و با کره و نان برشته به عنوان غذا مصرف کنید. مصرف کلم، بیماری نفريت (ورم چرکی کلیه) را درمان می کند [۱۲]. مصرف کلم برای مبتلایان به نفريت به سبب دفع سموم موجب تسکین درد می شود. اگر برگ کلم را به وسیله گذاردن

اطوی داغ روی آن به صورت پماد در آورده و روی جاهایی که در بدن درد می کند بگذارید این مرهم (ضماد) برای تسکین درد اعصاب و رماتیسم و سیاتیک مؤثر است [۱۴]. مصرف شربت کلم، روزانه سه قاشق و هر بار یک قاشق قهوه خوری تمام کرم های بدن را دفع می کند. کلم به علت داشتن آهک زیاد، ارسنیک و ید، یکی از غذاهای بسیار عالی و مفید است و برای درمان سستی استخوان، سل و کم خونی نظیر ندارد. در کلم املاح سولفات، نترات دوپتاس، اکسیدهای آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد [۱۵].

معرفی بیماری سرطان معده:

معده یکی از اعضای موجود در شکم و بخشی از دستگاه گوارش است و مثل هر یک از اعضای دیگر بدن مستعد ابتلا به سرطان است. پس از اینکه غذا جویده و بلعیده شد، از طریق لوله‌ای به نام مری، از دهان وارد معده می‌شود. معده عضوی کیسه مانند و دارای ۵ قسمت مختلف است که ترشحات مختلفی برای هضم اولیه ی غذا ترشح می‌کند. سرطان در هر کدام از این مناطق پنج گانه ممکن است شروع شود و گاهی علائم و میزان بهبودی بر حسب محل ابتلا متفاوت است. داخلی ترین لایه، لایه ی مخاطی نامیده می‌شود و اکثر سرطان‌های معده نیز از این قسمت شروع می‌شود. هر چه سرطان به بافت‌های زیرین نفوذ کند، احتمال بهبودی نیز کاهش می‌یابد [۱۶]. سرطان معده عبارت است از رشد خارج از کنترل سلول‌های بدخیم در معده و از دسته سرطان‌هایی است که طی سالیان و به آرامی رشد می‌کند، ولی قبل از اینکه سرطان به معنای واقعی ایجاد شود، تغییراتی در لایه‌های معده ایجاد می‌شود. متأسفانه در مراحل ابتدایی علائم چندانی دیده نمی‌شود و شاید به همین دلیل، سرطان معده در مراحل ابتدایی به سختی تشخیص داده می‌شود. عفونت بانوعی باکتری به نام "هلیکو باکتر پیلوری" نیز منجر به گاستریت (زخم و التهاب معده) مزمن می‌شود که معمولاً در اکثر افراد موجب سرطان معده می‌شود. کشیدن سیگار، مصرف الکل و سابقه جراحی روی معده که قبلاً به منظور کنترل زخم انجام شده باشد، از دیگر دلایل ابتلا به این بیماری می‌باشد [۱۳].

علائم سرطان معده و درمان گیاهی آن:

علائم سرطان معده عبارتند از: درد در ناحیه شکم (قسمت فوقانی، میانی شکم و اپی گاستریک) و احساس توده در شکم (که از علائم دیررس و پیشرفته این بیماری می‌باشد)، احساس خستگی و ضعف و بی حالی که می‌تواند این علائم ثانویه ی کم خونی باشد. همچنین بی اشتها، به ویژه بی اشتهایی به غذاهای گوشتی و کاهش وزن که گاهی با اتساع شکم و آسیت (جمع شدن آب در شکم) همراه می‌شود. ممکن است همراه با توده باشد که در این صورت می‌تواند باعث انسداد روده گردد [۱۷]. گاهی نیز بیماران با علائم متاستاتیک به پزشک مراجعه می‌کنند مانند درگیری غدد لنفاوی ناحیه گردن که باعث بزرگی در این ناحیه می‌شود و یا علائم دیگر متاستاز مانند زردی و برآمدگی شکم که نشانه درگیری کبد است. مهمترین عامل ایجاد این سرطان باکتری هلیکو باکتر پیلوری می‌باشد. آلکالوئید سولفورافان موجود در گیاه کلم با از بین بردن باکتری هلیکو باکتر پیلوری که در معده باعث ایجاد زخم معده و سرطان معده می‌شوند، آن را درمان می‌کند [۱۴].

نتایج و بحث:

سابقه درمان بیماری‌ها با گیاهان دارویی به قدمت تاریخ زیست انسان بر روی کره زمین است و انسان به کمک گیاهان دارویی خود را درمان کرده و می‌کند. انسان تنها با داروهای شیمیایی درمان نمی‌شود بلکه همه عوامل طبیعی نقش درمان را دارد و دارو نهایتاً نقش پیشگیری را در برابری بیماری‌ها ایفا می‌کند. وجود گیاهان در طبیعت یکی از نعمت‌های بزرگ الهی محسوب می‌شود. سرطان معده یکی از بیماری‌های شایع است که نتیجه عفونت با باکتری هلیکو باکتر پیلوری می‌باشد که آلکالوئید سولفورافان موجود در گیاه کلم از بین بردن این باکتری آنرا درمان می‌کند و این یک راه درمان گیاهی برای یک بیماری خطرناک سالانه جان میلیون‌ها انسان را می‌گیرد می‌باشد.

منابع مقاله:

- ۱- م، قاسمی (۱۳۸۲). درمان بیماری‌ها با کمک داروهای گیاهی. نشر تیهو
 - ۲- بی نام - ۶/۶/۸۶ - شبکه تحقیقات گیاهان دارویی - www.mprn.ir
 - ۳- بی نام - بانک اطلاعات داروهای گیاهی و گیاهان دارویی ایر طب - www.irteb.com
 - ۴- بی نام - ۶/۵/۸۷ - ایران نیوز - www.irannews.com
 - ۵- صمصام شریعت (۱۳۸۶). گزیده گیاهان دارویی. نشرمانی
 - ۶- ع، زرگری (۱۳۷۱). گیاهان دارویی، جلد سوم. انتشارات تهران
 - ۷- ح، میرحیدر (۱۳۷۳). معارف گیاهی. نشر فرهنگ اسلامی
 - ۸- ع، یزدی (۱۳۷۸). خواص برخی خوراکی‌ها و گیاهان دارویی. نشر نجابت
 - ۹- Duke, J. A. et al. ۲۰۰۲. CRC Handbook of medicinal herbs. (CRC MedHerbs ed ۲)
 - ۱۰- Tutin, T. G. et al., eds. ۲۰۰۶. Flora europaea, second edition
 - ۱۱- Facciola. S. Cornucopia - A Source Book of Edible Plants. Kampong Publications ۱۹۹۰
 - ۱۲- Parmar. C. and Kaushal. ۲۰۰۱. M.K. Wild Fruits of the Sub-Himalayan Region. Kalyani Publishers. New Delhi. ۲۰۰۵
 - ۱۳- Kunkel. G. ۲۰۰۳. Plants for Human Consumption. Koeltz Scientific Books ۱۹۸۴
 - ۱۴- Koppikars Clinical Experience ۷۰ years in Homoeopathy by S.P.Koppikar. ۲۰۰۲
 - ۱۵- Dermatology for Homoeopaths by Ramji Gupta & R.K.Manchanda. ۲۰۰۳
 - ۱۶- Chiej. R. Encyclopaedia of Medicinal Plants. MacDonald ۲۰۰۴
 - ۱۷- Lust. J. The Herb Book. Bantam books ۱۹۸۳ ISBN ۰-۵۵۳-۲۳۸۲۷-۲
- منبع: <http://www.foodna.ir>

خواص سیر و خواندنی‌های درباره آن

آنچه مطالعه می‌کنید مطالبی درباره خواص سیر، انواع آن، مزایا، مضرات، خصوصیات گیاه شناسی این گیاه و سوال رایج برای از بین رفتن بوی دهان بعد از مصرف آن را دربر دارد.

خواص طبی سیر

سیر از مدت‌ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال‌های اخیر برای موارد قلبی - عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است. ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است.

مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولاً اثرات جانبی مصرف سیر خفیف و غیر متداول است. سیر ظاهراً تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می‌کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می‌کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی‌تر می‌کند. سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است. مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفافبخش استفاده

می‌کرده‌اند.

در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود. در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می‌کردند. در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی - عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود.

پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد. سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است. در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر بر روی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است.

در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد. بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

سیر از منظر گیاه شناسی

نحوه استفاده: خوراکی

خواص: سیر Garlic

نام علمی Allium sativum

گیاه شناسی

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می‌رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می‌باشد. برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گل‌های آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می‌شود.

سیر و پیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می‌باشد.

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می‌رفته است. هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است.

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می‌شناختند و از آن استفاده می‌کردند.

بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است.

انواع سیر

۱- سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می‌شود. این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است.

۲- سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می‌رسد.

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند :

از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دواى هفتاد درد است اما آنکس که سیر و پیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود. (به علت بوی بد دهان)

خواص دارویی:

طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود برای تغییر طعم غذا مصرف می شود .

- ۱) سیر بادشکن و ضد عفونی کننده است .
 - ۲) خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد .
 - ۳) سیر کرم کش است .
 - ۴) سیر محرک و تقویت کننده بدن است .
 - ۵) برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است .
 - ۶) سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد
 - ۷) سیر خون را رقیق می کند
 - ۸) سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد
 - ۹) خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می برد .
 - ۱۰) سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند.
 - ۱۱) سیر درمان کننده دردهای مفاصل ، سیاتیک و نقرس می باشد .
 - ۱۲) سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است .
 - ۱۳) آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود .
 - ۱۴) سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می برد .
 - ۱۵) سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .
 - ۱۶) سیر را با زیره بیزید برای تقویت دندان مفید است .
 - ۱۷) مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .
 - ۱۸) سیر را بسوزانید و با عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .
 - ۱۹) سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .
 - ۲۰) برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .
 - ۲۱) جهت رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .
 - ۲۲) جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :
- مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .
- ۲۳) جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضد عفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴) پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است .

۲۵) سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولاً هنگامیکه آنفلوانزا شیوع دارد، مصرف آن بالا می رود در چندسال پیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .

۲۷) خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .

۲۸) یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .

۲۹) مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدار LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . گ

۳۰) خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند .

۳۱) چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند
مضرات :

سیر با آنکه خواص بسیاری دارد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سیر برای آنهاییکه اسهال دارند مضر است آنهاییکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند . کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد .

تاریخچه سیر

یکی از قدیمی ترین گیاهان مورد مصرف غذایی و دارویی گیاه سیر است. قدیمی ترین اسناد به جای مانده در مورد سیر مربوط به کتیبه های سومریان است که از ۲۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح به جای مانده است.

همچنین سیر یکی از مهمترین داروهای مصر باستان است که حداقل ۲۲ خاصیت درمانی برای آن قائل بوده اند و در پاپیروس های به جای مانده از ۱۵۵۰ سال قبل از میلاد مسیح ثبت شده است.

هرودوت مورخ مشهور یونان که در ۴۵ سال قبل از میلاد مسیح به مصر سفر کرده اند و در تاریخ خود می نویسد: کارگران که که ساخت اهرام مصر رابه عهده داشته اند از مقادیر زیادی پیاز، تربچه و سیر استفاده می کرده اند هرودرت همچنین اضافه می کند که برای سیصد و شصت هزار کارگر سازنده اهرام مصر مقادیر بسیار زیادی سیر هر ساله جهت جلوگیری از امراض عفونی مورد نیاز و مصرف بوده است.

اقوام یهود مصارف و فوائد سیر را از مصریان آموخته و سپس این تجربیات را به بیرون از مصر انتقال دادند. در بازار دارویی، اشکال مختلف فراوده های سیر وجود دارد که بیش تر از همه به صورت تنپوره ، قرص و یا پرل های حاوی روغن هستند که توضیحات خلاصه ای درباره آنها داده می شود.

تنپور سیر شامل عصاره ی آبی الکلی مواد موجود در سیر است که به طور تقریبی همان خاصیت سیر را دارد ولی دارای بوی شدید بوده به همین دلیل از آن کمتر جایی استفاده می شود.

قرص سیر حاوی پودر سیر خشک شده است که بهترین شکل دارویی آن است و خواص آن تا حدودی شبیه سیر تازه است و مواد موجود در آن نیز حاوی اکثر موادی است که در سیر تازه وجود دارد.

بیشترین فراوردهای سیر در جهان به این شکل است، و از آنجا که این قرص‌ها دارای روکش هستند، لذا دارای بوی سیر نبوده و لی بعد از خوردن کمی بوی سیر از دهان به مشام می‌رسد.

سوال مهمی که اکثر افراد دارند این است که آیا خواص سیر به شکل ترشی و یا در غذاهای پختنی و یا سرخ کرده نیز مانند سیر تازه است؟

از نظر علمی، ترکیبات و مکانیسم اثر سیر تا حد زیادی پیچیده است و به طور مثال ترکیبات موجود در سیر تا زمانی که پوست حبه‌ها جدا نشده باشد با زمانی که سیر پوست‌کنده و خرد شود کمی متفاوت است، یعنی به محض له شدن سیر و مجاور شدن آن با هوا تغییراتی در آن روی می‌دهد.

چون مواد اصلی و موثر سیر نسبت به هوا و به ویژه حرارت حساس هستند. هر چه سیر بیش تر حرارت داده شود خواص آن کمتر می‌شود.

بنابراین اثر سیر در غذاهای پخته و سرخ شده به مراتب کم تر از سیر تازه است. همان‌بویی که در آشپزخانه از غذاهای پختنی و یا سرخ شده‌ی حاوی سیر به مشام می‌رسد مربوط به مواد گوگردی سیر است که بالاتر از ۶۰ درجه حرارت، کم‌کم متصاعد می‌شوند.

هم‌چنین سیر وقتی به صورت ترشی در می‌آید دست‌خوش تغییراتی خواهد شد که به حرارت محیط، سرکه زمان‌نگه‌داری و فاکتورهایی از این قبیل بستگی دارد ولی در اکثر موارد دارای خواصی شبیه به سیر است.

یک سوال رایج در مورد سیر:

نکته بسیار مهم دیگری که مورد سوال بسیاری از مصرف‌کنندگان سیر است این که بعضی افراد می‌پرسند آیا می‌توان حبه‌ی سیر را بدون جویدن بلعید تا هم بوی کم‌تری در دهان ایجاد کند و هم از خواص آن بهره‌مند شوند؟

باید گفت که تمام مواد موجود در گیاهان، در سلول‌های آن‌نگه‌داری شوند. شرط خروج این مواد از سلول‌ها له شدن یا پاره شدن و یا شکستن دیواره‌ی سلول‌هاست بنابراین تا وقتی که گیاهان به صورت له شده و یا پودر (خرد یا آسیاب شده) مورد مصرف قرار نگیرند. مواد موثر آن‌ها در بدن استخراج نشده و قسمت اعظم آن دفع می‌شود.

بنابراین هر چه سیر بیش تر له شود مواد بیش‌تری از آن در بدن آزاد می‌شود و در صورتی که به صورت حبه یا تکه‌های بزرگ مصرف شود، کمترین مقدار مواد موثر آن به بدن می‌رسد.

نکته‌ی دیگر این که برای از بین بردن کامل بوی سیر از دهان راهی وجود ندارد چون ترکیبات گوگردی سیر پس از وارد شدن به بدن و خون از راه ریه‌ها و پوست بدن دفع می‌شود و ارتباطی به دهان ندارد.

یعنی ترکیبات گوگردی که مسئول بوی سیر هستند در بازدم از ریه و با عرق بدن خارج می‌شوند لذا فقط بعضی مواد و یا خوش‌بوکننده‌ها می‌توانند به طور موقت و جزئی بوی دهان را تغییر داده و یا کمی بوی سیر را کاهش دهند.

منابع مقاله:

www.parsiteb.com

www.iranmania.com

www.persiandiet.com

منبع: <http://www.foodna.ir>

با کلم به جنگ سرطان بروید

به گفته محققان علوم غذایی، مصرف انواع کلم برای سلامت انسان بسیار سودمند و مفید است. خانواده این گروه از سبزی‌ها شامل کلم برگ، کلم بروکلی، کلم بروکسل، گل کلم، کلم قمری و کلم پیچ است.

انواع کلم غنی از ویتامین C و اسید فولیک و دارای عناصری نظیر ویتامین A، بتاکاروتن، گوگرد، فسفر و کلسیم است. از مهم‌ترین خواص این خانواده خصوصا کلم بنفش، بروکلی و گل کلم می‌توان به تاثیر آنها در پیشگیری از سرطان اشاره کرد.

این‌دول موجود در انواع کلم در ایجاد خاصیت ضدسرطانی آن نقش دارد، به همین دلیل این سبزی‌ها خطر سرطان روده، معده، سینه و ریه را تا حد بسیار زیادی کاهش می‌دهند. مطالعات آزمایشگاهی حاکی از آن است که کلم، میکروب‌کش قوی است و ویروس‌ها و باکتری‌های مولد بسیاری از بیماری‌های عفونی را از بین می‌برد. در یک لیوان کلم خام ۲۵ کالری، یک لیوان کلم پخته ۴۰ کالری و ۱۰۰ گرم گل کلم تنها ۱۰ کالری انرژی نهفته است.

کلم بروکسل

قسمت مورد استفاده آن به طور معمول جوانه‌های متورمی است که در اطراف ساقه گیاه زیر چتر برگ‌ها بیرون می‌زند و به شکل غده‌های گوشتی سبز و سفت به اندازه فندق درمی‌آید. فولات موجود در این نوع کلم برای زنان باردار بسیار مفید است و مانع بروز نواقص سیستم عصبی جنین می‌شود. از سوی دیگر فولات در پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی مفید است. از این رو افرادی که یک بار دچار سکته شده‌اند، خوب است به صورت مرتب از این سبزی مصرف کنند. قابل ذکر است اثر کلم قرمز به خاطر لیکوپن موجود در آن برای این افراد چند برابر است.

کلم بروکلی

در میان خانواده کلم، بروکلی در پیشگیری از سرطان موثرتر است. دارای ماده‌ای به نام سولفورافان است که به طور محسوسی تعداد و اندازه و میزان تکثیر سلول‌های سرطانی را کاهش می‌دهد. این‌دول موجود در آن استروژن اضافی را که باعث رشد تومورهاست، خنثی می‌کند. نقش بارز ویتامین‌های C، A و E در کلم بروکلی موجب شده تا از بروز بیماری‌هایی نظیر آلزایمر، بیماری‌های قلبی، آرتروز، التهاب مفاصل و کم‌خونی پیشگیری کند و مقدار بالای فیبر غذایی موجود در آن برای افراد دیابتی بسیار مفید است.

کلسیم موجود در بروکلی به همان میزان کلسیم شیر است، در نتیجه مصرف آن برای افرادی که به پوکی استخوان یا کمبود کلسیم دچارند، بسیار مفید است.

قابل ذکر است شیر علاوه بر کلسیم دارای ویتامین D می‌باشد، لذا منبع بهتری برای جبران کمبود کلسیم است. هنگام خرید کلم بروکلی باید به ساقه‌های ایستاده با رنگ سبز دقت کرده و از خرید آن با رنگ زرد خودداری کنید. قابل ذکر است مواد ضدسرطان موجود در جوانه‌های کلم بروکلی در مقایسه با بروکلی رسیده بیشتر است.

گل کلم

قسمت مورد استفاده این کلم، گل آذین آن است. آلیسین موجود در گل کلم موجب بهبود عملکرد قلب و کاهش خطر ابتلا به سکته می‌شود. سلنیوم موجود آن نیز با کمک ویتامین D موجب تقویت سیستم دفاعی بدن می‌شود. همچنین گلوکوسینولات موجود در گل کلم در اثر مصرف طولانی و مرتب در جلوگیری از بیماری آلزایمر موثر است و حافظه را تقویت می‌کند. برای بهره‌مندی بیشتر از مواد مغذی گل کلم بهتر است آن را به صورت خام به همراه کاهو و سایر سبزیجات میل کنید. این نوع سالاد ترشح ادرار را زیاد می‌کند. اگر هم قصد پختن آن را دارید، در مقدار بسیار کمی آب بجوشانید و آب آن را نیز در سوپ بریزید.

کلم برگ

کلمی بدون ساقه است که مصرف برگ یا آب آن دارای خاصیت ضدالتهابی بوده و اثر شفابخشی در افزایش مقاومت بدن در عفونت‌ها و زخم‌ها دارد.

توصیه

کلم در درمان بیماری‌های گوارشی مفید است، اما مصرف آن را به افرادی که دارای ناراحتی‌های کبدی و واریس هستند، توصیه نمی‌کنیم. افرادی که مبتلا به گواتر هستند، باید در مصرف کلم احتیاط کنند زیرا از جذب ید به وسیله غده تیروئید جلوگیری می‌کند. زیاده‌روی در مصرف کلم موجب ایجاد نفخ، خواب‌های پریشان، افزایش فشارخون و غلیظ شدن خون می‌شود.

نکته

به همراه غذای خود از ترشی کلم رنده شده با سرکه استفاده نمایید؛ چرا که فرآیند تخمیری حاصل در این نوع ترشی به تولید هرچه بیشتر موادی که در پیشگیری از سرطان موثرند کمک می‌کند؛ لذا برای کاستن سدیم موجود در این مخلوط، بهتر است قبل از مصرف کلم، آن را بخوبی با آب بشوید.

منبع: <http://jamejamonline.ir>

تأثیر زنجبیل بر زنان باردار

زنجبیل در درمان حالت‌های تهوع و ویار زنان باردار بسیار موثر است.

این گیاه دارویی که جزو گیاهان ادویه‌ای محسوب می‌شود، در حالت‌های تهوع دوران اول بارداری بسیار موثر می‌باشد و این در حالی است که زنان باردار به خاطر وضعیتی که دارند باید از مصرف داروهای شیمیایی خودداری کرده و مصرف هیچ دارویی برای آنها به علت احتمال ایجاد اختلالات جنینی توصیه نمی‌شود.

چه شرایط و عواملی سبب تولید رادیکال‌های آزاد در بدن می‌شوند؟

عوامل گوناگونی باعث به وجود آمدن رادیکال‌های آزاد در بدن می‌شوند که از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: فعالیت بدنی، آلودگی هوا، ضربه، جراحت یا شکستگی‌های استخوانی، قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید، تشعشعات، سموم و داروها و دود سیگار.

باید به خاطر داشت که رادیکال‌های آزاد نه فقط در بدن، بلکه ممکن است در مواد غذایی ایجاد شوند که پس از مصرف این گونه غذاها به بدن راه یافته و به ترکیبات حیاتی آن آسیب می‌رسانند. مهم‌ترین مثال در این رابطه، روغن‌های گیاهی و محصولات حاوی آنها (مانند سس‌ها، چیپس‌ها و پفک) است که در صورت انقضای تاریخ مصرف یا نگهداری در شرایط نامناسب، حاوی مقدار زیادی رادیکال‌های آزاد می‌شوند. توجه داشته باشید که گاهی اوقات، تاریخ انقضای یک ماده غذایی (مانند چیپس) نگذشته اما روغن به کار رفته در آن کهنه شده و از این رو کل ماده غذایی دچار فساد گشته است، بنابراین مصرف آن خطرناک بوده و استفاده از آن توصیه نمی‌شود. بیماری‌های متعددی می‌توانند به دلیل تولید رادیکال‌های آزاد و تخریب بیولوژیک ناشی از آنها پدیدار شود که از آن جمله می‌توان به پیری زود رس، انواع سرطان‌ها، سختی و انسداد رگ‌های تغذیه کننده قلب و مغز، دیابت قندی، آرتریت روماتوئید آب مروارید و آلزایمر اشاره کرد.

منبع: <http://nasle-farda.ir>

آی نعنا، نعنا، پونه

نویسنده: Dir.R.Momeni

فصل بهار با بوی خوش نعنا و پونه در کنار جویبارهای پر طراوت مزارع و دشت ندای سلامت را به ما می‌رساند. بد ندانستیم که سخنی با نعنا داشته باشیم.

طعم تازگی بخش و بوی نعنا از هزاران سال پیش در همه جای دنیا مورد توجه بوده است. از گذشته های دور نعنا را برای خوشبو کردن محیط به کار می‌بردند. مردم چین باستان از آن در پخت غذا، طب و مراسم مذهبی استفاده می‌کردند. یونانیان باستان نیز از نعنا، روغن ها و عطرها و نیروزا و حیات بخش تهیه می‌کردند و قهرمانان، آنها را قبل از شروع مسابقات، برای عضلاتشان استفاده می‌کردند. یونانی ها و رومی ها این عطرها را برای خوشبو کردن بدنشان به آب حمام اضافه می‌کردند و عبری ها نعنا را روی کف کیسه ها می‌پاشیدند که بوی خوش و تازگی بخش آن فضا را پر می‌کرد.

برگ های نعنا در مراسم خاصی حتی به تاج پادشاهان رومی و یونانی بسته می‌شد. در تمدن های باستانی نعنا برای افزایش نشاط ذهن و فکر و بوی مطلوب آن به کار می‌رفت. در حقیقت کلمه **Mint** (واژه انگلیسی نعنا) از اسم لاتین **Mente** به معنی فکر است و در بین گیاهان سمبل نیرو بخش جاودانی است. پلینی دانشمند رومی می‌گفت بوی ملایم نعنا به روح نیرو و حیات می‌بخشد، همان طور که مزه آن اشتها را افزایش می‌دهد.

نیاکان ما از خواص اشتها آور و کمک کنندگی به هضم غذایی نعنا آگاهی داشتند اما، همچنین معتقد بودند که نعنا سایر امیال را نیز تحریک می‌کند که ممکن است به صورت مانعی در برابر میزان هوشیاری و تمرکز فکر عمل کند.

نعنا سبب تحریک اشتها، هضم غذا و سبب افزایش جریان خون نیز می‌شود.

چای نعنا در یک روز سرد زمستانی شما را گرم می‌کند اما، در هوای گرم نیز چای نعنا با افزایش میزان جریان خون در سطح بدن و افزایش انتشار گرما، از راه منافذ پوست سبب خنک شدن بدن می‌شود. از این خواص نعنا می‌توان در پایین آوردن تب نیز استفاده کرد. در حقیقت مصرف چای داغ نعنا به دلیل ایجاد تعریق، درمان مناسبی برای عفونت و تب کودکان به شمار می‌رود و به علت طعم دلچسب آن به آسانی از سوی کودکان پذیرفته می‌شود.

نعنا خواص ضد میکروبی بالایی دارد که به بدن در مبارزه بر علیه طیف وسیعی از عفونت ها نظیر سرماخوردگی، آنفلوآنزا، عفونت های معده و روده کمک می‌کند. نعنا خواص ضد باکتریایی، ضد ویروسی و ضد قارچی دارد که در گذشته برای درمان اسهال، دیفتری، وبا و سل به کار می‌رفته است. بسیاری از روی تجربیاتشان بوی نافذ نعنا را بر طرف کننده گرفتگی و احتقان سر و سینوس ها و رفع بلغم سینه می‌دانند.

تمامی انواع نعنا توانایی زیادی در رفع احتقان راه های تنفسی و کاهش تولید معکوس دارند. با وجود اثرات تحریک کننده آن نعنا روی عضلات صاف در سرتاسر بدن به ویژه عضلات لوله گوارش، اثر شل کننده دارد. نعنا انقباض و گرفتگی عضلات را برطرف می‌کند و به برطرف شدن حالت هایی نظیر نفخ، قولنج، سوزش دل، سوءهاضمه، یبوست، اسهال و گریپ کولیت (درد شدید روده) کمک می‌کند. نعنا در تسکین حالت تهوع و استفراغ نیز کمک می‌کند؛ چه این علائم به علت عفونت باشد، چه فشار روانی یا بیماری ناشی از سفر. علاوه بر این تانن موجود در نعنا از بافت پوششی مجرای گوارشی در برابر تحریک و عفونت محافظت می‌کند و بنابراین در درمان اسهال و سندرم روده های تحریک پذیر و کولیت مفید است.

همان طور که گفته شد نعنا اشتها را بالا می‌برد و مواد تند موجود در آن، کبد و کیسه صفرا را تحریک می‌کند و موجب افزایش ترشح صفرا و سایر آنزیم های هضمی می‌شود، بنابراین هضم و جذب را بهتر می‌کند و شاید یکی از دلایل مصرف آن بعد از وعده های اصلی غذا، همین خاصیت کمک هضمی آن است. مصرف نعنا بعد از وعده غذای سنگین وقتی که احساس سیری و خواب آلودگی وجود دارد، علاوه بر هضم غذا سبب می‌شود که شخص حالت هوشیاری و بیداری خود را حفظ کند. نعنا علاوه

بر اثر آرام بخشی خود، اثر ضد درد نیز دارد و داشتن این خواص موجب می شود که در برطرف کردن حالات تنش زا و دردناک نظیر سردرد، گرفتگی عضله، درد معده، دردهای متناوب و پشت درد به کار می رود. در استعمال خارجی تأثیر خنک کننده و ضد درد شگفت انگیزی دارد.

روغن رقیق نعنا را می توان در بیماری هایی نظیر آرتروز و روماتیسم روی مواضع گرم و ملتهب زد. همچنین می توان از آن برای بهبود علائم دردناک نظیر درد عصبی و گرفتگی عضلات استفاده کرد. پس از یک روز پیاده روی طولانی در خیابان های شهر یا فعالیت روزانه که پاها خسته و دردناک می شود می توان مقداری روغن نعنا را به پارچه ای آغشته کرد و برای ماساژ دادن پاها آن را به کار برد.

کارکرد دیگر نعنا در استعمال خارجی، کمک به کاستن التهاب یا عفونت پوست مانند بیماری تب خال یا کچلی است. چای نعنا، غرغره خوبی برای گلودرد است و برای بیماری های لته زخم دهان شوینده خوبی به حساب می آید.

در مجموع، نعنا گیاهی با خواص درمانی شگفت انگیز است. همگی انواع نعنا خواص ذکر شده را دارند اما، هرچه بوی نعنا قوی تر باشد خواص و اثر آن نیز بیشتر است. اگر برگی از نعنا را بین انگشتان خود بمالید و آن را بو کنید، در اثر بوی آن ایجاد هوشیاری و سرزندگی، رفع احتقان مجاری تنفسی، ایجاد آرامش و سبکی را در خود احساس خواهید کرد. اگر فردی هستید که مدام در حال مطالعه یا مرور دروس برای امتحان هستید یا کار شما نیازمند تمرکز و هوشیاری است استفاده از نعنا برای شما مفید است. اگر احساس خستگی می کنید و مغز شما دیگر کشش فراگیری مطالب را ندارد، استفاده از نعنا به شما نیرو می بخشد.

اگر احساس عصبانیت یا فشار روانی می کنید، استفاده از نعنا به شما آرامش می بخشد. به دلیل تأثیر زیاد نعنا روی اعمال فکری، نعنا را بالابرنده توانایی انسان در درک و فهم افکار و عقاید به شمار می آورند. بنابراین هنگامی که می خواهید آمادگی و هوشیاری ذهنی خود را حفظ کنید یا احساس خواب آلودگی را از بین ببرید، یا هنگامی که می خواهید تمرکز ذهنی خود را علی رغم خستگی ناشی از شرکت در جلسه یا سخنرانی حفظ کنید، مزه مزه کردن قرص یا آب نبات نعنا (البته بدون قند) برای شما مفید خواهد بود.

منبع: ماهنامه بین المللی تغذیه و رژیم درمانی سرآشپز شماره ۱۸ /س

انجیر؛ از چاقی تا درد دندان

نویسنده: زهرا دیوبندی

جهت درمان لاغری و چاق شدن بایستی ۴۰ روز هر روز صبح مقداری انجیر را با کمی بادان رومی میل نموده تا سستی و ضعف بدن رفع و شخص لاغر چاق گردد.

جهت نیرویدن موها کافی است پس از کندن موها با جیوه و سرنج و زاج را نرم ساییده در آب انجیر حل کرده بمالند یا خاکستر گیاه کبر را در شیره ی انجیر بپزند و بمالند.

چنانچه خردل را له کرده و با چند عدد انجیر له شده خمیر نمایید و فتیله کرده و در گوش بگذارید جهت رفع خارش خوب است. جهت رفع لک و کک و مک و برص کافی است چند عدد انجیر تازه را له کرده و با کمی بوده ارمنی مخلوط کنید و بر پوست بمالید و این عمل را چندین بار تکرار کنید اگر مقداری برگ شنبلیله را در یک قابلمه ریخته و چند عدد انجیر تازه را به آن افزوده و به قدری بجوشانید تا پخته شود و آب آن را صاف نمایید و روزی یک قاشق مرباخوری از آن را میل کنید رفع خشونت سینه می کند و عفونتهای ریوی و تنفسی شما را به خوبی درمان می کند.

اگر چند عدد انجیر را در تنور یا فر بگذارید به قدری که سوخته شود و سپس آن را نرم ساییده و به وسیله ی مسواک تر یا با

انگشتی تمیز به دندانها بکشید در سفید کردن دندانهای شما بی مانند بوده و در قطع خونریزی لثه نیز مفید است .
جهت درمان سردردهایی که معمولاً پس از بیدار شدن از خوابهای عمیق به وجود می آید مقداری خاکستر چوب درخت انجیر را در سرکه حل کنید و بر پیشانی و سر بمالید .

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 انجیر را در یک لیتر آب چندین مرتبه شستشو دهید .
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 مؤثر بوده و آن را به خوبی برطرف می کند .

منبع:مجله خانواده شاد شماره ۳۹

خواص ۶ گیاه در کلام پیشوای صادق

سخنان امام صادق (علیه السلام) در خواص بعضی از گیاهان

به طوری که از مجلات و مطبوعات طبی استفاده می شود، طب جدید نزد بعضی از دانشمندان به عصر گیاهان دارویی بازگشت کرده است و به منافع آن به دیده اعتبار می نگرد و اثر طبیعی آن را در معالجه برخی از بیماری ها می پذیرد، به طوری که پزشکان در مناسبت های گوناگون بیماران خود را به استفاده از آن وادار می کنند، چون می بینند که استفاده از گیاهان دارویی در عین سادگی و تأثیر گذاری ضرری ندارد و یا ضرر آن اندک است.

تعجبی ندارد، زیرا که پیشرفت فکر بشری و تلاش او در راه کشف حقیقت به ناچار اندیشمندان و محققان و افکار روشن را به کنه بعضی از منافع که خدا در گیاهان طبیعی گذاشته، رهنمون می شود تا آثاری را که خدا در آنها قرار داده است به دست آورند.
در آن هنگام که اطباء از فوائد گیاهان دارویی غافل بودند و یا آن را در جای خود به کار نمی بردند، دانشمندان اسلام و پیشوایان دین حنیف از آن غافل نبودند و از فوائد و خواص آن چیزهایی را گفته اند که کتاب ها از آن پر است و احادیث بسیاری در این زمینه از ائمه معصومین (علیهم السلام) رسیده است، بنگرید به کتاب طب الائمه و طب الرضا و طب النبی و کتاب کشف الاخطار و کتاب بحار الانوار و کتابه های دیگر که خواننده را از اطاله سخن در اینجا بی نیاز می کند.

برای اینکه از اصل بحث خود که همان طب امام صادق (علیه السلام) است خارج نشویم، اینک برخی از سخنان طبی و راهنمایی های بهداشتی آن حضرت را درباره گیاهان نقل می کنیم؛ گیاهانی که پزشکان، پس از گذشت زمانی طولانی به منافع آن ها پی برده اند و تفصیل مطلب را به کتاب های مفصل واگذار می کنیم.

اینک بعضی از سخنان آن حضرت را می آوریم و آنها را با سخنان پزشکان این عصر تطبیق می دهیم.

-؟ سیر

امام صادق (علیه السلام) فرمودند: با سیر مداوا کنید ولی پس از خوردن آن به مسجد نروید. و فرمود: پیامبر می فرمودند: سیر بخورید که آن دوی هفتاد نوع بیماری است.

این سخنی است که امام (علیه السلام) در مقام هدایت و ارشاد اصحاب خود فرموده است ولی آیا آنها ندانستند که این گیاه عجیب به چه نوع بیماری فایده دارد؟ البته که نه، ولی اکنون در قرن بیستم، علم آن را کشف کرده و به مغز سخن امام رسیده است.

روزنامه های فرانسه مقاله ای را از دکتر «ریم» پخش کردند که مجله «الحکمه» چاپ لبنان آن را تحت عنوان «گوارا باد سیر» به عربی ترجمه کرد. در این مقاله آمده است:

خوشحال خواهی شد اگر بدانی که پزشکان در فارماکولوژی جایگاه شایسته این گیاه را به آن داده اند و گفته اند که کارگرانی که

در هرم «خوفو» در مصر در سال ???؟ پیش از میلاد کار می‌کردند زیاد سیر می‌خوردند تا بدنشان قوی شود و از بیماری‌ها نجات یابند.

در جای دیگری از این مجله آمده که تجربه‌های پزشکان معروفی مانند «سالین» و «لوتر» و «دویریه» و دیگران روشن کرده که سیر بلورهایی را که در بدن جمع می‌شوند و باعث تصلب شرایین می‌گردند، از بین می‌برد و خون را رقیق می‌کند.

در طب جدید ثابت شده که سیر عضله‌های قلب را تقویت می‌کند و فشار خون را تنظیم و خون را تصفیه می‌کند و با این کار بیماری‌هایی که از فساد خون ناشی می‌شود مانند سختی حیض در زن‌ها، مداوا می‌کند. همچنین سیر پیری زود رس و بواسیر و روماتیسم را از بین می‌برد و مجاری تنفسی را باز می‌کند و تنگی نفس را بهبود می‌بخشد و بعضی از انواع سل ریوی را معالجه می‌کند به خصوص اگر با شیر با هم خورده شود، چون به میکروب «کخ» که عامل بیماری سل است تأثیر می‌گذارد.

همچنین سیر در برابر بیماری‌هایی مانند آنفلوآنزا و تب مصونیت ایجاد می‌کند و رنگ صورت را زیبا و سرخ می‌کند و روده‌ها را به خصوص در اطفال از عفونت پاک می‌سازد و از تیفوئید و دیفتری و خروسک حفظ می‌کند.

گفته شده در شهرهایی که مصرف سیر زیاد است عمرها طولانی است و از سلامت خوبی برخوردارند: به اضافه این که سیر باعث پاک سازی عفونت‌های داخلی و از بین رفتن التهاب‌ها و زخم‌های مزمن و حاد معده می‌شود حیض و ادرار را به خوبی دفع می‌کند و سنگریزه و کرم را در اطفال برطرف می‌سازد.

این بود برخی از فوایدی که از اطباء درباره این گیاه به دست ما رسیده است و بقیه هفتاد نوع بیماری را که در حدیث آمده باید از کتاب‌های طبی مفصل جستجو کرد. به کلام امام صادق (علیه‌السلام) بنگرید که چگونه در عصری که اهل آن نمی‌توانستند چیزی را درک کنند و اهل این زمان با وسایل جدید و پس از رشد عقل با تجربه‌ها و گسترش علوم درک می‌کنند، سخن گفته است.

- پیاز

امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: پیاز بخورید که در آن سه خاصیت وجود دارد دهان را خوشبو می‌کند و لته‌ها را محکم می‌سازد و بر نیروی جنسی می‌افزاید و نیز فرمود: پیازدهان را خوشبو و پشت را محکم و بشره را زیبا می‌کند و نیز فرمودند: پیاز خستگی را از بین می‌برد و اعصاب را قوی می‌سازد و میل جنسی را زیاد می‌کند و تب را می‌برد.

این سخن را امام صادق (علیه‌السلام) در قرن دوم هجری و پیش از کشف منافع پیاز در طب امروزه فرموده است و در زمان او پیاز چیز بی‌ارزشی بوده ولی امروز تجربه‌هایی که درباره این گیاهان به عمل آمده، اسرار و منافع آن‌ها را نشان می‌دهد و می‌بینیم دکتر لاکوفسکی پس از آزمایش‌های بسیار فواید پیاز را به دست آورده و اثبات کرده که در پیاز ماده‌ای است که ضد سرطان است همان بیماری مرموزی که دانشمندان در کشف عامل آن رنج بسیار کشیده‌اند.

دکتر لاکوفسکی می‌گوید: تجربه‌ها را ادامه می‌دهیم و امید داریم که پیاز در آینده علاج کننده بعضی از بیماری‌ها باشد.

دکتر دامر می‌گوید: پیاز در آن واحد هم طعام است و هم دوا و پزشکان آن را برای افزایش ادرار و درمان بیماری‌های کلیوی و استسقاء به کار می‌برند و بهتر است که به صورت خام خورده شود.

پزشک دیگری می‌گوید: پیاز محتوی ماده با ارزشی است که باعث تخفیف درد در بینی و حلق و مجاری تنفس می‌گردد و مانند آنها.

این چیزی است که طب جدید درباره منافع پیاز به آن رسیده است و در آینده، بقیه آنچه امام گفته است کشف خواهد شد، پس درست بیندیش و انصاف بده که امام چقدر از طب آگاهی داشته است و او این مطالب را از پدران و نیاکانش از منبع وحی به دست آورده و استاد و مدرس و معلمی ندیده است.

- ترب

پزشکان در خواص این گیاه گفته‌اند که ترب ادرار را زیاد می‌کند، معده را برای هضم غذا آماده می‌سازد و هضم را آسان می‌کند و رماتیسم را معالجه می‌کند و نفخ شکم را از بین می‌برد و گاهی هم نفخ ایجاد می‌کند که دوی آن نمک است و نیز سینه را صاف می‌کند و اشتها آور است و بلغم را از بین می‌برد و سنگریزه‌ها به خصوص سنگ کبد را می‌شکند و خلط آور و بواسیر را تسکین می‌دهد.

می‌گوییم: ترب دارای مواد معدنی مفید و محتوی ویتامین‌های ب - د - ث است.

امام صادق (علیه‌السلام) پیش از دوازده قرن فرموده است:

ترب بخورید که در آن سه خاصیت است: برگ آن بادها را می‌شکند و مغز آن ادرار را آسان می‌کند و باعث هضم غذا می‌شود و ریشه آن بلغم را قطع می‌کند همچنین امام درباره ترب مطالب زیادی شبیه این مضمون فرموده است.

- هویج

پزشکان در خواص هویج گفته‌اند که آن دارای مقدار زیادی قند گیاهی است که زود جذب می‌شود ولی هضم آن برای کودکان دشوار است. آب آن مفید است و اگر همراه با عسل باشد تقویت کننده باه است، همان گونه که برای امعاء و در تنگی نفس و ناراحتی اعصاب مفید است و به رشد بدن در سن کودکی کمک می‌کند و ریگ‌ها را برطرف می‌سازد و کرم روده را نابود می‌نماید البته اگر خام خورده شود و همچنین باعث افزایش خون و جریان آن در بدن می‌شود و جز آنچه گفته شد فوائد دیگری هم دارد که طب امروز آن را کشف کرده و بیماران را به خوردن آن توصیه نموده است.

امام صادق (علیه‌السلام) در حدیثی فرمودند:

هویج امانی از قولنج است و بواسیر را درمان می‌کند و به قوه باه کمک می‌نماید و نیز فرمودند: خوردن هویج از کلیه مواظبت می‌کند و میل جنسی را افزایش می‌دهد.

می‌گوییم: هویج دارای ویتامین‌های آ-ب - ث می‌باشد.

- بادمجان

پزشکان در فواید آن گفته‌اند: بادمجان غذایی است که با بیشتر بیماری‌ها سازگار است، مقوی معده و ملین سفتی‌هاست و اگر با سرکه همراه شود ادرار آور است و پخته آن به طحال و زهره هم سودمند است.

امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند:

بادمجان بخورید که برای زهره مفید است و به صفرا زیان نمی‌رساند.

و نیز فرمودند: بادمجان بخورید که بیماری را از بین می‌برد و ضرری در آن نیست.

می‌گوییم بادمجان به بیماری پوستی ضرر دارد و مصلح آن روغن است اگر در آن جوشیده شود.

- کدو

پزشکان گفته‌اند: کدو سرد است و دماغ را مرطوب می‌کند و رگ‌های بسته را باز می‌نماید و ادرار آور و ملین معده است به خصوص برای معده کسانی که مزاج گرم دارند سودمند است، همچنین کدو برای یرقان و تب‌های حاد و بی‌خوابی مفید است و کسانی که عمر آنها از نیمه گذشته و طبعاً نیرو و فکر آنها به تحلیل رفته، باید بیشتر کدو بخورند که برای تجدید قوا و انساج بدن مفید است.

امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: کدو بر عقل و دماغ می‌افزاید و برای درد قولنج نافع است.

گفته شده که کدو دارای ویتامین آ می‌باشد.

این بود شمه‌ای از خواص گیاهان که به طور اختصار نقل شد.

منبع: کتاب طب الصادق (علیه السلام) ص ??? تا ???

طب گیاهی و خواص میوه ها در کلام امام باقر (ع)

یکی از موضوعات بسیا مهم در عصر حاضر، موضوع طب؛ بویژه طب اسلامی است که دانشمندان علم طب و آشنایان با معارف اسلامی باید به تحقیق در این مهم، همت گمارده، در توسعه و ترویج آن بکوشند. در این راستا به دلیل پیوندی که بین طب اسلامی و طب گیاهی وجود دارد، شناخت گیاهان دارویی و شفابخش نیز امری لازم و ضروری است. امام صادق علیه السلام وجود طبیب را یکی از نیازمندی های ضروری اجتماع می داند؟ (اسلام، مشوق مسلمانانی است با جسمی سالم و نیرومند و بدنی قوی و آماده. در قرآن مجید نیز به هنگام شرح صفات «طالوت» و صلاحیت او برای مقام رهبری بنی اسرائیل، نیروی جسمانی او را در ردیف نیروی علمی او آورده و می فرماید: «ان الله اصطفاه علیکم و زاده بسطه فی العلم و الجسم»؟)

در روایات نیز به این موضوع بسیار توجه شده است؛ زیرا هرگونه تلاش و کوشش در راه سالم سازی جسم؛ می تواند کوششی در راه تقویت بنیه های معنوی و انسانی محسوب گردد.

در این راستا گیاهان و میوه ها جهت شفابخشی و سلامتی بشر، داروهای مفید و مؤثری به شمار می روند. قرآن کریم و روایات اهل بیت علیهم السلام با بردن نام و ذکر دستورات درمانی شان، فواید و جایگاهشان را در درمان بیماری ها و امراض روحی و جسمی بشر یادآور شده اند. در این مقاله سعی می کنیم دستورات و نسخه های شفابخش بسیاری از گیاهان و میوه ها را در مکتب و اندیشه امام باقرعلیه السلام مورد بررسی قرار دهیم.

الف) خواص درمانی گیاهان و سبزی ها

کاسنی

امام باقرعلیه السلام فرمود:

کاسنی، تقویت کننده قوای جنسی است، از دور ریختن و هدر دادن آن دوری کنید؟.

امام صادق علیه السلام از پدر بزرگوارش روایت می کند که وی از دور ریختن و هدر دادن کاسنی هنگام غذا خوردن نهی می فرمود؟.

بادروج

این گیاه معرب «بادرو» فارسی است و نوعی از ریحان است که به فارسی، آن را ریحان کوهی می گویند. برگش ریز و ساقه اش به شکل مربع، پرشاخ و بویش کمتر از ریحان است. رنگ گلش نیز مایل به سرخی است؟ (امام باقرعلیه السلام فرمود: بادروج از آن ما، شفای دردها و ریشه آن نیز از بهشت است)؟.

حزاء

حزاء یا بیوه زا، گیاهی است که در طبرستان آن را جعفری می گویند. حزاء، گیاهی است مشابه کرفس که گفته شده، بیشتر در آذربایجان می روید)؟.

عمروبن ابراهیم گوید: از ضعف معده به امام باقرعلیه السلام شکایت نمودم که حضرت فرمود: حزاء را با آب سرد بخور)؟.

سماق

در روایتی از امام باقرعلیه السلام آمده است: سماق نافع بواسیر خونی است)؟.

سندروس

سندروس یا رزین ساندراک، به صورت قطعه های کوچک و به رنگ زرد روشن است. طبع گرم و خشک دارد و دودش نافع

سرماخوردگی، بواسیر، خونریزی است و اگر برای خوردن استفاده شود لاغر کننده، نافع ضعف چشم و تنگی نفس است)؟؟).
 امام باقرعلیه السلام در روایتی، سندروس را با سایر ادویه به طریق بخور، نافع دیوانگی دانسته اند)؟؟).
 شکر طبرزد (سفید)

جمیل بن درّاج از زراره و او از امام باقرعلیه السلام نقل می کند که فرمود: ای زراره! مردم را چه چیزی از فضیلت شکر طبرزد (سفید) غافل کرده است؟ شکر برای هفتاد درد و بیماری شفا و سود رسان است. بلغم را می خورد و ریشه اش را از بین می برد)؟؟).

حضرت در روایت دیگری فرمود: اگر شخصی که تب دارد ناشتا؟ مثقال شکر را با آب سرد بخورد، تبش از بین می رود)؟؟).
 شونیز (دانه سیاه)

زراره می گوید: از امام باقرعلیه السلام شنیدم که از رسول خداصلی الله علیه وآله وسلم درباره شونیز (دانه سیاه) سؤال شد که آیا مورد علاقه رسول خدا بود؟

فرمود: بله! ولکن پیامبرصلی الله علیه وآله وسلم مرگ را از آن استثناء کرده است. آیا نمی خواهی تو را به چیزی که از آن رساتر است، راهنمایی کنم که رسول خداصلی الله علیه وآله وسلم مرگ را در آن استثناء نکرده است؟ عرض کردم: بله ای فرزند رسول خدا! حضرت فرمود: دعا، که قضای حتمی را رد می کند و آن را محکم می گرداند و صدقه دادن آتش غضب را خاموش می کند. و سپس، حضرت انگشتانش را جمع کرد)؟؟).

سویق خشک

امام باقرعلیه السلام فرمود: چه بزرگ است برکت سویق خشک (آرد گندم و جو). وقتی انسان در سیری از آن بخورد، غذا را هضم می کند. هر وقت انسان در حال گرسنگی آن را بخورد، او را سیر می گرداند، و چه خوب توشه ای در حال سفر و حضر است)؟؟!)

عدس

عدس از جمله حبوباتی است که ارزش غذایی دارد. نشاسته آن زیاد؟؟ (درصد)، سفیده مانندش؟؟ (درصد) و چربی آن؟ (درصد) است. هر صد گرم آن؟؟ کالری حرارت تولید می کند و هضم آن به علت داشتن سلولز زیاد، متوسط است. پخته آن برای لاغرها و کسانی که ترشی معده دارند مفید است. عدس برای کسانی که ازت و اسید اوریکشان بالاست، مضر است. مواد معدنی آن: گوگرد، فسفر، کلر، سدیم، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، مس، روی، منگنز، ید و از همه مهم تر آهن است. ویتامین های آن نیز B و B است)؟؟).

امام باقرعلیه السلام درباره این نوع سبزی یعنی عدس، که از زمره حبوبات است، چنین فرموده اند: دختری که خون حیضش قطع نمی شود، به او سویق عدس بدهید تا بنوشد، که به سرعت، حیض قطع می شود)؟؟).

زعفران

زعفران دارای یک روغن مایع فزّار و ماده رنگینی است که تارهای پیچیده آن به رنگ نارنجی است و دارای خاصیت نیروبخش است.

امام باقرعلیه السلام در روایتی، معجون از عدس، زعفران، خاک قبر امام حسین علیه السلام و آب باران را شفا بخش دانسته است)؟؟).

همچنین امام باقرعلیه السلام فرمود: مردی از خراسان نزد امام سجّادعلیه السلام آمد و گفت: ای فرزند رسول خدا! حج را به جا آوردم و هنگام بیرون آمدن، نیت کردم که نزد شما بیایم؛ اما از درد طحال رنج می برم. دعایم کنید تا از آن رهایی یابم. امام

سجاده علیه السلام فرمود:

خداوند تو را از آن کفایت کند! حمد و سپاس برای اوست. هر وقت آن درد را احساس کردی، این آیه) ?? (را با زعفران و آب زمزم بنویس و بنوش، که درد از تو دور می شود) ??).

هویج

امام باقر علیه السلام فرمود: «الجزُّ امانٌ من القولنج و البواسیر، و یعیُن و علی الجماع»؛ استفاده از هویج نوعی ایمنی است از قولنج و بواسیر و بر جماع نیز کمک می نماید) ??).

یشان همچنین فرمود: خوردن هویج کلیه ها را گرم می نماید) ??).

اسپند

امام باقر علیه السلام، استفاده از آن را برای درمان سِلْسُ البول (قطره قطره آمدن بول) مفید دانسته اند و فرموده اند: اسپند را با آب سرد ? بار و با آب گرم نیز یک بار بشوی. سپس آن را در سایه، خشک کن. سپس با روغن گندم و یا جوی خالص بکوب و ناشتا به اندازه دارو از آن استفاده کن. این دارو شما را از آن عارضه شفا خواهد داد به اذن خداوند) ??).

بنفشه

امام باقر علیه السلام فرمود: اگر مردم می دانستند در بنفشه چه خاصیتی است و چه دردهای بسیاری را درمان می کند، آن را جرعه جرعه می نوشیدند) ??).

تره

امام باقر علیه السلام فرمود: تره، «سپرز» را درمان می کند. چون «سپرز» شما دردناک شود، تره را در روغن بپزید و از آن بخورید که درد آرام خواهد یافت) ??).

چغندر

حضرت امام باقر علیه السلام، چغندر را برای درمان «بَرَص»، مفید دانسته است. ایشان می فرماید: بنی اسرائیل از بَرَص نالیدند و شکایت کردند. حضرت موسی این شکایت را به خداوند متعال رساند، خداوند عزوجل امر کرد که گوشت گاو را با چغندر بخورند تا از بَرَص شفا یابند) ??).

کراث

کراث سبزی معروف بوداری است که به سیر شباهت دارد. امام باقر علیه السلام فرمود: در کراث چهار خصلت است: باد درون را طرد می کند، دهان را خوشبو می نماید، بواسیر را قطع می کند و امان از جذام است) ??).

شلغم

امام باقر علیه السلام فرمود: هیچ مخلوقی نیست؛ مگر اینکه در آن رگی از جذام هست، آن را با شلغم آب کنید) ??).

(ب) خواص درمانی گوشت

امام باقر علیه السلام فرمود: سَيِّدُ الطَّعَامِ اللَّحْمُ؛ بهترین غذا، گوشت است) ??).

زراره می گوید: من پانزده روز با امام باقر علیه السلام غذا خوردم و غذای ما گوشت بود) ??).

ایشان پس از بیان فضیلت غذایی گوشت، آن را برای درمان «یرقان» مفید دانسته است و بهترین نوع آن را برای رفع این بیماری، «گوشت قطا) ??» (معرفی نموده است. ایشان در روایتی نیز «گوشت گاو» را برای درمان بَرَص مفید می داند) ??).

درمان سنگ مثانه

امام باقر علیه السلام فرمود: از این ?? ماده: هلیله، بلیله، آمله، فلفل، دارفلفل، دارچین، زنجبیل، شقاقل، انیسون و خولنجان، به طور

مساوی بردارید و با هم بکوبید و سپس آن را در روغن گاو پزید. این معجون وقتی با غسل صاف شده آمیخته شود و هر روز به قدر فندقی از آن تناول شود، سنگ مثانه را می شکند)??).

خواص درمانی سنجد

امام باقرعلیه السلام فرمود: میوه ی سنجد، گوشت را می رویاند، به پوست بدن، توانایی می بخشد و قلوبه ها را گرم می کند. نیز سنجد در علاج بیماری های بواسیر و سلس البول بسیار سودمند است)??).

درمان درد زخم

حضرت باقرعلیه السلام فرمود: قیر تازه (ماده ای که بر کشتی می مالند) و مثل آن را با پیه بز و پارچه ای تازه و کوزه سفالین تازه بردار. ظاهر آن را قیرمالی کن، سپس بر آن شیر بریز و زیرش آتشی ملایم روشن کن. سپس کاغذی نوشته شده)?? (را بردار و روی دستت بگذار و بر آن قیر بمال و بر روی زخم ببند. اگر زخم عمیق بود از کتان، ریسمان بتاب و بر روی زخم قیر بریز و سپس آن ریسمان را در آن زخم بگذار. ان شاءالله بهبودی می یابد)??).

درمان اسهال خونی

ابوحمره ثمالی می گوید: مردی به امام باقرعلیه السلام از اسهال خونی شکایت کرد. امام علیه السلام به او فرمود: از خاک ارمنی بردار و با آتشی ملایم آن را بپز و سرخ کن. سپس استفاده کن که اسهال قطع می شود)??).

امام باقرعلیه السلام فرمود: قدری از گل ارمنی بر روی آتش گرم کنید و به بیمار اسهال بخورانید که وضعیت درونی اش آرام خواهد گرفت)??).

نمک

امام باقرعلیه السلام فرمود: نمک برای هفتاد بیماری، دارویی اثر بخش است)??).

ج) خواص درمانی میوه ها

خرما

امام باقرعلیه السلام فرمود: «لم تستشف النساء بمثل الرطب، ان الله اطعمه مریم فی نفاسها»؛ زنها در هیچ چیز مثل خرما شفا نمی یابند، چون خدا به مریم در موقع زایمان خرما داد)??).

سیب

ابی بصیر می گوید: امام باقرعلیه السلام فرمود: موقعی که خواستی سیب بخوری، قبلاً آن را استشمام کن، سپس بخور؛ زیرا این کار هر ناراحتی را که بر روحت عارض شده، آرام می کند)??).

آلو

حضرت می فرماید: آلو نافع صفرا، حرارت، بادهای بدن، زهره، خشکی مفاصل و فشار خون است)??).

جابر می گوید: مردی به امام باقرعلیه السلام از هیجان مرّه (زهره) شکایت کرد و عرض نمود: کم مانده دیوانه شوم! آن حضرت فرمود: آن را با اجاص (آلو) معالجه کن)??).

انجیر

امام باقرعلیه السلام فرمود: انجیر بخورید که برای قولنج نافع است)??).

ابوحمره ثمالی از امام باقرعلیه السلام نقل می کند که وقتی پادشاه قبطی خروج کرد و خواست بیت المقدس را خراب کند، مردم به اطراف حزقیل پیغمبر جمع شده و به وی شکایت نمودند. حزقیل شب با خدا مناجات کرد و خداوند به ملک مسؤل هوا وحی فرمود که نفوس و ارواح آنان را بگیرد و همگی مردند. حزقیل این خبر را به قومش رساند. آنان بیرون رفتند و دیدند همه آنان

مرده اند، اما عَجَب و خودپسندی بر حزقیل عارض شد و با خود فکر کرد که سلیمان پیغمبر علیه السلام بیش از من فضیلتی ندارد، چون به من اختیار هوا نیز داده شده است. در این حال زخمی بر کبد حزقیل عارض شد و او را اذیت نمود، حزقیل با خدا مناجات و خشوع کرد و روی خاکستر نشست، خداوند به وی وحی نمود که: شیره انجیر را بگیر و از بیرون بر سینه خود بمال. حزقیل چنین کرد و خوب شد)؟؟.

انگور

در روایتی امام باقر علیه السلام به فرزندش امام صادق علیه السلام فرمود: انگور را دانه دانه بخور. و فرمود: شفا در میوه ای است که رسیده باشد، چنان که خداوند فرموده: «كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ»؟؟ (یعنی از میوه درخت بخورید وقتی که برسد. [ایشان انگور را به دلیل خوب رسیده بودنش شفای بسیاری دردها می دانند])؟؟.

بِه

امام باقر علیه السلام می فرماید: میوه «بِه» غبار اندوه را از خاطر محو می کند، همان طور که انگشتان شما قطرات عرق را از پیشانی تان می برد)؟؟.

گلابی

امام باقر علیه السلام فرمود: گلابی مانند اجاص (آلو) برای درمان صفرا و جلوگیری از برانگیخته شدن آن نیکوست و برای درد آن آرام بخش است)؟؟.

پی نوشت:

. ?تحف العقول عن آل الرسول، ص. ???

. ?انفال. ?? /

. ?طبّ الاثمه، سید عبدالله شیر، ص. ???

. ?همان، ص. ???

. ?ر. ک: تحفه حکیم مؤمن، ص. ??

. ?محاسن، ج، ? ص. ???

. ?دورنمای طبّ اسلامی، آیهالله مصطفی نورانی، ص. ???

. ?اصول کافی، ج، ? ص. ???

. ?طبّ الاثمه، حسین و عبدالله بن بسطام نیشابوری، ص. ??

. ??? گیاهان دارویی، دکتر زرگری، ج، ? ص. ???

. ??? بحار الانوار، ج، ?? ص. ???

. ??? طبّ الاثمه، ص. ???

. ??? مکارم الاخلاق، ص. ???

. ??? طبّ الاثمه، ترجمه جابر رضوانی، ص. ??

. ??? همان، ص. ??

. ??? دورنمای طبّ اسلامی، ص. ???

. ??? امالی، شیخ طوسی، ج، ? ص. ???

. ??? محاسن، ج، ? ص؛ ??? مکارم الاخلاق، ص ?? و. ???

?? منظور، آیه ??? و ??? اسراء است.

?? طبّ الائمه، ص.??

?? مکارم الاخلاق، ص.???

?? محاسن، ج، ? ص.???

?? طبّ الائمه، ترجمه جابر رضوانی، ص.??

?? خصال، شیخ صدوق، ص.???

?? طبّ الائمه، ترجمه واقتباس جوادفاضل، ص.???

?? طبّ چهارده معصوم، محمد مهدی تاج لنگرودی، ص.??

?? همان، ص.?? - ??

?? طبّ الائمه، ترجمه جابر رضوانی، ص.???

?? طبّ چهارده معصوم، ص.???

?? همان، ص.???

?? منظور گوشت نوعی کبوتر است که شبیه به قمری می باشد؛ (همان، ص.??)

?? مکارم الاخلاق، ص.???

?? طبّ الائمه، ترجمه واقتباس جوادفاضل، ص.???

?? همان، ص.?? - ???

?? زیرا جوهر به کار برده شده در کاغذ (کاغذ نوشته شده) به جذب و چسبندگی مواددرمانی کمک می کند.

?? طبّ الائمه، بسطام نیشابوری، ص.?? - ???

?? طبّ الائمه، ترجمه جابر رضوانی، ص.??

?? طبّ الائمه، ترجمه واقتباس جوادفاضل، ص.???

?? همان، ص.???

?? تفسیر مجمع البیان، ج، ? ص.???

?? بحار الانوار، ج، ?? ص.???

?? همان، ص.???

?? خصال، شیخ صدوق، ص.???

?? اصول کافی، ج، ? ص؛ ??? دورنمای طبّ اسلامی، ص.??

?? محاسن، ج، ? ص.???

?? انعام.???

?? محاسن، ج، ? ص؛ ??? مکارم الاخلاق، ص.??

?? طبّ الائمه، ترجمه واقتباس جوادفاضل، ص؛ ??? رمزالصحه فی الطبّ النبوی والائمه؛ سید محمود دهرسخ اصفهانی، ص

???

?? طبّ الائمه، ترجمه جابر رضوانی، ص؛ ??? رمزالصحه فی الطبّ النبوی والائمه، ص.???

خواص دارویی پونه

نویسنده: دکتر محمد صالحی سورمقی

نام فارسی: پونه

نام علمی: *Mentha pulegium*

نام عمومی: European pennyroyal

نام انگلیسی: European pennyroyal

نام عربی: حبق (Hhabaq)

نام فرانسوی: Pouliot

نام آلمانی: Polei-Minze

نام های مترادف: *Mentha exigua, Pulegium vulgare*

نام خانواده: Labiatae (نعناع)

گیاه شناسی:

پونه گیاهی است علفی و بوته ای به ارتفاع تا ۶۰ سانتی متر که به صورت خودرو در بسیاری از دست ها و اطراف جریان های آب می روید. برگ ها بیضی شکل و نوک تیز و اکثراً دارای دندانه های کوچک و منظم هستند. از کلیه قسمت های گیاه و به خصوص برگ ها بوی بسیار قوی و نافذی به مشام می رسد. گل ها به صورت مجتمع در کنار برگ ها و اکثراً در قسمت های بالای محور ساقه قرار می گیرند که به رنگ بنفش و گاهی گلی کمرنگ می باشند.

پونه گونه های مختلفی دارد که به نام های گوناگون معروفند. یکی از این گونه ها به نام ویلوزا، پوشیده از کرک های فراوان و دارای بوی تندی است؛ به همین دلیل آن را برای استفاده پرورش می دهند. قسمت هوایی پونه و به خصوص برگ ها مورد استفاده می باشند.

پونه در بسیاری از نقاط ایران خصوصاً نواحی شمالی می روید و گونه ای از آن به نام خالواش در گیلان مشهور است که بوی معطر و مطبوعی دارد و به صورت سبزی خوراکی و یا اشکال دیگر مصرف می شود.

ترکیبات مهم:

پونه حاوی ۱ تا ۲ درصد اسانس مایل به زرد و یا سبز است. پولگون موجود در اسانس برگ آن از ۹ درصد در نوع برزیلی تا ۳۰ درصد در انواع آمریکایی وجود دارد. میزان پولگون گونه های اروپایی از ۹۰ تا ۹۴ درصد می باشد.

موادی که به طور طبیعی در اسانس پونه وجود دارند و یا خود به خود اکسیده می شوند، عبارتند از: آلفایی نن، بتایی نن، لیمونن، ۳-اکتانول، ۳-اکتانول، پاراسیمن، ۳-اکتیل استات، منتون، ایزومتون، پولگون، ایزوپولگون، پی پرتون، سیس و ترانس پولگون اکساید و کاریوفیلین.

ترکیبات مهم دیگر گیاه شامل اسیدلوریک، اسید میریستیک، اسید پالمیتیک، سالی سیل آلدهید، دیوسزمین و هسپریدین است. دانه های خشک پونه حاوی تا ۲۵ درصد پروتئین، ۲۷ درصد چربی، ۱۱ درصد خاکستر، ۰/۹ درصد کلسیم، ۰/۵ درصد سدیم و تا ۱/۵ درصد پتاسیم می باشند.

داروشناختی و اثرات مهم:

برگ های پونه برای ایجاد طعم و مزه، درست کردن چای و به عنوان ادویه استفاده می شوند. یکی از مصارف مهم آن به عنوان

طعم دهنده نوعی خوراک گوشت می باشد که گاهی آن را با فلفل و عسل نیز مخلوط می کنند. این گیاه بوی منحصر به فردی دارد که کاملاً از نعنای قابل تشخیص است.

طعم پونه در ابتدا گرم، کاملاً معطر و تقریباً گس و تلخ است و پس امدتی ایجاد احساس خنکی می کند. اسانس پونه دارای طعم تلخ و احساس سردی است.

بوی پونه کمی شبیه بوی سیترونل است و از آن در صابون های معطر استفاده می شود. اسانس پونه در حشره کش ها به کار می رود. همچنین، از آن به صورت پودر برای پاشیدن بدین منظور استفاده می شود. اسانس پونه یکی از منابع تولید طبیعی منتول می باشد. یکی از محصولات پونه عرق طبی آن است.

در زمان قدیم پونه را در اتاق افرادی که تشنج داشتند آویزان می کردند و معتقد بودند که تاثیر آن بیشتر از گیاه گل سرخ است. همچنین، آن را برای بهبود سردرد و گیجی به دور سر می بستند.

چای پونه را نیز برای رفع سرماخوردگی، سرفه و مشکلات قاعدگی مصرف می کردند. در هر صورت، پونه باید با دقت مصرف شود، زیرا مصرف بیش از حد آن باعث مسمومیت می گردد. در آمریکا برگ و اسانس پونه به طور قانونی به فروش نمی رسد. در اروپا از آن به عنوان ضد عفونی کننده، ضد نفخ، صفرا آور، معرق، هضم کننده، قاعده آور، ضد سرفه و محرک استفاده می شود.

سمیت و عوارض جانبی:

مصرف خوراکی در حد یک قاشق چایخوری اسانس پونه می تواند عوارض جدی به همراه داشته باشد. به طور مثال در گزارشی از ۱۹۷۸ کلرادوی آمریکا آمده است: مصرف خوراکی اسانس پونه برای سقط جنین باعث مرگ زن جوانی شد. مصرف در حد دارویی اسانس و یا فراورده های پونه عارضه جانبی ندارد.

آمار دیگر نشان می دهد که مصرف خوراکی ۲ قاشق چایخوری اسانس پونه یک مادر ۱۸ ساله را به مرگ کشانده است. حتی نصف قاشق چایخوری اسانس پونه می تواند باعث تشنج و کما شود.

طریقه و میزان مصرف:

۱- تا ۴ گرم گیاه خشک به صورت دم کرده یا به صورت های دیگر تا سه بار در روز خوراکی.

- عصاره مایع هیدروالکلی ۱ تا ۴ میلی لیتر تا سه بار در روز خوراکی.

- اسانس پونه ۵٪ تا ۲ میلی لیتر در روز به صورت مخلوط با مواد دیگر. اصولاً اسانس گیاهان را نباید به هیچ وجه مستقیماً مصرف کرد و خورد.

- از گیاه تازه نیز می توان استفاده نمود. البته برگ ها طعم و مزه گس و کمی سوزاننده دارند.

مهم ترین اثرات گزارش شده:

ضد درد، ضد چسبندگی پلاکت ها، بی حس کننده، ضد باکتری، ضد سرطان، ضد ادم، ضد التهاب، ضد موتاژن، ضد اکسیدان، ضد روماتیسم، ضد اسپاسم، ضد تومور، ضد ویروس، قابض، ضد کاندیدا، ضد نفخ، محرک، CNS دپرسانت، ضد احتقان، معرق، ادرار آور، قاعده آور، قارچ کش، مسکن، مقوی معده، شل کننده عضلات و مهار کننده سیکلواکسیژناز. نکات قابل توجه:

۱- پونه آمریکایی حاوی ۲ درصد و نوع اروپایی تا ۱ درصد اسانس است که میزان پولگون این اسانس ها از ۸۵ تا ۹۲ درصد می باشد.

۲- پولگون جسمی است که مصرف زیاد آن می تواند عوارض جانبی خطرناکی داشته باشد؛ لذا پونه های نوع آمریکایی و اروپایی

که درصد بالایی پولگون دارند، باید به مقدار کم و با احتیاط مصرف شوند.

۳- از میان گونه های پونه ایرانی، خالواش مورد تحقیق قرار گرفته است که درصد کمی پولگون دارد و می توان آن را به صورت سبزی خوراکی مصرف نمود؛ به طوری که سالیان درازی است که این گیاه در گیلان کشت و استفاده می شود.

۴- به طور کلی هر پونه ای را که حاوی پولگون با درصد پایین باشد می توان با اطمینان مصرف کرد و در غیر این صورت باید در مصرف آن احتیاط نمود.

۵- در کانادا مصرف پونه هایی که حاوی پولگون نباشند مجاز است.

۶- مصرف خوراکی اسانس پونه هایی که حاوی پولگون با درصد بالا هستند باعث عوارض کبدی، کلیوی و مخاطی می شود.

۷- عوارض خوراکی اسانس پونه با درصد بالای پولگون شامل اسهال، دردهای شکمی، بالا رفتن فشارخون، استفراغ و در موارد شدید سقط جنین است.

۸- بهتر است در زمان شیردهی و حاملگی از مصرف پونه خودداری شود.

۹- در کتاب قانون ابن سینا پونه به نام فودنج معرفی و شرح مفصلی در مورد آن داده شده است.

در این کتاب ابن سینا هم به چندین نوع پونه اشاره کرده و علم امروز گیاهشناسی گونه های مختلف این گیاه را تقسیم بندی نموده است که مواد موثر موجود در آنها خواص مشترک و در مواردی متفاوت دارد. همچنین، ممکن است بعضی گونه ها دارای موادی با عوارض جانبی باشند. اما در قانون به پونه جویباری (پونه کنار آبی)، پونه کوهی، پونه شاک و پونه ای که آن را غلیجن می نامند، اشاره شده است. ابن سینا معتقد است که پونه کوهی از پونه جویباری قوی تر است. البته اثرات گونه های مختلف را شبیه می داند و می گوید: پونه خون را به سمت پوست می کشد، طبیعت گرم دارد و معرق می باشد. دارای خاصیت ضد درد و کوفتگی ماهیچه هاست، اشتها آور و مقوی معده است و سکسکه را بر طرف می کند. آب پز پونه ادرار آور است. بیمار مبتلا به تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد یا پونه را در روغن بیزد و از آن روغن بر تن بمالد، بسیار نافع است. دود برگ پونه حشرات را دور می کند. پونه بیابانی داروی نیش کژدم است.

بسیاری از خواصی که ابن سینا راجع به پونه نوشته است با کتب علمی امروز مطابقت دارد. البته باید گونه های مختلف نعناع (Mentha) و پونه که گونه ای از نعناع است و گونه های مختلف پونه، به خصوص انواع ایرانی آن، مورد تحقیق و مطالعه قرار گیرند تا با تجزیه و شناسایی کمی و کیفی مواد موجود در پونه های ایرانی بتوان به آثار دارویی و درمانی آنها پی برد و آنها را به طور صحیح مصرف نمود.

منبع: مجله دنیای تغذیه شماره ۸۶ ی

درباره جعفری

نویسنده: سپیده سلیمی

منبع: sharghnewspaper.ir

جعفری گیاهی مملو از ویتامین C، پیش ماده ویتامین A، آهن، کلسیم، پتاسیم، فسفر، منیزیم، سولفور، مس و سیلیس است. ترکیبات روغنی موجود در جعفری خواص ضدباکتری دارند که می توانند با تب و برخی از انواع عفونت ها مبارزه کنند. جعفری که احتمالاً میزان مصرف آن در سطح جهان گسترده تر از سایر سبزیجات است از زمان روم و یونان باستان از اعتبار ویژه ای برخوردار بوده است و در اساطیر یونان دسته هایی از جعفری را بر روی سنگ قبر مردگان می گذاشتند و آن را به ملکه عالم ارواح تقدیم می کردند تا برای شخص تازه درگذشته در جهان دیگر شانس بیاورد. رومیان باستان برگ های جعفری را در داخل ردای

خود قرار می‌دادند و گلابیاتورهاها برای افزودن بر قدرتشان جعفری می‌خوردند.

در طب سنتی اروپا نیز برای درمان یرقان، مالاریا و استسقا از ریشه جعفری استفاده می‌کردند. جعفری خام برای فقر آهن و درمان کم‌خونی بسیار مفید است زیرا ویتامین C موجود در آن جذب آهن را افزایش می‌دهد. جعفری با افزایش فعالیت معده و ترشح آنزیم‌های گوارشی اشتها را تحریک می‌کند و عمل هضم و جذب را بهبود می‌بخشد از این رو برای بیمارانی که دوران نقاهت را پشت سر می‌گذارند ماده‌ای مفید است. این سبزی همچنین اثری آرام‌بخش بر روی دستگاه گوارش دارد و موجب از بین رفتن گاز معده، کولیت و سوءهاضمه می‌شود. جعفری ماده‌ای مدر است و دفع سموم از بدن را افزایش می‌دهد به همین سبب برای بیماری‌هایی مانند آرتروز و نقرس بسیار مفید است. روغن دانه جعفری انقباض عضلات را رفع می‌کند و سردرد، میگرن، آسم، التهاب مثانه و سوءهاضمه را بهبود می‌بخشد. گردش خون را تحریک می‌کند و برای دستگاه عصبی مفید بوده خواب آلودگی و اضطراب را از میان می‌برد.

اگرچه خوردن جعفری پس از زایمان و در دوران شیردهی فواید زیادی دارد که از آن جمله می‌توان به جمع شدن سریع تر عضلات رحم و ازدیاد شیر مادر اشاره کرد اما مصرف آن در دوران بارداری به مقدار زیاد توصیه نمی‌شود زیرا ممکن است با تحریک انقباضات رحمی موجب بروز مشکل در بارداری شود. برگ جعفری تازه کوبیده در تسکین بخشیدن جای نیش حشرات موثر است. جویدن برگ جعفری تازه بوی بد ناشی از خوردن پیاز و سیر را از دهان می‌زداید. آب جعفری تازه که با یک قطعه کوچک پنجه بر روی دندان دردناک قرار داده شود می‌تواند درد دندان را تسکین دهد. همچنین شستن موها با آب جعفری موجب درخشان شدن مو می‌شود.

در طب‌های ایرانی از جعفری چه به صورت خام و چه پخته استفاده‌های فراوانی می‌شود. از جعفری در طبخ اغلب آش‌ها و بسیاری از سوپ‌ها استفاده می‌کنیم. افزودن یک یا دو قاشق جعفری تازه خرد شده به انواع سالاد طعم دلپذیری به آنها می‌بخشد. در تهیه ساندویچ‌ها نیز جعفری خرد شده همراه با پیاز یا سایر سبزیجات به کار برده می‌شود ضمن آنکه از جعفری به دلیل فرم خاص برگ‌هایش که به شکل گلی چندپر است در تزئین بسیاری از غذاها نیز سود می‌بریم.

کشف تاثیر مصرف آلو در جلوگیری از پوکی استخوان

نویسنده: رضا دهقان

منبع: هفته نامه سلامت

نوعی آلو (آلو سیاه) نوید دهنده افزایش ضریب سلامت زنان و به ویژه ساختار استخوانی آنها پس از دوران یائسگی است. پروفیسور ارجمندی محقق سرشناس ایرانی دانشگاه فلوریدای آمریکاست که پس از سالها تحقیق و پژوهش درباره تاثیرات این میوه ارزشمند در آستانه ارائه فرمولی جدید و موثر برای کمک به زنان مستعد ابتلا به پوکی و مشکلات استخوانی است.

به گزارش خبرگزاری مهر، پوکی استخوان بیماری همه‌گیری است که به تنهایی در آمریکا ۱۰ میلیون را مبتلا کرده است و مهمتر آن است که ۸۰ درصد این جمعیت در معرض خطر را زنان تشکیل می‌دهند. در کنار مصرف داروهای مختلف، تغذیه می‌تواند نقش مهمی در سلامت استخوانها و جلوگیری از ابتلا به پوکی استخوان ایجاب کند. این مأموریت علمی و تحقیقاتی است که پروفیسور ارجمندی از دانشگاه فلوریدا به مدت ۵ سال است که در دانشگاه اکلاهما در حال انجام آن است.

اکنون جامعه علمی آمریکا و جهان منتظر است تا نتایج تحقیقات این محقق برجسته ایرانی در خصوص تاثیر مثبت و حیرت‌آور مصرف آلو سیاه بر جلوگیری از ابتلا به پوکی استخوان در تابستان ۲۰۰۸ منتشر شود. تحقیقات صورت گرفته از سوی پروفیسور ارجمندی نشان می‌دهند که آلو سیاه تاثیر فوق‌العاده مثبتی در تنظیم و مقاوم سازی توده‌های استخوانی در حیوانات مبتلا به پوکی

استخوان داشته است. اکنون پروفیسور ارجمندی در حال آزمایش متغیرهای مشابه در پروژه تحقیقاتی خود در دانشگاه فلوریدا است و در آن به بررسی دقیق تاثیر مصرف آلو سیاه در زنانی می پردازد که در فاصله زمانی ۲ تا ۱۰ سال پس از دوران یائسگی خود قرار دارند. این تحقیقات آنچنان از اهمیت برخوردار است که وزارت کشاورزی آمریکا حمایت خود را از آن اعلام کرده و پیش بینی می شود نتایج قطعی آن در تابستان ۲۰۰۸ اعلام شود.

پیش گیری از سکنه قلبی با مصرف پسته

نویسنده: هاله بهداد فر

منبع: روزنامه کیهان

هر روز به شمار کسانی که مصرف گیاهان و سبزیجات را توصیه می کنند، افزوده می شود. بسیاری از ما که دچار زندگی صنعتی شده ایم برای تناسب اندام و کاهش توده های اندوخته شده چربی مصرف میوه و سبزیجات را حداقل در وعده شام تجربه کرده ایم و یا کسانی بوده اند که چنین توصیه هایی به ما بکنند. خوشبختانه این رویکرد خوب یعنی مصرف میوه و سبزیجات روی هم رفته اتفاق مبارکی است به شرطی که گرانی روزافزون قیمت میوه ها را از این مواهب بی نظیر محروم سازند و اما خبر خوب...

خوشبختانه افرادی که میوه های مغزدار را دوست دارند، بدانند میوه های مغزدار به تنهایی یک رژیم غذایی سالم محسوب می شوند. برای مثال، آخرین تحقیق نشان می دهد که پسته برای قلب مفید است زیرا رگهای خونی را شل کرده و موجب کاهش فشار خون می شود. این یافته بدنبال مطالعه «واکنش های قلب» توسط تیمی از محققان به سرپرستی پن استیت صورت گرفته است. او بیان می کند مصرف میوه های مغزدار می تواند فشار خون بالا را کنترل کند.

گروه تحقیق این مطالعه را براساس سه رژیم موفقیت آمیز مطرح کرده است. یک قلب سالم نیازمند ۲۵ درصد کالری از طریق چربی و هشت درصد چربی خالص است. یک رژیم با ۳۰ درصد کالری از طریق چربی و ۸ درصد چربی خالص با اضافه ۵/۱ اونس پسته، یا یک رژیم با ۳۴ درصد کالری از طریق چربی و ۸ درصد چربی خالص با اضافه ۳ اونس پسته است.

محققان در پایان چهار هفته هر کدام از رژیم ها را مورد بررسی قرار داده و فشارهای دخیل شده خون را مورد مطالعه قرار دادند، و قوه ارتجاع رگ های خون را ارزیابی کردند، سپس دو آزمایش فشار از آنها گرفتند. آنها متوجه شدند ۵/۱ اونس رژیم پسته، فشارخون (فشار بالا) انقباض قلب و رگها را تا ۸/۴ میلی متر و ۳ اونس رژیم پسته فشار خون انقباض قلب و شرایین را تا ۴/۲ میلی متر مرکوری کاهش می دهد، همچنین سرخرگ را شل می کند، تعمیر مفیدی که روی هم رفته موجب احیای کار قلب می شود. این مطالعه توسط انجمن پسته کالیفرنیا مورد حمایت قرار گرفته و در ماه آپریل ۲۰۰۷ در کنفرانس بیولوژی تجربی گزارش شده است.

میوه های مغزدار مثل پسته معمولاً بسیار چرب هستند اما اکثر آنها دارای یک چربی ناخالص است که برای قلب مفید است. در حقیقت می بایست در خوردن این میوه ها اعتدال را رعایت کرد. البته میوه های هسته دار از همه نوع آن موجب کاهش بیماری قلبی و حمله قلبی می گردد.

اثر درمانگر میوه های خشک

منبع: روزنامه کیهان

مصرف میوه های خشک به اندازه هشت گرم در هفته خطر ابتلا به بیماری های قلبی را تا حدود ۱۱ درصد کاهش می دهد. این میوه های خشک شامل گردو، بادام، پسته شامی و از این قبیل می باشند.

تحقیقات نشان داده است که خوردن مقدار کمی از این میوه ها پنج بار در هفته تاثیر بسیار اندکی در افزایش وزن دارد. آزمایشات نشان داده اند که مصرف خشکبار برای جلوگیری و کاهش گرفتگی رگ ها و عروق تا چه اندازه اهمیت دارد. از آنجایی که خطر ابتلا به بیماری های قلبی در افراد چاق و یا سیگاری بسیار زیاد است، با مصرف خشکبار میزان بیماریهای قلبی عروقی در میان این افراد به مراتب کمتر از افرادی است که خشکبار در رژیم غذایی آنها گنجانده نشده است. همچنین مصرف مقدار متعادل از خشکبار، ریسک سکته مغزی را نیز کاهش می دهد. اما تصور نکنید که می توانید چاق باشید، فشار خون داشته، جلوی تلویزیون بنشینید و انتظار داشته باشید که خوردن خشکبار شما را از ابتلا به بیماریهای قلبی و یا سکته محافظت کند.

تحقیقات دیگری که در مورد مصرف خشکبار به عمل آمده نشان می دهد که بعد از مدت شش ماه استفاده پی در پی از خشکبار تنها حدود یک پوند (نیم کیلو) به وزن افراد اضافه شده است که با توجه به میزان کالری موجود در این مواد خوراکی انتظار می رفت این مقدار حدود ۱۰ پوند (۵ کیلو) باشد که این مطلب بیانگر مفید بودن استفاده از این نوع مواد خوراکی نیز هست.

خرما، عامل شادابی، طراوت و درمان بیماری ها

نویسنده: صدیقه پارسانیا

منبع: روزنامه ایران

خرما میوه ای بسیار قدیمی است و نام آن در قرآن کریم ۴۲ بار تکرار شده است. این میوه پرخاصیت برای مردم کشورهای اروپایی و آمریکایی تا حدی نا آشناست و آن را فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاور میانه مخصوصاً در کشورهای عربی به عنوان یک غذای اصلی به کار می رود. می گویند درخت خرما از قدیم در فلسطین به فراوانی وجود داشته به طوری که در ناحیه بین دریای گاليله و دریای مرده جنگل بزرگی از خرما بوده است. در مسیحیت برگ درخت خرما سمبل و نشانه شهادت و شهادایی است که در راه دیانت حضرت مسیح جان باخته اند. خرما (Dates) میوه ای بسیار مقوی است که مواد معدنی بسیاری چون آهن، پتاسیم، روی، و منگنز و ویتامین A-B-E را داراست. تحقیقات درباره خرما نشان داده که این میوه می تواند از بسیاری از سرطان ها مانند سرطان کولون معده و... پیشگیری کند. یکی از خواص خرما ملین بودن آن است. البته اگر ۶ تا ۷ عدد خرما را در ۲ لیوان آب جوش خیس کرده و صبح و شب آن را به صورت گرم بنوشید و یا مقداری خرما میل کنید و بلافاصله یک تا دو لیوان آب گرم روی آن بنوشید. خاصیت دیگر خرما، خنثی کردن اسید اضافی معده است از آنجا که زیادی اسید معده باعث ترش کردن و دل درد می شود، بنابراین هر وقت دل درد گرفتید می توانید فرمول چینی ها در طب سنتی را استفاده کنید.

بدین طریق که ۲ تا ۳ عدد خرما تازه و له شده را در آب جوش بیندازید بعد آن را هم زده و بنوشید. خرما را به عنوان میوه نیز می توان مصرف کرد. همچنین حتماً برای خواب راحت تر و آرامش بیشتر شام خود را در حدود ساعت ۷ بعد از ظهر صرف کرده و قبل از خواب یک عدد خرما و یک لیوان شیر گرم میل کنید. خرما برای افراد سالمند و بچه ها بسیار مفید است. سعی کنید به جای قند و شکر از خرما برای نوشیدن چای استفاده کنید و یا در طبخانی از آن استفاده بیشتری ببرید. ورزشکاران به علت فعالیت زیاد به طور حتم باید از عصرانه ای مقوی که با خرما باشد استفاده کنند. مصرف خرما، روش شناخته شده ای برای درمان سرطان و سایر بیماری های عفونی است. علت ابتلای بسیار کم ساکنان شبه جزیره عربستان به بیماری هایی نظیر تصلب شرایین، مرض قند و سرطان مصرف فراوان خرما است. خرما می تواند با مهار رادیکال های آزاد از تخریب مولکولی و جهش رسانی ناشی از این رادیکال ها جلوگیری کند.

خرما دارای قند زیادی است. حدود ۷۰ درصد آن را کربوهیدرات تشکیل می دهد که ۶۰ تا ۶۵ درصد آن قندهای گلوکز و

فروکتوز و ۲/۵ درصد فیبر غذایی است. به همین دلیل برای افرادی که نمی‌توانند ساکاروز را تحمل کنند مناسب است. گلوکوز و فروکتوز از ساکاروز مشتق می‌شوند. این قندها به راحتی و فوراً توسط بدن جذب شده، بدون نیاز به هضم در بدن تولید انرژی کرده و یا ذخیره می‌شوند. یک کیلوخرما بیش از ۳۰۰۰ کالری انرژی تولید می‌کند. خرما به تنهایی یک منبع غنی مواد معدنی است. فسفر موجود در خرما به اندازه مجموع فسفر موجود در زردآلو، گلابی و انگور است. به دلیل سدیم کم آن؟ (میلی گرم در ۱۰۰ گرم خرما)، برای افراد دچار فشار خون بالا که بایستی رژیم کم سدیم داشته باشند، مفید است. آهن موجود در خرما (۳ میلی گرم در ۱۰۰ گرم خرما) یک سوم RDA یا نیاز روزانه مردان به آهن را تأمین می‌کند. فیبر موجود در خرما برای بهبود عملکرد سیستم گوارش و هضم و دفع مواد غذایی مفید است. خرما درختی است از تیره گرمسیری جزو تیره نخلها که میوه اش جزو میوه های سته است یعنی تمام قسمت بریکاری آن گوشتی و محتوی مواد غذایی است. دارای هسته ای سخت و پوست نازک و شیرین که به شکل خوشه ای بزرگ از شاخه آویزان شده و برگ های آن بزرگ است. ارتفاع نخل به ۱۰ تا ۲۰ متر و شاید هم بیشتر می‌رسد.

دکتر یوسف اسکندری متخصص تغذیه می‌گوید: امروزه خرما اساسی‌ترین ماده غذایی در رژیم درمانی، درمان بیماری ام.اس، اختلال جذب و دفع غذا و بیماری سنگ مثانه به شمار می‌آید.

دکتر اسکندری مصرف این ماده غذایی را به مادران توصیه می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد که مصرف خرما، باعث افزایش شیر مادر شده همچنین در ایجاد آرامش مادران در دوران بارداری نیز مؤثر است. در ایران تقریباً؟؟ درصد از کل خرماهای جهان تولید می‌شود.

ویژگی های خرما

ضد میکروب است، سبب تقویت ستون فقرات و افزایش دهنده توان جنسی شده و قوه بینایی و شنوایی را تقویت می‌کند و همچنین سبب هضم غذا و خوشبو شدن دهان شده و نابود کننده دردهاست.

کلسیم موجود در خرما عامل اصلی استحکام استخوان‌ها است و نیز دارای فسفر است که مانع ضعف اعصاب و خستگی می‌شود. خرما دارای سدیم است که وجود آن از زکام جلوگیری می‌کند.

پتاسیم موجود در خرما از بروز زخم معده جلوگیری می‌کند. این عنصر معدنی اشتها آور بوده و کمبود آن امراض حلقی بویژه تورم لوزه‌ها را ایجاد می‌کند. گاهی تورم قوزک پا نیز به علت کمی پتاسیم در بدن است. به مبتلایان فلج اطفال، خوردن روزانه چند عدد خرما توصیه می‌شود.

سالمندان نیز برای جبران کاهش سلول‌های مغزی باید غذاهای منیزیم دار مصرف کنند. منیزیم از عناصر موجود در خرماست. بویژه این که منیزیم به عنوان تنها ماده معدنی ضد استرس در دنیا شناخت شده است.

مبتلایان به دیابت (مرض قند) می‌توانند به جای قند از خرما استفاده کنند. زیرا منیزیم موجود در آن کار کلیه و لوزالمعده را آسان می‌کند.

خرما در تعادل یونهای بدن نقش مؤثری داشته و در شست و شوی خون، اثری شگرف دارد.

خرما چون کالری زیاد ایجاد می‌کند رطوبت را از بین می‌برد. خرما ریشه حساسیت را از بین برده و در کلیه التهابات (پوستی - چشمی - داخلی - گوش و...) می‌توان خرما مصرف کرد.

برای مبتلایان به بیماری‌های رماتیسم و پوست و چشم و ... که در نتیجه حساسیت به وجود آمده است داروی ارزنده ای است. استفاده از شیر با گردو و خرما برای کلیه بسیار مفید است و در زیبایی پوست مؤثر است.

خرما برای کسانی که دوره نقاهت را می‌گذرانند لازم است و همچنین مانع تجمع چربی شده و به دلیل دارا بودن عناصر مفید برای

کبد، دفاع بدن را در برابر امراض بالا می برد. خرما برای بیماری‌هایی که از چربی خون و چاقی، ناراحتی‌های تنفسی و بویژه تنگی نفس (آسم) رنج می برند، مفید است. با مصرف خرما کار غده تیروئید نیز تنظیم می شود. زنانی که قرص ضد بارداری مصرف می کنند بهتر است به گونه ای مرتب و روزانه از جیره غذایی خرما استفاده کنند. خرما در انسان آمادگی تفکر به وجود می آورد. جوش جوانی یا آکنه را بهبود می بخشد و یکی از عناصر تجدید قوای جوانی به شمار می رود. در همین حال خرما برای رویانیدن مژه و درمان زخم و خارش چشم مفید است. علاوه بر این چند عدد خرما بدون هسته را می توان سوزانید و پودر بسیار نرم آن را به صورت سرمه روزی یکبار در پلک‌ها مالید. لازم به ذکر است زیاده روی در مصرف خرما موجب گرفتگی کبد و طحال شده و فشار خون را بالا می برد و سبب پوسیدگی و کرم خوردگی دندانها می شود. همچنین چاقی به همراه دارد. پس بهتر است به میزان لازم مصرف شود و حدود مصرف حفظ شود. خرما دارای ماده ای شبیه هورمون کورتون است که برای تسکین التهاب مؤثر است.

احادیث و روایات

درخت بالیده و بلندی را که دارای الیاف تودرتو و متراکم است روزی بندگان خود قرار دادیم و به آن کشور مرده ای را زنده کردیم.

قرآن کریم

ای مریم درخت خرما را بتکان که برای تو رطبی روشن و تازه فروریزد و بخور و بیاشام و چشمانت را از آن روشن گردان.

سوره مریم

میان فرزندان عدالت و مساوات برقرار کنید اگر چه با دو نیمه یکدانه خرما باشد.

رسول اکرم(ص)

نخل از بازماندگان گل آدم آفریده شده است.

رسول اکرم(ص)

از امام صادق(ع) نقل شده: خرما شفای امراض است و میوه ای است که درد و ناراحتی ندارد.

خواص میوه ها و تأثیر آن در تعادل سیستم بدن

منبع: روزنامه کیهان

هر یک از میوه های تابستانی دارای خواصی هستند که خوردن آنها در فصل گرما که بدن به مایعات و املاح معدنی بیش از سایر فصل ها نیاز دارد، نقش اساسی در ایجاد تعادل برای سیستم بدن دارد. براساس گزارش های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، مصرف روزانه میوه، کلسترول خون را ۱۰ درصد، احتمال وقوع سکته مغزی را ۴۰ درصد و احتمال بروز سکته قلبی را به میزان ۱۵ درصد کاهش می دهد.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در این زمینه به خبرنگار ایرنا، گفت: اشخاصی که به صورت بلندمدت و روزانه مصرف هشت عدد توت فرنگی معادل ۴۵ کالری را در برنامه غذایی خود قرار دهند، سطح فولات (اسیدفولیک) در خونشان به طرز چشمگیری افزایش پیدامی کند. «سیدمرتضی صفوی» با بیان اینکه فشار خون بالا یکی از عوامل خطر ساز بروز سکته های قلبی است، افزود: توت فرنگی با کاهش فشار خون، با این عامل خطر ساز مقابله می کند.

وی اظهار داشت: این میوه خوش آب و رنگ، اشتها آور و تقویت کننده نیز است که اگر آن را به صورت له شده، با آب یا آب پرتقال مخلوط کنند، نوشیدنی خوش رنگی به دست می آید که عطش و خستگی را رفع می کند. صفوی افزود: افرادی که از ضعف حافظه رنج می برند و یا نگرانند که با افزایش سن، قدرت حافظه خود را از دست بدهند، باید به خاطر داشته باشند که مصرف بلند مدت توت فرنگی به نحو مؤثری، باعث تقویت حافظه می شود. این متخصص تغذیه گفت: انواع سیبهای تابستانی با داشتن ویتامین های «ای»، «ب»، «سی» و پتاسیم، در تأمین املاح و دیگر ویتامین های بدن نقش دارند و سیب به سبب داشتن فیبر فراوان به حفظ سلامت دستگاه گوارش کمک کرده، در کنترل قند و چربی خون نقش دارد.

صفوی از هندوانه نیز به عنوان محصولی مفید در تأمین آب و املاح بدن یاد و تصریح کرد: این محصول که از جمع صیفی جات است، با داشتن مقادیر فراوان آب، پتاسیم، منیزیم، ویتامین «سی» و ویتامین «ای» نقش مهمی را در حفظ آرامش اعصاب ایفاء می کند.

وی گفت: آلبالو نیز که از غنی ترین منابع ویتامین «سی» است، با داشتن یک عامل ضدباکتری، در پیشگیری از پوسیدگیهای دندان و بیماریهای لثه مفید است.

صفوی به افرادی که در شرایط فشار روانی (استرس) قرار دارند و یا سیگار می کشند، توصیه کرد که روزانه میوه و سبزی حاوی ویتامین «ث» مصرف کنند.

وی گفت: این ویتامین در فلفل سبز دلمه ای، پرتقال، کیوی و ساقه سبز پیازچه، موجود است.

باقلا اثری نیرو بخش دارد

منبع: روزنامه جوان

باقلا حاوی ویتامین های آ.ب.ث و املاح مفیدی از جمله آهنک، فسفر، آهن و غیره می باشد. به همین علت در گروه خوراکی های خون ساز قرار دارد و مغز قلم استخوان ها را نیز تقویت می کند. برای افرادی که دوره نقاهت را به سر می برند، باقلا- اثری نیرو بخش دارد و در مبتلایان به برونشیت ایجاد خلط می کند، ضمناً باقلا کلیه ها را تقویت کرده و به ریه ها نیرو بخشیده و سلول های مغز استخوان را فعال می سازد. این خوراکی زود هضم بوده و به سرعت از معده می گذرد و با خود فضولات را نیز به سهولت دفع می کند، ضمناً سینه و ریه را پاک و تقویت و سرفه های خشک را درمان می کند. برای درمان رماتیسم، سیاتیک، نقرس و درد مفاصل توصیه شده است که در حدود ?? الی ?? گرم از گل باقلا را در یک لیتر آب جوشانده و بعد از صافی گذارنده و در فواصل غذا یک فنجان از آن را نوش جان نمایید. به افرادی که از میگرن رنج می کشند، سفارش گردیده است که ?? الی ?? گرم از گل باقلا را جوشانده و در فواصل غذا یک فنجان بنوشند. توصیه می شود هرگز آب پخته باقلا را دور نریزید و آن را به همراه باقلا- بنوشید. زیرا گلو را نرم کرده و از تولید سنگ جلوگیری می کند و گرفتگی معده را نیز برطرف می کند. افراط در خوردن باقلا- باعث نفخ و سنگینی معده شده و موجب کندی ذهن می شود. البته اگر با آب آن خورده شود عوارض آن کمتر خواهد بود. خوردن باقلا- همراه ماست، موجب دل پیچه می گردد و اگر به طور تازه زیاد مصرف شود باعث تاول دهان می شود. بعضی افراد به باقلای تازه حساسیت داشته و مبتلا به بیماری فاویسم می شوند. علامت این بیماری زرد شدن رنگ پوست بدن و احساس خستگی و سستی در اعصاب، پیدا شدن خون در ادرار، سردرد و استفراغ است. در این عارضه خون بدن کم می شود و درمان آن معمولاً تزریق خون و سرم های غذایی است. بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا شدن به این بیماری دو لپه کردن باقلا و جوشاندن آن در آب و دور ریختن آب آن است و همچنین پختن آن در روغن و افزودن ادویه ای مانند آویشن، دارچین، فلفل، میخک و از همه مهمتر گلپر می باشد. افرادی که به بیماری هایی نظیر، کلسترول، تصلب شرائین، ضعف حافظه، آترومی،

افسردگی، اسیداوریک، سردرد، میگرن، نفخ دل درد، مالخولیا، سنگ اورات، خارش پوستی، فشار خون، صرع، بادفتق، احتقان و یبوست مبتلا می باشند نباید در خوردن باقلا زیاده روی کنند.

تأثیر توت در رفع تشنگی

منبع: روزنامه جوان

توت میوه ای خوشمزه، شیرین و مطبوع بوده و دارای مواد مفیدی مثل پتاسیم، منیزیم، کلسیم، فسفر و مقداری آهن و مواد قندی می باشد که ارزش دارویی آن را چند برابر می کند. میوه خشک شده آن نیز از تنقلات مفید محسوب می شود. توت برای افرادی که مبتلا به قندخون می باشند ضرری نداشته و افراد چاق نیز می توانند از این میوه استفاده کنند البته به این شرط که توت را قبل از غذا با یک لیوان آب و یا یک استکان چای مصرف نمایند تا مانع پراشتهایی اینگونه افراد بشود. توت حاوی فسفر بوده و بنا به این علت یک میوه عالی برای افرادی است که به کارهای فکری مشغول می باشند. توت مدر، ملین، انرژی زا، ضدسوءهاضمه، تصفیه کننده خون، مقوی نیروی جنسی، کبد و طحال بوده از خشکی دماغ نیز جلوگیری می کند. در طب کتب سنتی ذکر شده است که برای محکم کردن لثه ها و جلوگیری از کرم خوردگی دندان ها بهتر است که از مضمضه جوشانده برگ توت و یا از صمغ درخت توت استفاده نمایید در این مورد باید صمغ توت را خوب بجوید.

مصرف توت در موارد زیر تاثیر درمانی دارد: تشنگی زیاد، ضعف اعصاب، مسمومیت، زخم معده و روده، ضعف حافظه، حصبه، آبله و ناراحتی ریه. خوردن توت علاوه بر رفع حساسیت بدن و نارسایی کبد به دفع سموم بدن و مواد سمی مثل اسید اوریک، اوره و درمان نقرس، کلسترول و ... نیز کمک می کند. توت خشک در رشد کودکان و تامین انرژی حیاتی و حفظ تندرستی سالمندان اثر بسزایی داشته و فعالیت کبد و قلب و کلیه را تنظیم می کند. خوردن توت بعد از یک غذای سیر موجب سوءمزاج می شود. اشخاصی که صاحب طحال ضعیف می باشند در مصرف توت باید احتیاط کنند و زیاده روی در مصرف توت موجب ناراحتی معده، قلب، اسهال و تولید صفرا می شود. باید دقت شود که توت را چه موقع مصرف کنید؛ توت که برای تقویت اشتها موثر است اگر با پر بودن معده مصرف شود سبب سوءهاضمه می شود. بنابراین در زمان و مکمل غذایی توت خشک در هنگام مصرف باید دقت کرد.

مصرف زیتون به جای داروهای مسکن

منبع: روزنامه کیهان

تحقیقات جدید، نشان می دهد که نوع مرغوب روغن زیتون دارای یک ماده شیمیایی طبیعی است که مانند یک داروی مسکن عمل می کند.

نتیجه این تحقیقات نشان می دهد که ۵۰ گرم روغن زیتون فرآوری نشده، معادل یک دهم یک دز داروی ایبوپروفن اثر تسکین بخش دارد.

به گفته گروهی از پژوهشگران ماده ای که در روغن زیتون وجود دارد یعنی اولئوکانتال مانند یک داروی ضد التهاب موثر است. پژوهشگران می گویند درحالی که این ماده تا آن اندازه قوی نیست که برای تسکین سر درد از آن استفاده شود، ولی نشان دهنده منافع رژیم های غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه است.

ماده اولئوکانتال که مقدار آن در زیتون تازه، بیشتر است مانند ایبوپروفن و سایر داروهای ضد التهاب در فعالیت آنزیم هایی که موجب التهاب و تورم می شوند تاثیر می گذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بیماری قلبی و سرطان ارتباط داده شده

است.

رژیم غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه که روغن زیتون یکی از مواد اصلی آن است از مدتها قبل برای سلامتی انسان مفید تشخیص داده شده بود و در کاهش خطر سکته مغزی، بیماریهای قلبی، سرطان پستان، سرطان ریه و برخی از انواع فراموشی تاثیر مثبت دارد.

پژوهشگران هنگامی متوجه خاصیت های تازه روغن زیتون شدند که دیدند روغن زیتون فرآوری نشده به همان شیوه ایبوپروفن، موجب ناراحتی در قسمت عقب گلو می شود.

روغن زیتون دارای رشته خواصی است که ضد اکسیدان بودن از آن جمله است ولی این که بگوییم روغن زیتون اثر دارویی دارد، موضوعی است که به تحقیقات بیشتری نیازمند است.

کلر ویلیامسون یادآور می شود که مقدار چربی روغن زیتون زیاد است و تنها در حد اعتدال باید مصرف شود.

چای بابونه شفا بخش است

منبع: روزنامه قدس

تازه ترین یافته ها نشان می دهد چای بابونه حاوی موادی است که خواص درمانی دارد. در طول هزاران سال، از این چای گیاهی در درمان بسیاری از بیماریها استفاده شده است. چای خوش عطر گیاهی بابونه برای آرامش و تسکین اعصاب مصرف می شود. پیشتر عقیده بر این بود که آثار تسکین دهنده چای به دلیل خواص ضدالتهابی آن است. اما تحقیقات جدید خواص درمانی چای را تأیید می کند. مصرف این چای، مقاومت بدن در مقابل عوامل بیماریزای عفونی و سرماخوردگی را افزایش می دهد. این مطالعه یکی از مطالعات بی شماری است که نشان می دهد محصولات طبیعی گیاهی حاوی موادی هستند که خواص دارویی دارند. در یک تحقیق کوچک ۱۴ شرکت کننده برای مدت دو هفته روزی پنج فنجان چای بابونه نوشیدند.

از شرکت کنندگان در این مطالعه آزمایش ادرار گرفته شد. نتیجه آزمایشها نشان داد نوشیدن چای بابونه سبب افزایش دو ماده به نامهای هیپوریت و گلیسین در ادرار می شود. «هیپوریت» محصول تجزیه ماده فلاونوئید در چای است. این ماده خواص ضدباکتری دارد.

محققان می گویند، افزایش «هیپوریت» در ادرار بعد از نوشیدن چای می تواند توجیه کننده خاصیت افزایش مقاومت در مقابل عوامل عفونی باشد.

گلیسین ماده ای است که اسپاسم شدید عضلانی را بهبود بخشیده و سبب آرامش اعصاب می شود. میزان «هیپوریت» و «گلیسین» حتی تا دو هفته پس از مطالعه در خون بالا می ماند که این امر نشانگر خواص دراز مدت این چای گیاهی است.

خروسک

علائم: تنفس دشوار، بطوریکه قسمتهای تحتانی قفسه صدی با هر دم به سمت داخل کشیده می شوند. خس خس کردن، تیره یا کبود شدن رنگ صورت از دیگر علائم آن است. خروسک به صدایی می گویند که بهنگام عبور هوا از نای تنگ شده و تارهای صوتی ملتهب بوجود می آید. معمولاً تنها اطفال کوچک به این ناراحتی دچار می شوند؛ زیرا برونشهای آنها باریک بوده و هنگام التهاب بر اثر مخاط مسدود می شوند و شایعترین علت ایجاد التهاب نیز در برونشها، یا ویروسها هستند، مانند: سرماخوردگی و یا بعلت عفونتهایی نظیر برونشیت.

در موارد نادر بعلت ورود جسم خارجی در راههای هوایی بوجود می آید. این بیماری در کودکان بزرگتر خطر زیادی در بر ندارد

و به آن ورم تارهای صوتی (لارنژیت) گفته می‌شود. در صورتی که خروسک کودک شما شدید باشد، مشکلات تنفسی بوجود خواهد آورد و باید بصورت اورژانس درمان شود.
چه باید کرد؟

خونسرد باشید و کودک خود را نیز آرام کنید تا بر اثر ترس و دلهره وضعیت تنفسی وی بدتر نشود.
هوای مرطوب می‌تواند اثری تسکین دهنده بر کانالهای تنفسی کودک داشته باشد. اگر هوای بیرون خنک و مرطوب است کودک را کنار پنجره ببرید و او را تشویق کنید تا نفس عمیق بکشد یا او را به حمام برده و با باز کردن شیر آب داغ، فضایی بخار آلود ایجاد کنید.
هنگام خواب یا استراحت زیر سر کودک بالش یا تکیه گاهی بگذارید یا او را به حالت نشسته در آغوش خود بگیرید، زیرا در این وضعیت نفس کشیدن راحت تر صورت می‌گیرد.
اگر پوست کودک کبود یا تیره شده و برای تنفس تقلا می‌کند که باید بصورت اورژانس به دکتر مراجعه کنید و در صورتی که کودک دچار حمله خروسک شده است، فوراً نزد پزشک بروید.
در صورتی که علائم جدی باشند، دکتر کودک را زیر اکسیژن قرار می‌دهد.
هنگام حمله اگر جسم خارجی در مجاری هوای کودک وجود داشته باشد باید سریعاً آن را خارج سازید.

کلهای تیغ دار از سرماخوردگی جلوگیری می‌کنند

منبع: روزنامه قدس

محققان آمریکایی اعلام کردند درمان گیاهی سرماخوردگی با گل تیغی می‌تواند ریسک ابتلا به این بیماری را تا ۵۰ درصد کاهش دهد. به نقل از بی بی سی، این گیاه درصد ابتلا به سرماخوردگی را تا حدود ۵۸ درصد کاهش داده و طول دوره آن را تا یک روز کاهش می‌دهد.
متخصصان معتقدند مجموعه ای از ۹ گیاه وابسته به گونه تیغی که در مناطق آمریکای شمالی یافت می‌شود کمک زیادی به سلامت سیستم ایمنی بدن می‌کند.
در تحقیقات مرکز پزشکی آمریکا مشخص شده این گیاه باید همراه ویتامین C مصرف شود تا ابتلا به سرماخوردگی را تا ۸۶ درصد کاهش دهد. بیش از ۸۰۰ نوع ماده وجود دارد که ترکیبی از گیاه تیغی در آن دیده می‌شود.

انجیر میوه درمانگر

انجیر ضد سرطان بوده و در معالجه بیماریهای پوستی موثر است.
انجیر چاق کننده است. افرادی که می‌خواهند وزنشان اضافه شود و یا برای بیمارانی که دوره نقاهت خود را می‌گذرانند، بسیار مفید است. بنابراین می‌توان آن را با شیر سویا مخلوط و بین غذاها مصرف کرد.
انجیر یبوست را برطرف کرده و یکی از بهترین میوه‌ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است. در قدیم برای از بین بردن یبوست از شربت انجیر استفاده می‌کردند.
برای درمان ناراحتی‌های سینه حدود ۲۰ گرم از خرما، عناب، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط و آسیاب کرده سپس این پودر را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. از این جوشانده می‌توان به مقدار سه فنجان در روز مصرف نمود.
جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی، کلیه، ذات‌الریه، ذات‌الجنب، سرخک، مخملک و آبله می‌باشد.

باشد.

برای برطرف کردن سیاه سرفه، برونشیت و ذات‌الریه از قهوه انجیر استفاده کنید و برای درست کردن این قهوه انجیر را ابتدا بو داده و سپس آن را آسیاب کنید تا بصورت پودر درآید.

انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند. همچنین برای درمان سوء هاضمه مفید است.

سوپ انجیر بسیار مقوی بوده و برای افزایش شیر در زنان شیرده مفید است. برای تهیه سوپ، انجیر نارس را با گوشت بپزید.

برای برطرف کردن ورم گلو، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر، به مدت ۱۵ دقیقه نگه داشته سپس آن را غرغره و مقداری نیز از آنرا بنوشید (می‌توانید آن را با عسل هم شیرین کنید).

جوشانده انجیر خشک در شیر برای درمان آرتزین، ورم لثه و ورم مخاط دهان نیز موثر است.

مخلوط شیر بز و انجیر سیاه یکی از داروهای بسیار موثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل، می‌باشد. این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می‌برد.

انجیر را می‌توان همراه با میوه‌های دیگر مصرف کرد. اما با میوه‌های اسیدی مانند پرتغال و گریپ فروت سازگار نیست.

انجیر برای افرادی که قند خونشان پایین می‌آید و یکباره احساس ضعف می‌کنند مناسب است. زیرا قند آن به سرعت در روده کوچک جذب می‌شود. خوردن انجیر باعث افزایش نیروی جنسی می‌شود.

انجیر تقویت‌کننده کبد است. چنانچه ترشح ادرار کم باشد خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می‌شود. همچنین انجیر تعرق را زیاد و باعث کاهش حرارت بدن می‌شود.

گفتنی است، انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست و کسانی که کبد ضعیف دارند باید انجیر را با گردو بخورند.

همچنین زیاده روی در مصرف انجیر تولید نفخ شکم و اسهال کرده و برای چشم نیز مضر است.

گریپ فروت برای سلامت قلب و عروق و کاهش وزن بدن مفی

منع: روزنامه کیهان

گریپ فروت سرشار از ویتامین «ث» و پتاسیم، منبعی غنی از آهن، کلسیم و سایر مواد معدنی است. انواع سرخ و صورتی گریپ فروت انباشته از کاروتن یعنی زمینه ساز ویتامین «آ» است. فیبر گیاهی آن فراوان ولی میزان کالری آن جزئی است. دارای بیوفلاونوئید و شماری دیگر از مواد گیاهی است که از انسان درمقابل بروز سرطان و بیماری‌های قلبی مراقبت می‌کنند.

میوه گریپ فروت، اشتها را تقویت و عمل هضم را آسان می‌کند و جریان اسید معده و ترشح کیسه صفرا را سرعت می‌بخشد. گریپ فروت سرشار از ویتامین‌های «ث» و «ب» است. این دو ویتامین درحفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند. همچنین به تولید قند و مواد حیاتی دستگاه بدن کمک می‌کند. گل‌های گریپ فروت، خاصیت ضد تشنج ولرز را دارد و دم کرده آن را موقع تشنج، زکام و تب می‌نوشند. اگر گریپ فروت صبح ناشتا خورده شود، خواص ادرآور آن زیاد شده و سموم را از بدن خارج می‌کند.

گریپ فروت خون را تصفیه و کلیه و کبد را پاکسازی می‌کند، ضد خون‌ریزی بواسیر است و عطش را رفع می‌کند. گریپ فروت اختلالات مفصلی را درمان می‌کند و همچنین برای کسانی که موهای سرشان می‌شکند می‌توان آن را تجویز کرد، برای کسانی که عفونت‌های ریوی و تب خیز دارند مفید است.

افرادی که از رژیم گریپ فروت پیروی می‌کنند، دچار کاهش وزن می‌شوند. اما این بدان جهت است که آنها مواد غذایی دیگر را کم تر می‌خورند و این عمل به کاستی‌های غذایی می‌انجامد. حتی اگر این گونه باشد، گریپ فروت، میوه مفیدی برای متعادل

ساختن وزن بدن شمرده می‌شود؛ و مقدار زیاد فیبر گیاهی آن، گرسنگی را فرو می‌نشانند. چنانچه می‌خواهید از وزن تان بکاهید، روزانه پیش از هر خوراکی، آن را بخورید تا جلوی پرخوری تان را بگیرد، در ضمن میان وعده ایده آلی به شمار می‌رود. جالب این که گریپ فروت سرشار از پکتین (الیاف گیاهی حل‌شدنی) است که به کاهش کلسترول خون کمک می‌کند. همچنین پژوهش‌های اخیر حاکی از آن است که میوه مورد بحث دارای مواد دیگری است که از بروز بیماری‌ها پیشگیری می‌کند. بررسی شش ساله دانشگاه هاروارد که توسط پزشکان و سایر کارشناسان بهداشت صورت گرفت، حکایت از آن داشته است که مصرف هفته‌ای ۱۰ وعده مواد غذایی سرشار از لیکوپن، سبب کاهش ۵۰ درصد سرطان پروستات می‌شود. گروهی از مبتلایان به آماس مفصل رماتیسمی، لوپوس و شماری دیگر از مبتلایان به اختلالات التهابی دریافته‌اند که گویی مصرف هر روزه گریپ فروت نشانه‌های مرضی‌شان را تقلیل می‌دهد که این ویژگی از مواد شیمیایی گیاهی که مانع از ایجاد پروستاگلاندین یعنی ماده‌ای آماس‌زا می‌شود، ناشی می‌شود.

شایان ذکر است، افرادی که به مرکبات حساسیت دارند، احتمالاً در برابر گریپ فروت نیز از خود حساسیت نشان می‌دهند. این حالت ممکن است به خاطر خود میوه یا روغن موجود در پوست آن باشد.

آب میوه‌های طبیعی

آب میوه طبیعی به عنوان ماده و غذایی غنی از ویتامین‌ها و مواد معدنی می‌تواند جایگزین مناسبی برای سایر مایعات همچون نوشابه‌های گازدار باشد. نوشیدن یک لیوان آب میوه طبیعی معادل دو واحد میوه است، آب میوه مصنوعی هرگز نمی‌تواند خواص آب میوه طبیعی را داشته باشد، چرا که حاوی افزودنی و نگه‌دارنده‌هاست؛ همچنین با مقادیر زیاد قند، احتمال بروز چاقی و پوسیدگی دندان را نیز در افراد افزایش می‌دهد. پزشکان شیر را نوشیدنی‌های مفید و مناسب برای رفع تشنگی دانسته و می‌گویند: این نوشیدگی با تأمین نیاز روزانه بدن به کلسیم در کاهش بروز پوکی استخوان در افراد به ویژه سالمندان بسیار موثر است، به طوری که سه لیوان شیر نیاز روزانه افراد بالغ را به کلسیم تأمین می‌کند.

هندوانه خنک

محققان کشاورزی آمریکا اعلام کردند: خوردن هندوانه بسیار سرد ممکن است دلچسب‌تر باشد، اما خواص تغذیه‌ای آن کمتر از هندوانه‌ای است که در دمای اتاق نگه‌داشته شده است. هندوانه‌هایی که در دمای معمولی اتاق نگهداری می‌شوند، نسبت به نوع یخچالی و خیلی خنک این میوه به مراتب خواص بیشتری دارند و در واقع خواص تغذیه‌ای خود را حفظ می‌کنند. به گفته این محققان، هندوانه سرشار از لیکوپن است. لیکوپن آنتی‌اکسیدانی است که موجب رنگ قرمز در میوه‌هایی چون هندوانه و گوجه فرنگی می‌شود و می‌تواند از ابتلا به بیماری‌های قلبی یا برخی از انواع سرطان‌ها جلوگیری کند. این محققان دریافتند که هندوانه حتی پس از این که از بوته اش چیده می‌شود، به تولید مواد مغذی ادامه می‌دهد، اما در صورت سرد شدن این روند آرام می‌شود. عمر معمول هندوانه در دمای ۱۳ درجه سلیسیوس پس از برداشت محصول بین ۱۴ تا ۲۱ روز است اما در دمای یخچال طول عمر این میوه کاهش پیدا کرده و پس از یک هفته میوه خراب شده و خواص خود را از دست می‌دهد.

بروکلی و گوجه فرنگی، دو میوه مفید برای سلامت مردان

منبع: روزنامه کیهان

تحقیقات نشان می‌دهد بروکلی و گوجه فرنگی، سبزیجاتی که خاصیت ضدسرطانی آنها تأیید شده به لحاظ اثر بر تومورهای پروستات نیز مورد توجه قرار گرفته‌اند و نکته مهم مصرف این دو با هم است.

به گزارش وب مد محققان می‌گویند اثر مضاعف فوق به این دلیل است که ترکیبات فعال بیولوژیکی مختلف هر یک در راههای ضدسرطانی متفاوت عمل می‌کنند.

آزمایشات انجام شده در موش‌های آزمایشگاهی نشان داده است تغذیه آنها با پودر گوجه و بروکلی باعث کاهش وزن تومورهای پروستات در این حیوان شده است. بروکلی به تنهایی باعث کاهش ۴۲ درصدی وزن تومورها شد و این میزان برای گوجه فرنگی ۳۴ درصد بود. شاید تنها درمانی که به سطح اثر رژیم غذایی حاوی بروکلی و گوجه فرنگی می‌رسد جراحی است که گزینه مطلوبی برای مردان نیست.

به گفته محققان اینکه تأثیر این دو ماده خوراکی با اثر جراحی قابل مقایسه است حائز اهمیت می‌باشد.

توصیه این محققان به مردان سالمندی که مبتلا به سرطان پروستات با رشد کم هستند و شیمی درمانی و پرتودرمانی می‌کنند این است که تغییر رژیم غذایی شان به سمت مصرف بروکلی و گوجه بیشتر را جدی بگیرند. برای بهره مندی از فوائد ضد سرطانی این مواد که در مطالعه فوق مطرح شده، یک مرد ۵۵ ساله باید روزانه ۴/۱ فنجان بروکلی خام و ۵/۲ فنجان گوجه تازه، یک فنجان سس گوجه مصرف کند. این مطالعه نشان می‌دهد خوردن مواد غذایی بطور کامل بهتر از مصرف اجزاء جدا شده آنهاست. برای مثال خوردن یک گوجه فرنگی کامل بر دریافت قرص حاوی لیکوپین ارجحیت دارد و گوجه پخته حتی بهتر از خام آن است. پختن گوجه و بخارپز کردن یا حرارت دادن بروکلی قابلیت دسترسی بیولوژیکی اجزاء ضدسرطانی موجود در آنها را افزایش می‌دهد. همچنین در مورد بروکلی ترکیبات مفید پس از بردن این سبزی به قطعات تشکیل می‌شوند. بنابراین توصیه می‌شود ۵ دقیقه قبل از پختن به دو یا چهار قسمت تقسیم شود. بروکلی و گوجه فرنگی موادی هستند که تهیه و پخت آسانی دارند و برای وعده‌های مختلف غذایی شامل ناهار و شام و حتی خوراک جزئی عصرانه می‌توان از آنها استفاده کرد.

هندوانه بخوریم یا لیکوپین؟

نویسنده: نیوشا قره گوزلو

کدام یک از ما تا کنون برش‌های قرمز رنگ هندوانه معروف به «شتری» را نخورده است؟ این میوه سرد و تر بهترین میوه تابستان است که بدن را شاداب می‌کند.

هند + وانه: همان طور که از نام این میوه پیداست زادگاه اصلی هندوانه هندوستان است به همین خاطر وجه تسمیه آن -هندوانه- است و به معنای میوه هند معروف شده است گرچه اکنون در تمام نقاط جهان کاشته می‌شود. هندوانه از خانواده بزرگ کدویان است و به روزهای گرم و آفتابی بسیار نیازمند. انواع آن عبارتند از: قرقی، محبوبی، جهرمی، ترکمن، شریف آباد، یوسف سفید همدان و...

خواص هندوانه: خواص این میوه بهشتی خیلی بیشتر از چیزی است که ما تصور می‌کنیم؟؟ در صد کالری هندوانه را قند تشکیل می‌دهد آن هم قند طبیعی که دیگر دشمن ما نیست! بلکه ماده غذایی حیاتی برای تامین سوخت انرژی به ویژه مغز است. از آن جا که این میوه مدر است به پایین آوردن فشار خون کمک می‌کند و به خاطر خنک بودنش برای افراد گرم مزاج بسیار خوب است. طب قدیم می‌گوید: برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمر هندی بخورید. برای برطرف کردن تب و گرمای بدن هندوانه را با شیرخشت میل نمایید و برای بیشتر خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر نوش جان کنید! مطالعات جدید نشان می‌دهد که نباید از خوردن پوست سفید داخل هندوانه نیز غافل بود زیرا برای زخم گلو و دهان موثر است. هندوانه تشنگی را برطرف و ادرار و عرق را زیاد و به همین دلیل تا حد زیادی خون را پاک می‌کند. از توصیه‌های طب قدیم است که می‌گوید از خوردن مربای پوست سفید هندوانه غفلت نکنید زیرا سرفه را درمان می‌کند به شرط آن که مربا را با عسل و شکر توامان طبخ

کنید. چرا هندوانه قرمز است؟ این میوه چاره ای جز قرمز بودن ندارد چون حاوی مواد شیمیایی طبیعی به شکل رنگدانه های قرمز رنگ مانند گوجه فرنگی است. با خوردن هندوانه قرمز رنگ بدن ما لیکوپن را از دیواره سلولی میوه دریافت می کند. مطالعات نشان می دهد یک فنجان ونیم هندوانه حاوی تا؟؟ میلی گرم لیکوپن است و به طور متوسط لیکوپن موجود در این میوه؟؟ در صد بیشتر از لیکوپن موجود در گوجه فرنگی است.

سیر، دشمن باکتری و ویروس

سیر یک گیاه علفی دوساله و چندساله است که از خواص دارویی زیادی برخوردار است از جمله مهمترین آنها تاثیر این گیاه در رفع گرفتگی عضلانی است.

«محمودرضا دادوند» کارشناس گیاهان دارویی و عضو پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی در خصوص سایر مزایای این گیاه دارویی در گفت و گو با ایرنا افزود سیر در کاهش فشارخون و افزایش گلبول سفید خون موثر است.

وی گفت: تحقیقات پزشکی نشان داده است که سیر می تواند بسیاری از انواع باکتری ها، برخی از ویروس ها، عفونت های قارچی و حتی انگل های روده ای را از بین ببرد.

دادوند افزود: سیر همچنین بطور سنتی جهت درمان برونشیت مزمن، سرماخوردگی، سیاه سرفه و آسم ناشی از برونشیت مصرف می شود.

این کارشناس گیاهان دارویی در زمینه موارد منع مصرف سیر گفت: سیر را در دوران شیردهی و بارداری نباید مصرف کرد. مهمترین بخش این گیاه که مصرف دارویی و طبی دارد، هسته آن است، هر هسته سیر از ۴ تا ۳۰ دانه تشکیل شده است و وزن هر دانه به حدود یک گرم می رسد.

عضو پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی اضافه کرد: سیر در بیشتر نواحی ایران بخصوص در نواحی شمالی کشور می روید و ارتفاع ساقه آن به ۳۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر می رسد.

گل‌های سیر به رنگ صورتی کم رنگ یا سبز متمایل به سفید است که هر بوته آن هشت تا ۲۰ حبه دارد.

دادوند گفت: یکی از راه های مصرف سیر استفاده از دانه خشک شده آن به میزان دو تا چهار گرم بصورت سه بار در روز است.

مصرف خارجی آن باعث تحریک و سوزش پوست بدن شده و ممکن است باعث ایجاد التهاب و تاول شود.

سیر عمدتاً در درمان نفخ شکم، ورم روده و بعنوان خاصیت کرم کشی بصورت داخلی مصرف می شود.

سیر به عنوان ادویه در غذاهای گوشتی، سس و سوپ به کار می رود و بطور گسترده ای در کشورهای منطقه مدیترانه و در شرق استفاده می شود.

بوی سیر که برای برخی از افراد مشمئزکننده و زننده است، جذب خون می شود و در نتیجه از طریق تنفس و حتی پوست بدن فرد به مشام می رسد.

گفته می شود کارگران ساختمانی که اهرام مصر را می ساختند برای مراقبت از خود در قبال بیماری ها سیر مصرف می کردند. همچنین گورکنان فرانسوی در اوایل قرن نوزدهم عصاره سیر مصرف می کردند تا از ابتلای آنها به طاعون که جان بسیاری از انسانها را در اروپا تلف کرد، پیشگیری کند.

هویج دشمن کم خونی

منبع: روزنامه کیهان

متخصصان تغذیه می گویند: مصرف هویج باعث تولید املاح معدنی خون شده و ضد کم خونی است . هویج فعالیت روده ها را تنظیم می کند. ضد اسهال و نرم کننده و ضد عفونت روده ها و التیام دهنده زخم روده است. هویج به مقدار زیاد کاروتن دارد و ضد صفرا و بیماری های کبدی است. هویج له شده، اثر تسکین دهنده گی بر روی زخم ها دارد. همچنین هویج در درمان بیماری های پوستی مختلف مانند خارش، اگزما و سوختگی ها بسیار سودمند و در بیماری تنگی نفس و ضد اعصاب مفید بوده و همچنین عطش را از بین می برد. این میوه در درمان جوش های صورت مؤثر و در معالجه رماتیسم، نقرس و کم شیری مادران سودمند است.

علاوه بر این، مقدار کلسترول خون را کم می کند، لذا برای زیبایی چهره مفید است. هویج برای درمان بواسیر، یبوست و عفونت های ریوی نیز مفید است. شیره هویج، ماده تمیز کننده پوست و تقویت کننده نور چشم و حتی در جلوگیری از رشد سلول های سرطانی مفید است. آب هویج نیز برای درمان زرد زخم مؤثر است. آب هویج مخلوط با شیر، در معالجه بیماری گرفتگی صدا مفید است و اگر آب هویج خام یا مخلوط با شیر را صبح ناشتا میل کنند برای معالجه آسم مؤثر است. لازم به ذکر است، هویج برای کسانی که ضعف دارند و یا دچار کمبود املاح معدنی شده اند و اختلالات رشدی و نرمی استخوان دارند، بسیار سودمند است .

آب هندوانه

منبع: روزنامه کیهان

هندوانه برطرف کننده التهاب و عطش، سازنده و رقیق کننده خون و به خاطر دارا بودن سلولز زیاد نفاخ است.

هندوانه منبع غنی ویتامین A (به شکل بتا کاروتن) و ویتامین C است. این میوه پرفایده التهاباتی را که در بیماری های نظیر آسم، تصلب شرائین، سرطان روده و التهاب مفاصل وجود دارد، از بین می برد.

همچنین منبع خیلی خوبی از آنتی اکسیدان کاروتنوئیدی بنام لیکوپین است. لیکوپین یک رنگدانه شیمیایی است که باعث ایجاد رنگ قرمز در هندوانه می شود و اثرات ضد اکسیدانی قوی دارد. این آنتی اکسیدان به تمامی نقاط بدن رفته و رادیکال های آزاد را خنثی می کند.

باعث اکسیده شدن کلسترول می شوند، در نتیجه کلسترول به دیواره رگ های خونی می چسبد و می تواند باعث بروز حملات قلبی و سگته شود.

باعث انقباض و بسته شدن راه های تنفسی و در نتیجه تشدید حملات آسم می شوند.

باعث افزایش التهابات ناشی از استئوآرتریت ۱ و آرتریت روماتوئید ۲ می شوند، در نتیجه تخریب مفاصل را در این شرایط بیشتر می کنند.

باعث آسیب سلول های دیواره روده و تبدیل آنها به سلول های سرطانی می شوند.

خوشبختانه ویتامین C و بتاکاروتن بعنوان آنتی اکسیدن های قوی (که هر دو در هندوانه به مقدار فراوان وجود دارند)، رادیکال های آزاد را به دام انداخته و از اثرات مخرب آنها در بدن جلوگیری می کنند.

یک لیوان آب هندوانه ۲۰ درصد نیاز روزانه به ویتامین C و ۱۴ درصد نیاز روزانه به ویتامین A را تأمین می کند.

این میوه به دلیل دارا بودن ویتامین (آ) و (ث)، برای افراد گرم مزاج بسیار مفید است؛ معده را تقویت کرده و به کسانی که ناراحتی معده دارند، مصرف آب آن توصیه می شود. خوردن هندوانه در ناشتا مناسب نیست و بهتر است که بعد از غذا میل شود.

مغز تخم هندوانه از بین برنده کرمهای موجود در معده و روده بوده و پوست سفید هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار مؤثر است.

هندوانه با ۹۲ درصد آب برای کلیه مفید است. پزشکان قدیم از جمله ابن سینا برای بیماریهای کلیه خوردن هندوانه را تجویز می کردند

سویا، لوبیای سحر آمیز

نویسنده: اشرف پورمند

دانه گیاهی نه چندان محبوب

سویا از انواع حبوبات است که محل کشت اولیه آن در آسیا بوده اما تولید انبوه آن در امریکا آغاز شد. این دانه نه چندان محبوب را می توان یک دانه همه کاره نامید. سویای گیاهی مدت ها است غذای مردم آسیا به ویژه چین بوده است و چینی ها آن را همراه برنج به عنوان غذای اصلی خود می خورند.

سویا در ایران

سویا در ایران به نام لوبیای روغنی، لوبیای چینی، سوژاودانه سویا معروف است و هنوز نمی دانیم که ورود این دانه پر ارزش به چرخه غذایی مان در چه زمان بوده است.

سویا گیاهی است که ???؟ گونه آن شناخته شده و رنگ دانه آن بر حسب انواع مختلف متفاوت است و انواع رنگ های زرد، سیاه، سفید، خاکستری، خالدار آن در مغازه ها و عطاری ها موجود است.

با کشف خواص متعدد سویا و پیشرفت علم فناوری صنعت غذا تحولات بسیار عظیمی را در نوع شیوه مصرف این گیاه به وجود آورده و فرآورده ها و محصولات متنوعی از سویا تهیه و به بازار عرضه می شود از آن شمار: شیر سویا، آرد سویا، خمیر سویا، جوانه سویا، سویا برگر و هات داگ سویا، پنیر حاصل از شیر سویا، آجیل سویا کم چرب تر از بادام زمینی، دانه های سویای پخته شده که مثل حبوبات مصرف می شود، شیر خشک سویا و سس سویا.

سویا چه دارد؟

سویا به دلیل داشتن مواد مغذی و ترکیبات شیمیایی سبب بهبود عملکرد بسیاری از اندام های بدن در نتیجه کاهش بیماری ما می شود:

* کاهش وزن: به علت دارا بودن مقادیر زیادی فیبر سبب کاهش بافت های چربی می شود و علاوه بر آن به علت داشتن کالری بالا انرژی بیشتری را در بدن تولید می کند و مانع از مصرف بی رویه غذا می شود.

* تقویت حافظه: مصرف سویا باعث افزایش هوش و تقویت حافظه می شود که علت اصلی آن پروتئین موجود در این گیاه و شیوه عملکرد آن بر مغز تشخیص داده شده است.

* کاهش کم خونی: استفاده ?? درصد سویا به همراه گوشت قرمز فرآیند جذب آهن را افزایش می دهد و مداومت در استفاده آن کاهش کم خونی را در پی دارد و تحقیقات انجام شده نشان داده اند افرادی که در غذای خود سویا مصرف می کنند کمتر به کم خونی مبتلا می شوند.

* بهبود پوست: وجود استروژن و کلاژن در این دانه گیاهی باعث تقویت پوست و حالت نرم و انعطاف پذیر آن می شود و مصرف مداوم این گیاه از شل شدن و افتادگی پوست جلوگیری می کند.

از دیگر خواص این گیاه می توان به هضم بهتر غذا، تقویت استخوان ها، کاهش عوارض دیابت، کاهش کلسترول و بیماری های قلبی و کاهش عوارض یائسگی اشاره کرد.

خواص عسل

این ماده زرین، غنی و فوق العاده محصول معجزه آسای زنبورهای عسل است و جایگزین مناسبی برای شکر سفید به شمار می رود. هر چند در تمامی سال موجود می باشد، اما باید دانست که در تابستان و پاییز بعمل می آید و در این موقع از سال از سایر مواقع تازه تر می باشد.

فرایند اعجاب انگیز تهیه فرایند اعجاب انگیز تهیه عسل از چرخش زنبورها به دور گل ها شروع می شود. آنها در همین حال شهد گل ها را در دهان خود جمع می کنند. شهد گل ها با آنزیم مخصوصی که در بزاق دهان زنبور وجود دارد، ترکیب شده و طی یک فرایند شیمیایی تبدیل به عسل می شود. زنبورها، عسل را به داخل کندو می برند و آنرا درون حفره ها و دیواره های هر شبکه از کندو ذخیره می کنند. ارتعاشی که از بال زدن های آنها ایجاد می شود، کار تهویه را انجام داده و موجب می شود رطوبت بیش از اندازه آن از بین رفته و آماده مصرف گردد.

فواید

علاوه بر اینکه عسل به عنوان شیرین کننده مغذی و طبیعی به شماره می رود، تحقیقات حاکی از این امر هستند که ترکیبات منحصر بفرد عسل، از آن یک ضد میکروب و ضد اکسیدان قوی درست می کنند.

عسل ناخالص (خام -) ماده ای ضد باکتری، ضد ویروس، ضد قارچ

خواص عسل - مانند اکثر مواد غذایی - به کیفیت آن بستگی دارد؛ اما در این مورد بخصوص، کیفیت از اهمیت بالاتری برخوردار است، چراکه گرده هایی که به پاهای زنبور عسل می چسبند، خاصیت درمانيشان در گیاهان مختلف، متفاوت می باشند. به علاوه در فرایند درست شدن عسل بسیاری از مواد مغذی در داخل کندو باقی می ماند. می توان گفت که عسل ناخالص (یا همان عسل اولیه) حاوی همان صمغی است که در موم وجود دارد. موم گاهی اوقات با نام "چسب زنبور" نیز شناخته می شود که عبارت است از یک مخلوط مرکب صمغی شکل و مواد دیگری که زنبورهای عسل با استفاده از آن کندو را آب بندی می کنند و آنرا در مقابل باکتری و سایر میکروارگانیسم ها محفوظ نگه می دارند. زنبور عسل موم را با ترکیب کردن صمغ گیاهان با ترشحات خود درست می کند. جالب است بدانید که موادی شبیه به قیر خیابان نیز در موم دیده می شود. گاهی اوقات زنبورهای نگهبان از پرده های خاصی در داخل هر یک از حفره های کندو استفاده می کنند تا موم را در آن محوطه انباشته کنند، سپس سایر زنبورها از این ماده در دورتادور شانه عسل استفاده می کنند و کلیه شکاف ها را از این صمغ ضد باکتری، ضد ویروس و ضد قارچ پر می کنند. صمغی که در موم وجود دارد تنها حاوی مقدار کمی از مواد مغذی است که در عسل یافت می شود. تحقیقات نشان داده اند که به

طور کلی عناصری که در عسل و موم وجود دارند می‌توانند از بروز سرطان و تومور جلوگیری نمایند. از این موارد میتوان به فیل کتینوری متیل اسید، فنی اتیل دی متیل کافیت اشاره کرد. محققان بر این باورند که این ترکیبات از بروز سرطان روده در حیوانات جلوگیری می‌کنند که این امر با کم شدن فعالیت دو آنزیم با نام های فسفاتیدیلینوسیتول نوعی فسفولیپاز C لیپوکسیژن امکان پذیر می‌شود. زمانیکه عسل خام طی فرایند گرمایشی قرار می‌گیرد بسیاری از خواص مفید اولیه خود را از دست می‌دهد.

عسل کارایی ورزشی را افزایش داده و موجب بهبود جراحات می‌شود

اصولاً از عسل به عنوان ماده ای انرژی زا استفاده می‌کنند. در تحقیقات اخیر ثابت شده که از عسل همچنین می‌توان به عنوان یک ماده ارگوژنیک (موادی که قابلیت اجرایی ورزشکاران را ارتقا می‌بخشد) نیز استفاده کرد. همچنین این ماده در بهبود زخم ها و سایر جراحات نیز نقش مهمی را ایفا می‌کند.

سال ها پیش در زمان بازی های المپیک معمولاً ورزشکاران برای بدست آوردن نیرو و توان بیشتر از مواد غذایی مخصوصی استفاده می‌کردند که در این میان می‌توان به عسل و انجیر خشک اشاره کرد. در حال حاضر نیز عده ای از پژوهشگران تحقیقات خود را بر روی این ماده شروع کرده اند. یکی از تحقیقاتی بر روی ۳۹ نفر ورزشکار وزنه بردار که هم شامل خانم ها می‌شدند و هم آقایون، انجام شد. این افراد تحت آموزش های سنگین وزنه برداری و بدن سازی قرار داشتند. آنها پس از اتمام تمرینات مکمل پروتئین خود را یا با شکر یا مالتودکسترین و یا عسل مخلوط کرده و مصرف می‌نمودند. قند خون گروهی که از عسل استفاده می‌کردند در تمام طول مدت ۲ ساعت تمرین ثابت باقی می‌ماند. همچنین قدرت ماهیچه ها و نیروی ذخیره شده در آن دسته از افرادی که از مکمل پروتئین و عسل استفاده کرده بودند نسبت به سایرین افزونی داشت.

ثابت نگه داشتن قند خون در طی تمرینات استقامتی در کنار مصرف کربوهیدرات یکی از راههای مناسب برای ذخیره گلیکوژن در ماهیچه هاست. همانطور که مطلع هستید گلیکوژن نوعی قند ذخیره شده در ماهیچه هاست که حالت سوخت آماده مصرف را دارد. به همین دلیل ورزشکارانی که از عسل استفاده می‌کردند گلیکوژن کافی در ماهیچه هایشان ذخیره می‌شد و روز آینده می‌توانستند با بالاترین آمادگی و دارا بودن بالاترین میزان سلامتی در تمرینات شرکت کنند. تا این لحظه ثابت شد که عسل می‌تواند به عنوان منبع دیگری از کربوهیدرات به ورزشکاران کمک کند تا در بهترین وضعیت واکنش نشان دهند و می‌توان ادعا کرد که نسبت به تمام انتخاب های دیگر ارجحیت دارد.

از دیگر خواص شفا بخش عسل، می‌توان به قابلیت بالای آن در بهبود جراحات اشاره کرد. برای قرن ها عسل به عنوان یک ماده ضد عفونی کننده و همچنین گندزدا مورد استفاده قرار می‌گرفت و به صورت موضعی بر روی زخم ها، سوزش ها و جراحات استعمال می‌شد. در یکی از بررسی هایی که در هند انجام شده، محققان خواص دارویی عسل را با درمان قراردادی (سولفادیازین) بر روی ۱۰۴ بیماری که دارای سوختگی درجه یک بودند، امتحان کردند. پس از گذشت یک هفته از شروع درمان ۹۱٪ از بیمارانی که تحت معالجه با عسل قرار گرفته بودند، هیچ گونه عفونتی نکردند. این در حالی است که تنها ۷٪ از افرادی که از دارو استفاده کرده بودند، دچار عفونت نشدند. همچنین بسیاری از بیمارانی که در گروه درمانی عسل قرار گرفته بودند، قادر شدند تا خیلی زودتر بهبود پیدا کنند. یکی دیگر از مزایای عسل در تحقیقی که بر روی افراد سزارانی و هستورکتومی (بیرون آوردن رحم) انجام شد، کاملاً مشهود است. بدن این افراد خیلی زودتر از سایرین، از کلیه عفونت ها پاک شد و خیلی زودتر از بیمارستان مرخص شدند.

واکنش شفا بخش عسل آن هم زمانیکه به صورت موضعی استعمال می‌گردد، از روند خاصی پیروی می‌کند. از آنجاییکه عسل به طور اخص از گلوکز و فراکتوز (دو نوع قندی که آب زیادی به خود جذب می‌کنند) تشکیل شده، به همین دلیل آبی را که در روی زخم ها جمع می‌شود را به خود جذب می‌کنند، از اینرو رشد باکتری ها و قارچ ها در آن محل متوقف می‌شود. این

میکروارگانیزم‌ها (همان موجودات ذره بینی "قارچ و باکتری") در محیط‌های مرطوب و نمدار رشد می‌کنند.

همچنین عسل خام دارای آنزیمی به نام گلوکز اکسیداس می باشد که وقتی با آب مخلوط می شود، پراکسید هیدروژن تولید می کند که این ماده خود به عنوان نوعی ضد عفونی کننده خفیف شناخته می شود. علاوه بر آنزیم های خاصی که در عسل یافت می شوند و نقش مرهم را ایفا می کنند، عسل شامل آنتی اکسیدان فلاوانوئید نیز میباشد که نقش آنتی باکتریال را اجرا می کند. یکی از ضد اکسیدانها، چینوسمرین نام دارد که تنها مختص به عسل می باشد، پژوهشگران هم اکنون در حال مطالعه این عنصر هستند تا با خواص ضد اکسند آن بیشتر آشنا شوند. یکی دیگر از مطالعات آزمایشگاهی بر روی عسل سترون نشده نشان داده است که این ماده واکنش بجایی در مقابل استافی لوکسز (باکتری که در همه جا وجود دارد و باعث ایجاد عفونت در زخم های باز می شود) از خود نشان می دهد. عسلی که رنگ آن کمی تیره تر است، به ویژه عسلی که از گل های گندم سیاه، و تپلو درست شده باشد حاوی مقادیر بیشتری آنتی اکسیدان نسبت به سایر انواع عسل ها می باشد. همچنین عسل خام و عسلی که تحت فرایندهای شیمیایی قرار نگرفته باشد، دارای مزایای بیشتری نسبت به انواع مشابه خود می باشد.

روزانه یک قاشق عسل بدن را در مقابل رادیکال های آزاد محافظت می کند

مصرف روزانه یک قاشق عسل گردش خون در رگ ها را تسریع می بخشد و موجب تولید آنتی اکسیدانهای خاصی در بدن انسان می شود. این امر در دویست و بیست و هفتمین نشست جامعه دارویی آمریکا که در ۲۸ مارچ سال ۲۰۰۴ در کالیفرنیا برگزار شد، به اثبات رسید. در این همایش "هیدرون گرس" زیست شیمیدان و همکارانش ۲۵ تحقیق مشابه را از دانشکده دیویس کالیفرنیا ارائه دادند. طی این مطالعات، افراد تحت آزمایش علاوه بر رژیم غذایی روزانه خود، یک قاشق سوپخوری عسل مصرف میکردند. پس از اینکه محققان نمونه های خونی آنها را در طی فواصل زمانی معین، بر روی نمودار بردند، به این نتیجه رسیدند که ارتباط مستقیمی میان مصرف عسل و میزان پلی فنولیک (نوعی آنتی اکسیدان) در خون وجود دارد.

عسل برای افراد سالم، کسانی که کلسترول بالا و دیابت نوع ۲ دارند، مفید میباشد

در آزمایش های مختلفی که بر روی افراد سالم و کسانی که دارای کلسترول بالا بودند و یا اینکه دچار دیابت نوع دوم بودند، انجام شد، دانشمندان به این نتیجه رسیدند که عسل یکی از مناسب ترین شیرین کننده ها برای تمام گروه های ذکر شده می باشد. برای ۱۵ روز، به ۸ فرد سالم، ۶ بیمار با کلسترول بالا، و ۷ بیماری که دارای دیابت نوع دوم بودند به میزان مشابهی شکر، عسل مصنوعی، و عسل طبیعی خورانده شد.

در افرادی که از سلامت کامل برخوردار بودند، مصرف شکر و عسل ساختگی یا تاثیر منفی بر روی آنها داشت و یا به طور کلی هیچ تاثیری نداشت. این در حالی است که مصرف عسل طبیعی در این افراد منجر به کاهش ۷ درصدی کلسترول، ۲٪ تری گلیسرید، ۶٪ هموسیستین (یکی از فاکتورهای ریسک ابتلا به بیماری های قلب - عروقی)، و ۶٪ قند خون شد. همچنین HDL و یا همان کلسترول خوب خون آنها به میزان ۲٪ افزایش پیدا کرد.

در بیمارانی که دارای کلسترول بالا بودند، عسل مصنوعی میزان LDL یا همان کلسترون بد خون را کاهش داد. این امر در حالی است که مصرف طبیعی عسل منجر به کاهش ۸ درصدی کلسترول شد که در این میان سهم کلسترول بد خون ۱۱٪ بود. همچنین پروتئین انفعالی C نیز تا ۷۵٪ کاهش پیدا کرد.

و نهایتاً در بیمارانی که مبتلا به دیابت نوع دوم بودند، مصرف عسل طبیعی باعث کاهش قابل توجه قند خون در آنها گردید. بنابراین بهتر است کمی عسل را صبح ها در شیر، ظهرها در ماست و یا یعد از ظهر در چای خود مخلوط کنید و از نوشیدن آن لذت ببرید. به نظر می رسد که مصرف یک قاشق عسل به طور روزانه، نیاز شما به مصرف داروهای مختلف را تا حد زیادی کاهش می دهد.

هر چند آداب غذایی جدید، مانند گذشته به خواص غذایی فوق العاده عسل اهمیت نمی دهد، اما نباید فراموش کرد که عسل حاوی مقادیر زیادی ویتامین B₂، ویتامین B₆ و آهن و منگنز می باشد.

تعریف

عسل یک شیرین کننده چسبناک است که به طور طبیعی توسط زنبورها برای تغذیه شخصی شان درست می شود. تهیه عسل از چرخش زنبورها به دور گل ها شروع می شود. آنها در همین حال شهد گل ها را در دهان خود جمع می کنند. شهد گل ها با آنزیم مخصوصی که در بزاق دهان زنبور وجود دارد، ترکیب شده و طی یک فرایند شیمیایی، تبدیل به عسل می شود. زنبورها، عسل را به داخل کندو می برند و آنرا درون حفره ها و دیواره های هر شبکه از کندو ذخیره می کنند. ارتعاشی که از بال زدن های آنها ایجاد می شود، کارتهویه را انجام داده و موجب می شود رطوبت بیش از اندازه آن از بین رفته و آماده مصرف گردد.

عسل در محدوده رنگ ها متفاوتی از جمله سفید، کهربایی، قرمز، قهوه ای و تقریباً سیاه درست می شود. طعم و حالت آن به شهد گل هایی که عسل از آن تهیه میشود، بستگی دارد. بیشتر زنبورها عسل را از شهد گل هایی نظیر شبدر، یونجه، خلنگ، و افاقا درست می کنند، اما می توان گفت که عسل از گل های متفاوت از جمله سنبل و آویشن نیز می تواند گرفته شود.

تاریخچه

عسل از قرن ها پیش هم به عنوان غذا و هم به عنوان دارو مورد استفاده بشر قرار میگرفته. پرورش زنبور عسل به منظور تهیه عسل، برمی گردد به ۷۰۰ سال پیش از میلاد مسیح. برای مدت ها عسل به عنوان یک ماده خوراکی مقدس و نادر شناخته می شده. در زمان باستان از عسل بیشتر در مراسم مذهبی به عنوان ماده ای برای تکریم خدایان استفاده می شده. همچنین از عسل برای مومیایی کردن مردگان نیز بهره می جستند. از این گذشته به عنوان دارو و وسیله ای برای آراستن و زیبایی نیز به کار می رفته. در تاریخ اینطور آمده که برای مدت ها، تنها خانواده های ثروتمند، توان استفاده از عسل را داشتند چرا که این ماده آنقدر گران بوده که تنها خانواده های متمول قدرت خرید آنرا پیدا می کردند.

پرستیژ عسل برای قرن ها ادامه داشت تا زمانیکه طرز تهیه شکر تصویه شده از چغندر قند و نیشکر "کشف" شد. از آنجایی که تولید شکر در مقادیر انبوه، گسترش پیدا کرد و از قیمت مناسبی نیز برخوردار بود، توانست جای خود را در میان مردم باز کند. به مجرد جلب توجه مردم به شکر، عسل در مصارف آشپزی جای خود را به شکر داد. هر چند عسل هنوز هم به عنوان یک ماده شیرین کننده شناخته می شود، اما بیشتر برای مصارف دارویی و شیرینی پزی مورد استفاده قرار می گیرد.

انتخاب و نگهداری

عسل را هم می توان به صورت بسته بندی و هم به صورت عمده خریداری کرد. این روزها اغلب عسل را پاستوریزه می کنند، اما در بازارهای بومی می توانید انواع خام آنرا نیز پیدا کنید. عسل خام که پاستوریزه و تصفیه نشده است، دارای بالاترین خواص آلی می باشد و جزء بهترین انتخاب ها محسوب می شود. دنبال انواعی از عسل بروید که روی آن برچسب "۱۰۰٪ طبیعی" خورده باشد. عسل های طبیعی معمولاً نیمه شفاف هستند، عسل های گرمی رنگ، غیر شفاف هستند و با افزودن بلور عسل به عسل مایع درست می شوند. عسل با کیفیت ویژه، از نکتار گل های مختلف مانند سنبل و آویشن درست می شود و به صورت فراوان در دسترس می باشند. به خاطر داشته باشید که هر چه عسل پر رنگ تر باشد، طعم آن سنگین تر است.

می بایست عسل را در یک ظرف در بسته نگهداری کنید و از ورود هوا به داخل آن جلوگیری نمایید. اگر عسل را در محلی خشک و خنک نگهداری کنید، می توانید برای زمان نامحدود از آن استفاده نمایید. دلیل این امر وجود مقدار زیادی شکر و PH اسیدی بالای در آن می باشد که از رشد هر گونه میکروارگانیسمی جلوگیری می نماید. اگر عسل را در محل سرد نگهداری کنید، غلیظ و سفت می شود و اگر آنرا در محل گرمی نگهداری کنید رنگ آن تیره شده و طعم اولیه خود را از دست می دهد.

نکاتی برای استفاده از عسل در غذاها

اگر عسل شما بلوری شده باشد، باید آنرا به مدت ۱۵ دقیقه داخل آب گرم قرار دهید؛ این کار به شما کمک می‌کند تا مجدداً آنرا به حالت اولیه خود دریاورید. از قرار دادن عسل در مایکروفر خودداری کنید چرا که این کار منجر به افزایش هیدروکسی متیل فورفورال (HMF) شده و این امر سبب برگشتن مزه عسل می‌شود. برای جلوگیری از چسبیدن عسل به پیمانه، از عسل رقیق استفاده کنید.

عسل در بیشتر دستورهای غذایی به عنوان جایگزین مناسبی برای شکر شناخته می‌شود. از آنجاییکه میزان شیرینی عسل از شکر بیشتر است به ازای هر یک پیمانه شکر باید نیم و یا یک سوم پیمانه عسل استفاده کنید. به علاوه درجه حرارت پخت را نیز تا ۲۵ درجه فارنهایت کاهش دهید چرا که عسل رنگ غذاها را خیلی سریع تر به سمت قهوه ای متمایل می‌کند.

چند دستور مصرف ساده و سریع

از عسل به عنوان جا شگری روی میز استفاده کرده و چای خود را با عسل شیرین کنید.

بر روی برش سیب از عسل و دارچین استفاده کنید.

برای شیرین کردن شیر خود می‌توانید به جای شکر از عسل استفاده کنید.

یک ساندویچ خوشمزه که برای هر سنی لذیذ می‌باشد مخلوطی از کره بادام زمینی یا بادام، عسل و موز می‌باشد.

در یک قابلمه با شعله ملایم، مقداری شیر سویا، عسل و شکلات تلخ سیاه را مخلوط کنید تا یک نوشیدنی شیر شکلات مغذی تهیه نمایید.

ایمنی

به خاطر داشته باشید که فرایند تهیه عسل، عملکرد گیاهان و طبیعت می‌باشد که پیرو آن گرده، شیر، شهد و صمغ گیاهان جمع آوری می‌شود. به نظر می‌رسد که سایر موادی که در طبیعت یافت می‌شوند، مانند فلزات سنگین، آفت کش ها، و آنتی بیوتیک ها نیز در عسل دیده می‌شوند که میزان این مواد به طور گسترده در انواع مختلف عسل ها متغیر است.

نمودار مواد مغذی

عسل سرشار از ویتامین های B۲ و B۶ می‌باشد و همچنین مقادیری از آهن و منگنز نیز در آن به چشم می‌خورد.

خواص کشک، زینت آش ها

نویسنده: فریده آقازاده طارانی

غنی ترین پروتئین حیوانی

در کتاب برهان قاطع آمده است: دوغ خشک کرده را کشک نامند که به ترکی قروت خوانند و دوغ خشک کرده پس از آن که روغنش گرفته باشند به شکل گوله ای به اندازه گردو و بزرگ تر درآورند و بیشتر قاتق بادنجان و چغندر و آش ها سازند.

مصرف کشک در کشورمان به هزاره ها می‌رسد بسیار پیش تر از آن که فردوسی شاعر حکیم بسراید: یکی پاره پاره بگسترد مشک

نهاده به غربال بر نان کشک

شیوه تهیه کشک به روایت امروز: کشک از شمار فرآورده های فرعی شیر است که به روش سنتی از جوشاندن، تغلیظ و یا خشک کردن دوغی که پس از کره گیری باقی می‌ماند و همچنین ماست بدون چربی تهیه می‌شود. ماده اولیه کشک عبارت است از شیر بز، گاو و میش و یا مخلوطی از آنها. کشک با حجم کم خود ماده ای معجزه آساست که تقریباً همه خواص شیر را دارد و حاوی

کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و ویتامین نیاسین است. میزان انرژی تولید شده با خوردن ??? گرم کشک حدود ??? تا ??? کیلو کالری است که می‌تواند به عنوان یکی از تامین کننده های انرژی مورد نیاز بدن در رژیم غذایی شما و خانواده تان گنجانده شود. * فلسفه کشک و نعنا: ما همواره کشک خورده ایم و در بسیاری از موارد هم (که کم هم نیستند!) از نعنا خشک به همراه کشک استفاده کرده ایم. طب قدیم ما می‌گوید کشک بسیار نفاخ است و روده را سفت می‌کند به همین علت استفاده از نعنا خشک هضم آن را آسان تر می‌کند. اسیدهای آلی کشک از جمله وظیفه ضد عفونی کردن معده، روده کوچک و بزرگ را برعهده دارد. خود کشک به تنهایی غذایی مقوی است و گرسنگی را کاهش داده و حجم کمی از معده را اشغال می‌کند.

* کشک گاه سم خطرناکی می‌شود: با توجه به این که کشک یکی از غنی ترین منابع پرتئین حیوانی است بنابراین محیط مناسبی برای رشد و تکثیر میکرو ارگانیزم های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت های شدید و حتی مرگ می‌شود بنابراین چنانچه به کشک بسیار علاقه مندید و هفته ای هفت بار آن را قاتق غذایتان به ویژه آش ها می‌کنید به موارد زیر توجه کنید:

- ? از کشک های بسته بندی (پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند استفاده کنید.
- ? همواره کشک مایع را در یخچال نگهداری کنید.

- ? تا حد امکان از خوردن کشک مایع پرهیز کنید، در غیر این صورت قبل از استفاده با افزودن کمی آب بگذارید ?? تا ?? دقیقه روی حرارت اجاق بجوشد تا بدین ترتیب میکروارگانیزم های آن کاهش یابد.
چند ضرب المثل کشکی:

معلوم نیست کشک با این همه خاصیت چرا در بیان و منظور بی خاصیت و انکار آمده است. مثلاً می‌گوییم همه این حرف ها کشک است یعنی بی خود است و یا چه کشکی و چه پشمی، که بیانی است برای هنگامی که می‌خواهیم حاشا کرده و یا موردی و یا وعده ای را انکار کنیم. باز در فرهنگ عامه است که: سگی که برای خودش پشم نمی‌کند، برای دیگران کشک نخواهد کرد

سویا در نقش قرص ضد بارداری

سویا مانند نخود فرنگی و سایر لگومها منبعغنی از استروژن ها (هورمونها یزنانه) است و بنابراین احتمالاً میتواند مانعی برای باروری باشد یا در دوران یائسگی کمکی برای جانشینی استروژن نماید. در آزمایشی که پزشکان هاروارد و دوک با بودجه تخصیص یافته از طرف موسسه ملی بهداشت امریکا نموده اند به گروهی از زنان در دوران یائسگی مقدار کمی از فراورده های سویا تجویز کردند برای اینکه ببینند آیا سطح هورمونی آنها بالا- میرود یا خیر. این آزمایش هنوز در جریان است. ضمن این که هورمونهای طبیعی موجود در سویا ممکن است به عنوان داروی ضد باروری اثر داشته باشد ابتدا در جریان مطالعه ای که در باغ حش سین سیناتی روی گربه های خارجی انجام می‌شد این جانوران غالباً نازا بودند. در پی گیری برای پیدا کردن دلیل این که چرا این جانوران غالباً نازا هستند محققان کشف کردند که ۵۰ درصد غذای روزانه آنها از سویا و فراورده های آن که مملو از استروژنهای گیاهی است تهیه می‌شده است. پس از اینکه جیره سویای غذای آنها با خوراکیهای مرغ و جوجه جانشین شد ططرف مدت کمی علائم افزایش احساس باروریو سایر علامی مربوط به فعالیتهای هورمونی در گربه ها ظاهر دش. در عین حال با اینکه اصولاً افزایش خوردن بقولات و حبوبات در این راستا هنوز مجهول است. در پی حل این معما محقق دیگری دریافته است که اگر در دراز مدت مرتباً مقدار خیلی کمی خوراکی های گیاهی استروژن دار خورده شود ممکن است ایر ضد استروژن نداشته باشد و آثار ناخوشایند سرطان زایی غذاهای مملو از استروژن کرا کاهش دهد.

نظریه این است:

خوردن مقدار کمی از خوراکی های دارای استروژن ممکن است نسوج پستان را در مقابل اسیب مقدار زیادی ایستروژن مقاوم و

غیر حساس نماید. نظیر خوردن مقدار خیلی کمی از مواد الرژی زا که انسان رادر عمس العمل های الرژی زایی مقدار زیادی ان مواد مقاوم و غیر حساس می نمایند.

این نظریه ممکن است یکی از دلایلی باشد که زنانی که گیاه خوارند و مرتباً سویا میخورند خیلی کمتر به سرطان پستان مبتلا می شود. به هر حال با این که حقایق امر هنوز به طور کامل روشن نیست عقیده غالب دانشمندان این است که هورمونهای موجود در سویا و سایر انواع مشابه احتمال اثار بیولژیک عمیقی دارد و جا دارد که تحقیقات در این مورد در سطح گسترده ای ادامه یابد.

توجه: انواع فراورده های سویا که در این بحث اشاره شده

شیر سویا، شیر بریده سویا، ارد سویا، بلغور سویا، سویای بوداده، پروتئین سویا، سوس سویا، سویای تخمیر شده، جوانه سویا، و سایر انواع دیگر فراورده های سویا می باشد.

به چه میزان؟: خوردن روزی یک کاسه متوسط سوپ خمیر سویا (میزو) خطر سرطان معده رادر ژاپنی ها ۳۰ درصد کاسته است و اگر ۶ بار در هفته از فراورده های سویا هر نوع که باشد استفاده شود کلسترول بالا در خون را تا ۲۰ درصد کاهش میدهد.

منبع: <http://www.taamasrar.com>

تأثیر ترب در بهبود ناراحتی کلیه

در کتاب های طب سنتی با نام «فجل» و «فجل مزروع» از آن نام برده می شود. به فرانسوی Radis و به انگلیسی Radish گفته می شود. گیاهی است از خانواده Cruciferae و نام علمی آن Rephanus Sativus است.

دو قسم ترب اهلی، یا فجل مزروع معمول است:

۱. تربچه یا ترب تابستانه،

۲. ترب سیاه یا ترب زمستانه.

۱. تربچه به رنگ های مختلف قرمز و سفید، قرمز که در انتها سفید و زرد است، با اشکال مدور و دراز وجود دارد. تربچه را در تمام فصول می توان کاشت، البته در هوای آزاد زمستان قابل کشت نیست. ارقام زودرس آن پس از یک ماه قابل برداشت است.

۲. ترب سیاه یا ترب زمستانه در اواسط تابستان کاشته می شود و محصول آن در پاییز برداشت می گردد.

خواص دارویی

بر اساس کتاب های گیاهی طبی کاربرد دارویی ترب عبارت است از:

از مخلوط ریشه، برگ، گل و تخم آن ضمادی به دست می آید که برای تسکین درد روماتیسم مؤثر است. عصاره ی ریشه را برای تسکین سرفه، تشدید تعریق و بهبود اسهال استفاده می کنند. دیاستاز موجود در آن به هضم غذاهای نشاسته ای کمک می کند.

ریشه ترب، بادشکن و نیرو دهنده است. پس از این که گیاه به میوه نشست و میوه آن رسید، جوشانده ای که از غده های مغزدار ترب (پوک نشده باشد) تهیه می شود برای قطع اسهال خونی بسیار نافع است. این جوشانده را در چین با گوشت قرمز می پزند و سوپ آن را برای قطع سرفه و استسقا مصرف می کنند.

ریشه و تخم ترب برای نرم کردن سینه و ازدیاد ترشح ادرار و تقویت معده مفید است.

استعمال خارجی آن به هنگام ورم سینه در مادران شیرده بسیار مفید و مؤثر است. ریشه ی ترب ایجاد گاز و نفخ و آروغ می کند، ولی تخم آن گاز و نفخ را تحلیل می برد. (۱)

پی نوشت ها:

۱. روزنامه اطلاعات، ضمیمه، ۱۳۸۶/۵/۲۱.

منبع: مجله نامه ی جامعه

انجیر میوه درمان گر

انجیر ضد سرطان بوده و در معالجه بیماری های پوستی مؤثر است.

انجیر چاق کننده است؛ از این رو برای افراد لاغر و نیز بیمارانی که دوره نقاهت خود را می گذرانند، بسیار مفید است. می توان آن را با شیر سویا مخلوط کرد و در وعده های میان غذا استفاده نمود.

یکی از بهترین میوه ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است.

برای درمان ناراحتی های سینه حدود ۲۰ گرم خرما، عناب، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط و آسیاب کرده و پودر آن را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. میل کردن سه فنجان از این جوشانده در روز مفید است.

جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی، کلیه، ذات الریه، سرخک، مخملک و آبله می باشد.

با برشته کردن انجیر و سپس آسیاب نمودن آن، پودری تهیه می شود که می تواند سیاه سرفه، برونشیت و ذات الریه را درمان نمود. انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می کند و برای درمان سوء هاضمه مفید است.

برای بر طرف کردن ورم گلو، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر، به مدت ۱۵ دقیقه نگه دارید و سپس آن را غرغره کنید.

جوشانده ی انجیر خشک با شیر، برای درمان آئزین، ورم لثه و ورم مخاط دهان مؤثر است.

مخلوط شیر بز و انجیر سیاه یکی از داروهای بسیار مؤثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل می باشد. این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می برد.

انجیر را می توان همراه با میوه های دیگر مصرف کرد، اما با میوه های اسیدی، مانند: پرتغال و گریپ فروت سازگار نیست.

انجیر برای افرادی که قند خونشان پایین می آید و یک باره احساس ضعف می کنند، مناسب است؛ زیرا قند آن به سرعت جذب روده ی کوچک می شود.

انجیر تقویت کننده کبد است. اگر ترشح ادرار کم باشد، خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می شود. انجیر موجب افزایش تعریق بدن و کاهش حرارت آن می گردد. به یاد داشته باشیم که انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست.

زیاده روی در مصرف انجیر موجب نفخ شکم و اسهال می گردد. (۱)

پی نوشت ها:

۱. روزنامه کیهان، ۱۳۸۶/۵/۱۸.

منبع: مجله نامه ی جامعه

فراوانی خواص کاهو

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزیجات دنیا به شمار می آید که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی است. پیشینه ی مصرف کاهو در ایران شش قرن قبل از میلاد است. این سبزی یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافت و جزو غذاهای مهم رومیان شد. کاهو گیاهی است یک ساله و دارای برگ های پهن و دراز و سبز، با طعم کمی شیرین. کاهو موجب افزایش گلبول های قرمز خون شده و آهن موجود در آن برای درمان کم خونی مفید است؛ از همین رو در گونه ها، سرخی مطلوب پدید می آورد و اعصاب را منظم می کند و بر قدرت بینایی می افزاید.

این ماده غذایی به ویژه حاوی ویتامین «ث» - ضد اسکوربوت - است. کاهو ارزش غذایی چندانی ندارد، اما از لحاظ درمانی فوق

العاده و سرشار از نمک های معدنی با خاصیت قلیایی است؛ به همین سبب خون را تصفیه می کند و به حفظ هوشیاری مغز و سلامت بدن کمک می نماید. برگ های بیرونی کاهو ارزش خوراکی بسیار دارد؛ زیرا این برگ ها بیشتر در معرض نور آفتاب قرار دارد و نسبت به برگ های داخلی حاوی ویتامین بیشتر است. هر چه کاهو سبزتر باشد، ویتامین بیشتری دارد. کاهوی پخته برای ازدیاد شیر مادر مناسب است. این سبزی محتوی چند ماده مهم و شفابخش است. آب کاهو، خنک و شادابی بخش است و میزان فراوانی منیزیم در آب آن سبب تقویت بافت عضلانی، اعصاب و مغز می شود. آب کاهو جنبه درمانی دارد.

سلولز موجود در کاهو حجم مواد داخل روده و حرکات روده را افزایش می دهد که این امر درمان یبوست را آسان می سازد. کاهو برای رفع بی خوابی نیز مؤثر است؛ زیرا دارای ماده ای خواب آور به نام لکتوکاریوم است که حاوی کربوهیدرات است. این ماده غذایی برای درمان دیابت ماده غذایی مناسب است و افراد دیابتی می توانند به راحتی از آن استفاده کنند. استفاده از کاهو به علت داشتن املاح فراوان - به خصوص منگنز و روی - برای جلوگیری از ریزش و سفید شدن مو مفید است. (۱)

پی نوشت ها:

۱. روزنامه جام جم، ضمیمه، ۱۳۸۶/۵/۴.

منبع: مجله نامه ی جامعه

قارچ

نویسنده: خجسته ناطق

قارچ گیاه بسیار زیبایی است که کودکان در نقاشیها کلاهی قرمز با لکه های سفید برای آن می کشند، اما آیا می دانید این نوع قارچسمی است و نوعخوراکی آن نه تنها لکه ای ندارد بلکه کاملاً سفید است.

متخصصان تغذیه بهخانواده ها توصیه می کنند که همیشه قارچ را در برنامه غذایی خود بگنجانند، زیرا قارچ به علت داشتن «ژرمانیوم» موجب افزایش انرژی و رفع خستگی در افراد می شود.

سابقه کشت قارچ

حدود دو هزار سال از کشت این سبزی در دنیا می گذرد. ژاپنی ها اولین کسانی بودند که آن را کشت کرده و مورد استفاده قرار دادند. آب و هوای گرم و مرطوب ژاپن زادگاه مناسبی برای این سبزی به حساب می آید.

قارچ در طب سنتی، مصارف بسیاری داشته است، به این ترتیب که در طب شرقی از آن استفاده های فراوانی می کردند، زیرا معتقد بودند که این سبزی برای قلب بسیار مفید است و مقاومت بدن را در برابر عفونتهای ویروسی افزایش می دهد، به علاوه یک ماده غذایی بسیار مناسب برای رفع خستگی است.

در طب چینی نیز قارچ مصارف گوناگونی داشته است، امادر قرن پانزدهم به دلیل امکان وجود سم و داشتن انرژی فراوانی که به این سبزی نسبت داده می شد، مصرف آن در میان مردم این کشور به شدت کاهش یافت.

سابقه کشت قارچدر ایران به ۵۰ سال پیش برمی گردد و در حال حاضر، در حدود ۱۲۰ واحد تولیدی و پرورش قارچ خوراکی در کشور وجود دارد.

با اینکه هزاران نوع از این سبزی در طبیعت یافت می شود، اما تنها ۲۵ نوع از آن کشت و مورد استفاده قرار می گیرد.

شهرستانهای کرچ، شهریار، ساوجبلاغ و نظرآباد به دلیل برخورداری از شرایط مناسب آب و خاک، قابلیت لازم را برای پرورش قارچ خوراکی دارند. در حال حاضر سرانه مصرف قارچ در کشور ۱۵۰ گرم است، در حالی که این میزان در جهان، بیش از یک کیلو و ۵۰۰ گرم محاسبه شده است.

محققان معتقدند، حدود ۳۸ هزار نوع قارچ شناخته شده است که در میان آنها قارچ های سمی نیز وجود دارند. این سبزی به دلیل کالری پایین برای کسانی که قصد کاهش وزن دارند، مناسب است.

مطالعات نشان می دهد که هر ۱۰۰ گرم قارچ فقط ۱۲ کالری، انرژی دارد. قارچهای خوراکی کشت شده در کشور چهار دسته هستند، قارچ دکمه ای، صدفی، ژاپنی و چینی به علاوه سالانه ۲۱ هزار تن قارچ خوراکی در استان تهران تولید می شود.

فواید بیشمار قارچ

قارچ یکی از سبزیهایی است که بهتقویت سیستم ایمنی بدن کمک می کند.

مطالعات اخیر در مؤسسه های تحقیقاتی غربیبیان می کند که قارچ با تحریک گلبولهای سفید موجب فعالیت هر چه بیشتر دستگاه ایمنی می شود.

مطالعات نشان می دهد که در قارچ دو نوع قند به نام های «ترهولوز» و «کتین» وجود دارد که دریافت بالای آنها در بدن موجب تحریک سیستم ایمنی بدن می شود، به این ترتیب آنها مانع فعالیت ویروسها و باکتریها شده و از فعالیتهای زیانبار اینمیکروبها جلوگیری می کند.

این سبزی دارای مقادیر مناسبی «روی» است که وجود این ماده مغذی به حفظ سلامت سیستم دفاع بدن کمک فراوانی می کند. جالب است بدانید قارچ دارای ترکیبی از گروه «فیتونوترینتهاست» که به نام «لنتینان» شهرت دارد. این ترکیب در قارچهای دکمه ای و صدفی یافت می شود و مانع رشد تومورهای بدخیم می گردد. به علاوه قارچ دارای مقادیر بالایی ویتامین C است و نیز سرشار از سلنیوم می باشد که فعالیت آنتی اکسیدانی دارد و از بروز سرطان کولون در افراد مستعد پیشگیری می کند.

مطالعات نشان داده است، مصرف مرتب قارچ موجب تنظیم میزان هورمون استروژن در خانمها شده و از بروز سرطان پستان جلوگیری می کند.

این سبزی باعث رقیق شدن خون نیز شده و مانند روغن ماهی به سلامت قلب و عروق کمک فراوانی می کند و با همینمکانیسم احتمال ابتلا به بیماریهای قلبی را کاهش می دهد.

همچنین این سبزی سرشار از فیبرهای غذایی به نام «کتین» و «بتاگلوکان» است که هر دو پایین آورنده کلسترول بوده و به حفظ سلامت قلب کمک می کنند، به طوری که در هر ۱۰۰ گرم قارچ یک گرم فیبر غذایی وجود دارد و نیز در همین مقدار قارچ ۳۲۰ میلی گرم پتاسیم موجود است که مصرف آن برای افرادی که از فشار خون رنج می برند، بسیار کمک کننده می باشد.

پخته و خام، کلم بخورید

نویسنده: نیوشا قره گزلو

از میان سبزی ها و تره بار

این سبزی مفید حاوی ویتامین های A، B، C، E و مواد معدنی مانند کلسیم، سولفور، سیلیکا، منیزیم، آهن، ید و کلروفیل است. شواهد و قراین نشان می دهد که رابطه ما ایرانی ها اصولا با کاهو بهتر است تا انواع کلم. شاید چون چند نوع از این ماده غذایی چهار هزار ساله نخست در اروپا عمل می آمده است. مشخص نیست که کشت آن در ایران از چه زمانی شروع شده اما گفته می شود کاشت کلم قمری از سالیان دور در ایران رواج داشته و کشف انواع دیگر آن همچون گل کلم و کلم دگمه ای چندین سال است مورد توجه قرار گرفته است.

* خواص کلم: اگر کلم به صورت کمی بخار پز و یا خام خورده شود یک ماده غذایی بسیار ارزشمند به شمار می رود. این سبزی مفید حاوی ویتامین های A، B، C، E و مواد معدنی مانند کلسیم، سیلیکا، منیزیم، آهن، ید و کلروفیل است و خواص فوق العاده

کلم از قرن‌ها پیش شناخته شده است و جایی ویژه در طب قدیم دارد. در مصر باستان کلم دارای چنان ارزش درمانی بوده که یک معبد به نام کلم ساخته شد و در روم باستان نیز آن را داروی همه دردها می‌دانستند. فیثاغورس خوردن روزانه کلم خام را درمان ناراحتی‌های عصبی می‌دانست و دریانوردان برای پیشگیری از ابتلا به بیماری اسکوروی، کلم می‌خوردند. خوردن کلم از قدیم به تصفیه خون و اثر پاک‌کنندگی بر روی پوست مشهور است و گفته می‌شود کبد را از سموم پاک می‌کند و برای درمان آرتروز و انواع سردرد مفید است. مصرف خام این گیاه ارزشمند به دلیل دارا بودن ترکیبات سولفور (گوگردی) موجود در آن، باکتری‌ها و عفونت‌های دستگاه تنفسی را از بین می‌برد و برای تقویت اعصاب مفید است و بهتر است افراد مبتلا به فشارخون بالا، از خوردن آن غفلت نورزند.

* کلم چه دارد؟ در یکصد گرم کلم (معادل یک پیمانه؟)، کیلوکالری انرژی وجود دارد. در همین مقدار از کلم، یک گرم پروتئین؟، گرم کربوهیدرات؟؟، گرم چربی؟، گرم فیبر و همچنین؟؟ میلی‌گرم ویتامین C وجود دارد.

* نکات خرید و نگهداری کلم: انواع کلم‌ها را می‌توان مدت‌ها به همان صورت، درسته، لای کاغذ بزرگ یا ورق پیچیده و پس از گذاشتن در کیسه پلاستیکی، هفته‌ها در کشوی پایین یخچال نگهداری کرد. به هنگام خرید کلم دقت کنید که برگ‌ها لکه دار نباشند و به طور کامل به هم چسبیده باشند. خود کلم نیز باید از وزن سنگینی نسبت به اندازه آن برخوردار باشد.

* سوپ کلم، سوپ سرماخوردگی: عادت به خوردن سبزی مفید اما نه چندان خوشمزه کلم زمان می‌برد و تهیه سوپ از این گیاه پیشنهاد حکیم بیش از سه هزار ساله است. برای این کار نخست برگ‌های کلم را جدا کنید و خوب بشوید و سپس به رشته‌های باریک خرد کنید و به همراه زیره و دانه خردل در کمی روغن تفت بدهید و بگذارید به مدت؟؟ دقیقه با حرارت ملایم کاملاً بپزد. حال سرکه و آب مرغ و سیر و گوجه فرنگی را بیفزایید و با افزودن یک لیوان آب دوباره بگذارید با همان حرارت آهسته بجوشد. در نهایت شوید را اضافه کنید. سوپ کلم پای ثابت و روزانه فرهنگ غذایی اروپایی‌هاست همان‌گونه که قاب انواع پلوه‌ها و کته‌ها و چلوها بر سر سفره‌های ما خودنمایی می‌کنند!

تأثیر روغن زیتون در جلوگیری از بیماری‌ها

روغن زیتون و سرطان:

سرطان یکی از علل عمده مرگ و میر در کشورهای توسعه یافته است. انواع سرطان رابطه نزدیکی با رژیم غذایی دارد. در سرطان‌های روده بزرگ و راست روده و پستان کاملاً مشخص شده که نوع چربی مصرف شده، یکی از عوامل مهم در ایجاد این سرطان‌هاست و مقدار چربی تأثیر چندانی در بروز آنها ندارد.

مطالعات نشان داده که روغن زیتون میزان آسیب‌های سرطانی را کاهش داده و تعداد تومورهای توسعه یافته را به شکل آشکاری کاهش می‌دهد و این تومورها تهاجم کمتر و درمان پذیری بیشتری دارند. این اثر مربوط به وجود اسید لینولئیک است که یک اسید چرب امگا ۶ می‌باشد. این اسید چرب در تولید پروستاگلاندین‌هایی موثر است که از ایجاد و توسعه تومورها جلوگیری می‌کنند. اکسیداسیون درون سلولی، عامل مهمی در ایجاد سرطان است و مواد آنتی‌اکسیدان موجود در روغن زیتون، مقاومت سلول‌ها را در برابر اکسیداسیون و سرطان افزایش می‌دهد.

روغن زیتون و فشارخون:

فشارخون بالا زمانی تعریف می‌شود که میزان فشارخون به طور دائم بالاتر از ۹۰/۱۴۰ میلی‌متر جیوه باشد. مصرف روغن زیتون به صورت منظم، هر دو فشارخون سیستولی و دیاستولی را کاهش می‌دهد و مقدار دوز داروهای لازم برای کاهش فشارخون را در بیماران کم می‌کند.

روغن زیتون و بیماری‌های قلبی:

سخت‌شدگی دیواره رگ‌های خونی در اثر تجمع کلسترول، با شیوه زندگی ارتباط مستقیم دارد. شیوه زندگی مجموعه‌ای از عادات فردی و میزان فعالیت بدنی و نوع رژیم غذایی است. پایین‌ترین میزان مرگ و میر از بیماری‌های قلبی و عروقی در کشورهای وجود دارد که از روغن زیتون به عنوان تنها منبع چربی در رژیم غذایی خود استفاده می‌کنند. روغن زیتون به علت داشتن اسیدهای چرب غیراشباع می‌تواند میزان کلسترول خوب (HDL) را افزایش و کلسترول بد (LDL) را کاهش دهد و به این ترتیب از رسوب کلسترول در رگ‌ها و سخت‌شدگی عروق جلوگیری می‌کند.

روغن زیتون و التهاب روماتیسمی:

التهاب روماتیسمی از بیماری‌های عفونی مزمن است که در مفاصل ایجاد می‌شود. عوامل عفونی، ژن‌ها، هورمون‌ها و رژیم غذایی در بروز آن نقش دارند. مصرف منظم روغن زیتون باعث تسکین علائم این بیماری می‌شود. افرادی که میزان کمی روغن زیتون مصرف می‌کنند، ۵/۲ برابر افرادی که رژیم غذایی سرشار از این روغن را دارند به التهابات روماتیسمی مبتلا می‌شوند. مکانیسم این عمل هنوز مشخص نشده است، ولی این اثر احتمالاً به آنتی‌اکسیدان‌های موجود در روغن زیتون مربوط می‌شود.

روغن زیتون و دستگاه گوارش:

روغن زیتون، صفرا بر است و باعث تخلیه کیسه صفرا می‌شود، به این ترتیب که انقباض کیسه صفرا و تولید نمک‌های صفراوی را در کبد تحریک کرده و در نتیجه دفع کلسترول را از طریق صفرا افزایش می‌دهد و از ایجاد سنگ‌های صفراوی جلوگیری می‌کند.

روغن زیتون به علت داشتن سیستواسترول‌ها مانع جذب کلسترول در روده کوچک می‌شود و جذب عناصر معدنی مثل کلسیم، منیزیم و آهن را افزایش می‌دهد. روغن زیتون ملین است و از یبوست جلوگیری می‌کند همچنین این روغن، انگل‌ها و کرم‌های روده را از بین می‌برد.

روغن زیتون و احساس درد:

ماده‌ای به نام اوله آکانتال در روغن زیتون وجود دارد که اثری مشابه قرص‌های مسکن مانند ایبوپروفن در کاهش درد دارد. آنزیم مخصوصی در بدن وجود دارد که سبب آغاز درد می‌شود و ماده اوله آکانتال جلوی فعالیت این آنزیم را می‌گیرد، در نتیجه فرآیند احساس درد متوقف می‌شود. با مصرف روزانه ۵۰ گرم روغن زیتون، حدود ۹ میلی‌گرم اوله آکانتال به بدن می‌رسد، این مقدار یک دهم میزان داروی ایبوپروفنی است که برای کاهش درد یک فرد بزرگسال تجویز می‌شود.

روغن زیتون و چاقی:

در کشورهای غربی، چاقی مشکل بزرگ سلامت مردم است، زیرا میزان کالری دریافتی از طریق غذاهای مختلف افزایش یافته، ولی میزان فعالیت روز به روز کاهش می‌یابد، در نتیجه چاقی اتفاق می‌افتد.

روغن زیتون مانند سایر چربی‌ها، ۹ کیلو کالری انرژی دارد و به نظر می‌رسد که مصرف آن باعث چاقی می‌شود. ولی ثابت شده رژیم غذایی غنی از روغن زیتون بیشتر از غذاهای کم چرب به کاهش وزن کمک می‌کند. در واقع آنچه در بروز چاقی مؤثر است، نوع چربی مصرف شده است، نه مقدار چربی موجود در غذا.

از طرفی روغن زیتون کشش ماهیچه‌های حلقوی را در پایین معده کاهش می‌دهد و در حرکت توده غذا به سمت روده تأخیر ایجاد می‌کند، در نتیجه محتویات معده به آهستگی و به تدریج وارد دوازده می‌شود و احساس سیری مدت بیشتری طول می‌کشد و با کاهش اشتها فرد می‌تواند غذای کمتری مصرف کند.

روغن زیتون و تغذیه نوزاد:

رشد نوزادانی که مادران آنها روغن زیتون مصرف می‌کنند، از نظر قد و وزن و رفتارهای روان شناختی بهتر است. همچنین نوزاد برای جلوگیری از اکسیداسیون مواد در اثر ورود اکسیژن هوا، به ویتامین E نیاز دارد. اگر چه میزان این ویتامین در روغن زیتون زیاد نیست، ولی برای جلوگیری از اثرات اکسیداسیون کافی است.

این ویتامین در مدت شیردهی در پستان‌ها تغلیظ می‌شود و مادر باید ذخیره کافی از آن را در بدن خود داشته باشد تا مقدار مورد نیاز این ویتامین برای نوزاد در شیر ترشح شود.

مصرف میزان کافی ویتامین E در نوزادان دارای نارسایی لوزالمعده و کلیه ضروری است. به علاوه روغن زیتون، اسیدهای چرب مورد نیاز برای رشد نوزاد را فراهم می‌کند و نسبت اسید لینولئیک به اسید لینولنیک آن مشابه شیر مادر است. مصرف روغن زیتون در سنین رشد، سبب بهبود حافظه و بالا رفتن قدرت یادگیری در کودکان می‌شود.

روغن زیتون و پیری:

بسیاری از بیماری‌های دوران پیری مثل پوکی استخوان و آلزایمر تحت تأثیر رژیم غذایی قرار دارند. روغن زیتون با کمک به جذب کلسیم، باعث رسوب آن در استخوان‌ها شده و از پوکی استخوان جلوگیری می‌کند.

روغن زیتون از بروز فراموشی و آلزایمر در افراد مسن جلوگیری می‌کند، ولی مکانیسم عمل آن ناشناخته است. به نظر می‌رسد اسیدهای چرب غیراشباع موجود در روغن زیتون می‌تواند باعث حفظ ساختار غشای سلول‌های مغزی شوند.

فرآیند پیر شدن در انسان با آسیب تدریجی و تغییر ساختمان پوست همراه است. تغییرات پوست مثل ضخیم شدن و از دست دادن قابلیت ارتجاعی لایه‌های پوست، به علت تجمع کلاژن باعث می‌شود که پوست در برابر عوامل خارجی مثل تشعشعات خورشیدی که رادیکال‌های آزاد را ایجاد می‌کنند حساس شده و روند پیری تسریع شود. مواد آنتی‌اکسیدان خصوصاً ویتامین E موجود در روغن زیتون از ایجاد رادیکال‌های آزاد و فرآیند اکسیداسیون در سلول‌های پوستی و ایجاد سرطان‌های پوست جلوگیری می‌کند و کمک می‌کند تا سلول‌های پوست انعطاف پذیری خود را حفظ کرده و عوارض پیری دیرتر ظاهر شود.

روغن زیتون و پوست:

ویتامین E موجود در روغن زیتون برای حفظ سلامت و زیبایی پوست و مو ضروری است. مصرف مداوم آن، پوست را شاداب نگه می‌دارد. ماساژ پوست با روغن زیتون، تعریق را کاهش داده و مژه و ابرو را تقویت می‌کند. کمپرس پوست با روغن زیتون در موارد آفتاب زدگی و سرمازدگی، گزش مار و عقرب و نیش حشرات باعث التیام آن می‌شود. همچنین سوزش و درد ناشی از سوختگی را تسکین داده و از بروز تاول جلوگیری می‌کند.

برای برطرف کردن خشکی و ترک پوست می‌توان از مخلوط روغن زیتون با گلیسرین به نسبت مساوی استفاده کرد.

منبع: پایگاه اطلاع رسانی پزشکی شفا

گیاه‌خواری سطح فشار خون را در حد مطلوب نگه می‌دارد

تازه‌ترین تحقیقات نشان می‌دهد کسانی که مقادیر زیادی سبزی، میوه، و غلات سبوس‌دار مصرف می‌کنند سطح فشار خون آنها مطلوب‌تر از افراد گوشت‌خوار است.

به گزارش خبرگزاری رویترز هلث از نیویورک، این یافته‌ها توصیه در مورد مصرف بیشتر غذاهای گیاهی برای حفظ سلامت قلب و عروق را مورد تأکید قرار می‌دهد.

محققان با مطالعه افراد میانسال در چهار کشور دریافتند کسانی که پروتئین گیاهی بیشتری شامل غلات، حبوبات، میوه، و سبزیجات مصرف می‌کنند فشار خون آنها پایین‌تر است.

حتی جذب اندکی کالری بیشتر از پروتیین گیاهی منجر به کاهش فشار خون می‌شود. دکتر پل الیوت از امپریال کالج لندن می‌گوید فواید ظاهری این نوع تغذیه مستقل از دیگر عوامل مانند ورزش، مصرف نمک و وزن بدن است.

این یافته‌ها توصیه در مورد مصرف غذاهای گیاهی بیشتر برای جلوگیری از ازدیاد فشار خون و بیماریهای مرتبط با آن یعنی بیماری قلبی و نارسایی کلیوی را مورد تاکید قرار می‌دهد.

در این مطالعه افرادی در کشورهای انگلیس، آمریکا، چین، و ژاپن مورد بررسی قرار گرفتند. در مدت شش هفته انجام این تحقیق فشار خون داوطلبان چندین بار اندازه‌گیری شد و نوع تغذیه آنها ثبت گردید.

این مطالعه نشان داد با مصرف بیشتر پروتیین گیاهی میانگین فشار خون کاهش می‌یابد. عکس این تاثیر در مورد مصرف پروتیین حیوانی صدق می‌کند. این ارتباط ظاهرا ناشی از وزن بیشتر کسانی است که گوشت و لبنیات بیشتر مصرف می‌کنند.

علت ارتباط پروتیین‌های گیاهی با فشار خون پایین تر مشخص نیست. مصرف زیاد پروتیین گیاهی جذب الیاف و منیزیم را افزایش می‌دهد که این دو ماده تاثیر مفیدی بر فشار خون دارند.

پروتیین‌های گیاهی حاوی اسیدهای آمینه خاصی هستند که به کنترل فشار خون کمک می‌کنند.

این محققان دریافته‌اند کسانی که پروتیین گیاهی را بیشتر از پروتیین حیوانی مصرف می‌کنند ترکیب اسید آمینه در آنها بسیار متفاوت با کسانی که رژیم غذایی سرشار از فراورده‌های حیوانی دارند. این امر این احتمال را مطرح می‌کند که فواید فشار خون به خاطر وجود اسیدهای آمینه خاصی است که به مقدار زیاد در غذاهای گیاهی یافت می‌شود.

تاثیر عصاره گوجه فرنگی در کاهش فشار خون

نتایج یک تحقیق نشان می‌دهد نوعی مکمل غذایی گرفته شده از گوجه فرنگی به درمان فشار خون نسبتا بالا کمک می‌کند. به گزارش مدلاین پلاس محققان در مطالعه ای در یافته اند یک دز روزانه عصاره گوجه فرنگی باعث کاهش فشار خون در میان ۳۱ مرد وزن دچار هایپرتنشن خفیف شد.

این مکمل که تحت نام Lyc-Mato عرضه می‌شود حاوی ترکیبات گیاهی متعدد موجود در گوجه فرنگی است. در میان این ترکیبات لیکوپن نیز وجود دارد، آنتی اکسیدانی که بر اساس برخی مطالعات انجام شده احتمال بیماری قلبی عروقی را کاهش می‌دهد.

آنتی اکسیدان هایی مانند لیکوپن و ویتامین C و E به خنثی کردن رادیکال های آزاد اکسیژن، ملکول هایی که محصول جانبی متابولیسم هستند و با گذشت زمان به سلولهای بدن آسیب می‌رسانند، کمک میکنند. این استرس اکسیداتیو در طیف وسیعی از بیماری های مزمن مانند بیماری های قلبی دخالت دارد.

اثرات آنتی اکسیدانی عصاره گوجه فرنگی شاید تاثیر آشکار آن را بر فشار خون شرح دهد.

افرادی که فشار خون نسبتا بالایی دارند یا فشار خون آنها نرمال ولی بالاست گزینه های مناسبی برای درمان با این عصاره هستند. بهر حال کسانی که تحت درمان هایپر تنشن قرار دارند باید در مورد مصرف این مکمل با پزشک خود مشورت کنند.

میوه، مانعی برای تصلب شرایین

جام جم آنالاین: محققان علوم پزشکی اعلام کردند با مصرف میوه‌هایی مانند سیب و انگور، گیلان و یا آب آنها می‌توان از تشکیل پلاک‌های آترواسکلروز و بروز تصلب شرایین جلوگیری کرد.

به گزارش ایسنا، محققان می‌گویند: بررسی آنان روی موش آزمایشگاهی نشان می‌دهد؛ با مصرف این گونه میوه‌ها و میوه‌های مشابه می‌توان مانع از بروز تصلب شرایین شد که خود این کار نیز از بروز بیماری‌های قلبی و سکنه‌های مغزی جلوگیری می‌کند. دکتر کلی دکورده از دانشگاه مون پولیه و همکارانش اعلام کردند، نخستین بار توانسته‌اند تاثیر عمده و مستقیم این میوه‌ها را در جلوگیری از بروز تصلب شرایین ثابت کنند.

عسل معجزه علم تغذیه

عسل یکی از هدیه‌های ارزنده و پر ارزش طبیعت می‌باشد که در قرآن از آن به عنوان فیه شفا للناس (شفای مردم در آن است) یاد می‌کند. همچنین یک محصول غذایی مفید و یک اکسیر پر ارزش است که قرن‌ها پیش به عنوان عالی‌ترین و مقوی‌ترین غذاها شناخته شده و به واسطه ویژگی‌های شفا بخش خود به عنوان دارو در درمان اکثر بیماری‌ها در بین تمام ملل کاربرد داشته است. این ماده شفا بخش مهم‌ترین منبع مواد قندی شناخته شده، که ?? نوع قند دارد و بسیاری از مواد مورد نیاز بدن را تامین میکند.

زنبور عسل از راسته نازک بالان (hymenopteran) است. زنبور عسل قسمت‌های دهانی جونده و مکنده، هر دو را داراست. دگرذیسی آن کامل است و بطور دسته جمعی زندگی می‌کند و شامل سه دسته هستند.

۱- ملکه (Queen) که تخم می‌گذارد.

۲- نرها (prones) کارشان فقط بارور کردن ملکه‌های جدید است.

۳- کارگرها (worker) که ماده عقیم هستند و اغلب متعددی دارند.

کندوی زنبور عسل یا به صورت جعبه‌های مکعبی به ابعاد ۵۰ cm که کندوی modern می‌گویند و یا به صورت سبد که کندوی بومی می‌گویند.

زنبور عسل در قرآن

کلمه نحل در به معنی زنبور عسل در آیات ۶۸ و ۶۹ سوره نحل در جز ۱۴ قرآن کریم آمده است. در تفسیر آیه ۶۸ چنین آمده است، پروردگارت به زنبور عسل وحی فرستاد! در اینجا لحن قرآن به طرز شگفت‌انگیزی تغییر می‌یابد، در عین ادامه دادن بحث‌ها در زمینه نعمت‌های مختلف الهی و بیان اسرار آفرینش در این سوره، سخن از زنبور عسل و سپس خود عسل به میان می‌آورد. اما شکل یک ماموریت الهی و الهام مرموز که نام وحی بر آن گذارده شده است. نخست می‌گوید: "و پروردگارت به زنبور عسل وحی کرد که خانه‌هایی از کوهها و درختان و داربست‌هایی که مردم می‌سازند انتخاب کن."

* نخستین ماموریت زنبوران در این آیه ماموریت خانه‌سازی ذکر شده است. و این شاید به خاطر آن است که مساله مناسب‌ترین شرط زندگی است و به دنبال آن فعالیت‌های دیگر، امکانپذیر است.

در آیه ۶۹ سوره "نحل"، "دومین ماموریت زنبور عسل شروع می‌شود، چنانکه قرآن می‌فرماید: "ما به او الهام کردیم که سپس از تمام ثمرات تناول کن و راههایی که پروردگارت برای تو تعیین کرده، به راحتی بیما." سرانجام، آخرین مرحله ماموریت آنها بصورت یک نتیجه، این چنین بیان می‌کند، از درون زنبوران عسل، نوشیدنی مخصوص خارج می‌شود که رنگ‌های مختلفی دارد. نهفته است، جالب این که دانشمندان از طریق تجربه به این حقیقت رسیده‌اند که زنبوران به هنگام ساختن عسل آن چنان ماهرانه، عمل می‌کنند که خواص درمانی و دارویی گیاهان کاملاً محفوظ مانده و به عسل منتقل می‌شود.

و در ماجرای برنامه زندگی زنبوران عسل و ارمغانی که آنها برای جهان انسانیت می‌آورند، که هم غذاست و هم شفا و هم درس زندگی، نشانه روشنی از عظمت و قدرت پروردگار است، برای جمعیتی که می‌اندیشند.

خواص درمانی عسل

عسل نه تنها یک غذای کامل، بلکه اکسیری پر ارزش است که سالهای سال به عنوان دارو برای درمان بیماری‌ها استفاده شده است و حاوی حداقل ۸۰ ماده مفید برای انسان است که از این لحاظ هیچ ماده غذایی در جهان یارای رقابت با آن را ندارد. در باب خواص درمانی عسل نکات بسیاری وجود دارد، از جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. عسل در جلوگیری از پوسیدگی دندان:

پوسیدگی دندان امریست شایع به خصوص در افرادی که از شیرینی‌های مصنوعی استفاده می‌کنند اما در تحقیقات دو تن از محققان به نام‌های وسبورن و نوزیسکین وست این نتیجه حاصل شد که افرادی که از عسل استفاده می‌کنند (روزانه ۷۰ گرم) به پوسیدگی دندان مبتلا نشده‌اند. علاوه بر اینکه عسل قندی طبیعی است، خاصیت ضد میکروبی آن نیز در پیشگیری از پوسیدگی مؤثر است و همچنین در رشد استخوانها و درمان نرمی استخوان و تقویت لثه بسیار سودمند می‌باشد. اگر عسل با ذغال طبی مخلوط شود باعث سفیدی و براقی دندان‌ها می‌شود.

۲. عسل در طب کودکان:

مصرف عسل در کودکان میتواند باعث افزایش وزن آنها شده و حال عمومی کودک را بهبود بخشد، نیز نیاز کودک به ویتامین B6 را پاسخ می‌گوید. البته به علت احتمال ایجاد واکنش‌های حساسیتی استفاده از عسل برای کودکان تا زیر ۲ سال ممنوع است.

۳. عسل و بیماری‌های پوستی:

کاربرد عسل در التیام زخم‌ها به مصر قدیم برمی‌گردد. در گذشته درمان زخم‌های کهنه و چرکی با عسل متداول بوده است، هم‌اکنون نیز این ماده برای درمان زخم‌های پوستی مزمن کاربرد دارد، رشد میکروب‌ها را متوقف کرده و پوست و اعصاب را تغذیه می‌نماید. عسل برای درمان زخم سپتیک از ساولون بهتر عمل کرده و در درمان عفونت‌های پوستی بهبود سریع‌تری نسبت به پماد آمپی‌سیلین نشان داده است، عسل ضد کاندیدا و تریکوفیتون متاگروفیتیس است و در درمان عفونت‌های پوستی ناشی از این دو بسیار مؤثر است. نیز این ماده به علت ساز و کار رطوبت‌گیری خود، موجب کاهش ادم زخم شده، در تسریع فرایند التیام مفید است. وجود ماده‌ی اینهیبین که خاصیت ضد باکتریایی دارد، احتمالاً از طریق از بین بردن باکتری‌های زخم‌های بستر موجب تسریع التیام آنها می‌شود.

۴. عسل و بیماری‌های گوارشی:

عسل به علت داشتن بعضی آنزیم‌ها به هضم غذای کمک می‌کند، مثل: لپاز، آمیلاز، ساکاراز و... عسل از شدت هیپر اسیدیته‌ی معده می‌کاهد و می‌تواند در افراد مبتلا به ترش کردن یا رفلاکس مؤثر باشد، برای زخم معده و التهاب آن نیز مفید است. از سایر مصارف درمانی عسل می‌توان به اثرات کمک‌درمانی در بیماری سل، التهاب ریه، آسم و ذات‌الریه اشاره کرد، همچنین می‌توان از اثرات کمکی آن در انواع زخم و التهاب‌های قرینه و سوزش‌های چشم نام برد. عسل در درمان بیماری‌های زنان و زایمان، بیماری‌های قلبی، بیماری‌های کلیوی و بیماری‌های اعصاب نقش به‌سزایی داشته است، نیز در درمان بیماری‌های خونی مفید بوده، گلبولهای قرمز و هموگلوبین را افزایش می‌دهد و خاصیت ضد خون‌ریزی دارد، از این رو می‌تواند نقص ویتامین ک بدن را جبران کند.

عسل تاثیر بسیار مهمی روی عضلات قلب و تحریک و تقویت آن دارد و فشار خون را تنظیم و از سکت قلبی جلوگیری می‌کند. ابوعلی سینا درباره خواص عسل در کتاب معروف "قانون در طب" می‌نویسد: "عسل دستگاه‌های درونی بدن را تقویت، نیرو را زیاد و اشتها را باز می‌کند. عسل جوانی را جاودان و حافظه را نیرو می‌بخشد. عسل در محو زخم‌های چرکین و ریشه دار مؤثر است و به درمان آنها کمک می‌کند، تاریکی دید را می‌زداید و بهترین درمان عفونت‌های لثه است. همچنین دردهای شکم،

سرفه، مارگریدگی، اختلالات تنفسی و دردهای مفصلی را تسکین می‌دهد." صحبت از اثرات درمانی عسل مجال بیشتری لازم دارد ما در اینجا به بعضی اثرات آن اشاره کردیم.

عسل درمانی:

خواص اثبات شده دارویی عسل در علم پزشکی به شرح زیر است:

- ۱- خواص ضد باکتریایی و آنتی بیوتیکی و همچنین خاصیت ضدالتهابی عسل.
- ۲- گلوکز و فروکتوز عسل سریعاً جذب شده و به انرژی تبدیل می‌شوند.
- ۳- اعمال کبد را فعال کرده و در دفع سموم (دتوکسکشین) از کبد موثر است.
- ۴- حرکات و ترشحات روده را بهبود می‌بخشد.

عسل دارای یک اثر ملین بوده و ترشحات روده‌ها را تحریک می‌کند. فشار اسمزی بالا، وجود ترکیبات معطر و استیل کولین باعث بروز این اثرات می‌شود.

سایر خواص مفید عسل طبیعی

عسل و حافظه: از نظر علمی صمغ موجود در عسل نمی‌گذارد جدار عروق را نرم نگه می‌دارد و در نتیجه مواد غذایی بهتر به مغز و اعصاب می‌رسد و مطالب بهتر در حافظه می‌ماند و کمتر به دست فراموشی سپرده می‌شود. از طرفی ویتامین D موجود در عسل اعمال بین کلسیم و فسفر را تنظیم می‌کند، و در نتیجه اعصاب کار خود را خوب انجام می‌دهند.

عسل و انرژی: عسل به علت داشتن گلوکز و فروکتوز باعث تولید انرژی سریع (سوختن گلوکز) و طولانی (سوختن فروکتوز) می‌گردد. این قندها بدون هضم اولیه جذب می‌شوند و از طریق عروق خونی که دیواره روده‌ها را پوشانده وارد جریان خون شده سپس از طریق ورید وارد کبد می‌گردند و در آنجا به گلیکوژن تبدیل می‌شوند. این ماده توسط بدن برای تولید انرژی بکار می‌رود. مصرف مرتب عسل برای تقویت قوای جنسی و درمان ناتوانی‌های آن بسیار موثر است؛ که از عسل با روشهای مختلف و ترکیب با عصاره گیاهان موثر در درمان این ناتوانیها می‌توان نام بهره‌گرفت.

عسل و طول عمر: عسل عمر را طولانی کرده و به تقویت اعضاء و احشاء بدن می‌پردازد، خستگی را بر طرف می‌کند. در افزایش نیروی جوانی و قدرت بدنی دخالت مستقیم دارد عسل قادر است رادیکالهای آزاد را خنثی کند. رادیکالهای آزاد نتیجه و پس مانده فعالیت و کار سلولهای بدن است. آنها وقتی با سلولهای سالم روبرو می‌شوند آنها را به شدت آزار می‌دهند و مانع از فعالیت طبیعی و سال سلول می‌شوند.

ماسکهای زیبایی با عسل: عسل نقش مهمی در حفظ و تجدید جوانی بازی می‌کند. خانمها می‌توانند با تهیه ماسکهای از عسل خالص یا اصل مخلوط با زرده تخم مرغ و خامه ترش به نسبت مساوی بر زیبایی و شادابی پوست خود بیفزایند. می‌توان با عسل انواع ماسکها را برای تبدیل پوستهای خشک به چرب و معمولی تهیه کرد که بسیار موثر است. البته بایستی زیر نظر پزشک باشد.

عسل و بیماریها

عسل و بیماری قلبی: عسل به دلیل داشتن گلوکز که سهل التجزیه و انرژی زاست، تاثیر مهمی روی عضلات قلب در انواع بیماری های قلبی دارد و از طرفی باعث تحریک و تقویت قلب، گشاد شدن رگها می‌شود. همچنین عسل جریان خون را افزایش می‌دهد، فشار خون را تنظیم کرده و از سکت قلبی جلوگیری می‌نماید. عسل به کمک دیاستازهایش چربی های اطراف قلب را آب می‌کند. به همین دلیل مصرف آن به سالخوردگان و بیماران قلبی توصیه می‌شود. مصرف یک لیوان شربت عسل ولرم (عسل محلول در آب بمیوه) قبل از خواب برای درمان بی خوابی بیماران قلبی بسیار مناسب است.

عسل و بیماری های دستگاه گوارش و روده: عسل در به کار انداختن دستگاه گوارش بسیار مفید است؛ باعث کاهش اسیدهای

اضافه معده می‌گردد. عسل به عنوان دارو برای درمان زخم معده و ورم معده و روده موثر است. به علت داشتن آهن و منگنز به هضم غذا کمک کرده و ترشح شیر معده را به حالت طبیعی بر میگرداند. دردهای معده را از بین می‌برد، اسیدهای درون معده به ویژه اسید فرمیک با تخمیر و ترشی روده مبارزه کرده در درمان و عفونتهای روده بسیار موثر است برای بیماران گوارشی بهتر است، دو ساعت قبل از ناهار یا ناشتا و سه ساعت بعد از شام با مخلوط آب گرم مقداری عسل مصرف کنند.

عسل و ضعف اعصاب: مشاهدات بالینی ثابت کرده عسل برای اعصاب مفید می‌باشد. بی‌خوابی، سر درد و ناتوانی را در این نوع بیماری‌ها کاهش داده و ناتوانی عصبی را از بین می‌برد و سیستم اعصاب مرکزی را تقویت می‌کند.

عسل و درمان بیماری‌های کبدی: کبد سموم باکتری‌ها رو خنثی می‌کند و گلیکوژن عامل اصلی مبارزه با سموم باکتری‌هاست؛ با توجه به اینکه مصرف عسل ذخیره گلیکوژن کبد را افزایش می‌دهد؛ می‌توان به همین عسل در افزایش قدرت کبد در مبارزه با میکروبها پی برد.

عسل و کلیه: عسل ضد عفونی کننده مجاری ادرار است. اگر مخلوط با آب مقطر تغذیه شود باعث زیاد شدن ادرار، رفع تشنگی و خرد شدن سنگ کلیه و مثانه میشود- مصرف سه بار در روز عسل با روغن زیتون و آب لیمو جهت سنگ کلیه مفید است.

عسل و خون: عسل تنش و کنش بسیار زنده و مثبتی روی میزان هموگلوبین خون دارد و باعث افزایش آن خواهد شد.

عسل و چشم: عسل عامل شفای در سوختگی‌های مخصوص چشم، آماس و التهاب چشم و درمان شب کوری است. سل همچنین عامل شفا بیماری‌های ناشی از کمبود ویتامین A و B است.

عسل و ریه: عسل در درمان ریه بسیار موثر است. شربت عسل را برای از یسن بردن سرفه و خط سینه مسلول و نافع است.

عسل و زخمها: عسل در درمان زخمها، سوختگی و دندان بسیار موثر است. عسل لثه‌ها را محکم و دندان را سفید می‌کند. اگر چای یا عسل نوشیده شود برای جلوگیری از پوسیدگی دندان بسیار مفید و موثر است. عسل در افراد داری حساسیت‌های مختلف بسیار مفید است.

عسل و پوست: عسل اثر شفا بخشی بسیاری روی پوست داشته و به پوست نیرو می‌بخشد. از جمله اینکه پوست را نرم و سفید می‌کند. عسل خواص جذب سریعی دارد: به همین دلیل ترشحات پوستی را جذب و به بافتهای پوششی غذا می‌رساند. عسل ناهمواری‌های پوستی را صاف می‌کند و زخمهای وستی حتی عمیق را بسیار زود بهبود می‌بخشد.

عسل و کودکان: عسل یک غذای بسیار مفید برای کودکان است و در رشد آنها تاثیر به سزائی دارد بهتر است عسل به جای شکر در غذای کودکان استفاده شود مشروط بر ای آنکه میزان آن از ۳ قاشق چای خوری در روز بیشتر نباشد. ضمناً مصرف عسل برای کودکان زیر یک سال توصیه نمی‌شود بدلیل آنکه عسل ممکن است در ایجاد بیماری موتولسیم در کودکان زیر یک سال موثر باشد، ولی کودکان بالاتر از یک سال در مقابل این بیماری ایمن هستند. عسل در درمان بیماری‌های کودکان از قبیل کم‌خونی، اسهال، شب ادراری برفک دهانو گلو درد مفید و موثر است.

خواص ضد باکتری و میکروبی عسل:

عسل حاوی مواد ضد میکروبی است و هیچ نوع میکروبی قادر به رشد در آن نیست و این عامل ضد ویروسی تشعشع اتمی ان است. به عبارتی دیگر عسل دارای تشعشع رادیواکتیو می‌باشد و چنانچه به نحو احسن نگهداری شد برای مدت طولانی سالم می‌ماند.

عسل آب درون باکتری‌ها را جذب می‌کند و سبب می‌شود که باکتری نتواند زندگی عادی خود را ادامه دهد و رشد و تکثیر یابد. عسل مانند بعضی از آنتی بیوتیکها دارای یک خاصیت باکتریو استاتیک است.

خواص ضد قارچ عسل:

عسل به علت داشتن خاصیت ضد قارچی هیچ گاه فاسد نیم شود و از پاکترین مواد غذایی است که همیشه می توان به سلامتی آن اطمینان داشت؛ به دلیل داشتن اسید فرمیک ترش نشده کپک نمی زند و تغییر ماهیت نمی دهد. خواص ضد عفونی:

عسل باعث ضد عفونی زخمها می شود و میکروب ها را می کشد و مانع عفونت مجدد آن می گردد. انسان می تواند از خاصیت ضد عفونی عسل برای زخمها مخصوصا زخم دهان و عفونتها استفاده نماید.

<http://www.salamatnews.com>

خواص دارویی سماق

خوردن مرتب سماق برای مبتلایان به دیابت مفید است. زیرا یکی از عوامل به وجود آمدن عوارض و بیماری های مختلف در افراد دیابتی ترکیب شدن گلوکز با مولکول های پروتئینهای حیاتی بدن است که به تغییر ساختار شیمیایی و عملکرد این پروتئینها می انجامد. مطالعات انجام شده روی گیاه سماق نشان می دهد که سماق در حدود ۸۱ درصد از بروز این فرایند جلوگیری می کند. سماق همچنین ادرار آور است.

ساق برای برطرف شدن تهوع و بی اشتها و تب و رماتیسم و نقرس مفید است و خاصیت میکروب زدایی دارد. توجه: سماق را باید دور از نور خورشید و هوا نگهداری کرد و مصرف زیاد آن نیز گاهی اوقات مسمومیت زاست. سیر برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی دارد.

نارنگی، دردهای عصبی را تسکین می دهد

نارنگی به علت داشتن مقدار زیادی منیزیم در فعالیت عضلانی و دستگاه گوارش بخصوص در سیستم عصبی مؤثر است و دردهای عصبی و کم خوابی را درمان می کند.

نارنگی دارای ویتامین های، C، B1، A، فسفر و کلسیم است که خون را تصفیه و زیاد می کند. همچنین به علت داشتن فسفر و کلسیم بالا- یکی از میوه هایی است که در تشکیل استخوان و اسکلت بدن مؤثر است، بنابراین خوردن آن به رشد کودکان و نوجوانان بسیار کمک کننده خواهد بود. لازم به ذکر است، نارنگی کارکرد کلیه و قلب را به میزان قابل توجهی بهبود و همچنین کارکرد روده را تسهیل می کند.

اسفناج، برگ سبزی که به جهان هدیه کردیم

همیشه مفید و سودمند بودن یک ماده غذایی قرین با خوشمزه بودن آن نیست. از میان تره بار، خوردن کاهو تقریبا برای بیشتر مردم خوشمزه تر است اما گاه برخی از سبزی ها مانند کنگر، ریواس، کلم و ... به مذاق بسیاری خوش نمی آید و از آن جمله اسفناج (در لفظ نیاکان ما: اسفاناج و معادل انگلیسی آن (اسپیناچ) بد شانس اما بسیار سودمند و پرفایده. اسفناج از جایی نیامده است

این سبزی، گیاه بومی ایران است و تقریبا از قرن نخست میلادی، به طور طبیعی آن را به دیگر مردمان جهان هدیه کردیم. در مجموع هیچ فرقی نمی کند که شما اسفناج محصول پاییزه را مصرف کنید و یا بهاره آن را اما متخصصان به خوردن پاییزه آن که اتفاقا این نوع کاشت در کشورمان بیشتر مرسوم است اصرار دارند.

اسفناج چه دارد؟ این سبزی از نظر حکیم هزار سال پیش کشورمان، کمی سرد و تر است و اکنون برخی بر این باورند که متعادل

است. به عبارتی نه سرد است و نه گرم و بدین ترتیب بحث سرد مزاج بودن و گرم مزاج بودن در خوردن این گیاه تقریباً منتفی است و این نخستین خاصیت این سبزی است. اسفناج به داشتن آهن فراوان مشهور است و به کسانی که می‌خواهند وزن اضافه را کم کنند توصیه می‌شود. این گیاه، کلسترول خون را پایین می‌آورد و از ابتلا به سرطان جلوگیری می‌کند. اسفناج دافع تشنگی و عطش است و اصولاً بدن را قلیایی می‌کند. بهترین دارو برای کسانی است که مبتلا به کم‌خونی هستند. اسفناج به دلیل دارا بودن کلروفیل عضلات روده را تخریب کرده و بدین ترتیب با مزاج سازگارتر است و مانند جارو روده بزرگ را تمیز می‌کند. غذاهای اسفناجی: عمومی‌ترین شکل خوردن اسفناج بدین قرار است: خورش آلو اسفناج، ماست و اسفناج (بورانی)، آش اسفناج، سالاد اسفناج، املت اسفناج.

موارد پخت اسفناج به عنوان دارو: اگر آش اسفناج را با آبلیمو و سماق و یا آبغوره بخورید، سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می‌کند. چنان‌چه سرفه‌های خشک دارید، برگ اسفناج را با جو پوست‌کنده و روغن بادام پیژید و بخورید. به هنگام اختلال در دستگاه گوارش، خوردن آش اسفناج به همراه گشنیز توصیه طبیب خانگی است. نکته: اسفناج به علت داشتن اگزالات برای بیماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگ‌های کلیه و مثانه به هیچ‌روی مناسب نیست.

اسفناج خطر نابینایی را کاهش می‌دهد

اسفناج سبب محافظت چشم انسان از مهمترین علت‌های نابینایی می‌شود. به گزارش پایگاه خبری یورک الرت، محققان دانشگاه منچستر دریافته‌اند، اسفناج و سایر سبزیجات مانند کلم بروکلی و کلم و ذرت غنی از ماده‌ای شیمیایی به نام لوتئین هستند که همراه با کاروتنوئید دیگری به نام گزانتین ماده‌ای روغنی و زرد را در مرکز بینایی چشم به نام ماکولا یا لکه زرد تشکیل می‌دهند. این روغن زرد رنگ که رنگدانه لکه زرد نامیده می‌شود کار محافظت از ماکولا را نیز به عهده دارد و مانع از تخریب آن یا ای‌ام‌دی می‌شود.

ای‌ام‌دی بیماری شایعی است که ۱۲ درصد از مردان و ۲۹ درصد از زنان بالای ۷۵ سال را در انگلیس مبتلا می‌کند و عمده‌ترین علت نابینایی در جوامع غربی است.

دکتر یان موری از دانشکده علوم زندگی دانشگاه منچستر می‌گوید لکه زرد بینایی منطقه کوچکی از شبکیه است که مسئول دیدن جزئیات اشیاست و تشخیص رنگ نیز به عهده این منطقه است.

به گفته محققان، با مصرف اسفناج و سایر سبزیجات قدرت بینایی تقویت می‌شود و خطر بروز نابینایی نیز کاهش می‌یابد.

میوه‌های قرمز خواص بیشتری دارند

میوه‌های قرمز خواص بیشتری نسبت به دیگر میوه‌ها دارند. تا جایی که خوردن میوه‌های قرمز پنج وعده در روز توصیه می‌شود. به تازگی دانشمندان می‌گویند:

انواع میوه‌های قرمز نه تنها آنتی‌اکسیدان لازم را به بدن می‌رسانند بلکه عفونت‌های مجاری ادرار و التهابات را هم از بین می‌برند و همچنین خطر ابتلا به سرطان را هم کاهش می‌دهند. برای مثال هندوانه جزء یکی از میوه‌هاست که دارای فیبر و ویتامین‌های A، C و پتاسیم است و هر چه رنگ میوه‌های قرمز تیره‌تر باشد مواد معدنی و ویتامین‌های سودمند بیشتری در آن نهفته است. هندوانه یک میوه بسیار مفید است و حتی پوست و تخم آن هم خوردنی و پر از خاصیت می‌باشد.

ارسال این مقاله برای دوستان:

* * آدرس پست الکترونیکی

نوشیدن چای سبز خطر مرگ را کاهش می دهد

مطالعه ای تازه در ژاپن نشان می دهد که نوشیدن چای سبز می تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به گروهی از بیماریها را به میزان قابل توجهی کاهش دهد.

به گزارش سرویس (بهداشت و درمان) خبرگزاری دانشجویان ایران- واحد علوم پزشکی تهران - به نقل از پایگاه اینترنتی نشریه انجمن پزشکی آمریکا محققان با بررسی اطلاعات پزشکی بیش از ۴۰ هزار نفر دریافتند که چای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از بیست و پنج درصد کاهش می دهد.

با این وجود برخی متخصصان قلب در انگلیس می گویند که این فواید ممکن است ناشی از رژیم غذایی ژاپنی ها در کل باشد زیرا غذاهایی که مردم این کشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهای رایج در غرب سالم تر است.

صرفنظر از آب، چای پرمصرف ترین نوشیدنی در جهان است و هر ساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می شود. مطالعات انجام شده در آزمایشگاهها و روی حیوانات نشان داده است که بویژه چای سبز در مقایسه با چای تیره دارای فواید زیادی برای سلامتی است.

بررسی های آماری نشان می دهد در حدود ۸۰ درصد مردم ژاپن چای سبز می نوشند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می کنند.

در مطالعه ای یازده ساله درباره تغذیه و نوشیدن چای سبز در میان ژاپنی ها معلوم شد میزان مرگ بر اثر کلیه عوامل برای کسانی که روزانه ۵ فنجان یا بیشتر چای سبز نوشیده بودند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر نوشیده بودند ۱۶ درصد کمتر بود. مطالعه ۷ ساله برای کشف علل خاص مرگ و میر نیز نشان داد که خطر مرگ در اثر بیماری قلبی برای گروهی که ۵ فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشند ۲۶ درصد کمتر بود.

پژوهشگران همچنین از این مطالعات دریافتند فواید چای سبز ظاهراً برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشیدند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می کردند ۳۱ درصد کمتر باخطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

سبزیجات و میوه ها ضامن سلامتی

نویسنده: دکتر رضا آمری نیا

امروزه در مقالات مختلف می خوانید که مصرف سبزیجات و میوه ها سبب کاهش بیماری های قلبی، فشار خون بالا، چاقی، دیابت و سرطان می شود اما کمتر در مورد نحوه اثر این مواد غذایی و اینکه به چه طریق سبب کاهش این همه بیماری می شوند اطلاعاتی دریافت می کنید. ما در این مقاله سعی خواهیم کرد درخصوص مکانیسم اثر این گروه از مواد غذایی که اصطلاحاً غذاهای پرفیبر خوانده می شوند مطالبی را حضورتان ارائه دهیم.

سبزیجات و میوه ها با توجه به ترکیب پرفیبری که دارند، سایر مواد غذایی خورده شده را احاطه کرده و با کم کردن اثر آنزیم های گوارشی از جذب سریع مواد غذایی جلوگیری می کنند. در بدن انسان پدیده ای به نام توفان انسولین وجود دارد. در این حالت مصرف بیش از حد مواد قندی سبب افزایش ناگهانی هورمون انسولین که وظیفه پائین آوردن قند خون را دارد، شده و در حقیقت قند مصرف شده بلافاصله سوخته شده و سریعاً سطح خونی قند پائین می آید. بالا بودن سطح انسولین خون در دراز مدت سبب

حالتی به نام مقاومت به انسولین می شود و این همان چیزی است که در بیماران دیابتی چاق وجود دارد. این وضعیت در صورت مصرف مواد غذایی پرفیبر همراه با قند دیده نمی شود چرا که سبزیجات و میوه ها اولاً با احاطه مواد غذایی جلوی اثر آنزیم های گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذایی به آهستگی هضم و جذب می شود و ثانیاً با توجه به اینکه قند میوه ها از نوع مرکب است نسبت به قند های ساده دیرتر هضم و جذب شده و در نهایت جلوی احساس زود هنگام سیری گرفته می شود. سبزیجات و میوه ها حاوی ویتامین های A و C هستند. سبزیجات برگی و سایر انواع سبزیجات مثل گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و میوه های گروه مرکبات و توت حاوی ویتامین C هستند و همچنین گروه دیگری از سبزیجات و میوه ها چون اسفناج، هویج، گوجه فرنگی، طالبی، زرد آلو، شلیل و هلو منابع سرشار از ویتامین A هستند. تحقیقات اخیر ارتباط اثرات ضد سرطانی این دو ویتامین را قویاً ثابت کرده است. توصیه می شود که سبزیجات به صورت خام مصرف شود چرا که حرارت باعث می شود بسیاری از مواد مغذی این گروه از مواد غذایی مثل ویتامین ها از بین برود. بسیاری از ویتامین ها در صورت حرارت دادن تجزیه شده و خواص اصلی خود را از دست می دهند. سعی کنید قبل از مصرف سبزی ها و میوه ها حتماً آنها را شسته و با محلول های مخصوص، ضد عفونی کنید چرا که ممکن است سبزیجات و میوه های نشسته منشاء بیماری های مختلف انگلی و میکروبی باشند. اگر محلول های ضد عفونی در دسترس نبود می توانید برای شست و شوی این گروه از مواد غذایی از محلول آب نمک (به نسبت؟ قاشق مربا خوری نمک در یک لیوان آب) به مدت ?? دقیقه استفاده کنید. با توجه به اینکه بسیاری از میوه ها در پوستشان دارای ترکیبات مفیدی برای بدن هستند سعی کنید حتی المقدور میوه ها را با پوست بخورید. به عنوان مثال ماده ای به نام پکتین در پوست سیب وجود دارد که خاصیت ضد سرطانی دارد. در اینجا بهتر است یادآور شوم که در پوست برخی از میوه ها و گروهی از سبزیجات نارس، مواد حساسیت زایی مثل سالیسلات ها وجود دارد که در درازمدت ممکن است سبب بیماری های مختلفی از جمله افسردگی شود. این مواد به طور طبیعی در پوست سیب نارس یا گوجه فرنگی نارس و برخی دانه ها و به طور مصنوعی در داروی آسپرین وجود دارد و توصیه می شود این قبیل از میوه ها و سبزیجات را که نام برده شد یا به صورت نارس مصرف نکرد یا اینکه پوست این گروه را ضخیم تر برداشته و مصرف کرد. برای پختن سبزیجات از آب کمتری مصرف کنید چرا که ممکن است مواد مغذی آنها رقیق شده و در حین روند پخت و پز از دست برود. نگهداری سبزیجات به صورت خشک شده و یا فریز کردن آن نیز ممکن است باعث کاهش خواص مفید آنها شود و بالاخره اینکه سبزیجات و میوه ها با توجه به فیبری که دارند در آب به صورت نامحلول و چسبناک در می آید، گوارش غذا را آهسته تر می کند و به شکم احساس پری بیشتری داده و در نهایت سرعت رد شدن غذا از روده ها را افزایش می دهد و به همین علت در جلوگیری از زیوست بسیار موثر است. لازم به ذکر است طبق آخرین تحقیقات به عمل آمده سبزیجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگیری از سرطان سینه در خانم ها می شود. پس سبزی و میوه بخوریم تا سلامت خود را تضمین کنیم.

پرتقال بهترین عامل تصفیه خون

مصرف پرتقال بیش از هر ماده غذایی باعث تصفیه خون شده و این میوه برای کلیه امراض مفید است دکتر شهباز امینی فر متخصص تغذیه در گفت و گو با ایسنا واحد علوم پزشکی ایران، با بیان این مطلب اظهار داشت: پرتقال مانع رسوب خون در جدار رگها شده و در درمان و پیشگیری از ابتلا به تصلب شرائین بسیار مفید است. وی با اعلام این که مصرف پرتقال در سنین پیری از بالا رفتن ترشی خون پیشگیری می کند، اعلام کرد: همچنین، مصرف این میوه برای مبتلایان به دیابت مفید بوده و توصیه می شود.

دکتر امینی فر در ادامه پرتقال را حاوی منابع کافی از ویتامین ث و کاروتن دانست و گفت: مصرف این میوه برای کلیه امراض و

خصوصاً کنترل بیماری اسکوربوت، تشنجات حاد و خونریزی های شدید بسیار مفید است.

این متخصص تغذیه همچنین در پایان مصرف عصاره پوست پرتقال را دارای خاصیت ضد یبوست و موجب درمان این بیماری دانست.

تأثیر عسل در درمان سرفه

خوردن یک قاشق چای خوری عسل قبل از خواب در رفع سرفه کودک بسیار موثر است و باعث می شود، کودک خواب راحت تری داشته باشد.

محققان دانشگاه ایالت پنسیلوانیای آمریکا در طی یک تحقیق درباره ??? کودک سنین ؟ تا ?? ماهه که در اثر عفونت مجاری تنفسی فوقانی سرفه می کردند آزمایش هایی به عمل آوردند. این کودکان تا هفت روز سرفه می کردند. به ?? نفر از این کودکان عسل و به ?? نفر از آن ها شربت ضد سرفه دکسترومتورفان و به ?? نفر دیگر چیزی داده نشد. سپس قرار بر این شد که والدین کودکان با پر کردن فرم هایی که محققان تنظیم کرده بودند اثرات درمان را گزارش دهند.

دانشمندان به این نتیجه رسیدند که اثر درمانی عسل بسیار بیشتر از دکسترومتورفان بود. عسل با کاهش تعداد و شدت سرفه ها تا حد زیادی در رفع آن کمک کرده بود. کودکان همچنین توانستند خواب راحت تری داشته باشند.

سرفه یکی از شایع ترین علایم عفونت مجاری تنفسی فوقانی است و برای درمان آن معمولاً دکسترومتورفان تجویز می شود. این در حالی است که در مورد عوارض جانبی این دارو در کودکان بحث های زیادی وجود دارد. به همین منظور عسل می تواند داروی مفیدی برای درمان سرفه باشد. عسل به خصوص از نوع تیره رنگ، از قدیم به عنوان محصولی سرشار از آنتی اکسیدانت و دارای ویژگی های مقابله با میکروب شناخته شده است. اکنون این تحقیق اثرات مفید عسل را در رفع سرفه تأیید می کند.

خواص دارویی چای

من برگ درختچه ای هستم که در انواع وحشی آن در چین و هندوستان می روید و قامت آنها معمولاً به ده متر می رسد ولی نوع بستانی و پرورش یافته من که برگها و جوانه های آنرا مرتباً می چینند از دو متر قد آن تجاوز نمی کند. قسمت مورد استفاده من برگهای من است که پس از بو دادن به صورت چای سبز و سیاه به فروش می رسد.

در تاریخ کشف من افسانه های زیادی گفته اند. از جمله میگویند یکی از امپراتوران چین بر یکی از نزدیکان خود غضب کرد و دستور داد او را از شهر بیرون کنند آن شخص مدتی در کوه و بیابان و در جنگل ها و بیشه ها سرگردان بود و در نتیجه بسیار ضعیف و زرد چهره شده بود. روزی درختی دید. از غایت گرسنگی برگ آنرا غذای خود ساخت و در اندک مدتی علایم صحت در او ظاهر شد و رنگ رخساره او باز و زیبا گردید. مخفیانه به شهر آمد و برای یکی از نزدیکان امپراتور احوال خود را نقل کرد و آن شخص به عرض رسانید، امپراتور او را احضار کرد و از دیدن صورت زیبا شده ی او متعجب شد و پس از جویا شدن از علت آن، عده ای از پزشکان را مامور تحقیق در اطراف فواید این گیاه نمود.

حکیم میرزا قاضی در کتاب اختیارات خود پس از ذکر این افسانه می نویسد:

چای گیاهی است خوشبو، با اندک تلخی. نوشیدن دمکرده ی آن حرارت باطن را تسکین می دهد و خون را صاف می کند. افسانه ی دیگری نیز در وصف من به این شرح گفته اند: روزی جمعی از اهالی ختا به شکار رفته بودند گوشت یکی از شکارهای خود را پخته و در ظرفی ریخته و روی آنرا با شاخه های بوته ی چای پوشاندند و دو مرتبه به دنبال شکار رفتند. پس از آنکه برای خوردن جمع شدند، دیدند تمام گوشتها له شده و چون این امر را نزد اطبا اظهار داشتند آنها پس از تحقیق و امتحان دانستند که

برگهای خشک گیاه من، در هضم غذا و طعام و زود پختن گوشت و حبوبات اثر دارد.

باری زادگاه اولیه‌ی من چین و هندوستان است و در ایران نیز در گیلان و مازندران و مخصوصاً لاهیجان کاشته شده به چای داخلی معروف می‌باشد. بهتری زمین برای کشت من زمینی است که دارای سنگهای خروجی و آتشفشانی باشد با محصول من مرغوب و مفید باشد. زیرا گیاه من احتیاج به شبه فلز فلئور دارد.

چایکاری در چین معمولاً- در شکاف دره های عمیق صورت می‌گیرد و فرآورده‌ی آن به علت خروجی بودن زمین دارای فلئور زیادی است، و از طرف دیگر روستایان چینی معتقدند که خاک مالک حقیقی همه‌ی موجودات است. روی این چای چینی سرشار از شبه فلز فلئور بوده و چای داخلی از حیث داشتن این عنصر مفید فوق العاده فقیر است فقط محصولات چند نقطه‌ی کوهستانی تا ۳ میلی گرم درصد است.

دومین دلیل زیادی فلئور در چای چین استفاد از طغیان رودخانه‌ها است، زیرا در چین رودخانه‌هایی جاری است که از کوههای آتشفشانی سرچشمه گرفته و بستر آنها بالاتر از مزارع چای کاری است و هنگام طغیان مقداری گل و لای را در کشتزارها پهن می‌نمایند و چون در لاهیجان رودخانه سفید رود در سطحی پایین تر از کشتزارها جاری است به ندرت طغیان آن گل و لای به این مزارع می‌رساند. در ژاپن مزارع چای در مجمع‌الجزایر آتشفشانی است و آب و زمین و هوا سرشار از شبه فلز فلئور می‌باشد و از طرف دیگر ژاپنی‌ها مقداری از صید ماهی را به ساختن آرد ماهی اختصاص داده و آنرا به عنوان کود مصرف می‌کنند.

استفاده از آرد ماهی که دارای مقدار زیادی فلئور است کافی است که چای ژاپنی نسبت به این شبه فلز غنی بوده و فرآورده‌ی آن مرغوب شود. برای اصلاح و مرغوب شدن چای داخلی بهترین وسیله استفاده از کودهای فلئوردار مثل آرد ماهی است. چای سبز از بو دادن برگهای تازه بدون دمبرگ به عمل می‌آید و چون برگهای چای مدتی مانده و تبخیر شوند؛ محصول آنها چای سیاه می‌باشد. دمکرده‌ی پنج تا ده هزار برگهای بو داده من، محرک و مقوی معده بوده و ادرار آور بوده ولی از نظر داشتن خواص مذکور کمتر استعمال می‌شود، بلکه معمولاً آنرا مانند یک نوشابه‌ی عادی و برای رفع خستگی مینوشند. من مقوی مغز و معده و باه می‌باشم و ادرار را زیاد می‌کنم، نشاط آور بوده تشنگی را تسکین می‌دهم - سردرد را آرام می‌کنم التهاب معده را فرو می‌نشانم، خون و رنگ رخسار را صاف می‌کنم و به جذب ادویه در اعماق یاخته‌های بدن کمک می‌کنم. بوی بد دهان را از بین می‌برم، مخصوصاً خشک من در از بین بردن بوی سیر و پیاز بی اثر نیست. جهت خفقان و امراض قلب مقدار کم من مفید است و از همه مهمتر به علت داشتن شبه فلز فلئور مینای دندان و استخوانها را تقویت کرده و از پوسیدگی دندانها جلوگیری می‌کنم، زیاده روی در خوردن من رنگ دندان را زرد کرده ولی دندانهای زرد دیرتر خراب شده و کرم خوردگی کمتر پیدا می‌نمایند.

استفاده از سویا تضمین سلامتی خانواده است

وجود مواد گوناگون مفید و ضروری بدن در سویا از ابتلا افراد به بیماری‌های گوناگون از قبیل بیماری‌های قلبی، دیابت، آرتروز و سرطان جلوگیری می‌کند.

دکتر سید ضیاءالدین مظهري متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی در گفتگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران در این باره افزود: سویا یکی از مواد غذایی است که در مورد مواد موجود در آن و استفاده آن در برنامه غذایی افراد در چند سال اخیر بحث و گفتگو وجود دارد، یک دانه سویا حاوی ۱۰ گرم آب، ۳۴ گرم پروتئین، ۷/۱۷ گرم چربی، ۲۲۶ میلی‌گرم کلسیم، ۵۵۰ میلی‌گرم فسفر، ۴/۸ میلی‌گرم آهن، ۸۰ واحد ویتامین A و ۱/۱ میلی‌گرم ویتامین B_۱ و ۳۰/۰ میلی‌گرم ویتامین B_۲ و ۲/۲ میلی‌گرم ویتامین B_۳ است.

وی ادامه داد: سویا حاوی ۳ نوع ماده غذایی اصلی پروتئین، کربوهیدرات‌ها و چربی است، این گیاه از نظر پروتئین غنی است و یکی از منابع خوب از ایزوو فلان‌هاست که دارای فواید زیادی در تامین سلامتی فرد است، سویا هیچ نوع چربی مضر ندارد و روغن

آن جزء چربی‌های اشباع نشده است.

وی گفت: جایگزین محصولات حیوانی با سویا باعث افزایش کلسترول خوب (HDL) در بدن می‌شود، اسید آمینه‌های موجود در پروتئین سویا که متفاوت از منابع غذایی حیوانی و سایر پروتئین‌های گیاهی است قادر است سنتز و متابولیسم کلسترول را تصحیح کند، از فواید دیگر سویا می‌توان به بهبود عملکرد پروستات اشاره کرد، زیرا سویا حاوی مقادیر زیادی ایزوفلاون است که این ماده یک نوع آنتی‌اکسیدان برجسته و موثر در جلوگیری از ایجاد غده سرطانی در پروستات است.

دکتر مظهري تاکید کرد: ویتامین E موجود در این نوع ماده غذایی برای سلامتی پوست و مو و جلوگیری از کم‌خونی موثر است، فیبر موجود آن باعث کاهش وزن، کاهش کلسترول و تری‌گلیسیرید و افزایش کارکرد روده بزرگ می‌شود و از بروز سرطان روده بزرگ جلوگیری می‌کند، ویتامین B1 موجود در آن از خستگی و بیماری‌های عصبی جلوگیری و افزایش دهنده انرژی است، منیزیم موجود در سویا اثرات مفید بر استخوان و رگ‌های خونی به خصوص بر عضلات قلب دارد و از لخته شدن خون و تصلب شریان جلوگیری می‌کند.

وی تاکید کرد: امروزه مواد حاوی سویا همچون شیر سویا، آرد سویا، جوانه سویا، آجیل سویا و مکمل‌های سویا به صورت محلول در مواد دیگر یا قرص در بازار موجود است و افراد برحسب ذائقه خود می‌توانند از آن مواد مصرف کنند و از فواید این ماده غذایی بهره ببرند.

دانستی‌هایی از میوه به

منبع ویتامین‌های مختلف هستم و آش من به مبارزه با امراض معدی بروید. پوست من برای از بین بردن چین و چروک پوست مفید است. برای نرمی سینه و تنگ نفس مرا تجویز کنید.

اسم من به است، به من بهی و آبی هم می‌گویند. اعراب مرا سفرجل می‌خوانند. زادگاه اولیه من ایران است و در نام لاتینی من کلمه ایرانی به چشم می‌خورد. من دارای انواع جنگلی - ترش - شیرین و میخوش هستم. بهترین نوع من پیوندی است که آنرا روی تنه زالزالک پیوند کرده باشند. نوع جنگلی من گس است و آنرا «به شغال» می‌خوانند. قابل خوردن نیست، ولی بهداشتی آن بهتر از دانه‌ی پیوندی است. من دارای ویتامین‌های آ-ب و ای و پ ۶ بوده دارای آهک آهک و تانن هستم و از این رو برای مبتلایان به امراض سل و دق غذای مطلوبی می‌باشم. آب جوشانده و پخته من مقوی وقابض است. آب میوه من که به وسیله ماشین فشاری گرفته شود، ملین بوده طبل شکم را خالی می‌کند و در کوچک کردن شکم موثر است. شربت ساده‌ی من که به شربت به معروف است. برای درمان ورم روده مفید می‌باشد و شربت به لیمو مقوی قلب و معده بوده و ایجاد سرور می‌نماید. آش من غذای گوارایی برای امراض معدی است و خورش به نیز همتای آن می‌باشد. آب میوه‌ی من برای معالجه اسهال خونی و خونریزی معدی تجویز شده است و دم‌کردی شکوفه‌ی من سی گرم در لیتر سرفه را تسکین می‌دهد اگر پوست میوه‌ی مرا پانزده روز در الکل خیس کنند، و با آب آن صورت را مالش دهند چین و چروک را از بین می‌برد.

وجود ویتامین‌های ب و پ در من سبب شده است که اعصاب را تقویت کنم و جوانی را پایدار سازم. با آب جوشانده‌ی من می‌توان معده و روده و رحم را شست. نوع ترش من در تقویت معده بهتر از شیرین است. نوع شیرین من مسرور کننده و مقوی معده و دماغ است پیشاب را زیاد می‌کند. زیاده روی در خوردن به مسهل است. عصاره میوه‌ی من مانع خونریزی و قی و خمار و تشنگی است. یکی از پزشکان قدیم ایران معتقد است که زیاده روی در خوردن به ترش و میخوش باعث سکسکه است. بویدن انواع معطر من باعث تقویت روح حیوانی و نفسانی است. قی را بند می‌آورد و خونریزی معده را درمان می‌کند. خوردن میوه خام من مخصوصاً شاداب و شیرین آن جهت تفریح و معالجه وسواس و تسکین درد سر و آبریزش بینی و تقویت کبد و معده مفید

می باشد. اشتها را زیاد می کند. میوه ی من بوی بد دهان را از بین می برد. یرقان را معالجه می نماید و التهاب معده را تسکین می دهد. و برای تسکین درد قسمت بالای معده توصیه شده است و مفید است. اگر میوه ی مرا زیر آتش تنوری نمایید به حدی که رنگ آن تیره شود و بخورید اسهال مزمن را معالجه می کند مخصوصا اگر وسط میوه مرا را خالی کرده و دانه ها را برداشته و به جای آن جوزبویا گذاشته باشند. رب نوع ترش من قابض معده بوده، قی را بند می آورد و اسهال را معالجه می کند. مسکن تشنگی و حرارت معده است. مربای من با آب نعناع برای جلوگیری از قی به کار می رود. شکوفه تازه من مسکن سینه - قابض و مسکن درد سر و قی کردن است. مقوی قلب، دماغ و معده بوده، و اثری نیکو دارد. مربای میوه من جهت نرم کردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش می باشد. ضماد میوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهای گرم مخصوصا ورم چشم نافع است. از این ضماد می توان برای رفع سوزش محل نیش حشرات سمی استفاده نمود. ضماد برگ من به تنهایی جهت معالجه زخمهای چرکی مفید می باشد. کرک روی پوست من بسیار قابض است و برای گلو و آواز خوب نیست، چنانچه آب میوه ی مرا در روغن زیتون ریخته و آنرا غلیظ نمایید، تنقیه ی آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

شنبلیله برای درمان دیابت

نتایج تحقیقات نشان می دهد: تجویز عصاره آبی برگ شنبلیله در کاهش برخی مشکلات دردزای ناشی از دیابت موثر است. مهرداد روغنی، محمد رضا واعظ مهدوی و محسن خلیلی نجف آبادی، استادیاران فیزیولوژی دانشکده پزشکی دانشگاه شاهد در این پژوهش اثر آنالژزیک عصاره آبی برگ شنبلیله در موش های صحرایی نر مبتلا به دیابت قندی القا شده توسط استرپتوزوتوسین را با استفاده از آزمون فارمالین در طی دو فاز حاد و مزمن مورد بررسی قرار داده اند. در این تحقیق از موش های صحرایی نر نژاد wistar در محدود وزنی ??? تا ??? گرم استفاده شد. موش ها به طور تصادفی به پنج گروه کنترل، کنترل تحت درمان با عصاره آبی برگ شنبلیله، کنترل دریافت کننده سدیم سالیسیلات (کنترل مثبت)، گروه دیابتی و گروه دیابتی درمانی شده با عصاره آبی برگ شنبلیله تقسیم شدند. گفتنی است، برای دیابتی کردن حیوانات از داروی استرپتوزوتوسین به صورت تک دوز به میزان ??? میلی گرم بر کیلوگرم استفاده شد.

کیوی مانع جذب کلسیم می شود

تحقیقات نشان می دهد کیوی باعث بروز عارضه در اعضای نظیر کلیه ها و کیسه صفرا می شود. میوه کیوی خواص تغذیه ای فراوانی دارد، اما محققان در بررسی های انجام شده به این نتایج رسیده اند که این میوه دارای ماده ای به نام اگزالات است ترکیبی که وقتی وارد بدن می شود در مایعات بدن باقیمانده و باعث بروز عارضه در اعضای نظیر کلیه ها و کیسه صفرا می شود. شایان ذکر است، این میوه برای افرادی که مستعد سنگ کلیه و سنگ صفرا هستند باید با احتیاط مصرف شود. افزون بر آن اگزالات موجود در این ماده مانع جذب کلسیم هم می شود.

آشنایی با انواع چای و خواص آنها

خواص و انواع چای
* چگونگی دم کردن چای سیاه: آب رابه درجه جوش رسانده ??? (درجه سانتی گراد) سپس روی چای میریزیم - زمان دم کشیدن نباید کمتر از ?? ثانیه و طولانی تر از ? دقیقه گردد- زیرا پس از آن تانین چای بتدریج آزاد شده و اثر محرک کافئین را

خنثی و طعم چای را نیز تلخ میکند.

* چگونگی دم کردن چای سبز: دمای آبی در این حالت باید $??-??$ درجه سانتی گراد باشد. معمولاً هر چه کیفیت چای سبز بالا تر باشد دمای آب نیز میباید کمتر باشد. ترجیحاً بهتر است قوری چای پیش از دم کردن چای از قبل با قرار دادن قوری درون یک کاسه حاوی آب داغ، گرم گردد.

* چگونگی دم کردن چای اولانگک: همانند دم کردن چای سبز میباید اما دمای آب در این نوع چای میباید $??-??$ درجه سانتی گراد باشد.

* برای جلوگیری از پخش شدن تفاله های چای درون قوری میتوانید از وسیله ای بنام اینفیوزر (TEA INFUSER) استفاده کنید که یک کره تو خالی مشبک است و چای را هنگام دم کردن درون آن ریخته و سپس درون قوری می اندازیم.

ترکیبات تشکیل دهنده چای
- کافئین.

- تیوفیلین (THEOPHYLLINE): این ماده ساختاری همچون کافئین دارد که هم در چای سبز و هم سیاه موجود میباید. اثرات آن در بدن عبارت است از:

شل کردن عضلات نایژه های ریه، افزایش جریان خون کلیه ها، افزایش انقباض پذیری و کارایی عضلات قلب، افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون و اثرات ضد التهابی.

- تانین (TANNIN): یک پلی فنول تلخ مزه میباید. که اثر آن در بدن آرام بخشی سیستم عصبی مرکزی انسان میباید. یک عیب تانن این است که از جذب مواد معدنی به ویژه آهن ممانعت میکند.

- تیانین (THEANINE): در چای چندین آمینو اسید وجود دارد اما بیشترین میزان اسید آمینه چای را تیانین تشکیل میدهد. عمده طعم چای به خاطر وجود همین ماده است.

- کاتچین (CATECHIN): این ماده بسیار مفید بوده و برای سلامتی بسیار سودمند است. کاتچین در چای سبز و سیاه وجود داشته اما میزان آن در چای سبز بیشتر میباید. اثرات آن در بدن عبارتند از:

ضد سرطان میباید، کاهش دهنده کلسترول خون، یک آنتی بیوتیک و آنتی ویروس قوی، جلوگیری از افزایش یافتن فشار خون و جلوگیری از افزایش یافتن قند خون.

- ویتامینهای E, C, B COMPLEX: ویتامین ای یک آنتی اکسیدان قوی میباید که برای بدن بسیار مفید است. ویتامین سی کاهش دهنده استرس بوده و علائم سرماخوردگی را نیز تقلیل میدهد. ویتامین ب کمپلکس کمک میکند به متابولیسم کربوهیدراتها.

- فلوراید و فلووانوئید (FLAVONOID): فلوراید در استحکام دندان و فلووانوئید از ایجاد بوی بد دهان پیشگیری کرده و همچنین دیواره عروق خونی را تحکیم میکند.

- همچنین چای حاوی فیبر، کربوهیدرات، لیپید و کاراتنوئید نیز میباید.

* چای یک محرک است و یا یک آرام بخش؟

هر دو. چای تا پیش از $?$ دقیقه از دم کشیدن اثر محرک دارد اما پس از این مدت بتدریج از خاصیت محرک بودن آن کاسته شده و به خاصیت آرام بخشی آن افزوده میگردد. پس از گذشت $?$ دقیقه از دم کشیدن چای کاملاً به یک آرام بخش مبدل میگردد.

هر دو نوع چای سیاه و سبز برای سلامتی انسان مفید میباشند اما چای سبز بسبب آنکه عمل اکسیداسیون روی برگهای آن صورت

نگرفته خاصیتش از چای سیاه بیشتر است.

فواید چای برای سلامتی بدن

- پیشگیری، تسکین علائم و تسریع بهبودی سرماخوردگی و آنفولانزا.

- پیشگیری از بوی بد دهان.

- پیشگیری و کاهش اثرات دیابت نوع دوم.

- کاهش علائم مواد حساسیت زا.

- کاهش علائم عارضه پارکینسون.

- گسترش عفونت ویروس HIV را در بدن کاهش میدهد.

- حفظ کننده تعادل مایعات بدن میباشد.

- رفع خستگی و استرس.

- پیشگیری و التیام درد بیماری آرتروز.

-?? پیشگیری از عارضه پوکی استخوان.

-?? آسیبهایی که سیگار به DNA وارد می آورد را کاهش میدهد.

-?? کند کننده روند پیری.

-?? جلوگیری از لخته شدن خون.

-?? یک ضد ویروس و ضد باکتری.

-?? افزایش متابولیسم و کمک به کاهش وزن.

-?? افزایش کارایی سیستم ایمنی بدن.

-?? اثرات ضد التهابی دارد.

-?? تصفیه خون و کنترل فشار خون و کلسترول .

-?? پیشگیری از اختلالات پوستی .

مصرف دم کرده چای باعث تسریع حرکات تنفسی، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگی، احساس تجدید نیرو، تقویت نیروی فکری، گوارش بهتر غذا و تعریق می‌شود از اینرو چای را هنگام خستگی، ضعف عصبی، میگرن، بیماری‌های قلبی و آسم می‌توان تجویز نمود.

در پژوهش‌های امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماری‌های مزمن عمده مثل سکته، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد، این مطلب را دکتر جان وایسبرگر، عضو بلند پایه موسسه بهداشت امریکا، واقع در یک مرکز تحقیقاتی در نیویورک اعلام می‌کند.

نوشیدن چای می‌تواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیاست چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیاست و روزانه یک میلیارد فنجان چای در دنیا نوشیده می‌شود.

شفابخش و انرژی‌زای قدیمی

در بسیاری فرهنگها در سراسر تاریخ، چای به عنوان یک معجون شفابخش تلقی شده است. بیش از هزارسال قبل راهبان بودایی به دلایل مذهبی چای مینوشیدند و معتقد بودند که در زمان درون‌پویی به بیدار ماندن آنها کمک می‌کند.

راهبان بودایی همچنین معتقد بودند چای دارای نیروهای شفا بخش است و همراه با گسترش بودیسم، چای و تقاضا برای آن نیز

افزایش یافت. یکی از بزرگان ژاپنی قرن سیزدهم بنام "شوگون" در اثر پرخوری در آستانه مرگ قرار گرفته بود که یک راهب به او رژیم چای توصیه کرد و او بهبود پیدا کرد، همین کافی بود تا مردم ژاپن بیشتر به دم کردن چای روی بیاورند. یکی از دلایل این که دم کرده چای در دوران گذشته در نجات زندگی افراد موثر بوده این است که آب جوشیده باکتریهای بیماریزا را از بین می‌برد. براساس نتایج یک تحقیق گسترده در هلند، خطر سکنه مغزی برای مردانی که روزانه چهار پنج فنجان چای مینوشند ?? درصد کمتر است. یک تحقیق دیگر در سال ??? اعلام کرد مصرف زیاد چای، حملات قلبی مهلک را کاهش می‌دهد.

جان فولتس مدیر مرکز پیشگیری یک مدرسه پزشکی به این نتیجه رسید که چای از ایجاد لخته‌های خطرناک خون که منجر به حملات قلبی و سکنه می‌شود جلوگیری می‌کند. سایر مطالعات نیز نشان می‌دهد که سطح چربی خون و فشار خون برخی مصرف کنندگان چای پایین تر است. بیش از ?? تحقیق در مورد حیوانات نشان داد که چای ممکن است از بعضی سرطانها مثل دستگاه گوارش، دستگاه تنفس و پوست جلوگیری کند.

"وایسبرگر" که پیشتر به نام وی اشاره شد اظهار می‌کند که نوشیدن چای همراه با خوردن مقداری میوه و سبزیها یک راه چاره ارزان و آسان برای کاهش خطر برخی سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت "کیس وسترن" در "کلویلند" دریافتند که مصرف چای تا ?? درصد از آفتاب سوختگی منجر به سرطان پوست جلوگیری می‌کند.

متخصصین پوست، می‌گویند: "در آینده چای یکی از راههای محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود." دانشمندان تذکر می‌دهند، این که چای ممکن است در برابر برخی سرطانها محافظ باشد به دلایل گوناگون بودن عوامل بیماریهاست.

سر انجام اینکه چون چای حاوی فلوراید است، می‌تواند مقاومت دندانها را زیاد و از پوسیدگی آنها جلوگیری کند. در مطالعات آزمایشگاهی محققان ژاپنی پی بردند که چای با پیشگیری از تشکیل پلاک دندانی برخی باکتریهای دندانی را که می‌تواند باعث بیماری لثه شوند، نابود می‌کند. چای دارای انواع پلی فنل است که آنتی اکسیدانهائی هستند که سلولهای انسان را از صدمه محافظت می‌کنند. فلاونیدها گروهی از پلی فنلها هستند که بطور طبیعی در چای وجود دارند. به نظر می‌رسد سطوح بالای این پلی فنلها در بدن می‌تواند علاوه بر ویروسها با سرطانهای لوزالمعده، کولون، مثانه، پروستات و سینه نیز مقابله کند.

اکسیر

برای رسیدن به فواید سلامتی بخش چای روزانه چقدر باید نوشید؟ "وایسبرگر" می‌گوید؟ یا؟ بار و سایرین می‌گویند کمتر از آن هم کافی است. محققان مطمئن نیستند افزودن لیمو به چای اثر آن را کاهش می‌دهد یا خیر. افزودن شکر می‌تواند به دندانها آسیب بزند. پس بهتر است چای را بدون افزودن چیزی به آن بنوشید. وایسبرگر می‌گوید: خوشبختانه چای خنک نیز مانند چای داغ مفید است. این مطالب در جایی مثل امریکا که از سال ??? به بعد چای خنک (آیس تی) مینوشند رضایت بخش است.

حال، حدود ?? درصد از چای خود را خنک مینوشیم. اما هیچ تحقیقی برای فهمیدن اینکه یک فنجان چای ملایم می‌تواند دل و جرئت انسان را بالا-برد، لازم نیست. حکیم چینی "تین یی هنگ" معتقد بوده: "نوشیدن چای برای فراموش کردن غوغای دنیا است."

منبع: سایت پزشکان بدون مرز

سرکه سمبل سن و صبر

بالغ بر ۱۰۰۰۰ سال است که در طب مردمی از سرکه برای درمان انواع بیماریها استفاده می‌شود. سقراط نیز معتقد بود که سرکه خاصیت آنتی بیوتیک دارد و درمان پنومونی (ذات الریه)، اسکوروی (بیماری ناشی از کمبود ویتامین C) و درمان زخمها استفاده

می‌شد. همچنین برای سرکه خاصیت درمان آرتрит، پیشگیری از استئوپروز، کاهش فشار خون و کلسترول، درمان عفونت، کمک به عمل هضم و کنترل وزن قابل هستند. اما بسیاری از این ویژگی‌ها هنوز از نظر علمی تایید نشده‌اند. البته مطالعه‌ای که اخیراً در کالج تغذیه‌ی آمریکا بر روی اثرات سرکه انجام شده، نشان داده است که مصرف سرکه قبل و همراه غذا، از افزایش سطح گلوکز و انسولین، بعد از صرف غذا به مقدار قابل توجهی می‌کاهد. این اثر احتمالاً از طریق کاهش فعالیت آنزیم دی‌ساکاریداز و افزایش غلظت گلوکز ۶- فسفات عضلات اعمال می‌شود. بنابراین شاید بتوان گفت اثرات فیزیولوژیک سرکه مشابه اسکورباز یا متفورمین است. شواهد دیگر نیز نشان داده‌اند که سرکه باعث بهبود حساسیت به انسولین در افراد مقاوم و غیر مقاوم به انسولین می‌شود.

منبع: ماهنامه‌ی دنیای سلامت

خصوصیات اقلیمی گیاهان دارویی

یونجه

نام علمی: *Medicago sativa* - کلیات گیاه شناسی یونجه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا یک متر میرسد برگهای آن دارای سه برگچه می‌باشد برگچه‌های نوک تیز، سبز رنگ و بیضی شکل است. گل‌های یونجه بشکل سبز و برنگ بنفش تیره یا آبی روشن است میوه یونجه مانند صدف بوده و دانه داخل میوه مانند لوبیا ولی کوچکتر از آنزیمی باشد. یونجه ریشه‌ای بسیار عمیق درد و ریشه آن تا سه متر بدخل زمین نفوذ می‌کند و بنابراین منبع ویتامین‌ها و مواد معدنی است که از خاک می‌گیرد. یونجه از زمانهای بسیار قدیم در ایران کشت می‌شده است و در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح از یاران به یونان برده شد و در قرن هفتم بعد از میلاد به اروپا راه یافت. یونجه در ایران در مناطق مرکزی و جنوبی به مقدر بسیار زیاد کشت می‌شود. زنبور عسل گل یونجه را دوست دارد و از آن شهد زیادی بدست می‌آورد و تبدیل به عسل می‌کند. پرورش این گیاه در قدیم برای تهیه علوفه چهارپایان بوده ولی در حال حاضر بعلت درآ بودن مواد مغذی به مصرف غذایی نیز می‌رسد. - ترکیبات شیمیایی: یونجه سرشار از ویتامین‌های A, C, E, K و همچنین دارای آمیلاز که آنزیم مخصوص هضم مواد نشاسته‌ای است می‌باشد. آنزیم‌های بسیاری در یونجه یافت می‌شود بعنوان مثال می‌توان از امولسین اینورتاز، و پکتیاز نام برد. یونجه دارای حدود ۲۰ پروتئین می‌باشد پروتئین‌های موجود در یونجه عبارتند از: لیزین آرژنین، هیستیدین، آدنین، فنیل آلانین آسپاراژین و سیستین. یونجه دارای اسید فسفریک نیز هست. یونجه همچنین دارای منیزیم، آهن و مقدر جزئی ارسنیک و سیلیس است. بنابراین یونجه از نظر مواد غذایی بسیار قوی است و غذای خوبی برای انسان و حیوانات است. - خواص دارویی: یونجه از نظر طب قدیم ایران گرم است. البته تاره آن گرم و تر و خشک شده آن گرم و خشک است. (۱) یونجه از نظر اینکه دارای بسیاری از مواد معدنی می‌باشد شیره آن برای بچه‌هایی که در حال رشد هستند و اسخوان بندی محکمی ندارند بسیار مفید است. حتی امروزه پودر این گیاه را در داروخانه‌ها می‌فروشند که آنرا می‌توان برای بچه‌های شیر خوار مصرف کرد. برای تهیه شیره یونجه باید مقدر ۳۰۰ گرم یونجه را در یک لیتر آب ریخت و آنرا جوشانید تا مقدر آب آن به نصف تقلیل یابد سپس آنرا صاف کرده و مقدر کمی عسل به آن اضافه کنید که بصورت شربت داراید. مقدر مصرف برای طفال ۲۰۰ گرم در روز است و برای اطفال شیرخوار حدود ۵۰ گرم یم باشد که می‌توان به شیر آنها اضافه نمود. اشخاص بزرگسال هم برای بالا بردن انرژی می‌توانند از این شیره استفاده کنند (۲) یونجه را بصورت تازه و یا جوانه آنها را با سالاد میل کنید. جوانه یونجه را بصورت بسته بندی شده می‌توانید از سوپر مارکتها خریداری کنید. (۳) یونجه ملین است. (۴) یونجه دو برابر اسفناج آهنم درد بنابراین خونساز است و برای کسانی که کم خونی مبتلا هستند مفید است. (۵) یونجه بعلت درآ بودن آهن برای درمان بیماری راشیتیسیم بکار می‌رود. (۶) عوارض کمبود ویتامین ث با خوردن یونجه

از بین می‌رود. ۷) یونجه تازه در بسیاری از کشورها مانند چین و روسیه و آمریکا به مقدر زیاد بجاری اسفناج مصرف می‌شود. ۸) یونجه را در داروخانه‌ها و فروشگاه‌های گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه‌ها بصورت پودر، کپسول و قرص بفروش می‌رسانند. مقدر مصرف آن سه قرص در روز است. ۹) با همه مزایایی که یونجه درد در خوردن تازه آن نباید زیاده روی کرد زیرا بسیار نفاخ است و حتی حیواناتی که به مقدر زیاد از آن می‌خورند بعلت گاز زیاد ممکن است تلف شوند. ۱۰) ضماد پخته یونجه را اگر روزی چند بار روی اعضای که روضه دارند بگذارید آنها را شفا می‌دهد. ۱۱) تخم یونجه قاعده آور است و برای این منظور تخم یونجه را بصورت دم کرده مصرف کنید. ۱۲) دم کرده یونجه درمان اسهال است. ۱۳) برای نرم کردن سینه و تسکین سرفه روزی ۲-۳ فنجان دم کرده تخم یونجه را مصرف کنید. ۱۴) برای درمان لقوه و رعشه تخم یونجه را در روغن زیتون بریزید و مدت یک هفته جلوی آفتاب بگذارید سپس آنرا صاف کنید و روزی چند قاشق از آنرا بخورید و همچنین روی اعضای که رعشه دارند بمالید. ۱۵) یونجه حاوی مقدر زیادی ویتامین است. کوبیده آن زخم را بسرعت الیتام داده و از خونریزی جلوگیری می‌کند. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

بادام

نام علمی: **Amygdolus** - کلیات گیاه شناسی درخت بادام به بلندی ۸ متر می‌رسد. درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصا افغانستان و ایران، سوریه و فلسطین پرورش مییافته است. ریشه درخت بادام بسیار قوی است. این درخت می‌تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند. برگهای آن بیضی، باریک، نوک تیز و برنگ سبز می‌باشد. گل‌های آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است. در اوائل بهار شکوفه‌های بادام ظاهر می‌شود. بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد: ۱- بادام شیرین **Sweet Almond** - بادام تلخ **Bitter Almond** میوه درخت بادام بصورت شفت می‌باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجود دارد. در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام **Amandon** می‌نامند که دارای خواص مخصوص می‌باشد. پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می‌شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می‌شود. مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است. مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه‌ای رنگی می‌باشد که می‌توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است. مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه‌ای درد و بسهولت از بادام تلخ تشخیص داده میشود. از کلیه قسمت‌های درخت بادام شیرین مانند شکوفه، برگ و میوه آن استفاده طبی میشود. - ترکیبات شیمیایی: بادام شیرین دارای ۵۰ تا ۵۵ درصد و بادام تلخ دارای ۴۰ تا ۴۵ درصد روغن می‌باشد. بادام همچنین دارای ۲۵ درصد مواد سفیده‌ای و دیاستازی بنام امولسین (**Emulsine**)، قند، صمغ، موسیلاژ و مواد معدنی می‌باشد. بادام تلخ دارای ماده مخصوصی (۱ تا ۳ درصد) بنام آمیگدالین (**Amygdlin**) می‌باشد که از اثر آب بر روی این ماده اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک (**Aldehyde benzoic**) و گلوکز حاصل می‌شود. اسانس بادام تلخ (آلدئید بنزوئیک) در عطر سازی بکار می‌رود و همچنین از آن رنگ سبزی بنام مالاشیت **Malachite** درست می‌کنند. اسانس بادام تلخ بدلیل اینکه دارای اسید سیانیدریک است کمی تلخ می‌باشد. مقدر اسید سیانیدریک در بادام تلخ ۰/۰۰۰۰۲۵ درصد است. در صد گرم مغز بادام شیرین خشک شده مواد زیر یافت می‌شود: آب ۴/۷ گرم انرژی ۵۹۸ کالری پروتئین ۱۸/۶ گرم روغن‌های اشباع نشده ۵۴/۲ گرم نشاسته ۱۹/۵ گرم مگکلسیم ۳۲۰ میلی گرم فسفر ۵۰۰ میلی گرم آهن ۴/۷ میلی گرم پتاسیم ۷۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۹ میلی گرم ویتامین ب ۳۳/۵ میلی گرم - خواص دارویی: بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است. ۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد

یبوست است مخصوصاً از روغن بادام می‌توان رفع یبوست برای بچه‌ها استفاده کرد. (۲) بادام سینه را نرم می‌کند. (۳) شیر بادام برای رفع سرفه، ناراحتی حنجره و تنگی نفخس مفید بوده و خلط آور است. (۴) بادام برای درمان زخم روده‌ها و مثنانه و اسهال مفید است. (۵) بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است. (۶) بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می‌کند. (۷) بادام را آسیاب کرده و با عسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است. (۸) چغاله بادام لثه و ریشه دندان را تقویت می‌کند. (۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است. (۱۰) شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید. (۱۱) دم کرده پوست قهوه‌ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسکین درد و التهاب مجاری تنفسی است. (مقدر مصرف ۵ گرم در ۱۰۰ گرم آب (۱۲) جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است. (۱۳) روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می‌برد. (۱۴) برای صاف کردن سینه و نرم شدن روده‌ها و از بین بردن سرفه خشک باید روغن بادام را با شکر و کتیرا مخلوط کرده و بخورید. (۱۵) روغن بادام را با آب گرم مخلوط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه‌ها خواهد بود. ضمناً این مخلوط سنگ مثنانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می‌کند. (۱۶) برای درمان نفرس و رفع خمیدگی پیران، مهره‌های پشت را با روغن بادام چرب کنید. (۱۷) برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است. (۱۸) برگ خشک شده درخت بادام قابض بوده و اسهال را از بین می‌برد. (۱۹) روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم‌ها و پمادها بکار می‌رود. (۲۰) برای رفع بیماری‌های سینه، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارید سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از آنرا بفاصله هر سه ساعت بخورید. (۲۱) برای رفع خارش پوست بچه‌هایی که سرخک و مخملمک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می‌دهد. (۲۲) مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می‌کند. (۲۳) روغن بادام اگرما را رفع می‌کند. - خواص بادام تلخ چون بادام تلخ دارای اسید سیانیدریک است در مصرف آن باید نهایت دقت را بعمل آورد. مغز بادام تلخ از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است. ۱- بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می‌باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است. ۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس، سرفه و ورم ریه مفید است. ۳- بادام تلخ را با عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می‌کند. ۴- برای رفع درد کلیه‌ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید. ۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است. ۶- برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی‌های کلیه، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید. ۷- اگر عادت ماهیانه خانم‌ها عقب می‌افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است. ۸- برای از بین بردن لکه‌های صورت، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید. ۹- ضماد بادام تلخ برای درمان زخم‌های کهنه خارش و مخملمک بکار می‌رود. ۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است. ۱۱- ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال، کلیه و دفع کرم روده بکار می‌رود. ۱۲- دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال، و دفع کرم روده بکار می‌رود. ۱۳- روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد. ۱۴- روغن بادام تلخ برای تنگی نفس، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثنانه مفید است. ۱۵- برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید. ۱۶- مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت، لکه‌ها و چین و چروک را از بین می‌برد. ۱۷- روغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می‌برد. ۱۸- آنهایی که مبتلا به اگرما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به اگرما است استفاده کنند بزودی بهبود می‌یابند. ۱۹- خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است. ۲۰- روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است. - طرز استفاده: روغن بادام: برای بدست آوردن روغن بادام، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می‌کنند و بصورت خمیر در می‌آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می‌کنند. این روغن را فشار اول می‌نامند. تفاله بادام

را که از فشار اول باقیمانده تحت اثر حرارت و مواد شیمیایی قرار داده و روغن فشار دوم را بدست می آورند. بدلیل اینکه روغن بادام گران است معمولا تقلب کرده و آنرا با روغن های دیگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می فروشند. همانطور که گفته د اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آب قرار گیرند اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک تولید می شود که سمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسته ها نباید از آب استفاده کرد. اسانس بادام تلخ: این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شدن برنگ زرد کم رنگ در می آید. بوی آن قوی، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است. اسانس بادام تلخ بسهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می شود. بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملا پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگاهداری شود. شکوفه و گل بادام: گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می باشد. پوست میوه بادام: بصورت جوشانده مصرف می شود. طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می کنند. برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می جوشانند و سپس صاف می کنند. مغز بادام: معمولا بصورت خشک شده و خام و یا بوداده مصرف می شود. شیر بادام: شیر بادام را از مغز بادام بونداخته و خام تهیه می کنند. برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملا آسیاب کرده که بصورت پودر در آید. سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می کنند مایعی مانند شنی بدست می آید. نوع دیگر شیر بادام برای کودکان شیر خوار و اطفال بسیار مفید است و می تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می کنند و بهم می زنند تا بشکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل به آن اضافه می کنند تا کاملا حل شود. این مایع را از پارچه لمل می گذرانند تا مایعی مانند شیر از آن باقی بماند. البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شیر بادام استفاده کنند احتیاجی به صاف کردن آن نخواهد بود طریقه دیگری که آسان تر است بدین صورت می باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شیر بدست آید. - مضرات: بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سنگین و ثقیل الهضم می باشد نباید در خوردن آن افراط کرد و مقدر آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد. بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد.

صبر زرد

نام علمی: Aloe vera - کلیات گیاه شناسی صبر زرد یکی از گیاهانی است که قبل از میلاد مورد مصرف مردم بوده است. کلتوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد و حتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند. در کتاب مقدس ام این گیاه بکرات آمده است. صبر زرد فاقد ساقه بوده و لی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر می رسد. گلهای این گیاه برنگ زرد می باشد که در انتهای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می روید. - ترکیبات شیمیایی: صبر زرد موادی نظیر آلونین فامودین، آنترا کیون ایزوبارالونین و مقدری در حدود ۱۲ درصد صمغ می باشد. - خواص داروئی: صبر زرد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است شیرابه آن به مصرف طبی می رسد. ۱) تقویت کننده بدن است ۲) یبوست را برطرف می کند و روده ها را تمیز می کند ۳) برای معالجه آسم مفید است ۴) سوء هاضمه را برطرف می کند ۵) در معالجه صرع مفید است ۶) اثر ضد کرم درد ۷) خون را تصفیه می کند ۸) برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید ۹) آگزم را درمان می کند ۱۰) برای معالجه اسهال خونی مفید است ۱۱) برای رفع ریزش مو،

شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید (۱۲) گرفتگی کبدی را برطرف می کند (۱۳) برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید (۱۴) صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است بر گها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید (۱۵) مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند (۱۶) برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید - مضرات: صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمنا زنان شیرده نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر و در بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند. این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.

سیب

نام علمی: *Nigella Sativa* - کلیات گیاه شناسی درخت سیب در بیشتر نقاط دنیا پرورش داده می شود و سیب میوه ایست که می توان گفت در هر جای دنیا وجود دارد و همه مردم دینا انرا می شناسند. در کشور عزیز ما ایران این درخت بصورت وحشی در جنگل های شمال وجود دارد در لاهیجان و رودسر آنرا آسیب، هسی و هسیب و در مازندران به آن سه می گویند. سیب انواع مختلف درد. انواع وحشی آن کوچک و پرورش یافته آن درشت و برد می باشد. سیب نوع ترش و شیرین درد. - ترکیبات شیمیایی: سیب دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بيمناسبت نیست که یک ضرب المثل انگلیسی می گوید که خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد دکتر بی نیاز می کند. موادی که در یک سیب متوسط وجود دارد بشرح زیر است: انرژی ۲۵۸ کالری پروتئین ۱/۲ گرم چربی ۱/۶ گرم مواد نشاسته ای ۵۹/۶ گرم کلسیم ۲۴ میلی گرم فسفر ۱۰ میلی گرم آهن ۱/۲ میلی گرم ویتامین آ ۳۶۰ واحد ویتامین ب ۱/۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۸ میلی گرمناگفته نماند که ویتامین های وجود در سیب بیشتر در پوست سیب وزیر پوست آن قرار درد بنابراین آنهایی که می توانند پوست سیب را هضم کنند بهتر است که آنرا با پوست میل کنید و اگر می خواهید پوست آنرا بکنید بهتر است که سیب را خیلی نازک پوست کنید - خواص دارویی: (۱) سیب یک میوه قلبی است و تمیز کننده بدن است و بعلت درآ بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می سازد (۲) سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد. بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود. سیب را می توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما از ظرف لعابی یا تفلان استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین های آن حفظ می شود. (۳) شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می باشد. برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید. (۴) سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند. (۵) خوردن سیب یوست را برطرف می کند و برای خستگی مفرط مفید است (۶) دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه میباشد. (۷) نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرمخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است. (۸) سیب مقوی کبد و اشتها آور است. (۹) سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را درد. (۱۰) سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است. (۱۱) سیب حرارت را از بدن خارج می سازد. (۱۲) سیب را رنده کنید و در دستمال پیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می کند. (۱۳) خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمیرد. (۱۴) کسانیکه می خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند. (۱۵) دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است. (۱۶) سیب داروی خوبی برای درمان زخم ها می باشد. (۱۷) سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می باشد.

۱۸) آب سیب را حتی می‌توان برای تنقیه استفاده کرد. این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است. ۱۹) پوست سیب را مانند چائی دم کنید و بیاشامید این اجئی بهترین دوست کلیه است. ۲۰) آب سیب را با ابمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فوراً آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم ای خود را از دست می‌دهد. ۲۱) آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی درد بخصوص برای از بین بردن چین و چروک پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید. استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب را بپزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید. - خواص سیب ترش ۱- سیب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل بهم خوردگی را از بین می‌برد. ۲- سیب ترش را بپزید درمان اسهال خونی است. ۳- آب سیب ترش مخلوط با انار برای تقویت معده و درمان اسهال و دل بهم خوردگی بکار می‌رود. ۴- رب سیب ترش علاج اسهال، استفراغ و درد و غم است. ۵- مربای شکوفه سیب برای ضعف معده و ازدیاد نیروی جنسی مفید است. ۶- سیب ترش برای آنهائیکه مزاج گرم دارند بسیار مفید است بالعکس آنهائیکه مزاج سرد دارند باید سیب شیرین بخورند. سیب در قدیم معالجه نقرس و بیماریهای عصبی بوده است. - مضرات: همانطور که قبلاً گفته شد سعی کنید همیشه سیب را با پوست بخورید زیرا مقدر زیادی پکتین در پوست سیب وجود دارد سیب هایی که در بازارهای داخل ایران یا آمریکا و کانادا بفروش می‌رسد روی آن دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می‌باشد بنابراین حتما این سیب ها را بدقت بشوئید آنهائیکه دریا معده ضعیف هستند باید سیب را بسیار نازک پوست بگیرند که پکتین ها و ویتامین های آن از بین نرود.

زردآلو

نام علمی: *Armeniaca bulgar* - کلیات گیاه شناسی درخت زردآلو بومی نواحی چین می‌باشد و هنوز هم بصورت وحشی در این مناطق می‌روید این درخت در اوائل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت. درخت زردآلو تا ارتفاع ۶ متر می‌رسد برگهای آن مانند قلب نوک تیز و برنگ سبز روشن مایل به زرد می‌باشد. گلهای زردآلو درشت و برنگ سفید متمایل به قرمز است. میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان میرسد. هسته زردآلو صاف، قهوهای و بیضی شکل است در داخل هسته مغز آن قرار دارد که طعم آن شیرین و گاهی تلخ می‌باشد. - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم زردآلوی بدون هسته مواد زیر موجود است انرژی ۵۴ کالری آب ۸۴-۸۱ گرم مواد قندی ۱۲-۱۰ گرم پروتئین ۱ گرم مکلسیم ۱۸ میلی گرم فسفر ۲۳ میلی گرم سدیم ۱ میلی گرم پتاسیم ۲۸۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم ویتامین آ ۲۷۰۰ واحد ویتامین ب ۰/۳۱ میلی گرم ویتامین ب ۰/۴۲ میلی گرم ویتامین ب ۰/۶۳ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرماسید سالیسیلیک ۱/۵ گرم مواد نشاسته ای ۶/۳۵ گرمآلبومین ۰/۴۵ گرم چربی ۰/۱۲ گرم مغز زردآلو دارای ۴۰٪ روغن، مقدری پروتئین، قند اسانس و ویتامین های A و C و B۱۷ کبالت می‌باشد. ویتامین B۱۷ که *Laetrile* و *Pangamic acid* پانگامیک اسید نامیده می‌شودطبق تحقیقات دانشمندان ضد بیماری سرطان و معالجه سرطان است و این ویتامین بصورت قرص در اروپا وجود داشته و مصرف می‌شود ولی متاسفانه فروش آن در کانادا قدغن است زیرا دری مقدر بسیار کمی سیانید می‌باشد. - خواص دارویی: خواص درمانی زردآلو زردآلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است. ۱) تصفیه کننده خون است. ۲) عروق را باز می‌کند. ۳) ملین است. ۴) بوی بد دهان را رفع می‌کند. ۵) تب بر است. ۶) بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است. ۷) روم مفاصل را برطرف می‌کند. ۸) ضد نرمی استخوان است. ۹) برای قلیایی کردن بدن مفید است. - خواص درمانی هسته و برگ زردآلو مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است. ۱- مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است. ۲- روغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می‌کند. ۳- روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

۴- روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کهنه کرم معده و روده است . ۵- روغن تلخ هسته ورم معقد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می کند . ۶- دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است . ۷- برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید . - مضرات : زردآلو بطور کلی دیر هضم ، ثقیل و نفاخ است . شاخص سالخورده و کودکان باید از زیاد خوردن آن احتراز کنند . همیشه باید زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نیز تناول نمود زیرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان می سازد .

آرتیشو (کنگر فرنگی)

نام علمی : *Cynara scolymus* - کلیات گیاه شناسی آرتیشو گیاه بومی مناطق مرکزی مدیترانه است ولی در حال حاضر در بیشتر نقاط معتدل دنیا کشت یم شود . رومی ها در حدود ۲۰۰۰ سال پیش این گیاه را پرورش می دادند و به عنوان سبزی در سالاد استفاده می کردند . آرتیشو در قرن شانزدهم در انگلستان و فرانسه برده شد و سپس در قرن نوزدهم در آمریکا کشت شد . اکنون کالیفرنیا و سواحل اقیانوس آرام مرکز کشت آرتیشو می باشد . کلمه *Artichoke* از کلمه ایتالیایی *Articocco* مشتق شده که بمعنی میوه کاج می باشد و آرتیشو هم مانند میوه کاج است . آرتیشو برای رشد احتیاج به آب و باران فراوان درد . آرتیشو گیاهای است چند ساله درای ساقه ای راست که ارتفاع آن بحدود یک متر می رسد . برگهای آن پهن و دراز مانند برگهای کاهو است که برنگ سبز تیره است . در انتهای ساقه میوه آن که بشکل میوه کاج یا سیب فلس در است مشاهده می شود . گلبرگهای آن ضخیم و گوشتی بوده و انتهای گلبرگها ضخیم تراست که مصرف خوراکی درد . برای خرید آرتیشو دقت کنید که برگها با نشده و سفت و سبز باشد . هنگامیکه برگهای آرتیشو قهوه ای است نشان دهنده کهنه بودن آن می باشد . فصل آرتیشو معمولا ماههای فروردین و اردیبهشت (آپریل و می) است . - ترکیبات شیمیایی : برگهای خوردنی آرتیشو درای اینولین ، اینولاز و ماده ای تلخ بنام سینارین *Cynarine* می باشد . سینارین خاصی زیاد کننده ترشحات صفرا را درد و علت صفرا بری آرتیشو داشتن این ماده است . در صد گرم آرتیشو پخته مواد زیر موجود است : انرژی ۱۴ کالری پروتئین ۱/۵ گرم آب ۸۶ گرم مواد چرب ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم ۲۲ میلی گرم فسفر ۴۰ میلی گرم آهن ۰/۶ میلی گرم مس ۳۰ میلی گرم پتاسیم ۲۵ میلی گرم ویتامین آ ۴۰ واحد بین المللی ویتامین ب ۱ ۰/۴۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۲۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۵/۲ میلی گرم - خواص دارویی : آرتیشو از نظر طب قدیم ایران گرم و کمی خشک است . قسمت مورد استفاده آرتیشو برگها و قسمت سوط آن است که بنام قلب آرتیشو معروف می باشد . آرتیشو : (۱) کبد را تمیز و اعمال کبد را تنظیم می کند . (۲) ترشح صفرا را افزایش می دهد . (۳) از جمع شده چربی در کبد جلوگیری می کند و آنهایی که کبد چرب دارند بهتر است از آرتیشو استفاده کنند (۴) یرقان مزمن را درمان می کند . (۵) تقویت کننده بدن است . (۶) موجب دفع ادرار می شود . (۷) تب بر است . (۸) در درمان رماتیسم موثر است . (۹) بیوست های ناشی از عدم صفرا را درمان می کند . (۱۰) در درمان ورم روده موثر است . (۱۱) باعث دفع سنگهای کیسه صفرا می شود . (۱۲) نیروی جنسی را افزایش می دهد . (۱۳) کلیه و مثانه را گرم می کند . (۱۴) گاز و نفخ معده و روده را از بین می برد . (۱۵) باعث هضم غذا می شود . (۱۶) بیماریهای کبدی را درمان می کند . (۱۷) کلسترول خون را پائین می آورد . (۱۸) داروی لاغری است و کسانی که می خواهند وزن کم کنند و لاغر شوند می توانند هر روز آرتیشو بخورند . (۱۹) سرگیجه را برطرف می کند . (۲۰) آنهایی که گوششان زنگ می زند اگر آرتیشو را بخورند آنرا برطرف می کند . (۲۱) مبتلایان به بیماری قند می توانند با خوردن آرتیشو قند خود را تنظیم کنند . (۲۲) در درمان میگرن موثر است . (۲۳) در برطرف کردن بیماری آسم اثر مفید درد . (۲۴) نقرس را برطرف می کند . (۲۵) آرتیشو رگها را تمیز کرده و تصلب شرائین را درمان می کند . (۲۶) در برطرف کردن اگزمت موثر است . (۲۷) در درمان اکثر بیماریهای پوستی اثر مفید درد . (۲۸) سموم بدن را دفع می کند . (۲۹) زخم های ریه و روده را درمان می کند .

۳۰) برای جلوگیری از ریزش مو از برگهای آرتیشو ضماد تهیه کرده و به سر بمالید. ۳۱) برای برطرف کردن بوی بد زیر بغل عصاره برگ آرتیشو را به زیر بغل بمالید. ۳۲) عصاره آرتیشو را اگر به بدن بمالید خارش را برطرف می کند. ۳۳) برای رفع آب آوردن بدن از جوشانده آرتیشو بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید. - مضرات: آرتیشو چون گرم است ممکن است در بعضی از اشخاص تولید سودا کند لذا بهتر است با سرکه خورده شود ضمناً طعم آرتیشو را دوست ندارند. اینگونه اشخاص اگر بخواهند از مزایای آرتیشو استفاده کننده تنظور قرص یا کپسول آرتیشو مصرف نمایند.

مارچوبه

نام علمی: *Asparagus officinalis* - کلیات گیاه شناسی مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می رسد و دارای شاخه های نسبتاً چوبی و صاف می باشد. مارچوبه بصورت وحشی در اکثر نقاط دنیا می روید برگهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته های ۳ تا ۸ تایی خارج می شود. بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه ها می کارند مارچوبه را در اوائل پائیز می چینند. این گیاه از قدیم الایام مورد استفاده بشر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصر نقاشی هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می دهد. مارچوبه را می توان بصورت مختلف مصرف کرد. باید مارچوبه را با کمی آب و حرارت کم در ظرف های ضد زنگ پخت و تقریباً نیمه خام آنرا برداشت. آب مارچوبه را دور نریزید و از آن برای سوپ استفاده کنید زیرا دارای ویتامین و املاح می باشد. وقتیکه مارچوبه می خرید دقت کنید تازه باشد. شاخه های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نباید باز شده باشد و اگر فلسهای نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است. - ترکیبات شیمیایی: مارچوبه دارای آسپاراژین ف کونی فرین، اینوزیت، تانن، اسدی گالیک، آسپاراگوز، و اسید سوکسی نیک می باشد دانه آن دارای ۱۵ درصد مواد روغنی می باشد این روغن زرد مایل به قرمز است. درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زیر است آب ۹۰ گرم پروتئین ۲/۵ گرم چربی ۰/۲ گرم مواد نشاسته ای ۴/۲ گرم کلسیم ۲۲ میلی گرم فسفر ۶۰ میلی گرم آهن ۱/۱ میلی گرم سدیم ۲ میلی گرم پتاسیم ۲۷۵ میلی گرم ویتامین آ ۹۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم ویتامین ث ۳۵ میلی گرم - خواص دارویی: از نظر طب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند. مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است. ۱) خوردن آن دید چشم را تقویت می کند. ۲) برای تقویت نیروی جنسی مفید است. ۳) ضعف مثانه را برطرف می کند. ۴) برای تقویت قلب مفید است. ۵) ملین است و یبوست را برطرف می کند. ۶) تب بر است. ۷) به علت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند. ۸) مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند. - طرز استفاده: برای نگاهداری مارچوبه آنرا در پارچه های مرطوب ببندید و در یخچال قرار دهید زیرا گرما و خشکی آنرا از بین میبرد. مارچوبه را نیز می توان در سالاد ریخت و یا از آن سوپ تهیه کرد. مورد دیگر استفاده از مارچوبه غیر از پختن آن بصورت دم کرده آن است. دم کرده مارچوبه را به این صورت تهیه کنید: چند شاخه مارچوبه را در داخل یک لیتر آبجوش بریزید و مقدری هم رازیانه و جعفری به آن اضافه کنید و بگذارید مدت پنج دقیقه دم بکشد. از این دم کرده بمقدر دو تا سه فنجان در روز برای تسکین و آرامش قلب استفاده کنید. - مضرات: مارچوبه را نباید آنهایی که مبتلا به ورم مجاری ادرار هستند و یا اشخاص عصبی مصرف کنند. مارچوبه همچنین برای مبتلایان به رماتیسم و سنگ کلیه خوب نیست.

نام علمی: *Persea americana* - کلیات گیاه شناسی آووکادو درختی است که ارتفاع آن به حدود ۶ متر می‌رسد و در قسمت های گرم آمریکا و برزیل و غرب هندوستان پرورش می‌یابد. منشاء آووکادو آمریکای جنوبی بوده که از آنجا به نواحی دیگر دنیا راه یافته است. برگهای این درخت ضخیم و سبز و گل‌های آن کوچک و سبز رنگ است. میوه آن مانند گلابی و درای پوستی سخت برنگ سبز تیره و یا سیاه است. در حدود ۴۰۰ نوع مختلف آووکادو وجود دارد که بعضی از آنها درای پوست صاف و سبز رنگ بوده ولی پوست برخی از آنها سیاه و خشن است. مدرکی در دست است که نشان می‌دهد مایاها و اینکاها از این میوه استفاده می‌کرده‌اند. - ترکیبات شیمیایی: آووکادو چرب است و داری اسیدهای آمینه مختلف مانند سیستین **Cystine** تریپتوفان **Tryptophane** و تیروسین **Tyrosine** می‌باشد. در تحقیقات جدیدی که انجام شده وجود چند نوع آنتی بیوتیک در آووکادو ثابت شده است. دانه گیاه درای مقدر کمی (در حدود ۲ درصد) روغن است. این روغن غلیظ و سفت و به رنگ زرد مایل به سبز بوده که درای بو و طعمی مطبوع است. روغن دانه آووکادو درای حدود ۷ درصد روغن های اشباع شده مانند اسید پالمیتیک **Palmitic Acid** و اسید استئاریک **Stearic Acid** اسید آراشیدیک **Arachidic Acid**، اسید میریستیک **Myristic Acid** و در حدود ۸۰ درصد روغن های اشباع نشده مانند اسید اولئیک **Oleic Acid** و اسید لینولئیک **Linoleic Acid** می‌باشد. در یکصد گرم آووکادو مواد زیر موجود است: آب ۸۰ گرم انرژی ۱۵۰ کالری پروتئین ۱/۸ گرم چربی ۱۴ گرم مواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم ۸ میلی گرم فسفر ۳۵ میلی گرم آهن ۵/۰ میلی گرم پتاسیم ۶۰۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۵۰ واحد ویتامین ب ۰/۰۸۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۴ میلی گرم ویتامین ث ۱۲ میلی گرم - خواص دارویی: (۱) جوشانده برگهای آووکادو قاعده آور است. (۲) آووکادو تقویت کننده معده است. (۳) نفخ و گاز معده را از بین می‌برد. (۴) برای درمان یرقان مفید است. (۵) جوشانده برگهای آووکادو اسهال خونی را برطرف می‌کند. (۶) آووکادو تقویت کننده بدن است. (۷) آووکادو رشد بچه ها را جلو می‌اندازد زیرا درای مواد معدنی بسیاری است. (۸) آووکادو خون ساز است و آنهایی که مبتلا به کم خونی هستند باید از آووکادو استفاده کنند. (۹) آووکادو بدن را قلیایی کرده و تمیز می‌کند. (۱۰) چون آووکادو شکر و مواد نشاسته ای کمی درد برای آنهایی که بیماری قند دارند نیز مناسب است. (۱۱) برای دوره نقاهت به مریض آووکادو بدهید. ضعف عمومی را برطرف می‌کند. (۱۲) خستگی را برطرف می‌کند. (۱۳) ناراحتی روده و معده را معالجه می‌کند. (۱۴) بیخوابی را درمان می‌کند زیرا درای تریپتوفان است. اگر به کم خونی دچار هستید حتما با شام خود آووکادو بخورید. (۱۵) برای درست کردن سس سالاد از آووکادو استفاده کنید. - طرز استفاده: روغن آووکادو داری ویتامین های مختلف مانند **A, B, C, D, E, H, K, P** می‌باشد. بنابراین ارزش غذایی زیادی دارد. ۱- روغن آووکادو ضد رماتیسم است و اگر مفاصل شما درد می‌کند آنرا با روغن آووکادو ماساژ دهید. ۲- برای جلوگیری از ریزش مو، هر شب مقدری از روغن آووکادو را به سر بمالید و صبح بشوئید. ۳- شوره سر را از بین می‌برد. ۴- برای براق شده موها، بعد از شستشوی سر چند قطره آووکادو را به موها بمالید. ۵- روغن آووکادو بهترین کرم برای پوست است زیرا به آسانی در پوست نفوذ می‌کند و به پوست شادابی می‌دهد. و بالاخره آووکادو بهترین ماسک برای برطرف کرده چین و چروک های صورت و جلوگیری از پیدایش آن است. برای این منظور آووکادو را پوست کنده و له کنید و بصورت ماسک بر روی صورت و گردن بگذارید و بعد از نیم ساعت بشوئید. - مضرات: مضرات خاصی گفته نشده است.

موز

نام علمی: *Musa sapientum* - کلیات گیاه شناسی موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است. برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می‌رسد. گل‌ها آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می‌آید. موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می‌شده است. در سال ۱۴۸۲ پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به

جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی حاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود. موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند. موز انواع مختلف درد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی درد. در کشورهای استوایی معمولا موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند. هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است. موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است. - ترکیبات شیمیایی: قندی که در موز وجود دارد سرعت قابل جذب است. در صد گرم موز مواد زیر موجود است. انرژی ۱۰۰ کالری آب ۷۰ گرم پروتئین ۰/۸ گرم چربی ۰/۲ گرم قند ۶/۵ گرم کلسیم ۸ میلی گرم فسفر ۲۵ میلی گرم آهن ۰/۷ میلی گرم مس ۱ میلی گرم پتاسیم ۳۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۱۹۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۶ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۰۷ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرم در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین، نوروبی تفرین، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد. - خواص دارویی: موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تر است و خون را غلیظ می کند. موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد. (۱) بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد. (۲) موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است. (۳) موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند. (۴) موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است. (۵) موز درمان زخم معده و روده می باشد. (۶) گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است. (۷) شیره گل‌های موز درمان کننده اسهال خونی است. (۸) جوشانده موز اثر قطع خونریزی درد (۹) ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است. (۱۰) ریشه موز دفع کننده کرم معده است. (۱۱) موز نفاخ است و زیاد خوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد (۱۲) موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب درد. (۱۳) برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید. (۱۴) موز مدر است. (۱۵) موز بعلت درآ بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند. - مضرات: مضرات خاصی گفته نشده است.

زرشک

نام علمی: **Berberis** - کلیات گیاه شناسی زرشک درختچه ای است دارای ساقه ای خاردار که ارتفاع آن تا ۴ متر نیز میرسد. چوب این درخت قهوه ای، قرمز و یا زردرنگ می باشد. برگ‌های آن بیضی شکل با دندانه های اره ای و گل‌های آنخوشه ای و زردرنگ است. شاخه های زرشک تیغ زیادی درد. میوه زرشک قرمز رنگ، گوشتی بیضوی شکل و دارای طعمی ترش است. قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه، پوست رشه و ساقه، برگ گل و میوه آن است. - ترکیبات شیمیایی: در تمام قسمت های این گیاه آلکالوئیدهای بربرین **Berberine**، اکسیاکانتین **Oxyaconthine**، برامین **Berberamine** وجود دارد. مقدر آلکالوئید در پوست ریشه زرشک بیشتر از قسمت های دیگر این گیاه است. میوه زرشک دارای حدود ۴٪ مواد قندی، ۶۵ اسید مالیکو اسید تارتاریک و مقادیر صمغ می باشد. زرشک گونه های مختلف درد که مهم تر از همه آنها دو نوع است که یکی بنام زرشک بی هسته و دیگری زرشک با هسته (دارای دو هسته) می باشد. - خواص دارویی: خواص طبی زرشک: زرشک از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است میوه زرشک خواص زیر را دارد: (۱) قابض است (۲) تقویت کننده قلب و کبد است (۳) بواسیر خونی را درمان می کند (۴) خونریزی را برطرف می کند (۵) برای برطرف کردن بیماریهای کبدی مفید است (۶) صفرا بر است (۷) دم کرده زرشک را برای برطرف کردن ناراحتی های دهان غرغره کنید. - خواص ریشه و پوست ساقه (۱) صفرا بر و مسهل است (۲)

کبد را پاک و تقویت می کند (۳) اعمال دستگاه گوارش را منظم می کند (۴) و هاضمه را از بین می برد (۵) بی اشتها بی برطرف می کند (۶) برای رفع یبوست مفید است (۷) در درمان یرقان و زردی موثر است (۸) نقرس و رماتیسم را برطرف می کند (۹) خانمهایی که بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند باید برای برطرف کردن آن از ریشه و ساقه زرشک استفاده کنند (۱۰) آنهائیکه مبتلا به ورم طحال هستند می توانند برای معالجه از این گیاه کمک بگیرند (۱۱) واریس را درمان می کند (۱۲) برای معالجه بواسیر نافع است (۱۳) برای برطرف کردن سوزش ادرار مفید است (۱۴) فشار خون را پائین می آورد (۱۵) برای شست و شوی چشم می توانید از جوشانده ریشه و ساقه و زرشک استفاده کنید - خواص برگ زرشک ۱- آب آوردگی بدن را برطرف می کند ۲- اسهال های مزمن را درمان می کند ۳- برگ زرشک دری مقدار زیادی ویتامین C می باشد بنابراین در درمان بیماری اسکوربوت اثر مفید دارد ۴- جویدن برگ زرشک باعث محک شدن لثه و دندان می شود ۵- در موقع آنژین و گلو درد، دم کرده برگ زرشک را غرغره کنید - طرز استفاده: جوشانده زرشک: مقدار ۲۰-۱۰ گرم پوست ریشه یا ساقه و یا میوه زرشک را در یک لیتر آب ریخته و آنرا بجوش بیاورید سپس آنرا از روی اجاق برداشته بگذارید برای مدت ۱۰ دقیقه بماند. این جوشانده را صاف کرده و با شکر یا عسل شیرین کنید. مقدار مصرف روزانه آن سه فنجان در فاصله بین غذاهاست. تنطور زرشک: این تنطور را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید. مقدار مصرف آن ۲۰-۱۰ قطره سه بار در روز می باشد. دم کرده زرشک: مقدار ۴۰ گرم زرشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه بماند سپس آنرا با شکر یا عسل مخلوط کنید. مقدار مصرف آن سه فنجان در روز و در فاصله بین غذاهاست. - مضرات: مصرف زیاد زرشک و یا ساقه و برگ آن برای زنان حامله مناسب نیست زیرا رحم را تحریک می کند و ممکن است باعث سقط جنین شود.

جو

نام علمی: *Hordeum vulgare* کلیات گیاه شناسی جو گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن بسته بانواع مختلف آن تا یک متر می رسد. برگهای آن متناوب و باریک و دراز و به رنگسبز تیره می باشد. جو از نظر کاشت به دو دسته تقسیم می شود: جو بهاره و جو پائیزه. جو بهاره در بهار کشت می شود و احتیاج به سرمای زمستان ندارد و قبل از زمستان دانه می دهد در حالیکه جو پائیزه در پائیز کشت می شود و محتاج سرمای زمستان است. - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم جو مواد زیر موجود است: آب ۱۱ گرم پروتئین ۸ گرم مواد نشاسته ای ۷۸ گرم کلکسیم ۱۶ میلی گرم فسفر ۱۸۹ میلی گرم آهن ۲ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم پتاسیم ۱۶۰ میلی گرم ویتامین ب ۱/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۳ میلی گرم ضمنا جو دارای مقدر بسیار کمی آرسنیک می باشد. - خواص دارویی: جو معمولاً به سه صورت در بازار عرضه می شود. (۱) جو پوست نکنده که هنوز سبوس آن جدا نشده (۲) جو پوست کنده که پوست آن گرفته شده است (۳) جو سفید که پوست و سبوس آن رگفته شده است و بنام جو مرواریدی معروف است. جو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است مواد مقوی آن کمتر از گندم بوده ولی قابض و خشک کننده است (۱) غذایی بسیار مقوی برای افراد ضعیف است (۲) خاصیت نرم کننده درد (۳) در قدیم از جو برای سقط جنین استفاده می کردند (۴) برای نقرس مفید است (۵) جوشانده جو داروی خوبی برای مبتلایان به تب و کم خونی و سوء هاضمه است (۶) ماء الشعیر برای درمان سل زخم های ریوی و سردرد گرم مفید است (۷) ماء الشعیر خون ساز است و زود هضم می شود (۸) ماء الشعیر را با خشخاش کوبیده برای سردرد مفید است (۹) برای درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روی قسمت های دردناک بگذارید (۱۰) در جو را با شکر مخلوط کرده غذای خوبی برای اطفال است (۱۱) بیسکویت جو بهترین دارو برای درمان یبوست است و حتی نفخ و شکم درد را از بین میبرد (۱۲) سرد مزاجان باید جو را با شکر بخورند (۱۳) کشک الشعیر برای مزاج های گرم و اسهال های صفراوی مفید است (۱۴) برای برطرف کردن گلو درد و ورم گلو کشک الشعیر را قرقره کنید (۱۵) برای پائین آوردن

کلسترول از جو استفاده کنید . ۱۶) جو چون دارای پروتئاز می باشد بنابراین از سرطان جلوگیری می کند . - طرز استفاده: سمنو یا مالت جو : جو را می توان مانند دیگر غلات خیس کرده و در حرارت معتدل نگاهداری کنید تا جوانه بزند و هنگامیکه جوانه به حد معینی رسید از آن مالت نگهداری کنید . مالت جو دارای ویتامین های C است . ماء الشعیر : جو پوست کنده و جو پوست نکنده را خوب می شویند سپس آن را در آب جوش ریخته و چند دقیقه می جوشانند و آنقدر آنرا می پزند تا دانه های جو کاملا باز شود و بعد آنرا با پارچه بدون اینکه له شود صاف می کنند و می گذارند تا سرد شود و از آن استفاده می کنند . کشک الشعیر : جو پوست کنده را با آب مخلوط کرده و آنرا آنقدر می جوشانند تا کاملا باز شود سپس آنرا له می کنند و صاف می کنند که خود جو نیز داخل آب شود کشک الشعیر شبیه آش جو می باشد . عصاره مالت جو : از جوشاندن مالت جو در آب و غلیظ کردن مایع حاصل در خلاء عصاره مالت جو بدست می آید که دارای مقدار ۶۰ درصد مالتوز، ۱۰ درصد ساکاروز، ۲۰ درصد دکستروز و مقداری مواد معدنی و ویتامین های B۱ و B۲ است . - مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

ریحان

نام علمی : *Ocimum basilicum* - کلیات گیاه شناسی ریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره های دندانهدر می باشد . گلهای آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود . تخم آن سیاه و ریز است . برگ ریحان و سرشاخه های جوان آن بمصرف تغذیه می رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود . - ترکیبات شیمیایی: از ریحان اسانس می شود بنام اسانس بازلیک یا روغن ریحان که معروف است و مصارف درمانی مختلفی دارد . اسانس ریحان شامل موادی مانند استراگول و اوس من درد . دانه ریحان دارای ماده روغنی است که حالتی روان درد . - خواص دارویی: چون ریحان بسیار معطر است بنابراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است . ۱) دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است ۲) دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است . ۳) خوردن ریحان دستگاه هاضمه را تقویت می کند ۴) نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد . ۵) برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ دهید خارش و درد را برطرف می کند ۶) جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است . ۷) جوشانده ریحان تب بر است . ۸) دم کرده تخم ریحان مسکن است ۹) اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است . ۱۰) تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است . ۱۱) برگ ریحان اثر زیا کننده شیر در دو مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند ۱۲) دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود . ۱۳) دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است ۱۴) برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است ۱۵) اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها ودر خانه نخواهند شد . - طرز استفاده: اسانس ریحان را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا *Helath Food* خریداری کنید این اسانس بنام *Essential Oil Basil* معروف است لطفا دقت کنید که این اسانس بسیار قوی است و نباید بیش از ۲ تا ۳ قطره آنرا مصرف کنید و همیشه هم باید آنرا با آب رقیق کنید . - مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

چغندر

نام علمی : *Beta vulgaris* - کلیات گیاه شناسی چغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص

درمانی آن آشنا بوده و از آن استفاده می کرده اند. چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می شود. چغند دو نوع می باشد یک نوع آن چغندر معمولی است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن می باشد که بمقدربسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن شکت می شود. چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می شود. چغند پیر معمولاً گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می آید. - ترکیبات شیمیایی: چغند ر بسیار مغذی است و سرشار از مواد معدنی و ویتامین ها است. در جدول زیر مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است. انرژی ۳۳ کالری پروتئنی ۱/۲ گرم چربی ۰/۰۶ گرم هیداروکربن ۷/۲ گرم کلسیم ۱۱/۱ میلی گرم فسفر ۲۰ میلی گرم آهن ۰/۸ میلی گرم ویتامین آ ۵۰۰۰ واحد ویتامین ب ۰/۱۵۱ میلی گرم ویتامین ب ۰/۲۵۲ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۳۳ میلی گرم ویتامین ث ۱۷/۶۲ میلی گرم - خواص دارویی: برگ چغندر خواص درمانی بسیاری دارد. ۱- بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود. ۲- تقویت کننده کلیه است. ۳- درمان کننده التهاب مجاری ادرار است. ۴- بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود. چغندر مخلوط با آب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست. شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است. - طرز استفاده: برای درست کردن شربت چغندر با آب میوه گیری آب سه تا چهار چغندر خام را بگیرد و آنرا با یک لیوان آب معدنی گاز در مخلوط کنید این شربت بسیار خوشمزه و انرژی زا است. - مضرات: مضرات خاصی گفته نشده است.

سنبل الطیب (علف گربه)

نام علمی: *valeriana Officinalis* - کلیات گیاه شناسی سنبل الطیب گیاهی است علفی و چن ساله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود. این گیاه بصورت وحشی در جنگل های کم درخت، در حاشیه جویبارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید. سنبل اطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصل دور تشخیص داده بطرف آن می رود و در اطراف آن به جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود. گلهای سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد. قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولاً از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر ددر استفاده می شود. سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید. طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است. عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود. - ترکیبات شیمیایی: ریشه سنبل الطیب حاوی ۱٪ اسانس است. این اسانس در ریشه تازه بیشتر است و بتدریج که ریشه خشک می شود مقدار اسانس آن کاهش یافته ولی بوی آن قوی تر می شود. اسانس تازه برنگ سبز مایل به زرد است ولی در اثر ماندن غلیظ میشود. آثار دارویی ریشه تازه آن سه برابر خشک شده آن است. سنبل الطیب باید در حرارت کم خشک شود و در حرارت بالا تمام اثر دارویی آن از بین می رود. - خواص دارویی: ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر میباشد (۱) اثر ضد تشنج دارد. (۲) در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است. (۳) ضد اسپاسم و آرام بخش است. (۴) تب بر است. (۵) در معالجه صرع اثر مفید دارد. (۶) بیخوابی را درمان می کند. (۷) ضد کرم معده و روده است. (۸) گاز معده را از بین می برد. (۹) ضد هیجان است. (۱۰) میگرن را برطرف می کند. (۱۱) سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند. (۱۲) برای برطرف کردن دلهره ف تشویش و نگرانی مفید است. (۱۳) در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد. (۱۴) در برطرف کردن ددر سیاتیک موثر است. (۱۵) درد معده را برطرف می کند. (۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد. (۱۷) تقویت کننده نیروی جنسی است. (۱۸) ترشح ادرار را زیاد می کند. (۱۹) درد سینه را برطرف می کند. (۲۰) استفراغ را برطرف می کند. (۲۱) دهان را خوشبو می کند. (۲۲) در معالجه مرض قند موثر است. (۲۳) گرد سنبل الطیب را روی

زخم‌ها پاشید تا التیام یابند. - طرز استفاده: (۱) گرد سنبل الطیب: ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت ۴۰ درجه خشک کنید. سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریزد کنید. این گرد بعنوان ضد تشنج بکار می‌رود. مقدار مصرف آن ۵-۱۰ گرم در روز است. (۲) مخلوط سنبل الطیب: ۴ گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با ۴ گرم رازیانه و ۴ گرم قند سائیده و مخلوط کنید این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز بفواصل مساوی بخورید. (۳) تنطور والریان: ۱۰۰ گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی ۶۰ درجه بریزید و بگذارید بماند. هر روز چند بار آنرا بهم بزنید و پس از ۱۵ روز آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید. مقدار مصرف آن ۱۰-۳۰ قطره می‌باشد. - مضرات: چون سنبل الطیب برای کلیه مضر است باید آنرا با کتیرا خورد.

گاوزبان

نام علمی: *Borage officinalis* - کلیات گیاه شناسی گاو زبان گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد ساقه آن شیار دار و خاردار می‌باشد. برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است. گل‌های آن برنگ آبی، سفید، بنفش و آبی می‌باشد. گاو زبان احتمالا از شمال آفریقا بنواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه، نواحی شمال آفریقا و قسمت‌هایی از خاورمیانه می‌روید. گل، برگ و سرشاخه‌های گلدار آن بمصرف دارویی می‌رسد. - ترکیبات شیمیایی: گل گاو زبان و برگ‌های آن دارای لعاب فراوان است. این گیاه دارای نیترات پتاسیم، رزین‌ها ف مالالت کلسیم، منگنز، منیزیوم، اسید فسفریک و آلانتوئین می‌باشد. - خواص دارویی: گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است (۱) گل گاو زبان و برگ‌های تصفیه کننده خون است. (۲) آرام کننده اعصاب است. (۳) عرق آور است. (۴) ادرار آور است. (۵) کلیه‌ها را تقویت می‌کند. (۶) سرماخوردگی را برطرف می‌کند. (۷) برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید. (۸) در درمان برونشیت موثر است. (۹) بی‌اختیاری دفع ادرار را درمان می‌کند. (۱۰) التهاب و ورم کلیه را درمان می‌کند. (۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است. (۱۲) ضماد برگ‌های گاو زبان برای رفع ورم موثر است. (۱۳) برگهای گاو زبان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید. (۱۴) برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می‌باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می‌ریزند. - مضرات: گاوزبان بعلت داشتن آلكالوئید برای زنان حامله و کودکان مضر است.

بابا آدم

نام علمی: *Arctium lappa* - کلیات گیاه شناسی بابا آدم که فیل گوش و آراقیطون نیز نامیده می‌شود گیاهی است علفی و دوساله ذکه ارتفاع ساقه آن تا ۱/۵ متر می‌رسد. این گیاه بحالت وحشی در دشت‌ها و نواحی معتدل و مرطوب و سایه در اروپا و آسیا می‌روید. ساقه آن که شبیه پوست مار است پوشیده از کرکهای خشن و زبر می‌باشد. برگهای آن بسیار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روی ساقه قرار دارد. رنگ برگها در قسمت چسبیده به ساقه سبز کم رنگ و هر چه بطرف انتهای برگ نزدیک تر می‌شویم تیره تر می‌شود. ریشه گیاه دراز ف دوکی شکل و مانند هویج بضخامت انگشت دست بوده و دارای مقدر زیادی کربنات پتاسیم و نیترات پتاسیم است. پوست ریشه بابا آدم قهوه لی، مغز آن سفید و طعم آن کمی شیرین است ولی بوی تهوع آوری دارد. میوه آن پس از رسیدن بصورت فندقه ای با ۳ یا ۴ سطح و برنگ زرد حنایی ظاهر می‌شود. در انتهای میوه تارهای زرد رنگی وجود دارد که در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم‌های آنها می‌چسبد و موجب پخش تخم این گیاه به مناطق دیگر می‌شود. بابا آدم در بعضی از نقاط ایران بحالت وحشی می‌روید. از ریشه این گیاه استفاده طبی بعمل می‌آید پساز خارج کردن ریشه بابا آدم از خاک آنرا بخوبی شسته و به قطعات کوچک سه سانتیمتری تقسیم کرده و در اثر حرارت خورشید یا در کوره‌های

مخصوصی خشک می کنند . - ترکیبات شیمیایی: ریشه بابا آدم دارای ماده ای بنام اینولین **Inulin** ، روغن فرار ، تانن ، رزین ، قند ، آهن ، کلسیم و ویتامین C می باشد . دانه بابا آدم دارای روغنی است برنگ زرد و طعم تلخ اسید لینولئیک و اسید اولئیک است . - خواص دارویی: از نظر طب قدیم ایران ریشه بابا آدم سرد و خشک است . (۱) بهترین تصفیه کننده خون است و خون را تمیز کرده و سموم را از بدن خارج می کند (۲) جوشهای صورت و کورک را برطرف می کند (۳) ادرار آور و معرق است (۴) سیستم لنف بدن را تمیز می کند (۵) بیماریهای پوستی نظیر اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف می کند (۶) تورم را از بین میبرد (۷) تقویت کننده بدن است (۸) جوشانده برگهای بابا آدم را در معالجه سرگیجه و رماتیسم بکار می برند (۹) برای تنظیم قند خون و معالجه بیماری قند از جوشانده برگهای بابا آدم بمقدار سه فنجان در روز استفاده کنید (۱۰) برای معالجه سرخک ، برگهای بابا آدم را با کمی شکر بجوشانید و به مریض بدهید (۱۱) جوشانده تخم بابا آدم ضد عفونی کننده است (۱۲) تخم بابا آدم ضد کرم معده و روده است (۱۳) در ناراحتی های ریوی و گلو درد از جوشانده تخم بابا آدم استفاده کنید (۱۴) در معالجه ذات الریه بکار می رود (۱۵) ریشه بابا آدم در برطرف کردن سرمخوردگی موثر است (۱۶) تب حاصل از بیماری مخملک را برطرف می کند (۱۷) در معالجه یبوست موثر است (۱۸) بعنوان ضد سم در هنگام نیش زدن جانوران سمی استفاده می شود (۱۹) برای معالجه کچلی برگ بابا آدم را دم کرده و روی پوست سر بمالید (۲۰) برای معالجه زخم ها و التیام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقدر مساوی روغن زیتون مخلوط کرده و روی زخم ها و جراحات بمالید (۲۱) ریشه بابا آدم علاج کم خونی و رنگ پریدگی است زیرا دارای مقدر زیادی آهن است (۲۲) برای معالجه رماتیسم و آرتروز مفید است (۲۳) نقرس را برطرف می کند (۲۴) در معالجه بیماریهای عفونی موثر است (۲۵) درد سیاتیک را آرام می کند (۲۶) در برطرف کردن کمر درد موثر است (۲۷) آب آوردن بدن را درمان می کند (۲۸) هضم غذا را تسریع می کند (۲۹) ورم کلیه را دفع می کند (۳۰) آنهائیکه میل زیادی بخوردن شیرینی و شکر دارند اگر صبح ناشتا از دم کرده این گیاه بنوشید بزودی این عادت رفع خواهد شد (۳۱) کسانیکه میخواهند قهوه را ترک کنند می توانند ریشه بابا آدم را با مقدر این مخلوط را حتی می توان از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها اکتیاف کرد (۳۲) کهیر را برطرف می کند (۳۳) ریشه بابا آدم را له کرده و یا بجوشانید و آنرا روی کورک و یا اگزما بمالید تا آنرا برطرف کند (۳۴) برای جلوگیری از ریزش مو و تقویت آن جوشانده غلیظ ریشه بابا آدم را به سر مالید (۳۵) برای برطرف کردن سوزش و درد گزیدگی زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له کرده و به محل گزیدگی بمالید . در صورت پیدا نکردن ، گیاه بابا آدم می توانید تنطور آنرا از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید . مقدار مصرف تنطور آن ۱۰-۲۰ قطره و سه بار در روز است . - طرز استفاده: دم کرده ریشه بابا آدم : مقدر ۵۰ گرم ریشه بابا آدم را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید . جوشانده ریشه بابا آدم : مقدر ۸۰ گرم ریشه بابا آدم را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید بمدت ۱۰ دقیقه به آرامی بجوشد . تنطور بابا آدم : این تنطور را می توان از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها **Store** خریداری کنید . دم کرده ریشه بابا آدم و شیرین بیان : ۳۰ گرم ریشه بابا آدم را با مقدر مساوی آن شیرین بیان در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیم ساعت دم کنید . این دم کرده تصفیه کننده خون است . برای این منظور از این دم کرده بمقدار سه فنجان در روز بنوشید .- مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

هل

نام علمی : **Elettaria cardamomum** - کلیات گیاه شناسی هل گیاهی است که در مناطق حاره و گرم می روید . وطن آن هندوستان می باشد و حدود ۸۰٪ مصرف هل دنیا از هندوستان صدر می شود . این گیاه پایا و علفی است که ریزوم آن ساقه های هوایی مانند برگ بهم پیچیده گاهی تا ارتفاع ۴ متر خارج می شود . یک یا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه های هوایی خارج می

شود که دارای گل های کوچک برنگ سفید یا سبز روشن می باشد. میوه هل بیضی شکل ، مانند قلب و برنگ زرد یا سبز روشن بطول ۱-۲ سانتیمتر است . دانه های معطر و مطبوعی برنگ قهوه های مای به قرمز در آن وجود دارد که به مصرف ادویه و خوشبو کردن مشروبات و غذاها می رسد . - ترکیبات شیمیایی: هل دارای اسانس فرار و معطری در حدود ۴٪ می باشد ضمناً این گیاه دارای مواد رزینی و چربی نیز است . - خواص دارویی: هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ۱) چون هل بشکل قلب می باشد بنابراین تقویت کننده قلب است . ۲) بادشکن بوده و گاز معده و روده را خارج می سازد . ۳) تقویت کننده بدن است . ۴) ادرار آور است . ۵) قاعده آور است . ۶) مقوی سیستم هضم است . ۷) باعث هضم غذا می شود . ۸) زخم های دهان را برطرف می کند بدین منظور دم کرده هل را در دهان مزه مزه کنید . ۹) خوشبو کننده دهان است . ۱۰) برای تسکین گوش درد ، گرد هل را در گوش بریزید . ۱۱) برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و تهوع از دم کرده هل استفاده کنید . ۱۲) اشتها آور است . ۱۳) تب را پائین می آورد . ۱۴) معالج سرماخوردگی است . ۱۵) برای تسکین درد رماتیسم مفید است . ۱۶) ترشی معده را برطرف می کند . ۱۷) ضد مسمومیت است . ۱۸) برای رفع بیماریهای چشم مفید است . - طرز استفاده: دم کرده : مقدر ۳۰ گرم هل کوبیده را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید بمدت ۱۰ دقیقه دم بکشد سپس صاف کرده و بنوشید . هل را همچنین می توان به چایی یا دیگر مشروبات الکلی اضافه کرد . - مضرات : مقدر مصرف زیاد هل برای روده ها مضر است . برای رفع این اشکال آنرا باید با کتیرا خورد .

هویج

نام علمی : *Daucus carota* - کلیات گیاه شناسی هویج گیاهی است دو ساله دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود . قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است . - ترکیبات شیمیایی: هویج دارای ۸۷٪ آب ، ۱/۵ مواد ازته ، ۰/۰۲٪ چربی ، ۸٪ مواد گلوئیدی ، حدود ۱/۵٪ سلولز و مقدری ماده رنگی کاروتن (ویتامین A) و دیاستازهای مختلف و ویتامین های A,B,C,D,E می باشد . - خواص دارویی: در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را در می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملاً غلط است و بیماران قند می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند . هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد . خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد . مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های مقاوم ، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی دارد . * از هویج می توان در موارد زیر استفاده کرد : ۱) برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید ۲) سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند : ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملاً هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی با شیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید ۳) تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر ، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور دارد . ۴) برگ هویج را با آب بجوشانید این جوشانده را غرغره کنید برای آبنه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد . ۵) هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید . ۶) آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود . ۷) اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید . ۸) اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید . ۹) هویج و بیاز را با هم بجوشانید و

به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد .

۱۰) خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است . ۱۱) برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا دارد .

۱۲) خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند . ۱۳) برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است . ۱۴) در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است . حدود ۷۵۰ گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخار شود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید . ۱۵) هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند . ۱۶) برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بآن آ اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود . برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود . ۱۷) آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند . ۱۸) اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید . ۱۹) خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آب هویج پاک کنند . ۲۰) دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد میکند - طرز استفاده: هویج را نباید هیچگاه پوست کند زیرا مواد مغذی و ویتامین های خود را از دست می دهد بلکه باید آنرا با برس شست و مصرف کرد . - مضرات : البته با تمام خواص زیادی که هویج دارد مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهاییکه هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم آنها زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود برمی گردند ..

فلوس

فلوس: Cassia - کلیات گیاه شناسی فلوس درختی است به ارتفاع ۱۰-۱۵ متر که به حالت خودرو در بستر نقاط گرمسیر دنیا مانند آفریقا ، هند و جنوب می روید . فلوس در بعضی از نواحی ایران به نام خرنوب هندی و خیار شنبر نیز معروف است . میوه فلوس به طول ۳۰ تا ۵۰ سانتیمتر و به قطر ۳-۲ سانتیمتر است . اگر فلوس در قسمت طول آن شکافته شود تیغه های متعدد در آن دیده می شود که فلوس را به خانه های متعدد گاهی تا ۱۰۰ خانه تقسیم می کند . در داخل این خانه ها مایع چسبنده تیره رنگی وجود دارد که عسل خیار شنبر نامیده می شود . طعم این مایع کمی شیرین ولی نامطبوع است . برای استفاده از فلو غلاف آنرا کمی روی آتش گرم می کنند تا عسل خارج شود . معمولا این عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده می شود البته می توان مغز فلوس را با قند یا شکر مخلوط کرده و در درجه حرارت معتدلی پخت که به آن فلوس پخته می گویند . - ترکیبات شیمیایی: مغز فلوس دارای اکسی آنتراکینون ، مواد قندی صمغ ، اسانس و مواد روغنی است . خاصیت مسهلی فلوس مربوط به چند ماده شیمیایی است که از مشتقات آنتراکینون می باشد . صور دارویی فلوس جوشانده فلوس : ۱۰ گرم عسل فلوس را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و آنرا صاف می کنند و به مریض می دهند . این جوشانده مسهل خوبی است . مقدر عسل فلوس را می تواندر مورد یبوستهای سخت تا ۶۰ گرم نی افزایش داد . البته برای بهتر کردن طعم آن می توان مقدری شربت گیلاس یا انجیر به آن اضافه کرد

. برای فلوس ۵ گرم عسل فلوس را با همان مقدر آب مقطر مخلوط کرده و سپس مقدر ۱۲۵ گرم قند کوبیده را به آن اضافه کنید . بعد آنرا حرارت دهید تا به آرامی آب آن بخار شود و وزن آن به ۱۰۰ گرم برسد و غلیظ شود . این مربا نیز مسهل بسیار خوبی است مقدر مصرف آن ۵۰-۱۰۰ گرم در روز است . - خواص دارویی: فلوس از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است . (۱) یکی از بهترین داروها برای رفع یبوست می باشد زیرا مصرف آن عوارضی ندارد بنابراین حتی برای زنان حامله و اطفال مناسب نیست . (۲) برای درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع درد بمالید . (۳) برای کلیه ها مفید است مخصوصا آنهایی که کلیه شان سنگ ساز است در صورت استفاده از آن مبتلا به سنگ کلیه نمی شوند . (۴) جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خونی را رفع می کند . (۵) نرم کننده سینه است . (۶) برای باز کردن گرفتگی روده و دل پیچه ، فلوس را مخلوط با ریشه ختمی بکار برید . (۷) برای معالجه دیفتیر ، فلوس را با آب گشنیز مخلوط کرده و به بیمار بدهید تا غرغره کند . - مضرات: فلوس برای معده مضر است چون به روده ها می چسبد و ایجاد دل درد و ناراحتی های روده می کند بنابراین بهتر است با مصطکی و انیسون روغن بادام خورده شود .

بابونه

نام علمی : *Chamaemelum nobile* - کلیات گیاه شناسی بابونه گیاهی است دائمی و کوچک با ارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنی می روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهای آن کوچک متناوب و دارای برید گیهای باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است . گلهای آن مجتمع در یک طبق که بطور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود . در هر طبق گلهای سفید در اطراف و گلهای زرد در قسمت وسط قرار دارند . - ترکیبات شیمیایی: گلهای بابونه دارای اسانس روغنی آنته مین (Anthemine) تانن ، فیتوسترول و همچنین ماده ای تلخ بنام اسید آنته میک Anthemique Acid می باشد . - خواص دارویی: بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ بحساب می آید . جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد . (۱) یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه به آسانی این مرض را درمان می کند و آنهاییکه سالهاست با این مرض دست بگریان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر *Lozac* و *Zantac* و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه خرج داروی خود را پس انداز کنند و همچنین سلامتی خود را بازیابند . برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یکربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را بمدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده بکلی شفا یابد . (۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت میکند . (۳) بابونه مقوی مغز است . (۴) بابونه ادرار آور و قاعده آور است . (۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد . (۶) درمان کننده سردرد و میگرن است . (۷) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند . (۸) اگر کسی قطره قطره ادرار می کند به او چای بابونه دهید تا درمان شود . (۹) بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است . (۱۰) برای درمان چشم درد ، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید . (۱۱) برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید . (۱۲) جوییدن بابونه برای التیام زخم های درمان مفید است . (۱۳) خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است) (۱۴) بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است . (۱۵) بابونه تقویت کننده معده است . (۱۶) برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چای بابونه بدهید . (۱۷) برای رفع بیخوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت ، کافی است ده دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید . (۱۸) بابونه درمان کننده بی اشتهاست . (۱۹) بابونه برای رفع ورم روده موثر است . (۲۰) چای بابونه درمان کننده کم خونی است . (۲۱) از بابونه برای رفع

کرم معده و روده استفاده کنید . ۲۲) بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است . ۲۳) بابونه برای رفع زردی مفید است . ۲۴) حمام بابونه اثر نیرو دهنده درد . برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته مدت یک ربع ساعت در آن دراز بکشید . ۲۵) برای تسکین درد ، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل های دردناک بمالید درد را تخفیف می دهد . ۲۶) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهیر و خارش مفید است . ۲۷) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش ، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید . ۲۸) اسانس بابونه چون اثر قوی آور درد در مورد مسمومیت های غذایی مصرف می شود . ۲۹) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید . ۳۰) با چای بابونه اگر موهای بلوند را بشوئید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند . ۳۱) آنهائیکه یائسه شده اند بهتر است همه روزه چای بابونه بنوشند زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند . ۳۲) بابونه ضد آلرژی است . - طرز استفاده: اسانس بابونه : حدود ۰/۸ تا ۱ درصد اسانس در این گیاه وجود دارد که بوسیله تقطیر با بخار آب بدست می آید . رنگ این اسانس آبی روشن است ولی در اثر کهنه شدن برنگ زرد مایل به قهوه ای در می آید . بوی این اسانس بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزاننده است . اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها بکار می رود . چای بابونه با دم کرده بابونه : برای درست کردن چای بابونه یک قاشق چایخوری گیاه بابونه خشک را در یک فنجان آب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه بگذارید دم بکشد . روغن بابونه با روغن زیتون : گل خشک بابونه را با برابر وزنش روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذارید تا دم بکشد (نباید بجوشد) و گاه گاه آنرا هم بزنید . سپس آنرا از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بحال خود بماند . سپس آنرا از صافی با فشار در کرده و در شیشه ای دربست نگهدری کنید (برای نفخ شکم و قولنج آنرا روی شکم بمالید) روغن بابونه : برای تهیه روغن بابونه مقدری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن کنجد مخلوط کرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه کنید . آنرا روی چراغ گذاشته و بگذارید بجوشد تا اینکه آب آن بکلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند البته باید دقت کرد که روغن نسوزد . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

نخود

نام علمی : *Cicer arietinum* - کلیات گیاه شناسی نخود گیاهی است یکساله و از خانواده حبوبات که بلندی بوته آن به حدود ۳۰ سانتیمتر می رسد . ساقه این گیاه پشیده از تارهای غده ای است . برگهای آن مرکب از ۱۳ تا ۱۷ برگچه کوچک و دندانه دار می باشد . گلهای آن سفید رنگ مایل به قرمز یا آبی بطور تک تک بر روی ساقه قرار دارد . میوه آن بصورت نیام و غلاف آن کوچک متورم و نوک تیز بطول ۲ تا ۳ سانتیمتر است که در آن یک دانه نخود به رنگ نخودی یا سیاه قرار دارد . نخود یکی از حبوبات مغذی و انرژی زا و پر مصرف است . - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم نخود مواد زیر موجود است : آب ۱۰ گرم پروتئین ۲۰ گرم نشاسته ۱۵۵ گرم کلسیم ۱۵۰ میلی گرم فسفر ۳۵ میلی گرم آهن ۷ میلی گرم مس ۲۵ میلی گرم پتاسیم ۷۸۰ میلی گرم ویتامین آ ۵۰ واحد ویتامین ب ۱/۳۰ واحد ویتامین ب ۲/۱۵ واحد ویتامین ب ۳/۲ میلی گرم مواد روغنی ۵ گرم نخود همچنین دارای مقدر بسیار کمی آرسنیک ، اسید اگزالیک ، اسید استیک و اسید مالیک و املاح کمیابی نظیر بر ، لیتیوم و مس است . ضمناً دارای موادی مانند لسیتین ، گالاکتان ، ساکاروز دکستروز و سلولز در نخود وجود دارد - خواص دارویی: نخود بعلت درآ بودن اسد های آمینه مختلف ویتامینها و مواد معدنی غذای بسیار خوبی است . نخود از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و با همه خواص بیشماری که درد نفاخ و دیر هضم می باشد و نباید در خوردن آن افراط کرد (۱) نخود کمی ملین است . (۲) نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد . (۳) نخود کرم کش است . (۴) برای برطرف کردن درد سینه و ریه بای نخود را با کمی نمک پخت و آب ژله مانند آنرا خورد . (۵) روغن نخود برای تقویت مو موثر است شب ها آن را به سر بمالید و صبح مو را بشوئید . (۶) روغن نخود را اگر به

سر بمالید سردرد را شفا می دهد . ۷) روغن نخود را بر روی دندانی که درد می کند بمالید درد را برطرف خواهد کرد . ۸) روغن نخود را اگر به زیرشکم بمالید برای تقویت نیروی جنسی موثر است . ۹) افراد گرم مزاج باید نخود را با سکنجبین بخورند تا از نفخ شکم جلوگیری کند . ۱۰) نخود را می توان برای دفع رسوبات دری و درمان زردی بکار برد . ۱۱) نخود درمان کننده قولنج های کلیوی است . ۱۲) نخود را بصورت در دارورید و روی رخم های چرکین بگذارید آنها را باز کرده و الیتام می دهد . ۱۳) یکی از غذاهای مغذی که سرشار از پروتئین های گیاهی ، ویتامین ها و مواد معدنی است هموس می باشد که در کشورهای عربی جزو غذاهای اصلی آنهاست . گیاه خواران هموس را جانشین گوشت می کنند این غذا از نخود پخته و کره کنجد که تاهینی نامیده می شود درست می شود . - طرز استفاده: طرز تهیه هموس بقرار زیر است حدود ۳۰۰ گرم نخود را کاملاً بپزید که نرم شود و تقریباً آب آن تمام شود . آب دو لیمو ترش را بگیریید و با نخود پخته داخل مخلوط کن برقی بریزد که کاملاً له شود . سپس مقدر ۱۰۰ گرم کره کنجد و یک چهارم سیر له شده و جعفری و نمک و مقدری هم روغن زیتون بآن اضافه کرده و همه را بهم بزیند تا کاملاً مخلوط شود . هموس را می توانید بصورت سرد برای ساندویج استفاده کنید . هموس حتی چاشت خوبی برای بچه هاست که به مدرسه می روند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

دارچین

نام علمی : *Cinnamomum zelanicum* - کلیات گیاه شناسی دارچین از قدیم الایام در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است . اسم دارچین *Cinnamon* از کلمه عربی *Kinnamon* مشتق شده و در کتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است . دارچین پوست درختی است که تا ۱۰ متر ریشه می کند برگ این درخت سبز سیر و دارای گلهای برنگ سفید می باشد . پوست این درخت را کنده و معمولاً- پوارد می کنند و در غذا یا بعنوان چای از آن استفاده می کنند . - خواص داروئی: دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می دارد . دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می رود کلیه را گرم می کند و ضعف کمر و پاها را از بین می برد و کم خونی را درمان می کند . دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیداً در آمریکای شمالی و کانادا گرم های بی بازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می رود . حتماً تا بحال متوجه شده اید که بعد از خوردن یک دونات دارچین در همه چیز را زیبا می بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام کننده و شاد کننده دارد و از بسیاری از داروهای آرام بخش بهتر است . و در حقیقت می توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده ای است بنام *Cinnamodehyde* که روی حیوانات و انسان اثر آرام بخش دارد . اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول در آورده اند که بعنوان تب بر بکار می رود . شما می توانید باسانی با نشویدن یک فنجان چای دارچین تب را بسرعت پائین بیاورید . دارچین رگها را باز می کند و اثر خوبی در گردش خون دارد . دارچین خاصیت عجیب دیگری درد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می توان گفت که اثر پنی سیلین و آنتی بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید چای درجین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید درید چای دارچین بهترین دارو است . یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده درید حتماً از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی دارد . حتی اگر چای معمولی می نوشید آنرا با یک قطعه پوست دارچین بهم بزیند که طعم آنرا بهتر کند . بی دلیل نیست که در گذشته سلمانی ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می دادند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان

نشده است .

میخک

نام علمی : *caryophyllium aromaticus* - کلیات گیاه شناسی درخت میخک بومی جزائر اندونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصی که درد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می شود . البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم خانه نگهداری می شود . در قدیم الایام میخک ادویه ای گران قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی توانستند از آن استفاده کنند . میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی شود و در تمام طول سال سبز است . ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می رسد . برگهای آن نوک تیز و بیضوی و دم برگهای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصی می دهد . گلهای میخک کوچک و مجتمع بصورت خوش هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می باشد . وجه تسمیه این درخت بدین دلیل است که غنچه های خشک شده آن که کوچک و بطول یک سانتی متر است بشکل میخ کوچک می باشد . - ترکیبات شیمیایی: غنچه های درخت میخک پس از باز شدن یعنی قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن تبدیل به قرمز شود باید چیده و خشک نمود . میخک که بعنوان ادویه و دارو بکار می رود پودر این غنچه ها می باشد . میخک دارای ۱۶ درصد و ساقه های درخت در حدود ۵ درصد و برگهای آن دارای ۲ درصد اسانس روغنی می باشد که از تقطیر این قسمت ها بدست می آید . اسانس میخک دارای بوئی قوی و طعمی سوزاننده می باشد . این اسانس سفید رنگ بوده که اگر در مجاورت هوا قرار گیرد رنگ آت تیره و غلیظ می شود . اسانس میخک دارای اوژنول کاربو فیلین ، الکل بنزیلیک ، بنزوات دو متیل ، فورفول و اتیلن می باشد . اوژنول که ماده اصلی میخک می باشد آرام کننده و ضد عفونی کننده است و از آن در دندانپزشکی برای آرام کردن درد دندان استفاده می شود . - خواص داروئی: میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعنوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است . ۱) برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید . ۲) میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانیکه حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند . ۳) میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد . ۴) برای رفع سردرد مفید است . ۵) در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است . ۶) ضعف اعصاب را درمان می کند . ۷) برای رفع تنگی نفس مفید است . ۸) کسانیکه مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند . ۹) مقوی معده و جهاز هاضمه است . ۱۰) کبد و کلیه را تقویت می کند . ۱۱) سکسکه را برطرف می کند . ۱۲) برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد . ۱۳) کسانیکه قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند . ۱۴) میخک اشتها آور است . ۱۵) بدن را تقویت می کند . ۱۶) برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید . ۱۷) میخک تب بر است . ۱۸) میخک کرم کش است و داروهای کرم کش دارای میخک می باشند . ۱۹) برای گردش خون و قلب مفید است . ۲۰) اسهال و دل درد را تقویت می کند . ۲۱) برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چائی مخلوط کرده و بنوشید . ۲۲) نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد . ۲۳) استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد . - طرز استفاده: برای تهیه چایی یا دم کرده میخک مقدر ۱۰ گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و بمدت ۵ دقیقه دم کنید . - مضرات: همانطور که گفته شد میخک بسیار گرم است و بنابراین برای گرم مزاجان مناسب نیست و ممکن است باعث ناراحتی کلیه و روده ها شود اینگونه افراد باید میخک را با صمغ عربی مخلوط کرده و بخورند .

نارگیل

نام علمی: *Cocos nucifera* - کلیات گیاه شناسی نارگیل در حدود سه هزار سال پیش در جنوب آسیا کشت می شده است. در حال حاضر درخت نارگیل در تمام مناطق استوایی وجود دارد. مردم اقیانوس آرام نارگیل را بعنوان یک غذای اصلی مصرف می کنند و از تمام قسمت های این درخت استفاده می برند. ضرب المثلی در این مناطق وجود دارد که می گوید هر کس که درخت نارگیل می کارد برای خودش و برای بچه هایش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست می کند. نارگیل معمولا از هندوراس، پاناما و جمهوری دومینیکن به کانادا وارد می شود. مقدر بسیار کمی نارگیل در فلوریدا تولید می شود که به مصرف داخلی می رسد. نارگیل درختی است که بطور قائم بالا می رود. ارتفاع آن به ۳۰ متر و قطر تنه آن تا یک متر می رسد. برگهای آن دراز و بطول ۴ تا ۵ متر و مرکب از چند برگچه باریک و دراز است. طول برگچه ها حدود یک متر می باشد رنگ ها سبز روشن است. میوه نارگیل مانند خوشه، شامل چندین نارگیل با اندازه های مختلف است. میوه نارگیل کروی شکل است که قسمت خارجی آن ضخیم و سفت و متشکل از الیاف نباتی و داخل آن نیز صاف و سخت می باشد. در قاعده نارگیل سه سوراخ دیده می شود که چشم های نارگیل نامیده می شود. برای استفاده از مایع داخل نارگیل که شیر نارگیل نامیده می شود این سوراخها را باید با جسم نوک تیزی باز کرد و مایع دارون آنرا بیرون آورد. سپس با چکش آنرا بشکنید و گوشت داخل آن استفاده کنید. البته می توانید بعد از بیرون کشیدن شیر، نارگیل را در داخل فر در درجه حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت بمدت نیمساعت قرار دهید تا نارگیل خود را بشکند. درخت نارگیل در هر سال حدود پنجاه عد نارگیل می دهد. نارگیل هنگامیکه نارس است مقدر بیشتری شیر دردولی بتدریج میوه می رسد مقدرشیر آن کمتر می شود. برای خرید نارگیل همیشه میوه ای را انتخاب کنید که سنگین باشد ضمنا آنرا تکان دهید که صدای شیر داخل آنرا بشنوئید زیرا نارگیل اگر بدون شیر باشد حتما کهنه است و یا اینکه شیرش بیرون آمده و هوا کشیده و خراب شده است. - ترکیبات شیمیایی: گوشت نارگیل دارای آنزیم های مختلف مانند انورتین، اکسیداز و کاتالاز می باشد. در شیر نارگیل اسید های آمینه مختلفی مانند هیستدین، آرژینین لیزین ف تایروزین تریپتوفان، پرولین لوسین و آلانین موجود است. در صد گرم گوشت تازه نارگیل مواد زیر موجود است: انرژی ۳۵۰ کالری آب ۵۰ کالری پروتئین ۳/۵ گرم چربی ۳۵ گرم مواد نشاسته ای ۹ گرم کلسیم ۱۲ میلی گرم پتاسیم ۲۵۰ میلی گرم سدیم ۲۵ میلی گرم فسفر ۹۵ میلی گرم آهن ۱/۸ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۲۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۵ میلی گرم ویتامین ث ۳/۲ میلی گرم همانطور که گفته شد به مایعی که در داخل نارگیل وجود دارد شیر نارگیل گفته می شود. ولی باید اضافه کرد که با له کردن و چرخ کردن گوشت سفید نارگیل نیز شیری بدست می آید که بان شیر نارگیل گفته می شود. و در اکثر مورد منظور از شیر نارگیل شیر است که از گوش نارگیل گرفته می شود. شیر نارگیل یک غذای کامل است که می توان آن را با شیر مدر مقایسه کرد آب ۶۵ گرم پروتئین ۳/۲ گرم چربی ۲۵ گرم مواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم ۱۶ میلی گرم فسفر ۱۰۰ میلی گرم آهن ۱/۵ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۳۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۸۳ میلی گرم ویتامین ث ۲ میلی گرم - خواص دارویی: گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر نارگیل کمی گرم و مرطوب است (۱) نارگیل بدلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است. (۲) حرارت داخلی بدن را افزایش می دهد. (۳) برای خوشبو کردن دهان مفید است. (۴) ضعف کبد را درمان می کند. (۵) برای برطرف کردن بواسیر مفید است. (۶) ادرار را زیاد می کند. (۷) درد مثانه را رفع می کند. (۸) زخم های بدن را مداوا می کند. (۹) کرم معده و روده، مخصوصا رگم کدو را از بین می برد. (۱۰) برای تقویت دستگاه هاضمه مفید است. (۱۱) ریشه درخت نارگیل ضد تب و ادرار آور است. (۱۲) ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی های کبدی مانند یرقان مفید است. (۱۳) دم کرده ریشه درخت نارگیل برای معالجه اسهال خونی مفید است. (۱۴) برای دفع سنگ کلیه شیر نارگیل را با برگ سنا مخلوط کرده

و بنوشید . - خواص شیر نارگیل ۱- شیر نارگیل هم ملین و هم ضد اسهال است ۲- برای رفع اسهال خونی مفید است ۳- برای برطرف کردن آب آوردگی بدن از شیر نارگیل استفاده کنید ۴- شیر نارگیل ضد سم است ۵- برای پائین آوردن تب مفید است ۶- برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است - خواص روغن گوشت نارگیل روغن نارگیل از تقطیر گوشت سفید نارگیل بدست می آید . ۱- برای معالجه بیماریهای پوستی بکار می رود ۲- حافظه و هوش را تقویت می کند ۳- درد مثانه را رفع می کند ۴- کرم کدو و رگمهای دیگر روده را دفع می کند ۵- در درمان کمر درد موثر است ۶- معالجه بواسیر است ۷- محرک نیروی جنسی است - مضرات: نارگیل دیر هضم است و در بدن خلط تولید می کند بنابراین بهتر است با شکر خورده شود . چون نارگیل گرم است ممکن است در گرم مزاجان اشکالاتی تولید کند از این نظر اینگونه افراد باید آنرا با میوه های ترش ، لیمو و یا هندوانه بخورند . خوردن آن برای سردمزاجان و سالمندان بسیار مفید است و اشکالی تولید نمی کند .

قهوه

نام علمی : *Coffea arabica* - کلیات گیاه شناسی قهوه درختی است که ارتفاع آن تا هشت متر میرسد دارای ساقه ای استوانه ای شکل و برگهای نوک تیز ، متقابل ، بیضوی و همیشه سبز می باشد . گل‌های قهوه برنگ سفید و بطور رگوهی در کنار برگها ظاهر می شود . میوه آن که به نام قهوه معروف است بشکل تخم مرغی و برنگ سبز بوده که تدریجا زرد و سپس قرمز می شود . بهترین نوع قهوه ، قهوه عربی است که بحالت خودرو در حبشه سودان و مناطق استوایی آفریقا وجود دارد ولی اکنون کشت آندر برزیل ، ونزوئلا-، جزائر آنتیل و دیگر مناطق آمریکای جنوبی مرسوم است . - ترکیبات شیمیایی: در بازار دو نوع قهوه وجود دارد که بنام قهوه سبز (خام) و قهوه بو داده معروف است و از نظر ترکیب شیمیایی با هم متفاوتند . در صد گرم قهوه مواد زیرموجود است آب ۱۰ گرم چربی ۸ گرم مواد قندی ۷ گرم سلولز ۱۵ گرم کافئین ۱/۵ گرم البته مقدر کافئین نسبت به نوع آن مختلف است و بین ۰/۷ درصد تا ۱/۵ درصد تغییر می کند . هر فنجان قهوه معمولا دارای ۸۰ میلی گرم کافئین می باشد . البته در قهوه بغیر از کافئین ، آلكالوئیدهای دیگری مانند آدنین ، گزانتین هایپوگزانتین و گوانین وجود دارد . قهوه ای که به مصرف نوشیدن میرسد قهوه بو داده است زیرا قهوه سبز را نمیتوان مصرف کرد . قهوه پس از بودادن عطری مطبوع پیدا می کند و برنگ قهوه ای در می آید و تغییرات شیمیایی بسیاری در آن بوجود می آید . قهوه بو داده را باید در ظروف در بسته نگاهداری کرد زیرا تدریجا رطوبت خود را از دست داده و اکسیدمی شود و بوی مطبوع آن از بین می رود . چون قهوه برای مبتلایان به بیماری قلبی و عصبی ضرر درد بنابراین برای اینگونه افراد قهوه بدون کافئین که بنام **Decafinated Coffee** معروف است و در بازار کرده اند که ضرر آن بیش از قهوه معمولی است زیرا برای رگفتن کافئین از حلال های شیمیایی نظیر دی کلرواتیلن ، تری کلور اتیلن و کلرور اتیلن استفاده می کنند که مقدری از آن در قهوه می ماند و این مواد سمی و سرطان زا هستند . - خواص دارویی: قهوه از نظرطب قدیم ایران سرد و خشک است و چون جزء دسته آلكالوئیدها می باشد بنابراین باید در مصرف آن احتیاط کرده و فقط آنرا بعنوان دارو مصرف کدن کسانیکه به آن معتاد هستند باید سعی در ترک آن داشته باشند . ۱) قهوه محرک است و هضم را آسان می کند ۲) تب بر است مخصوصا تب های نوبه ای را برطرف می کند ۳) به بدن نیروی کاذب می دهد ۴) سردرد را برطرف می کند ۵) مسمومیت های نشای از مصرف الکل زیاد را درمان می کند ۶) برای برطرف کردن یرقان مفید است ۷) ادرار آور است ۸) در درمان سرفه ای که با بلغم همراه باشد موثر است ۹) دردهای عصبی را درمان می کند ۱۰) در درمان سیاه سرفه مفید است ۱۱) ضد عفونی کننده است ۱۲) گرد قهوه برای سوختگی ها مفید است ۱۳) قهوه ضد افسردگی است ۱۴) مقاومت ورزشکاران را زیاد می کند ۱۵) برونشها را باز می کند برای مبتلایان به بیماری آسم مفید است ۱۶) برای برطرف کردن تب یونجه مفید است ۱۷) از کرم خوردگی دندان جلوگیری می کند- مضرات : ۱ - قهوه فشار خون را بالا- می برد و آنهایی که فشار خونشان بالاست باید از

نوشیدن قهوه خودداری کنند . ۲ - باعث تحریک و ضعیف شدن قلب می شود ۳ - باعث بیماری قلبی می شود . تجربه ثابت کرده است کسانی که قهوه می نوشند احتمال بیماری قلبی در آنها سه برابر کسانی است که قهوه نمی خورند . ۴ - کلسترول خون را افزایش می دهد . ۵ - زنان باردار به هیچ وجه نباید قهوه مصرف کنند زیرا باعث عوارض خطرناک برای کودک می شود ۶ - خوردن قهوه در خانم ها ممکن است باعث کیست در سینه شود ۷ - ایجاد سردرد می کند ۸ - قهوه بیخوابی می آورد ۹ - ممکن است باعث حرکات غیر درمی عضلانی شود ۱۰ - ایجاد ناراحتی های روده ای و معده ای می کند ۱۱ - لرزش و رعشه می آورد ۱۲ - سوء هاضمه می آورد ۱۳ - در برخی مصرف زیاد تولید اسهال می کند ۱۴ - باعث تضعیف قوای جنسی می شود .

گشنیز

نام علمی : *Coriandrum sativum* - کلیات گیاه شناسی گشنیز گیاه بومی جنوب اروپا و مناطق مدیترانه است . در بیشتر نقاط ایران نیز می روید . از زمانهای قدیم وجود داشته و حتی مورد مصرف مصری ها بوده است . بقراط این گیاه را می شناخته و برای درمان بیماریهای مختلف از آن استفاده می کرده است . در قرون وسطی ضعف جنسی را با گشنیز درمان می کردند . گشنیز گیاهی است علفی و یکساله ، برگ سبز که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر نیز می رسد . برگهای آن به دو شکل ظاهر می شود آنهائی که در قاعده ساقه وجود دارد بشکل دنداندار و دیگری در طول ساقه که باریک و نخعی شکل می باشند . قسمت مورد استفاده گیاه ساقه و برگ و میوه آن است . میوه گشنیز گرد و برنگ زرد می باشد . بوی تازه آن مطبوع نبوده و تقریباً بد بو است ولی بر اثر خشک شدن این بو از بین رفته و خوشبو می شود . حتی نام لاتین گشنیز از لغت یونانی *Korio* مشتق شده که به معنی بد بو است . - ترکیبات شیمیایی: در یکصد گرم گشنیز مواد زیر وجود دارد آب ۷/۵ گرم مواد چرب ۱۵ گرم سلولز ۳۸ گرم اسانس ۱ گرم اسید اگزالیک ۱۲ میلی گرم کلسیم ۱۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۰۰ واحد ویتامین ث ۵۰ میلی گرم مواد چرب گشنیز مرکب از اسید اولئیک ، اسید پالمیتیک ، اسید لینولئیک و اسید پتروسه لینیک است . در برگهای خشک گشنیز مقدر زیادی ویتامین A, C یافت می شود . - - - خواص دارویی: - خواص طبی گشنیز گشنیز و تخم گشنیز از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است . خواص تخم گشنیز بقرار زیر است (۱) تخم گشنیز را پودر کرده و با نسبت مساوی با شکر و یا عسل مخلوط کنید برای تقویت بدن بسیار مفید است (۲) معده را تقویت می کند (۳) خوردن تخم گشنیز با غذا به هضم غذا کمک می کند (۴) ادرار آور است (۵) قاعده آور است (۶) گرم های معده و روده را از بین می برد (۷) برای برطرف کردن تب تیفوئید مفید است (۸) خاصیت ضد باکتری درد و بیماریهای عفونی روده را برطرف می کند (۹) تب های نوبه ای را از بین می برد (۱۰) برای نرم کردن سینه از جوشانده تخم گشنیز استفاده کنید (۱۱) جوشانده تخم گشنیز خواب آور است (۱۲) زکام را برطرف می کند (۱۳) تخم گشنیز شیر را در مادران شیرده زیاد می کند (۱۴) برای تسکین درد دندان تخم گشنیز بجوید (۱۵) تقویت کننده قلب است (۱۶) جوشانده تخم گشنیز یا خوردن تخم گشنیز بوداده اسهال خونی را برطرف می کند - خواص برگ و ساقه گشنیز (۱) گشنیز خواب آور است (۲) مسکن و آرام کننده است (۳) مسمومیت های حاصله از مواد پروتئینی را برطرف می کند (۴) با غذا گشنیز بخورید تا از ترش شدن غذا جلوگیری کند (۵) تشنگی را برطرف می کند (۶) طحال را تمیز و تقویت می کند (۷) برای فتق مفید است (۸) برای برطرف کردن بوب بد دهان سوپ گشنیز بخورید (۹) دل درد را برطرف می کند - - - طرز استفاده: - فرمول برطرف کردن بواسیر حدود ۱۰ گرم تخم گشنیز را در ماهی تابه ریخته و بو دهید تا رنگ آن قهوه ای شود سپس آنرا پودر کنید و با سرکه و یا شراب مخلوط کرده و چند روز آنرا بنوشید تا بواسیر از بین برود - برای برطرف کردن دندان درد حدود ۱۰ گرم تخم شگنیز را در چهار لیتر آب ریخته و بگذارید بجوشد تا حجم آن به یک لیتر برسد آنرا کمی سرد کنید و در دهان مزه مزه کنید تا درد دندان برطرف شود - برای شستن دهان و دندان یک قاشق چایخوری پودر تخم گشنیز را در یک لیوان آب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه دم کنید سپس آنرا برای شستن دهان دندان و

گلو غرغره کنید - مضرات: گشنیز اگر باندازه بکار رود هیچ گونه ضرری ندارد ولی مصرف زیاد از حد آن تولید مستی توام با خستگی شدید می کند و گاهی به خوابی عمیق و گنگی و بی حسی منجر می شود. تخم گشنیز را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا ایرانی و یا چینی خریداری کنید. چینی ها گشنیز را جعفری چینی Chinese Parsley می نامند.

ذرت

نام علمی: Zea mays - کلیات گیاه شناسی ذرت که بفارسی بلال نیز نامیده می شود گیاهی است یکساله و یک پایه دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن تا چهارمتر می رسد. ذرت گیاه بومی آمریکای مرکزی و مکزیک است و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است. برگهای ذرت متناوب و دراز می باشد. گلکهای ذرت بصورت خوشه ای بوده که مرکب از سنبل های قرمز روشن می باشد. گلکهای ماده آن از ۲ تا ۴ گل تشکیل شده در کنار برگ های ذرت قرار دارد. غشایی که روی بلال را می پوشاند سبز رنگ و مانند برگ می باشد. دانه های کروی شکل ذرت در اطراف محور مرکزی بلال قرار گرفته اند. این دانه ها برنگ زرد یا قهوه ای می باشند. - ترکیبات شیمیایی: رنگ زرد ذرت مربوط به موادی به نام زئین Zeine و زیازانتین Zeaxanthine می باشد. در صد گرم دانه ذرت خام مواد زیر موجود است: انرژی ۳۵۰ کالریاب ۱۳ گرم پروتئین ۹ گرم چربی ۴ گرم مواد نشاسته ای ۷۲ گرم کلسیم ۲۲ میلی گرم سدیم ۱ میلی گرم پتاسیم ۲۸۵ میلی گرم فسفر ۲۶۵ میلی گرم آهن ۲ میلی گرم ویتامین آ ۴۹۰ واحد ویتامین ب ۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۲/۲ میلی گرم ارسنیک ۳۰ میلی گرم کاکل ذرت دارای مواد معدنی مختلف و املاح پتاسیم و کلسیم می باشد. در صد گرم کاکل ذرت مواد زیر موجود است: گوگرد ۲/۸ میلی گرم کلر ۳/۶ میلی گرم فسفر ۵/۲ میلی گرم سیلیسیم ۴ گرم آهن ۰/۰۶ میلی گرم کلسیم ۱/۷ میلی گرم منیزیم ۱/۴ میلی گرم سدیم ۰/۲ میلی گرم پتاسیم ۲۶/۵ میلی گرمهمانطور که در جدول بالا- مشاهده می شود کاکل ذرت دارای مقدر زیادی پتاسیم است و بعلت وجود این ماده معدنی است که کاکل ذرت ادرار آور است. - - - خواص دارویی: - خواص درمانی ذرت ذرت دارای ارزش غذایی فراوانی است در آن بعلت نداشتن گلوتن (ماده چسب گندم) قابلیت تهیه نان را ندارد. بنابراین برای تهیه نان ذرت در آنرا با در سایر غلات مخلوط می کنند. ذرت از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است " ۱) پماد ذرت خشک کننده زخم ها می باشد. ۲) ذرت غذای خوبی برای پیشگیری سرطان است. ۳) استفاده مداوم از ذرت از کرم خوردگی دندان جلوگیری می کند. ۴) روغن ذرت کلسترول خون را پائین می آورد. ۵) روغن ذرت برای درمان آگزما و بیماریهای پوستی مفید است. - خواص درمانی کاکل ذرت کاکل ذرت را قبل از رسیدن کامل میوه یعنی قبل از پژمدره شدن می چینند و بسرعت خشک می کنند. کاکل ذرت بعد از خشک شدن رنگ قهوه ای پیدا می کند. برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت مقدر ۳۰ گرم از آنرا در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت پنج دقیقه دم می کنند. ۱- دم کرده کاکل ذرت ادرار آور است و آرام کننده دستگاه ادراری است. ۲- درد و ناراحتی های دستگاه ادراری را تسکین می دهد. ۳- سنگ مثانه التهاب ورم مثانه و درد مثانه را از بین می برد. ۴- کاکل ذرت بطور کلی دستگاه ادراری را تمیز می کند. بغیر از کاکل ذرت از برگ و ریشه و ساقه بلال نیز استفاده طبی بعمل می آید. ۱) جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی از بینی را بند می آورد. ۲) برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهای بلال استفاده کنید. ۳) جوشانده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادراری مفید است. ۴) جوشانده وسط بلال درد شکم و معده را از بین می برد. ۵) در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

خیار

نام علمی: Cucumis sativus - کلیات گیاه شناسی خیار گیاه بومی هندوستان است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته

است. حدود بیست قرن قبل از میلاد مسیح مصریان قدیم از آن استفاده می کرده اند. ایالت فلوریدا مهمترین تولید کننده خیار در آمریکا است و حدود یک سوم خیار کل آمریکا را تولید می کند. خیار گیاهی است علفی و یکساله دارای ساقه خزننده وپوشیده از خارهای نازک و خشن است. برگهای آن بزرگ و دارای زاویه و دندانه دار است. گلهای آن زرد رنگ که به دو صورت نر و ماده روی یک پایه قرار دارند میوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهای مختلف ممکن است کوچک و یا دراز باشد.

- ترکیبات شیمیایی: خیار دارای ساپونین و آنزیم های مختلفی مانند پروتئولی تیک و غیره و ویتامین ها و مواد معدنی مختلف می باشد. در صد گرم خیار مواد زیر موجود است. انرژی ۸ کالری آب ۹۵ گرم پروتئین ۰/۶ گرم مواد چربی ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۲/۵ گرم فسفر ۳۰ میلی گرم آهن ۰/۲ میلی گرم کلسیم ۲۵ میلی گرم پتاسیم ۱۶۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۵۰ واحد سدیم ۶ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۳ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۴ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ث ۷ میلی گرم - خواص دارویی: خیار از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و خنک کننده بدن می باشد و به هضم غذا کمک می کند. (۱) خیار حل کننده اورات و اسید اوریک است بنابراین مرض نقرس را درمان می کند. (۲) خیار ادرار آور است. (۳) خیار خون را تصفیه می کند. (۴) سوپ خیار حبس البول را از بین می برد. (۵) عصاره برگهای له شده خیار ایجاد تهوع می کند بنابراین در مسمومیت ها و اختلالات دستگاه جهاز هاضمه مصرف می شود. (۶) خیار عطش را تسکین می دهد. (۷) خیار ملین است. (۸) خیار را حلقه حلقه کرده و روی پوست صورت بگذارید چین و چروکهای صورت را از بین یم برد و صورت را جوان می کند. (۹) اگر پوست شما چرب است خیار را با آب مقطر بپزید و با این آب صورت خود را شستشو دهید (۱۰) اگر می خواهید همیشه لطافت پوست خود را حفظ کنید همه روزه از لوسیون زیر استفاده کنید: یک خیار معمولی را با دو لیون آب بجوشانید تا حجم آن یک لیون شود سپس آنرا صاف کنید و بگذارید سرد شود بعد ۵۰ گرم بادام خام و پوست کنده را آسیاب کرده و با این آب مخلوط کنید و بهم بزنید و با پارچه صاف کنید و به محلول صاف شده ۲۵۰ گرم الکل سفید و یک گرم اسانس گل سرخ اضافه کنید و کاملاً هم بزنید هر روز از این لوسیون طبیعی به صورت خود بزنید تا پوست شما همیشه جوان بماند. - مضرات: اشخاصی که ناراحتی معده دارند نباید در مصرف خیار زیاده روی کنند زیرا ممکن است باعث اختلال در دستگاه هضم گردد. خیار نفاخ است چون سریعاً در معده فاسد می شود همیشه باید آنرا قبل از غذا خورد که به هضم غذا کمک کند. کسانی که نمی توانند خیار را خوب هضم کنند باید آنرا با نمک بخورند.

زیره سبز (کراویه)

نام علمی: *Cuminum cyminum* - کلیات گیاه شناسی زیره گیاهی است یکساله کوچک و علفی که ارتفاع آن ۶۰ سانتیمتر است ریشه آن دراز و باریک برنگ سفید، ساقه آن راست و برگهایش به شکل نوار باریک و نخ‌شکل و برنگ سبز می باشد. گلهای زیره سفید یا صورتی بصورت چتری در انتهای ساقه ظاهر می شود. این گیاه بطور وحشی در مناطق مدیترانه می روید. زیره برگهای زرد تیره، سبز و خاکستری وجود دارد. در گویش محلی طبس به آن کراویه می گویند. - ترکیبات شیمیایی: زیره دارای تانن، روغن زرین و اسانس است. اسانس زیره را از تقطیر میوه له شده تحت اثر بخار آب بدست می آورند. این اسانس مایعی است بیرنگ که در اثر ماندن ابتدا برنگ زرد و سپس قهوه ای رنگ می شود. بوی زیره مربوط به آلدئیدی بنام کومینول است. مقدر کومینول در زیره بسته به محل کشت آن بین ۳۰ تا ۵۰ درصد است. - خواص دارویی: (۱) قابض و خشک کننده است (۲) ضد تشنج است (۳) برای برطرف کردن بیماری صرع مفید است (۴) در دفع گاز معده موثر است (۵) قاعده آور است (۶) عرق آور است (۷) برای رفع برونشیت از دم کرده زیره استفاده کنید (۸) برای برطرف کردن سوءهاضمه مفید است (۹) ترشحات زنانگی را برطرف می کند (۱۰) برای تحریک اشتها زیره سبز را با سرکه و آب مخلوط کرده و قبل از غذا بخورید (۱۱) برای برطرف کردن

قطره قطره ادرار کردن زیره را تفت داده و سرخ کنید سپس با آب بخورید . ۱۲) برای رفع نفخ روده و معده می توانید دم کرده زیره را تنقیه کنید ۱۳) برای التیام زخم چشم ، دانه های له شده زیره سبز را در آب برنج خام خیس کرده و سپس مایع بدست آمده را قطره قطره روی زخم چشم بریزید. ۱۴) هنگامیکه اطفال شیر خوار دل درد دارند و نفخ در شکم شان پیچیده چند قطره اسانس زیره را با روغن بادام مخلوط کرده و با آن شکم آنها را ماساژ دهید . ۱۵) و بالاخره زیره را در غذاهایی که نفاخ هستند مخصوصا حبوبات استفاده کنید . - طرز استفاده: دم کرده زیره : مقدر ۵ گرم زیره را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . مخلوط با عسل : گرد زیره را به مقدر یک گرم عسل مخلوط کرده و استفاده کنید . اسانس زیره : این اسانس را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید . مقدر مصرف آن ۲ قطره در یک لیوان آب نیم گرم می باشد. - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

قاصدک

نام علمی : *Taraxacum officinale* - کلیات گیاه شناسی گل قاصدک که بنام های هند بامبری ، خبر آرو و کاسنی بری نیز معروف است گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن بارتفاع ۴۰ سانتی متر می رسد . این گیاه دارای ریشه ای است برنگ قهوه ای مایل به زرد که پر از شیرابه سفید رنگی می باشد . در انتهای ساقه گل آن قرار دارد . برگهای گل قاصدک سبز رنگ و بریدگیهای مثلث شکل و نوک تیزردد و بر روی سطح زمین می باشد . گل قاصدک در وسط چمن ، حاشیه شوره زار ، کنار جاده ها و اراضی بایر و بطور کلی در همه جا می روید و شاید دلیل آن این است که طبیعت می خواهد به انسان بگوید که در هر نقطه ای زندگی می کند احتیاج به این گیاه درید و هنگامیکه آنرا با وسایل مکانیکی و شیمیایی از بین می برید دوباره بعد از چندی سر از خاک بیرون می آورد . گل قاصدک در حدود ۱۵ نوع مختلف دارد . زنبور عسل این گیاه را بسیار دوست درد و شهد زیادی از آن بدست می آرد . برگهای جوان گل قاصدک را معمولا به سالاد می خورند و چون خیلی تلخ است باید آنرا با ترشی یا آبلیمو مصرف کرد . از قسمت های مختلف گیاه مانند ریشه ، برگ و شیرابه آن در طب استفاده می شود . - ترکیبات شیمیایی: تلخی برگ های این گیاه مربوط به یک ماده متبلور تلخ بنام تاراکسین است ضمنا این گیاه دارای ساپونین ، قندهای مختلف و اسید های چرب است . این گیاه بالاترین حد ویتامین آ را در بین گیاهان در است و همچنین دارای مقدار زیادی پتاسیم است . در صد گرم برگ گیاه گل قاصدک مواد زیر موجود است آب ۸۵ گرم پروتئین ۲/۷ گرم مواد چرب ۰/۷ گرم نشاسته ۱۰ گرم مکلسیم ۱۸۵ میلی گرم فسفر ۶۵ میلی گرم آهن ۳ میلی گرم سدیم ۷۵ میلی گرم پتاسیم ۴۰۰ میلی گرم ویتامین آ ۱۴۰۰۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۳۱/۲ میلی گرم ویتامین ث ۴۵ میلی گرم - خواص دارویی: این گیاه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است و از قدیم الایام برای درمان بیماریهای کبدی بکار می رفته است . ۱) قابض و مقوی معده است ۲) خوردن آن خونریزی از سینه را متوقف می کند ۳) قاعده آور است ۴) برای ازدیاد شیر نافع است و خانم های شیر ده باید مقدری از آنرا با سالاد بخورند ۵) خنک کننده و معرق است ۶) ترشح صفرا را زیاد می کند ۷) خون را تصفیه می کند ۸) از عصاره آن شیاف درست می کنند که برای رفع ورم های داخل آلت تناسلی خانم ها و رحم مفید است ۹) خوردن آب این گیاه مخلوط با روغن زیتون برای رفع مسمومیت مفید است ۱۰) ضمداد ریشه آن را در محل نیش عقرب یا زنبور و یا مار می گذارند که بسیار مفید است ۱۱) اوره را رفع می کند ۱۲) کلسترول خون را کاهش می دهد ۱۳) درمان کننده آگزما و بیماریهای پوستی است ۱۴) درمان کننده کم خونی است ۱۵) رماتیسیم و نقرس را درمان می کند ۱۶) برای درمان نارسایی اعمال کبد و تمیز کردن کبد از مخلوط زیر استفاده کنید شیره ریشه گل قاصد ۱۰۰ گرم الکل ۹۰ درجه ۱۸ گرم گلیسرین ۱۵ گرم آب ۱۷ گرم مواد گفته شده را با یکدیگر مخلوط کنید و به مقدر یک قاشق سوپخوری سه بار در روز مصرف نمایند. ۱۷) دم کرده این گیاه را نیز برای تمیز کردن کبد بکار

می برند. مقدار مصرف آن یک فنجان سه یا چهار بار در روز است - طرز استفاده: برای تهیه این دم کرده باید ۵۰ گرم گیاه خشک شده را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بماند و سپس آنرا صاف کرده و استفاده کنید. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

خرما

نام علمی: *Phoenix dactylifera* - کلیات گیاه شناسی خرما میوه ای بسیار قدیمی است و نام آن در کتاب مقدس ۴۲ بار تکرار شده است. این میوه پرخاشیت برای مردم شکورهای راوپایی و آمریکایی تا حدی ناآشنا است و آنرا فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاورمیانه و مخصوصا در کشورهای عربی بعنوان یک غذای اصلی بکار می رود. یهودیان معتقدند درخت خرما در فلسطین و یا اسرائیل امروزی بفرآوانی وجود داشته است بطوریکه در ناحیه بین دریای گاليله و دریای مدره جنگل بزرگی از درخت خرما بوده است. مسلمانان معتقدند که حضرت محمد (ص) این درخت را خلق کرده اند. در دیانت مسیح، برگ درخت خرما سنبلی و نشانه شهادت و روح شهادتی است که در راه دیانت حضرت مسیح جان باخته اند. - ترکیبات شیمیایی: خرما دارای ۲۵ درصد ساکاروز، ۵۰ درصد گلوکز، و مواد آلبومینوئیدی، پکتین و آب می باشد. بعلاوه دارای ویتامینهای مختلف منجمله ویتامین A, B, C, E و مقدری املاح معدنی می باشد. - خواص دارویی: درخت خرما خواص بیشماری دارد و می توان گفت که از تمام قسمتهای این درخت می توان استفاده کرد و یک ضرب المثل عربی می گوید که خواص درخت خرما باندازه روزهای سال است. از برگ و شاخه درخت خرما سبب و فرش تهیه می کنند. از هسته آن نان و از میوه خرما شراب و عسل. همانطور که می دانیم خرما تنها میوه ایست که در صحرا وجود دارد و طبیعت این درخت را به مردم صحرا داده است که تمام احتیاجات خود را از آن رفع می کنند. مردم صحرا هسته درخت خرما را در کرده و از آن نان می پزند یا در این هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده می کنند زیرا دم کرده آن بسیار مطبوع است و یا حتی این در را در آب برای چند روز خیس کرده و بعنوان غذای مقوی به شترهای خود می دهند و معتقدند که این غذا از گندم و جو مقوی تر است. اعراب از قدیم اعتقاد داشتند که خرما انرژی خورشید را گرفته و در خود ذخیره می کنند و این انرژی با خوردن خرما به بدن آنها منتقل می شود. اعراب از خرما کال نیز استفاده می کنند و معتقدند که اثرات درمانی بسیاری درد من جمله خرما سبز تقویت کننده اعمال جنسی و انرژی زا می باشد. حتی هسته خرما سبز را نیز در کرده و پمادی از آن تهیه می کنند که برای زخمهای آلات تناسلی بکار می رود. اثر دیگر معجزه آسای هسته خرما از بین بردن تورم پلک های چشم است برای این منظور پمادی از در هسته خرما درست کرده و آنرا روی چشم می گذارند این پماد برای رشد مژه های چشم نیز بهترین دارو است. زندگی پرمشغله و ناراحتی های روانی که میل جنسی را در بعضی از اشخاص از بین می برد بهترین علاجش خوردن مداوم خرما است که میل جنسی را باین اشخاص باز می گرداند. در زمانهای قدیم همواره خرما را برای قدرت و انرژی بکار می برده اند و هنوز بهترین میوه برای بازیافتن انرژی و قدرت جوانی است. گلکهای درخت خرما نیز خاصیت دارویی دارند. طعم گلکهای درخت خرما تلخ است و اثر مسهلی دارد. - مضرات: مواظب باشید در خوردن آن افراط نکنید زیرا دارای قند زیادی است. در این صورت آنهایی که لوزالمعده حساس دارند و یا آنهایی که بیماری قند در خانواده آنها وجود دارد باید کمتر از این میوه استفاده کنند

شوید

نام علمی: *Aniethum graveolens* - کلیات گیاه شناسی شوید گیاهی است یکساله یا دوساله که گاهی ارتفاع آن به یک متر نیز میرسد. ریشه آن راست و مخروطی شکل و سفید است. این گیاه در اکثر نقاط دنا منجمله قسمتهای جنوب اروپا مصر

آمریکا و چین پرورش داده می شود. میوه شوید بیضوی مسطح و ب طول ۴ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر است. رنگ آن قهوه ای روشن و در سطح آن برجستگیهایی برنگ زرد و در کناره های آن لبه بال مانندی به رنگ زرد روشن دیده می شود. - ترکیبات شیمیایی: تخم شوید دارای ۳ درصد روغن می باشد. - خواص دارویی: تخم شوید اثرات درمانی زیادی درد منجمله بعنوان ضد تشنج ضد درد، نفخ شکم، ادرار آورو رای تقویت معده بکار می رود. برای کسانیکه اشتهازی زیادی به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شود بهترین دارو است زیرا اشتها را زیاد کرده معده را تقویت می کند و انرژی به بدن می دهد. تخم شوید را می توان برای ناراحتی معده، بی خوابی و ضد گاز معده بکار برد. خانمهای شیر ده کهنش یر آنها کم است باید حتما روی چند بار دم کرده تخم شوید یا در تخم شود بخورند و در غذای خود مصرف کنند بطور معجزه آسائی شیر آنها زیاد خواهد شد. طب گیاهی ایران خواص زیادی را برای شوقائل است مثلا در مورد درد شدید و ورم معده از دم کرده شوید استفاده می کردند که اثر تسکین فوری دارد. از شوید برای دل درد در حیوانات نیز استفاده می شود و دام درن قدیم بخوبی به این موضوع واقف بودند. مثلا برای گوسفند و بز کافی است که مقدر ۳۰ گرم تخم شوید به آنها داد که نفخ و دل درد را ساکت کنند. در مورد بیمارانی که مبتلا به استفراغ شدید هستند و هیچ غذایی حتی آب را نمی توانند در معده خود نگاهدارند بهترین درمان شود است. این نوع بیماران باید دم کرده شود را آهسته آهسته بنوشند. در چین حتی شود را برای کمردردهایی که بعلت انقباض عضلانی باشد بکار می برند. یک نسخه قدیمی چینی برای باد فتق نیز از تخم شوید استفاده می کنند - طرز استفاده: برای باد فتق که از تخم شوید استفاده می کنند دستور آن باین صورت است که باید حدود ۴۰ گرم تخم شوید را بدهید تا کاملا قهوه ای شود سپس آنرا کاملا آسیاب کنید تا بصورت پودر درآید و بعدا آنرا با سرکه سیب مخلوط کرده و میل کنید. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

بادمجان

نام علمی: *Solanum Melongena* - کلیات گیاه شناسی این گیاه که بعربی بادنجان نامیده می شود گیاهی است یکساله و دارای ساقه نسبتا ضخیم و پوشیده از کرک. ارتفاع ساقه آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن بیضی شکل با نوک باریک و گلهای آن بنفش رنگ است. میوه این گیاه دراز و باریک و یا گرد، برنگهای بنفش، سیاه، زرد و سفید دیده می شود. بادمجان متعلق به خانواده سیب زمینی است از زمانهای بسیار قدیم در هند کشت می شده است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است. چین از قرن نهم هجری شروع به کشت و زرع آن کرد. تجارانگلیسی این گیاه را در قرن هفدهم میلادی از گینه ودر انگلستان کردند و آنرا بنام کدوی گینه ای مینامیدند. بادمجان در تمام مدت سال وجود دارد و در آمریکا، ایالات فلوریدا، تگزاس، لوزیانا و نیوجرسی بیشتر محصول بدمجان آمریکا را کشت می کنند. - ترکیبات شیمیایی: همانطور که در جدول زیر دیده می شود بادمجان دارای ویتامین های A.B.C و مواد معدنی زیادی است. در صد گرم بادمجان مواد زیر موجود است انرژی ۳۰ کالری آب ۹۲ گرم پروتئین ۱/۳ گرم چربی ۰/۲ گرم منشاسته ۴/۶ گرم کلسیم ۱۲ میلی گرم فسفر ۱۵ میلی گرم گوگرد ۱۵ میلی گرم منیزیم ۱۲ میلی گرم پتاسیم ۲۲۰ میلی گرم آهن ۰/۷ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم منگنز ۰/۲ میلی گرم روی ۰/۳ میلی گرم مس ۰/۱ میلی گرمید ۰/۰۰۲ میلی گرم بتاکاروتن ۰/۰۵ واحد بین المللی ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۰۷ میلی گرم ویتامین ث ۵ میلی گرم - خواص دارویی: از نظر طب قدیم بادمجان گرم و خیلی خشک است. بادمجان بر خلاف آنچه که عوام اعتقاد دارند که بی بو و خاصیت است دارای خواص زیادی است. مهمترین خاصیت آن کم کالری بودن آن است که غذای بسیار خوبی برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند زیرا دارای ویتامین و مواد معدنی نیز می باشد. (۱) بادمجان را حتما باید بحالت کاملا رسیده مصرف کرد زیرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائی که آسم و برونشیت دارند باعث تحریک این بیماریها می شود. (۲) بادمجان اثر نرم کننده دارد. (۳) بادمجان بعلت درآ بودن آهن در رفع کم خونی داروی موثری است. (۴)

بادمجان را می توان برای از بین بردن ورم و التهاب روی عضو ملتهب گذاشت. ۵) دانه بادمجان ایجاد یبوست می کند. ۶) ریشه بادمجان و شاخه های خشک شده و برگهای آن اثر بند آورنده خون را دراست و قابض بوده و می توان در آن برای درمان احتلام بانه و انواع خونریزیها استفاده کرد. ۷) بادمجان پادزهر خوبی برای مسمومیت های حاصل از خوردن قارچ سمی است. ۸) خوردن بادمجان گرفتگی رگها را باز می کند و شخص را از خطر سکته قلبی محفوظ می دارد. ۹) بادمجان برطرف کننده یبوست است. ۱۰) برگها و پوست سیاه بادمجان را اگر بجوشانند این جوشانده درمان اسهال خونی است. ۱۱) جوشانده ریشه بادمجان درمان بیماری آسم است. ۱۲) بادمجان مقوی معده است. ۱۳) آب زردرنگی که در موقع نمک زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج می شود برای خشک کردن عرق دست و پا بهترین دارو است و اشخاصی که دست و پایشان مرتب عرق می کند باید دست و پای خود را با آن چند بار در روز بشویند تا از شر این مرض آسوده شوند. ۱۴) اگر بادمجان را بسوزانند و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنند و به زگیل بمالند زگیل کنده خواهد شد. ۱۵) از بادمجان می توان به عنوان مسکن برای تسکین در استخوان شکسته و ضرب خورده استفاده کرد بدین طریق که باید بادمجان را در فر بگذارید که نیم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگیرید و بعد بمقدار نصف این مقدار آب به آن شکر قهوه ای اضافه کنید آنرا هم بزنید و بنوشید. ۱۶) با تحقیقاتی که جدیداً روی موشهای آزمایشگاهی انجام شده نتیجه گرفته اند که بادمجان دارای یک ماده ضد تشنج است که در درمان بیماری صرع اثر بسیار خوبی دارد. بنابراین اشخاصی که تشنج دارند و یا مبتلا به این بیماری می باشند بهتر است که از بادمجان استفاده کنند. - طرز استفاده: بادمجان دارای آلکالوئیدی بنام سولانین Solanine می باشد که ممکن است در معده های ضعیف ایجاد آلرژی و مسمومیت کند. بنابراین برای طبخ بادمجان باید ابتدا این ماده را از بادمجان خارج کرد و بهترین طرز پخت است که خانم های ایرانی درست می کنند. یعنی بادمجان را باید پوست کند و سپس ورقه ورقه نمود و لابه لای آنرا نمک پاشید تا آب آن که زرد رنگ و محتوی سولانین است خارج شود، سپس آنرا فشار داده و پخت. البته بهترین طریقه پخت بادمجان آب پز کردن و یا پختن در فر است زیرا سرخ شده آن سنگین شده و برای معده های ضعیف مناسب نیست. - مضرات: بادمجان با همه خواصی که گفته شد نباید مورد استفاده اشخاصیکه بواسیر و یا درد چشم دارند قرار گیرد زیرا بیماری آنها را تشدید می کند. اینگونه اشخاص اگر می خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرا با گوشت و روغن و یا سرکه بپزند و بخورند.

آقطی سیاه (انگو کولی)

نام علمی: *Sambucus nigra* - کلیات گیاه شناسی آقطی سیاه که در همدان انگور کولی نامیده می شود از زمانهای قدیم مورد مصرف مردم بوده و از آن برای رفع امراض مختلف مانند دفع بلغم و صفرا استفاده می کرده اند. آقطی سیاه که خمان کبیر نیز نامیده می شود درختچه ای است که ارتفاع آن در نواحی مساعد به ۱۰ متر می رسد. این درختچه معمولاً در کنار جاده ها و حاشیه جنگل ها و در نواحی مرطوب و سایه در می روید. برگ آهای آن سبز رنگ، بیضوی، دندانه دار، بیدره و مرکب از ۵-۷ برگچه می باشد اگر برگها شکسته و مالش داده شود بوی بدی از آن متصاعد می شود. گلهای آن سفید و خوشه ای است که در اواخر بهار ظاهر می شود. میوه آقطی سیاه گوشتی، ریز مانند انگور و برنگ آبی سیر می باشد. قسمت مورد استفاده این درختچه گل، برگ و پوست داخلی ساقه آن است. آقطی سیاه در ایران در نواحی آذربایجان و همدان می روید. - ترکیبات شیمیایی: پوست این درختچه و برگ آن درای موادی مانند ساو بوسین Sambucine، سامبو نیگرین Sambunigerine، کولین، سیکوتین Cicutine و مقدر کمی نترات پتاسیم می باشد. در گلهای آن الدرین Elderine و مقدر کمی اسانس وجود دارد. میوه آقطی سیاه درای کریزان تمین Chrysanthemine، مواد قندی، اسانس، صمغ، اسید والزیانیک و اسید استیک می باشد. - خواص دارویی: آقطی سیاه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است. پوست ثانوی (داخلی) ساقه و ریشه آن از نظر

طبی موثرترین قسمت های این گیاه است . ۱- در درمان رماتسم و درد مفاصل موثر است . ۲- ادرار آور است . ۳- ملین و ضد یبوست می باشد و بهترین دارو برای رفع یبوست در افراد سالخورده و کسانی است که انقباضات روده بزرگ در آنها ضعیف شده است . ۴- دم کرده برگهای خشک شده آن در رفع اسهال موثر است . ۵- برای برطرف کردن درد و التیام بواسیر ، برگهای تازه این گیاه را له کرده و یا اینکه از آن پماد تهیه کنید و روی بواسیر دردناک بگذارید . ۶- درمان کننده استسقاء یم باشد و آب اضافی را از بدن و از بین انساج خارج می سازد . ۷- برای از بین بردن خارش بدن ، پوست ساقه آنرا در روغن بجوشانید و سپس آنرا صاف کرده و بگذارید سرد شود . این روغن را روی قسمت هایی که خارش درد بزنید . ۸- برای جوشخوردن استخوان و مداوای شکستگی استخوان ، از دم کرده ریشه این درختچه استفاده کنید . ۹- دم کرده گل‌های خشک شده آقطی سیاه درمان کننده گریپ ، سرما خوردگی ، بیماریای دستگاه تنفسی و نقرس می باشد . ۱۰- جوشانده گل‌های خشک شده این گیاه برای معالجه برونشیت و ذات‌الجنب مفید است . ۱۱- بخور گل‌های آقطی سیاه برای درمان بیماریای سل مفید بوده و اخلاط چسبناک را از گلو خارج می سازد . ۱۲- بیماریهای کلیه و مجاری ادرار را درمان می کند . ۱۳- سنگ کلیه را خارج می سازد . ۱۴- شیرمادران شیدره را زیاد می کند . ۱۵- در درمان بیماریهای صرع مفید است . ۱۶- جوشانده گل‌های خشک شده آقطی سیاه را بصورت کمپرس روی زخم های اگزما بگذارید اثر مطلوب خواهد داشت . ۱۷- خوردن میوه آقطی سیاه مالیده آن به سر باعث سیاه شدن مو و تقویت مو می شود . ۱۸- جوشانده گل‌های آقطی سیاه را روی سوختگی ها بگذارید و کمپرس کنید که اثر شفافبخش دارد . ۱۹- برای از بین بردن ورم چشم می توان چشم را با جوشانده گل‌های این گیاه شستشو داد . ۲۰- جوشانده برگ این درخت آفت درختان و سبزیجات را از بین می برد . ۲۱- اگر پوست حساس درید برای شستن صورت یا پاک کردن آرایش از دم کرده آقطی سیاه استفاده کنید . ۲۲- برای شادابی پوست صورت از بین بردن لکه ها و کک و مک می توان از ماسک زیر استفاده کدر : گل‌های خشک شده آقطی سیاه را دم کنید و مقدری پودر باقلای خشک را در ظرفی بریزید سپس دم رکنده آقطی سیاه را روی آن ریخته و خمیری تهیه کنید . این خمیر را بصورت ماسک روی صورت بگذارید و پس از یک ربع ساعت بجوشانید این ماسک را هر روزه روی پوست خود بگذارید تا صورت را جوان و شاداب کند . - طرز استفاده: ۱) جوشانده : مقدر ۶۰ گرم پوست ساقه ، برگ و یا میوه این درختچه را در یک لیتر آب ریخته و بگذارید آهسته بجوشد تا حجم آن به نصف برسد . سپس آنرا صاف کنید . ۲) شراب آقطی سیاه : ۱۵۰ گرم پوست ساقه یا ریشه این گیاه را در یک لیتر آب شراب سفید ریخته و بگذارید بمدت ۱۵ روز بماند البته هر روز آنرا هم بزنید . پس از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهدری کنید . مقدر مصرف این شراب یک قاشق سوپخوری و سه بار در روز است . ۳) سرکه آقطی سیاه : ۱۰-۲۰ گرم برگ‌های خشک شده این درختچه را در یک لیتر سرکه ریخته و بگذارید تا مدت دو هفته بماند و هر روز آنرا بهم بزنید . پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دبست نگهدری کنید . مقدر مصرف این شراب سوپخوری و سه بار در روز است . ۴) دم کرده آقطی سیاه : مقدر ۱۰۰ گرم گل خشک شده این درختچه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . از این دم کرده یم توانید برای شستشوی زخم ها استفاده کنید . ۵) شیر یا آب میوه : میوه های رسیده آقطی سیاه را فشار داده تا شیره آن خارج شود . مقدر مصرف این شیره یک قاشق چایخوری مخلوط در یک لیوان آب می باشد . ۶) شراب آقطی سیاه : آب میوه را گفته و با هم وزن آن قند مخلوط کنید . سپس این مخلوط را بجوشانید تا شربت غلیظی بدست آید . مقدار مصرف این شربت یک قاشق غذا خوری قبل از هر غذا است - مضرات : استفاده زیاد از آقطی سیاه ممکن است باعث تهوع و همچنین ورم روده ها شود . آقطی سیاه سرد است و بنابراین افراد سرد مزاج حتما باید آنرا با عسل بخورند .

نام علمی: *Faba vulgaris* - کلیات گیاه شناسی باقلا- گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن متناوب و مرکب است که دارای برگچه هایی بشکل تخم مرغ می باشد. گل‌های باقلا درشت و سفید که دارای لکه های سیاه و یا بنفش است. میوه آن که همان باقلا است دارای غلافی پوشیده از کرک بطول تقریباً ۱۲ سانتیمتر است. در هر غلاف تعدادی دانه قرار دارد. گل و شاخه گلدار، میوه و تخم باقلا مصارف طبی دارند. - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم دانه باقلا سبز و خام مواد زیر موجود است: آب ۷۲ گرم پروتئین ۸/۴ گرم مواد چرب ۰/۴ گرم نشاسته ۱۵/۸ گرم کلسیم ۲۸ میلی گرم فسفر ۱۵۵ میلی گرم آهن ۲/۲ میلی گرم سدیم ۴۰ میلی گرم پتاسیم ۴۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۲۰ میلی گرم ویتامین ب ۰/۳۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم ویتامین ث ۳۰ میلی گرم ارسنیک ۰/۰۲ میلی گرم ضمناً باقلا دارای ماده ای بنام فیتین **Phytine** می باشد که بسیار مغذی است و تقویت کننده بدن است. این ماده کلسیم بدن را تامین می کند باقلا غذای خوبی است برای دوران نقاهت. - خواص دارویی: باقلا از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و گل آن گرم می باشد (۱) دم کرده گل باقلا ضد تشنج و ادرار آور است. (۲) دم کرده گل باقلا سنگ کلیه را دفع می کند و برای قولنج های کلیوی مفید است. (۳) جوشانده باقلا برای ورم مثانه مفید است. (۴) جوشانده باقلا اثر خوبی در رفع رماتیسم دارد. (۵) از جوشانده باقلا برای درمان نقرس استفاده کنید. (۷) باقلا را اگر با آب سرکه و آب پیزید و با پوست بخورید اسهال مزمن را درمان می کند. (۸) برای رفع گرفتگی صدا در باقلا را با روغن بادام و قند مخلوط کنید و بخورید. (۹) برای رفع کوفتگی و روم پستان، در باقلا- را با آب جو مخلوط کرده و با سرکه و نعناع پیزید و ضمادی را که بدست می آید روی ورم و کوفتگی قرار دهید. (۱۰) ضماد در باقلا را با شنبلیله و عسل برای نرم کردن دمل و ورم بناگوش و زیر چشم مفید است. (۱۱) جوشانده باقلا شکم روشهای مزمن را برطرف می کند. (۱۲) ضماد باقلا جوش و کورک را می رساند و چرک را خارج می کند. (۱۳) برای درمان تکرر ادرار از جوشانده ریشه باقلا استفاده کنید. (۱۴) جوشانده سر شاخه های باقلا مستی مشروبات الکلی را برطرف می کند. (۱۵) برای رفع التهاب و درد نوک انگشتان و ناخن باید یک مشت برگ باقلا را با نیم لیتر آب جوشانید و بگذارید کمی سرد شود و انگشتان خود را بمدت دو ساعت در آن قرار دهید تا برطرف شود. (۱۶) نان خوشمزه بمقدار ۲٪ در باقلا بآن اضافه کنید. - مضرات: باقلا در بعضی از اشخاص تولید نفخ و سنگینی سر و معده می کند برای جلوگیری از این عوارض باید ابتدا باقلا را پوست کنده و بجوشانید و آب آنرا دور بریزید. سپس بان مقدری آب اضافه کرده و بعد از پختن با روغن بادام و ادویه گرم مانند درچین و فلفل بخورید. مصرف باقلای تازه ممکن است تولید مسمومیت و حساسیت شدید بکند که گاهی موجب مرگ می شود بنابراین باید در خوردن باقلای تازه و خام احتیاط کنید. معمولاً اشخاصی که به باقلای تازه حساسیت دارند فاقد یک آنزیم مخصوص هستند.

رازبانه

نام علمی: *Foeniculum vulgare* - کلیات گیاه شناسی رازبانه گیاهی است معطر، علفی و دوساله که ارتفاع آن تا ۲ متر می رسد ساقه آن دارای شیارهای هم دریف و موازی می باشد برگهای آن نازک و نخی مانند شود است گل‌های رازبانه زرد و بصورت خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود. یوه رازبانه کوچک و بطول حدود ۸ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر بوده و دارای بوئی معطر و طعمی شیرین می باشد. رازبانه در مناطق مدیترانه ای بخوبی رشد می کند و در ایران در مناطق شمالی کشور در دامنه های کوه‌های البرز بطور خورد می روید. - ترکیبات شیمیایی: رازبانه دارای حدود ۱۰٪ روغن، کیم مواد قندی و مسویلاژ و حدود ۴٪ اسانس می باشد. روغن رازبانه دریا ۴٪ اسید پال میتیک، ۲۲٪ اسید اولیئیک، ۱۴٪ اسید لینوئیک و ۶۰٪ اسید پتروسلینیک می باشد. اسانس رازبانه از تقطیر میوه آن بوسیله بخار با بدست یم آید مابقی ات زرد. در صد گرم برگ رازبانه تازه مواد زیر موجود است: آب ۹۰ گرم پروتئین ۲/۵ گرم چربی ۰/۴ گرم مواد نشاسته ای ۴/۵ گرم کلسیم ۱۰۰ میلی گرم فسفر ۵۰ میلی گرم آهن ۲/۵ میلی

گرم پتاسیم ۴۰۰ میلی گرم ویتامین آ ۳۵۰۰ واحد ویتامین ث ۳۰ میلی گرم - خواص داروئی: رازیانه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. ریشه رازیانه گرمتر از بقیه قسمت های گیاه است. (۱) رازیانه اثر زیاد کننده شیر را در زنانش یرده درد و بدین منظور می توان از دم کرده رازیانه استفاده کرد. (۲) اشتها آور و مقوی است. (۳) نفخ و گاز معده را از بین می برد. (۴) قاعده آور است. (۵) برگهای رازیانه ادرار آور است. (۶) جوشانده ریشه رازیانه ملین مسهل است. (۷) روغن تخم رازیانه گرم روده را از بین می برد. (۸) حالت تهوع را برطرف می کند. (۹) برای برطرف کردن آسم، سرفه و تنگی نفس از دم کرده تخم رازیانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید. (۱۰) برای رفع اسهال رازیانه را با یزره سبز به نسبت مساوی دم کرده و به مریض بدهید. (۱۱) میتوان از رازیانه داروی ضد نفخ بصورت زیر تهیه کرد: ۵ گرم پودر انیسون و ۵ گرم پودر زیره کرمان، ۵ گرم پودر تخم گشنیز و ۵ گرم پودر رازیانه را با هم مخلوط کرده در یک لیتر آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس آنرا صاف کرده و کم کم بنوشید. (۱۲) رازیانه بعلت داشتن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو می اندازد. (۱۳) رازیانه مغز را فعال می کند. (۱۴) ریشه رازیانه دارای کومارین Coumarin می باشد. چون این ماده رقیق کننده خون است بنابراین آنهایی که مبتلا به تصلب شرائین یا انسداد رگها هستند می توانند از جوشانده ریشه رازیانه استفاده کنند. (۱۵) دردهای مفاصل را برطرف می کند. (۱۶) اشتها را زیاد می کند. (۱۷) برای از بین بردن درد آرتروز روغن رازیانه را در محل درد بمالید. - طرز استفاده: (۱) دم کرده رازیانه: مقدر یک قاشق چایخوری رازیانه را کوبیده و در یک لیوان آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. (۲) شراب رازیانه: ۴۰ گرم رازیانه را در یک لیتر شراب بریزید و بمدت یک هفته بگذارید ماند سپس آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید. مقدر مصرف شراب رازیانه دو قاشق چایخوری بعد از غذا است. (۳) دم کرده برگ رازیانه: ۳۰ گرم برگ رازیانه را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ده دقیقه دم کنید. این دم کرده مقوی اعصاب بوده و هضم غذا را سریع می کند. - مضرات: رازیانه چون گرم است بنابراین برای گرم مزاجها خوب نیست و اینگونه افراد باید آنرا با سکنجبین بخورند بطور زیاد روی در مصرف رازیانه معده راست کرده و تشنج می آورد.

شنبلیله

نام علمی: *Trigonella gracum* - کلیات گیاه شناسی شنبلیله سبزی اصلی قورمه سبزی، غذای مطبوع ایرانی است. این گیاه در نواحی مختلف ایران، مصرف هند ف الجزیره، ایتالیا و اسپانیا می روید. شنبلیله دارای مواد چرب ف مواد نشاسته ای، مواد ازته، مواد فسفره و مادهای بنام گونل لین می باشد. - ترکیبات شیمیایی: البته این گیاه دارای طعم و اسانس معطر می باشد. تحقیقات جدید نشان داده است که شنبلیله دارای اسید نیکوتینیک یا نیاسین که ویتامین B۳ نیز نامیده می شود می باشد. این ویتامین عامل جلوگیری کننده از بیماری پلاگرا می باشد و همچنین اثر گشاد کننده عروق را نیز درآ است. - خواص داروئی: یکی از دانشمندان با تحقیقات زیادی که روی شنبلیله انجام درد دریافت که شنبلیله در رفع سل استخوانی اطفال بسیار موثر است. شنبلیله در طی قرون گذشته در ایران برای بسیاری از بیماریها مصرف می شده است. برای این منظور حتی از دانه شنبلیله استفاده شده است و بیماریها سریعا بهبود پیدا می کند. شنبلیله چون دارای مواد فسفره آهن ازته و یاستازهای مختلف می باشد تقویت کننده لوزالمعده نیز می باشد و بنابراین دستگاه هاضمه را بکار انداخته و لاغری های مفرط را از بین می برد. شنبلیله بطور کلی شفا دهنده بیماریهای روحی و جسمی است و حتی اثرات مفیدی در اشخاص مبتلا به مرض قند و سل ریوی و استخوانی درد. در قدیم شنبلیله برای مداوای بیماری قند بکار می رفته است دانه شنبلیله با این همه خواص مفید دارای بوی ناپسند است بنابراین برای استفاده از آن دانه در شده آنرا با مواد معطر باید مخلوط نمود که بوی بد آن را تا اندازه ای برطرف کنند. - طرز استفاده: برای تهیه پماد شنبلیله ۳ تا ۴ قاشق سوپخوری در دانه شنبلیله را با سرکه مخلوط کرده و برای رفع التهابهای سطحی پوست بدن مصرف کنید. برای تقویت

عمومی بدن بهتر است که دانه شنبلیله و گیاه آن را قبل از غذا مصرف کرد .

- مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

انجیر

نام علمی : *Ficus carica* - کلیات گیاه شناسی درخت انجیر از زمانهای بسیار قدیم وجود داشته و از آن استفاده زیادی می شده است . در تورات از این درخت نام برده شده و اشعای نبی یکی از انبیای بنی اسرائیل خرقیا پادشاه آن زمان را در حدود ۷۰۰ سال قبل از میلاد با انجیر مداوا کرده است . درخت انجیر بومی آسیای غربی و کشورهای مدیترانه است و از آنجا به عربستان ، سوریه و اسرائیل برده شده است . درخت انجیر در نزد یونانیان مقدس و محترم بوده بطوریکه صدرات ان ممنوع اعلام شده بود . شاعران و نویسندگان یونانی مانند هومر ، هرودوتوس و افلاطون در نوشته ها و اشعار خود آنرا ستوده اند در اوائل قرن هجدهم ، انجیر بوسیله مسیونرهای مذهبی اسپانیایی به کالیفرنیا برده شد و امروزه بمقدر زیاد در این ایالت و ایالات جنوبی آمریکا کشت می شود . حدود ۸۵ درصد از محصول انجیر بصورت خشک بیازار عرضه می شود زیرا انجیر رسیده زود خراب می شود . انجیر درختی است با برگهای زرد و پنجه ای برنگ سبز خاکستری که بلندی آن تا شش متر می رسد و چون در مقابل سرمای شدید مقاومت ندارد بنابراین در مناطق معتدله و گرمسیر کشت می شود . درخت انجیر معمولاً از سال چهارم شروع به میوه دادن می کند و تا سن بیست سالگی میوه می دهد . - ترکیبات شیمیایی : انجیر میوه مغذی و خوش طعمی است ، دارای مواد قندی ، مواد ازته ، چربی ، مواد معدنی ، آمینو اسید ، آنزیم های مختلف و کاروتن می باشد . در برگهای آن حدود ۰/۰۶ درصد مواد تلخی مانند فیکوسین *Ficusin* و برگاپتین *Bergaptene* وجود دارد . شیر سفیدی که با شکستن شاخه های درخت انجیر و یا از میوه نارس آن خارج می شود بسیار سمی است و اگر بر روی پوست زده شود سلولها را از بین برده و میکشد . برگهای انجیر دارای کوسایدروتین *Glycosiderutin* می باشد . در صد گرم انجیر رسیده و تازه مواد زیر موجود است : انرژی ۸۰ کالری مواد قندی ۴ گرم پروتئین ۱/۵ گرم چربی ۰/۵ گرم کلکسیم ۲۰ گرم فسفر ۵۵ میلی گرم سدیم ۳۵ میلی گرم پتاسیم ۶۵ میلی گرم ویتامین آ ۸۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۷ میلی گرم ویتامین ث ۲ میلی گرم ویتامین ث ۲۵ میلی گرم - - - خواص دارویی :- خواص طبی میوه انجیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است . (۱) انجیر تعرق بدن را زیاد می کند . (۲) ادرار آور است . (۳) حرارت بدن را کاهش می دهد . (۴) چاق کننده است و آنهاییکه می خواهند وزن اضافه کنند و یا برای بیمارانی که دوره نقاهت خود را می گذرانند بسیار مفید است . بدین منظور می توان آنرا با شیر سویا مخلوط کرده و بین غذاها خورد . (۵) انجیر یبوست را برطرف می کند و یکی از بهترین میوه ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است . در قیم برای از بین بردن یبوست از شربت انجیر استفاده می کردند . (۶) برای درمان ناراحتیهای سینه حدود ۲۰ گرم از خرما ، عناب ، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط کرده و آسیاب کرده سپس این پودر را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد . از این جوشانده می توان بمقدر سه فنجان در روز مصرف نمود . (۷) جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی ، کلیه ، ذات الریه ، ذات الجنب ، سرخک ، مخملک و آبله می باشد . (۸) جوشانده غلیظ انجیر خشک برای رفع سرمخدرگی بسیار مفید است . (۹) برای برطرف کردن سیاه سرفه ، برونشیت و ذات الریه از قهوه انجیر استفاده کنید و برای درست کردن این قهوه انجیر را ابتدا بو داده و سپس آنرا آسیاب کنید تا بصورت پودر درآید . (۱۰) انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می کند . (۱۱) انجیر برای درمان سوء هاضمه مفید است . (۱۲) سوپ انجیر بسیار مقوی است و برای افزایش شیر در زنان شیر ده مفید است . برای تهیه سوپ ، انجیر نارس را با گوشت بپزید . (۱۳) برای برطرف کردن ورم گلو ، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر ریخته و مدت ۱۵ دقیقه بگذارید سپس آنرا غرغره کنید و مقدری از آنرا نیز بنوشید (می توانید آنرا با عسل هم شیرین کنید .) (۱۴) جوشانده انجیر خشک در شیر

برای درمان آثرین، ورم لته و ورم مخاط دهان نیز موثر است. ۱۵) یکی از داروهای بسیار موثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل، مخلوط شیر بز و انجیر سیاه میباشد. این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می‌برد. ۱۶) انجیر را می‌توان همراه با میوه‌های دیگر مصرف کرد انجیر با میوه‌های اسیدی مانند پرتقال و گریپ فروت سازگار نیست. ۱۷) انجیر برای آنهاییکه قند خونشان پائین می‌آید و یکباره احساس ضعف می‌کنند مناسب است زیرا قند آن بسرعت در روده کوچک جذب می‌شود. ۱۸) خوردن انجیر باعث افزایش نیروی جنسی می‌شود. ۱۹) انجیر تقویت کننده کبد است. ۲۰) اگر ترشح ادرار کم باشد خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می‌شود. ۲۱) برای برطرف کردن ورم بناگوش و دمل‌ها، ضمادی از انجیر خشک با در و و گندم درست کرده و روی ورم دمل بگذارید. ۲۲) دم کرده انجیر با شنبلیله برای سینه درد و رفع خشونت سینه مفید است. ۲۳) برای رفع ورم طحال، انجیر را به مدت نه روز در سرکه خیس کنید و هر روز پنج عدد آنرا با سرکه بخورید. ۲۴) انجیر ضد سرطان است. ۲۵) انجیر در معالجه بیماریهای پوستی موثر است. - خواص شیره درخت انجیرشیره درخت انجیر طعم تلخ و سوزنده ای دارد: ۱. مسهل بسیار خوبی است. ۲. دارای دیاستازهای مختلفی است و برای نرم و تدر کردن گوشت بکار می‌رود. ۳. شیره درخت انجیر را اگر بمدت چند روز روی زگیل و یا میخچه پا بگذارید آنرا از بین می‌برد. ۴. برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است. ۵. شیره درخت انجیر را با زرده تخم مرغ و یا روغن مخلوط کنید و روی زخم‌ها بگذارید باعث التیام آنها خواهد شد. ۶. ضماد شیره درخت انجیر با شنبلیله برای رفع نفرس مفید است. ۷. برای معالجه جراحات‌های پوستی ضمادی از شیره درخت انجیر با در جو درست کرده روی آنها بگذارید. ۸. مالیدن شیره درخت انجیر بر روی سر از ریزش مو جلوگیری می‌کند. - خواص برگ انجیر ۱) برگ پخته درخت انجیر ملین است. ۲) برگ انجیر را له کنید و برای برطرف کردن درد بواسیر بر مقعد بمالید. ۳) برای برطرف کردن ورم و تومورهای مختلف برگ انجیر را روی این قسمت‌ها بگذارید. ۴) جوشانده ساقه‌های جوان درخت انجیر آب اضافی را از بدن خارج می‌کند. ۵) برای درمان اسهال‌های ساده و خونریزی‌های مختلف از جوشانده پوست تازه درخت انجیر استفاده کنید. ۶) برگ درخت انجیر را در آب جوشریخته و بگذارید کمی سرد شود و داخل لگنی بریزید و داخل آن بنشینید بواسیر دردناک و متورم را درمان می‌کند. ۷) جوشانده برگ درخت انجیر شکم درد را برطرف می‌کند- مضرات: انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست و آنهاییکه کبد ضعیف دارند باید انجیر را با گردو بخورند. زیاده روی در مصرف انجیر تولید نفخ شکم و اسهال کرده و برای چشم نیز مضر است.

تخم کتان

نام علمی: *Linum usitatissimum* - کلیات گیاه شناسی امروزه گیاه کتان در منطقه وسیعی از اروپا و آیا می‌روید. از این گیاه استفاده‌های زیادی بعمل می‌آید. از الیاف آن برای یافتن پارچه استفاده می‌شود. پارچه کتان برای البسه مخصوصا در تابستان نوعی مناسب بشمار می‌رود. کتان گیاهی است که از قدی الایام شناخته شده و بکار میرفته است. حتی پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح معمول بوده است. - ترکیبات شیمیایی: از دانه‌های کتان در اثر فشار و بدون حرارت دادن روغنی بدست می‌آید که به روغن کتان (برای اینکه با روغن برزک اشتباه نشود) نامیده می‌شود. - خواص دارویی: روغن تخم کتان علاوه بر داشتن Omega-۳ دارای ویتامین E نیز می‌باشد و حتی اگر بمقدار بیش از احتیاج (یک قاشق چایخوری در روز) مصرف شود عوارض جانبی نخواهد داشت. خاصیت مهم دیگر روغن کتان اثر ضد تورم آن می‌باشد. میگرنهای دردناک را شفا دانه و عادات ماهانه دردناک را از بین می‌برد. مطالعات جدید نشان داده است که روغن تخم کتان حتی می‌تواند مصونیت بدن را در مقابل بیماریها بالا ببرد. استفاده از این روغن از سرطان جلوگیری می‌کند. تخم کتان بعلت داشتن موسیلاژ زیاد نرم کننده بسیار خوبی است و در رفع یبوست می‌توان از آن استفاده کرد. بدین منظور باید تخم کتان را روی زبان ریخت و

با مقدری آب آنرا بدون جویدن بلعید و یا می توان تخم کتان را در آب خیس کرده و صبح ناشتا خورد . دم کرده تخم کتان نیز معجزه گر است . دم کرده آن علاج بیماریهای مجاری ادرار ، زخم معده و وروم روده ، یبوست ، ورم مثانه ، سنگ کلیه، سرفه، دردهای پرپود و حتی مرض قند می باشد . می توان تخم کتان را با مقادیر آب جوشانید و سپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ریخت و در آن دراز کشید . خارش پوست را فوراً از بین می برد . - طرز استفاده: روغن تخم کتان بنام **Flax Seed Oil** نامیده می شود و می توان آن را از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کرد که البته در یخچال نگهداری شود و باید دقت کرد که تاریخ مصرف آن نگذشته باشد . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

خاکشیر

نام علمی : **Descurainia sophia** - کلیات گیاه شناسی خاکشیر گیاهی است علفی یکساله یا دو ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر نیز می رسد . پائین گیاه کرک دراست در حالیکه بالای آن بدون کرک می باشد . تخم این گیاه که همان خاکشیر است ریز و کمی دراز و معمولاً به دو رنگ وجود دارد یکی از آنها قرمز که دارای طعم کمی تلخ است و دیگری برنگ قرمز تیره می باشد . - ترکیبات شیمیایی: خاکشیر دارای تعدادی اسید چرب مانند اسید لینوئیک اسید لینولنیک ، اسید اولئیک اسید پالمیتیک و اسید استئاریک می باشد . ضمناً در خاکشیر اسانس روغن فراری وجود دارد که دارای مواد بنزیل و ایزوسیانات است . - خواص دارویی: خاکشیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است . (۱) التیام دهنده زخم و جراحات است . (۲) جوشانده خاکشیر برای رفع اسهال های ساده و رفع ترشحات زنانگی مفید است . (۳) خاکشیر ادرار آور است . (۴) خاکشیر تب بر است . (۵) برای دفع کرم مفید است . (۶) التهاب کلیه را برطرف می کند . (۷) سرخک و مخملک را دوا می کند . (۸) خاکشیر صدا را باز می کند . (۹) برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید . (۱۰) از گلها و برگهای گیاه می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد . (۱۱) سنگ کلیه را دفع می کند . (۱۲) برای دفع سنگ کلیه می توان خارشتر خاکشیر و ترنجبین را با هم مخلوط کرده و صبح ناشتا خورد . (۱۳) برای برطرف کردن جوشهای صورت که بعلت خوردن چربی و شیرینی زیاد ایجاد می شود باید جوشانده یک قاشق ترنجبین را با دو قاشق غذاخوری خاکشیر مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا بمدت دو هفته آنرا میل میل کنید تا جوشها از بین برود . - مضرات : بعضی از افراد هنگامیکه خاکشیر می خورند ممکن است سردرد بگیرند اینگونه اشخاص باید خاکشیر را با کتیرا بخورند .

سیر

نام علمی : **Allium sativum** - کلیات گیاه شناسی سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد . برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود . سیر و پیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد . نام سیر در کتاب مقدس آمده ست و در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار یم رفته است . هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است . مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می شناختند و از آن استفاده می کردند . بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است . سه نوع سیر وجود دارد : ۱- سیر آمریکایی بنام **Greole** نامیده می شود . این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است . ۲- سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آم به ۸ سانتیمتر می رسد . حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰

خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند: از سیزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوی هفتاد درد است اما آنکس که سیر و پیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود. - ترکیبات شیمیایی: سیر دارای ترکیبات گوگردی می باشد که خاصیت ضد عفونی کننده میکرب کشی و جرم کشی باین گیاه می دهد. سیر همچنین دارای مواید بنام آلیسین، آلیساتین می باشد که میکرب های حصبه و پاراتیفوئید را از بین می برد. در صد گرم سیر خام مواد زیر موجود است: آب ۶۱ گرم انرژی ۶ کالری مواد نشاسته ای ۲۹ گرم چربی ۰/۲ میلی گرم کلسیم ۳۰ میلی گرم فسفر ۲۰۰ میلی گرم پتاسیم ۵۳۰ میلی گرم آهن ۱/۵ میلی گرم سدیم ۲۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحد ویتامین ب ۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۰/۸ میلی گرم ویتامین ث ۱۵ میلی گرم - خواص دارویی: سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود مرکب از مواد سولفورده بوده و مایعی است به رنگ قرمز نارنجی و دریا بوئی کمتر که از خودسیر که برای تغییر طعم غذا مصرف می شود. (۱) سیر بادشکن و ضد عفونی کننده است. (۲) خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد. (۳) سیر کرم کش است. (۴) سیر محرک و تقویت کننده بدن است. (۵) سیر داروی سرمخوردگی و زکام است. (۶) سیر اثر خوبی در معالجه سردرد. (۷) سیر خون را رقیق می کند. (۸) سیر اثر خوبی در تنگی نفس درد (۹) خوردن مداوم سیر لقه و ریشه را از بین می برد. (۱۰) سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند. (۱۱) سیر درمان کننده دردهای نفاصل، سیاتیک و نقرس می باشد. (۱۲) سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است. (۱۳) آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود. (۱۴) سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می برد. (۱۵) سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد. (۱۶) سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است. (۱۷) مالیدن سیر پخته به دندان، درد دندان را تسکین می دهد. (۱۸) سیر را بسوزانید و با عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است. (۱۹) سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است. (۲۰) برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید. (۲۱) جهت رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است. (۲۲) جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید: مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود. مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است. (۲۳) جدیداً در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضد عفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده کنید. (۲۴) پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است. (۲۵) سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است. (۲۶) در شوری سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولاً هنگامیکه آنفلوانزا شیع درد مصرف آنب الا می رود در چندسالپیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوری ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند. (۲۷) خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد. (۲۸) یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد. (۲۹) مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد. مقدر LDH را کاهش می دهد. مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است. جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد. (۳۰) خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند. (۳۱) چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند. - مضرات: سیر با آنکه خواص بسیاری درد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد، ضعف نیروی جنسی، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود. سی برای آنهاییکه اسهال دارند مضر است. آنهاییکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند. کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع

مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی بان روغن بادام یا کرده اضافه کنید تا مضر نباشد. اشخاصی که گرم مزاج هستند اگر می‌خواهند سیر بخورند طبق توصیه ابن سینا حکیم ایرانی باید سیر را بپزند یا از سیر ترشی استفاده کنند. برای پختن سیر پس از پوست کردن آنرا بمدت سه دقیقه بخار دهید. اشخاصی که دارای فشار خون پائین هستند نیز نباید سیر بخورند و همینطور کسانی که آلرژی دارند نباید از سیر استفاده کنند.

کوشاد (زانسیان)

نام علمی: *Gentiana Lutea* - کلیات گیاه شناسی چون اولین بار پادشاه روم بنام جنتیوس که در سالهای ۱۶۷-۱۸۰ قبل از میلاد حکومت می‌کرد بوسیله این دارو شفا یافت نام آنرا جنطیانا گذاشتند. محمد بن زکریای رازی پزشک مشهور ایرانی نیز از این گیاه برای مداوای بسیاری از امراض استفاده می‌کرد. کوشاد گیاهی است علفی، چند ساله و بسیار زیبا، دارای ساقه ای استوانه ای و سبز که بلندی آن به حدود ۱/۵ متر می‌رسد. این گیاه بحالت خودرو در دشت ها و کوهستانهای اروپا و آسیا می‌روید. برگهای کوشاد سبز رنگ، نوک تیز و مثلثی است که دو برگ با هم بوسیله دمبرگ کوتاهی به ساقه چسبیده اند و برگهای بالای ساقه بدون دمبرگ می‌باشد. گلهای آن زرد رنگ بوده که به تعداد زیاد در اواخر بهار در کنار برگهای ظاهر می‌شود. از نظر طبی ریشه این گیاه قسمت مورد استفاده آن است. این ریشه ضخیم، گوشتی و برنگ زرد تیره و یا قهوه ای قرمز بوده که دارای طعمی بسیار تلخ و بویی نامطبوع است. برای مصارف طبی ریشه کوشاد باید اقل سه ساله باشد تا اثر داشته باشد. - ترکیبات شیمیایی: کوشاد دارای ماده ای شیمیایی بنام آماروجنتین می‌باشد که بسیار تلخ است. بطوریکه اگر این ماده را با ۵۰۰۰ قسمت آب مخلوط کنیم هنوز هم طعم تلخ آن حس می‌شود. ترکیبات دیگر این گیاه بشرح زیر می‌باشد: جنتوپیکرین، جنتوپیکروزید، جنتامارین، جتی سین، اسید جنتی سیک و جنتونوسید. کوشاد همچنین دارای مقدری تانن، اسانس، پکتین و چربی می‌باشد. - خواص دارویی: کوشاد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است (۱) اشتها را تحریک می‌کند (۲) کوشاد گلبولهای قرمز و سفید خون را زیاد می‌کند بنابراین برای معالجه کم خونی و بیماریهای عفونی بکار می‌رود. (۳) اثر ضد تورم درد و برای رفع آرتروز و رماتیسم مصرف می‌شود (۴) تب بر است (۵) بیماری مالاریا را برطرف می‌کند (۶) درد نقرس را برطرف می‌کند (۷) حرارت و رطوبت را از بدن خارج می‌سازد (۸) فشار خون را پائین می‌آورد (۹) ناراحتی های کبدی را برطرف می‌کند (۱۰) تقویت کننده معده و بدن است (۱۱) اختلالات عادت ماهیانه را درمان می‌کند (۱۲) گرفتگی روده ها را باز می‌کند (۱۳) ادرار آور است (۱۴) ضماد کوشا با سرکه برای از بین بردن لکه های پوست مفید است (۱۵) عصاره این گیاه مسکن تمام دردها است (۱۶) ورم طحال را برطرف می‌کند (۱۷) خون را تصفیه و تمیز می‌کند (۱۸) درمان کننده زردی و یرقان است - طرز استفاده: جوشانده: مقدر ۲۰ گرم ریشه خرد شده کوشا را در یک لیتر آبجوش ریخته بگذارید برای مدت ۲۰ دقیقه بآرامی بجوشد، سپس آنرا صاف کنید. مقدر مصرف این جوشانده یک فنجان قبل از هر غذا است. دم کرده: مقدر ۵ گرم ریشه کوشاد را در یک لیتر آبجوش ریخته و بگذارید چند ساعت بماند. سپس آنرا صاف کرده و استفاده کنید. تنطور: این تنطور را می‌توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید. مقدر مصرف آن ۱۰-۱۵ قطره همراه با آب سه بار در روز است. - مضرات: مصرف بیش از حد کوشا ممکن است باعث تحریک معده و بوجود آوردن حالت استفراغ و دل بهم خوردگی شود. زنان باردار و مادران شیر ده نباید از این گیاه استفاده کنند.

زنجبیل

نام علمی: *Zingibar officinale* - کلیات گیاه شناسی زنجبیل از قدیم الایام مورد مصرف مردم ایران، هند و چین بوده است.

- خواص دارویی: این گیاه همراه با گیاهان دیگر بعنوان تقویت کننده معده و بدن بادشکن و ضد نفخ بکار می رود. همچنین پزشکان چینی جدیداً کشف کرده اند که شربت زنجبیل بهترین دارو برای معالجه زخم معده می باشد. زنجبیل تازه و شربت زنجبیل با چای زنجبیل در بدن گرما تولید کرده و بدین وسیله مواد سمی و زائد بدن را بصورت عرق از بدن خارج می سازد. این گیاه برای خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها عقب می افتند تجویز شده است. زنجبیل بهترین داروی سرماخوردگی و گلو درد می باشد. هنگامی که حس کردید دچار سرماخوردگی شده اید چند بار چای زنجبیل بنوشید و اگر گلو درد درید علاوه بر آنکه چای آنرا میل می نمائید با آن نیز قرقره کنید. زنجبیل را حتی برای کمپرس نیز می توان استفاده کرد که سموم بدن را خارج می سازد. برای این منظور ابتدا چای زنجبیل استفاده کنید دستمالی را با آن آغشته و آب اضافی آنرا فشار داده در محل زخم یا درد بگذارید. شربت زنجبیل برای زخم معده بسیار مفید است. مبتلایان به زخم معده باید هر روز قبل از غذا یک قاشق چایخوری از این شربت را همراه با کمی آب بنوشید زخم معده آنها پس از مدتی التیام خواهد یافت. - طرز استفاده: یک قاشق چایخوری پودر خشک زنجبیل و یا دو قاشق چایخوری زنجبیل رنده شده تازه را در داخل قوری ریخته روی آن آب جوش بریزید و به مدت پنج دقیقه آنرا با حرارت ملایم دم کنید و سپس آنرا با عسل شیرین کرده و میل کنید. چای زنجبیل هر چقدر بیشتر بماند و دم بکشد تند تر می شود. حتی می توان چای زنجبیل را بعد از سد شدن در داخل یخچال گذاشت و خنک کرد و مانند یک نوشابه سرد استفاده نمود. برای تهیه شربت زنجبیل یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت عسل مخلوط کرده و در شیشه دربسته در یخچال نگهداری کنید و هر موقع خواستید مصرف کنید. برای درست کردن تنتور زنجبیل می توانید از الکل ۵۰ درجه استفاده نمائید. یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت الکل ۵۰ درجه مخلوط کرده و داخل یک شیشه تیره رنگ بریزید و بمدت چهارده روز آنرا چند بار در روز تکان دهید. بعد از این مدت آنرا صاف کرده و در جای خشک و خنک نگهداری کنید. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

انگور

نام علمی: *Vitis* - کلیات گیاه شناسی درخت انگور که درخت مو نیز نامیده میشود درختچه ای است بالا- رونده که از دیوار و درختان مجاور بالا می رود. ساقه آن گره در و دارای بگهای متناوب است. برگهای انگور دارای پنج لوب دنداندار و برنگ سبز تیره می باشد. گلهای آن کوچک، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر می شود. میوه درخت انگور، گوسفندار و شیرین و برگهای مختلف است. - ترکیبات شیمیایی: کلیه قسمت های درخت انگور قابل استفاده دارویی است. بنابراین هر قسمت را جداگانه بررسی می کنیم. ۱) برگ مو: دارای ساکارز، لوولز *Levulose*، اینوزیت *Inosite*، مواد نشاسته ای و تعدادی اسیدهای آلی است. ۲) دم خوشه انگور: دارای تانن، مواد رزینی، تارتارات پتاسیم و اسیدهای آلی است. ۳) غوره ک میوه سبز رنگ و نارس انگور است که دارای طعم ترش می باشد. غوره دارای اسیدهای آلی مانند اسید مالیک، اسید فرمیک، اسید سوکسینیک *Succinique Acid*، اسید اگزالیک، اسید گلوکولیک *Glucolique Acid* و قند می باشد. ۴) انگور رسیده: در صد گرم حبه انگور مواد زیر موجود است: آب ۷۵ گرم پروتئین ۱/۳ گرم مواد قندی ۲۰ گرم کلکسیم ۱۲ میلی گرم فسفر ۰/۴ میلی گرم آهن ۰/۴ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم پتاسیم ۱۷۵ میلی گرم ویتامین آ ۱۰۰ گرم ویتامین ب ۱/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۳۳ میلی گرم ویتامین ث ۴ میلی گرم ۵- پوست انگور دارای تانن، تارتارات پتاسیم، اسیدهای آزاد و مواد معدنی می باشد. ۶- هسته انگور: در هسته انگور مقدری روغن و تانن موجود است. روغن هسته انگور *Grape seed oil* برنگ زرد مایل به سبز است. این روغن فاقد بو و دارای طعمی مطبوع می باشد. روغن هسته دارای تری گلیسیرید، اسید اولئیک، اسید پالمیتیک، اسید لینولئیک، اسید استئاریک و اسید آراشیک می باشد. - خواص دارویی: خواص درمانی میوه انگور انگور بر

طبق طب قدیم ایران گرم و تر است (۱). اخلاط بدن را متعادل می‌کند (۲). بسیار مقوی و مغذی است (۳). خون را تصفیه می‌کند (۴). سینه و ریه را صاف و تمیز می‌کند (۵). برطرف کننده یبوست است (۶). انگور برای درمان ورم معده و روده مفید است (۷). در درمان سل ریوی و سیاه سرفه موثر است (۸). برای درمان اسهال خونی از انگور استفاده می‌شود (۹). برای درمان نقرس بسیار مفید است (۱۰). آنهایی که معده ضعیف دارند باید انگور را بدون پوست بخورند زیرا پوست آن دیر هضم است و موجب دل درد، نفخ و عوارض دیگر می‌گردد (۱۱). انگور بهترین میوه برای کسانی است که می‌خواهند لاغر شوند و بدن خود را از سایید اوریک، سنگ‌های صفراوی و مسمومیت‌های مزمن (مسمومیت از سرب یا جیوه) پاک کنند. اینگونه اشخاص باید در هر هفته بمدت ۲ روز فقط آب انگور بخورند و رژیم آب انگور بگیرند بدین ترتیب که هر دو ساعت یکبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشند. مقدر مصرف روزانه تقریباً ۲ کیلو گرم است و در این دو روز نباید غذای دیگری مصرف کنند فقط می‌توانند آب بنوشند (۱۲). رژیم آب انگور برای مبتلایان به سل ریوی و واسیر نیز مفید است (۱۳). برای تقویت و طراوت پوست و همچنین روشن کردن رنگ پوست، آب انگور تازه را با یک تکه پنبه بصورت بمالید و پس از ده دقیقه با آب نیمگرم محتوی کمی جوش شیرین بشوئید (۱۴). زیاده روی در مصرف آب انگور بطور مداوم ایجاد سنگ کلیه می‌کند. - خواص طبی هسته انگور روغن هسته انگور گرم کننده بدن است، این روغن ضد یبوست می‌باشد. از آن برای نقاشی و تهیه صابون نیز استفاده می‌شود. - خواص طبی هسته انگور هسته انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است (۱): دارای تانن است بنابراین قابض است (۲). اسهال را برطرف می‌کند (۳). ترشح ادرار و اسپرم را کم می‌کند (۴). گرد هسته انگور را برای درمان به مسلولین می‌دهند (۵). هسته انگور برای آنهایی که مثانه و کلیه ضعیف دارند مضر است. - خواص طبی پوست انگور پوست انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است: ۱- پوست انگور را خشک کرده و می‌سوزانند خاکستر بدست آمده را برای درمان اکثر زخم‌ها استفاده می‌شود (۲). پوست انگور دیر هضم است و بهتر است که در موقع خوردن پوست آنرا بیرون آورید. - خواص طبی غوره غوره که بانگلیسی **Un-ripe grape** نامیده می‌شود از نظر طب قدیم ایران سرد و قابض است: ۱. در درمان ورم مخاط دهان و نرمی لثه‌ها موثر است ۲. آب غوره برای درمان چاقی مفرط مفید است ۳. بیماری اسکوربوت که بعلت کمی ویتامین C در بدن می‌باشد با آب غوره درمان می‌شود (۴). آب غوره چون دارای تارتارات پتاسیم است برای درمان سیاتیک و رماتیسم حاد بسیار مفید است (۵). در دفع زردی موثر است (۶). خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو می‌اندازد و قاعده را باز می‌کند (۷). حرارت و صفرای بدن را دفع می‌کند و روده‌ها را ضد عفونی می‌کند (۸). آب غوره تقویت کننده کبد است (۹). برای برطرف کردن ورم گلو آغوره قرقره کنید (۱۰). برای دفع کرم و روده و تقویت معده باید بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زیره سیاه مصرف کنید البته در اینمدت باید از خوردن غذاهای سنگین اجتناب نمائید (۱۱). آب غوره درمان کننده پا درد و کمر درد می‌باشد. برای معالجه میتوان بمدت دهر روز آش آب غوره مصرف نمود. البته از خوردن غذاهای سنگین در اینمدت اجتناب کرد (۱۲). ترشی غوره نیز معالجه رماتیسم و سیاتیک است. - خواص طبی برگ مو ۱. برگ مو قابض است (۲). دم کرده برگهای جوان مو اسهال خونی را برطرف می‌کند (۳). برای خونریزیها مفید است (۴). در رفع نقرس و زردی موثر است (۵). استفراغ را برطرف می‌کند (۶). در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و یائسگی موثر است (۷). هنگامیکه پوست صورت قرمز می‌شود و ملتهب است خوردن دم کرده آن اثر مفید دارد (۸). گرد برگهای جوان و خشک شده مو، اثر خوبی در رفع خونریزیهای رحیم و خون آمدن از بینی درد (۹). برای برطرف کردن سرمازدگی دست و پا جوشانده برگ مو را تهیه کرده و دست و پا را بمدت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید (۱۰). برای تهیه دم کرده برگ مو، مقدر ۱۵ تا ۲۰ گرم برگ مو را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند (۱۱). از دم کرده برگ مو می‌توان برای شستشوی چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده کرد (۱۲). دم کرده برگ مو برای رفع واریس مفید است. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

گریپ فروت

نام علمی: *Citrus paradisi* - کلیات گیاه شناسی دلیل اینکه این میوه را گریپ فروت می نامند این است که میوه آن مانند انگور بصورت جمعی تا دوازده تا بر روی شاخه می روید. این میوه که یکی از مرکبات می باشد بیشتر از ۴۰۰۰ سال پیش در هنی و مالزی کاشته می شده است ولی تا قرن شانزدهم میلادی در دیگر کشورها ناشناخته مانده بود تا اینکه اسپانیائیا آنها را به کشورهای دیگر بردند. جالب است که بدانید آمریکا ۹۷٪ مصرف گریپ فروت دنیا را تامین می کند و تنها ایالت فلوریدا و تگزاس با هم ۹۰٪ گریپ فروت آمریکا را تولید می کنند. درخت گریپ فروت به اندازه درخت پرتقال و ارتفاع آن تا ۱۲ متر می رسد برگهای آن سبز و گل آن سفید است. میوه گریپ فروت درشت تر از پرتقال و پوست آن هنگامیکه رسیده باشد نازک و برنگ زرد روشن است. اگر در چیدن گریپ فروت تاخیر شود پوست آن کلفت شده و قسمت سفیدی زیر پوست ضخیم می شود و مقدری از آب خود را از دست می دهد. گریپ فروت رسیده برد و طعم آن ترش و شیرین و کمی تلخ می باشد. نوعی از گریپ فروت که در شمال ایران می روید چون داخل آن قرمز رنگ است به آن توسرخ می گویند. گریپ فروت در حال حاضر در چین، هند، خاورمیانه و در ایران هم در شمال و هم جنوب پرورش داده می شود. گریپ فروت در تمام طول سال در بازار وجود دارد ولی فصل آن از ژانویه تا می می باشد. - ترکیبات شیمیایی: گریپ فروت منبع غنی ویتامین C و B۱ می باشد. پوست گریپ فروت دارای مقدر زیادی پکتین است مهمترین ترکیبات شیمیایی گریپ فروت ناری گین، لیموئین، سسکی ترپین، آلدئید، ژرانیول و کادینین می باشد. در صد گرم گریپ فروت مواد زیر موجود است انرژی ۳۰ کالری آب ۸۸ گرم پروتئین ۰/۳ گرم چربی ۰/۱۳ گرم کلسیم ۱۱/۵ میلی گرم فسفر ۱۲ میلی گرم پتاسیم ۱۳۰ میلی گرم آهن ۰/۲ میلی گرم ویتامین آ ۱ واحد ویتامین ب ۱۰/۰۲ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۰۱ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۰۱ میلی گرم ویتامین ث ۳۰ میلی گرم گریپ فروت یک میوه اسیدی است و بهتر است که آنها همراه دیگر مرکبات مصرف کرد و هنگامی که آنها می برید زود آنها مصرف کنید زیرا در اثر ماندن مواد موثر خوردا از دست داده و تلخ میشود. گریپ فروت از لیمو ترش کمتر اسیدی است بنابراین آنهائیکه نمی توانند از لیمو ترش استفاده کنند بهتر است که این میوه را بجای لیمو ترش مصرف کنند. - خواص دارویی: (۱) گریپ فروت چون دارای کالری کمی است نوشابه بسیار خوبی برای آنهائیی است که می خواهند وزن کم کنند و لاغر شوند. گریپ فروت از پرتقال کمتر قند درد (۲) گریپ فروت تمیز کننده بدن از مواد سمی است و این مواد را سریعاً دفع می کند و دلیل آن این است که هنگامیکه از گریپ فروت استفاده می کنید بعلت دفع مواد زائد ممکن است اسهال تولید شود. (۳) گریپ فروت داروی خواب است. اگر می خواهید خواب خوش و سنگین داشته باشید یک گریپ فروت و یا آب آنها گرفته قبل از رفتن به رختخواب آنها بخورید. (۴) گریپ فروت ضد سرماخوردگی است و تب را پائین می آورد در هنگام سرماخوردگی و تب آب گریپ فروت بنوشید. (۵) گریپ فروت بدلیل ترش بودن ترشح اسید معده را بیشتر میکند پس باید آنها قبل از غذا مصرف نمود تا اشتها را تحریک کرده و غذا را زودتر هضم نماید. (۶) آنهائیکه کلیه و مثانه و کیسه صفرایشان سنگ تولید می کند حتما باید گریپ فروت بخورند زیرا گریپ فروت از درست شدن سنگ جلوگیری می کند. (۷) مهمترین کاربرد گریپ فروت برای جلوگیری و درمان بیماری قلبی است و گریپ فروت شفافبخش قلب است زیرا کلسترول را پائین آورده و رگها را از وجود چربیها و مواد رسوب کرده پاک می کند و پیشرفت تصلب شرائین را متوقف می سازد. تحقیقاتی که جدیداً روی بیماران مبتلا به کلسترول بالا انجام شده است نشان داده است که مصرف ۲ عدد گریپ فروت در روز کلسترول خون را بطور متوسط ۱۰٪ پائین می آورد و حتی مقدر HDL را که چربی مفید است بالا می برد. بنابراین کسانیکه مبتلا به عارضه کلسترل بالا هستند باید گریپ فروت را با پوست مصرف کنند زیرا پکتین و ویتامین P در قسمت سفیدی پوست گریپ فروت وجود دارد. (۸) خوردن دو عدد گریپ فروت در روز احتمال حمله قلبی را بنحو بارزی کاهش می دهد

بنابراین کسانی که در خانواده شان سابقه قلبی و بیماری قلبی وجود دارد حتما باید از گریپ فروت استفاده کنند . (۹) تحقیقاتی که در روی خوکها انجام گرفته نشان داده است که گریپ فروت در سلامتی شریانها اثر معجزه آسائی درد . دانشمندان به یک دسته از خوکها غذاهای چرب ولی همراه با پکتین گریپ فروت دادند و به دسته دیگر بدون پکتین گریپ فروت . دسته اول عمر بیشتر داشته و بعد از تشریح جسد آنها بهیچ وجه اثری از تصلب شراین مخصوصا در شریانهای اکلیلی قلب و آئورت دیده نشد در حالیکه دسته دوم که فقط غذاهای چرب مصرف کرده بودند مبتلا به تصلب شراین و کلسترل بالا شده بودند . دانشمندان ژاپنی چند سال پیش آزمایشهایی در مورد اثر گریپ فروت روی سرطان بر روی موشها انجام دادند . به موشهایی که مبتلا به سرطان بودند عصاره گریپ فروت تزریق کردند و با کمال تعجب مشاهده نمودند که رشد غده سرطانی در آنها متوقف شد و پس از چندی همه آنها بهبود یافتند . آنها نتیجه گرفتند که در گریپ فروت و مخصوصا در پوست آن ماده ضد سرطان وجود دارد . (۱۰) هسته گریپ فروت نیز خواص بسیاری درد زیرا میکرب کش ، ضد قارچ و ضد Yeast است البته عصاره هسته گریپ فروت بصورت قرص و کپسول در فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها موجود است می توانید خریداری کرده و مصرف کنید و یا اینکه هسته های گریپ فروت را جمع آوری کرده و خشک کنید سپس در داخل آسیاب برقی ریخته و پودر کنید و هر روز مقدر یک قاشق چایخوری از آنرا با آب میل کنید یا اینکه همانطوریکه گفته شد همه گریپ فروت را با پوست سفید آن دو هسته آن در داخل مخلوط کن برقی ریخته و مصرف کنید . - مضرات : گریپ فروت را نباید به همراه تعدادی از داروها خورد زیرا اثر آنها را چند برابر می کند مثلا کسیکه داروی فشار خون مصرف می کند اگر آنرا با گریپ فروت بخورد اثر دارو زیادتر شده و شخص فشار خونسش شدت پائین می آید و خطرناک است .

مامیران کبیر

نام علمی : *Chelidonium majus* - کلیات گیاه شناسی مامیران کبیر گیاهی است چند ساله که ارتفاع آن تا یک متر می رسد این گیاه بومی آسیا و اروپا می باشد . برگهای آن برنگ سبز کبود و دندانه دار و گاهای آن زرد رنگ و به صورت چتر میباشد . میوه مامیران باریک و دراز بوده که دانه ها در داخل آن قرار گرفته اند و شیره ای زرد رنگ در آن وجود دارد که پوست را می سوزاند و برای از بین بردن میخچه پا بکار می رود . این گیاه در شمال ایران ، گیلان و مازندران به حالت خودرو می روید . - ترکیبات شیمیایی : این گیاه سمی است و استفاده زیاد از آن باعث تشنج می شود . مامیران کبیر دارای آلکالوئید های مختلفی مانند چلیدونین ، هیموچلیدونین ، کلریتین ، پروتوپین ، آلیکری توپین ، هربرین و اسپارتین می باشد . در مامیران کبیر همچنین نمک های کلسیم ، منیزیوم و آلومینوم ، مواد رزینی و موسیلاژ موجود است . - خواص دارویی : تمام قسمت های این گیاه و شیره آن مصرف دارویی دارند البته ریشه آن قوی تر از بقیه قسمت های آن است . (۱) جوشانده و یا دم کرده مامیران برای درمان سرطان معده بکار می رود (۲) در معالجه آسم اثر مفید درد (۳) تشنج را برطرف می کند (۴) فشار خون را پائین می آورد (۵) ادرار آور و ملین است (۶) درمان کننده تصلب شراین است (۷) دردهای سرطانی را ساکت می کند (۸) برای معالجه آئزین دپواترین از آن استفاده می کنند (۹) برای درمان آب آوردن بدن مفید است (۱۰) سنگ کلیه را خرد کرده و دفع می کند (۱۱) برای معالجه نقرس مفید است (۱۲) داروی خوبی برای برطرف کردن بیماریهای کبدی است (۱۳) برای درمان زخم های چرکین ، ریشه له شده مامیران را مانند ضماد روی اینگونه زخم ها بگذارید (۱۴) شیره مامیران داروی موثری برای از بین بردن زگیل و یا میخچه است . این شیره را با گلیسرین به نسبت مساوی مخلوط کرده و روی زگیل یا میخچه بگذارید تا آنرا از بین ببرد . - طرز استفاده : جوشانده : مقدر ۲۰ گرم برگ خشک و یا ریشه مامیران را در یک لیتر آب حل کنید . مقدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است . دم کرده مامیران : ۳۰ گرم برگ خشک مامیران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه دم بکشد . سپس صاف کرده و

مصرف کنید. تنطور مامیران: این تنطور را می‌توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه‌ها خریداری کنید و یا اینکه مقدر ۱۰۰ گرم برگ خشک یا ریشه مامیران را در ۵۰۰ گرم الکل سفید خیس کرده بگذارید برای مدت دو هفته بماند. البته هر روز آنرا تکان دهید پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید مقدر مصرف آن ۱۰-۱۵ قطره سه بار در روز است. شیره مامیران: برای استفاده از شیره مامیران آنرا با عسل مخلوط کرده و استفاده کنید. - مضرات: همانطور که گفته شد مصرف زیاد مامیران کبیر تولید مسمومیت می‌کند و حتی استفاده زیاد آن بصورت له شده روی رخم‌ها نیز همین خطر را درد زیرا از راه پوست جذب بدن می‌شود. بنابراین باید مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.

فندق

نام علمی: *Corylus avellana* - کلیات گیاه شناسی فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریباً دو متر که در نواحی مساعد تا ارتفاع ۶متر نیز می‌رسد. درخت فندق بومی اروپا و آسیای صغیر استبرگهای درخت فندق پهن و نوک تیز با دو ریدف دندانانه، برنگ سبز و یا دمبرگی بطول تقریباً یک سانتیمتر می‌باشد فندق دارای دو نوع گل نر و ماده است که بصورت سنبله آویخته در پائین ظاهر می‌شود. فندق گرد ۲/۵-۱/۵ سانتیمتر است. دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می‌گردد. - ترکیبات شیمیایی: مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن درد که برنگ زرد روشن بوده و دارای طعمی ملایم و بوی مطبوعی می‌باشد. این روغن بمصرف تغذیه عطر سازی و نقاشی می‌رسد. مغز فندق دارای مقدر زیادی فسفر می‌باشد در صد گرم مغز فندق مواد زیر موجود است: انرژی ۶۲۵ کالریاب ۵/۸ گرم پروتئین ۱۲/۵ گرم مواد نشاسته ای ۱۵ گرم مواد چرب ۶۰ گرم کلسیم ۲۰۰ میلی گرم فسفر ۳۲۰ میلی گرم آهن ۳/۵ میلی گرم سدیم ۲ میلی گرم پتاسیم ۷۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم - خواص دارویی: فندق از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. برگ و شکوفه گل و پست آن (مخصوصاً پوست ریشه آن) قابض است (۱) فندق بدلیل اینکه دارای مقدر کمی مواد نشاسته ای است ضمناً دارای مواد معدنی زیادی مانند کلسیم پتاسیم، فسفر منیزیم سدیم و آهن می‌باشد غذای بسیار خوبی بای مبتلایان به بیماری قند است (۲) فندق غذای مناسبی برای تقویت بدن و مخصوصاً دوره نقاهت است. (۳) فندق مقوی روده‌ها و معده است. (۴) فندق سموم را از بدن خارج می‌سازد (۵) فندق فشار خون را بالا می‌برد (۶) خانم‌هائیکه در بین دو عادت ماهانه خونریزی دارند برای درمان آن باید جوشانده پوست فندق بخورند. (۷) روغن فندق برای از بین بردن سرفه و درد سینه مفید است. (۸) روغن فندق برای کبد نافع است (۹) برای جلوگیری از ریزش مو پوست فندق راب سوزانید و خاکستر آنرا با پیه خوک مخلوط کرده و قسمت‌هایی را که مو ریخته با آن ماساژ دهید. (۱۰) فندق بو داده مخلوط انیسون برای سوزش مجرای ادرار و تقویت نیروی جنسی مفید است (۱۱) آنهائیکه کارهای فکری می‌کنند باید فندق بخورند زیرا بدلیل داشتن فسفر زیاد مغز را تقویت می‌کند. - مضرات: فندق اگر به مقدر کم خورده شود بهیچوجه مضر نیست ولی افراط در خوردن آن ایجاد نفخ و گاز شکم کرده و استفراغ تولید می‌کند برای جلوگیری آنهائیکه سرد مزاج هستند باید فندق را با آب و عسل خورده و گرم مزاجان با سکنجین بخورند.

دم اسب

نام علمی: *Equisetum Arvense* - کلیات گیاه شناسی دم اسب گیاهی است که از ۲۷۰ میلیون سال پیش در روی زمین وجود داشته است و بعنوان گیاه دارویی در اروپا و چین بکار رفته است. دم اسب چون دارای مقدر زیادی سیلیس می‌باشد بنامس سیلیس *Silica* نیز معوف است. دم اسب دو نوع ساقه هوایی درد. ساقه ای که برنگ قرمز است و در اوائل بهار ظاهر می‌شود و دیگری ساقه نازا که برنگ سبز بوده و بعد از آن رشد می‌کند و مصرف طبی درد. دم اسب در کشورهای اروپا، آسیا و ارتفاعات

همیالیا و شمال ایران بطور خودرو می‌روید. - ترکیبات شیمیایی: گیاه دم اسب دارای اسید سال سیلیک، اسید لیوئییک اسید مالک اسید اگزالیک، اکویس تونین، اسید اکویس تیک، دی متیل سولفون، اکوتی نیک، یک ماده تلخ، یک ماده رزینی، چربی، ساپونین و همچنین دارای مقدرزیادی (در حدود ۷۰٪) سیلیس می‌باشد آزمایشات متعدد نشان می‌دهد که دم اسب مقدر بسیار کمی طلا- نیز دارد. - خواص دارویی: ۱- برای رفع گلو درد و روم گلو جوشانده دم اسب را غرغره کنید. ۲- کمپرس آن برای برطرف کردن دردهای آرتروز و روم مفاصل مفید است. ۳- برای درمان التهاب چشم چشمان خود را با جوشانده دم اسب بشوئید. ۴- ضرب خوردگی قسمت هیا بدن را با کمپرس دم اسب التیام دهید. - طرز استفاده: دم کرده: یک قاشق مربا خوری از گیاه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و برای مدت ۱۰ دقیقه دم کنید. جوشانده: مقدر ۸۰-۱۰۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت نیمساعت بجوشد سپس آنرا صاف کرده و بمقدر یک فنجان قبل از هر غذا بنوشید. شراب دم اسب: ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب سفید ریخته و بمدت دو هفته بگذارید بماند البته هر روز آنرا تکان دهید پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید. مقدر مصرف آن یک لیوان صبح ناشتا می‌باشد. و معمولا برای بند آوردن خونریزی استفاده می‌شود. از این شراب برای شستشوی زخم‌ها نیز می‌توان استفاده کرد. گرد دم اسب: گیاه خشک شده را در آسیاب برقی بریزید تا بصور پودر درآید. مقدر مصرف پودر یک گرم قبل از هر غذا است. - مضرات: این گیاه را نباید اطفال خردسال و زنان حامله مصرف کنند مقدر مصرف زیاد آن نیز ممکن است باعث ناراحتی معده و اختلال در دستگاه هضم و اسهال شود.

گیاه زوفا

نام علمی: *Hyssopus Officinalis* - کلیات گیاه شناسی زوفا درختچه ای است پایا با ساقه های منشعب که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد این گیاه بحالت خودرو در نواحی جنوب اروپا، ایران، هند، ترکیه و شوروی می‌روید. برگهای آن کوچک، خط در، نوک تیز و سبزرنگ است که بسیار معطر می‌باشد. گلهای آن آبی و گاهی سفید اند که در انتهای ساقه ظاهر می‌شود. - ترکیبات شیمیایی: برگهای زوفا دارای طعمی تند و مطبوع می‌باشد. ماده ای شیمیایی که در آن وجود دارد بنام هیسوپین معروف است. در زوفا همچنین حدودی درصد اسانس وجود دارد. - خواص دارویی: زوفا از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است (۱) سرفه و ناراحتی های ریوی را برطرف می‌کند. (۲) نرم کننده سینه است (۳) خلط آور است (۴) معده را تقویت می‌کند (۵) نفخ شکم را برطرف می‌کند (۶) ادرار آور است (۷) داروی مفیدی برای مداوای آسم است (۸) اشتها را زیاد می‌کند (۹) برای رفع کم خونی مفید است (۱۰) افسردگی را برطرف می‌کند (۱۱) برای درمان صرع مفید است (۱۲) برای التیام زخم برگهای زوفا را له کرده و روی زخم بگذارید (۱۳) برای درمان تب خال مفید است و کسانیکه تب خال می‌زنند باید از دم کرده زوفا استفاده کنند. (۱۴) در قدیم از زوفا برای سقط جنین استفاده می‌کردند. (۱۵) درد شکستگی را می‌توان با کمپرس زوفا آرام کرد. - طرز استفاده: دم کرده: مقدار ۵۰ گرم برگ و شاخه های گلدار زوفا را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۵ دقیقه دم کنید. مقدر مصرف این دم کرده یک فنجان سه بار در روز است. جوشانده: مقدار ۵۰ گرم برگ و سرشاخه های گلدار زوفا را در یک لیتر آبجوش ودر کرده و بمدت نیمساعت بگذارید با آرامی بجوشد این جوشانده را برای کمپرس استفاده کنید. تنطور زوفا: این تنطور را می‌توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید. مقدر مصرف آن ۵-۱۰ قطره سه بار در روز مخلوط با آب است. - مضرات: مصرف بیش از اندازه این گیاه برای کبد مضر است و همچنین چون اثر سقط جنین درد بنابراین زنان حامله باید از خوردن آن پرهیز کنند.

عناَب

نام علمی *Zizyphus jujuba Mill* - کلیات گیاه شناسی عناب درختی است که ارتفاع آن تا ۸ متر می رسد نوعی از این درخت مستقیم و باریک است و نوعی دیگر بصورت کج و معوج بالا- می رود . عناب بومی مناطق گرمسیر است کشت آن در شمال آفریقا، جنوب اروپا و نواحی مدیترانه رواج دارد . برگهای این درخت کوچک، زیبا، شفاف متناوب و دندانه دار است . گل‌های آن کوچک و برنگ سبز مایل به زرد می باشد. میوه این درخت که عناب نامیده می شود برنگ قرمز و بشکل تخم مرغ و دارای یک هسته است . طعم عناب کمی شیرین است - ترکیبات شیمیایی: عناب دارای لعاب فراوان ف حدود ۵٪ مواد پروتئینی، ۴٪ مواد قندی و مقدر زیادی ویتامین C و املاح می باشد. در عصاره آبی چوب عناب اسید زی فیکی و اسید زی فی فوماتیک وجود دارد. - خواص دارویی: عناب از نظر طب قدیم ایران معتدل است . البته ابو علی سینا اعتقاد داشت که عناب کمی سرد است (۱). عناب بدلیل داشتن لعاب زیاد نرم کننده سینه است (۲) ملین است مخصوصا اگر آنرا با آب و یا شیر بجوشانید (۳) ادرار را زیاد می کند (۴) عناب آرام کننده اعصاب است (۵) خون را تمیز می کند (۶) ضد سرفه است (۷) خواب آور است و بیخوابی را برطرف می کند (۸) جوشانده پوست درخت عناب داروی ضد اسهال است (۹) آسم و تنگی نفس را برطرف می کند (۱۰) برای معالجه و التیام زخمهای کهنه گرد ریشه خشک شده عناب را روی آنها پاشید . (۱۱) هسته عناب خواب آور است (۱۲) خستگی شدید را برطرف می کند (۱۳) رشد موی سر را زیاد می کند (۱۴) جوشانده عناب گرفتگی صدا را برطرف می کند (۱۵) جوشانده عناب برای سرفه و درد سینه مفید است (۱۶) برای برطرف کردن ورم چشم، عناب را به چشم بمالید (۱۷) دستگاه هاضمه را تقویت می کند (۱۸) حافظه را تقویت می کند (۱۹) کم اشتها را برطرف می کند (۲۰) هرگاه که احساس غمگینی کرده و گریه می کنید یک فنجان دم کرده عناب لبخند به لبهای شما می آورد (۲۱) و بالاخره برای درمان سرطان آب عناب را با کاهو بخورید . - طرز استفاده: جوشانده عناب : ۵۰ گرم عناب را در یک لیتر آب ریخته و بجوشانید تا حجم آن دو سوم شود. جوشانده عناب و جو : ۱۴ دانه عناب را با ۲۵ گرم جو پوست کنده مخلوط کرده و در ۲ لیتر آب ریخته و آنقدر بجوشانید تا جو باصطلاح شکفته شود و ۱/۵ لیتر آب باقی بماند . این جوشانده را بگذارید تا ته نشین شود . سپس روی آنرا بردارید و بنوشید . خیس کرده عناب : تعداد ۲۰ دانه عناب را با ۳۰ دانه مویز دانه گرفته و ۳۰ دانه سپستان و ۱۷ گرم شاخه گلدار بنفشه در نیم لیتر آب خیس کنید و بگذارید تا صبح بماند سپس آنرا صاف کرده و با ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین مخلوط کنید تا کاملا حل شود سپس قدری گلاب به آن اضافه کرده و بنوشید . - مضرات: عناب در اشخاص سرد مزاج تولید گاز و نفخ می کند . اینگونه اشخاص باید عناب را با شکر و مویز بخورند . ضمنا عناب نیروی جنسی را کم می کند بنابراین باید با غذاهای محرک مانند عسل خورده شود .

لوبیا

نام علمی : *Phaseolus vulgaris* - کلیات گیاه شناسی لوبیا گیاهی است از تیره بقولات ، علفی وب الا رونده که بدور درختان و گیاهان دیگر می پیچد . برگهای آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوک تیز است که شامل سه برگچه بشکل قلب می باشد . گل‌های آن سفید مایل به زرد یا بنفش و میوه آن باریک و غلاف مانند است که دانه های لوبیا در آن قرار دارد . از پوست و دانه های لوبیا هنگامیکه لوبیا سبز است استفاده میشود که بنام لوبیای سبز معروف است ولی هنگامیکه پوست غلف سفت می شود دانه های داخل آن بصورت لوبیای خشک که برنگ قرمز یا سفید می باشد مورد استفاده غذایی قرار می گیرد . - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم لوبیای سبز مواد زیر موجود است آب ۹۲ گرم پروتئین ۱/۶ گرم چربی ۰/۲ گرم مواد نشاسته ای ۴/۵ گرم سدیم ۴ میلی گرم پتاسیم ۱۵۰ میلی گرم کلسیم ۵۰ میلی گرم فسفر ۳۵ میلی گرم آهن ۰/۶ میلی گرم ویتامین آ ۵۴۰ واحد ویتامین ب ۰/۱۶۱ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۵ میلی گرم ویتامین ث ۱۵ میلی گرم اینوزیت ۰/۷۵ میلی گرم ساکارز ۱/۵ گرم صد گرم لوبیای خشک مواد زیر موجود است آب ۱۰ گرم پروتئین ۲۲ گرم چربی ۱/۵ گرم مسدیم ۱۵ میلی گرم پتاسیم ۱ گرم کلسیم ۱۳۰ میلی گرم فسفر ۴۲۰ میلی گرم آهن ۷ میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۵۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۲/۴۳ میلی گرم برگهای لوبیدارای ماده ای بنام آلان توئین می باشد . - خواص دارویی: لوبیا قرمز از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است و لوبیای سفید معتدل است (۱) ادرار آور است و حجم ادرار را زیاد می کند (۲) درمان کننده بیماریهای دستگاه ادراری است (۳) سنگ کلیه را برطرف می کند (۴) سینه و ریه را نرم می کند (۵) آب را از بدن خارج می سازد (۶) لوبیای سبز مقوی قلب است (۷) نیروی جنسی را تحریک می کند (۸) قاعده آور است (۹) کلسترول خون را پائین می آورد (۱۰) ضد سرطان است (۱۱) برای رفع بیماریهای قلبی مفید است (۱۲) بدلیل داشتن مقدرزیادی الیاف روده ها را تمیز می کند (۱۳) فشار خون را پائین می آورد (۱۴) بیوست را برطرف می کند (۱۵) در استعمال خارجی در لوبیا را خیم کرده و روی زخمهای اگرما بگذارید تا آنها را التیام دهد . - طرز استفاده: جوشانده: مقدر ۳۰ گرم لوبیای خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ده دقیقه بجوشد سپس آنرا صاف کرده و یک فنجان قبل از هر غذا بنوشید. لوبیای پخته: لوبیا را در آب ریخته و بجوشانید تا کاملا پخته و نرم شود و بمقدر یک فنجان در روز بخورید برای جلوگیری از نفخ معده می توان لوبیا را با خردل، زیتون و آبلیمو مصرف کرد. سوپ لوبیا: از نظر داشتن مواد پروتئینی و الیاف بسیار مفید است. سوپ لوبیا را با جعفری و گشنیز و هویج پزید . - مضرات: لوبیا بعلت داشتن پروتئین برای شاخصی که مبتلا به بیماری نقرس بوده و اسید اوریک خونشان بالاست مناسب نیست. ضمنا لوبیا بدلیل اینکه گاز زیادی در معده و روده تولید می کند باید بمقدر کم استفاده شود و همچنین با طریقه پخت مناسب آنرا قابل هضم کرد. بدین منظور باید لوبیا را بعد از شستن در آب گرم ریخته و بمدت چند ساعت بگذارید خیس بخورد سپس آب آنرا دور ریخته آب تازه روی آن بریزید و پزید .

علف هفت بند

نام علمی: *Polygonum aviculare* - کلیات گیاه شناسی علف هفت بند گیاهی است یکساله و دارای ساقه خوابیده که طول آن به ۵۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن ریز، نوک تیز و گلهای آن ریز و کوچک و برنگ صورتی است. این گیاه در اکثر نواحی آسیا اروپا و آفریقا و آمریکا می روید و در مقابل عوامل خارجی بسیار مقاوم است. بطوریکه حتی اگر لگدمال شود باز هم از بین نرفته است. علف هفت بند در چمنزارها کنار جاده ها، اراضی متروک و خرابه ها مناطق سایه در و بین تخته سنگ ها می روید. این گیاه در اکثر نقاط ایران نیز وجود دارد - ترکیبات شیمیایی: علف هفت بند دریا اسید پوگیلونیک، اسید اگزالیک، آرابینوسید، اسانس، مواد رزینی، مواد قندی و موسیلاژ می باشد - خواص دارویی: گیاه هفت بند از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است (۱) قابض است و برای رفع اسهال و اسهال خونی بکار می رود (۲) در بند آوردن خونریزی مفید است (۳) آسم و برونشیت را درمان می کند (۴) تب را پائین می آورد (۵) برای برطرف کردن اگرما بکار می رود (۶) ورم روده بزرگ را برطرف می کند (۷) برای رفع ترشحات زنانه مفید است (۸) آنهائیکه به بیماری قند مبتلا هستند با استفاده از این گیاه می توانند قند خون خود را کنترل کنند (۹) سنگ کلیه و مثانه را خارج می سازد (۱۰) برای رفع دردهای معده مفید است (۱۱) برای درمان استسقاء مفید است (۱۲) در معالجه میگرن موثر است (۱۳) درد سیاتیک و درد کمر را برطرف می کند (۱۴) نفخ را برطرف کرده و هضم غذا را تسهیل می کند (۱۵) تاول و سوختگی را با کمپرس این گیاه معالجه کنید (۱۶) برای تسکین دردهای نقرس و رماتسم از کمپرس این گیاه استفاده کنید (۱۷) برای درمان زخم های چرکی، گرد این گیاه را روی زخم ها بریزید - طرز استفاده: جوشانده: مقدر ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا صاف کرده باشکر و یا عسل مخلوط کنید. مقدر

مصرف این جوشانده یک فنجان سه بار در روز است. شراب: مقدر ۴۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب ریخته و بگذارید بآرامی بجوشد و سپس آنرا صاف کنید. مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است. - مضرات: این گیاه محرک سلسله اعصاب بوده و ممکن است استفاده زیاد از آن باعث تشنج شود

اسطوخودوس (لاواندر)

نام علمی: Lavandula - کلیات گیاه شناسی اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا بحالت خود می روید مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدر زیاد وجود دارد و بسته به شرایط میط و خاک به انواع مختلفه ظاهر می شود. اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگهای متقابل، باریک، دراز سبز رنگ و پوشیده از کرکهای سفید پنبه ای. گلهای آن برنگ بنفش و بصورت سنبله می باشد. قسمت مورد استفاده این گیاه، گلها و سرشاخه های گلدار آن است. اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی درد. طعم آن تلخ است و بعلت بوی مطبوع آن در عطر سازی مصرف می شود. اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه های گلدار این گیاه بدست می آید مایعی است زردرنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است. - ترکیبات شیمیایی: اسانس اسطوخودوس دارای حدود ۴۰٪ استات لینالیل است همچنین در آن ترکیباتی نظیر اسید بوتیریک، اسید پروپوینیک و اسید والریک، لینالول آزاد و ژرامبول وجود دارد. - خواص دارویی: اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. ۱) برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید. ۲) گرفتگی ها را باز می کند. ۳) مقوی معده است. ۴) ادرار آور می باشد. ۵) معرق است و تب را پائین می آورد. ۶) صفرا بر بوده و کبد را بکار می اندازد و بیماری های کبدی را برطرف می کند. ۷) ضد تشنج است. ۸) برای تقویت عمومی بدن خوب است. ۹) کرم های معده و روده را از بین می برد. ۱۰) بیماری های سینه و سرفه را برطرف می کند. ۱۱) در معالجه زکام موثر است. ۱۲) از آن می توان بعنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد. ۱۳) برای رفع بیماریهای مجاری و ادرار مفید است. ۱۴) برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ۵ گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید. ۱۵) برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم کرده اسطوخودوس استفاده کنید. ۱۶) برای رفع بیخوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آنرا داخل بالش خود قرار دهید خواب مطبوعی برای شما می آورد. ۱۷) برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم کرده اسطوخودوس بنوشید. ۱۸) اگر دست و پای شما خواب می رود از این گیاه استفاده کنید. ۱۹) برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم کرده اسطوخودوس بنوشید. ۲۰) زردی را برطرف می کند. ۲۱) برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است. ۲۲) سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می کند. ۲۳) برای معالجه ضعف اعصاب مفید است. ۲۴) طپش قلب را از بین می برد. ۲۵) آسم را برطرف می کند. ۲۶) برای رفع ترشحات زنانه می توانید از این گیاه استفاده کنید. ۲۷) برای برطرف کرده سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم گرم ریخته و یا یک فنجان از دم کرده آن را بنوشید. ۲۸) اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم، آرتروز و نفرس است. برای این منظور کمپرس آنرا بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ۲ قطره روغن آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید. ۲۹) زخم های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده اید برطرف کنید. ۳۰) برای درمان بیماریهای ریوی ۲ تا ۳ قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید. ۳۱) مالیدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفونی کرده و التیام می بخشد. ۳۲) برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می کند. ۳۳) برای رفع بیخوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل الطیب مخلوط

کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. این دم کرده را یک ساعت قبل از رفتن برختخواب میل کنید تا بیخوابی شما برطرف شود. - طرز استفاده: ۱) دم کرده اسطوخودوس: حدود ۵ گرم سرشاخه گلدار و یا گل این گیاه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. مقدر مصرف این دم کرده ۴-۳ فنجان در روز است. ۲) کمپرس اسطوخودوس: ۳۰ گرم گل و یا سرشاخه گلدار این گیاه را با یک لیتر آبجوش مخلوط کرده و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید. ۳) اسانس و روغن اسطوخودوس را می‌توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه‌ها تهیه کنید برای مصرف یک قطره از آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و برای ماساژ استفاده کنید. و یا یک قطره آنرا روی یک حبه قند و یا یک قاشق عسل مخلوط کرده بخورید. - مضرات: اسطوخودوس گاهی است بی‌ضرر که همه می‌توانند از آن استفاده کنند. فقط برای اشخاص صفاوی مزاج خوب نست و باعث آشفته‌گی می‌شود. اینگونه اشخاص باید آنرا با سکنجبین یا کتیرا بخورند.

لیمو ترش

نام علمی: Citrus limon - کلیات گیاه شناسی حتما شنیده اید که گفته اند سیب سلطان میوه هاست ولی اگر خواص لیمو ترش را برای شما بشماریم مطمئنا قبول خواهید کرد که سلطان میوه ها لیمو ترش است. - خواص دارویی: لیمو ترش بعلت داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است. حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می‌ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید. آب را کاملا استریزه کرده و میکربهای موجود در آب را از بین می‌برد کسانیکه می‌خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل بآن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد. بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می‌کنند. برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یک لیوان بگذارید و روی آن آ یک لسمو ترش را بریزید و آنرا مدن دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدر زیادی کلسیم است می‌توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می‌توانید هنوز استفاده کنید. برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است. یک قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را برطرف خواهد کرد. برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطره آب لیمو را با یک قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید. برای رفع کم معده و روده باید یک لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یک لیوان آب سرد و یک قاشق عسل مخلوط کرده و بمدت یک ساعت قبل از خواب نوشید. برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یک تکه پنبه را آغشته به آب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد. اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمک است. بدین ترتیب که در مقدری آب لیمو نمک بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه‌ها و جشوها را برطرف می‌کند. بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسرین و آب لیمو است. آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود بمالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می‌شود. در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آب لیمو ماساژ دهید. خوردن آب لیمو سنگهای کلیه را نیز دفع می‌کند. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

عدس

نام علمی: Lens culinaris medic - کلیات گیاه شناسی عدس یکی از حبوبات است که از قدیم الایام در اکثر نقاط دنیا کشت می‌شده است. گیاه شناسان اعتقاد دارند که عدس حتی قبل از تاریخ نیز وجود داشته است. عدس از نظر مقدر پروتئین

بسیار غنی است و در بین گیاهان فقط لوییای سویا بیشتر از عدس پروتئین دارد. عدس گیاهی است یکساله که ارتفاع آن بیش از ۳۰ سانتیمتر نیست. برگهای آن دارای ۶ تا ۱۴ برگچه می باشد که در انتهای آن پیچک قرار درد. گلهای عدس رنگ سفید و دارای رگه هایی به رنگ بنفش است. میوه آن غلاف کوچکی است و معمولا- در هر غلاف ۱ تا ۳ عدس وجود دارد. عدس دو نوع است: (۱) عدس رسمی که دانه آن گرد و سنبتا درشت است و رنگ آن سبز مایل به زرد است. (۲) عدس ریز یا عدس قرمز که دانه های آن ریز و به رنگ قرمز می باشد. - ترکیبات شیمیایی: عدس منبع غنی پروتئین و ویتامین های گروه B می باشد. مواد موجود در ۱۰۰ گرم عدس بقرار زیر است: انرژی ۳۴۰ کالری پروتئین ۲۵ گرم چربی ۱ گرم مواد نشاسته ای ۶۰ گرم کلسیم ۸۰ میلی گرم فسفر ۳۸۰ میلی گرم آهن ۷ میلی گرم پتاسیم ۸ میلی گرم ویتامین آ ۶۰۰ واحد بین المللی ویتامین ب ۱/۴ میلی گرم ویتامین ب ۲/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳/۳ میلی گرم آرسنیک ۱ میلی گرم - خواص دارویی: عدس از نظر طب قدیم ایران معتدل و خشک است و مانند دیگر گیاهان پوست و دانه آن دارای اثرات متضاد یکدیگر می باشد. یعنی پوست عدس گرم و خود عدس قابض است. عبارت دیگر پوست آن ملین و مغز آن ضد اسهال می باشد. عدس یک غذای کامل است و انرژی لازم را برای کارهای بدنی برای انسان تامین می کند. عدس دارای خواص زیر است (۱) عدس زیاد کننده ترشحات شیر است و مادران شیرده حتما باید از آن استفاده کنند. (۲) عدس را در کنید و روی پوست ملتهب بگذارید التهاب را برطرف می کند. (۳) برای درمان زخم های دهان و گلو و دیفتری عدس را پخته و آب آنرا غرغره کنید. (۴) برای تقویت معده و برطرف کردن گاز معده عدس پخته را با سرکه میل کنید. (۵) آش عدس با روغن بادام برای دوران نقاهت بهترین غذاست. (۶) پماد در عدس با سرکه برای ترک دست و پا که بعلت سرما عارض شده سودمند است. (۷) عدس را می توان بعنوان مسهل هم مصرف کرد چون دارای لعاب زیادی است که در درمان ناراحتی های روده نیز موثر است. (۸) عدس پخته را بعنوان مرهم برای زخم نیز می توان بکار برد. - مضرات: عدس با تمام مزایایی که درد نباید زیاد مصرف شود و در خوردن آن اسراف گردد زیرا اولادیر هضم است و تولید نفخ می کند ثانیاً قابض است و جریان خون را در رگها آهسته می کند. البته می توان برای جلوگیری از این عوارض عدس را با روغن کنجد و یا روغن بادام و با سرکه خورد. ضمناً عدس بعلت داشتن میکروپروتئین برای افرادی که ناراحتی کلیه مخصوصاً تقویت کلیه دارند زیانبخش است.

کاهو

نام علمی *lactuca sativa* - کلیات گیاه شناسی کاهو یکی از قدیمیترین سبزیجات دنیا است منشاء آن در هندوستان و آسیای مرکزی می باشد. کاهو طبق مدارکی که بدست آمده از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است. کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد بطوریکه از اوائل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است. کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگهای پهن و دراز و سبز روش می باشد و با طعم کمی شیرین. انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود حدود ۱۶ نوع می باشد که در تمام طول سال وجود دارد رویهمرفته دو دسته کاهو وجود دارد: ۱- کاهوی پرورشی و اهلی که در سالاد استفاده می شود که کاهوی گرد **Head Lettuce** و کاهوی ایرانی **Romano Lettuce** از انواع مهم آن است. ۲- کاهوی وحشی یا کاهوی خودرو کاهوی ایرانی از نظر مواد غذایی از کاهوی گرد بهتر است. کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد زیرا دارای مقدر زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند. - ترکیبات شیمیایی: در صد گرم کاهوی ایرانی مواد زیر موجود است: آب ۹۴ گرم انرژی ۱۸ کالری پروتئین ۱/۲ گرم مواد نشاسته ای ۰/۱ گرم کلسیم ۶۵ میلی گرم فسفر ۲۵ میلی گرم آهن ۱/۵ میلی گرم چربی ۰/۲ گرم کلسیم ۱۸ میلی گرم سدیم ۱۰ میلی گرم پتاسیم ۲۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۵۰۰ واحد ویتامین ب ۱/۵ میلی گرم ویتامین ب ۲/۰۸ میلی گرم ویتامین ب ۳/۴ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرم آرسنیک ۰/۰۲ میلی گرم اسید اگزالیک ۰/۰۰۳

میلی گرم کاهو ضمنا دارای مواد معدنی مانند نیکل ، کبالت ، سولفور و مس می باشد مواد شیمیایی کاهو عبارتند از : لاکتوکاروم **Lactucarum** (که ماده ای است مخدر) موم ، رزین ، مالیک اسید و سوکسی نیک اسید ، لاکتوم کاروم خواب آور و مسکن است . از لاکتوم کاروم بعنوان داروی خواب آور و مسکن و نیز در چشم پزشکی برای گشاد کردن مردمک چشم استفاده میشود . از کاهو همچنین ماده ای بنام تریداس **Thridace** گرفته می شود که مسکن و ضد درد است . برای تهیه تریداس ساقه کاهو رسیده را تکه تکه کرده و شیره آنرا با فشار خارج می سازند . این شیره را سپس حرارت داده تا در اثر حرارت مواد آلومینی آن منعقد می شود در نتیجه مایعی صاف بدست می آید . این مایع را تحت درجه حرارت کم و در خلاء حرارت داده که تریداس بدست می آید . این مایع را می توان خشک کرد و بصورت پودر درآورد . - خواص دارویی: - خواص گیاه کاهو کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است (۱) کاهو تمیز کننده خون است (۲) کاهو بعلت داشتن آهن خونساز است (۳) ضد تورم است (۴) کاهو خواب آور و آرام بخش است (۵) کاهو برای ضعف اعصاب مفید است (۶) کاهو ملین و ادرار آور است (۷) خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است (۸) کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند (۹) اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند اشتها آور است (۱۰) کاهو اثر ضد تشنج دارد (۱۱) درد معده را تسکین می دهد (۱۲) کاهو قوای جنسی را تقویت می کند (۱۳) برای برطرف کردن درد سینه کاهو را بپزید و بخورید (۱۴) زنان شیدره اگر می خواهند که شیرشان زیاد شود باید کاهوی پخته بخورند (۱۵) ورم غدد لنفاوی را برطرف می کند - خواص تخم کاهو تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است ۱- تخم کاهو مخرب و خواب آور است ۲- خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند ۳- تخم کاهو برای درد سینه مفید است ۴- خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهائیکه قطره قطره ادرار می کنند باید تخم کاهو بخورند (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود . - مضرات : اگر در خوردن کاهو افراط نکنند این گیاه بهیچوجه مضر نیست زیاده روی در خوردن کاهو باعث کم شدن قدرت جنسی ، فراموشی و کم شدن حافظه ، ضعف دید چشم و نفخ شکم می شود . برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع ، کرفس و زیره میل کرد .

شیرین بیان Liquorice

نام علمی : **Glycyrrhiza globra** - کلیات گیاه شناسی شیرین بیان گیاه بومی ناطق مدیترانه است و در ایران در اکثر نقاط کشور می روید . شیرین بیان گیاهی است چند ساله و دارای ساقه ای بطول یک متر که در نواحی معتدل تا ارتفاع دو متر می رسد . برگهای آن مرکب از تعدادی برگچه های فدر و سبزرنگ می باشد . گلهای آن برنگ بنفش ، سفید . زرد است میوه آن مانند نیم و محتوی ۵ تا ۶ دانه می باشد . ریشه شیرین بیان بطور خیلی عمیق در زمین فرو می رود . پوست ریشه قهوه ای سیر و س یاه است . مغز ریشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغییر می کند . مثلا شیرین بیان اسپانیا طعم ملایم درد در حالیکه شیرین بیان یونان دارای طعم تلخ است . - ترکیبات شیمیایی: ریشه شیرین بیان دارای گلوکز ساکاروز ، آسپاراژین ، مواد آلبومیدی رزین و کمی اسانس میباشد . ماده اصلی که باعث شیرینی این گیاه است گلیسیرین خوانده می شود . در شیرین بیان ماده ای بنام لکوریتی جننی چالکون وجود دارد که خاصیت دفع اسپاسم عضلات را دراست . - خواص دارویی: شیرین بیان از مظر طب قدیم ایران معتدل است . شیرین بیان را بصورت قطعات کوچک به قطر ۰/۵ سانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رسانند . (۱) مهمترین خاصیت شیرین بیان که جدیدا کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا ساتفاده می شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد . (۲) برای تقویت عمومی بدن مفید است (۳) خوردن آن از پیری جلوگیری می کند (۴) برای نرم کردن سینه موثر است (۵) زخم ها و تاول های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود . (۶) ملین

است و معمولا- آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کنند که انقباضات را کم می کند (۷) مدر و عرق آور است (۸) برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید . (۹) سرفه را برطرف می کند (۱۰) ورم معده را برطرف می کند (۱۱) تنگی نفس را تسکین می دهد (۱۲) برای درمان سوء هاضمه مفید است (۱۳) برای از بین بردن نفخ شکم مفید است (۱۴) چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کند برای این منظو از فرمول زیر استفاده کنید : ۲ گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید. (۱۵) برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید (۱۶) برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت ها بگذارید . - طرز استفاده: دم کرده شیرین بیان : مقدر ۵۰ گرم ریشه بدون پوست شیرین بیان را آسیاب کرده و در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد . جوشانده شیرین بیان : ۲۰ گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و در ۱۰۰ گرم آب ریخته و آنقدر بجوشانید که دو سوم آن باقی بماند . شربت شیرین بیان : ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و با آب مخلوط کرده و آنقدر بجوشانید تا غلیظ شود تکه های شیرین بیان : مانند آب نبات می توانید در دهان گذاشته و بمکید . - مضرات : استفاده زیاد از شیرین بیان برای طحال مضر است و اگر می خواهید از شیرین بیان برای برطرف کردن بیماری و برای مدت طولانی استفاده کنید بهتر است آنرا با کتیرا بخورید .

روناس

نام علمی : *Rubia Tinctorum* - کلیات گیاه شناسی گیاهی است که به حالت خودرو در مناطق مدیترانه ، در شمال آفریقا و بعضی مناطق آسیا می روید . ساقه این گیاه پوشیده از خارهای ریز می باشد و ارتفاع آن تا حدود دو متر می رسد . روناس با استفاده از خارهای ریزی که درد به دیوار و درختان می چسبد و بالا- می رود . برگهای آن بیضی ، نوک تیز و دراز و بده که به صورت گروهی و به شکل چتر از کنار ساقه بیرون می آید . گلهای روناس کوچک و به رنگ زرد مایل ه سبز می باشد . میوه آن گشوتی و به رنگ تیره است . ریشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به صورت دراز ، باریک و استوانه ای می باشد . دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می شود . از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پارچه و نخ استفاده می شده است .- ترکیبات شیمیایی: ریشه روناس دارای ماده ای رنگی به نام آلیزارین می باشد که برای رنگرزی بکار می رفت ولی بعد از اینکه توانستند این ماده را به طریقه شیمیایی تهیه کنند کشت آن برای تهیه آلیزارین متوقف گردید . - خواص داروئی: روناس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . (۱) باز کننده گرفتگی ها در بدن است (۲) درآ آور است و حبس البول را درمان می کند (۳) برای معالجه بیماری فلج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید (۴) ترشح شیر راز یاد می کند. (۵) درد سیاتیک را رفع می کند. (۶) بیبوست های سخت را معالجه می کند . (۷) اشتها آور است. (۸) قاعده آرو است . (۹) خارش پوست را برطرف می کند بدین منظور میتوان از ضماد استفاده کرد و یا اینکه جوشانده آنرا در وان حمام بریزید و مدتی در آن استراحت کنید . (۱۰) اوره خون را پائین می آورد . (۱۱) جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند . (۱۲) تورم را در بدن از بین می برد . (۱۳) از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی استفاده کنید . - طرز استفاده: دم کرده : یک قاشق مربا خوری ریشه خرد شده روناس را در یک لیوان آب جوش ریخته . بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است . جوشانده روناس : ۱۰ گرم ریشه روناس را د یک لیتر آب ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه بجوشد . این جوشیده را در وان حمام بریزید و برای رفع بیماریهای پوستی در آن استراحت کنید . - مضرات : همانطور که گفته شد روناس ترشح ادرار را زیاد می کند و فشار آنرا بالا می برد بنابراین ممکن است در اثر استفاده زیاد ایجاد خون در ادرار کند و در یانصورت بهتر است که روناس با کتیرا خورده شود .

انبه

نام علمی: *Mangifera indica* - کلیات گیاه شناسی انبه درختی است زیبا که ارتفاع آن تا ۱۰ متر می‌رسد. منشا انبه هند و مالزی و برمه می‌باشد ولی هم اکنون در تمام مناق استوایی و حاره کشت می‌شود. انبه از ۴۰۰۰ سال پیش وجود داشته است. برگهای این درخت نیزه‌ای شکل، گل‌های آن زرد یا قرمز رنگ و بصورت خوشه‌ای وجود دارد. میوه آن که انبه یا منگو نامیده می‌شود بیضوی شکل و دارای طعمی مطبوع و شیرین بوده و دارای هسته‌ای نسبتاً بزرگ است. انبه در اوائل ماه می می‌رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است. - ترکیبات شیمیایی: انبه دارای موادی مانند اسید بنزوئیک *Benzoic Acid* اسید سیتریک *Citric Acid* و پیوری یلو دری *Puri yellow Dye* که ماده زرد رنگی است می‌باشد. انبه در حدود ۱۵٪ تانن دارد. هسته انبه دارای چربی زیاد و نشاسته و اسید گالیک *Gallic Acid* است. در صد گرم انبه مواد زیر موجود است: انرژی ۴۵ کالری آب ۸۰ گرم منشاسته ۱۲ گرم پروتئین ۰/۵ گرم چربی ۰/۱۵ گرم کلسیم ۶ گرم فسفر ۹ میلی گرم آهن ۰/۱۵ میلی گرم ویتامین آ ۳۵۰۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۴ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۳۵ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۲۵ میلی گرم - خواص دارویی: - خواص میوه انبه رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و نارس آن سرد و خشک است. انبه نارس تولید کننده بلغم و سودا در بدن می‌باشد. ۱) انبه بسیار مقوی بوده و تقویت کننده بدن است. ۲) انبه تقویت کننده قوای جنسی است. ۳) رنگ صورت را درخشان می‌کند. ۴) دهان را خوشبو می‌کند. ۵) ادرار آور است. ۶) یبوست را برطرف می‌کند. ۷) انبه دارای مقدر زیادی اسید گالیک است. بنابراین سیستم هضم را ضد عفونی و تمیز می‌کند. ۸) انبه تمیز کننده خون می‌باشد. ۹) خوردن انبه بوی بد بدن را از بین می‌برد. ۱۰) انبه حرارت بدن را کاهش می‌دهد و تب را پائین می‌آورد. ۱۱) برای رفع اسهال مفید است. ۱۲) خوردن انبه، سردرد، تنگی نفس و سرفه را از بین می‌برد. ۱۳) برای درمان بواسیر مفید است. ۱۴) عطش را برطرف می‌کند. ۱۵) انبه چون گرم است برای گرم مزاجان مناسب نیست و این اشخاص باید آنرا با سکنجبین بخورند. - خواص مغز هسته انبه دارای هسته بزرگی است که در وسط آن مغز آن قرار دارد که بجای مغز بادام می‌توان از آن در شیرینی جات استفاده کرد. مغز هسته انبه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است. ۱- خوردن مغز هسته اسهال را برطرف می‌کند. ۲- برای معالجه سرمخوردگی مصرف می‌شود. ۳- سرفه‌های سخت را درمان می‌کند. ۴- درمان کننده بواسیر خونی است. ۵- خانم‌هاییکه دچار خونریزی از رحم می‌باشند و یا بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند برای رفع آن باید از مغز انبه استفاده کنند. ۶- مغز هسته انبه کرم کش و ضد اسهال است. ۷- برای تسکین آسم و تنگی نفس مفید است. ۸- ضد استفراغ است. - دیگر خواص درخت انبه ۱. گل انبه سرد و خشک است و اسهال را رفع می‌کند. ۲. اگر شکوفه درخت انبه را خشک کرده و هر روز حدود ۳ گرم آنرا با ۱۰ گرم شکر بخورند سرعت انزال را معالجه می‌کند. ۳. صمغ درخت انبه را با روغن و آبلیمو مخلوط کنید برای ناراحتی‌های پوست مفید است. ۴. برای برطرف کردن ریزش مو، آب برگهای درخت انبه را روی سر بمالید. ۵. برای تقویت دندان و لثه دم کرده برگ درخت انبه را مضمضه کنید. - مضرات: هضم انبه برای بعضی از افراد سخت است و ممکن است ایجاد خارش و دمل نماید. اگر خون انبه ایجاد نفخ بکند باید آنرا با زنجبیل خورد.

ختمی

نام علمی: *Althaea officinalis* - کلیات گیاه شناسی ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است. گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می‌رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می‌باشد پوشیده شده است. برگهای ختمی دندانه دار، پهن و مانند قلب می‌باشد. گل‌های آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته

های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود. ختمی به علت داشتن گل‌های زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود. تمام قسمت‌های این گیاه استفاده طبی دارد. - ترکیبات شیمیایی: ختمی دارای لعاب و موسیلاژ زیادی است. این گیاه دارای مواد نشاسته ای، چربی، اسانس آنتوسیانین Anthocyanin آل تئین Altheine، دای اکسی بنزوئیک اسید Dioxybenzoic Acid و سیانیدین Cyanidin می باشد. - خواص دارویی: ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تراست و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصا روده ها، ریه ها، معده، کلیه ها و مثانه موثر است. - خواص گل ختمی (۱) ملین و برطرف کننده یبوست است (۲) بیماریهای تنفسی را برطرف می کند. (۳) سرفه های خشک را از بین می برد. (۴) برای رفع گلو درد جوشانده گل ختمی را غرغره کنید. (۵) عادت ماهیانه را منظم می کند. - خواص ریشه ختمی (۱) ناراحتی های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد. (۲) سرفه های خشک را از بین می برد. (۳) تب راپائین می آورد. (۴) اسهال خونی را شفا می بخشد. (۵) ادرار را زیاد می کند. (۶) کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند. (۷) تورم را رفع می کند. (۸) ناراحتی های دستگاه ادراری را برطرف می کند. (۹) قند خون را تنظیم می کند. - خواص برگ ختمی ۱- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است. ۲- برای التیام شکستگی ها، برگ ختمی را بصورت ضماد در آورده و روی محل شکستگی بگذارید. ۳- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است. ۴- رعشه را برطرف می کند. ۵- ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید. - طرز استفاده: ۱- خیسانده ریشه ختمی: ۱۰ گرم ریشه ختمی را پوست کنده و خرد کرده و در یک لیتر آب سرد خیس کنید و پس از ۸ ساعت آنرا صاف کرده و نگهداری کنید این مایع در رفع اسهال خونی بسیار موثر است. ۲- دم کرده ختمی: در حدود ۲۰ گرم ریشه ختمی را تمیز کرده و خرد کنید و آنرا در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا صاف کرده و با عسل مخلوط کنید. ۳- دم کرده گل ختمی: ۲۰ گرم گل خشک شده ختمی را در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا با قند یا عسل شیرین بکنید. ۴- محلول شست و شوی چشم: نیم گرم گل خشک ختمی را در ۱۵۰ گرم آب ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا سرد کنید و ۵ قطره الکل کامفه در آن بریزید. - مضرات: ختمی گیاه مفید و بی ضرری است فقط زنان باردار و مادرانش یدره باید از زیاد خوردن آن پرهیز کنند. کسانیکه سرد مزاج هستند باید ختمی را با عسل بخورند.

گزنه

نام علمی: *Urtica dioica* - کلیات گیاه شناسی گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته اند. جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیمایر دستگاه تنفسی بکار می برده است. گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می رود. این گیاه در خرابه ها باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می کنند بحالت خودرو می روی ریشه این گیاه خزننده بوده و در ناحیه ای که سبز می شود کم کم تمام منطقه را فرا می گیرد. ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می چسبد و پوست را می گزد که تولید خارش و سوزش می کند و شاید بهمین دلیل آنرا گزنه نامیده اند. تخم آن نرم، ریز و تیره رنگ و مانند تخم کتان است قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه، ریشه ف شیره و دانه آن است. - ترکیبات شیمیایی: گزنه دارای تانن، لسیتین اسید فورمیک، نترات پتاسیم و کلسیم، ترکیبات آهن درد، ویتامین C و نوعی گلوکوزید است که پوست را قرمز می کند از سرشاخه های این گیاه ماده قرمز رنگی بنام اورتی سین استخراج می شود. - خواص دارویی: گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است (۱) گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می کند، حتی در بعضی از مورد موی سر دوباره می روید. برای

استفاده از این خاصیت ۶ گرم سرشاخه‌ها و برگها و ریشه گزنه را بتهنایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد. شبها مقدری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید. (۲) برای برق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید. بدین منظور یک قاشق چایخویر بگ گزنه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیمساعت بگذارید بماند. ماساژ دادن با این چای، شوره سر را برطرف می‌کند. (۳) دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند (۴) ادرار را زیاد می‌کند (۵) برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید (۶) ترشح شیر را در زنان شیدره زیاد می‌کند (۷) اخلاط خونی را برطرف می‌کند (۸) بیماریهای پوستی را برطرف می‌کند (۹) برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید (۱۰) در درمان کم خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می‌کند (۱۱) اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می‌کند (۱۲) گزنه عرق آور است (۱۳) پاک کننده اخلاط سینه، ریه و معده است (۱۴) نیروی جنسی را تقویت می‌کند (۱۵) گرفتگی های کبدی را رفع می‌کند (۱۶) برای از بین بردن زگیل، ضماد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید (۱۷) برای پاک کردن مثانه، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید (۱۸) برای التیام زخم‌ها و زخم‌های سرطانی از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید (۱۹) برای برطرف کردن کبیر از جوشانده گزنه بمقدر سر فنجان در روز بنوشید (۲۰) درد نقرس را کاهش می‌دهد (۲۱) برای برطرف کردن ناراحتی های زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید (۲۲) ناراحتی های کلیه را برطرف می‌کند (۲۳) ضماد آن درد عضلانی را برطرف می‌کند (۲۴) کرم معده و روده را می‌کشد (۲۵) درمان کننده بواسیر است (۲۶) برای برطرف کردن درد رماتیسم، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید. - طرز استفاده: ۱- دم کرده گزنه: مقدار ۴۰ گرم برگ گزنه را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید. مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست. ۲- جوشانده گزنه: مقدار ۳۰ گرم گزنه را در یک لیتر آب ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه آنرا بجوشانید. این جوشانده برای تصفیه خون مفید است. مقدر مصرف آن یک فنجان بین غذاها در روز است. ۳- تنطور گزنه یک قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الکل ۵۰ درجه طبی مخلوط کرده و در داخل شیشه در بسته بریزید و بمدت ۱۵ روز هر روز آنرا تکان دهید بعد از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربسته نگاهداری کنید. مقدر مصرف آن ۱۵-۱۰ قطره سه بار در روز می‌باشد. - مضرات: گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده‌ها و کلیه‌ها مضر باشد بنابراین بهتر است با صمغ عربی و کتیرا خورده شود. مقدر مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز ممکن است باعث بند آمدن ادرار شود. زنان باردار و کودکان باید از مصرف آن خودداری کنند.

بلوط - گز علفی (شیره بلوط)

نام علمی: Quercus - کلیات گیاه شناسی بلوط درخت بومی در مناطق معتدله است و در ایران در جنگلهای کردستان لرستان و کهکلیه می‌روید. ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می‌رسد. برگهای درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می‌باشد. میوه درخت بلوط که به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پیاله ای جای می‌گیرد. - ترکیبات شیمیایی: پوست و برگ درخت بلوط دارای تانن، قند، اسید گالیک، اسید مالیک، کوئرستین Quercine، موسیلاژ، پکتین رزین و روغن است. - خواص داروئی: بلوط از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است - خواص میوه بلوط میوه بلوط از قدیم الایام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده می‌کرده‌اند. حتی اگر آنرا خشک و در کرده و با در گندم مخلوط می‌کنند و از آن نان تهیه می‌نمایند. می‌توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در کرده و از آن چائی تهیه کرد. مقدر مصرف آن یک قاشق چایخوری در یک لیوان آب جوش می‌باشد. این دم کرده را می‌توان برای مورد زیر بکار برد. ۱- بواسیر را برطرف می‌کند. ۲- اسهال ساده و اسهال خونی را رفع می‌کند. ۳- درد معده و گاز معده را برطرف می‌کند. ۴- برای رفع کم خونی موثر

است . ۵- نرمی استخوان را درمان می کند . ۶- برای تقویت عمومی بدن موثر است . ۷- برای معالجه اسهال اطفال ، در بلوط را با کاکائو مخلوط کرده و دم کرده آنرا به اطفال میدهند . - خواص درخت بلوط برای استفاده از پوست درخت بلوط یم توان آنرا در کرده و با عسل مخلوط کنید و یا اینکه یک قاشق در آنرا در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید . ۱- خونریزیها را متوقف می سازد . ۲- درمان کننده بواسیر خونی است . ۳- خاصیت ضد عفونی دارد . ۴- ادرار را زیاد می کند . ۵- ترشحات زنانه را از بین می برد . - مصارف خارجی پوست درخت بلوط برای استفاده خارجی از جوشانده پوست درخت استفاده می شود . بدین منظور باید ۱۵ گرم پوست درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقلیل یابد . از این جوشانده می توان بعنوان کمپرس استفاده کرد و یا آنرا در وان حمام ریخته و در آن استراحت نمود . ۱) خون مردگی را درمان می کند . ۲) اگرما را از بین می برد . ۳) برای درمان بیماریهای پوستی در وان حمام که در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ریخته اید به مدت یکربع ساعت استراحت کنید . ۴) اگر واریس درید این قسمتها را با جوشانده پوست بلوط کمپرس کنید . - گز علفی در اثر نیش زدن حشره ای مخصوص به برگ و یا شاخه های درخت بلوط ماده ای به بیرون تراوش می کند که در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هایی به قطر ۲ سانتیمتر بر روی ساقه و یا برگ ظاهر می شود . برای استفاده از گز شاخه های درخت را تکان می دهند تا دانه های گز به زمین بریزد . البته این دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است که باید تمیز شود . گز علفی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برای استفاده طبی از گز علفی می توان آنرا با عسل مخلوط کرد و یا جوشانده آنرا تهیه نمود . (۵۰ گرم در یک لیتر آب جوش) - خواص گز علفی ۱) قابض است . ۲) خونریزیها را متوقف می سازد . ۳) مقوی معده است . ۴) تقویت کننده دستگاه تنفسی است . ۵) سینه را نرم و صدا را صاف می کند . ۶) سرفه ها را برطرف می کند . ۷) تنگی نفس را درمان می کند . ۸) برای معالجه بواسیر گز علفی را با عسل مخلوط کرده و بر روی بواسیر بگذارید . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

جو دوسر (بولاف)

نام علمی : *Avena sativa* - کلیات گیاه شناسی جو دوسر از قدیم الایام توسط مردم ژرمن و اسلاو کشت میشده است . گیاهی است یکساله که ارتفاع آن تا یک متر می رسد میوه آن خوشه ای و دراز و دارای غلافی دو سر می باشد . جو دو سر دو نوع می باشد که بنام بهاره و پایتزه نامیده می شود این گیاه علفه خوبی برای حیوانات مخصوصا اسب است . - ترکیبات شیمیایی: جو دو سر دارای حدود ۷٪ مواد چرب ، ۱۴٪ مواد ازته و ۶۰٪ مواد شناسته ای می باشد . بعلاوه ارسنیک ف اسید اگزالیک و ید نیز در آن وجود دارد . - خواص دارویی: جو دو سر از نظر طب قدیم ایرا معتدل یعنی نه سرد است و نه گرم . البته عده ای عقیده دارند که این گیاه کمی خشک است . ۱) جو دو سر طبق تحقیقاتی که جدیدا انجام گرفته در کاهش کلسترول خون اثر معجزه آسایی دارد . ۲) مقوی اعصاب است . ۳) ضد عفونی کننده بدن می باشد . ۴) تقویت کننده بدن می باشد . ۵) ادرار آور و ملین است و پوست را برطرف می کند . ۶) مقوی قلب و خون است . ۷) تسکین دهنده درد است . ۸) جوشانده جو دو سر در برطرف کردن بیماریهای پوستی و اخلاط خونی نیز موثر است . ۹) برای لاغر شدن هر روز جو دو سر بخورد . ۱۰) اگرما را درمان می کند . ۱۱) برای درمان زخ هایی که یدر خوب می شوند جو دو سر را در کرده و با شراب سفید مخلوط کنید و روی این قبیل زخم ها بگذارید . ۱۲) و بالاخره این گیاه اثر ضد سرطان دارد . استفاده مدام این گیاه از سرطان جلوگیری می کند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

نام علمی: *Olea europaea* - کلیات گیاه شناسی زیتون درختچه ای است به ارتفاع تقریباً سه متر ولی هنگامیکه در شرایط مساعد پرورش می یابد ارتفاع آن حدود ۱۲ متر و قطر تنه اش به ۳ متر می رسد. چوب درخت زیتون بسیار سخت و مقاوم است. رنگ آن زرد است که خطوطی قهوه ای رنگ در آن وجود دارد. از چوب زیتون برای تهیه اشیاء چوبی ظریف استفاده می شود. برگهای آن سبز رنگ، بیضوی و دراز و بوضع متقابل منشاء درخت زیتون احتمالاً منطقه مدیترانه بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است. زیتون معمولاً در اوائل تابستان شروع به گل دادن می کند و میوه آن کم کم ظاهر می شود. در اواخر تابستان میوه آن به ثمر می رسد. در این هنگام زیتون سبز است و بتدریج تبدیل به بنفش و قهوه ای و سپس سیاه می شود بطوریکه در اواخر پاییز که موقع برداشت میوه است رنگ آن بکلی تیره است. - ترکیبات شیمیایی: زیتون رسیده در حدود ۳۰ درصد روغن درد. این روغن مخلوطی از اولئیک اسید *Oleic acid*، لینولئیک اسید *Linolenic acid* و پالمیتیک اسید *Palmitic acid* می باشد. روغن زیتون مایعی است زلال ب رنگ زرد روشن مایل به سبز یا زرد طلایی برای استخراج روغن زیتون میوه ها را له کرده و در داخل کیسه ای می ریزند و سپس کیسه را تحت فشار قرار داده تا روغن آن خارج شود. البته از باقیمانده تفاله زیتون که روغن آن گرفته شده تحت اثر آب جوش حرارات و فشار روغن زیتون معمولی را استخراج می کنند که ارزش روغن فشار اول را ندارد. زیتون دارای سدیم، ویتامین A و E و آهن می باشد. - خواص دارویی: زیتون رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و قابض است و میوه نارس زیتون سرد و خشک است و روغن زیتون گرم و خشک است. برگ درخت زیتون نیز گرم و خشک می باشد. (۱) دم کرده برگ زیتون داروی خوبی برای پائین آوردن فشار خون می باشد. بدین منظور باید ۲۰ عدد برگ زیتون را داخل ۳۰۰ گرم آب ریخته و آنرا بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید. سپس کمی قند بآن اضافه کرده و بمقدار یک فنجان دوبار در روز از آن بنوشید. بعد از دو هفته باید بمدت ۸ روز نوشیدن این دم کرده را قطع کنید و سپس ادامه دهید. (۲) روغن زیتون نرم کننده و صفا بر است. (۳) روغن زیتون دفع کننده سنگ کیسه صفرا است برای این منظور باید آنرا با آلبیمو مصرف کرد. (۴) روغن زیتون کرم کش است. (۵) روغن زیتون برای رفع سرفه های خشک مفید است. (۶) برای رفع خارش گزیدگی حشرات، روغن زیتون را به محل گزیدگی بمالید. (۷) بدن بچه هایی را که مبتلا به نرمی استخوان و کم خونی هستند با روغن زیتون ماساژ دهید اثر مفیدی دارد (۸) برای رفع پیوره لته، روغن زیتون را بر روی لته بمالید. (۹) برای برطرف کردن خراش و ترک پوست، گلیسیرین و روغن زیتون را به مقدار مساوی با هم مخلوط کرده و روی پوست بمالید. (۱۰) دم کرده برگ درخت زیتون تب بر است. (۱۱) جوشانده برگ درخت زیتون برطرف کننده نقرس و رماتیسم است. (۱۲) برای سرباز کردن جوشها و کورک ها زیتون را له کرده و روی جوش یا کورک بمالید. (۱۳) دم کرده و جوشانده پوست درخت زیتون تب بر و درمان کننده مالاریا است. (۱۴) پماد میوه نارس زیتون برای سوختگی مفید است (۱۵) جوییدن برگ زیتون برای از بین بردن زخم های دهان مفید است (۱۶) برای رفع سستی فلج و لقوه و تقویت نیروی جنسی باید ۸۰ گرم روغن زیتون را با ۱۴ گرم کندر و ۱۶ گرم سیاه دانه مخلوط کرده و بمدت سه روز از آن بخورید (۱۷) مصرف روغن زیتون از امراض قلبی و س رطان جلوگیری می کند. (۱۸) و بالاخره روغن زیتون بهترین روغن برای پخت و پز می باشد زیرا در اثر حرارات خراب نمی شود. - مضرات: روغن زیتون برای هیچ کس مضر نیست و همه افراد می توانند از آن استفاده کنند فقط میوه تازه و یاقوتی آن معده را سست می کند و ممکن است تولید استفراغ کنند.

پیاز

نام علمی: *Allium cepa* - کلیات گیاه شناسی پیاز گیاهی است دو ساله دارای برگهای توخالی و استوانه ای شکل. ساقه پیاز تا ارتفاع یک متر هم می رسد که آنهم استوانه ای و توخالی است. گلهای پیاز ب رنگ سفید یا بنفش بصورت چتر در انتهای ساقه دیده می شود. پیاز انواع مختلف درد مانند پیاز سفید پیاز بنفش، پیاز قرمز و یا مخلوطی از قرمز و بنفش. پیاز در حال حاضر در

تمام مناطق دنیا کشت می شود ولی گفته می شود که منشاء آن از ایران و افغانستان بوده است و از آنجا به دیگر نقاط دنیا راه یافته است. پیاز از زمانهای ماقبل تاریخ وجود داشته است. مردم مصر و کلدان از آن در غذاهایشان استفاده می کرده اند. مخصوصا در مصر پیاز در مراسم مذهبی بکار می رفته و احترام خاصی داشته است. یونانیان و رومیان نیز آنرا می شناخته و مصرف می کرده اند - ترکیبات شیمیایی: پیاز دارای ترکیبات گوگردی، قند، کلسیم، املاح سدیم و پتاسیم، ید، سیلیس، آهن، فسفر و یوتامینهای A.B.C می باشد. پیاز دارای اسانس مخصوصی می باشد که در اثر پختن از بین می رود. پیاز خام فعالیت معده را زیاد می کند و در نتیجه ترشح اسید کلریدریک را تشدید می کند. بنابراین کسانی که ناراحتی معده دارند ممکن است سوزش و درد در معده خود حس کنند. اینگونه اشخص باید پیاز پخته مصرف کنند که ترشحات دشتگاه هاضمه را منظم کرده اشتها را زیاد و دل درد و نفخ معده را درمان می کند. - خواص دارویی: پیاز از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است که در یک مقاله نمی توان گنجانید. ۱- پیاز ادرار آوری قوی است و خام و پخته آن هر دو این اثر را دارند. ۲- برای رفع گاز معده از تنتور پیاز می توان استفاده کرد. مقدر مصرف آن ۱۰ تا ۱۵ قطره است که باید در آ حل کرده و مصرف نمود. ۳- برای رفع دردهای عصبی شربت پیاز بهترین دارو است شربت پیاز به این صورت تهیه میشود: ۱۰۰ گرم پیاز خام را با ۴۰۰ گرم آب مخلوط کرده و بپزید تا له شود سپس ۴۰۰ گرم قند روی آن بریزید و بگذارید که جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف کنید و در یخچال قرار دهید. ۴- همانطور که گفته شد پیاز دارای انسولین گیاهی است و استفاده از آنق ند خون را پائین می آورد. بیماران مبتلا به مرض قند باید حتما هر روزه از آن استفاده کنید. ۵- اگر پیاز را له کنید و در زیر شکم شخصی که مبتلا به احتباس ادراری است قرار دهید ادرار را باز می کند. ۶- پیاز نیم پز برای سوختگی ها نیز موثر است. ۷- پیاز خام محرک قلب است. ۸- پیاز باکتری کش است. ۹- پیاز تقویت کننده و نرم کننده سینه است. برای این منظور پیاز را آب پز کرده و بخورید. ۱۰- پیاز سنگ کلیه را خرد می کند. ۱۱- پیاز پخته ملین است. ۱۲- برای رفع خارش چشم چند قطره آب پیاز را در چشم بچکانید. ۱۳- برای درمان سنگینی گشو آب پیاز را در گوش بچکانید. ۱۴- ماسک پیاز روی صورت خون را بطرف صورت می کشاند و رنگ صورت را درخشان می کند. ۱۵- پیاز چون گرم است برای کسانی که طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشی و سردرد می شود. ۱۶- پیاز لته ها را محکم می کند. ۱۷- پیاز کلسیم درد دندانها و استخوانها را تقویت می کند و از نرمی استخوان جلوگیری می کند. ۱۸- پیاز معالجه عفونتهای مجاری تنفسی از قبیل ورم گلو، برنشیت، گریپ و آسم می باشد. ۱۹- برای رفع سموم بدن پیاز توصیه می شود. ۲۰- برای آنکه پیاز زود هضم شود و آنهایی که معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن استفاده کنند باید موقع پختن پیاز مقدار شکر روی آن بریزید و این عمل هضم پیاز را آسان تر خواهد کرد. ۲۱- برای درمان اسهال از پوست پیاز استفاده کنید بدین صورت که پوست پیاز را بشوئید و در مقدری آب به مدت ده دقیقه بجوشانید، سپس آنرا در داخل دستمالی ریخته و فشار دهید تا شیره آن گرفته شود. بعدا این شیره را با شکر شیرین کنید و روزی چند فنجان از آن را بشوئید تا اسهال کاملا از بین برود. ۲۲- اگر پشه یا زنبور شما را گزید فوراً یک پیاز را بریده و روی محل گزیدگی بگذارید درد و خارش فوراً ساکت می شود. ۲۳- پیاز ترشی را برای از بین بردن یرقان و تقویت معده و روده و زیاد شدن استها مصرف می کنند. ۲۴- اگر از بوی پیاز ناراحت می شوید می توانید بعد از خوردن پیاز برای رفع بوی آن باقلا پخته و یا گردوی پخته و یا نان سوخته بخورید. ۲۵- تخم پیاز گرم و خشک است و برای ازدیاد نیروی جنسی مصرف می شود. ۳۶- گز از تخم پیاز پمادی درست کنید و روی سر ببندید از ریختن مو جلوگیری می کند. ۳۷- حتما شنیده اید که در قدیم برای اینکه کسی از اسرار علمی سر درنیاورد آنها را با مرکب نامرئی می نوشتند و مرکب نامرئی چیزی غیر از آب پیاز نیست. ۳۸- در خاتمه برای اینکه بوی پیاز شما را ناراحت نکند و اشک از چشمان شما جاری نشود می توانید پیاز را زیر آب شیر پوست بگیریید یا اینکه پیاز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهید و در آب آنرا پوست بکنید. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

پرتقال

نام علمی: *Citrus sinensis* - کلیات گیاه شناسی پرتقال درخت کوچکی است دارای برگهای سبز و گل‌های سفید پوست پرتقال نارنجی رنگ، کمی ناصاف و میوه آن بسته بانواع مختلف شیرین و ترش، زرد رنگ و یا قرمز می باشد. پرتقال یکی از قدیمی ترین میوه هایی است که بشر از آن استفاده می کرده است و در حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح کنفوسیوس از آن نام برده است. در حال حاضر بیشتر از ۲۰۰ نوع پرتقال در آمریکا کشت می شود و آمریکا نصف کل محصول پرتقال دنیا را تولید می کند. پرتقال اولیه، کوچک، تلخ و پراز هسته بوده است که در اثر تربیت مهندسی ژنتیکی و همچنین انتخاب نوع بهتر و کود کافی درشت تر و شیرین تر شده است. پرتقال ابتدا از چین به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافت. - ترکیبات شیمیایی: پرتقال یکی از غنی ترین منابع ویتامین C می باشد. البته باید دقت کرد که ویتامین C در اثر سرما و رگمای زیاد از بین می رود. اسانسی که از گل‌های پرتقال گرفته می شود بنام روغن نرولی *Neroli Oil* معروف است که دارای بوئی بسیار مطبوع بوده و خیلی گران است و در عطر سازی از آن استفاده می شود. در ۱۰۰ گرم پرتقال پوست کنده مواد زیر موجود است: آب ۸۶ گرم پروتئین ۱ گرم نشاسته ۰/۲ گرم کلسیم ۱۲ گرم فسفر ۴۰ میلی گرم آهن ۲۰ میلی گرم سدیم ۰/۴ میلی گرم پتاسیم ۱ میلی گرم ویتامین آ ۲۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۲۰۰ واحد ویتامین ب ۲ ۰/۱ واحد ویتامین ب ۳ ۰/۴ میلی گرم ویتامین ث ۵۰ میلی گرمدر صد گرم پوست پرتقال مواد زیر موجود است: آب ۷۰ میلی گرم پروتئین ۱/۵ میلی گرم مواد چربی ۰/۲ میلی گرم مواد نشاسته ای ۲۵ میلی گرم کلسیم ۱۶۰ میلی گرم فسفر ۲۰ میلی گرم آهن ۰/۸ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم پتاسیم ۲۱۰ میلی گرم ویتامین آ ۴۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۳۵ میلی گرم - خواص دارویی: موسسه مبارزه با بیماری سرطان آمریکا چندین سال پیش در اثر مطالعات زیاد دریافت که علت اینکه سرطان معده در آمریکا کمتر از نقاط دیگر است این است که مردم آمریکا در تمام مدت سال پرتقال مصرف می کنند. البته شاید علت آن وجود ویتامین C در پرتقال است. (۱) دانشمندان سوئدی کشف کرده اند که خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگیری می کند. (۲) خوردن پرتقال کلسترول را پائین می آورد. (۳) پوست سفید پرتقال و ورقه های نازک بین قسمت های داخل پرتقال بهترین دارو برای کاهش کلسترول خون است. (۴) اسانس پرتقال ضد عفونت های میکروبی است. (۵) پرتقال مقوی معده و ضد گاز معده است. (۶) پرتقال ضد سم، ادرار آور و نرم کننده سینه و ضد استفراغ است. (۷) جوشانده برگ‌های پرتقال برای شست و شوی ورم ها و کاهش درد مفید است. (۸) خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است. (۹) اسانس پرتقال را برای ضد عفونی کردن بکار می برند. (۱۰) پرتقال خون را تمیز می کند. (۱۱) برای برطرف کرده چین و چروک صورت و شادابی آن قسمت خوراکی پرتقال را روی صورت بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه با آب بشوئید. (۱۲) از پرتقال برای کم کردن وزن می توانید استفاده کنید. طرز استفاده بدین صورت است که یک عدد پرتقال و ۳ عدد لیموترش را پوست کنده و به قطعات کوچک تقسیم کنید بعد آنرا داخل دیگی ریخته و بان نیم لیتر آب اضافه کنید و بمدت ۱۰ دقیقه بجوشانید. سپس سه قاشق عسل بان اضافه کرده و مجددا بمدت ۵ دقیقه بجوشانید و آنرا صاف کنید. از این شربت ۳ فنجان در روز بنوشید. تا زون شما بمقدار ایده آل داراید. (۱۳) پرتقال گرچه اسیدی است ولی خاصی قلیایی به بدن می دهد و برای کسانی که گوشت زیاد مصرف می کنند و بدنشان اسیدی شده است مفید است. (۱۴) برای استفاده بیشتر از مواد غذای پرتقال بهتر است که پوست زرد رنگ آنرا بگیریید و با پوست سفید و پره های داخل آن بخورید زیرا در پوست سفید آن مواد معدنی زیادی وجود دارد که اثر اسید موجود در پرتقال را خنثی می کند. (۱۵) خواص گفته شده فقط منحصر به پرتقال رسیده می باشد و آب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر مارکت ها این خواص را ندارند. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

جعفری

نام علمی: *Petroselinum sativum* - کلیات گیاه شناسی جعفری گیاهی است علفی، دوساله و معطر که ارتفاع آن تا ۷۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن برنگ سبز تیره و دارای بریدگیهای لوزی یا مثلث شکل با تقسیمات رفعی است. گلهای جعفری کوچک برنگ مایل به سبز و به صورت چتر می‌باشد میوه آن کوچک به درازای ۲ میلی‌متر و به قطر یک میلی‌متر و دارای بوئی معطر است - ترکیبات شیمیایی: از برگ و تخم جعفری بوسیله تقطیر با بخار اسانسی گرفته می‌شود که سیب‌ار معطر است و در غذاها بکار می‌رود. اسانس برگ جعفری چون به مقدر بسیار کم بدست می‌آید گران است. اسانس تخم جعفری کمی بوی تلخ درد که زیاد مرغوب نیست. از ۱۰۰ کیلوگرم تخم جعفری حدود ۲ کیلوگرم اسانس بست می‌آید که از آن در صنعت عطر سازی و کنسروسازی استفاده بعمل می‌آید. ریشه جعفری معطر طعم آن تقریباً مانند برگ آن است. در صد گرم برگ جعفری مواد زیر موجود است: آب ۸۵ گرم پروتئین ۳/۵ گرم مواد چرب ۰/۶ گرم مواد نشاسته‌ای ۷ گرم کلسیم ۲۰۰ میلی‌گرم فسفر ۶۵ میلی‌گرم آهن ۶/۲ میلی‌گرم سدیم ۲۵ میلی‌گرم پتاسیم ۷۲۵ میلی‌گرم ویتامین آ ۸۵۰۰ واحد بین‌المللی ویتامین ب ۱/۱۲ میلی‌گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲۵ میلی‌گرم ویتامین ب ۳ ۱/۲۳ میلی‌گرم ویتامین ث ۱۷۰ میلی‌گرم - خواص دارویی: - خواص تخم جعفری تخم جعفری از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. ۱) ضد نفخ شکم است. ۲) شریان‌ها و رگ‌ها را تمیز می‌کند. ۳) ادرار آور و قاعده آور است. ۴) برای درمان تب نوبه بکار می‌رود. ۵) در قدیم الایم برای سقط جنین شیاف تخم جعفری را در داخل مهبل قرار می‌دادند. - خواص ریشه جعفری ۱) ریشه جعفری اشتها آور است. ۲) ادرار آور و قاعده آور است. ۳) سنگ کلیه را دفع می‌کند. ۴) برای درمان اسهال باید ۲۰ گرم ریشه جعفری را در یک لیتر آب دم کرده و تنقیه کنید. ۵) دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس بکار می‌رود. ۶) برای درمان سرخک مفید است. - خواص برگ و ساقه جعفری ۱- برای رفع لکه‌ها و جوش‌های صورت دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید. ۲- برای روشن شدن رنگ پوست مقدری جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح و شب صورت خود را با آن بشوئید بعد از یک هفته پوست صورت شما روشن می‌شود. ۳- دم کرده جعفری ضد تب است. ۴- دم کرده برگ جعفری برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است. ۵- خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می‌کند. ۶- بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان جعفری بجوید. ۷- جعفری نفس را خوشبو می‌کند. ۸- برای درمان ضرب خوردگی و خون‌مدرگی له شده برگ و ساقه جعفری را روی عضو ضرب دیده بگذارید. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

هلو

نام علمی: *Amygdalus persica* - کلیات گیاه شناسی درخت هلو از قدیم الایام در چین وجود داشته و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است. در قرون وسطی از آن بصورت یک داروی گیاهی استفاده می‌شده است. برگ درخت هلو را برای بیماری صرع و سنگینی گوش، پوست درخت هلو را برای رفع بوی بد دهان و مغز هسته آنرا برای رفع سردرد و اختلالات دستگاه هضم قرس و رفع بیماریهای ادراری بکار می‌رود. درخت هلو درختی است زیبا به بلندی تقریباً ۵ متر که دارای شاخه‌های زیادی می‌باشد برگهای آن بیضی شکل و دراز و دارای کناره‌های اره‌ای است. گلهای هلو زودرس هستند و قبل از باز شدن برگها ظاهر شده و منظره زیبایی به درخت می‌دهد. گلهای هلو برنگ صورتی، قرمز یا سفید می‌باشد. میوه هلو گرد و برنگ طلایی و سرخ که روی آنرا کرکهای زیادی پوشانده است می‌باشد. هسته هلو بسیار سخت است و دارون آن مغز هسته قرار دارد که تلخ است. - ترکیبات شیمیایی: گل و مغز هسته هلو دارای امیگدالین می‌باشد. برگها و شاخه‌های هلو دارای امیگدونیتیل و فلاوونول

گلیکوسید است. مغز هسته سمی است و مصرف مدام آن موجب مسمومیت می شود از این جهت برای معالجه امراض فقط مقدر کمی هسته هلو مصرف می شود و آنهم باید تحت نظر پزشک باشد. در هر صد گرم هلو مواد زیر موجود است آب ۸۸ گرم انرژی ۳۵ کالری مواد نشاسته ای ۹ گرم کلسیم ۸ میلی گرم پتاسیم ۲۰۰ میلی گرم فسفر ۱۷ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم ویتامین آ ۱۴۰۰ واحد ویتامین ب ۰/۲۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۷ میلی گرم ضمنا هلو دارای نیز یوم و برومیوم نیز می باشد. - خواص دارویی: هلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و دارای خواص زیر می باشد: (۱) هلو ملین است و باعث تسکین تشنگی می شود (۲) برای رفع بوی بد دهان هلو بخورید (۳) هلو در افرادی که گرم مزاج هستند باعث تقویت نیروی جنسی می شود (۴) روغن مغز هسته هلو برای درد گوش و گرفتگی مجرای گوش مفید است (۵) روغن مغز هسته هلو را به محل درد بواسیر بمالید اثر خوبی دارد (۶) برای برطرف کردن زخم هایی که در بدن اطفال و پشت گوش آنها می زند هسته هلو را در آتش بیاندازید تا بسوزد سپس مغز هسته را در آورده و له کنید و بر محل زخم بمالید. (۷) خانمهای حامله اگر می خواهند بچه زیبایی داشته باشند باید هلو بخورند (۸) مغز هسته هلو مسهل است و خون را تصفیه می کند (۹) مغز هسته هلو برای رماتیسم مفید است (۱۰) جوشانده برگهای درخت هلو برای بیماریهای پوست مفی است پوست را با این دم کرده بنوشید (۱۱) برای بیماریهای مجاری ادرار، سنگ کلیه و ورم مثانه جوشانده برگهای درخت هلو را تهیه کرده و یک فنجان در روز بخورید. (۱۲) دم کرده برگ یا گل هلو برای رفع سیاه سرفه استفاده می شود (۱۳) هلو را له کنید و بصورت ضماد برای رفع دل پیچه بچه ها و دفع کرم روده روی شکم آنها قرار دهید (۱۴) برگ هلو و جعفری را با روغن زیتون مخلوط کرده و روی سوختگی و محل ضرب دیدگی بگذارید (۱۵) بهترین ماسک زیبایی را می توانید از هلو تهیه کنید برای طراوت و جوان کردن پوست هلو را پوست کنده و له کنید و روی پوست قرار داده و بگذارید مدت ۲۰ دقیقه بماند و پس از آن صورت را با آب معدنی بشوئید (۱۶) برای برطرف کردن بواسیر مغز هسته هلو را بصورت پماد در آورده و به مقعد بمالید (۱۷) جوشانده پوست درخت هلو اثر تب بر و ضد کرم دارد (۱۸) خوردن هلو سموم را از بدن خارج می کند (۱۹) برای وزن کم کردن هلو بخورید (۲۰) کسانی که زخم معده دارند و یا مبتلایان به ورم معده و یا روده باید با شکم خالی هلو بخورند (۲۱) هلو میوه خوبی برای اشخاص مسن است مشروط بر این که با شکم خالی بخورند که زود هضم شود. - مضرات: هلو برای اشخاص سرد مزاج مضر است آنها باید هلو را با عسل و یا زنجبیل بخورند هضم هلو برای بعضی از اشخاص سخت است و نفخ ایجاد می کند. همیشه برای اینکه نفخ ایجاد نکند باید آنرا اقلانیم ساعت قبل از غذا خورد.

بادام زمینی

نام علمی: Arachid - کلیات گیاه شناسی بادام زمینی گیاه بومی برزیل بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است. آب و هوای گرم برای کشت این گیاه مناسب می باشد. بادام زمینی گیاهی است یکساله دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن در حدود ۳۰ سانتیمتر می باشد. برگهای آن مرکب از دو زوج برگچه است گلهای آن دو نوع متفاوت برنگ زرد می باشد که پس از تلقیح، دم گل خم شده و به سطح خاک می رسد و سپس بتدریج در خاک فرو رفته و میوه در داخل خاک تشکیل می شود. میوه بادام زمینی بطول تقریبی ۴ سانتیمتر است و دریا پوسته شکننده برنگ خاکستری مایل به زرد می باشد. بر روی پوسته یک تا سه برجستگی مشاهده می شود که هر یک محل دانه ها را نشان می دهد. دانه بادام زمینی تقریباً مانند فندق برنگ سفید مایل به زرد بوده ولی تخم مرغی شکل است. پوسته نازکی دانه را پوشانده که برنگ قرمز قهوه ای است. - ترکیبات شیمیایی: بادام زمینی دارای موادی مانند آراشین Arachin، کوناراشین Conarachin، چربی، پروتئین و ویتامین های مختلف است. در صد گرم بادام زمینی بدون پوست مواد زیر موجود است: آب ۶ گرم پروتئین ۲۶ گرم چربی ۴۸ گرم مواد نشاسته ای ۱۶ گرم کلسیم ۶۰۰ میلی گرم فسفر ۴۰۰ میلی گرم آهن ۲ میلی گرم سدیم ۵ میلی گرم پتاسیم ۶۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۱۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۵

میلی گرم ویتامین ب ۱۶۳ میلی گرم بادام زمینی بسته به محل کشت آن بین ۴۰ تا ۵۰ درصد روغن درد که بنام روغن آراشید معروف است. این روغن از اسیدهای چرب اشباع شده مانند اسید استئاریک، اسید پالمیتیک و اسیدهای چرب اشباع نشده مانند اسید لینوئیک تشکیل شده است. مقدر چربیهای اشباع شده در روغن آراشید تقریباً ۳۰ درصد می باشد. برای تهیه روغن آراشید ابتدا پوسته آن را شکسته و دانه ها را جدا می کنند. سپس پوسته نازک قرمز رنگ را نیز خارج کرده و دانه ها را در ماشین های مخصوصی خرد کرده و بصورت خمیری در می آورند و بعد آنرا در دستگاه فشار ریخته و بدون استفاده از حرارت روغن آنرا با فشار خارج می کنند که بنام روغن فشار اول معروف است. برای بدست آوردن روغن فشار دوم، باقیمانده خمیر فشار اول را ابتدا با آب مخلوط کرده و میگذارند مدتی بماند و سپس در دستگاه فشار قرار داده و روغن فشار دوم را از آن تهیه می کنند. از باقیمانده فشار دوم تحت اثر گرما روغنی بدست می آید که بنام روغن فشار سوم معروف است و فقط به مصرف صابون سازی می رسد. روغن آراشید دارای بو و طعمی ملایم و برنگ زرد روشن می باشد. - خواص دارویی: بادام زمینی از نظر طب قدیم ایران متعادل است. چون بادام زمینی دری پروتئین می باشد بنابراین از نظر غذایی بسیار مهم است. ۱- برای تقویت ریه و طحال مفید است. ۲- کلسترول خوب خون را بالا- می برد. ۳- درد معده را از بین می برد. ۴- نرم کننده سینه است. ۵- سرفه خشک را برطرف می کند. ۶- شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند. ۷- ملین است. ۸- بسیار مقوی است. ۹- برای تقویت قوای دماغی مفید است. ۱۰- به هضم غذا کمک می کند. - طرز استفاده: طرز تهیه کره بادام زمینی ۵۰۰ Peanut butter گرم بادام زمینی پوست کنده را با مقدری آب مخلوط کرده و بجوشانید تا کمی پخته شود (ولی له نشود) سپس ۴۰۰ گرم روغن نارگیل را بان اضافه کرده و در داخل مخلوط کن برقی ریخته تا کاملاً بصورت کره در آید. سپس کمی نمک به آن اضافه کنید. کره بادام زمینی را میتوان بدون استفاده از روغن نارگیل هم تهیه کرد. کافی است که بجای روغن نارگیل آب اضافه کنید. - مضرات: بادام زمینی با اینکه غذای بسیار مقوی و خوبی است بعلت اینکه دارای روغن های اشباع شده می باشد کلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائین می شود. بنابراین آنهاییکه دارای بیماری قلبی بوده و یا کلسترول خونشان بالا است باید از خوردن آن خودداری کنند. اگر کره بادام زمینی میخرید دقت کنید که تازه و از کارخانه مطمئن باشد زیرا در بعضی مواد بادام زمینی و یا کره آن در اثر عدم دقت در تولید، آلوده به قارچ سمی افلاتوکسین Aflatoxin می شود که سرطان زا بوده و باعث سرطان کبد می شود.

گل‌ابی

نام علمی: *Pirus communis* - کلیات گیاه شناسی گل‌ابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می ریود. این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر می باشد. ریشه گل‌ابی عمیق است برگهای آن صاف و دندانه دارمی باشد گل‌های گل‌ابی سفید رنگ مایل به صورتی و بصورت خوشه ای است. میوه درخت گل‌ابی مخروطی شکل، گوشته دار، شیرین و یا ترش و شیرین و برد است از تمام قسمتهای گل‌ابی مانند برگهای جوان پوست وس اقه میوه آن استفاده طبی بعمل می آید. - ترکیبات شیمیایی: برگهای جوان درخت گل‌ابی دارای موادی مانند تانن، گلوکزید و هیداروکسون می باشد. برگهای خشک درخت گل‌ابی دارای اسید اورسولیک است دانه گل‌ابی دارای ماده ای بنام آمیگدالین و مقدری روغن می باشد. در یک صد گرم گل‌ابی مواد زیر موجود است انرژی ۵۵ کالری آب ۸۳ گرم مواد نشاسته ای ۱۲ گرم پروتئین ۰/۶ گرم کلسیم ۱۰ میلی گرم فسفر ۱۲ میلی گرم آهن ۰/۳ میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحد ویتامین ب ۱/۲ میلی گرم ویتامین ب ۰/۴۲ میلی گرم ویتامین ب ۳/۱ میلی گرم ویتامین ث ۰/۳ میلی گرم - خواص دارویی: - خواص میوه گل‌ابی از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است (۱) گل‌ابی سنگ مجاری ادرار را دفع می کند (۲) آرام بخش و تب بر است (۳) در رفع عفونت مجرای ادرار موثر است (۴) مقوی بدن است (۵) تشنگی را برطرف می کند (۶) سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می کند (۷) چون قند گل‌ابی (لوز) است

بنبراین آنهایی که مبتلا به مرض قند هستند می توانند از آن استفاده کنند و برای آنها مضر نیست ۸) برای دفع سموم بدن بسیار موثر است ۹) برای پائین آوردن فشار خون باید مدت چند روز فقط گلابی مصرف کنید و غذای دیگر نخورید. البته این رژیم باید تحت نظر دکتر انجام گیرد و با اجازه پزشک متخصص باشد - خواص دیگر قسمت های درخت گلابی برگ و شکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است ۱- شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می آورد ۲- در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید ۳- تخم گلابی ضد کرم معده و روده است ۴- دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است ۵- برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید و آنرا بتدریج بنوشید ۶- برای شستشوی زخم ها ۵۰ گرم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذاری چند دقیقه بجوشد و سپس آنرا کم کم بنوشید- مضرات: اسراف در خوردن گلابی برای سرد مزاجان و اشخاصی که معده ضعیف دارند موجب نفخ معده می شود و اینگونه اشخاص باید آنرا با مربای زنجبیل بخورند.

نعناع

نام علمی: *Mentha Piperita* - کلیات گیاه شناسی نعناع گیاهی است علفی و چند ساله که علاوه بر ساقه زیر زمینی که گیاه را در خاک مستقر می سازد دارای ساقه هوایی نیز هست. تز محل گره های ساقه که در تماس با زمین است ریشه های خارج شده که ساقه جدید را درست می کند بنابراین اگر شما فقط یک ساقه نعناع در باغچه خود بکارید بزودی تمام باغچه شما پر از نعناع می شود. برگهای نعناع بیضی شکل، نوک تیز و دندانه دار می باشند. گلهای آن بسته به نوع نعناع ممکن است قرمز ارغوانی یا سفید باشد. نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گیر بخوبی رشد می کند. نعناع از قدیم الایام بعنوان یک گیاه معطر و اشتها آور و برای ناراحتی های دستگاه گوارش بکار رفته است بقراط پدر علم طب از نعناع در نوشته های خود یاد کرده است در قرون وسطی از نعناع در معالجه بیماریها و برای التیام زخم ها و درمان درد گزیدگی زنبور و سگ هار استفاده می شود. - ترکیبات شیمیایی: نعناع دارای ماده ای بنام منتول می باشد که ایجاد احساس خنکی در دهان می کند. مقدر منتول در نعناع بسته به نوع آن از ۳۵٪ تا ۵۵٪ تغییر می کند که البته اگر نعناع دیر کننده شود مقدر منتول آن تا حدود ۳۰٪ پائین می آید. - خواص دارویی: نعناع از نظر طب قدیم ایران نسبتا گرم و خشک است و از نظر خواص دارویی از پونه قویتر است. از نعناع اسانس، روغن و تنتور تهیه می کنند که مصارف طبی مختلفی دارد. ۱) نعناع باد شکن است و گاز معده و روده را از بین می برد ۲) نعناع تقویت کننده معده و بدن است ۳) نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است ۴) یک فنجان چای گرم نعناع سینه را آرام می کند ۵) نعناع مسکن آرام بخش و قاعده آور است ۶) استفاده از نعناع درد شکم را برطرف می کند ۷) نعناع درمان سرماخوردگی و آنفوانزا می باشد ۸) نعناع ناراحتی های عصبی را برطرف می کند ۹) برای تسکین درد دندان نعناع را در دهان گذاشته و بجوید ۱۰) آشامیدن چای نعناع و یا عصارع نعناع خونریزی سینه را قطع می کند ۱۱) کمپرس نعناع درد سینه و پهلو را از بین می برد ۱۲) نعناع کرم های روده و معده را می کشد ۱۳) برای از بین بردن سسکه و دل بهم خوردگی و استفراغ نعناع را با آنا ترش بخورید ۱۴) نعناع ادرار را زیاد می کند ۱۵) برای رفع قولنج و دردهای روده معده و هضم نشدن غذا چای نعناع بنوشید ۱۶) برای از بین بردن گلو درد چای نعناع غرغره کنید ۱۷) نعناع معرق است بنابراین تب را پائین می آورد ۱۸) در هنگام سرماخوردگی بینی را با چای نعناع بشوئید ۱۹) یکی از فرآورده های نعناع اسانس نعناع است که از تقطیر برگ و سرشاخه های گلدار نعناع تحت اثر بخار آب تهیه می شود و دارای ۵۰٪ تا ۷۰٪ منتول می باشد. اسانس نعناع که در کشور انگلستان تهیه می شود شهرت خاصی دارد. این اسانس بعنوان تقویت کننده معده بادشکن، ضد عفونی کننده رفع دل پیچه بچه ها و اسهال بکار می رود برای استفاده از اسانس نعناع کافی است که مقدر یک تا سه قطره آنرا با یک لیوان آب و یا نوشابه مخلوط کده و بنوشید. ۲۰) اسانس نعناع را نباید بمقدر زیاد برای کودکان و نوزادان

استفاده کرد زیرا روی حرکات تنفسی و قلب اثر گذاشته و ممکن است که خطرناک باشد (۲۱) اگر اسانس نعناع به مقدر زیاد مصرف شود فشار خون را بالا برده و موجب حالت تهوع، استفراغ و درد معده و حرکات دری را از بین می برد. (۲۲) برای رفع سردردهای میگرنی می توان پمادی بصورت زیر تهیه کرد و در نقطه ای که درد می کند بمالید اسانس نعناع ۳ گرم روغن زیتون ۲ گرم لائولین ۵ گرم (۲۳) برای ضد عفونی کردن بینی محلولی بصورت زیر تهیه کرده و بمقدر پنج قطره در هر سوراخ بینی بچکانید اسانس نعناع ۱ گرم روغن بادام شیرین ۴۰ گرم (۲۴) اگر بدن شما خارش درد مقدر ۲ گرم اسانس نعناع را در ۵۰ گرم وازلین ریخته، خوب با هم مخلوط کرده و در محل خارش بمالید اگر از بیماری رماتیسم و آرتروز رنج می برید از روغن نعناع استفاده کنید طرز استفاده از آن به این صورت است که ۲ قطره روغن نعناع را با یک قاشق سوپخوری روغن بادام مخلوط کرده و محل های دردناک را با آن ماساژ دهید. (۲۵) برای رفع سردرد از کمپرس نعناع استفاده کنید بدین ترتیب که ۱۰ قطره روغن نعناع را با یک لیوان آب سرد مخلوط کرده و در یک کاسه بریزید سپس یک پارچه که باندازه پیشانی باشد در آن فرو برده آب اضافی آنرا بگیرید و روی پیشانی و شقیقه ها بگذارید تا سردرد برطرف شود. (۲۶) نعناع بهترین دوست کبد است. کبد را تمیز کرده و صرا را رقیق می کند و کلسترول خون را پائین می آورد. برای این مورد چای نعناع را قبل از غذا بنوشید (۲۷) نعناع با تمام خواصی که گفته شد اگر زیاد مصرف شود سیستم گوارشی را تحریک می کند اگر شما دو تا سه فنجان چای نعناع در روز بنوشید بهتر است که بعد از دو هفته چند روزی آنرا قطع کرده و دوباره شروع کنید - طرز استفاده: در قسمت بالا توضیح داده شد - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

پسته

نام علمی: Pistaca - کلیات گیاه شناسی پسته درخت دوپایه ای است که ارتفاع آن به حدود پنج متر می رسد و بحالت خودرو در ایران و افغانستان می روید. برگهای درخت پسته متناوب و مرکب از ۲ یا ۳ برگچه نوک تیز با یک برگچه انتهایی است و برنگ سبز روشن می باشد. گلهای آن خوشه ای است گل نر آن فاقد گلبرگ است. - ترکیبات شیمیایی: پسته دارای مواد غذایی فراوانی است و بنابراین برای تقویت بیماران و اشخاص ضعیف مناسب است. در صد گرم مغز پسته مواد زیر موجود است: آب ۵/۲ گرم پروتئین ۲۰ گرم مواد چرب ۵۴ گرم مواد نشاسته ای ۱۵ گرم کلسیم ۱۳۰ میلی گرم فسفر ۵۰۰ میلی گرم آهن ۷/۵ میلی گرم پتاسیم ۹۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۳۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۷ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم - خواص دارویی: - خواص مغز پسته مغز پسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است. (۱) مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهائیکه مبتلا به کم خونی هستند باید حتما روزانه مقدار پسته بخورند. (۲) خوردن پسته نیروی جنسی را تقویت می کند. (۳) مغز و ذهن را تقویت می کند. (۴) برای آرامش قلب و آرام کردن اعصاب مفید است. (۵) برای باز کردن مجاری کبد مصرف پسته توصیه می شود. (۶) پسته معده را تقویت می کند. (۷) برای تسکین سرفه مفید است. (۸) اسهال معمولی و اسهال خونی را درمان می کند. (۹) جوشانده پوست درخت پسته برای برطرف کردن خارش اعضای تناسلی زنان مفید است. (۱۰) جوشانده پوست و برگ درخت پسته برای رفع درد و خارش مقعد مفید است - خواص پوست سبز پسته پوست سبز پسته تازه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است و دارای خواص زیر می باشد: ۱- برای رنگرزی بکار می رود. ۲- بهترین دارو رای رفع بوی ید دهان است. ۳- جویدن آن باعث التیام زخم های داخل دهان می شود. ۴- برای استحکام لثه آنرا روی لثه بمالید و یا بجوید. ۵- دم کرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگی و استفراغ را از بین می برد. ۶- دم کرده آن برای رفع اسهال مفید است. ۷- برای رفع سسکسکه پوست سبز پسته را دم کنید و یک فنجان از آنرا بنوشید. - خواص پوست سفید پسته پوست سفید پسته برای بواسیر و بیرون زدن مقعد مفید است. برای درمان این بیماری باید پوست سفید پسته را در آب بجوشانید و آنرا داخل لگنی بریزید و شخصی را که این بیماری را درد برای چند دقیقه در

آن بنشیند. باعث تسکین درد و تخفیف بیماری می شود. - مضرات: مغز پسته چربی زیادی دارد و بنابراین برای معده مناسب نیست و کسانی که معده ضعیف دارند باید آنرا با زردآلو بخورند. ضمناً مغز پسته گرم و خشک است خوردن زیاد آن باعث گرمی بدن و کھیر و دانه های قرمز رنگ در پوست می شود. برای رفع گرمی و خشکی باید سرکه، انار ترش و یا برگه زردآلوی ترش مصرف نمود.

انار

نام علمی: Punica - کلیات گیاه شناسی انار یکی از میوه هایی است که از قدیم وجود داشته است حتی در کتب مقدس چندین بار نام آن ذکر شده است. هومر شاعر معروف یونان در کتاب خود (اودیسه) از آن نام برده است. معروف ایت که حضرت سلیمان باغ بزری پر از درخت های انار داشته که به ان عشق می ورزیده است. درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است. کلمه انگلیسی Pomegranate از زبان یونانی مشتق شده که به معنی (سیب با هسته های زیاد) می باشد. انار درخت کوچکی است که ارتفاع آن تا ۶ متر می رسد و در مناطق نیمه گرمسیری می روید. شاخه های آن کمی تیغدر و برگهای آن متقابل، شفاف و ساده است. گل های انار درشت برنگ قرمز اناری ولی بی بو می باشد. میوه آن کروی با اندازه های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می باشد. روی هم رفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است. - ترکیبات شیمیایی: قسمت های مختلف درخت انار مخصوصاً پوست ریشه و ساقه انار دارای مقدری در حدود ۲۰ درصد تانن و اسید پونی کوتانیک Punicotanic acid می باشد. پوست درخت انار دارای الکلوئیدی بنام پله تیه رتین Pelletierin است. در صد گرم دانه انار واد زیر موجود است. انرژی ۳۸ کالری آب ۸۲ گرم پروتئین ۰/۴ گرم چربی ۰/۳ گرم مواد نشاسته ای ۱۰ گرم کلسیم ۴ گرم سدیم ۳ میلی گرمپتاسیم ۲۶۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۰/۳۲ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۰۲ میلی گرم ویتامین ث ۴ میلی گرم- خواص دارویی:- خواص میوه انار از نظر طب قدیم ایران میوه انار سرد تر و قابض است. آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می باشد. پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت های این درخت قابض تر است. کلیه قسمت های درخت انار دارای تان می باشد که بسیار قابض است. برای مصارف دارویی از گل، برگ، پوست درخت، پوست ریشه و دانه انار استفاده می شود. (۱) انار شیرین ادرار آور است. (۲) ملین مزاج است. (۳) آب انار شیرین برای بیماریهای مجاری ادرار مفید است. (۴) ترشح صفرا را زیاد می کند. (۵) آب انار اسهال را برطرف می کند. (۶) اگر آ انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولپ در بینی جلوگیری می کنید. (۷) خون ساز است. (۸) خون را تصفیه می کند. (۱۰) برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است. (۱۱) آب انار خنک کننده است. (۱۲) رنگ صورت را شاداب می کند. (۱۳) صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند. (۱۴) برای وزن اضافه کردن انار بخورید. (۱۵) آب انار مقوی قلب و معده است. - خواص دیگر قسمت های درخت انار ۱. جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بین می برد. ۲. جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد. ۳. برای برطرف کردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنند. ۴. خانم هائیکه عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند. ۵. برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد. ۶. برای برطرف کردن سوختگی پوست، گل های انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید. ۷. جوشانده پوست درخت و پوست ریشه درخت انار کرم کش است. ۸. دم کرده گل انار اسهال مزمن را برطرف می کند. ۹. دم کرده گل های انار را بصورت غرغره برای از بین بردن زخم های دهان بکار ببرید. ۱۰. برای برطرف کردن دندان درد، دم کرده ریشه درخت انار را در دهان مضمضه کنید. ۱۱. انار ترش و شیرین (میخوش) ادرار را زیاد می کند. ۱۲. برای برطرف کردن بواسیر باید معقد را با

جوشانده پوست انار شستشو داد. - مضرات: کسانیکه سرد مزاج هستند نباید در خوردن انار افراط کنند. زیرا معده را سست کرده و ایجاد نفخ می کند. اینگونه افراد باید انار را با زنجبیل بخورند. جوشانده پوست درخت و پوست ریشه آن که برای رفع کرم بکار می رود ممکن است ایجاد سرگیجه و استفراغ کند. بهر حال در خوردن جوشانده آن باید احتیاط کرد و این کار باید تحت نظر متخصص انجام گیرد.

سیب زمینی

نام علمی: *Solanum tuberosum* - کلیات گیاه شناسی سیب زمینی گیاه بومی آمریکای جنوبی است و هنوز هم بصورت وحشی در شیلی و آرژانتین یم روید. در قرن شانزدهم بوسیله اسپانیولی ها به اروپا برده شد و اکنون در اروپا و آمریکا از نظر مصرف اولین سبزی است. سیب زمینی در تمام طول سال وجود دارد. سیب زمینی بدلیل داشتن مقدر ویتامین C ضد بیماری اسکوربیت است و کشورهاییکه از این گیاه استفاده می کردند هیچگاه مردم آنجا به این بیماری دچار نمی شدند. ساقه هوایی سیب زمینی دارای برید گیاهی مرکب از ۷ تا ۱۲ برگچه اصلی است و در فواصل این برگچه نیز برگچه هایی کوچکتر وجود دارد. انواع مختلف سیب زمینی بر حسب رنگ گل و پوست غده های زیر زمینی آن تقسیم بندی می شود. در روی پوست سیب زمینی سوراخهای کوچکی وجود دارد که دارای جوانه است و این جوانه ها ست که منشاء گیاه تازه است. - ترکیبات شیمیایی: سیب زمینی دارای اسیدهای آلی مانند اسید سولانتیک، اسید نپوتانیک و ساید فولیک می باشد. در صد گرم سیب زمینی خام مواد زیر موجود است: آب ۷۵ گرم انرژی ۶۰ کالری پروتئین ۱/۸ گرم چربی ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۱۸ گرم سلولز ۱/۵ میلی گرم کلسیم ۶ میلی گرم فسفر ۵۰ میلی گرمپتاسیم ۵۰۰ میلی گرم آهن ۰/۶ میلی گرم سدیم ۴ میلی گرم ویتامین ۱۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۳۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۵ میلی گرمسیب زمینی نارس و همچنین برگ، گل و میوه سیب زمینی دارای کمی آلکالوئید سمی بنام سولانین است بنابراین باید از مصرف سیب زمینی نارس و نیز برگ و گل و میوه سیب زمینی خوردنی کرد. - خواص دارویی: (۱) برگ و میوه سیب زمینی بعلت داتشم سولانین مخدر و آرام بخش است ولی بعلت سمی بودن نباید مورد مصرف داخلی قرار گیرد و باید فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجی استفاده شود. (۲) سیب زمینی بعلت داشتن ویتامین C زیاد برای مقابله با بیماری اسکوربیت بکار می رود. (۳) برای تسکین سوختگی ها، سیب زمینی خام را رنده کرده و به عنوان ضماد روی قسمت سوختگی بگذارید و هر چند دقیقه آنرا عوض کنید و ضماد تازه روی آن قرار دهید. (۴) سیب زمینی دارای آنزیم مهار کننده می باشد بنابراین ضد سرطان و ضد ویروس است مخصوصا سیب زمینی در این مورد از شیر یا سویا قوی تر است. (۵) پوست سیب زمینی مانده پوست میوه ها و سبزیجات دارای ماده آنتی اکسیدان است بنابراین از پیر شدن سلولها و نیز از بوجود آمدن سلولهای سرطانی جلوگیری می کند. (۶) سیب زمینی بهترین دارو برای آنهایی است که بدنشان اسیدی است و اینگونه اشخاص بایدس یب زمینی را با پوست و با بخار پخته و بخورند زیرا سیب زمینی آب پزوس رخ شده برعکس سیب زمینی با بخار پخته شده تولید اسید در بدن می کند. (۷) سیب زمینی داروی خوبی برای از بین بردن تورم است. برای این منظور سیب زمینی را طبقه طبقه کرده و در سوپ بیاندازید و بگذارید تقریبا نیم پز شده و سپس آنرا بخورید. (۸) سیب زمینی بعلت درا بودن پتاسیم زیاد تمیز کننده کبد نیز می باشد. (۹) سیب زمینی بدن را جوان می کند. (۱۰) سیب زمینی داروی بیماریهای قلب نیز می باشد. (۱۱) سیب زمینی قرمز درمان کننده بواسیر خونی و دردناک می باشد. برای این منظور سیب زمینی را ب طور باریک بریده و بصورت شیاف دارورید و روی آن کمی روغن ویتامین E و یا وازلین مالیده و پس از قضای حاجت بداخل معقد بگذارید. این عمل را اگر چند روز ادامه دهید بواسیر برطرف می شود. (۱۲) برای درمان اسهال سوپ سیب زمینی را با شیر بپزید و آنرا میل کنید. اسهال سریع متوقف می شود. - طرز استفاده: برای استفاده از سیب زمینی اگر آنرا تکه می کنید باید فوراً از آن استفاده کنید زیرا

خیلی زود اکسیده می شود و خواص خود را از دست می دهد. سیب زمینی را همیشه باید با بخار و یا در ف پزید و یا خام آنرا میل کنید زیرا خواص آن سدت نخورده باقی می ماند. سیب زمینی سرخ شده غیر از اینکه خاصیتی ندارد بلکه برای بدن مضر هم است زیرا سرخ کردن سیب زمینی بار وغن آنرا ثقیل الهضم می سازد و باعث بیماریهای مختلفه می شود. - مضرات: سیب زمینی برای اشخاصی که مبتلا به قند هستند مضر است زیرا بعلت داتشن نشاسته قند خون را بالا می برد و اینگونه اشخاص اگر بخواهند از فوائد سیب زمینی استفاده کنند باید آنرا تحت نظر پزشک یا متخصص تغذیه مصرف کنند و یا از مصرف آن خودداری کنند.

ترب و تربچه

نام علمی: **Raphanus sativus** - کلیات گیاه شناسی ترب گیاهی است یکساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می رسد. برگهای آن پهن، ناصاف، کرک در دو با بریدگیهای نامنظم می باشد. گلهای آن برنگ سفید، زرد روشن، آبی روشن و بنفش است که در انتهای شاخه ظاهر می شود. بطور کلی دو نوع ترب وجود دارد: ۱- ترب سیاه که معمولا در پائیز برداشت می شود. ۲- تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و صورتی و بصورت های دراز و گرد وجود دارد. - ترکیبات شیمیایی: طعم تند ترب مربوط به ماده ای است بنام سنوول **Senovol** و رنگ قرمز بنفش آن در اثر وجود ماده ای بنام کلراید **Malvin Chloride** است. در صد گرم ترب خام مواد زیر موجود است: آب ۹۰ گرم پروتئین ۱ گرم چربی ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۳/۵ گرم کلکسیم ۳۰ میلی گرم فسفر ۳۰ میلی گرم پتاسیم ۳۳۰ میلی گرم آهن ۱ میلی گرم مس ۱۸ میلی گرم ویتامین آ ۱۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ث ۲۵ میلی گرم - خواص دارویی: ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماریها بکار می رفته است. ۱) ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است. ۲) ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می برد. ۳) ترب برای درمان قنرس و رماتیسم مفید است. ۴) برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا کمک می کند. ۵) آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است. ۶) ترب برای درمان یرقان مفید است. ۷) تخم ترب درد را تسکین می دهد. ۸) در صورت مسمومیت غذایی مقدری تخم ترب را همراه با سکنجین به بیمار بدهید باعث استفراغ می شود و معده را پاک می کند. ۹) برای مداوای زخم های بدن از ترب و عسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید. ۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است و برای درمان حبس البول بکار می رود. ۱۱) تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است. ۱۲) اگر دست یا پای شما سرما زده است ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود بطوریکه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید. ۱۳) دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است. ۱۴) برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب بصورت زیر استفاده کنید: در یک ترب بزرگ حفره ی ایجاد کرده و همچنین در ته آنها سوراخ ریزی بوجود آورید بطوریکه آب قطره قطره از آن خارج شود. سپس مقادیر شکر در حفره ریخته و آنرا با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریزه ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان پر شود. این آب را چند بار در روز بنوشید. ۱۵) خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند. ۱۶) ودرن ترب رنگ چهره را باز می کند. ۱۷) جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است. ۱۸) تخم ترب اشتها آور است. ۱۹) برای از بین بردن تب تخم ترب را دم کرده و به بیمار بدهید. ۲۰) تخم ترب بصورت ضماد برای ورم پستان در مادران شیرده استفاده می شود. - مضرات: اسراف در خوردن ترب موجب دل پیچه شده و برای دندان و گلو مضر است.

نام علمی: **Trifolium Pratenes** - کلیات گیاه شناسی شبدر قرمز گیاهی است علفی و چند ساله که در مناطق معتدله کره زمین می‌روید. در شرایط مساعد این گیاه هفت ساله است ولی در آب و هوای گرم فقط دو سال عمر می‌کند. ارتفاع شبدر قرمز بسیار کم است و بیشتر از ۱۵ سانتیمتر نمی‌شود. برگهای آن بیضی شکل و دراز و دارای سه برگچه است و بهمین علت در قرون وسطی مورد احترام مسیحیان بوده زیرا آنرا سمبل خداوند، مسیح و روح القدس می‌دانستند. این گیاه از نظر داشتن مواد مغذی برای علوفه حیوانات بکار می‌رود. - ترکیبات شیمیایی: گل شبدر دارای مواد شیمیایی مانند تریفولین ایزوتریفولین و اسانس روغنی می‌باشد. این گیاه دریای املاح معدنی مانند سلیس آهن، فسفر گوگرد، پتاسیم، منیزیم منگنز، روی مس، سرب، نیکل و کوبالت می‌باشد. - خواص دارویی: شبدر قرمز از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است. ۱) مهمترین خاصیت شبدر قرمز ضد سرطان بودن آن است. ۲) تمیز کننده خون و بدن است ۳) سرفه را برطرف می‌کند ۴) دردهای عضلانی را برطرف می‌کند ۵) تورم پوستی را از بین می‌برد ۶) شبدر تازه بعنوان مسهل بکار می‌رود ۷) درمان کننده آسم است ۸) برای درمان آب آوردگی بدن مفید است ۹) دل پیچه را برطرف می‌کند ۱۰) برای درمان آرتروز، رماتسم و ورم بیضه باید برگ شبدر را در روغن زیتون جوشانیده و روی قسمت های دردناک بمالید. ۱۱) برای طول عمر و جلوگیری از بیماریهای قلبی شبدر قرمز بخورید. ۱۲) تشنج را علاج می‌کند ۱۳) برای التیام زخم ها، ضماد شبدر قرمز را روی زخم ها بگذارید ۱۴) برای از بین بردن خارش شبدر را له کرده و روی پوست بمالید - طرز استفاده: دم کرده: مقدر ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۵ دقیقه دم کنید. مقدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است. جوشانده شبدر: مقدر ۵۰ گرم سرشاخه های گلدار شبدر قرمز را در مقدری شیر یا آب ریخته و بگذارید مدتی بجوشد و پس از سرد شدن بصورت ضماد روی پوست و یا قسمتهای دردناک بدن بگذارید. - مضرات: مقدر مصرف زیاد شبدر خطرناک است زیرا دارای اسید سیانیدریک می‌باشد ولی استفاده متعادل از آن هیچگونه خطری نداشته و بسیار مفید است.

برنج

نام علمی: **Oryza** - کلیات گیاه شناسی برنج گیاهی است یکساله که ارتفاع آن تا ۱/۵ متر میرسد و در مناطق گرم و مرطوب و پر آب می‌روید. ساقه آن راست و برگهای آن بزرگ و نوک تیز است. هر سنبلک برنج دارای دنباله کوتاه و یک گل درد. میوه آن بشکل خوشه ای متشکل از سنبلک ها درانتهای ساقه قرار درد و یک دانه برنج در آن است شلتوک می‌نامند. برنج از غلات مهم است و تقریباً غذای اصلی نصف مردم کره زمین می‌باشد و منشأ برنج از آسیا است و در حدود ۳۰۰۰ سال قبل از میلاد در هند و چین زراعت می‌شده است. برنج بعداً از آسیا به ژاپن، سبلان و دیگر نقاط استوایی کره زمین راه یافت و در قرت هفتم میلادی مصریان نیز شروع به کشت آن کردند. برنج انواع مختلف درد و این انواع را تا حدود ۱۵۰ نوع مختلف تخمین می‌زنند. نمونه های مرغوب آن در شمال و جنوب ایران و نواحی گرمسیر فارس و اصفهان کاشته می‌شود. بطور کلی دو نوع برنج وجود دارد: نوعی که دانه آن دراز و کشیده و باریک است که بنام برنج صدری معروف است و دیگری که دانه آن ریز و گرد می‌باشد و بنام برنج چینی یا ژاپنی شهرت دارد. آن نوع برنجی که ایرانیان و مردم بیشتر کشورها مصرف می‌کنند برنجی است که شلتوک و پوسته خارجی آن گرفته شده است. رنگ اصلی برنج وقتی که در پوسته است قهوه ای است و بنام برنج قهوه ای **Brown Rice** نامیده می‌شود. برای بدست آوردن برنج سفید دانه های برنج را در دستگاههای مخصوصی می‌ریزند و این دستگاهها پوسته خارجی برنج را از آن جدا کرده و سپس با اصطکاک دادم برنج بدون پوسته با یکدیگر غشای خارجی آن نیز از بین می‌رود و برنج برنگ سفید و شفاف بدست می‌آید که عاری از ویتامین ب ۱ است و اشخاصی که منحصر از برنج تغذیه می‌کنند و غذای دیگری مصرف نمی‌کنند به بیماری بری بری **Beri-Beri** دچار می‌شوند. بنابراین برای استفاده از تمام ویتامین ها و مواد معدنی

برنج بهتر است که از برنج قهوه‌های که غشاء خارجی آن گرفته نشده است استفاده کرد ولی البته باید توجه داشت که هضم برنج قهوه‌های کمی مشکل تر از هضم برنج سفید می باشد. یک دیگر از انواع برنج نوع وحشی از آن است که سیاه رنگ و باریک تر و دراز تر از برنج صدری است. این نوع برنج هم دارای مواد معدنی و ویتامین‌های بیشمار است ولی البته هضم آن کمی مشکل است و بهتر است که مخلوط با برنج سفید بکار برده شود. - ترکیبات شیمیایی: در برنج ماده‌ای بنام اوریدین **Oridine** وجود دارد که خاصیت ضد التهاب عصبی را دراست. برنج از لحاظ مواد غذایی بسیار غنی است. البته همانطور که گفته شد هنگامیکه پوسته قهوه‌ای آنرا می گیرند مقدری از ویتامین‌های خود را از دست می دهد. در جدول زیر واد موجود در صد گرم برنج قهوه‌ای و برنج سفید با هم مقایسه شده است. مواد در صد گرم برنج قهوه‌های در صد گرم برنج سفید انرژی ۳۶۰ کالری ۳۶۲ کالری آب ۱۲ گرم ۱۲ گرم پروتئین ۷/۵ گرم ۶/۶ گرم نشاسته ۷۶ گرم ۸۰ گرم مگکلسیم ۳۲ میلی ۲۵ میلی گرم فسفر ۲۲۰ میلی ۹۵ میلی گرم آهن ۱/۶ میلی ۰/۸ میلی گرم سدیم ۱۰ میلی ۵ میلی گرم پتاسیم ۲۱۵ میلی ۹۰ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۳۵ میلی ۰/۰۶ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۰۵ میلی ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳۴/۸ میلی ۱/۵ میلی گرم همانطور که دیده می شود مقدر ویتامینی **B1** در برنج سفید شده یک ششم و ویتامین **B2** نصف و ویتامین **B3** بمقدر یک سوم برنج قهوه‌ای می باشد و مواد معدنی آن بمقدر بسیار زیادی کاهش می یابد. پوست و یا شلتوک برنج که در مراحل کوبیدن از آن جدا می شود سبوس برنج **Rice Bran** نامیده می شود که آنهم منبع ویتامین‌ها و مواد معدنی است. در صد گرم سبوس برنج مواد زیر وجود دارد: انرژی ۲۷۵ کالری آب ۹/۷ گرم پروتئین ۱۳/۵ گرم چربی ۱۵/۵ گرم نشاسته ۵۰ گرم کلسیم ۷۵ گرم فسفر ۱۴۰۰ میلی گرم آهن ۲۰ میلی گرم پتاسیم ۱۵۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۲/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۳۰۰ میلی گرم غشای قهوه‌ای رنگ برنج نیز که در اثر بهم سائیدن در دستگاههای مخصوص و یا در موقع شستن زیاد از برنج جدا می شود سرشار از ویتامین‌ها و مواد معدنی و پروتئین است. جدول زیر مقدر مواد موجود در صد گرم این غشای قهوه‌ای رنگ را نشان می دهد. کالری ۲۶۵ آب ۹/۸ گرم پروتئین ۱۲ گرم چربی ۱۲/۸ گرم نشاسته ۶۰ گرم کلسیم ۷۰ میلی گرم فسفر ۱۱۰۰ میلی گرم آهن ۱۶ میلی گرم پتاسیم ۷۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۱/۸۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۲۸ میلی گرم - خواص دارویی: برنج از نظر طب ایرانی معتدل و خشک است البته بستگی درد آنرا چگونه درست کنید برنج آبکش شده سرد است و آب آن گرم در حالیکه برنج کته شده گرم است. برنج دارای ماده‌ای بنام **Amidon** می باشد ولی از نظر اینکه ماده گلوتن آن کم است یعنی کاملاً بهم نمی چسبد نان درس کردن از آن کمی مثل است. در خاور دور از برنج نوعی الکل درست می کنند که بنام ساکه معروف است که سمیت آن از الکل معمولی کمتر است و بمصرف دارویی می رسد. برنج غیر از اینکه یک غذای سهل الهضم است بسیار مقوی است و ضمناً خواص درمانی بسیاری را دراست که به تعدادی از آن اشاره می شود. (۱) برنج قهوه‌ای خاصیت ضد التهاب عصبی را دارد. (۲) خوردن برنج تحریکات معده و روده را کم می کند. (۳) از جوانه برنج نوعی مالت تهیه می شود که بعنوان مقوی معده بکار می رود. (۴) اگر برنج را در آب پزید آب درمان کننده اسهال و اسهال خونی است. آب برنج را می توان به اطفال شیرخوار نیز داد. (۵) برای شست و شوی زخم‌ها از آب برنج استفاده کنید. (۶) آب برنج را می توان برای درمان ورم‌های روده‌ای و استفراغهای خونی بکار برد. (۷) دم کرده ریشه و ساقه‌های زیر زمینی برنج برای زیاد شدن ترشحات ادرار مصرف می شود. (۸) برای درمان تب، بدن و سر را با در برنج کمپرس کنید. (۹) برنج خواب آور است. (۱۰) برنج تشنگی را برطرف می کند. (۱۱) زیاده روی در خوردن برنج موجب ازدیاد وزن می شود. (۱۲) خوردن برنج تولید اسپرم می کند. (۱۳) برنج را اگر با شیر و شکر مخلوط کنید و بخورید بسیار مقوی است و نیروی جنسی را تقویت می کند. (۱۴) برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و استفراغ برنج را با دوغ تازه بخورید. (۱۵) اگر برنج سفید را در آب خیس کنید آب آن برای درمان اسهال و قطع قاعدگی مفید است. (۱۶) آب جوشانده برنج را که آبکس می کنید دور نریزید با این آب جواهرات خود را بشوئید که آنها را جلا

می دهد (۱۷) برای رفع التهاب پوست ، در برنج را با نشاسته یا پودر تالک مخلوط کرده و به پوست بمالید . (۱۸) دانشمندان ثابت کرده اند که خوردن برنج برای درمان فشار خون بسیار مفید است . (۱۹) خوردن برنج ، قند خون را در حالت تعادل نگاه می دارد . (۲۰) یکی از اطباء آمریکایی رژیم برنج را برای درمان فشار خون توصیه می کند او به بیماران تائید می کند که برنج بدون نمک همراه با میوه های مختلف بخورند . البته هنوز دانشمندان نمی دانند که در برنج چه ماده ای وجود دارد که باعث پائین رفتن فشار خون می شود . (۲۱) رژیم برنج برای اختلالات کلیوی مفید است . (۲۲) رژیم برنج برای مبتلایان به بیماری سورای سیس Psoriasis نیز بسیار مفید است . - طرز استفاده: در قسمت بالا توضیح داده شده است - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

زعفران

نام علمی : *Crocus sativus* - کلیات گیاه شناسی زعفران گیاهی است پایا با ارتفاع تقریباً ۳۰ سانتیمتر که دارای برگهای دراز و سبز مانند تره است . ساقه زیر زمینی آن از دو پیاز تشکیل یم شود . این پیازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشدهاز غشاء های نازک قهوه های رنگ می باشد . گلهای زعفران ارغوانی ، منظم و شامل لوله ای دراز است که به سه گلبرگ و کاسبرگ منتهی می شود . زعفران خیلی مرغوب قسمت کلالة گل یعنی قسمت انتهایی خامه است و میله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشکیل می دهد . برداشت زعفران بدین ترتیب است که قسمت کلالة هر گل را بر میدارند و بین کاغذ قرار می دهند تا خشک شود و سپس بستهبندی می کنند . استاندارد زعفران که در فرانسه صورت گرفته است اعلام یم درد که باید ۵۰ عدد از الیاف زعفران بیشتر از ۲۷۷/۰ گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن ۱۳ درصد باشد . همچنین هر میلی گرم آن باید بتواند ۷۰۰ سانتیمتر مکعب آب را بطور محسوس رنگی کند . - ترکیبات شیمیایی: زعفران دارای مواد چرب ، املا معدنی ف موسیلاژو اسانس های فراوان می باشد . رنگ زعفران مربوط به ماده ای بنام کروسین است که در آن وجود دارد پیاز زعفران سمی است و مصرف بیش از حد آن برای حیوانات کشنده است . - خواص دارویی: زعفران از نظر طبقدیم ایران گرم و خشک است . مهمترین خاصیت زعفران که از قدیم الایام از آن استفاده یم شده است درمان افسردگی می باشد . این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران نیز انعکاس یافته است . شاهد آن شعر خاقانی است که می گوید : گر کسی را زعفران شاید فزاید گو فزایچون تو با غم خو گرفتنی زعفران کس مخور زعفران دارای بویی قوی و طعم تلخ می باشد (۱) خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می شود (۲) اثر مسکن درد دارد (۳) قاعده آور است . (۴) باعث تحریک اعصاب می شود (۵) زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان می سازد (۶) مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می برد . (۷) قوای جنسی را تقویت می کند (۸) کبد را تصفیه وقوی می سازد (۹) سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد (۱۰) کلیه و مثانه را پاک می کند (۱۱) آرام بخش و خواب آرو است (۱۲) زعفران ضد تشنج است (۱۳) گاز معده را برطرف می کند (۱۴) ادرار آور است (۱۵) و اگر بالاخره می خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید (۱۶) فرمول قدیمی زعفران برای تنظیم عادت ماهیانه خانم ها و باز کردن قاعدگی سال هاست که بکار می رود و اثر بسیار مفیدی دارد تارتارات آهن و پتاسیم ۰/۵ گرم گرد زعفران ۰/۵ گرمپودر درچین ۲ گرم از این مخلوط چهار بار در روز استفاده کنید . - طرز استفاده: از زعفران می توان به شکل های مختلف استفاده کرد . - دم کرده زعفران یا چای زعفران ۲ گرم زعفران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیمساعت روی آتش بسیار ملایم بگذارید تا دم بکشد . - تنطور زعفران یک گرم زعفران را سائیده و با ۱۰ گرم الکل سفید ۸۰ درجه مخلوط کرده و در شیشه ریخته و در آنرا ببندید . این شیشه رادر جای تاریکی گذاشته و هر روزه آنرا تکان دهید پس از دو هفته آنرا صاف کرده و از آن استفاده کنید . - گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت ۲۵ درجه سانتیگرد خشک کرده و سپس آسیاب کنید و از الک خیلی ریز در کنید تا گرد نرمی بدست آید . - مضرات : چون زعفران بر روی سیستم تولید مثل اثر درد بنابراین زنان حامله باید از خوردن آن احتراز کنند زیرا ممکن است باعث سقط

جنین می شود . خوردن زیاد زعفران برای کلیه ها مضر است . اشتها را کم می کند و ایجاد سردرد می کند و باعث اختلال حواس می شود . زعفران را باید در شیشه های دربسته و دور از نور نگهداری کرد زیرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست می دهد .

کنجد

نام علمی : *Sesamus indicum* - کلیات گیاه شناسی کنجد گیاهی است یکساله با ارتفاع حدود یک متر که قسمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است . برگهای آن بیضی ، باریک و نوک تیز است . گلهای آن برنگ سفید و یا قرمز بطور تک تک در کناره برگ های قسمت انتهایی ساقه ظاهر می شود . میوه این گیاه بصورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسمت مورد استفاده این گیاه است . وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید بعد از چین قرار دارند . در ایران نیز مقدری کنجد تولید می شود که بیشتر آن به مصرف تهیه روغن و حلوا دره می رسد- ترکیبات شیمیایی: کنجد دارای پروتئین ، ویتامین های B,D,E,F و لسیتین Lecithin می باشد . مقدر روغن آن در حدود ۵۰٪ است روغن کنجد مرکب از حدود ۷۰٪ اسیدهای جرب اشباع نشده مانند لینولئیک اسید اولئیک اسید و مقدری اسیدهای چرب اشباع شده مانند اسید پالمیتیک و آراشیدیک اسید می باشد . روغن کنجد یکی از روغن های شایع نشده و مفید برای بدن است و در آمریکای شمالی و کانادا بمقدر زیاد مصرف می شود و دلیل آن اسن که این روغن نه فقط کلسترول بدن را بالا نمی برد بلکه آنرا کاهش می دهد . برای تهیه روغن کنجد معمولا دانه ها را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود سپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آن که سبک روی آب بیاید که آنرا می گیرند . بعد دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کنند . این خمیر را تحت فشار قرار داده تا روغن آن جدا شود . این روغن را روغن سرد فشار اول می نامند و از تفاله باقیمانده تحت اثر فشار و گرما روغنی بدست می آید که بنام روغن گرم یا فشار دوم معروف است که البته ارزش غذایی روغن سرد را ندارد . تفاله باقیمانده از این مرحله را معمولا- برای علوفه دام ها بکار می برند . مخصوصا این تفاله از نظر داشتن مواد پروتئینی غذای خوبی برای گاوهای شیدره است . اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید دقت کنید که روغن سرد فشار اول باشد که بنام **First cold pressed** معروف است زیرا در اثر حرارت دادن روغن کنجد خواص خود را از دست می دهند . - خواص دارویی: از نظر طب قدیم ایران کنجد گرم و تر است . کنجد بسیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر بعنوان جانشین گوشت بکار می رود . (۱) برای چاق شدن و تقویت نیروی جنسی موثر است (۲) برای رفع قولنج کنجد را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید و بمقدر نصف وزن کنجد ، مغز بادام پوست کنده را بآن اضافه کنید آنها را پودر کنید و هر روز بمقدر یک قاشق سوپخوری از آن بخورید . (۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد . (۴) نرم کننده معده و روده است (۵) کره کنجد که در کانادا بنام تاهیتی معروف است و شبیه دره می باشد غذای خوبی برای رشد بچه هاست . (۶) برگ کنجد را اگر به سر بمالید باعث رشد و سیاهی موی سر می شود (۷) دره نرم کننده معده و روده هاست (۸) کنجد فشار خون را کاهش می دهد (۹) کنجد ضد رماتیسم است (۱۰) برای رفع ناراحتی کیسه صفرا مفید است (۱۱) دم کرده برگ کنجد اسهال خونی را برطرف می کند (۱۲) روغن کنجد برای رفع تنگی نفس و سرفه خشک و زخم ریه مفید است (۱۳) روغن کنجد سوزش ادرار را رفع می کند (۱۴) از روغن کنجد بجای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید (۱۵) کنجد با همه خواصی که درد برای معده ای ضعیف مناسب نیست زیرا ثقیل الهضم است . اینگونه اشخاص باید آنرا با عسل و سرکه بخورند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

نام علمی: *Soja hispida Moench* - کلیات گیاه شناسی سویا قرن‌هاست که غذای مردم آسیا مخصوصاً چین بوده است و چینی آن را همراه با برنج بعنوان غذای اصلی خود مصرف می‌کنند. ایالات متحده آمریکا بزرگترین تولید کننده سویا می‌باشد و تقریباً دو سوم محصول کل دنیا را تولید می‌کند. سویا در ایران بنام (لوبیا روغنی) (لوبیا چینی) سوژا و دانه سویا معروف است. سویا گیاهی است یکساله دارای ساقه پرشاخه، برگهای آن بیضی، نوک تیز و سبز رنگ می‌باشد. میوه آن شبیه لوبیا سات که در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از یکدیگر وجود دارد. رنگ دانه سویا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهای زرد، سفید سیاه، خاکستری و خالدر دیده می‌شود. دانه سویا به بزرگی یک نخود کمی مسطح و گرد است. دانه سیاه سویا بیشتر در طب گیاهی مصرف درد ولی از دانه زرد رنگ آن بیشتر برای روغن گیری استفاده می‌کنند. سویا بعلاوه داشتن پروتئین و مواد مغذی در تغذیه انسان بکار می‌رود. سویا از چین به نقاط دیگر دنیا راه یافته است و بطور وحشی در آن کشور وجود دارد. سویا در حدود ۳۵۰۰ نوع مختلف درد که هر کدام آب و هوای مخصوصی را می‌خواهد. - ترکیبات شیمیایی: سویا از نظر ویتامین های گروه B بسیار غنی است و دارای مقدری ویتامین های C, D, E, K و کمی کاروتن می‌باشد. سویا همچنین دریا کلروفیل و آنتی بیوتیکی بنام کانوالین نیز هست. دانشمندان موفق شده اند که از لوبیای سویا یک نوع آنتی بیوتیک ارزان قیمت تهیه کنند که مورومیکس نامیده می‌شود و باکتریهای مضر روده را از بین می‌برد. جدول زیر مواد موجود در صد گرم دانه خشک و رسیده جوانه سویا، شیر سویا و سبوس سویا را نشان می‌دهد دانه خشک جوانه سویا شیر سویا سبوس سویا آب ۱۰ گرم ۸۶ گرم ۹۲/۵ گرم ۶۲/۸ گرم پروتئین ۳۴ گرم ۶ گرم ۳/۴ گرم ۵/۶ گرم چربی ۱۷/۷ گرم ۱/۴ گرم ۱/۵ گرم ۱/۳ گرم مواد نشاسته ای ۲۹ گرم ۴/۷ گرم ۲/۲ گرم ۹/۵ گرم کلسیم ۲۲۶ میلیگرم ۴۸ میلیگرم ۲۰ میلیگرم ۸۲ میلیگرم فسفر ۵۵۰ میلیگرم ۶۷ میلیگرم ۴۸ میلیگرم ۱۰۴ میلیگرم آهن ۸/۴ میلیگرم ۱ میلیگرم ۰/۸ میلیگرم ۴/۸ میلیگرم ویتامین آ ۸۰ واحد ۸۰ واحد ۴۰ واحد ۷۳۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۱/۱ میلیگرم ۰/۲۵ میلیگرم ۰/۸ میلیگرم ۰/۲ میلیگرم ویتامین ب ۲ ۰/۳ میلیگرم ۰/۲ میلیگرم ۰/۳ میلیگرم ۰/۳ میلیگرم ویتامین ب ۳ ۲/۲ میلیگرم ۰/۸ میلیگرم ۰/۲ میلیگرم ۰/۴ میلیگرم همانطور که گفته شد سویا از نظر مواد پروتئینی بسیار قوی است و در کشورهای فقیر از آن بعنوان جانشین گوشت استفاده می‌کنند. در جدول زیر سویا با گوشت مقایسه شده است سویا گوشت گاو آب ۹/۸۷٪ پروتئین ۷۴٪ پروتئین ۳۶/۶۷٪ چربی ۲۳/۷۴٪ چربی ۱۷٪ پتاسیم ۲/۳٪ پتاسیم ۳/۱٪ اسید فسفریک ۱/۴۷٪ اسید فسفریک ۶۶٪ بنابر این همانطور که در جدول بالا دیده می‌شود مقدر پروتئین سویا ۱/۵ برابر گوشت گاو می‌باشد و منبعی غنی از پروتئین است. برای درست کردن شیر سویا، دانه سویا را له کرده و بمدت ۲۴ ساعت تحت تاثیر آب قرار می‌دهند سپس آنرا صاف می‌کنند و بدین ترتیب نوشابه ای مانند شیر بدست می‌آید که منبع غذایی خوبی است که می‌توان بجای شیر گاو مصرف کرد. روغن سویا که از فشردن دانه های له شده و سیا بدست می‌آید رنگ زرد مایل به قرمز دارد و دارای بوی مخصوصی شبیه بوی لوبیا است و در حرارت ۱۵ درجه منجمد می‌شود ولی درجه حرارت معمولی حالت روان دارد. - خواص دارویی: (۱) سویا مقوی و باد شکن است (۲) دانه سویا، مدر، تب بر و ضد سم است (۳) در چین دانه سویا را بعنوان ضد سم مصرف می‌کنند (۴) شیر سویا غذای مفیدی برای کودکان است (۵) نان سویا برای مبتلایان به بیماری قند بسیار مناسب است زیرا اولاً ارزش غذایی زیادی درد ثانیاً مواد نشاسته ای که تبدیل به قند می‌شود در آن کم است (۶) دانه های سبز سویا را له کرده و بصورت ضماد در آورید این ضماد برای زخم های آبله و سایر زخم ها مفید است همچنین برای رفع التهاب و قرمزی پای بچه ها که در اثر ادرار بوجود آمده مفید است (۷) سویا برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم و اشخاص ضعیف البنیه بسیار مفید است (۸) سوس سویا برای تحریک اشتها بکار می‌رود (۹) سوس سویا را برای از بین بردن بوی گوشت بکار می‌برند (۱۰) سوس سویا را به غذاهایی که تدرید درید سالم باشد بزیند سم آنرا خنثی می‌کند (۱۱) سوس سویا ملین، خنک کننده و ضد سم است (۱۲) اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنین باشد به او سوس سویا بدهید (۱۳) اگر ادرار کسی بخون آلوده است سوس سویا درمان آن است (۱۴) سوس سویا برای سوختگی پوست مفید است (۱۵) فرآورده های سویا برای پیشگیری

سرطان مفید است (۱۶) سویا به فعالیت روده ها و دفع منظم سموم کمک می کند (۱۷) سویا مقدر تری گلیسیدر خون را پائین می آورد (۱۸) برای تمیز کردن شریانها از فرآورده های سویا استفاده کنید حتی مبتلا به شراین و در معرض خطر قلبی هستند اگر از سویا استفاده کنند و گوشت را از برنامه غذایی خود حذف کنند بزودی شریانهای آنها تمیز و جوان خواهد بود. (۱۹) سویا سنگ کیسه صفرا را شکسته و خارج می سازد و اگر از فرآورده های سویا استفاده کنید در بدن شما سنگ کیسه صفرا تولید نخواهد شد اگر سنگ کیسه صفرا درید رژیم خود رابه سویا تغییر دهید (۲۰) سویا برای سلامت روده بزرگ و تنظیم تخلیه و دفع مواد زائد بسیار مفید است (۲۱) سویا موثر برای درمان سرطان کولون است (۲۲) سویا از سرطان سینه جلوگیری می کند (۲۳) سویا منبع غنی هورمون استروژن است بنابراین می توان جانشین هورمونهای مصنوعی در دوران یائسگی باشد. پس خانم ها در دوران یائسگی بهتر است از فرآورده های سویا استفاده کنند. - طرز استفاده: فرآورده های سویا زیاد است و بسته به نوع سلیقه می توانید از آنها استفاده کنید مانند شیز سویا، شیر بریده سویا، در سویا بلغور سویا، سویای بو داده پروتئین سویا، سس سویا، سویای تخمیر شده جوانه سویا و غیره - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

اسفناج

نام علمی: *Spinacia oleracea* - کلیات گیاه شناسی اسفناج گیاه بومی ایران است و از اوائل قرن اول میلادی کم کم به نقاط دیگر دنیا راه یافت. بطوریکه در تاریخ مسطور است اسفناج در قرن هفتم در چین و در قرن دوازدهم در اسپانیا کشت میشده است. کشت اسفناج در سال ۱۸۰۶ در آمریکا شروع شد. اسفناج گیاهی است یکساله درای ساقه ای راست به ارتفاع نیم متر که برگهای آن پخن و نرم مثلثی شکل برنگ سبز می باشد. اسفناج نسبت به سرمای زمستان مقاوم است. دو نوع اسفناج وجود دارد که بنام پائیزه و بهاره نامیده می شود. اسفناج بهاره در فصل بهار کاشته می شود و به اسفناج انگلیسی معروف است. نوع پائیزه آن که به خاک بسیار غنی احتیاج درد در پائیز کاشته می شود. گلهای اسفناج برنگ سبز کمرنگ می باشد. اسفناج چون درای مواد غذایی فراوانی است کشت آن امروز در تمام نقاط دنیا معمول است. - ترکیبات شیمیایی: اسفناج از نظر داشتن ویتامین B₃ بسیار غنی است و بنابراین داروی مهمی برای برطرف کردن بیماری پلا-گر است. (پلاگر یک نوع بیماری است که بعلت کمبود ویتامین B₃ در بدن تولید می شود و نشانه های ضعف بدن، تشنج، اختلال در دستگاه هاضمه و بوجود آمدن لکه های قرمز روی بدن است.) ضمنا در اسفناج مقدر زیادی آهن، ید، لسیتین، کلروفیل، کاروتن، اسید اگزالیک و اسید ارسنیک وجود دارد در صد گرم اسفناج خام مورد زیر موجود است: انرژی ۲۰ کالریاب ۹۰ گرم پروتئین ۳ گرم چربی ۰/۳ گرم مواد نشاسته ای ۳/۵ گرم کلسیم ۹۰ میلی گرم فسفر ۵۰ میلی گرم آهن ۳/۲ میلی گرم سدیم ۷۰ میلی گرم پتاسیم ۴۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۶۰۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۴۰ میلی گرم - خواص دارویی: برگ اسفناج از نظر طب قدیم ایران کمی سرد و تر است و برخی عقیده دارند که متعادل است یعنی نه سرد است و نه گرم. (۱) برگ اسفناج منبع غنی ویتامین C، B₃، A و آهن و پتاسیم می باشد. (۲) بدن را قلیایی می کند. (۳) خنک کننده است و برای پائین آوردن تب مفید است. (۴) ورم روده کوچک را رفع می کند. (۵) برای ورم ریه مفید است. (۶) ملین است و یبوست را برطرف می کند. (۷) برای لاغر شدن و وزن کم کردن مفید است. (۸) اسفناج بدلیل داشتن ماده ای بنام اسپیناسین هضم غذا را تسریع می کند. این ماده باعث تحریک معده و ازدیاد ترشحات آن می شود. (۹) خوردن اسفناج در رفع تشنگی موثر است. (۱۰) برای از بین بردن ورم و درد گلو مفید است. (۱۱) برای رفع سرفه های خشک برگ اسفناج را با حو پوست کنده و روغن بادام پیژید و بخورید. (۱۲) آتش اسفناج با گشنیز برای سردردهایی که ناشی از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشی است مفید می باشد. (۱۳) اگر آتش اسفناج را ب آب لیمو و سماق و یا آب غوره بخورید سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می کند. (۱۴) خوردن اسفناج از سرطان

جلوگیری می کند مخصوصا در افرادی که به مصرف الکل و سیگار دست دارند. (۱۵) حقیقات دانشمندان نشان داده است که اسفناج در پیشگیری سرطان روده بزرگ، معده، پروستات حنجره و رحم موثر است. (۱۶) اسفناج کلسترول خون را پائین می آورد. (۱۷) بهترین دارو برای کسانی است که مبتلا به کم خونی هستند. (۱۸) اسفناج مانند جارو روده بزرگ را تمیز می کند. (۱۹) ترشحات لوزالمعده را افزایش می دهد. (۲۰) اسفناج سبزی مفید برای تقویت اعصاب است. (۲۱) اسفناج پته برای رفع بیماری آسم و گرفتگی صدا بسیار موثر است. (۲۲) رماتیسیم و نقرس را درمان می کند. (۲۳) برای زیاد کردن شیر در مادران شیر ده موثر است. (۲۴) سابقا نوعی شربت از اسفناج تهیه شد که در معالجه خونریزیها و کم خونی از آن استفاده می کردند. (۲۵) تخم اسفناج ملین و خنک کننده است. (۲۶) تخم اسفناج برای برطرف کردن ورم کبد و یرقان مفید است. (۲۷) اسفناج تعداد گلبولهای قرمز خون را افزایش می دهد. (۲۸) اسفناج چون دارای کلروفیل است عضلات روده را تحریک کرده و تخلیه مدفوع را آسان می کند. (۲۹) اگر کسی مبتلا به حبس البول یعنی بند آمدن ادرار است می تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج این ناراحتی را درمان کند. با همان مقدر روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کرده و باو بدهید. (۳۰) اسفناج را در سالاد خود بریزید و میل کنید. - مضرات: اسفناج بعلت داشتن اگزالات برای بیماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگهای کلیه و مثانه مناسب نیست ضمنا آنهائیکه سرد مزاج هستند باید اسفناج را با ادویه گرم نظیر زنجبیل و هل میل نمایند.

کدو

نام علمی: *Lagenaria vulgaris* - کلیات گیاه شناسیکدو گیاهی است یکساله و خزنده که برگهای آن بشکل قلب و پهن و پوشیده از کرک ریز می باشد. گلهای زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روی یک پایه قرار دارد. ریشه آن بایرک و بلند، کمی شیرین و خوردن جوشانده آن مستی آور است. کدو انواع مختلف درد مانند کدوی حلوائی، کدوی تنبل یا کدوی زرد، کدوی خورشی یا کدوی سبز. نوعی از کدوی حلوائی در کانادا و آمریکا و بعضی نقاط دنیا می روید که بسیار بزرگ می شود و گاهی وزن آن مرتابا ۶۰ کیلوگرم نیز می رسد. در آمریکا و کانادا این کدوها را برای شب هالوین بکار میبرند و با آن ر و کیک درست می کنند. - ترکیبات شیمیایی: در یکصد گرم کدو مواد زیر را می توان یافت: کدو حلوائی کدو سبز کالری ۱۸ ۱۸ آب ۹۱ گرم ۹۴ گرم پروتئین ۱ گرم ۱/۱ گرم چربی ۰/۱ گرم ۰/۱ گرم نشاسته ۵/۴ گرم ۳/۶ گرم کلسیم ۲۱ میلی گرم ۲۸ میلی گرم فسفر ۴۵ میلی گرم ۳۰ میلی گرم آهن ۰/۸ میلی گرم ۰/۵ میلی گرم پتاسیم ۲۴ میلی گرم ۲/۲ میلی گرم ویتامین آ ۱۶۰۰ واحد ۴۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۵ میلی گرم ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۱ میلی گرم ۰/۰۹ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ۱ میلی گرم ویتامین ث ۹ میلی گرم ۲۰ میلی گرم در صد گرم تخم کدو مواد زیر موجود است: آب ۹۴ گرم پروتئین ۱/۱ گرم چربی ۰/۱ گرم نشاسته ۳/۶ گرم کلسیم ۲۸ میلی گرم فسفر ۳۰ میلی گرم آهن ۰/۴ میلی گرم پتاسیم ۲/۲ میلی گرم ویتامین آ ۴۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۹ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۲۲ میلی گرم - خواص دارویی: - خواص کدو و تخم کدو: کدو از لحاظ طب قدیم ایران سرد و تر یعنی خنک کننده و مرطوب کننده است و از لحاظ شیمیایی بدن را قلیایی می کند. کدو هم مانند بادمجان چون دارای کالری است بنابراین مهمترین غذا برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند. (۱) تخم کدوی خام اثر دفع کرم روده درد و چون سمی نیست اطفال نیز می توانند از آن استفاده کنند. برای این منظور باید مقدر ۵۰ گرم تخم کدو را پودر کرده و با عسل مخلوط نموده و مصرف کنید و باید بعد از چهار ساعت یک مسهل مانند روغن کرچک بخورید که کرمها را دفع کند. (۲) کدو اثر ملین، مدر و رفع یبوست و رفع سوء هاضمه را دارد. (۳) به اشخاصی که تب دارند کدو می دهند تب را پائین می آورد. (۴) کدو برای اشخاص گرم مزاج و صفراوی غذای خوبی است. (۵) کدو خونساز است و برای استفاده از این خاصیت کدو باید آنرا همراه با آب غوره و یا سرکه در روغن زیتون پخت و مصرف نمود. (۶) برای رفع دندان درد

آب کدو قرقره کنید (۷) برای درمان گوش درد چند قطره آب کدو در گوش بچکانید (۸) برای برطرف کردن التهاب معده، کبد و کلیه کدوی پخته را روی این اعضاء بگذارید (۹) پوست کدو را خشک کنید خوردن آن درمان بواسیر و خونریزی معده و روده است (۱۰) تخم کدو درمان کننده سرفه و برطرف کننده اخلاط خون است (۱۱) برای زخم روده ها و مثانه و سوزش مجرای ادرار تخم کدو مصرف کنید (۱۲) روغن تخم کدو برای رفع تب و دل پیچه مفید است (۱۳) کدو و تخم کدو هر دو برای پیشگیری سرطان مفید می باشند (۱۴) تخم کدو علاج کننده سرطان پروستات و برطرف کننده ورم پروستات می باشد در مادران بالاتر از سن چهل معمولا غده پروستات شروع به بزرگ شدن می کند و بنابراین این اشخاص باید چند روز در هفته کدو حلوايي یا تخم کدو بخورند (۱۵) کدو و تخم کدو در پیشگیری سرطان ریه بسیار موثر است و اشخاص سیگاری و حتی آنهاییکه با این اشخاص زندگی می کنند و باصطلاح سیگاری دست دوم هستند برای اینکه مریض نشوند باید از کدو استفاده کنند. - مضرات: همانطور که گفته شد کدو سرد است و در خوردن کدو در مناطق حاره و گرم سیر بسیار مفید است و بدن را سالم نگاه می دارد. کدو برای کسانی که طبع سرد دارند و یا در مناطق سردسیر زندگی می کنند خوب نیست زیرا ایجاد نفخ و سنگینی و درد معده می کنند. و بنابراین اشخاص اگر بخواهند کدو بخورند حتما باید آنرا با ادویه های گرم مانند خردل و سیر و فلفل و نعناع بخورند.

چای کوهی

نام علمی: *Hypericum perforatum* - کلیات گیاه شناسی چای کوهی بمقدر زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می یابد و معمولا- بصورت خودرو در میان مزارع گندم و ذرت یافت می شود. چای کوهی در اروپا آمریکا بنام سنت جونز شهرت درد و مدتی است که بسیار معروف شده و تقریبا برای هر بیماری بکار میرود. جالب است بدانید که روغن چای کوهی برای مدت سه قرن در انگلستان تنها داروی زخم ها بوده است. چای کوهی در ایران در دامنه کوههای البرز کرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ایران به حد زیاد می روید. در اروپا نانوائیها این گیاه را خوب می شناسند زیرا کمی از آنرا به در اضافه می کنند که نان را بهتر و خوش طعم تر می کند. گلهای چای کوهی برنگ سفید یا زرد می باشند که در بالای ساقه بصورت مجتمع بچشم می خورد. این گلها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی می باشد. میوه چای کوهی بشکل کپسول است. - ترکیبات شیمیایی: مهمترین ماده شیمیایی چای کوهی هایپیرین Hyperin و همچنین ماده قرمز رنگی بنام هایپرسیسین Hypericin است چای کوهی دارای تانن و اسید نیکوتی نیک نیز می باشد. - خواص دارویی: از نظر طب قدیم ایران این گیاه گرم و خشک است. ماده قرمز رنگی که در برگهای چای کوهی وجود دارد وب فشار دادن برگها از آن استخراج می شود برای التیام زخم ها و درمان سوختگی ها بکار می رود. برای تهیه جوشانده و یا دم کرده این گیاه باید حدود یک قاشق چایخوری برگ و گل خشک گیاه را در دو فنجان آب جوش ریخته و آنرا آنقدر بجوشانید تا یک فنجان باقی بماند سپس آنرا مصرف کنید. بطور خلاصه می توان به مورد زیر اشاره کرد: (۱) ضد کرم معده و روده می باشد. (۲) ادرار آور و قاعده آور است. (۳) گرفتگی صدا را باز می کند و خلط آور است. (۴) برای درمان مرض کزاز بکار می رود. (۵) اگر برگ آنرا بصورت پودر دارورید و روی زخم های عمیق و متعفن بپاشید این نوع زخم ها را خوب می کند. (۶) درمان کننده اسهال و اسهال خونی است. (۷) برای درد دنبالچه بهترین دارو است. (۸) اگر مشکوک به خونریزی مغزی هستید و یا احتمال خونریزی مغزی وجود دارد حتما از این دارو استفاده کنید. (۹) ضعف جنسی را درمان می کند. (۱۰) درمان کننده بیماری مننژیت است. (۱۱) برای درمان فلج بکار می رود. (۱۲) سیاه سرفه را از بین می برد. (۱۳) درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می کند. (۱۴) برای کم خونی مفید است. (۱۵) چای کوهی اشتها را باز می کند بنابراین می توان آنرا به بچه ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد. (۱۶) ضد افسردگی می باشد. (۱۷) درمان کننده بیخوابی است. (۱۸) در درمان سرمخوردگی معجزه می کند. (۱۹) برای درمان تب و اثر نیش سمی حشرات بکار میرود. و بالاخره با تحقیقات جدیدی که دانشمندان روی این گیاه

معجزه آسا انجام داده اند و دریافته اند که چای کوهی می تواند ویروسها را از بین ببرد و حتی روی ویروس بیماری AIDS نیز اثر درد .مدتی است که بیماران مبتلا- به ایدز از این گیاه استفاده میکنند که سیستم دفاعی بدن آنها را تقویت کرده و بیماری را تخفیف می دهد. دانشمندان مدتی است که روی اثر چای کوهی بر ریبو سرطان خون تحقیقات دامنه دری را شروع کرده اند و به نتایج درخشانی دست یافته اند . همانطوریکه قبل گفته شد این دارو اثر بسیار خوبی بر روی افسردگی درد البته اگر سه متوالی از این دارو استفاده شود حالات افسردگی را از بین برده بیخوابی را مداوا می کند و بیماران اعتماد بنفس خود را باز می یابند . - مضرات : کسانیکه از قرص ضد بارداری ، داروهای آسم و ضد سرمخوردگی و حساسیت استفاده می کنند نمی توانند چای کوهی مصرف کنند .

تمبر هندی

نام علمی : *Tamarindus indica* - کلیات گیاه شناسی تمبر هندی که از *Tamaria Hindi* مشتق شده و به معنای میوه هندی می باشد . تمبر هندی درختی است بلند که منشا آن از هند و آفریقای شمالی بوده است ولی امروزه در بیشتر مناطق گرمسیر دنیا پرورش می یابد . برگهای آن متناوب و مرکب شامل ۱۰ تا ۲۰ جفت برگچه فشرده و نزدیک بهم است . گلهای آن به رنگ زرد مایل به قرمز و به شکل خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود . میوه آن شبیه باقلا به شکل غلاف و نیام و با کمی خمیدگی است . این غلاف به طول ۱۰ سانتیمتر می باشد که در آن بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد . برای تهیه تمبر هندی ها میوه ها را شکافته و قسمت گوشتدار آنها را با هسته بیرون آورده و خشک می کنند . خشک کردن تمبر هندی طرق مختلفی دارد و در هر منطقه فرق می کند . مثلا در جزایر آنتیل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگی که دارای شربت غلیظی در حال جوش است وارد می کنند تا شربت در منافذ میوه نفوذ کرده و آنرا حل کند . ترکیبات شیمیایی: قسمت گوشتدار میوه دارای کمی قند و پکتین و همچنین اسید سیتریک ، اسید مالیک ، تارتارات و اسید پتاسیم می باشد . در پوست درخت تمبر هندی مقدری تانن وجود دارد . سرشاخه های جوان و سبز این درخت دارای مقدر زیادی ویتامین های گروه B می باشد . - خواص دارویی: تمبر هندی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است . (۱) خوردن تمبر هندی باعث پائین آمدن تب می شود . (۲) به هضم غذا کمک می کند . (۳) تمبر هندی خنک کننده بدن است . (۴) برای رفع تشنگی مفید است . (۵) دل بهم خوردگی و تهوع را برطرف می کند . (۶) پوست تمبر هندی قابض و رفع کننده اسهال است . (۷) بهترین طریقه استفاده از تمبر هندی این است که این ماده را در آب خیس کنید و سپس آنرا صاف کرده و با نبات بخورید . (۸) دم کرده تمبر هندی نیز اثر ملین درد . برای تهیه دم کرده یک قاشق غذا خوری تمبر هندی را با نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مدت یک ساعت بگذارید بماند سپس این دم کرده را در طول روز مصرف کنید . (۱۰) تمبر هندی را پزید و ضماد از آن درست کنید . این ضماد را روی ورم و قسمتهای دردناک بدن بگذارید . - مضرات : تمبر هندی برای ریه و طحال خوب نیست و در اشخاصی که ریه و طحال ضعیف دارند ممکن است تولید اشکال کند . اینگونه اشخاص بهتر است که تمبر هندی را با کتیرا و یا خشخاش بخورند .

گوجه فرنگی

نام علمی : *Lycopersicum esculentum* - کلیات گیاه شناسی گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشته است ولی البته باندازه یک گیلاس بوده است و کم کم در اثر پرورش درشت تر شده است . وطن اصلی این گیاه آمریکای جنوبی است . در قرن شانزدهم در کشور پرو به مقدر زیاد کشت می شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسیار گران بود فقط مردم ثروتمند می توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد . گوجه فرنگی در حال حاضر در

تمام مناطق دنیا کشت می‌شود و تقریباً در تمام فصول سال وجود دارد. گوجه فرنگی انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می‌رسد. یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی‌باشد. گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملاً رسیده استنداز بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصاً کلیه‌ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می‌چینند تا هنگامیکه به مقصد می‌رسد و یا در انبار می‌رسد و قرمز می‌شود. اگر گوجه فرنگی کاملاً قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می‌کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده‌اند و بعداً رسیده است. گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه‌های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می‌رسد. گل‌های آن زرد رنگ است که از کنار شاخه‌ها و یا ساقه آن بیرون می‌آید. مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می‌شود. ترکیبات شیمیایی: گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشته است ولی البته باندازه یک گیلاس بوده است و کم‌کم در اثر پرورش درشت‌تر شده است. وطن اصلی این گیاه آمریکای جنوبی است. در قرن شانزدهم در کشور پرو به مقدر زیاد کشت می‌شده است. در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسیار گران بود فقط مردم ثروتمند می‌توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد. گوجه فرنگی در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می‌شود و تقریباً در تمام فصول سال وجود دارد. گوجه فرنگی انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می‌رسد. یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی‌باشد. گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملاً رسیده استنداز بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصاً کلیه‌ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می‌چینند تا هنگامیکه به مقصد می‌رسد و یا در انبار می‌رسد و قرمز می‌شود. اگر گوجه فرنگی کاملاً قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می‌کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده‌اند و بعداً رسیده است. گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه‌های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می‌رسد. گل‌های آن زرد رنگ است که از کنار شاخه‌ها و یا ساقه آن بیرون می‌آید. مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می‌شود. - خواص دارویی: گوجه فرنگی گرچه دارای اسید سیتریک است اما بدن را قلیایی می‌کند (۱) گوجه فرنگی درجه قلیایی بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمی خون کمک می‌کند بطور کلی تصفیه‌کننده خون است (۲) به دفع ساید اوریک کمک می‌کند (۳) گوجه فرنگی ملین است (۴) برای درمان ورم ملتحمه چشم مفید است (۵) سنگ کلیه را دفع می‌کند (۶) آقایان با خوردن مرتب گوجه فرنگی می‌توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بیمه کنند (۷) گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می‌کند (۸) برای رفع دندان درد، ریشه و شاخه برگ‌های گوجه فرنگی را با آب بجوشانید و این جوشانده را مضمضه کنید. (۹) از جوشانده برگ گوجه فرنگی برای دفع شته و حشرات می‌توانید استفاده کنید. بدین منظور باید یک کیلو گرم برگ تازه گوجه فرنگی را در یک لیتر سرکه خیس کرده و در داخل ظرفی که ۲ لیتر آب جوش درد بریزید و ظرف را روی چراغ قرار داده و بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید ظرف را از روی چراغ برداشته بگذارید تا مدت دو روز بماند و گاهگاهی آنرا هم بزند سسپس آنرا با فشار صاف کنید (۱۰) گوجه فرنگی برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم مفید است (۱۱) گوجه فرنگی ورم مفاصل را برطرف می‌کند (۱۲) از تصلب شرائین جلوگیری می‌کند و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است (۱۳) اوره خون را پائین می‌آورد (۱۴) ورم مخاط روده را رفع می‌کند (۱۵) برای تمیز کردن خون باید از آ گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و بمقدر سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه هفته استفاده کنید. (۱۶) برای تمیز کردن لکه جوهر بر روی لباس یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی برده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و سپس آنرا بشوئید (۱۷) اگر پوست شما کک و مک درد هر روز آنرا با آ گوجه فرنگی تمیز کنید کم‌کم کک و مکک‌ها را از بین می‌برد - مضرات: در بعضی از اشخاص هضم گوجه فرنگی با اشکال صورت می‌گیرد آنهائیکه معده حساس دارند نباید در خوردن گوجه فرنگی افراط کنند. بعضی از افراد نسبت به گوجه فرنگی حساسیت دارند اینگونه افراد نیز نباید گوجه فرنگی بخورند

زردچوبه

نام علمی: *Curcuma longa* - کلیات گیاه شناسی زردچوبه گیاهی است از خانواده زنجبیل به ارتفاع حدود یک متر و نیم که دارای ساقه متورمی است. گل‌های زردچوبه بصورت سنبله و برنگ سبز مایل به زرد می باشد. زردچوبه در هندوستان و چین و نقاط حاره زمین می روید. از کنار بگهای غلاف در قاعده ساقه، شاخه های کوچک و ساتوانه ای شکل ضخیمی خاج می شود که بصورت مورب در زمین فرو رفته و هر یک ایجاد ریشه می کنند و مرتباً پایه های جدیدی بوجود می آرند. قسمت مورد استفاده این گیاه ساقه زیرزمینی آن است که پس از خارج کردن از زمین تمیز کرده و ریشه های آنرا جدا می کنند و در آب جوش قرار می دهند و پس از تیمز کردن بمدت چند روز آنرا خشک می کنند. زردچوبه رنگ زرد یا خاکستری مایل به قهوه ای درد بوی آن معطر و طعم آن تلخ است. - ترکیبات شیمیایی: زردچوبه دارای اسانسی مرکب از اسیدهای والرینیک، کاپرلیک و فلاندون می باشد و همچنین دارای سابینی نین، سیثول، بورئول و الکل تورمرول و ماده کورکومین می باشد که رنگ زرد زردچوبه بعلت خمین ماده کورکومین می باشد. - خواص دارویی: زردچوبه از نظر طب قدیم ایرانی گرم و خشک است و برای استفاده درمانی می توان آنرا مانند چائی دم نمود و استفاده کرد البته جدیداً در بازار کانادا و آمریکا کپسول آن هم به بازار آمده است: زردچوبه دارای خواص درمانی زیر است: (۱) گرفتگی و انسداد صدا را باز می کند و برای تمیز کردن کبد بکار می رود. (۲) مخلوط یک قاشق غذا خوری زردچوبه و یک قاشق انیسون و سرکه برای درمان یرقان مفید است. (۳) برای رفع دندان درد آنرا در دهان انداخته و بجوید. (۴) زردچوبه بهترین داروی ضد تورم است و در اروپا و آمریکا از آن بدین منظور استفاده می کنند که می توان از سه فنجان دم کرده زردچوبه در روز و یا مقدر ۲ کپسول سه بار در روز استفاده کرد. (۵) برای خشک کردن زخم ها و رفع درد آنها می توان گرد خشک زردچوبه را روی آنها ریخت. (۶) زردچوبه بادشکن، تصفیه کننده خون، تب بر، محرک و انرژی زا می باشد (۷) زردچوبه برای رساندن دمل نیز مفید است. (۸) خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها نامنظم است برای تنظیم آن باید از زردچوبه استفاده کنند. (۹) از زردچوبه برای درمان کمر درد، پشت درد و سینه درد نیز استفاده می شود. (۱۰) برای درمان اسهال و اسهال خونی حتماً از دم کرده زردچوبه استفاده کنید. (۱۱) زردچوبه در قدیم برای درمان رماتیسم و سل بکار می رفته است. (۱۲) برای درمان التهاب لثه، زردچوبه را دم کرده و آنرا قرقره کنید. (۱۳) تحقیقات اخیر دانشمندان نشان دادند که زردچوبه از سرطان جلوگیری می کند بنابراین حتماً سعی کنید که در غذاها از زردچوبه استفاده کنید. - مضرات: با تمام مزایای گفته شده باید اشاره کرد که زیاده وری در زردچوبه برای قلب مضر است ولی البته اگر آنرا با لیمو ترش استفاده کنید اثرات مضر آنرا خنثی می سازد.

شلغم

نام علمی: *Brassica Napus* - کلیات گیاه شناسی شلغم گیاهی است با برگهای ناصاف و بریدگیهای زیاد به رنگ سبز و سفید. ریشه آن غده ای و به شکل های گرد و یا دراز به رنگ سفید با لکه های بنفش می باشد. میوه شلغم مانند غلافی بایرک و دراز است که در آن چند دانه سیاه وجود دارد. شلغم در هوای سرد بسیار خوب رشد می کند و شاید علت آن باشد که برای درمان بیماریهایی که در فصل سرما زیاد است و بیماریهای تنفسی بکار می رود. - ترکیبات شیمیایی: آب ۹۱ گرم پروتئین ۱ گرم مواد چربی ۰/۲ گرم مواد نشاسته ای ۶/۶ گرم کلسیم ۴۰ میلی گرم فسفر ۳۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم سدیم ۵۰ میلی گرم پتاسیم ۲۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۰/۴۱ میلی گرم ویتامین ب ۰/۷۲ میلی گرم ویتامین ب ۰/۶۳ میلی گرم ویتامین ث ۴۰ میلی گرم - خواص دارویی: شلغم از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است خواص شلغم آنقدر زیاد است که می توان گفت این گیاه برای هر دردی درمان است و اگر مردم می دانستند که این گیاه چقدر فایده درد تمام باغچه های خانه خود را شلغم میکاشتند و هر روزه

از آن استفاده می کردند . ۱) شلغم مقوی است ۲) شلغم اشتها آور است ۳) شلغم ضعف جنسی را درمان کرده و اسپرم را زیاد می کند ۴) شلغم سرفه را تسکین می دهد ۵) ترشی شلغم بهترین نوع ترشی است زیرا مقوی معده و روده ها و اشتها آور است ۶) آب شلغم قند خون را پائین می آورد ۷) تخم شلغم را اگر سرخ کرده و بخورید برای ضعف جنسی موثر است ۸) اگر گلو درد درید آب پخته شلغم را قرقه کنید ۹) خوردن آب شلغم درمان کننده جوش صورت است ۱۰) آنهایی که حافظه ضعیف دارند حتما باید شربت بخورند زیرا ثابت شده است که شلغم حافظه را تقویت می کند ۱۱) شلغم شب کوری را درمان می کند ۱۲) شلغم بعلت داشتن ویتامین B۱ علاج کم خونی است ۱۳) شلغم برای رشد و نمو استخوانها مفید است بنابراین زنان باردار و ش یدره حتما باید از آن استفاده کنند . ۱۴) زن حامله ای که در مدت بارداری شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد کرده ، زودتر حرف می زند و حتی زودتر راه می افتد و در مقابل امراض مقاومت بیشتری خواهد داشت . ۱۵) آنهایی که غده تیروئیدشان کم ترشح می کند باید حتما شلغم بخورند زیرا شلغم بعلت داشتن ید فراوان ترشحات غده تیروئید را تنظیم می کند . ۱۶) شلغم مهمترین گیاه ضد سرطان است و حتی گسترش سرطان را متوقف می کند . ۱۷) شلغم درمان بسیاری از بیماریهای پوستی است ۱۸) شلغم پخته بهترین دارو برای برونشیت استو بالاخره سعی کنید که در فصل زمستان برای پیشگیری از سرماخوردگی و بیماریهای تنفسی اقلای چند بار در هفته شلغم بخورید شلغم پخته بهترین پیهانه است . بدن را تمیز کرده و مواد سمی را از بدن خارج می سازد . البته آب شلغم خام خواص بیشتری از شلغم پخته درد بشرطی که معده شما را ناراحت نکند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

شاه پسند وحشی

نام علمی : *verbena Officinallis* - کلیات گیاه شناسی شاه پسند وحشی از گیاهانی است که در روم قدیم مورد پرستش و تقدیس مردم بود و از آن برای تبرک خانه ها و معابه استفاده می کردند . چون دارای خاصیت ضد خونریزی است گفته می شود که آنرا روی زخم های مسیح ریختند و خونریزی قطع شد و روی این اصل در قدیم به آن گیاه صلیب **Herb of the Cross** می گفتند . این گیاه در نواحی جنوب آسیا ، آفریقا و اروپا در حاشیه جاده ها و دشت ها و مزارع می رویند در ایران در مناطق شمال ایران و اطراف طهران ، فارس ، شیراز و نواحی جنوب می روید . قسمت مورد استفاده این گیاه برگها و سر شاخه های سبز آن است در اثر مالش دادن بوی مطبوعی در تمام قسمت های این گیاه منتشر می شود ولی طعم آن گس و تلخ است - ترکیبات شیمیایی: شاه پسند وحشی دارای مواد شیمیایی مختلفی نظیر تانن موسیلاژ ، ساپونین ، وربی نالین **Verbenalin** ، بتاکاروتن و ماده ای تلخ می باشد . - خواص دارویی: شاه پسند وحشی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است ۱) قابض و ضد تشنج است ۲) برای از بین بردن آب آوردگی بدن مفید است و بدین منظور باید آنرا با ماس چغندر خورد . ۳) برای تقویت قلب مفید است ۴) خون را تمیز و تصفیه می کند ۵) عرق آور است ۶) مقدار شیر را در مادران شیرده زیاد می کند ۷) گرم معده را کشته و از بین می برد ۸) خلط آور است ۹) برای برطرف کردن سرماخوردگی مفید است ۱۰) کمیود ویتامین C را درمان می کند ۱۱) برای درمان ناراحتی های پوستی مفید است ۱۲) بیماری زردی را برطرف می کند ۱۳) برای رفع خونریزی لثه مفید است ۱۴) سنگ کلیه و مثانه را خارج می سازد - استفاده خارجی ۱- برای ورم مخاط دهان و گلو ، جوشانده آنرا غرغره کنید . ۲- کمپرس آنرا روی ضرب دیدگی بگذارید ۳- زخم و بریدگیها را با ضماد آن درمان کنید ۴- برای رفع خستگی پس از کار روزانه از حمام شاه پسند استفاده کنید بدین منظور مقدار ۲۰۰ گرم برگهای گیاه را در دو لیتر آب ریخته و حرارت دهید تا بجوش آید سپس آنرا روی چراغ برداشته و بگذارید مدت ۱۵ دم بکشد بعد آنرا صاف کرده و در وان حمام بریزید و برای مدت ۲۰ دقیقه در آن دراز بکشید تا خستگی عضلات برطرف شود . - طرز استفاده: دم کرده : یک قاشق چایخوری برگهای خشک شده این گیاه را در یک فنجان آب جوش ریخته و برای مدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس صاف کرده و به مقدار یک فنجان سه بار در روز بنوشید . جوشانده : مقدار ۴۰-۵۰

گرم برگهای خشک شده این گیاه را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید بمدت ۵ دقیقه بارامی بجوشد سپس آنرا صاف کنید. اسانس: قوی تر از تنطوره می باشد و از مغازه برخی از داروخانه ها می توان خریداری کرد مقدار مصرف آن یک تا دو قطره در یک لیوان آب می باشد. - مضرات: خوردن زیاد این گیاه ضربان قلب را کم می کند و باعث تحریک روده ها و رحم می شود بنابراین کسانی که ناراحتی قلبی دارند و یا خانم های حامله باید در خوردن آن احتیاط کنند.

گردو

نام علمی: *Juglans regia* - کلیات گیاه شناسی گردو درختی است زیبا و سایه افکن که بعنوان درخت زینتی بکار می رود. این درخت در مناطق معتدل دنیا رشد و پرورش می یابد. گل‌های نر و ماده روی یک پایه قرار دارند سنبله گل‌های نر بصورت آویخته است ولی گل‌های ماده آن بوضع قائم روی شاخه قرار دارد. میوه گردو، گرد و در دارون مغز قرار دارد و در فاصله های پدره های نازکی قرار گرفته است. قشری که روی مغز گردو است سبز رنگ و کمی گوشتی می باشد درخت گردو هنگامیکه به سن بیست سالگی می رسد شروع به میوه دادن می کند و بالاترین باروری خود را در سن پنجاه سالگی دارد. از تمام قسمت‌های درخت گردو استفاده طبی به عمل می آید. - ترکیبات شیمیایی: مغز گردو دارای چند اسید آلی، مقدر کمی اسانس، اگزالات آهنک و ویتامین‌های A, B, C, D, E می باشد. همچنین مغز گردو دارای مقدر کمی (۱۲٪) ارسنیک است. برگ درخت گردو دارای ۳ درصد اینوزیت، اسید الاژیک، اسید گالیک و اسانسی با بوی مخصوص و مقدری پارافین، تانن، مواد چرب و املاح معدنی مانند کلسیم، پتاسیم، منیزیوم، باریوم و همچنین کاروتن است. پوسته گوشتدار میوه سبز گردو دارای امولسیون، قند و اسیدهای آلی مانند اسید سیتریک، اسید مالیک، فسفات‌ها و اگزالات کلسیم است. عصاره برگ درخت گردو خاصیت میکروب کشی و باکتری کشی دارد. در صد گرم مغز گردو خام و خشک مواد زیر موجود است آب ۳/۵ گرم پروتئین ۱۴/۸ گرم مواد چربی ۶۵ گرم مواد نشاسته ای ۱۳ گرم کلسیم ۱۰۰ میلی گرم فسفر ۳۸۰ میلی گرم آهن ۳ میلی گرم سدیم ۲ میلی گرم پتاسیم ۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۳۰ واحد ویتامین ب ۱/۳۵ میلی گرم ویتامین ب ۲/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۲ میلی گرم - خواص دارویی: گردو از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است روغن گردو که از قدیم برای پختن غذاها از آن استفاده می شد است روغنی است به رنگ زرد روشن که دارای طعم مطبوع و ملایم است و باسانی تند (اکسیده) می شود. (۱) گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است (۲) گردو درمان کننده بیماری‌های ریوی است (۳) گردو مسکن دل پیچه است (۴) اگر از گردو و عسل و مربا درست کنید برای اشخاص لاغر و تقویت و تحریک نیروی جنسی مفید است. (۵) مربای گردو ملین بوده و آپاندیس را تقویت می کند (۶) خوردن گردو از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا جلوگیری می کند (۷) پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است (۸) خوردن گردو برای تقویت جنسی مفید است (۹) گردو را با انجیر و موز بخورید مقوی حواس و مغز است (۱۰) اگر پوست تاز گردو را به دندان و لثه بمالید لثه و دندان را تقویت می کند (۱۱) دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ورم مفاصل مفید است (۱۲) ۵۰ گرم برگ گردو را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت چند دقیقه بجوشانید این جوشانده برای شست و شوی زخم ها و التیام آنها بسیار مفید است. (۱۳) دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ترشحات زنانه و بیماری سل مفید است (۱۴) جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سردرد، سرمازدگی و بیماری‌های پوستی است (۱۵) شیره قسمت سبز میوه را اگر چند بار روی زگیل بمالید آنرا از بین می برد (۱۶) قسمت سبز و تازه میوه گردو را اگر با آب بجوشانید و موهای خود را با آن رنگ کنید رنگ قهوه ای به مو می دهد. (۱۷) برگ تازه درخت گردو حشرات موذی مانند بید و ساس را از بین می برد. (۱۸) اگر زن حامله روزی یک عدد گردو بخورد پس از زایمان پوست شکمش زیبایی خود را حفظ خواهد کرد (۱۹) چون گردو دارای مس می باشد بنابراین به جذب آهن در بدن کمک می کند - طرز استفاده: گردوی تازه برنگ سفید با پوست زرد روشن است. مغز گردو را در

ظرف سربسته در داخل فریزر نگاهداری کنید تا کهنه نشود. - مضرات: گردو با داشتن مواد مغذی زیاد غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن اصراف کرد زیرا زیاده روی آن باعث ورم لوزه و زخم دهان می شود. مخصوصا گردو برای گرم مزاج ها خوب نیست و معمولا- بهتر است اینگونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را بشویند و یا انار ترش و یا کمی سکنجبین یا سرکه بخورند. مغز گردو لطیف است و در اثر ماندن کهنه می شود و رنگ آن زرد یا قهوه ای و طعمش تند می شود و باعث مسمومیت خواهد شد و نباید از آن استفاده شود.

هندوانه

نام علمی: *Citrullus vulgaris* - کلیات گیاه شناسی هندوانه گیاهی است یکساله و یک پایه ساقه آن خزنده و پیچک درد و برگهای آن پهن با بریدگیهای عمیق می باشد. گل‌های آن کوچک و زردرنگ است. میوه آن رگد یا دراز. پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز می باشد. تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممکن است سیاه، قرمز، سفید و یا زرد باشد. - ترکیبات شیمیایی: هندوانه دارای اسید آمینه ای بنام سیترولین و موادی بنام کاروتن و لیکوپن و نوعی قند بنام مانیتول می باشد در صد گرم هندوانه مواد زیر موجود است آب ۹۲ گرم پروتئین ۰/۵ گرم مواد چربی ۰/۲ گرم نشاسته ۶ گرم کلسیم ۰/۷ میلی گرم فسفر ۱۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم مسدیم ۱ گرم پتاسیم ۱۰۰ میلی گرم ویتامین آ ۶۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۰/۳۱ میلی گرم ویتامین ب ۰/۳۲ میلی گرم ویتامین ب ۰/۲۳ میلی گرم ویتامین ث ۸ میلی گرم تخم هندوانه دارای حدود ۳۰ درصد روغن است که از نظر خواص شیمیایی مانند روغن بادام می باشد.

- خواص دارویی:

هندوانه از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است. گرما را برطرف می کند و بهترین میوه تابستان است.

(۱) هندوانه مدر است و به پائین آوردن فشار خون کمک می کند

(۲) هندوانه معده را تقویت می کند

(۳) پوست سفید داخل هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار موثر است

(۴) مغز تخمه هندوانه گرم های معده و روده را از بین می برد

(۵) هندوانه برای ورم مثانه مفید است

(۶) هندوانه بدن را تازه شاداب می کند

(۷) هندوانه برای اشخاص گرم مزاج بسیار خوب است

(۸) آب هندوانه مخلوط با سکنجبین علاج کننده یرقان و دفع کننده سنگ کلیه است (۹) برای خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر بخورید

(۱۰) برای برطرف کردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شیر خشت بخورید

(۱۱) برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندی بخورید

(۱۲) هندوانه را باید همیشه بین دو غذا خورد یعنی تقریبا سه ساعت بعد از غذا و یکساعت قبل از غذا. زیرا اگر بلافاصله بعد از غذا خورده شود در هضم غذا اختلال ایجاد می کند همچنین نباید آنرا با میوه های دیگر مخلوط کرد زیرا تولید نفخ شکم می کند - مضرات: هندوانه برای اشخاص سرد مزاج و آنهاییکه دارای معده سرد می باشند مناسب نیست. اینگونه اشخاص اگر می خواهند هندوانه بخورند باید آنرا با شکر، و یا عسل و یا گل قند بخورند. همچنین هندوانه در اشخاص سرد مزاج باعث درد مفاصل و ضعف جنسی می شود.

توس (غان)

نام علمی: *Betula alba* - کلیات گیاه شناسی غان درختی بسیار زیبا است که ارتفاع آن تا ۳۰ متر می‌رسد. عمر آن دراز و حدود ۱۰۰ سال است. این درخت بومی در قسمت‌های بالای نیم کره شمالی (اروپا، آمریکای شمالی) وجود دارد. در ایران این درخت بصورت خودرو در جنگل‌های چالوس می‌روید. برگ‌های درخت توس بشکل لوزی، نوک تیز و دندانه دار است. میوه آن بصورت شاتوت دراز می‌باشد که در آن در پائیز و ماده آن در بهار ظاهر می‌شود. پوست تنه این درخت سفید رنگ بوده که در سن بیست سالگی بصورت نوارهایی شبیه کاغذ از آن جدا می‌شود. برگ و پوست تنه و شیره این درخت مصرف طبی دارد. - ترکیبات شیمیایی: پوست و برگ درخت توس دارای یک ماده شیمیایی بنام بتولین *Betulin* بمقدر حدود ۱۴٪ می‌باشد. - خواص دارویی: برگ و پوست درخت توس از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است. الف: خواص آب یا شیره درخت توس (۱) بعنوان کمپرس برای از بین بردن لکه‌های پوستی و بیماریهای پوستی استفاده می‌شود.

(۲) ناراحتی‌های مثانه و ورم آنرا از بین می‌برد.

(۳) بهترین داروی نقرس است.

ب: خواص برگ و پوست درخت توس

(۱) تصفیه کننده خون است.

(۲) تب بر است.

(۳) عرق آور می‌باشد.

(۴) داروی مفیدی برای گریپ و سرماخوردگی است.

(۵) دستگاه هاضمه را تقویت می‌کند و برای هضم غذا مفید می‌باشد.

(۶) سرگیجه و سردرد را برطرف می‌کند.

(۷) جوشانده آنرا می‌توان برای شست و شوی زخم‌ها بکار برد.

(۸) اگرما را برطرف می‌کند برای این کار جوشانده پوست و یا برگ درخت توس را روی زخم‌ها بمالید.

(۹) دردهای رماتیسم و نقرس را رفع می‌کند.

(۱۰) کسانیکه پایشان عرق می‌کند باید هر روز پاها را در جوشانده برگ و پوست درخت توس قرار دهند. -

طرز استفاده: شیره یا آب درخت نوغان:

مصرف درمانی زیادی در دو طبق نظر اطباء قدیم برای اکثر امراض مفید است. از شیره درخت غان نوعی شراب نیز تهیه می‌شود. برای تهیه این شراب به شیره درخت غان مقادیر عسل یا شکر و کمی مخمر اضافه کرده و میگذارند بمدت یک ماه تخمیر شود. این شراب طعمی مطبوع و تر و شیرین دارد. جوشانده برگ درخت توس: مقدر ۲۰۰ گرم برگ و جوانه درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید آرام بجوشد تا حجم آن به نصف تقلیل یابد. مقدر مصرف این جوشانده یک فنجان و نیم ساعت قبل از هر غذا است دم کرده: مقدر ۵۰ گرم برگ و جوانه درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیم ساعت دم کنید. مقدر مصرف این دم کرده هم مانند جوشانده سه فنجان در روز است. - مضرات: مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

اکیناسه

'از سرماخوردگی جلوگیری می‌کند'

امحققان آمریکایی می‌گویند مصرف داروی گیاهی اکیناسه خطر ابتلا به سرماخوردگی را به نصف تقلیل می‌دهد.

آنها در تحقیقات خود متوجه شده‌اند که مصرف اکیناسه (Echinacea) احتمال مبتلا شدن به سرماخوردگی را به میزان ۵۸ درصد و دوره این بیماری عمومی را به یک روز و نیم کاهش می‌دهد.

نتیجه تحقیقات تازه، که در مجله عملی لانست بیماری‌های واگیردار، *The Lancet Infectious Diseases*، منتشر شده، با نتیجه تحقیقات قبلی منافات دارد. تحقیقات قبلی نشان داده بود که مصرف این گیاه دارویی تاثیری در جلوگیری یا کاهش علائم سرماخوردگی ندارد.

کارشناسان بر این باورند که اکیناسه، که مجموعه‌ای از ۹ نوع گیاه هم خانواده و از گیاهان بومی آمریکای شمالی است، احتمالاً با تقویت سیستم دفاعی بدن از مبتلا شدن به سرماخوردگی جلوگیری می‌کند.

"تاثیرات اساسی"

گروهی از محققان آمریکایی، که دکتر "کرگ کلمن" از دانشگاه داروسازی کانکتیکات هدایت آن را بر عهده داشته، پس از در نظر گرفتن نتیجه چهارده مطالعه متفاوت در مورد خواص ضد سرماخوردگی اکیناسه اعلام کرده‌اند که این گیاه می‌تواند از سرماخوردگی جلوگیری کند.

یکی از چهارده تحقیقی که مورد بازنگری این گروه قرار گرفت، نشان می‌داد که مصرف اکیناسه همراه با ویتامین "ث" احتمال ابتلا به سرماخوردگی را به میزان ۸۶ درصد کاهش می‌دهد.

تحقیقی دیگر نشان داده که مصرف اکیناسه به تنهایی، احتمال ابتلا به سرماخوردگی را فقط ۶۵ درصد کاهش می‌دهد.

حتی وقتی به داوطلبان ویروس "راینو" (rhinovirus)، رایج‌ترین عامل انتقال بیماری سرماخوردگی، تزریق شد، مصرف اکیناسه احتمال ظهور این بیماری را به میزان ۳۵ درصد کاهش داد.

گزارش محققان آورده: "۲۰۰ ویروس قادر است باعث سرماخوردگی عمومی شود و در حالی که مصرف اکیناسه می‌تواند تاثیری نسبی علیه ویروس راینو داشته باشد می‌تواند تاثیری بزرگتر در مورد ویروس‌های سرماخوردگی دیگر داشته باشد."

محصولی پرطرفدار

محققان آمریکایی در جریان تحقیقات خود متوجه شده‌اند که ۸۰۰ محصول حاوی قسمت‌های مختلف اکیناسه - گل، ساقه، ریشه - در بازار عرضه می‌شود.

آنها می‌گویند برای اطمینان از بی‌ضرر بودن فرمول‌های مختلفی که در این محصولات استفاده شده باید تحقیقات بیشتری صورت بگیرد.

پرفسور "ران کاتلر"، از دانشگاه "شرق لندن"، می‌گوید: "مزایای واقعی، و مهم‌تر از آن، این که عناصر تشکیل‌دهنده اکیناسه چگونه عمل می‌کنند، هنوز روشن نیست و آزمایشات بالینی بیشتری باید در این زمینه صورت بگیرد."

پرفسور کاتلر گفت: "اکیناسه احتمالاً دروه سرماخوردگی و شدت سرفه، سردرد و انسداد بینی را کاهش می‌دهد و مصرف آن در فصل زمستان به افرادی که سیستم دفاعی بدن آنها مختل شده کمک می‌کند در برابر ابتلا به سرماخوردگی مقاومت بیشتری داشته باشند. اما افراد سالم لازم نیست به مدت طولانی از این گیاه برای پیشگیری از سرماخوردگی مصرف کنند."

این محقق بریتانیایی در ادامه هشدار می‌دهد: "در گذشته گفته شده که درمان ادامه دار با اکیناسه توصیه نمی‌شود - مزایای مصرف این گیاه دارویی احتمالاً فقط یک تا دو هفته موثر است و پس از آن افراد باید مدتی مصرف آن را متوقف کنند تا سیستم ایمنی بدن فرصت پیدا کند که بدون کمک این ماده فعالیت کند. در همین حال، پرفسور رونالد اکل، مدیر مرکز تحقیقات در مورد سرماخوردگی عمومی در دانشگاه کاردیف ولز، گفته است که نتیجه تحقیقات تازه در آمریکا "گامی چشمگیر در مبارزه با

این بیماری است.

"پرفسور اکل می گوید": نتیجه این تحقیق، که از ارزیابی آزمایشات بالینی گذشته به دست آمده، نشان می دهد که استفاده از داروهای گیاهی - مانند اکیناسه - برای هدایت سیستم ایمنی بدن در مقابله با عفونت های عمومی، روشی معتبر و قابل اعتماد است."

دیژیتال

دیژیتال از سام لاتین دیژیتوس به معنی انگشت و مربوط به شکل انگشتانه ای گلبرگ ها و نروزا از کلمه *nervus* به معنی رشته و مربوط به شکل خاص رگبرگ های این گونه است. دیژیتال گیاهی است بدون کرک، با ساقه ای به ارتفاع ۸۰-۳۰ سانتی متر، ساقه تا بخش میانی برگ دار و سپس تبدیل به گل آذین خوشه می شود. برگ ها تخم مرغی - سرنیزه ای با حاشیه بدون دندانه، برگ های پایینی دارای دمبرگ و برگ های بالایی بدون دمبرگ. جام گل پررنگ زرد گرده آلوده، لوله گل کوتاه و به طور ناگهانی در بالا- پهن می شود، میوه به شکل کپسول و محتوی دانه های کوچک فراوان به رنگ قهوه ای تیره است. قسمت مورد استفاده گیاهی، برگ های یک ساله و دوساله آن است. معمولاً کل گلیکوزیدهای قلبی در برگ های یک ساله بیشتر است، اما گلیکوزیدهای مهم دارویی همچون لاناتوزید C در گیاهان سال دوم بیشتر است. بهترین زمان جمع آوری برگ ها، زمان گل دهی گیاه و در ماه های خرداد تا شهریور است. این برگ ها باید به سرعت خشک شوند. این گونه در شمال ایران پراکندگی وسیعی دارد. جزء گیاهان سمی است و در مصرف آن بایستی احتیاط شود. برگ های آن حداقل ۰/۳ درصد گلیکوزیدهای قلبی برحسب دیژیتوکسین دارد. به طور کلی گلیکوزیدهای قلبی دیژیتال در انواع نارسایی احتقانی قلب، فیبریلاسیون دهلیزی، شوک قلبی، تائیکاردی حمله ای دهلیزی کاربرد درمانی دارند. تهوع، استفراغ، بی اشتها و اختلالات بینایی اولین علائم مصرف بیش از حد آن است. در بازار دارویی ایران فرآورده دارویی از گونه های این گیاه وجود ندارد.

کیوی

میوه کیوی به سبب برخورداری از ویتامین های آ، گروه ب، اسید فولیک، املاح روی، فسفر، سدیم، پتاسیم، کلر، منیزیم، کلسیم و سولفور، رقیق کننده خون تشخیص داده شده است.

ضمن اینکه مصرف این میوه برای پیشگیری از چربی بالا و فشارخون، سرماخوردگی و ورم لوزالمعده مؤثر است.

درخت زیتون دارای برگ های باریک دراز و گل های خوشه ای است. میوه آن بیضوی شکل بوده و هسته آن در مناطق معتدل کاشته میشود و سپس چندین سال میوه می دهد.

درخت زیتون در منطقه شمال ایران نواحی شهرستان رودبار و منجیل و زنجان فراوان دیده میشود و هرگاه از سرما و یخبندان محفوظ بماند تا دو هزار سال عمر میکند

شاخه و برگ درخت زیتون در کتب مذهبی و سنتی به نام صلح و اشته معروف است و آن را رب النوع عقل و دانایی میدانند همچنین این میوه دارای فسفر پتاس گوگرد منیزی کلسیم آهن و مس منگنز است. و دارای ویتامین های A, b و گلوکز یدی موسوم به اولور و پوزید می باشد.

خوردن ?? مثقال روغن آن با اب گرم و با جوشاندن جو مسهل عالی است جهت درد عضلات و سیاتیک.

زیتون یک ماده بسیار عالی است برای تقویت حافظه. و هرگاه ?? مثقال روغن زیتون را در یک استکان اب گرم و ماء الشعیر مخلوط کرده و بخورید برای درد اعصاب و درد عصب سیاتیک مفید است.

بعضی از بوی روغن زیتون ناراحت می شوند این دسته اشخاص می توانند روغن را با اب پرتقال و یا لیمو ترش میل نمایند.

آویشن

منبع: روزنامه کیهان

محققان کشورمان برای نخستین بار در کشور موفق شدند. تاثیر گیاه آویشن بر عفونت های قارچی دهان را به اثبات برسانند. دکتر بیت اللهی مدیر این پروژه که قرار است، جزییات آن در «هفتمین جشنواره دندانپزشکی شهید دکتر احمد هدایت» که ۱۰ اسفندماه در تهران برگزار می شود، ارایه شود، با اعلام این خبر افزود: در پژوهشی که به منظور ارزیابی آثار ضدقارچی داروهای گیاهی بومی ایران (آویشن *zataria multiflora*) بر قارچ های دهان انجام شد. آثار مثبت این گیاه دارویی در درمان عفونت های قارچی ناشی از دندان مصنوعی مورد تاکید قرار گرفت.

وی خاطر نشان ساخت: براساس یافته های این پژوهش که در مجله *phytotherapy research* نیز به چاپ رسیده است، محققان دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران، آثار ضدقارچی ژل آویشن را در مقایسه با داروی استاندارد *miconazole* بر عفونت های قارچی ناشی از «دست دندان» (دندان مصنوعی) بررسی کرده اند.

دکتر بیت اللهی با اشاره به اینکه این پژوهش روی ۲۴ بیمار مبتلا به عفونت های قارچی ناشی از دندان مصنوعی انجام گرفته، تصریح کرد: یافته های این پژوهش بیانگر آن است که ژل آویشن التهاب و قرمزی مخاط زیر «دست دندان» را در این بیماران بسیار بهتر و موثرتر از داروی

miconazole کاهش داده اند.

وی گفت: نتایج حاصل از این بررسی و پژوهش های مشابه می تواند، در جهت تولید داروهای ضدقارچی قابل رقابت با نمونه های مشابه خارجی راهگشا باشند.

این پژوهشگر ادامه می دهد: با توجه به وجود منابع غنی گیاهان دارویی در ایران، امکان تولید انبوه این داروی گیاهی وجود دارد. گفتنی است، «هفتمین جشنواره علمی- پژوهشی دندانپزشکی شهید دکتر احمد هدایت» با هدف تشویق پژوهشگران و گسترش رویکرد تحقیقاتی در حل معضلات دندانپزشکی و ارج نهادن به فعالیت های انجام شده در حوزه دندانپزشکی ۱۰ اسفندماه در تالار علامه امینی دانشگاه تهران برپا می شود

کاهو؛ معجزه سبز

منبع: روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزی های دنیاست که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی می باشد. کاهو طبق مدارکی که به دست آمده، از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است. کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد، به طوری که از اوایل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است.

خواص دارویی گیاه کاهو:

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است.

(۱) کاهو تمیز کننده خون است.

- ۲) کاهو به علت داشتن آهن خون ساز است.
- ۳) ضد تورم است.
- ۴) کاهو خواب آور و آرام بخش است.
- ۵) کاهو برای ضعف اعصاب مفید است.
- ۶) کاهو ملین است.
- ۷) خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است.
- ۸) کاهو زخمهای مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند.
- ۹) اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند، اشتها آور است.
- ۱۰) کاهو اثر ضد تشنج درد دارد.
- ۱۱) درد معده را تسکین می دهد.
- ۱۲) برای برطرف کردن درد سینه، کاهو را بپزید و بخورید.
- ۱۳) زنان شیرده اگر می خواهند که شیرشان زیاد شود، باید کاهوی پخته بخورند.
- ۱۴) ورم غدد لنفاوی را برطرف می کند.

خواص تخم کاهو

تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

- ۱- تخم کاهو خواب آور است
 - ۲- خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند
 - ۳- تخم کاهو برای درد سینه مفید است
 - ۴- خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند، باید تخم کاهو بخورند (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود.
- مضرات:

اگر در خوردن کاهو افراط نکنید، این گیاه به هیچ وجه مضر نیست. زیاده روی در خوردن کاهو باعث، فراموشی و کم شدن حافظه، ضعف دید چشم و نفخ شکم می شود. برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع، کرفس و زیره میل کرد.

خارمریم

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است یک یا دو ساله، بدون کرک، با رنگ سبز مات، دارای ساقه ای ایستا به طول ۱/۵ - ۰/۸ متر ضخیم، ساده و کمی منشعب با شاخه های نسبتاً ضخیم که به یک کپه سبز و شیاردار طولی منتهی می شود. برگ ها بزرگ، واجد لکه های سفید در اطراف و گلبرگ ها، چندبخشی شانه ای با قسمت های تخم مرغی - مثلثی، خاردار، ساقه آغوش که لبه دار و دارای گوشوارک هستند. گل ها به رنگ صورتی یا ارغوانی است که در کپه های انتهایی مجتمع شده اند. کپه خاردار بوده، به قطر ۱۲-۸ سانتی متر و به ندرت در حدود ۶ سانتی متر است. گریبان ها فشرده، کروی و در قاعده دارای برآمدگی قوسی شکل است که در داخل سرنیزه ای شکل است. میوه به شکل فندقه است. میوه های فندقه ای گیاه، بخش دارویی آن را تشکیل می دهند. فندقه های رسیده به رنگ قهوه ای تیره و یا کرم مایل به قهوه ای به شکل واژ تخم مرغی بوده از عرض فشرده شده، دارای سطحی صاف با ناف قاعده ای و

هاله انتهایی است.

خارمریم در اواخر بهار گل می دهد و در حد فاصل شهریور تا مهرماه محصول برداری از آن صورت می گیرد. این گونه در آسیا خصوصاً منطقه مدیترانه، اروپا و آمریکا منتشر شده است و در نقاط مختلف ایران می روید. ترکیبات موثر اصلی میوه سیلیمارین است. خارمریم در درمان مسمومیت های کبدی ناشی از سموم متابولیک، اختلالات کبدی، نارسایی های مزمن کبدی توام با تخریب سلولی مانند سیروز کبدی مورد مصرف قرار می گیرد. در بیماری های کبدی از ۳ تا ۵ گرم پودر میوه به صورت دم کرده استفاده می شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان به قرص سیلیمارین اشاره کرد.

بارهنگ

گیاهی است پایا، ظاهراً بی کرک یا کمی کرکپوش با بن و ریشه ای کوتاه است. سابقه آن به طول ۷۰-۱۰ سانتی متر، متعدد ایستاده یا خیزان، فاقد شیار، مساوی یا کمی بلندتر از برگ ها است. برگ های آن تماماً طوقه ای، تخم مرغی پهن با ۹-۳ رگبرگ قوی و برجسته، کامل یا در حاشیه سینوسی، بی کرک یا کرکپوش، دارای دمبرگ نسبتاً بلند. گل ها سبز متمایل به قهوه ای، کوچک مجتمع در خوشه های دراز استوانه ای. موسم گلدهی گیاه اردیبهشت تا شهریورماه است. دانه های این گیاه تیره رنگ، کوچک و تخم مرغی شکل و در میوه ای پوستینه که به صورت کپسول تخم مرغی بوده و دارای ۲ خانه و محتوی ۸-۴ دانه است قرار دارند. دانه ها را از اواسط فصل بهار به بعد جمع آوری می نمایند. گیاه بارهنگ در منطقه وسیعی از دو قاره اروپا و آسیا و همچنین شمال آفریقا و آمریکای شمالی می روید. در ایران تقریباً در تمام نقاط می روید. دانه بارهنگ دارای چربی، صمغ، موسیلاژ، ترکیبات گلوکزیدی است. از بارهنگ در درمان یبوست و به عنوان

ضد التهاب دستگاه گوارش استفاده می شود. در طب گذشته بارهنگ را صفراآور و مدر می دانسته اند. دانه های بارهنگ را باید با مقدار کافی مایع مصرف نمود تا از متراکم شدن آنها در دستگاه معدی _ روده ای جلوگیری به عمل آید. دانه های بارهنگ را باید دور از نور و رطوبت نگهداری کرد. از فرآورده های موجود در بازار می توان به پلانتاژل اشاره کرد. دانه های خشک شده این گیاه که بخش دارویی آن را تشکیل می دهند حداقل دارای ۹ درصد چربی است.

آلاله ایرانی

در درون مرزهای ایران در حدود ۵۵ گونه آلاله می روید که نزدیک به ۲۰ گونه آن انحصاری ایران است. در بین آلاله ها، آلاله ایرانی که به آن آلاله قرمز نیز می گویند، زیباتر از سایرین بوده و از آن فرم های پرورشی و پریری با رنگ های گوناگون به دست آمده است. آلاله ایرانی دائمی است. غده های پنجه ای اش تا مدت ها زیر خاک دوام می آورد. دارای برگ های ساقه ای و پایه ای است که هر دو دمبرگ های بلندی دارند. گل ها کم گلبرگ یا پر گلبرگ منفرد یا دوتایی اند و در رنگ های قرمز، سفید، صورتی، زرد یا نارنجی در تابستان پدیدار می شوند. حداکثر بلندی آلاله به ۴۵ سانتی متر و گستردگی اش به ۱۰ سانتی متر می رسد.

خارخاسک

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است علفی، یک ساله، دارای ساقه های خوابیده با انشعابات گسترده بر سطح خاک و پوشیده از تار که برگ و ساقه های جوان آن را تارهای ظریف ابریشمی می پوشاند. برگ های آن متقابل غالباً نامساوی و مرکب از برگچه های کوچک و ریزی است

که به تعداد ۴-۶ زوج در طرفین دمبرگ اصلی جای دارند. گل‌ها زرد کوچک و منفرد هستند. میوه آن شیزوکارپ ناشکوف‌ها که در موقع رسیدن قسمت‌های پنج‌گانه آن از هم جدا و پراکنده می‌شوند. هر یک از این قسمت‌های پنج‌گانه در سطح بیرونی خاردار است. قسمت‌های مورد استفاده این گیاه، میوه، دانه، برگ، ریشه و گاهی کلیه اعضای گیاه است ولی بیش از همه میوه آن مورد استفاده قرار می‌گیرد.

رنگ میوه‌های آن سبز مایل به زرد، بدون بو و با طعم مشخص است. میوه‌های این گیاه را در اواخر تابستان و اوایل پاییز جمع‌آوری می‌نمایند. این گیاه پراکنندگی وسیعی در نواحی مختلف کره زمین دارد. به طوری که می‌توان آن را در غالب نواحی دنیا مشاهده کرد. ترکیبات شیمیایی گیاه خارخاسک شامل رزین، تاش، روغن ثابت، آلکالوئید، پلی‌فنل‌ها و مواد معدنی شامل کلسیم، فسفر، آهن، سدیم، پتاسیم، گوگرد، ازت و کلر است. پنج نوع ماده گلیکوزیدی نیز دارد که همه آنها دارای گلوکز است و علاوه بر گلوکز قندهای رامنوز، آرابینوز را هم شامل می‌شود. خارخاسک به عنوان مدر، دفع‌کننده سنگ‌های مجاری ادراری و تقویت‌کننده قوای جنسی به کار می‌رود. در طب گذشته برای خارخاسک اثر مدر و دفع‌کننده سنگ‌های مجاری ادراری و تقویت‌کننده قوای جنسی قائل بوده و از آن به عنوان درمان‌کننده عفونت و التهاب لثه استفاده می‌شده است. از فرآورده‌های موجود در بازار می‌توان قطره پروستاتان، قطره سنکل و قطره آفرودیت را نام برد.

تاتوره

گیاهی است به ارتفاع ۲۰۰-۵۰ سانتی‌متر، بدون کرک تا اندکی کرک‌دار، برگ‌ها تخم‌مرغی تا لوزی، نوک تیز، در قاعده گوه‌ای تا نیم قلبی با حاشیه‌ای دندانه‌ای - سینوسی تا لبه دار، گلبرگ‌ها چسبیده و جام‌قینی شکل به رنگ سفید یا ارغوانی، میوه کپسول، تخم‌مرغی افراشته، کم و بیش پوشیده از خارهای تقریباً هم‌اندازه، نسبتاً باریک به بلندی تا ۱۵ میلی‌متر و به ندرت صاف. برگ‌ها و سرشاخه‌های گل‌دار، بخش دارویی این گیاه را تشکیل می‌دهد. برگ‌های خشک شده گیاه به رنگ سبز مایل به خاکستری است. برداشت محصول از برگ‌های گیاه از دو تا سه ماهگی و غالباً قبل از زمان گل‌دهی صورت می‌گیرد. منشاء اصلی تاتوره هندوستان ذکر شده است. این گیاه در اکثر نواحی ایران از جمله کرج، آذربایجان، ارومیه، مازندران و گیلان می‌روید. مقدار آلکالوئیدهای تام این گیاه ۰/۴۵-۰/۲ درصد است.

مهمترین آنها هیوسیامین و هیوسین یا اسکوپولامین است - تاتوره به صورت خوراکی به عنوان ضداسپاسم و آنتی‌کلینرژیک استفاده می‌شود. همچنین در درمان آسم برگ خشک شده آن به صورت سیگار مورد استفاده است. در طب گذشته تاتوره را دارای آثار مخدر و خواب‌آور دانسته به اثرات سمی آن نیز واقف بوده و جهت رفع مسمومیت آن دستورات لازم را ذکر کرده.

رزماری

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است بوته‌ای، همیشه سبز تا ارتفاع دو متر با شاخه‌های افراشته، برخاسته و یا گهگاه خوابیده بر روی زمین که به رنگ سبز قهوه‌ای و معطر است. برگ‌ها متقابل کشیده، نخی با بافت چرمی و حاشیه‌ای لوله‌شده است. رنگ برگ‌ها سبز روشن در سطح بالایی چین و چروک دار و در سطح زیرین پوشیده از کرک‌های کوتاه سفیدرنگ است. برگ و سرشاخه‌های گل‌دار گیاه اندام دارویی رزماری را تشکیل می‌دهند. زمان جمع‌آوری برگ و سرشاخه‌های گل‌دار گیاه رزماری هنگام شروع باز شدن گل‌ها و در فصول بهار و تابستان است. ماده متشکله اصلی برگ و سرشاخه‌های گیاه رزماری را روغن فرار تشکیل می‌دهد.

میزان روغن فرار این گیاه در نقاط مختلف دنیا بین ۲/۵-۰/۵ درصد گزارش شده است. از رزماری به صورت خوراکی در درمان

اضطراب، سردرد، میگرن، فشارخون، نفخ و بی‌اشتهایی و به صورت موضعی به عنوان مسکن موضعی در درمان دردهای عضلانی و بیماری‌های رماتیسمی استفاده می‌شود. همچنین به علت عطر و طعم مناسب در صنایع آرایشی-بهداشتی مورد استفاده قرار می‌گیرد. در طب گذشته از رزماری به صورت خوراکی به عنوان ضدنفخ و به صورت موضعی به عنوان ضدالتهاب و ضد درد استفاده می‌کرده‌اند. رزماری در دوران بارداری، شیردهی و در بیماران صرعی بهتر است به کار نرود. مصرف دارویی موضعی گیاه و یا کاربرد فرآورده‌های آرایشی-بهداشتی حاوی رزماری در برخی از افراد حساس، گهگاه ایجاد قرمزی پوست، درماتیت، حساسیت پوستی و حساسیت به نور می‌کند.

گل ساعتی

گیاهی است پایا به ارتفاع ۸/۹ متر و دارای ساقه‌ای پیمان و نخ مانند. برگ‌های آن متناوب و بزرگ، به طول ۶-۱۵ سانتی متر، دمبرگ دار و دارای پهنکی مرکب از سه لب عمیق با ظاهر برگچه مانند که سطح زیرین آنها کرک دار و کناره‌های آن دندانه‌های اریز و در سطح آنها رگ برگ‌های شبکه‌ای مشاهده می‌شود. گل‌های درشت، معطر و منتهی به دمگل دراز دارد. گلبرگ‌ها به رنگ سفید هستند. تخمدان، کرکدار و سبز مایل به خاکستری و زبرین بوده و خامه دارای سه شاخه دراز بوده که در انتهای آن کلاله‌های سرسان قرار دارد. از مشخصات دیگر گل این است که در داخل جام آن تاجی از الیاف باریک سفید یا قرمز مایل به ارغوانی رنگ واقع در چند ردیف دیده می‌شود. میوه‌های آن مسطح، به رنگ مایل به سبز یا قهوه‌ای و با نقطه‌های گود و زیاد و دارای دانه‌های زرد مایل به قهوه‌ای است. اندام دارویی این گیاه شامل کلیه اندام‌های هوایی خشک شده است. اندام‌های هوایی پس از گل‌دهی یا میوه‌دهی در پایان فصل تابستان جمع‌آوری می‌شود. این گیاه معمولاً در مناطقی که دارای آب و هوای ملایم باشد به خوبی رشد می‌کند. گل ساعتی دارای ۲/۵ درصد فلاونوئید است.

این گیاه دارای اثر مسکن و آرامبخش بوده و در بی‌خوابی، اضطراب، دردهای با منشأ عصبی به ویژه در کودکان، اختلال در تنوس عضلانی، تاکی کاردی عصبی و آسم اسپاسمی مصرف می‌شود. اندام‌های هوایی گیاه خشک شده باید در بسته‌بندی‌های مناسب و دور از رطوبت و حرارت زیاد نگهداری شود. گونه‌های دیگر جنس پاسی فلورا ممکن است به جای گونه اصلی در بازارهای تجاری عرضه شود. بنابراین در تهیه گونه اصلی لازم است از روش‌های شناسایی و کنترل‌های کیفی و کمی استفاده شود. از فرآورده‌های موجود در بازار می‌توان هارمالین و والی فلور را نام برد. آثار جانبی در مورد مصرف آن تا به حال گزارش نشده است. ولی نباید از مقادیر زیاد دارو در هنگام بارداری و شیردهی استفاده شود.

آنگوزه

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است پایا، کرکدار با ساقه‌ای به ارتفاع ۲۰۰-۱۰۰ سانتی متر، زرد فام، در طول شیار دار، برگ‌های قاعده‌ای تقریباً دو بار شانه‌ای با حاشیه بدون دندانه یا اندکی لب دار. برگ‌های بخش پائینی ساقه ۳-۴ بار شانه‌ای کرکدار. گلبرگ‌ها به رنگ زرد و بدون کرک. میوه‌ها تخم مرغی یا کشیده و بدون کرک هستند. آنگوزه اولئوگم رزین تراوش شده از ریزوم و ریشه گیاه است که در اثر تیغ زدن مکرر از قاعده و ریشه ضخیم گوشتدار گیاه به صورت شیره شیری رنگ با بوی بسیار قوی خارج می‌شود. با آنکه بر اثر تیغ زدن مکرر خروج شیرابه بطئی می‌گردد معهداً بهترین نوع آن همیشه از تیغ زدن آخر به دست می‌آید. آنگوزه به اشکال مختلف در بازار تجارت عرضه می‌شود ولی دو نوع فراوان آن به شرح زیر است:

نوع اشکی - نادرترین و مرغوب‌ترین نوع آنگوزه است. غالباً به شکل مدور یا مسطح به ابعاد ۳-۵ سانتی متر دارای رنگ سفید

خاکستری، زرد گرفته یا قهوه ای مایل به قرمز است.

نوع توده ای- رایج ترین فرم تجارتي است که از قطعات اشکی معمولاً همراه ناخالصی هایی مانند ذرات میوه، ریشه و ماسه، خرده های برگ و غیره، تشکیل می شود و به فرم توده ای درآمده و به رنگ های متفاوت زرد، قرمز قهوه ای و خاکستری قهوه ای نمایان می شود.

آنگوزه دارای بوی قوی شبیه سیر و طعم تلخ گزنده و گس است. جمع آوری در مناطق گرمسیری از اوایل اردیبهشت و در مناطق دیگر از اواسط خرداد ماه آغاز می شود. در هر حال طول دوره بهره برداری به ۱۰۰ روز می رسد. این گیاه بومی شرق ایران و غرب افغانستان و دارای انواع تلخ و شیرین است. آنگوزه تلخ در استان های کرمان و فارس و آنگوزه شیرین در استان های یزد و خراسان می روید.

آنگوزه دارای ۲۰-۴ درصد روغن فرار، ۶۰-۴۰ درصد رزین و ۲۵درصد صمغ است. روغن فرار دارای رنگ زرد با بوی تند شبیه بوی سیر است. قسمت عمده مواد موجود در روغن فرار را ترکیبات سولفیدی که اکثراً به فرم دی سولفید است تشکیل می دهند. آنگوزه دارای اثر ضد اسپاسم و بادشکن است و در رفع بیماری های تنفسی و دستگاه گوارش با منشاء عصبی استفاده می شود. همچنین به عنوان ادویه در مواد غذایی مصرف دارد. در طب گذشته از آنگوزه به عنوان ضد التهاب و در درمان التهاب گلو و رفع گرفتگی صدا استفاده می شده و همچنین برای آن خاصیت بادشکن قائل بوده اند.

مورد

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی درختچه ای است به ارتفاع حداکثر تا ۲ متر با ساقه افراشته و بسیار منشعب، ترکه های جوان آن دارای کرک های غده ای، برگ های ساده و متقابل به طول تا ۲ سانتی متر، تخم مرغی- سرنیزه ای، نوک تیز با حاشیه درست، بافتی چرمی و منقوط و همیشه سبز و در صورت له شدن بسیار معطر است.

گل ها به صورت منفرد، دمگل ها بلند و باریک، گلبرگ ها سفیدرنگ و نیم مدور، میوه ها بسته و بیضوی پهن تا تقریباً کروی و در هنگام رسیدن به رنگ آبی سیاه فام است. بخش دارویی این گیاه را برگ ها تشکیل می دهند. برگ های گیاه همیشه سبز، پایا و متقابل هستند. این برگ ها چنانچه در سایه خشک شده باشند رنگ پرننگ و بویی مطبوع و تند دارند و در صورتی که در مقابل آفتاب شدید خشک شده باشند رنگ زرد پیدا کرده و بوی بسیار کمی خواهند داشت. بهترین زمان جمع آوری برگ از اواسط بهار تا اواسط تابستان است که گیاه حداکثر فتوسنتز را انجام می دهد. برگ های این گیاه دارای /?/?- درصد حجمی اسانسی است که قسمت عمده آن را تریپنولن، سینئول و لینالول تشکیل می دهند. مورد به صورت موضعی در درمان تبخال به عنوان آنتی سپتیک و در درمان التهاب مخاط بینی استفاده می شود. در طب گذشته مورد را تحت عنوان آس یا عمار (به معنی نیکو و خوشبختی) نامیده، برای آن اثرات قابض، ضداسهال و تقویت کننده رویش مو قائل بوده اند. با مصرف مقادیر کم موضعی اسانس هیچ گونه حساسیت پوستی ایجاد نمی شود و با مصرف مداوم و طولانی مدت واکنش حساسیتی به صورت سرخی خیلی ضعیف در محل تجویز مشاهده می شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان به پماد موضعی میرتوپلکس اشاره کرد. از جمله مناطق ایران که گیاه مورد در آنجا انتشار دارد می توان منجیل، خرم آباد، کازرون، نی ریز، فسا، بندرعباس، کوه تفتان و... را نام برد.

توتی از نوع فرنگی

نویسنده: الهام اسمعیلی

منبع: sharghnewspaper.ir

بهار فصل میوه های رنگارنگ و خوش طعم و مزه است که اغلب آنها فصل تابستان نیز یافت می شوند. توت فرنگی نیز از جمله این میوه هاست. توت فرنگی با نام علمی *Fragaria Chiloensis* یکی از اعضای خانواده رزها بوده و تنها میوه دانه داری است که دانه های آن به جای قرارگیری در داخل میوه، در خارج از آن واقع شده اند. این گیاه در اصل خودرو و جنگلی بوده و دارای ساقه ای باریک، بلند و خزنده، برگ های ضخیم و دندانه دار، گل های سفید و همچنین میوه های قرمز رنگ متنوعی به لحاظ شکل و ابعاد است. در یک تقسیم بندی کلی، توت فرنگی ها را به دو دسته تقسیم می کنند: ۱- توت فرنگی های فصلی که در فصل بهار به وفور یافت شده و در واقع جزء میوه های لذیذ این فصل به حساب می آیند. ۲- توت فرنگی های پرورشی که در شرایط گلخانه ای کشت شده و در تمام فصول سال آنها را می توان یافت، ولی طعم و مزه آنها با توت فرنگی های بهاره قابل مقایسه نیست. از آنجا که تمام قسمت های گیاه شامل ریشه، برگ و میوه برای مصارف گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد از ارزش غذایی بسیاری برخوردار است. توت فرنگی منبع غنی از ویتامین B و C و دارای مقدار قابل توجهی پتاسیم، آهن، فیبر و کلسیم است. جالب توجه آنکه میزان ویتامین C این توت خوشمزه بسیار بیشتر از مرکباتی همچون پرتقال و لیمو است.

طی تحقیقات انجام شده در هر ۱۰۰ گرم میوه توت فرنگی ۸/۸۷ درصد آب، ۷/۰ درصد پروتئین، ۱/۱ درصد فیبر، ۸/۹ درصد کربوهیدرات، ۳/۰ میلی گرم فسفر، ۲/۰ درصد چربی، ۳/۰ میلی گرم کلسیم، ۱۴ میلی گرم ویتامین C، ۵۲ میلی گرم آهن، ۸/۰ میلی گرم ویتامین B (ریبوفلاوین)، ۵/۰ میلی گرم ویتامین B۲ (ویتامین)، ۲/۰ میلی گرم مس، ۳/۰ میلی گرم آیودین (iodine)، کمتر از ۳۰ کیلو کالری انرژی و بالاخره مقداری اسیدهای طبیعی (اسیدستریک و اسدمالیک)، گلوکز و فروکتوز و همچنین مواد مفید دیگری است.

خواص درمانی گیاه

گفته می شود به جهت وجود تانین در برگ و ریشه توت فرنگی، این گیاه برای درمان مشکلات معده ای و روده ای مانند اسهال و همچنین التهاب غشاء مخاطی بسیار مفید است. از آنجا که توت فرنگی حاوی ویتامین C بسیاری است برای درمان سرماخوردگی، آنفلوآنزا و همچنین بیماری اسکوربیت موثر است؛ از توت فرنگی تونیک ها و ماسک های شاداب کننده مختلفی برای پوست می توان تهیه کرد؛ در انگلستان از ریشه و برگ توت فرنگی برای درست کردن انواع لوسیون ها، دهان شویه ها و همچنین برای محکم کردن لثه ها استفاده می شود. در ضمن توت فرنگی یک سفید کننده طبیعی دندان نیز محسوب می شود. برای این منظور مقداری توت فرنگی را له کرده و با استفاده از مسواک و یا انگشت سبابه از توت فرنگی له شده به عنوان خمیر دندان، جرم دندان هایتان را پاک کنید؛ توت فرنگی قاتل ویروس های پولیو (Polio) و هرپس (herpen) بوده و ممکن است مانع تشکیل نیتوزامین هایی (nitosamine) که عامل ایجاد سرطان هستند، شود؛ میوه توت فرنگی علاوه بر اسهال در درمان بیماری سوزاک، نقرس، دردهای معده و سنگ های کلیه و مثانه نقش بسزایی دارد. در ضمن از بیماری آرتریت روماتوئید جلوگیری می کند؛ توت فرنگی حاوی مقدار زیادی اسیدالاجیک (ellagic acid) و آنتوسیانین (Anthocyanin) است. اسیدالاجیک فعالیت های گسترده بیولوژیکی را در جلوگیری از بروز بیماری های مختلفی همچون سرطان، بیماری های قلبی و حتی ایدز در بدن انجام می دهد؛ توت فرنگی مدر است. لذا برای افراد مبتلا به ناراحتی های کلیه به خصوص سنگ کلیه مفید بوده و در ضمن سموم بدن را دفع می کند؛ به جهت وجود ویتامین A در توت فرنگی برای تقویت پوست و مو و همچنین دید چشم توصیه می شود؛ توت فرنگی به علت داشتن آهن دارای خاصیت خون سازی است. لذا برای رفع کم خونی های جزئی بسیار مفید است؛ از آنجا که توت فرنگی منبع غنی ویتامین B محسوب می شود، مصرف آن در کاهش اضطراب و استرس موثر است.

نحوه نگهداری

از آنجا که توت فرنگی میوه ای است که به سرعت کپک زده و خراب می شود، بهترین زمان برای مصرف آن همان روزی است که خریداری شده است. بنابراین به مقدار مصرف تهیه کنید زیرا حداکثر زمان نگهداری آن ۲ الی ۳ روز در یخچال است. در ضمن به جهت آنکه توت فرنگی گیاه بوته ای است و با خاک در تماس است باید در شست و شوی آن دقت لازم را صرف کرد. بنابراین توت فرنگی ها را به صورت تک تک در زیر شیر آب شسته و با دستمال حوله ای خشک کنید. توت فرنگی های خشک شده را درون ظرفی ریخته و با قرار دادن دستمال حوله ای بر روی آن داخل پلاستیک قرار داده و یا در ظرف را ببندید.

کرفس

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است دوساله به ارتفاع تا ۱۰۰ سانتی متر با رایحه ای قوی و شاخص و ساقه گوشتی و توپر. برگ ها یک یا دو بار شانه ای، قطعات برگ ها مثلثی، لوزی یا سرنیزه ای در حاشیه لوب دار و دندان اره ای یا دالبر. چترها با پایه ای کوتاه یا بدون پایه، میوه تخم مرغی پهن است. میوه های رسیده گیاه استفاده دارویی دارد. میوه ها به رنگ قهوه ای، بیضوی بدون بال، دارای خطوط برجسته و سفید و دارای دو زائده شاخک مانند هستند. میوه های کرفس دارای بوی معطر مخصوص و مزه متمایل به تلخ است. بهترین زمان جمع آوری میوه ها به هنگام رسیدن کامل آن یعنی در ماه های مرداد و شهریور است. مهمترین مواد موثر میوه های کرفس روغن فرار آن است. از جمله ترکیبات مهم اصلی موجود در اسانس کرفس لیمونن و سلنن هستند. از کرفس به عنوان آرامبخش، ضد عفونت ادراری و در آرتريت روماتوئید به عنوان داروی ضد التهاب استفاده می شود. در طب گذشته به عنوان مدر و ضد نفخ مورد استفاده قرار می گرفته است. این گیاه در قاره های آسیا، اروپا، آمریکا و آفریقا کشت داده می شود. کرفس در ایران علاوه بر کشت در مناطق مختلف در شمال شرقی کشور در سمنان، در شرق و جنوب شرقی در سیستان و بلوچستان و زابل یافت می شود. میوه های آن باید دور از نور مستقیم و رطوبت و در ظروف سربسته غیر پلاستیکی نگهداری شود.

بهار نارنج

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است درختی به ارتفاع ۳ تا ۵ متر با تاج پوششی گرد که به صورت کاشته شده در نواحی شمالی و جنوبی ایران وجود دارد. در طول شاخه خارهای باریک و بلندی پراکنده است. برگ ها دارای پهنک بیضوی پهن و یا تخم مرغی کشیده. نوک برگ تقریباً تیز و کشیده و قاعده آن گوه ای یا گرد است.

گل ها دوجنسی، گلبرگ ها سفید درخشان، ترد و شکننده و معطر هستند. میوه گیاه از نوع سته و نیم کروی است که اندکی در دو انتها تخت شده است. پوست میوه ضخیم، خشن و در زمان رسیدن نارنجی رنگ با مزه ترش ملایم است. شاخه تنه درخت تیغدار، تیغ ها بلند و نوک تیز است. اندام دارویی بهار نارنج گل های آن است که در حالت تازه دارای بویی معطر و مطبوع است ولی پس از خشک شدن بوی آن ضعیف می شود. برای مصارف دارویی بهار نارنج را به حالت غنچه نشکفته هنگام صبح پس از آنکه ذرات شبنم خشک شد از درخت می چینند و به سرعت در تاریکی خشک می کنند. موسم گل دهی این گیاه فصل بهار است. گل های بهار نارنج حداقل ۲٪ درصد حجمی اسانس دارد که به آن اسانس نرولی گویند و به رنگ زرد مایل به سبز است. از بهار نارنج به عنوان داروی آرام بخش استفاده می شود همچنین در صنایع غذایی و آرایشی-بهداشتی به عنوان ماده معطر کننده مورد استفاده قرار می گیرد. در طب گذشته بهار نارنج در تقویت اشتها، درمان اسپاسم های شکمی و نیز به عنوان آرام بخش و درمان تپش قلب

مورد استفاده قرار می گرفته است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به شربت کالمودین اشاره کرد. منشاء اولیه گیاه نواحی شمالی هندوستان تشخیص داده شده است ولی امروزه در غالب نواحی معتدل و مساعد از جمله ایران و به طور عمده در استان های گیلان، مازندران و فارس پرورش داده می شود.

کلم

نویسنده: سپیده سلیمی

منبع: sharghnewspaper.ir

کلم چنانچه به صورت خام یا اندکی بخارپز شده مصرف شود یک ماده غذایی بسیار ارزشمند است. این سبزی مفید حاوی ویتامین های آ، ب، ث و ای و مواد معدنی متعددی مثل کلسیم، سولفور، سیلیکا، منیزیم و ید است. کلم منبعی غنی از آهن و کلروفیل است که آن را برای درمان کم خونی و بازیابی توان و قدرت بدنی پس از دوره نقاهت و ضعف ناشی از کمبود آن ایده آل می سازد. به طوری که گفته می شود مصرف کلم برای بازسازی خون در بدن و جبران ناتوانی بسیار مفید است.

خواص فوق العاده کلم از قرن ها پیش شناخته شده است و یکی از ارزشمندترین مواد غذایی در طب سنتی قدیم است. در مصر باستان کلم دارای چنان ارزش درمانی بوده است که یک معبد به نام آن ساخته شد و در روم باستان آن را داروی همه دردها می دانستند. پزشکان رومی مصرف کلم را مسبب شش قرن زندگی رومی ها بدون پزشک می دانستند.

فیثاغورث خوردن روزانه کلم خام را درمان ناراحتی های عصبی می دانست و ملاحان برای پیشگیری از ابتلا به بیماری اسکوروی کلم می خوردند. خوردن کلم خام از قدیم به تصفیه خون و اثر پاک کنندگی بر روی پوست مشهور است و گفته می شود کبد را از سموم پاک می سازد و برای درمان آرتروز و انواع سردرد مفید است.

کلم در پزشکی نوین نیز موضوع تحقیقات متعددی بوده که اغلب فواید شناخته شده در طب سنتی را مورد تأیید قرار می دهد. بنا بر تحقیقات جدید کلم قادر است سیستم ایمنی بدن را تحریک کرده و تولید آنتی بادی ها در بدن را افزایش دهد. خوردن سوپ یا دم نوش کلم تاثیر فوق العاده ای در از میان بردن عفونت هایی مثل سرماخوردگی، سرفه و آنفلوآنزا دارد. ترکیبات سولفور موجود در کلم موجب تاثیر ناپذیر کننده آن بر روی باکتری ها و عفونت های دستگاه تنفسی می شود. کلم همچنین اثر شگفت انگیزی در ترمیم زخم ها و جراحات داخلی و خارجی بدن دارد. خوردن کلم خام موجب تشکیل لایه ای آسترمانند در طول مسیر دستگاه گوارش می شود که به صورت لعابی محافظ در آن عمل می کند و به درمان زخم های دستگاه گوارش، سوزش سر معده، گاستریت و کولیت های دستگاه گوارش کمک می کند. گنجاندن کلم در رژیم غذایی روزانه مانع بروز یبوست شده و احتمال ابتلا به سرطان، به ویژه سرطان روده بزرگ را کاهش می دهد. خوردن کلم برای کبد نیز بسیار مفید است و می تواند میزان قند خون را کاهش داده و به بیماران دیابتی کمک کند. برگ های کلم خاصیت آرام بخش و ضدباکتری داشته و ترمیم دهنده هستند. ضمادی که از برگ های کلم تهیه شده می تواند تسکین زخم ها، سوختگی ها، انواع جوش و خراشیدگی و حتی مارزدگی یا جای نیش حشرات را موجب می شود. این ضماد به عنوان ضدالتهاب و ضدتورم نیز عمل می کند و برای درمان ورم مفاصل مفید است. چنانچه ضماد برگ کلم را بر روی سینه بگذارید سرفه های شدید را تسکین می دهد و آب کلم نیز در درمان آکنه، زخم و سوختگی های سطحی و سرمازدگی موثر است. برای تهیه ضماد کلم ابتدا سبزیترین برگ های آن را جدا کرده و برگ های سفت آن را ببرید. قسمت های لطیف برگ را در آب داغ بریزید تا پس از چند دقیقه نرم شوند، برگ ها را از آب خارج کرده کمی بکوبید. چند لایه از برگ های کوبیده را به عنوان ضماد در موضع مورد نظر قرار داده و ببندید. هر چند ساعت ضماد را با ضماد تازه جایگزین کنید.

شاه تره

گونه ای است علفی با ساقه های منشعب، افراشته و عموماً به ارتفاع ۴۰-۱۰ سانتی متر، برگ ها دارای بریدگی های ظریف انگشتی، عرض لبه ها در حدود ۰/۵ میلی متر و در وسط شیاردار و خطی است، گل آذین های خوشه دارای حدود ۲۰۰ گل و تقریباً بدون دمگل. برگک ها خطی کشیده و یا واژ سرنیزه ای و نوک تیز است. کاسبرگ ها تقریباً به طول یک میلی متر، اکثراً تخم مرغی و دندانه دار است. جام گل به رنگ سفید یا گهگاه گل سرخی ملایم با نوک سبزفام و یا ارغوانی متمایل به سبز، گلبرگ های داخلی دارای نوک تیره رنگ و میوه ها به قطر تقریبی ۲ میلیمتر است. بخش دارویی این گیاه را اندام هوایی تشکیل می دهد. اندام دارای برگ های پنجه ای مانند و به رنگ سبز است.

گل های این گیاه به رنگ ارغوانی و بسیار کوچک است. اندام هوایی این گیاه دارای طعم تلخ، سبزرنگ و بدون بو است. زمان جمع آوری معمولاً یک هفته بعد از شروع گلدهی یعنی فصل بهار است ولی چون زمان گلدهی آن طولانی (از اواسط بهار تا پاییز) است لذا زمان برداشت محصول به تناسب وضع زمین و منطقه بستگی دارد. از مهم ترین مواد موثره این گیاه آلکالوئیدهای آن (فومارین، پروتوپین، کریپتوکاوین، اسکولرین و مقدار اندکی از آلکالوئیدهای دیگر) است. از شاه تره به عنوان مدر و صفراآور استفاده می شود و همچنین از آن به صورت موضعی در درمان برخی از بیماری های جلدی استفاده می شود. در طب گذشته برای شاه تره اثرات صفراآور، مدر و ضدخارش قائل بوده اند و همچنین مصرف آن را به عنوان دهانشویه در تسکین التهاب لثه نافع می دانسته اند. دامنه انتشار این گیاه در ایران نسبتاً وسیع و نواحی شمال گرگان، دره سفیدرود، آذربایجان، قصرشیرین، خرم آباد، اهواز، شیراز، بوشهر و... است. بعد از تهیه باید در جای خشک و دور از نور و روشنائی نگهداری شود. شاه تره را به مقدار ۴-۲ گرم به صورت دم کرده روزی سه بار مورد استفاده قرار می دهند.

سدر

گیاهی است درختی به ارتفاع ۸-۵ متر و همیشه سبز با تاج پوشش نیم کروی یا تخم مرغی، شاخه ها بلند که با زاویه ای باز نسبت به تنه قرار دارند. شاخه ها به رنگ قهوه ای-سفیدفام. در زمان جوانی بدون کرک یا کرکدار برگ ها تخم مرغی پهن تا تخم مرغی بیضوی گاهی تقریباً مدور، نوک برگ کند یا اندکی نوکدار، در قاعده گرد یا نیم قد برگ بدون کرک یا کم و بیش کرکدار. گل آذین کرکدار، میوه سته و زردفام است. برگ ها بخش دارویی این گیاه را تشکیل می دهند. همیشه سبز یا خزان کننده، متناوب، ساده، بدون بریدگی غالباً گوشواره دار، گوشواره تقریباً چوبی و خارمانند است. مناسب ترین زمان جمع آوری برگ های این گیاه اواخر تابستان است. برگ سدر دارای تانن و استرول های گیاهی و همچنین ساپونین است که عامل کف کنندگی آن به شمار می رود. از برگ سدر به عنوان شست و شوی موی سر و بدن استفاده می شود، همچنین به عنوان ضدعفونی کننده و ضدقارچ مصرف موضعی دارد. مقدار لازم از پودر برگ به صورت خیسانده در آب برای شست و شوی موضعی استفاده می شود. در طب گذشته از سدر جهت بهبود زخم ها و شست و شوی موی سر و بدن استفاده می شده است. برگ سدر علاوه بر داشتن خاصیت شست و شوی موی سر و بدن دارای خاصیت پایین آورنده قندخون نیز هست.

انتشار عمومی این گونه در عربستان، حبشه، آفریقای شمالی و ایران است و در ایران در اطراف کازرون، جزیره خارک، لار، بندرعباس، چابهار، بم و... به طور خودرو یافت می شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان به افشره سدر، پودر سدر خالص، شامپو و صابون سدر اشاره کرد.

مریم گلی

نویسنده: سحر شهنازی

گیاهی است بوته ای به ارتفاع حداکثر ۶۰ سانتی متر با ریشه چوبی و پایا، ساقه افراشته، انشعابات متعدد، پوشیده از کرک های کوتاه پیچیده، برگ های ساده، دارای پهنک مستطیلی شکل و دمبرگ دار. جام گل به رنگ بنفش - آبی، صورتی یا سفید، مختصری کرک دار است. میوه فندقه های تقریباً کروی، قهوه ای رنگ با خطوط تیره است. بخش دارویی گیاه برگ های آن است. برگ های خشک شده گیاه حداقل دارای ۱/۵ درصد اسانس است. بیشترین مقدار اسانس برگ ها در فصل گلدهی این گیاه یعنی خرداد تا مرداد است. گیاه بومی غرب اروپا است و در سایر نقاط برای مقاصد دارویی کشت می شود. ترکیبات اصلی اسانس این گیاه را ۶۰-۳۵ درصد توچون و بقیه را سینئول، بوزنئول و بورنئول استات تشکیل می دهند. مریم گلی به صورت موضعی به عنوان ضد التهاب قابض، ضدباکتری و در التهاب دهان به صورت قرقره و دهان شویه مورد استفاده قرار می گیرد. در گذشته مریم گلی را به صورت خوراکی مقوی عمومی و به صورت موضعی در التیام زخم ها و خراش های پوستی موثر می دانسته اند. به واسطه داشتن ترکیب سمی توچون مقادیر زیاد برگ مریم گلی (بیشتر از ۱۵۰ گرم در هر مرتبه مصرف) سمی بوده و باعث افزایش ضربان قلب، افزایش دمای بدن و سرگیجه می شود.

این گیاه در ایران رویش طبیعی ندارد و در چند سال اخیر با وارد کردن بذر گیاه، در نقاطی از شمال ایران کشت شده است. به جز نمونه گیاهانی که از مناطق کشت به دست می آید دیگر گیاهان ارائه شده در بازار ایران گونه هایی است که اشتباهاً ارائه می شود.

باور شیو

گیاهی است یک ساله سبز، ظاهراً بی کرک با ارتفاع ۷۰-۳۰ سانتی متر یا بیشتر، ساقه ایستاده، منفرد یا از قاعده منشعب با شاخه های ایستاده، برخاسته، طویل و پوشیده از برگ های متراکم غالباً ساده یا کمی منشعب، پهنک پهن دراز، سرنیزه ای، در قاعده پخ با دندان های بزرگ کند و دندان های اره ای کنگره ای در بخش گلدار براکته ای شکل گل به رنگ صورتی، سفید، آبی، بنفش، نسبتاً بزرگ، مجتمع در توده های مجزا در طول گل آذینی نسبتاً بلند، کاسه کمی کرک پوش، دو لبه، لب بالایی آن تخم مرغی و منتهی به دندان های درفشی، لب پایینی دارای دندان پهن دراز و در انتها سر نیزه ای- درفشی است. سر شاخه های گلدار گیاه مورد استفاده دارویی واقع می گردند، پودر آن طعم تند و بوی معطر و بسیار خوشبویی دارد. بهترین زمان جمع آوری گیاه موقع گلدهی آن است که اوایل خرداد تا اوایل تیرماه جهت این کار توصیه می گردد. از مهمترین مواد موثر آن روغن فرار است. اندام هوایی خشک شده گیاه حداقل دارای ۰/۱ درصد اسانس است. به صورت خوراکی به عنوان آرامبخش و اشتها آور و به صورت موضعی در درمان التهابات پوستی مورد استفاده قرار می گیرد. اسانس آن اثر ضدباکتریایی دارد. در طب گذشته از آن به عنوان داروی آرامبخش و ضدنفخ استفاده می کرده اند. از این گیاه فرآورده ای در بازار دارویی وجود ندارد، باید دور از نور مستقیم و در ظروف سر بسته غیرپلاستیکی نگهداری شود. به علت دارا بودن اسانس دارای خاصیت ضداسپاسم و همچنین به علت دارا بودن ژراینول خاصیت ضد میکروبی خوبی دارا است.

به

منع ویتامین های مختلف هستم و آتش من به مبارزه با امراض معدی بروید. پوست من برای از بین بردن چین و چروک پوست مفید است. برای نرمی سینه و تنگ نفس مرا تجویز کنید.

اسم من به است، به من بهی و آبی هم می گویند. اعراب مرا سفرجل می خوانند. زادگاه اولیه من ایران است و در نام لاتینی من

کلمه ایرانی به چشم می خورد. من دارای انواع جنگلی - ترش - شیرین و میخوش هستم. بهترین نوع من پیوندی است که آنرا روی تنه زالزالک پیوند کرده باشند. نوع جنگلی من گس است و آنرا «به شغال» می خوانند. قابل خوردن نیست، ولی بهداشتی آن بهتر از دانه ی پیوندی است. من دارای ویتامین های آ-ب و ای و پ ۶ بوده دارای آهک آهک و تانن هستم و از این رو برای مبتلایان به امراض سل و دق غذای مطلوبی می باشم. آب جوشانده و پخته من مقوی وقابض است. آب میوه من که به وسیله ماشین فشاری گرفته شود، ملین بوده طبل شکم را خالی می کند و در کوچک کردن شکم موثر است. شربت ساده ی من که به شربت به معروف است. برای درمان ورم روده مفید می باشد و شربت به لیمو مقوی قلب و معده بوده و ایجاد سرور می نماید. آش من غذای گوارایی برای امراض معدی است و خورش به نیز همتای آن می باشد. آب میوه ی من برای معالجه اسهال خونی و خونریزی معدی تجویز شده است و دمکردی شکوفه ی من سی گرم در لیتر سرفه را تسکین می دهد اگر پوست میوه ی مرا پانزده روز در الکل خیس کنند، و با آب آن صورت را مالش دهند چین و چروک را از بین می برد.

وجود ویتامین های ب و پ در من سبب شده است که اعصاب را تقویت کنم و جوانی را پایدار سازم. با آب جوشانده ی من می توان معده و روده و رحم را شست. نوع ترش من در تقویت معده بهتر از شیرین است. نوع شیرین من مسرور کننده و مقوی معده و دماغ است پیشاب را زیاد می کند. زیاده روی در خوردن به مسهل است. عصاره میوه ی من مانع خونریزی و قی و خمار و تشنگی است. یکی از پزشکان قدیم ایران معتقد است که زیاده روی در خوردن به ترش و میخوش باعث سکسکه است. بوییدن انواع معطر من باعث تقویت روح حیوانی و نفسانی است. قی را بند می آورد و خونریزی معده را درمان می کند. خوردن میوه خام من مخصوصا شاداب و شیرین آن جهت تفریح و معالجه وسواس و تسکین درد سر و آبریزش بینی و تقویت کبد و معده مفید می باشد. اشتها را زیاد می کند. میوه ی من بوی بد دهان را از بین می برد. یرقان را معالجه می نماید و التهاب معده را تسکین می دهد. و برای تسکین درد قسمت بالای معده توصیه شده است و مفید است. اگر میوه ی مرا زیر آتش تنوری نمایید به حدی که رنگ آن تیره شود و بخورید اسهال مزمن را معالجه می کند مخصوصا اگر وسط میوه مرا را خالی کرده و دانه ها را برداشته و به جای آن جوزبویا گذاشته باشند. رب نوع ترش من قابض معده بوده، قی را بند می آورد و اسهال را معالجه می کند. مسکن تشنگی و حرارت معده است. مربای من با آب نعنای برای جلوگیری از قی به کار می رود. شکوفه تازه من مسکن سینه - قابض و مسکن درد سر و قی کردن است. مقوی قلب، دماغ و معده بوده، و اثری نیکو دارد. مربای میوه من جهت نرم کردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش می باشد. ضماد میوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهای گرم مخصوصا ورم چشم نافع است. از این ضماد می توان برای رفع سوزش محل نیش حشرات سمی استفاده نمود. ضماد برگ من به تنهایی جهت معالجه زخمهای چرکی مفید می باشد. کرک روی پوست من بسیار قابض است و برای گلو و آواز خوب نیست، چنانچه آب میوه ی مرا در روغن زیتون ریخته و آنرا غلیظ نمایید، تنقیه ی آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

آلبالو

ما دو برادریم یکی به نام آلبالو و یکی به نام گیلاس. برای چاقها نعمت بزرگی هستم. در هسته و دمم خواص بسیاری هست. ماسک برادرم گیلاس برای زیباییان بسیار مفید است.

ما دو برادر هستیم یکی به نام آلبالو و دیگری گیلاس و از ترکیب مان آلبالو گیلاس به عمل آمده است. به من آلبالو و آلو بوعلی هم گفته اند. رنگ من سرخ است ولی برادرانم گیلاس به رنگهای صورتی سرخ - زرد و سیاه ظاهر شده اند. طعم من ترش و برادرانم شیرین و گاهی میخوش می باشند همه ما برادران سرشار از ویتامین های آ-ب - د - و ث هستیم موادی مانند منیزیم - کلسیم و آهن زیاد داریم و کمی هم دارای سدیم و پتاسیم و روی و فسفر می باشیم. ترشی خون را پایین می آوریم.

ادرار را زیاد می‌کنیم و برای مبتلایان به نقرس - رماتیسم - درد مفاصل و تصلب شراین غذای مفیدی هستیم. برادرم گیلاس سینه را نرم می‌کند. معده را ضد عفونی می‌نماید و تخمیر معده را از بین می‌برد و از این رو بیوست را معالجه می‌کند و اسهال مخصوصا اسهال خونی را شفا می‌بخشد، و بسیار سهل الهضم است. برای مبتلایان به مرض چاقی یک غذای آید آل است و مبتلایان و کسانی که می‌خواهند لاغر شوند می‌توانند گیلاس را قبل از غذا میل نمایند. زیرا خوردن گیلاس را قبل از غذا شخص را سیر می‌کند و جلوی اشتها را می‌گیرد و در عین حال او را چاق نمی‌نماید و این به علت آن است که قند گیلاس با قند انگور متفاوت است و روی همین اصل برای مبتلایان به مرض قند بسیار نافع بوده و خوردنش ضرری ندارد. هیچوقت گیلاس را بعد از غذا و سر سیری نخورید زیرا معده را سنگین می‌نماید. من خودم صفا بر خوبی هستم - قی و اسهال صفاوی را درمان می‌کنم عطش و التهاب را کم می‌کنم و دوست معده و کبد هستم - میوه ی خشک شده من کمی قابض است. چنانچه مغز هسته مرا گرفته با یک دهم وزنش؛ رازیانه جوشانده و میل نمایید، سنگهای کلیه و مثانه را از بین میبرد.

صمغ درخت من و برادرانم سینه را نرم می‌کند و رنگ رخسار را باز کرده؛ قلب را جلا می‌دهد. برای درمان سرفه بهتر است که صمغ را گرفته با آب سرد میل نمایید. یکی از مزایای برادرم گیلاس آن است که دمکرده ی دم آن ادرار را زیاد می‌کند و این خاصیت او شهرت جهانی دارد. جوشانده برگ گیلاس در شیر ملین است. ماسک زیبایی که با گوشت تهیه می‌شود، پوست را نرم و رنگ رخسار را باز می‌نماید و برای این کار بهتر آن است که از گیلاس های درشت خراسانی استفاده کنید و گوشت آنها را روی صورت بمالید و بگذارید مدتی بماند. گیلاسهای خراسانی که در فشم و میگون کاشته شده و از آب رودخانه شمشک سیراب می‌شوند، فسفر بیشتری دارند و روی این اصل در مقابل آفات نباتی قدرت مبارزه بیشتری دارند و خوردن آنها مغز را تقویت می‌نماید. و در اینجا بد نیست بدانید که بزرگترین معدن فسفر دنیا در شمشک قرار دارد.

کنجد

متجاوز از پنج هزار سال است که انسان به خواص معجزه آسای کنجد پی برده است. پهلوانان قدیم آنرا برای زیاد کردن زور می‌خوردند و امروز هم در بین قهرمانان ترکیه قابل توجه است و دارای ارزش زیادی می‌باشد. هندیها بیش از سایر اقوام برای این گیاه خاصیت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زیاد کننده قدرت و عامل طول عمر می‌شناسند و روی این اصل آنرا در تشریفات مذهبی زیاد می‌خورند و همانطور که ما ایرانیان خرما و انجیر خیرات می‌کنیم آنها کنجد و شیرینهایی که با کنجد درست کرده اند خیر می‌نمایند و بدون تردید علت طول عمر در بین مرتاضین و بعضی از دهاتیهای هندی خوردن کنجد است.

خوردن این گیاه از قدیم در ایران معمول بوده است، نانوایان مغز آن را روی نان می‌پاشیدند و آن کاری است که الان هم بایستی معمول شود.

حلواسازان آنرا به کار می‌بردند که متاسفانه امروز ترک شده است. روغن کنجد دیر فاسد می‌شود و سابقا خوردن آن بسیار معمول بوده و هنوز هم معمول است.

شیر کوبیده ی آن و گیاههای دیگر را جهت رفع سوزش معده مفید می‌دانستند و معتقد بودند ترشی معده را کم می‌کند و سودا را از بین می‌برد. آب برگ کنجد برای تقویت مو و بلند شدن آن تاثیر نیکوی دارد و برای این کار بایستی آب آن را با کوبیدن یا فشار گرفت و به سر مالید.

مخلوط کردن برگ کنجد با حنا جهت مشکی کردن مو نیز نتایج نیکو دارد و نیز جوشانده برگ آن برای دراز شدن و مشکی شدن مو نافع است.

روغن کنجد برای جلای مو بسیار مفید و بهترین روغن‌هاست. دهاتیهای که هنوز روغن کنجد می‌خورند عمر زیادتری می‌نمایند و تا هشتاد سالگی تقریباً جوان هستند. برای اولین بار چند دانشمند فرانسوی در ترکیه به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده و مصرف آنرا در اروپا معمول کردند و امروز غذاهای اختصاصی از آن می‌سازند و می‌فروشند و اکنون ترکیبی از آن به نام تامینا معروف می‌باشد و در فرانسه معمول است. تامینا لغتی است ترکی به معنی کنجد و ترکیبی از آن است. در سال ۱۹۲۴ یک دانشمند آمریکایی که در هند به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده بود یک سلسله امتحانات علمی را درباره آن شروع نمود و به این موضوع پی برد که این گیاه دارای مواد سفیده‌ای و چربی است و از همه مهمتر اینکه مواد سفیده‌ای این گیاه به طور خام نیز قابل هضم است و دارای پانزده نوع مواد سفیده‌ای است و برای کسانی که نمی‌خواهند گوشت بخورند خوردن آن تقریباً واجب است و می‌توان آن را گوشت گیاهی نامید. لسیتین این گیاه حتی از باقلای هندی بیشتر است.

لسیتین چربی فسفر داری است که وجود آن برای نسوج و اعصاب نهایت لزوم را دارد؛ و مغز و غدد انسان احتیاج زیادی به آن دارد. تقویت قوه حافظه بشر احتیاج زیادی به این ماده دارد و تقریباً ۲۸ درصد مغز از لسیتین ساخته شده است و مغز انسان بیش از سایر حیوانات از این ماده دارد و سر موفقیت بشر و پیشرفت آن در عالم تمدن مرهون همین لسیتین است که در گوشت و زرده ی تخم مرغ و گیاههایی مانند: باقلای چینی، ماش، قره ماش، خرفه، و کنجد وجود دارد.

در امتحانات تشریحی ثابت شده که بیماران فکری در اعصابشان مقدار لسیتین پایین آمده است و در نتیجه خوردن اکسیر لسیتین به سرعت معالجه می‌شوند، کلیمی‌ها کنجد زیاد می‌خورند و زیاد زیرک می‌باشند. کنجد معدن مواد معدنی قابل جذب است و دارای؛ منیزیم، کلسیم، آهن، سیلیس، آلومینیوم، کورم، مس، نیکل، سدیم و چندین فلز و شبه فلز دیگر است. اثر کنجد بیشتر در اثر داشتن ویتامینهای زیاد آنست مخصوصاً ویتامینهای ب و ویتامین های ف که فراوان دارد.

برتر از همه داروها

غذایی که بر هر دارویی ترجیح دارد کنجد است که تقریباً بیشتر مواد مورد ساختمان بدن را داراست. لذا یک غذای قیمتی و پر ارزش برای انسان متمدن است. دارای خواص گوشت است ولی ضرر آن را ندارد.

قوت، جوانی، تعادل زندگانی و صحت را به انسان می‌بخشد. طعم گوارای آن مورد توجه شکم پرستان می‌باشد و به خوبی آسانی برای انسان در هر سنی که باشد قابل هضم است. کنجد برای زن، مرد، بزرگ و کوچک برای ادامه ی حیات و طول عمر مفید است، اثر آن در تعویض سلولهای کهنه ی بدن بسیار سریع است و در تسهیل تفکر عمل آن قابل تحسین است و در رفع آلامی مانند: سرطان، سل، کم خونی بی نظیر می‌باشد. در زندگانی جدید که فکر بشر بیش از سایر اعضای بدن او به کار می‌رود کنجد از نان واجبتر است. خلاصه کنجد غذای کسانی است که می‌خواهند عمر زیاد توأم با سلامتی داشته باشند. بهترین وسیله راحتی و بیمه کننده جوانی شما کنجد است.

شاهی

لکه های سفید پوست را برطرف می‌کند.

شاهی گیاهی یک ساله به ارتفاع ۲۰ تا ۳۰ سانتی متر است که در نواحی مختلف ایران پرورش می‌یابد. این گیاه دارای نشاسته و روغن فرار است. این گیاه با فرا رسیدن بهار در دسترس ماقرار می‌گیرد و به عنوان غذا و دارو مصرف می‌شود. فواید:

دانشمندان علم گیاه شناسی برای شاهی خواص و آثار متعددی بیان کرده اند که در زیر به بیان آنها می‌پردازیم: شاهی سرشار از املاح معدنی و مانع از رشد سلولهای سرطانی است.

شاهی علاوه بر ویتامین (ث) دارای مقدار زیادی ویتامینهای A - B - B₂ است.

مصرف چکیده ترتیزک علاوه بر معالجه امراض دستگاه تنفسی، کرم کش نیز هست.

املاح معدنی شاهی عبارتند از: آهن، کلسیم، فسفر، آرسنیک، منگنز، مس، روی و گوگرد.

شاهی برای اشخاص کم خون و مبتلایان به آسم فوق العاده مفید است. شاهی اشتها آور، نیرو بخش، تصفیه کننده خون و ادرار آور است و سنگینی معده و کبد را برطرف می کند.

مصرف شاهی به کسانی که شن و سنگ کلیه و مثانه دارند و یا درد گوش گرفته اند، توصیه شده است.

جویدن برگهای شاهی تازه لته ها را محکم می کند و آنها را سالم نگه می دارد.

شاهی به علت داشتن ویتامین (ث) در معالجه بیماری قند و امراض پوستی فوق العاده مفید است.

شاهی دارای ید، آهن و فسفات است.

نوع دیگر شاهی، بولاغ اولی به معنای (بوته رودخانه) است، که دارای ید، فسفر و آهن است و جنبه غذایی و دارویی دارد که به طور خام و به صورت سالاد و پخته مصرف می شود. خنک کننده، ضد اسکوربوت بوده و ترشحات ریه را تغییر شکل می دهد و دارای گلوکزید است.

شاهی کک و مک را که معمولاً در صورت انسان به صورت لکه های قهوه ای ریزی پدیدار می شود، برطرف می کند. بدین منظور باید برگ شاهی را کوبیده و بر روی لکه ها بگذارند و یا تخم شاهی را کوبیده و در مقداری آب خیس نموده، شبانه روز یک مرتبه بر روی لکه ها بگذارند و آن قدر ادامه دهند تا لکه ها برطرف شود.

شاهی لکه های سفید پوست را برطرف می کند. به این منظور باید تخم شاهی را کوبیده با کمی عسل مخلوط نمایید و بر روی لکه ها قرار دهید و این عمل را روزی یک مرتبه تکرار کنید تا بهبودی کامل حاصل شود.

شاهی برای رفع بدبویی زیر بغل مفید است. برای این منظور باید صبح ناشتا مقداری شاهی و یا تخم شاهی تناول کرد و چند روز متوالی تکرار نمود.

شاهی انار ترش را به انار شیرین مبدل می کند. برای این منظور باید آب شاهی را گرفته، به دفعات مکرر مانند آب در پای درخت انار ترش بریزید که مورد استفاده ریشه قرار گیرد. در این صورت میوه آن به انار شیرین تبدیل می شود.

شاهی که موجب تندرستی بدن است سرشار از ویتامین های آ - ب - ث (A - B - C) است.

شاهی از سبزیهای خنک است که مواد معدنی را به بدن می رساند.

یک فنجان کوچک آب شاهی را صبح ناشتا میل کنید زیرا آب شاهی کرم را از بین می برد و سموم بدن را دفع می کند.

برای التیام زخمهای چرکی، از مرهمی که از شاهی کوبیده و چند قطره روغن زیتون یا بادام به دست می آید، استفاده می شود.

برای رفع لکه های پوست سه قسمت آب شاهی را با یک قسمت عسل مخلوط کنید و آن را خوب به هم بزنید تا به صورت مایعی کامل در آید. سپس به کمک یک تکه پنبه هیدروفیل، صورت را با این محلول صبح و شب بشوید و بگذارید خودش خشک شود و بعد آن را با آب و صابون تمیز بشوید.

شاهی چون ضد نیکوتین است برای اشخاصی که سیگار می کشند مفید است.

ترکیبات شیمیایی شاهی:

دانشمندان از تجزیه شیمیایی ۱۰۰ گرم شاهی به جز آب، مواد زیر را به دست آورده اند:

۱) پروتئین: ۳ گرم

۲) مواد قندی: ۱ گرم

- (۳) آهن: ۶/۱ گرم
 (۴) فسفر: ۵۲ میلی گرم
 (۵) کلسیم: ۲۲۰ میلی گرم
 (۶) ویتامین B: ۴۵ واحد بین المللی
 (۷) ویتامین C: ۴۵ واحد بین المللی
 (۸) ماده مهمی به نام تروپئولوزید
 (۹) ویتامین A: ۱۵۰۰ واحد بین المللی

قارچ

قارچ و پروتئین

قارچ های خوراکی و مخصوصاً قارچ تازه حاوی مقادیر فراوان پروتئین مورد نیاز بدن است که از این نظر میزان پروتئین آن حدود ۲ برابر پروتئین اغلب سبزیجات و سایر حبوبات می باشد. پروتئین قارچ از لحاظ اسیدهای آمینه که همانا جزء اصلی پروتئین را تشکیل می دهد جزو غنی ترین پروتئین ها محسوب می شوند و از لحاظ ارزش غذایی در حد فاصل پروتئین گوشت و پرتئین گیاهی قرار دارد. از طرفی پروتئین قارچ به دلیل داشتن مقادیر فراوان آب و رطوبت نسبت به سبزیجات و حبوبات بسیار مطبوع و قابل هضم است. به طوری که ۹۰ - ۷۰ درصد قابلیت هضم پذیری دارد. به طور کلی ارزش بالای پروتئین قارچ و قابلیت هضم پذیری بالای آن باعث شده که مصرف آن برای سالمندان و سالخوردگان بسیار توصیه گردد. قارچ و دریافت کالری - همان طور که می دانید کربوهیدراتها یکی از مهم ترین منابع انرژی برای بدن هستند. قارچ های خوراکی به علت داشتن ۲/۴ در صد کربو هیدرات قادرند به طور میانگین ۱۰۰ کیلو ژول در ۱۰۰ گرم قارچ، انرژی تولید کنند که این میزان انرژی در نوع خود بسیار قابل توجه است.

قارچ و چربی - یکی از مهمترین ویژگی های قارچ که باعث شده متخصصین تغذیه آن را بسیار توصیه کنند در صد کم چربی آن است. قارچ های خوراکی دارای درصد بسیار کمی از چربی هستند که این مقدار در حدود ۱٪ تا ۳٪ وزن تر آن می باشد. لذا کسانی که از رژیم غذایی لاغری در برنامه غذایی شان استفاده می کنند می توانند از قارچ بهره ببرند و به هیچ وجه نگران بالا رفتن چربی خونشان نباشند.

قارچ ها و ویتامینهای مورد نیاز بدن - مصرف روزانه ۱۰۰ گرم قارچ خوراکی نیاز بدن به ویتامین C را برطرف می کند. علاوه بر این قارچ منبع بسیار خوب ویتامین B₁ و B₂ است. کمبود ویتامین B₁ می تواند زمینه ساز بسیاری بری بری باشد. همچنین ویتامین B₁₂ از ویتامین های ضروری برای خونسازی به شمار می رود. کمبود ویتامین B₁₂ باعث بروز آنمی و یا کم خونی می شود. به طور کلی مصرف ۱۰۰ گرم قارچ خوراکی تازه نیاز روزانه افراد بالغ به ویتامینهای محلول در آب را برطرف می کند.

قارچ و عناصر معدنی - عناصر معدنی موجود در قارچ در مقایسه با سبزیجات و میوه جات هم از کیفیت بهتری برخوردار هست، هم از نظر کمیت در سطح بسیار خوبی قرار دارد. قارچ خوراکی دارای میزان چشم گیری پتاسیم، آهن و مس است و قادر است فسفر مورد نیاز بدن را به طور کامل تأمین کند. کلاهیك قارچ سرشار از فسفر است.

سایر ترکیبات قارچ های خوراکی - اسید فولیک: یکی از مهمترین ترکیبات موجود در قارچ که بسیار مورد توجه قرار می گیرد اسید فولیک موجود در آن است. در حال حاضر یکی از مهم ترین علت های کم خونی در افراد به خصوص در خانم های باردار کمبود اسید فولیک است.

قارچ های خوراکی به سبب داشتن مقادیر فراوان اسید فولیک از جمله بهترین منابع غذایی برای این دسته از افراد محسوب می شود. لوواستاتین: از جمله ترکیبات مهم موجود در قارچ همین لوواستاتین است. قارچ ها به طور طبیعی تولید لوواستاتین می کنند و این ترکیب بسیار در کاهش چربی و کلسترول خون می تواند مؤثر واقع شود.

بیوفریولید: در قارچ ترکیبی به نام بیوفریولید وجود دارد که از تشکیل مخزن چربی خطرناک در شریانها جلوگیری می کند. این ماده از تشکیل کلسترول های بد خون (LDL) و اسید های چرب در سلولها و خون جلوگیری می کند.

در زمستان قارچ بخورید:

قارچ استخوانها را تقویت می کند، خستگی را برطرف می کند، کمبود ویتامین D را برطرف می کند. پرتو خورشید در بدن ویتامین D تولید می کند اما در زمستان بدن این وضعیت را ندارد که از پرتو خورشید به خوبی استفاده کند و ویتامین D تولید کند. پس در زمستان خوردن مواد غذایی توصیه می شود که دارای این ویتامین باشد. ویتامین D سبب جذب کلسیم در روده می شود تا بالا فاصله در استخوانها به مصرف برسد. برای اینکه همه مواد مغذی به بهترین شکل جذب شوند نیاز به ویتامین های گروه (ب) است. قارچ بخشی از این ویتامین ها را تدمین می کند و هر سلول در بدن ما به ویتامین (B۲) قارچ نیاز دارد تا بتواند انرژی کسب کند تا ما زود خسته و کم حوصله نشویم.

قارچ را باید پخته خورد، زیرا قارچ آلوده به موادی است که فقط با پختن از بین می رود اما قارچ هایی که در واحدهای صنعتی تولید می شوند می توان بدون هیچ مشکلی پس از تمیز کردن مصرف کرد.

توجه: اکیداً توصیه می کنیم که از خرید قارچهای فله ای به شدت و به جد پرهیزید. صرف نظر از این که احتمال مسومیت از طریق این نوع قارچها بسیار بالاست کیفیت پایین این قارچها و آلودگی بسیار آنها از جمله مهمترین معضل های این نوع قارچ هاست. حتماً قارچ مورد نیاز خود را از مراکز معتبر و به صورت بسته بندی های بهداشتی تهیه فرمایید. هر گونه تغییر رنگ ظاهر قارچ و هر گونه احساس مزه نامطبوع باید مورد توجه قرار گیرد و از مصرف آنها خودداری شود. قارچ هایی که تغییر رنگ داده اند و کلاهکشان سیاه و یا خاکستری شده از کیفیت خوبی برخوردار نیستند.

- تحقیقات پزشکی نشان می دهد که با خوردن قارچ، دستگاه دفاعی بدن تقویت می شود، طول عمر افزایش می یابد، کلسترول خون پایین می آید، گردش خون در بدن بهبود می یابد. ویروسها از بین می رود، از بروز بیماری های قلبی جلوگیری می شود. قارچ مقدار زیادی کربوهیدرات و آهن دارد پزشکان به بیماران دیابتی و افرادی که به تقویت دستگاه ایمنی بدن خود اهمیت می دهند و کسانی که برنامه خاص غذایی (رژیم) دارند خوردن قارچ را توصیه می کنند

کدو حلوائی

کدو حلوائی، میوه یک گیاه علفی است که دارای ساقه های بلند و خزنده و برگ های پهن است. گل های این گیاه زرد و میوه آن شبیه خربزه و یا خیلی بزرگتر از آن است.

قسمت های مورد استفاده کدو حلوائی عبارتند از: میوه، پوست، تخم میوه، گل کدو حلوائی را به صورت پخته، ترشی، مربا، تهیه روغن، مورد استفاده قرار می دهند.

خواص کدو حلوائی:

کدو حلوائی یرقان (زردی) را برطرف می کند.

انواع کدو، ادرار آور و تب بر است.

تخک کدو به خصوص پوست سبز رنگ آن ضد کرم است. لذا مصرف مقدار ۷۵ تا ۱۰۰ گرم تخم کدو در مورد افراد بزرگسال و

۳۷ تا ۵۰ گرم آن در مورد اطفال تجویز شده است.

کدو حلوائی، سینه را نرم و اخلاط و سرفه را آسان می‌کند.

اگر کدو حلوائی را پخته به صورت کرم به صورت بمالید و نیم ساعت صبر کنید، رنگ چهره و رخسار باز شده و صورت را براق و زیبا می‌نماید. خوردن کدو، موجب برطرف شدن غم و اندوه است.

خوردن کدو با عدس رقت و نرمی قلب می‌آورد. کدو برای درمان قولنج مفید است.

خوردن کدو مغز را تقویت می‌کند. روغن تخم کدو برای تسکین درد بواسیر بسیار مفید است.

جوشانده گل کدو برای سینه بسیار مفید است. خوردن کدو باعث تجدید قوای جسمی و روحی بدن و موجب استحکام بافت های بدن می‌شود. خوردن کدو، خوابی راحت به دنبال دارد و کسانی که دچار کم خوابی هستند، کدو برای درمان کم خوابی آنها مؤثر است.

کدو طبیعتی سرد دارد. کدو صفرا را تسکین می‌دهد.

شیره تخم کدو ییوست را برطرف می‌کند لذا باید صبح ناشتا یک فنجان از آن میل شود.

ابن سینا پزشک شهر اسلامی، کدو را برای رفع سرد درد و رفع بی خوابی و درمان خستگی اعصاب تجویز می‌کرد.

کمپوت کدو مخلوط با سیب، غذای ملین خوبی است و برای دفع ییوست تأثیر زیادی دارد.

چون کدو به آسانی پخته می‌شود غذایی فوق العاده مفید برای معده های ضعیف است. کدوی پخته را به بچه ها، پیرمردان و به کسانی که دچار بیماری عفونت شده اند و دوره نقاهت را می‌گذرانند، بدهید.

کدوی پخته با عدس، غذایی مناسب برای گرفتگی سینه است.

کمپوت کدو برای مبتلایان به سنگینی معده و اسهال مفید است؛ برای این منظور می‌توان ۱۰۰ گرم گوشت کدو را تکه تکه کنید و در یک لیتر آنقدر بجوشانید تا نصف آب بخار شود و پس از صاف کردن آب آن را بگیرید و با مقداری شکر آن را شیرین کرده و هر وقت مایل بودید آن را مصرف کنید. آب کدویی که به ترتیب بالا به دست می‌آید برای تسکین درد بواسیر مؤثر است. لذا نوشیدن سه بار در روز از آب کدو تجویز شده است.

بر اساس نتایج پژوهشهای متعدد، کدو سلولهای مغز را فعال می‌کند و به شکل چشمگیری حافظه را تقویت می‌کند. پزشکان می‌گویند که کدو کار هضم غذا را آسانتر می‌کند.

اگر پوست کدوی خام را به صورت مرهم بر روی زخم های سطحی پوست یا سوختگی های شدید قرار دهید، پوست را نرم می‌کند.

کمپوت کدو مخلوط با سیب از غذاهای مفید برای بیماران مبتلا به ورم پروستات است. آب کدوی پخته، ادرار آور خوبی است و برای رفع اختلالات کلیه و مثانه است.

ضمنا (مرهم) کوبیده کدو برای درد سر و درد شقیقه بسیار سودمند است.

آب کدو که شیره آن کشیده شده برای بیماران مبتلا به یرقان (زردی) مفید است.

اگر سه روز صبح ناشتا، هر دفعه ۵ مثقال تخم کدو را بکوبید و شیره آن را بگیرید برای رفع کرم کدو داروی بی نظیری است.

مربای کدو تقویت کننده بدن و اعصاب است. ترشی کدو، اشتها آور و هضم کننده غذا است.

کدو حلوائی را پخته و به صورت مرهم برای رفع ورم و التهاب در محل مورد نظر قرار می‌دهند.

غرغره با آب کدوی پخته برای درمان گلو درد مفید است. سوخته شده پوست کدو، برای بند آوردن خون اثر معجزه آسا و بسیار سریع دارد، به طوری که فوراً خونریزی را بند می‌آورد و دو لبه زخم را به هم می‌چسباند و سوزش و ناراحتی زخم را خیلی زود

تسکین می دهد.

سوخته پوست کدو حلوائی برای درمان سوختگی ها مفید است بدین منظور باید پوست سوخته شده کدو را در روغن زیتون یا خوراکی مخلوط کرده و در محل سوختگی بمالید.

سوخته پوست کدو، پیسی و لکه های سفید پوست را درمان می کند، بدین منظور باید پوست کدو حلوائی را خشک کرده و بسوزانید سپس این پوست سوخته را در سرکه مخلوط کرده هر روز لااقل یک مرتبه در محل بمالید تا بهبودی حاصل شود. پوست سوخته شده کدو حلوائی به ترتیبی که گفته شد برای درمان خونریزی احشاء و بواسیر مفید است. خوردن روغن کدو برای معالجه افسردگی، غم و غصه، خمودگی اعصاب، مالیخولیا و تشنج بسیار مفید است. خوردن مغز خام تخم کدو به مقدار ۳۵ گرم در روز برای درمان سوزش ادرار، زخم معده، خش خش سینه، اختلاط خونی، خونریزی ریه و تسکین صرفه مفید است.

روغن تخم کدو برای بی خوابی بسیار مفید است و مقدار استعمال این روغن در هر مرتبه حداکثر ۳۵ گرم است.

مغز تخم کدو برای درمان سل، تب های حاره، تشنگی و زخم روده مفید است.

انواع کدو دارای ویتامین های زیادی است و برای امراض قلبی بسیار مفید است.

مرهم کدو حلوائی برای درمان دمل مفید است. ضمادها و مرهم هایی که با برگ های تازه یا گوشت تازه درست می کنند سوختگی سوداهای متورم، کوفتگی و خراش های جزئی روی پوست را تشکیل می دهد.

کدو تبیل سرشار از ویتامین (آ) است و اگر شیره کدو را بکوبند و در شیر یا آب بپزند، خنک است و برای رفع عطش ناشی از تب مصرف می شود.

- بر اساس نتایج پژوهشی جدید، کدو حلوائی علاوه بر خواص متعدد از پیری پوست جلوگیری می کند. کدو حلوائی سرشار از آنتی اکسیدان است.

خوردن ۱۵۰ گرم از آن در روز نیاز بدن به الیاف را تأمین می کند. کدو حلوائی به سبب داشتن کلسیم، فسفر، منیزیم و آهن بسیار مغذی است

کاسنی

قلب، کبد و کلیه را فعال می کند.

کاسنی گیاهی پایا، علفی به ارتفاع ۵/۰ تا ۵/۱ متر است. ریشه ای قوی و دراز به رنگ قهوه ای دارد. برگهای آن متناوب و پوشیده از تارهای فراوان در اطراف و گلبرگهای میانی است.

قسمت مورد استفاده کاسنی، برگ، ریشه و دانه آن است.

فواید:

این گیاه در پزشکی اهمیت بسیاری داشته است. به طوری که ابن سینا پزشک بزرگ مسلمان در مورد گیاه کاسنی و خواص آن رساله ای نوشته است.

دانشمندان علم گیاه شناسی برای این گیاه خواص و آثار زیر را برشمرده اند:

- کاسنی باز کننده و حمل کننده ماده بیماری کبد است.

- کاسنی مسکن عطش و حرارت درونی است. کاسنی در درمان التهابات معده و پاک کردن مجاری ادراری، مؤثر است.

- اگر آب پخته کاسنی را با سکنجبین میل کنید بهترین داروی تب های طولانی و مداوم است.

- مالیدن آب کاسنی به محل های خارش بدن بسیار مفید است.

- ت غرغره آب کاسنی با فلوس برای درد گلو، ورم و سوزش گلو مفید است. فرمول مذکور برای درمان ورم حلق (لارنژیت) و تورم مفصلی نافع است.

- مصرف تخم کاسنی، کمی با حالت تهوع همراه است که باید در آن سکنجبین اضافه کنید.

- ریشه کاسنی در باز کردن و روان شدن اخلاط بسیار مؤثر است.

- ریشه کاسنی، مجاری گوارشی را پاک می کند و بهترین تصفیه کننده خون است. ریشه کاسنی در از بین بردن ورم احشا خیلی مؤثر است.

- ریشه کاسنی بهترین دارو برای آب آوردن شکم است و در نفخ و تحلیل مواد بسیار نافع است. ریشه کاسنی برای تقویت معده، زیاد کردن ادرار و رفع درد مفاصل و ضد یرقان مفید است.

- عرق کاسنی که از گیاه تازه کاسنی گرفته شده باشد برای خنکی به کار می رود.

- برگ های کاسنی دارای املاح پتاس است و جوشانده آن برای تصفیه خون، تقویت معده و اعضا به کار می رود.

- کاسنی انواع مختلف دارد که ریشه و برگ های آن در پزشکی، در بهبود تب ها، یرقان (زردی) و انسداد مجاری صفراوی مفید است.

- تمام قسمت های کاسنی مخصوصاً ریشه و برگ آن، محرک صفرا است و به عمل هضم کمک می کند و اثر آن در نارسایی های کبدی، قولنج های کبدی و ناراحتی های صفراوی بارز است.

- کاسنی در ازدیاد نطفه و زیبایی چهره کودک تازه متولد مفید است.

- کاسنی انسان را از ابتلا به قولنج نگه می دارد.

- کاسنی، توان و نیروهای بدنی را تجدید می کند. کاسنی در ضعف اعصاب، ضعف چشم و فشار خون مفید است.

- کاسنی، قلب، کلیه، کبد را فعال و با نشاط می گرداند. کاسنی رحم را به وظیفه طبیعی خود وا می دارد.

- برگ کاسنی، دارای مقداری ویتامین (ث) است و لذا در حفظ جوانی مؤثر است. برگ کاسنی، زهر طحال را از بین می برد و کیسه صفرا، یرقان و دردهای معده و کبدی را معالجه می کند.

پرسیاوشان

گیاهی است نازک که در نزدیکی آبدانها و جویبارو رودخانه و کاریزها می روید. به گشنیز سبز شبیه است، لیکن شاخه هایش سرخ و مایل به سیاهی است، نه ساقه دارد و نه گل و نه شکوفه.

نیروی درمانی اش را زود از دست می دهد.

مزاج: جالینوس گوید: مزاج معتدل دارد.

خاصیت: گدازنده، لطیف کننده، باز کننده، قابض و بازدارنده سیلان است. اگر پرسیاوشان را با علف الدیوک (علف خروس) و علف السمانی (علف بلدرچین) مخلوط کنند نیروی از هم پاشیدن (هرش) در آن زیاد می گردد.

آرایش: خاکستر پرسیاوشان که با سرکه و روغن زیاد مخلوط گردد در علاج داء الثعلب و داء الحیه مفید است. و اگر با روغن آس و آب انگور کهنه باشد مو را بلند می کند و از افتادن مو جلوگیری می کند.

دمل و جوش: علاج قرحه های درونی و خنازیر است.

زخم و قرحه: ناصور و زخم های پلید و مرطوب را مداوا می نماید.

سر: خاکستر آن مخلوط با آب شوره را از بین می برد .

چشم: در مداوای التهاب و جوش های گوشه چشم (غرب) مفید است. زهرها: شربتش نیش مار و سموم سگ هار و حشرات موذی را علاج است.

اندام های تنفسی: در تنقیه شش و تسکین سرفه بسیار مفید است .

اندام های غذا: اگر با آب انگور کهنه باشد مانع روان شدن مواد ناسازگار به سوی شکم و معده می شود. درد طحال را تسکین می دهد و برای یرقان سودمند است .

اندام های دفعی: مدربول است. سنگ را خرد و حیض را جاری می کند، زائو را تنقیه می کند. نزیف را قطع می کند و در اکثر حالات شکم را بند می آورد و به عقیده ابن ماسویه مسهل است .

پنج انگشت

گیاهی است پایا و تقریباً به درختچه می ماند و در کنار آب ها می روید .

شاخه های سخت دارد . برگش چون برگ زیتون و از برگ زیتون نرم تر است .

چوب آن به منظور دارویی مورد استفاده است و از گل و برگ و میوه اش باید استفاده کرد . لطافت و تندمزگی و گسی دارد ولی از سداب خشک کم تأثیرتر است .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: لطیف کننده ، گدازنده ، بادشکن است .ابداً باد ندارد .باز کننده است ، با کمی قابضیت .

آرایش:رنگ و رو را صفا می دهد .

مفاصل: ضماد آن با برگش علاج پیچش عصب است و خستگی را رفع

می کند .

سر:شربت آن سردرد می آورد ، خواب آور است . ضمادش در علاج سردرد مفید است . در روغن بپزند و بخورند کمتر سردرد می آورد .

سینه: شیرپستان را فزونی و آب پشت را کاهش می دهد .

اندام های غذا: راه بندان های کبد و طحال را باز می کند . بهترین علاج سختی طحال است .

اندام های دفعی: برای مداوای درد و ورم زهدان در آب پز آن می نشینند . آب پشت را می خشکاند . پنج انگشت و به ویژه تخم آن در ادرار بول و ترکهای اطراف مقعد سودمند است .

پنج انگشت به ویژه تخم آن را با روغن ضماد کنند و بر بیضه بگذارند سختی را از بین می برد .

زهرها: خوردن مقداری از آن پادزهر حشرات موذی و مار است . ضمادش زهر دندان سگ هار و درنده ها را خنثی می کند . برگش را دود کنند بکلی حشرات را می راند

پنبه

خاصیت: پنبه دانه بادشکن و خشکاننده و دیر هضم و بد خلط است و گرمی زیاد می دهد .

در روغن جوشیده اش کم زیان تر است و سکنجین شکری زیانش را دفع می کند .

ورم و جوش: بیخ پنبه بیابانی را در آب بپزند و ضماد سازند علاج ورم گرم و باد سرخ است .

سر: افشره و روغن پنبه درد گوش را درمان می کند. افشره برگش سرشویه شود (سوزنی) را علاج است. پنبه دانه که بسیار گرم و بخاری است مایه سردرد می شود.

اندام های غذا: پنبه دانه که دیر هضم است برای معده خوب نیست.

اندام های راننده: بسیار بخورند آب پشت قطع می شود

پونه

چندین نوع دارد: کنار آبی، کوهی، غلیجن، شاک. کوهی آن از جویباری قوی تر است.

خاصیت: از تندی و تلخی که دارد بسیار نرم کننده است و به ویژه کوهی آن.

خون را بسوی پوست می کشد. قرحه آور است. پونه را تنها خورند عرق ریز است و بسیار گرمی بخش.

آرایش: پونه و به ویژه پونه سبز را با آب انگور کهنه بپزند و بر پوست بگذارند لکه های سیاه و خونی که در زیر پلک ها پیدا می شود از بین می روند.

مفاصل: آب پز را بخورند کوفتگی ماهیچه ها و پیرامون های ماهیچه ها را بر طرف می کند.

ضماد پونه که پوست را می سوزاند داروی بیماری اعصاب است.

پونه را بخورند و به دنبالش آب پنیر بنوشند و چندین روز پی در پی تکرار کنند در علاج واریس مفید است.

پونه ای که غلیجن نام دارد خوردنش داروی ترنجیدگی و مالیدنش بر پوست علاج نقرس است.

زخم و قرحه: چون پونه هم تحلیل برنده هم تکه کننده و نرمی بخش است خوردنش در علاج جذام مفید است.

سر: افشره اش گرم گوش را از بین می برد. سر درد می آورد. پونه کوهی داروی زخم دهان است. و ریختنی ها را از سوراخ بینی بیرون می سازد. سوخته غلیجن لثه را استوار می سازد.

نفس کش: آب پز پونه علاج بلند نفسی (انتصاب النفس) است.

پونه را تنها و به ویژه اگر با انجیر بخورند سینه را از خلط های غلیظ و لزج پاک می نماید. درمان درد دنده است و کوهی از جویباری مؤثرتر و غلیجن همه این کارها را می کند.

سرکه را بر پونه بپاشند یا پونه ای که تازه در سرکه ریخته اند به بینی غش کرده نزدیک کنند از بوی آن به هوش می آید. پونه شاک در علاج تپش قلب مفید است.

اندام های غذا: هرپونه ای و به ویژه پونه کوهی بی اشتهایی و ضعف معده را از بین می برد. سکسکه را تسکین می دهد. پونه که زداینده و باز کننده و نرم کننده مواد صفراوی و سودایی است، خودش و آب پز در علاج یرقان مفید است. اگر بیماری یرقانی

خود را با آب پز پونه کوهی شستشو بدهد عرق می کند و سود می بیند. اگر پونه را با انجیر بخورند داروی استسقا است.

پونه کوهی اشتهای خوراک را زیاد می کند. در آب جوشیده اش علاج استسقا است. پونه غلیجن دل بهم خوردن را چاره می کند. پونه غلیجن را با مرهم موم و روغن گل بر طحال بگذارند طحال را لاغر می کند. پونه شاک هم همین کار را می کند و در علاج

تپش معده (التهاب) و افسردگی و دل بهم خوردن بسیار سودمند است.

اندام های راننده: آب پز پونه بول را ریزش می دهد.

در پیچش و درد روده و قی و اسهال شدید مفید است. حیض را راه می اندازد، شاید بلغم را استفراغ دهد. بعضی گویند پونه به ویژه پونه کوهی شهوت را قطع می کند و خواب های جنسی را از بین می برد. پونه بیابانی مسهل ملایم است. به نفع زهدان است،

گرم و به ویژه گرم های ریز را می کشد. از پونه بیابانی و کوهی که شاید از بیابانی نوع ویژه ای باشد مقداری با گلاب قند

بخورند مراره سودا را بیرون می ریزد و اگر چنین شربتی را با سرکه و کمی سیکی بیامیزند قوی تر شود .
در این زمینه بهتر است که پونه را خرد کنند و بسایند و سائیده را بر سرکه مخلوط با آب و نمک پاشند و بخورند . پونه غلیجن خلط سودایی را از راه ادرار بیرون می ریزد . پونه بیابانی در همه این کنش ها کاری است .

تب ها : بیمار تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد ، یا پونه را در روغن پزد و آن روغن را را بر تن بمالد بسیار نفع می بیند .
زهرها : خوردن و ضماد گذاشتن پونه پادزهر حشرات است . ضمادش تقریباً کار داغ گذاری را انجام می دهد . کسی که سم خورده اگر پونه را با آب انگور کهنه بخورد سم را از کار می اندازد . دود کردن برگش حشرات را می گریزند . گستردن برگش نیز دشمن حشرات موذی است . پونه بیابانی داروی نیش کژدم است . در آب جوشیده پونه کوهی را بخورند پادزهر دندان درندگان است .

پنج برگ

خاصیت: می خشکاند اما نه تند است و نه تیز و نه گزنده . بر جای خونریزی بگذارند خون بند می آید .
ورم و جوش : بر ورم داخلی و خنازیر و سفتی های بلغمی و کژدم بگذارند مفید است .
آب پز بیخس داروی قرحه واگیر است . با سرکه پزند علاج مورچگی و جمره و کزدمه و گری است .
مفاصل : بخورند یا ضماد کنند درد مفاصل و لغزش مفاصل و بیماری اعصاب را درمان می کند .
سر : آب پز بیخس را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد ، زخم دهان خوب می شود .
نفس و سینه : آب پز را در گلو بگردانند زبری گلو از بین می رود .

افشره بیخس درد شش را دوا می کند .

اندام های غذا : اگر چند روزی افشره بیخس را با نمک و عسل بخورند علاج یرقان و درد کبد است .
اندام های راننده : بیخ و آب پز بیخس در اسهال و زخم روده و بواسیر مفید است .
تب ها : برگش را با ادر و مالی بخورند تب سه اندر میان و تب نوبه را از بین می برد .

زهرها : افشره بیخس سم قاتل است .

پونه کوهی ، مرزه کوهی ، مرزه

هم قوت آویشن و شربتش تماماً مانند شربت آویشن است .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : پوست کن و تحلیل بر و لطافت بخش است .

مفاصل : داروی درد سرین است .

سر : قوتی سوزنده دارد اگر آن را بجوند لثه سست را استحکام می بخشد ، درد دندان را تسکین می دهد .

سینه : روغنش برای سینه و شش مفید است .

برای معده و کبد خوب است . حیض و بول را ریزش می دهد ، کرم ها و کرم کدو را بیرون می راند

ترنج

ترنج را همه می شناسند . روغنی که از پوست ترنج بدست می آید قوی و روغنی که از شکوفه اش به دست می آید قوت کمتری دارد .

مزاج: گرم و خشک .

خواص درمانی: گوشتش بادزا، برگش بادشکن و شکوفه آن لطافت بخش تراز برگ است .

ترشی آن قابض و صفراشکن و تخم و پوستش تحلیل برنده است . اگر پوست ترنج را بر لباس بپاشند مانع بیدزدگی می شود . بوی ترنج هوای فاسد و وبایی را از بین می برد .

آرایش: ترش آن رنگ را جلا می دهد و لکه های صورت را از بین می برد .

سوخته پوست ترنج که بر ابلقی بمالند سودمند است . پخته پوستش دهان را خوشبو می کند و فربهی می بخشد . پوست ترنج را در دهان نگهدارند دهان را خوشبو می نماید .

دمل و جوش: آب ترش مزه ترنج را بر اگرما بمالند مفید است .

مفاصل: روغن پوست ترنج در مداوای سستی اعصاب و فلج سودمند و ترشی آن برای عصب بد است .

اندام های سر: درعلاج دهن کجی مفید و پخته آن در خوشبو کردن دهان بسیار مؤثر است .

چشم: افشره بالنگ را در چشم بکشند یرقان چشم را از بین می برد .

نفس کش و سینه: افشره اش خفقان گرم را تسکین می دهد . مربای بالنگ برای گلو و شش بسیار خوب است ، اما ترشاب افشره آن برای سینه خوب نیست . اگر کسی زالو را بلعیده باشد مغز بالنگ را با سرکه بجوشانند و به او بدهند زالو را می کشد و بیرون می آورد .

اندام های غذا: گوشت بالنگ برای معده خوب نیست . بادزا و دیر هضم است و باید مربای آن را خورد و اگر مربای بالنگ با عسل باشد سالم تر و هضم پذیرتر است ، ولی نباید زیاد از حد خورد .

برگ بالنگ و شکوفه آن معده و درون را تقویت می کند . اگر پوست بالنگ چرا چون ادویه در خوراک بریزند و به هضم غذا کمک می نماید . پوست بالنگ خود بخود از آنجا که سخت است هضم نمی شود . پخته پوست بالنگ قی را تسکین می دهد . رب بالنگ که رب افشره آن است معده را دباغی می کند .

ترشاب آن در علاج یرقان مفید و قی صفرایی را فرو می نشاند ، و اشتها آور است .

باید ترنج را تنها خورد و با خوراک قبلی و بعدی مخلوط نشود .

اندام های دفعی: گوشتش قولنج می آورد . ترشی آن بند آورنده شکم و در مداوای اسهال صفرایی مفید است . تخم ترنج مسهل است و در علاج بواسیر سودمند می باشد .

زهرها: پادزهر کلیه سموم است و به ویژه خوردن و اندودن آن در مورد سم عقرب بسیار مفید و پوستش هم در این زمینه بسیار مفید است .

ضماد پوست بالنگ و خوردن افشره بالنگ در مداوای مارگزیدگی سودمند

است .

ترخون

مشهور است . گویند عاقرقرحا بیخ ترخون کوهی است .

مزاج: هرچند دارای نیروی مخدر است ولی چنان می نماید که گرم و خشک باشد .

خاصیت: رطوبت ها را بر می چیند ، خشک می کند و نوعی سردی دارد که سودمند است .

سر: جویدن ترخون و در دهان نگه داشتن آن در زخم و جوش درون دهان مفید است .

اندام های تنفسی : سبب درد گلو می شود .

اندام های غذا : دیر هضم است

تنبول

برگ درختی است که در هندوستان می روید و در جایی است که آن را (نغر) گویند . برگش به برگ لیمو شباهت دارد .

مزاج : سرد و خشک

آرایش : بوی دهان را می زداید و خوش می کند .

سر : لته و گوشت میان دندان را محکم می کند و از این روست که هندی ها مرتب در دهان دارند .

اندام های غذا : دهانه معده را تقویت می کند ، کمک هضم و بادشکن است .

خاصیت : بسیار سردی بخش و گیرنده است .

ورم : در علاج ورم گرم و متراکم خوب است .

چشم : ضمادش درد پلک و التهاب چشم را شفا می دهد

تنوب

درختی است مشهور . فوفی یکی از انواع آن است . قضم قریش ثمر درخت تنوب است . زفت بیابانی را از تنوب می گیرند .

خاصیت : ثمرش گیرنده است و گرمی لطیف دارد .

ورم و جوش : برگ درخت تنوب را بر ورم گرم بگذارند مفید است .

قرحه : اگر برگ و تخم آن را با پیه غاز و با مردار سنگ و کوبیده کندر مخلوط کنند قرحه های رویه تن را درمان می کند . اگر با

موم و روغن آس مخلوط باشد علاج زخم تن نرمان و در علاج همزهخم قرحه های گرم و تر مفید است . پوست تنوب را بکوبند و

بسایند و بر زخم بپاشند مفید است .

برگش را بر زخم بگذارند مانع فاسد شدن است .

سر : تنوب را با سرکه بپزند و در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد . رخت را تکه تکه کنند و در سرکه بپزند داروی درد

دندان است .

چشم : دودش به سود چشم است .

سینه : تخمش علاج خون بر آوردن است . انگمش علاج سرفه مزمن است . اندام های غذا : با عسل خورده شود برای درد کبد مفید

است .

اندام های راننده : خوردنش شکم را بند می آورد و بول را می گیرد

توت

دو جنس است : ۱ - شیرین و سفید ۲ - تلخ و ترش (شامی)

مزاج : توت شیرین گرم و تر و توت ترش شامی (شاتوت) سرد و مرطوب است .

خاصیت : گیرنده و سردی بخش است .

آرایش : اگر برگ توت را با برگ تاک و برگ انجیر سیاه در آب باران بپزند مو را سیاه می کند .

ورم و جوش: شاه توت ورم دهان و گلو را شفا می دهد .

برگش داروی خناق و ذبحه سینه است .

زخم و قرحه: شاه توت خشکیده و افشره اش درعلاجزخم پلید مفید است . سر: رب شاه توت داروی جوش های دهان است .

آب پز شاه توت دندان را سست می کند . افشره برگ شاه توت را در دهان بگردانند درد دندان از بین می رود .

اندام های غذا: توت برای معده خوب نیست و در این زمینه توت شیرین و سفید از شاه توت بدتر است .

اندام های راننده: توت گس و خشکیده و نمک سود بسیار قبوضیت می دهد و در علاج دیزانتری مفید است . مغز توت مسهل است .

الیاف توت معده را می پالاید و اسهال آور است .

زهرها: پوست درخت توت پادزهر شوکران است

کافور

کافور چند گونه است . قنصوری ، ریاحی ، آزاد ، اسفرک کبود .

کافور به چوب چسبیده و از چوب برآمده است .

کسانی می گویند کافور بسیار بزرگ است ، بسیاری از جانوران را در سایه خود پناه می دهد و ببرها سایه اش را دوست دارند و

در مدت سال مگر در وقتی معین کسی نمی تواند به درخت کافور برسد .

چنان که می گویند کافور در دامنه کوههای کنار دریا می روید .

مزاج: سرد و خشک

آرایش: به کار بردنش پیری زودرس به دنبال دارد . مو را سفید می گرداند .

ورم و جوش: ورم گرم را فرو می نشاند .

سر: کافور مخلوط با سرکه یا افشره خرما نارسیده ، یا آب آس ، یا آب ریحان ، درد سر ناشی از تب گرم را از بین می برد .

بی خوابی آورد ، تقویت حاسه گرمی داران است .

بهترین داروی زخم های دهان است .

اندام های دفعی: شهوت جنسی را از بین می برد .

سنگ کلیه و مثانه به وجود می آورد . بی اشتها بی ناشی از صفرا را بند می آورد

کاجیره

کاشتنی و بیابانی دارد . بیخ آن ارزش دارویی ندارد . اما سائیده برگ و برش مفید است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: روغنش تقریباً حکم روغن گزنه دارد و از آن ناتوان تر است .

اندام های غذا: برای معده خوب نیست ، شیر را در معده پنیر می کند .

سینه: سینه را می پالاید و صدا را صاف می کند .

اندام های راننده: با انجیر یا عسل بخورند بلغم سوخته را بیرون می آورد . علاج قولنج است شهوت برانگیزد . روغنش شکم را روان

می سازد .

زهرها: برگ یا ثمر کاجیره بیابانی را با هم بخورند پادزهر نیش کژدم است .
 دیسکوریدوس گوید: این گیاه برگش دراز و خم شده و زبر و خاردار است . ساقه اش تقریباً به بلندی دو ذرع و بی خار است . بر سر ساق ها تاج هایی شبیه دانه زیتون های بزرگ است . گلش زعفرانی و سفید و قسمتی به سرخ رنگی مایل است و در خوراک مصرف می شود .

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: رساننده است و قبوضیتی معتدل دارد .

آرایش: لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید .

زخم: با سرکه بر (قوبا) بمالند مفید است .

سر: کاجیره بیابانی را با عسل مخلوط کنند و به دهان بچه بمالند زخم دهان را شفا می دهد .

کرچک

خاصیت: تحلیل برنده و ملین و روغنش از روغن زیتون ساده لطیف تر و لطافت بخش تر است .

آرایش: کوبیده کرچک زگیل را بر می کند و لکه های سیاه را می زداید .

ورم: برگ کرچک را بکوبند و با آرد جو مخلوط کنند ورم بلغمی را فرو می نشاند .

زخم: روغن کرچک داروی زخم تر و گری است .

اندام های غذا: اگر سی دانه کرچک را بسایند و بخورند معده را بسیار سست می گرداند .

سینه: تنها با سرکه بر پستان بگذارند ورم پستان فرو نشیند .

اندام های راننده: کرچک دانه را بکوبند و بسایند و بخورند بلغم و مراره و کرم را بیرون می راند .

کنگر

به خارخسک می ماند ، لیکن از آن سفیدتر است و خار بلندتر دارد . برگ آن به برگ هل شبیه است لیکن نازک تر و سفید تر است .

ساقه اش به دو گز می رسد . گلش ارغوانی رنگ و دانه اش به دانه کاجیره شبیه و از آن مدورتر است .

تخم آن گرم و لطیف است و بعضی گفته اند بسیار گرم است .

خاصیت درمانی: در کنگر بطور عموم و به ویژه در تخم آن قوتی تحلیل برنده و بازکننده موجود است . نزیف را بند می آورد و در گیرندگی معتدل است .

دمل و جوش: از خاصیت گیرندگی و گدازندگی که در آن هست در علاج ورم های بلغمی مفید است و بیخ و سایر اجزاء آن را بر ورم می گذارند . بیخش بسیار مؤثر است .

مفاصل: از گیرندگی معتدل که با تحلیل بردن همراه است در علاج ترنجیدگی سودمند است .

هرگاه جنبش ماهیچه های کودک بر وفق مراد نباشد تخم کنگر می خورند .

اندام های سر: با افشره آن مزمه کنند درد دندان تسکین می یابد .

سینه: کنگر و به ویژه بیخ آن در علاج خون آمدن از سینه مفید است .

اندام های غذا: ناتوانی معده را بر طرف می نماید و انسداد را باز می کند .

کنگر و به ویژه بیخ آن در علاج اسهال مزمن و اسهال واگیر مفید است و ضمناً مدر است .
 تب ها : در مداوای تب های بلغمی دراز مدت ، تب هایی که ناشی از ضعف معده باشند و کلیه تب های کهنه سودمند است .
 زهرها : کنگر را بچونند و بر جای نیش عقرب گذارند سم را بر می کشد . خوردن تخم آن درمان گزند حشرات موذی است .
 کنگر فرنگی بیابانی
 دارویی است کرمانی و از ایران است .
 مزاجش گرم است و لطیف .

کندر

صمغی است از شهری که یونانیان آن شهر را کندر می خوانند .
 گاهی کندر را از شهری می آورند که نامش (مرباط) است .
 بهترین نوع کندر قسم نر و سفید رنگ و مدور شده اش است که اگر بشکنند میانش زرد طلایی رنگ چسبیده است .
 مزاج : خود صمغ کندر گرم و خشکاننده است .
 پوست صمغ کمی از صمغ سردتر و خشکاننده تر است .
 خاصیت : در کندر قبضی بسیار کم است . رساننده است و سوزشی برای گوشت در بر ندارد . نزیف خون را بند می آورد و اگر زیاد از لازم به کار رود خون را می سوزاند .
 دود کندر در قبضی و خشکیدن از همه قوی تر است .
 آرایش : کندر با عسل مخلوط شود و بر کزدمه بگذارند خوب می شود .
 پوست کندر علاج آثار زخم است .
 کندر مخلوط با سرکه و روغن زیتون را بر جایی که درد مرکب دارد بمالند سودمند است . درد مرکب دردی را می گویند که برجستگی های زگیل مانند از پوست برآید و احساسی مثل جای پای مورچه بر بدن حس می شود .
 ورم و جوش : مخلوط با قیمولیا و روغن گل علاج ورم گرم پستان است .
 کندر در ضمادهای تحلیل برنده ورم درونی مفید است .
 زخم و قرحه : بهترین خوب کننده زخم های تازه است .
 زخم های ساری را از سرایت باز می دارد .
 کندر بایه اردک داروی بیماری ویروسی است . کندر و پیه خوک علاج زخم های لبه ای و ترک های ناشی از سرماست . زخم های سوختگی را بهبود می بخشد .
 سر : هوش و فکر را تقویت می کند . بعضی مردم را نصیحت می کنند که همیشه ناشتا آب خیسانیده آن را بخورند . اما زیاد خوردنش سر درد می آورد . کندر با نظرون مخلوط باشد و سر را با آن بشویند سپوسه و شوره را از بین می برد . اگر کندر را با آب انگور کهنه در گوش بچکانند درد گوش تسکین می یابد .
 کندر با زفت مخلوط باشد یا همراه روغن زیتون یا آمیزه شیر شود و بر صدفه ی گوش بمالند ترک ها را بهبودی می بخشد .
 خون دماغ حجاب مغزی را قطع می کند .
 در دردهای گوش ناشی از کوبیدگی بسیار سودمند است .
 چشم : زخم های چشم را پر می کند و خوب می نماید . ورم مزمن چشم را می رساند .

دود کندر ورم گرم چشم را بهبود می بخشد. جریان رطوبت های چشم را بند می آورد .
 زخم های پلید چشم را درمان می کند. چرک و خون زیر قرنیه را پاک می کند .
 کندر یکی از داروهای بسیار با ارزش برای ناخسته سرخ کهنه شده چشم است . در علاج جوش سرطانی چشم مفید است .
 نفس کش و سینه : کندر مخلوط با قیمولیا و روغن گل ورم گرم پستان تازه زاییده را خوب می کند .
 یکی از داروهای قصبه الریه بشمار می آید .
 اندام های غذا : کندر استفراغ را بند می آورد . پوست کندر معده را قوی می گرداند ، از سستی باز می دارد و از هر قسم دیگر
 کندر برای معده گرمی رسان تر است و در گوارش مفیدتر .
 پوست کندر برای بهم آوردن معده سست از هر چیز بهتر است .
 اندام های دفعی : از بی اشتهاپی و فساد معده جلوگیری می کند .
 خونریزی زهدان و مقعد را بند می آورد .
 زخم های پلید مقعد را از سرایت کردن باز می دارد . بشرطی که از کندر فتیله سازنده و در مقعد داخل کنند .
 تب ها : در مداوای تب های بلغمی مفید است .
 زهر : اگر کندر زیاد با آب انگور یا با سرکه بخورند سم است .

نرگس

خاصیت : بیخ نرگس جذب کننده ای است که از ژرفا بر می کشد . خشکاننده و زداینده و شستشو دهنده است . روغن نرگس تأثیر
 روغن یاسمین دارد و از آن ناتوان تر است .
 بیخ نرگس و به ویژه اگر با آرد شلمک و با عسل باشد پیکان و خارها را بیرون می کشد .
 نرگس و به ویژه بیخش که همراه سرکه باشد لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید. بیخ نرگس داروی کم مویی است .
 ورم و جوش : از بیخ نرگس و عسل و گاودانه معجون درست کنند . دمل های ناپایدار نارس و سخت را می ترکاند .
 ضماد بیخ نرگس ورم عصب را فرو می نشاند .
 زخم و قرحه : زخم ها را می خشکاند و محکم بهم می چسباند و حتی تر گسسته را بهم جوش می دهد . گردش مخلوط با عسل در
 سوختگی ها و زخم عصب و زخم های داخلی مفید است .
 سائیده نرگس همراه گاودانه و عسل چرک و پلیدی را از زخم پاک می کند .
 مفاصل : روغن نرگس به عصب سود رسان است . ضماد بیخ نرگس ورم عصب و گره عصب و درد مفاصل را درمان می کند .
 سر : نرگس و به ویژه روغنش بند آمدن های مغزی و سردرد تر سودایی را علاج است و سرهای گرم را به درد می آورد .
 سینه : روغن نرگس را بر سینه بمالند ورم سخت و سرد حجاب را از بین می برد .
 اندام های غذا : بیخش و آب پز بیخش را هر کس بخورد استفراغ می کند .
 اندام های دفعی : در علاج درد زهدان و مثانه مفید است .
 روغن نرگس دهانه بهم آمده زهدان را باز می کند و در علاج درد زهدان سودمند است .

نسرین

قوتش با قوت نرگس برابر و از قوت یاسمن کمتر است . روغنش تأثیر روغن یاسمن دارد ولی از آن ناتوان تر است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: همه انواعش تنقیه کننده ، لطافت بخش است و گلش در این زمینه مؤثرتر است .
مفاصل: گویند در سردی عصب مفید است .

سر: کرم داخل گوش را می کشد . صدا و وزوز را از بین می برد . داروی درد دندان است نسرین بیابانی را بر پیشانی بمالند سردرد تسکین می یابد . همه نوع نسرین گرفتگی سوراخ بینی را باز می کند .
سینه: در آماس لوزتین و گلو مفید است .
اندام های غذا: نسرین و به ویژه بیابانی اش را بخورند استفراغ و سسکه را آرام می کند .

نشاسته

مزاج: سرد و خشک است .

خاصیت: توان بخش و نرم کننده است . باید نشاسته را با سه برابرش آب بپزند .
آرایش: نشاسته و زعفران را بر پوست مالند لکه سیاه را بر می دارد .
زخم: زخم را بهم می آورد و خوب می کند .
چشم: مواد سیلانی را از چشم دور می کند .
سینه: سینه را نرم می کند . سوپ نشاسته سرماخوردگی سینه را از بین می برد .
اندام های دفعی: نشاسته تنها یا با عدس شکم را بند می آورد و از اختلاف مراره جلوگیری می کند .

نیلوفر

جالینوس فرماید نیلوفر کلم آبی است . بیخ نیلوفر هندی حکمش حکم مهر گیاه است . بهترینش آن است که بیخ سفید دارد که از بیخ سیاه قوی تر و تخمش از تخم آن مؤثرتر است .
آرایش: بیخ نیلوفر و به ویژه بیخ سیاه آن را با آب به کار برند لک و پیس را می زداید و با زفت مخلوط کنند داروی کم مویی است .

ورم و جوش: بیخ نیلوفر داروی ورم گرم و آماس طحال است .

زخم: تخم و بیخ نیلوفر داروی زخم است .

سر: خواب آور است . سردرد گرم و صفراوی را تسکین می دهد ولی بدن را ضعیف می کند .
سینه: شربتش برای دفع سرفه و سینه درد خوب است .

اندام های غذا: بیخ نیلوفر خورده شود یا ضماد گردد داروی آماس طحال است .

اندام های دفعی: بیخ نیلوفر ، علاج اسهال مزمن و زخم روده است .

بیخ نیلوفر ضماد شود درد مثانه را از بین می برد . تخم نیلوفر در هر چیز از خود نیلوفر قوی تر است . تأثیرش به حدی است که خونریزی حیض را بند می آورد .

اگر بیخ نیلوفر زرد و تخم آن را چند بار با شیر بخورند رطوبت های همیشگی زهدان را باز می دارد .
شربت نیلوفر زرد شکم را نرم می کند .

تب ها: شربت نیلوفر برای تسکین تب بسیار گرم و مشتعل بسیار سودمند است .

هزار چشم

شاخه هایش گل های جدا گلبرگ دارد و دانه اش زرد مایل به سرخی و شبیه دانه سماق است. اما سرخی آن به سماق نمی رسد . جالینوس فرماید میوه اش را نیز بخورند خوب است و تنها گلش مفید نیست . مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت :ورم و جوش را تحلیل می برد و لطیف است و بازکننده و گدازنده .

زخم و قرحه : ضماد برگ آن در علاج سوختگی مفید است و زخم های بزرگ را بهم می آورد و زخم های پلید را درمان می کند .

اگر برگ خشکیده آن را بکوبند و بر زخم های باد کرده و سست و گندیده بپاشند سودمند است .

مفاصل :اگر شربت بشود و چهل روز پی اندر پی بخورند بیماری اعصاب را از بین می برد و دوی درد سرین است .

اندام های دفعی :ادرار بول و حیض می کند . ثمر آن مراره سودا را بیرون می راند .

هليله

چندین گونه است زرد نارسیده ، هليله سیاه هندی که رسیده و چاق تر از نارسیده است .

هليله کابلی از همه قسم های هليله درشت تر است .

هليله چینی هم هست که از همه باریک تر و ریزتر و سبک تر است .

بهترینش زرد بسیار ،زرد مایل به سبز سنگین وزن و پر مایه و سخت است .

هليله کابلی هر آنچه پر گوشت تر و سنگین تر است و در آب فرو نشیند و رنگش به سرخی بزند بهتر است .

از هليله چینی هر آنچه نوک دارد خوب است .

مزاج :می گویند هليله زرد از سیاه آن گرم تر است . می گویند هليله هندی کمتر از هليله کابلی سرد است .همه ی هليله ها سرد و خشکند .

خاصیت :همه انواعش در بیماری مراره مفید است .

آرایش :هليله سیاه رنگ و رو را زرد می گرداند .

دمل و جوش :همه انواع هليله در معالجه جذام مفیدند .

سر :هليله کابلی دوی سردرد است و حواس و هوش و عقل را نیرو می دهد .

چشم :هليله زرد در سست شدن جسم معالج است و اگر در چشم بکشند مواد سیلانی را قطع می کند .

سینه :خوردن آن تپش و علت ناشی از ترس را درمان می کند .

اندام های غذا :هليله عموماً و به ویژه دو نوع سیاهش و علی الخصوص پرورده برای آنها تقویت معده می کنند ،سستی معده را از بین ببرند ، معده را دباغ می دهند ،تنقیه می کنند ، خشک می نمایند و کمک هضم طعام هستند . هليله زرد باغ خوبی برای معده است .اما هليله چینی در این عمل از کابلی ناتوان تر است .هليله کابلی نوعی دل بهم خوردن به دنبال دارد . ولی در علاج استسقا سودمند است .

اندام های دفعی :هليله های کابلی و هندی با روغن زیتون بجوشند شکم را بند می آورند .

هليله زرد برای بیرون راندن صفرا و بلغم اندکی خوب است .

هلبله سیاه سودا را بیرون می آورد و در علاج بواسیر مفید است .
 هلبله کابلی سودا و بلغم را خارج می کند و می گویند داروی قولنج است .
 تب ها :هلبله کابلی در علاج تب های کهنه مفید است .

هفت بند

همان ببطاط است که نر و ماده دارد و نر آن از ماده نیرومندتر است .
 خاصیت :قبوضیت دارد اما قسمت آبی در آن زیاد است و چون سیلان مواد را منع می نماید ، خشکاننده است .از خونریزی جلوگیری می کند .
 ورم و جوش :ضماد آن در علاج التهابات زیر پوست و باد سرخ و مورچگی و آماس زخم بسیار مفید است .
 زخم :در مداوای زخم های تازه بسیار مؤثر است .
 سر :افشره اش کرم گوش را می کشد و چرک و ریم گوش را می خشکاند .
 سینه :آبش از خون برآوردن جلوگیری می کند .
 اندام های غذا :ضمادش التهاب معده را از بین می برد و معده را به حالت اعتدال باز می آورد .خونریزی زهدان را بند می آورد و زخم روده را شفا می دهد .

ماش دارو

این گیاه شاخه های باریک سرخ مایل به سیاهی یا سبز است . گلش سرخ تیره و تلخ مزه و کمی گیرنده است یا تند مزه است و تلخ نیست .
 مزاج :گرم و خشک
 خاصیت : باز کننده ، زداینده ، در پاک نمودن اندام های داخلی بسیار مؤثر و نیرویی اسهال کننده هم دارد .
 ورم و جوش :ورم سخت را نرم می کند و به ویژه علاج ورم پستان است .
 زخم و قرحه :با عسل ضمد شود زخم ها را بهم می آورد و زخم گندیده را از میان بر می دارد .
 مفاصل :داروی بیماری اعصاب و اگر با عسل باشد بهتر است .
 اندام های غذا :داروی بیماری های کبد است و بند آمدن های کبد را باز می کند .
 علاج طحال و یرقان سودایی است به شرطی که هفت روز پیایی بخورند .
 اندام های دفعی :راه بندان زهدان را باز می کند . بی اختیاری ادرار را از بین می برد .
 بول و حیض را راه می اندازد .علاج درد کرده است .
 اگر با عسل فرزجه بشود زهدان را می پالاید . اگر دو مثقال از این دارو با عسل یا انجیر شیاف گردد بلغم را می راند .
 زهرها : پادزهر سمی است که بعضی آن را (اورقون) می نامند .

مازو

مازو ثمر در درختی است بسیار بزرگ که در بعضی اماکن موجود است .
 مازو دو نوع است :یکی سبز ، شاداب ، کوچک حجم ، دندانه دار و بی سوراخ که آن را مازوی سبز هم می گویند .

نوع دوم صاف و سبک و دارای سوراخ است .

مازوی خوب آن است که کال، سنگین وزن و سخت باشد . مازوی زرد و سست و سبک قوتش کم است و بر اخگر نهی می سوزد .

مزاج: سرد و خشک

خاصیت: بسیار قبض و رطوبت ها را از جریان باز می دارد و گوهر سرد خاکی دارد .

آرایش: آب و آب پز مازو رنگ مشک مو است .

زخم و قرحه: با سرکه بر (بیماری ویروسی) مالند قوبا را از بین می برد .

سائیده مازو را بر گوشت سست و زائد پاشند می گدازد .

سر: رطوبت های تبه را به زبان و لثه نمی دهد . داروی زخم دهان و به ویژه اگر با سرکه باشد در شفا دادن زخم دهان کودکان بسیار سودمند است و اگر بر دندان کرم خورده بگذارند سود می بینند .

اندام های راننده: سائیده مازو را در آب حل کنند و بخورند علاج زخم روده و اسهال همیشگی است و اگر با غذا مخلوط کنند باز در علاج اسهال مزمن مفید است

مریم نخودی

شاخه هایش با برگهای به زمین نزدیک و به ستبری ریحان و بزرگتر است .

رنگش سبز و یونانیان این گیاه را بلوط زمینی می گویند . زیرا برگهای ریزش به برگ بلوط شبیه است و تلخ مزه اند . بیخ این گیاه به رنگ ارغوانی می زند . باید همین که تخم در آن پیدا شد چیده شود .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بازکننده ، تکه کننده ، لطافت بخش و گرمی رسان است .

زخم و قرحه: همراه عسل زخم های مزمن را پاک می نماید .

مفاصل: سبزی یا آب پز را بخورند در گسستگی ماهیچه مفید و شربت آن ترنجیدگی را سر حال می آورد و تا کهنه تر گردد مفیدتر است .

چشم: حب از آن می سازند و می خشکانند و برای مداوای زخم چشم به کار می برند . این دارو را در روغن زیتون بجوشانند یا بسایند و گردش را در چشم بکشند آب ریزی همیشگی چشم را درمان می نماید .

سینه: سرفه مزمن را چاره می کند .

اندام های غذا: کلفتی طحال را لاغر می کند . داروی یرقان سودایی است . شربت آن برای رفع سوء هضم بهترین دارو است .

استسقا را در اولین مرحله علاج می نماید و تا کهنه تر باشد مؤثرتر است .

اندام های دفعی: بول و حیض را ریزش می دهد .

زهرها: ضمادش پادزهر حشرات سمی است .

مرزنگوش

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: لطیف ، بازکن و گدازنده . روغن مرزنگوش گرمی می دهد و مسهل است و تند مزاج .

آرایش: آب مرزنگوش را در ابزار حجامت می ریزند و بعد از حجامت بر پوست می مالند سپیدی هایی که از برش تیغ حجامت بوجود آمده از بین می رود .

خشکیده مرزنگوش را با عسل مخلوط کنند و بر پوست بمالند لکه های سیاه خونی و لکه های سبز رنگ خونی را بر می دارد و به ویژه برای زدودن لکه های خونی زیر چشم بسیار مفید است .

ورم و جوش : بر ورم بلغمی بمالند مفید است .

مفاصل : در مرهم موم و روغن گل مفید است و پیچش مفاصل را علاج می کند . درد پشت و بیخ ران را تسکین می دهد . با عسل علاج خستگی است .

روغن مرزنگوش فلج را چه آن فلجی که گردن را به سوی عقب کج می کند و چه غیر آن باشد مداوا می کند .

سر : راه بندان مغز را باز می کند ، سردرد عادی یا سودایی ، رطوبت باد متراکم ، چاره اش با مرزنگوش است .

قطره هایی از آن را در گوش بچکانند درد گوش آرام می گیرد . فتیله را به روغن آن آغشته کنند و در گوش بمالند گوش را از گرفتگی می رهاوند .

اندام های غذا : آب پز مرزنگوش در علاج استسقا سودمند است .

اندام های دفعی : آب پز آن داروی بی اختیاری ادرار و پیچش و درد روده است . روغنش گرمی بخش و نرمی بخش است و در بهم آمدن دهانه زهدان که در راه حقه شدن است مفید است .

زهرها : با سرکه باشد پادزهر نیش کژدم است

موسیر

پیازی است کوچک و خوردنی که به پیاز نرگس شبیه و برگش شبیه برگ تره است و گلش به بنفشه می ماند .

آرایش: بر لکه های سیاه چهره بمالند و در آفتاب بنشینند مفید است . اثر زخم را از بین می برد . دهان و زبان را زبر می گرداند . با زرده تخم مرغ بر زگیل بمالند و با سکنجبین برای علاج زخم های شری مفید است .

زخم و قرحه : ضماد موسیر که با سرکه باشد برای چربی وسط ماهیچه ها سازگار است و همین ضماد را در نقرس و درد مفاصل به کار می برند .

گر تنها موسیر را ضماد کنند در پیچش عصب ، ترک های ناخن و گوش خوب است و گاهی بدین منظور موسیر را با قاوت مخلوط می کنند و بر سر می مالند . چشم : موسیر خود به خود و با زرده تخم مرغ معالج (طرفه) است و اگر سرکه را به آن اضافه کنند (غرب) را از بین می برد و برای مداوای هر ورمی در گوشه های چشم خوب است .

اندام های غذا : موسیر سرخ و شیرین با معده سازگار است و ضماد آن که با عسل باشد درد معده را تسکین می دهد . در مداوای درد معده موسیر تلخ بهتر است . غذا را هضم می نماید . با موسیر قوه غذایی طعام بیشتر می شود .

اندام های دفعی : شهوت انگیز است .

گاودانه

گویند دانه ای است به بزرگی عدس که گاو آن را دوست دارد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : باز کننده و زداینده است . خلط بد دارد .

آرایش: محلول آن برای از بین بردن لک و پیس و کک و مک و اثر زخم خوب است.
 رنگ را زیبا می کند. آن را قاوت سازند و گلوله های گردویی از آن درست کنند و بخورند لاغری را بر طرف می کند.
 آب پز را بر ترک های ناشی از سرما پاشند خارش را از بین می برد و ترک را خوب می کند. داروی جوش های شری است.
 ورم و جوش: همه سختی ها و به ویژه سخت شده های پستان را نرم می کند.
 زخم و قرحه: همراه غسل باشد زخم ها را پاک می کند و در سعه (کچلی) مفید است.
 سینه: علاوه بر نرم کردن سختی پستان، خون بر آوردن غلیظ را چاره می نماید.
 اندام های دفعی: زیاد خوردنش به اندازه ای ادرار می دهد که خون ادراری می آورد و مسهل است.
 اگر در سرکه و آب انگور کهنه ریزند در عسر بول مفید است. پیچ روده را تسکین می دهد.
 زهرها: با آب انگور کهنه ضمد شود پادزهر نیش مار و گزیده سگ هار است.

گل صد تومانی

دیسقوریدوس گوید: اسم این گیاه در بعضی جاها (ذوالاصابع - دارای انگشتان) است و بعضی آن را (علعیسی) می نامند که در عربی به معنی شیرین بو آمده است.
 سر: به وزن پانزده حبه را با عسلاب رقیق بخورند در بیماری پوستی مفید است.
 اندام های غذا: خوردنش سوزش معده را از بین می برد.
 اندام های راننده: زنانی که هنوز از خون بعد از زایمان پاک نشده اند به اندازه ی یک بادام تلخ از آن را بخورند بقایای خون بیرون می آید و پاک می شوند.
 سنگ که در کودک تازه پیدا می شود، اگر از این گیاه به کودک بخوراند یا شربت سازند و بنوشند سنگ را بر طرف می نماید.

گل گندم

بهترش باریک و کوچک مایل به زردی و زبان گز است.
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: زداینده، گیرنده و تند، کمی شیرین، خشکاننده بی آزار.
 گویند این گیاه را اگر با پاره گوشت ها بپزند گوشت را گرد هم می آورد.
 زخم و قرحه: زخم های تر را تنقیه می کند، زخم کهنه را کبره می گذارد. خشکیده اش را در مرهم بریزند ناصورها را علاج و زخم های گود و زخم های بد را درمان می کند. ناصور را پر از قنطوریون کنند و ببندند خوب می شود.
 مفاصل: علاج گسستگی ماهیچه و چرک و ریم ماهیچه است.
 آرد آن را حقه کنند داروی بیماری اعصاب و درد عصب است. کوبیده آردش برای حقه بسیار خوب است اگر خون بیرون آورد باز به نفع بیمار است. اگر خاکسترش را با آب بیامیزند و مایه حقه شود باز سودمند است.
 چشم: افشرد نوع کوچک و باریک که با غسل باشد سپیدی چشم را که ناشی از خوب شدن زخم باشد می زداید.
 سینه: چون گیرنده است در خون بر آوردن مفید است.
 هر دو نوع ستبر و باریکش داروی دشوار نفس کشیدن است.
 اندام های غذا: بند آمده های کبد را باز کند و طحال سفت را نرم می نماید.

اندام های راننده: بول و حیض را ریزش می دهد، ضد کرم است. خوردن دو درهم از آن درد و پیچ روده را تسکین می دهد، درد زهدان را دوا می کند و علاج قولنج است. خوردن آب پز نوع کوچکش بلغم و زرداب ناپخته را بیرون می ریزد و اگر پارچه های کوچک آن را به دندان بچوند و ببلعند اسهال خونی می دهد. اگر آرد آنرا بخورند در این زمینه مؤثرتر است. تب ها: تب دار اگر از آن بخورد بسیار سود می بیند.

گل سرخ

ترکیبی است از گوهر آبی و خاکی. تند مزه و گیرنده و تلخ و جمع کننده است و کمی شیرینی هم دارد و به همین علت در مواد آبی گل انکسار گرمایی هست (انعکاس) در گل لطافتی هست که قبضش سودمند است. و بسا اتفاق می افتد که سبب زکام می شود. با وقتی که با طراوت و شاداب است با تلخی همراه است و وقتی که خشک شود تلخی آن کاهش می یابد. بدین علت است که خوردن مقداری از گل شاداب اسهال آور است. مزاج: خشک است.

خاصیت: چون تلخ مزگی بیشتر از گیرندگی دارد خشکانیدنش بیشتر از گیرندگی است. بازکننده و زداینده است. جنبش صفرا را خنثی می سازد. تخمش در گیرندگی قوی تر است و پرزی که در وسط گل هست از سایر اجزایش قبض تر است. همه اجزاء گل اندام های درونی را تقویت دهد و قبوضیتش مانع تحلیل رفتن نمی باشد. گل خشکیده قبض تر و سردتر است و به عقیده کسانی قوتی در آن است که خار و پیکان ها را بیرون می کشد. بهترین افشره گل افشره ای است که از گل قطع شده از شاخه می گیرند به شرطی که زائده های آن را (آنچه به سفیدی مایل است) جدا کنند.

برای مربای گل باید گل را در سایه خشک کنند و بکار برند. آرایش: اگر در گرمابه خود را به گل شویند بوی بد عرق را از بین می برد. گروهی برآنند که سائیده گل زگیل ها را ریشه کن می کند.

زخم و قرحه: از زخم ها به ویژه از زخم های پوست انداز میان رانها و پیچ و خم ها جلوگیری می کند. در زخم های گود گوشت بر می آورد. سائیده آن را بر زخم پاشند خار را بیرون می کشد. سر: شادابش سردرد را درمان می کند. گلاب هم سردرد را تسکین می دهد. بو کردن روغن گل عطسه می آورد. گل برای هر کسی که مغزش گرم است عطسه آور می شود. تخم گل و آب پز گل لثه را محکم می کند. درد گوش را تسکین می دهد.

چشم: چشم دردی را درمان می کند که از گرما باشد. آب پز گل خشکیده را در چشم بکشند ورم پلک ها را فرو می نشاند. روغن و افشره گل برای چشم مفیدند. اگر زائده های سفید را از گل دور سازند در مداوای رمده خوب است. غش کرده را گلاب دهند سر حال می آید. افشره گل و شاخه و کاسبرگ علاج خون برآوردن است. اندام های غذا: گل برای معده و کبد خوب است. مربای گل که با عسل باشد (گل انگبین) تقویت معده می کند و کمک هضم است.

گل و افشره گل رطوبت های بد معده را بر می چینند. روغن گل التهاب معده را فرو می نشاند و حتی اگر گل را بر معده بمالند همین فایده را دارد. شربت گل برای کسانی که سستی در

معدۀ حس می‌کنند مفید است .

اندام‌های دفعی: بوسیله‌ی پرپر مقعد بمالند درد را از بین می‌برد آب گل یا آب پز گل خشکیده درد زهدان را که از گرما باشد از بین می‌برد و درد روده مستقیم را درمان می‌کند. حقه آن زخم روده‌ها را علاج می‌نماید. شربت‌ش نیز در مداوای زخم روده مفید است .

خواب بر بستر گل شهوت را قطع می‌کند .

خشک شده اش مسهل نیست . روغن گل مسهل است .

گل قاصد

برگش چون برگ باریک کاهو اما مایل به سیاهی و کرکدار است .

زردش قوی و سفیدش آبی و ناتوان است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: زداینده و بازکن است و گل خشکش نیرومندتر است .

ورم: خودش یا آبش که با مرهم و روغن گل باشد زخم را بهم می‌آورد .

مفاصل: برگش با رگهایش ضماد شود علاج نقرس و اگر با سرکه باشد علاج بیماری اعصاب است .

سر: افشردۀ اش را به بینی کشند سر را تنقیه می‌کند ، با عسل مخلوط باشد و به داخل دهان بمالند زخم‌های دهان را شفا می‌دهد .

چشم: خشک آن چشم را از لکه‌های بازمانده پاک می‌کند و درمان کلفت شدن طبقات چشم است .

اندام‌های غذا: کبد را تنقیه می‌کند ، در سرکه پرورده اش را بخورند یا ضماد کنند علاج سپرز است .

اندام‌های راننده: در ریزش دادن حیض بسیار مفید است . در علاج ورم سخت زهدان مفید است به شرطی که بردارند یا در آب

پزش بنشینند و در ریزش دادن حیض بی‌مانند است و از هر دارویی بهتر است . با مرهم موم و روغن گل ترک‌های اطراف مقعد را

خوب می‌کند .

گندنا

سه نوع دارد: ۱- شامی ۲- نبطی ۳- بیابانی

مزاج: گندنای شامی با سماق داروی زگیل و جوشهای شری است .

زخم و قرحه: گندنای شامی با نمک علاج زخم پلید است . گندنای بیابانی داروی زخم پستان است . گندنای نبطی را با سرکه

ضماد کنند دمل را می‌ترکاند .

سر: خون دماغ را بند می‌آورد . تخم گندنا را با قطران بسوزانند و دود آن در دهان بیاید کرم دندان را می‌کشد و بیرون می‌آورد

خوردنش سردرد و خواب‌های پریشان می‌آورد . خاکسترش با روغن گل و سرکه آب انگور کهنه درد گوش را تسکین می‌دهد

لثه و دندان را تباه و دندان‌ها را زرد می‌نماید . و به ویژه شامی برای لثه و دندان بسیار بد است . آب گندنای نبطی مخلوط با کندر

و شیر یا روغن گل را در گوش بچکانند درد و صدا و وزوز گوش را از بین می‌برد .

چشم: سبب تم چشم است .

نفس کش: گندنا با افشیره جو داروی برنشیتی است که از ماده غلیظ بوجود آمده. به ویژه اگر گندنای نبطی با عسل باشد چه بهتر در علاج ورم شش و رسانیدن ورم های شش مفید است. برای خون برآوردن تخم گندنا و تخم آس را مخلوط می کنند و می خورند.

خام خوردن گندنا برای گرفتگی ریه مفید است.

اندام های غذا: گندنای بری برای معده بد و از گندنای کاشتنی بدتر است. زیرا تلخ تر و تندتر و گزنده تر است. همه انواع گندنا بادزاست و باید دو بار بپزند تا بادش کاهش یابد. همه نوع گندنا دیر هضم است.

اندام های دفعی: گندنا عموماً و به ویژه نبطی و بیابانی بول و حیض را ریزش می دهد. به مثانه و کلیه زخمی زیان می رسانند. خوردن یا ضماد پخته آن داروی بواسیر است. شهوت انگیز است. تخمش هم در این باره بی تأثیر نیست به شرطی که در روغن بپزند. تخم گندنا را با تخم آس در

روغن بجوشانند داروی زحیر و خونریزی مقعد است. در آب پز برگش بنشینند برای بهم آمدن دهانه زهدان و سختی زهدان مفید است.

بیخ گندنا را با روغن کاجیره و روغن بادام یا کنجد سوپ نمایند برای قولنج مفید است. افشیره اش را خشک گردانند خون را اسهال می دهد.

گندنای بیابانی از دیگر گندناها بیشتر بول و حیض را ریزش می دهد.

زهرها: افشیره اش همراه عسل آب پادزهر حشرات سمی است.

گون کتیرا

دیسقوریدوس گوید: بیخی است پهن و زبر که شاخه های نیرومند و کوتاه دارد و زیاد از زمین جدا نمی شود. برگهای زیاد و خارهای سفید رنگ و سخت و رو به بالا دارد و کتیرا را از آن بدست می آورند.

سینه: کتیرا با عسل معجون شود و زیر زبان بگذارند در تسکین سرفه و از بین بردن زبری سینه سودمند است.

اندام های دفعی: کتیرا با سوخته شاخ گوزن که شستشو داده باشند یا با کمی زاج بلوری مخلوط کنند درمان درد کرده و سوزش مثانه است.

گوش فیل

گیاهی است که تا اندازه ای به اشنان شبیه است.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: شوری و گیرندگی دارد و کمی بازکنندگی در او است.

نفس و سینه: گوش فیل یا نمک آن را در شیر بریزند و غرغره کنند مفید است.

اندام های راننده: گوش فیل و بخصوص تخم و افشیره اش آب زرد را اسهال می دهد و باید زیاد نباشد که لاغری ببخشد. بول را ریزش می دهد. آب پشت به وجود می آورد. در اسهال صفرا و مواد آبکی ملایم است.

ثعلب

دیسقوریدوس گوید: برگ این گیاه بر زمین گسترده و سبز رنگ و به برگ زیتون کوچک می ماند و از آن باریکتر و درازتر است .
مزاج: گرم و تر

مفاصل: در علاج ترنجیدن و کشیدگی به سوی عقب و در علاج فلج بسیار مفید ، شهوت انگیز و کمک غریزه جنسی است .
اندام های راننده: ضمادش زخم بسته عفونی را می گشاید .

فاخره

ثمری است که به نخود می ماند و دانه ای دارد که به آلبالوی تلخ شبیه و در میان آن دانه های ریز شاه دانه مانند موجود است و ثمر در قسمت پایین شاخه ها قرار دارد .
مزاج: گرم و خشک

خاصیت: تحلیل برنده و قبض است .
اندام های غذا: معده و کبد سرد را علاج و در سوء هضم ناشی از سردی مفید است .
اندام های راننده: در علاج اسهال سرد مفید و بندآورنده شکم است .

فاوانیا

فاوانیا عود الصلیب است که نر و ماده دارد . بیخ فاوانیای نر سفید و به ستبری انگشت و مزه اش گیرنده است . بیخ فاوانیای ماده ریشه های بسیار دارد و شاخه هایش زیاد است .
مزاج: بسیار گرم نیست .
خاصیت: خشکاننده ، گیرنده ، گدازنده ، بازکننده ، تکه کننده و زداینده است .

آرایش: لکه های سیاه را از پوست می برد .

مفاصل: داروی نقرس است .

سر: علاج صرع است و اگر آن را بر مصروع ببندند دچار صرع نمی شود و اگر باز کنند صرع باز می گردد .

اندام های غذا: اگر فاوانیا را با شربتهای مازوجی (عفصی - گسی) بخورند قبض است ، تخمش معده را توان می بخشد ، درد معده را تسکین می دهد و سوزش معده را از بین می برد . بیخ آن در علاج یرقان و باز کردن بند آمدنی های کبد مفید است .
اندام های راننده: حیض را راه می اندازد ، بول را ریزش می دهد .

اگر دوازده دانه از تخمش با آب انگور کهنه خورده شود خونریزی را قطع می کند .

اگر زن تازه زائیده یک بادام از بیخ فاوانیا را بخورد از بیرون ریختنی های لازم پاک می گردد .

خوردن بیخش به اندازه ی یک بادام درد کرده و آبدان را بر طرف می کند .

آب پزش با آب انگور کهنه شکم را بند می آورد و بول را ریزش می دهد .

فلفل دراز

باریک و کوچک شبیه انگشتان و هم شکل گل بیدمشک پراکنده ولی ریزتر است . سخت و چسبناک و مزه اش در تندی به مزه

فلفل نزدیک است .

دارفلفل اولین ثمر فلفل است و از این رو از فلفل مرطوب تر است .
بهترینش آن است که دست نخورده مانده باشد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گدازنده است و بیماریهای سرد را از بین می برد .

چشم : با آب کبد بریان بز تیرگی چشم را بر طرف می کند .

اندام های غذا : هاضم است ، طعام را حرکت می دهد و معده را قوی می گرداند .

اندام های دفعی : در شهوت برانگیختن برابر زنجفیل است .

صنوبر

درختش مشهور است .

مزاج : الیاف صنوبر بزرگ بسیار قوی و الیاف صنوبری که آن را فوفی می گویند ناتوان تر است .

خاصیت : الیافش بسیار قبوضیت دارد . کرمی که در صنوبر است در برندگی همانند آلاکلنگ است .

زخم و قرحه : الیافش زخم را بهبود می دهد . در علاج زخم ناشی از سوختگی مفید است . الیافش به اندازه ای گیرنده است که می تواند پوست انداختن از ضمادش شفا یابد . الیافش را بسایند و گردش را بر سوخته آب گرم پیاشند مفید است . ساییده برگش را بر زخم بگذارند زخم را بهم می چسباند .

الیافش در علاج جای ضربه خوردن مفید و بهم آورنده زخم است و برگش که نمناک تر است در این زمینه از الیاف مؤثرتر است .
سر: آب پز پوست صنوبر را در دهان بگردانند بسیار بلغم بیرون می آورد .

در آب جوشیده الیافش را با سرکه دردهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد . آب پز الیاف صنوبر و سرکه را در دهان بگردانند بلغم های بسیار سرازیر می کند .

چشم : دود صنوبر از ریزش مژه جلوگیری و خوره گوشه چشم را درمان می کند .

سینه : دانه اش داروی سرفه کهنه است .

اندام های غذا : خوردن پوست و برگ صنوبر درد کبد را درمان می کند .

اندام های راننده : دانه اش شکم را بند می آورد . تخم صنوبر با تخم خیار چنبر همراه آب انگور کهنه سیاه انگور خورده شود ریزش بول می دهد و علاج زخم کرده و آبدان است . الیاف صنوبر شکم را بند می آورد .

عشقه

به رنگ های سیاه و سفید و سرخ هست و هر سه گونه اش تند و گیرنده است .

مزاج : گرایش به گرمی دارد .

خاصیت : با عصب سازگار نیست .

آرایش : آبی که از آن می تراود شپش کش است و مو را می سترد .

زخم و قرحه : برای زخم علاج خوبی است ، سرایت زخم پلید را باز می دارد .

از عشقه و موم و روغن گل مرهم می سازند و بر سوختگی می گذارند بسیار مفید است .

مفاصل: برای عصب زیان آور است .
 سر: افشره آن را با روغن زیتون ، نظرون و عسل مخلوط کنند و به بینی بکشند سردرد مزمن از بین می رود .
 اندام های غذا: عشقه سبز را با سرکه ضماد بگذارند به نفع طحال است .
 اندام های راننده: با سه انگشت از گل سفید رنگ عشقه را با آب انگور کهنه بخورند و در روز دوبار این کار را انجام دهند علاج گرفتگی یا پیچ خوردگی روده است .
 ضماد عشقه سبز و شکوفه هایش خون حیض را راه می اندازد .
 بعد از حیض کمی عشقه دود کنند و برکشند مانع بارداری است .
 شاخه اش را که سرش به سوی درون باشد بردارند حیض را بیرون می ریزد .
 گلش شکم را بند می آورد .
 زهرها: بیخ عشقه را با آب انگور کهنه و سرکه بخورند پادزهر نیش رتیل است .

عنصل

پياز موش است ، برگش به برگ سوسن می ماند ، رنگ گلش مایل به سیاهی است .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: تکه کننده است و لزجی دارد .
 آرایش: سوخته آن را عسل معجون کنند و بر سر بمالند علاج کم مویی و کم خونی است .
 سینه: گلو را زبر می گرداند ، در علاج برنشیت و خرخر سینه و سرفه همیشگی خوب است .

شاه دانه

مزاج: گرم و خشک است .
 خاصیت: باد را از بین می برد . بسیار خشکاننده و خلطش کم و ناپسند است .
 ورم و جوش: بیخ شاه دانه بیابانی را بپزند و بر ورم گرم که در جای سخت بر آمده و کیموس ها در آن جای گرفته اند ضماد گذارند گرمی را خاموش می کند و سخت را نرم می نماید .
 سر: از گرمی که دارد می آورد . افشره اش درد گوش را از بین می برد . روغن و برگش شوره سر را از بین می برد .
 چشم: تم چشم می آورد .
 اندام های غذا: دانه اش دیر هضم و برای معده بد است .
 اندام های راننده: زیادش خورند آب منی را می خشکاند .

شبدر

شبدر گیاهی است که سه نوع دارد: بیابانی ، کاشتنی و مصری . تخم آن را نان می کنند و می خورند .
 مزاج: گرم و خشک
 خاصیت: شبدر کاشتنی به اعتدال می زداید و می خشکاند . شبدر بیابانی قبض و گری رسان است و روغنش بادهای پرمایه را پراکنده می سازد .

آرایش: شبدر کاشتنی و بیابانی هر دو داروی لکه های سیاه رخسارند .
 زخم و قرحه: افشره شبدر کاشتنی که با عسل باشد زخم را تنقیه
 می کند.

مفاصل: روغنش داروی درد مفاصل است .

سر: افشره اش را به بینی کشند عطسه می آورد و برای بیماران صرع بسیار مفید است .

چشم: افشره شبدر کاشتنی و به ویژه اگر با عسل باشد سفیدی چشم و تم چشم را چاره می کند .

سینه: هر نوع از شبدر و به ویژه بیابانی آن درد دنده ها را که از بلغ باشد دوا می کند . خناق و درد گلو می آورد و در این حالت
 علاجش گشنیز و کاسنی و کاهو است که آسیبش را دفع می کنند .

اندام های غذا: علاج درد سرد بادزای معده است . روغنش در سر آغاز استسقا داروی خوبی است .

اندام های دفعی: ادرار بول و حیض می دهد . شبدر بیابانی با شربت تخم پنیرک بستانی داروی درد مثانه است . روغن شبدر علاج
 درد بیضه ها و زهدان است .

شبدر بیابانی قی و اسهال را درمان می کند . شکم را بند می آورد . شبدر و تخمش شهوت انگیز است .

تب ها: کسی که تب نوبه دارد اگر سه برگ یا سه دانه از تخم شبدر بخورد یا اگر در تب سه اندر میان چهار برگ یا چهار دانه از
 تخمش را بخورد نوبت تب ها بهم می خورد .

زهرها: آب شبدر بر جای نیش کژدم پیاشند فوراً تسکین می یابد . اما اگر بر اندامی درست پاشند سوزش و درد پیدا می شود .

تخمش از خود شبدر در علاج نیش کژدم قوی تر است .

شبت - شوید

مزاج: گرم و خشک است .

خاصیت: خلط سرد را می رساند ، درد را تسکین می دهد ، باد را

می پراکند . روغنش نیز همین تأثیرها را دارد و بسیار نرم کننده است .

ورم: ورم ها را می رساند .

زخم: خاکسترش در علاج زخم های سست و شل مفید است .

مفاصل: روغنش درد مفاصل و شبیه آن را آرام می کند .

سر: شبت و به ویژه روغنش خواب آور است . افشره اش در علاج درد

گوش که سودایی باشد و در برچیدن رطوبت های گوش مفید است .

چشم: همیشه بخورند دید را ضعیف می کند .

سینه: شبت و تخم شبت شیر را به راه می اندازد و به ویژه در کسی که شیر بسیار دارد ، بسیار مؤثر است که شیر را زیاده تر می کند .

اندام های غذا: سکسکه ای که ناشی از بالا آمدن طعام و پر شدن معده باشد علاجش با شبت است .

اندام های راننده: آب پزش حقه (وارد کردن مانند شیاف ، آمپول و ...) شود ، یا در آن بنشینند درد و پیچش روده تسکین می یابد

. تخم شبت بواسیر بر آمده را قطع می کند . خاکسترش داروی زخم ذکر و پیزی است

مزاج: سرد و تر است .

خاصیت: رطوبتش زود می‌گنجد. ملین است و کمی گیرندگی دارد . نارسش گیرنده تر است .

آرایش: برگش را به تن بمالند خوش بو می‌شود .

سر: آب برگش کرم‌های گوش را می‌کشد، روغنش در علاج سردرد نصفی و درد سرد و گرم گوش سودمند است .

اندام‌های غذا: رسیده‌اش برای معده خوب و اشتها آور است و بهتر آن است که قبل از غذا بخورند و بر چیزی دیگر نخورند که خودش فاسد شود و چیزی را فاسد گرداند .

اندام‌های راننده: برگش را بر ناف ببندند کشنده کرم شکم است . خوردن افشره شکوفه و برگش داروی کرم است .

رسیده‌اش ملین است و نارسیده آن قبض .

شقایق (لاله)

دونوع است: کاشتنی و خودرو . کاشتنی بر دو نوع است: یکی گل سرخ می‌دهد و گل دومی سفید به رنگ شیر و مایل به ارغوانی است .

مزاج: گرم و تر .

خاصیت: زداینده و تحلیل برنده است .

آرایش: اگر با پوست گردو مخلوط باشد مو را سیاه می‌کند .

ورم و جوش: پخته‌اش را بر ورم‌های سخت نشده بمالند مفید است .

زخم و قرحه: خشکیده‌اش علاج زخم پلید است زخم را خوب می‌کند و چرک زخم‌ها را پاک می‌کند. در علاج پوست انداختن بسیار مؤثر است .

داروی گری چرکین است و در تنقیه زخم‌های پلید کم‌نظیر است .

سر: افشره‌اش را به بینی بکشند مغز و سر را پاک می‌کند .

بیخس را بسایند رطوبت‌های سر را بیرون می‌کشد . افشره‌اش علاج قوباء (نوعی بیماری ویروسی) است .

چشم: افشره‌اش با عسل داروی تم، سپیدی و اثر زخم چشم است .

سینه: برگ و ساقه‌های لاله را با گیاه مرزه کوهی بپزند و بخورند شیر را ریزش می‌دهد .

اندام‌های راننده: لاله را بردارند حیض را راه می‌اندازد .

شکر

نیشکر با شکر هم مزاج و از شکر نرمی بخش تر است .

مزاج: گرم و تر است و گرمی در شکر تبرزد کمتر است .

خاصیت: نرم‌کننده، زداینده و شستشو دهنده است .

چشم: آنچه به انگم شبیه و از نیشکر می‌گیرند چشم روشنی است .

سینه: سینه را نرمش می‌دهد و زبری را می‌زداید .

اندام‌های غذا: برای معده خوب است . لیکن برای معده‌ای که صفرا در آن پیدا می‌شود زیان آور است و در این صورت شکر به

صفرا تبدیل

می شود. شکر راه بندها را باز می کند، تشنگی آور است ولی نه به اندازه ی عسل و به ویژه شکر کهنه تشنگی آورتر از تازه آن است.

شکر کهنه خون تیره و پرمایه بوجود می آورد. بلغم را از معده می زداید.

نیشکر در استفراغ مفید است.

هرشکری و به ویژه آنچه بر بالایی های شکر می نشیند و گویی نمک است، اسهال آور است. شکر سلیمانی و شکر سرخ بیشتر از سایر انواع شکر لیونت می دهند.

شاید بادزا باشد و شاید بادشکن باشد.

شکر و روغن بادام در علاج قولنج مفید است.

سرخس

دیسقوریدوس حکیم فرماید: گیاه سرخس به دو نوع نر و ماده تقسیم شده است.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: خشکاننده بی سوزش و دارای تلخی و گیرندگی است.

قرحه: زخم را بهم می آورد. سرخس ماده را خشک و خرد کننده، بکوبند، بسایند و سائیده را بر قرحه های ترصعب العلاج بپاشند بسیار مفید است.

کرم و کرم کدو را می کشد.

اگر سه مثقال سرخس ماده را با آب انگور کهنه بخورند کرم های دراز را بیرون می آورد. اگر زن از سائیده اش بخورد باردار نمی شود.

سرخس خشک را گاهی به منظور دارویی بر شکم می مالند. برگ نودمیده سرخس را بپزند و بخورند ملین است و شکم را نرم می کند.

سرخدار

این گیاه شاخه های باریک و مستدیر الشکل (لوله ای) دارد که بهترین آنها حد وسط میان جوال دوز و قلم نی می باشد. رنگش سیاه مایل به زرد است. نه مزه زیاد دارد و نه بوی زیاد. بوی کمی که می دهد بوی خوشی است و به بوی ترنج نزدیک است.

قوتش با قوت گوزیو یا برابر، از آن لطیف تر است و به جای دارچین بکار می رود.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: قبض است و بادشکن.

سر: با آب عطسه آور و با روغن گل داروی سردرد سرد است.

اندام های غذا: برای کبد و معده سرد بسیار سودمند است. گویند شکم را بند می آورد.

سرو

درختی است بلند در پاییز و زمستان خزان نمی کند و همچنان سبز است . در مزه اش تند و تیزی کم و تلخی بسیار هست و گس مزگی از تلخی بیشتر است . مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : برگ و ثمر سرو قبض است و رطوبت ها را تحلیل می برد و در همه حالات ثمرش از برگش قوی تر است . چسبندگی دارد ، خون را بند می آورد و ضد عفونت است . می گویند ثمر ، شاخ و برگ سرو را بر آتش بگذارند پشه ها را می گریزند . آرایش : با سرکه و لوبیا بپزند و ناخن را به آن بمالند لکه های ناخن می رود . برگ سرو بهک را از بین می برد و مو را سیاه می گرداند .

زخم و قرحه : برگ ، شاخ و ثمر سرو تا نرم و ترند داروی زخم اندام های سخت است . برگ ، شاخ و ثمر سرو با آرد جو باشد مورچگی و باد سرخ را درمان می کند .

مفاصل : ضماد برگ تر و ثمر سرو برای فتق داروی خوبی است . با آرد جو ضماد شود باد سرخ و همانند آن را علاج می کند . تقویت اعصاب می کند . آماس بیضه را فرو می نشاند . سستی را از بین می برد و محکم می نماید .

سر : ثمر سرو را بکوبند تا نرم بشود و با انجیر فتیله سازند و در بینی بکشند گوشت زائد را از بین می برد . با سرکه بپزند مسکن درد دندان است .

چشم : ضمادش در علاج ورم چشم مفید است .

نفس کش : آب پز یا ثمرش را با آب انگور کهنه بخورند برای علاج خون بر آوردن ، دشواری نفس ، بلند نفسی و سرفه کهنه بسیار سودمند است .

برگ سرو را با آب انگور کهنه سیاه بخورند داروی عسر بول است و مواد رطوبی ناساز را از رسیدن به مثانه باز می دارد . در علاج قرحه روده مفید است و شکم را از زائده های ناسازگار حفظ می نماید .

سماق

دو نوع است ، خراسانی و شامی . مزاج : سرد و خشک است .

خاصیت : گیرنده ، توانبخش و بندآورنده است . سماق در خونریزی بسیار مؤثر است و بعضی عقیده دارند که حتی اگر سماق درسته را بر جای خونریزی ببندند کافی است . سماق تراوش صفرا را به اندام های درونی راه نمی دهد . آرایش : آب پز آن نوع از سماق که به سماق رنگرزان مشهور است مو را سیاه می گرداند .

ورم : جای ضربه خورده را ضماد بگذارند از آماس و خون بند شدن (حصر) جلوگیری می کند . زیاد شدن آماس را مانع است . سماق داروی کژدمه است .

قرحه : سرایت زخم چرکی را مانع می شود .

مفاصل : آب پز را بر درد استخوان بمالند از آماسیدن جلوگیری می کند .

سر : چرک و ریم گوش را از بین می برد . انگم سماق را در دندان کرم خورده بگذارند درد را تسکین می دهد .

اندام های غذا : دباغ معده است . معده را قوی می کند ، تشنگی را آرام می بخشد . ترشی سماق اشتهای خوراک را بر می انگیزد . دل بهم آمدن ناشی از صفرا را آرام می بخشد . بندآورنده شکم ، بندآورنده خونریزی حیض و غیره است .

علاج پوست اندازی روده است. حقه با سماق آب ریزش زهدان و بواسیر را چاره می کند. سماق در طعام باشد برای از بین بردن اسهال همیشگی، زخم روده و فساد معده خوب است.

سندروس

دیسقوریدوس گوید: سندروس انگم درختی است از عربستان و هندوستان. کمی به مر می ماند. بویش بد است. بعضی از دود آن استفاده می کنند و گاهی لباس ها را با آن دود می کنند. مزاج: گرم و خشک است. خاصیت: گیرنده و بندآورنده خونریزی است. کشتی گیران این دارو را بکار می برند که سبک خیز و توانا باشند و به نفس تنگی دچار نشوند. آرایش: کسی که بخوهد لاغر شود هر روز سندروس را در آب و سکنجبین حل کند و بخورد بسیار مؤثر است. قرحه: دود سندروس ناصورها را می خشکاند. سر: رطوبت های سرماخوردگی بوسیله ی دود سندروس بر طرف می شوند. لته را استحکام می بخشد و در تسکین درد دندان نظیر ندارد. سینه: در علاج خفقان حکم کهربا دارد. بندآورنده خون است. چشم: در زدودن لکه های چشم زود تأثیر می کند. سندروس حل شده در آب و سکنجبین را در چشم بچکانند ضعف دید را بر طرف می نماید.

سنبل

دو گونه هست یکی سنبل الطیب و دومی سنبل رومی. سنبلی که (اقلیطی) نام دارد از سنبل هندی و سوری در هر خصوص ناتوان تر است. مگر در ادرار بول که در ریزش بول تأثیر بسیار دارد. سنبلی هست که ستر است و آن را سنبل غلیظ می گویند اینگونه سنبل با سنبلی که آن را سنبل سوری (منسوب به سوریه) نامیده اند در تأثیر بخشی تقریباً برابر است. بهترین نوع آن سنبل سوری است که رنگش به زعفرانی مایل است و پرزهای زیاد دارد، سنبلش کوچک است و خوشبو و شبیه به مشک زمین و مزه اش زبان گز است. مزاج: گرم و خشک است. خاصیت: بازکننده و تحلیل برنده است. سنبل هندی بسیار گیرنده است و حرارت کم دارد. ورم و جوش: آماس ها را تحلیل می برد. قرحه: رطوبت قرحه را می خشکاند. سر: رطوبت های ناشی از سرما را منع می کند و مغز را توان می بخشد. چشم: هر نوع سنبلی اگر با داروی در چشم کشیدن مخلوط شود یا گرد آن را با سرمه کش بر پلک بمالند مزه ریخته را باز می رویند و در این کنش سنبل الطیب از سایر انواع سنبل مؤثرتر است. سینه: همه انواع سنبل تپش (خفقان) را آرام می بخشد، سینه و شش را می پالاید. رسیدن مواد ناجور را به معده مانع می شود.

اندام های غذا: راه بندان کبد و معده را باز می کند. معده را توان می بخشد، همه انواع سنبل در علاج یرقان مفید و مانع رسیدن مواد بد به معده هستند. سوزش معده را تسکین می دهد.

هر سنبلی ادرار می دهد. اما سنبل اقلیطی که کم مایه تر است و کمتر قبوضیت دارد ریزش بول قوی تر است.

در آب پز هر سنبلی بنشینند در علاج آماس زهدان مفید است، درد گرده را تسکین می دهد و مواد بد را به روده راه نمی دهد.

در بند آوردن خونریزی زیاده از حد که برای زهدان روی می دهد خاصیت ویژه ای دارد.

سورنجان

ریشه گیاهی است که برگهایش با زمین تماس دارد و گل‌های سفید و زرد می دهد. بهترینش آن است که رویه و داخلش سفید، سخت، ترد است و زود می شکند. سورنجان سرخ و سیاه خوب نیست.

خاصیت: دارای نیروی اسهالی است هر چند گفته اند قبوضیت دارد.

قرحه: سورنجان سفید در علاج زخم کهنه بسیار مؤثر است.

مفاصل: داروی نقرس است. ضمادش فوراً درد را تسکین می دهد. اما اگر زیاد از آن ضماد کنند و بر ورم بگذارند ورم سخت را سخت تر می کند. برای همه مفاصل و به ویژه در حالت سرماخوردگی بهترین یار و یاور مفاصل است.

اندام های غذا: برای معده خوب نیست. معده را ناتوان می کند. سورنجان سرخ و سیاه داروهای اسهالی را در معده باز می دارند و آسیب و بلادهای توان فرسا بدنبال دارند. مسهل است، شهوت انگیز است و اگر با زنجفیل و پونه و زیره بخورند بسیار شهوت انگیز است.

زهرها: سورنجان سرخ و سیاه سم است.

سوسن

دیسقوریدوس گوید: سوسن گیاهی است که برگش به برگ گلائیول می ماند و از برگ گلائیول پهن تر، بزرگ تر و لزج تر است.

مزاج: سوسن آزاد و سفید رنگ گرم و خشک است و سوسن رنگین کمان بیابانی گرم و خشک تر است.

خاصیت: به اعتدال می خشکاند. بیخش زداینده تر از سایر اجزاء است. روغنش لطیف است زیرا از گلش می گیرند و گلش بسیار لطیف است. روغنش را با مواد خوشبو بیامیزند یا نیامیزند بسیار تحلیل برنده و نرم کننده است و در همه این کنش ها رنگین کمان (ایرسا) نامبرده از سایر انواع سوسن قوی تر است. ایرسا مسکن درد و ضد گندیدن و گرمی بخش و لطافت بخش است.

آرایش: سوسن و به ویژه بیخش در علاج لکه های سیاه صورت و کک و مک مفید است و صورت را بدان شویند رخساره را پاکیزه و صیقل می دهد و ترنجیدگی را از میان بر می دارد.

ورم و جوش: برگ و تخم سوسن را بکوبند، بسایند و با آب انگور کهنه مخلوط کنند و ضماد سازند و بر باد سرخ گدازند بسیار سودمند است و همچنین در علاج ورم نارسیده بلغمی و گری چرکین و نرم کردن کبره (خشک ریشه) و (سعه) بسیار خوب است و به ویژه اگر با داروهای دیگر مخلوط بشود تأثیرش بیشتر می شود.

زخم و قرحه: قرحه را از گوشت خوب پر می کند. بیخش داروی سوختگی از آب گرم است. زیرا می خشکاند و با ملایمت می زداید. آب پز برگش نیز همین تأثیر را در این زمینه دارد. اگر در استعمال کردن بیخ و برگش روغن گل همراه باشد بسیار بهتر

است .

افشره رنگین کمان (ایرسا) و سایر انواع سوسن را با غسل و سرکه در آوندی مسین می جوشانند داروی قرحه مزمن و زخم هاست

برای علاج سوختگی آب گرم سوسن کاشتنی از هر سوسنی بهتر است .

مفاصل: در مداوای گسستن عصب ، ترنجیدن عصب و بیماری اعصاب بهترین دارو است .

سر: آب پز بیخ سوسن را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد و به ویژه سوسن بیابانی در علاج درد دندان بسیار کاری است . آب پز بیخ سوسن خواب آور است . روغن سوسن علاج قرحه سرو سپوسه است . در گوش بچکانند وزوز و صداها را می خواباند . روغن سوسن با روغن گل را بر پیشانی بمالند سردرد بر طرف می شود . بینی را بدان اندایند رطوبت نرمی که بر رویه بینی می نشیند از بین می رود .

سینه: بیخ سوسن و به ویژه نوع رنگین کمانی اش علاج نفس بلندی و سرفه می باشد و رطوبت های بازممانده و پرمایه را از سینه پاک می کند .

اندام های غذا: سوسن و روغنش برای معده بد و برای طحال خوب هستند .

روغن سوسن باز کننده و تحلیل برنده است . بخورند یا بمالند زهدان سفت شده را نرم می کند . بیخ سوسن را با روغن گل بپزند در

علاج بیماری های زهدان بی نظیر است . روغن زنبق هم بهترین

داروی درد زهدان است . بیخ سوسن را با سرکه بپزند یا با تخم بنگ و آرد گندم آب پز کنند ورم گرم رگ های بیضه را فرو می نشاند .

بیخ سوسن و روغن زنبق دهانه بواسیر را هر طوری باشد باز می کنند . اگر با آب انگور کهنه بخورند حیض را ریزش می دهد و اگر با سرکه بنوشند کسانی که در جماع به سرعت آب می ریزند از آن بهره می بینند .

اگر بیخ سوسن را در آب بپزند و بعد زنان آن را بر خود ببندند سفتی زهدان نرم ، دهانه باز و درد زهدان بر طرف می گردد .

تب ها: در علاج تب و لرز مفید است .

زهرها: سوسن و افشره و تخم سوسن خورده شود پادزهر همه نیش ها و به ویژه پادزهر نیش کژدم است .

روغن سوسن پادزهر بنگ و قارچ سمی و گشنیز است .

سوسنبر

همان سینبر است .

مزاج: گرم و خشک و ضد گندیدگی است .

آرایش: شپش کش است .

ورم و جوش: در علاج ورم ناپیدا و التهابات شدید زیر پوست و بسیار سخت مفید است .

سر: سوسنبر را در سرکه بپزند و با روغن گل مخلوط کنند و بر سر بمالند در علاج فراموش کاری و درهم و برهمی فکرو

بیماریهای آن مفید است . علاج سردرد است .

برگ سوسنبر بیابانی را بر سر و پیشانی ببندند سردرد را درمان می کند .

اندام های غذا: کرم و کرم کدو و بچه مرده را بیرون می آورد .

سوسنبر و به ویژه سنگلاخی آن بول و حیض را ریزش می دهد .

سوسنبر ییابانی را با آب انگور کهنه بخورند چکمی‌ک را باز می‌دارد و سنگ را بیرون می‌آورد. برای درد و پیچش روده مفید است.

زهرها: پادزهر نیش‌ها است. بر نیش زده زنبور بگذارند و یا در سکنجبین بریزند و بخورند درد نیش زنبور از بین می‌رود.

سیاه دانه

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: تند و تیز، تکه‌کننده، بلغم، زداینده، بادشکن است و باد کرده‌ها را فرو می‌نشاند. بسیار تنقیه‌کننده است.

آرایش: زگیل‌های واژگون را می‌برد. خال‌ها را می‌زداید و در علاج لک و پیس و برص و یژگی دارد.

ورم و جوش: با سرکه داروی جوش شری و ورم بلغمی سخت است.

قرحه: با سرکه به زخم بلغمی و گری چرکین بگذارند مفید است.

سر: داروی زکام است و به ویژه اگر در روغن سرخ کنند و در وصله کتان پیچند و بر پیشانی بمالند سردرد سر را از بین می‌برد.

اگر شبی در سرکه باشد و فردای آن روز آن را بسایند و آن را بو بکشند در علاج سردرد مزمن و کج‌دهنی بسیار مفید است.

سیاه دانه سبب باد کردن انسداد پالایشگاه است.

آب پزش را با سرکه زمزمه کنند درد دندان تسکین می‌یابد و اگر با چوب صنوبر آب پز شود در تسکین درد دندان مؤثر است.

چشم: سیاه دانه را بسایند و گردش را با روغن زنبق مخلوط کنند و به بینی بکشند اول آب آمدن در چشم را مانع می‌شود.

نفس کش: با نظرون خورده شود در بلند نفسی مفید است.

اندام‌های راننده: سیاه دانه را بخورند یا برناف بمالند داروی کرم و کرم کدو است. اگر چند روزی آن را بکار برند حیض را راه

می‌اندازد.

اگر با عسل و آب گرم خورده شود در سنگ کلیه و مثانه مفید است.

تب‌ها: در علاج تب‌های بلغمی و سودایی داروی بسیار خوبی است.

زهرها: خوردنش پادزهر نیش‌رتیل است. حشرات از دودش می‌گریزند. بسیار خوردنش کشنده است.

ریس

همان درخت عرعر است و دو نوع می‌باشد: بزرگ و کوچک و به زالزالک می‌ماند اما از آن سیه‌فام‌تر و دارای بوی خوش و

تند است.

از حیث شکل ظاهری دو نوع است: در یکی از آنها برگ‌ها شبیه برگ سرو، بسیار خاردار و در جهت پهنا بیشتر از درازا گسترش

می‌یابند.

در نوع دیگر برگ‌ها شبیه درخت گز و مزه آن مانند مزه برگ سرو است ولیکن خشک‌تر و کمی گرم‌تر از آن می‌باشد.

خاصیت درمانی: بسیار تحلیل‌برنده است چنان‌که خشکاننده و گزنده است و در پنهانی قابض.

آن را در مرهم‌های گرمی بخش و عطر بکار می‌برند و بیشتر در روغن افشره اضافه می‌کنند.

زخم‌ها و قرحه‌ها: گرد ریس را در خوره می‌پاشند و اگر با عسل همراه باشد در مداوای قرحه عفونی مفید است. از سرایت دمل و

جوش جلوگیری می‌کند و زخم‌های سیاه‌شده را از بین می‌برد.

گاهی از آن ضماد درست می‌کنند و این ضماد زخم را التیام نمی‌بخشد زیرا گزنده و بسیار گرم و خشک است و کارش فقط

خشکاندن است و بس .

اندام های سر : اگر میوه ریس را در روغن کنجد و در ملاقه آهنین آنقدر بجوشانند تا میوه سیاه رنگ گردد و آن را در گوش بچکانند بسیار مفید خواهد بود .

اندام های دفعی : اگر کسی آن را بخورد بول وی خونی می شود و حیض را روان می سازد .
استنشاق دود ریس و استعمال شیاف آن نیز همین تأثیر را دارد .

ریواس

گیاهی است که بهاران بر کوهساران می روید .

مزاج : سرد و خشک .

خاصیت : خاموش کننده گرمی ، بندآورنده خونریزی ، تسکین دهنده گرمی .

ورم : در علاج طاعون مفید است .

چشم : افشرداش را در چشم بکشند دید را قوی می کند .

اندام های راننده : در اسهال صفرایی مفید است .

تب ها : در حصبه و آبله و طاعون سودمند است .

زالزالک

دیسقوریدوس گوید : زالزالک درختی است خاردار و برگش به برگ درخت « لوقوراشی » می ماند .

میوه های کوچک سیب مانند دارد که از سیب کوچک ترند . رنگش سرخ و خوشمزه است و در هر یک از میوه هایش سه هسته موجود است .

مزاج : بعضی گویند سرد و تر است .

خاصیت : قبض و از سنجد قبض تر است . صفرار را بر می کند و در بند آوردن مواد مایع بدن از هر میوه ای اثر بخش تر است .

سر : مایه سردرد است .

اندام های غذا : با معده ناسازگار است .

اندام های دفعی : چون قبض است بول را بند نمی آورد .

زغال اخته (مران)

میوه درختی است بسیار گس مزه .

خاصیت : گیرنده و خشکاننده است .

زخم و قرحه : سوخته پوستش را در آب بریزند و بر گری چرکین پاشند سودمند است . این میوه تا حدی گیرنده است که زخم های وخیم را بهم می آورد .

زهرها : افشرداش را با آب انگور کهنه بخورند یا از افشرداش ضماد سازند و بر مار گزیده بگذارند پادزهر است .

گویند اگر کسی آرد اره چوب زغال اخته بخورد می میرد .

زنبق (ایرسا)

منظور از ایرسا ریشه سوسن آسمانگون است. سوسن آسمانگون گیاهی است دارای ساقه های متعدد که گل آن به رنگهای گونه گون است. سفید، زرد، آسمانی، بنفش و از این رو آن را ایرسا نامیده اند که به معنی رنگین کمان است. ساقه های ایرسا بندبند، برگش باریک است و اگر کهنه شود کرم می زند. دیسکوریدوس گوید: برگ ایرسا به برگ سوسن بیابانی می ماند، لیکن از آن بلندتر و بزرگتر است. ساقه آن گلی می دهد که برگها همدیگر را می پوشانند (پر برگ) و به چندین رنگ در می آیند. قسمی به زردی مایل و ارغوانی هستند و قسمی به رنگ آسمانند و از این اختلاف رنگ آن را رنگین کمان می گویند. ساقه هایی سخت و خوشبوی دارد و باید بعد از چیدن در سایه گذارند و به رشته کتان بکشند. خاصیت درمانی: گرمی بخش، لطافت آور، رساننده، بازکننده و تنقیه کننده است. اگر افشره اش را در عسل آب حل کنند. بلغم غلیظ را تنقیه می کند و بیرون می راند.

آرایش: زنبق به تنهایی و همراه خربق که اندازه باشد در زدودن لکه های سیاه و کک و مک سودمند است. دمل و جوش: سائیده آن سفت شدگی ها، ورم های غلیظ، خنازیر و جوش های پلید را درمان می کند. زخم و قرحه: در مداوای قرحه های پلید مفید است، ناصورها را بهم می آورد و حتی اگر گرد آن استعمال شود گوشت را باز می رویاند و استخوانها را با گوشت سالم می پوشاند.

مفاصل: با روغن زیتون خستگی را از بین می برد. اگر با سرکه خورده شود در علاج ترنجیدگی و گسستگی ماهیچه ها سودمند است.

اندام های سر: خواب آور است. سر درد مزمن را از بین می برد. گاهی آن را روغن گل محمدی و سرکه برای رفع سر درد می آمیزد، زنبق خود به خود علاج سر درد است. عطسه آور است. آب پز آن را در دهان گردانند درد دندان تسکین می یابد.

روغن زنبق با سرکه صدهای گوش را خاموش می کند و نزله های مزمن را قطع می کند. روغن زنبق بوی بد بینی را از بین می برد و پخته آن نیز همین را انجام می دهد. از چرک زخم ها جلوگیری می کند.

چشم: اشک آور است.

اندام های تنفسی و سینه: در مداوای درد پهلو، ذات الریه، تنگ نفسی، خناق، خفگی، سرفه و به ویژه سرفه ای که از رطوبت غلیظ باشد سودمند است.

از آنجا که بسیار لطافت بخش و بازکننده است، زائده های بند آمده درد سینه را بیرون می برد.

اندام های غذا: خوردن سرکه و زنبق که با هم باشند درد سرد کبد و طحال را تسکین می دهد و به ویژه برای طحال بسیار مفید است. خوردن یا مالش آن در علاج استسقا سودمند است.

اندام های دفعی: دهانه بواسیر را باز می کند. پیچش شکم را از بین می برد. آب عشق و خواب جوانی دیدن را قطع می نماید. زنبق و آب انگور کهنه مدّرحیض است. در حالت سخت شدن زهدان و دردهای سرد زهدان باید در آب پز زنبق بنشینند. اگر زن باردار زنبق و عسل را شیاف کند سقط جنین می کند.

روغن زنبق برای زهدان مفید است. اگر زنبق کهنه را خرد کنند و در عسل بریزند و بخورند زرداب و مراره و بلغم را خارج می سازد.

تب ها: روغن زنبق را از بین می برد و علاج تب و لرز است.

زهرها: اگر همراه سرکه خورده شود پادزهر هر سمی است .

جنطیانا

برگهای زیرین آن به برگ گردکان یا برگ بارهنگ شبیه است .

رنگش سرخ ،وسطش برجسته ، ساقه آن مجوف و صاف و به ستبری انگشت است .بلندیش دو زراع است .برگهایش با هم فاصله دارند و میوه اش داخل کاسبرگ ها قرار گرفته است . بیخ آن دراز است و به بیخ زراوند می ماند .در کوهستان ها و در سایه و جای مرطوب می روید . گویند اولین کسی که این گیاه را کشف کرده جنطین شاه بوده که در قله کوهساران بسیار بلند آن را پیدا کرده و از اینرو نام جنطیانا به خود گرفته است .

از این گیاه افشره می گیرند .

چنانکه پنج روز آن را در آب می گذارند ،آنگاه می پزند ،صاف می کنند و بعد می بندند که همچون عسل شود ،آنگاه به عنوان دارو بکار می رود .

بهترین نوع آن جنطیانای رومی است که بسیار سخت و سرخ رنگ و عبارت است از چوب و رگ هایی به ستبری انگشتان .برخی بزرگ ترند و بعضی کوچک تر .

مزاج: سرد و خشک .

خاصیت: بیخ آن بهک را از بین می برد و به ویژه افشره نامبرده اش در این زمینه بسیار مؤثر است .

مفاصل: آن را شربت کنند و بخورند در علاج پیچش پی ها و کسانی که از ارتفاع افتاده باشند سودمند است .

چشم: در علاج رمده بر چشم می مالند .

اندام های تنفسی: افشره آن داروی ذات الجنب است .

اندام های غذا: راه بندان کبد و طحال را باز می کند . شربت آن درد کبد ، طحال ، سردی کبد و آماس کبد را از بین می برد .معدده ای که از سرما بیمار است چاره اش با بیخ جنطیاناست .

اندام های دفعی: بول و حیض را راه می اندازد .

زهرها: بهترین پادزهر نیش کژدم است . شربت آن پادزهر نیش همه حشرات سام و زهر دندان سگ ها و کلیه درنده ها را خنثی می سازد .

چنار

مزاج: پوست و گردوی ثمر آن دارای خشکی بسیار است . مزاج چنار سرد و خشکاننده و زداینده است .

خاصیت: برگ و بر چنار سوسک ها را می کشد .

پوست چنار بسیار خشکاننده است . گردی که بر برگ چنار می نشیند برای حواس و غیره بسیار بد و خشکاننده است .

آرایش: پوستش که هم خشکاننده و هم زداینده است شاید در علاج برص مفید باشد .

دمل و جوش: برگ چنار در معالجه ورم های بلغمی و مفاصل و زانو مفید است .

زخم و قرحه: اگر خاکستر آن را بر زخم های پوسته انداز و پلید پاشند داروی خوبی است . پوست چنار را با سرکه بپزند و بر سوختگی بگذارند مفید است .

مفاصل: برگ چنار داروی درد مفاصل ، ورم های گرم مفاصل و به ویژه در علاج ورم زانو سودمند است .

سر: پوست چنار که با سرکه بپزند درد دندان را تسکین می دهد. گرد چنار برای گوش و شنوایی خوب نیست.
 چشم: گرد برگش برای چشم زیان آور است.
 برگ سبزش را اگر بشویند، بپزند و بر چشم بگذارند آب ریزش چشم را باز می دارد و التهاب چشم درد را از بین می برد.
 سینه: گرد آن برای شش و صدا زیان آور است.
 زهرها: ثمر چنار تاتر است و خشک نشده با آب انگور کهنه پادزهر حشرات سامه است. ثمر چنار با پیه ضماد شود پادزهر نیش و گزیده ها است.

حرفش

از تیره کنگر است (صمغ کنگر)
 مزاج: گرم و مرطوب
 آرایش: محلول آن داروی داء الثعلب، با آبش سر بشویند شپش کش است. بول بدبو را ریزش می دهد و در نتیجه بوی بد زیر بغل را هم می زداید.
 ورم: ورم ها را از بین می برد.
 زخم و قرحه: آبش داروی خارش سخت است.
 سر: آبش شوره سر را از بین می برد.
 اندام های غذا: دل را بهم می زند و به ویژه حرفش کوهی بیشتر مؤثر است.
 اندام های دفعی: شهوت انگیز است. بول را راه می اندازد و بول بدبو را بیرون می راند. ملین است و بلغم را خارج می کند.

خار شتری

به انگدان نزدیک است. بهتر آن است که سرکه اش را بکار برند.
 سرد و خشک است. سرکه اش معده را به خوبی تنقیه و تقویت می کند. اشتها آور است.
 جرم آن می گزد و از این رو سبب دل بهم خوردگی می شود.
 دیر هضم است و بسیار در معده می ماند.
 تب ها: در علاج تب ربع، سه روز در میان سودمند است.

خرفه

گیاهی است شناخته شده. افشره اش در تأثیر درمانی بهتر از هر جزء آن است.
 خاصیت: قابض است. نزیف و سیلان های مزمن را قطع می نماید. ارزش غذایی آن کم، ولی در برکندن صفرا بسیار مؤثر است.
 آرایش: بز زگیل بسایند زگیل را بر می کند.
 دمل و جوش: ضمادش در ورم های گرم که بیم گندیدن می رود و در باد سرخ مفید است.
 سر: به صورت محلول اگر سر را با آب آن بشویند جوش های سر را از بین می برد. کندی دندان را که از خوردن ترشی باشد از بین می برد زیرا زبری دندان را برطرف می کند. سردرد ضربانی را تسکین می بخشد.

چشم: اگر در چشم بکشند برای چشم درد مفید است ولی زیادش تیرگی می آورد .
اندام های تنفسی: افشیره آن با گسی که دارد برای خون بر آوردن مفید است.

اندام های غذا: خوردن و ضمادش در معالجه التهاب معده ، کبد و استفراغ تلخ (مراری) سودمند است .لیکن اشتها را ضعیف می کند .

اندام های دفعی: حقه خرفه خراش روده را بر طرف می سازد . در اسهال مراری مفید است .قرحه و درد کلیه و مثانه را از بین می برد و در اکثر حالات اشتهای خوراک و اشتهای جماع را از بین می برد .اما به عقیده ما سرجویه شهوت انگیز است .شاید آنچه او فرماید راجع به مزاج های گرم و خشک باشد .

خرفه در بازداشتن نزیف حیض و در معالجه سوزش زهدان سودمند است .

آب خرفه داروی بواسیر خونی است .افشیره اش کرم کدو را

بیرون می آورد .اگر خرفه را بریان کنند و بخورند اسهال قطع می شود .

تب ها: در علاج تب های گرم مفید است .

خرمای کال و نیمه رسیده

هر دو نوع مشهورند و میوه گرمسیری هستند .

مزاج: سرد و خشک .خرمای کال از خرمای زرد قابض تر است .

خاصیت: خرما نفاخ است و به ویژه اگر بعد از آن آب بخورند .سرکه خرما در آغاز شیرین شدنش قرقر براه می اندازد و راه بندان هایی در درون ایجاد می کند .

پخته غوره خرما ،خرمای کال ،التهابات را تسکین می دهد و حرارت غریزی را بحال خود می گذارد .

خوردن کال و کم رسیده خرما چون زیاد باشد خلط های پدید می آیند .

سر:خرمای کال سردرد می آورد و اگر بیش از حد بخورند شاید سکنه ببار آورد .

خرمای کامل و کم رسیده هر دو برای لثه و گوشت میان دندانها مفیدند .

سینه: با سینه و شش ناسازگارند .

اندام های غذا: معده را دباغی می کنند .در کبد بستگی ایجاد می کنند . دیر هضم اند و تردش دیر هضم تر است .ارزش غذایی آنها کم است و شیرین به هضم نزدیک تر است .

اندام های دفعی: هر یک از آن دو قبوضیت دارند و به ویژه اگر با سرکه یا آب انگور کهنه گس مزه آمیخته شوند .خرمای کم رسیده بول را زیاد می کند و اگر با سرکه گس خرده شود سیلان زهدان و نزیف بواسیر را قطع می کند.

تب ها: زیاد خوردن آنها تب و لرز می آورد .

خریزه

ریشه اش خشکی آور است .

خاصیت: رسیده اش لطیف و کالش متراکم است .مزاج خربزه نارسیده مزاج خیار است و به هر حال باز کننده است .گرمک از حیث خلط از سایر انواع خربزه بهتر است .گوشت آن زداینده و به ویژه تخمش بسیار جلادهنده است

خربزه رسیده و نارسیده هر دو زداینده و تخم آن بیشتر زداینده است .

خریزه با هر خلطی که در معده باشد می‌سازد و تبدیل به آن خلط می‌شود.

خریزه بیشتر میل به بلغم شدن می‌کند تا صفرا و سودا شدن. گرمک زود تغییر نمی‌کند.

آرایش: خربزه و به ویژه پوست و مغز آن پوست را پاک می‌کند. در برداشتن لکه‌های سیاه و سفید پوست و التهاب پوست مفید است و اگر مغز آن را چنان که هست با آرد گندم خمیر کنند و در آفتاب خشک کنند مفیدتر است.

چشم: پوستش را بر پیشانی بچسبانند مانع نزله‌های چشم می‌شود و داروی بسیار خوبی است.

اندام‌های غذا: خربزه عموماً و به ویژه ریشه اش قی آور است. خربزه اگر خوب هضم نشود قی آور و مسهل می‌گردد. گرمک دیر هضم است مگر اینکه با همه محتویاتش خورده شود. گرمک از خربزه مغذی تر و خلطش بهتر است.

خریزه را باید بعد از خوردن طعام خورد، در غیر این صورت دل را بهم می‌زند و قی می‌آورد. بهتر آن است که بعد از خربزه کسی که گرمی دارد سکنجبین بخورد و کسی که رطوبتش زیاد است کندر یا زنجفیل پرورده.

اندام‌های دفعی: کال و رسیده اش مدر بول است و علاج برای سنگ مثانه و کلیه ولی بشرطی که سنگ ریز باشد و در خرد کردن سنگ کلیه

ویژگی دارد.

گرمک کمتر ادرار آور و شیرین تر است و از خربزه زودتر به معده می‌رسد و به ویژه اگر گرمک نرم باشد.

زهرها: اگر خربزه در معده فاسد شود، سم می‌گردد و هرگاه سنگینی معده حس شود باید بسرعت معده را خالی کنند و به هر وسیله ای باشد استفراغ نمایند.

خردل

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بلغم را قطع می‌کند و روغنش از روغن ترب گرم تر است. از دودش حشرات گریزانند.

آرایش: رخسار را پاکیزه می‌کند. لکه‌های بد رنگ و اثر خون خشکیده را می‌زداید. در علاج بهک خوب است. زبان را می‌خشکاند و درد داء الثعلب مفید است.

ورم و جوش: ورم گرم و هر ورم مزمن را نرم می‌کند. با گوگرد بر خنازیر بگذارند خوب است.

زخم و قرحه: علاج گری و قوباء است.

مفاصل: در علاج درد مفاصل و عرق النساء داروی خوبی است.

سر: رطوبت سر را بر می‌چیند. داروی درد گوش و دندان درد است.

بعضی گفته اند: ناشتا خوردن خردل هوش را افزایش دهد.

چشم: در چشم بکشند تم و زبری چشم را از بین می‌برد.

سینه: خردل کوبیده با عسلاب بخورند قصبه الریه را از زبری مزمن شفا می‌دهد.

اندام‌های غذا: تشنگی آور است.

اندام‌های راننده: علاج خفگی زهدان است و آرزوی جماع را

برمی‌انگیزد.

تب‌ها: در تب‌های هر روزه و کهنه مفید است.

خرزهره

خرزهره دو نوع است: بیابانی و کنار آبی. خرزهره بیابانی برگش شبیه برگ خرفه است. شاخه های دراز و بر زمین گسترده دارد. همراه برگ ها خار هم هست. گاهی این نوع خرزهره را در ویرانه ها نیز می یابیم. نوع دوم که در کنار رودخانه ها پیدا می شود، شاخه ها پایا و خارها در زیر برگها پوشیده و برگش همانند برگ بیدمشک و بادام است. مزه ای بسیار تلخ دارد.

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: بسیار گدازنده، با آب پز آن خانه را آب پاشی کنند کک و موریانه را ریشه کن می کند.

ورم و جوش: برگ آن را بر ورم های سخت بگذارند داروی بسیار خوبی است.

زخم و قرحه: خرزهره و به ویژه افشره برگ آن داروی خارش و گری و جوش های پراکنده است.

مفاصل: ضماد آن علاج پشت درد دیرپا و درد زانوان است.

سر: شکوفه اش عطسه آور است.

زهرها: به تنهایی سم است. اگر همراه آب انگور کهنه و فیجن خورده شود پادزهر حشرات سمی است.

خرنوب

خرنوب شامی بهترین است.

مزاج: خرنوب نبطی از شامی خشک تر و سردتر است.

خاصیت: خرنوب شامی خشکی دهنده، گیرنده و خرنوب نبطی خشک تر و خشکاننده تر است.

آرایش: اگر با خرنوب نبطی نرسیده زگیل ها را ماساژ دهند و فشار زیاد دهند از بین می رود.

سر: آب پز را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد.

اندام های غذا: خرنوب شامی برای معده بد است و هضم نمی شود و خشکش نیز دیر هضم است. خرنوب نبطی در علاج یرقان مفید است.

اندام های راننده: در آب پز خرنوب نشستن معده را تقویت می کند.

خرنوب شامی تر شکم را روان می کند، خرنوب شامی خشک شکم را بند می آورد و در علاج کم اشتهاپی مفید است.

خرنوب نبطی از ریزش بی انقطاع و زیاد از حد حیض مفید است بشرطی که بردارند و بخورند.

در علاج پیچش و درد روده و در اسهال نیز مفید است.

خربق

دیسقوریدوس گوید: برگ این گیاه همانند بارهنگ یا سلق بیابانی و از سلق بیابانی کوتاه تر است.

باید نوعی را برگزید که پهنای سطحش مناسب و رنگش سفید، زودشکن و بزرگ حجم و نازک باشد و فوراً در اول مرحله چشیدن بسیار زبان سوز نباشد و آب در دهان جمع گردد.

مزاج: گرم و خشک است.

خاصیت: خربق سفید از سیاه تلخ تر است و سیاه از سفید گرم تر و اگر موش بخورد می میرد.

آرایش: در عمل آرایش با خربق سیاه برابر است.

قرحه: سائیده اش را بویند عطسه می کنند .

چشم: دید را قوی می کند .

اندام های غذا: خربق سفید در استفراغ کردن بسیار قوی است اما خطر خفه شدن نیز دارد .

زهرها: خوردنش سم است . سگ و خوک بخورند می میرند .

خربق سیاه

خوبش آن است که نه بسیار تازه و نه بسیار کهنه ، نه بسیار چاق و نه بسیار لاغر و میانه این چهار حالت باشد .

رنگش خاکستری ، زودشکن ، پوشیده نباشد که در میان آن چیزی مانند تار عنکبوت متکون شده است . مزه اش تند و زبان گز باشد .

مزاج: گرم و خشک .

خاصیت: گدازنده ، نرم کننده ، بسیار زداینده است و به حدی که گوشت مرده را می خورد .

آرایش: با سرکه بر پوست رخساره بمالند بهک و وضع (لکه سفید) را بر می دارد .

زخم و قرحه: شیر خربق سیاه و خربق سفید را با سرکه بر پوست بمالند یا با آن استفراغ کنند علاج گری و قوباء و پوست انداختن است . ناصور را شفا می دهد و زخم سفت را از بن بر می کند .

مفاصل: استفراغ بوسیله ی تزریق در علاج فلج و درد مفاصل بسیار مفید است .

سر: خربق سیاه را در سرکه بپزند و در گوش بچکانند صداها را خاموش می کند و اگر در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد .

آب پزش را در گوش کم شنوا بریزند شنوایی را تقویت می کند و در علاج بیماری وسواس و مالیخولیا و صرع و سردرد نیمه ای و سایر بیماری های سر مفید است .

چشم: در چشم بکشند دید را نیرو می دهد .

اندام های راننده: داروی بیماری سودا است و سودا را از تمام تن بیرون می راند .

زیان و فشاری ندارد . بلغم و صفرا را بیرون می آورد .

خون را از هر خلطی می پالاید حتی اگر در آن سوی بدن باشد و خلط های بد را از پوست می زداید .

خربق سیاه در علاج ورم روده و مثانه و در ریزش دادن بول و حیض مؤثر است .

خطمی

این نام یونانی و به معنی بسیار مفید آمده است .

مزاج: گرم و خشک

خاصیت: نرم کننده ، رساننده ، سست کننده و تحلیل برنده است .

آرایش: با روغن کنجد بر پوست بمالند و در آفتاب بنشینند بهک را می زداید . تخمش مؤثرتر است .

ورم و جوش: ورم سخت را نرم می کند ، از آماس جلوگیری می نماید ، ورم خونی را فرو می نشاند ، دما را می رساند ، در علاج آماس بادکن و خنازیر مفید است .

با سقر تلخ بردارند زهدان سخت شده را نرم کند .

با صمغ و گوگرد بر خنازیر بگذارند سودمند است .

مفاصل: خطمی و به ویژه اگر با پیه غاز باشد در علاج درد مفاصل ، بیماری اعصاب ، لرزش ، گسستگی وسط های ماهیچه و کشیدگی اعصاب مفید است .

سر: ضمادش علاج ورم بناگوش است .

چشم: التهاب و بادکردگی پلک را از بین می برد .

سینه : تخمش علاج سرفه گرم است . راه بلغم برآوردن را آسان می کند ، مانع خون برآوردن است ، زیرا گیرندگی در بر دارد . ضماد برگش ورم پستان را فرو می نشاند و از علاجات ذات الجنب و ذات الریه بشمار می آید .

اندام های غذا: شیره اش تشنگی را از بین می برد .

اندام های راننده: آب پز برگ و بیخش را بخورند در علاج سوزش مجرای بول ، سوزش روده ، ورم اطراف پیزی ، اسهال بد ، مفید است .

تخمش را با سقز بردارند علاج سفت شدن و بهم آمدن زهدان است .

آب پز برای زهدان خوب و خون زچگی را پاک می نماید .

زهرها: با روغن کنجد و روغن زیتون بر تن بمالند از گزند حشرات در امانند. آب پز با روغن کنجد را بر جای نیش زنبورعسل بمالند مفید است.

آبنوس

چوبی است مشهور که آن را از زنج یا به قول دیسقوریدوس از حبشه می آورند سیاه خالص است و طبقاتی در آن نیست . هنگامی که می برند بشکل شاخ خمیده یا به قولی به شاخ مخروط می ماند ، به زحمت می شکند و شکسته اش زبان را می گزد . بهترینش آن است که با وجود سیاهی و همواری ، خطوطی در آن مشاهده نمی شود ، در ساییدن به شاخ خراطی شده شبیه ، پر مایه و محکم است .

در چشیدن گزش دارد .

مزاج: گرم و خشک است . گروهی برآنند که با وجود حرارتی که دارد حرارت خون را خاموش می نماید .

خواص درمانی: تم و سپیدی چشم را از بین می برد . از ساییده آن شیاف می سازند ، اگر برفسان ساینند و گرد آن را در چشم بکشند بسیار سودمند است .

خاک اره آبنوس را بر طبقی می سوزانند و می شویند زخم مزمن چشم را بر طرف می سازد . علاج رمد خشک ، گری چشم و آبریزی دائم چشم است .

اندام های دفعی: به گفته خوزیان سنگ کلیه را خرد می کند و باد شکم را علاج است .

آلو

نیاز به معرفی ندارد . آلوی بستی از آلوی سیاه قوی تر و آلوی زرد از سرخ رنگ آن مؤثرتر است .

آلوی سفید مات (غیر براق) سنگین و کمتر اسهالی است .

مزاج: سرد و تر است .

خواص درمانی: صمغ آن لطافت بخش ، قطع کننده و چسبناک می باشد .

زخم و قرحه: انگم آن قرحه را جوش می دهد. مخلوط آلو با سرکه اکزما را از بین می برد و به ویژه اگر عسل یا شکر داشته باشد برای کودکان مفید است.

اندام های سر: در دهان گردانیدن برگ آلو از نزله های لوزتین و زبان کوچک جلوگیری می نماید.
چشم: انگم آلو را در چشم بکشند دید را قوی می کند.

اندام های تنفسی و سینه: آلوی ترش و شیرین التهاب قلب را تسکین می دهد. اندام های غذا: ترش و شیرینش در بر کندن صفرا از همه مؤثرتر است. آلوی شیرین معده را تر و سرد می کند، سستی می دهد و عموماً با معده ناسازگار است.
آلوی شیرین در بیرون راندن صفرا از سایر آلوها مؤثرتر است.
در اسهال، آلوی تر از آلوی خشک کاری تر است و این خاصیت از لزج بودن آن ناشی می شود.

ابر مرده (اسفنج)

جرمی است دریایی، در سستی و تخلخل به نمد می ماند. گویند جانوری است که در جایی که بدان چسبیده حرکت می کند ولی از جای خود دور نمی شود.

تر و تازه اش که نیروی مزاجی بحر با اوست قوی تر و خشکاننده تر از کهنه آن است.
سنگ شده آن هم همین مزاج را دارد ولی کمتر گرم است.

خاصیت درمانی: بسیار خشکاننده است. اگر آن را به ویژه تازه اش را بسوزانند و خاکستر آن را با روغن زیتون مخلوط کنند و بر جای بریده یا دریده بگذارند از خونریزی جلوگیری می کند و اگر تنها اسفنج را با آتش بسوزانند و بر زخم بگذارند چون گوهرش بازدارنده خون است و از سویی با گرمی که از آتش دارد داغ می گذارد از خونریزی جلوگیری می کند و همچنین آن را فتیله کنند و به دهانه رگهای بهم آمده فرو کنند رگها را باز می کند، لطافت بخش است و جلا دهنده (زداینده).
دمل و جوش: نرم های بلغمی را خشک می کند.

زخم و قرحه: اسفنج را در سرکه خیس نمایند و بر زخم بگذارند زخم را خوب می کند.
اسفنج را با عسل بجوشانند زخمهای عمیق را درمان می کند و اگر اسفنج را خشک یا با آب انگور کهنه خیس کنند و بر زخم بگذارند سودمند است. رطوبت های کهنه را می خشکاند و جای زخم را پاک می کند.
اندام های تنفسی و سینه: سوخته اسفنج همراه روغن زیتون در معالجه خون برآوردن مفید است.
سنگی که در اسفنج است سنگ مثانه را خرد می کند.

استبرک (غلب لب)

درختی است از یمن و عربستان و یکی از شیره داران است. گویند نوعی از این درخت سایه اش سم است کسی زیر سایه اش بنشیند می میرد.

مزاج: گرم و خشک.

خاصیت: قبضی است ملایم.

آرایش: بر پوست بمالند در علاج بیماری های ویروسی پوستی (سعه) و قوبا مفید است.

سر: بر سر بمالند خارش (حرارت) را از بین می برد. با عسل مخلوط کنند و به دهان بچه بمالند زخم های دهان را شفا می دهد.
اندام های راننده: اسهال می آورد و روده را ناتوان می کند.

زهرها: نوعی استبرک هست اگر در سایه اش بنشینند زیان می بینند و شاید بمیرند بهتر آن است که از آن دوری کنند. شیره آن سمی است و شش و کبد را تکه تکه می کند و در مدت دو روز می کشد.

اسفرزه

اسفرزه دو نوع است: زمستانی و تابستانی

مزاج: سرد و تر است.

خاصیت: خرد شده آن را در روغن گل بجوشانند قابض است. با سرکه ضماد کنند سردرد را به کلی از بین می برد.

دمل و جوش: با سرکه بهم بزنند در مداوای ورم های گرم، مورچه، جمره، باد سرخ، و به ویژه دملهای بناگوش و دمل های بلغمی بسیار مؤثر است.

مفاصل: ضمادش با سرکه و روغن گل پیچش و ترنجیدگی عصب، نقرس و درد گرم مفاصل را درمان می کند.

سر: ضمادش را بر سر بگذارند سر درد گرم علاج می شود.

سینه: سینه را تماماً نرم می کند.

اندام های غذا: لعاب اسفرزه با روغن گل، یا باروغن بادام تشنگی صفرایی شدید را تسکین می دهد.

اندام های دفعی: اگر اسفرزه را با روغن گل مخلوط کنند اسهال را بند می آورد و از خراش جلوگیری می کند، به ویژه برای کودکان بسیار مفید است. اگر با روغن بنفشه باشد شکم را روان می کند.

تب ها: خوردن آن شدت تب های گرم را تسکین می دهد.

اشنان

چندین نوع است. نوعی که سفید است و آن را چلغوز گنجشک گویند از همه لطیف تر است و نوع دیگر آن به رنگ سبز است.

خواص درمانی: جلا می دهد، تنقیه می نماید و بازکننده است.

اندام های دفعی: بند آمدگی بول را درمان می کند.

زهرها: سم قاتل است. و دود اشنان سبز حشرات را می گریزند.

افستین

گیاهی است که برگ آن شبیه برگ مرزه و دارای تلخی و گیرندگی و سوزش است.

حنین گوید: «افستین چندین گونه است: خراسانی، مشرقی، سوسی و طرسوسی».

دانشمندان دیگر که قدیمی تر از حنین هستند گفته اند: افستین نبطی (خودرو) معطر است.

افستین عموماً دارای گوهر خاکی و لطیف است. با مزاج خاکی خود دارای گیرندگی، با گوهر لطیفش اسهال می دهد و باز کننده

است. بهترین نوع افستین گونه سوسی و طرسوسی است که به رنگ عنبر است.

مزاج: گرم و خشک و افشره اش گرم تر است.

خاصیت درمانی: افستین بازکننده و گیرنده است.

افستین لباس را از بید و گزند حشرات نگاه می دارد و اگر با مرکب ترکیب شود رنگ ثابت می ماند، تغییر رنگ نمی دهد

و کاغذ را از موش خوردگی محفوظ می دارد.

آرایش: افسنتین رنگ و رو را زیبا می کند. برای موخوره و گری مفید است. لکه های بنفش زیر چشم را می زداید. در زخم و دمل و جوش: ضماد و شربت آن برای گرفتگی های عروقی درونی مفید است. در مداوای گوش: بخار پخته شده آن درد گوش را تسکین می دهد و خوردن آن با عسل از سکنه جلوگیری می نماید. اندام های چشم: هر نوع و به ویژه خودرو آن اگر به صورت ضماد در آید و به زیر چشم ببندند برای معالجه هر نوع درد کهنه و تیرگی چشم مفید است.

اندام های تنفسی: شربت آن کشیدگی زیر سرایشی های دنده های رو به شکم را معالجه می کند. اندام های تغذیه: اگر پخته و افشره افسنتین را به مدت ۱۰ روز بنوشند در باز گرداندن اشتها تأثیر به سزایی دارد. شربت افسنتین معده را تقویت می کند و در بسیاری از حالت ها مفید است. اگر کسانی که یرقان دارند آن را به مدت ۱۰ روز بخورند بسیار مفید است و در مداوای طحال مؤثر است و اگر آن را با عدس یا برنج بپزند و بخورند کرم ها را از بین می برد. افسنتین مخلوط با سنبل بادشکم و معده را چاره ساز است. اگر افسنتین را با روغن حنا مرهم کنند و بر تهیگاه بمالند درد تهیگاه تسکین می یابد و اگر آن را با روغن گل محمدی مرهم کنند و یا با گل محمدی مخلوط کنند درد معده را از بین می برد و سفتی آن را بر طرف می نماید. اندام های دفعی: در بیرون راندن بول و روان کردن حیض بسیار مؤثر است. به ویژه اگر آن را با عسلاب بردارند. افسنتین مسهل صفا است ولی در بلغم و آنچه در روده ها ماندگار است مؤثر نیست. علاوه بر آن شربت افسنتین در مداوای بواسیر و بریدگی- خراش و زخم مقعد نیز مفید است.

اگر آن را آب پز کنند و یا آن را با برنج بپزند و با عسل بخورند کرم را از بین می برد و شخص به اسهالی سبک دچار می شود. افسنتین با عدس سوخته نیز همین کار را انجام می دهد. تب ها: خود به خود در مداوای تب کهنه مفید است. سموم: با آب انگور کهنه پادزهر گزش نیش کژدم، گزش راسو، و سم شوکران است. اگر با سرکه باشد پادزهر قارچ سمی است و پاشیدن آن پشه را از بین می برد. اگر آن را با مرکب مخلوط کنند صفحات کتاب از موش خوردگی به دور می ماند.

اقاقیا

صمغ درخت کرت (خرنوب مصری) است که می خشکانند و از آن قرص می سازند. ترکیب آن از گوهر خاکی و گوهر لطیف است و از این رو همراه با نوعی سوزندگی است که با شستن بر طرف می شود و از آنجا که دارای تندی است در عمق فرو می رود و سردی می دهد. این درخت خاردار است و خارهای آن راست نیستند و ساقه اش خمیده است. گلی سپید دارد و میوه آن مانند لویا گرگی سپید و در غلاف است.

اقاقیای سبز تیره که به سیاهی می زند بوی خوش دارد، گران وزن، سخت و از همه بهتر است. مزاج: شسته آن سرد است و خشکاننده.

خاصیت درمانی: اقاقیا گیرنده است و خونریزی را باز می دارد.

آرایش: اقاقیا رنگ را زیبایی و مو را سیاهی می بخشد و چاره ترک های ناشی از سرماست.

دمل و جوش: در این زمینه اقاقیا با آس برابر است و کژدمه را علاج می نماید. اگر با سپیده تخم مرغ همراه باشد سوختگی و دمل های گرم را خوب می کند.

مفاصل: اقاقیا سستی مفاصل را از بین می برد.

اندام های سر: اقاچیا در مداوای قرحه های دهان مفید است .

اندام های چشم: تنها اقاچیا مصری در مداوای چشم مؤثر است که دید را نیرو می بخشد ، چشم را لطیف می کند ، چشم درد را آرامی می بخشد و سرخی داخل چشم را بر طرف می سازد .

اندام های دفعی: وارد بدن کردن به صورت (آپول - شیاف و ...) (اماله) و ضماد و شربت اقاچیا شکم را بند می آورد .

در معالجه خراش و اسهال خونی مفید است . سیلان رحم را قطع می کند . بر آمدن مقعد و رحم و سستی آنها را از بین می برد .

انگدان

دو نوع است سپید و سیاه . انگدان سیاه در غذاها داخل نمی شود .

خاصیت درمانی: لطافت زا است و بیخس بادآور . اگر تن را با آن و به ویژه با شیره آن ماساژ دهند در جذب کردن مواد به خارج بسیار مؤثر است .

آرایش: بوی تن را تغییر می دهد ، ضماد آن که با روغن زیتون باشد لکه سیاه خونی زیر چشم را به کلی از بین می برد .

دمل و جوش: در علاج زخم های درونی سودمند است ، اگر انگدان و بیخ آن را با مرهم ها مخلوط کنند خنازیر را درمان می کند .

مفاصل: انگدان مخلوط با روغن بنفشه یا روغن حنا درد مفاصل را درمان می کند .

اندام های غذا: بیخ آن باد گلو می آورد ، شکم را قبوضت می دهد ، دیر هضم است و هاضم ، معده را گرمی می بخشد ، تقویت می کند اشتها بر می انگیزد .

اندام های دفعی: اگر آن را با پوست انار و سرکه بپزند ، بواسیر مقعد را از بین می برد ، ادرار آور است و برای مثانه زیان آور .

زهرها: پادزهر هر سموم است .

انیسون

این دارو تخم رازیانه رومی است . تند مزگی آن از رازیانه خودرو کمتر است . دارای نوعی مزه شیرین و بهتر از رازیانه خودرو است .

مزاج: جالینوس گوید: گرم و خشک است .

خواص درمانی: باز کننده و کمی گیرنده و گس است . مسکن دردها ، عرق آور و بادشکن است و اگر در روغن جوشانده شود تأثیرش بیشتر است .

در مزاج انیسون اندکی تندی است که تقریباً با داروهای سوزنده برابر می باشد . سر: اگر آن را بخار کنند و بخار آن را استنشاق کنند سر درد و سرگیجه را از بین می برد .

اگر آن را بکوبند و با روغن گل محمدی بیامیزند و در گوش بچکانند بیماریهای درونی گوش را که ناشی از اثر ضربه یا برخورد باشد بهبود می بخشد و درد گوش را بر طرف می نماید .

چشم: برای سبیل مزمن داروی خوبی است .

دستگاه تنفس و سینه: شیر را فزونی می دهد .

تغذیه: حالت تشنگی را که از رطوبت های بورقی رخ می دهد از بین می برد .

برای بند آمدگی های کبدی مفید است و رطوبت طحال را بر طرف می سازد .

اندام های دفعی: بول و حیض سفید را ریزش می دهد. رطوبت های سفید را از زهدان پاک می نماید و شهوت جماع را بر می انگیزد. گاهی که سبب ادرار می شود شکم را بند می آورد، راه بندان های کلیه و مثانه و زهدان را باز می نماید. تب ها: با تب کهنه مقابله می کند.

زهرها: پادزهر هر سموم و حشرات سمی است و زبان آنها را دفع می نماید. انگشتان اخمو شکوفه سورنجان است و تأثیرش تأثیر سورنجان.

بسباسه

نوعی گردو است که به حجم مازو می باشد. پوستش نازک و زودشکن است و بوی خوش و تند دارد. خاصیت: قبوضیت دارد.

آرایش: کک و مک را می زداید و بوی دهان را خوش می کند.

چشم: تقویت دید می کند و داروی سبل است.

اندام های غذا: کبد و طحال و معده و به ویژه فم معده را تقویت می دهد. شکم را بند می آورد. مدر و داروی عبی اختیاری ادرار است، اگر با روغن ها مرهم شود مسکن درد است، و پوزه (شیاف زنانه) سودمند و مانع استفراغ است.

بلادر

میوه ای است شبیه هسته خرما و مغزی دارد همچون گردو، شیرین مزه است و بی گزند.

پوسته آن متخلخل و سوراخ است و در این سوراخها انگبینی لرج و بودار موجود است. اگر آن را به دندان بشکنند زیانی نمی رساند به ویژه اگر همراه مغز گردو باشد بهتر است.

مزاج: گرم و خشک.

خاصیت: انگبینش سبب قرحه و ورم می شود و خون و خلط ها را می سوزاند.

دمل و جوش: ورم های گرم درونی را بر می انگیزد.

مفاصل: در مداوای سردی و سستی عصب و فلج و کجی دهان مفید است. سر: برای رفع فراموش کاری خوب است ولیکن بیماری وسوسه و مالیخولیا را تحریک می کند.

اندام های دفعی: دود آن بواسیر را می خشکاند.

زهرها: از جمله سم هاست. سوزنده اخلاط و بدین سبب کشنده است.

پادزهر بلادر دو نوع است و روغن گردو از قوتش می کاهد.

بنفشه

گیاهی است مشهور و بیخش چون سایر اجزایش نیروی دارویی دارد.

مزاج: سرد و تر است.

خاصیت درمانی: خون معتدل بوجود می آورد.

دمل و جوش: بنفشه و برگ آن را با قاوت جو ضماد کنند ورم گرم را فرو می نشاند.

زخم و قرحه: روغن بنفشه برای گری (جرب) داروی خوبی است.

اندام های سر: بو کردن و بر سر مالیدن آن سردرد را تسکین می دهد .
 اندام های چشم: مالیدن و خوردن آن در مداوای رم د گرم مفید است .
 نفس و سینه: بنفشه و به ویژه مربای آن با شکر درمان سرفه گرم است و سینه را نرم می نماید .
 شربت آن درمان سینه پهلو و شش است و در این زمینه از جلاب بهتر است . (گلاب)
 اندام های غذا: التهاب معده را از بین می برد .
 شربت آن علاج درد کلیه، ملینی ملایم است و برآمدن مقعد را فرو می نشاند. خوردن بنفشه خشک صفرا را بیرون می راند .

بیدمشک

از نباتات خوشبو است .
 خاصیت: مالیدن آب و افشرداش ورم ها را فرو می نشاند .
 سر: شکوفه بیدمشک و بو کردن برگ آن بادهای متراکم سر را درمان می کنند .
 اندام های دفعی: شکم را روان می کند .

گل ختمی ، گل همه کاره

ختمی گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد و ساقه آن از کرکهای ریز خاکستری رنگ پوشیده شده است.
 ختمی با نام علمی (*Althaea of ficinalis*) گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است و دارای برگهای دندانه دار و پهن است. گل‌های آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی هستند که به صورت دسته های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود. این گیاه به علت داشتن گل‌های زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود.
 پژوهشها نشان می دهد ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و به طور کلی روی تمام اعضای بدون مخصوصا روده ها، ریه ها، معده، کلیه ها و مثانه موثر است.
 خواص درمانی ختمی بیشتر در برگ و گل این گیاه است. گل این گیاه را به صورت درمانی برای ناراحتی های تنفسی مثل آسم، برونشیت و سرفه به کار می برند. در ناراحتیهای نادر آسم پودر کرده این گیاه با عسل کاربرد موثری دارد. همچنین ختمی در عفونتهای ریوی جوابگوی بسیار خوبی است.
 این گیاه یکی از داروهایی است که پوست اندازی را سریع و شادابی پوست را تضمین می کند و ضد عفونی کننده بسیار خوب و ضد قارچ است.
 همچنین از گیاه ختمی در موارد ریزش مو، شوره و چربی سر استفاده می شود و داروی خوبی برای لینت بخشیدن به دستگاه گوارشی است که در موارد یبوست از آن استفاده می شود. می توان از این گیاه به صورت دم کرده استفاده کرد.
 گل ختمی انواع مختلفی دارد که هر کدام رنگهای متفاوتی دارند از جمله زرد، قرمز، بنفش و سفید.
 ختمی هایی که گل سفید دارند کاربرد درمانی بیشتری دارند. گل ختمی از اواسط خرداد تا اواخر پاییز گل دارد.
 موارد درمانی آن بیشتر برگ و گل این گیاه است. گل این گیاه را به صورت درمانی برای ناراحتی های تنفسی مثل آسم، برونشیت و سرفه به کار می برند. در ناراحتیهای نادر آسم پودر کرده این گیاه با عسل کاربرد موثری دارد. این گیاه همچنین در عفونت های ریوی جوابگوی خوبی است.

اگر در موقع استفاده برگ و گل آن با هم مخلوط شود بهتر است البته در موارد درمانی گل ارجح تر است. اصولاً چون این گیاه لعاب زیادی دارد برای شوره سر مورد استفاده قرار می گیرد و همچنین برای طراوت و شادابی پوست صورت از ماسک آن استفاده می شود.

این گیاه یکی از داروهای است که پوست اندازی را سریع و شادابی پوست را تضمین می کند و ضد عفونی کننده بسیار خوب و ضد قارچ می باشد.

این گیاه در موارد ریزش مو، شوره و چربی سر استفاده می شود. داروی خوبی برای لنیت بخشیدن به دستگاه گوارشی است که در موارد یبوست از آن استفاده می شود.

قسمتهای مورد استفاده این گیاه، گل، برگ و ریشه آن است. ریشه عمیق و طولانی دارد که آن را له می کنند و می شویند و سریع خشک کرده و از آن استفاده می کنند.

تمام موارد درمانی که در مورد گل و برگها گفته شد در مورد ریشه ی این گیاه هم صادق است.
ریخت شناسی

ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است .

گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می باشد پوشیده شده است .

برگهای ختمی دنداندار ، پهن و مانند قلب می باشد . گلهای آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود .

ختمی به علت داشتن گلهای زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود . تمام قسمتهای این گیاه استفاده طبی دارد .
ختمی چند نوع می باشد :

ختمی بنفش

ختمی سفید

ختمی سیاه

که خواص ختمی بنفش بیشتر میباشد .

ترکیبات شیمیایی:

ختمی دارای لعاب و موسیلاژ زیادی است . این گیاه دارای مواد نشاسته ای ، چربی ، اسانس آنتوسیانین Anthocyanin آل تئین Altheine ، دای اکسی بنزوئیک اسید Dioxybenzoic Acid و سیانیدین Cyanidin می باشد .

خواص دارویی

ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصاً روده ها ، ریه ها ، معده ، کلیه ها و مثانه موثر است .

خواص گل ختمی

۱) ملین و برطرف کننده یبوست است .

۲) بیماریهای تنفسی را برطرف می کند.

۳) سرفه های خشک را از بین می برد .

۴) برای رفع گلودرد جوشانده گل ختمی را غرغره کنید .

۵) عادت ماهیانه را منظم می کند .

خواص ریشه ختمی

۱) ناراحتی های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد .

۲) سرفه های خشک را از بین می برد .

۳) تب را پائین می آورد .

۴) اسهال خونی را شفا می بخشد .

۵) ادرار را زیاد می کند .

۶) کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند .

۷) تورم را رفع می کند .

۸) ناراحتی های دستگاه ادراری را برطرف می کند .

۹) قند خون را تنظیم می کند .

خواص برگ ختمی

۱- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است .

۲- برای التیام شکستگی ها ، برگ ختمی را بصورت ضماد در آورده و روی محل شکستگی بگذارید .

۳- ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است .

۴- ریشه را برطرف می کند .

۵- ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید .

نحوه استفاده :

۱. خیسانده ریشه ختمی : ۱۰ گرم ریشه ختمی را پوست کنده و خرد کرده و در یک لیتر آب سرد خیس کنید و پس از ۸ ساعت

آنها صاف کرده و نگهداری کنید این مایع در رفع اسهال خونی بسیار موثر است .

۲. دم کرده ختمی : در حدود ۲۰ گرم ریشه ختمی را تمیز کرده و خرد کنید و آنها در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند

تا سرد شود سپس آنها صاف کرده و با عسل مخلوط کنید .

۳. دم کرده گل ختمی : ۲۰ گرم گل خشک شده ختمی را در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنها با

قند یا عسل شیرین بکنید .

۴. محلول شستشوی چشم : نیم گرم گل خشک ختمی را در ۱۵۰ گرم آب ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنها

سرد کنید و ۵ قطره الکل کامفه در آن بریزید .

پراکنش

به صورت وحشی در تمام مناطق اروپا دیده می شود. در ایران در کناره چشمه ها و نهر ها دیده می شود .

نیازهای اکولوژیکی

این گیاه در خاکهای غنی از عناصر غذایی، هوموس فراوان و رطوبت زیاد رشد میکند.

ختمی چینی

از گل‌های عجیب و شگفت انگیزی که رویاهای جهانگردان را در جزایر گرمسیر اقیانوس آرام، به حقیقت پیوند می زند ختمی چینی

است.

از گل‌های عجیب و شگفت‌انگیزی که رویاهای جهانگردان را در جزایر گرمسیر اقیانوس آرام، به حقیقت پیوند می‌زند ختمی چینی است. این گل‌ها معروف به گل‌های جادویی هستند. مردم این جزایر معتقدند زمانی که این گل‌ها پدید می‌آیند، دیگر ارواح خبیثه شانس ندارند از این رو در آنجا از پیر و جوان، آویزه‌هایی از این گل‌های قیفی شکل و زیبا به رنگ‌های سرخ، زرد، نارنجی و سفید به کردن، سینه و گوش‌ها می‌آویزند و یا آنها را زینت بخش موهای سر خود می‌نمایند.

رویشگاه و ویژگی‌های گیاه شناسی

این گیاه پایا، بومی جنگلهای گرمسیر هندوستان بوده و از خانواده پنیرکیان می‌باشد. نام علمی این گیاه **Hibscus Rosa Sinensis** است که اولین بار گیاهشناس معروف سوئدی به نام کارل فن لینه آن را نامگذاری کرده است. ارتفاع گیاه به محل کاشت آن بستگی دارد و در فضای آزاد مناطق گرمسیری تا ۵ متر می‌رسد ولی در گل‌دان بیشتر از ۵/۱ متر رشد نمی‌کند. برگ‌ها تخم مرغی شکل، نوک تیز، سبز براق و دندانه دار می‌باشد. گل‌ها بر دو نوع هستند، بوته‌هایی با گل‌های پرپر و دیگری بوته‌هایی با گل‌های کم‌پر که بر روی شاخه‌های یکساله ظاهر می‌شوند. گلدهی گیاه در فصل تابستان آغاز شده و تا پایان پاییز ادامه می‌یابد، همچنین نگهداری این گیاه در فصل زمستان در گلخانه گرم، سبب گلدهی آن می‌شود. قطر گل‌ها حدود ۱۰ تا ۱۵ سانتیمتر می‌باشد و گل‌ها به رنگ‌های سرخ، زرد، نارنجی و سفید ظاهر می‌شوند. این گیاه معمولاً گل‌های زیادی تولید می‌کند ولی دوام گل‌های آن بسیار کم است.

روش تکثیر

ازدیاد این گیاه به وسیله قلمه انجام می‌شود. بدین منظور در فصل تابستان قلمه‌هایی به طول ۵ تا ۱۰ سانتیمتر از سرشاخه‌های بدون گل و غنچه جدا کرده و محل برش را در هورمون ریشه زافرو می‌برند. سپس قلمه‌ها را در جعبه نشا یا گل‌دانی که حاوی یک قسمت ماسه شسته شده و یک قسمت پیت ماس یا خاکبرگ است، کاشته و آنها را در جای گرم (دمای ۲۰ درجه سانتیگراد) نگهداری می‌کنند. به منظور استفاده هر چه بیشتر از رطوبت موجود توصیه می‌شود آنها را با پلاستیک بیوشانید. قلمه‌ها بعد از سه تا چهار هفته ریشه‌زایی را آغاز می‌کنند. پس از چندی می‌توان هر قلمه را در گل‌دانی که دارای مخلوط‌های معمولی خاک است، کاشته و آن را در جای گرم نگهداری کرد.

روش نگهداری

محل مناسب برای نگهداری این گیاه، پنجره‌های پر نور و آفتابی، جنوبی و غربی می‌باشد، در تابستان، زمانی که گرما به اوج می‌رسد، می‌توان با استفاده از پرده این گیاه را از پرتو مستقیم آفتاب دور نگه داشت، تا برگ‌ها دچار سوختگی نشوند. این گیاه به آب فراوانی نیاز دارد و باید سعی نمود که همیشه سطح خاک گل‌دان مرطوب باشد و هیچگاه خشک نشود. در فصل زمستان گیاه به آب کمتری نیاز دارد ولی نباید اجازه داد که گیاه به طور کامل خشک شود. در فصول رشد هر هفته یکبار می‌توان از کودهای مایع (۳ در هزار) استفاده نمود. با نزدیک شدن سرما باید از کوددهی صرف نظر کرد و گیاه را در مکان‌هایی با دمای ۱۰ تا ۱۵ درجه سانتیگراد نگهداری نمود. پس از اتمام گلدهی گیاه را هرس کرده و توصیه می‌گردد عملیات هرس به تناوب انجام شود تا گیاه فرم دلخواه خود را پیدا کند. گیاه هرس شده شاخه و برگ‌های جدیدی تولید می‌کند که گل‌ها بر روی آنها می‌رویند. گاهی به علت کمی نور برگ‌های گیاه شروع به ریزش می‌کنند و یا ممکن است بر اثر خشکی و یا جابجا کردن گیاه، غنچه‌های آن بریزد. پیچ خوردگی برگ‌ها نیز ممکن است بر اثر کم‌آبی و یا خشکی هوا صورت گیرد. در ضمن شته‌ها و کنه‌ها نیز در کاهش گلدهی گیاه دخالت دارند.

کاربرد

از آنجا ختمی چینی به نور فراوانی نیاز دارد، می‌تواند نور مستقیم آفتاب را تحمل کند. این گیاه به تنهایی و یا با گیاهانی مانند

نخل زینتی، کروتون، برگ بیدی، قلب ارغوانی، افریبا، اشوریا، شمعدانی و یوکا در کنار پنجره های جنوبی و غربی مورد استفاده قرار می گیرد. همچنین می توان آن را در فصل تابستان در حیاط منازل و مکانهای پر نور قرار داد. امروزه از گل‌های بریده پرپر ختمی چینی با رنگهای متنوع برای زینت مجالس رسمی استفاده می گردد و برای منظور می توان از وارپته **Indian Maid** با گل‌های در رنگ قرمز و زرد و یا وارپته **Dr.Jack** با گل‌های قرمز روشن استفاده نمود.

دیگر موارد مصرف این گیاه

گیاه گل ختمی با ورم معده مقابله می کند

گل ختمی علاوه بر خاصیت محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی، با ورم معده نیز مقابله می کند.

به گزارش سرویس بهداشت و درمان ایسنا - منطقه یزد- محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی از خواص مهم دارویی گیاه گل ختمی بشمار می آید.

ریشه گیاه ختمی با افزایش اسید معده و ورم معده نیز مقابله می کند و دم کرده این گیاه و نیز برگ آن برای درمان ورم شانه و همچنین تکرر ادرار قابل استفاده است.

همچنین شایان ذکر است: ریشه این گیاه به صورت پماد برای درمان جوش و خارش استفاده می شود.

گیاه گل ختمی با ورم معده مقابله می کند

گل ختمی علاوه بر خاصیت محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی، با ورم معده نیز مقابله می کند.

به گزارش سرویس بهداشت و درمان ایسنا - منطقه یزد، محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی از خواص مهم دارویی گیاه گل ختمی بشمار می آید.

ریشه گیاه ختمی با افزایش اسید معده و ورم معده نیز مقابله می کند و دم کرده این گیاه و نیز برگ آن برای درمان ورم شانه و همچنین تکرر ادرار قابل استفاده است.

همچنین شایان ذکر است؛ ریشه این گیاه به صورت پماد برای درمان جوش، خارش و بیماری جلب استفاده می گردد.

برطرف کردن تب و سرماخوردگی با گیاه ختمی

ریشه گیاه ختمی در درمان کاهش اشتها، ناراحتی های دستگاه گوارش، تب و سرماخوردگی، احتمال ابتلا به عفونت، ناراحتی های کبد و صفرا و التهاب دهان و حنجره به کار می رود. با توجه به نبود مستندات علمی توصیه شده است که بهتر است این گیاه با احتیاط مصرف شود. لازم به ذکر است مصرف همزمان داروهای خوراکی با این گیاه موجب به تأخیر افتادن جذب داروها می گردد.

افراد مبتلا به آلرژی، گیاه گل ختمی مصرف کنند

آزمایشات متخصصان دانشگاه علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری حاکیست: مصرف گیاه گل ختمی باعث کاهش آلرژی در بین افراد در فصول مختلف سال می شود.

مدرس دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد در رشته علوم دارویی و داروسازی گفت:

مبتلایان به آلرژی برای کاهش و یا بهبود این بیماری می توانند از این گیاه به صورت دم کرده استفاده کنند.

دکتر حجت الله روحی بروجنی روز سه شنبه در گفت و گو با ایرنا افزود:

آزمایشات و تحقیقات به عمل آمده در دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد روی افراد مبتلا به آلرژی نشان می دهد که این گیاه در کاهش التهابات حلقی بسیار موثر و مفید است و گیاه گل ختمی آلرژیوم نیست.

به گفته وی، همچنین کسانی که برغم استفاده از داروهای ضدسرفه، کاهش سرفه ندارند باید از گیاه گل ختمی استفاده کنند.

وی گفت: بدن برخی از بیماران در مقابل داروهای ضدسرفه مقاوم شده است که در این حالت باید گل ختمی و شیرین بیان مصرف کنند.

روحي یادآور شد: مصرف شیرین بیان برای کسانی که از درد زخم معده رنج می‌برند، مفید است و استفاده از آن موجب کاهش التهاب دستگاه گوارش و نیز پانسمان زخم‌های گوارشی می‌شود.

مدرس دانشگاه علوم پزشکی در رشته علوم دارویی و داروسازی گفت: مصرف شیرین بیان برای بیماران مبتلا به تب مالت نیز بسیار مفید است.

روحي همچنین گفت: استفاده از گیاه گل برنجاس بر کنترل سندرم روده تحریک پذیر (IBS) بسیار مفید است و بتازگی به‌عنوان یک داروی گیاهی بادشکن در مراجع پزشکی مطرح شده است.

این مدرس رشته علوم دارویی و داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد گفت:

مصرف گیاه بابونه نیز باعث کاهش التهاب‌های پوستی و اگرما در افراد می‌شود.

روحي اظهار داشت: کرفس کوهی نیز باعث تقویت و افزایش هوشبری و هوشیاری در بین افراد می‌شود.

به گفته وی، در زمان حاضر بیش از «????» گونه گیاه دارویی در استان چهارمحال و بختیاری شناسایی شده است.

وی گفت: با فرآوری و تولید گیاهان دارویی می‌توان زمینه اشتغال بسیاری از جوانان جویای کار را فراهم و چهارمحال و بختیاری را حتی تبدیل به منطقه تولید گیاهان دارویی در سطح جهان کرد.

منابع:

ختمی «دارویی» <http://daneshnameh.roshd.ir>

ختمی Marshmallow <http://aftab.ir>

خواص درمانی ختمی <http://www.sabziran.ir>

ختمی چینی <http://www.jkmt.ir>

ختمی دارویی: <http://akesh.persianblog.ir> Althaea officinalis

گل ختمی (ختمی) <http://www.parsiteb.com>

اکلیل کوهی

نویسنده: میرحیدر

به فارسی «اکلیل کوهی» و باغبانها در تهران «رومارن» می‌گویند و در کتب طب سنتی با نام «الکلیل الجبل» نام برده شده است. به

فرانسوی *Romarin officinal* و به انگلیسی *Rosemary* می‌شود. گیاهی است از خانواده *Labiatae*، نام

علمی *Rosmarinus officinalis* L. آن می‌باشد. مشخصات

گیاهی است چند ساله به صورت درختچه کوچک که ارتفاع آن ۱-۲ متر می‌شود. برگهای آن متقابل، باریک، دراز، نوک تیز، و

کمی خشن است. روی برگ بدون کرک و سبز ولی پشت آن پوشیده از کرک پنبه‌ای و سفید است. گل‌های آن سفید مایل به

بنفش می‌باشد و در اواخر بهار از لابه لای برگها بیرون می‌آید. میوه آن چهار فندقه و به رنگ قهوه‌ای و سفت و گرد و تخم آن

کوچک که در داخل میوه است. تمام برگ و شکوفه و اعضای گیاه معطر و خوشبو و برگ و شکوفه آن کمی تلخ و تند است.

این گیاه در منطقه مدیترانه و بیشتر در سواحل مدیترانه ولی در عین حال در تپه‌ها و ارتفاعات مناطق خشک صحرا نیز می‌روید

در ایران اکلیل الجبل کاشته می‌شود.

تکثیر آن از طریق کشت بذر آن و قلمه آن در خزانه صورت می‌گیرد و روش قلمه معمولتر می‌باشد و پس از اینکه قلمه‌ها ریشه دار شدند در فصل مناسب به مزرعه اصلی منتقل می‌شوند. روش کاشت این که فاصله بین خطوط ۱ متر و فاصله بین بوته‌ها روی خطوط ۴۵ سانتی متر گرفته شود. برداشت سرشاخه‌های نازک و برگ آن ممکن است سالی دو بار انجام شود، برگ‌ها که برداشت می‌شود برای اینکه اسانس آن از دست نرود باید فوراً پس از برداشت در محل سایه پهن شده و خشک شوند و به این ترتیب برگ‌ها رنگ سبز و بوی مطبوع تلخ و شیرین خود را حفظ خواهند کرد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی اکلیل الجبل دارای اسانس روغنی فرار است (گیاه تازه در حدود ۵/۱-۵/۰ درصد). اسانس اکلیل الجبل شامل آلفا-پینن، سینئول، بورنتول، کامفور، زمارن است. گل‌ها و سرشاخه‌ها گل‌دار و برگ‌ها و اسانس آن هم در طب سنتی کاربرد دارد. خواص کاربرد

در تایوان، اکلیل الجبل به عنوان مهیج و سقط‌کننده جنین مورد توجه است و مصرف زیادتر از حد مجاز آن را سمی می‌دانند. در فلپین جوشانده برگ‌های آن را به عنوان مقوی تونیک، بادشکن، محرک، معرق و قاعده آور مصرف می‌کنند، ولی در مصرف داخلی خیلی کم و به مقدار کم استعمال می‌شود. در استعمال خارجی آب خیسانده برگ‌های آن برای شست و شوی چشم در موارد ورم‌های ملتحمه زکامی به کار می‌رود و برای حمام کردن زنان که تازه وضع حمل کرده‌اند، به عنوان حمام معطر و همچنین برای حمام کردن بیماران روماتیسمی و فلج‌ها کاربرد دارد. اسانس اکلیل الجبل برای جلوگیری از ریزش مو موثر است و برگ‌های آن به عنوان ادویه معطر در آشپزخانه به کار می‌رود.

اکلیل الجبل از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی خیلی گرم و خشک است و خوردن آن برای سرفه‌های رطوبی مزمن و تنگی نفس و خفقان سر و استسقای زقی (زرد آب در پرده صفاقی شکم جمع شود) که با حرارت و عطش شدید توأم نباشد و برای باز کردن گرفتگی‌ها و انسداد کبد، طحال، پاک کردن ریه، تحلیل بادها، تسکین درد کبد، معالجه یرقان سوداوی، خرد کردن سنگ کلیه و مثانه، ازدیاد ترشح بول و حیض مفید است. ضماد آن برای تحلیل ورم‌های مزمن مفید است و ضماد برگ آن از سایر اعضا قوی‌تر است و اگر ضماد برگ آن را در موارد چشم درد سرد به کار برند، درد را کاهش می‌دهد.

اکلیل الجبل برای گرم مزاجان مضر است از این نظر باید با سکنجبین خورده شود، مقدار خوراک آن تا ۱۲ گرم و جانشین آن از نظر خواص دارویی افسنتین است. در مورد مصرف دم کرده آن ۲۰-۵ گرم برگ و یا سرشاخه گل‌دار آن برای هزار گرم آب کافی است. در مواردی که نتیجه خوب گرفته شود این مقدار تا ۵۰ گرم امکان افزایش دارد. خیس کرده ۴۰-۳۰ گرم برگ و سرشاخه‌های گل‌دار آن در سرکه رقیق که مدت ۲-۳ روز بماند و پس از آن روزی ۵-۴ قاشق خورده شود به عنوان مدر برای ازدیاد ترشح بول و استسقا نافع است.

الکولاتور اکلیل الجبل: سرشاخه‌های گل‌دار تازه اکلیل الجبل ۱۰۰۰ گرم، الکل ۸۰ درجه ۳۰۰۰ گرم، عرق اکلیل الجبل ۱۰۰۰ گرم، مدت ۴ روز بخیسانند و سپس در حمام ماریه تقطیر کنند تا جمع محصول تقطیر شده به ۲۵۰۰ گرم برسد. مقدار خوراک ۲۰-۱۰ گرم بسته به مَرود در یک شربت مناسب ریخته روزانه خورده شود.

در فرانسه ۱۰-۵ گرم سرشاخه گل‌دار و گل‌های گیاه را در یک لیتر آب جوش دم می‌کنند و ۳-۲ فنجان در روز به عنوان ضد اسپاسم در موارد آسم روزانه می‌خورند. همچنین به عنوان محرک در موارد سوهاضمه ۲۰-۱۰ گرم گیاه اکلیل کوهی خشک را در یک لیتر سرکه رقیق خوب ریخته مدت یک شب می‌گذارند خیس بخورند و سپس صاف کرده و در هر وعده غذا یک لیوان از آن را می‌خورند.

در موارد گریپ نیز مرسوم است ۶۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش دم میکنند و ۳-۲ فنجان در روز به عنوان ضد

اسپاسم می خورند.

منبع: www.taamasrar.com**برگ بو**

درخت آن به فارسی «باهستان» گفته می شود، در کتب طب سنتی به نامهای «درخت غار»، «برگ بو»، «مازیرون»، «دفته» و «شجره الرند» نام برده شده است. به فرانسوی Laurier و Laurier sauce و به انگلیسی Laurel , true laue laurel گفته می شود. گیاهی است تیره Lauraceae نام علمی Laurus nobilis L. آن است میوه درخت «باهستان» را «دهشمت» یا «حب الغار» میگویند و به هندی نیز حبالغار می شود.

مشخصات

برگ بو گیاهی است به صورت درخت و درختچه همیشه سبز و ناخزان (در مناطق با زمستانهای خیلی سرد باید حفاظت شود)، در شرایط مساعد ارتفاع آن ۲۰-۱۵ متر هم می رسد ولی معمولاً ۸-۷ متر می باشد. گیاهی است پلی گام و در عین حال ممکن است گل‌های نر و ماده و همچنین گل‌های هر مافرودیت (نر و ماده در یک گل) روی یک درخت دیده شود. برگها متناوب، سبز تیره، بیضی شکل، نوک تیز و معطر و زیبا هستند گل‌های آن کوچک به رنگ زرد با خاکستری روشن و میوه آن کوچک به رنگ ارغوانی تیره و به اندازه دانه انگور می باشد. درختچه ای است زیبا، فرانسوی ها آن را لوریه شاعران هم می گویند.

تکثیر آن با قلمه و قلمه های ریشه دار و یا با پاجوش انجام می شود و پس از ۸-۷ ماده ریشه های آن به قدر کافی توسعه یافته و مستقر می شود. این درخت در خاک‌های غنی و قابل نفوذ رشد خوبی دارد. چیدن برگ‌های معطر آن برای اینکه سبزی کامل نشود معمولاً باید صبح زود انجام شود و برای خشک کردن روی هم انباشته نشود و در لایه های نازک و در سایه پهن و خشک شود. خشک کردن در آفتاب موجب می شود که رنگ سبز زیبای آن قهوه ای شود و مقدار زیادی روغن معطر و اسانس آن از بین برود.

ترکیبات شیمیایی

میوه این درخت دارای اسانس روغنی فراری است که دارای مقدار زیادی اسید یوریک است. اسید لوریک از اسیدهای چرب است که به شکل متبلور سفید در می آید. در برگ‌های خشک برگ بو نیز از ۳-۱ درصد اسانس روغنی فرار بسیار معطر وجود دارد که از طریق تقطیر می توان استخراج نمود. در برگ‌های گیاه نیز اسانس روغنی فرار وجود دارد.

خواص و کاربرد

از نظر حکمای مغرب زمین تا اواخر قرن هیجدهم که گیاه درمانی، رونق وسیعی در اروپا داشت، دانشمند و حکمای اروپا معتقد بودند که میوه درخت برگ بو به عنوان محرک در تسریع و تشدید قاعده زنان موثر است و به همیک دلیل در مواردی به عنوان دارو و برای سقط جنین به کار می رفته است. در کتاب گیاه درمانی به نام گرت هربال که در سال ۱۵۲۶ میلادی دانشمند معروف [پیتر تروریس] آن را تهیه کرده و در انگلستان چاپ شده، در مورد کاربرد میوه و برگ درخت غار چنین آمده است:

«خمیری که از گرد حاصل از کوبیدن میوه های این درخت به دست آمده مخلوط با عسل برای معالجه رنگها و لکه های غیر طبیعی پوست صورت و همچنین برای از بین رفتن دانه ها و لکه های قرمز رنگی که در پوست صورت جوانان می زند تجویز می شده است.»

دانشمند دیگری به نام [کول پیر] در کتابش به نام کمپلیت هربال که در اواسط قرن هفدهم نوشته است در مورد میوه درخت برگ بو می نویسد:

«روغنی که از میوه‌ی درخت برگ بو به دست می‌آید برای انواع ناراحتی‌های مفاصل، اعصاب، معده، شکم و رحم انواعی از قلوها و تشنجهای عضلانی گرفتگی عضلات یا سیخ شدن عضلات، انواع درد‌ها، بی‌حسی در هر نقطه از بدن و درد‌های رحمی و زاهدان مفید است، به این ترتیب که محل ناراحت را روغن مالی می‌کنند. برای رفع درد‌های گوش هم چند قطره از این روغن استفاده می‌شده است و یا بخور حاصل از جوشانده میوه‌ها و برگ‌های آن به وسیله‌ای مثل قیف یا بادگیر داخل گوش می‌کرده‌اند» برای از بین بردن لکه‌های کبود خونمردگی در پوست و گوشت بدن از مالش روغن آن در محل آسیب دیده استفاده می‌شده است که خونمردگی خیلی سریع جذب می‌شده است. ضمناً مالش روغن آن برای رفع خارش و عوارض جرب در پوست و عوارض ورم و آثار ضربه‌هایی مانند شلاق روی پوست بسیار موثر است. غار طبق نظر حکمای طب سنتی شرق گرم و خشک است، مغز میوه آن گرمتر از پوست و برگ آن گرمتر از برگ پوست آن و روغن آن گرمتر از سایر اجزا و حتی از روغن گردو نیز گرمتر است. خواص آن مفرح و مقوی و مدر و ضدسم است خصوصاً میوه آن، اگر میوه آن با سرکه خیلی رقیق خورده شود برای سردردهای بلغمی، گازها، نفخها، صرع، وسواس، تقویت ذهن و فهم بسیار نافع است. مالیدن روغن آن برای درد اعصاب و رفع حواس پرتی و افزایش حافظه خوب است. اگر ساییده میوه آن با روغن گل سرخ و سرکه مخلوط شود، قطره آن برای رفع درد‌های سر و گوش و رفع صدا و طنین در گوش و ثقل سامعه مفید است و موجب تقویت گوش می‌شود و همچنین اگر قطره روغن آن مصرف شود نیز همین نتایج را برای گوش خواهد داشت. مضمضه دم کرده برگ آن برای تسکین درد دندان مفید است. اگر با میوه و برگ کوبیده آن مخلوط با عسل انگشت پیچ درست شود خوردن آن برای امراض سرد و اگر با سکنجبین انگشت پیچ درست شود خوردن آن برای امراض گرم و زخمها و جراحات ریه و سرفه کهنه و تنگی نفس مفید است. خوردن میوه آن برای تحلیل باد و گازهای غلیظ و دل پیچه و امراض کبد و طحال و با عسل برای طخم روده‌ها و خوردن روغن آن با سرکه انگور برای درد کبد مفید است. اگر ۱۰ میلی گرم میوه آن را ساییده و بخورند دل پیچه را فوراً تسکین می‌دهد. روغن آن ایجاد آشفستگی و دل به هم خوردن می‌کند و قی آور است و ترشح ادرا را زیاد می‌کند و ترشح حیض را افزایش می‌دهد. اگر در دم کرده آنبنشینند برای امراض کلیه و مثانه و رحم مفید است. خوردن میوه آن برای خرد کردن سنگ مثانه نیز مفید است و پیاف تیه شده از میوه آن موجب سقط جنین می‌شود. خوردن و یا مالیدن روغن آن در مواضع درد برای رفع دردهای مفاصل و درد کمر مفید است، مالیدن روغن آن با سرکه روی پوست برای رفع لکه‌های جلدی موثر است.

این گیاه دارای ضررهایی نیز هست. میوه و روغن آن معده را سست کرده و قی آور است و مضر سینه می‌باشد و اصلاح آن با خوردن کتیرا میسر است. مقدار خوراک از میوه و برگ آن ۱۰-۲ گرم است. مقدار ۱۰ گرم آن مسهل است.

در اصطلاح طب سنتی میوه درخت غار را «بالغار» می‌گویند، به خجم گیلاس، خیلی معطر و سیاه رنگ و دارای روغنی سبز رنگ و نیم جامد است. تهیه روغن حب الغار به ترتیب زیر است:

روش اول: حب الغار خشک را نیم کوب کرده و در روی الک بریزند و روی بخار آب جوش گذارند تا نرم شود سپس آن را در کیسه محکمی ریخته و آن کیسه را در میان ۲ قطعه آهن سوراخ دار که با آب جوش گرم شده باشند گذارده و فشار می‌دهند.

روغنی که از آن خارج میشود با کاغذ صاف کنند. سابقاً در بازار ایران برگ بو را به نام «سازج هندی» عرضه می‌کردند.

روش دوم: دانه گیاه یا حب الغار را گرفته در آب بپزند و بگذارند سرد شود قشری که روی آب می‌گیرد بردارند. روش دیگر این است که میوه و برگ آن را بپزند و پس از آن عصاره آنها را با فشار گرفته با دو برابر وزن آن روغن زیتون مخلوط، روی آتش ملایم بگذارند آنقدر که آب آن تبخیر شود و روغن بماند و دقت شود که نسوزد و آن روغن را به کار برند. در هندوستان از میوه گیاه به عنوان قاعده آور و بند آور دن اسهال و قطع ترشحات مهبل و استسقا مصرف می‌شود. تذکر ای نکته ضروری است که باید دقت شود که اولاً- برگها و میوه درخت غار را با برگهای درخت دیگری به نام یا غار گیلاسی که در شرایط خاصی سمی است

اشتباه نشود ثالثاً با درخت دیگری به نام خرزهره نباید اشتباه شود البته مشخصات در خواص سایر ها که با برگ بو به کلی متفاوت هستند .

منبع: www.taamasrar.com

جینکو، قدیمی ترین گونه گیاهی جهان

جینکو درختی است برگریز که قدیمی ترین گونه گیاهی به جای مانده در جهان می باشد. بعضی قدمت آن را بیش از ۲۰۰ میلیون سال و بعضی بیشتر می دانند. ارتفاع این درخت تا ۳۷ متر و قطر آن حدود یک متر و عمرش گاهی به هزار سال می رسد. برگهای آن بسیار ظریف و زیبا و به شکل بادبزنی هستند. برگ جینکو دارای رنگ سبز نسبتاً روشن بوده و همین رنگ به درخت زیبایی خاصی می دهد. این درخت دارای رشد بسیار کند و آرامی می باشد. میوه جینکو دارای قسمت گوشتی آبدار با بوی بد بوده و دانه ای در وسط آن است. این دانه شبیه دانه بادام می باشد و در بعضی از مناطق آسیا به عنوان خوراکی به فروش می رسد.

این درخت بومی کشور چین بوده و در ژاپن نیز گسترش دارد. کشت جینکو در سالهای اخیر در مناطق مختلفی از جهان از جمله ایران معمول گشته است. از قدیم این گیاه به عنوان یکی از گیاهان با اهمیت چین محسوب می شده. اکثر محصولات استاندارد جینکو حاوی ۲۴ درصد فلاوگلوکزید جینکو است. مقدار مصرف آن ۴۰ تا ۸۰ میلی گرم در هر بار مصرف و سه نوبت در روز است.

آزمایشهای کلینیکی نشان داده است که مصرف فرآورده های جینکو حداقل باید ۱۲ هفته ادامه یابد تا آثارش پدیدار شود البته در مواردی پس از دو تا سه هفته تاثیر آن در افراد ظاهر می شود.

از عصاره برگ جینکو فرآورده های صنعتی مختلفی از جمله قرص، کپسول و قطره تهیه شده که توصیه می شود از این گونه محصولات استاندارد استفاده شود نه از برگ گیاه و دم کرده یا جوشانده آن.

«ترکیبات شیمیایی جینکو»

قسمت مورد استفاده جینکو برگهای آن می باشد که ترکیباتش بشدت تحت تاثیر فصل برداشت آن است. بیشترین درصد مواد و تغییرات آن، مربوط به فصل پاییز می باشد. ترکیبات جینکو به شرح زیر است:

فلاونوئیدها، ترپنوئیدها، اسیدهای آلی و ترکیبات دیگر از جمله کربوهیدرات، الکلهای، کربورهای خطی و کتونهای دانه که دارای ۳۸ درصد کربوهیدرات، ۴ درصد پروتئین، ۲ درصد چربی، آلكالوئیدها، اسید آمینه، گلوکزیدهای سیانوژنیک و فنلهاست.

«خواص غذایی-دارویی جینکو»

* تحریک گردش خون مغزی: نارسایی گردش خون در مغز می تواند باعث دلهره، استرس، کمی حافظه، مشکلات شنوایی و کاهش تمرکز شود که این موارد می توانند با جینکو تخفیف یافته و یا درمان شوند. به طوری که مصرف عصاره جینکو در ۷۰ درصد از بیماران باعث افزایش جریان خون مغزی شده است.

* مصرف عصاره جینکو برای کاهش استرس و دلهره مؤثر است.

* باعث تحریک گردش خون عمومی بخصوص در افراد مبتلا به آسم می شود.

* در افزایش حافظه بسیار مؤثر است.

* در حالاتی شبیه به آلزایمر تأثیر مثبت درمانی دارد.

* عصاره جینکو در سلولها، بهره وری گلوکز و اکسیژن را زیاد می کند و در خنثی کردن رادیکالهای آزاد نقش مهمی دارد.

* از نظر بالابردن استقامت جدار سلولها دارای اثرات مثبت است.

* ثابت شده که میزان اسیدهای چرب اشباع نشده اعصاب از دیگران اعضای بدن بیشتر بوده و به همین دلیل نیز در معرض تخریب به وسیله رادیکالهای آزاد قرار می گیرند؛ حال علت محافظت عصبی جینکو به دلیل اثرات خنثی کننده رادیکالهای آزاد روشن می شود.

* جینکو ضد تجمع پلاکتهاست که به علت اثر مستقیم بر روی جدار سلولها و اثر آنتی اکسیدانی آن است.

* مهمترین استفاده درمانی از محصولات جینکو، جلوگیری از فراموشی است؛ ولی باید دانست که این دارو درمان کننده قاطع و کاملی نمی باشد. این محصولات می توانند سرعت رسیدن به فراموشی را کاهش داده و یا به تاخیر اندازند ضمن اینکه به عنوان داروی پیشگیری نیز مصرف می شوند.

«تذکر»

مصرف محصولات جینکو در حد دارویی دارای عوارض جانبی نبوده و یا به صورت محدود گزارش شده که شامل حساسیتهای پوستی، اسهال، سردرد، بی خوابی، اضطراب، تهوع و مشکلات روده و معده می باشد. این عوارض ماندگار نبوده و با قطع مصرف دارو برطرف می شود.

منبع: مجله روزهای زندگی شماره ۳۲۹

مرزه

نام علمی : *Satureia hortensis*

نام عمومی : Savory

نام انگلیسی : Garden savory , Savory

نام عربی : Nadgh

نام فرانسوی : Sarriette

نام آلمانی : Bohnenkrot

نام خانواده : Labiatae (خانواده نعنا)

گیاه شناسی :

مرزه ، گیاهی است علفی ، یک ساله و دارای ساقه های منشعب به طول تا ۳۰ سانتی متر ، رنگ گیاه سبز کدر می باشد که با همین مشخصه با دیگر گونه ها متفاوت است . ساقه مرزه دارای گره هایی است که از همین گره ها ساقه های دیگر منشعب می شوند و این ساقه ها نیز به نوبه ی خود دارای انشعابات جدید می گردند ، به همین دلیل بوته گیاه به صورت پرشاخه و پرپشت به نظر می رسد .

برگ های گیاه باریک ، دراز ، نوک تیز ، نرم و پوشیده از تارهای کوتاه است که مات و کدر به نظر می رسند . برگ های مرزه همچنین دارای یک رگبرگ و غده های حاوی اسانس است . گل های آن نیز کوچک و به رنگ سفید ، سفید مایل به گلی یا گلی رنگ است که در فصل تابستان ظاهر می شوند . این گل ها به صورت ضخیم و در طول ساقه قرار گرفته اند . مرزه به دو صورت خودرو و کشت شده وجود دارد . انتشار آن در اروپا به ویژه فرانسه ، سبیری ، جنوب و غرب آسیا و از جمله ایران است . محل رویش مرزه در ایران شامل شمال غرب ، تبریز ، خوی ، ارسباران و قسمت های مختلفی از خراسان است . پرورش این گیاه به عنوان سبزی خوراکی بوده و استفاده خشک آن در ادویه جات در نقاط مختلف ایران رایج است .

ترکیبات مهم :

مرزه تابستانی (برگ خشک) حاوی حدود یک درصد اسانس می باشد که شامل اجسامی از جمله کارواکرول ، تیمول ، بتاپنی ن ، پاراسیمین ، لیمونن و کامفن است . ترکیبات دیگر آن شامل ویتامین ها و مواد معدنی مختلف است . ترکیبات مرزه بسته به شرایط آب و هوای ناحیه رویش ممکن است متفاوت باشد .

خواص مهم :

مرزه به علت داشتن ترکیبات فنلی در اسانس و ترکیبات تانی در برگ ، دارای خاصیت قارچ ، ضد میکروب ، ضد اسپاسم و ضد اسهال می باشد .

همچنین مرزه دارای خاصیت ضد ادرارآوری بوده و در اروپا از قدیم به عنوان ضد تشنگی زیاد به خصوص در افراد مبتلا به مرض قند مورد استفاده بوده است . این اثر را به دلیل وجود جسم کارواکرول در اسانس آن می دانند .

میزان و طریقه مصرف :

به غیر از مصرف به صورت سبزی تازه ، می توان بر روی ۱/۵ گرم از خشک و خرد شده آن یک استکان آب جوش ریخته و ۲۰ دقیقه برای دم کشیدن آن صبر کرد ؛ بهتر است درب ظرف بسته باشد ، سپس صاف کرده و میل شود .

میزان مصرف تا ۳ قاشق چایخوری گیاه خشک در روز می باشد . در بعضی از کشورها تنتور مرزه وجود دارد . مصرف تنتور آن نیم تا یک قاشق چایخوری ۱ تا ۳ بار در روز

می باشد .

سمیت :

مرزه برای انسان سمیت ندارد . با این حال مصرف بیش از اندازه ممکن است التهاباتی در مخاط ایجاد کند . در بعضی از حیوانات مانند موش ممکن است باعث التهاباتی شود .

مهمترین اثرات گزارش شده مرزه :

ضد درد ، ضد آرتريت ، ضد باکتری ، ضد سرطان ، ضد ترشح ادرار ، ضد ویروس تبخال ، ضد التهاب ، ضد کرم ، ضد اکسیدان ، ضد عفونی کننده ، ضد قارچ ، ضد اسپاسم ، معرق ، هضم کننده غذا ، ادرار آور ، خلط آور ، مسکن ، محرک و مقوی معده .

نکات قابل توجه :

۱- مرزه به صورت های تازه ، خشک و مخلوط در ادویه جات ، دارای مصرف بالایی در جهان است .

۲- خواص مرزه خشک و یا در ادویه جات ، مشابه نوع تازه آن است و در غذاهای پختنی و بر اثر حرارت مقدار کمی از اسانس آن کاسته می شود ؛ از این رو تا حد زیادی خواص ذکر شده را همچنان در خود نگه دارد .

۳- به خاطر وجود اجسام فنلی از جمله تیمول و کارواکرول در اسانس آن ، مصرف مقدار زیاد آن توصیه نمی شود ؛ چرا که ممکن است باعث التهابات جداره ی روده و معده گردد .

منبع: دنیای تغذیه شماره ی ۸۷

مویزک

فارسی من مویزک و معرب آن مویزج است . اعراب به من زبیب الجبل ، یعنی کشمشش کوهی گویند و در بعضی از کتب زبیب بری ذکر شده است . من از اقوام نزدیک زبان پس قفا هستم . کولیها معمولا گرد کوبیده دانه های مرا به عنوان دوی ضد شپش به عوام می فروشند، ولی چون بارها استعمال آن ایجاد تحریکات در پوست سر شده است ، نپایستی آن را به کار برد. دانه های من

ضد عفونی کننده و مسقط جنین است و به کار بردن آن بدون تجویز پزشک خطرناک می‌باشد. چون یک دانه مرا در پنبه پیچیده کمی تر کرده آن را بکوبند تا شکسته شده، و بعد در سوراخ دندان کرم خورده بگذارند، درد آن را ساکت می‌کند.

اصول کلی در استفاده از گیاهان دارویی

اندازه ها و مقادیر

از آنجائیکه ممکن است در هنگام تهیه داروهای گیاهی ترازوی مناسب در دسترس نباشد می‌توان از وسایل زیر بعنوان واحد وزن استفاده نمود که تقریباً برابر با اوزان مورد نظر می‌باشد.

۰/۲۵ گرم = یک چهارم قاشق مرباخوری

۵/۰ گرم = نیم قاشق مرباخوری = یک قاشق مرباخوری

۲ گرم = یک قاشق مرباخوری سرپر

۳ گرم = یک قاشق غذاخوری پر ۴ گرم = یک قاشق غذاخوری لب‌پر

۵ گرم = یک قاشق غذاخوری سرپر

افنجان = در حدود لیتر آب و حدود ۲۰۰ میلی‌لیتر مقدار مصرف یک بار = یک فنجان متذکر می‌گردد که در مورد اوزان کمتر از ۰/۲۵ گرم حتماً می‌بایستی از ترازوهای دقیق استفاده گردد و در مواردی که تنظورها و یا عصاره‌های خاصی مورد نظر باشد بایستی داروهای مورد نظر را از داروخانه تهیه نمود.

تاریخچه استفاده از گیاهان دارویی

استفاده از گیاهان دارویی به منظور درمان با تاریخ زندگی انسان هم زمان بوده است. انسان در تمام دوران تاریخی چاره‌ای جز توسل به گیاهان نداشت. اگر چه در نیم قرن گذشته استفاده از داروهای شیمیایی و سنتزی به شدت رواج یافت ولی به سرعت آثار زیان بار آنها بر زندگی آنها سبب گرایش مجدد به گیاهان دارویی گردید، و این نکته که توسل به گیاهان دارویی همواره در طول تاریخ یکی از روشهای موثر درمان بوده است، به خوبی روشن است. تاریخ طب در کشور ما مربوط به دوره آریایی می‌باشد و اوستا (ق.م) اولین کتابی است که از گیاهان دارویی سخن گفته است. به نقل از اوستا اولین پزشک ایرانی تریته پدر گرشاسب پهلوان بوده است که از کاربرد گیاهان دارویی و عصاره آنها اطلاع داشته و مقام او در طب نظیر مقام ایمهوتپ (ق.م) در مصر باستان، انقلیبوس در یونان و آسکولانیوس در روم (سه رب النوع درمان) بوده است. قدیمی ترین گیاه دارویی در طول تاریخ "هوم" گیاه مقدس آیین زرتشت بوده است. در کتابهای پهلوی هوم را سرور همه گیاهان و استفاده از آن را باعث عمر جاویدان می‌داند. تاریخ استفاده دارویی از پیاز و ادویه به (ق.م) و به نقل از هردوت استفاده از گیاهان دارویی میرح (Commiphora)، کاسیا (Cinnamomu)، سیناموم (Cinnamimum Zylanica)، آنیز (Pinpimella anisum) مارجورام (Oroganum margorana) در مومیایی کردن اجساد به (ق.م) می‌رسد. قدیمی ترین کتاب چینی منسوب به شینون (ق.م) گونه دارویی را شرح داده، ماردوکاپالیدین (ق.م) گونه دارویی را کشت نموده است، در الواح سومری چگونگی کشت گیاهان را شرح داده، بقراط (ق.م) کاربرد دارویی (ق.م) گونه دارویی را شرح داده است. ظهور دانشمندانی نظیر سقراط، دیوسکورید، رازی، هروری، ابن سینا، ابوریحان بیرونی، جرجانی، خاندان بختیشوع سبب گسترش این علم در جهان گردیدند

گیاهان دارویی رستنیهایی با تاریخچه جالب توجه و ممتاز هستند. علاوه بر قدمت، گستره نفوذ این گیاهان در تاریخ ادیان و ملتها بسیار شایان توجه است بطوریکه در جای جای حوادث مهم تاریخی، سیاسی، اجتماعی و دینی، این گیاهان قرین توجه بوده و یا منجر به بروز حوادث مهمی شده اند. در بوندهشن (دایرةالمعارف زرتشتیها) به اسامی فرشتگان اداره کننده روزهای یک ماه اشاره شده که با نام گیاهان دارویی انطباق دارد، زعفران و نسترن از آن جمله اند. در سوره دهر، آیات پنجم و ششم می خوانیم "نیکوکاران عالم در بهشت شرابی نوشند که طبعش در لطف رنگ و بوی کافور است. در تاریخ اسلام، نام یهود بنی قریظه با حوادث مهم صدر اسلام قرین است. در زبان عربی یکی از نامهای درخت اقا، قریظه است. بنی قریظه نام طایفه ای از یهود بوده که در ابتدا به شغل دباغی اشتغال داشته اند و از این گیاه در فرآوری پوست استفاده می کرده اند. امروزه می دانیم که تاننها گروهی از مواد موثره هستند که در رسوب پروتیین نقش دارند و این اثر باعث خاصیت میکروب کشی، ضد خونریزی و انقباض بافتهای مختلف می شود. بنا براین برای رسوب دادن پروتیین پوست، در دباغی مورد استفاده قرار می گرفته است. از دیگر گیاهان دارویی سس است که در زبان عطاران و منابع طب سنتی به افتیمون معروف است که نام اخیر از صفت گونه ای در نام علمی آن گرفته شده است. از خواص درمانی این گیاه در درمان بیماریهای دماغی استفاده می شود. علاوه بر منابع طبی در متون ادبی هم از این گیاه نام برده شده است. با جستجو و دقت در منابع دینی، تاریخی و ادبی، اسامی گیاهان دارویی، وجوه تسمیه و حوادث مرتبط با این گیاهان به وفور به چشم می خورد. بنا بر این در کنار توجه فزاینده ای که به خواص درمانی این گیاهان می شود لازم است جهت آشنایی بیشتر نسل جوان با این وجوه تسمیه بررسیهای جامع تری انجام گیرد و حلقه های مجزای دانش بشری مربوط به گیاهان دارویی انسجام و اتصال بیشتری پیدا نماید

مهندسی ژنتیک در گیاهان دارویی

گیاهان منبع مهمی از دارو در طی هزارن سال می باشند. حتی امروزه، مرکز سلامت جهانی تخمین زده است که بالاتر از?? درصد از مردم هنوز بر روی درمانهای سنتی مثل استفاده از علف ها تکیه دارند. گیاهان دارویی منابع خیلی مهمی از داروهای حفاظت کننده ی زندگی برای اکثریت جمعیت جهان می باشد. روش های بر پایه ی بیوتکنولوژی برای انتخاب، دستورزی و حفظ ژنوتیپ های بحرانی گیاهان دارویی مهم می باشد. باززایی درون شیشه ای، پتانسیل خیلی قوی را برای تولید گیاهان با کیفیت بالا از لحاظ دارویی دارا می باشد. حفاظت سرمایی یک روش حفاظت در مدت زمان طولانی، در نیتروژن مایع است و فرصتی را برای حفظ گیاهان دارویی در معرض خطر مهیا می کند. تولید درون شیشه ای متابولیت های ثانویه با کشت سوسپانسیون سلولی گیاه در گیاهان دارویی مختلف گزارش شده است. بیوراکتورها یک قدم کلیدی در تولید تجاری متابولیت های ثانویه به وسیله ی بیوتکنولوژی هستند. انتقال ژنتیکی (انتقال ژن) ممکن است یک راه قوی برای افزایش تولید متابولیت های ثانویه ی جدید می باشد. بخصوص به وسیله ی اگروباکتیریوم ریزوژینس که باعث القای ریشه های موین می گردد. روشهای اصلاحی در گیاهان دارویی بطور کلی به دو دسته سنتی (انتخاب توده ای، دورگ گیری و زراعت متابولیتی) و مدرن (تغییر در ساختار ژنتیکی) طبقه بندی می شوند. استفاده از مهندسی ژنتیک متابولیتهای ثانویه شامل ایجاد جهش، انتقال ژن (استفاده از باکتری اگروباکتیریوم و تفنگ ژنی)، دستکاری تنظیم کننده های نسخه برداری ژنها و کشتهای درون شیشه ای می باشد که نتیجه این تکنیکها، ایجاد گیاهی ترانس ژنتیک (تراریخته) و پدیده زراعت مولکولی گیاهان دارویی خواهد بود

جهش، فرآیندی است قابل توارث که موجب تغییر دایم مجموع توارثی سلول شده و نهایتا موجودی زنده با ویژگیهای جدید ژنتیکی را بوجود میآورد که به موجود جدید موتان گویند. یکی از عوامل اصلی تکامل در گیاهان جهش یا موتاسیون است. همراه با دورگگیری و بیوتکنولوژی، جهش با ایجاد تنوع مواد اولیه برای گزینش را فراهم میآورد. از جهش در اصلاح نباتات استفاده زیادی شده است و تعداد زیادی واریته جدید از این طریق اصلاح یافتهاند. به عنوان مثال تا سال ??? تعداد واریتهای موتان

معرفی شده به ??? موتان رسید که این تعداد در حال حاضر چند برابر شده است. برای ایجاد جهش میتوان از جهش‌های فیزیکی مثل پرتوهای گاما و ایکس و جهش‌های شیمیایی مثل اتیل متان سولفونات، دی متیل سولفات و غیره استفاده کرد. در سازمان انرژی اتمی ایران تسهیلات استفاده از اشعه گاما برای اهداف اصلاح نباتات فراهم است. اصلاح گیاهان دارویی در ایران در آغاز راه است. با استفاده از تکنیکهای بهژادی مثل جهش مصنوعی امکان اصلاح گیاهان دارویی با عملکرد و ماده موثره بالا عملی است. سرعت اصلاح در این روش به ویژه برای گیاهانی که با بذر تکثیر مییابند بیشتر خواهد بود.

گیاهان زینتی

گیاهان زینتی بخشی از کل گیاهان موجود در دنیا هستند که بر اساس سلیقه انسان و دارا بودن خصوصیات ویژه ای از جمله رنگ، شکل اندازه گل، برگ و ساقه جزء گروه گیاهان زینتی قرار داده شده اند. یک گیاه را نمی توان به یک گروه خاصی از گیاهان محدود و منحصر نمود. با توجه به این امر مشاهده می شود که روز به روز تعدادی از گیاهان، از یک گروه به گروه دیگری وارد می شوند و بر تعداد گیاهان مشترک در بین گروه های مختلف افزوده می شود. با افزایش شناخت جنبه های مخاطره آمیز و مسمومیت زا در ارتباط با مصرف بی رویه مصرف داروهای سنتزی، علاقه به استفاده داروهای گیاهی در تمام دنیا رواج پیدا کرده است. بسیاری از گیاهان زینتی که هم اکنون در فضاهای شهری مورد استفاده قرار می گیرند، دارای ارزش دارویی می باشند که با شناخت این گیاهان زینتی چند منظوره و استخراج مواد موثره آنها از این گیاهان حداکثر استفاده می گردد. هم اکنون بالغ از ?????? گونه گیاه زینتی وجود دارد که بیش از ?????? گونه به عنوان گیاهان دارویی شناخته می شوند.. از نمونه های بارز گیاهان مورد نظر می توان به موارد زیر اشاره نمود: زنبق(ریزوم)، گل حسرت(پیاز)، سرخس(ریشه) سنبل الطیب(ریشه)، گل صابونی(برگ و ریشه)، عروسک پشت پرده(میوه)، شاهپسند(برگ)، گل انگشت دانه(برگ)، گل سرخ(میوه)، همیشه بهار(گل و برگ)، گل برف یا موگه(گل، برگ و ساقه های زیر زمینی)، بنفشه معطر و سه رنگ(تمام قسمتهای گیاه)، شب بوی خیری(برگ، دانه و گل)، گل صد تومانی(ریشه)، لادن(برگ، گل و شیره گیاه تازه)، گل ساعت(ریشه، برگ و گل)، سرخار گل(ریه)، مخلصه(سرشاخه های گلدار)، گل مغربی(دانه و گل و اعضای هوایی)، گل محمدی(گلبرگ)، تاج الملوک(دانه و گل)، اسطوخدوس(سرشاخه های گلدار و برگدار)، رزماری(برگ و سرشاخه های گلدار)، صبر زرد(برگ). لازم به ذکر است که این قسمتهای گیاهی در درمان اغلب بیماریهای کلیوی، جلدی، روده ای، تنفسی، قلب و عروق، التیام زخمها و سوختگیها، مواد آرایشی، تسکین اعصاب نقش ایفا می کنند. اطلاع رسانی و ترویج کشت و کار، حمایت صنعت طب سنتی و انجام تحقیقات در جهت افزایش مواد موثره قدم بلندی در استفاده از گیاهان دارویی بوده و باعث می شود، کشاورزان با اطمینان و رضایت خاطر بیشتری به کشت و کار گیاهان مورد نظر بپردازند

گل‌سنگها

گل‌سنگها تنها گیاهان موجود در تبلور گیاهی جهان هستند که آنها را در هیچ یک از رده های گیاهی نمی توان طبقه بندی کرد. گل‌سنگها از یک بخش قارچی(جذب کننده مواد معدنی) و یک بخش تولید کننده غذا(از راه فتوسنتز)، تشکیل می شوند. روابط بیولوژیکی ایجاد شده در گل‌سنگها(همزیستی) تکامل بسیار موفقی را در ترکیب قارچها و بخش همزیست فتوسنتز کننده آن ایجاد کرده که در نهایت باعث بوجود آمدن نزدیک به ?????? گونه از گل‌سنگها در جهان شده است. گل‌سنگها در حاصلخیزی خاک، و رشد گیاهان روی آن، ایجاد خاک از سطح صخره سنگهای لخت یا قلوه سنگها تاثیر داشته و از طرفی به عنوان منبع غذایی، مصالح لانه سازی، پناهگاه برای حیوانات، پرندگان و سایر مهره داران مورد استفاده قرار می گیرند انسان از گل‌سنگها به عنوان غذا و وسایل تزئینی، صنایع رنگرزی به عنوان دارو، سم، و فیبر و الیاف استفاده می کنند. همچنین گل‌سنگها در تهیه عطر، ادکلن و تهیه آنتی بیوتیک مورد استفاده قرار می گیرند. با آن که گل‌سنگها از شگفت انگیزترین و متداول ترین موجودات روی زمین هستند و

صرف نظرا از پوشش روی درختان، هشت در صد از سطح کره خاکی را اشغال می کنند، به نقش مهم اکولوژیکی آنها توجه نمی شود. گل‌سنگ ها به دلیل زندگی چند موجود زنده در کنار یکدیگر بیش از گیاهان و جانوران که بصورت انفرادی زندگی می کنند دارای زیبایی می باشند. هر تال گل‌سنگ نتیجه همزیستی دراز مدت قارچ با جلبک سبز، سبز-آبی و یا ترکیبی از آنها می باشد. گل‌سنگ ها علاوه بر نقشی که به طور طبیعی در تشکیل خاک، تداوم شبکه غذایی، تاثیر در تراکم پوشش گیاهی و کنترل جمعیت نرم تنان دارند، به لحاظ داشتن انواع هیدرات کربن، پروتئین، آنیوتیک و سایر متابولیت های ثانویه، از زمان نخستین تمدن چینی و مصری تا به امروز، مصارف خوراکی و دارویی نیز دارند. از میان ????? گونه گل‌سنگ شناخته شده از سراسر دنیا، خواص دارویی تعداد محدودی از آن ها شناسایی شده است. بررسی مجموعه انتشارات گل‌سنگ های ایران) (????-???? (نشان داد که تاکنون *Esculenta Everson Lecanora* ساکن زمین های نیمه بیابانی استپ های ناحیه ایرانو-تورانی، *Peltigera canina* (L.) Willd. و *Xanthoria parietina* از ایران گزارش شده اند، که به ترتیب دارای مصرف خوراکی، درمان هاری و یرقان می باشند گل‌سنگها در طب سنتی به عنوان ضد سرفه، ضد بیماریهای ششی مورد استفاده قرار می گیرند. کاربردهای داروسازی مواد گل‌سنگی توسط دانشمندی بنام Zopf در سال ۱۸۸۸ در کتاب Zopf's monography مورد استفاده قرار گرفته است).???? (Subramanian) داروهای از گل‌سنگها را گزارش کرده است) (???? (Hanssan و Schadler، Richardsoon (????) و) (????) Schindler در باره خواص دارویی گل‌سنگها اطلاعاتی ارائه کرده اند. مطابق آخرین تحقیقات صورت گرفته روی کاربرد های بیولوژیکی گل‌سنگها و مواد گل‌سنگی کارهای صورت گرفته را می توان به اشکال زیر تقسیم بندی کرد. فعالیتهای آنتی بیوتیکی، فعالیتهای آنتی توموری و آنتی موتاژنی، فعالیتهایی علیه ویروس ایدز، فعالیتهای آلرژنیک، فعالیتهای بازدارنده رشد گیاهان، فعالیتهای بازدارنده آنزیمی.

تا می توانید میوه و سبزی بخورید

آیا می دانید چرا توصیه به خوردن میوه و سبزی فراوان است؟ بیشتر حجم میوه مانند بدن انسان از آب تشکیل شده است. همانطور که ۸۰ درصد وزن بدن ما از آب تشکیل شده ۸۰ درصد حجم میوه ها را نیز آب تشکیل می دهد. تنها ماده غذایی که برطرف کننده تمام نیازهای بدن می باشد میوه است هیچ ماده غذایی وجود ندارد که ۸۰ درصد آب داشته باشد مگر میوه البته سبزیها نیز حاوی مقادیر زیادی آب هستند. میوه ها فاقد کلسترول مضر هستند.

میوه ها برخلاف گوشت و لبنیات که حاوی کلسترول مضر هستند از آن تهی می باشند؛ میوه موجب تقویت حافظه می شود. لازم به ذکر است که میوه سوخت اساسی مغز است و تاثیر مثبتی بر روی مغز می گذارد، اگر میزان مصرف میوه بالا باشد مغز می تواند اطلاعات را سریع تر و آسان تر بازخوانی کند. رژیم غذایی که فیبر در آن وجود داشته باشد ضد چاقی، فشار خون بالا و عوامل دیگری است که احتمال ابتلا به بیماریهای قلبی را افزایش می دهد. میزان فیبری که هر فرد روزانه مصرف می کند بسیار با اهمیت است و میوه تنها ماده غذایی است که حاوی فیبرهای سالم و طبیعی می باشد. البته سبزیها نیز اگرچه به پای میوه ها نمی رسند ولی آنها هم سرشار از فیبر هستند. توصیه می شود که با خوردن میوه و سبزی روزانه ۳۰ - ۲۵ گرم فیبر به بدنتان برسانید.

مصرف میوه احساس خوبی را در انسان به وجود می آورد و افسردگی را برطرف می نماید. خوردن میزان زیاد میوه تاثیر بسزایی در سلامت انسان دارد، حتی خورد آب میوه نیز تاثیریرات فراوانی را در بر دارد.

البته باید صبور باشید چرا که تقریباً "۲۰ روز وقت لازم است تا متوجه تاثیر آن شوید.

شایان ذکر است که آب میوه را باید ۲۰ دقیقه قبل از مصرف هر وعده غذایی بنوشید. با این روش غلیانی در معده به وجود نمی

آید و مواد تغذیه ای میوه، به شکل موثری توسط خون جذب می شود.

تغذیه و درمان با سبزی های صحرایی

نویسنده: دکتر معصومه رفیقی مرند

گیاهانی که طبیعت باسحاوت در اختیار موجودات زنده قرار می دهد، آنقدر متنوع و گوناگون است که برای شناسایی باید آن ها را برحسب کاربرد و ویژگی های فصلی و اقلیمی به دسته ها و گونه های مختلف دسته بندی کرد. بهار فصل رشد و رویش گیاهانی است که بیشترین کاربرد را از نظر دارویی و غذایی در طب سنتی و غذاهای محلی و سنتی داراست. در میان گیاهانی که در بهار می رویند و رشد می کنند، سبزی های صحرایی به لحاظ ویژگی های خاص خود در درمان های خانگی و آشپزخانه ممتاز هستند. برخی از سبزی های صحرایی در غذاهایی مانند: آش، کوکو، پلو، کوفته و سالاد مورد استفاده قرار می گیرند و بخشی از آن ها به عنوان درمان دارویی، تقویت کننده، آرام بخش و در مصارف بهداشتی و آرایشی کاربرد دارند. سبزیجات صحرایی طیف گسترده ای از گیاهان هستند که در مناطق مختلف و با نام های متفاوت شناخته و مورد استفاده قرار می گیرند و بومی منطقه خودند. اما گروهی از آن ها که در بیشتر مناطق وجود و در مصارف غذایی عمومیت بیشتری دارند، عبارتند از:

- بابونه

- پونه و پونه کوهی

- شاهی آبی یا علف چشمه (بولاق اوتی)

- چای کوهی (توکلیجه) یا سبزی کوفته

- شنگ

- غازایاقی

- سوسنبر (نعنای فلفلی)

- تره بیابانی

- مرزه کوهی

- والک

و به جز این ها

سبزی های صحرایی آشپزخانه ها

این روزها در اغلب شهرهای بزرگ و کوچک در فروشگاه ها محصولات سبز و در کنار سبزیجات فرنگی، گونه های مختلف سبزی های صحرایی را می بینیم که یا بومی همان دیار هستند یا به علت استقبال در مصارف آشپزی از نقاط دیگر تهیه و عرضه می شوند.

بابونه

بابونه طلایه دار سبزی های صحرایی است، زیرا در اواخر اسفند و در آستانه بهار به بازار می آید. بابونه گیاهی است که گل هایی به رنگ های زرد، سفید و گاه ارغوانی دارد و بیشتر در زمین های خشن و شنی و نزدیک به کناره های زمین می روید. این گیاه سالان زی است و حدود ?? تا ?? سانتی متر قد دارد و یکی از گیاهان کلاسیک در مجموعه گیاهان طبی است. بابونه گلی است پایا که تا اواخر تابستان نیز یافت می شود. بابونه برای مصارف غذایی از اواخر اسفند تا ماه های فروردین و اردیبهشت که گیاه تر و تازه و ترد است و ساقه های آن چوبی نشده (ساقه ها و برگ ها در این زمان نرم و لطیف و براق همانند گشنیزند، استفاده می

(شود).

اما برای مصارف طبی، آن را ماه‌های خرداد و تیر که نخستین مرحله گل دادن گیاه است (البته در اقلیم‌های مختلف به نسبت سرما و گرمای منطقه ای کمی فرق می‌کند) برداشت می‌کنند. بابونه انواع مختلفی دارد که نوع معمولی آن «کامومیلا» و نوع دیگر آن بابونه گاوی نام دارد که به صورت گرد ضدحشره مورد استفاده قرار می‌گیرد.

اثر شفابخش بابونه

این گیاه یکی از مؤثرترین داروها در ترکیبات گیاهان دارویی برای درمان آلرژی و آسم ناشی از آلرژی است و برای دل درد، نفخ شکم و سیستم گوارشی، دردهای عادت ماهانه، سردردهای عصبی و میگرنی، گولیت‌ها، فشردگی عصبی و تب‌های متناوب مفید است. طب سنتی را اعتقاد بر این است که بابونه دارای طبیعتی گرم و خشک است و دارای ماده ضد حساسیت طبیعی بوده، در نوسازی گلبول‌های سفید خون نقش دارد. این گیاه مقوی، مدر، مسکن، معرق و ضد عفونی کننده شناخته شده است.

به دلیل مدر بودن، بابونه در درمان‌های کلیوی مانند ورم کلیه، سنگ کلیه و سخت‌ادراری کاربرد دارد. بابونه دوست کبد است و از این رو، به علت صفرا آوری اش برای سوءهاضمه و ترشی معده، چای آن را توصیه می‌کنند. بابونه مزاج را تعادل می‌بخشد (با دفع صفرا، سودا و بلغم)، خون را صاف می‌کند و انسداد (گرفتگی) مجاری طحال را برطرف می‌سازد.

در طب سنتی، بابونه به شکل‌های مختلف مصارف گوناگون دارد. جوشانده آن در درمان ناراحتی‌های دستگاه تنفسی - گوارشی، کلیوی، زنان، رفع چاقی، تقویت حافظه و غیره کاربرد دارد. روغن بابونه مسکن خوبی برای نقرس و رماتیسم (به صورت مالشی) است و برای سنگینی گوش (چکاندن چند قطره) در طب سنتی توصیه شده است. بخور بابونه علاوه بر ضد عفونی کردن محیط، برای رفع گوش درد (ناشی از ورود آب به داخل گوش) و برای زیبایی پوست (منافذ پوست را جمع می‌کند به صورت خیس‌انده و تونیک نیز برای مصارف پوستی) کاربرد دارد. همچنین آن را به صورت پودر می‌توان به عنوان ادویه ضدنفخ در غذا استفاده کرد. در مصارف آرایشی از لوسیون‌های بابونه برای زیبایی و تقویت پوست و مو استفاده می‌شود و شایع است که بابونه رنگ مو را روشن می‌سازد. چای بابونه ضدنفخ و ضد تشنج، تب بر و عرق آور است. در شست‌شوی چشم‌ها با چای بابونه، خستگی و قرمزی چشم‌ها برطرف می‌گردد. بابونه داروی خوبی برای عفونت‌های ویژه زنان است. بابونه دارای خواص درمانی بی‌شماری است که در این مختصر نمی‌گنجد. اما افراط و تفریط در هر چیزی ممکن است باعث دردسر شود که بابونه نیز از این قاعده مستثنا نیست.

مضرات بابونه

استفاده از این گیاه با ارزش دارویی در موارد ویژه ای منع شده است که عبارت‌اند از:

- پروستات

- زنان حامله

- فشارخون

- قلب (زیاده روی در مصرف بابونه)

- فلج عضلات (زیاده روی در مصرف بابونه)

- زیاد کننده عرق برای کسانی که زیاد عرق می‌کنند (مصرف گل بابونه)

- و ناسازگاری با مصرف همزمان با گردو، پسته و موارد دارای تانن (مانند چای)

مصارف غذایی بابونه

در گذشته‌های نه چندان دور، از این سبزی معطر در بسیاری از غذاهای سنتی استفاده می‌شده است؛ از جمله بابونه در ترکیب سبزی

های کوکو و پلو نقش اساسی را به عهده داشته است. در هفته آخر اسفندماه که این گیاه با ارزش به بازار می‌آید، همگان برای تهیه آن و استفاده از آن در سبزی پلو و کوکوی سبزی شب عید در تکاپو بودند. این شاید به دلیل اثرات ضدنفخ این سبزی گرانها بود که در ایام عید برای رفع پیامدهای پرخوری و متنوع خوری از آن استفاده می‌شده است. هنوز هم مادر بزرگ‌ها از بابونه در آش، سبزی پلو و کوکوی سبزی استفاده می‌کنند.

بولاق اوتی، شاهی آبی (علف چشمه) (*Nasturtium officinale*)

شاهی آبی کف پوش و فرش زمردین چشمه سارها است. این گیاه در چشمه سارهای کوچک و نواحی مرداب‌ها زیاد دیده می‌شود. از این رو به آن شاهی آبی نیز می‌گویند. طبع شاهی آبی گرم و تر است. این گیاه دارای ویتامین‌های E، C، B، و به ویژه ویتامین B₁ و املاح کلسیم، سدیم، گوگرد و پنی سیلین طبیعی است. مصرف این گیاه در درمان‌های خانگی (طب سنتی) بیش از همه برای دیابتی‌ها توصیه شده است. این گیاه علاوه بر درمان قند، در درمان ناراحتی‌های پوستی مانند آگزما و خارش نیز کاربرد دارد. همچنین مصرف آن از ریزش مو جلوگیری می‌کند و دردهای قاعدگی و مفصلی مزمن را آرام می‌سازد. بولاق اوتی دارای اثر آرام‌کننده در دردهای عصبی است و در درمان بیماری‌های کلیه و کبد نقش ویژه‌ای دارد.

این گیاه تصفیه‌کننده خون، مقوی معده، اشتهاآور و مدر شناخته شده است. همچنین دارویی انرژی‌زا و نیروبخش برای بیماران خسته و افراد ضعیف است. شاهی آبی نفخ و زخم سیستم گوارشی به ویژه روده را بهبود می‌بخشد، از سگته مغزی (به دلیل داشتن آسپرین طبیعی) جلوگیری می‌کند و نیروی جنسی را افزایش می‌دهد. همچنین از ریزش مو و شکستن ناخن جلوگیری می‌کند. (به دلیل داشتن کلسیم، ویتامین‌ها و املاح مفید دیگر) در سرطان سینه از بولاق اوتی به عنوان داروی کمکی و پیشگیری‌کننده یاد شده است. این گیاه در ناراحتی‌های سیستم تنفسی مانند آسم و سل ریوی به ویژه در درمان برونشیت کاربرد درمانی دارد. مصرف این سبزی با ارزش باعث طول عمر می‌شود (به دلیل تقویت عمومی و پیشگیری از بیماری‌ها و داشتن مواد، املاح و ویتامین‌های ضروری بدن).

در طب سنتی، از شاهی آبی در درمان نقرس و راشیتسم و رماتیسم استفاده می‌شده و هم‌اکنون نیز گیاه درمانگرها به دیده اعجاز به آن می‌نگرند. این سبزی خون را تصفیه می‌کند و جلوی خونریزی اعضا را می‌گیرد. این گیاه به دلیل تصفیه کردن خون، کدورت پوست را برطرف کرده، باعث سرخ شدن پوست صورت می‌گردد. علف چشمه به دلیل مدر بودن، سنگ‌های کلیه را دفع می‌کند. به علاوه، دوست خوب کبد است و یرقان را درمان می‌کند. همچنین تب‌های عفونی را برطرف می‌سازد (همراه با عناب) و طحال را تقویت می‌کند.

بخورید و بنوشید، اما اسراف نکنید

زیاده روی در مصرف شاهی آبی (اگرچه دارای خواص مفید بی‌شماری است). نیز همانند سایر خوراکی‌ها عوارض جانبی دارد. مصرف بیش از حد شاهی آبی سبب ایجاد مضرات زیر می‌شود:

- بواسیر

- مشکلات در زنان حامله

- افزایش سودا

- سوء مزاج

- اسپاسم مثانه و رحم

- ناراحتی حلق

- ورم پروستات (زیاده روی در مصرف)

- کلیه (زیاده روی در مصرف)

مصارف غذایی شاهی آبی

به جز مصارف دارویی، می توان از آب شاهی آبی به صورت (آب سبزی) به شکل ساده و یا شربت، در رژیم های غذایی برای ناراحتی های دستگاه هاضمه و چاقی استفاده کرد. چای بولاق اوتی اگر جایگزین یک وعده نوشیدنی چای روزانه شود، در پیش گیری و درمان بسیاری از ناراحتی ها نقش داشته، به عنوان یک تونیک (تقویت کننده) باعث شادابی و رفع خستگی می گردد. از شاهی آبی می توان در سالاد استفاده کرد. همچنین از این گیاه می توان به صورت تازه و خشک در آش ها (سوپ ها) و کوکوها استفاده کرد. شاهی آبی از تیره شاهی ها و تره تیزک ها است و در سبزیجات مصرفی روزانه می توان آن را به سبزی خوردن افزود.

داروهای گیاهی را نمی توان به طور کامل جایگزین دارو

منبع: روزنامه جوان

مدیر گروه فارموکولوژی پژوهشکده گیاهان دارویی گفت: داروهای گیاهی صد درصد بدون عوارض نیستند و بایستی در مصرف آنها دقت کرد به خصوص اگر به صورت فرآورده های دارویی باشد حتما با دستور پزشک مصرف شود. دکتر شمس علی رضازاده در گفت و گو در خصوص سابقه گیاهان دارویی در کشور گفت: گیاهان دارویی از دیرباز در کشور ما بوده و یکی از زادگاه های اصلی این نوع گیاهان ایران است و در کنار آن چند کشور دیگر همچون چین و یونان نیز دارای گیاهان دارویی بوده اند.

وی ادامه داد: سابقه گیاهان دارویی در کشور ما از سال های بسیار دور بوده به طوری که می توان از آن جمله به کتاب شفا از ابن سینا اشاره کرد که نشان دهنده وجود این فرهنگ در بین مردم ما است.

دکتر رضازاده تصریح کرد: با توجه به این که داروهای گیاهی در طولانی مدت اثر خود را نشان می دهند و در کنار آن عوارض دیگری ندارند بنابراین در کشورهای اروپایی و غربی مورد استقبال زیادی قرار گرفته است.

وی ضمن ابراز تاسف از نحوه پیشرفت داروهای گیاهی در کشور ایران گفت: متأسفانه در کشور ما به رغم دیرینگی این علم، پیشرفت چندانی نداشته و گیاهان دارویی به صورت غیر منسجم و غیر برنامه ریزی شده مورد استفاده قرار می گیرند.

مدیر گروه فارموکولوژی پژوهشکده گیاهان دارویی ادامه داد: با توجه به این که در کشور ما حدود ??? تا ??? نوع فرآورده گیاهی وجود دارد ولی کشت گیاهان دارویی پیشرفت زیادی نداشته و کار زیادی بر روی آن انجام نشده است.

دکتر رضازاده در خصوص عوارض داروهای گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی به ایسنا گفت: عوارض داروهای گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی کمتر است ولی مطلق نیست و تمام داروهای گیاهی بی ضرر نیستند ولی عوارض آن به راحتی توسط بیمار قابل کنترل است. وی ادامه داد: با توجه به شرایط موجود نمی توان داروهای گیاهی را در تمام موارد جایگزین داروهای شیمیایی کرد ولی می توان به عنوان طب مکمل و همراه سایر داروهای شیمیایی استفاده کرد و به این ترتیب بخشی از مصرف داروهای شیمیایی را کم کرد.

سیستمی برای عرضه صحیح و سالم گیاهان دارویی در عطاری ها نداریم

دکتر رضازاده در خصوص مشکلات عطاری ها در زمینه فروش گیاهان دارویی گفت: مشکلات عمده بخش عطاری ها مربوط به سیستم آموزش و برنامه ریزی کشور است که بایستی این مساله حل شود چون عدم آموزش باعث شده عطاری ها بدون مجوز گیاهان دارویی و غیر دارویی را به فروش برسانند.

وی ادامه داد: سیستمی لازم است که گیاهان دارویی به صورت منظم و طبق اصول صحیح بسته بندی و توزیع شوند و کنترل های

لازم بر روی آنها انجام شود چون بسیاری از گیاهان دارویی در عطاری‌ها به لحاظ آلودگی‌های میکروبی سموم کشاورزی فلزات سنگین و تاریخ مصرف و تولید استاندارد نبوده و خواص موثر خود را از دست داده‌اند.

عدم نظارت صحیح منجر به عدم مصرف فرآورده‌های گیاهی می‌شود

دکتر رضازاده افزود: وزارت بهداشت بر روی داروهای گیاهی نظارت دارد ولی در مورد عطاری‌ها هنوز متصدی خاصی برای نظارت وجود ندارد که بر روی این بخش نظارت کند.

وی ادامه داد: داروهای گیاهی که در داروخانه‌ها فروخته می‌شود معتبر و قابل استفاده بوده و مردم می‌توانند با خیال راحت از آنها استفاده کنند ولی گیاهان دارویی که در عطاری‌ها توزیع می‌شود بعضاً قابل اعتماد نیستند.

این دکترای عمومی داروسازی تصریح کرد: عدم نظارت وزارت بهداشت می‌تواند باعث بدتر شدن فرهنگ مصرف فرآورده‌های گیاهی شده و مردم را نسبت به استفاده از این داروها بدبین کند.

استقبال مردم از داروهای گیاهی رو به افزایش است

دکتر رضازاده با اشاره به این که میزان استقبال مردم از داروهای گیاهی در چند سال اخیر افزایش یافته به ایسنا گفت: خوشبختانه طی چند سال اخیر استقبال مردم از داروهای گیاهی افزایش یافته ولی در حال حاضر آمار دقیقی از میزان مصرف مردم از داروهای گیاهی وجود ندارد چون توزیع داروهای گیاهی از طریق شبکه دارویی کشور انجام نمی‌شود. وی ادامه داد: طبق بررسی‌های انجام گرفته گرایش مردم به مصرف گیاهان دارویی و داروهای گیاهی افزایش یافته است.

تهدیدهای دارویی

نویسنده: دکتر فروش صفوی فر

منبع: روزنامه جوان

برای استفاده از داروهای بی‌نیاز به نسخه پزشک هیچ کدام مان احساس گناه نمی‌کنیم. گمان می‌کنیم می‌توانیم آنها را به راحتی و به تجویز خودمان مصرف کنیم. اگر خطر این کار برای ما بزرگترها چندان قابل توجه نباشد، برای کودکان، حتماً خطرناک است. محققان هم هر چند وقت یکبار، در این مورد هشدارهایی می‌دهند. ۲-۳ هفته قبل، پانلی متشکل از متخصصان کودکان و داروسازان و کارشناسان بهداشتی تشکیل شد که در آن همه شرکت کنندگان، به اتفاق، درباره مصرف این گونه داروها، که اکثراً شامل داروهای ضدسرماخوردگی کودکان هستند، هشدار دادند.

محققان شرکت کننده در این پانل، از سازمان غذا و داروی آمریکا خواسته‌اند مجوز مصرف این داروها را برای کودکان زیر ۲ سال لغو کند. به گفته یکی از این متخصصان، که اپیدمیولوژیستی از دانشگاه پنسیلوانیاست، اطلاعات موجود نشان می‌دهد این داروها چندان فایده‌ای در بهبود علائم کودکان نداشته و مصرف آنها هیچ توجیه منطقی ندارد. علاوه بر بی‌تاثیر بودن این داروها، اکثر متخصصان یک نگرانی دیگر هم دارند و آن هم در مورد عوارض جانبی آنهاست. آنها می‌گویند نه تنها داروها تاثیر مثبتی در درمان سرماخوردگی‌های اکثراً ویروسی کودکان ندارند، بلکه به دلیل حساس بودن کودکان در این سن، احتمال بروز عوارض گوناگون در آنها بیشتر است.

بیشتر کارشناسان در مورد؟ ترکیب موجود در این داروها هشدار می‌دهند: ضداحتقان‌ها (دکونژستان‌ها)، ضدحساسیت‌ها (آنتی‌هیستامین‌ها) و ضدسرفه‌ها. به گفته این محققان، این خطر برای کودکان زیر ۲ سال، بسیار حیاتی‌تر است و خانواده‌ها باید از دادن هر دارویی به کودکان در این سن، بدون تجویز پزشک خودداری کنند.

عوارض مختلفی برای این داروها ذکر شده که همان‌طور که اشاره شد، برای کودکان کم‌سن و سال، جدی‌تر است. به عنوان

مثال در مورد آنتی هیستامین ها عوارضی مانند تحریک پذیری و تشنج در کودکان، افت فشار خون به صورت وضعیتی و واکنش های حساسیتی اشاره شده است. البته اکثر داروهایی که برای درمان علامتی سرماخوردگی در بازار موجودند، ترکیبی از چندین ماده شیمیایی، با خواص و عوارض گوناگون اند. این موضوع در مورد ضدسرفه ها از همه بیشتر صدق می کند.

برخی از این داروها، مانند دکسترومتورفان، از دسته مرفین هستند و بنابراین عوارضی همچون خواب آلودگی مفرط، کاهش سطح هوشیاری، سرکوب مرکز مغزی تنفس، کاهش ضربان قلب و مانند آن را دارند و به همین علت مصرف آنها در کودکان ممنوع است.

اکسپکتورانت، ترکیب دیگری است که در اکثر شربت های ضدسرفه وجود دارد و به نظر می رسد عوارض چندانی نداشته باشد، اما داروشناسان اعتقاد چندانی به مفید بودن آن ندارند. نکته دیگر در مورد این داروها آن است که بسیاری از آنها حاوی مواد مخفی هستند یعنی موادی که برای طعم مناسب یا بالا بردن اثر دارویی، از سوی هر کارخانه داروسازی، ممکن است به آن اضافه شود. این مواد اضافی هم عوارض خاص خود را دارند. به عنوان مثال، در برخی از داروهای ضدسرماخوردگی، ممکن است علاوه بر ترکیبات معمول، از آسپیرین هم استفاده شود دارویی که استفاده از آن در بیماری های ویروسی کودکان بسیار خطرناک است. راه کارهای عملی

یکی از کارشناسان سازمان غذا و داروی امریکا در باره این اظهارنظر محققان می گوید: این سازمان در صورت اعمال نظر این محققان، احتمالاً- در مورد نوع برجسب این داروها تجدیدنظر کرده و آن را به این صورت تغییر می دهد: در کودکان زیر ۳ سال استفاده نشود. یکی از متخصصان اطفال شرکت کننده در این پانل علمی، در این باره می گوید: حذف کامل داروهای ضدسرماخوردگی کودکان هم شاید چندان به صلاح نباشد به خصوص قبل از آموزش درست و پایه ای والدین. چرا که ممکن است در نبود داروهای ویژه کودکان، آنها از داروهای ضدسرماخوردگی بزرگسالان برای فرزندان خردسال شان استفاده کنند که این به مراتب خطرناک تر است.

کارشناسان تخمین می زنند هر کودک سالم، سالانه بین ۸ تا ۸ بار به سرماخوردگی مبتلا می شود که به این ترتیب داروهای ضدسرماخوردگی اطفال، سالی ۳/۸ میلیارد بار برای آنها استفاده می شود. بازار خوب این داروها، بحث در مورد مزایا و زیان های استفاده از آنها را با چالشی جدی در سراسر جهان مواجه می کند. البته بحث در مورد چند و چون عرضه داروهای بی نیاز از تجویز نسخه، به خصوص برای کودکان، از چندی قبل شروع شده و هنوز هم ادامه دارد به ویژه که کارشناسان دارویی عقیده دارند تحقیقات درباره عوارض این داروها، با این تصور غلط که این داروها هیچ گونه عوارضی ندارند، از سال ها و دهه های قبل، متوقف شده بود. اما توصیه محققان در این پانل، به والدین این است که مصرف این داروها را در کودکان زیر ۶ سال، و به ویژه زیر ۲ سال خود، حتی الامکان محدود کنند و سعی کنند با درمان های حمایتی، مانند استفاده از بخور، مصرف مایعات بیشتر و تغذیه بهتر، به درمان طبیعی کودک شان کمک کنند و در صورت احساس نیاز به مصرف دارو، حتماً با پزشک مشورت کنند.

نکته های کاربردی

با زیر سوال رفتن کارآیی و فایده داروهای ضدسرماخوردگی برای کودکان، در مطالعات اخیر، برای اکثر والدین این اشکال به وجود می آید که برای کودک سرماخورده مان، که ناراحتی و دردش را آشکارا حس می کنیم، چه کاری می توانیم انجام بدهیم [چطور سرماخوردگی را درمان کنیم. انجمن متخصصان کودکان امریکا در این باره توصیه هایی دارد که در واقع همان درمان های خانگی قدیمی است که به نظر می رسد علم تجربی امروز هم فایده آنها را تایید کرده است:

مایعات زیاد به کودک بخورانید. مایعات در هر سنی به بهبود سریع تر سرماخوردگی کمک می کند. سوپ جو هم یک توصیه قدیمی است که البته کارآیی اختصاصی آن مشخص نشده، اما می تواند یک دستور غذایی خوب برای کودک بی اشتهای شما

باشد. راه بینی کودک را تمیز نگاه دارید. قطره های شستشوی نمکی برای رقیق کردن ترشحات بینی و مجاری تنفسی مفید است. از بخور سرد برای بالا بردن رطوبت هوای اتاق کودک استفاده کنید. با مشورت پزشک و با توجه به محدودیت سنی درج شده روی برچسب دارو، می توانید از کرم های موضعی، برای کم کردن ناراحتی سینه کودک استفاده کنید. این کرم ها حاوی منتول هستند. داروهای مسکن، مانند استامینوفن و ایبوپروفن، می توانند بی قراری و احساس ناراحتی و درد احتمالی را در کودک کاهش دهند. اما بهتر است با نظر پزشک و طبق دستورالعمل آن، برای کودک استفاده کنید.

سبزیجات و میوه ها؛ ضامن سلامتی

نویسنده: دکتر رضا آمری نیا

امروزه در مقالات مختلف می خوانید که مصرف سبزیجات و میوه ها سبب کاهش بیماری های قلبی، فشار خون بالا، چاقی، دیابت و سرطان می شود اما کمتر در مورد نحوه اثر این مواد غذایی و اینکه به چه طریق سبب کاهش این همه بیماری می شوند اطلاعاتی دریافت می کنید. ما در این مقاله سعی خواهیم کرد درخصوص مکانیسم اثر این گروه از مواد غذایی که اصطلاحاً غذاهای پرفیبر خوانده می شوند مطالبی را حضورتان ارائه دهیم. سبزیجات و میوه ها با توجه به ترکیب پرفیبری که دارند، سایر مواد غذایی خورده شده را احاطه کرده و با کم کردن اثر آنزیم های گوارشی از جذب سریع مواد غذایی جلوگیری می کنند. در بدن انسان پدیده ای به نام توفان انسولین وجود دارد. در این حالت مصرف بیش از حد مواد قندی سبب افزایش ناگهانی هورمون انسولین که وظیفه پائین آوردن قند خون را دارد، شده و در حقیقت قند مصرف شده بلافاصله سوخته شده و سریعاً سطح خونی قند پائین می آید. بالا بودن سطح انسولین خون در دراز مدت سبب حالتی به نام مقاومت به انسولین می شود و این همان چیزی است که در بیماران دیابتی چاق وجود دارد. این وضعیت در صورت مصرف مواد غذایی پرفیبر همراه با قند دیده نمی شود چرا که سبزیجات و میوه ها اولاً با احاطه مواد غذایی جلوی اثر آنزیم های گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذایی به آهستگی هضم و جذب می شود و ثانیاً با توجه به اینکه قند میوه ها از نوع مرکب است نسبت به قند های ساده دیرتر هضم و جذب شده و در نهایت جلوی احساس زود هنگام سیری گرفته می شود. سبزیجات و میوه ها حاوی ویتامین های A و C هستند. سبزیجات برگی و سایر انواع سبزیجات مثل گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و میوه های گروه مرکبات و توت حاوی ویتامین C هستند و همچنین گروه دیگری از سبزیجات و میوه ها چون اسفناج، هویج، گوجه فرنگی، طالبی، زرد آلو، شلیل و هلو منابع سرشار از ویتامین A هستند. تحقیقات اخیر ارتباط اثرات ضد سرطانی این دو ویتامین را قویاً ثابت کرده است.

توصیه می شود که سبزیجات به صورت خام مصرف شود چرا که حرارت باعث می شود بسیاری از مواد مغذی این گروه از مواد غذایی مثل ویتامین ها از بین برود. بسیاری از ویتامین ها در صورت حرارت دادن تجزیه شده و خواص اصلی خود را از دست می دهند. سعی کنید قبل از مصرف سبزی ها و میوه ها حتماً آنها را شسته و با محلول های مخصوص، ضد عفونی کنید چرا که ممکن است سبزیجات و میوه های نشسته منشأ بیماری های مختلف انگلی و میکروبی باشند. اگر محلول های ضد عفونی در دسترس نبود می توانید برای شست و شوی این گروه از مواد غذایی از محلول آب نمک (به نسبت ۳ قاشق مربا خوری نمک در یک لیوان آب) به مدت ۲۰ دقیقه استفاده کنید. با توجه به اینکه بسیاری از میوه ها در پوستشان دارای ترکیبات مفیدی برای بدن هستند سعی کنید حتی المقدور میوه ها را با پوست بخورید. به عنوان مثال ماده ای به نام پکتین در پوست سیب وجود دارد که خاصیت ضد سرطانی دارد. در اینجا بهتر است یادآور شوم که در پوست برخی از میوه ها و گروهی از سبزیجات نارس، مواد حساسیت زایی مثل سالیسلات ها وجود دارد که در درازمدت ممکن است سبب بیماری های مختلفی از جمله افسردگی شود. این مواد به طور طبیعی در پوست سیب نارس یا گوجه فرنگی نارس و برخی دانه ها و به طور مصنوعی در داروی آسپرین وجود دارد و توصیه می شود

این قبیل از میوه‌ها و سبزیجات را که نام برده شد یا به صورت نارس مصرف نکرد یا اینکه پوست این گروه را ضخیم تر برداشته و مصرف کرد. برای پختن سبزیجات از آب کمتری مصرف کنید چرا که ممکن است مواد مغذی آنها رقیق شده و در حین روند پخت و پز از دست برود. نگهداری سبزیجات به صورت خشک شده و یا فریز کردن آن نیز ممکن است باعث کاهش خواص مفید آنها شود و بالاخره اینکه سبزیجات و میوه‌ها با توجه به فیبری که دارند در آب به صورت نامحلول و چسبناک درمی آید، گوارش غذا را آهسته تر می کند و به شکم احساس پری بیشتری داده و در نهایت سرعت رد شدن غذا از روده‌ها را افزایش می دهد و به همین علت در جلوگیری از یبوست بسیار موثر است. لازم به ذکر است طبق آخرین تحقیقات به عمل آمده سبزیجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگیری از سرطان سینه در خانم‌ها می شود. پس سبزی و میوه بخوریم تا سلامت خود را تضمین کنیم.

کمکهای اولیه با گیاهان دارویی

نویسنده: محسن داداشی

منبع: روزنامه کیهان

در یک فوریت پزشکی در خانه بیشتر از آنکه به داروهای گیاهی فکر کنیم به سراغ ضدعفونی کننده‌ها و مسکن‌های رایج می رویم. اما گیاهان را هنوز هم می توان جانشینی موثر برای بسیاری از داروهای بدون نسخه موجود دانست و در مواردی شاید دسترسی به آنها بسیار ساده تر از دسترسی به جعبه کمکهای اولیه استاندارد باشد. مثلا در یک منطقه روستایی برای استفاده در منزل، فرآورده‌های تجارتي را می توان جانشین گیاه تازه نمود.

داروی خریدنی:

داروهای گیاهی را می توان در اشکال گوناگون، شامل کرم، عصاره روغنی و کپسول، بصورت آماده خریداری کرد. در ادامه تعدادی از مفیدترین گیاهان دارویی برای نگهداری در جعبه کمکهای اولیه در منزل معرفی شده اند.

داروهای نجات بخش:

داروهای حاصل از گل گندم یا قنطاریون اثر زیادی بر احساسات و عواطف دارند. این دارو که به شکل کرم هم موجود است، برای شوک‌ها و ناراحتی‌های عصبی مفید است.

کرم گل داوودی:

اغلب آنرا بعنوان همیشه بهار می فروشند، یک ضدعفونی کننده و ضدقارچ است. برای انواع خراشیدگی‌ها و بریدگی‌ها مفید است.

پماد گوش خر:

این پماد با افزایش دادن رشد سلولها سرعت ترمیم زخم را بیشتر می کند. تنها در زخمهای تمیز بکار ببرید چون سرعت ترمیم پوست ممکن است باعث باقی ماندن کثافات در زخم شود.

کرم حشیشه القزاز:

یک داروی باارزش که برای بیرون کشیدن تراشه چوب و نیش حشرات و کورک یا برای سوختگی و تاول بکار می رود.

کرم آرنیکا:

موثر برای کوفتگی و کشیدگی عضلات، در پوست مجروح به کار نبرید چون ممکن است تحریک کننده باشد.

قرصهای آرنیکا:

برای شوکها یا حوادث خانگی لازم است، یکی از این فرصتهای همئوپاتیک را می توان تا هنگام ایجاد احساس آرامش، هر ۳۰

دقیقه یک بار مصرف کرد.

روغن اسطوخودوس:

دو تا سه قطره آن را به یک قاشق چایخوری روغن حامل اضافه کنید و انتهای گردن و شقیقه‌ها را، با بروز اولین نشانه‌های سردرد یا میگرن ماساژ دهید. از همین مخلوط برای درمان سوختگی، تاول و آفتاب سوختگی استفاده کنید.

روغن درخت چای:

فوق العاده ضد عفونی کننده و ضد قارچ برای بریدگی‌ها و خراشها و نیز زگیل و تبخال.

کپسول مغربی:

درمان کننده مناسب حالت خماری است با مقدار دوز بالا (دو تا سه گرم) در صبح مصرف شود تا به آرامش و نشاط لازم برسید.

عصاره نارون کوهی:

مناسب برای درمان سوختگی سطحی و سوختگی بر اثر آفتاب. خیسانده ریشه‌های طنابی نارون کوهی جریان خون را در محل زخمها و نیش حشرات تسهیل می کند و آنرا تسکین می دهد برای کوفتگی و در رفتگی عصاره منجمد نارون کوهی که قبلا آماده و با مشخصات در فریزر قرار داشته استفاده کنید.

داروهای خانگی:

از مواد خام موجود در قفسه آشپزخانه مانند سیر، زنجبیل، چای های گیاهی، برخی از مفیدترین داروها بعنوان کمکهای اولیه، به دست می آید. علاوه براین، روغن دمکرده گیاهان تازه را می توان با استفاده روشهای سرد و داغ تهیه دمکرده فراهم آورد.

سیر:

حبه های سیر را که فوق العاده ضد عفونی کننده اند، روی جوشهای آکنه یا نقاط عفونی دیگر پوست بمالید و برای درمان میخچه از سیر له شده استفاده کنید.

صبر زرد:

برای تسکین سوختگی خفیف، تاول یا آفتاب سوختگی برگگی از یک گیاه صبر زرد (aloe vera) بکنید، آن را بشکافید و ژل غلیظ درون آن را به ناحیه آسیب دیده بمالید.

پیاز:

برش های تازه پیاز را روی محل گزش حشرات قرار دهید تا فوراً تسکین یابد. همچنین برای از بین بردن کپیرهای ناشی از مواد غذایی میتوانید از آب استفاده نمائید.

زنجبیل:

یک قطعه از زنجبیل را که حالت بلوری یافته است برای رفع تهوع و پیشگیری از استفراغ بجوید. در مزرعه (طبیعت بکر): در یک مورد فوری در منطقه ای روستایی می توانید از بومادران برای جلوگیری از خونریزی و زخم و بینی، از مینا چمنی (daisies) له شده، برای کوفتگی و کشیدگی عضلات از بارهنگ (plantain - platago) تازه یا بادرنجبویه (lemon balm) برای گزیدگی حشرات، و البته از dack leaves برای رفع خارشهای ناشی از تماس با گزنه، استفاده کرد.

گیاهان خشک شده:

مجموعه ای از گیاهان خشک شده به صورت باز یا کیسه ای را برای تهیه دمکرده های گیاهی در دسترس داشته باشید. دمکرده بابونه را برای ناراحتی ها و شوکهای عصبی، رازیانه را (fennel) یا نعناع را برای سوءهاضمه و اسطوخودوس را برای سردرد و میگرن مصرف کنید.

روغنهای دمکرده:

از روغن هوفاریقون برای سوختگی، از روغن گل قاصدک (marigold) برای کوفتگی از روغن بادرنجبویه (lemon balm) برای نیش حشرات و بعنوان دافع حشرات استفاده کنید.

استفاده سالمندان از داروهای گیاهی

دبیر انجمن داروسازان ایران اظهار کرد: با توجه به این که مصرف اشتباه دارو در دوران سالمندی عوارض خطرناکی را به دنبال دارد لذا سالمندان باید دقت کنند که از داروهای خود با دقت، سر وقت و تنها با تجویز پزشک استفاده و از مصرف بیش از حد داروهای گیاهی نیز به شدت پرهیز کنند.

دکتر سید جواد سعید واقفی با تاکید بر اینکه مصرف دارو در سالمندان هم از نظر نوع و هم از نظر مقدار باید تنها تحت نظر پزشک انجام شود، گفت: افراد سالمند باید توجه زیادی به مصرف دقیق داروها در زمان‌های تعیین شده داشته باشند.

لذا می‌بایست داروهای این افراد را در ظروف مخصوص و معمولا با رنگ‌های مختلف که نشان دهنده نوع و تعداد داروی مصرفی آنهاست، نگهداری کرد و در دسترس آنها قرار داد تا مصرف دقیق دارو توسط این افراد فراموش نشود.

وی رعایت شیوه‌های درست مصرف دارو در سالمندان را بسیار مهم تلقی کرد و افزود: بسیاری از داروها در مورد سالمندان باید با حجم بیشتری از آب مصرف شوند و یا برای مثال داروهای پوکی استخوان باید حتما سر وقت مصرف شوند لذا افراد مسن باید توجه کنند که رعایت نحوه درست مصرف داروهای مختلف در سلامت آنها تاثیر بسزایی دارد.

دکتر واقفی با بیان این که نیاز مصرف افراد سالمند به دارو بیشتر از جوانان و میانسالان است، تصریح کرد: این امر تنوع دارویی بیشتر را برای سالمندان به دنبال دارد لذا مراقبت دارویی در این افراد بسیار اهمیت دارد، زیرا باید دقت شود که این افراد حتما از داروهای تجویز شده توسط پزشک مصرف کنند و از این طریق از خوردن داروهای اشتباه و در نتیجه مسمومیت دارویی در این افراد پیشگیری شود.

دبیر انجمن داروسازان در ادامه بر عدم مصرف دارو توسط سالمندان از روی چشم و هم چشمی و یا به توصیه نزدیکان تاکید کرد و گفت: مصرف دارو در افراد سالمند بدون مجوز پزشک بسیار خطرناک است و این امر در مورد داروهای سنتی و گیاهی نیز مورد تاکید است. زیرا علاوه بر اینکه امروزه داروهای گیاهی در کشور با استاندارد بین‌المللی به شکل قرص، کپسول و شربت ساخته می‌شوند و از روش‌های سنتی برای تهیه داروهای گیاهی استفاده نمی‌شود اما باید توجه داشت این داروها هرگز بیش از حد طبیعی و نیاز بدن نباید مصرف شوند.

دکتر واقفی در پایان عدم مصرف داروهای گیاهی بدون تجویز پزشک را برای سلامت سالمندان بسیار مضر دانست و خاطرنشان کرد: داروهای سنتی معمولا- تاثیر مطلوبی در درمان دارند اما باید دقت شود که این داروها نیز نباید برای مثال به صورت چای معمولی و بیش از حد نیاز مصرف شوند زیرا عوارض جانبی آنها از این طریق افزایش می‌یابد. بنابراین اندازه و نوع دارو در سالمندان تنها باید توسط پزشک معالج تعیین شود.

مصرف اشتباه داروهای گیاهی

اکثر مواقع مصرف اشتباه داروهای گیاهی منجر به بی‌اعتقاد شدن به اثرات درمانی آنها می‌شود. به منظور جلوگیری از این امر و مصرف صحیح آنها لازم است به افرادی که در زمینه داروهای گیاهی تخصصی دارند مراجعه کرد.

دکتر امیر سیاهپوش، داروساز گیاهی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز در

گفت‌وگو با خبرنگار «بهداشت و درمان» خبرگزاری دانشجویان ایران - منطقه خوزستان - اظهار کرد: «گل ساعتی، سنبلتیو علف‌گره (بابونه، استخدوس، بادرنجبویه و گل‌گاوزبان از جمله داروهای گیاهی هستند که به عنوان کاهنده استرس و ضد اضطراب استفاده می‌شوند.»

وی با اشاره به این که به منظور مصرف داروهای گیاهی و بهره‌مندی از اثرات آنها لازم است که اصل دارو مصرف شود، تصریح کرد: «برای شناسایی این که یک داروی گیاهی اصل است یا خیر، باید به متخصص این امر مراجعه شود که این امر خود در کم شدن اعتقاد افراد به اثرات درمانی گیاهان نقش مؤثری خواهد داشت.»

سیاهپوش با بیان این که این داروها باید مقدار دو تا سه گرم به صورت دم کرده و سه بار در روز مصرف شوند، یادآور شد: «اشکال دارویی گیاهان دارویی (قرص، عرقیات و...) در داروخانه‌ها موجود هستند که افراد می‌توانند با مصرف آنها به اثرات درمانی دست یابند.»

این گیاه شناس دارویی متذکر شد: «به افراد توصیه می‌شود که در درجه اول برای درمان از داروهای گیاهی استفاده کنند چرا که این داروها در صورت استفاده مداوم خاصیت اعتیاد آور و عارضه جانبی خاص دارند. اگر فرد از درمان با این نوع داروها نتیجه نگرفت، به داروهای شیمیایی رجوع کند.»

طرز تهیه داروهای گیاهی

اصول کلی در استفاده از داروهای گیاهی؛ اندازه‌ها و مقادیر و طرز تهیه و آماده کردن داروهای گیاهی و گیاهان دارویی برای استفاده

طرز تهیه داروهای گیاهی:

- شیرابه
- پودر
- ضماد (بانداز و کمپرس)
- کمپرس مرطوب
- کمپرس گرم و خشک
- داروهای مخصوص شستشو
- استفاده از داروهای گیاهی در وان حمام
- اندازه‌ها و مقادیر داروهای گیاهی
- دم کرده
- جوشانده
- جوشانده ملایم
- جوشانده معمولی
- جوشانده قوی
- خیسانده
- خیسانده با آب سرد
- خیسانده الکلی

اندازه ها و مقادیر :

از آنجائیکه ممکن است در هنگام تهیه داروهای گیاهی ترازوی مناسب در دسترس نباشد می‌توان از وسایل زیر بعنوان واحد وزن استفاده نمود که تقریباً برابر با اوزان مورد نظر می‌باشد.

۰/۲۵ گرم = یک چهارم قاشق مرباخوری

۵/۰ گرم = نیم قاشق مرباخوری = یک قاشق مرباخوری

۲ گرم = یک قاشق مرباخوری سرپر

۳ گرم = یک قاشق غذاخوری پر ۴ گرم = یک قاشق غذاخوری لب‌پر

۵ گرم = یک قاشق غذاخوری سرپر

افنجان = در حدود لیتر آب و حدود ۲۰۰ میلی‌لیتر مقدار مصرف یک بار = یک فنجان متذکر می‌گردد که در مورد اوزان کمتر از ۰/۲۵ گرم حتماً می‌بایستی از ترازوهای دقیق استفاده گردد و در مواردی که تنظورها و یا عصاره‌های خاصی مورد نظر باشد بایستی داروهای مورد نظر را از داروخانه تهیه نمود.

طرز تهیه داروهای گیاهی

الف - دم کرده

دم کرده بهترین و با ارزشترین روش تهیه داروهای گیاهی است، زیرا اکثراً مهمترین مواد مؤثر گیاهان دارویی در اثر جوشیدن از بین می‌روند.

عصاره دم کرده بدین ترتیب تهیه می‌شود که مقدار تعیین شده از گیاه خرد شده را با یک فنجان آب جوش (حداکثر یک لیتر) مخلوط کرده و به هم می‌زنند سپس روی ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۳۰-۱۵ دقیقه دم بکشد، سپس آنرا صاف می‌کنند. در صورتیکه بعضی از بیماران نسبت به داروی خاصی عدم تحمل نشان دهند، شایسته است که در دفعات اول مصرف، دارو فقط ۶ تا ۸ دقیقه دم کشیده شود، در این صورت مطمئناً بخوبی قابل مصرف بوده و مؤثر می‌باشد.

ب - جوشانده

اصولاً باید توجه داشت که روش جوشاندن، اغلب برای داروهائی بکار برده می‌شود که از ریشه، ریزم، پوست، رزین یا دانه‌ها تهیه می‌گردند و یا هنگامی آنرا بکار می‌برند که اطمینان داشته باشند موادمتشکله مؤثر آنها در اثر حرارت از بین نمی‌روند و یا این مواد بوسیله آب سرد یا جوشیده از سلول گیاهی حل و خارج نمی‌شوند. ضمناً توجه شود که از ظروف آهنی جهت جوشاندن گیاهای استفاده نگردد.

۱- جوشاندن ملایم:

برای تهیه این فرم از دارو مقدار معینی از گیاه خرد شده را با لیتر آب جوش مخلوط کرده و می‌گذارند که کمی قل بزند، سپس آنرا از اجاق دور کرده و می‌گذارند که چند دقیقه دم بکشد و در خاتمه آنرا صاف می‌کنند.

۲- جوشانده معمولی:

برای تهیه این نوع دارو مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده را با لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذارند که بجوش آید سپس آنرا صاف می‌کنند.

۳- جوشانده قوی:

برای تهیه این نوع دارو ابتدا مانند روش جوشانده معمولی مقدار معین گیاه خرد شده را با لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذارند که بجوش آید. سپس آنرا از شعله دور کرده و روی ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۱۰ دقیقه دم بکشد. و در خاتمه آنرا صاف

می‌کنند.

ج - خیسانده

۱- خیسانده با آب سرد:

اصولاً روش خیساندن را اغلب برای گیاهانی بکار می‌برند که مواد مؤثر آنها در اثر حرارت زود خراب یا تبخیر می‌شوند. برای انجام این منظور بر روی مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده مقدار لیتر آب سرد ریخته، درب ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۶ تا ۱۲ ساعت باقی بماند. هر چه میزان این زمان طولانی‌تر شود عصاره قوی‌تر خواهد بود.

۲- خیسانده‌های الکلی:

این روش اغلب برای گیاهانی بکار می‌رود که مواد مؤثر آنها در آب حل نمی‌شوند. برای تهیه این نوع دارو بر روی مقدار لازم از گیاه خرد شده آن مقداری از الکل اتیلیک ۶۰ درصد را می‌ریزند که تمام قسمت‌های گیاهی پوشیده شود، سپس در ظرف را بسته و چند روزی نگاه می‌دارند (برای تهیه عصاره‌های قوی‌تر از الکل خالص یا ۹۰ درصد استفاده می‌شود).
توجه: برای تهیه عصاره‌هایی به منظور خوراکی یا معالجه و ضد عفونی زخمها، غرغره‌ها و دهان شویی‌ها می‌بایستی عصاره‌های تهیه شده پیوسته با آب رقیق گردد.

د - شیرابه

برای تهیه شیرابه گیاهان دارویی، گیاه تازه را در هاوم (خرد کننده‌های الکتریکی) خوب له کرده و سپس داخل یک پارچه تمیز نموده و فشار می‌دهند. برای بکار بدن این نوع دارو در مصرف خوراکی اغلب یک قاشق مرباخوری از شیرابه را در شیر یا آب حل و میل می‌کنند.

ه- پودر

برای تهیه پودر، گیاه خشک شده را در هاوم به صورت پودر درآورده و سپس با الک ریز الک می‌کنند. جهت کاربرد در مصرف خوراکی مقدار مورد نظر از پودر را در یک قاشق غذاخوری شیر یا آب حل کرده و میل می‌کنند. جهت مصرف خارجی مثل سایر پودرها، به قسمت مورد نظر پاشیده می‌شود.

و- ضماد (بانداز)، کمپرس

اصولاً ضمادها را جهت رفع کبودی و کوبیدگی، احتقان، التهاب، کشیدن چرک از دمل‌ها، آرام کردن خراش‌ها و کشیدن سموم از بدن مورد استفاده قرار می‌دهند و معمولاً گیاهان دارویی مورد نظر را بصورت خمیر درآورده و بطور مستقیم روی بدن قرار می‌دهند و یا آنرا ابتدا بر روی پارچه تمیز کشیده و سپس مورد استفاده قرار می‌دهند.

۱-۱- بانداز یا کمپرس مرطوب نوع اول :

برای تهیه این نوع دارو در صورتیکه دستور دیگری موجود نباشد بدین ترتیب عمل می‌شود که ۱۰ گرم از گیاه خرد شده را در لیتر آب به صورت چای دم می‌کنند. سپس آنرا صاف کرده، چلانده و گرم گرم (نه داغ) به صورت کمپرس بکار می‌برند. البته باید بر روی این کمپرس گرم و مرطوب یک تکه پارچه غیر قابل نفوذ و بروی آن دستمال گرم قرار داده شود.

۱-۲- بانداز یا کمپرس مرطوب نوع دوم :

گیاه خرد شده دارویی را در یک کیسه پارچه‌ای کوچک قرار داده و در داخل آب جوش قرار می‌دهند سپس آنرا صاف کرده و مطابق روش ۱ عمل می‌کنند.

۲- کمپرس‌های گرم و خشک:

برای تهیه این نوع دارو، گیاه خرد شده را در یک کیسه تمیز سفید قرار داده و خشک خشک حرارت داده و بصورت کمپرس روی

عضو قرار می‌دهند.

ز - داروهای مخصوص شستشو

برای این منظور گیاه دارویی خرد شده را بطوری که چای را درست می‌کنند آماده کرده و با آن زخمها را شستشو می‌دهند.

ح - استفاده از داروهای گیاهی در حمامها

برای این منظور ۱۰۰ گرم از گیاه خرد شده را در یک لیتر آب جوشانده و صاف می‌کنند، سپس آنرا به مایع وان اضافه می‌کنند. برای تهیه مایع جهت حمام پا کافی است که ۴۰ گرم از گیاه در لیتر آب جوشانده و بکار برد. زمانی که گیاهان به راحتی در دسترس باشند، کافی است که از دم کرده گیاه به مدت ۱۵ دقیقه و یا خیسانده سرد ۱۳ ساعته استفاده گردد.

توجه: بار دیگر نظر علاقمندان به گیاه‌درمانی را کاملاً به این نکته جلب می‌نماییم که گیاهان مورد نظر می‌بایستی حتماً از عرضه کنندگان مطمئن تهیه و مصرف شوند. زیرا در غیر اینصورت ممکن است گیاهان تهیه شده به طور صحیح محصول برداری، خشک، انبار و نگهداری نشده باشد. از مصرف این نوع گیاهان به هیچ‌وجه اثر درمانی مطلوب حاصل نخواهد شد. از طرف دیگر می‌بایستی به دستور تهیه دارو که در نسخه ذکر شده کاملاً توجه شود (دم کرده، جوشانده، خیسانده) زیرا این روشهای تهیه با توجه به مواد مؤثر موجود در گیاه، که باید از گیاه خارج شده و پس از مصرف اثر درمانی خود را ظاهر سازد در نظر گرفته شده است. بدین سبب توصیه می‌شود در صورتیکه دستور تهیه دارو در دسترس نباشد بخصوص در مورد داروئهایی که از برگ و گل‌های گیاهان تهیه می‌گردد، آنرا بصورت دم کرده تهیه و استعمال نمایند

دسته بندی داروهای گیاهی بر اساس (مزاج - مزه - ک

نویسنده: فرشته کریمی

مزاج داروها :

مزاج بر دو نوع است : مزاج اول ، مزاج دوم .

مزاج اول :اولین مزاجی است که از عناصر چهارگانه حاصل می شود .

مزاج دوم :مزاجی است که از عواملی که خود آنها دارای مزاج ویژه ای هستند پدید می آید مانند مزاج داروهای مرکب یا مزاج پادزهرها (تریاق)

مزاج دوم بر دو گونه است : ۱- ترکیبات نیرومند و پایدار ۲- ترکیبات سست و ناتوان .

مزاج نیرومند :

اگر دو ماده ی ساده با هم ترکیب شوند و اجزای هر دو چنان به هم جوش خورده باشند که گرمای غریزی اندام ما در جدا ساختن آنها با دشواری روبرو شود ، آن مزاج پایدار است .

مزاج سست و جدایی ناپذیر :

اگر مزاج ، آن مزاج مستحکم نباشند و حالت امتزاج اجزای ساده چنان باشد که مزاج ما یارای از هم جدا ساختن آنها را داشته باشد ، آنگاه قوای آنها مخالف یکدیگر است ، هریک بکار خود می پردازد و بر ضد جزء جدا شده از آن قد علم می کند .

داروهای سست آمیز نیز به چند قسم هستند :

۱- برخی از آنها بیشتر از بقیه با هم در آمیخته اند و نمی توان بوسیله ی پختن یا شستن ، قوایی را که در آنهاست از هم جدا سازیم .مثلاً- بابونه دارای دو نیروی تحلیل برنده و قابض است . هر گاه بابونه را آب پز کنیم و آن را ضماد سازیم هیچ یک از قوایش از

یکدیگر جدا نمی شوند .

۲- در برخی از این داروها قوه های موجود ، در حالت پختن از هم جدا می شوند مانند : کلم .

گوهری که کلم دارد از دو ماده ترکیب یافته است : یکی ماده خاکی که گیرنده (قابض) است و دیگری ماده ی لطیف و زداینده بورقی . بر اثر پختن کلم ، ماده ی لطیف و زداینده ی بورقی می گذارد و گوهر قابض خاکی بر جای می ماند و از آن روست که آب کلم پخته مسهل است و نیخته آن بند آورنده .

جزء های ساده گروهی از این داروها را می توان به وسیله ی شستن آنها از هم جدا نمود مانند کاسنی و بسیاری از سبزی ها .

۳- در برخی از داروهای مفرد به نظر می رسد که دو گوهر مختلف المزاج در آنها وجود داشته باشد که با هم نیامیخته باشند . این اختلاف در برخی از آنها مثل ترنج آشکار است و با حس می توان درک کرد و در برخی مثل اسفرزه نامحسوس است .

شناسایی قوای مزاج داروها :

قوت دارو را می توان از دو راه شناخت : الف - مقایسه ب - آزمایش

الف - مقایسه

در شناخت قوای داروهای مفرد از راه قیاس قوانینی به شرح زیر وجود دارد :

۱-زود گرم شدن و تبدیل سریع به آتش

۲- دیر گرم شدن و گرمی پذیرفتن

۳- سرعت انجماد

۴- تأخیر در انجماد

۵- بو ، مزه ، رنگ

۶- اثرات دارویی و قوه ای که از آن پدید می آید . از این راه می توان دلیل های آشکار بروجود قوای مجهول بدست آورد .

شناختن گرمی و سردی :

از دو جسم یکسان از نظر قوام بنیادی یعنی تخلخل ، آنکه زودتر گرمی پذیر باشد ، آن را گرمتر می گوئیم و هر کدام زودتر سردی پذیر باشد آن را سردتر می نامیم .

یعنی آنکه زودتر گرم می شود دلیل بر این است که در گوهر ذاتی گرمتر بوده است و آنکه سردی را زودتر پذیرا می شود سردتر است .

ممکن است دو شیء تحت تأثیر یک عامل یکی زودتر و دیگری دیرتر گرم شود . آنکه زودتر گرم می شود در ذات خود گرمتر از دیگری است و این سرمای عارضی است که آن را سرد می کند .

از دو جسم یکسان در قوام ذاتی ، اگر یکی بر اثر سرما زودتر از دیگری منعقد شود سردتر است .

اجسامی نیز وجود دارند که بر اثر گرما منعقد می شوند و هر آنچه بر اثر گرما منعقد شود بر اثر سرما تحلیل می رود و همچنین اشیایی هستند که بر اثر سرما منعقد می شوند و هر آنچه بر اثر سرما منعقد شود گرما آن را ذوب می نماید .

جالینوس عقیده دارد که گرما به وسیله ی خشکانیدن ، اشیاء را منعقد می کند و سرما به وسیله ی رطوبت بخشیدن آن را مایع می سازد .

از دو دارو که یکی گرمتر ولی غلیظ تر باشد ممکن است در انعقاد پذیری با آنکه سردتر است یکسان باشد و این به دلیل غلظت آن است .

اگر آنچه زودتر یخ می بندد در شکل با آنچه دیرتر یخ می بندد متساوی باشد ، آن از دیگری سردتر است .

برای شناسایی قوه ی دارو به ترتیب از :

۱- مزه

۲- بو

۳-رنگ

استفاده می کنیم .

اقسام مزه :

منظور اطباء از واژه ی «مزه» آن چیزی است که حس ذائقه ی آن را درک می نماید بدون اینکه از آن چیز تأثیر پذیر باشد. بدون مزه در این توصیف می گنجد. بدون مزه در واقع دو نوع است :

۱- یا اصلاً بدون مزه است مثل آب .

۲- یا اینکه مزه دارد ولی حس آن را درک نمی کند .

ممکن است چیزی در خود مزه ای داشته باشد ولی آنقدر غلیظ و متراکم است که چیزی از آن تحلیل نمی شود که با زبان در آمیزد و زبان آن را حس نماید .

مزه ها عبارتند از: شیرین ، تلخ ، تند ، شور ، ترش ، گس ، قابض و چرب.

اطباء برای گوهری که مزه را در بردارد تقسیماتی قائلند و گویند :

آن گوهر یا متراکم و خاکی است ، یا لطیف است یا معتدل و قوه ی آن یا گرم یا سرد یا حد وسط بین گرم و سرد است . اگر متراکم و خاکی گرم باشد مزه آن تلخ است . اگر متراکم و خاکی سرد باشد مزه ی آن گس است . اگر متراکم و خاکی معتدل باشد مزه ی آن شیرین است .

چنانچه گوهر جسم در بردارنده ی لطیف باشد در حالت گرمی تند مزه ، در حالت سردی ترش و در حالت اعتدال چرب است . اگر گوهر در بردارنده ی مزه ی معتدل باشد یعنی حد وسط بین تراکم و لطافت باشد در حالت گرمی شور ، در حالت سردی گیرنده (قابض) و در حالت اعتدال گویند بی مزه است .

مزه های گرم :

مزه هایی که دلالت بر گرمی دارند به ترتیب عبارتند از : مزه های تند ، تلخ ، شور.

تند بیشتر از تلخ و شور دلالت بر گرمی دارد ، زیرا در تحلیل بردن مواد و تقطیع و زدودن فعال تر از تلخ و شور است . مزه ی تلخ گرمتر از شور است ، زیرا شور تلخی بوده است که به وسیله ی رطوبتی سرد که بر او روی آورده است از مزه ی اصلی اش کاسته است و در این تحویل و تحول قسمتی از گرمی را نیز از دست داده است .

مزه های سرد :

مزه های سرد مزاج به ترتیب اولویت عبارتند از : مزه های گس ، قابض و ترش .

این سه مرحله ی گسی و قبضی و ترشی را می توان در میوه ای یافت که در سرانجام مزه ی شیرین می دهد و در نخستین مرحله ی تکوین بسیار سردی بخش است و این سردی از گسی مزه ی آن ناشی می شود .

هر گاه جریان هوا و ماده ی آبی در آن حاصل شد و از هوا و گرمی آفتاب اعتدالی یافت و به نوعی از پختگی رسید به ترش مزگی می زند ، مثل غوره .

تأثیر شیرین و چرب بر زبان :

هر آنچه که بر زبان سردی گرد آورده و بند کرده و مایه ی غلظت این عضو شده است به وسیله ی شیرین یا چرب سیلان می یابد

اما تحلیل نمی رود. از این رو شیرین و چرب، زبان را منبسط می کند و زبری زبان را از بین می برد و آن را نرم می سازد. چربی بدون اینکه از آن گرمی احساس شود کار خود را انجام می دهد، اما شیرین همراه گرمی است و به همین علت است که رسانندگی شیرین بیشتر است.

لذت بخشی مزه شیرین به این دلیل است که این مزه غلظت را به کلی از بین می برد و سبب سیلان و نرمی می شود و آزار ناشی از انجماد را از بین می برد.

ماده ی غلیظی که در اثر گرما به سیلان می افتد برای تبدیل شدن به شیرینی و چربی آمادگی دارد. کنش های مزه شیرین عبارتند از: پخته گردانیدن، نرم کردن و تکثیر غذا. مزاج آن را دوست دارد، نیروی جاذبه آن را جذب می کند.

کنش تلخ و شور:

تلخ و شور هر دو زبان را می تراشند و فرق آن دو در این است که زدودن در مزه ی شور سبک است و زبان را شستشو می دهد و زبری همراه ندارد. لطیف است و به کلیه ی اجزای اندام می رسد و در همه یکنواخت پراکنده می شود و لیکن دهانه معده را آزار می دهد. لیکن مزه تلخ در تراشیدن به حدی شدید است که زبان را زبر می نماید و به این دلیل زبر است که به تمام سطح زبان نمی رسد. کار مزه ی تلخ زدودن و زبر نمودن است.

کنش مزه ی تند و ترش:

تند و ترش هر دو زبان را می گزند ولی تند بسیار گزندگی بیشتری دارد و گرمی بیار می آورد. مزه ترش زبان را می گزد و لیکن گزندگی آن زیاد نیست و می توان آن را حد وسط نامید و گرمی همراه او نیست. هرگاه جسم تلخ مزه در مایعی بی مزه حل شود و سپس محلول منعقد گردد مانند آب خاکستر شور می شود. هرگاه مزه گس بر اثر افزایش رطوبت و حرارت پخته شود و حرارت کمتر از آن باشد که عمل پختن را به طور کامل انجام دهد، ترشی به وجود می آید در صورتی که گوهر ترش عموماً تری است و همچنین گوهر شیرین گرایش به تری دارد اما گوهر تلخی و گسی به خشکی نزدیک تر است.

مزه ی گس اگر ضعیف باشد قابض است و اگر شدید باشد فشرنده است.

کار مزه تند تحلیل و تقطیع و تعفن است. کنش مزه شور زدودن، شستن و خشک گردانیدن و ممانعت از تعفن می باشد. کنش مزه ترش سرگردانیدن و بریدن است.

کنش قابض:

کار قبض غلظت بخشیدن و سخت گردانیدن و باز داشتن است.

کنش چرب:

نرم کردن، لیزی دادن، کمی پختن و رسانیدن است.

آمیختگی مزه ها:

گاهی دو مزه در یک جسم گرد هم آمده اند، مثلاً: ۱- تلخی و قبضی در افشره گیاه فیل زهره و چنین مزه ای را بشاعت می گویند. ۲- تلخی و شوری در دارچین ختایی که این مزه را زعوقت نامیده اند. ۳- تندی و شیرینی در انگبین پخته. ۴- تلخی و تندی قبض در بادمجان. ۵- تلخی و بی مزگی در کاسنی. گاهی اتفاق می افتد که گرد آمدن دو مزه در یک جسم سبب می شود که کنش یکی از مزه ها تقویت گردد. گاهی گرد آمدن دو مزه موجب خنثی شدن هر دو مزه می شود. مثلاً در گردآمدگی ترشی و گسی در غوره، گسی نمی گذارد ترشی زیاد نفوذ کند و سردی برساند.

گاهی قوام ضد کیفیت است مثلاً غلظتی که در ماست چکیده (کسیه ای) حاصل می شود و سردی آن را به کمترین حد می رساند

گاهی برخی از مزه ها که با مزه دیگری آمیزش دارند به مرور زمان خالص می شوند مانند آب غوره که اگر مدت زیادی بماند مزه گس و مشابه آن که در آن هست به تدریج ته نشین می شود و تنها ترش مزگی خالص می ماند .

گاهی مزه ای که خالص است (با مزه ها آمیخته نیست) به مرور زمان با مزه دیگری می آمیزد و ناخالص می شود . مانند عسل که اگر زیاد بماند تلخ و تند مزه می شود یا مانند افشره ی انگور که به مرور زمان سخت تلخ و تند می شود و سپس تمایل به تند مزگی پیدا می کند .

کنش های مزه های به هم آمیخته :

اگر گس و تلخ را به هم آمیزند ، کنش آن زدودن همراه با قبض است .

اگر گس و تلخ با هم باشند در چند حالت مفید هستند :

۱- برای شفا بخشیدن زخم هایی که کمی فروهستگی دارند . ۲- برای باز نمودن انسداد عمومی . ۳- برای طحال به شرطی که تلخی در این ترکیب زیاد ضعیف نباشد مفید است .

بطور کلی هرگاه مزه های گس و تلخ با هم باشند برای معده و کبد مفید هستند. مزه تلخ مطلق یا تند مزه خالص هر دو برای احشاء زیان آورند ، اما اگر تلخ همراه قبض باشد برای آن مفید است ، زیرا تلخی را می زداید و قبض قوت درون را نگهداری می کند . بطور عموم مزه شیرین که همراه قابض باشد مطلوب احشاء است ، زیرا شیرین قابض هم لذیذ است و هم مقوی و از آنجا که شیرین همراه قبض به حالت اعتدالی می ماند زبری مری را نافع است .

هر چیزی که مزه گسی خشک کننده یا قبضی خشکی دهنده در آن است اگر همراه آن گسی یا قبضی ، چربی یا بی مزگی یا شیرینی یا هر چه مانع گزش است باعث رویش گوشت می شود .

شناخت دارو به وسیله ی بو :

منشاء هر بویی گرمی ، یا سردی است . ولی در اکثر حالات بوهایی که شایستگی بوییدن یا استنشاق دارند از حرارت بوجود می آیند . زیرا در اکثر موارد ، علت نزدیک شدن بو به قوه ی بویایی گوهری است لطیف و بخاری هرچند ، گاه ممکن است که از طریق استحاله هوا باشد بی آنکه چیزی از شیء بودار تحلیل رود ، ولی آنچه که در اکثر موارد صادق است همان صورت اول است . تمام بوهایی که از آنها احساس سوزش می شود و یا گرایش به طرف شیرینی دارند از گرما منشاء گرفته اند و هر نوع بویی که ترش احساس می شود یا بوی نا(کفک) می دهد سرد است .

بوهای خوش (عطری) اکثراً گرم مزاجند مگر آنهایی که رطوبتی همراه دارند و آرامشی برای روح و نفس در بر دارند مانند : کافور و نیلوفر . در جسم این گونه از مواد بوییدنی ، گوهر سردی بخش موجود است که همراه بو به مغز راه می یابد . هر چه خوش بو است گرم است و همچنین هر نوع از افاویه گرم مزاجند و این گرم مزاجی است که مایه ی سردرد می شود .

شناخت مزاج دارو به وسیله ی رنگ :

در زمینه ی رنگها قاعده ای هست که در اکثر حالات می توان از آن استفاده کرد و مزاج دارو را حدس زد . در نوعی از داروی معینی که دارای رنگ های مختلفی است ابتدا باید مزاج آن را در نظر گرفت . اگر مزاج آن سرد است هر آنچه از آن نوع دارو

، رنگش به سفیدی می زند ، سردترین است و

هر آنچه به سرخی یا سیاهی تمایل دارد کمتر سرد است ، اما اگر مزاج نوع دارو گرم است باید بر عکس قیاس کرد .

شناسایی اعمال داروهای ساده :

کنش و اثربخشی داروها بر سه وجه می باشد که عبارتند از: اثرات عمومی، اثرات جزئی و کنش‌هایی که جزئی هستند و به کنش‌های عمومی شباهت دارند.

اثرات عمومی از قبیل گرمی دادن، سرد کردن، جذب، دفع، بهم آوردن دهانه‌های زخم، بوجود آوردن زخم و از این قبیل.

اثرات جزئی مانند اثرات درمانی داروهایی که در معالجه سرطان و بواسیر و یرقان و این قبیل بیماری‌ها مفید هستند.

اثرهایی که جزئی به حساب می آیند و شباهت به کنش‌های (اثرات) عمومی دارند از این قبیل است: اسهال آوردن، جاری کردن ادرار و حالاتی که شبیه به آنهاست.

دارو در چنین مواقعی با اینکه بر اندام و یا دستگاه ویژه‌ای اثر می گذارد و مربوط به کل تن آدمی نیست، باز باید شبیه تأثیرات کلی تلقی شود. زیرا نفع و زیان آن مربوط به همه اندام‌هاست و سراسر بدن از آنها تأثیر پذیر است و تأثیر از خود آنهاست و عرضی در کار نیست.

اثرات عمومی و اثرات شبه عمومی:

اثرات عمومی به دو درجه اولیه و ثانویه تقسیم می شوند.

اثرات عمومی اولیه اثرات چهارگانه اصلی هستند که عبارتند از سرد کردن، گرمی دادن، تر نمودن و خشکانیدن.

اثرهایی که ثانوی هستند به دو گروه تقسیم می شوند:

گروه اول همان اثرات چهارگانه نامبرده و لیکن برآورد و مقایسه در زیادی و کمی آنهاست. از قبیل سوختن، گندیدن، یخ بستن و میان تهی شدن که این حالات نیز از گرمی دادن و سرد گردانیدن سر می زنند، ولی گرمی و سردی آنها از راه برآورد و قیاس کمی و بیشی است.

گروه دوم، اثراتی که با این کنش‌ها مغایرت دارند، ولیکن از این کنش‌ها پدید می آیند مانند: ختم، خدر، الزاق، تفتیح، تغریه و از این قبیل.

اثرات شبه عمومی از قبیل اسهال، ادرار و پیدایش عرق اندام و نظیر آنها هستند.

صفات داروها:

داروها خود به خود دارای صفاتی هستند که برخی از این صفات همان کیفیات چهارگانه شناخته شده (گرمی، سردی، تری، خشکی) است.

برخی از این صفات نیز عبارت از بو و رنگ است و عده‌ای نیز صفت‌های مغایرند که می توان در بین آنها از لطافت، غلظت، لزج بودن (چسبندگی)، شکنندگی، جمود، سیلان، لعابی بودن، چرب بودن، خشکی دهنده، سبکی و سنگینی نام برد.

۱- داروی لطیف عبارت از دارویی است که هرگاه به وسیله‌ی نیروی طبیعی جسم ما تأثیر پذیرفت، به اجزای بسیار ریز تقسیم می شود و در بدن پخش می گردد. مانند زعفران و دارچین. چنین دارویی در

همه حالات بسیار مفید است، حتی خشکانیدن بوسیله‌ی آن حتی اگر هیچ گزندگی از آن حس نشود با اثر داروی بسیار سوزناک و قوی برابر است.

۲- منظور از داروی غلیظ آن نوع دارو است که نمی تواند کار داروی لطیف را انجام بدهد، مانند کدو و گج.

۳- منظور از داروی لزج (چسبنده) دارویی است که هرگاه گرمای غریزی جسم بر آن دارو تأثیر بگذارد و کنش یا نیروی آن را بکار گیرد برای هر نوع کنش آمدن آمادگی دارد و هر قدر کنش داده شود از هم نمی گسلد. چنین دارویی اگر از دو طرف به دو جسم که به حرکت در آمده اند و در حال دور شدن از هم هستند بچسبد، حرکت آنها را به تعویق نمی اندازد و هر دو جسم با او حرکت می کنند و گسستگی در میان رخ نخواهد داد مانند عسل

- ۴- مقصود از داروی شکننده دارویی است جامد و خشک و به کمترین فشاری که بر او وارد می آید ریز ریز می شود مانند الوای خوب (صبر)
- ۵- منظور از داروی جامد دارویی است که می توان اجزای آن را به حرکت در آورد و وضع آن را تغییر داد، لیکن در حال حاضر به واسطه ی عامل بسیار سرد بر وضع خود باقی مانده است، مانند شمع. چنین دارویی می تواند به شکل روان در آید ولی جامد به نظر می آید.
- ۶- مراد از داروی مایع (سائل) دارویی است که اگر آن را در چیزی سخت قرار دهیم شکل و وضع خود را از دست می دهد و قسمت های بالایی آن از هر طرف که راه داشته باشند پایین گرا می شوند. داروهای مایع از نوع داروهای سائل هستند.
- ۷- دارویی را لعابی می نامیم که اگر آن را در آب فرو بریم یا در مایعی قرار دهیم اجزایی از آن جدا می شود و با رطوبت همجواری می آمیزد و بر اثر این آمیزش نوعی چسبندگی به بار می آید مانند: اسفرزه و ختمی.
- دانه های لعاب دار به وسیله ی لیز دادن اسهال ایجاد می کنند، اگر این دانه ها برشته شوند خاصیت لعاب دهندگی آنها پوشیده می شود و شکم را بند می آورد. ۸- ماده روغنی دارویی است که در گوهرش مقداری روغن موجود است مانند حبوب (دانه).
- ۹- منظور از خشک شدن آن نوع دارو است که اثر مزاج خاکی در آن فراوان و به خشکی انجامیده است.
- هرگاه آب یا رطوبت های جاری به وی برسند آنها را در خود فرو می برد و رطوبت از سوراخ های بسیار ریز و پنهانی آن می گذرد ولی دیده نمی شود مانند آهک زنده.
- ۱۰ و ۱۱- سبک و سنگین بودن که نیازی به تعریف ندارد و برهرکس آشکار است.
- داروها از نظر کنش چهارده تا هستند که عبارتند از:
- گروه اول: شامل گرم کننده، لطیف کننده، گدازنده، جنباننده، زبری دهنده، بازکننده، سستی آور، پزنده (رساننده)، کشنده (جاذب)، برنده یا تکه تکه کننده (مقطع)، بادشکن سرخ کننده (محرر)، خارنده (محکک)، قرحه آور، خورنده، سوزنده، سوزش دهنده (لاذع)، خرد کننده، متعفن کننده، داغ گذار (کاوی) و پوست کن.
- گروه دوم: سرد کننده، توان بخش، بازدارنده، غلیظ کننده، فاصله دهنده و مخدر را شامل است.
- گروه سوم: مرطوب کننده، شوینده، رساننده زخم، لغزش دهنده و هموار کننده (مملس).
- گروه چهارم: خشکاننده، فشرنده، گیرنده، بندآورنده، پوشنده، دمل آور، رویاننده گوشت و مهر گذار (خاتم).
- برخی دیگر از داروها هستند که ضعف آنها بر حسب اثرات آنهاست. این قسم داروها عبارتند از: داروهای کشنده، زهر، پادزهر، مسهل، داروهای ادرا دهنده، عرق آور.
- ۱- داروی لطافت بخش (ملطف): دارویی است که بوسیله حرارتی معتدل خلط را رقیق تر از آنچه هست می نماید. مثل زوفا، پونه کوهی (حاشا) و بابونه.
- ۲- داروی تحلیل برنده (محلل): دارویی است که خلط را تبخیر می نماید و آن را از جای خود بر می کند و اجزاء آن را جدا می سازد و بیرون می اندازد و در اثر تداوم اثر با نیروی گرم خویش خلط را به کلی نابود می سازد مثل: خایه سگ آبی.
- ۳- داروی زداینده (جالی): دارویی را گویند که رطوبت های چسبنده بند آمده را از دهانه سوراخ ریز سطح اندام به حرکت در می آورد و دور می کند مثل: عسل آب (ماء العسل).
- هرداروی جنباننده بواسطه ی خاصیتی که دارد ملین مزاج است، هرچند که قوت اسهال دادن در آن نباشد.
- هر تلخ مزه ای حتماً زداینده است.
- ۴- داروی زبری بخش (مخشن): دارویی را گویند که سطح اندام را ناهموار می نماید. برخی را بلندتر و بعضی را پست تر می کند

- چنین دارویی از سه حالت خارج نیست (به سه شکل این کار را انجام می دهد): الف - یا گوهرش متراکم است و بسیار قابض .
- ب - یا گوهرش لطیف است ولی بسیار تند مزه که برندگی دارد و همواری را از بین می برد .
- ج - یا اینکه اندامی که بر اثر دارو زبر می شود سطح آن در اصل زبر بوده ، رطوبتی چسبنده بر آن روی آورده و به طور عرضی هموار گشته است ، داروی زبر کننده آن رطوبت چسبنده را که بیگانه عرضی است از بین می برد و اندام به حالت اصلی خویش باز می گردد که حالت اصلی زبری و ناهمواری اجزاء بوده است .
- از داروی زبری بخش اسپرک (اکلیل الملک) را نام می بریم . این دارو بیشتر به استخوان و غضروف زبری می دهد و تأثیر آن در زبر کنندگی پوست کم است .
- ۵- داروی باز کننده (مفتح): دارویی است که ماده داخل تجویف منفذها را به بیرون دفع می نماید و کاری می کند که مجراها باز باشند و بند نیابند .
- داروی باز کننده قوی تر از داروی زداینده (جالی) است . یکی از داروهای باز کننده کرفس است . دارویی که این کار را انجام می دهد یکی از سه حالت را دارد : یا لطیف و محلل است . یا لطیف و شستشو دهنده است (غسال) . یا لطیف و برنده است (مقطع) . هر چند تند مزه است ، هر چه تلخ است و هر آنچه لطیف و سیال می باشد به شرطی که گرایش به گرمی داشته باشد و یا معتدل باشد ، همه باز کننده هستند و هر چه لطیف و ترش مزه است نیز باز کننده است .
- ۶- داروی سست کننده (مرخی): دارویی را سست کننده نامند که بوسیله ی حرارت و رطوبتی که دارد قوام اندام هایی را که دارای سوراخ های زیر و متراکم هستند نرم تر بنماید و در نتیجه این نرم شدن سوراخ ها وسعت بیشتر پیدا کنند و مواد قابل دفع آسان تر دفع شوند . از داروهای سست کننده ضماد شبت و تخم کتان را نام می بریم .
- ۷- داروی رساننده (منضج): دارویی را رساننده نامند که گرمی معتدل دارد همراه با قوه قبض که خلط را حبس می کند تا پخته شود . گرمی اش به حدی زیاد نیست که خلط را به شدت تحلیل برد و در نتیجه ترش از خشک جدا شود : اگر به آن حد گرم گردد پخته شدن به سوختن تبدیل می گردد .
- ۸- داروی هاضم: دارویی است که در هضم غذا کمک می نماید .
- ۹- داروی بادشکن: دارویی است که بوسیله ی گرمی و خشکانیدن بادی را که در جایی از اندام ها جمع آمده است رقیق و هوایی گرداند تا بر اثر این تغییر به خارج راه یابد مانند : تخم اسپند .
- ۱۰- داروی پاره کننده (مقطع): دارویی را گویند که بر اثر لطافت خود به میان سطح اندام و خلط چسبنده می خزد و اندام را از خلط می رهاند . خلط بواسطه ی اثر دارو تکه تکه می شود و به اجزای مختلف الحجم در می آید و آنگاه از جای خویش برکنده می شود و خارج می گردد . مانند : خردل و سکنجبین .
- ۱۱- داروی کشنده (جاذب): دارویی که بر اثر لطافت و حرارت رطوبت ها را به طرف خود می کشد مانند : خایه سگ آبی ، آن را جاذب می نامند .
- دارویی که نیروی کشش آن زیاد باشد ، اگر آن را پس از پالایش ضماد کنند برای عرق النساء و درد مفاصل داخلی بسیار خوب است و همچنین بوسیله ی ضماد چنین دارویی می توان خار و پیکان های ریز استخوانی را از قرارگاه آن بیرون آورد .
- ۱۲- داروی سوزش دهنده (لاذغ): دارویی را گویند که لطیف و بسیار نفوذ کننده است و بوسیله ی تفرق ، پیوسته را به قطعات بسیار کوچک در می آورد .
- این قطعات جدا شده به حدی نزدیک به هم می مانند که نمی توان یکی را جدا از دیگران حس کرد و مثل این است که همه با هم در یک جای جمعند ، ضماد خردل با سرکه و سرکه به تنهایی نمونه داروهای سوزنده هستند .

- ۱۳- داروی سرخ کننده (محرر): دارویی است که هر وقت به یکی از این اندام ها می رسد آن را گرمی زیاد می بخشد . بر اثر گرم شدن خون به سوی آن جذب می شود و به سطح آن روی می آورد و اندام سرخ رنگ می گردد . خردل ، انجیر ، پونه ، کرویلا (قردهانا) از این گروه هستند . کنش داروهای سرخ کننده به کنش داغ کنندگی نزدیک است .
- ۱۴- داروی خارنده (محکک): دارویی است که خلط های سوزناک و خارش دهنده را بوسیله ی کشش و گرمی به سوی مسامات می کشاند . چنین دارویی تا این اندازه فعال نیست که قرحه بوجود بیاورد . شاید خارش می که بوجود می آید از خارهای کرکی سخت و ریز باشند که محسوس نیستند مثل گیاه کبیکه .
- ۱۵- داروی قرحه آور (مقرح): دارویی است که رطوبت های واقع در میان اجزای پوست را تحلیل می برد و ماده ناپسند را که مایه قرحه (دمل چرکین) می شود به سوی پوست می آورد . داروی قرحه آور را مقرح می نامند مثل گیاه بلادر (آکاژو) .
- ۱۶- داروی سوزنده (محرق): دارویی را گویند که قسمت لطیف خلط ها را از بین می برد و تنها خاکستر آنها را باقی می گذارد مثل شبرم .
- ۱۷- داروی خورنده (اکال): دارویی است که با عمل تحلیل بردن و ایجاد قرحه از گوهر گوشت می کاهد . مثل زنجار .
- ۱۸- داروی خرد کننده (مفتت): دارویی است که در برخورد با خلط سفت و سخت آن را به چندین پارچه ریز در می آورد مثل حجر الیهود که سنگ مثانه یا کلیه را خرد و له می کند .
- ۱۹- داروی معفن (گنداننده): دارویی است که بتواند مزاج اندام یا مزاج روحی را که به سوی اندام می آید فاسد نماید و بوسیله ی تحلیل رطوبت مزاج اندام را چنان به تباهی بکشاند که برای تبدیل شدن به جزیی از اندام بکار نیاید .
- داروی معفن نه می سوزاند و نه می خورد بلکه رطوبتی تباه که حرارتی بیگانه در آن است در اندام باقی می گذارد ، در نتیجه عفونت روی می دهد . زرنیخ و تافسیا (صمغ سداب کوهی) و نظایر آنها از این گروه هستند .
- ۲۰- داروی داغ گذار (کاوی): دارویی را گویند که پوست را می سوزاند و خشک می گرداند . پوست از اثر آن چنان سفت می شود که گویی سوختگی ناشی از آتش است . آنگاه گوهر پوست راه را بر خلط سیال می بندد تا نتواند بیرون بیاید . این جای داغ و سوختگی بر پوست را خشک ریشه می نامند .
- چنین دارویی را برای بند آمدن نزیف شرایین (خونریزی شرایین) و حالات مشابه آن بکار می برند مثل زاج و زاج زرد (قلقطار) .
- ۲۱- داروی پوست کن (قاشر): دارویی است که اجزای فاسد پوست را می زداید و در معالجه بهق و کلف و غیره بکار می رود . مثل قسط و راوند (ریواس)
- ۲۲- داروهای سرد کننده (مبرد): داروهای سرد کننده که معروف است .
- ۲۳- داروهای توان بخش (مقوی): داروهایی هستند که شکل و مزاج اندام را از آسیب نگهداری می کنند و نمی گذارند مواد زائد بر آن اثر بگذارند .
- چنین داروهایی یا خاصیتی در خودشان دارند . مثل : گل مختوم و تریاق و یا این اثر بخشی از اعتدال مزاج آن دارو است که گرم تر را سرد و سردتر را گرم می نمایند . جالینوس این اعتدال را در روغن گل محمدی می بیند .
- ۲۴- داروی بازدارنده (رادع): بازدارنده ضد جذب کننده است و عبارت از دارویی سرد است که اندام را سردی می بخشد و در نتیجه ی این سردی تراکم در اندام بوجود می آید و سوراخ های ریز اندام تنگ می شوند و حرارت جذب کننده اش کاهش می یابد و مایعی که به سوی آن در جریان است بند می آید یا منعقد می شود و به اندام نمی رسد و اندام آن را نمی پذیرد مثل تاجریزی که در معالجه دمل ها استعمال می شود .
- ۲۵- داروهای غلیظ کننده (مغلظ): مقابل رقیق کننده است و داروهایی هستند که قوام رطوبت را از آنچه هست غلیظ تر می گرداند

و این یا بوسیله‌ی خاصیت منجمد کنندگی یا منعقد کنندگی یا مخلوط شدن صورت می‌گیرد.

۲۶- داروی مفحج (فاصله انداز): داروهایی هستند که ضد هاضم و رساننده (پزنده) باشند، بوسیله‌ی سرد مزاجی که دارند گرمای غریزی و حرارت بیگانه را در غذا خنثی می‌سازند. غذا نه هضم می‌شود و نه به پختگی می‌رسد.

۲۷- داروی تخدیر کننده (مخدر): دارویی است که بسیار سرد مزاج است و به حدی اندام را سرد می‌کند که گوهر روح حامل نیرو، حس و حرکت در مزاج آن اندام سرد می‌گردد، گوهرش غلیظ می‌شود و قوای نفسانی تأثیر پذیر نخواهد ماند، مثل افیون و بنگ.

۲۸- داروهای مرطوب کننده: معروف است.

۲۹- داروهای بادزا (منفج): دارویی است که در گوهرش رطوبتی بیگانه و غلیظ موجود است و هرگاه گرمای غریزی در آن بکار بیفتد آن رطوبت به زودی از بین نمی‌رود و به گاز تبدیل می‌شود. مانند: لوبیا. هر آنچه بادزا است سردرد می‌آورد و برای چشم زیان دارد. لیکن برخی از داروهای بادزا اعم از دارو یا غذا رطوبتشان در مرحله هضم اول باد می‌شود و در معده و روده‌ها جای می‌گیرد.

۳۰- داروی شوینده (غسال): دارویی است که می‌زداید، اما این زدودن از نیروی مؤثری نیست که در او موجود است بلکه از نیرویی است که از نیروی مؤثر دیگر تأثیرپذیر است و حرکت آن را یاری می‌کند. مثل: ماء الشعیر و آب زلال.

۳۱- داروی چرک آور: دارویی است مرطوب که با رطوبت قرحه می‌آمیزد و چرک و رطوبت قرحه را فزونی می‌دهد و مانع خشکیدن و بهم آمدن زخم می‌شود.

۳۲- داروی لغزنده (مزلق): وقتی جسمی در مجرایی گیر کرده است و نمی‌تواند بیرون بیاید، دارویی است مرطوب که می‌تواند جسمی را که در مجرا گیر کرده است برکند. این دارو با اجزای آن می‌آمیزد و بر اثر این آمیزش اجزای آن نرم می‌شود و برای جریان یافتن در مجرا آمادگی پیدا می‌کند و با سنگینی طبیعی که دارد یا بوسیله‌ی نیروی دافعه به حرکت می‌افتد. گویند آلو که اسهال می‌آورد از لغزنده هاست.

۳۳- داروی هموار کننده (مملس): دارویی را هموار کننده گویند که بر سطح اندامی زبر می‌گسترده و زبری را می‌پوشاند، یا رطوبتی به سوی سطح زبر روان می‌سازد و زبری را می‌پوشاند.

۳۴- داروی خشکاننده: دارویی را که لطیف و گدازنده است و رطوبت‌ها را از بین می‌برد خشکاننده می‌گویند.

۳۵- داروی گیرنده (قابض): دارویی است که حرکات اجزای اندام را به گرد هم آبی و می‌دارد تا در جای خود متراکم شوند و مجراها بند آیند.

۳۶- داروی فشرنده (عاصر): دارویی است که اجزای اندام را چنان جمع می‌آورد و می‌گیرد که رطوبت‌های رقیق آن تحت فشار قرار می‌گیرند و ناگزیر می‌شوند.

۳۷- داروی بندآورنده (مسدد): دارویی است خشک و از خشکی و تراکمی که دارد یا از آنجا که پوشنده است در مجراها (منفذا) متوقف می‌شود و موجب بند آمدن می‌گردد. ۳۸- داروی پوشاننده (مغزی): دارویی را گویند که خشک است و کمی رطوبت لزج در آن هست و به دهانه می‌چسبد و بند می‌آورد و در نتیجه سیلان باز می‌ایستد.

هر چه لزج و سیال و لغزنده باشد و به گرمی نزدیک شود پوشاننده و بند آورده و متوقف کننده می‌شود.

۳۹- داروی به هم آورنده (مدمل): دارویی است که رطوبت میان هر دو طرف زخم را غلظت بخشد و آن را خشک نماید تا به حالتی درآید که برای پوشیدن و به هم چسبیدن آماده شود و به این ترتیب هر دو طرف زخم را به هم آورد. مثل خون سیاوشان و صبر زرد.

- ۴۰- داروی رویاننده گوشت: این نوع دارو مزاج خونی را تعدیل می‌کند که بر زخم وارد می‌آید و خون را منعقد می‌کند و سرانجام آن را تبدیل به گوشت می‌سازد.
- ۴۱- داروی مهر گذار (خاتم): مهر گذار یا پایان بخش دارویی است که سطح زخم را می‌خشکاند و موجب بوجود آمدن خشک ریشه می‌شود که زخم را تا رویش پوست طبیعی از آسیب نگه می‌دارد.
- هر دارویی که به اعتدال بخشکاند و پوست را به اعتدال برویاند و سوزش نداشته باشد از داروهای مهر گذار به شمار می‌آید.
- ۴۲- داروی کشنده (قاتل): عبارت از دارویی است که مزاج را به افراطی تباه سازد. مانند: شبرم و افیون.
- ۴۳- سم: دارویی را سم (زهر) می‌نامیم که نه تنها بواسطه ی ضدیت کشنده است بلکه با خاصیتی که در خود آن موجود است سبب مرگ می‌شود مانند بیش.
- ۴۴- تریاق و پادزهر: دارویی است که تندرستی و نیروی روح را نگه می‌دارند تا بتواند زیان سم را از خود دفع نماید گو اینکه پادزهر مصنوعی را تریاق می‌نامند و واژه پادزهر به داروهای پادزهری ساده اطلاق می‌شود که طبیعی و غیرصنعتی هستند و شاید نباتات شایستگی اسم تریاق را بیش از مصنوعات داشته باشند و احتمال این هم هست که بسیار تفاوت میان این دو اسم نباشد.
- ۴۵- داروهای اسهال آور، عرق آور، ادرار آور (مسهل، معرق، مدر): این داروها را همه می‌شناسند.
- تأثیر عوامل خارجی بر دارو:
- در بعضی از حالات که به وسیله ی صفت بر داروها عارض می‌شود حکم داروها نیز تغییر می‌یابد و ویژگی های اولیه آنها دگرگون می‌شود، مثلاً پختن، کوبیدن، آتش زدن، شستن، یخ بستن از سرما و مجاورت دارویی با داروی دیگر شاید دارو را از حالی به حالی دگرگون سازد. گاهی آمیختن دارویی با دارویی دیگر خصایص اولیه دارو را تغییر می‌دهد. - پختن دارو:
- دارویی که جرم آن متراکم و غلیظ است و تا بسیار جوشانده نشود اثر نمی‌بخشد مثل: ریشه کبر، زراوند، زرنباد و شبیه آنها. دارویی که در حالت اعتدال (میان غلیظ و رقیق) است باید به حالت اعتدال جوشیده شود چه اگر بسیار بجوشد از تأثیر می‌افتد مانند داروهای مدر، استخودوس و مانند آنها.
- دارویی که رقیق تر از حالت اعتدال است و کمترین جوشیدن برای آن کافی است اگر بیشتر از یک غل بجوشد تأثیر دارویی را از دست می‌دهد. مانند اف تیمون (سس صغیر).
- کوبیدن دارو:
- برخی از داروها بعد از کوبیده شدن اثری ندارند مانند گیاه محموده (سقمونیا)، پس باید با کمال نرمش و آهستگی و تآنی کوبید و نباید بر آن فشار زیاد آورد تا بر اثر کوبیدن چنان گرمایی حاصل شود که نیروی آنها را تباه گرداند.
- انگم (صمغ ها) غالباً این حالت را دارند و بر اثر کوبیده شدن تأثیر خود را از دست می‌دهند، اگر آنها را در آب حل کنند بهتر از آن است که بکوبند. هر دارویی اگر زیاد کوبیده شود بی اثر می‌شود.
- سوزاندن دارو:
- برخی از داروها را باید سوزاند تا از تأثیرش کاسته شود و برخی را به این منظور باید سوزاند تا تأثیرش بیشتر گردد.
- کلیه ی داروهای تندی (حاد) که دارای گوهر لطیف یا معتدل هستند بر اثر سوختن گوهر آتشی که در بردارند تحلیل می‌رود و می‌کاهد و از این رو گرمی و تندی آنها هم رو به کاهش می‌رود مانند زاج ها و زاج زرد.
- داروهایی که دارای گوهر متراکم و نه تند هستند و نه گرم بر اثر سوختن نیروی تند می‌یابند مانند: آهک.
- آهک سنگی بوده است که حدتی (تندی) نداشته است و بعد از آن که به آتش کشیده شده است تندی را کسب کرده است.

بطور کلی هدف از سوزاندن دارو یکی از حالات پنج گانه زیر است :

الف - از حدت دارو بکاهیم مانند زاج و زاج زرد .

ب - دارو حدت یابد مانند حالت آهک .

ج - دارویی که گوهرش متراکم است و می خواهیم لطیف شود مانند :خرچنگ و شاخ گوزن که می سوزانند .

د - برای کوبیده شدن (خرد شدن) آمادگی پیدا کند مانند :ابریشم . ابریشم را برای تقویت قلب می سوزانند ،لیکن اگر آن را با قیچی ریزریز کنند بهتر و تأثیرش از سوخته آن بیشتر است .اما با قیچی بریدن به اندازه ای که لازم است ریزریز شود دشوار است و ناگزیر آن را به آتش می کشند .

هـ - برای اینکه از تباهی گوهرش اثری نماند مانند :کژدم که آن را برای معالجه سنگ مثانه می سوزانند .

شستن دارو :

هر دارویی که مقداری از گوهر تند لطیف با آن آمیخته باشد می توان بوسیله ی شستن آن تندی را از آن پاک کرد و گوهرش را تعدیل نمود .تعدیل دارو بوسیله ی شستن در سه حالت بکار می آید :

۱ - وقتی دارو بیش از حد لازم گرم است ، بوسیله ی شستن رو به سردی می آورد و اعتدال می یابد .آن بخش دارو که مزاج خاکی دارد وقتی به آتش کشیده می شود گرمی را از آتش دریافت می دارد .عمل شستن آن را از گرمی اکتسابی می رهند .آهک شسته همین حال را دارد که اثر سوختن آن از بین می رود و معتدل می گردد .

منجمد کردن دارو :

هر دارویی که دارای گوهر سرد است در حالت انجماد نیروی لطیف را از دست می دهد و سردی آن افزایش می یابد .

= مجاورت دارو با داروی دیگر :

داروها گاهی بر اثر همنشینی و مجاورت کنش ویژه خود را تغییر می دهند .

داروی سرد از همسایه گرم ، گرمی کسب می کند و داروی گرم از همنشینی سرد به سردی می گراید .

بسیاری از داروهای سرد مزاج را که در کنار انکثره (حلتیت) ، شبرم ، جندبیدستر و مشک قرار دهند به گرمی مزاجی روی می آورند و گرمی می بخشند .

بسیاری از داروهای گرم را اگر در مجاورت کافور و صندل که سرد هستند بگذارند به سردی می گرایند و سردی رسان می شوند .

پس باید دانسته شود که همنشینی اثر می بخشد و نباید داروهای مختلف در کنار هم نهاده شوند و از یکدیگر تأثیر بپذیرند .

آمیزش داروها :

در آمیزش داروها با هم ممکن است یکی از حالات زیر ایجاد شود :

۱ - اثرات دارویی با آمیختن بیشتر گردد .

۲ - داروها بر اثر آمیزش اثر خود را از دست بدهند .

۳ - بر اثر این آمیخته شدن ، خطرات دارو از بین برود و مفید واقع شود .

مثال :

حالت اول :برخی از داروها دارای نیروی اسهالی هستند و لیکن بدون کمک از غیر نمی توانند کار را یکسره کنند . سپس به

کمکی نیازمند هستند تا قوت لازم را بیابند .مثال :

گیاه تربید مسهل است ولی به آن اندازه که برای اسهال شدید بکار آید .اگر فلفل و داروهای لطیف همراه تربید باشند در عمل

تحلیل بردن به آن کمک می کنند و اسهال سریع تر صورت می گیرد .

حالت دوم: دو نوع از دارو که هر دو یک اثر می‌بخشند، لیکن اثر آنها بوسیله‌ی دو نیروی متضاد یا شبیه متضاد است و اگر این دو نوع دارو با هم باشند چنانچه یکی از آن دو زودتر برسد اثر خود را نشان می‌دهد و اگر هیچ کدام از دیگری پیشی نگیرد و با هم به مقصد برسند مانع کار یکدیگر می‌شوند و هیچ کاری انجام نمی‌دهند. مثال: هلیله و بنفشه این حالت را دارند.

بنفشه نرمی بخش است و هلیله از راه فشردن و متراکم کردن اثر مسهلی دارد، اگر هر دو با هم در یک آن بر ماده وارد آیند اثری نخواهند بخشید و اگر هلیله قبلاً بیاید و بعد از آن بنفشه سر برسد یکی از آنها بی‌کار می‌ماند و چنانچه بنفشه اول بیاید و نرمش دهد و بعد هلیله سر برسد و فشار آورد اثر قوی‌تر می‌گردد.

حالت سوم: صبر و کتیرا و مقل را برای این حالت مثال می‌آوریم:

صبر مسهل است و معده را می‌پالاید ولی خراشنده است و دهانه رگ‌ها را باز می‌نماید. کتیرا پوشاننده (چسبنده) است. مقل قابض است.

هرگاه صبر را به روان کردن کار دفع استعمال می‌کنیم آن را با کتیرا و مقل می‌آمیزیم.

در این صورت صبر اسهال می‌دهد. کتیرا آنچه را که صبر تراشید، پر می‌نماید (می‌پوشاند) و مقل دهانه رگ‌ها را تقویت می‌کند و کار به سلامت به انجام می‌رسد.

چیدن داروها و نگهداری آنها:

گروهی از داروها معدنی و برخی گیاهی هستند. دسته‌ای نیز از جانوران بدست می‌آیند. داروهای معدنی:

در گزینش داروهای معدنی شرط‌هایی مورد نظر هستند به قرار زیر:

۱- داروها از معدنی استخراج شده باشند که فراورده‌هایش به خوبی مشهور باشند مانند زاج سبز (قبرسی) زاج کرمانی و مشابه آنها.

۲- داروی معدنی باید صاف و بی‌آلایش و دور از هر آمیزه بیگانه‌ای باشد.

۳- باید مواد برجیده به عنوان دارو، گوهر تمام عیار باشد و رنگ و مزه ویژه آن بدون کاستی و درست باشد. داروهای گیاهی:

داروهای گیاهی به چند نوع هستند به قرار زیر:

برگ، گیاه، تخم گیاه، ریشه و ساقه و شاخه گیاه، گل و شکوفه گیاه، میوه گیاه و گاهی نیز تمام گیاه مورد استفاده قرار می‌گیرد.

- چیدن و نگهداری برگ‌ها: گیاه باید به حجم نهایی خود رسیده باشد تا برگ نیز به مرحله‌ی نهایی نمو رسیده باشد و باید قبل از آن که برگ تغییر رنگ بدهد یا بشکند و یا پژمرده شود و به زمین بیفتد آن را چید.

- چیدن تخم دارویی گیاهان: تخم گیاه را باید هنگامی چید که کاملاً سفت شده باشد و اثری از رطوبت و نارسیدگی در آن نمانده باشد.

- چیدن ریشه گیاهان: ریشه گیاه را هنگامی به منظور دارویی باید بچینند که گیاه در شرف برگ‌ریزی است.

- چیدن شاخه و ساقه: زمان چیدن شاخه و ساقه گیاه دارویی وقتی است که گیاه کاملاً نمو یافته و رسیده است و هنوز پژمردگی به آن راه نیافته است.

- چیدن شکوفه‌ها: شکوفه را باید بعد از باز شدن کامل و قبل از پژمردن و افتادن چید.

- چیدن میوه گیاهان: میوه گیاه را باید تمام رسیده از درخت یا گیاه چید و چیدن آن قبل از هنگامی باشد که آماده ریختن و افتادن است.

- چیدن گیاه کامل: گیاه باید هنوز شاداب باشد، تخم آن رسیده باشد، ساقه‌ی آن کمتر ترنجیده و شاخه آن کمتر پژمرده باشد. تخم آن پرمغزتر و چاق تر و میوه اش پرمايه و سنگین تر باشد. میوه

حجیم و بی مایه و پژمرده چندان ارزشی ندارد، اما اگر بزرگ و پرمايه باشد از کوچکترش مفیدتر است.

چیدن گیاه داروی در هوای صاف و آفتابی بهتر از آن است که در هوای مرطوب و بارانی و بعد از باران بچینند. گیاهان بیابانی (وحشی) هر چند غالباً از گیاهان کاشته شده (زراعتی) کم حجم تر هستند لیکن بهتر از آنها می باشند. در این مورد گیاهان کوهستانی با ارزش تر از گیاهان جلگه ای هستند. هرگیاهی که در وقت و موقع خود چیده شود بهتر از آن است که قبل یا بعد از وقت چیده اند.

شرایطی که ذکر شد در اکثر حالات مطابقت دارد و باید مراعات شود. هر قدر رنگ گیاه سیرتر و مزه ای آشکارتر و بوی آن قوی تر باشد نشانه خوبی آن است.

از تأثیر گیاه خشک شده بعد از سه سال کاسته می شود به استثناء چند گیاه از قبیل دو نوع خریق سیاه و سفید.

- انگم و شیرها: شیرها و انگم (صمغ) گیاهان را به منظور استفاده دارویی باید بعد از منعقد شدن و قبل از آن که آنقدر خشک شود که به آسانی خرد شود چید. اکثر انگم ها به ویژه افریون بیشتر از سه سال تأثیر نمی بخشد.

بهترین نوع انگم ها آن است که مدت بیشتری پایدار و اثر بخش بماند. اگر انگم تازه و نیرومند در دسترس باشد بهتر است، اما اگر چنین انگمی پیدا نشود می توان کهنه آن را که در اثر بخشی تا حدی ناتوان شده است به جای آن بکار برد و مقدار آن را بیشتر کرد.

داروهای حیوانی:

تهیه عناصر درمانی از حیوانات شرط هایی دارد به قرار زیر:

حیوان باید جوان باشد، در فصل بهار مورد استفاده قرار گیرد و صحیح و سالم و تمام اعضایش کامل باشد.

باید ماده دارویی را بعد از سر بردن حیوان از آن جدا کرد و حیوانی که بر اثر بیماری مرده است نباید مورد استفاده قرار گیرد.

منبع: کتاب گیاه درمانی

آشنایی با برخی از منابع مهم در طب سنتی

۱- الحشائش (ماتریامدیکا)

پدانیوس دیسکوریدوس در میانه نخستین نیمه قرن نخست میلادی در شهر آنازارب که از بخش های سیسیل سرزمین ترکیه بوده، زاده شد. وی علاقه زیادی به فراگیری دانش پزشکی، گیاه شناسی و داروسازی داشته و حدود ۴۰ سال از عمر خود را همراه با لشکریان رومی به شهرها و مناطق مختلف سرزمین یونان و کشورهای مجاور سفر کرده و همه جا، ضمن انجام وظیفه بعنوان پزشک، به شناسایی و آزمایش گیاهان و مواد دارویی مختلف می پرداخته، پس از سپری شدن مدت یاد شده، نتایج دقیق ارزیابی هایش را همراه با تصاویر مشاهدات خود، پس از گردآوری و بمنظور ارائه آنها بعنوان کتاب آموزشی، برای دانشجویان و دیگر علاقمندان، در پنج یا هفت مقاله به نام «بنیاد پزشکی materia medical» نگاشته و به جای گذاشته است. این کتاب گرانمایه، در طی بیست قرن که از نگارش آن می گذرد برای برجسته ترین پزشکان و مکاتب پزشکی، همواره بعنوان یکی از گرانبهارترین میراث فرهنگ بشری بشمار می آمده است.

حدود یک هزار موضوعی که در این کتاب مورد بحث قرار گرفته اند، شامل گیاهان خوارکی و دارویی جانوران، کانی ها، فرآورده های هر کدام از آنها، چگونگی شناسایی زهرها و زهرآلودگی های گوناگون و پیشگیری و درمان آنها و موارد ارزشمند دیگری می باشد. برای طبقه بندی گیاهان، به جای استفاده از شیوه الفبایی، ویژگی و کاربرد آنها منظور گردیده و این، یکی از امتیازات کتاب بشمار می آید زیرا شیوه علمی نوین، برای فصل بندی کتاب های داروشناسی به همین گونه می باشد. این کتاب، خیلی زود به مراکز علمی راه یافت و هر چه دانشمندان و پژوهشگران در هر مقطع زمانی یا مکانی به محتویات آن آگاهی بیشتری پیدا می کردند، بیشتر شیفته آن و نگارنده اش می شدند.

کتاب دیسقوریوس به زبان های مختلف از جمله فرانسه، اسپانیولی، آلمانی، ایتالیایی، سریانی، عربی و حیثاً زبانهای دیگر ترجمه شده است.

در دوره تمدن اسلامی کتاب دیسقوریوس توسط دانشمندان مختلف مورد مطالعه و تحقیق قرار گرفته است. کامل ترین شرح و تفسیر کتاب دیسقوریوس در قرن گذشته توسط ابن ابیطار صورت گرفته است و خوشبختانه در زمان حاضر دانشمند گرامی و استاد ارجمند آقای دکتر سید محمود طباطبایی با بیش از بیست سال تحقیق و پژوهش در زمینه تصحیح، بازنویسی و ترجمه متون طب سنتی این کتاب ارزشمند را در ۱۰ جلد (حدود پنج هزار صفحه) به عنوان دقیق ترین متن و جامع ترین شرح و ترجمه کتاب دیسقوریوس، تهیه نموده اند.

۲- الحاوی الکبیر فی الطب

نام کتاب معروف محمد زکریای رازی «الحاوی الکبیر فی الطب» می باشد. که آنرا «الجامع الحاصر لصناعه الطب» و «الجامعالکبیر» و «الجامع» نیز نامند. کتاب الحاوی از بزرگترین و مشهورترین تالیفات محمد بن زکریای رازی است که به قول خودش پانزده سال شب و روز، وقت خود را صرف نوشتن آن کرده است.

این کتاب یک دوره کامل علم طب تا دوران رازی است که در آن علاوه بر استفاده از نظریه ها تجارب و تالیفات پزشکان قبل از خود بخصوص بقراط، دیسقوریوس و جالینوس کلیه تجارب شخصی و بالینی خود را که در مدت طبابت در بغداد و ری کسب کرده بود به نگارش درآورده و همراه با شرح بیماری ها در باره آنها اظهار نظر کرده است. این کتاب دایره المعارف طبی است که در آن از کلیه شاخه های طب و اصول تداوی و بهداشت و بیماری شناسی و داروشناسی و اخلاق پزشکی بحث شده است کتاب الحاوی شامل بیست و شش جلد می باشد و اکنون نسخ خطی متعدد آن در کتابخانه های معتبر عالم مانند کتابخانه ترجمه آکسفورد و کمبریج انگلستان و کتابخانه اسکوریال و کتابخانه موزه بریتانیا، کتابخانه مونیخ (استانبول) و کتابخانه سلیمانیه (اسپانیا) و کتابخانه سلیم آقا و کتابخانه شهید علی پاشا (استانبول) و کتابخانه موصل، و کتابخانه هندوستان و کتابخانه آستان قدس رضوی و کتابخانه مدرس و کتابخانه ملک در تهران موجود است.

۳- قانون

شیخ الرئیس ابوعلی حسین بن عبدالله بن سینا (تولد ۳۷۰ هـ ق - وفات ۴۲۷ هـ ق) شخصیت استثنایی فلسفه و حکمت اسلامی و دانشمند نامدار ایرانی که از قرن چهارم هجری تا امروز بیشترین اثر را در آموزش و ارائه خدمات پزشکی بر اساس طب سنتی داشته است بی نیاز از هرگونه معرفی است.

کتاب قانون او تا قرن ها از مهمترین کتب پزشکی به شمار می رفت - شامل مطالبی درباره قوانین کلی طب، داروهای ترکیبی و غیر ترکیبی و امراض مختلف می باشد. این کتاب در قرن دوازدهم میلادی همراه با آغاز نهضت ترجمه به زبانهای لاتین ترجمه شد و تا امروز به زبان های انگلیسی، فرانسه و آلمانی نیز برگردانده شده است. قانون - که مجموعه مدونی از کل دانش طبی باستانی و سنتی اسلامی است به عنوان متن درسی پزشکی در دانشگاههای اروپایی مورد استفاده قرار می گرفت چاپ کتاب قانون در پنج

جلد تا قرن ۱۸ و اوایل قرن ۱۹ مرتب ادامه داشت. کتاب قانون بوعلی سینا از پنج قسمت زیرتشکیل شده است:

- مسائل کلی پزشکی، مانند: وضع اعضاء بدن و اعصاب، کالبد شناسی، وظایف اندامهای مختلف بدن، بیماریها و علت آنها، مسائل بهداشتی و قواعد کلی درمانها
 - اقسام دواها که با بیان خاصیت آنها، طبق حروف الفباء تنظیم شده است.
 - انواع بیماریها و بیماریهایی که برای هر یک از اعضاء بدن به وجود می آید.
 - بیماریهایی مثل تب، غده ها، جوشها و مراقبت هایی که سبب حفظ زیبایی انسان می گردد.
 - در قسمت پنجم هم مسائل داروسازی به طور مفصل مطرح گردیده است.
- کتاب قانون یک دایره المعارف پزشکی است که در آن تمامی مبانی اصلی طب سنتی مورد بحث قرار گرفته است مانند: مبانی تشریح (آناتومی) مبانی علامت شناسی (سمیولوژی) داروشناسی و داروسازی، فارماکولوژی و غیره کتاب قانون در سال ۱۳۶۰ توسط مرحوم شرفکندی هزار از زبان عربی به زبان فارسی امروزی ترجمه شد.
- ۴- ذخیره خوارزمشاهی

زین الدین اسماعیل بن حسن جرجانی پزشک معروف ایران قرن پنجم هجری قمری در سال ۴۳۴ هـ. ق در جرجان متولد شد. حکیم جرجانی پایه گذار مکتب ایرانی در دوره اسلامی بود و اولین طبیب ایرانی بود که کتاب ارزشمند خود ذخیره خوارزمشاهی را به زبان فارسی تألیف کرد. این کتاب، دایره المعارف پزشکی بزرگی به زبان فارسی بشمار می رود. وی در علوم مختلف استاد بود و پس از ابوعلی سینا نخستین دانشمندی بود که در آثار خود همه مباحث علم طب را (چنانکه قدما می اندیشیده اند) با تحقیقات مورد مطالعه قرار داد و کلیه مباحث پزشکی را در کتب خود جمع آوری و تدوین نمود. در کتاب ذخیره خوارزمشاهی مباحث گوناگون پزشکی و امراض گوناگون مورد بررسی قرار گرفته و داروهای مختلفی برای تخفیف درد و معالجه بیماریهای گوناگون معرفی شده است. جرجانی با تألیف این کتاب علاوه بر خلق یک اثر علمی برجسته، مکتب ملی فارسی نویسی را بنیان گذارد و مهم ترین مطالب پزشکی را بطور جامع و در عین حال موجز و قابل فهم به رشته تحریر درآورد، به طوری که بسیاری از جملات و اصطلاحات حکیم جرجانی بعدها در علم پزشکی کاربرد وسیعی یافتند. کتاب ذخیره خوارزمشاهی پس از کتب رازی و ابن سینا از کتب مهم پزشکی قرون اولیه اسلامی بشمار می رود و در سده های بعد مورد استفاده دانشجویان طب قرار گرفت. نظامی عروضی سمرقندی این کتاب را هم پایه شانزده روش درمانی جالینوس، حاوی رازی و قانون ابن سینا دانسته است. حکیم جرجانی علاوه بر کتاب ذخیره خوارزمشاهی چند کتاب دیگر نیز در علم طب تألیف نموده است که مهم ترین این آثار عبارتند از: الطب الملوکی، زبده الطب، یادگار، اغراض الطیبه و المباحث العلائیه، خفی علائی. این پزشک برجسته در سال ۵۲۱ هـ ق در گذشت.

منبع: <http://itme.behdasht.gov.ir>

نگاهی به عوارض داروهای گیاهی بر پوست

مقدمه

استفاده از داروهای گیاهی به لحاظ ارزانی، در دسترس بودن و آسانی مصرف، در جهان و خصوصاً کشورهای در حال توسعه رو به افزونی یافته‌اند. همگام با افزایش مصرف و عرضه آنها، عوارض جانبی سویی خصوصاً در موارد مصرف بی‌رویه و بدون نظارت پزشکان به سراغ بیماران خواهد آمد، بنابراین این باور و نگرش که داروی گیاهی کاملاً بی‌خطر و بی‌عارضه بوده و بدون نظر پزشک در هر شرایط قابل استفاده می‌باشد، زیر سؤال می‌رود.

بیماریهای پوستی از آنجاییکه اغلب به درمان‌های طولانی نیازمندند و بیماران را دچار اضطراب و تنش ناشی از قابل رؤیت بودن آنها، می‌نمایند، بیشتر از سایر بیماری‌ها در معرض مواجهه با گیاهان دارویی قرار دارند. رایج‌ترین طرز مصرف گیاهان در بیماری‌های پوست، به شکل موضعی (Topical) می‌باشد و مالش مواد و عصاره گیاهی در سطح پوست گاهاً منجر به حساسیت‌های تماسی و تحریکات موضعی و حساس شدن در برابر آفتاب و اشعه ماورای بنفش می‌گردد.

به عنوان مثال مرکبات و آویشن که دارای مواد روغنی به نام Essential Oils هستند می‌توانند ایجاد اگزما یا تماسی آلرژیک در مناطق تحت درمان بویژه صورت، پلک‌ها و اطراف دهان نمایند. صمغ گیاه آلویه‌ورا که در اگزماها و جراحات سطحی و التهابات پوستی کاربرد درمانی داشته، می‌تواند ایجاد درماتیت تماسی آلرژیک نماید و در زخم‌های عمقی نیز اگر مصرف گردد، التیام آنها را به تأخیر می‌اندازد و می‌تواند مضر باشد.

در ساقه و برگ برخی از گیاهان که با کودهای حاوی آرسنیک تغذیه شده‌اند، عنصر آرسنیک تجمع می‌یابد و می‌تواند در دراز مدت برای مصرف کنندگان آنها، ایجاد مسمومیت و حتی سرطان پوست یا ریه نماید.

موردی دیگر از عوارض سو جانبی ناشی از گیاهان، مصرف مقادیر زیاد شاه‌بلوط هندی (Horse Chestnut) بدلیل دارا بودن موادی که محرک سیستم ایمنی هستند، ایجاد لوپوس می‌نماید و یا مصرف افدرا (Ephedra) که در قرص‌های لاغری از آن استفاده می‌گردد، ایجاد عوارض قلبی و حتی مرگ می‌نماید. برخی از گل‌ها و فرآورده‌های گیاهی خواص هورمونی دارند به عنوان مثال جینسنگ (Ginseng) خواص استروژنی دارد و در خانم‌ها می‌تواند اختلالات قاعدگی و حساسیت پستان‌ها و اضطراب روحی ایجاد کند.

اینها اشاراتی مختصر به عوارض عدیده ناشی از مصارف بی‌رویه و کنترل نشده پاره‌ای از گیاهان دارویی بوده است. پروتکل پیشنهادی:

داروهای گیاهی حتماً با نسخه پزشک مجرب در این زمینه ارایه شوند. در زنان باردار، شیرده و اطفال زیر ۱۲ سال با نهایت احتیاط و دقت تجویز شوند. (بهتر است مصرف نگردد)

فقط گیاهانی که بسته‌بندی بهداشتی و دارای پروانه و مجوز ساخت معتبر هستند در بازار دارویی مورد استفاده قرار گیرند. از مصرف قرص‌ها و شربت‌هایی که عنوان گیاهی داشته ولی فاقد بروشور و کاتالوگ راهنما هستند (و برای مصارفی همچون لاغری، تنظیم اشتها، بارور شدن، زیبایی پوست و محرک قوای جنسی تعبیه و تهیه شده‌اند) جداً خودداری گردد.

منبع: <http://www.academist.ir>

مرجع کامل داروها

ATENOLOL

در مورد این دارو آتنولول به علل گوناگونی مثل افزایش فشار خون تسکین درد قلبی پیشگیری از سردردهای میگرنی و درمان بی‌نظمی ضربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یک بار دچار حمله قلبی شده‌اند، کاربرد دارد. ممکن است در شرایط دیگری نیز پزشکتان این دارو را برایتان تجویز کند. آتنولول با مسدود کردن برخی تکانه‌های عصبی به بخش‌های خاصی از بدن عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. با مسدود کردن این تکانه‌ها، آتنولول به قلب کمک می‌کند تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصرف آتنولول معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید. معمولاً بهتر است دارو را صبح پیش

از صبحانه مصرف کنید تا فراموشش نکنید. آنتولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن آنتولول نبضتان را بشمارید. اگر زیر ۵۰ در دقیقه بود پیش از خوردن داروی آن روز، با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف آنتولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که آنتولول تجویز می‌شود، بیماری مهار می‌شود ولی درمان نمی‌شود. و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف آنتولول را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: - اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس خس سینه - سرد شدن کف دست و پا؛ - ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه - سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابیده یا نشسته - تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۲۴-۴۸ ساعت)؛ - افسردگی گیجی یا توهم (شنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارند)؛ - درد قفسه سینه مفاصل یا کمر؛ - تب گلودرد؛ - بثورات جلدی - یا هرگونه کبودی یا خونریزی غیرعادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بدنتان با دارو ممکن است مشاهده شوند: خواب‌آلودگی خستگی مشکل در خوابیدن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس یا کاهش توانایی جنسی اگر این علائم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آنتولول پزشکتان را مطلع سازید: - حساسیت به آنتولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا بارداری یا شیردهی - در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه تریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکسترفیلین تئوفیلین، داروهای دیابت (انسولین داروهای خوراکی پایین آورنده قند)، دیگر داروهای کاهنده فشار خون (مسدودکننده‌های کانال‌های کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز. - سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیروئید؛ افسردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی اگر بیماری قند دارید، آنتولول ممکن است قند خون شما را افزایش دهد و نیز ممکن است علائم افت قند خون را مخفی کند. اگر دچار حساسیت باشید با مصرف آنتولول واکنش‌های حساسیتی‌تان ممکن است تشدید شود. هنگام مصرف آنتولول توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیر نظر داشته باشد. - در مورد میزان فعالیت قابل قبول بر اساس وضعیت بدنی‌تان با پزشکتان مشورت کنید. آنتولول ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کند و در نتیجه باعث شود تا از آن حد که برایتان بی‌خطر است فعال‌تر باشید. که این خود موجب درد قفسه سینه و علائم جدی دیگر می‌شود. - وزن‌تان را نسبت به قد و استخوانبندی‌تان در یک محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. - اگر برای کاهش فشار خون آنتولول مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. - اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید، از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کنید. الکل ننوشید. - از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم‌تر بپوشید، چرا که آنتولول ممکن است شما را به سرما حساس‌تر کند.

برای روزهای تعطیل مقدار کافی دارو در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد آنتولول مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید.

پزشکان دیگر را از اینکه آنتولول مصرف می‌کنید مطلع سازید؛ زیرا آنتولول ممکن است بر روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی

اثر بگذارد. آنتولول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آنتولول فاسد می‌شود). آنتولول تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف آنتولول نباید تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید.

بدون مشورت با پزشکتان دارویی مصرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

AZITHROMYCIN

در مورد این دارو آزیترومایسین یک آنتی‌بیوتیک است که برای گلودرد استرپتوکوکی برونشیت برخی انواع سینه‌پهلوی (پنومونی) و عفونت‌های کلامیدیایی تجویز می‌شود. چگونگی مصرف آزیترومایسین باید با شکم خالی خورده شود، حداقل ۱ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از غذا. این دارو برای بعضی از عفونت‌ها به صورت تک‌نوبتی تجویز می‌شود یا در سایر موارد به شکل روزی یک نوبت برای ۵ روز. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل مصرف شود، حتی در صورت احساس بهبودی چنانچه پیش از مصرف تمام دارو آن را قطع کنید علایمتان ممکن است برگشت کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است این نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، مصرف آزیترومایسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبان خارش یا ترشح واژن پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان تب درد مفصلی یا بثورات جلدی یک پاسخ حساسیتی نادر به آنتی‌بیوتیک‌ها آنافیلاکس است که نیازمند توجه و مراقبت فوری پزشکی می‌باشد. از آنجایی که آنافیلاکس به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم کهیر یا تورم‌های پوستی غش ناگهانی ضربان قلب تند یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را قطع کرده بلافاصله با یک مرکز خدمات اضطراری پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آزیترومایسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آزیترومایسین اریترومایسین یا آنتی‌بیوتیک‌های دیگر. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین، تئوفیلین و آنتی‌اسیدهای حاوی آلومینیم منیزیم سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی هنگام مصرف آزیترومایسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبود دوره کامل دارویتان را مصرف کنید تا عفونت در بدن‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با آزیترومایسین احساس بهبودی نکردید با پزشکتان مشورت کنید.

آزیترومایسین را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آزیترومایسین فاسد می‌شود). هنگام مصرف آزیترومایسین نباید از داروهای تاریخ گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشکتان

ASPIRIN

در مورد این دارو آسپیرین یک داروی رایج است که بدون نسخه پزشک قابل تهیه می‌باشد. این دارو یک مسکن غیرمخدر برای تسکین دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دندان‌درد، و دردهای هنگام عادت ماهانه است آسپیرین تب را کاهش می‌دهد و التهاب را در موارد درماتیسمی کاهش می‌دهد. آسپیرین خشکی تورم و درد مفاصل را درد آرتریت می‌کاهد ولی بیماران را

درمان نمی‌کند. از این دارو همچنین در پیشگیری از لخته شدن خون کاهش خطر حمله قلبی و مغزی و موارد دیگر استفاده می‌شود. البته این خاصیت آسپیرین ممکن است موجب افزایش احتمال خطر خونریزی شود. استیل سالیسیلیک اسید یک نام دیگر آسپیرین است چگونگی مصرف برای جلوگیری از اثرات مضر آسپیرین بر روی معده این دارو را با غذا، شیر، داروهای ضداسید، یا یک لیوان پر از آب مصرف کنید (این در مورد قرص‌های پوشش‌دار یا شیاف صدق نمی‌کند). همچنین برای پیشگیری از دل‌بهم خوردگی بهتر است از ۳۰-۱۵ دقیقه پس از خوردن آسپیرین دراز نکشید. بجز در مورد قرص‌های پوشش‌دار و قرص‌های طولانی‌اثر، سایر قرص‌های آسپیرین را می‌توان برای سهولت بلع خرد یا در یک مایع حل کرد. به منظور استعمال راحت‌تر شیاف آسپیرین آن را برای ۳۰ دقیقه قبل از استفاده داخل یخچال بگذارید. برای استعمال شیاف پوشش‌دار را باز کرده شیاف را با آب سرد مرطوب کنید، به یک پهلو دراز کشیده شیاف را با کمک انگشتان داخل مقعد فرو کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید، البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف آسپیرین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: سوزش سر دل، بثورات جلدی تورم دست‌ها، پاها و پلک‌ها؛ افزایش وزن، خس‌خس سینه مدفوع سیاه‌رنگ خونریزی از لثه‌ها در هنگام مسواک زدن موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آسپیرین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر چیز، به ویژه آسپیرین یا داروهای شبه آسپیرین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن، داروهای ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین، داروهای خوراکی ضد دیابت آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها، وانکومايسين، داروهای ضدسرطان (متوترکسات، والپروئیک اسید، پروبنسید و سولفین پیرازون (داروهای نقرس، و زیدو وودین سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی، پولیپ‌های بینی ناشی از آسپیرین نقرس کمبود آنزیم G6PD، پرفشاری خون و بیماری‌های کبدی کلیوی و قلبی هنگام مصرف آسپیرین توصیه می‌شود برچسب روی دارو را خوانده و از دستوراتش پیروی کنید. برچسب روی سایر داروهای بدون نیاز به تجویز پزشک را بخوانید تا مبادا در حال مصرف داروهایی باشید که حاوی آسپیرین هستند یا حاوی داروهایی باشند که با آسپیرین تداخل ایجاد می‌کنند. آسپیرین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آسپیرین فاسد می‌شود). شیاف آسپیرین را در یک جای خنک نگاه دارید، ولی آن را و شکل‌های مایع آسپیرین را منجمد نکنید. آسپیرین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. در صورتی که آسپیرین را برای درد، تب یا گلودرد می‌خورید، در موارد زیر با پزشکتان مشورت کنید:

درد بیش از ۱۰ روز طول بکشد یا علامت جدیدی اضافه شود. تب بیش از ۳ روز طول بکشد، تشدید شود یا علامت جدید اضافه شود. گلودرد دردناکتر شود، بیش از ۲ روز به طول انجامد، یا تب تهوع استفراغ بثورات جلدی یا سردرد رخ دهد. آسپیرین را فقط به مقدار تجویز شده برای جلوگیری از حمله قلبی مغزی و دیگر مشکلات ناشی از لخته شدن خون مصرف کنید هنگام مصرف آسپیرین نباید آسپیرینی را که بوی سرکه می‌دهد استفاده کرد. این به معنای فاسد شدن آسپیرین است در صورتی که در عرض ۷ روز گذشته عمل جراحی لوزه کشیدن دندان یا جراحی دندان یا دهان داشته‌اید، آسپیرین را بجوید. آسپیرین را به همان صورت ببلعید. آسپیرین را مستقیماً روی دندان یا لثه گذاشت در این صورت ممکن است موجب سوزش شود. بدون مشورت با پزشکتان آسپیرین را قطع کنید، اگر آن را برای پیشگیری از لخته شدن خون مصرف می‌کنید. تا ۵ روز پیش از هر جراحی آسپیرین مصرف کنید مگر به دستور پزشک این کار موجب خونریزی خواهد شد. به کودکی که تب یا دیگر علائم شبه آنفلوآنزایی که ممکن است ناشی از یک ویروس مثل ویروس آبله‌مرغان یا آنفلوآنزا باشد آسپیرین ندهید. آسپیرین در برخی از موارد با نشانگان "رای که یک بیماری وخیم است ارتباط داشته است در این موارد در مورد داروی مناسب با پزشکتان مشورت کنید. مسمومیت در

صورت شک به مصرف بیش از حد آسپیرین بلافاصله درخواست کمک پزشکی کنید. علائم مصرف بیش از حد عبارتند از: صدای زنگ داخل گوش‌ها، خواب‌آلودگی گیجی افت شنوایی اضطراب هیجان شدید، تنفس تند و عمقی برای پیشگیری از عوارض جدی نظیر تشنج یا حتی مرگ بلافاصله به دنبال مراقبت‌های پزشکی باشید. اطلاعات دیگر انواع ژنریک آسپیرین از انواع دارای نام تجاری ارزاترند و در اکثر موارد به همان اندازه مؤثرند. انواع طولانی‌اثر گراترند ولی ممکن است مصرف آنها راحت‌تر باشد.

ACYCLOVIR

در مورد این دارو آسیکلوویر یک داروی ضد ویروسی رایج است از این دارو برای جلوگیری و درمان عفونت‌های ویروسی نظیر هرپس سیمپلکس و هرپس ژینتالیس و درمان آبله‌مرغان استفاده می‌شود. اگر برای جلوگیری از تبخال راجعه استفاده شود، آسیکلوویر باید به مجردی که احساس گزگز یا سوزش (که اولین علامت عود مجدد است) آغاز شد مورد استفاده قرار گیرد. در مورد آبله‌مرغان اگر درمان ظرف ۲۴ ساعت اول از شروع پیدایش بشورات جلدی آغاز شود بیشترین تأثیر را خواهد داشت زویراکس نام تجاری آسیکلوویر است چگونه مصرف کپسول قرص و سوسپانسیون خوراکی آسیکلوویر را می‌توان با غذا مصرف کرد. دارو در هر نوبت باید با یک لیوان پر از آب مصرف شود. بهتر است برای حفظ یک سطح ثابت دارو در خون آسیکلوویر در فواصل یکسان در طی ۲۴ ساعت مصرف شود. آسیکلوویر معمولاً هر ۴ ساعت ۵ بار در روز تجویز می‌شود. برنامه زمانی مصرف دارو می‌تواند ۶ صبح ۱۰ صبح ۲ بعدازظهر و ۶ عصر و ۱۰ شب باشد. اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما تداخل می‌کند از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه دارویی که برای شما مناسب‌تر بوده و در عین حال اهداف درمانی را برآورده سازد، به شما کمک کند. بسیار مهم است که دارو سر وقت و به مقدار تجویز شده کامل مصرف شود، حتی اگر احساس می‌کنید حالتان بهتر شده است اگر پیش از مصرف کامل دارویتان آن را قطع کنید، علائمتان ممکن است مجدداً ظهور کنند. پیش از مصرف سوسپانسیون خوراکی شیشه را به خوبی تکان دهید و از وسیله‌ای اندازه‌گیری همراه دارو برای تعیین مقدار مصرفی در هر نوبت استفاده کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، آن را به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی رسیده است نوبت قبلی را رها کرده به برنامه دارویی خود برگردید، مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ سردرد، یا سیاهی رفتن چشم موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آسیکلوویر پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت نسبت به آسیکلوویر یا گانسیکلوویر [vitrasert, cytovene]. بارداری یا شیردهی در حال مصرف دیگر داروها، به ویژه آنهایی که ممکن است برای کلیه‌هایتان مضر باشند، مثل مقادیر بالای استامینوفن تیلنول داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (NSAID) مثل ایبوپروفن سیکلوسپورین فوسکارنت لیتیم ریفامپین سولفونامیدها و تتراسایکلین‌ها. دارای سابقه یا دچار دهیدراتاسیون (کاهش آب بدن یا بیماری کلیوی در هنگام مصرف آسیکلوویر توصیه می‌شود دوره درمان با آسیکلوویر را به‌طور کامل طی کنید تا عفونت در بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود؛ حتی اگر احساس بهبود می‌کنید. اگر خانمی هستید که به علت هرپس ژینتالیس (تبخال در ناحیه تناسلی آسیکلوویر مصرف می‌کنید، هر ساله یک آزمون گستره پاپانیکولا (پاپ انجام دهید؛ زیرا این عفونت با افزایش احتمال ابتلا به سرطان گردن رحم همراه است منطقه مبتلا را تا آنجا که می‌توانید تمیز و خشک نگاه دارید. لباس زیر گشادتری بپوشید تا ضایعات آزرده نشوند. آسیکلوویر را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آسیکلوویر فاسد می‌شود). اگر آسیکلوویر مصرف می‌کنید و در عرض چند روز بهتر نشده‌اید با پزشکتان مشورت کنید. در هنگام مصرف آسیکلوویر، نباید با همسران اگر دچار تبخال ناحیه تناسلی است

نزدیکی داشته باشید. کاندوم می‌تواند به جلوگیری از سرایت هرپس کمک کند، ولی ژل‌های اسپرم‌کش یا دیافراگم در پیشگیری از سرایت این بیماری نقشی ندارند. از آسیکلوویر تاریخ گذشته استفاده کنید. تا وقتی که دارو تمام نشده است مصرف آن را قطع کنید مگر اینکه پزشکتان چنین دستور دهد.

ALBUTEROL

در مورد این دارو آلبوترویل تجویز می‌شود تا لوله‌های برونش (مجاری هوایی را در ریه‌ها باز کند تا راحت‌تر نفس بکشید؛ به آن گشادکننده برونش می‌گویند. آلبوترویل اسامی تجاری متفاوتی دارد. این دارو تحت عنوان سالبوتامول هم شناخته می‌شود. چگونگی مصرف آلبوترویل را می‌توان به صورت استنشاقی یا خوراکی به شکل قرص محلول یا شربت مصرف کرد. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر طبق یک برنامه منظم از این دارو مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن نوبت را مصرف کنید. نوبت‌های باقیمانده در روز را با فواصل زمانی منظم مصرف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. آئروسول استنشاقی آلبوترویل برای درمان و جلوگیری از انقباض برونشی (تنگ شدن مجاری هوایی ریه استفاده می‌شود. دارو را ۱۵ دقیقه پیش از شروع ورزش مصرف کنید تا از انقباض برونشی ناشی از ورزش پیشگیری شود. پیش از استفاده ظرف حاوی دارو را به خوبی تکان دهید. یک پُف از دارو را استنشاق کنید، نفستان را ۵ شماره نگاه دارید و سپس نفستان را بیرون دهید. بیش از دو بار در یک زمان با ۲-۱ دقیقه فاصله استنشاق نکنید. از اسپری کردن به سمت چشم‌ها خودداری کنید. هر کپسول دارو حاوی ۲۰۰ بار اسپری است اگرچه یک نوع کانادایی ۸۰ بار اسپری دارد. محلول استنشاقی آلبوترویل سولفات از طریق دستگاه تنفس با فشار مثبت متناوب (IPPB) یا یک نبولایزر با استفاده از یک ماسک صورت یا قطعه دهانی مصرف می‌شود. اطمینان حاصل کنید که در مراقبت و نحوه استفاده از این وسایل به خوبی توجیه شده باشید. پزشکتان یک دستورالعمل برای دستگاه IPPB تجویز می‌کند و درمان در هر نوبت ۵ تا ۲۰ دقیقه به طول می‌انجامد. معمولاً نبولایزر از ۱۰-۶ لیتر هوا یا اکسیژن فشرده در دقیقه استفاده می‌کند، و درمان معمولاً در حدود ۱۰ دقیقه طول می‌کشد. دو محلول وجود دارد. یکی حاوی ۸۳/۰ میلی‌گرم دارو در هر میلی‌لیتر است و به همین صورت قابل استفاده می‌باشد. محلول دیگر حاوی ۵ میلی‌گرم در هر میلی‌لیتر است و لازم است که قبل از استفاده رقیق شود. مطمئن شوید که دستورات خاص را از پزشکتان گرفته باشید. محلول رقیق شده را می‌توان تا ۲۴ ساعت در دمای اتاق یا ۴۸ ساعت در یخچال نگهداری کرد. آلبوترویل سولفات برای استنشاق نیز برای درمان و جلوگیری از انقباض برونشی (تنگ شدن مجاری تنفسی استفاده می‌شود. برای پیشگیری از انقباض برونشی ناشی از ورزش ۱۵ دقیقه پیش از ورزش از دارو استفاده کنید. این دارو به شکل یک کپسول است و به وسیله خاصی نیاز دارد تا بتوان از آن استفاده کرد. این وسیله کپسول را به دو نیم می‌کند و دارو را آزاد می‌سازد. اطمینان حاصل کنید که روش استفاده از این وسیله را می‌دانید. هر پرسشی داشتید از پزشک یا داروسازتان بپرسید. شکل‌های خوراکی آلبوترویل [محلول شربت قرص و قرص‌های طولانی‌اثر] باید در زمان‌های تجویز شده مصرف شوند. قرص‌های طولانی‌اثر باید به همان شکل خورده شوند و نباید آنها را شکست خورد کرد یا جوید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های زیر آلبوترویل را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید: آبی شدن پوست گیجی شدید؛ احساس غش افزایش حس حس سینه یا تنگی نفس بثورات جلدی یا کهیر؛ تورم صورت لب‌ها، یا پلک‌ها. سایر علائم نادر که ممکن است رخ دهند و باید بلافاصله گزارش شوند عبارتند از: درد قفسه سینه ضربان قلب نامنظم گرگز یا احساس خواب رفتگی انگشتان دست یا پا؛ خونریزی یا کبود شدگی غیرعادی اثرات معمول این دارو عبارتند از برآشفستگی و لرزش که معمولاً با مصرف دارو به تدریج بهبود می‌یابند. سرفه خواب‌آلودگی خشکی دهان نبض تند، سردرد، دردهای عضلانی تهوع یا بی‌خوابی گاهی ممکن است رخ دهند. شستن دهان با آب گرم پس از استفاده از اسپری

ممکن است خشکی دهان را کاهش دهد. در صورت بروز سردرد در مصرف این دارو، از استامینوفن استفاده کنید. در صورتی که این علامت‌ها مشکل ساز شدند یا اگر پس از دریافت مقدار معمول آلپوترول هنوز مشکلات تنفسی داشتید با پزشکتان مشورت کنید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آلپوترول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ‌های خوراکی یا دارو. بارداری یا شیردهی مصرف دیگر داروها، به ویژه داروهای ضدافسردگی داروهای فشارخون محرک‌ها، کوکائین داروهای قلبی (دیگوکسین، یا داروهای میگرن سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی بیماری قند، پرکاری تیروئید، یا فتوکروموسیتوما. در هنگام مصرف آلپوترول توصیه می‌شود مراجعات منظمی به پزشکتان داشته باشید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. برگه‌ای همراه داشته باشید که نشان دهد دچار مشکل تنفسی هستید و آلپوترول و داروهای دیگر مصرف می‌کنید. آلپوترول را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید. (در این شرایط آلپوترول فاسد می‌شود). محلول آلپوترول از انجماد حفظ کنید. آلپوترول تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید (به جز ظرف حاوی آئروسول را). هیچگاه ظرف آئروسول را حتی در صورت خالی بودن سوراخ نکنید، به آتش نیاندازید و نشکنید. در هنگام مصرف آلپوترول نباید هیچ دارویی (حتی فراورده‌های گیاهی و داروهایی که نیاز به نسخه ندارند) را بدون مشورت با پزشکتان مصرف کنید. اطلاعات دیگر شکل‌های ژنریک آلپوترول ارزان‌تر هستند و عموماً به همان اندازه انواع با اسامی تجاری مؤثر می‌باشند.

ALPRAZOLAM

در مورد این دارو آلپرازولام برای تسکین اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجویز می‌شود. آلپرازولام دارای چندین نام تجاری متفاوت است چگونگی مصرف آلپرازولام در مقادیر متفاوت برای مشکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. شکل مایع آلپرازولام را می‌توان با مایعات یا غذاهای نیمه‌جامد مثل مارمالاد پودینگ مخلوط کرد. اجازه ندهید آلپرازولام مایع بیخ بزند. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. اگر نزدیک نوبت بعدی بود، نوبت بعدی را حذف کنید و سپس به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر، آلپرازولام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی کند شدن قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید، تکلم کند، کاهش ضربان قلب تنگی نفس عدم تعادل ثورات جلدی گلودرد، تب لرز، کبود شدگی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم کاهش حافظه بی‌خوابی آشفتگی یا تحریک‌پذیری آلپرازولام می‌تواند اعتیاد آور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهانی قطع شود علائم قطع ممکن است مشاهده شوند که عبارتند از: گیجی کند شدن قوای ذهنی معده‌درد، افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، یا احساس گزگز یا سوزن سوزن شدن در صورتی که بخواهید آلپرازولام را قطع کنید با پزشکتان مشورت کنید، تا احتمالاً این کار به شکل تدریجی انجام شود. علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند باید گزارش شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، یا لرزش موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آلپرازولام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آلپرازولام یا دیگر بنزودیازپین‌ها، یا به هر نوع ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، ضدافسردگی‌ها، و داروهای ضدصرع و تشنج سابقه یا ابتلا به گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، سوءمصرف الکل یا مواد مخدر، میاستنی گراو، بیماری انسدادی ریوی مزمن شدید، یا آمفیژم هنگام مصرف آلپرازولام توصیه می‌شود مراجعات مقطعی به پزشکتان داشته باشید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا هنگامی که پاسخ بدنتان به آلپرازولام

مشخص نشده است در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد در طی مصرف این دارو دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. اگر به مسمومیت ناشی از مصرف بیش از حد این دارو مشکوک هستید، بلافاصله تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر در طی درمان با آلپرازولام دچار افکار یا احساسات عجیب شدید، حتماً موضوع را با پزشکتان در میان بگذارید. همیشه بر گه‌ای همراه داشته باشید که نشان دهد تحت درمان با آلپرازولام قرار دارید. آلپرازولام را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید. (در این شرایط آلپرازولام فاسد می‌شود). آلپرازولام تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف آلپرازولام نباید نوشیدنی‌های الکلی یا دیگر داروهای خواب‌آور استفاده کنید؛ این خواب‌آلودگی را افزایش و هوشیاری را کاهش می‌دهد. آلپرازولام را به‌عنوان یک قرص خواب‌آور استفاده کنید، مگر آنکه برنامه درمانی شما اجازه دهد تا ۷-۸ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت تا زمان خروج دارو از بدنتان ممکن است خواب‌آلوده بوده اختلال حافظه داشته باشید.

ALENDRONATE

در مورد این دارو آلدرونات برای درمان پوکی استخوان بیماری استخوان که در زنان یائسه معمول است تجویز می‌شود. همچنین از این دارو در درمان بیماری پاژه که ضعیف شدن دردناک استخوان‌ها است استفاده می‌کنند. آلدرونات تحت نام تجاری فوساماکس شناخته می‌شود. چگونگی مصرف آلدرونات معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. این دارو باید با یک لیوان پر از آب حداقل ۳۰ دقیقه پیش از اولین وعده غذایی نوشیدنی یا دیگر داروهای روز خورده شود. با عقب انداختن بیشتر اولین وعده غذایی یا نوشیدنی جذب دارو بهتر نیز می‌شود. قرص آلدرونات را یکجا بلعید؛ این قرص‌ها را نباید مکید، شکست خورد کرد یا جوید. برای جلوگیری از سوزش سر دل بهتر است حداقل تا ۳۰ دقیقه پس از خوردن آلدرونات دراز نکشید. مهم است که دارو هر روز در زمان معینی استفاده شود. هیچگاه مقدار بیشتری از آنچه برایتان تجویز شده مصرف نکنید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، آلدرونات را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: سوزش سر دل شدید، مشکل در بلع یا ثورات جلدی علایمی که ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شدند باید گزارش شوند عبارتند از: سردرد، تهوع یا استفراغ اسهال یبوست نفخ شکمی درد شکمی یا درد ماهیچه‌ای و استخوانی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آلدرونات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آلدرونات یا دیگر داروها، بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه آسپرین و آنتی‌اسیدها. سابقه یا ابتلا به مشکل در بلع بیماری مروی گاستریت (التهاب معده، زخم معده یا بیماری کلیوی در هنگام مصرف آلدرونات توصیه می‌شود مراجعات منظمی به پزشکتان داشته باشید تا بهبود شما را زیر نظر داشته باشد. هیچ دارویی حتی فرآورده‌های گیاهی ویتامین‌ها و داروهایی که نیاز به نسخه ندارند را بدون مشورت با پزشکتان مصرف نکنید. اگر مقادیر کافی کلسیم و ویتامین D در برنامه غذایی‌تان وجود ندارد از مکمل‌های حاوی آنها استفاده کنید. در صورت تأیید پزشکتان یک برنامه پیاده‌روی را آغاز کنید. ورزش‌هایی که در آنها بدن وزن خود را تحمل می‌کند، به تقویت استخوان‌ها کمک می‌کند. آلدرونات را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (این شرایط موجب فاسد شدن آلدرونات می‌شود). آلدرونات تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. در هنگام مصرف آلدرونات نباید بیش از حد سیگار بکشید یا الکل بنوشید. سیگار کشیدن و نوشیدن الکل تشکیل استخوان‌ها را کاهش می‌دهد.

AMPICILLIN

در مورد این دارو آمپی‌سیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است از این آنتی‌بیوتیک در درمان عفونت‌های گوناگون باکتریایی نظیر عفونت گوش میانی سینوزیت و پوست بافت نرم دستگاه تنفس و دستگاه ادراری استفاده می‌شود. چگونگی مصرف‌منظور جذب بهتر آمپی‌سیلین باید با شکم خالی حدوداً ۱ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از غذا خورده شود. بهتر است آمپی‌سیلین در نوبت‌هایی با فواصل مساوی در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خونی و ادراری ثابتی داشته باشد. برای مثال اگر لازم است روزی ۴ نوبت آمپی‌سیلین مصرف کنید، باید بین هر نوبت ۶ ساعت فاصله‌گذاری کنید (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب ۶ صبح). اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به مقدار کامل مصرف شود؛ حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است دچار عود علائم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز علائم زیر آمپی‌سیلین خود را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا اسهال خفیف ولی پایدار، سردرد، تهوع و استفراغ، بثورات جلدی زخم دهانی یا زبان خارش یا ترشح واژن پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان اختلالات ذهنی یا زردی چشم‌ها و پوست یک پاسخ حساسیتی نادر نسبت به آمپی‌سیلین آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس بلافاصله دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود یکی از موارد زیر پیش از مصرف آمپی‌سیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا سایر داروها، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپرین، داروهای ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن (آمپی‌سیلین ممکن است اثرات این قرص‌ها را کاهش دهد)، داروهای نقرس (پروبنسید، آلپورینول، متوترکسات یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌ها (آمینوگلیکوزیدها، اریترومايسين تتراسایکلین). سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی کمبود پلاکتی، و نونوکلئوز عفونی کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتی‌بیوتیک یا بیماری کلیوی هنگام مصرف آمپی‌سیلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی تمام داروی تجویز شده را برای درمان عفونتتان و جلوگیری از عود بیماری مصرف کنید. در صورتی که از قرص ضدبارداری استفاده می‌کنید تا یک دوره درمان با آمپی‌سیلین از یک روش جلوگیری از بارداری دیگر نظیر کاندوم یا ژل اسپرم‌کش هم استفاده کنید. با خوردن ماست از اسهال ناشی از این آنتی‌بیوتیک پیشگیری کنید. آمپی‌سیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آمپی‌سیلین فاسد می‌شود). پس از تهیه سوسپانسیون آمپی‌سیلین دارو را در یخچال نگهداری کنید؛ پیش از مصرف سوسپانسیون شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از پیمانهای که در داخل جعبه دارو فراهم شده است جهت اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید.

اگر در ظرف ۳ روز از مصرف آمپی‌سیلین احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف آمپی‌سیلین نباید دیگران را در مصرف دارو سهیم کنید؛ چرا که ممکن است نسبت به آن حساسیت داشته باشند.

داروی تاریخ گذشته را مصرف نکنید. پیش از اتمام دارو، درمان را قطع کنید، مگر با صلاح‌دید پزشکتان

AMLODIPINE

در مورد این دارو آملودیپین برای پایین آوردن فشار خون در پرفشاری خون و تسکین درد قلبی تجویز می‌شود. پزشک شما به دلایل دیگری نیز ممکن است این دارو را برایتان تجویز کند. این دارو در بدن از طریق ممانعت از ورود کلسیم به داخل سلول‌ها از غشای سلولی عمل می‌کند؛ به همین علت است که این دارو را یک داروی مسدودکننده کانال‌های کلسیمی می‌دانند. این عمل مسدودکنندگی کانال‌های کلسیمی موجب کاهش مقدار کلسیم در سلول‌های قلب و رگ‌های خونی می‌شود، که به کاهش ضربان قلب و گشادشدن رگ‌های خونی منجر می‌گردد. بنابراین فشار خون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و بار کاری قلب کاهش پیدا می‌کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از آملودیپین برای علل متفاوتی تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز سر ساعتی معین مصرف کنید. آملودیپین معمولاً روزی یکبار مصرف می‌شود. معمولاً راحت‌تر است که صبح‌ها پیش از صبحانه مصرف شود تا فراموش نشود. این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر روزی یکبار آملودیپین مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، به مجردی که آن را به یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت به نوبت بعدی مانده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. هیچگاه مقدار دارو را دوبرابر نکنید و نیز پیش از مشورت با پزشکتان آن را قطع نکنید. در صورت نیاز به قطع آملودیپین این کار باید به صورت تدریجی صورت گیرد. در اکثر مواردی که آملودیپین به خاطرشان تجویز می‌شود، دارو به مهار بیماری کمک می‌کند نه آنکه آن را درمان کند. این بدان معنا است که حتی اگر احساس بهبودی دارید ممکن است لازم باشد آملودیپین را سال‌ها یا تا پایان زندگی مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز علائم نادر ولی جدی زیر آملودیپین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب کمتر از ۵۰ در دقیقه یا فشار خون سیستولی (عدد بزرگتر فشار خون کمتر از ۹۰ میلی‌متر جیوه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست و پا یا افزایش وزن ناگهانی (بیش از ۱/۵ کیلوگرم در ۲۴-۴۸ ساعت؛ التهاب لته‌ها؛ لرزش دست‌ها و انگشتان سفتی عضلات دست و پا؛ مشکل در صحبت کردن یا بلع از دست رفتن تعادل ثورات جلدی افسردگی تپش قلب (احساس ضربان قلب در سینه). علائم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، خواب‌آلودگی خستگی خشکی دهان برافروختگی و احساس گرما، تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علائم ادامه یافته یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آملودیپین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آملودیپین یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال‌های کلسیمی شیردهی یا بارداری در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، سایر داروهای فشار خون یا قلبی (داروهای مُدر، داروهای مسدودکننده بتا، کینیدین دیژوپیرامید، فلکائینید، پروکائینامید). سابقه یا ابتلا به حساسیت فشار خون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی و کبدی

هنگام مصرف آملودیپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. در مورد میزان فعالیت قابل قبول بر اساس وضعیت بدنی‌تان با پزشکتان مشورت کنید. آملودیپین ممکن است با کاستن یا رفع درد قفسه سینه موجب شود تا بیش از اندازه فعالیت کرده و به خود فشار آورید. وزن‌تان را نسبت به قدتان در یک محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. در صورتی که برای کاهش فشار خون آملودیپین مصرف می‌کنید مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارید یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید تا شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کنند. الکل مصرف نکنید. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. بهداشت دهان و دندان‌تان را به خوبی حفظ کنید؛ مسواک بزنید، دندان‌هایتان را نخ

بکشید و مرتب به دندانپزشک مراجعه کنید تا از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو پیشگیری شود. مقدار کافی دارو برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد آملودیپین مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید. پزشکان دیگر را از اینکه آملودیپین مصرف می‌کنید مطلع سازید، چرا که این دارو ممکن است روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. آملودیپین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آملودیپین فاسد می‌شود). آملودیپین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف آملودیپین نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. در صورتی که خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل ساز شدند با پزشکتان مشورت کنید. پیش از تأیید پزشکتان داروهایی دیگر به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای ضدسرفه یا سرماخوردگی را مصرف کنید.

AMOXICILLIN

در مورد این دارو آموکسی سیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان انواع گوناگونی از عفونت‌های باکتریایی نظیر عفونت گوش میانی گلودرد، ذات‌الریه (یا پنومونی)، سینوزیت و عفونت‌های دستگاه ادراری تجویز می‌شود. این دارو با تضعیف دیواره سلولی باکتری‌ها موجب پاره شدن این دیواره و مرگ باکتری‌ها می‌شود. چگونگی مصرف آموکسی سیلین را می‌توان با شکم پر یا خالی مصرف کرد. سوسپانسیون آموکسی سیلین را می‌توان به همان شکل یا همراه با مقدار اندکی شیر، شیرخشک آب میوه آب گازدار، یا نوشیدنی‌های خنک دیگر مصرف کرد. در صورتی که آن را با چیزی مخلوط کردید باید بلافاصله مصرف شود؛ مقدار کامل تجویز شده را بخورید. بهتر است که آموکسی سیلین در فواصل مساوی در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقدار مشخصی از آن به‌طور ثابت در خون و ادرار وجود داشته باشد. برای مثال اگر لازم است ۴ بار در روز آموکسی سیلین بخورید، باید هر ۶ ساعت یکبار باشد (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، از پزشکتان خواهید در تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو سر وقت و با مقدار کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام کل داروی تجویز شده آموکسی سیلین را قطع کنید، نشانه‌هایتان ممکن است عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد، به برنامه دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر در حین مصرف آموکسی سیلین با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال سردرد، تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی و زبان خارش و ترشح از واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ نادر حساسیتی به آموکسی سیلین آنافیلاکسی است که به مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت تورم لب‌ها یا اطراف چشم‌ها؛ بشورات جلدی کهیر، یا تورم‌هایی بر روی پوست تب غش ناگهانی ضربان قلب سریع یا خس‌خس سینه یا مشکل تنفسی آموکسی سیلین را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آموکسی سیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ خوراکی یا داروهای دیگر به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (NSAIDs)، نظیر ایبوپروفن، آسپیرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، داروهای ضدسرطان (متوترکسات)، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن (آموکسی سیلین ممکن است اثرات این قرص‌ها را کاهش دهد)، پروبنسید، یا آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (اریترومایسین تتراسایکلین). سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی کمبود پلاکت، کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتی‌بیوتیک یا بیماری کلیوی هنگام مصرف آموکسی سیلین

توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی تمام آموکسی‌سیلین تجویز شده را برای درمان عفونت تان و جلوگیری از عود مجدد مصرف کنید. اگر از قرصهای ضدبارداری استفاده میکنید، تا یک ماه پس از پایان دوره درمان با آموکسی‌سیلین از یک وسیله جلوگیری اضافی نیز نظیر کاندوم یا ژل‌های اسپرم‌کش استفاده کنید. آموکسی‌سیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آموکسی‌سیلین فاسد می‌شود). پس از ریختن آب در شیشه محتوی پودر آموکسی‌سیلین و تهیه سوسپانسیون دارو را باید در یخچال نگاه داشت پیش از مصرف سوسپانسیون باید شیشه را به خوبی تکان دهید. در مورد شکل‌های مایع آموکسی‌سیلین از پیمانیه موجود در جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر در حال مصرف آموکسی‌سیلین هستید و ظرف ۳ روز احساس بهبودی نمی‌کنید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف آموکسی‌سیلین نباید آموکسی‌سیلین را بعد از تاریخ انقضایش مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید، مگر در صورتی که پزشکتان چنین توصیه کند.

AMOXICILLIN_CLAVULANATE

AMOXICILLIN_CLAVULANATE

در مورد این دارو آموکسی‌سیلین کلاوولانات یک آنتی‌بیوتیک رایج است از آن برای درمان عفونت‌های باکتریایی گوناگون مثل عفونت گوش میانی سینوزیت و عفونت‌های پوست دست‌گاه تنفسی و دستگاه ادراری استفاده می‌شود. چگونگی مصرف آموکسی‌سیلین کلاوولانات را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. خوردن آن با غذا می‌تواند از دل به هم خوردگی ناشی از آن جلوگیری کند. قرص‌های جویدنی آن حتماً باید جویده یا خرد شوند. بهتر است این دارو در فواصل زمانی برابر در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقادیر ثابتی از آن در خون و ادرار وجود داشته باشد. برای مثال اگر قرار است روزی ۳ نوبت مصرف شود، فواصل باید ۸ ساعته باشند (مثلاً ۶ صبح ۲ بعدازظهر و ۱۰ شب). اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر شما را یاری دهد. مهم است که دارو سر وقت و به مقدار کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. چنانچه پیش از اتمام کل داروی تجویزی آن را قطع کنید ممکن است دچار عود علائم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است به برنامه منظم دارویی تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا خفیف ولی پایدار، سردرد، تهوع و استفراغ زخم دهان یا زبان خارش یا ترشحات واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به این دارو آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر یا تورم‌های بر روی پوست تب غش ناگهانی ضربان قلب سریع یا خس‌خس سینه یا تنفس مشکل دارو را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آموکسی‌سیلین کلاوولانات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگره‌دارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا سایر داروها، به‌ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها، مهارکننده‌های بتا - لاکتاماز). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن و آسپرین)، داروهای ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن) (این دارو اثرات این قرص‌ها را کاهش می‌دهد)، داروهای نقرس (پروبنسید، آلپورینول، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمینوگلیکوزیدها، اریتروماکسین تتراسایکلین). دارای سابقه یا دچار مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی یا کمبود پلاکتی، کولیت (التهاب روده بزرگ ناشی از آنتی‌بیوتیک‌ها، یا بیماری کلیوی هنگام مصرف

آموکسی سیلین / کلاوولانات توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی تمام داروی تجویز شده را برای درمان عفونت و جلوگیری از عود مجدد آن مصرف کنید. اگر از قرص‌های ضدبارداری استفاده می‌کنید، تا یک ماه پس از پایان دوره درمان با آموکسی سیلین کلاوولانات از یک وسیله جلوگیری از بارداری دیگر نیز نظیر کاندوم یا ژل‌های اسپرم‌کش استفاده کنید. برای جلوگیری از اسهال ناشی از این دارو ماست بخورید. آموکسی سیلین کلاوولانات را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط این دارو فاسد می‌شود). پس از تهیه سوسپانسیون آن را در یخچال نگهداری کنید؛ پیش از مصرف شیشه محتوی سوسپانسیون را به خوبی تکان دهید.

در موارد شکل‌های مایع دارو از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف این دارو احساس بهبودی نمی‌کنید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف آموکسی سیلین کلاوولانات نباید دیگران را در مصرف این دارو سهیم کنید؛ آنها ممکن است نسبت به آن حساسیت داشته باشند. دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید؛ مگر در صورتی که پزشکتان چنین توصیه کند.

AMITRIPTYLINE

در مورد این دارو آمی‌تریپتیلین برای تسکین علائم افسردگی شب‌اداری اختلالات خوردن دردهای عصبی و مواردی دیگر تجویز می‌شود. این دارو از دسته داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای است چگونگی مصرف آمی‌تریپتیلین با مقادیر متفاوتی برای مشکلات متفاوت و افراد متفاوت تجویز می‌شود هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. آمی‌تریپتیلین خوراکی را می‌توان با غذا مصرف کرد تا دل به هم خوردگی ناشی از آن کاهش یابد. ممکن است ۶-۱ هفته طول بکشد تا اثرات این دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتی در صورت احساس بهبودی نیز دارو را ادامه دهید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. اگر روزی یک نوبت پیش از رفتن برای خواب آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نکنید، چرا که ممکن است موجب خواب‌آلودگی بیش از حد در طول روز شود؛ در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. اگر روزی چند نوبت آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یاد آوردن مصرف کنید. اگر تقریباً موقع مصرف نوبت بعدی شده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر آمی‌تریپتیلین خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افکار خودکشی تاری دید؛ گیجی بی‌بوست مشکل در ادرار کردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، کند یا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشکل در صحبت کردن عدم تعادل سفتی عضلات دست و پا؛ صورت شبیه ماسک گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی پوست یا چشم بثورات جلدی تورم صورت یا زبان علائم زیر ممکن است رخ دهند، ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند باید گزارش شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، مشکل در خوابیدن افزایش وزن علائم ترک دارو - نظیر سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحریک‌پذیری یا خواب مختل همراه با رؤیاهای واضح - ممکن است در صورت قطع ناگهانی آمی‌تریپتیلین مشاهده شود. معمولاً برای قطع دارو باید مقدارش ظرف ۲-۱ ماه به تدریج کاهش یابد. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف آمی‌تریپتیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آمی‌تریپتیلین یا دیگر داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای سایر داروهای ضدافسردگی (ماپروتیلین ترازودون؛ کاربامازپین (دارویی ضد تشنج)؛ یا هر نوع ماده غذایی رنگ خوراکی یا نگه‌دارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضدافسردگی داروهای ضد تشنج داروهای ضد تیروئید، سایمتیدین داروهای فشار خون (کلونیدین گوانادریل گوانتیدین، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، یا سمپاتومینیک‌ها (داروهای بی‌حس‌کننده) که در حساسیت آسم سرفه و سرماخوردگی مصرف می‌شوند).

سابقه یا دچار الکلیسم (اعتیاد به الکل، آسم اختلال دوقطبی (افسرده - شیدایی، ابتلا به اسکیزوفرنی صرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، پرکاری تیروئید، بزرگی پروستات احتباس ادراری مشکلات قلبی یا خونی یا بیماری‌های دستگاه گوارش کبدی یا کلیوی هنگام مصرف آمی‌تریپتیلین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به این دارو در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف آمی‌تریپتیلین دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. این به ویژه وقتی برای اولین بار دارو را شروع می‌کنید اتفاق می‌افتد و تا وقتی بدن‌تان به آن عادت کند ادامه می‌یابد؛ بنابراین برای فعالیت‌های خود برنامه‌ریزی کنید. در هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا ایستادن از حالت نشسته احتیاط کنید؛ چرا که ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آبنبات‌های بدون قند استفاده کنید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه مستقیم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسایل برنزه‌کننده بپرهیزید، چرا که ممکن است دچار آفتاب سوختگی شدید شوید. سعی کنید تا حد امکان از آفتاب بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید. در زیر آفتاب از یک عینک آفتابی یک کلاه و پوشش محافظ و کرم‌های ضدآفتاب با قدرت محافظتی (SPF) حداقل ۱۵ استفاده کنید. در مورد نیاز به مقادیر اضافی ویتامین (ریوفلاوین یا ویتامین ب - ۲) با پزشکتان مشورت کنید. پیش از هرگونه عمل جراحی کارهای دندان‌پزشکی یا درمان‌های اضطرابی را از اینک آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید. آمی‌تریپتیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (در این شرایط آمی‌تریپتیلین فاسد می‌شود). آمی‌تریپتیلین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف آمی‌تریپتیلین نباید الکل مصرف کنید. بدون تأیید پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید.

ERYTHROMYCIN

در مورد این دارو اریترومايسين یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان عفونت‌های گوناگونی نظیر عفونت پوست و بافت نرم عفونت گوش میانی برونشیت گلودرد، ذات‌الریه (پنومونی، سینوزیت دیفتری سیاه‌سرفه و عفونت‌های کلامیدیایی سیفلیس و گونوره‌ای استفاده می‌شود. این دارو همچنین برای پیشگیری از تب روماتیسمی و اندوکاردیت مصرف می‌شود. چگونگی مصرف اریترومايسين را می‌توان با شکم خالی همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. در صورتی که معده را ناراحت کند می‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل زمانی یکسان در شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خونی آن ثابت باقی بماند. برای مثال اگر لازم است روزی ۴ بار اریترومايسين مصرف کنید، نوبت‌ها باید ۶ ساعت فاصله داشته باشند (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این برنامه با برنامه کار یا خواب شما تداخل داشت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مؤثرتر به شما کمک کند. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید ممکن است علایمتان عود کند. قرص‌های جویدنی اریترومايسين باید پیش از بلعیده شدن جویده یا خرد شوند. می‌توان کپسول‌های طولانی‌رهنش اریترومايسين را باز کرد و قرص دانه‌های روکش‌دار داخلش را پیش از مصرف با یک غذای نرم مخلوط کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دل‌پیچه تهوع و استفراغ سوزش دهانی یا زبانی خارش واژن یا ترشح از آن پلاک‌های سفید روی مخاط دهان یا زبان افت شنوایی تب بثورات جلدی یا زردی چشم‌ها یا پوست موارد

احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف اریترومايسين پزشكتان را مطلع سازيد: حساسيت به اريترومايسين بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه استمیزول کاربامازپین والپروئیک اسید، سیکلوسپورین داروهای ضد انعقاد (رقیق کننده‌های خون مثل وارفارین، زانتین‌ها، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (کلرامفنیکل لینکومايسين. ابتلا به یا سابقه بی‌نظمی ضربان قلب (آریتمی، افت شنوایی یا بیماری کبدی هنگام مصرف اریترومايسين توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی اریترومايسين را به‌طور کامل مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اریترومايسين را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط اریترومايسين فاسد می‌شود). برخی از سوسپانسیون‌های اریترومايسين پس از آماده شدن باید در یخچال نگهداری شوند؛ دستورالعمل روی بسته‌بندی دارو را بخوانید. پیش از مصرف شیشه سوسپانسیون را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از شروع درمان احساس بهبودی نداشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف اریترومايسين نباید داروی تاریخ مصرف گذشته مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید، مگر به توصیه پزشک

ACEBUTOLOL

در مورد این دارو آسبوتولول در موارد متفاوتی از جمله پایین آوردن فشار خون در پرفشاری خون و درمان ضربان قلب نامنظم تجویز می‌شود. از این دارو همچنین برای جلوگیری از یک حمله قلبی ثانویه در افرادی که قبلاً یک بار دچار چنین حمله‌ای شده‌اند استفاده می‌شود. پزشک شما در موارد دیگری نیز ممکن است آسبوتولول را برای شما تجویز کند. آسبوتولول با مسدود کردن تکانه‌های عصبی به بخش‌هایی خاص از بدن عمل می‌کند؛ به همین علت است که آسبوتولول را به عنوان یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. آسبوتولول با مسدود کردن این تکانه‌ها به قلب کمک می‌کند تا از نیرو و تعداد ضربان قلب بکاهد و در نتیجه بار کاری قلب کاهش پیدا کند؛ که این خود موجب کاهش فشار در داخل رگ‌های خونی نیز خواهد شد. اسامی تجاری آسبوتولول عبارتند از مونیتان و سکترال چگونگی مصرف آسبوتولول معمولاً روزی یک یا دو بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز در ساعت معینی مصرف کنید. معمولاً راحت‌تر است که صبح‌ها پیش از صبحانه خورده شود تا فراموش نشود. این دارو را می‌توان همراه با غذا یا جداگانه مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن آسبوتولول به مدت یک دقیقه کامل نبضتان را بگیرید. (اگر نمی‌دانید چگونه نبضتان را بگیرید از پزشکتان یا یک پرستار بخواهید تا آن را به شما آموزش دهد.) اگر تعداد نبض شما کمتر از ۵۰ در دقیقه بود، آن روز پیش از خوردن آسبوتولول موضوع را با پزشکتان در میان بگذارید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده برای خودتان از این دارو مصرف نکنید. از دستورات ذکر شده توسط پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، می‌توانید به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده باشد، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از مشورت با پزشکتان مصرف آسبوتولول را قطع نکنید. با عدم مصرف آسبوتولولتان ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی قرار بگیرید. در اکثر مواردی که آسبوتولول برایشان تجویز می‌شود، این دارو بیماری را مهار می‌کند، نه درمان این بدن معنا است که شما ممکن است مجبور باشید آسبوتولول را برای سال‌ها یا تا پایان زندگی مصرف کنید، حتی اگر حالتان خوب باشد. هشدارها و عوارض جانبی در صورتی که دچار هریک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر شدید، آسبوتولول خود را قطع کرده در عرض ۲۴ ساعت با پزشک خود تماس بگیرید: سختی تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه سردی کف دست و پا؛ ضربان قلب کمتر از ۵۰ در دقیقه احساس گیجی یا سیاهی رفتن چشم به دنبال ایستادن از یک وضعیت نشسته یا خوابیده تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلوگرم در ۴۸-۲۴ ساعت؛ زردی چشم و پوست ادرار تیره کند شدن قوای ذهنی گیجی توهمات (شنیدن دیدن یا

احساس چیزهایی که وجود ندارند؛ درد قفسه سینه مفصل یا کمر؛ بشورات جلدی یا هرگونه کبودشدگی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است تا عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهد: خواب‌آلودگی خستگی مشکل در به خواب رفتن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس‌های شبانه یا کاهش توانایی جنسی اگر این علایم ادامه پیدا کردند یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آسبوتولول پزشکتان را مطلع سازید حساسیت به آسبوتولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکستریفیلین تئوفیلین، داروهای بدون نیاز به تجویز پزشک برای سرفه یا سرماخوردگی داروهای دیابت (انسولین داروهای ضد دیابت خوراکی، سایر داروهای فشار خون (مسدودکننده‌های کانال کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های منوآمین‌اکسیداز. حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیروئید؛ کندی قوای ذهنی یا بیماری کلیوی یا کبدی یا سابقه ابتلا به هریک از این موارد. اگر دچار حساسیت باشید واکنش‌های حساسیتی ممکن است با مصرف آسبوتولول شدت یابد. در هنگام مصرف آسبوتولول توصیه می‌شود مرتب به پزشکتان مراجعه داشته باشید تا پیشرفت و بهبودی شما را زیر نظر داشته باشد. ممکن است ترجیح دهید که فشارخونتان را در خانه اندازه گرفته ثبت کرده و در مراجعات منظم‌تان آن را به پزشکتان گزارش کنید. در مورد سطح بی‌خطر فعالیت بدنی با توجه به بیمارستان یا پزشکتان مشورت کنید. آسبوتولول ممکن است از درد قفسه سینه جلوگیری کند یا آن را کاهش دهد و در نتیجه شما فعالیت خود را بیش از میزان قابل قبول افزایش دهید. این ممکن است به درد قفسه سینه یا دیگر علایم جدی منجر شود. وزنتان را نسبت به قد و استخوانبندی خود مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز به کاهش وزن از پزشکتان کمک بخواهید. اگر به سبب پرفشاری خون در حال مصرف آسبوتولول هستید، مصرف سدیم (نمک) را کاهش دهید. برای دستورات تغذیه‌ای از پزشکتان نظر بخواهید یا برای کمک بیشتر به یک متخصص تغذیه مراجعه کنید. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاوره یا گروه ترک سیگار معرفی کند. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا از نشسته به آرامی تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم کافی بپوشید، زیرا آسبوتولول ممکن است شما را به سرما حساس‌تر کند در تعطیلات آخر هفته و سایر روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس نگاه دارید.

سایر ارایه‌دهندگان خدمات سلامت را از آنکه آسبوتولول مصرف می‌کنید مطلع کنید، زیرا این دارو ممکن است بر روی برخی از آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد یا موجب شود که نسبت به تزریقات حساسیت‌زدایی دچار واکنش شوید. همیشه یک برگه که نشان دهد در حال مصرف آسبوتولول هستید را به همراه داشته باشید. آسبوتولول را دور از دسترس کودکان دور از آتش نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (حرارت و نور موجب فاسد شدن آسبوتولول می‌شود). در هنگام مصرف آسبوتولول نباید تا هنگام مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا از وسایل خطرناکی که نیاز به هوشیاری کامل دارند استفاده کنید. اگر خواب‌آلودگی یا گیجی به‌طور مشکل‌ساز ادامه پیدا کند، با پزشکتان مشورت کنید. دارویتان را به‌طور ناگهانی قطع کنید. در این صورت ممکن است دچار تعریق تپش قلب (احساس تکان خوردن قلب در قفسه سینه، سردرد، یا لرزش دست و انگشتان شوید. سایر داروها، به ویژه داروهای ضدسرفه یا سرماخوردگی را بدون مشورت با پزشکتان مصرف کنید.

BECLOMETHASONE NASAL SPRAY

BECLOMETHASONE NASAL SPRAY

در مورد این دارو این اسپری بینی به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار اختلالات بینی نظیر رینیت فصلی یا رینیت دائمی علایم حساسیتی در بینی یا پولیپ‌های بینی تجویز می‌شود. استفاده منظم آن به کاهش التهاب بینی کمک می‌کند و واکنش مخاط بینی به

مواد حساسیت‌زا (یا محرک را کاهش می‌دهد. به این اثرات بکلومتازون علائم خارش سوزش عطسه و آبریزش بینی را کاهش می‌دهد. بکلومتازون در واقع یک کورتیکواستروئید است چگونگی مصرف در هر نوبت بکلومتازون معمولاً ۱ یا ۲ اسپری با اندازه مشخص ۲ تا ۴ نوبت در روز مصرف می‌شود. مهم است که طبق دستور پزشکتان یا دستورالعمل روی برچسب دارو را مصرف کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر در کنار این دارو کورتیکواستروئید خوراکی مصرف نمی‌کنید؛ ممکن است اثر این دارو پس از یک هفته آغاز شود و ۳ هفته طول بکشد تا به حداکثر برسد. مهم است که نوبت‌های مصرف دارو منظم باشد، مثلاً ۸ صبح تا ۸ شب اگر قرار است دوبار در روز استفاده است و هر ۶ ساعت اگر قرار است ۴ بار در روز استفاده شود. از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه درمانی که با فعالیت‌های روزمره شما تداخل نداشته باشد به شما کمک کند. بهتر است دارو هر روز در ساعت معینی مصرف شود. مجاری بینی خود را با فین کردن تمیز کنید. قطعه بینی (نوک اسپری را داخل بینی قرار داده و به سمت گوشه چشمتان اسپری کنید. اگر یک نوبت مصرف دارو را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت قبلی را رها کرده و به برنامه منظم دارویی‌تان باز گردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف بکلومتازون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید؛ ترشحات خونی از بینی یا خون دماغ‌های بی‌دلیل سرفه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم از دست رفتن حس بویایی یا چشایی تهوع یا استفراغ آبریزش یا گرفتگی مداوم بینی یا آبریزش از چشم‌ها؛ درد معده پلاک‌های سفید در مخاط بینی یا گلو؛ چشم درد؛ افت تدریجی بینایی احساس بوی بد؛ یا یک واکنش حساسیتی (بثورات جلدی کهیر؛ تورم پلک‌ها، صورت یا لب‌ها؛ تنگی نفس. علائم مصرف بیش از حد عبارتند از جوش صورت چاق شدن صورت یا تغییرات دوره ماهانه که حتماً با پزشک در میان گذاشته شوند. علائم دیگر ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورت مشکل‌ساز شدن نیاز است با پزشک مشورت شود؛ این علائم عبارتند از سوزش یا خشکی خفیف و موقتی در بینی عطسه یا تحریک حلق موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف اسپری بینی بکلومتازون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کورتیکواستروئیدها، داروهای دیگر، غذاها، نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی

مصرف داروهای دیگر به‌ویژه کورتیکواستروئیدهای خوراکی سابقه یا ابتلا به سل تب خال چشمی یا دیگر عفونت‌های باکتریایی قارچی یا ویروسی هنگام مصرف اسپری بینی بکلومتازون توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر در طول ۳ هفته درمان هیچ بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. پیش از مصرف هر دارویی برای دیگر مشکلات بینی با پزشکتان مشورت کنید. اگر داروساز شما می‌تواند افشانه را پر کند، آن را پس از اتمام دارو دور نیندازید. پیش از هر عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون سایر پزشکان یا افراد گروه پزشکی را از این که افشانه کورتیکواستروئیدی استفاده می‌کنید، مطلع سازید. اگر تا به حال آبله مرغان و سرخک مبتلا نشده‌اید و واکسن آنها را هم نزده‌اید، از تماس نزدیک با افراد مبتلا به این دو بیماری اجتناب کنید. در صورتی که فکر می‌کنید با این افراد مواجهه داشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. یک برکه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد بکلومتازون مصرف می‌کنید. اگر مقدار معمول دارو به شکل استنشاقی برایتان مؤثر نیست ممکن است به‌طور موقت به کورتیکواستروئید خوراکی نیاز داشته باشید. افشانه را دور از دسترس کودکان و دور از گرما نگاه دارید. هنگام مصرف بکلومتازون نباید پیش از آنکه با پزشکتان مشورت کرده باشید دارو را قطع کنید.

ACETAMINOPHEN

در مورد این دارو استامینوفن دارویی است رایج که بدون نسخه پزشک قابل تهیه می‌باشد. این دارو یک مسکن غیرمخدر است که

در موارد دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دندان درد، درد خفیف استئوآرتريت (آرتروز)، و دردهای ناشی از جراحی‌های کوچک کاربرد دارد. استامینوفن همچنین تب را کاهش می‌دهد. این دارو ممکن است در بسیاری دیگر از داروها با اسامی تجاری متفاوت وجود داشته باشد. به استامینوفن پاراستامول نیز گفته می‌شود. چگونگی مصرف قرص استامینوفن را می‌توان برای سهولت بلع خرد کرد. اشکال خوراکی استامینوفن را می‌توان با مقدار اندکی از مواد غذایی نظیر ماست یا مربا مخلوط کرد. در مورد پودرهای خوراکی همانند آنچه در کپسول‌های **Federal Sprinkle** وجود دارد، کپسول باز شده و محتویاتش در یک قاشق چایخوری آب یا مقدار اندکی ماده غذایی نرم مخلوط می‌شود. برای استعمال راحت‌تر شیاف بهتر است آن را ۳۰ دقیقه در یخچال نگاه داشت برای استعمال شیاف پوشش شیاف را برداشته آن را با آب سرد مرطوب کرده سپس در حالی که به یک پهلو خوابیده‌اید با انگشت خود شیاف را داخل مقعد کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، می‌توانید به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اما اگر تقریباً زمان نوبع بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید هشدارها و عوارض جانبی در صورتی که دچار هریک از نشانه‌های جدی زیر شدید، استامینوفن خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: زردی پوست یا چشم‌ها؛ اسهال بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ معده درد؛ درد، تورم یا حساسیت در بالای شکم مدفوع سیاه و قیری شکل ادرار خونی یا کدر، کاهش ناگهانی ادرار؛ کیود شدگی یا خون‌ریزی غیرعادی بثوارت جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ناشی از بیماری‌ای که به خاطرش تحت درمان قرار گرفته‌اید نباشد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف استامینوفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع غذا، نگاه‌دارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروها (به ویژه استامینوفن یا آسپیرین . بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (NSAIDs) ، نظیر ایبوپروفن ، آسپیرین یا ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین [کومادین]). مصرف روزی بیش از سه قوطی یا بیشتر مشروبات الکلی سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل ، هپاتیت ویروسی فنیل کتونوری یا بیماری کبدی یا قلبی در هنگام مصرف استامینوفن توصیه می‌شود برچسب روی دارو را بخوانید و از دستوراتش پیروی کنید. برچسب روی سایر داروهای بدون نیاز به نسخه را بخوانید تا مطمئن شوید که در آن‌ها استامینوفن یا دارویی که با استامینوفن تداخل کند وجود نداشته باشد. اگر استامینوفن را به سبب درد، تب یا گلودرد مصرف می‌کنید در هریک از شرایط زیر با پزشکتان مشورت کنید: درد بیش از ۱۰ روز (در کودکان ۵ روز) طول بکشد یا اینکه علامت جدیدی به آن اضافه شود.

تب بیش از ۳ روز طول بکشد، بدتر شود، یا علامت جدیدی اضافه شود. گلودرد دردناک‌تر شود، بیش از ۲ روز طول بکشد، یا تهوع استفراغ بثورات جلدی یا سردرد رخ دهد. فقط به مقدار توصیه شده توسط پزشکتان استامینوفن مصرف کنید. استامینوفن را دور از دسترس کودکان دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در چنین شرایطی استامینوفن فاسد می‌شود). شیاف‌ها را در یک جای خنک نگاه دارید، ولی شیاف و انواع مایع استامینوفن (قطره و شربت را منجمد نکنید. استامینوفن تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. در هنگام مصرف استامینوفن نباید بیش از مقدار ذکر شده بر روی برچسب جعبه دارو مصرف کنید، مگر اینکه پزشکتان چنین دستوری داده باشد، در غیر این صورت ممکن است دچار آسیب کلیوی یا کبدی شوید. به کودکان زیر ۱۲ سال در یک روز بیش از ۵ نوبت استامینوفن به مقدار تعیین شده بر اساس سن‌شان بدهید. در روز بیش از دو قوطی مشروب الکلی مصرف کنید مگر اینکه فقط بخواهید یک یا دو نوبت استامینوفن بخورید. مسمومیت در صورتی که به مصرف بیش از حد استامینوفن شک کردید، حتی در صورت عدم وجود هرگونه علامت مسمومیت از اورژانس تقاضای کمک کنید. درمان مسمومیت باید هرچه زودتر آغاز شود. در صورتی که درمان مصرف بیش از حد استامینوفن ظرف ۲۴ ساعت اول آغاز نشود، ممکن است نتوان از آسیب کبدی یا مرگ جلوگیری کرد. اطلاعات دیگر اشکال ژنریک استامینوفن ارزان‌تر از

انواع تجاری هستند و در اکثر موارد به همان اندازه مؤثرند. فراورده‌های استامینوفن طولانی‌اثر گران‌تر می‌باشند، ولی ممکن است مصرفشان راحت‌تر و مناسب‌تر باشد.

ESTRADIOL

در مورد این دارو استرادیول یک استروژن می‌باشد. استروژن‌ها در زن‌های سالم موجب رشد و تکامل اندام جنسی حفظ عملکرد طبیعی ادراری - تناسلی و افزایش ثبات عروق خونی (و در نتیجه جلوگیری از سرخ شدن و برافروختگی، می‌شوند. وقتی به خانم‌ها پس از یائسگی طبیعی یا به کسانی که به دنبال یک جراحی یائسه شده‌اند (برداشتن تخمدان‌ها) استروژن جایگزین داده می‌شود، این دارو کمک می‌کند تا از پی آمدهای کمبود استروژن نظیر گرگرفتگی و خشکی واژن و پوکی استخوان جلوگیری شود. به علاوه گاهی از استروژن در کنار سایر داروها برای مهار رشد سرطان پروستات در مردها و سرطان پستان در زن‌های یائسه یا برخی بیماران مذکر دچار سرطان پستان استفاده می‌شود. چگونگی مصرف قرص‌های استرادیول به صورت پیوسته (هر روز) یا دوره‌ای (۲۱ یا ۲۵ روز اول هر ماه تقویمی تجویز و استفاده می‌شود. دارو را هر روز ساعت یکسانی مصرف کنید، اگر با مصرف استرادیول دچار تهوع می‌شوید، آن را با شیر یا غذا بخورید. شکل‌های واژینال را نیز می‌توان در کنار شکل‌های خوراکی مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آورید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبار نزنید. یک راه دیگر تجویز استرادیول استفاده از شکل پوستی است که همیشه همراه بیمار است و باید هفته‌ای دوبار تعویض شود. قبل و بعد از برداشتن این برچسب پوستی دستتان را بشویید و کاملاً خشک کنید، محل گذاشتن برچسب پوستی باید تمیز، خشک و بدون مو، بثورات جلدی بریدگی یا جوشگاه باشد. برچسب پوستی را روی سینه‌ها یا خط دور کمر یا هر جایی که لباس تنگ موجب شل شدنش شود نچسبانید. اگر پلاک شل شد هم می‌توانید یک برچسب پوستی جدید بکار ببرید و هم اینکه در صورت امکان مجدداً آن را بچسبانید. برای گذاشتن برچسب پوستی آن را روی پوست فشار دهید، به ویژه حاشیه برچسب پوستی را تا مطمئن شوید که کاملاً به پوست چسبیده باشد. هر برچسب پوستی را در یک منطقه دیگر از پوست بچسبانید. و برای جلوگیری از تحریک پوستی حداقل یک هفته پس از برداشتن یک برچسب پوستی در آن محل برچسب پوستی جدیدی نچسبانید. هشدارها و عوارض جانبی استفاده طولانی مدت از درمان جایگزین با استروژن بدون مصرف همزمان پروژستین با افزایش خطر سرطان جدار رحم همراه بوده است پزشک شما باید حداقل سالی دوبار شما را ملاقات کند تا ارزیابی مجددی راجع به اینکه نیازی به ادامه درمان دارید، داشته باشد. در صورت بروز هر یک از علائم زیر، بلافاصله با پزشکان تماس بگیرید: توده‌های پستانی یا درد و حساسیت پستان افزایش اندازه پستان‌ها؛ تورم پا یا ساق افزایش وزن سریع حرکات منقطع و ناگهانی غیرارادی دردشکمی یا زردی چشم یا پوست به علاوه زن‌ها باید در صورتی که عادت ماهانه‌شان شدیدتر شده بود بین دو عادت ماهانه متوالی خونریزی داشتند و نیز در صورت بارداری احتمالی موضوع را با پزشکشان در میان بگذارند. مردهایی که مقدار بالایی استروژن مصرف می‌کنند ممکن است دچار انفارکتوس قلبی آمبولی ریوی (لخته خون در ریه‌ها)، و ترومبوفلیت (تشکیل لخته خون معمولاً در سیاهرگ‌های پا شوند). چه مردها و چه زن‌های مصرف‌کننده استروژن باید علائم زیر را بلافاصله به پزشکشان اطلاع دهند: درد قفسه سینه کشاله ران یا پاها؛ سردرد؛ درد ناگهانی و شدید؛ تنگی نفس ناگهانی تکلم نامفهوم که ناگهانی ایجاد شده باشد؛ تغییرات ناگهانی بینایی ضعف یا کرخی یک بازو یا پا. علائم زیر فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز به گزارش دارند: دل پیچه نفخ تهوع سرگیجه خفیف سردرد خفیف تغییر در میل جنسی عدم تحمل لنزهای تماسی تحریک پوستی در استفاده از پلاک نیز نامعمول نیست موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف استرادیول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به استروژن‌ها بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه

بروموکریپتین (دارویی که در درمان آمنوره [قطع عادت ماهانه]، عقیمی (یا نازایی، و بیماری پارکینسون استفاده می‌شود)، سیکلوسپورین یا داروهایی که به کبد آسیب می‌رسانند مصرف سیگار، توتون یا تنباکو سابقه یا ابتلا به ترومبوفلیت (لخته شدن خون در سیاهرگ‌ها)، ترومبوز (تشکیل لخته خونی در رگ‌ها)؛ اندومترئوز (تشکیل بافت اندومتر در خارج رحم؛ بیماری کیسه صفر؛ فیبروم رحمی سرطان پستان (یا شک به آن، مگر اینکه برای درمان همین سرطان استرادیول تجویز شده باشد؛ خونریزی واژینال غیرطبیعی بدون علت مشخص یا مشکلات کبدی هنگام مصرف استرادیول توصیه می‌شود دستورالعمل همراه دارو را به دقت مطالعه کنید و سؤالاتان را از پزشکتان پرسید. هر ماه پستان‌هایتان را معاینه کنید تا در صورت بروز علایمی از سرطان متوجه آن شوید (اگر این معاینه را بلد نیستید از پزشکتان پرسید). سالی یکبار (یا بسته به نظر پزشکتان بیشتر) برای انجام ماموگرافی آزمون گستره پاپانیکولا، و معاینه بالینی به پزشکتان مراجعه کنید. تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها به دنبال مصرف استرادیول نامعمول نیست بهداشت دهانتان را با مسواک زدن و استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید و در صورت بروز هر یک از مشکلات ذکر شده موضوع را با دندانپزشکتان در میان بگذارید. برای به حداقل رساندن تغییرات رنگ پوست از مواجهه با آفتاب پرهیزید. مخصوصاً از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۲ بعدازظهر اجتناب کنید. از لوسیون‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (اس پی اف حداقل ۱۵ برای صورت و دست‌ها استفاده کنید. دیگر پزشکان را از اینکه استرادیول مصرف می‌کنید آگاه کنید. استرادیول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط استرادیول فاسد می‌شود). استرادیول تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی بریزید. هنگام مصرف استرادیول نباید سیگار، توتون یا تنباکو مصرف کنید. این اثرات استروژن‌ها می‌کاهد و خطر عوارض جانبی دارو را به ویژه در کسانی که زیاد سیگار می‌کشند یا در افراد بالای ۳۵ سال افزایش می‌دهد.

ESTROGENS_CONJUGATED

ESTROGENS_CONJUGATED

در مورد این دارواستروژن در زن‌های سالم موجب رشد و تکامل اعضای جنسی حفظ عملکرد طبیعی ادراری تناسلی و افزایش ثبات رگ‌های خونی (و در نتیجه جلوگیری از گرفتگی می‌شود. وقتی از استروژن به عنوان درمان جایگزین در زنانی که دچار یائسگی طبیعی هستند یا به دنبال جراحی یائسه شده‌اند استفاده می‌شود، این دارو از علائم ناشی از کمبود استروژن نظیر گرگرفتگی و خشکی واژن پوکی استخوان و بیماری تصلب شرایین (سخت شدن جدار رگ‌ها یا آترواسکلروز) جلوگیری می‌کند. درمان با استروژن در کنار درمان‌های دیگر برای مهار رشد سرطان پروستات در مردان و سرطان پستان در زنان یائسه و برخی از مردان مبتلا کاربرد دارد. چگونگی مصرف استروژن برای زن‌ها به در صورت پیوسته (هر روز) یا دوره‌ای (در ۲۱ تا ۲۵ روز اول هر ماه تقویمی تجویز می‌شود. دارو را هر روز در ساعت معینی مصرف کنید. اگر دارو موجب تهوع شد می‌توانید آن را با غذا بخورید. شکل‌های خوراکی دارو را می‌توان همراه با شکل‌های واژینال مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آورید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کرده به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی استفاده از استروژن طولانی‌مدت بدون استفاده همزمان از پروژستین با خطر بروز سرطان لایه داخل رحم همراه بوده است پزشک شما حداقل سالی یکبار شمار را ملاقات کند تا ببیند به ادامه درمان نیاز دارید یا خیر. در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: توده‌های پستانی درد، یا حساسیت شکم درد؛ یا زردی پوست یا چشم‌ها. به علاوه زن‌هایی که استروژن مصرف می‌کنند، در صورت مشاهده خونریزی واژینال (خونریزی شدیدتر یا خونریزی بین دو عادت ماهانه متوالی یا شک به حاملگی باید بلافاصله پزشکتان را مطلع سازند. در مردانی که به هر دلیل استروژن

کونژوگه مصرف می‌کنند، دارو ممکن است موجب حمله قلبی آمبولی ریوی (لخته خون در ریه، و ترومبولیت (لخته خون در سیاهرگ‌ها) شود. بیماران مصرف‌کننده استروژن چه مرد چه زن باید علایم زیر را بلافاصله به پزشکتان گزارش کنند. درد قفسه سینه کشاله ران یا ران‌ها؛ سردرد ناگهانی و شدید؛ تنگی نفس ناگهانی تکلم نامفهوم ناگهانی تغییرات ناگهانی بینایی یا ضعف یا کرخی دست یا پا. علایم زیر ممکن است ایجاد شوند که اگر مشکل‌ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: دل‌پیچه نفخ تهوع سرگیجه خفیف اسهال خفیف تغییر میل جنسی یا عدم توانایی تحمل لنزهای تماسی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف استروژن کونژوگه پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به استروژن بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه بروموکرپتین (دارویی که در درمان قطع عادت ماهانه ناباروری و پارکینسون استفاده می‌شود)، سیکلوسپورین و داروهایی که ممکن است به کبد آسیب برسانند. مصرف سیگار، توتون یا تنباکو سابقه یا ابتلا به ترومبولیت ترومبوز (لخته در رگ‌ها)، یا اختلالات ترومبوآمبولیک اندومترئوز؛ بیماری‌های کیسه صفرا، فیبروم رحمی سرطان پستان یا شکم به آن (به جز در کسانی که به همین علت استروژن مصرف می‌کنند)؛ خونریزی واژینال غیرطبیعی و تشخیص داده نشده یا مشکلات کبدی هنگام مصرف استروژن کونژوگه توصیه می‌شود دستورالعمل همراه دارو را بخوانید و تمام سؤالاتان را از پزشکتان پرسید. برای کشف علایم زودرس سرطان هر ماه پستان‌های خود را معاینه کنید (اگر این کار را بلد نیستید، روش آن را از پزشکتان پرسید). سالی یک‌بار (یا بنا بر نظر پزشکتان در فواصل کوتاه‌تری برای انجام ماموگرافی آزمون گستره پاپانیکولا، و معاینه بالینی به پزشکتان مراجعه کنید. با مسواک‌زدن و استفاده از نخ دندان به‌طور منظم بهداشت دهانتان را حفظ کنید. مصرف این دارو ممکن است موجب تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها شود. در صورت بروز این علایم با دندانپزشکتان مشورت کنید. برای به حداقل رساندن تغییرات رنگ پوست از قرارگیری در معرض آفتاب به ویژه از ساعت ۱۰ صبح تا ۲ بعدازظهر پرهیزید. از لوسیون‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (راس پی راف حداقل ۱۵ برای دست‌ها و پوست صورت استفاده کنید. سایر پزشکان را از این که چنین دارویی مصرف می‌کنید، آگاه کنید. استروژن کونژوگه را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مطلوب نگهداری کنید (در این شرایط استروژن فاسد می‌شود). استروژن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف استروژن کونژوگه نباید سیگار بکشید؛ زیرا سیگار اثر این دارو را کاهش می‌دهد و احتمال بروز عوارض جدی آن را نیز افزایش می‌دهد (به ویژه در افرادی که خیلی سیگار می‌کشند یا افراد بالای ۳۵ سال

OFLOXACIN

در مورد این دارو افلوکسازین یک داروی ضد باکتری رایج است که برای درمان انواع گوناگون از عفونت‌ها، مثل عفونت‌های پوست و بافت‌های نرم برونشیت سینه‌پهلوی (پنومونی، عفونت‌های دستگاه ادراری اسهال پروستاتیت (التهاب پروستات و نیز عفونت‌های ناشی از کلامیدیا و گتوکوک‌ها (سوزاک تجوز می‌شود. چگونگی مصرف افلوکسازین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد، ولی در هر صورت باید همراه با یک لیوان پر از آب باشد. اگر با شکم خالی معده‌تان ناراحت شد، دارو را با غذا بخورید. بهتر است دارو در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۲ نوبت افلوکسازین مصرف کنید، می‌شود هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۷ صبح و ۷ شب یا ۸ صبح یا ۸ شب). اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان درمان را قطع کنید، ممکن است علایم‌تان عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی

در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تشویش گیجی لرزش دست توهم رفتار غیرطبیعی بثورات جلدی یا خارش کمردرد، ادرار خونی یا کدر، تب یا تورم پاها یا ساق‌ها. علائم دیگری نیز ممکن است روی دهند، ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز است با پزشک مطرح شوند: گیجی خواب‌آلودگی سیاهی رفتن چشم سردرد، بی‌خوابی دل پیچه تهوع و استفراغ اسهال یا افزایش حساسیت به نور آفتاب موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف افلوکاسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به افلوکاسین یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌های فلوروکینولون‌سن کمتر از ۱۸ سال بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه گشادکننده‌های برونش (آمینوفیلین اکستریفیلین یا تئوفیلین، آنتی‌اسیدها، قرص آهن یا سوکرافات کافئین دیدانوزین یا ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین سابقه یا ابتلا به صرع یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف افلوکاسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. روزی هشت لیوان آب بنوشید، مگر آنکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. افلوکاسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط افلوکاسین فاسد می‌شود). از نور مستقیم آفتاب بین ساعات ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و استفاده از لامپ آفتابی و دیگر وسایل برنزه‌کننده پرهیزید. مناطق در معرض نور پوست بدنتان را با یک لوسیون ضد آفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ محافظت کنید. اگر ظرف ۳ روز از درمان با افلوکاسین احساس بهبودی نمی‌کنید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف افلوکاسین نباید آنتی‌اسید، سوکرافات داروهای حاوی روی یا آهن مصرف کنید. بین مصرف این داروها و افلوکاسین حداقل ۲ ساعت باید فاصله باشد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا به کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارند پردازید. این دارو در برخی بیماران موجب خواب‌آلودگی سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم می‌شود. دارو را بعد از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

OXACILLIN

در مورد این دارو اگزاسیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان انواع زیادی از عفونت‌های ناشی از باکتری‌ها مثل سینوزیت یا عفونت‌های پوستی و تنفسی استفاده می‌شود. چگونگی مصرف اگزاسیلین باید با شکم خالی حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از صرف غذا، خورده شود. اگزاسیلین باید در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است روزی ۴ نوبت خورده شود، می‌شود هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بگیرید. مهم است که دارو را سر وقت و به طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید ممکن است علایمتان عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است به برنامه دارویی معمولتان بازگردید و مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر فوراً با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا اسهال خفیف ولی مداوم زردی پوست یا چشم‌ها، سردرد، تهوع و استفراغ سوزش دهان یا زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به آنتی‌بیوتیک‌ها آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها یا دور چشم بثورات جلدی کهیر؛ یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را قطع کرده فوراً با یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف اگزاسیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها،

رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، داروهای نقرس (پروبنسید)، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمنیوگلیکوزیدها، اریترومايسين تتراسایکلین). سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی دهنده (نظیر زخم‌های معده هموفیلی یا کمبود پلاکتی، کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با مصرف آنتی‌بیوتیک یا بیماری‌های کبدی هنگام مصرف اگزاسیلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. برای جلوگیری از اسهال ناشی از این دارو ماست بخورید. اگزاسیلین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط اگزاسیلین فاسد می‌شود). محلول خوراکی اگزاسیلین را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید و پیش از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از قطره‌چکان یا پیمانه همراه دارو برای اندازه‌گیری استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از درمان با اگزاسیلین احساس بهبودی ندارید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف اگزاسیلین نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ ممکن است آنها به اگزاسیلین حساسیت داشته باشند. دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

INSULIN REGULAR

INSULIN REGULAR

در مورد این دارو انسولین رگولار یک داروی قابل تزریق برای درمان دیابت نوع یک (دیابت وابسته به انسولین دیابت نوع ۱) است این نوع دیابت وقتی ایجاد می‌شود که لوزالمعده نتواند مقدار کافی انسولین برای کمک به سلول‌های بدن جهت استفاده از غذای خورده‌شده تولید کند. انسولین رگولار جایگزینی برای آن انسولین می‌باشد. انسولین رگولار با اثر بر روی سلول‌های بدن مقدار قند یا گلوکز خون را پایین می‌آورد. هدف از تجویز انسولین کاهش قند خون تا سطح طبیعی است شما باید قند خونتان را به طور مرتب زیر نظر داشته باشید تا ببینید بدنتان برای یک کارکرد طبیعی و نیز پیشگیری از عوارض دیابت به چقدر انسولین نیاز دارد. حتماً باید یک برنامه غذایی کم‌چربی و کم‌قند در سه وعده اصلی و سه میان وعده داشته باشید. اگر هنوز به یک متخصص تغذیه مراجعه نکرده‌اید، از پزشکتان بخواهید شما را به چنین شخصی معرفی کند. انسولین انسانی رگولار در آزمایشگاه ساخته می‌شود. این نوع انسولین برای یک دوره زمانی کوتاه دارای اثر است ظرف نیم تا یک ساعت اثرش شروع می‌شود، در ۴-۲ ساعت به حداکثر می‌رسد و در حدود ۷-۵ ساعت باقی می‌ماند. انسولین انسانی رگولار را یک انسولین کوتاه اثر می‌دانند، و شما ممکن است انسولین طولانی اثری مثل انسولین انسانی NPH هم همزمان استفاده کنید. چگونگی مصرف مقدار تجویز انسولین انسانی رگولار می‌تواند بسیار مفید باشد. مقدار مصرفی انسولین را پزشکتان براساس پاسخ بدن شما به انسولین تعیین می‌کند. با رساندن مقادیر مناسبی از انسولین کوتاه اثر و شاید طولانی اثر در طی ۲۴ ساعت از عوارض طولانی مدت دیابت می‌توان جلوگیری کرد. انسولین رگولار معمولاً روزی ۳ یا ۴ نوبت ۳۰-۱۵ دقیقه پیش از هر وعده غذایی استفاده می‌شود. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. انسولین را در یخچال نگهداری کنید، اما مراقب باشید منجمد نشود. از یک نوع سرنگ استفاده کنید. اگر می‌خواهید نوعی سرنگتان را تغییر دهید با پزشکتان مشورت کنید؛ در سرنگ‌های مختلف مقدار "فضای مرده متفاوت است این فضا عبارت است از مقدار فضای موجود بین نوک سوزن تا عدد صفر روی بخش مدرج سرنگ شیشه دارو را به آرامی میان دو کف دست بچرخانید تا انسولین به خوبی مخلوط شود. آن را به شدت تکان ندهید زیرا انسولین کف آلوده شده اندازه‌گیری دقیق مشکل می‌شود. اگر محلول انسولین یکنواختی خود را از دست داده یا دانه‌دانه است و به کف یا جدار شیشه دارو (و یا می‌چسبد از آن استفاده نکنید. به همان اندازه که قصد دارید از شیشه دارو انسولین بکشید، هوا داخل سرنگ بکشید؛ بخش لاستیکی روی شیشه

انسولین را با یک پنبه الکل ضد عفونی کنید. سوزن را از راه بخش لاستیکی وارد شیشه کرده و هوا را تزریق کنید. سپس شیشه دارو را سروته گرفته و مقدار انسولین مورد نظر را به آرامی داخل سرنگ بکشید. برای جلوگیری از ایجاد حباب هوا داخل سرنگ مراقب باشید نوک سوزنتان در داخل شیشه دارو زیر سطح دارو قرار گیرد. وقتی به مقدار دلخواه انسولین داخل سرنگ کشیدید، سوزن را از شیشه دارو خارج کنید. سپس یک ناحیه از پوست را برای تزریق پاک کنید. می‌توانید یک قسمت از پوست را بین دو انگشت بگیرید و نوک سوزن را با زاویه ۴۵-۳۰ درجه درست داخل چین یا در پایه آن فرو کنید. انسولین را داخل بافت چربی تزریق کنید. منطقه تزریق را مالش ندهید زیرا اینکار سرعت جذب انسولین را تغییر می‌دهد. ممکن است بخواهید منطقه تزریق را به طور گردشی تغییر دهید، ولی از یک الگو مشخص تبعیت کنید؛ مثلاً صبح‌ها همیشه داخل پوست شکم و عصرها همیشه داخل پوست ران‌ها. انتخاب محل تزریق به شکل تصادفی روی جذب انسولین اثر می‌گذارد. محل تزریق در ناحیه مورد نظر نیز باید به طور گردشی تغییر داده شود. یک راه خوب این است که اولین تزریق را با یک چسب زخم کوچک روی پوست مشخص کنید. سپس در نوبت بعدی تزریق در همان منطقه علامت مزبور را مرکز یک ساعت فرض کنید و تزریق جدید را در ساعت ۱۲ نسبت به مرکز انجام دهید. تزریقات بعدی به ترتیب در ساعت ۳، ۶ و ۹ انجام خواهد شد. سپس یک مرکز جدید برای تزریق انتخاب کنید به طوری که حدود ۵/۲ سانتی متر بین نزدیک‌ترین محل‌های تزریق از دو دایره فاصله باشد (شکل را ببینید). با این کار در هر دایره ۵ تزریق انجام می‌دهید (یکی در مرکز و ۴ تزریق در محیط پس از دو یا سه بار حمام رفتن چسب زخم شل می‌شود و شما آماده خواهید بود تا یک دایره جدید را آغاز کنید. اگر در حین مصرف انسولین بیشتر از معمول ورزش کنید، مقادیر زیادی الکل بنوشید، یا غذای معمولتان را نخورید، ممکن است دچار افت سطح قند خون شوید (هیپوگلیسمی). علائم افت قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشویش لرزش بدن مشکل در راه رفتن بیهوشی و تشنج به مجردی که دچار این علائم شدید چیزی حاوی قند بخورید یا بنوشید. از منابع سریع و خوب قند آب میوه عسل نوشابه‌های غیررژیمی یا شربت قند است بعضی از بیماران همیشه مقداری قرص یا آب‌نبات قندی همراه دارند. کیک‌های آماده به راحتی در جیب یا کیف دستی قابل حمل هستند ولی نتوان آنها را به مدت طولانی نگهداری کرد. در این شرایط ممکن است بخواهید منابع طولانی اثرتری مصرف کنید، مثل پنیر و بیسکویت اگر هم نتوانستید قندخونتان را اندازه بگیرید و در اسرع وقت به پزشکتان اطلاع دهید. اگر احساس می‌کنید که در حال غش یا تشنج هستید، چیزی نخورید و بنوشید (ممکن است دچار خفگی شوید)، و بلافاصله تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. حتی اگر با خوردن مواد قندی علائم‌تان رفع شد، با پزشکتان تماس بگیرید؛ علائم‌تان ممکن است مجدداً عود کنند. اگر علائم‌تان رفع نشد از کسی بخواهید شما را به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، ممکن است دچار افزایش قندخون (هیپرگلیسمی) شوید. علائم هیپرگلیسمی عبارتند از: تشنگی تکرار ادرار، خواب آلودگی پوست برافروخته و گر گرفته بوی تنفس میوه‌ای یا اغما. یکی در خانواده باید روش اندازه‌گیری قندخون و تزریق انسولین را بلد باشد تا احیاناً اگر شما قادر به انجامشان نبودید به شما کمک کند. با پزشکتان مشورت کنید؛ برای مقابله با چنین وضعیتی نقشه و طرحی از پیش تعیین شده داشته باشید. هشدارها و عوارض جانبی اگر به دنبال یک بیماری دچار استفراغ شدید شده‌اید، علائم کاهش قند خون پیدا کرده‌اید، یا در هر صورت اگر سطح قندخونتان کنترل شده نیست با پزشکتان تماس بگیرید موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف انسولین انسانی رگولار، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به انسولین مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای مسدودکننده بتا (داروهای قلبی و پرفشاری خون که ممکن است علائم کمبود قند خون را مخفی کنند؛ کورتیکواستروئیدها، داروهای خوراکی برای درمان دیابت داروهای مدر؛ یا الکل سابقه یا ابتلا به مشکلات غددی (تیروئید، غدد فوق کلیوی هیپوفیز) یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف انسولین انسانی رگولار توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. یک برنامه غذایی متعادل از نظر مقادیر کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها را که برای شما تجویز شده رعایت

نماید. یک متخصص تغذیه به شما کمک خواهد کرد تا با اجرای یک برنامه غذایی به وزن مطلوبتان برسید. وعده‌های اصلی و میان وعده‌ها طوری طراحی می‌شود تا در تمام مدت روز انرژی لازم به بدنتان برسد. اگر مطمئن نیستید چگونه برنامه غذایی خود را کنترل کنید، در خواست کمک نمایید یک برنامه غذایی مناسب برای کنترل دیابت ضروری است اگر بیمار گردیدید نیز به مصرف انسولین ادامه دهید. در صورت بروز تهوع و استفراغ زیادتر مایعات مصرف کنید. در صورت بروز تب یا علائم دیگر با پزشکتان مشورت کنید. الکل ننوشید. در مورد یک برنامه ورزشی با پزشکتان مشورت کنید. در مورد دفعات انجام آزمون‌های خونی برای سنجش قند خون و موارد دیگر از پزشکتان نظر خواهی کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیابت دارید و انسولین انسانی رگولار مصرف می‌کنید. هنگام مصرف کلاریترومایسین نباید بدون مشورت با پزشکتان هرگونه دارویی اعم از داروهای قابل تهیه بدون نسخه یا فرآورده‌های گیاهی مصرف کنید. الکل بنوشید. مواد قندی زیاد بخورید. * اگر مجبورید انسولین رگولار و NPH را با هم مخلوط کنید. ابتدا به مقادیر موردنظر داخل هر دو شیشه دارو هوا تزریق کنید (ابتدا NPH سپس انسولین رگولار). سپس مقدار انسولین رگولار مورد نیاز را داخل سرنگ بکشید، سپس سرنگ را وارد شیشه NPH کرده و مقدار NPH موردنظر را داخل همان سرنگ قبلی بکشید. این مخلوط باید در عرض ۱۵ دقیقه تزریق شود، در غیراینصورت این دو انسولین برهم اثر کرده ظهور اثرات انسولین رگولار به تأخیر می‌افتد.

IBUPROFEN

در مورد این دارو قرص‌های ۲۰۰ میلی گرم ایبوپروفن یک داروی مسکن است که بدون نسخه پزشک قابل تهیه است اما قرص‌های ۴۰۰ میلی گرم توسط پزشک تجویز می‌شود. این دارو یک داروی ضد درد غیر مخدر برای دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دردهای هنگام عادت ماهانه و حملات نقرس است به علت خواص التهابی این دارو در درمان بیماری‌های روماتیسمی مثل آرتریت روماتوئید، و دیگر مشکلات التهابی غیر روماتیسمی مثل آسیب‌های حین ورزش (پیچ خوردگی‌ها و رگ به رگ شدن‌ها)، بورسیت‌ها، تاندونیت‌ها (التهاب تاندون، و استئوآرتریت (آرتروز) بسیار مفید است ایبوپروفن همچنین تب را نیز کاهش می‌دهد. ایبوپروفن از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف سوسپانسیون ایبوپروفن را با غذا یا داروهای ضداسید معده باید مصرف کرد، پیش از مصرف دارو شیشه آن را به خوبی تکان دهید، قرص ایبوپروفن را باید با غذا و همراه یک لیوان پر از آب خورد. پس از خوردن قرص‌های ایبوپروفن برای جلوگیری از آسیب و تحریک وی ۳۰-۱۵ دقیقه از خوابیدن یا دراز کشیدن اجتناب کنید. اگر روزی یک یا دو بار ایبوپروفن مصرف می‌کنید. و یک نوبت فراموش کردید، اگر حداکثر تا ۲ ساعت آن را به یاد آورید بلافاصله مصرفش کنید، در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم‌تان برگردید. اگر روزانه بیش از دو نوبت ایبوپروفن مصرف می‌کنید، به مجردیکه نوبت فراموش شده را به یاد آورید مصرفش کنید. اما اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف ایبوپروفن را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علائم شدید آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی به ویژه اگر درست هنگام یا پیش از بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش وزن کبودی یا خونریزی غیرطبیعی بثورات جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلو دردی که پیش از شروع درمان وجود نداشته و با مشکلی که در حال حاضر به خاطرش تحت درمان هستید ارتباطی نداشته باشد. بیماران مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی دهنده هستند. یک پاسخ حساسیتی نادر به ایبوپروفن آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند. حس خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف ایبوپروفن را قطع کرده با یک مرکز اورژانس تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف

ایبوپروفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل ناپروکسن، آسپرین ضدانعقادها) (رقیق کننده‌های خون نظیر وارفارین، آنتی بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (یک داروی مدر)، و والپروئیک اسید یا دیوالپروئکس مصرف سه قوطی یا بیشتر مشروبات الکلی در روز. ابتلا به سابقه پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپرین زخم یا التهاب در دستگاه گوارش پرفشاری خون هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایبوپروفن توصیه می‌شود برچسب روی دارو را مطالعه کرده از دستوراتش پیروی کنید. برچسب سایر داروهای مجاز بدون نسخه را بخوانید تا مطمئن شوید حاوی داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل آسپرین یا ناپروکسن یا داروهایی که با ایبوپروفن تداخل ایجاد می‌کنند نباشد. اگر ایبوپروفن را برای درد یا تب می‌خورید و درد ظرف ۱۴ روز و تب ظرف ۳ روز بهتر نشده یا حتی بدتر شده است با پزشکتان مشورت کنید. ایبوپروفن را به اندازه تجویز شده مصرف کنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید (اگر برای مدتی طولانی قرار است ایبوپروفن مصرف کنید).

پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی دیگر پزشکان را از اینکه ایبوپروفن مصرف می‌کنید مطلع سازید. ایبوپروفن را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایبوپروفن فاسد می‌شود) ایبوپروفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف ایبوپروفن نباید بیش از مقدار مشخص شده بر روی جعبه دارو مصرف کنید. مگر طبق دستور پزشک این دارو می‌تواند موجب کبودی و خونریزی بیش از حد شود. مشروبات الکلی بنوشید. زیرا احتمال آسیب به معده بیشتر خواهد شد. تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی یا در فعالیت‌های خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی از افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب آلودگی می‌شود.

ETODOLAC

در مورد این دارو ایتودولاک یک مسکن غیرمخدر است برای تسکین دردهای متوسط یا شدید مثل سردردهای عروقی و دردهای عضلانی استخوانی ناشی از رگ به رگ شدن‌ها و پارگی لیگامان‌ها تجویز می‌شوند. ایتودولاک به سبب خواص ضدالتهابی‌اش در درمان استئوآرتریت آرتروز، آرتريت روماتوئید، و آرتريت نقرسی حاد بسیار مؤثر است ایتودولاک از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف کپسول و قرص‌های ایتودولاک را باید با غذا و همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. برای جلوگیری از تحریک و آسیب به مری تا ۳۰-۱۵ دقیقه پس از خوردن این دارو دراز نکشید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آورید مصرفش کنید، ولی اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف ایتودولاک را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علائم شبه آنفلوآنزا (تب لرز، درد عضلانی، به خصوص اگر این علائم درست پیش از یا همزمان با بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش فشارخون افزایش وزن (بیش از ۵/۱ کیلوگرم در ۴۸-۲۴ ساعت؛ تنگی نفس یا خس خس سینه تورم صورت دست‌ها، و ساق‌ها؛ افت قوای ذهنی ادرار تیره زردی پوست یا چشم‌ها؛ تاری دید کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان با ایتودولاک وجود نداشته و با بیماری‌ای که به خاطرش ایتودولاک تجویز شده بی‌ارتباط باشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و سایر مشکلات خونریزی دهنده قرار دارند. یک واکنش حساسیتی نادر به ایتودولاک آنافیلاکسی است که به مراقبت و توجه فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها، کپیر یا تورم‌های روی پوست ضربان قلب تند، خس خس سینه یا

مشکل در تنفس مصرف ایتودولاک را قطع کرده یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پزشکتان را ایتودولاک مطلع سازید: حساسیت به آسپیرین یا دیگر داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی آسپیرین ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکوماسیسین، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی نقرس)، داروهای پرفشاری خون به‌ویژه داروهای مد مثل تریامترن و اسید والپروئیک‌عادت به مصرف بیش از ۳ قوطی نوشیدنی الکلی سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپیرین زخم‌ها یا التهاب‌های دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایتودولاک توصیه می‌شود برچسب روی تمامی داروهای مجاز بدون نسخه را به دقت مطالعه کنید تا مطمئن شوید که دارویی مصرف نمی‌کنید که حاوی داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (آسپیرین ایبوپروفن یا داروهایی که با ایتودولاک تداخل ایجاد می‌کنند باشد. اگر ایتودولاک را برای درد مصرف می‌کنید و دردتان ظرف ۱۴ روز بهتر نشده یا حتی بدتر شده است به پزشکتان اطلاع دهید. فقط به مقدار تجویز شده ایتودولاک مصرف کنید. به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پیش از هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که ایتودولاک مصرف می‌کنید مطلع سازید. ایتودولاک را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (ایتودولاک در این شرایط فاسد می‌شود). ایتودولاک تاریخ مصرف گذشته را در توالت دور بریزید. هنگام مصرف ایتودولاک نباید نوشیدنی‌های الکلی بنوشید. در این صورت مشکلات معدی بیشتر رخ می‌دهد تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان نسبت به ایتودولاک رانندگی کنید یا در فعالیت‌های پرخطر شرکت کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود. مسمومیت در صورت شک به چنین مسمومیتی فوراً تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. علائم این مسمومیت عبارتند از: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید، کبودی یا خونریزی غیرعادی ادرار تیره یا عدم تولید ادرار، تشنج یا اغماء.

IMIPRAMINE

در مورد این دارو ایمپیرامین برای رفع علائم افسردگی شب‌ادرازی اختلالات وسواسی و ترس دردهای عصبی و مواردی دیگر تجویز می‌شود. این دارو از دسته داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای است چگونگی مصرف ایمپیرامین با مقادیر متفاوتی برای مشکلات متفاوت و افراد متفاوت تجویز می‌شود. هیچ‌گاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید، از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. ایمپیرامین خوراکی را می‌توان با غذا مصرف کرد تا دل به‌هم خوردگی ناشی از آن کاهش یابد، ممکن است ۶-۱ هفته طول بکشد تا اثرات این دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتی در صورت احساس بهبودی نیز دارو را ادامه دهید. به دقت از دستورات پیروی کنید. اگر روزی یک نوبت پیش از رفتن به بستر ایمپیرامین مصرف می‌کنید. و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نکنید، چرا که ممکن است موجب علائم آزاردهنده شود؛ در این مورد با پزشکتان تماس بگیرید. اگر روی چند نوبت ایمپیرامین مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یاد آوردن مصرف کنید. اگر تقریباً موقع مصرف نوبت بعد شده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید، مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف ایمپیرامین خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید؛ گیجی بی‌وسه مشکل در صحبت کردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، کند یا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشکل در صحبت کردن عدم تعادل سفتی عضلات دست و پا؛ صورت شبیه ماسک گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی پوست یا چشم ثورات جلدی تورم سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، افزایش اشتها، تهوع

سوزش سردل اسهال مشکل در خوابیدن یا افزایش وزن علایم ترک دارو - نظیر سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحریک پذیری یا خواب مختل همراه رویاهای واضح - ممکن است در صورت قطع ناگهانی ایملیرامین مشاهده شود؛ با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف ایملیرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به ایملیرامین یا دیگر داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای سایر داروهای ضد افسردگی (ماپروتیلین ترازودون؛ کاربامازپین (دارویی ضد تشنج؛ یا هر نوع ماده غذایی رنگ خوراکی یا نگهدارنده بارداری و شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضد افسردگی داروهای ضد تشنج داروهای ضد تیروئید، سایمتیدین داروهای فشارخون (کلونیدین گوانادرال گوانتیدین، مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز، یا سمپاتومیمتیک‌ها (داروهایی که در حساسیت آسم سرفه و سرماخوردگی مصرف می‌شود). سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل، آسم اختلال دوقطبی (افسرده - شیدایی، ابتلا به اسکیزوفرنی صرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، پرکاری تیروئید، بزرگی پروستات احتباس ادراری مشکلات قلبی یا خونی یا بیماری‌های دستگاه گوارش کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایملیرامین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیر نظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف ایملیرامین دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. در هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا ایستادن از حالت نشسته احتیاط کنید؛ چرا که ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آبنبات‌های بدون قند استفاده کنید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه مستقیم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسایل برنزه‌کننده پرهیزید، چرا که ممکن است دچار آفتاب‌سوختگی شدید شوید. سعی کنید تا حد امکان از آفتاب بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید. در زیر آفتاب از عینک آفتابی یک کلاه و پوشش محافظ و کرم‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (SPF) حداقل ۱۵ استفاده کنید. در مورد نیاز به مقادیر اضافی ویتامین (ریبوفلاوین یا ویتامین ب - ۲) با پزشکتان مشورت کنید. پیش از هرگونه عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اضطرابی پزشک را از این که ایملیرامین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. ایملیرامین را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایملیرامین فاسد می‌شود). ایملیرامین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف ایملیرامین نباید الکل مصرف کنید. بدون تأیید پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید.

INDOMETHACIN

در مورد این دارو ایندومتاسین یک مسکن غیرمخدر است که برای تسکین آرتروزهای متوسط تا شدید استفاده می‌شود. به سبب خواص ضدالتهابی‌اش در درمان بیماری‌های مثل آرتروز روماتوئید، اسپوندیلیت آنکیلوزان استئوآرتروز (آرتروز)، آرتروز نقرسی بورسیت (التهاب بورس مفصل، و تاندونیت (التهاب تاندون بسیار مؤثر است ایندومتاسین از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف ایندومتاسین را همیشه با غذا، بلافاصله پس از غذا، یا با آنتی اسید بخورید تا به معده کمتر آسیب بزنند و موجب سوزش سردل نشود. پیش از ریختن سوسپانسیون آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای جلوگیری از تحریک و آسیب به مری پس از خوردن قرص و کپسول ایندومتاسین تا ۳۰-۱۵ دقیقه دراز نکشید. مراقب باشید شکل سوسپانسیون و شیاف در یخچال یخ نزنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، در صورتی که تقریباً موقع نوبت بعدی نشده است به مجردی که آن را به یاد آورید، مصرفش کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف ایندومتاسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ سردرد شدید هنگام صبح تغییرات خلقی یا گیجی گزرگرا انگشتان دست‌ها و پاها؛ خونریزی از مقعد (در موارد استعمال شیاف؛ درد یا سوزش معده

تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علایم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب درد عضلانی، به ویژه اگر درست قبل یا همزمان با بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش وزن کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از مصرف ایندومتاسین وجود نداشته و ناشی از مشکلی که به خاطرش ایندومتاسین برایتان تجویز شده نباشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و دیگر مشکلات خونریزی دهنده‌اند. یک واکنش حساسیتی نادر به ایندومتاسین آنافیلاکسی است که به مراقبت و توجه فوری و پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم کهیر یا تورم‌های روی پوست ضربان قلب تند، خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف ایندومتاسین را قطع کرده با یک مرکز اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف ایندومتاسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل دیکلوفناک، آسپرین ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکومايسين، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی نقرس، تریامترن و اسید والپروئیک عادت به مصرف نوشیدنی‌های الکلی سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپرین زخم‌های یا التهاب‌های دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی‌دهنده زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایندومتاسین توصیه می‌شود برچسب روی همه داروهای مجاز بدون نسخه را به دقت بخوانید تا مطمئن شوید که دارویی مصرف نمی‌کنید که حاوی داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن یا ناپروکسن یا داروهایی که با ایندومتاسین تداخل ایجاد می‌کند باشد. به خاطر داشته‌باشید که آسپرین یک داروی ضد التهابی غیراستروئیدی است اگر ایندومتاسین را به خاطر درد مصرف می‌کنید و درد ظرف ۱۴ روز بهبود نیافته یا حتی بدتر شده است پزشکتان را مطلع کنید. فقط به مقدار تجویز شده توسط پزشکتان دارو مصرف کنید. به طور منظم به پزشک مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه ایندومتاسین مصرف می‌کنید مطلع سازید. ایندومتاسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایندومتاسین فاسد می‌شود). ایندومتاسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف ایندومتاسین نباید بیش از مقدار تجویز شده از آن مصرف کنید. این دارو ممکن است موجب کبودی یا خونریزی شدید شود. نوشیدنی‌های الکلی مصرف کنید. در اینصورت مشکلات معدی بیشتر رخ می‌دهند. شکل مایع دارو را با آنتی‌اسیدها یا دیگر مایعات با خواص بازی (مثل شیر) مخلوط کنید، این کار اثر دارو را کاهش داد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنانتان نسبت به دارو رانندگی کنید یا در فعالیت‌های پرخطر شرکت کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود. مسمومیت در اثر مصرف بیش از حد در صورت شک به چنین مسمومیتی فوراً تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. علایم این مسمومیت عبارتند از: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید، کبودی یا خونریزی غیر عادی ادرار تیره یا عدم تولید ادرار، تشنج یا اغماء.

ISOSORBIDE

در مورد این دارو ایزوسورباید برای کاهش آنژین صدری تجویز می‌شود. آنژین صدری درد قفسه سینه‌ای است که مشخصاً کمتر از ۱۵ دقیق طول می‌کشد و ناشی از خونرسانی ضعیف به ماهیچه قلبی است این دارو در سه مورد مفید است و کاربرد دارد: (۱) تخفیف یک آنژین صدری با مصرف دارو پس از شروع درد، (۲) جلوگیری از حمله قلبی با مصرف دارو درست پیش از بروز حمله و (۳) کاهش تعداد حملات با مصرف دائمی و منظم دارو. قرص زیر زبانی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از حملات آنژین محتمل مصرف می‌شود. قرص معمولی قرص جویدنی قرص طولانی رهش کپسول و کپسول طولانی رهش ایزوسورباید

برای پیشگیری از حملات آئزین استفاده می‌شوند. چگونگی مصرف دارو را درست مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. اگر مطمئن نیستید که چه شکلی از دارو را مصرف می‌کنید، قبل از استفاده از دارو با پزشکتان مشورت کنید. هر شکل از ایزوسورباید دستور مصرف خاص خودش را دارد: قرص زیر زبانی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از درد یک حمله آئزین مصرف می‌شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، خرد کرد، یا جوید، بلکه باید در زیر زبان یا میان لب یا گونه و لثه‌های فوقانی قرار داد. وقتی قرص را در محل قرار داده‌اید، سیگار نکشید و چیزی نخورید و ننوشید. با آغاز درد آئزینی بنشینید و یک قرص را زیر زبان یا بین گونه و لثه بالای قرار دهید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانوی‌تان نگه دارید تا اینکه این احساس از بین برود. می‌توان هر ۵ دقیقه تا دوبار دیگر دارو را تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه با مصرف ۳ قرص دردتان برطرف نشد، با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شما را فوراً به یک بخش فوریت‌های پزشکی برساند. اگر ایزوسورباید را برای پیشگیری از حمله آئزینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاً هم موجب حمله می‌شده است یک قرص زیر زبان بگذارید. ایزوسورباید را در یک محل خنک و خشک نگهداری کنید. این دارو در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد می‌شود. قرص‌های جویدنی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از یک حمله آئزینی مصرف می‌شوند. این نوع قرص باید به خوبی جویده شود و برای ۱۲-۱ دقیقه در دهان نگه داشته شود تا از طریق مخاط دهان جذب شود. در صورت احساس سیاهی رفتن چشم غش یا سرگیجه چند نفس عمیق بکشید و سرتان را میان دو زانو نگه دارید تا این احساس رفع شود. دارو را می‌توان با فاصله ۵ دقیقه دو نوبت دیگر تکرار کرد (مجموعاً سه نوبت). اگر پس از ۱۵ دقیقه با سه قرص درد تسکین نیافت با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شما را بلافاصله به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند. اگر ایزوسورباید را برای پیشگیری از حمله آئزینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاً نیز موجب حمله شده است یک قرص را بجوید و در دهان نگاه دارید. این قرص می‌تواند به مدت یک ساعت از بروز درد آئزینی جلوگیری کند. قرص‌ها را در محل سرد و خشک نگهداری کنید. این دارو در معرض هوا، گرما و رطوبت فاسد می‌شود. انواع دیگر قرص و کپسول‌های ایزوسورباید را باید درسته همراه با یک لیوان پر از آب با معده خالی (یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا) بلعید. این داروها را باید در محل سرد و خشک نگهداری کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی باقی مانده نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید، خشکی دهان سردرد شدید، یا بثورات جلدی علائم مسمومیت در اثر مصرف بیش از حد ایزوسورباید عبارتند از: کبودی لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و کف دست‌ها؛ سرگیجه شدید؛ احساس فشار در سر؛ مشکل در تنفس خستگی شدید؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخی از مصرف‌کنندگان ایزوسورباید همچنین ممکن است دچار سردرد خفیف برافروختگی صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً طی چند روز تا چند هفته رفع خواهد شد. این سردردها را می‌توان با مسکن‌های معمولی تسکین داد. اگر این علائم مشکل‌ساز شوند یا نمی‌دانستید که برای تسکین سردردتان چه دارویی مصرف کنید با پزشکتان مشورت کنید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف ایزوسورباید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی ایزوسورباید، یا داروهای دیگر (به ویژه نیترات‌ها و نیتريت‌ها) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل داروهای پرفشاری خون یا دیگر داروهای قلبی سابقه یا ابتلا- به خونریزی مغزی یا ضربه به سر اخیر، کم‌خونی گلودرد (افزایش فشار داخل چشم، پرکاری تیروئید، مشکلات قلبی یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف ایزوسورباید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. به آرامی از حالت نشسته یا خوابیده برخیزید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید. اگر

سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد ایزوسور باید مصرف می‌کنید.

BECLOMETHASONE INHALATION

BECLOMETHASONE INHALATION

در مورد این دارو بکلومتازون استنشاقی به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار آسم برونشیا مزمن تجویز می‌شود. استفاده منظم به رفع التهاب مزمن راه‌های هوایی و کاهش واکنش این مجاری به مواد محرک (یا حساسیت‌زا) کمک می‌کند. بکلومتازون با این سازوکار علائم آسم و دفعات حملات آسم را کاهش می‌دهد. بکلومتازون یک کورتیکواستروئید می‌باشد. چگونگی مصرف بر اساس شدت آسم بکلومتازون به مقدار روزی ۴-۲ پاف تجویز می‌شود. مهم است که آن را طبق دستور پزشک یا دستورالعمل روی برجسب دارو مصرف کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. چنانچه همزمان کورتیکواستروئید خوراکی مصرف نمی‌کنید، ممکن است شروع اثرات دارو تا یک ماه و اوج اثر دارو تا چند ماه به تأخیر بیفتد. مهم است که نوبت‌های مصرف دارو در فواصل مساوی در طی شبانه‌روز برنامه‌ریزی شود؛ مثلاً اگر قرار است روزی ۲ بار مصرف شود، ۸ صبح و ۸ شب و اگر قرار است روزی ۴ بار مصرف شود، هر ۶ ساعت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه که با فعالیت‌های روزمره شما تداخل نداشته باشد، به شما کمک کند. بهتر است دارو هر روز در ساعت یکسانی مصرف شود. پیش از استفاده از افشانه برای بار اول آن را چک کنید. پزشکتان تعیین می‌کند که از یک وسیله موسوم به آسم‌یار هم همراه افشانه استفاده کنید یا اینکه با روش دهان باز یا دهان بسته از افشانه استفاده کنید. این وسیله باعث می‌شود تا دارو بهتر به مجاری هوایی برونشی برسد. پودر و کپسول‌های بکلومتازون برای استنشاق نیازمند یک وسیله خاص برای آزادسازی دارو است دستورالعمل روی جعبه را بخوانید یا چگونگی استفاده را از پزشکتان جویا شوید. روش دهان بسته کپسول دارو را ۵-۲ ثانیه تکان دهید. افشانه و کپسول متصل به آن را سر و ته بگیرید. قطعه دهانی را در دهان گذاشته لب‌هایتان را دورش محکم ببندید. به آرامی و کامل از راه بینی نفستان را بیرون دهید. به آرامی و عمیق دم انجام دهید و در همان زمان کپسول حاوی دارو را بر روی افشانه به پایین فشار دهید. قطعه دهانی را از دهان خارج کرده ولی نفستان را تا آنجا که ممکن است نگه دارید. در حالی که لب‌هایتان را جمع کرده‌اید از راه دهان نفستان را بیرون دهید. اگر در هر نوبت ۲ پاف لازم دارید، دو دقیقه تا پاف بعدی صبر کنید. روش دهان باز: کپسول دارو را ۵-۲ ثانیه تکان دهید. افشانه و کپسول متصل به آن را سر و ته بگیرید. قطعه دهانی را حدوداً به اندازه عرض دو انگشت از دهان کاملاً بازتان فاصله بگیرید. کپسول را صاف نگه دارید. پس از یک بازدم عمیق به آرامی از راه دهان نفس بگیرید و در همان زمان کپسول را به افشانه فشار دهید. به دم ادامه دهید. چشم‌هایتان را ببندید تا چیزی از اسپری واردشان نشود؛ چرا که ممکن است موجب تاری دید مختصری شود. در انتهای دم نفستان را تا آنجا که می‌توانید نگاه دارید، و سپس در حالی که لب‌های خود را جمع کرده‌اید از راه دهان نفستان را بیرون دهید. اگر در هر نوبت ۲ پاف لازم دارید، دو دقیقه تا پاف بعدی صبر کنید. پس از استفاده از دارو، به هر کدام از روش‌های فوق برای جلوگیری از خشونت صدا و عفونت‌های دهانی دهانتان را با آب کاملاً بشویید. آب را قورت ندهید. روزی یکبار قطعه دهانی پلاستیکی و پوشش آن را زیر آب گرم بشویید و پیش از استفاده مجدد خشک کنید. تا این افشانه خشک شود در صورت نیاز از افشانه دیگری استفاده کنید. هفته‌ای دو بار قطعه دهانی پلاستیکی را با مایع ظرفشویی و آب گرم بشویید و کاملاً آب بکشید و خشک کنید. یک راه ساده برای تخمین مقدار داروی باقیمانده در کپسول محتوی دارو این است که کپسول را در یک ظرف آب بگذاریم و ببینیم چقدرش در آب فرو می‌رود (شکل را ببینید). اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. نوبت‌های باقیمانده در آن روز را با فواصل مساوی

مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم زیر، مصرف بکلومتازون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: پلاک‌های سفید نرم در دهان یا گلو؛ درد دهان یا گلو هنگام خوردن و آشامیدن افزایش حس‌سینه حس‌سفتی و گرفتگی در قفسه‌سینه یا مشکل در تنفس موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف بکلومتازون پزشکتان را مطلع سازید: حس‌اسیت به کورتیکواستروئیدها، سایر داروها، غذاها، نگهدارنده‌ها، و رنگ‌های خوراکی مصرف داروهای دیگر به ویژه کورتیکواستروئیدها. سابقه یا ابتلا به سل یا پوکی استخوان هنگام مصرف بکلومتازون توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. گاهی افشانه را همراه خود ببرید تا پزشک چگونگی استفاده شما را از آن ببیند. در صورتی که یک دستگاه اندازه‌گیری حداکثر جریان هوای تنفسی در خانه دارید، مقادیر اندازه‌گیری شده را در یک دفترچه ثبت کنید. اگر دچار استرس غیرمعمول مثل جراحی آسیب‌بدنی یا عفونت هستید؛ علائم آسم‌تان بهبود نداشته است علائم‌تان بدتر شده است یا علائمی از عفونت دهانی یا حلقی دارید با پزشکتان مشورت کنید. در صورتی که افشانه شما قابل‌پر کردن مجدد است پس از اتمام دارو آن را دور نیندازید. حتی اگر برای یک حمله آسمی داروهای دیگر مصرف می‌کنید، استفاده از بکلومتازون را ادامه دهید، مگر آنکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. پیش از انجام جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون سایر پزشکان را از اینکه بکلومتازون مصرف می‌کنید مطلع سازید. اگر تا به حال به آبله مرغان و سرخک مبتلا نشده‌اید و واکسن آنها را هم نزده‌اید، از تماس نزدیک با افراد مبتلا به این دو بیماری اجتناب کنید. در صورتی که فکر می‌کنید با این افراد مواجهه داشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشک همراه داشته باشید که نشان دهد بکلومتازون مصرف می‌کنید.

توجه داشته باشید که اگر کپسول و افشانه سرد باشند، ممکن است مقدار کامل دارو به شما نرسد. اگر مقدار معمول دارو به شکل استنشاقی برایتان مؤثر نیست ممکن است به‌طور موقت به کورتیکواستروئید خوراکی نیاز داشته باشید. افشانه را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نگاه دارید هنگام مصرف بکلومتازون نباید از آن برای درمان یک حمله آسمی استفاده کنید. پیش از هماهنگی با پزشکتان آن را قطع کنید.

BUSPIRONE

در مورد این دارو بوسپرون برای کاهش علائم اختلالات اضطرابی یا درمان کوتاه مدت اضطراب تجویز می‌شود. این دارو در مقایسه با سایر داروهای ضد اضطراب خواب‌آلودگی کمتری ایجاد می‌کند، ولی یک تا دو هفته طول می‌کشد تا اثراتش آغاز شود. چگونگی مصرف بوسپرون معمولاً ۲ تا ۳ نوبت در روز تجویز می‌شود. بنابراین توجه خاص لازم است تا نوبت‌های مصرف دارو فراموش نشود. این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. قرص‌های آن را در صورت نیاز می‌توان خرد کرد. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف بوسپرون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی یا افت قوای ذهنی گلو درد یا تب ضعف عضلانی انقباضات غیرارادی احساس گزگز، درد یا بی‌حسی در دست‌ها یا پاها؛ خواب‌آلودگی شدید؛ تهوع و استفراغ انقباض مردمک‌ها. علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم خشکی دهان سردرد، تهوع بی‌قراری زنگ‌زدن گوش بی‌خوابی یا رویاهای غیرطبیعی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف بوسپرون پزشکتان را مطلع سازید: حس‌اسیت به بوسپرون بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر،

به ویژه الکل یا دیگر داروهایی که دستگاه اعصاب مرکزی را کند می‌کنند (آرامبخش‌ها، ضد افسردگی‌ها یا ضد تشنج‌ها)؛ دیگوکسین مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (فورازولیدون پروکاربازین یا سلژیلین . مصرف داروهای گیاهی یا دیگر داروهای فرعی برای درمان اضطراب اختلال خواب یا افسردگی

سابقه یا ابتلا به سوءمصرف موادمخدر و یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف بوسپیرون توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن واکنش بدنتان نسبت به این دارو در هنگام رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موج خواب‌آلودگی و کاهش هوشیاری می‌شود. اگر مشکوک به مصرف بیش از حد بودید، تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر دچار افکار یا احساسات عجیب شدید با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد بوسپیرون مصرف می‌کنید. بوسپیرون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید و در این شرایط بوسپیرون فاسد می‌شود). بوسپیرون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف بوسپیرون نباید الکل بنوشید. بدون مشورت با پزشکتان هیچ دارویی برای خواب اضطراب یا افسردگی مصرف کنید.

PAROXETINE

در مورد این داروپاروکستین یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای کاهش علائم افسردگی نظیر تغییرات اشتها، تغییرات در الگوی خواب تشویش و اضطراب از دست دادن کشش و تمایل به فعالیت‌های روزمره کاهش میل جنسی تفکر کند یا اختلال در تمرکز، یا افکار خودکشی یا اقدام به خودکشی، تجویز می‌شود. پاروکستین یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف پاروکستین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح قبل از هر کاری (تا فراموش نکنید) یا شب پیش از خوابیدن مصرف نمود. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحت کردن معده می‌توانید دارو را با غذا بخورید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر حداکثر تا یک ساعت بعد آن را به یاد آورید مصرفش کنید؛ در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف پاروکستین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید؛ ضعف یا درد عضلانی، بثورات جلدی یا کهیر؛ تشویش کاهش در حرکات بدن مشکل در صحبت کردن ناتوانی در حرکت دادن چشم‌ها؛ فقدان انرژی افزایش تعریق تشنگی شدید؛ اسهال تغییرات خلقی یا رفتاری ضربان قلب بسیار تند؛ یا احساس خارج از کنترل بودن علائم زیر ممکن است رخ دهند، ولی فقط اگر مشکل ساز شدند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: اضطراب تشویش خواب‌آلودگی خشکی دهان تهوع اضطراب ضربان قلب تند یا نامنظم مشکل در به خواب رفتن مشکل در ادرار کردن کاهش میل یا توانایی جنسی احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش یا کاهش اشتها، افزایش یا کاهش وزن موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف پاروکستین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به پاروکستین یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین)، الکل مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج یا مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز نظیر فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلین پروکاربازین سلژیلین یا ترانیل سیپرومین مصرف پاروکستین در حالی که همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا کبدی یا دچار سوءمصرف مواد. هنگام مصرف پاروکستین توصیه می‌شود

به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است تا ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشکتان را ملاقات کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر این صورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد پاروکستین مصرف می‌کنید، همراه داشته باشید.

پاروکستین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پاروکستین فاسد می‌شود). پاروکستین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف پاروکستین نباید نوشابه‌های الکلی بنوشید یا از داروهای آرامبخش دیگری استفاده کنید.

PROPRANOLOL

در مورد این دارو پروپرانولول به علل گوناگونی مثل کاهش فشارخون تسکین درد قلبی پیشگیری از سردردهای میگرنی و درمان بی‌نظمی ضربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یک بار دچار قلبی شده‌اند، کاربرد دارد. ممکن است در شرایط دیگری نیز پزشکتان این دارو را برایتان تجویز کند. به همین علت آن را یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. با مسدود کردن این تکانه‌ها، به قلب کمک می‌کند تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از پروپرانولول برای علل مختلف تجویز می‌شود. شکل طولانی اثر پروپرانولول معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز ساعت معینی بخورید. معمولاً بهتر است دارو را صبح پیش از صبحانه مصرف کنید تا فراموش نکنید. پروپرانولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن پروپرانولول نبضتان را بشمارید و فشارتان را اندازه بگیرید اگر کمتر از ۶۰ در دقیقه بود، یا فشار سیستولی (عدد بالایی کمتر از ۹۰ میلی‌متر جیوه بود، پیش از خوردن داروی آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. اگر بیش از یک نوبت در روز پروپرانولول مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف پروپرانولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که پروپرانولول تجویز می‌شود، بیماری را مهار می‌کند و نه درمان و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف آنولول را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه سرد شدن کف دست و پا؛ ضربان قلب زیر ۶۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابیده به نشسته با تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلو در ۴۸-۲۸ ساعت؛ افسردگی گیجی یا توهم (شنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارند)؛ درد قفسه سینه مفاصل یا کمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلدی یا هرگونه کبودی که یا خونریزی غیرعادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بدن‌تان با دارو ممکن است مشاهده شوند: خواب‌آلودگی خستگی مشکل در خوابیدن اضطراب بی‌خوابی یا اسهال کابوس یا کاهش توانایی جنسی اگر این علائم ادامه یابند یا مشکل ساز شدند، وضعیت را با

پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آنتولول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آنتولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکستریفیلین توفیلین، داروهای دیابت (انسولین داروهای خوراکی پایین آورنده قند)، دیگر داروهای کاهنده فشار خون (مسدودکننده‌های کانال‌های کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز (فرازولیدون ایزوکاربوکسازید، فنلین سلجیلین ترانیل سیپرومین پروکاربازین. سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیروئید؛ افسردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی اگر بیماری قند دارید، پروپرانولول ممکن است قند خون شما را افزایش دهد و نیز ممکن است علائم افت قند خون را مخفی کند. اگر دچار حساسیت باشید با مصرف پروپرانولول واکنش‌های حساسیتی‌تان ممکن است تشدید شود. هنگام مصرف پروپرانولول توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودیتان را زیر نظر داشته باشید. در مورد میزان فعالیت قابل قبول براساس وضعیت بدنی‌تان با پزشکتان مشورت کنید. پروپرانولول ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کند و در نتیجه باعث شود تا از آن حد که برایتان بی‌خطر است فعال‌تر باشید. که این خود موجب درد قفسه سینه و علائم جدی دیگر می‌شود. وزن‌تان را نسبت به قد و استخوان‌بندی‌تان در یک محدوده مناسب نگه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. اگر برای کاهش فشار خون پروپرانولول مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید، از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم‌تر بپوشید، چرا که پروپرانولول ممکن است شما را به سرما حساستر کند.

قرص‌های طولانی رهش را یکجا ببلعید؛ آن‌ها را نشکنید یا خرد نکنید. قرص‌های معمولی را در صورت مشکل در بلع می‌توانید خرد کرده و با نصف قاشق مربا یا پودینگ مخلوط کنید. محلول خوراکی را با مقداری نوشیدنی یا غذای نیمه جامد مخلوط کرده سپس استفاده کنید.

برای روزهای تعطیل مقدار کافی دارو در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد پروپرانولول مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید.

پزشکان دیگر را از اینکه پروپرانولول مصرف می‌کنید مطلع سازید؛ زیرا ممکن است بر روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد یا موجب بروز واکنش به دنبال تزریقات مربوط به حساسیت‌زدایی شود. پروپرانولول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط پروپرانولول فاسد می‌شود). هنگام مصرف پروپرانولول نباید تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید. بدون مشورت با پزشکتان دارویی مصرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

PENTOXIFYLLINE

در مورد این دارو پنتوکسیفیلین برای درمان بیماری عروق محیطی تجویز می‌شود. این دارو درد شبه اسپاسم در ماهیچه‌های ساق پا را که در اثر خون‌رسانی ضعیف به ماهیچه‌های پا ایجاد می‌شود، کاهش می‌دهد. ممکن است چند هفته طول بکشد تا اثرات پنتوکسیفیلین ظاهر شود. باوجودیکه این دارو علائم بیماری را کاهش می‌دهد، اما جایگزینی برای هرگونه مداخلات جراحی لازم

مثل بای پس یا برداشتن انسداد شریانی نمی‌باشد. چگونگی مصرف پنتوکسیفیلین معمولاً روزی ۳ نوبت آنهم همراه غذا (برای جلوگیری از ناراحتی معده مصرف می‌شود. قرص‌ها را درسته بلعید؛ آن‌ها را نشکنید، خرد نکنید و نجوید. مهم است که دارو هر روز رأس ساعت معینی مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت را فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف پنتوکسیفیلین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بی‌نظمی ضربان قلب درد قفسه سینه خواب‌آلودگی گرگرفتگی غش تشویش شدید، یا تشنج‌های مکرر که ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشکل ساز شوند نیاز است به اطلاع پزشک برسند عبارتند از: سرگیجه سردرد، تهوع یا استفراغ یا احساس ناراحتی در معده موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف پنتوکسیفیلین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به پنتوکسیفیلین یا داروهای دیگر. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین؛ داروهای ضدپلاکتی (دیپیری دامول؛ سایمتیدین داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل دیفلونیزال فنوپروفن ایندومتاسین مفاستیک اسید، فیل بوتازون و سولینداک؛ داروهای ضد تشنج (دیوالپروکس و الپروئیک اسید)؛ یا گشادکننده‌های برونشی (گزانترین‌ها) سابقه یا ابتلا به هر مشکل بدنی که با افزایش خطر خونریزی همراه باشد، یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی عادت به مصرف توتون یا تنباکو. نیکوتین رگ‌های خونی را تنگ می‌کند، بنابراین مشکلی را که به خاطرش پنتوکسیفیلین تجویز شده بدتر خواهد کرد. هنگام مصرف پنتوکسیفیلین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پیش از مصرف هر نوع دارویی اعم از داروهای مجاز بدون نسخه ویتامین‌ها و داروهای گیاهی با پزشکتان مشورت کنید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد پنتوکسیفیلین مصرف می‌کنید. پنتوکسیفیلین را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (پنتوکسیفیلین در این شرایط فاسد می‌شود). پنتوکسیفیلین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف پنتوکسیفیلین نباید سیگار بکشید. نیکوتین رگ‌های خونی را تنگ می‌کند. مصرف دارو را به یکباره قطع کنید. اول با پزشکتان مشورت کنید.

PENICILLIN – G

در مورد این دارو پنی‌سیلین جی (G) یک آنتی‌بیوتیک رایج است این دارو برای درمان انواع گوناگونی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های بافت نرم و تنفسی ناشی از باکتری‌ها مصرف می‌شود. همچنین این دارو می‌تواند از تب روماتیسمی جلوگیری کند. چگونگی مصرف پنی‌سیلین جی (G) باید با شکم خالی یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از غذا، خورده شود تا بهتر جذب شود. نوشابه‌های گازدار یا اسیدی (مثل آب پرتقال جذب این آنتی‌بیوتیک را کاهش می‌دهند. بهتر است پنی‌سیلین جی (G) در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۴ نوبت پنی‌سیلین جی (G) مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، علائم‌تان ممکن است مجدداً عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید. مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیر عادی اسهال شدید یا اسهال خفیف

و مداوم افزایش تب دل پیچه بثورات جلدی سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد یا سوزش زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به پنی‌سیلین جی (G) آنافیلاکسی است که نیاز به توجه و مراقبت فوری پزشکی دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدی یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف پنی‌سیلین جی (G)، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سلین‌ها، سفالوسپورین‌ها) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی استروئیدی (مثل ایوپروفن آسپیرین، داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، متوترکسات داروهای نقرس (پروبنسید)، داروهای کاهنده کلسترول خون (کلستیرامین کلستپول، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمینو گلیکوزیدها، اریتروماکسین تراسایکلین‌ها) هنگام مصرف پنی‌سیلین جی (G) توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر کلستیرامین یا کلستپول مصرف می‌کنید پنی‌سیلین جی (G) را یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از مصرف آنها بخورید (این دو دارو از داروهای کاهنده کلسترول خون هستند). برای کمک به جلوگیری از اسهال به دنبال مصرف این دارو، ماست بخورید. پنی‌سیلین جی (G) را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پنی‌سیلین جی (G) فاسد می‌شود). سوسپانسیون پنی‌سیلین جی (G) را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید؛ و قبل از مصرف آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از قطره‌چکان یا پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز استفاده از این دارو احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف پنی‌سیلین جی (G) نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ آنها ممکن است نسبت به این دارو واکنش حساسیتی نشان دهند.

دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

PENICILLIN – V

در مورد این دارو پنی‌سیلین وی (V) یک آنتی‌بیوتیک رایج است این دارو برای درمان انواع گوناگونی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های بافت نرم و تنفسی ناشی از باکتری‌ها مصرف می‌شود. همچنین این دارو می‌تواند از تب روماتیسمی جلوگیری کند. چگونگی مصرف پنی‌سیلین وی (V) را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. بهتر است پنی‌سیلین وی (V) در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۴ نوبت پنی‌سیلین وی (V) مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این زمانبندی با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، علایم‌تان ممکن است مجدداً عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید. مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیر عادی اسهال شدید یا اسهال خفیف و مداوم افزایش تب دل پیچه بثورات جلدی سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد یا سوزش زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به پنی‌سیلین وی (V) آنافیلاکسی است که نیاز به توجه و مراقبت فوری پزشکی دارد.

از آنجائیکه آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدی یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پنی‌سیلین وی (V)، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی استروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین، داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، متوترکسات داروهای نقرس (پروبنسید)، قرص‌های ضد بارداری حاوی استروژن (پنی‌سیلین وی (V) ممکن است اثر این قرص‌ها را کاهش دهد). هنگام مصرف پنی‌سیلین وی (V) توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. پس از اتمام دوره مصرف پنی‌سیلین وی (V) حداقل تا یک دوره ماهانه کامل از یک وسیله جلوگیری اضافی نظیر کاندوم یا ژل‌های اسپرم‌کش نیز استفاده کنید. برای کمک به جلوگیری از اسهال به دنبال مصرف این دارو، ماست بخورید. پنی‌سیلین وی (V) را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پنی‌سیلین وی (V) فاسد می‌شود). سوسپانسیون پنی‌سیلین وی (V) را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید؛ و قبل از مصرف آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از قطره‌چکان یا پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز استفاده از این دارو احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف پنی‌سیلین وی (V) نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ آنها ممکن است نسبت به این دارو واکنش حساسیتی نشان دهند.

دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

TAMOXIFEN

در مورد این دارو تاموکسیفن یک داروی ضد سرطان است که برای درمان سرطان پستان تجویز می‌شود. در مواردی که سرطان به سایر نقاط بدن نیز پخش شده باشد، استفاده می‌شود. این دارو به ویژه بر روی سرطان‌هایی که با استروژن تحریک می‌شوند مؤثر می‌باشد. چگونگی مصرف تاموکسیفن معمولاً روزی دوبار تجویز می‌شود. مهم است که دارو راس ساعت معینی مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، نوبت فراموش شده را رها کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و برنامه دارویی معمولتان را پیش بگیرید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم زیر مصرف تاموکسیفن را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: لرزش دست عدم تعادل در هنگام راه رفتن گیجی تاری دید؛ افزایش درد استخوان حساسیت شکمی زردی پوست یا چشم‌ها؛ تنگی نفس درد یا تورم پاها؛ ضعف یا خواب‌آلودگی زنها باید تغییر در ترشحات واژن خونریزی از واژن یا درد یا احساس فشار در ناحیه لگن را به پزشکان اطلاع دهند. علائم زیر ممکن است رخ دهند. اگر مشکل ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید: گرگرفتگی ترشحات از واژن خارش در ناحیه تناسلی و افزایش وزن در خانم‌ها و کاهش میل جنسی یا ناتوانی جنسی در مردان هر دو جنس ممکن است دچار سردرد، تهوع و استفراغ خفیف و بثورات جلدی شوند. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تاموکسیفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به تاموکسیفن یا داروهای دیگر، مواد غذایی نگهدارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌اسیدها، سایمتیدین فاموتیدین رانیتیدین یا استروژن‌ها. سابقه یا ابتلا به آب مروارید، اختلالات بینایی یا خونی هنگام مصرف تاموکسیفن توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پزشکی که این دارو را تجویز می‌کند باید در شیمی‌درمانی با تجربه باشد. ممکن است لازم باشد قبل و در طی درمان

با تاموکسیفن به طور دوره‌ای توسط یک چشم پزشک از نظر وضعیت سلامت چشم‌ها معاینه شوید. قرص‌های پوشش دار را درسته بلعید؛ آن‌ها را نشکنید و خرد نکنید. تاموکسیفن را با غذا مصرف کنید تا معده‌تان ناراحت نشود. اما حتی در صورت مشکل برای معده نیز دارو را قطع نکنید. اگر پس از مدت کوتاهی از خوردن تاموکسیفن استفراغ می‌کنید، با پزشکتان مشورت کنید. تا ۲-۱ ساعت پس از مصرف قرص‌های پوشش دار تاموکسیفن آنتی اسید نخورید. در زن‌ها از روش‌های ضدبارداری غیر هورمونی استفاده کنید، زیرا در طی درمان باروری افزایش می‌یابد. اگر مشکوک به بارداری هستید فوراً به پزشکتان اطلاع دهید. پیش از انجام هرگونه جراحی یا درمان‌های دیگر سایر پزشکان را از اینکه تاموکسیفن مصرف می‌کنید مطلع سازید. یک برگه شناسایی به همراه داشته باشید که نشان دهد تاموکسیفن مصرف می‌کنید. تاموکسیفن را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط تاموکسیفن فاسد می‌شود). تاموکسیفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف تاموکسیفن نباید پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE

TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE

در مورد این دارو تریامترن هیدروکلروتیازید یک داروی مُدر رایج است این دارو مقدار مایعات دفعی از طریق ادرار را افزایش می‌دهد؛ در نتیجه با کاهش مایعات در گردش خون از فشار خون می‌کاهد. کاهش فشار خون خود موجب کاهش بار کاری قلب و شریان‌ها [سرخرگ‌ها] می‌شود. بالا باقی ماندن فشار خون به سرخرگ‌های مغز، قلب و کلیه‌ها آسیب می‌زند؛ که این آسیب خطر سکته مغزی نارسایی قلبی و نارسایی کلیوی را افزایش می‌دهد. هیدروکلروتیازید همچنین موجب دفع برخی مواد شیمیایی مثل سدیم و پتاسیم از بدن می‌شود. تریامترن به هیدروکلروتیازید اضافه می‌شود تا از دفع پتاسیم جلوگیری کند و آن را در بدن نگاه دارد. چگونگی مصرف برای جلوگیری از ناراحت شدن معده تریامترن هیدروکلروتیازید را می‌توان با غذا یا شیر خورد. سعی کنید دارو را هر روز ساعت معینی مصرف کنید تا فراموشش نکنید. اگر روزی یک نوبت تریامترن هیدروکلروتیازید تجویز شده است بهتر است دارو را اول روز یا وقتی که به توالی دسترسی دارید مصرف کنید. اگر به سبب خرید یا کاری خارج از خانه مصرف دارو را به تعویق انداخته‌اید، دارو (یا نوبت آخر دارو) را پیش از ساعت ۴ بعداز ظهر بخورید. این کمک می‌کند تا شب هنگام مجبور نشوید برای ادرار کردن از خواب برخیزید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: واکنش‌های حساسیتی (بثورات جلدی؛ خشکی دهان تشنگی شدید؛ ضربان قلب نامنظم گرفتگی‌های عضلانی تهوع یا استفراغ خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده کبودی یا خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری لکه‌های قرمز روی پوست دفع خون در ادرار یا مدفوع درد مفصلی کم‌رود؛ زردی چشم‌ها یا پوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به تریامترن هیدروکلروتیازید یا دیگر داروهای مُدر تیازیدی داروهای حاوی سولفور؛ بومتانید؛ فوروسماید؛ یا داروهای مُدر دیگر نظیر مهارکننده‌های کربنیک آینداز (استازولامید) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگوکسین لیتیم ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین (مثل کاپتوپریل، سیکلوسپورین شیر کم نمک مواد حاوی پتاسیم اسیدفولیک داروهای پایین آورنده کلسترول خون (کلستیرامین کلتیپول، یا داروهای پرفشاری خون سابقه یا دچار بالا-بودن پتاسیم خون نورپاتی دیابتی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید توصیه می‌شود دارو را مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. در

مورد لزوم احتمالی کاهش وزن ترک سیگار، برنامه ورزشی یا تغییرات در برنامه غذایی (مثلاً کاهش مصرف نمک با پزشکتان مشورت کنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. هر هفته (یا طبق زمانبندی مورد نظر پزشکتان فشار خون و وزن‌تان را اندازه‌گیری کرده در یک دفترچه یادداشت کنید تا در هر ملاقات آنها را به پزشکتان نشان دهید. اگر روش اندازه‌گیری فشار خون را نمی‌دانید از یک پزشک یا پرستار بخواهید آن را به شما بیاموزد. هر گونه افزایش یا کاهش وزن به مقدار ۲/۵ کیلوگرم را که طی یک هفته ایجاد شده باشد به اطلاع پزشکتان برسانید. پیش از مصرف هر داروی دیگر، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه بدون محافظت با نور خورشید بپرهیزید. از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و استفاده از وسایل برنزه‌کننده اجتناب کنید. هنگام مواجهه با آفتاب از یک کرم ضد آفتاب با قدرت محافظتی ((اس پی اف حداقل ۱۵ برای حفاظت مناطق در معرض نور استفاده کنید. هیدروکلروتیازید موجب حساسیت پوست به نور آفتاب می‌شود که می‌تواند منجر به آفتاب سوختگی شدید یا تغییر رنگ پوست در نواحی‌ای از پوست که در معرض آفتاب می‌باشد، گردد.

تریامترن هیدروکلروتیازید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط هیدروکلروتیازید فاسد می‌شود). تریامترن هیدروکلروتیازید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید نباید از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده سریع تغییر وضعیت دهید. برای جلوگیری از سیاهی رفتن چشم یا احساس غش به آرامی تغییر وضعیت دهید. الکل بنوشید، مدت طولانی سرپا بمانید، یا در هوای گرم ورزش کنید؛ چرا که ممکن است دچار سیاهی رفتن چشم یا غش شوید. حتی در صورت احساس بهبودی دارو را قطع کنید. این دارو بیشتر نقش کنترل‌کننده دارد تا نقش درمانی و ممکن است لازم باشد برای مدتی طولانی آن را مصرف کنید اگر سؤالی در مورد داروهایتان دارید از پزشکتان بپرسید.

TIMOLOL

در مورد این دارو تیمولول به علل گوناگونی مثل کاهش فشارخون درد قلبی پیشگیری از سردردهای میگرنی و درمانی بی‌نظمی ضربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یک بار دچار حمله قلبی شده‌اند، کاربرد دارد. ممکن است برای درمان بیماری‌های دیگری نیز پزشکتان این دارو را تجویز نماید؛ تیمولول با مسدود کردن برخی پیام‌های عصبی به بخش‌های خاصی از بدن عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. با مسدود کردن این پیام‌ها، تیمولول به قلب کمک می‌کند تا منظم‌تر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از تیمولول برای علل مختلف تجویز می‌شود. تیمولول معمولاً روزی دو نوبت مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید. تیمولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن تیمولول نبضتان را بشمارید و فشارخونتان را اندازه بگیرید (اگر این کار را بلد نیستید از یک پرستار یا پزشک بخواهید تا آن را به شما بیاموزد). اگر نبضتان زیر ۶۰ در دقیقه یا فشارخون سیستولی (عدد بالایی اگر از ۹۰ میلی‌متر جیوه بود، پیش از خوردن داروی آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو دوبرابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف تیمولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که تیمولول تجویز می‌شود، بیماری را مهار می‌کند و نه درمان و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف تیمولول را قطع کرده با

پزشکتان تماس بگیرید: اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس خس سینه سرد شدن کف دست و پا؛ ضربان قلب زیر ۶۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلوگرم در ۲۴-۴۸ ساعت؛ افسردگی گیجی یا توهم (شنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارد)؛ درد قفسه سینه مفاصل یا کمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلدی یا هرگونه کبودی یا خونریزی غیرعادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بدنتان با دارو ممکن است مشاهده شوند: خواب‌آلودگی خستگی مشکل در خوابیدن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس یا کاهش توانای جنسی اگر این علائم ادامه یافتند یا مشکل ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تیمولول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به تیمولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا بارداری و شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفلین اکستریفلین تئوفیلین، داروهای دیابت (انسولین داروهای خوراکی پایین‌آورنده قند)، دیگر داروهای کاهنده فشارخون (مسدودکننده‌های کانال‌های کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز (فورا زولیدن ایزوکاربوکسازید، فنلژین پروکاربازین سلژیلین ترانیل سیپرومین. سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفیزیم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیروئید؛ افسردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی اگر بیماری قند دارید، تیمولول ممکن است قندخون شما را افزایش دهد و نیز ممکن است علائم افت قندخون را مخفی کند. اگر دچار حساسیت باشید با مصرف تیمولول واکنش‌های حساسیت شما ممکن است تشدید شود. هنگام مصرف تیمولول توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودیتان را زیر نظر داشته باشد. در مورد میزان فعالیت قابل قبول براساس وضعیت بدنتان با پزشکتان مشورت کنید تیمولول ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کند و در نتیجه باعث شود تا از آن حد که برایتان بی‌خطر است فعال‌تر باشید. که این خود موجب درد قفسه سینه و علائم جدی دیگر می‌شود. وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بندیتان در یک محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. اگر برای کاهش فشارخون تیمولول مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. الکل ننوشید. از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم‌تر بپوشید، چرا که تیمولول ممکن است شما را به سرما حساس‌تر کند. برای روزهای تعطیل مقدار کافی دارو در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد تیمولول مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید. پزشکان دیگر را از این که تیمولول مطلع سازید؛ زیرا تیمولول ممکن است بر روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد هنگام مصرف تیمولول نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید. بدون مشورت با پزشکتان دارویی مصرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

GEMFIBROZIL

در مورد این دارو جمفیبروزیل دارویی است که برای پایین آوردن کلسترول لیپوپروتئین کم‌چگال (LDL) و تری‌گلسیریدها و افزایش سطح لیپوپروتئین پرچگال (LDL) در خون استفاده می‌شود. بنابراین جمفیبروزیل دارویی است که به جلوگیری از بیماری عروقی کرونری کمک می‌کند. این دارو بالا بودن سطح کلسترول خون را درمان نمی‌کند، بلکه فقط شرایط را کنترل می‌کند. برای افزایش تأثیر این دارو باید از دستورات پزشکتان مبنی بر کاهش دریافت اسیدهای چرب اشباع و کلسترول از طریق غذاها، پرداختن به ورزش به مقدار کافی کاهش وزن تا رسیدن به وزن مطلوب و ترک سیگار (اگر سیگاری هستید) پیروی کنید. چگونگی

مصرف جمفیروزیل باید روزی ۲ بار، ۳۰ دقیقه پیش از صبحانه و شام خورده شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. مگر اینکه تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف جمفیروزیل را قطع کرده با پزشکتان مشورت کنید: شکم درد شدید همراه با تهوع و استفراغ (سنگ کیسه صفرا)؛ درد عضلانی یا خستگی غیرعادی سرفه تب یا لرز؛ یا کمردرد. علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشکل ساز شوند باید به اطلاع پزشک برسند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد یا بثورات جلدی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف جمفیروزیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به جمفیروزیل بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه لووستاتین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین سابقه یا ابتلا به مشکلات کیسه صفرا، سنگ کیسه صفرا، یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف جمفیروزیل توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر ظرف ۳ ماه درمان با این دارو پاسخی مشاهده نشود، پزشک معمولاً دارو را قطع می‌کند. از دستورات تغذیه‌ای و دیگر توصیه‌های پزشکتان پیروی کنید. پیش از هرگونه جراحی و نیز کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه این دارو را مصرف می‌کنید مطلع سازید. جمفیروزیل را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط جمفیروزیل فاسد می‌شود). جمفیروزیل تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان توالد دور بریزید. هنگام مصرف جمفیروزیل نباید نباید پیش از مشورت با پزشکتان دارو را قطع کنید. در صورت قطع دارو چربی‌های خونتان ممکن است به شدت افزایش یابند.

DOXYCYCLIN

در مورد این دارو داکسی‌سایکلین یک داروی ضد باکتریایی رایج می‌باشد که بر درمان عفونت‌های گوناگون از قبیل آکنه (جوش)، عفونت گوش میانی سایر عفونت‌های پوست و بافت نرم برونشیت سینوزیت سینه پهلو (پنومونی)، عفونت‌های دستگاه ادراری و نیز عفونت‌های کلامیدیایی سیفلیس و گنوره‌ای استفاده می‌شود. چگونگی مصرف داکسی‌سایکلین را می‌توان با شکم خالی (یک ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از غذا)، یا با غذا مصرف کرد؛ دارو باید با یک لیوان پر از آب و در حالت غیردراز کش خورده شود تا معده را ناراحت نکند. اگر معده ناراحت شود، دارو را باید با غذا مصرف کرد. بهر حال داکسی‌سایکلین نباید ظرف ۳-۱ ساعت از مصرف داروهای دیگر خورده شود. اگر نوع سوسپانسیون آن را مصرف می‌کنید، شیشه دارو را پیش از مصرف به خوبی تکان دهید. از پیمانه مدرج داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. کپسول‌های دیررزش باید یکجا بلعید و شکستن خرد کردن یا جویدن آن‌ها ممنوع است بهتر است داکسی‌سایکلین طی شبانه روز در نوبت‌های با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح خونی آن ثابت باقی بماند. برای مثال اگر قرار است دارو را روزی ۲ بار مصرف کنید، باید هر ۱۲ ساعت مصرف شود (مثلاً ۶ صبح و ۶ شب یا ۷ صبح و ۷ شب). اگر این بار برنامه کاری یا خواب شما تداخل می‌کند، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. دارو باید سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. چنانچه پیش از اتمام دارو، مصرف آن را قطع کنید علائم‌تان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: افزایش حساسیت به نور؛ تکرار ادرار؛ تشنگی شدید؛ خستگی غیر عادی درد شکمی تهوع و استفراغ زردی چشم‌ها و پوست سردرد؛ تغییرات بینایی برجسته شدن ملاحظ‌ها در شیرخواران علائم دیگری نیز ممکن است روی دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه عدم تعادل سیاهی رفتن چشم دل‌پیچه اسهال یا تهوع و استفراغ افزایش

حساسیت به نور آفتاب رشد بیش از حد قارچی (خارش مناطق تناسلی یا مقعد و انتهای روده زخم‌های دهانی یا روی زبان . موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیتیازم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به داکسی‌سایکلین تراسایکلین‌های دیگر، یا داروهای بیحس موضعی مثل لیدوکائین

بارداری یا شیردهی (تجویز داکسی‌سایکلین برای کودکان زیر ۸ سال ممنوع است . در حال مصرف داروهای دیگر به ویژه آنتی‌اسیدها، مکمل‌های کلسیم مکمل‌های آهن داروهای حاوی منیزیم کلسیرامین یا کلسیپول یا قرص‌های ضدبارداری ابتلا به یا سابقه دیابت بی‌مزه یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف داکسی‌سایکلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو تا انتها مصرف کنید تا عفونتتان درمان شده از عود جلوگیری شود. روزی ۸ لیوان آب بنوشید، مگر اینکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. از نور خورشید بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر و از لامپ‌های آفتاب و وسایل برنزه‌کننده اجتناب کنید. مناطق در معرض نور را با کرم‌های ضدآفتاب با قدرت محافظت‌کنندگی (SPF) حداقل ۱۵ پوشانید. اگر قرص ضدبارداری مصرف می‌کنید، درحین استفاده از داکسی‌سایکلین یک روش جلوگیری دیگر را به تنهایی یا در کنار قرص ضدبارداری بکارگیرید. اگر ظرف ۳ روز درمان با داکسی‌سایکلین احساس بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. داکسی‌سایکلین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (داکسی‌سایکلین در این شرایط فاسد می‌شود). داکسی‌سایکلین تاریخ مصرف گذشته را دور بریزید. این دارو وقتی فاسد شود سمی می‌شود. هنگام مصرف دیتیازم نباید شیر، محصولات لبنی آنتی‌اسید، مکمل کلسیمی مکمل آهن یا ملین‌های حاوی منیزیم مصرف کنید. این مواد غذایی یا داروها را حداقل ۲ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از مصرف داکسی‌سایکلین استفاده کنید. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی کنید یا بخواهید کاری انجام دهید که نیاز به هوشیاری کامل دارد.

دارو را پیش از اتمام آن قطع کنید، مگر به دستور پزشک

DIAZEPAM

در مورد این دارو دیازپام برای تسکین اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجویز می‌شود. این دارو همچنین به‌عنوان ضد تشنج و شل‌کننده ماهیچه اسکلتی استفاده می‌شود. چگونگی مصرف دیازپام بسته به شرایط متفاوت و در افراد متفاوت با مقادیر متفاوتی تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. شکل‌های مایع دیازپام را می‌توان با غذاهای مایع یا نیمه جامد مثل پوره مخلوط کرده نگذارید دیازپام مایع یخ بزند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف دیازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید؛ تکلم نامفهوم ضربان قلب کند؛ تنگی نفس عدم تعادل ثورات جلدی گلودرد؛ تب لرز؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشمان از دست رفتن حافظه بی‌خوابی اضطراب یا تحریک‌پذیری دیازپام می‌تواند اعتیادآور باشد، و علائم ترک دارو ممکن است در صورت قطع ناگهانی آن روی دهد؛ علائم ترک دارو عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دردهای شکمی افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، یا احساس سوزن‌سوزن شدن یا گزگز. اگر می‌خواهید مصرف دیازپام را قطع کنید با پزشکتان تماس بگیرید تا شاید این کار تدریجی انجام گیرد. علائم زیر ممکن است مشاهده شوند اما فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز به گزارش دارند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب سریع و شدید، یا لرزش موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیازپام

پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیازپام بنزودیازپین‌های دیگر، یا هرگونه ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگه‌دارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضدافسردگی یا داروهای ضد تشنج سابقه اعتیاد به الکل یا مواد مخدر، گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، میاستنی گراویس بیماری انسدادی ریوی مزمن شدید، یا آمفی‌زم یا ابتلا به این موارد. هنگام مصرف دیازپام توصیه می‌شود به پزشکتان به‌طور منظم مراجعه کنید تا بهبود شما را زیر نظر داشته باشد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت سطح هوشیاری می‌شوند. در صورت شک به مصرف بیش از حد دارو، بلافاصله تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر در هنگام مصرف دیازپام دچار افکار یا احساسات عجیب شدید با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد دیازپام مصرف می‌کنید. دیازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط دیازپام فاسد می‌شود). دیازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف دیازپام نباید داروهای آرامبخش دیگری مصرف کنید. الکل بنوشید. دیازپام را به‌عنوان قرص خواب مصرف کنید، مگر اینکه برنامه شما اجازه دهد ۷-۸ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت ممکن است تا بی‌اثر شدن دارو خواب‌آلوده باشید و فراموشکار شوید.

DIPHENHYDRAMINE

در مورد این دارو دیفن‌هیدرامین از داروهای بدون نیاز به نسخه است که به‌عنوان آنتی‌هیستامین هم مورد تجویز قرار می‌گیرد. این دارو یک آنتی‌هیستامین است که برای درمان یا پیشگیری مواردی نظیر علایم ناشی از حساسیت‌ها (آبریزش بینی سرفه خارش و قرمزی چشم خارش بدن، سرماخوردگی‌ها (عطسه آبریزش بینی سرفه، پارکینسونیسم (لرزش حرکات غیرارادی، بیماری حرکت سرگیجه تهوع یا استفراغ و بی‌خوابی تجویز می‌شود. دیفن‌هیدرامین همچنین یکی از ترکیبات داروهای گوناگونی است که برای تسکین سرفه و سرماخوردگی در هنگام مصرف می‌شوند. نام تجاری دیفن‌هیدرامین بنادریل است چگونگی مصرف دیفن‌هیدرامین را می‌توان با غذا، آب یا شیر مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. اگر برای پیشگیری از بیماری حرکت این دارو را مصرف می‌کنید، دارو را حداقل ۳۰ دقیقه (ترجیحاً ۱-۲ ساعت پیش از شروع سفر مصرف کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. از دو برابر کردن مقدار دارو پرهیزید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: گلودرد و تبی که با بیماری‌ای که به‌خاطرش دیفن‌هیدرامین مصرف می‌کنید بی‌ارتباط باشد؛ کبودی یا خونریزی غیرطبیعی خستگی یا ضعف شدید؛ خشکی شدید دهان بینی یا گلو؛ کاهش مهارت‌های حرکتی یا مشکل در حفظ تعادل تاری دید؛ ادرار کردن مشکل یا دردناک برافروختگی یا قرمزی صورت کابوس توهمات (دیدن شنیدن یا حس کردن چیزی که وجود ندارد)؛ یا تشنج کودکان و افراد مسن ممکن است با مصرف این دارو دچار سراسیمگی بی‌قراری و هیجان شوند؛ در این صورت پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف دیفن‌هیدرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر (به ویژه آنتی‌هیستامین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای آرامبخش خواب تشنج مسکن‌ها، شل‌کننده‌های عضلانی یا داروهای دل‌پیچه (داروهای آنتی‌کولینرژیک). ابتلا یا سابق بزرگی پروستات مشکل در ادرار کردن انسداد گردن مثانه گلوکوم زاویه بسته هنگام مصرف دیفن‌هیدرامین توصیه می‌شود از مصرف الکل داروهای خواب یا آرامبخش‌ها پرهیزید؛ این داروها اثرات تخریبی دیفن‌هیدرامین را افزایش می‌دهند. انتظار خواب‌آلودگی را داشته باشید. پیش از اقدام به رانندگی یا کار با وسایل خطرناک از

واکنش بدنتان نسبت به این دارو مطمئن شوید. دیفن‌هیدرامین ممکن است روی سطح هوشیاری شما تأثیر بگذارد. برای رفع خشکی دهان آدامس بجوید یا آب‌نبات بمکید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته ادامه یافت با پزشکتان مشورت کنید. دیفن‌هیدرامین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیفن‌هیدرامین فاسد می‌شود). از منجمد کردن شکل شربت این دارو بپرهیزید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف دیفن‌هیدرامین نباید دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کنید.

DICLOFENAC

در مورد این دارو دیکلوفناک یک داروی ضد التهابی غیر استروئیدی رایج است این دارو برای تسکین درد و کاهش التهاب آرتريت روماتوئید و استئوآرتريت (آرتروز) در بالغین تجویز می‌شود. قرص‌های سریع رهش آن برای کاهش درد سردردهای عروقی مشکلات قاعدگی و حمله‌های حاد و نقرس و دیگر مشکلات التهابی غیر روماتوئید مصرف می‌شود. چگونگی مصرف قرص‌های دیکلوفناک را باید با غذا و یک لیوان پر از آب مصرف کرد. پس از خوردن دیکلوفناک برای جلوگیری از تحریک و آزار مری تا ۱۵ تا ۳۰ دقیقه نباید دراز کشید. قرص‌های طولانی رهش دیکلوفناک باید درست بلعیده شوند و خوردن شکستن یا جویدن آنها صحیح نمی‌باشد. اگر روزی یک قرص دیکلوفناک مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، در صورتی که بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی زمان دارید می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزی چند نوبت دیکلوفناک مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را می‌توانید بلافاصله پس از به یاد آوردنش مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده باشد، نوبت فراموش شده را رها کنید و برنامه دارویی عادی‌تان را از پی بگیرید. مقدار دارو را دو برابر نکنید هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف دیکلوفناک را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ سیاهی رفتن چشم گیجی افسردگی سوزش سردل یا سوءهاضمه بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه قیری یا خونی اسهال علائم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی، به ویژه اگر درست قبل از یا همراه بثورات جلدی رخ دهند؛ تنگی نفس یا اشکال در تنفس سرفه کم‌رود؛ ادرار کدر، خونی یا صورتی تورم صورت یا پاها یا اندام تحتانی افزایش وزن سردرد شدید، سفتی گردن و کمر؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی خارش کهیر، یا ضایعات تاولی زردی چشم‌ها یا پوست صدای زنگ در گوش تاری دید؛ زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ناشی از مشکلی که به خاطرش دیکلوفناک مصرف می‌کنید نباشد. افراد مسن‌تر بیشتر در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی هستند. یک پاسخ حساسیتی نادر به دیکلوفناک آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند. بلافاصله پس از بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم کهیر یا بروز تورم‌های پوستی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دیکلوفناک را قطع کرده با یک مرکز خدمات اضطراری پزشکی تماس بگیرید. علائم دیگری نیز ممکن است رخ دهد ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند؛ این علائم عبارتند از: اضطراب تشویش سرگیجه سیاهی رفتن چشم سردرد خفیف مشکل در به خواب رفتن خشکی دهان دل پیچه خفیف نفخ و تولید گاز بیش از حد، یا اسهال یا یبوست موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف دیکلوفناک پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل ناپروکسن، آسپرین ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها، داروهای ضدسرطان (متوترکسات پلیکامایسین، سیکلوسپورین لیتیوم پروبنسید (یک داروی نقرس، تریامترن (یک داروی مدر)، و والپروئیک اسید یا

دیوالپروئکس مصرف سه قوطی یا بیشتر مشروبات الکلی در روزابتلا- به یا سابقه پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپیرین زخم یا التهاب در دستگاه گوارش پرفشاری خون هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی‌دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف دیکلوفناک توصیه می‌شود برچسب روی دارو را مطالعه کرده از دستوراتش پیروی کنید. برچسب سایر داروهای مجاز بدون نسخه را بخوانید تا مطمئن شوید حاوی داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل آسپرین یا ایبوپروفن یا داروهایی که با دیکلوفناک تداخل ایجاد می‌کنند نباشد. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی دیگر پزشکان را از اینکه دیکلوفناک مصرف می‌کنید مطلع سازید. در صورت بروز خشکی دهان از آدامس‌ها و آب نبات‌های بدون قند و نوشیدن آب برای کاهش آن استفاده کنید. اگر حساسیت به نور دارید از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر اجتناب کنید و مناطق در معرض نور آفتاب را با کرم‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی حداقل (SPF ۱۵) بپوشانید. دیکلوفناک را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیکلوفناک فاسد می‌شود) دیکلوفناک تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف دیکلوفناک نباید مشروبات الکلی بنوشید. زیرا احتمال آسیب به معده بیشتر خواهد شد. تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی یا در فعالیتهای خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی از افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود.

DIGOXIN

در مورد این دارو دیگوکسین برای افزایش قدرت قلب به عنوان تلمبه تجویز می‌شود. این دارو با بهبود تعداد ضربان قلب و ضرباهنگ آن چنین تأثیر می‌گذارد. در نتیجه گردش خون بهبود یافته و علائم ناشی از وضعیت بد کارکرد قلب مثل تنگی نفس و تورم دست‌ها و پاها کاهش می‌یابد. چگونگی مصرف دیگوکسین معمولاً روزی یک بار تجویز می‌شود. مهم است که دارو هر روز در ساعت یکسانی مصرف شود. معمولاً بهتر است که صبح‌ها ناشتا خورده شود تا کمتر فراموش شود. البته اگر عادت دارید برای صبحانه غلات برشته بخورید، مراقب باشید دیگوکسین را حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید. (سبوس موجود در این غلات به دیگوکسین متصل شده از جذب آن جلوگیری می‌کند). هر روز پیش از مصرف دیگوکسین نبضتان را به یک دقیقه بشمارید. اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرستار بخواهید آن را برای شما بیاموزد. اگر نبضتان ۶۰ دقیقه یا کمتر بود، پیش از مصرف داروی آن روز، با پزشکتان مشورت کنید، اگر دیگوکسین مایع مصرف می‌کنید فقط از قطره چکان مخصوصی که در جعبه دارو موجود است برای اندازه‌گیری مقدار موردنظر استفاده کنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر ظرف ۴ ساعت به یاد آورید مصرفش کنید. در غیراینصورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. اگر به هر دلیل دارو را برای دو یا چند نوبت متوالی مصرف نکرده‌اید پیش از آغاز مجدد دارو با پزشکتان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های زیر مصرف دیگوکسین را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید: بی‌اشتهایی اسهال تهوع استفراغ گیجی تاری دید (مشاهده یک هاله زرد متمایل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگی نفس افزایش وزن ناگهانی ۱/۵ کیلوگرم در ۲۴ ساعت، تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه، یا نبض زیر ۶۰ در دقیقه موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف دیگوکسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیگوکسین باداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای دیجیتالیس یا داروهای قلبی دیگر. (آمیودارون مسدودکننده‌های کانال کلسیمی پروپانفون کینیدین؛ داروهای پرفشاری خون؛ مهارکننده‌های اشتها (قرص‌های کاهش وزن آفتامین‌ها)؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت داروهای کاهش کلسترول خون (کلستیرامین کلستپول؛ داروهای مدر و داروهای که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند؛ و داروهای حاوی

پتاسیم سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف دیگوکسین توصیه می‌شود به طور مستقیم به پزشکان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیگوکسین مصرف می‌کنید. دیگوکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیگوکسین فاسد می‌شود). دیگوکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. قرص‌های ۰.۲۵ میلی‌گرم دیگوکسین کوچک و سفید بوده شبیه برخی قرص‌های مدر می‌باشند. مراقب باشید آنها را با هم اشتباه نکنید دیگوکسین

DIGOXIN

در مورد این دارو دیگوکسین برای افزایش قدرت قلب به عنوان تلمبه تجویز می‌شود. این دارو با بهبود تعداد ضربان قلب و ضرباننگ آن چنین تأثیر می‌گذارد. در نتیجه گردش خون بهبود یافته و علائم ناشی از وضعیت بد کارکرد قلب مثل تنگی نفس و تورم دست‌ها و پاها کاهش می‌یابد. چگونگی مصرف دیگوکسین معمولاً روزی یک بار تجویز می‌شود. مهم است که دارو هر روز در ساعت یکسانی مصرف شود. معمولاً بهتر است که صبح‌ها ناشتا خورده شود تا کمتر فراموش شود. البته اگر عادت دارید برای صبحانه غلات برشته بخورید، مراقب باشید دیگوکسین را حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید. (سبوس موجود در این غلات به دیگوکسین متصل شده از جذب آن جلوگیری می‌کند). هر روز پیش از مصرف دیگوکسین نبضتان را به یک دقیقه بشمارید. اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرستار بخواهید آن را برای شما بیاموزد. اگر نبضتان ۶۰ دقیقه یا کمتر بود، پیش از مصرف داروی آن روز، با پزشکتان مشورت کنید، اگر دیگوکسین مایع مصرف می‌کنید فقط از قطره چکان مخصوصی که در جعبه دارو موجود است برای اندازه‌گیری مقدار موردنظر استفاده کنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر ظرف ۴ ساعت به یاد آورید مصرفش کنید. در غیراینصورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. اگر به هر دلیل دارو را برای دو یا چند نوبت متوالی مصرف نکرده‌اید پیش از آغاز مجدد دارو با پزشکان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های زیر مصرف دیگوکسین را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید: بی‌اشتهایی اسهال تهوع استفراغ گیجی تاری دید (مشاهده یک هاله زرد متمایل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگی نفس افزایش وزن ناگهانی ۱/۵ کیلوگرم در ۲۴ ساعت، تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه، یا نبض زیر ۶۰ در دقیقه موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف دیگوکسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیگوکسین باداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای دیجیتالیس یا داروهای قلبی دیگر. (آمیودارون مسدودکننده‌های کانال کلسیمی پروپانفون کینیدین؛ داروهای پرفشاری خون؛ مهارکننده‌های اشتها (قرص‌های کاهش وزن آفتامین‌ها)؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت داروهای کاهش کلسترول خون (کلستیرامین کلستیپول؛ داروهای مدر و داروهای که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند؛ و داروهای حاوی پتاسیم سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف دیگوکسین توصیه می‌شود به طور مستقیم به پزشکان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیگوکسین مصرف می‌کنید. دیگوکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیگوکسین فاسد می‌شود). دیگوکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. قرص‌های ۰.۲۵ میلی‌گرم دیگوکسین کوچک و سفید بوده شبیه برخی قرص‌های مدر می‌باشند. مراقب باشید آنها را با هم اشتباه نکنید. بهتر است هیچگاه قرص‌های مختلف را داخل یک ظرف مخلوط نکنید. هنگام مصرف دیگوکسین نباید شکل دارو، مثلاً قرص و کپسول را تغییر دهید. زیرا اگرچه تعداد دارو یکسان باشد، اشکال مختلف دارویی به مقادیر متفاوتی جذب می‌شوند. اگر در حال مصرف یک داروی مدر دفع‌کننده پتاسیم از بدن هستید، مکمل پتاسیم خود را حذف کنید. اگر بدن‌تان پتاسیم کافی نداشته باشد، ممکن است

مسمومیت با دیگوکسین رخ دهد. اگر نمی‌توانید مکمل پتاسیمی مصرف کنید از پزشکان بخواهید نوع دیگری از دارو را به شما تجویز کند.

بهرتر است هیچگاه قرص‌های مختلف را داخل یک ظرف مخلوط نکنید. هنگام مصرف دیگوکسین نباید شکل دارو، مثلاً قرص و کپسول را تغییر دهید. زیرا اگرچه تعداد دارو یکسان باشد، اشکال مختلف دارویی به مقادیر متفاوتی جذب می‌شوند. اگر در حال مصرف یک داروی مدر دفع‌کننده پتاسیم از بدن هستید، مکمل پتاسیم خود را حذف کنید. اگر بدنتان پتاسیم کافی نداشته باشد، ممکن است مسمومیت با دیگوکسین رخ دهد. اگر نمی‌توانید مکمل پتاسیمی مصرف کنید از پزشکان بخواهید نوع دیگری از دارو را به شما تجویز کند.

DILTIAZEM

در مورد این دارو دیلتیازم در موارد بسیاری تجویز می‌شود، مثل کاهش فشارخون در پرفشاری خون تسکین درد قلبی در قفسه سینه (آئزین صدری)؛ و ضربان قلب نامنظم و لرزش دست پزشکان ممکن است در شرایط دیگری نیز دیلتیازم تجویز کنند. این دارو از طریق مسدود کردن ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک داروی مسدودکننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود تا مقدار کلسیم در سلول‌های قلبی و رگ‌های خونی کاهش می‌یابد، که موجب کاهش ضربان قلب و گشادی عروق (رگ‌ها) می‌شود. بنابراین فشار خون پایین آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و بار کاری قلب کاهش پیدا می‌کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از دیلتیازم برای موارد گوناگون تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز در ساعت یکسانی مصرف کنید. شکل‌های طولانی اثر دیلتیازم روزی یک بار مصرف می‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردی که روزی چند نوبت دیلتیازم تجویز می‌شود، باید سعی کنید که مطمئن شوید همه نوبت‌ها را بخورید. دیلتیازم را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از مصرف دیلتیازم نبضتان را برای یک دقیقه بگیرید. اگر بلد نیستید از یک پرستار یا پزشک بخواهید روش آن را به شما بیاموزد. اگر نبضتان ۵۰ در دقیقه یا کمتر بود، قبل از مصرف دوز بعدی دیلتیازم با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آوردید، مصرفش کنید. در مواردی که دارو را روزی یک بار مصرف می‌کنید اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر دیلتیازم را روزی چند بار مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است نوبت فراموش شده را حذف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع نکنید. برای قطع این دارو مقدار داروی مصرفی باید به تدریج کاهش داده شود. در اکثر مواردی که دیلتیازم تجویز می‌شود برای مهار بیماری است نه درمان آن بنابراین ممکن است مجبور باشید که آن را در سال‌ها یا حتی پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف دیلتیازم را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلو در ۲۴-۴۸ ساعت)؛ التهاب لته‌ها؛ لرزش دست و انگشتان دست سفتی عضلات بازو و ران مشکل در صحبت کردن یا بلعیدن از دست دادن تعادل ثورات جلدی افت قوای ذهنی تپش قلب (احساس حرکت سریع قلب در قفسه سینه). علائم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خواب‌آلودگی خستگی خشکی دهان برافروختگی و احساس گرمی تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علائم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، موضوع را با پزشکتان در میان بگذرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از

موارد زیر پیش از مصرف دیتیازم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیتیازم یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال کلسیم بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای پرفشاری خون (مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیجوکسین دیسوپیرامید، فلکائینید، یا پروکائینامید سابقه یا ابتلا به حساسیت فشارخون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف دیتیازم توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. دیتیازم ممکن است درد قلبی را کاهش دهد یا آن را کاملاً رفع کند و شما در نتیجه بیشتر از مقدار قابل قبول فعالیت بدنی انجام دهید. وزن‌تان را نسبت به قد و استخوان‌بندی‌تان در محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز از پزشکتان بخواهید در کاهش وزن به شما کمک کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهان خود را با مسواک زدن استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته بخورید، از جویدن خرد کردن یا شکستن آن‌ها خودداری کنید. اگر در بلعیدن قرص‌های معمولی دیتیازم مشکل دارید آن‌ها را خرد کرده با یک قاشق مربا مخلوط کرده مصرف کنید. داروی کافی برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد دیتیازم مصرف می‌کنید همراه داشته باشید. از آنجاییکه این دارو می‌تواند روی نتایج برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد، سایر پزشکان را از اینکه دیتیازم مصرف می‌کنید، مطلع سازید. دیتیازم را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیتیازم فاسد می‌شود). دیتیازم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف دیتیازم نباید تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناکی که کار با آنها نیاز به هوشیاری کامل دارد کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد با پزشکتان مشورت کنید. داروی دیگری (به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای سرفه یا سرماخوردگی را بدون هماهنگی قبلی با پزشکتان مصرف کنید. بدون مشورت با پزشکتان شکل دارو را تغییر دهید. اشکال مختلف دیتیازم به صورت‌های متفاوتی تجویز می‌شوند.

RANITIDINE

در مورد این دارورانیتیدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان رخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده - مری تجویز می‌شود. چگونگی مصرف رانیتیدین معمولاً - روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرف نکنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. درمان با رانیتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علائم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاً رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف رانیتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکتان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر رانیتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: ثورات جلدی خس خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد، کبودی یا خونریزی غیرعادی علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: بیوست اسهال سرگیجه

خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف رانیتیدین، پزشکستان را مطلع سازید: حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ، داروهای ضد دیابتی خوراکی داروهای ضد انعقاد، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدپین متوپرولول پروکانامید) فنی توئین (یک داروی ضد صرع، یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف رانیتیدین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکستان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکستان در مورد خوراکی‌های که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه اسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. رانیتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد رانیتیدین **RANITIDINE**

در مورد این دارو رانیتیدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان رخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده - مری تجویز می‌شود. چگونگی مصرف رانیتیدین معمولاً - روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکستان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرف نکنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. درمان با رانیتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علائم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاً رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف رانیتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکستان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر رانیتیدین را قطع کرده با پزشکستان تماس بگیرید: ثورات جلدی خس خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد، کبودی یا خونریزی غیرعادی علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: بیوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف رانیتیدین، پزشکستان را مطلع سازید: حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ، داروهای ضد دیابتی خوراکی داروهای ضد انعقاد، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدپین متوپرولول پروکانامید) فنی توئین (یک داروی ضد صرع، یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف رانیتیدین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکستان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکستان در مورد خوراکی‌های که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه اسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. رانیتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکستان مشورت کنید. رانیتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط رانیتیدین فاسد می‌شود). رانیتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی بریزید. هنگام مصرف رانیتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف رانیتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

د با پزشکستان مشورت کنید. رانیتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط رانیتیدین فاسد می‌شود). رانیتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی بریزید. هنگام مصرف رانیتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین

نوبت مصرف رانیتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

CIMETIDINE

در مورد این دارو سایمتیدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان زخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری وازنش معده - مروی تجویز می‌شود. چگونگی مصرف سایمتیدین معمولاً در ۴ نوبت (با هر وعده غذا و قبل از خواب؛ گاهی در دو نوبت (صبح و قبل از خواب؛ یا یک نوبت (قبل از خواب تجویز می‌شود. مقدار تجویزی دارو بسته به قدرت دارو و علت تجویز سایمتیدین فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقداری که برایتان تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. درمان با سایمتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علائم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاً رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف سایمتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکتان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، سایمتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: ثورات جلدی خفیف یا شدید، تورم پستان‌ها، کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سایمتیدین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدپین، متوپرولول پروکاینامید، فنی‌توئین (یک داروی ضد تشنج، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی یا کلیوی هنگام مصرف سایمتیدین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکتان در مورد خوراکی‌هایی که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه اسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. آنتی‌اسیدها را ۱ ساعت قبل یا بعد از مصرف سایمتیدین مصرف کنید. سایمتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. سایمتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سایمتیدین فاسد می‌شود). سایمتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف سایمتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف سایمتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

SERTRALINE

در مورد این دارو سرترالین یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای کاهش علائم افسردگی نظیر تغییرات اشتها، تغییر در الگوی خواب تشویش و اضطراب از دست‌دادن کشش و تمایل به فعالیت‌های رومره کاهش میل جنسی تفکر کند یا اختلال یا تمرکز، یا افکار خودکشی یا اقدام به آن تجویز می‌شود. سرترالین یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف سرترالین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح قبل از هر کاری (تا فراموش نشود) یا شب پیش از خوابیدن

مصرف نمود. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحت شدن معده می‌توانید دارو را با غذا بخورید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر حداکثر تا یک ساعت بعد به یاد آوردید مصرفش کنید؛ در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف سرتالین را قطع کرده با پزشک تماس بگیرید: تب، بثورات جلدی کهیر یا خارش یا احساس خارش یا احساس خارج از کنترل بودن علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشکل ساز شوند نیاز است با پزشکتان در میان گذاشته شوند: کاهش اشتها یا کاهش وزن اضطراب تشویش بی‌قراری خواب‌آلودگی خشکی دهان تهوع اسهال یا یبوست ضربان قلب تند یا نامنظم مشکل در خواب رفتن کاهش میل یا توانایی جنسی احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش اشتها؛ دل‌پیچه یا نفخ سردرد، یا تغییرات بینایی از جمله تاری دید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سرتالین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به سرتالین یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین، الکل مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج یا مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز نظیر فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلزین پروکاربازین سلژلین یا ترانیل سیپرومین مصرف سرتالین در حالی که همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا دچار سوءمصرف مواد مخدر. هنگام مصرف سرتالین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است تا ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشکتان را ملاقات کنید. به نظر برخی پزشکان مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در مورد هر گونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشکتان مشورت کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر این صورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد سرتالین مصرف می‌کنید، همراه داشته باشید. سرتالین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط سرتالین فاسد می‌شود). سرتالین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف سرتالین نباید نوشابه‌های الکلی بنوشید یا داروهای آرامبخش استفاده کنید؛ زیرا اینها خواب‌آلودگی و سرگیجه‌ای را که ممکن است در اثر سرتالین ایجاد شود، تشدید خواهند کرد.

CEFADROXIL

در مورد این دارو سفادروکسیل یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورینی است این آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان طیف وسیعی از بیماری‌های عفونی نظیر عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت پوست و بافت نرم عفونت‌های استخوانی یا مفصلی و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثرند. این آنتی‌بیوتیک‌ها همچنین برای پیشگیری از عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و در افرادی که به هر دلیل مستعد عفونت هستند استفاده می‌شوند. چگونگی مصرف سفادروکسیل را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد. یا می‌توان برای جلوگیری از دل‌بهم خوردگی آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌های با فواصل یکسان در طی

شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب). اگر این با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل ایجاد کند، در تعیین یک برنامه مناسب دارویی از پزشکان کمک بخواهید مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل مصرف شود. حتی اگر احساس بهبودی کنید: اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علائم آن مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً به موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به (سفادروکسیل آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سفادروکسیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین پروبنسید (یک داروی درمان نقرس.

سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی کمبود پلاکتی کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی هنگام مصرف سفادروکسیل توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده و از عود بیماری جلوگیری شود. سفادروکسیل را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید. (در این شرایط سفادروکسیل فاسد می‌شود). بعد از تهیه سوسپانسیون دارو باید در یخچال نگهداری شود و ظرف ۲ هفته استفاده شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفادروکسیل نباید سفادروکسیل تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر طبق دستور پزشک

CEFACTOR

در مورد این دارو سفاکلور یک آنتی‌بیوتیک شبیه پنی‌سیلین است این دارو در درمان تعداد زیادی از بیماری‌ها از جمله عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت‌های پوست و بافت نرم عفونت‌های استخوان یا مفصل و عفونت‌های اداری تناسلی مؤثر است این آنتی‌بیوتیک همچنین برای پیشگیری از عفونت در بیماران پس از عمل جراحی یا افرادی که به هر دلیل مستعد عفونت هستند، استفاده می‌شود. چگونگی مصرف سفاکلور را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا برای جلوگیری از ناراحتی معده می‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است که آنتی‌بیوتیک‌تان را در نوبت‌هایی با فواصل مساوی در طی شبانه‌روز مصرف کنید تا سطح خونی آنتی‌بیوتیک ثابت باشد. برای مثال اگر لازم است روزی ۳ بار آن را مصرف کنید، نوبت‌ها باید هر ۸ ساعت باشند (مثلاً ۶ صبح ۲ بعدازظهر، ۱۰ شب). اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو حتی در صورت احساس بهبودی به‌طور کامل مصرف شود. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید، ممکن است دچار عود علائم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید، مصرف کنید. البته

اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های زیر با پزشکتان تماس بگیرید: خونریزی یا کبودی غیرعادی درد مفصلی کاهش برون‌ده ادراری اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روزی زبان یک واکنش نادر به سفاکلور آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها یا دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا اشکال در تنفس دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات پزشکی اورژانس تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سفاکلور، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری و شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن و آسپرین، ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین، و پروبنسید (یک داروی نقرس سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی دهنده (مثل زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی؛ کولیت (التهاب روده بزرگ؛ یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سفاکلور توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. سفاکلور را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفاکلور فاسد می‌شود). سوسپانسیون باید پس از تهیه در یخچال نگهداری شود؛ ظرف ۱۴ روز مصرف شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز پس از آغاز درمان با سفاکلور احساس بهبود نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفاکلور نباید سفاکلور تاریخ مصرف گذشته مصرف کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشکتان

CEPHALEXIN

در مورد این دارو سفالکسین یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورین است این آنتی‌بیوتیک در درمان گروه زیادی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت پوست و بافت نرم عفونت‌های استخوانی یا مفصلی و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثر می‌باشد. سفالکسین همچنین در جلوگیری از عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و افراد دیگری که به هر علت مستعد عفونت می‌باشند استفاده می‌شود. چگونگی مصرف سفالکسین را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلوگیری از دل‌به‌هم خوردگی آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است ۴ بار در روز مصرف شود هر ۶ ساعت (۶ صبح ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب). اگر این برنامه با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل دارد، در تعیین یک برنامه زمانی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علائم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی و زبانی خارش و ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفالکسین آنافیلاکسی که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی با سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدی کهیر، تورم‌های

پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفالکسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر نظیر آنتی‌بیوتیک‌ها یا پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروب الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپرین، ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، پروبنسید (یک داروی درمان نقرس. ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی؛ کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی یا سابقه هریک از موارد مذکور. هنگام مصرف سفالکسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدن‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. سفالکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهدارید (در این شرایط سفالکسین فاسد می‌شود). پس از آماده کردن سوسپانسیون آن را باید در یخچال نگهداری کنید؛ سوسپانسیون در یخچال تا ۱۴ روز قابل استفاده است پیش از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز درمان با سفالکسین احساس بهبود نداشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفالکسین نباید سفالکسین تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CEFUROXIME

در مورد این دارو سفوروکسیم یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورینی است این آنتی‌بیوتیک در درمان تعداد زیادی از بیماری‌ها، مثل عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت پوست و بافت نرم سینوزیت و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثر است سفوروکسیم همچنین برای جلوگیری از عفونت در بیمارانی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و در افرادی که به هر علت مستعد عفونت هستند استفاده می‌شود. چگونگی مصرف قرص‌های سفوروکسیم را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلوگیری از دل‌بهم خوردگی آن را با غذا خورد. البته سوسپانسیون خوراکی را بهتر است با شکم خالی حداقل ۲ ساعت پیش از غذا یا ۱ ساعت پس از غذا مصرف کرد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دو بار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب). اگر این برنامه با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل دارد، در تعیین یک برنامه زمانی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بگیرید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علایم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفوروکسیم آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد، از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بشورات جلدی کهیر، تورم پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفوروکسیم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها).

بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، پروبنسید (یک داروی درمان نقرس. ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی؛ کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی یا سابقه هر یک از موارد مذکور. هنگام مصرف سفوروکسیم توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدن‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. سفوروکسیم را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفوروکسیم فاسد می‌شود). سوسپانسیون پس از تهیه باید در یخچال نگهداری شود و ظرف ۱۴ روز استفاده شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر در بلعیدن قرص‌های سفوروکسیم مشکل داشتید، قرص‌ها را خرد کرده با کمی غذا مثل پودینگ شکلات مخلوط کنید؛ برای رفع مزه تلخ دارو نیز به دنبالش مقداری مایع طعم‌دار مثل آب پرتقال یا شیر کاکائو بنوشید. اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با سفوروکسیم احساس بهبود نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفوروکسیم نباید سفوروکسیم تاریخ مصرف گذشته را استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CEFIXIME

در مورد این دارو سفیکسیم یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورینی است این آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان طیف وسیعی از بیماری‌های عفونی باکتریایی مثل عفونت‌های تنفسی عفونت‌های پوست و بافت نرم و عفونت‌های استخوان یا مفاصل و عفونت‌های ادراری مؤثر می‌باشند. این آنتی‌بیوتیک همچنین ممکن است برای پیشگیری از ایجاد عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند یا در دیگران که به هر علتی مستعد عفونت هستند، استفاده شوند. چگونگی مصرف سفیکسیم را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلوگیری از دل‌بهم خوردگی آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب). اگر این با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل ایجاد می‌کند، در تعیین یک برنامه مناسب زمانی از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علائم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبار نزنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفیکسیم آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سفیکسیم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به‌ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین، ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین، و پروبنسید (یک داروی درمان نقرس. سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی؛ کولیت (التهاب روده بزرگ؛ یا

بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سفیکسیم توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. سفیکسیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفیکسیم فاسد می‌شود). سوسپانسیون سفیکسیم بعد از تهیه نیازی به نگهداری در یخچال ندارد. پیش از مصرف سوسپانسیون شیشه دارو را خوب تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفیکسیم نباید سفیکسیم تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CIPROFLOXACIN

در مورد این دارو سیپروفلوکساسین یک داروی ضد میکروبی رایج است که در درمان عفونت‌های گوناگون از قبیل عفونت پوست و بافت‌های نرم برونشیت سینه‌پهلوی (پنومونی، عفونت‌های دستگاه ادراری گاستروانتریت (اسهال شدید)، و نیز عفونت‌های کلامیدیایی و گنوره‌ای (مثل سوزاک به کار می‌رود. چگونگی مصرف سیپروفلوکساسین را می‌توان با شکم خالی همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. اگر معده‌تان را ناراحت کرد آن را با غذا بخورید. بهتر است این دارو در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل برابر مصرف شود تا سطح دارو در خون یکسان باقی بماند. مثلاً، اگر قرار است روزی ۲ بار آن را مصرف کنید، هر ۱۲ ساعت باید بخورید. اگر این زمانبندی با برنامه کار یا خواب شما تداخل داشت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام سیپروفلوکساسین مصرفش را قطع کنید، علایمتان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اضطراب گيجی لرزش دست توهم رفتارهای غیرمنطقی ثورات جلدی یا خارش کم‌رود، ادرار خونی یا کدر، تب یا تورم پاها یا ساق پا. علایم دیگری هم ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند. اینها عبارتند از: سرگیجه خواب‌آلودگی سیاهی رفتن چشم سردرد، بی‌خوابی درد شکمی (دل‌پیچه، تهوع و استفراغ اسهال یا افزایش حساسیت به نور خورشید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف سیپروفلوکساسین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به سیپروفلوکساسین یا دیگر داروهای ضدباکتریایی فلوروکینولون سن کمتر از ۱۸ سال بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه گشادکننده‌های برونشی (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین؛ آنتی‌اسیدها؛ قرص آهن سوکرافات کافئین دیدانوزین یا ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های تشنجی کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سیپروفلوکساسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی، دارو را تا انتها مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود آن جلوگیری شود. روزی هشت لیوان آب بنوشید، مگر اینکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. سیپروفلوکساسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (سیپروفلوکساسین در این شرایط فاسد می‌شود). از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و دستگاه‌های برنزه‌کننده اجتناب کنید. نواحی در معرض آفتاب پوست بدنتان را با یک کرم ضد آفتاب با قدرت محافظتی (اس‌پی‌اف حداقل ۱۵ بپوشانید. اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با سیپروفلوکساسین احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سیپروفلوکساسین نباید داروهای آنتی‌اسید، سوکرافات یا داروهای حاوی آهن را همزمان مصرف کنید. این داروها را حداقل ۶ ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از سیپروفلوکساسین مصرف کنید. تا مشخص نشدن پاسخ بدنتان به دارو، رانندگی کنید یا اقدام به انجام کارهایی کنید که نیاز به هوشیاری دارد. این دارو ممکن است شما را خواب‌آلوده یا

گیج کند.

CISAPRIDE

در مورد این دارو سیسپراید برای درمان سوزش سر دل ناشی از بیماری پس‌زنش معده - مروی و نیز تخلیه تأخیری معده تجویز می‌شود. چگونگی مصرف سیسپراید روزی ۴-۱ بار با یک لیوان پر از آب مصرف می‌شود. مقدار تجویزی دارو بسته به علت تجویز متفاوت است این دارو را معمولاً ۱۵ دقیقه پیش از غذا و هنگام خواب مصرف می‌کنند. برای جلوگیری از واژنش سیسپراید روزی یک بار هنگام خواب تجویز می‌شود. پیش از مصرف نوع سوسپانسیون آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار داروی مصرفی استفاده کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. درمان با سیسپراید معمولاً در حدود ۸ هفته به طول می‌انجامد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز تشنج دارو را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید. البته تشنج فقط در افرادی روی می‌دهد که از قبل سابقه اختلال تشنجی داشته باشند. علایم زیر ممکن است رخ دهند، اما فقط در صورت مشکل ساز شدن باید با پزشک در میان گذاشته شوند: خواب‌آلودگی احساس ناراحتی در شکم (دل بهم‌خوردگی)، یبوست اسهال نفخ افزایش تولید گاز در روده‌ها، تهوع سردرد، آبریزش بینی یا سینوزیت موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سیسپراید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به سیسپراید. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل بنزودیازپین‌ها (آرامبخش‌ها، داروهای ضد اضطراب، شل‌کننده‌های عضلانی، سایمتیدن رانیتیدین یا داروهای که تخلیه معده را به تأخیر می‌اندازند

(مثل داروهای ضد افسردگی و داروهای آنتی‌کولینرژیک. سابقه یا ابتلا به اختلال تشنجی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف سیسپراید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. الکل نوشابه‌های الکلی قهوه اسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات را کمتر مصرف

کنید، چرا که می‌توانند به معده شما آزار برسانند. از پزشکتان راجع به سایر مواردی که باید مصرفشان محدود شود، سؤال کنید. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی از افراد هنگام استفاده از این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت هوشیاری می‌شوند. سیسپراید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط سیسپراید فاسد می‌شود). سیسپراید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف سیسپراید نباید نوشیدنی‌های الکلی بنوشید.

POTASSIUM CHLORIDE

در مورد این دارو کلرید پتاسیم یک مکمل رایج برای درمان و جلوگیری از کاهش سطح پتاسیم در افرادی است که به سبب مصرف داروهای مُدر، برخی داروهای دیگر، یا برخی بیماری‌های خاص ممکن است دچار افت پتاسیم خون شوند. پتاسیم یک ماده شیمیایی است که برای عملکرد بدن ضروری است کاهش پتاسیم خون (هیپوکالمی موجب ضعف عضلانی و تغییرات الگوی الکتریکی قلب می‌شود.

چگونگی مصرف کلرید پتاسیم روزی ۴-۱ نوبت (بسته به تجویز پزشک پس از غذا یا همراه غذا خورده می‌شود. تمام نوبت‌های دارو در طی روز باید به‌طور کامل و سر ساعت معین مصرف شود. کلرید پتاسیم را با یک لیوان پر از آب بخورید و تا ۳۰ دقیقه

پس از آن دراز نکشید تا دچار تحریک و آسیب به معده نشوید. اکثر قرص‌های غیرجوشان یا کپسول‌های کلرید پتاسیم را باید درسته بلعید. اما برخی کپسول‌ها را می‌توان باز کرد و محتویاتش را داخل یک غذای نرم ریخت یا با آب میوه مخلوط کرد. محلول‌های خوراکی قرص‌های جوشان و شکل‌های پودری کلرید پتاسیم را باید به‌طور کامل در نصف لیوان آب یا آب میوه خنک حل کرد و طی ۱۰-۵ دقیقه به تدریج نوشید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: ضعف عضلات ضربان قلب کند یا نامنظم خستگی غیرعادی گیجی گزگز یا بی‌حسی انگشتان دست پا، یا لب‌ها؛ مشکل در تنفس یا تنگی نفس سوزش سر دل مداوم درد بالای شکم استفراغ خونی یا اضطراب و تشویش بی‌دلیل موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف کلرید پتاسیم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به مکمل‌های حاوی کلرید پتاسیم بارداری مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه مهارکننده‌های آنزیم تبدیل‌کننده آنژیوتانسین داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی داروهای مسدودکننده بتا، داروهای مُدر نگهدارنده پتاسیم و مصرف شیر کم‌نمک این داروها ممکن است سطح پتاسیم خون را افزایش دهند. داروهایی که تخلیه معده را به تأخیر می‌اندازند، مانند داروهای آنتی‌کولینرژیک یا برخی داروهای ضدافسردگی خطر آسیب به معده را بیشتر می‌کنند. سابقه یا ابتلا به اسهال شدید یا مشکلات گوارشی نظیر زخم معده یا دوازده تنگی مری تخلیه تأخیری معده یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف کلرید پتاسیم توصیه می‌شود کلرید پتاسیم را درست طبق تجویز پزشک مصرف کنید، به‌ویژه اگر دیگوکسین و داروهای مُدر هم همزمان مصرف می‌کنید. با پزشکتان درباره توصیه‌های تغذیه‌ای مشورت کنید. بدون تأیید پزشکتان از جایگزین نمک شیر کم‌سدیم و دیگر مواد غذایی کم‌نمک (کم‌سدیم استفاده نکنید. این‌ها دارای مقادیر زیادی پتاسیم هستند و مصرف آنها موجب افزایش بیش از حد پتاسیم خون خواهد شد. به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد با انجام آزمایش خون سطح پتاسیم خون را به‌طور مرتب زیر نظر بگیرید. پیش از مصرف یا قطع مصرف هر نوع دارو، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی با پزشکتان صحبت کنید. کلرید پتاسیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کلرید پتاسیم فاسد می‌شود). کلرید پتاسیم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف کلرید پتاسیم نباید بدون مشورت با پزشکتان از جایگزین نمک یا دیگر مواد غذایی کم‌نمک (کم‌سدیم استفاده کنید.

FAMOTIDINE

در مورد این دارو فاموتیدین برای مهار تشریح اسیدمعده برای پیشگیری و درمان زخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده - مری تجویز می‌شود. فاموتیدین یک مسدودکننده گیرنده H_2 (هیستامینی نوع دو) است چگونگی مصرف فاموتیدین را می‌توان با یا بدون غذا با شکم خالی مصرف کرد. معمولاً روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. درمان با فاموتیدین معمولاً حدود ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علائم شما ممکن است پس از یک یا دو هفته رفع شود. حتی در صورت احساس بهبودی نیز مصرف دارو را ادامه دهید. در هفته اول یا دوم اگر بازهم احساس درد داشتید، می‌توانید از آنتی‌اسیدها استفاده کنید، البته مشروط به اینکه حداقل یک ساعت بین نوبت دارویی و مصرف آنتی‌اسید فاصله باشد. اگر دردتان مجدداً عود کرد پزشکتان را مطلع سازید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر فاموتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی خس‌خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد

کبودی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: یبوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فاموتیدین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به رانیتیدین سایمتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضد قارچ، داروهای ضد دیابت (داروهای که قند خون را پایین می‌آورند)، ضد انعقادهای خوراکی (رقیق‌کننده‌های خون، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدپین متوپرولول پروکاینامید)، فنی‌توئین (یک داروی ضد صرع، یا الکل

سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فاموتیدین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکتان در مورد خوراکی‌هایی که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه اسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. فاموتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. فاموتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط فاموتیدین فاسد می‌شود). فاموتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی بریزید. هنگام مصرف فاموتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف فاموتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

FEXOFENADINE

در مورد این دارو فکسوفنادین یک آنتی‌هیستامین طولانی اثر رایج برای درمان علایم گوناگون عطسه خارش و قرمزی چشم آبریزش بینی و کهیر، حساسیت فصلی است چگونگی مصرف فکسوفنادین معمولاً روزی دوبار با یا بدون غذا مصرف می‌شود. برای آنکه مصرف دارو را فراموش نکنید بهتر است هر روز سر ساعت معینی آن را بخورید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبار نزنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: خشکی شدید دهان بینی یا گلو؛ سردرد؛ یا خواب‌آلودگی در یک شکل تجاری مقداری پسودوافدرین نیز (به عنوان ضداحتقان به صورت مخلوط با این دارو وجود دارد که ممکن است موجب علایم زیر شود: تشویش بی‌قراری بی‌خوابی تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه، یا ضربان قلب تند. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فکسوفنادین، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فکسوفنادین هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر (به ویژه سایر آنتی‌هیستامین‌ها). بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای مضعف دستگاه عصبی (آرامبخش‌ها، داروهای خواب و صرع مسکن‌ها، شل‌کننده‌های عضلانی؛ کتوکونازول (یک داروی ضد قارچ؛ یا آنتی‌بیوتیک‌های ماکرولیدی (اریترومایسین. سابقه یا ابتلا به مشکلات کلیوی در مصرف نوع دارای پسودوافدرین سابقه یا ابتلا به پرفشاری خون بیماری‌های قلبی یا پرکاری تیروئید. هنگام مصرف فکسوفنادین توصیه می‌شود از مصرف الکل داروهای خواب یا آرامبخش‌ها اجتناب کنید؛ این‌ها اثرات تخدیری فکسوفنادین را افزایش می‌دهند. پیش از رانندگی یا کار با وسایل خطرناک از پاسخ بدنتان به فکسوفنادین مطمئن شوید. این دارو ممکن است روی میزان هوشیاری اثر بگذارد. اگر خشکی دهان مشکل ساز شد، از آدامس یا آب نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه کوچک آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از دو هفته باقی ماند با پزشکتان مشورت کنید.

فکسوفنادین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فکسوفنادین فاسد می‌شود). اگر ظرف ۵ روز درمان با فکسوفنادین احساس بهبودی ندارید، پزشکتان را مطلع سازید. هنگام مصرف فکسوفنادین نباید از ضد احتقان‌ها یا داروهای ضد سرفه یا سرماخوردگی که بدون نسخه قابل تهیه هستند استفاده کنید. دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کرد.

FLUOXETINE

در مورد این دارو فلوکستین یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای تسکین علائم افسردگی و اختلالات وسواسی تجویز می‌شود. فلوکستین یک داروی مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف فلوکستین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح‌ها ناشتا (تا فراموش نشود) یا شب‌ها قبل از خواب مصرف کرد. مهم است که هر روز در ساعت معینی خورده شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحتی معده می‌توان آن را با غذا خورد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، در صورتی که ظرف یک ساعت آن را به یاد آورید بلافاصله مصرفش کنید؛ در غیر اینصورت نوبت را فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف فلوکستین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: تب و لرز؛ درد مفاصل یا عضلات بثورات جلدی یا کهیر؛ مشکل در تنفس تشنج علائم افت قندخون (اضطراب گیجی خواب‌آلودگی عرق سرد، ضربان قلب سریع عدم تعادل لرزش بدن ضعف یا خستگی غیرعادی سردرد). علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شدند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: اضطراب تشویش خواب‌آلودگی خشکی دهان تهوع اسهال ضربان قلب تند یا نامنظم افزایش تعریق مشکل در به خواب رفتن احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش اشتها، دل‌پیچه شکم‌درد یا نفخ یا مشکلات قاعدگی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف فلوکستین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلوکستین یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین دیگوکسین الکل مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک آرامبخش داروهای ضد افسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج یا مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز نظیر فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلزین پروکاربازین سلژلین یا ترانیل سیپرومین مصرف فلوکستین در حالیکه همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به صرع بیماری قند، بیماری کلیوی یا کبدی اگر دچار بیماری قند هستید، ممکن است لازم شود مقدار انسولین یا داروهای خوراکی پایین آورنده قندخون که مصرف می‌کنید تغییر داده شود. هنگام مصرف فلوکستین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته‌باشد. ممکن است ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشکتان را ملاقات کنید. به نظر برخی پزشکان مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در مورد هرگونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشکتان مشورت کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر اینصورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگ شناسایی پزشکی که نشان‌دهنده فلوکستین مصرف می‌کنید، همراه

داشته باشید. فلوکستین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلوکستین فاسد می‌شود). فلوکستین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف فلوکستین نباید نوشابه الکلی یا داروهای آرامبخش مصرف کنید.

FLUCONAZOLE

در مورد این دارو فلوکونازول یک داروی ضد قارچ است که برای عفونت‌های کانیدیایی دهان (برفک، گلو، و واژن و دیگر عفونت‌های قارچی کمتر معمول تجویز می‌شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی فلوکونازول طول درمان و برنامه زمانی درمان براساس محل عفونت قارچی و پاسختان به دارو متفاوت است این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. اگر قرار است روزی یک نوبت فلوکونازول بخورید، می‌توانید صبح‌ها دارو را مصرف کنید تا آن را فراموش نکنید. پیش از مصرف سوسپانسیون خوراکی باید شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری دارو در شکل سوسپانسیون از پیمانه داخل جعبه دارو استفاده کنید. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارو و مصرفش را قطع کنید، علامت‌هایتان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تب لرزه؛ گلودرد؛ قرمزی پوست یا تاول از دست رفتن اشتها؛ مدفوع کمرنگ یا ادرار تیره معده درد؛ خستگی زردی چشم‌ها یا پوست خونریزی یا کبودی غیرعادی علائم دیگری نیز ممکن است رخ دهند، ولی فقط اگر مشکل‌ساز شوند لازم است با پزشک مطرح شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی سردرد، کاهش اشتها، تهوع اسهال یبوست یا دل‌پیچه موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف فلوکونازول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلوکونازول یا دیگر داروهای ضد قارچ بارداری یا شیردهی مصرف بیش از سه قوطی مشروبات الکلی در روز مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل آنتی‌اسیدها؛ اومپرازول سوکرافات داروهای ضد زخم معده (سایمتیدین یا رانیتیدین؛ داروهای ضد دیابت خوراکی کاربامازپین سیکلوسپوزین داروهای ضد سل (ایزونیازید، ریفامپین؛ فنی‌توئین داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین).

سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا کبدی و یا الکلیسم (اعتیاد به الکل هنگام مصرف فلوکونازول توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. از مواجهه با آفتاب ساعات بین ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر، و استفاده از لامپ آفتابی یا دیگر وسایل برنزه‌کننده پرهیزید. مناطق در معرض نور پوست را با یک لوسیون ضد آفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ حفاظت کنید. فلوکونازول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلوکونازول فاسد می‌شود). اگر ظرف ۳ روز از درمان با فلوکونازول احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف فلوکونازول نباید به هیچ‌وجه الکل یا داروهای حاوی الکل (برخی از داروهای سرماخوردگی مصرف کنید. مصرف الکل همزمان با مصرف این دارو موجب افزایش احتمال عوارض کبدی و علائمی نظیر گر گرفتگی و برافروختگی صورت تنگی نفس احساس گرفتگی سینه و تب می‌شود. دارو را پس از تاریخ مصرف استفاده کنید. پیش از اتمام دارو مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

FLUVASTATIN

در مورد این دارو فلوواستاتین یک داروی کاهنده سطح کلسترول لیپوپروتئین کم‌چگال خون می‌باشد؛ و به همین علت از بیماری

شریان‌های کرونری قلب پیشگیری می‌کند. فلووستاتین کلسترول بالای خون را درمان نمی‌کند بلکه آن را کنترل می‌کند. برای تأثیر بیشتر دارو باید از دستورات پزشکتان مبنی بر کاهش دریافت غذاهای دارای اسیدهای چرب اشباع و کلسترول پرداختن به ورزش به اندازه کافی رسیدن به وزن مناسب و ترک سیگار (اگر سیگاری هستید) پیروی کنید. چگونگی مصرف فلووستاتین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. این دارو معمولاً روزی یک نوبت عصرها مصرف می‌شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دوبار نکنید.

هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف فلووستاتین را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: تب درد یا گرفتگی عضلانی یا خفیف یا خستگی غیرعادی علائم زیر ممکن است رخ دهند که اگر مشکل ساز شدند باید گزارش شوند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد، یا بثورات جلدی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف فلووستاتین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلووستاتین یا دیگر داروهای پایین آورنده کلسترول بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه سیکلوسپورین یا دیگر داروهای سرکوبگر ایمنی ژمفیروزیل اریترومايسين نیاسین دیجوکسین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین). سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل یا بیماری‌های کبدی یا داشتن عضو پیوندی هنگام مصرف فلووستاتین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از برنامه غذایی پزشکتان و سایر دستورات وی پیروی کنید. پیش از هرگونه عمل جراحی شامل کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که فلووستاتین مصرف می‌کنید مطلع سازید. فلووستاتین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلووستاتین فاسد می‌شود). فلووستاتین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف فلووستاتین نباید بدون مشورت با پزشکتان آن را قطع کنید. در این صورت سطح چربی‌های خونتان ممکن است به شدت افزایش یابد.

PHENYTOIN

در مورد این دارو فنی توئین ممکن است به‌عنوان یک داروی ضد تشنج یک داروی قلبی برای بهبود ضربان قلب یا به‌عنوان یک تسکین‌دهنده درد در موارد درد عصبی عصب تری‌ژمینال تجویز شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی فنی توئین بسته به علت تجویز متفاوت خواهد بود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر از شکل مایع (سوسپانسیون فنی توئین استفاده می‌کنید، قبل از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری مقدار دارو فقط از پیمانه داخل جعبه استفاده کنید. نگذارید این سوسپانسیون یخ بزند. اگر از قرص‌های جویدنی فنی توئین استفاده می‌کنید، می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید یا درسته بلعید. اما کپسول فنی توئین حتماً باید درسته بلعیده شود. اگر فقط روزی یکبار فنی توئین مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تا روز بعد آن را به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزانه بیش از یک نوبت فنی توئین می‌خورید، و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، در صورتی که بیشتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی باقی باشد، می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبار نکنید. اگر یک نوبت را دو روز یا بیشتر عقب انداختید از پزشکتان کسب تکلیف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف فنی توئین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت مهارت‌های حرکتی عدم تعادل یا گیجی تغییرات خلقی لرزش بدن تشویش غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ افزایش در دفعات یا شدت موارد تشنج

بثورات جلدی لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرعادی تورم لثه‌ها؛ ادرار تیره یا مدفوع بی‌رنگ شکم درد؛ حرکات غیرارادی دست‌ها، پاها، لب‌ها یا صورت که قبلاً مشاهده نمی‌شده شکستگی‌های متعدد استخوانی و وقفه رشد در کودکان بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ مشکل در تنفس یا درد قفسه‌سینه علائم زیر ممکن است رخ دهد که در صورت مشکل ساز شدن می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: بی‌بوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغییرات حالات چهره یا رشد بیش از حد موهای صورت و بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فنی توئین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به فنی توئین دیگر داروهای ضد تشنج یا هر نوع رنگ خوراکی ماده غذایی را نگهدارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقادها؛ الکل متادون داروهای خواب داروهای ضد افسردگی آرامبخش‌ها؛ آنتی‌اسیدها؛ داروهای قلبی (آمیودارون پروپرانولول؛ ضد انعقادها؛ داروهای ضد عفونت (کلرامفنیکل ایزونیاژید، سولفونامیدها، فلوکونازول؛ سایمتیدین دیسولفیرام فینیل بوتازون داروهای پرفشاری خون (دیازوکساید)؛ کلسیم داروهای آسم (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهای ضد بارداری خوراکی کورتیکواستروئیدها)؛ یا سوکرافات سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی پورفیری یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فنی توئین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر معده‌تان را ناراحت می‌کند آن را همراه با غذا مصرف کنید. به هر حال سعی کنید هر روز در شرایط یکسانی دارو را بخورید تا به‌طور مشابهی جذب شود. پیش از هرگونه عمل جراحی مداخلات دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکتان را از اینکه فنی توئین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. اگر از قرص‌های ضد بارداری استفاده می‌کنید، یک روش جلوگیری از بارداری دیگر را جایگزین آن کنید چون فنی توئین اثربخشی قرص‌های ضد بارداری را کاهش می‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشک مراجعه کنید. در برخی بیماران - معمولاً بیماران جوان - فنی توئین موجب تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها می‌شود. برای پیشگیری از این مشکل دندان‌هایتان را به‌طور منظم مسواک کنید و نخ بکشید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد فنی توئین مصرف می‌کنید. فنی توئین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فنی توئین فاسد می‌شود). فنی توئین تاریخ مصرف گذشته فنی توئین PHENYTOIN

در مورد این دارو فنی توئین ممکن است به‌عنوان یک داروی ضد تشنج یک داروی قلبی برای بهبود ضربان قلب یا به‌عنوان یک تسکین‌دهنده درد در موارد درد عصبی عصب تری‌ژمینال تجویز شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی فنی توئین بسته به علت تجویز متفاوت خواهد بود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر از شکل مایع (سوسپانسیون فنی توئین استفاده می‌کنید، قبل از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری مقدار دارو فقط از پیمانه داخل جعبه استفاده کنید. نگذارید این سوسپانسیون یخ بزند. اگر از قرص‌های جویدنی فنی توئین استفاده می‌کنید، می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید یا درسته بلعید. اما کپسول فنی توئین حتماً باید درسته بلعیده شود. اگر فقط روزی یکبار فنی توئین مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تا روز بعد آن را به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزانه بیش از یک نوبت فنی توئین می‌خورید، و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، در صورتی که بیشتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی باقی باشد، می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبار نکنید. اگر یک نوبت را دو روز یا بیشتر عقب انداختید از پزشکتان کسب تکلیف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف فنی توئین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت مهارت‌های حرکتی عدم تعادل یا گیجی تغییرات خلقی لرزش بدن تشویش غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ افزایش در دفعات یا شدت موارد تشنج

بثورات جلدی لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرعادی تورم لته‌ها؛ ادرار تیره یا مدفوع بی‌رنگ شکم درد؛ حرکات غیرارادی دست‌ها، پاها، لب‌ها یا صورت که قبلاً مشاهده نمی‌شده شکستگی‌های متعدد استخوانی و وقفه رشد در کودکان بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ مشکل در تنفس یا درد قفسه‌سینه علایم زیر ممکن است رخ دهد که در صورت مشکل ساز شدن می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: بی‌بوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغییرات حالات چهره یا رشد بیش از حد موهای صورت و بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فنی توئین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به فنی توئین دیگر داروهای ضد تشنج یا هر نوع رنگ خوراکی ماده غذایی را نگهدارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادها؛ الکل متادون داروهای خواب داروهای ضد افسردگی آرامبخش‌ها؛ آنتی‌اسیدها؛ داروهای قلبی (آمیودارون پروپرانولول؛ ضدانعقادها؛ داروهای ضد عفونت (کلرامفنیکل ایزونیاژید، سولفونامیدها، فلوکونازول؛ سایمتیدین دیسولفیرام فینیل بوتازون داروهای پرفشاری خون (دیازوکساید)؛ کلسیم داروهای آسم (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهای ضد بارداری خوراکی کورتیکواستروئیدها)؛ یا سوکرافات سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی پورفیری یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فنی توئین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر معده‌تان را ناراحت می‌کند آن را همراه با غذا مصرف کنید. به هر حال سعی کنید هر روز در شرایط یکسانی دارو را بخورید تا به‌طور مشابهی جذب شود. پیش از هرگونه عمل جراحی مداخلات دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه فنی توئین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. اگر از قرص‌های ضد بارداری استفاده می‌کنید، یک روش جلوگیری از بارداری دیگر را جایگزین آن کنید چون فنی توئین اثربخشی قرص‌های ضد بارداری را کاهش می‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشک مراجعه کنید. در برخی بیماران - معمولاً بیماران جوان - فنی توئین موجب تورم خونریزی و حساسیت لته‌ها می‌شود. برای پیشگیری از این مشکل دندان‌هایتان را به‌طور منظم مسواک کنید و نخ بکشید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد فنی توئین مصرف می‌کنید. فنی توئین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فنی توئین فاسد می‌شود). فنی توئین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف فنی توئین نباید پیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر داروی دیگری را شروع یا قطع کنید. داروهای دیگر ممکن است بر نحوه کار فنی توئین در بدن اثر بگذارند. تا ۳-۲ ساعت پس از خوردن فنی توئین آنتی‌اسید بخورید؛ این ممکن است فنی توئین را کم‌اثر کند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل پرخطر کار کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجه خواب‌آلودگی یا افت سطح هوشیاری می‌شود. پیش از مشورت با پزشکتان مصرف فنی توئین را قطع کنید. اگر مدتی است فنی توئین مصرف می‌کنید برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. شکل دارو (مثلاً قرص یا کپسول یا نوع تجاری دارو را تغییر دهید. اگرچه مقدار مصرفی دارو همان باشد، ممکن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.

را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف فنی توئین نباید پیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر داروی دیگری را شروع یا قطع کنید. داروهای دیگر ممکن است بر نحوه کار فنی توئین در بدن اثر بگذارند. تا ۳-۲ ساعت پس از خوردن فنی توئین آنتی‌اسید بخورید؛ این ممکن است فنی توئین را کم‌اثر کند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل پرخطر کار کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجه خواب‌آلودگی یا افت سطح هوشیاری می‌شود. پیش از مشورت با پزشکتان مصرف فنی توئین را قطع کنید. اگر مدتی است فنی توئین مصرف می‌کنید برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. شکل دارو (مثلاً قرص یا کپسول یا نوع تجاری دارو را تغییر دهید. اگرچه مقدار مصرفی دارو همان باشد، ممکن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.

CAPTOPRIL

در مورد این دارو کاپتوپریل به تنهایی یا همراه با داروهای دیگر برای درمان پرفشاری خون تجویز می‌شود. در کنار داروهای دیگر برای درمان نارسایی احتقانی قلب هم مصرف می‌شود. پزشکتان ممکن است به دلایل دیگری نیز کاپتوپریل تجویز کند. کاپتوپریل از طریق مهار آنزیمی که آنژیوتانسین I (شکل غیرفعال را به آنژیوتانسین II (شکل فعال تبدیل می‌کند عمل می‌کند. آنژیوتانسین II یک ماده پرقدرت است که موجب تنگ شدن رگ‌های خونی و احتباس سدیم و آب در بدن می‌شود. به همین علت کاپتوپریل به عنوان یک مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین شناخته می‌شود. با جلوگیری از تنگ شدن رگ‌ها و احتباس مایع در آنها، کاپتوپریل فشار داخل رگ‌های خونی و بار کاری قلب را کاهش می‌دهد. چگونگی مصرف کاپتوپریل معمولاً روزی ۲ تا ۳ نوبت مصرف می‌شود. مهم است که دارو هر روز سر ساعت یکسانی مصرف شود. کاپتوپریل را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع مصرف نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و بدون مشورت با پزشکتان دارو را قطع نکنید. با قطع کاپتوپریل ممکن است دچار "پرفشاری خون برگشتی شوید که عبارت است از افزایش فشارخون تا اندازه قبل از درمان یا شاید حتی بالاتر از آن در اکثر مواردی که کاپتوپریل تجویز می‌شود، بیماری را درمان نمی‌کند بلکه آن را مهار می‌کند پس حتی در صورت احساس بهبودی نیز ممکن است لازم باشد آن را سال‌ها یا تا آخر عمر مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف کاپتوپریل را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس خس سینه خشونت صدا؛ تورم صورت لب دست یا پا؛ سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش گیجی بی‌نظمی ضربان قلب درد قفسه سینه درد مفاصل تب بشورات جلدی درد شکمی تهوع و استفراغ علائم دیگری نیز ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که طول کشیده مشکل ساز شوند باید آنها را با پزشکتان در میان بگذارید. این علائم عبارتند از سردرد، سرفه خشک اسهال خستگی یا تهوع ممکن است تا حدی دچار کاهش حس چشایی شوید که معمولاً ظرف ۳-۲ ماه درمان رفع می‌شود، ولی ممکن است در این مدت کاهش وزن پیدا کنید. سرفه را می‌توان با قطره‌های ضد سرفه بدون قند و چند جرعه کوچک آب سرد درمان کرد. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف کاپتوپریل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کاپتوپریل یا دیگر مهارکننده‌های آنزیم مبدل کننده آنژیوتانسین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای مدر یا دیگر داروهای پرفشاری خون (که اگر با کاپتوپریل همزمان مصرف شوند ممکن است فشارخون به شدت افت کند)؛ مکمل‌های حاوی پتاسیم شیر با سدیم پایین یا جایگزین‌های نمک (که حاوی مقادیر بالای پتاسیم هستند و ممکن است موجب تجمع بیش از حد پتاسیم در بدن شوند)؛ یا الکل سابقه یا ابتلا به حساسیت کبیر، بالا بودن سطح پتاسیم خون یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف کاپتوپریل توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. وزنتان را متناسب با قد و استخوان بندی‌تان حفظ کنید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. اگر سیگاری هستید سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. از حالت دراز کشیده به نشسته یا ایستاده یا از حالت نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. فشارخون خود را هر هفته پایش کنید و تغییرات قابل توجه را به پزشکتان اطلاع دهید. شارخون‌های اندازه‌گیری شده را در جایی ثبت کنید و در مراجعه به پزشکتان آن را به وی نشان دهید. برای روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس داشته باشید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کاپتوپریل مصرف می‌کند.

سایر پزشک‌تان را از این که کاپتوپریل مصرف می‌کنید مطلع سازید، چرا که این دارو می‌تواند روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. کاپتوپریل را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط کاپتوپریل فاسد می‌شود). کاپتوپریل تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف کاپتوپریل نباید بدون مشورت با پزشک‌تان دارو را قطع کنید. تا مشخص شدن واکنش بدن‌تان نسبت به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر سرگیجه تداوم یافت با پزشک‌تان مشورت کنید. داروهای دیگر را بدون تأیید پزشک‌تان مصرف کنید؛ به‌ویژه داروهای سرماخوردگی و سرفه و داروهای محرک بدون نیاز به نسخه

CARBAMAZEPINE

در مورد این دارو کاربامازپین به عنوان یک ضد تشنج برای انواع گوناگونی از صرع تجویز می‌شود. این دارو بیشتر از همه داروهای ضد تشنج تجویز می‌شود، زیرا سمیت نسبتاً کمی دارد و احتمال بروز عوارض جانبی ناشی از مصرف آن کم می‌باشد. کاربامازپین همچنین برای تسکین درد نورالژی عصب سه‌قلو استفاده می‌شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی کاربامازپین بر اساس علتی که برایش تجویز شده است فرق می‌کند. این دارو باید با غذا مصرف شود. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشک‌تان به دقت پیروی کنید. اگر از سوسپانسیون کاربامازپین استفاده می‌کنید، پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. همچنین از پیمانه داخل جعبه خود دارو یا پیمانه‌ای که پزشک‌تان در اختیار‌تان گذاشته است استفاده کنید. مراقبت باشید سوسپانسیون یخ نزند. اگر از قرص‌های جویدنی استفاده می‌کنید می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید، یا درسته بلعید؛ اما قرص‌های طولانی رهش و قرص‌های غیرجویدنی باید درسته بلعیده شوند. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. اگر بیش از یک نوبت را در روز فراموش کرده‌اید برای کسب تکلیف با پزشک‌تان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر کاربامازپین را قطع کرده با پزشک‌تان تماس بگیرید: بثورات جلدی کهیر، یا خارش سردرد مداوم کرختی در حرکات یا عدم تعادل گیجی تغییرات خلقی لرزش اضطراب غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ حرکت غیرعادی چشم به عقب و جلو؛ افزایش دفعات تشنج لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرمعمول درد استخوان یا ماهیچه کبودی یا خونریزی غیرعادی دفع خون در ادرار یا مدفوع تورم غدد؛ ادرار تیره مدفوع بی‌رنگ درد شکمی انقباضات غیرعادی عضلات در دست بازو، پا، لب یا صورت بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ ضربان قلب کند، تند، یا نامنظم؛ تنفس مشکل یا درد قفسه سینه علائم زیر ممکن است روی دهند اما فقط در صورت مشکل ساز شدن باید با پزشک‌تان در میان گذاشته شوند: یبوست سرگیجه خفیف یا خواب‌آلودگی تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن ریزش مو، افزایش حساسیت به نور خورشید، یا مشکلات جنسی در افراد مذکر. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کاربامازپین پزشک‌تان را مطلع سازید: حساسیت به کاربامازپین یا دیگر داروهای ضد تشنج داروهای ضد افسردگی سه‌حلقه‌ای رنگ‌های خوراکی غذاها، یا نگهدارنده‌ها. باداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد تشنج‌ها؛ الکل متادون داروهای خواب‌آور؛ داروهای ضد افسردگی داروهای آرامبخش ضد انعقادها؛ آنتی‌بیوتیک‌ها (کلارتریومایسین ایزونیازید، اریترومایسین، سایمتیدین داروهای فشار خون و قلبی (دیلتازم وراپامیل کینیدین؛ هورمون‌ها (استروژن قرص‌های ضد بارداری، کورتیکواستروئیدها، مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز؛ یا پروپوکسیفن (یک مسکن. سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی نارسایی مغز استخوان یا بیماری‌های کبدی هنگام مصرف کاربامازپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشک‌تان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد برای تعیین سطح دارو در خون آزمایش بدهید. کاربامازپین را با غذا مصرف کنید تا معده‌تان را

ناراحت نکند. مشروبات الکلی و دیگر داروهای کندکننده دستگاه اعصاب مرکزی (آرامبخش‌ها) را استفاده نکنید. از پوستتان در برابر اشعه آفتاب محافظت کنید تا دچار آفتاب سوختگی نشوید. کاربامازپین حساسیت پوست آفتاب را افزایش می‌دهد. از مواجهه با آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر بپرهیزید. از یک کرم ضدآفتاب با حداقل قدرت ۱۵ (SPF) در مناطق در معرض نور بدنتان استفاده کنید. از وسایل برنزه‌کننده مثل لامپ آفتابی استفاده نکنید. پیش از عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه کاربامازپین مصرف می‌کنید مطلع سازید. این دارو ممکن است با برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تداخل ایجاد کند. در مورد استفاده از قرص‌های ضدبارداری با پزشکتان مشورت کنید؛ زیرا کاربامازپین اثر این قرص‌ها را کاهش می‌دهد و شاید لازم باشد در طی مصرف این دارو از یک روش جلوگیری دیگر استفاده کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کاربامازپین مصرف می‌کنید.

کاربامازپین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط کاربامازپین فاسد می‌شود). کاربامازپین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کاربامازپین نباید بدون اجازه پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید. زیرا ممکن است بر چگونگی کارکرد کاربامازپین در بدنتان اثر بگذارد. تا مشخص نشدن واکنش بدنتان به این دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید؛ این دارو برخی از افراد را گیج و خواب‌آلوده می‌کند و یا هوشیاری را کاهش می‌دهد. دارو را پیش از مشورت با پزشک قطع کنید. در صورت نیاز به قطع دارو این کار باید تدریجی صورت پذیرد.

KETOPROFEN

در مورد این دارو کتوپروفن یک داروی ضد التهابی غیراستروئیدی رایج است از این دارو برای تسکین درد و کاهش التهاب آرتريت روماتوئید و استئوآرتريت (آرتروز) در بالغین استفاده می‌شود. موارد دیگر مصرف این دارو عبارتند از: سردردهای عروقی (مثل میگرن، مشکلات قاعدگی حیات حاد نقرس و دیگر مشکلات التهابی غیرروماتوئید. چگونگی مصرف قرص‌های کتوپروفن را باید همراه غذا با یک لیوان پر از آب خورد. تا ۳۰-۱۵ دقیقه پس از مصرف دارو نباید دراز کشید چرا که ممکن است به وی آسیب بزند. قرص‌های طولانی‌ریش را باید یکجا بلعید و خرد کردن شکستن یا جویدن آنها ممنوع است اگر روزی یک بار کتوپروفن مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، اگر بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی باقی مانده است نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر اینصورت آن را رها کرده و به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. اگر بیش از یک نوبت در روز کتوپروفن می‌خورید، به مجردیکه نوبت فراموش شده را به یاد آوردید مصرفش کنید، مگر اینکه تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف دارو را متوقف ساخته با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی شدید، گیجی فراموشکاری یا افسردگی سوزش سردل یا سوءهاضمه بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه قیری یا خونی اسهال علایم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی، به ویژه اگر این علایم قبل یا همراه با ظهور بثورات جلدی رخ دهند؛ تنگی نفس یا مشکل در تنفس سرفه کمردرد؛ ادرار کدر، خونی یا صورتی تورم صورت یا پاها یا ساق پاها؛ افزایش وزن سردرد شدید؛ کرخی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ جداشدگی ناخن‌های انگشتان دست خون دماغ کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی خارش کهیر، یا ضایعات تاولی زردی پوست یا چشم‌ها؛ احساس صدای زنگ در گوش (وزوز گوش) خشکی تحریک و تورم چشم‌ها؛ تاری دید؛ زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ارتباطی با بیماری اخیر که به خاطرش کتوپروفن تجویز شده نداشته باشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی‌دهنده این دارو قرار دارند. یک پاسخ حساسیتی نادر به کتوپروفن آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی

نیاز دارد. از آنجاییکه آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت مشاهده تورم لب‌ها یا دور چشم‌ها، کهیر یا تورم‌های پوستی ضربان قلب تند، خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس بلافاصله مصرف دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات پزشکی اورژانس تماس بگیرید. علائم دیگری نیز ممکن است مشاهده شوند که فقط در صورت مشکل ساز شدن لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: اضطراب تشویش سرگیجه سیاهی رفتن چشم سردرد خفیف حساسیت به نور، مشکل در به خواب رفتن خشکی دهان دل‌پیچه خفیف نفخ تولید گاز بیش از حد در روده‌ها، یا اسهال یا یبوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کتوپروفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ناپروکسن آسپرین، ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکامایسین، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی ضد نفرس تریامترن (یک داروی مُدر) یا اسیدوالپروئیک (داروی ضد تشنج). عادت به مصرف مشروبات الکلی سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسم زخم یا التهاب دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی پرفشاری خون یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف کتوپروفن توصیه می‌شود دستورالعمل روی بسته‌بندی دارو را بخوانید و به آن عمل کنید. برچسب کلیه داروهای بدون نیاز به نسخه را مطالعه کنید تا داروهای حاوی آسپرین و ایبوپروفن یا حاوی داروهایی که با کتوپروفن تداخل می‌کنند مصرف نکنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید. پیش از هر نوع عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه کتوپروفن مصرف می‌کنید مطلع سازید. اگر دچار خشکی دهان شدید با جویدن آدامس یا مکیدن آب نبات یا نوشیدن چند جرعه آب آن را تسکین دهید. اگر حساسیت به نور مشکل ساز شده است از آفتاب مستقیم ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید و از لوسیون‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (اس پی اف حداقل ۱۵ برای مناطق در معرض آفتاب استفاده کنید. کتوپروفن را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کتوپروفن فاسد می‌شود). کتوپروفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف کتوپروفن نباید مشروب الکلی بنوشید. در اینصورت مشکلات معده متحمل تر خواهد شد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنشان به دارو رانندگی کنید یا در فعالیت‌های خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی موجب گیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود.

CLARITHROMYCIN

در مورد این دارو کلاریترومایسین یک آنتی‌بیوتیک رایج برای درمان گلودرد استرپتوکوکی برونشیت سینوزیت برخی انواع ذات‌الریه (پنومونی)، و عفونت‌های دیگر می‌باشد. چگونگی مصرف کلاریترومایسین را می‌توان با غذا یا با شکم خالی مصرف کرد. اگر دارو موجب ناراحتی معده شما می‌شود آن را با غذا مصرف کنید. این دارو معمولاً هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود. لازم است این دارو در نوبت‌هایی با فواصل زمانی برابر استفاده شود تا سطح دارو در خون یکسان باقی بماند. مثلاً می‌توانید آن را ساعت ۷ صبح و ۷ شب یا ۸ صبح و ۸ شب مصرف کنید. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام داروی‌تان آن را قطع کنید، علائم‌تان ممکن است مجدداً عود کند. پیش از اندازه‌گیری مقدار دارو توسط پیمانانه داخل جعبه شکل سوسپانسیون آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. سوسپانسیون این دارو نیازی به نگهداری در یخچال ندارد، ولی حداکثر تا ۱۴ روز قابل مصرف می‌باشد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبار برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز خونریزی یا کبودی غیرعادی با پزشکتان تماس

بگیرید. سایر علائمی که ممکن است رخ دهند و فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز به گزارش دارند عبارتند از: مزه‌های غیرطبیعی (احساس مزه بد دهان، تهوع استفراغ احساس ناراحتی شکمی اسهال یا سردرد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلاریترومایسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلاریترومایسین اریترومایسین یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازین ریفابوتین استفیروول سیسپراید، ضدانعقادهای خوراکی (وارفارین، توفیلین یا زیدوودین ابتلا به یا سابقه بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف کلاریترومایسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا انتها مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر ظرف ۳ روز از درمان با کلاریترومایسین احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید.

از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. کلاریترومایسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط کلاریترومایسین فاسد می‌شود). هنگام مصرف کلاریترومایسین نباید از کلاریترومایسین تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. دارو را ناتمام قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CHOLESTYRAMINE

در مورد این دارو کلستیرامین دارویی است که برای پایین آوردن کلسترول خون از آن استفاده می‌شود. با کاهش کلسترول خون از بیماری‌هایی که در آنها کلسترول موجب انسداد رگ‌های خونی می‌گردد، جلوگیری می‌شود. سطح بالای کلسترول خون احتمال بروز آثرین قلبی حمله قلبی یا سکته مغزی را افزایش می‌دهد. از کلسترول برای کاهش خارش ناشی از افزایش اسیدهای صفراوی به دنبال بیماری‌های کبدی نیز استفاده می‌شود. کلستیرامین با متصل شدن به اسیدهای صفراوی به دنبال بیماری‌های کبدی نیز استفاده می‌شود. کلستیرامین با متصل شدن به اسیدهای صفراوی و دیگر مواد داخل روده و کمک به دفع آنها از بدن عمل می‌کند. بدین طریق کلسترول و اسیدهای صفراوی اضافی را کاهش می‌دهد، ولی بیماری زمینه‌ای را درمان نمی‌کند، خارش ناشی از مشکل کبدی ۱-۲ هفته پس از توقف درمان مجدداً بازمی‌گردد و سطح کلسترول خون ۴-۲ هفته پس از توقف درمان به سطح پیش از شروع درمان می‌رسد. چگونگی مصرف کلستیرامین به شکل یک پودر عرضه می‌شود که باید پیش از مصرف با چیزهای دیگر مخلوط شود. آن را به صورت پودر خشک مصرف نکنید زیرا ممکن است موجب خفگی شود. پودر را داخل حدوداً ۶۰ میلی‌لیتر ۴-۵ قاشق غذاخوری از یک نوشیدنی کاملاً مخلوط کنید و سپس ۱۲۰-۶۰ میلی‌لیتر دیگر مایع اضافه کنید و پس از ۱-۲ دقیقه مجدداً مخلوط کنید. این پودر در مایعات حل نمی‌شود، بنابراین مخلوط شما حالت دانه‌دانه خواهد داشت پس از نوشیدن تمامی لیوان مجدداً کمی نوشیدنی داخل لیوان بریزید و آن را بنوشید تا مطمئن شوید که تمامی دارو را مصرف کرده‌اید. کلستیرامین را همچنین می‌توان با سوپ یا فرینی در صبحانه مخلوط کرد. برخی از بیماران ترجیح می‌دهند این دارو را با کمپوت میوه‌جات یا پوره میوه‌جات مخلوط کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم زیر مصرف کلستیرامین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: عده درد شدید و تهوع و استفراغ یا مدفوع سیاه و قیری بسیاری از افرادی که کلستیرامین مصرف می‌کنند تا عادت کردن بدنشان به دارو دچار یبوست سوزش سر دل تهوع یا نفخ و آروغ می‌شوند. اگر این علائم ادامه پیدا کردند یا مشکل ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلستیرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلستیرامین بارداری یا شیردهی صرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین، دیگوکسین (یک داروی قلبی، دیورتیک‌ها، پروپرانولول (یک داروی فشار خون و قلبی، آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین خوراکی تتراسایکلین‌ها، وانکومایسین

خوراکی، و داروهای تیروئید. سابقه یا ابتلا به یبوست مشکلات کیسه صفرا، زخم‌های معده و دوازدهه یا فنیل کتونوری هنگام مصرف کلستیرامین توصیه می‌شود کلستیرامین را طبق دستور پزشکتان مصرف کنید. طبق تجویز پزشکتان برنامه غذایی خود را تغییر دهید. به یاد داشته باشید که این دارو کلسترول بالا را درمان نمی‌کند، بلکه آن را تا حدی مهار می‌کند. و تغییر در شیوه زندگی در زمینه برنامه غذایی و تحرک (ورزش است که مهم می‌باشد. داروهای دیگران را حداقل ۱ ساعت پیش یا ۴ ساعت پس از خوردن کلستیرامین مصرف کنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا پیشرفتتان را زیر نظر داشته باشد. کلستیرامین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط کلستیرامین فاسد می‌شود). کلستیرامین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلستیرامین نباید بدون هماهنگی با پزشکتان داروی دیگری نیز مصرف کنید. بدون تأیید پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

CLOMIPRAMINE

در مورد این دارو کلومیپرامین برای رفع علائم افسردگی اختلالات وسواسی - اجباری اختلالات خوردن و هراس درد عصبی و برخی موارد دیگر تجویز می‌شود. کلومیپرامین از دسته داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای است چگونگی مصرف کلومیپرامین با مقادیر متفاوتی برای افراد متفاوت با مشکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. کلومیپرامین را می‌توان بدون غذا، یا برای کاهش دل‌بهم خوردگی با غذا مصرف کرد. اثر دارو ۶-۱ هفته پس از آغاز درمان ظاهر می‌شود. پس از آغاز اثر، حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبار برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف کلومیپرامین را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید. افکار خودکشی تاری دید؛ گیجی یبوست مشکل در ادرار کردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، کند یا نامنظم لرزش غش کردن اضطراب مشکل در صحبت کردن به عدم تعادل سفتی بازوها و پاها؛ صورت بدون حالت (مثل ماسک)؛ گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی چشم‌ها یا پوست بثورات جلدی تورم صورت یا زبان یا تشنج علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند. سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، افزایش اشتها، تهوع سوزش سر دل اسهال مشکل در خوابیدن یا افزایش وزن ممکن است علائم قطع دارو مثل سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحریک پذیری یا خواب ناآرام به همراه رؤیاهای واضح در صورت قطع مصرف ناگهانی رخ دهد. مقدار دارو معمولاً در طی یک دوره ۲-۱ ماهه کاهش داده می‌شود. در صورت تمایل به قطع دارو با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلومیپرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلومیپرامین یا دیگر داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای داروهای ضدافسردگی دیگر (ماپروتیلین ترازودون، کاربامازپین) یک ضد تشنج، یا غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضدافسردگی داروهای ضد تشنج داروهای ضد تیروئید، سایمتیدین داروهای فشار خون (کلونیدین گوانادرل گوانتیدین، مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز، یا داروهای سمپاتومیتیک (مثل داروهای مورد استفاده در حساسیت‌ها، آسم سرفه یا سرماخوردگی. سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل، آسم اختلال دوقطبی (شیدایی - افسردگی، اسکیزوفرنی صرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، پرکاری تیروئید، بزرگی پروستات احتباس ادراری مشکلات قلبی یا خونی بیماری‌های دستگاه گوارش کبدی یا کلیوی هنگام مصرف کلومیپرامین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در هنگام رانندگی و کار کردن با

وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد در هنگام استفاده از این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت هوشیاری می‌شوند. هنگام برخاستن از حالت نشسته یا خوابیده احتیاط کنید؛ زیرا ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس‌های بدون قند یا آب‌نبات استفاده کنید. اگر خشکی دهانتان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه با آفتاب یا استفاده از لامپ آفتابی و سایر وسایل برنزه‌کننده اجتناب کنید؛ زیرا ممکن است دچار آفتاب سوختگی شوید. سعی کنید در صورت امکان از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر پرهیزید. از عینک آفتابی یک کلاه و لباس مناسب و کرم ضدآفتاب با قدرت محافظتی حداقل ۱۵ استفاده کنید. پیش از انجام هر عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه کلومیپرامین مصرف می‌کنید مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کلومیپرامین مصرف می‌کنید. کلومیپرامین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط کلومیپرامین فاسد می‌شود). کلومیپرامین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلومیپرامین نباید الکل بنوشید. بدون مشورت با پزشک دارویی مصرف کنید.

CLONAZEPAM

در مورد این دارو کلونازپام به‌عنوان ضد تشنج تجویز می‌شود. چگونگی مصرف کلونازپام معمولاً ۳ بار در روز مصرف می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر حس می‌کنید پس از ۳ ماه استفاده از این دارو پاسخ بدنتان نسبت به آن کم شده است با پزشکتان در مورد مقدار دارویتان مشورت کنید، چرا که ممکن است دچار نوعی "تحمل به دارو" شده باشید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر ظرف ۱ ساعت آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. از دو برابر کردن مقدار دارو پرهیزید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر، مصرف کلونازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی کند شدن قوای ذهنی خواب‌آلودگی تکلم نامفهوم ضربان قلب کند، تنگی نفس عدم تعادل ثورات جلدی گلودرد، تب لرز، خونریزی یا کبودی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم‌ها، از دست دادن حافظه بی‌خوابی اضطراب و پریشانی یا تحریک‌پذیری لوناپام می‌تواند اعتیادآور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهانی قطع شود ممکن است علائم قطع دارو مشاهده شود. این علائم عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دردهای شکمی افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، و احساس گزگز و سوزن سوزن اگر می‌خواهید مصرف کلونازپام را قطع کنید، با پزشکتان تماس بگیرید تا این کار را تدریجی انجام دهید. علائم زیر ممکن است رخ دهد اما فقط در صورتی که مشکل ساز شوند لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، یا لرزش بدن موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف کلونازپام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلونازپام یا سایر بنزودیازپین‌ها (مثلاً دیازپام اکسازپام، غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضدافسردگی یا داروهای ضد تشنج سابقه یا ابتلا به گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، میاستنی گراویس اعتیاد به الکل یا مواد مخدر، بیماری انسدادی مزمن ریوی شدید، یا آمفی‌زم هنگام مصرف کلونازپام توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر بگیرد. دفعات تشنج را ثبت کرده برای پزشکتان ببرید تا بر اساس آن پاسخ شما به دارو را ارزیابی کند.

تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به کلونازپام در هنگام رانندگی یا کار کردن با وسایل خطرناک احتیاط کنید. کلونازپام در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی یا کاهش سطح هوشیاری می‌شود. در صورت بروز افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان

مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد در حال مصرف کلونازپام هستید. کلونازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (کلونازپام در این شرایط فاسد می‌شود). کلونازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلونازپام نباید الکل بنوشید. از دیگر داروهای آرامبخش استفاده کنید.

LORAZEPAM

در مورد این دارو لورازپام برای کاهش علائم اضطراب اختلالات خواب و اختلالات ترس تجویز می‌شود؛ از این دارو همچنین به عنوان یک شل کننده عضلانی استفاده می‌شود. لورازپام یک داروی بنزودیازپین است

چگونگی مصرف لورازپام با مقادیر متفاوت برای افراد متفاوت با مشکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچ‌گاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید، شکل مایع این دارو را می‌توانید با غذاهای نیمه جامد یا مایعات مخلوط کنید. نگذارید شکل مایع آن یخ بزند. قرص‌های زیر زبانی لورازپام را نباید جوید یا درسته بلعید، بلکه باید حداقل ۲ دقیقه زیر زبان نگاه داشت تا بهتر جذب شود. اگر یک نوبت مصرف دارو را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آورید مصرفش کنید، مگر این که بیشتر از یک ساعت از آن گذشت باشد. در این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف لورازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی افت قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید، تکلم نامفهوم ضربان قلب کند؛ تنگی نفس عدم تعادل بثورات جلدی گلو درد؛ تب لرز؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم‌ها؛ از دست رفتن حافظه (فراموشی)؛ بی‌خوابی تشویش تحریک‌پذیری لورازپام می‌تواند اعتیادآور باشد، و در صورت قطعه ناگهانی آن ممکن است علائم ترک دارو رخ دهد؛ این علائم عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دل پیچه افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور یا صدا، احساس گزگز یا سوزن سوزن شدن برای قطع مصرف لورازپام با پزشکتان مشورت کنید تا این کار تدریجی انجام شود. علائم زیر ممکن است مشاهده شوند، ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شدند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، لرزش بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لورازپام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به لورازپام دیگر بنزودیازپین‌ها (مثل دیازپام یا اکسازپام)، هر نوع ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی یا داروهای ضد تشنج

ابتلا- به یا سابقه گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، میاستنی گراویس بیماری انسدادی مزمن تنفسی یا آمفیزم هنگام مصرف لورازپام توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو هنگام رانندگی یا کار با ابزار خطرناک احتیاط کنید. لورازپام در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و افت سطح هوشیاری می‌شود. اگر به مصرف بیش از حد دارو و مسمومیت با آن شک کردید بلافاصله درخواست کمک پزشک کنید. در صورت بروز افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد لورازپام مصرف می‌کنید. لورازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لورازپام فاسد می‌شود). لورازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان از توالت دور بریزید. هنگام مصرف لورازپام نباید مشروبات الکلی بنوشید. داروهای آرامبخش دیگری مصرف نکنید. به عنوان قرص خواب از لورازپام استفاده کنید، مگر این که برنامه شما اجازه دهد ۷ تا ۸ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت تا از بین رفتن اثر دارو خواب آلوده بوده دچار فراموشی

خواهید شد.

LEVOTHYROXINE

در مورد این دارو لووتیروکسین به عنوان یک هورمون تیروئیدی در مواردی که غده تیروئید مقادیر کافی هورمون تولید نمی‌کند، تجویز می‌شود. از این دارو همچنین در کاهش اندازه یک تیروئید بزرگ یا گواتر یا درمان سرطان غده تیروئید استفاده می‌شود. در ابتدای درمان با لووتیروکسین مقدار تجویزی دارو کم خواهد بود. سپس لازم است در حالی که مقدار دارو به تدریج افزایش می‌یابد. با مراجعات مکرر به پزشکتان و انجام آزمایشات مقدار مناسب دارو برای سوخت و ساز بدن شما مشخص شود. بعد از این که این مقدار تعیین شد، این آزمایشات سالی یک بار تکرار شوند. چگونگی مصرف لووتیروکسین معمولاً روزی یک بار با شکم خالی خورده می‌شود. مهم است که هر روز ساعت معینی مصرف شود. معمولاً بهتر است ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. از آنجایی که این دارو می‌تواند بی‌خوابی ایجاد کند، مصرفش در صبح هنگام از این نظر هم بهتر می‌باشد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. هر روز پیش از مصرف لووتیروکسین نبضتان را بشمارید (اگر این کار را بلد نیستید، روش آن را از پزشکتان بیاموزید). اگر ضربان قلبتان بالای ۱۰۰ در دقیقه بود یا منظم بود پیش از مصرف نوبت آن روز با پزشکتان تماس بگیرید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر ۲ نوبت یا بیشتر را فراموش کردید برای تعیین یک برنامه جدید با پزشکتان مشورت کنید. اگر لووتیروکسین را به عنوان یک درمان جایگزینی استفاده می‌کنید، ممکن است مجبور باشید تا آخر عمر مصرفش کنید. حتی در صورت احساس بهبودی دارویتان را طبق دستور ادامه دهید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف لووتیروکسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه ضربان قلب تند، تنگی نفس سردرد شدید، یا بثورات جلدی ممکن است چند هفته طول بکشد تا مقدار درست دارو برایتان تنظیم شود. اگر لووتیروکسین برای کم کاری غده تیروئید به شما تجویز شده است علائم زیر باید رفع شوند: بی‌خوابی خشکی پوست خستگی خواب‌آلودگی ضعف افت مهارت‌های بدنی دردهای ماهیچه‌ای و افزایش وزن اگر احساس نمی‌کنید این علائم در شما بهبود یافته‌اند با پزشکتان مشورت کنید. از طرف دیگر اگر دچار علائم زیر شدید یعنی مقدار داروی مصرفی شما بیش از نیاز بدنتان است و مقدار دارو را باید با صلاحدید پزشک کاهش دهید: اسهال تب عدم تحمل گرما، تعریق بی‌قراری تحریک‌پذیری لرزش دستان مشکل در به خواب رفتن تغییرات دوره ماهانه یا اشتها، یا کاهش وزن با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف لووتیروکسین، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به لووتیروکسین یا موارد دیگر مثل غذاها، نگه‌دارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقادها، خوراکی (رقیق‌کننده‌های خون؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت) (تلقیدکننده‌های سمپاتیک؛ یا داروهای کاهنده کلسترول سابقه یا ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی یا غددی هنگام مصرف لووتیروکسین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پزشکان دیگر را از اینکه لووتیروکسین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد لووتیروکسین مصرف می‌کنید. لووتیروکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لووتیروکسین فاسد می‌شود). لووتیروکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف لووتیروکسین نباید هیچ دارویی را پیش از مشورت با پزشکتان مصرف کنید

LOVSTATIN

در مورد این دارو لووستاتین دارویی است که سطح کلسترول لیپوپروتئین کم چگال (LDL) را پایین می‌آورد؛ و در نتیجه به پیشگیری از بیماری کرونری قلبی کمک می‌کند. لووستاتین بالا بودن کلسترول خون را درمان نمی‌کند؛ بلکه آن را مهار می‌کند. برای افزایش تأثیر این دارو، باید از دستورات پزشکتان مبنی بر کاهش مصرف اسیدهای چرب اشباع و کلسترول در برنامه غذایی شروع یک برنامه ورزشی کاهش وزن تا محدوده مناسب و ترک سیگار (اگر سیگاری هستید) پیروی کنید. چگونگی مصرف لووستاتین باید با غذا مصرف شود. اگر روزی یک بار آن را مصرف می‌کنید توصیه می‌شود با غذای عصر خورده شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آورید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرارسیده است نوبت فراموش شده را کنار بگذارید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید، تب درد یا گرفتگی عضلانی ضعف یا خستگی غیرعادی علائم زیر ممکن است روی دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شدند لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد، بی‌خوابی ثورات جلدی یا کاهش توانایی‌های جنسی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف لووستاتین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به لووستاتین یا دیگر داروهای کاهنده کلسترول مصرف داروهای دیگر، به ویژه سیکلوسپورین یا دیگر داروهای مهارکننده ایمنی ژمفیروزیل ایتراکونازول اریترومايسين نیاسین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارين ابتلا به یا سابقه الکلیسم (اعتیاد به الکل، بیماری کبدی یا دارای عضو پیوندی هنگام مصرف لووستاتین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از دستورات تغذیه‌ای و دیگر توصیه‌های پزشکتان پیروی کنید. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی و کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که لووستاتین مصرف می‌کنید مطلع سازید. لووستاتین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لووستاتین فاسد می‌شود). لووستاتین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف لووستاتین نباید بدون مشورت با پزشک مصرف دارو را قطع کنید. با قطع دارو و چربی‌های خون ممکن است به شدت افزایش یابند.

LITIUM

در مورد این دارو لیتیوم برای درمان مرحله شیدایی در اختلال دوقطبی (شیدایی - افسردگی و افسردگی تجویز می‌شود. این دارو از فراوانی و شدت تغییرات خلقی می‌کاهد و به شما اجازه می‌دهد کنترل بیشتری بر روی احساسات خود داشته باشید. چگونگی مصرف مقدار تجویزی لیتیوم برای افراد مختلف متفاوت است هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. ممکن است ۱-۳ هفته طول بکشد تا اثرات لیتیوم ظاهر شود، اما مهم است که حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. اگر از قرص‌ها یا کپسول‌های طولانی رهش یا کند رهش استفاده می‌کنید، آنها را نشکنید، خرد نکنید، و نجوید؛ این نوع قرص‌ها را باید به همان صورت بلعید. شکل شربت لیتیوم را می‌توان پیش از مصرف در مقدار کمی آب میوه یا نوشیدنی‌های دیگر رقیق کرد؛ فقط اطمینان حاصل کنید که تمام مقدار لازم از دارو را مصرف می‌کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. اما اگر کمتر از ۴ ساعت (۶ ساعت در مورد قرص‌ها یا کپسول‌های طولانی رهش یا کند رهش به زمان مصرف نوبت بعدی مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منتظران برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف لیتیوم را

قطع کرده با پزشکستان تماس بگیرید: غش ضربان قلب تند، کند یا نامنظم ضعف یا خستگی غیرمتعارف افزایش وزن سرگیجه تهوع یا استفراغ مشکلات بینایی یا چشم درد؛ کبودی و درد در انگشتان دست و پا؛ سردی بازوها و پاها؛ اسهال خواب آلودگی تکلم نامفهوم لرزش بدن گیجی تاری دید؛ تشنج آکنه بی‌اختیاری ادراری یا عدم توانایی کنترل ادرار موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لیتوم پزشکستان را مطلع سازید: حساسیت به لیتیم یا داروهای دیگر، غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌بارداری یا شیردهی مصرف داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی داروهای ضد روان‌پریشی (کلرومازین هالوپریدول مولیدون، یا داروهای مدر سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا فشارخون صرع پارکینسونیسم از دست دادن شدید مایعات یا عفونت احتباس ادراری یا مشکلات کلیوی هنگام مصرف لیتوم توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکستان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. برای جلوگیری از خاصیت ملینی و تحریک و آسیب به معده و نیز لرزش دست لیتیم را با غذا مصرف کنید تا آهسته‌تر جذب شود. روزی ۳ تا ۶ لیتر آب بنوشید و به مقدار کافی سدیم (نمک) بخورید. تا پیش از آگاهی از اثر دارو بر بدنتان در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناکی که احتیاج به هوشیاری کامل دارند، احتیاط کنید. لیتیم در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی یا سرگیجه می‌شود. در هنگام ورزش استفاده از حمام بخار (سونا)؛ یا طی فعالیت‌هایی که موجب از دست‌رفتن آب بدن می‌شوند؛ در هوای گرم هنگام تب و تعریق شدید، یا استفراغ و اسهال احتیاط کنید. این کاهش مایعات بدن ممکن است موجب مسمومیت با لیتیم شود. یک برگه شناسایی با خود به همراه داشته باشید که نشان دهد لیتیم مصرف می‌کنید. لیتیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (در این شرایط لیتیم فاسد می‌شود). لیتیم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان از در توالی دور بریزید. هنگام مصرف لیتیم نباید کپسول‌های کند رهش را با اشکال دارویی دیگر لیتیم عوض کنید؛ بدن آنها را به مقادیر متفاوتی جذب می‌کند. مقدار زیادی قهوه چای یا کولا بنوشید زیرا این نوشیدنی‌ها خواص افزایش‌دهنده ادرار دارند. پیش از مشورت با پزشکستان وزنتان را کاهش دهید. از دست‌دادن آب و نمک در طی رژیم گرفتن ممکن است منجر به مسمومیت با لیتیم شود.

METRONIDAZOLE

در مورد این دارو مترونیدازول یک آنتی‌بیوتیک رایج برای درمان عفونت‌های باکتریایی و تک‌یاخته‌ای است نظیر عفونت‌های پوست استخوان مفاصل و بافت نرم برخی از انواع اسهال عفونت‌های واژن و سایر عفونت‌های لگنی عفونت‌های داخل شکمی سینه‌پهلوی (پنومونی؛ سپتیسمی) (عفونت در خون)؛ و اندوکاردیت (عفونت لایه خونی قلب و دریچه‌های قلبی، و آمیبیاز (عفونت با آمیب و تریکومونازیس (عفونت با تریکوموناس). چگونگی مصرف مترونیدازول را می‌توان با وعده‌های اصلی غذا یا مقداری خوراکی مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. بهتر است این دارو طی شبانه روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. اگر قرار است روزی ۴ نوبت مترونیدازول مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح). اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکستان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، ممکن است علایمتان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، با پزشکستان تماس بگیرید: اسهال دل پیچه تهوع و استفراغ سوزش دهان یا زبان خارش یا ترشح واژن که قبل از درمان وجود نداشته پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان گلودرد، تب بشورات جلدی سرگیجه سیاهی رفتن چشم سردرد، افت مهارت‌های بدنی عدم تعادل یا بی‌حسی ضعف یا گرگز انگشتان دست و پا. ادرارتان ممکن است تیره شود،

که از نظر پزشکی بی‌اهمیت است. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف مترونی‌دازول، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به مترونی‌دازول بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقاد (رقیق کننده‌های خون مثل وارفارین یا دیسولفیرام

سابقه یا ابتلا به بیماری‌های مغزی مثل صرع مشکلات خونی یا بیماری‌های کبدی هنگام مصرف مترونی‌دازول توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. با جویدن آدامس یا مکیدن آب‌نبات‌های بدون قند و یا نوشیدن چند جرعه آب خشکی دهان را تسکین دهید. اگر در حال درمان برای عفونت با تریکوموناس هستید، برای جلوگیری از عفونت مجدد همسران نیز باید همزمان با مترونی‌دازول درمان شود و تا بهبود کامل حتماً از کاندوم استفاده شود.

مترونی‌دازول را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط مترونی‌دازول فاسد می‌شود). اگر ظرف ۳ روز درمان با مترونی‌دازول احساس بهبودی نمی‌کنید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف مترونی‌دازول نباید به هیچ وجه نوشابه‌های الکلی بنوشید یا داروهای حاوی الکل مصرف کنید. و این نکته را باید حداقل تا یک روز پس از اتمام درمان با مترونی‌دازول رعایت کنید. در غیراینصورت ممکن است دچار یک واکنش بسیار ناخوشایند شوید که علائم عبارتند از، تهوع استفراغ دل‌پیچه سردرد، تپش قلب و برافروختگی و گرگرفتگی دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

METFORMIN

در مورد این دارو متفورمین یک داروی خوراکی برای درمان دیابت نوع دو (دیابت غیر وابسته به انسولین است در این نوع بیماری قند، لوزالمعده نمی‌تواند انسولین کافی تولید کند تا سلول‌های بدن بتوانند غذایی را که می‌خورید مصرف کنند. متفورمین از طریق کاهش تولید گلوکز (قند موجود در خون توسط کبد، کاهش جذب گلوکز از دستگاه گوارش و افزایش حساسیت بدن به انسولین قند خون را به‌طور ثابت و پس از غذا پایین می‌آورد. چون این دارو قند خون را پایین می‌آورد، ممکن است لازم باشد قند خونتان را به‌طور مرتب اندازه بگیرید تا ببینید دارو چقدر مؤثر است چگونگی مصرف متفورمین معمولاً ۲ یا ۳ نوبت در روز همراه با غذا خورده می‌شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. در حین مصرف متفورمین اگر بیش از همیشه ورزش کنید، مقدار زیادی مشروب الکلی بنوشید، یا کمتر از همیشه غذا بخورید، ممکن است دچار افت قند خون (هیپوگلیسمی) شوید. علائم کاهش قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشویش لرزش بدن مشکل در تمرکز، ضعف خستگی عرق سرد، پوست رنگ‌پریده و سرد، گرسنگی خواب‌آلودگی ضربان قلب تند، سردرد، تهوع استفراغ درد شکمی گیجی تغییرات بینایی مشکل در راه رفتن عدم هوشیاری و تشنج به مجردی که دچار این علائم شدید، چیزی حاوی قند بخورید یا بنوشید. منابع خوب و سریع قند عبارتند از: آب‌میوه عسل نوشابه غیر رژیمی یا شربت قند. بعضی از بیماران قرص گلوکز یا آب‌نبات‌های قندی با خود همراه دارند. همچنین خوب است که قند خونتان را اندازه بگیرید تا اگر پایین است در اسرع وقت پزشکتان را مطلع سازید. اگر احساس می‌کنید دارید دچار کاهش هوشیاری یا تشنج می‌شوید، چیزی نخورید یا بنوشید (چرا که ممکن است دچار خفگی شوید)، بلکه بلافاصله تقاضای کمک پزشکی اورژانس نمایید. حتی اگر علائمتان با خوردن قند رفع شد نیز با پزشکتان تماس بگیرید؛ متفورمین قند خونتان را برای مدتی طولانی پایین می‌آورد و علائمتان ممکن است برگردد. اگر علائمتان بهبود نیافت از کسی بخواهید شما را به

بخش اورژانس یک بیمارستان برساند. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم زیر مصرف متفورمین را قطع کرده در اسرع وقت با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی دردهای عضلانی تنگی نفس خواب‌آلودگی یا معده‌درد. این علائم نادرند ولی باید بلافاصله با پزشک در میان گذاشته شوند. این‌ها می‌توانند علائم اسیدوز لاکتیک باشند که اگرچه نادر است ولی اغلب کشنده می‌باشد. علائم خفیف‌تر و معمول‌تر عبارتند از: از دست دادن اشتها، تهوع استفراغ نفخ تولید گاز بیش از حد در روده‌ها، و اسهال اگر این علائم مشکل‌ساز شدند با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف متفورمین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به متفورمین یا هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ خوراکی یا دارو. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل فوروسماید و تریامترن و دیگر داروهای مُدر؛ داروهای قلبی نظیر نیفدپین دیگوکسین پروکاینامید، و کینیدین کینین سایمتیدین و رانیتیدین تریمتوپریم آمیلوراید؛ مورفین و وانکومایسین سابقه یا ابتلا به صرع مشکلات قلبی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف متفورمین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از برنامه غذایی توصیه شده توسط پزشکتان پیروی کنید. این برنامه معمولاً دارای یک تعادل در مقدار هیدرات‌های کربن چربی‌ها و پروتئین‌ها است یک متخصص تغذیه به شما کمک خواهد کرد تا به وزن مناسب‌تان برسید و آن وزن را حفظ کنید. او برنامه وعده‌های غذایی و نوبت‌های میان‌وعده‌ای را به نحوی برنامه‌ریزی خواهد کرد که در تمامی ساعات روز انرژی لازم به بدنتان برسد. اگر نمی‌دانید با برنامه غذایی خود چه کنید، از یک متخصص تغذیه کمک بگیرید. برنامه غذایی شما در مهار بیماری قندتان نقش اساسی دارد. هنگام مصرف متفورمین نباید پیش از هماهنگی با پزشکتان هر نوع داروی دیگر اعم از داروهای مجاز بدون نسخه و فرآورده‌های گیاهی را مصرف کنید. مشروبات الکلی بنوشید؛ که ممکن است خواب‌آلودگی و سرگیجه ناشی از دارو تشدید شود.

METHYLPREDNISOLONE

در مورد این دارو متیل‌پردنیزولون برای رساندن کورتیکواستروئیدها به افرادی که بدنشان دچار کمبود آنهاست تجویز می‌شود. این دارو همچنین برای خواص ضدالتهابی و اثراتی که در سرکوب دستگاه ایمنی بدن دارد به کار می‌رود. متیل‌پردنیزولون کمک می‌کند تا تورم قرمزی خارش و واکنش‌های حساسیتی کاهش یابند. متیل‌پردنیزولون همچنین در درمان بیماری‌های گوناگونی مثل آسم آرتریت مشکلات پوستی حساسیت شدید، و برخی سرطان‌ها کاربرد دارد. چگونگی مصرف متیل‌پردنیزولون به مقادیر متفاوتی برای بیماران متفاوت با بیماری‌های متفاوت تجویز می‌شود. این دارو باید طبق دستور پزشک یا طبق دستورالعمل همراه دارو مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک روز در میان از این دارو مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید، در صورتی که صبح همان روز یادتان آمد بلافاصله دارو را مصرف کنید و سپس به برنامه دارویی معمولتان ادامه دهید. اما اگر ساعاتی پس از صبح روزی که باید دارو را مصرف می‌کردید آن را به یاد آوردید تا صبح روز فردا صبر کنید، و پس از خوردن دارو یک برنامه جدید را شروع کنید. یعنی یک روز جا بیاندازید و سپس مجدداً یک نوبت مصرف کنید. اگر روزی یک نوبت دارو مصرف می‌کنید، در صورتی که همان روز متوجه شدید مصرفش کنید، اما اگر تا روز بعد یادتان نیامد لازم نیست نوبت قبلی را مصرف کنید؛ بلکه آن را حذف کرده و مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر روزی چند نوبت دارو مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یاد آوردن مصرف کنید و اگر تا نوبت بعدی متوجه آن نشدید، مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم زیر مصرف متیل‌پردنیزولون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: علائم عفونت (تب گلودرد، سرفه عطسه؛ کاهش یا تاری دید؛ افت قوای ذهنی گیجی تغییرات خلقی بی‌قراری یا احساس هیجان اگر برای مدت طولانی متیل‌پردنیزولون مصرف می‌کنید ممکن است

دچار علائمی شوید که آنها را نیز باید گزارش کنید: شکم درد یا سوزش سر دل آکنه مدفوع خونی یا سیاه صورت گرد؛ خستگی ضعف گرفتگی‌های عضلانی ضعف یا درد؛ ضربان قلب نامنظم پوست نازک یا براق خطوط قرمز رنگ روی صورت بازوها، پاها، یا تنه کبودی غیرعادی زخم‌هایی که دیر بهبود می‌یابند؛ تهوع و استفراغ تورم پاها و ساق‌ها؛ افزایش وزن سریع یا اختلالات قاعدگی (دوره ماهانه). علائم دیگری نیز ممکن است به‌عنوان عوارض جانبی پردنیزولون تا پیش از عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهند که اگر مشکل ساز شدند باید با پزشک در میان گذاشته شوند؛ اینها عبارتند از: افزایش اشتها، مشکل در به خواب رفتن تیره یا روشن شدن رنگ پوست سیاهی رفتن چشم سردرد، یا افزایش عادی رشد موهای صورت و تنه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف متیل پردنیزولون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کورتیکواستروئیدها، داروهای دیگر، یا هر نوع ماده غذایی نگهدارنده یا رنگ خوراکی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌اسیدها، انسولین داروهای ضد دیابت خوراکی داروهای قلبی (دیگوکسین، داروهای مدر یا داروهای دیگری که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند، داروهای حاوی پتاسیم غذاها یا داروهای حاوی سدیم هورمون رشد (سوماتروپین، داروهای که آنزیم‌های کبدی را تحریک می‌کنند) الکل داروهای ضد تشنج، ریتودرین (دارویی که برای جلوگیری از زایمان زودرس به کار می‌رود)، یا واکسن‌های حاوی ویروس زنده سابقه یا ابتلا به ایدز یا عفونت HIV؛ عفونت تبخال آبله مرغان یا سرخک (یا مواجهه اخیر با آنها)، بیماری قند (متیل پردنیزولون ممکن است روی سطح قند خونتان تأثیر بگذارد)؛ سل میاستنی گراویس عفونت‌های قارچی منتشر؛ التهاب مری معده یا زخم معده یا دوازدهه بیماری قلبی یا کلیوی هنگام مصرف متیل پردنیزولون توصیه می‌شود مرتب به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد پیش از مصرف طولانی مدت متیل پردنیزولون و نیز در طول درمان به صورت دوره‌ای چشم‌هایتان توسط یک چشم‌پزشک معاینه شود. برای جلوگیری از مشکلات گوارشی متیل پردنیزولون را با غذا بخورید. در مورد تغییراتی که باید در برنامه غذایی خود دهید با پزشکتان مشورت کنید. برخی از این تغییرات عبارتند از محدودیت سدیم یا کالری یا افزایش دریافت پتاسیم مقادیر اضافی پروتئین نیز ممکن است مورد نیاز باشد. اگر برای برنامه‌ریزی تغذیه‌ای خود به کمک بیشتری نیاز دارید از پزشکتان بخواهید شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر قرار است این دارو را به مدتی طولانی مصرف کنید، با پزشکتان در مورد راهکارهایی برای جلوگیری از پوکی استخوان (مثل مصرف کلسیم و ویتامین D یا یک برنامه ورزشی مرتب مشورت کنید. اگر با کاهش مقدار یا قطع دارویتان علائم قبلی عود کردند یا بدتر شدند با پزشکتان تماس بگیرید. پیش از هر نوع عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون دیگر پزشکتان را از اینکه متیل پردنیزولون مصرف می‌کنید، مطلع سازید. از تماس با افرادی که دچار آبله‌مرغان یا سرخک هستند یا به تازگی واکسن خوراکی فلج اطفال خورده‌اند اجتناب کنید. در صورت هرگونه شک به تماس با این افراد با پزشکتان تماس بگیرید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد متیل پردنیزولون مصرف می‌کنید.

متیل پردنیزولون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط متیل پردنیزولون فاسد می‌شود). متیل پردنیزولون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف متیل پردنیزولون نباید مشروبات الکلی بنوشید؛ چرا که احتمال تحریک دستگاه گوارش را افزایش دهد. بدون هماهنگی با پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

METHYLPHENIDATE

در مورد این دارو متیل فنیدیت دارویی است که در برنامه درمان کلی اختلال بیش‌فعالی کم‌توجهی به کار می‌رود. این برنامه شامل بخش‌های رفتاری (اجتماعی تحصیلی و روان‌شناختی است این اختلال با کاهش گسترده توجه افزایش حرکات تکانه‌ای و (معمولاً)

بیش فعالی شناخته می‌شود. از این دارو در درمان نارکولپسی (یک بیماری که در آن بیمار دچار حملات خواب ناگهانی می‌شود) نیز استفاده می‌شود. نام تجاری این دارو ریتالین است چگونگی مصرف قرص‌های متیل‌فنیدات معمولاً روزی ۲ یا ۳ بار، ۳۰-۴۵ دقیقه پیش از غذا مصرف می‌شود. مصرف به موقع تمامی نوبت‌ها در طی روز بسیار ضروری است آخرین نوبت باید پیش از ساعت ۶ بعد از ظهر خورده شود تا از بی‌خوابی ناشی از آن جلوگیری شود. در مورد کودکان متیل‌فنیدات هفته‌ای ۵ روز (در روزهای مدرسه تجویز می‌شود و دو روز آخر هفته دارو مصرف نمی‌شود. در ماه‌های تابستان و بقیه اوقاتی که کودک استرس کمتری دارد می‌توان مقدار دارو را کاهش داد. قرص‌های طولانی‌رهنش تا ۸ ساعت اثر دارند و می‌توان آنها را ۳-۱ نوبت در روز تجویز کرد. این قرص‌ها ترجیحاً بهتر است با شکم خالی خورده شود. قرص‌ها را یکجا بلعید، آنها را نشکنید، خرد نکنید، و نجوید. هیچگاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید، زیرا این دارو می‌تواند در شما ایجاد عادت نماید. اگر حس می‌کنید اثر دارو برایتان کم شده است مقدار دارو را افزایش ندهید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید (البته اگر حداکثر یک ساعت دیر شده باشد). نوبت‌های باقیمانده همان روز را با فواصل مساوی تقسیم کنید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف متیل‌فنیدیت را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه ضربان قلب تند؛ حرکات کنترل نشده بدن واکنش‌های حساسیتی (تب درد مفصلی بشورات جلدی کهیر)؛ ضعف یا خستگی غیرمعمول تاری دید یا دیگر تغییرات بینایی تغییرات خلقی یا ذهنی گیجی یا تشنج گلودرد یا تب خشکی دهان سردرد شدید؛ یا لرزش بدن یا دست‌علائیم زیر ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شدند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: تشویش بی‌خوابی کاهش اشتها، سرگیجه سردرد، خواب‌آلودگی، تهوع، یا دل‌پیچه موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف متیل‌فنیدات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به متیل‌فنیدات بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگر داروهای محرک دستگاه عصبی مرکزی نظیر مهارکننده‌های اشتها و کافئین پیموزید و مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (فورا زولیدون، پروکاربازین یا سلژیلین سابقه یا ابتلا به اضطراب یا بی‌قراری شدید؛ گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم: اختلال تورت و دیگر اختلالات حرکتی تیک‌دار؛ پرفشاری خون هنگام مصرف متیل‌فنیدات توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. با کمک پزشکتان دوره‌هایی بدون دارو برای خودتان برنامه‌ریزی کنید. ممکن است برای جلوگیری از بروز علائم ترک دارو ضروری باشد، مقدار دارو باید به صورت تدریجی کاهش یابد. قد و وزن به صورت دوره‌ای اندازه گرفته شود. در صورت شک به مصرف بیش از حد دارو و مسمومیت بلافاصله درخواست کمک پزشکی کنید.

در صورت داشتن افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد متیل‌فنیدات مصرف می‌کنید.

متیل‌فنیدات را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط متیل‌فنیدات فاسد می‌شود). متیل‌فنیدات تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف متیل‌فنیدات نباید بدون مشورت با پزشکتان دارو را به یک باره قطع کنید. ممکن است علائم ترک رخ دهند.

CROMOLYN

در مورد این دارو کرومولین برای پیشگیری از علائم آسم و رینیت آلرژیک (آبریزش حساسیتی بینی تجویز می‌شود. این دارو جلوی آزاد شدن مواد ایجادکننده این علائم را از سلول‌هایی خاص در خون می‌گیرد. وقتی کرومولین به طور مستقیم مصرف می‌شود، جلوی تعداد و شدت آسم و حملات رینیت آلرژیک را می‌گیرد. شکل استنشاقی کرومولین را می‌توان برای جلوگیری از

حمله آسمی به دنبال مواجهه با هوای سرد، ورزش یا مواجهه با موادی نظیر آلوده‌کننده‌ها و حساسیت‌آورها مصرف کرد. به مجردیکه وضعیت بدن شما با کرومولین تثبیت شد، ممکن است بتوان مقدار سایر داروهای ضد آسم یا ضد حساسیتی را که مصرف می‌کنید، کاهش داد. کرومولین در طی یک حمله آسمی هیچ کمکی نمی‌تواند بکند و حتی ممکن است حمله را تشدید کند. کرومولین تثبیت‌کننده ماست سل‌ها است چگونگی مصرف کرومولین را با افشانه‌های دهانی یا اسپری بینی مصرف می‌کنند. برخی از بیماران در یک هفته ممکن است احساس بهبودی داشته باشند. اما گاهی این ممکن است تا ۴ هفته نیز به طول انجامد. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده کرومولین مصرف نکنید. اگر طبق یک برنامه منظم کرومولین مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آوردید مصرفش کنید. سپس نوبت‌های باقیمانده تا پایان روز را در فواصل مساوی مصرف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. آئروسول استنشاقی کرومولین از دستورالعمل داخل بسته دارو پیروی کنید. تعداد اسپری‌های استفاده شده را ثبت کنید. برخی کپسول‌ها حاوی ۱۱۲ یا ۲۰۰ بار اسپری هستند. برای آنکه ببینید چقدر از کپسول پر می‌باشد آن را داخل ظرف آب نیاندازید. افشانه را قبل از اولین استفاده و اگر مدت‌ها است که مورد استفاده قرار نگرفته‌است بیازمایید. برای آزمودن افشانه ظرف فلزی محتوی دارو (کپسول) را به قطعه دهانی داخل کنید. پوشش روی قطعه دهانی را بردارید و افشانه را به طور خوبی تکان دهید. درحالی که افشانه را در جهتی مخالف به طرف یک سطح تیره گرفته‌اید، بالای افشانه را یک بار فشار دهید و دارو را داخل هوا کنید. اگر یک ابر با دانه‌های زیر مشاهده کردید، افشانه کار می‌کند. در غیر این صورت دوباره سعی کنید. از پزشکتان بخواهید روش استفاده از افشانه را به شما نشان دهد. مثلاً برخی از پزشکان یک وسیله به نام آسم‌یار را که بین افشانه و دهان استفاده می‌شود، توصیه می‌کنند و برخی روش‌های دهان بسته یا دهان باز را ترجیح می‌دهند. بیش از دوبار در یک نوبت آنهم با حداقل ۲-۱ دقیقه فاصله از دارو استفاده نکنید. از اسپری کردن به داخل چشم خودداری کنید. ۶۰-۱۵ دقیقه پیش از مواجهه با هر عاملی که در شما موجب حمله می‌شود از این دارو استفاده کنید. ظرف محتوی دارو را بیش از مصرف تکان دهید. حداقل هفته‌ای دوبار افشانه را تمیز کنید تا باقیمانده‌های دارو را تمیز کنید. ظرف محتوی دارو را از قطعه دهانی جدا کنید. از خیس کردن ظرف خودداری کنید. بقیه قسمت‌های افشانه را با آب و صابون گرم بشویید و سپس به خوبی زیر شیر آب گرم آب بکشید. آب روی افشانه را با تکان دادن بریزید و بگذارید با پیش از وصل کردنش به ظرف محتوی دارو، خشک شود. کپسول کرومولین سدیم برای استنشاق توسط وسایل خاصی استفاده می‌شوند. از پزشکتان بخواهید روش کار با این وسایل را به شما بیاموزد. کپسول را از راه دهان نبلعید؛ این دارو به شکل خوراکی اثر نمی‌کند. آمپول کرومولین سدیم استنشاقی را باید برای دسترسی به دارو شکست این دارو فقط باید در یک دستگاه نولایزر برقی استفاده شود. از پزشکتان بخواهید روش شکستن آمپول و روش استفاده از نولایزر را به شما بیاموزد و دستورالعمل مکتوب در اختیارتان بگذارد. اطمینان حاصل کنید که روش صحیح کار با این وسیله را آموخته باشید. هر سؤالی داشتید از پزشک یا دارو سازتان پرسید. کرومولین سدیم برای استفاده از راه بینی و محلول‌های مخصوص بینی با وسایل خاصی استفاده می‌شود تا داروی تجویز شده را در فواصل منظم به بدن برساند. برای مصرف هر دو شکل دارو ابتدا باید مجاری بینی خود را با فین کردن پاک کنید. در هنگام مصرف دارو از راه دهان نفس بگیرید. برای محلول مخصوص بینی کرومولین از یک اسپری مخصوص استفاده می‌شود، پس از استفاده قطعه بینی این وسیله را با یک دستمال پاک کنید و در پوش وسیله را بگذارید. برای استفاده محلول کرومولین (از راه بینی)، از یک وسیله برای تسهیل استنشاق محلول استفاده می‌شود. پس این وسیله باید قطعه بینی با دستمال تمیز شود. اما برای تمیز کردن این وسیله، باید آن را شست داخل حباب را نباید بشویید. پودر را در جای خشک نگه دارید تا قابل استفاده باقی بماند. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف کرومولین را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: سرگیجه احساس ضعف افزایش حساسیت سینه یا تنگی نفس بثورات جلدی یا کهیر؛ تورم صورت لب‌ها، پلک‌ها، داخل دهان دست‌ها یا پاها؛ درد قفسه صدی

لرز؛ ادرار کردن دردناک یا مشکل سردرد شدید؛ درد یا تورم مفاصل اثرات معمول دارو عبارتند از سرفه خشکی دهان یا گلو، تهوع گرفتگی بینی یا سوزش گلو. برای تسکین خشکی دهان باید پس از استفاده از دارو، دهان را با آب گرم بشوید؛ برای سردرد استامینوفن مصرف کنید. علائم نامعمول‌تر عبارتند از خشونت صدا و آبریزش از چشم اگر این علائم مشکل ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف کرومولین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروها (به ویژه کرومولین یا دیگر داروهای استنشاقی بارداری یا شیردهی مصرف داروهایی دیگر دچار پولیپ بینی اگر مجاری بینی بسته باشند کرومولین بینی به همان اندازه مؤثر نخواهد بود. هنگام مصرف کرومولین توصیه می‌شود به‌طور مستقیم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر ظرف ۴ هفته از درمان بهبود نداشته‌اید یا اصولاً علائم تان بدتر شده است پزشکتان را مطلع سازید. کرومولین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کرومولین فاسد می‌شود). کرومولین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان دور بریزید. ظرف محتوی دارو را حتی در صورت خالی بودن نشکنید، نسوزانید، یا سوراخ نکنید. هنگام مصرف کرومولین نباید پیش از هماهنگی و تأیید پزشکتان داروهای دیگری را که به خاطر بیماری تان مصرف می‌کنید (مثل کورتیکواستروئیدها یا گشادکننده‌های برونش قطع کنید.

NEFAZODONE

در مورد این دارو نفازودون یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای تسکین علائم دوره‌های افسردگی مازور تجویز می‌شود. نفازودون یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف نفازودون معمولاً روزی دو نوبت به مقدار مساوی مصرف می‌شود. مهم است که این دارو هر روز در ساعت معینی خورده شود. هیچگاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. ممکن است چند هفته طول بکشد تا اثرات دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد. مهم است که تا زمانی که پزشکتان دستور نداده مصرف نفازودون را ادامه دهید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. نفازودون را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید، مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم نادرولی جدی زیر، مصرف نفازودون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بشورات جلدی گیجی از دست دادن هماهنگی در حرکات یا خواب‌آلودگی شدید. علائم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سردرد، خواب‌آلودگی ضعف سرگیجه خواب‌آلودگی سرفه خشکی دهان تهوع استفراغ احساس طعم نامطبوع در دهان اسهال یبوست تاری دید، درد عضلانی یا رویاهای غیرعادی موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف نفازودون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به نفازودون یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری شیردهی مصرف داروهای دیگر به ویژه داروهای پرفشاری خون الکل مسکن‌های تجویزی توسط پزشک آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج استمیزول سیسپراید، دیگوکسین مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مثل فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلین پروکاربازین سلژلین و ترانیل سیپرومین مصرف نفازودون در حالیکه همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشار خون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های قلبی الکلیسم (اعتیاد به الکل یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف نفازودون توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شده به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در این

مدت با پزشکتان ملاقات کنید. چنین پیشنهاد شده است که مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در این مورد، و در مورد هرگونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشکتان مشورت کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به این دارو، در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید.

از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر اینصورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد نفازدون مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید. نفازدون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این صورت شرایط نفازدون فاسد می‌شود). نفازدون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف نفازدون نباید نوشابه‌های الکلی بنوشید یا از داروهای آرامبخش دیگر استفاده کنید؛ زیرا این‌ها خواب‌آلودگی و سرگیجه‌ای را که ممکن است در اثر مصرف نفازدون ایجاد شود، تشدید خواهند کرد.

NITROGLYCERIN

در مورد این دارو نیتروگلیسرین برای کاهش آنژین صدری تجویز می‌شود. آنژین صدری درد قفسه سینه‌ای است که مشخصاً کمتر از ۱۵ دقیقه طول می‌کشد و ناشی از خون‌رسانی ضعیف به ماهیچه قلبی است این دارو در سه مورد مفید است و کاربرد دارد: (۱) تخفیف یک آنژین صدری با مصرف دارو و پس از شروع درد، (۲) جلوگیری از حمله قلبی با مصرف دارو و درست پیش از بروز حمله و (۳) کاهش تعداد حملات با مصرف دائمی و منظم دارو. قرص‌های زیر زبانی نیتروگلیسرین قرص‌هایی که در دهان بین لب یا گونه و لثه‌های فوقانی گذاشته می‌شوند، یا اسپری آئروسول که در زیر زبان زده می‌شود، همگی حملات آنژینی را تخفیف داده یا از آن‌ها جلوگیری می‌کنند. چگونگی مصرف دارو را درست مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. اگر مطمئن نیستید که چه شکلی از دارو را مصرف می‌کنید، قبل از استفاده از دارو با پزشکتان مشورت کنید. هر شکل از نیتروگلیسرین دستور مصرف خاص خودش را دارد: قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین برای تخفیف یا جلوگیری از درد حمله آنژین مصرف می‌شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، خرد کرد، یا جوید، بلکه باید در زیر زبان یا میان لب یا گونه و لثه‌ها فوقانی قرار داد. وقتی قرص را در محل قرار داده‌اید، سیگار نکشید و چیزی نخورید و بنوشید. با آغاز درد آنژینی بنشینید و یک قرص را زیر زبان یا بین گونه و لثه بالایی قرار دهید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانوی‌تان نگه دارید تا اینکه این احساس از بین برود. می‌توان هر ۵ دقیقه تا دو بار دیگر دارو را تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه با مصرف ۳ قرص دردتان برطرف نشد، با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شمارا فوراً به یک بخش فوریت‌های پزشکی برساند. اگر نیتروگلیسرین را برای پیشگیری از حمله آنژینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاً هم موجب حمله می‌شده است یک قرص زیر زبان بگذارید. نیتروگلیسرین در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد می‌شود. پنبه داخل ظرف دارو را پیش از اولین استفاده دوراندازید و در ظرف را محکم ببندید. دارو را در محلی خنک و خشک نگهداری کنید. قرص‌ها را به یک ظرف دیگر منتقل نکنید مگر آنکه آن ظرف برای نگهداری نیتروگلیسرین ساخته شده باشد. داروی دیگری داخل ظرف حاوی نیتروگلیسرین نریزید، و ظرف حاوی نیتروگلیسرین را با خود جیب‌تان حمل نکنید، چرا که در اینصورت ممکن است بیش از حد گرم شود. با رعایت این نکات احتیاطی نیتروگلیسرین تا آخر تاریخ انقضایش (که روی ظرف دارو مشخص شده مؤثر و کارا باقی خواهد ماند. آئروسول زبانی نیتروگلیسرین توسط یک ظرف مجهز به اسپری استفاده می‌شود. در موقع نیاز

ظرف را سر بالا گرفته یک یا دو بار (البته به تجویز پزشکتان رو یا زیر زبان اسپری کنید. بعد از هر بار اسپری دهانتان را ببندید و همان موقع آب دهانتان را قورت ندهید. ظرف محتوی دارو را تکان ندهید و اسپری را استنشاق نکنید. وقتی احساس می‌کنید درد آئزینی می‌خواهد شروع شود، بنشینید و دارو به زیر زبان تان اسپری کنید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانو قرار دهید تا به تدریج این احساس رفع شود. و در صورت عدم بهبود درد دارو را می‌توان هر ۵ دقیقه (مجموعاً تا سه نوبت تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه یا سه بار اسپری هنوز درد داشتید با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید فوراً شما را به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند. قرص‌های کامی طولانی‌رهنش نیتروگلیسرین را بین لب یا گونه و لثه‌های فوقانی قرار می‌دهند تا به تدریج در دهان حل شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، جوید، یا خرد کرد. اگر در طی ۵-۳ ساعتی که قرص در محل است می‌خواهید چیزی بخورید یا بنوشید، قرص را بین لب بالا و لثه قرار دهید. اگر اتفاقی یک قرص را بلعیدید، فقط کافی است یک قرص دیگر را جایگزین کنید. با وجود یک قرص در دهان برای خواب به بستر نروید؛ ممکن است باعث خفگی شود. نوشیدن نوشیدنی‌های داغ و لمس قرص با زبان موجب می‌شود تا قرص سریع‌تر حل شود. سایر قرص‌ها و کپسول‌های نیتروگلیسرین را می‌توان در سه یا یک لیوان پر از آب با شکم خالی بلعید. این دارو را باید در محل خنک و خشک نگهداری کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. پماد نیتروگلیسرین برای جلوگیری یا کاهش دفعات حملات آئزینی استفاده می‌شود. این شکل از دارو روی حمله‌ای که هم اکنون رخ داده اثری ندارد. دستورالعمل روی جعبه دارو را به دقت بخوانید. پیش از مالیدن این پماد، باقیمانده پماد قبلی را از روی پوستتان پاک کنید. از خط‌کش کاغذی داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقداری از دارو که باید از لوله محتوی پماد خارج شود استفاده کنید. یک لایه نازک را به دارو آغشته کنید. پماد را به پوست نمالید. برای جلوگیری از التهاب و تحریک پوست در هر نوبت محل استعمال دارو را عوض کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید، از دارو استفاده کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی مانده است نوبت فراموش شده را استفاده کنید و نوبت بعدی را جا اندازید و مجدداً به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. پلاک‌های نیتروگلیسرین (روش پوست گذر) برای جلوگیری یا کاهش دفعات حملات آئزینی استفاده می‌شود. پیش از گذاشتن یک پلاک جدید، قبلی را بردارید. لبه‌های پلاک را نبرید و آن را کوچک نکنید، زیرا با اینکار مقداری از دارو را که باید به بدنتان برسد تغییر می‌دهید. پلاک را در یک محل پاکیزه و خشک پوست که بدون مو (یا کم‌مو)، و فاقد جوشگاه بریدگی یا بثورات جلدی باشد بکار برید. برای جلوگیری از تحریک پوست محل پلاک را هربار عوض کنید. اگر پلاک جدا شد، یک پلاک جدید نصب کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید پلاک را نصب کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکان تماس بگیرید: تاری دید، خشکی دهان سردرد شدید، یا بثورات جلدی علائم مسمومیت در اثر مصرف بیش از حد نیتروگلیسرین عبارتند از: کبودی لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و کف دست‌ها؛ سرگیجه شدید؛ احساس فشار در سر؛ مشکل در تنفس خستگی شدید؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخی از مصرف‌کنندگان نیتروگلیسرین همچنین ممکن است دچار سردرد خفیف برافروختگی صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً طی چند روز یا هفته رفع خواهد شد. این سردردها را می‌توان با مسکن‌های معمولی تسکین داد. اگر این علائم مشکل‌ساز شدند یا نمی‌دانستید که برای تسکین سردردتان چه دارویی مصرف کنید با پزشکتان مشورت کنید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف نیتروگلیسرین، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نکه‌دارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی نیتروگلیسرین یا داروهای دیگر (به ویژه نترات‌ها و نیتريت‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای پرفشاری خون یا دیگر داروهای قلبی سابقه یا ابتلا به

خونریزی مغزی یا ضربه به سر اخیر، کم خونی گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم، پرکاری تیروئید، مشکلات قلبی یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف نیتروگلیسرین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. به آرامی از حالت نشسته یا خوابیده برخیزید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد نیتروگلیسرین مصرف می‌کنید. نیتروگلیسرین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط نیتروگلیسرین فاسد می‌شود). نیتروگلیسرین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف نیتروگلیسرین نباید بدون مشورت با پزشکتان دارو را قطع کنید. برای قطع این دارو مقدارش باید تدریجاً کاهش یابد.

الکل بنوشید، برای مدتی طولانی سرپا بایستید، یا در هوای گرم ورزش کنید. این فعالیت‌ها ممکن است موجب سیاهی رفتن چشم یا سرگیجه شوند.

NIFEDIPIN

در مورد این دارونفیدپین برای درمان پرفشاری خون تسکین درد قلبی در قفسه سینه (آنژین صدری، نارسایی احتقانی قلب و پدیده رینود و نیز جلوگیری از سردردهای میگرنی تجویز می‌شود. پزشکان ممکن است در شرایط دیگری نیز نفیدپین را تجویز کنند. این دارو از طریق مسدود کردن ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک داروی مسدودکننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود تا مقدار کلسیم در سلول‌های قلبی و رگ‌های خونی کاهش یابد که موجب کاهش ضربان قلب و گشادی عروق (رگ‌ها) می‌شود. بنابراین فشارخون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد و بار کاری قلب کاهش پیدا می‌کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از نفیدپین برای موارد گوناگونی تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز در ساعت یکسانی مصرف کنید. شکل‌های طولانی اثر نفیدپین روزی یک بار مصرف می‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردی که روزی چند نوبت نفیدپین تجویز می‌شود، باید مطمئن شوید همه نوبت‌ها را می‌خورید. نفیدپین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آوردید، مصرفش کنید. در مواردی که دارو را روزی یک بار مصرف می‌کنید اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر نفیدپین را روزی چندبار مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع نکنید. برای قطع این دارو مقدار داروی مصرفی باید به تدریج کاهش داده شود. در اکثر مواردی که نفیدپین تجویز می‌شود برای مهار بیماری است نه درمان آن بنابراین ممکن است مجبور باشید که آن را در سال‌ها یا حتی تا پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف نفیدپین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس خس سینه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۴-۲۴.۸ ساعت؛ التهاب لته‌ها؛ بثورات جلدی تپش قلب (احساس حرکت سریع قلب در قفسه سینه). علائم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خستگی برافروختگی و احساس گرمی تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علائم ادامه یابند یا مشکل‌ساز شدند، موضوع را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف نفیدپین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به نفیدپین یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال کلسیم بارداری و شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه

کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای پرفشاری خون (مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیگوکسین دیسوپیرامید، فلکائینید، یا پروکائینامید

سابقه یا ابتلا به حساسیت فشارخون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف نیفدپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیر نظر داشته باشد. در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. نیفدپین ممکن است درد قلبی را کاهش دهد یا آن را کاملاً رفع کند و شما در نتیجه بیشتر از مقدار قابل قبول فعالیت بدنی انجام دهید. وزن‌تان را نسبت به قد و استخوان‌بندی‌تان در محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز از پزشکتان بخواهید در کاهش وزن به شما کمک کند. اگر برای کاهش فشارخون نیفدپین مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاوره یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفته چشم نشوید. فشارخونتان را هر هفته اندازه بگیرید و تغییرات قابل توجه را به پزشکتان اطلاع دهید. فشارخون‌های اندازه‌گیری شده را ثبت کنید و در هنگام مراجعه به پزشکتان آن را همراه ببرید. پیش از مصرف نیفدپین نبضتان را بشمارید. اگر مساوی یا کمتر از ۶۰ بود در مورد این که باید آن نوبت دارو مصرف کنید یا خیر، با پزشکتان تماس بگیرید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهان خود را با مسواک زدن استفاده نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته بلعید؛ آنها را نجوید، خرد نکنید و نشکنید. داروی کافی برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد نیفدپین مصرف می‌کنید همراه داشته باشید.

از آنجایی که این دارو می‌تواند روی نتایج برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد، سایر پزشکان را از این که نیفدپین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. نیفدپین را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط نیفدپین فاسد می‌شود). نیفدپین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف نیفدپین نباید تا مشخص شدن پاسخ بدن‌تان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید. بدون مشورت با پزشکتان مقادیر زیادی آب گریپ فروت بنوشید. گریپ فروت اثرات نیفدپین را افزایش می‌دهد. داروی دیگری (به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای سرفه یا سرماخوردگی را بدون هماهنگی قبلی با پزشکتان مصرف کنید.

HYDROCHLOROTHIAZIDE

در مورد این دارو هیدروکلروتیازید یک داروی مدر (ادارآور) رایج است این دارو با کمک به دفع آب و سدیم اضافی بدن از طریق ادرار، و در نتیجه کاهش مایعات در گردش خون فشارخون را پایین می‌آورد. کاهش این فشار، از بار کاری قلب نیز می‌کاهد. بالا باقی ماندن فشار داخل سرخرگ‌ها به سرخرگ (شریان‌های مغز، قلب و کلیه‌ها صدمه می‌زند. این آسیب احتمال سگته مغزی و حمله قلبی و نارسایی کلیه را زیاد می‌کند. هیدروکلروتیازید همچنین موجب دفع برخی مواد شیمیایی نظیر سدیم و پتاسیم از بدن می‌شود. چگونگی مصرف هیدروکلروتیازید را می‌توان با غذا یا شیر مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. سعی کنید دارویتان را هر روز سر ساعت معینی بخورید تا آن را فراموش نکنید. اگر روزی یک نوبت هیدروکلروتیازید مصرف می‌کنید، سعی کنید صبح هنگام باشد یا وقتی که به توالی دسترسی داشته باشید. اگر به خاطر رفتن به خرید یا هر کاری مصرف دارو به تأخیر انداختید پیش از ساعت ۴ بعدازظهر آن نوبت را مصرف کنید. اگر بیش از یک نوبت هیدروکلروتیازید می‌خورید، باز هم

آخرین نوبت باید پیش از ساعت ۴ بعدازظهر مصرف شود. این برنامه کمک می‌کند تا شبانگاه جهت ادرار کردن از خواب برنخیزید. اگر از شکل مایع دارو استفاده می‌کنید برای اندازه‌گیری مقدار دارو از قطره چکان همراه دارو استفاده کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: واکنش‌های حساسیتی (بثورات جلدی یا کهیر)؛ خشکی دهان تشنگی شدید؛ بی‌نظمی ضربان قلب دردها و گرفتگی‌های عضلانی تهوع و استفراغ خستگی یا خواب آلودگی شدید؛ شکم درد یا سوزش شدید معده کبودی یا خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری لکه‌های قرمز روی پوست وجود خون در ادرار یا مدفوع درد مفاصل کمردرد؛ زردی چشم یا پوست موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف هیدروکلروتیازید، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به هیدروکلروتیازید یا دیگر داروهای سولفامیدی بومتانید؛ فوروسماید؛ یا داروهای مدر دیگر مثل مهارکننده‌های کربونیک آیدراز. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگوکسین لیتیم یا داروهای کاهنده کلسترول (کلستیرامین کلستپول). سابقه یا ابتلا به بیماری قند، اختلال چربی‌های خون یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف هیدروکلروتیازید توصیه می‌شود دارو را طبق تجویز پزشکتان مصرف کنید. در مورد نیاز به کاهش وزن ترک سیگار، پرداختن به ورزش یا تغییرات در برنامه غذایی (مثل محدودیت مصرف نمک یا مصرف بیشتر غذاهای حاوی پتاسیم مثل موز، آب پرتقال خشکبار، طالبی و گرمک). به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودیتان را زیر نظر داشته باشد. هفته‌ای یک بار (یا طبق دستور پزشکتان فشارخون و وزنتان را اندازه بگیرید و مقادیر آن‌ها را یادداشت کنید تا آن را در هر مراجعه به پزشکتان نشان دهید. (روش اندازه‌گیری فشارخون را از یک پزشک یا پرستار بیاموزید). هرگونه افزایش یا کاهش وزن هفتگی در حدود ۲-۵ کیلوگرم را به اطلاع پزشکتان برسانید. پیش از مصرف هرگونه دارو، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی حتماً با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه بدون محافظت با نور خورشید اجتناب کنید؛ به ویژه آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و نیز وسایل برنزه کننده از یک ضدآفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ یا بیشتر برای مناطق در معرض نور پوست استفاده کنید. هیدروکلروتیازید موجب حساسیت به آفتاب می‌شود و در مناطق بدون پوشش موجب آفتاب سوختگی شدید یا تغییر رنگ پوستی می‌شود.

هیدروکلروتیازید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط هیدروکلروتیازید فاسد می‌شود). هیدروکلروتیازید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف هیدروکلروتیازید نباید به سرعت از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید. زیرا ممکن است دچار سیاهی رفتن چشم یا احساس غش شوید. الکل بنوشید، برای مدتی طولانی بایستید، یا در هوای گرم ورزش کنید، این فعالیت‌ها می‌تواند موجب سیاهی رفتن چشم و احساس غش شود. حتی در صورت احساس بهبودی دارویتان را قطع کنید. این دارو مشکل شما را کنترل می‌کند، نه درمان و ممکن است لازم باشد آن را برای مدتی طولانی مصرف کنید. اگر در مورد این دارو سؤالی دارید از پزشکتان پرسید.

VERAPAMILE

در مورد این دارو واریپامیل برای کنترل پرفشاری خون آنژین صدری (درد قلبی قفسه سینه، و بی‌نظمی ضربان قلب و نیز جلوگیری از سردرد میگرنی تجویز می‌شود. پزشکتان ممکن است به دلایل دیگری نیز برایتان واریپامیل تجویز کند. این دارو در بدن از طریق جلوگیری از ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می‌کند؛ به همین علت است که آن را مسدودکننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود مقدار کلسیم در سلول‌های عروق خونی و قلب کاهش یابد و به دنبالش ضربان قلب کندتر و

عروق خونی گشادتر شوند. که در نتیجه فشارخون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و از بارکاری قلب نیز کاسته می‌شود. چگونگی مصرف مهم است که هر روز دارویتان را سر ساعت معینی مصرف کنید. انواع طولانی اثر واریپامیل معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شوند. معمولاً بهتر است دارو ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. اگر روزی چند نوبت واریپامیل مصرف می‌کنید باید تلاش کنید، هیچ نوبتی فراموش نشود. اکثر انواع واریپامیل را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد، بجز دو نوع خاص (کالان طولانی رهش و ایزوپتین طولانی رهش که معده را ناراحت می‌کنند و باید با غذا خورده شوند. هر روز پیش از خوردن واریپامیل نبضتان را یک دقیقه بشمارید (اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرستار بخواهید به شما آموزش دهد). اگر نبضتان ۵۰ یا کمتر بود. پیش از خوردن واریپامیل آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مانده بود، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. در مواردی که بیش از یک نوبت در روز واریپامیل می‌خورید اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کنید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید و بدون مشورت با پزشکتان آن را قطع نکنید. پیش از قطع واریپامیل مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. در اکثر مواردی که واریپامیل تجویز می‌شود، بیماری را کنترل می‌کند نه درمان بنابراین ممکن است لازم باشد آن را سال‌ها یا تا پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی داشته باشید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مصرف واریپامیل را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شدید پس از برخاستن از وضعیت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۴۸-۲۴ ساعت؛ التهاب لته‌ها؛ بثورات جلدی یا تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه). علائم زیر ممکن است تا عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، سرگیجه خستگی ضعف گرگرفتگی و احساس گرما، تهوع یا یبوست اگر این علائم ادامه یافتند یا مشکل ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هر یک از موارد زیر پیش از مصرف واریپامیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به واریپامیل یا دیگر مسدودکننده‌های کانال کلسیمی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای فشارخون یا قلب (داروهای مُدر، مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیگوکسین دیزوپیرامید، فلکائینید، یا پروکائینامید). سابقه یا ابتلا به حساسیت‌ها، کم‌فشاری خون حملات قلبی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف واریپامیل توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. واریپامیل ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا حتی از آن جلوگیری کند و در نتیجه شما بیشتر از مقدار مجاز فعالیت کنید. وزنتان را متناسب با قد و استخوانبندی‌تان نگاه دارید. در صورت نیاز به کاهش وزن از پزشکتان کمک بخواهید. اگر واریپامیل را برای درمان پرفشاری خون مصرف می‌کنید، نمک کمتر مصرف کنید. از پزشکتان دستورات تغذیه‌ای بخواهید یا درخواست کنید تا برای کمک بیشتر شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم و غش نشوید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لته‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهانتان را با زدن مسواک نخ کشیدن و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته ببلعید؛ آنها را نجوید، نشکنید یا خرد نکنید. اگر با مصرف واریپامیل دچار تهوع شدید، آن را با شیر یا غذا بخورید. برای روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس داشته باشید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد واریپامیل مصرف می‌کنید. سایر پزشکان را از این که واریپامیل مصرف می‌کنید آگاه سازید؛ این دارو ممکن است روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. واریپامیل را دور

از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط وراپامیل فاسد می‌شود). وراپامیل تاریخ مصرف گذشته را دور از دستر کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف وراپامیل نباید تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با ابزار خطرناک که نیاز به هوشیاری کامل دارند کار کنید. اگر ضعف یا سرگیجه مشکل ساز شد با پزشکتان مشورت کنید.

بدون مشورت با پزشکتان هیچ دارویی را، حتی داروهای محرک و سرفه یا سرماخوردگی که بدون نسخه قابل تهیه هستند، مصرف کنید. بدون مشورت با پزشکتان زیاد آب گریپ فروت مصرف کنید. آب گریپ فروت اثرات وراپامیل را افزایش می‌دهد. بدون هماهنگی با پزشکتان نوع وراپامیل مصرفی خود را تغییر دهید. برخی انواع وراپامیل باید یک نوبت در روز و برخی انواع چند نوبت در روز مصرف شوند.

VALPRAIC ACID

در مورد این دارو والپروئیک اسید برای درمان صرع اَبسنس ساده و مرکب تجویز می‌شود. در این نوع صرع بیمار به‌طور ناگهانی دچار از دست دادن هوشیاری می‌شود به طوری که چهره‌اش بی‌حالت شده بی‌حرکت باقی می‌ماند. والپروئیک اسید کمک می‌کند تا دفعات بروز این صرع کمتر گردد. چگونگی مصرف مقدار تجویزی والپروئیک اسید بر اساس پاسخ بالینی بیمار و سطح دارو در خون تعیین می‌شود. دارو را میتوان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر شکل مایع (سوسپانسیون والپروئیک اسید را مصرف می‌کنید، فقط از پیمانه داخل جعبه دارو یا پیمانه‌ای که پزشک در اختیارتان گذاشته است برای اندازه‌گیری داروی مصرفی استفاده کنید. شربت این دارو را می‌توان با مقدار کمی آب میوه یا غذا مخلوط کرد تا راحت‌تر خورده شود. مراقب باشید سوسپانسیون یا شربت این دارو در یخچال منجمد نشود. اگر کپسول والپروئیک اسید مصرف می‌کنید، آن را درسته بلعید و کپسول‌ها را نشکنید، خرد نکنید، یا نجوید. اگر روزی یک نوبت والپروئیک اسید مصرف می‌کنید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر روزی دو یا چند نوبت والپروئیک اسید می‌خورید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، در صورتی که ظرف ۶ ساعت آن را به یاد آوردید مصرفش کنید و نوبت‌های باقیمانده آن روز را در فواصل یکسان بخورید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علائم نادر ولی جدی زیر مصرف والپروئیک اسید را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی تغییرات خلقی یا رفتاری تاری دید؛ حرکت‌های غیرعادی چشم‌ها به عقب و جلو، دوبینی مشاهده لکه در میدان بینایی افزایش دفعات صرع کبودی یا خونریزی غیرعادی خون در ادرار یا مدفوع بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ درد شکمی شدید؛ خستگی و ضعف زردی پوست یا چشم‌ها. علائم زیر ممکن است رخ دهند، که اگر مشکل ساز شدند می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: اسهال یبوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف سوءهاضمه تهوع و استفراغ سردرد، بی‌قراری مشکل در به خواب رفتن ریزش مو، تغییرات دوره ماهانه بثورات جلدی افت مهارت‌های حرکتی بدنی یا کاهش یا افزایش وزن غیرعادی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف والپروئیک اسید، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به والپروئیک اسید یا دیوالپروکس بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد تشنج‌های دیگر (فنی توئین کاربامازپین؛ باربیتورات‌ها؛ پریمیدون الکل متادون داروهای خواب داروهای ضدافسردگی داروهای آرامبخش یا سایر داروهای ضعیف کننده دستگاه عصبی مرکزی داروهای ضدانعقاد؛ یا داروهای ضد مالاریا. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی هنگام مصرف والپروئیک اسید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. برای جلوگیری از ناراحتی

معهه والپروئیک اسید را با غذا مصرف کنید. از مصرف الکل و سایر داروهای ضعیف کننده دستگاه اعصاب مرکزی (آرامبخش‌ها) اجتناب کنید.

پیش از عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اضطراری سایر پزشکان را از اینکه والپروئیک اسید مصرف می‌کنید مطلع سازید. این دارو ممکن است زمان خونریزی را افزایش دهد و با برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تداخل کند. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد والپروئیک اسید مصرف می‌کنید.

والپروئیک اسید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط والپروئیک اسید فاسد می‌شود). والپروئیک اسید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالی دور بریزید. هنگام مصرف والپروئیک اسید نباید پیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر دارویی را شروع یا قطع کنید. سایر داروها ممکن است بر چگونگی اثر والپروئیک اسید بر بدن تأثیر بگذارند. پیش از اطمینان یافتن از پاسخ بدن به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید؛ این دارو برخی افراد را دچار سرگیجه و خواب‌آلودگی می‌کند و سطح هوشیاری‌شان را پایین می‌آورد. پیش از هماهنگی با پزشکتان دارو را قطع کنید. اگر مدتی است فنی توئین مصرف می‌کنید، برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد.

ACETYL CYSTEINE

ACETYL CYSTEINE

موارد مصرف استیل سیستین برای درمان مسمومیت با استامینوفن و به منظور جلوگیری از اثر سمی آن بر کبد به کار برده می‌شود. مکانیسم اثر: استیل سیستین می‌تواند کبد را در برابر عوارض سمی متابولیت فعال استامینوفن از طریق افزایش میزان گلووتاتیون و پیوند با متابولیت فعال محافظت نماید.

موارد منع مصرف در آسم شدید و حساسیت به استیل سیستین نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود زخم معده با احتیاط مصرف گردد.

۲- درمان با این دارو حتی در صورت بروز کهیر باید ادامه یابد.

عوارض جانبی عوارض این دارو خیلی شایع نیست ولی شامل واکنش‌های حساسیتی انقباض برونش ادم صورت بثورات جلدی آنافیلاکسی گیجی تب تهوع و استفراغ می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو را می‌توان به صورت تزریق داخل وریدی تجویز کرد.

۲- قبل از استفاده از این دارو در درمان مسمومیت با استامینوفن ضروری است که محتویات داخل معده تخلیه شود.

۳- درمان با این دارو حداکثر ظرف ۲۴ ساعت اول پس از مسمومیت صورت گیرد.

مقدار مصرف به عنوان پادزهر در مسمومیت با استامینوفن در ابتدا مقدار 150 mg/kg در 200 میلی لیتر دکستروز 5% طی 15 دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود و متعاقباً مقدار 50 mg/kg در 500 میلی لیتر دکستروز 5% طی 4 ساعت و سپس 100 mg/kg در 1000 میلی لیتر دکستروز 5% وراری 16 ساعت انفوزیون می‌گردد. مقدار مصرف این دارو در کودکان مشابه بزرگسالان است

اشکال دارویی

Injection: $200 \text{ mg} / \text{ml}$

ACTIVATED CHARCOAL

ACTIVATED CHARCOAL

موارد مصرف زغال فعال برای درمان غیراختصاصی اورژانس در مسمومیت ناشی از اکثر داروها و مواد شیمیایی مصرف می‌شود. این دارو می‌تواند به بسیاری از سموم در معده پیوند یافته و جذب آنها را کاهش دهد، هر چند که در مسمومیت با سیانور کاملاً بی‌اثر و در مسمومیت با اسیدهای معدنی بازهای سوزاننده اتانول متانول و املاح آهن اسیدبوریک و مواد پاک کننده نسبت بی‌اثر است این دارو برای درمان اسهال سوءهاضمه هیپرکلسترولمیا و کمک به جذب گازهای روده که موجب نفخ می‌شوند نیز مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به عنوان داروی ضد اسهال زغال فعال شده بسیاری از محرکهایی را که موجب اسهال و ناراحتی گوارشی می‌شوند، جذب سطحی می‌کند. به عنوان پادزهر این دارو مواد سمی خورده شده را جذب سطحی کرده و مانع از جذب آنها در معده و روده می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای

گوارش جذب نمی‌شود و متابولیزه نیز نمی‌گردد. راه اصلی دفع آن از طریق

مدفوع است حداکثر اثر درمانی چنانچه دارو طی ۳۰ دقیقه پس از بلع ماده سمی تجویز گردد، حداکثر اثر درمانی حاصل می‌گردد.

هشدارها: ۱- مصرف دارو ممکن است موجب بروز تهوع و استفراغ گردد

که ممکن است در موارد بلع مواد

سوزاننده یا هیدروکربن‌های فرار خطرناک باشد.

۲- مصرف طولانی این دارو برای رفع ناراحتی‌های گوارشی کودکان زیر ۳ سال ممکن است سوء تغذیه ایجاد نماید.

تداخل‌های دارویی زغال فعال می‌تواند داروهای موجود در لوله گوارش را جذب کند. جذب استیل سیستین خوراکی و شربت ایپکا را کاهش می‌دهد. لذا در مواردی که مصرف هر دو دارو لازم است توصیه می‌شود که زغال را فقط پس از اتمام استفراغ تجویز کرد. زغال را نباید با شیر یا شربت مخلوط کرد زیرا ظرفیت جذب با آن کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو در ظرف دربسته نگهداری شود.

۲- اگر قبلاً به مسموم شربت ایپکا داده شده است بعد از بروز استفراغ از این دارو استفاده شود.

۳- استفاده طولانی مدت این دارو به عنوان ضد نفخ توصیه نمی‌گردد.

۴- این دارو رنگ مدفوع را سیاه می‌کند، اگرچه این مسأله از نظر درمانی اهمیت ندارد.

۵- از مصرف همزمان با سایر داروها خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت حاد مقدار

۱۰۰g - ۳۰g (۲g/kg - ۱) به صورت سوسپانسیون در آب مصرف می‌شود. در درمان اسهال مقدار ۵۲۰ میلی گرم مصرف می‌شود

که بر حسب نیاز، هر ۳۰ دقیقه تا یکساعت تکرار می‌شود، حداکثر مقدار مصرف در این موارد ۴g/day می‌باشد. به عنوان ضد نفخ

مقدار ۴ - ۱ گرم از دارو سه بار در روز بعد از غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰mg

Suspension: ۳۰g / ۲۴۰ml

AMYL NITRITE

موارد مصرف آمیل نیتريت برای درمان حملات حاد آنژین صدری به کار می‌رود. ولی بدلیل وجود داروهای با سمیت کمتر مانند نیتريت‌ها کمتر مورد استفاده قرار می‌گیرد. این ترکیب عموم؟ در درمان مسمومیت با سیانید مصرف می‌شود. این دارو همچنین به‌عنوان داروی کمک تشخیصی در بررسی عملکرد ذخیره‌ای قلب استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که اثر ضد آنژین آمیل نیتريت در نتیجه کاهش فشارشیرانی سیستمیک و ریوی باشد و کاهش برونه قلبی به دنبال مصرف آمیل نیتريت ناشی از گشاد شدن عروق محیطی می‌باشد. به عنوان پادزهر مسمومیت با سیانید، آمیل نیتريت موجب تشکیل متهمو گلوبین می‌گردد. این ماده با سیانید ترکیب شده و تبدیل به ترکیب غیرسمی سیانو متهمو گلوبین می‌شود. فارماکوکینتیک اثر آن طی ۳۰ ثانیه شروع شده و ۵-۳ دقیقه ادامه خواهد داشت متابولیسم آن کبدی است و تقریباً ۱/۳ آن از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- در بیماران سالخورده احتمال بروز کمی فشار خون در حالت ایستاده بیشتر است

۲- در کم خونی شدید، خونریزی مغزی و ضربات وارده به سر، پرکاری تیروئید و انفارکتوس اخیر میوکارد با احتیاط مصرف گردد. عوارض جانبی عوارض شایع شامل سرگیجه و یا منگی هنگام برخاستن از حالت خوابیده و یا نشسته برافروختگی صورت و گردن سردرد خفیف تهوع یا استفراغ نبض سریع و بیقراری می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای پایین آورنده فشار خون و یاسایر داروهای گشادکننده عروق اثر آن را تشدید می‌کند. اثرات هیستامین و نوراپی نفرین و استیل کولین در مصرف همزمان با آمیل نیتريت کاهش می‌یابد. داروهای مقلد سمپاتیک اثر آمیل نیتريت را کم می‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار باید آمپول رادر میان دستمالی شکسته و ۶-۱ بار آنرا استنشاق کند و سپس در حالت نشسته و خوابیده قرار گیرد.

۲- این دارو قابل اشتعال است

مقدار مصرف به عنوان ضد آنژین مقدار ۰/۳ میلی‌لیتر (یک آمپول استنشاق می‌شود و می‌توان آنرا هر ۵-۳ دقیقه تکرار کرد به عنوان پادزهر مسمومیت با سیانید در صورت لزوم هر ۵ دقیقه به مدت

۶۰-۳۰ ثانیه تا زمان بهوش آمدن استنشاق می‌شود و سپس فاصله مقادیر مصرف را طولانی کرده و تا ۲۴ ساعت مصرف دارو ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Ampules for Inhalation

ATROPINE

ATROPINE

موارد مصرف آتروپین در درمان اسپاسم پیلور، اسپاسم مجرای گوارشی همراه با مرفین در درمان اختلال‌های اسپاسمی مجاری صفراوی در قولنج کلیه در درمان قاعدگی دردناک و شب ادراری برای کاهش تنوس عضلات روده به‌نگام عکسبرداری برای کاهش ترشحات بزاق و ترشحات دستگاه تنفسی پیش از بیهوشی برای جلوگیری از برادیکاردی و ایست سینوسی و کمی فشار خون ناشی از سوکسینیل کولین به‌عنوان پادزهر در درمان مسمومیت با مهارکننده‌های کولین استراز از جمله سموم ارگانو فسفره همراه نئوستیگمین یا پیریدوستیگمین در رفع آثار مسددهای عصبی - عضلانی و در بیماری پارکینسون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر استیل کولین بر گیرنده‌های موسکارینی را مهار می‌کند و بنابراین می‌تواند روی عضلات صاف گیرنده‌های پس عقده‌ای میوکاردا، گره‌سینوسی و دهلیزی و دهلیزی - بطنی غدد مترشحه برون ریز، حرکت دستگاه گوارش و تنوس میزنای و مثانه تاثیر بگذارد. با همین مکانیسم به‌عنوان پادزهر به کار می‌رود. اثر ضدسرگیجه حقیقی و پارکینسون آن نیز بدلیل همین اثر در مغز می‌باشد. در مجموع مقادیر کم آتروپین موجب مهار ترشحات بزاق و برونش و تعریق می‌شود در حالی که تجمع دارو موجب گشاد شدن مردمک‌ها و افزایش سرعت ضربانات قلب می‌گردد.

فارماکوکینتیک آتروپین در کبد هیدرولیز آنزیمی شد. و در تمام بدن انتشار می‌یابد و براحتی از سد خونی - مغزی عبور می‌کند. طول مدت اثر آن بسیار کوتاه است و ۵۰ درصد دارو از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد. نیمه عمر حذف آتروپین از بدن ۲/۵ ساعت می‌باشد.

هشدارها: ۱ - نوزادان و کودکان به‌عوارضی سمی آتروپین حساسترند.

۲ - به دلیل کاهش عرق دمای بدن افزایش می‌یابد.

۳ - احتمال بروز هیجان و تحریک پذیری در سالخوردگان با مقادیر درمانی وجود دارد.

۴ - در آریتمی قلبی نارسایی احتقانی قلب فقدان تنوس دستگاه گوارش احتباس ادرار، بزرگ شدن پروستات کولیت اولسراتیو، بارداری و شیردهی و گلوکوم با احتیاط مصرف گردد.

۵ - آتروپین از جفت عبور کرد و در شیر نیز ترشح می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در گلوکوم بازایه بسته نباید مصرف شود.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارو می‌توان از یبوست خشکی دهان بینی گلو یا پوست و اشکال در بلع گشاد شدن مردمک‌ها، برادیکاردی و سپس تاکیکاردی و کاهش تعریق نام برد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان

این دارو با گلوکوکورتیکوئیدها

و هالوپریدول می‌تواند فشار داخل

چشم را افزایش دهد. در صورت مصرف همزمان با داروهای آنتی‌هیستامین

و سایر داروهای ضد موسکارینی دیسوپیرامید، فنوتیازین‌ها و داروهای

ضد افسردگی سه حلقه‌ای اثرات آنتی موسکارینی تشدید می‌شود. در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد میاستنی سبب کاهش هر چه بیشتر تحرک روده می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - پس از مصرف دارو از رفتن در محیط‌های گرم و از پرداختن به فعالیت بدنی شدید خودداری گردد.

۲ - احتمال ایجاد اختلال دید یا حساسیت به نور وجود دارد.

۳ - احتمال بروز خشکی دهان بینی یا گلو وجود دارد.

۴ - تزریق وریدی آتروپین باید به آهستگی صورت گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد موسکارینی مقدار ۰/۶ - ۰/۴ میلی گرم هر ۶ - ۴ ساعت به‌صورت عضلانی وریدی یا زیر جلدی تزریق می‌گردد. به‌عنوان ضد آریتمی

۱ - ۰/۴ میلی گرم هر ۲ - ۱ ساعت حداکثر تا ۲ میلی گرم تزریق می‌شود.

برای جلوگیری از ترشح بیش از حد بزاق مقدار ۰/۶ - ۰/۲ میلی گرم هر ۱ - ۰/۵ ساعت قبل از اعمال جراحی ۱/۲ - ۰/۶ میلی گرم

به‌طور همزمان با تزریق ۲ - ۰/۵ میلی‌گرم نئوستیگمین به‌صورت وریدی و در مسمومیت کورار برای مهار کننده‌های کولین استراز مقدار ۴ - ۲ میلی‌گرم تزریق وریدی می‌گردد. سپس مقدار ۲ میلی‌گرم هر ۱۰ - ۵ دقیقه تا زمان برطرف شدن علائم موسکارینی و یا بروز علائم مسمومیت با آتروپین تزریق می‌گردد.

کودکان مقدار ۰/۰۱ mg/kg (حداکثر ۰/۴ میلی‌گرم هر ۶ - ۴ ساعت به‌عنوان آنتی‌کولینرژیک تجویز می‌گردد. به‌عنوان ضدآریتمی مقدار ۰/۰۳ mg/kg - ۰/۰۱ تزریق وریدی می‌شود. برای جلوگیری از ترشح بیش از حد بزاق و ترشحات مجاری تنفسی پیش از بیهوشی در کودکان با وزن ۳ تا کیلوگرم بین ۰/۶ - ۰/۱ میلی‌گرم استفاده می‌شود. به‌عنوان پادزهر مهارکننده‌های کولین استراز مقدار اولیه ۱ میلی‌گرم تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود و سپس مقادیر ۱ - ۰/۵ میلی‌گرم هر ۱۰ - ۵ دقیقه تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection (as Sulfate) : ۰.۵mg / ml

۱۰ mg / ۱۰ ml

CALCIUM DISODIUM EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی ناشی از آن استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب به‌سبب تسهولت جانشین کلسیم موجود در این دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع می‌گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به‌دلیل عوارض سمی و کشنده آن از انفوزیون سریع داخل وریدی خودداری گردد و حتی الامکان به‌صورت عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکرروز لوله‌های کلیوی به‌خصوص در کم‌ادراری وجود دارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ - ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علائم بالینی این محلول در مدت حداقل یک‌ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روز انفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان به مدت ۲ روز قطع می‌گردد و در صورت لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته می‌شود. در

افراد با مسمومیت متوسط یا بدون علامت نباید بیشتر از ۵۰ mg/kg/day مصرف می‌گردد. تجویز عضلانی دارو نباید از ۳۵ mg/kg دو بار در روز (مقدار کل ۷۵ mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه باید در فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد و درمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین دوره درمان پس از یک دوره استراحت چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتريت

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل شلاته کننده فعال است که به عنوان داروی کمکی در درمان مسمومیت با آهن به کار برده می شود. این دارو همچنین برای تسریع دفع آهن مصرف می شود. دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان به نارسایی کلیه و در درمان مسمومیت های عصبی و یا ناهنجاری های استخوانی در بیماران تحت دیالیز به کار برده می شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن در واکنش های شیمیایی جلوگیری می کند. این دارو می تواند با آهن آزاد سرم آهن فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی از هموگلوبین و میوگلوبین نمی تواند آهن برداشت کند. دفروکسامین همچنین می تواند از بافت های مختلف آلومینیوم را برداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول در آب ایجاد کند.

فارماکوکینتیک کمتر از ۱۵٪ دارو از طریق دستگاه گوارش جذب می شود. دفروکسامین بوسیله آنزیم های پلاسمایی متابولیزه و از طریق ادرار دفع می شود. مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع دفع می گردد و نیمه عمر آن ۶/۱ ساعت می باشد. آهن شلات شده که از طریق کلیه ها دفع می گردد، رنگ ادرار را به قرمز متمایل می کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری های شدید کلیوی یا بی ادراری و در هموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- احتمال بروز آب مروارید در بیماران که تحت درمان طولانی با دفروکسامین هستند وجود دارد.

۲- مصرف این دارو در کودکان زیر سه سال منوط به دفع 1mg/day آهن می باشد.

۳- در افراد سالخورده همراه ویتامین C استفاده گردد.

۴- راه تجویز وریدی فقط در بیماران مبتلا به کلاپس قلبی - عروقی مورد استفاده قرار گیرد و در اولین فرصت تجویز دارو به صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جانبی در محل تزریق گاهی خارش درد و سفتی ایجاد می گردد. در درمان درازمدت ممکن است واکنش های آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش های آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل های دارویی تجویز همزمان با ویتامین C باعث افزایش توانایی این دارو در دفع بیشتر آهن می گردد اگرچه احتمال سمیت آهن نیز افزایش می یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدای مقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی گرم (تا دوبار) به صورت عضلانی تزریق می شود. در صورت لزوم تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲- ۴ ساعت تا حداکثر 6g/day قابل تکرار است

مقدار اولیه تجویز داخل وریدی دارو یک گرم است که با سرعت کمتر از 15mg/kg/h انفوزیون می گردد و سپس مقدار ۵۰۰ میلی گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر $6\text{g}/24\text{h}$ تجویز می شود.

برای تجویز زیر جلدی مقدار 2g - ۱ طی مدت ۲۴ - ۸ ساعت توسط یک پمپ سیار تزریق می گردد. مقدار مصرف دارو از 20mg/kg شروع و به 110mg/kg یا مقدار تام ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطر استریل افزایش می یابد که طی ۱۰ ساعت در بافت زیر جلد انفوزیون می شود.

در مسمومیت مزمن 50mg/kg/day - ۲۰ از دارو طی مدت ۸ ساعت به صورت زیر جلدی انفوزیون می گردد. معهذاً، تزریق عضلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که باید در تمام بیماران که در حالت شوک نمی باشند، مورد استفاده قرار گیرد.

دوز معمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

1g/day - ۰/۵ می باشد. بعلاوه در صورت انتقال خون به بیمار، لازم است یک دوز ۲ گرمی دارو همراه با هر واحد خون تزریقی به صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی با حداکثر سرعت **15mg/kg/h** تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال در مسمومیت حاد با آهن مقدار **50mg/kg/dose** است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است به صورت داخل عضلانی تجویز می گردد. سلامت و کارآیی دارو در اطفال کوچکتر از ۳ سال ثابت نشده است

اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): 500mg

CALCIUM DISODIUM EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی ناشی از آن استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری تشکیل می شود که از طریق ادرار دفع می گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع می گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به دلیل عوارض سمی و کشنده آن از انفوزیون سریع داخل وریدی خودداری گردد و حتی الامکان به صورت عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکرروز لوله‌های کلیوی به خصوص در کم‌ادراری وجود دارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ - ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق می شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علائم بالینی این محلول در مدت حداقل یک ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روز انفوزیون وریدی می شود و سپس درمان به مدت ۲ روز قطع می گردد و در صورت لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته می شود. در افراد با مسمومیت متوسط یا بدون علامت نباید بیشتر از **50mg/kg/day** مصرف می گردد. تجویز عضلانی دارو نباید از **35mg/kg** دو بار در روز (مقدار کل **75mg/kg/day**) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه باید در فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد و درمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین دوره درمان پس از یک دوره استراحت چهار روزه یا بیشتر شروع می شود.

اشکال دارویی

Injection: 50 mg/ml

آتروپین آمیل نیتريت

DICOBALT EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت شدید با سیانور به کار می رود.

مکانیسم اثر: ترکیبات کبالت کمپلکس پایداری با سیانور تشکیل می دهند.

فارماکوکینتیک به صورت کمپلکس با سیانید از راه کلیه‌ها دفع می گردد.

موارد منع مصرف ۱- همانند بقیه ترکیبات EDTA در بی‌اداری و کم‌اداری نباید مصرف شود.

۲- به دلیل عوارض سمی از تزریق سریع داخل وریدی و همچنین مواردی که مسمومیت با سیانید ثابت نشده باشد باید خودداری گردد.

۳- دارو با هدف پیشگیری نباید مصرف شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است سبب بروز کمی فشار خون تاکیکاردی استفراغ و واکنش‌های آنافیلاکتیک شود. مقدار مصرف مقدار ۳۰۰ میلی‌گرم (۲۰ میلی‌لیتر) از دارو طی یک دقیقه به صورت وریدی تزریق می‌شود. پس از آن بلافاصله مقدار ۵۰ میلی‌لیتر محلول دکستروز ۵۰ درصد از طریق همان سوزن تزریق می‌شود. در صورت لزوم می‌توان تزریق دارو و دکستروز را تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰mg/۲۰ml

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل شلاته کننده فعال است که به عنوان داروی کمکی در درمان مسمومیت با آهن به کار برده می‌شود. این دارو همچنین برای تسریع دفع آهن مصرف می‌شود. دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان به نارسایی کلیه و در درمان مسمومیت‌های عصبی و یا ناهنجاری‌های استخوانی در بیماران تحت دیالیز به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه‌ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن در واکنش‌های شیمیایی جلوگیری می‌کند. این دارو می‌تواند با آهن آزاد سرم آهن فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی از هموگلوبین و میوگلوبین نمی‌تواند آهن برداشت کند. دفروکسامین همچنین می‌تواند از بافت‌های مختلف آلومینیوم را برداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول در آب ایجاد کند. فارماکوکینتیک کمتر از ۱۵٪ دارو از طریق دستگاه گوارش جذب می‌شود. دفروکسامین بوسیله آنزیم‌های پلاسمایی متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود. مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌گردد و نیمه عمر آن ۶/۱ ساعت می‌باشد. آهن شلات شده که از طریق کلیه‌ها دفع می‌گردد، رنگ ادرار را به قرمز متمایل می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های شدید کلیوی یا بی‌اداری و در هموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- احتمال بروز آب مروارید در بیماران که تحت درمان طولانی با دفروکسامین هستند وجود دارد.

۲- مصرف این دارو در کودکان زیر سه سال منوط به دفع ۱mg/day آهن می‌باشد.

۳- در افراد سالخورده همراه ویتامین C استفاده گردد.

۴- راه تجویز وریدی فقط در بیماران مبتلا به کلاپس قلبی - عروقی مورد استفاده قرار گیرد و در اولین فرصت تجویز دارو به صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جانبی در محل تزریق گاهی خارش درد و سفتی ایجاد می‌گردد. در درمان درازمدت ممکن است واکنش‌های آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش‌های آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان با ویتامین C باعث افزایش توانایی این دارو در دفع بیشتر آهن می‌گردد اگرچه احتمال سمیت آهن نیز افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدا مقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی‌گرم (تا دوبار) به صورت عضلانی تزریق

می‌شود. در صورت لزوم تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲ - ۴ ساعت تا حداکثر ۶g/day قابل تکرار است

مقدار اولیه تجویز داخل وریدی دارو یک گرم است که با سرعت کمتر از ۱۵mg/kg/h انفوزیون می‌گردد و سپس مقدار ۵۰۰ میلی گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر ۶g/۲۴h تجویز می‌شود.

برای تجویز زیر جلدی مقدار ۲g - ۱ طی مدت ۲۴ - ۸ ساعت توسط یک پمپ سیار تزریق می‌گردد. مقدار مصرف دارو از ۲۰mg/kg شروع و به ۱۱۰mg/kg یا مقدار تام ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطر استریل افزایش می‌یابد که طی ۱۰ ساعت در بافت زیر جلد انفوزیون می‌شود.

در مسمومیت مزمن ۵۰mg/kg/day - ۲۰ از دارو طی مدت ۸ ساعت به صورت زیر جلدی انفوزیون می‌گردد. معهذ، تزریق عضلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که باید در تمام بیمارانی که در حالت شوک نمی‌باشند، مورد استفاده قرار گیرد. دوز معمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

۱g/day - ۰/۵ می‌باشد. بعلاوه در صورت انتقال خون به بیمار، لازم است یک دوز ۲ گرمی دارو همراه با هر واحد خون تزریقی به صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی با حداکثر سرعت ۱۵mg/kg/h تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال در مسمومیت حاد با آهن مقدار ۵۰mg/kg/dose است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است به صورت داخل عضلانی تجویز می‌گردد. سلامت و کارایی دارو در اطفال کوچکتر از ۳ سال ثابت نشده است اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): ۵۰۰mg

CALCIUM DISODIUM EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی ناشی از آن استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع می‌گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به دلیل عوارض سمی و کشنده آن از انفوزیون سریع داخل وریدی خودداری گردد و حتی الامکان به صورت عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های کلیوی به خصوص در کم‌ادراری وجود دارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ - ۲۵۰ میلی لیتر محلول کلرور سدیم تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم بالینی این محلول در مدت حداقل یک ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روز انفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان به مدت ۲ روز قطع می‌گردد و در صورت لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یا بدون علامت نباید بیشتر از ۵۰mg/kg/day مصرف می‌گردد. تجویز عضلانی دارو نباید از ۳۵mg/kg دو بار در روز (مقدار کل ۷۵mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه باید در فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد و درمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین دوره درمان

پس از یک دوره استراحت چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتريت

DIMERCAPROL

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت با آرسنیک آنتیموان بیسموت طلا و جیوه مصرف می‌شود. این دارو همراه EDTA در درمان مسمومیت حاد با سرب نیز استفاده می‌گردد. همچنین در درمان مسمومیت حاد با جیوه در صورتیکه درمان طی ۱-۲ ساعت بعد از مسمومیت شروع شود، موثر است

مکانیسم اثر: دیمرکاپرول بواسطه اتصال به آرسنیک طلا، سرب و جیوه می‌تواند دفع آنها را سرعت ببخشد. به دلیل تمایل آرسنیک به دیمرکاپرول با مصرف این دارو از وقفه در کار آنزیم‌های دارای گروه سولفیدریل جلوگیری می‌شود. دیمرکاپرول ممکن است آنزیم‌های مهار شده توسط آرسنیک را نیز دوباره فعال کند.

فارماکوکینتیک بالا-ترین غلظت پلاسمایی دیمرکاپرول نیم تا یک ساعت بعد از تزریق عضلانی آن حاصل می‌شود. نیمه عمر آن کوتاه است و حداکثر طی ۴ ساعت متابولیزه و دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف ۱- در بی‌کفایتی کبدی به استثنای یرقان ناشی از آرسنیک نباید مصرف شود.

۲- در بی‌کفایتی کلیه (مگر در شرایط خاص که در آن صورت دارو باید با احتیاط کامل مصرف گردد) نباید مصرف گردد.

۳- در مسمومیت با آهن کادمیوم و سلنیوم نباید مصرف گردد زیرا کمپلکس دارو و فلز از خود فلز به تنهایی به ویژه برای کلیه‌ها سمی تر است

هشدارها: ۱- در طول درمان مزمن تب واکنشی که ظاهر؟ مخصوص اطفال است ممکن است در ۳۰ درصد از اطفال بروز کند.

۲- در افراد مبتلا به کمبود G6PD با احتیاط مصرف شود.

۳- در افراد مسن دوران بارداری و شیردهی و افزایش فشارخون با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بالا رفتن فشار خون

همراه با تاکی کاردی که به مقدار

مصرف دارو بستگی دارد از عوارض شایع این دارو است از عوارض دیگری می‌توان تهوع و استفراغ سردرد و احساس سوزش در لب‌ها، دهان و گلو، اسپاسم پلکها، ترشح از بینی و دهان احساس تنگی گلو و سینه درد شکم درد و آبرسه در محل تزریق اضطراب ضعف و بیقراری را نام برد.

تداخل‌های دارویی این دارو با فرآورده‌های حاوی آهن در صورتی که به‌طور همزمان مصرف گردند، تداخل دارد.

نکات قابل توصیه در طول درمان با این دارو باید ادرار را قلیایی نگهداشت زیرا کمپلکس دیمرکاپرول و فلز به راحتی در محیط اسیدی شکسته می‌شود. ادرار قلیایی کلیه‌ها را در مقابل اثرات سمی فلز حفظ می‌کند.

مقدار مصرف تزریق دیمرکاپرول باید به صورت عمیق و عضلانی باشد و درمان هرچه سریعتر با سایر درمانها و یا بدون آنها آغاز گردد. در مسمومیت خفیف با آرسنیک و طلا، ابتدا ۲/۵mg/kg چهار بار در روز به مدت ۲ روز تزریق می‌شود و سپس درمان با همین مقدار در روز سوم دو بار در روز و بعد یک بار در روز تا ۱۰ روز ادامه می‌یابد. در مسمومیت شدید با طلا و یا آرسنیک ابتدا ۳mg/kg هر چهار ساعت به مدت ۲ روز تزریق می‌شود و سپس درمان با همین مقدار در روز سوم چهار بار در روز و سپس یک تا

دو بار در روز تا ۱۰ روز، ادامه می‌یابد. در درمان انسفالوپاتی حاد ناشی از سرب ابتدا 4mg/kg به تنهایی تزریق می‌شود و بعد درمان با همین مقدار همراه با کلسیم ادتات دی‌سدیم هر چهار ساعت ادامه می‌یابد. در مسمومیتهای با شدت کمتر، مقدار 3mg/kg تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: $300\text{mg}/3\text{ml}$

DICOBALT EDETATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت شدید با سیانور به کار می‌رود. مکانیسم اثر: ترکیبات کبالت کمپلکس پایداری با سیانور تشکیل می‌دهند. فارماکوکینتیک به صورت کمپلکس با سیانید از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف ۱ - همانند بقیه ترکیبات EDTA در بی‌اداری و کم‌اداری نباید مصرف شود.

۲ - به دلیل عوارض سمی از تزریق سریع داخل وریدی و همچنین مواردی که مسمومیت با سیانید ثابت نشده باشد باید خودداری گردد.

۳ - دارو با هدف پیشگیری نباید مصرف شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است سبب بروز کمی فشار خون تا یک‌ساعتی استفرغ و واکنش‌های آنافیلاکتیک شود. مقدار مصرف مقدار 300 میلی‌گرم (20 میلی‌لیتر) از دارو طی یک دقیقه به صورت وریدی تزریق می‌شود. پس از آن بلافاصله مقدار 50 میلی‌لیتر محلول دکستروز 50 درصد از طریق همان سوزن تزریق می‌شود. در صورت لزوم می‌توان تزریق دارو و دکستروز را تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: $300\text{mg}/20\text{ml}$

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل شلاته‌کننده فعال است که به عنوان داروی کمکی در درمان مسمومیت با آهن به کار برده می‌شود. این دارو همچنین برای تسریع دفع آهن مصرف می‌شود. دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان به نارسایی کلیه و در درمان مسمومیت‌های عصبی و یا ناهنجاری‌های استخوانی در بیماران تحت دیالیز به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه‌ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن در واکنش‌های شیمیایی جلوگیری می‌کند. این دارو می‌تواند با آهن آزاد سرم آهن فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی از هموگلوبین و میوگلوبین نمی‌تواند آهن برداشت کند. دفروکسامین همچنین می‌تواند از بافت‌های مختلف آلومینیوم را برداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول در آب ایجاد کند.

فارماکوکینتیک کمتر از 15% دارو از طریق دستگاه گوارش جذب می‌شود. دفروکسامین بوسیله آنزیم‌های پلاسمایی متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود. مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌گردد و نیمه عمر آن $6/1$ ساعت می‌باشد. آهن شلات شده که از طریق کلیه‌ها دفع می‌گردد، رنگ ادرار را به قرمز متمایل می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های شدید کلیوی یا بی‌اداری و در هموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - احتمال بروز آب مروارید در بیماران که تحت درمان طولانی با دفروکسامین هستند وجود دارد.

۲ - مصرف این دارو در کودکان زیر سه سال منوط به دفع 1mg/day آهن می‌باشد.

۳- در افراد سالخورده همراه ویتامین C استفاده گردد.

۴- راه تجویز وریدی فقط در بیماران مبتلا به کلاپس قلبی - عروقی مورد استفاده قرار گیرد و در اولین فرصت تجویز دارو به صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جانبی در محل تزریق گاهی خارش درد و سفتی ایجاد می‌گردد. در درمان درازمدت ممکن است واکنش‌های آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش‌های آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان با ویتامین C باعث افزایش توانایی این دارو در دفع بیشتر آهن می‌گردد اگرچه احتمال سمیت آهن نیز افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدا مقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی گرم (تا دوبار) به صورت عضلانی تزریق می‌شود. در صورت لزوم تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲- ۴ ساعت تا حداکثر ۶g/day قابل تکرار است

مقدار اولیه تجویز داخل وریدی دارو یک گرم است که با سرعت کمتر از ۱۵mg/kg/h انفوزیون می‌گردد و سپس مقدار ۵۰۰ میلی گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر ۶g/۲۴h تجویز می‌شود.

برای تجویز زیر جلدی مقدار ۲g - ۱ طی مدت ۲۴ - ۸ ساعت توسط یک پمپ سیار تزریق می‌گردد. مقدار مصرف دارو از ۲۰mg/kg شروع و به ۱۱۰mg/kg یا مقادیر تا ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطر استریل افزایش می‌یابد که طی ۱۰ ساعت در بافت زیر جلد انفوزیون می‌شود.

در مسمومیت مزمن ۵۰mg/kg/day - ۲۰ از دارو طی مدت ۸ ساعت به صورت زیرجلدی انفوزیون می‌گردد. معه‌ذا، تزریق عضلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که باید در تمام بیمارانی که در حالت شوک نمی‌باشند، مورد استفاده قرار گیرد. دوز معمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

۱g/day - ۰/۵ می‌باشد. بعلاوه در صورت انتقال خون به بیمار، لازم است یک دوز ۲ گرمی دارو همراه با هر واحد خون تزریقی به صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی با حداکثر سرعت ۱۵mg/kg/h تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال در مسمومیت حاد با آهن مقدار ۵۰mg/kg/dose است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است به صورت داخل عضلانی تجویز می‌گردد. سلامت و کارآیی دارو در اطفال کوچکتر از ۳ سال ثابت نشده است

اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): ۵۰۰mg

CALCIUM DISODIUM EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی ناشی از آن استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بهسولت جانشین کلسیم موجود در این دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع می‌گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به دلیل عوارض سمی و کشنده آن از انفوزیون سریع داخل وریدی خودداری گردد و حتی الامکان به صورت عضلانی

استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکرروز لوله‌های کلیوی به خصوص در کم ادراری وجود دارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ - ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علائم بالینی این محلول در مدت حداقل یک ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روزانفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان به مدت ۲ روز قطع می‌گردد و در صورت لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یا بدون علامت نباید بیشتر از 50 mg/kg/day مصرف می‌گردد. تجویز عضلانی دارو نباید از 35 mg/kg دو بار در روز (مقدار کل 75 mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه باید در فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد و درمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین دوره درمان پس از یک دوره استراحت چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتريت

DISODIUM EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان اضطرابی زیادی کلسیم خون کنترل آریتمی بطنی ناشی از مسمومیت دیژیتال و درمان مسمومیت حاد یا مزمن با سرب و آنسفالوپاتی ناشی از آن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با بسیاری از کاتیونهای ۲ و ۳ ظرفیتی تشکیل کمپلکس می‌دهد اما بیشترین تمایل را به کلسیم دارد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو در حدود یک ساعت است و از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در بی‌ادراری و بیماری تصلب شرایین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو تنها

در موارد شدید بیماری توصیه

می‌شود.

۲- انفوزیون سریع دارو باعث سقوط ناگهانی غلظت کلسیم و مرگ می‌گردد.

۳- در افراد مبتلا به کمی پتاسیم خون باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی احتمال نکرروز لوله‌های کلیوی به خصوص در کم ادراری وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار 50 mg/kg/day تا حداکثر 3 g/day مصرف می‌شود. مقدار مصرف طی ۳ ساعت یا بیشتر انفوزیون می‌شود.

کودکان مقدار 40 mg/kg/day تا حداکثر 70 mg/kg/day مصرف می‌شود که باید با غلظت کمتر از ۳٪ در مدت ۳ ساعت و

یا بیشتر انفوزیون شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۵۰ mg/ml

OBIDOXIME CHLORIDE

موارد مصرف ایدوکسایم برای فعال کردن مجدد آنزیم کولین استراز مهار شده توسط حشره کشهای ارگانو فسفره مصرف می شود. مکانیسم اثر: ایدوکسایم پادزهر اختصاصی در مسمومیت ناشی از حشره کشهای ارگانو فسفره است و درحقیقت باعث فعال شدن کولین استراز مهار شده می شود.

هشدارها: ۱- در صورت گذشتن بیش از ۴۸ ساعت از زمان جذب سم استفاده از این دارو احتمالاً بی فایده است
۲- به دلیل این که فعالیت ایدوکسایم در مقابل کولین استرازهای متفاوت یکسان نیست در صورت عدم تاثیر از مصرف بیش از حد آن خودداری گردد.

۳- این دارو علیه مسمومیت با کاربامات‌ها نباید به کار گرفته شود.

۴- مصرف ایدوکسایم نباید جانشین مصرف آتروپین شود.

عوارض جانبی احتمال بروز تحریک در هنگام تزریق شریانی وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در حدود ۵ دقیقه بعد از مصرف اولین مقدار سولفات آتروپین مقدار ۲۵۰ میلی گرم از ایدوکسایم داخل ورید تزریق می شود و در صورت پاسخ مناسب مقدار مصرف فوق یک یا دو بار دیگر در فواصل ۲ ساعته تکرار می شود. حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان در حدود ۳-۵ mg/kg است

کودکان مقدار ۴-۸ mg/kg به صورت یک مقدار واحد به صورت وریدی تزریق می شود. این مقدار مصرف را می توان با محلول های تزریق وریدی رقیق نمود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/ml

PENICILLAMINE

موارد مصرف پنی سیلامین در درمان بیماران دارای نشانه های بیماری ویلسون و پیشگیری از ایجاد آسیب بافتی مصرف می شود. این دارو همچنین در درمان بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید شدید و فعال که به سایر درمانها پاسخ نداده اند، بیماری که مبتلا به تشکیل سنگهای سیستینی عود کننده و مسمومیت با فلزات سنگین (بویژه مس و سرب هستند، استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با جیوه سرب مس آهن و احتمالاً سایر فلزات سنگین کمپلکس محلول در آب ایجاد می کند. به عنوان ضد روماتیسم به نظر می رسد فاکتورهای روماتوئید و کمپلکس های ایمنی را کاهش می دهد.

فارماکوکینتیک این دارو در کبد متابولیزه می شود. زمان لازم برای شروع اثر در بیماری ویلسون ۳ - ۱ ماه و در بیماری آرتریت روماتوئید ۳ - ۲ ماه می باشد. این دارو از راه کلیه ها و مدفوع دفع می شود.

هشدارها: ۱- در افراد با سابقه ابتلا به آگرانولوسیتوز یا کم خونی آپلاستیک با احتیاط مصرف شود.

۲- مصرف طولانی مدت آن باعث کاهش گویچه های سفید خون شده و احتمال بروز عفونت در اندامهای مختلف از جمله لته و دهان وجود دارد. لذا در اوایل و در طول درمان شمارش سلول های خون باید انجام پذیرد.

۳- احتمال بروز مسمومیت خونی در بیماران با سن ۶۵ سال یا بیشتر وجود دارد.

۴- چنانچه متعاقب یک سال مصرف دارو بهبودی حاصل نگردد، مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی اسهال سرگیجه تهوع یا استفراغ درد خفیف معده کاهش یا از بین رفتن حس چشایی تب درد مفاصل بشورات پوستی کبیر، خارش و یا تورم غدد لنفاوی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با کاهنده‌های فعالیت مغز استخوان ترکیبات طلا و داروهای کاهنده سیستم ایمنی بدن (بغیر از گلوکوکورتیکوئیدها) ممکن است احتمال بروز عوارض جانبی و خیم خونی و کلیوی آن را افزایش دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای مکمل آهن ممکن است باعث کاهش اثر پنی سیلامین گردد.

نکات قابل توصیه ۱- قطع ناگهانی دارو ممکن است باعث بروز عوارض حساسیتی گردد.

۲- برای بیمارانی که مبتلا به زیادی سیستم ادرار هستند، مصرف مقادیر زیاد مایعات (بخصوص در شب اهمیت دارد).

۳- دارو باید با معده خالی مصرف گردد.

۴- از مصرف همزمان این دارو با فرآورده‌های آهن دار خودداری شود.

۵- نباید انتظار بهبودی را حداقل طی ۱۲-۶ هفته اول درمان داشت

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان عامل شلات کننده مقدار ۲۵۰ میلی گرم چهار بار در روز مصرف می شود. به عنوان داروی ضد آرتروز روماتوئید ابتدا مقدار ۲۵۰-۱۲۵ میلی گرم یک بار در روز یکجا مصرف می شود و سپس مقدار مصرف در صورت لزوم و تحمل بیمار هر ۲-۳ ماه یک بار به میزان ۲۵۰ mg/day - ۱۲۵ تا حداکثر ۱/۵g/day افزایش می یابد.

به عنوان ضد سنگ‌های ادراری مقدار ۵۰۰ میلی گرم چهار بار در روز مصرف می شود. به عنوان پادزهر در مسمومیت با فلزات سنگین مقدار ۱/۵g/day - ۰/۵ بمدت ۲-۱ ماه مصرف می شود.

کودکان به عنوان عامل شلات کننده در کودکان کم سن مقدار ۲۵۰ میلی گرم در روز یکجا و همراه با آب میوه مصرف می شود.

اشکال دارویی

Scored F.C. Tablet: ۲۵۰ mg

SODIUM THIOSULFATE

موارد مصرف تیوسولفات سدیم در درمان مسمومیت با آرسنیک مصرف می شود. این دارو به عنوان داروی کمکی در

درمان مسمومیت با سیانید، همراه با نیتريت سدیم و برای جلوگیری از سمیت کلیوی ناشی از سیس پلاتین استفاده می شود.

مکانیسم اثر: این دارو معمولاً همراه سدیم نیتريت در مسمومیت با سیانید مصرف می شود. بدین ترتیب که یون سیانید تبدیل شده به سیانومتهموگلوبین را به تیوسیانات تبدیل می کند. همچنین احتمالاً با ایجاد کمپلکس غیر سمی با سیس پلاتین سیس پلاتین - تیوسولفات از رسیدن مقادیر زیاد سیس پلاتین به کلیه‌ها جلوگیری به عمل می آورد.

فارماکوکینتیک پس از تزریق به سرعت در بافتها توزیع می گردد. نیمه عمر آن

۲۰-۱۵ دقیقه است ولی وقتی به صورت تیوسیانات درآید به حدود ۷-۳ روز افزایش می یابد. دارو از راه کلیه‌ها دفع می شود.

هشدارها: به دلیل حضور یون سدیم در سیروز کبدی نارسایی احتقانی قلب توکسمی ناشی از حاملگی و نارسایی کلیوی و فشار خون با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی غیر از اختلالات اسمزی ناشی از مصرف تیوسولفات سدیم این دارو نسبتاً غیر سمی است

نکات قابل توصیه در صورت بروز تحریک یا حساسیت مصرف آن باید قطع گردد.

مقدار مصرف در مسمومیت با آرسنیک ابتدا ۰/۱ گرم به آهستگی در ورید تزریق می گردد و در سه روز بعد به ترتیب ۰/۲، ۰/۳ و

۰/۴ گرم به همان روش تزریق می‌شود. در مسمومیت با سیانور، پس از تجویز نیتريت سدیم مقدار ۱۲/۵ گرم به صورت وریدی تزریق می‌شود. در صورت لزوم می‌توان مقدار مصرف را با ۶/۲۵ گرم تکرار کرد. برای جلوگیری از نفروتوکسیسیته حاصل از سیس پلاتین مقدار مصرف مشخصی بیان نشده است ولی بعضی از پزشکان مقدار ۲g/m² را قبل از مصرف سیس پلاتین تجویز کرده‌اند.

اشکال دارویی

Injection: ۱۲.۵ g/۵۰ ml

CHLORPHENIRAMINE

موارد مصرف کلرفنیرآمین در درمان علامتی رینیت آلرژیک فصلی یا دائمی رینیت وازوموتور و التهاب آلرژیک ملتحمه ناشی از استنشاق مواد آلرژن و یا خوردن آنها، کهیر و کهیر غول‌آسا، و به عنوان داروی کمکی در شوک آنافیلاکتیک به کار می‌رود. مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژیک آن ناشی از مهار گیرنده‌های H₁ هیستامینی است همچنین دارای آثار آنتی‌کلینرژیک است فارماکوکینتیک بخوبی از راه خوراکی جذب می‌شود. متابولیسم آن کبدی است و از کلیه دفع می‌شود. نیمه عمر کلرفنیرآمین ۱۵-۱۲ ساعت است زمان لازم برای شروع اثر از راه خوراکی ۶۰-۱۵ دقیقه است

هشدارها: ۱- احتمال خشک شدن دهان و افزایش بیماری‌های دهان و دندان با مصرف طولانی مدت آنتی‌هیستامین‌ها وجود دارد.

۲- در صرع هیپرتروفی پروستات و احتباس ادرار، گلوکوم و بیماری‌های کبد با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی عارضه شایع آن خواب‌آلودگی است این دارو می‌تواند عوارض آنتی‌کلینرژیک مثل خشکی دهان و تاری دید را همراه داشته باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات مضعف این دارو را افزایش دهد. استفاده همزمان آن با داروهای آنتی‌کلینرژیک اثرات جانبی این دارو را تشدید می‌کند. مصرف همزمان داروهای سمی برای گوش مانند سالیسیلات‌ها و وانکومایسین با این دارو ممکن است اثر سمی آن را برگوش از جمله وزوز گوش و سرگیجه رابپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱- بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه با غذا، آب یا شیر مصرف گردد.

۲- در صورت بروز خواب‌آلودگی از انجام کارهایی که نیاز به تمرکز حواس دارند خودداری گردد.

مقدار مصرف

تزریقی طی ۱ دقیقه به طور آهسته مقدار

۲۰-۱۰ میلی گرم تزریق وریدی می‌گردد.

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد هیستامین ۴ میلی گرم هر ۶-۴ ساعت بر حسب نیاز استفاده می‌گردد. حداکثر مقدار مصرف ۲۴mg/day است

کودکان در کودکان زیر یکسال توصیه نمی‌گردد. در کودکان ۲-۱ سال

۱mg/day، ۵-۲ سال ۱ میلی گرم هر

۶-۴ ساعت تا حداکثر ۶mg/day و در کودکان ۱۲-۶ سال ۲ میلی گرم هر

۶-۴ ساعت حداکثر ۱۲mg/day مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۴mg

Injection: ۱۰mg / ml

CINNARIZINE

موارد مصرف سیناریزین برای رفع اختلالاتی مثل سرگیجه وزوز گوش تهوع و استفراغ در بیماری منییر، بیماری مسافرت بیماری عروق محیطی و سندرم رینود تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: اثرات این دارو ناشی از مهار گیرنده H₁ هیستامینی است

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی سریع؟ جذب شده و بعد از ۲ - ۱ ساعت به حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد و در کبد متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت پایین بودن فشارخون بیمار، مصرف مقادیر زیاد این دارو باید با احتیاط انجام شود.

۲- در صورت وجود صرع هیپرتروفی پروستات احتباس ادرار، گلوکوم و بیماری کبدی باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی خشکی دهان تاری دید، بشورات جلدی خستگی سردرد و اختلالات گوارشی از عوارض جانبی دارو هستند.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود. در بیماری مسافرت ۳۰ میلی‌گرم ۲ ساعت قبل از مسافرت و سپس در صورت لزوم ۱۵ میلی‌گرم هر ۸ ساعت در طول مسافرت مصرف می‌شود. در اختلالات عروق محیطی ابتدا ۷۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۷۵ میلی‌گرم ۳ - ۲ بار در روز است

کودکان مقدار مصرف در کودکان ۱۲ - ۵ سال نصف مقدار مصرف بزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵mg, ۷۵mg

CLEMASTINE

موارد مصرف کلماستین در درمان علامتی رینیت آلرژیک فصلی یا دائمی التهاب آلرژیک ملتحمه ناشی از مواد آلرژن خارش ناشی از واکنش‌های آلرژیک و کهیر و به عنوان درمان کمکی شوک آنافیلاکتیک به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی آن ناشی از رقابت با هیستامین برای اتصال به گیرنده‌های H₁ است

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از راه تزریق یا خوراکی جذب می‌گردد. متابولیسم آن کبدی است زمان شروع اثر شکل خوراکی آن بین ۶۰ - ۱۵ دقیقه است و طول مدت اثر کلماستین در حدود ۱۲ ساعت می‌باشد و از راه کلیوی دفع می‌گردد.

هشدارها: احتمال بروز سرگیجه اغتشاش‌شعور و کمی فشار خون ناشی از مصرف این دارو بیماران سالخورده بیشتر است

عوارض جانبی شایع آن شامل خواب‌آلودگی و غلیظ شدن ترشحات نایژه است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با داروهای پایین آورنده فشارخون و داروهای تضعف CNS ممکن است باعث افزایش اثر آنها گردد. مصرف این دارو با داروهای سمی برای گوش ممکن است علائم مسمومیت گوش‌های آنها از جمله وزوز گوش

را بپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ - بمنظور کاهش تحریک گوارشی این دارو همراه با غذا، آب یا شیر مصرف شود.

۲ - داروهای ضد هیستامین ممکن است علائم مسمومیت گوشی ناشی از مصرف مقادیر زیاد سالیسیلات‌ها را بپوشاند.

۳ - احتمال بروز خواب‌آلودگی وجود دارد. بنابراین از کار با آلانی که نیازمند هوشیاری است مانند رانندگی خودداری گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۱۰ میلی‌گرم دو بار در روز یا ۲ میلی‌گرم ۳ - ۱ بار در روز مصرف می‌شود. حداکثر میزان مصرف

دارو ۶mg/day است

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال مقدار ۱ - ۰/۵ میلی‌گرم هر ۱۲ - ۸ ساعت مصرف می‌شود.

تزریقی مقدار ۴mg/day - ۲ به صورت تزریق عضلانی در بزرگسالان و

۲mg/day - ۱ در کودکان به کار برده می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱mg

Injection: ۲mg/ ۲ml

CYPROHEPTADINE HCl

موارد مصرف سایپروهپتادین برای درمان آلرژی ناشی از تب یونجه کهیر و کهیرغول‌آسا، کهیر ناشی از سرما، میگرن و درمان بیماری کوشینگ استفاده شده است

مکانیسم اثر: این دارو آنتاگونیست گیرنده‌های H₁ و گیرنده‌های سروتونینی می‌باشد. به دلیل خاصیت آنتی‌هیستامینی آن اثر ضد آلرژی دارد.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. اثر آن ۶۰ - ۱۵ دقیقه پس از مصرف خوراکی ظاهر می‌گردد. دفع آن کلیوی و اغلب به صورت متابولیت طی ۲۴ ساعت صورت می‌گیرد.

هشدارها: ۱ - احتمال سرگیجه تسکین بیش از حد، اغتشاش شعور و کمی فشارخون ناشی از مصرف این دارو در سالخوردگان بیشتر است

۲ - مصرف طولانی مدت این دارو باعث خشکی دهان می‌شود و احتمال گلودرد، عفونت دهان و گلو و پوسیدگی دندان وجود دارد.

عوارض جانبی عوارض شایع این دارو خشکی دهان تاری دید، خواب‌آلودگی غلیظ شدن ترشحات نایژه و افزایش وزن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات مضعف آن را افزایش دهد. استفاده همزمان

این دارو با داروهای آنتی‌کلینرژیک اثرات جانبی آن را تشدید می‌کند. مصرف همزمان داروهای سمی برای گوش مانند

سالیسیلات‌ها و وانکومايسين با این دارو ممکن است اثر سمی آن را بر گوش از جمله وزوز گوش و سرگیجه را بپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ - احتمال افزایش وزن وجود دارد.

۲ - بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه با غذا، آب یا شیر مصرف گردد.

۳ - در صورت بروز خواب‌آلودگی از انجام کارهایی که نیاز به تمرکز حواس دارند خودداری گردد.

۴ - این دارو می‌تواند عوارض سمی گوشی سالیسیلات‌ها را بپوشاند.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آلرژی مقدار ۴ میلی‌گرم ۴ - ۳ بار در روز و حداکثر ۳۲ میلی‌گرم در روز مصرف می‌شود. در میگرن ۴ میلی‌گرم تجویز که در صورت نیاز پس از نیم ساعت تکرار می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن ۴ میلی‌گرم هر ۶ - ۴ ساعت است. کودکان در کودکان ۶ - ۲ سال ۲ میلی‌گرم ۳ - ۲ بار در روز و حداکثر ۱۲ میلی‌گرم در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴mg

DIMENHYDRINATE

موارد مصرف دیمن هیدرینات در درمان سرگیجه تهوع بیماری مسافرت و همچنین سرگیجه ناشی از بیماریهای که بر روی بخش دهلیزی گوش اثر می‌گذارند (مانند التهاب لابیرنت به کار برده می‌شود).

مکانیسم اثر: دیمن هیدرینات یک داروی آنتی هیستامین است و احتمالاً با اثر ضد موسکارینی مرکزی باعث کاهش فعالیت لابیرنت و مرکز CTZ در بصل النخاع می‌شود و باعث مهار سرگیجه و تهوع است.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از راه خوراکی جذب می‌گردد متابولیسم آن کبدی است و از کلیه طی ۲۴ ساعت به صورت متابولیت دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ - احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشار خون در بیماران سالخورده وجود دارد.

۲ - احتمال بروز خشکی دهان وجود دارد در صورت مصرف مداوم ممکن است باعث بروز بیماریهای دهان و دندان گردد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی غلیظ شدن ترشحات نایژه تاری دید، دفع مشکل یادر دناک ادرار، هیجان و عصبانیت از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو اثرات ضد موسکارینی آمانتادین آتروپین و ترکیبات مشابه هالوپریدول فنوتیازین‌ها و پروکائین آمید را تشدید می‌کند. مصرف همزمان با داروهای سمی برای گوش می‌تواند علائم مسمومیت گوش ناشی از این داروها را بپوشاند. این دارو اثرات داروهای تضعف CNS را تشدید می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ - بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه غذا، آب یا شیر مصرف شود.

۲ - داروهای ضد هیستامین ممکن است علائم مسمومیت گوش ناشی از مصرف مقادیر زیاد سالیسیلات‌ها را بپوشانند.

۳ - احتمال بروز خواب‌آلودگی وجود دارد. بنابراین از کار با آلاتی که نیازمند هوشیاری است مانند رانندگی خودداری شود.

۴ - دیمن هیدرینات به عنوان ضد سرگیجه حداقل نیم ساعت قبل از مسافرت باید مصرف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد استفراغ و ضد سرگیجه مقدار ۱۰۰ - ۵۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت بر حسب نیاز مصرف می‌شود. حداکثر

مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۴۰۰mg/day است

کودکان در کودکان ۶ - ۱ ساله

۲۵mg/day - ۱۲/۵ و در کودکان ۱۲ - ۷ ساله ۵۰mg/day - ۲۵ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰mg

DIPHENHYDRAMINE

موارد مصرف دیفن هیدرامین در درمان علامتی رینیت آلرژیک رینیت وازوموتور، کهیر و کهیر غول آسا، به‌عنوان درمان کمکی در شوک آنافیلاکتیک درمان علامتی پارکینسون و واکنش‌های اکستراپیرامیدال ناشی از داروها، تهوع و استفراغ ناشی از مسافرت یا حرکت به‌عنوان بی‌حس کننده موضعی در دندانپزشکی و به‌عنوان یک خواب‌آور ملایم بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی این دارو به‌علت رقابت با هیستامین برای اتصال به گیرنده‌های H₁ است احتمالاً اثر ضد استفراغ و ضد سرگیجه آنرا می‌توان به اثر ضد موسکارینی آن ارتباط داد. اثر ضدسرفه دیفن هیدرامین به‌علت اثر مستقیم بر مرکز سرفه در بصل‌النخاع است این دارو بر گیرنده‌های H₁ مغز اثر گذاشته موجب اثرات خواب‌آور می‌گردد. اثر بی‌حس‌کنندگی موضعی آن بدلیل شباهت ساختمانی آن با بی‌حس‌کننده‌های موضعی است

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود. زمان شروع اثر آن در حدود ۶۰ - ۱۵ دقیقه است دفع آن کلیوی است و اغلب به‌صورت متابولیت طی ۲۴ ساعت دفع می‌گردد. موارد منع مصرف در پورفیریا نباید استفاده گردد.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی پروستات احتباس ادرار، گلوکوم و بیماریهای کبد باید با احتیاط صورت گیرد. ۲- احتمال بروز سرگیجه تسکین بیش از حد، اغتشاش شعور و کمی فشار خون ناشی از مصرف این دارو در سالخوردگان بیشتر است ۳- مصرف طولانی مدت این دارو باعث خشکی دهان گردیده احتمال گلودرد، عفونت دهان و گلو و پوسیدگی دندان وجود دارد. ۴- در صورت مصرف این دارو تشخیص آپاندیسیت و علایم سمی بر گوش ناشی از داروها مشکل می‌گردد.

عوارض جانبی عوارض شایع این دارو عبارتند از گیجی سردرد، عوارض پسیکوموتور، عوارض ضد موسکارینی مانند خشکی دهان تاری دید و دوبینی و عوارض دستگاه گوارشی

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با تضعف‌های CNS ممکن است اثرات تضعف آن را افزایش دهد. استفاده همزمان آن با داروهای آنتی‌کولینرژیک اثرات جانبی این دارو را تشدید می‌کند. مصرف همزمان داروهای سمی برای گوش مانند سالیسیلات‌ها و وانکومايسين با این دارو ممکن است اثر سمی آنها بر روی گوش از جمله وزوز گوش و سرگیجه را بپوشاند.

نکات قابل توجه ۱- بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه غذا، آب یا شیر مصرف گردد.

۲- در صورت مصرف به‌عنوان ضد سرگیجه حداقل نیم ساعت قبل از مسافرت استفاده گردد.

۳- در صورت بروز خواب‌آلودگی از کارهایی که نیاز به تمرکز حواس دارند خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد هیستامین مقدار ۵۰ - ۲۵ میلی‌گرم هر ۶ - ۴ ساعت مصرف می‌شود. به‌عنوان ضد دیسکنزی در پارکینسون ایدئوپاتیک در ابتدا مقدار ۱۵۰ - ۵۰ میلی‌گرم یا ۲۵ میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شود و سپس مقدار مصرف به ۵۰ میلی‌گرم چهار بار در روز افزایش می‌یابد. به‌عنوان ضد استفراغ مقدار ۵۰ میلی‌گرم نیم ساعت قبل از مسافرت مصرف می‌شود. به‌عنوان آرام‌بخش - خواب‌آور مقدار ۵۰ میلی‌گرم

۳۰ - ۲۰ دقیقه قبل از خواب مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف ۳۰۰ mg/day است

کودکان به‌عنوان ضد هیستامین

مقدار ۱/۲۵ mg/kg هر ۶ - ۴ ساعت

مصرف می‌گردد. به‌عنوان ضد استفراغ ۱/۵ mg/kg - ۱ هر ۶ ساعت مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Elixir: ۱۲.۵mg / ۵ml

Tablet: ۲۵mg

DIPHENHYDRAMINE COMPOUND

موارد مصرف این دارو برای تسکین سرفه و نشانه‌های احتقانی آن مصرف می‌شود. همچنین انقباض نایژه‌ها ناشی از هیستامین را نیز تخفیف می‌دهد.

مکانیسم اثر: این ترکیب دارای اثر ضد هیستامین و ضد کولینرژیک است و باعث تسکین سرفه می‌شود. بدلیل داشتن کلروآمونیم دارای اثر خلط آور و بدلیل داشتن اثر آنتی کولینرژیک باعث کاهش ترشحات نایژه می‌شود. در ضمن علائم احتقان را که اغلب با سرفه همراه است از بین می‌برد و باعث کاهش احتقان بینی و نایژه می‌شود.

فارماکوکینتیک اثر خوراکی این دارو پس از ۶۰ - ۱۵ دقیقه ظاهر می‌گردد. دفع آن کلیوی بوده و به صورت متابولیت است کلروآمونیم از راه دستگاه گوارش طی ۶ - ۳ ساعت جذب گردیده و در کبد متابولیزه و به اسید کلریدریک و اوره تبدیل و از کلیه دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدید کار کبد و کلیه در بیمارانی که مبتلا به اسیدوز اولیه تنفسی می‌باشند و در صورت وجود پورفیریا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - این فرآورده در اختلال کار کلیه باید با احتیاط تجویز گردد.

۲ - مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی پروستات احتباس ادرار، گلوکوم و بیماریهای کبد باید با احتیاط صورت گیرد. عوارض جانبی احتمال تحریک مخاط معده و ایجاد ناراحتی معده بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ با مصارف زیاد آن وجود دارد. در بیماران با اختلال کار کلیه ممکن است عوارض پوستی و حساسیتی افزایش یابد. این دارو همچنین بدلیل داشتن دیفن‌هیدرامین می‌تواند عوارض ضد موسکارینی از خود نشان دهد.

تداخل‌های دارویی بدلیل وجود دیفن‌هیدرامین در این فرآورده استفاده همزمان با تضعف‌های CNS ممکن است اثرات تضعف این دارو را افزایش دهد. استفاده همزمان آن با داروهای آنتی کولینرژیک اثرات جانبی این دارو را تشدید می‌کند. مصرف همزمان داروهای سمی برای گوش مانند سالیسیلات‌ها و وانکومايسين با این دارو ممکن است اثر سمی آنها بر روی گوش (از جمله وزوز گوش و سرگیجه را بپوشاند. بدلیل وجود سترات سدیم در فرآورده احتمال تداخل با کینیدین ضد اسیدها بخصوص بی کربنات سدیم داروهای حاوی کلسیم و دیگوکسین وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - این دارو ممکن است باعث خواب‌آلودگی گردد.

۲ - بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه غذا مصرف گردد.

۳ - در صورت مصرف این دارو تشخیص آپاندیسیت و علائم سمی بر گوش ناشی از داروها مشکل می‌گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۵ یا ۱۰ میلی‌لیتر هر دو یا سه ساعت مصرف می‌گردد.

کودکان ۵ - ۱ سال مقدار ۲/۵ میلی‌لیتر هر سه یا چهار ساعت و در کودکان ۱۲ - ۶ سال مقدار ۵ میلی‌لیتر هر سه یا چهار ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Diphenhydramine HCl ۱۲.۵mg+ Sodium Citrate ۵۰mg + Ammonium Chloride ۱۲۵mg + Menthol ۱mg) / ۵ml

HYDROXYZINE

موارد مصرف هیدروکسی زین در درمان اضطراب و تنش عصبی به عنوان آرام بخش قبل از بیهوشی عمومی کاهش عوارض قطع مواد مخدر و الکل کنترل خارشهای آلرژیک از جمله کهیر مزمن و کنترل تهوع و استفراغ استفاده می گردد. مکانیسم اثر: اثر ضد اضطراب این دارو احتمالاً ناشی از اثر آن بر نواحی زیرقشری CNS است اثر آرام بخشی و خواب آوری آن نیز احتمالاً- بدلیل خاصیت ضد هیستامینی می باشد. به همین علت اثر ضد خارش نیز دارد. اثر ضد استفراغ نیز احتمالاً- به اثر ضد موسکارینی آن مربوط می شود.

فارماکوکینتیک زمان لازم برای شروع اثر هیدروکسی زین بعد از مصرف خوراکی ۳۰- ۱۵ دقیقه و طول مدت اثر آن ۶- ۴ ساعت است

هشدارها: ۱- احتمال بروز خشکی دهان در مصارف طولانی مدت وجود دارد.

۲- مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی پروستات و احتباس ادرار، گلوکوم و بیماریهای کبد باید با احتیاط صورت گیرد. عوارض جانبی خواب آلودگی و خشکی دهان از عوارض شایع این دارو هستند.

تداخل های دارویی مصرف همزمان این دارو با فرآورده های تضعف CNS، داروهای ضد افسردگی سه حلقه ای و داروهای کاهنده فشار خون باعث افزایش اثر آنها می گردد. اثر قوی آور آپومرفین رادر صورت مصرف همزمان کاهش می دهد. مصرف همزمان داروهای ضد درد مخدر شبه تریاک با این دارو اثر ضد درد و تضعف CNS آنها را افزایش می دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز خواب آلودگی از انجام کارهای دقیق که احتیاج به هوشیاری دارند خودداری شود.

۲- احتمال بروز خشکی دهان وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان داروی ضد اضطراب یا آرام بخش - خواب آور، مقدار ۱۰۰- ۵۰ میلی گرم به صورت مقدار واحد مصرف می شود.

به عنوان ضد استفراغ و یا ضد هیستامین مقدار ۱۰۰- ۲۵ میلی گرم سه یا چهار بار در روز بر حسب نیاز مصرف می شود.

کودکان به عنوان ضد اضطراب یا آرام بخش - خواب آور ۰/۶mg/kg به صورت مقدار واحد مصرف می شود. به عنوان ضد استفراغ و

ضد هیستامین ۰/۵mg/kg هر ۶ ساعت بر حسب نیاز مصرف می گردد. در مورد کودکان کمتر از ۶ سال ۱۲/۵ میلی گرم هر ۶ ساعت

و در کودکان بزرگتر ۲۵- ۱۲/۵ میلی گرم هر ۶ ساعت مصرف می شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰mg / ۵ml

Tablet: ۱۰mg, ۲۵mg

PROMETHAZINE HCl

موارد مصرف پرومتازین برای ایجاد اثر آرام بخش در شب و درمان بی خوابی برای مصرف کوتاه مدت ، درمان علامتی حساسیت هایی چون تب یونجه کهیر، درمان کمکی واکنش های آنافیلاکسی درمان تهوع سرگیجه اختلالات لابیرنت بیماری مسافرت و داروی پیش بیهوشی مصرف می شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که این دارو به طور غیرمستقیم باعث کاهش تحریک سیستم مشبک ساقه مغزی می‌گردد. همچنین از طریق رقابت با هیستامین برای اتصال به گیرنده H₁ در سلول هدف اسپاسم و احتقان ناشی از هیستامین را متوقف می‌سازد. این دارو از واکنش‌هایی که تنها با واسطه هیستامین بروز می‌کند جلوگیری می‌نماید ولی در صورت بروز آنها را از بین نمی‌برد. احتمالاً با مهار گیرنده‌های شیمیایی بصل النخاع (CTZ) اثر ضد استفراغ خود را اعمال می‌کند. اثرات ضد سرگیجه آن احتمالاً از طریق اثر ضد موسکارینی مرکزی اعمال می‌شود.

فارماکوکینتیک پرومتازین به خوبی از راه خوراکی و از محل تزریق جذب می‌شود. متابولیسم آن کبیدی است شروع اثر آن از راه خوراکی یا تزریق عضلانی تقریباً ۲۰ دقیقه و از راه وریدی حدود ۵ - ۳ دقیقه بعد از مصرف است طول مدت اثر آرام بخشی آن حدود ۸ - ۲ ساعت و طول مدت اثر ضد هیستامین آن ۱۲ - ۶ ساعت است این دارو به آهستگی از کلیه و مدفوع و عمدتاً به صورت متابولیت‌های غیرفعال دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ - احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشارخون در بیماران مسن وجود دارد. همچنین بروز علائم اکستراپیرامیدال بخصوص پارکینسون اختلال در نشستن خوابیدن و دراز کشیدن و دیکسینزی مداوم نیز در بیماران مسن بیشتر است بخصوص اگر مقادیر مصرف زیاد باشند یا از شکل تزریقی دارو استفاده شود.

۲ - در آسم حاد، وجود نشانه‌های بزرگی پروستات یا زمینه ابتلای به احتباس ادرار، اغماء، زمینه ابتلای گلوکوم با زاویه بسته و یرقان باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب آلودگی هیجان عصبانیت بی‌قراری از دست دادن مهارت در انجام کار یا بی‌ثباتی حرکات پرشی عضلات سر و صورت رعشه و تکان دادن دست‌ها، تاری دید، کاهش هوشیاری به ویژه در کودکان خشکی دهان احساس از حال رفتن (کمی فشار خون و حساسیت به نور از عوارض جانبی دارو هستند).

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پرومتازین با داروهای کاهنده فشار خون با اثر تضعیف CNS مانند کلونیدین و متیل‌دوپا، سولفات منیزیم تزریقی داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای داروهای بیهوش کننده باربیتورات‌ها و داروهای مخدر، داروهای مهارکننده مونوآمینوآکسیداز (MAO)، از جمله فورازولیدین و پروکاربازین ممکن است موجب تشدید آثار تضعیف CNS این داروها یا پرومتازین گردد. مصرف همزمان با سایر داروهای که باعث ایجاد واکنش‌های اکستراپیرامیدال می‌شوند، از جمله هالوپریدول متوکلوپرامید، سایر فنوتیازین‌ها و تیوگزانتین‌ها ممکن است شدت و دفعات بروز واکنش‌های اکستراپیرامیدال را افزایش دهد. مصرف همزمان لوودوپا با پرومتازین ممکن است اثرات ضد پارکینسونی لوودوپا را به علت مسدود شدن گیرنده‌های دوپامین در مغز مهار کند آثار آلفا - آدرنرژیک اپی نفرین در صورت مصرف همزمان با پرومتازین ممکن است موجب افزایش غلظت سرمی پرولا - کتین شود و با اثر بروموکریپتین تداخل کند. مصرف همزمان پرومتازین با داروهای ضد تیروئید ممکن است خطر بروز آگرانولوسیتوز را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - برای به حداقل رسانیدن تحریک گوارشی شکل خوراکی این دارو همراه با غذا، آب یا شیر مصرف شود. ۲ - در صورت مصرف دارو برای پیشگیری از بیماری مسافرت باید حداقل ۳۰ دقیقه یا ترجیحاً ۲ - ۱ ساعت قبل از مسافرت مصرف شود.

۳ - احتمال بروز خشکی دهان با مصرف این دارو وجود دارد.

۴ - درمان با پرومتازین باید ۲ - ۱ هفته قبل از زایمان قطع شود تا از بروز یرقان و علائم اکستراپیرامیدال در نوزاد جلوگیری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۵ میلی گرم در موقع خواب و در صورت نیاز تا ۵۰ میلی گرم مصرف می‌شود.
 کودکان در کودکان ۵-۱ ساله ۲۰-۱۵ میلی گرم و در کودکان ۱۰-۵ ساله
 ۲۵-۲۰ میلی گرم در موقع خواب مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۵۰-۲۵ میلی گرم و حداکثر تا ۱۰۰ میلی گرم تزریق می‌شود. در موارد اورژانس ۵۰-۲۵ میلی گرم و حداکثر
 ۱۰۰ میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود.
 کودکان در کودکان ۱۰-۵ ساله
 ۱۲/۵-۶/۲۵ میلی گرم تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵mg

Syrup: ۱۱۳mg / ۱۰۰ml

Injection: ۲۵mg / ml

TERFENADINE

موارد مصرف ترفنادین برای جلوگیری از علائم ناشی از حساسیت مانند تب یونجه و کهیر بکار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی این دارو

ناشی از رقابت آن با هیستامین برای اتصال به گیرنده‌های H₁ است و به این ترتیب از بروز اثرات هیستامین جلوگیری می‌کند.
 فارماکوکینتیک ترفنادین بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. به مقدار زیاد به پروتئینهای پلاسما متصل می‌شود و به صورت
 متابولیت در ادرار و مدفوع دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در صورت وجود آریتمی قلبی نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- احتمال بروز آریتمی قلبی با مقادیر مصرف زیاد وجود دارد.

۲- از مصرف همزمان با داروهای کاهنده پتاسیم خون باید خودداری گردد.

۳- در مصرف همزمان با داروهای ایجادکننده آریتمی احتیاط شود.

عوارض جانبی مهمترین عارضه جانبی این دارو احتمال بروز آریتمی قلبی است اثرات تسکینی و ضد موموسکارینی آن بسیار کم است و
 معمولاً با مقادیر مصرف زیاد دیده می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای مهارکننده آنزیم‌های کبدی مانند کتوکونازول اریترومايسين و سایر ایمیدازولهای ضد
 قارچ احتمال آریتمی قلبی را افزایش می‌دهد. استفاده از ترکیبات ضد آریتمی ضد جنون و ضد افسردگی سه حلقه‌ای اثر آریتمی‌زایی
 این دارو را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز آریتمی قلبی مصرف دارو قطع گردیده و به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در تب یونجه و رینیت آلرژیک روزی ۶۰ میلی گرم و در صورت لزوم حداکثر تا ۱۲۰ میلی گرم مصرف می‌گردد. در
 حساسیت پوستی ۱۲۰ میلی گرم در یک یا دو نوبت در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۶-۳ سال ۱۵ میلی گرم دو بار در روز و در کودکان ۱۲-۶ سال ۳۰ میلی گرم دو بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۶۰mg

ACICLOVIR

موارد مصرف آسیکلوویر در درمان و پیشگیری تبخال ناشی از ویروس هرپس منتزیت ناشی از ویروس هرپس پیشگیری و درمان زونا و در درمان عفونت ناشی از واریسلا (آبله مرغان مصرف می‌شود).

مکانیسم اثر: آسیکلوویر ساخت DNA ویروس را مهار می‌کند. این عمل از طریق تبدیل آسیکلوویر به آسیکلوویرتری فسفات و تداخل با آنزیم DNA پلیمراز ویروس صورت می‌گیرد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آسیکلوویر حدود ۲۰٪ است و به مقدار وسیع در مایعات و بافت‌های بدن منتشر می‌شود. بیشترین غلظت آن در کلیه کبد و روده یافت می‌شود. غلظت آن در CNS حدود ۵۰٪ غلظت پلاسمایی آن است متابولیسم آن کبدی است و به‌طور عمده از طریق کلیه دفع می‌شود. جذب پوستی دارو ناچیز است

هشدارها: در صورت وجود دهیدراتاسیون اختلال کار کلیه یا اختلالات نورولوژیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی فلیت یا التهاب در محل تزریق از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع آسیکلوویر تزریقی است امکان بروز عوارض کلیوی بخصوص بعد از تزریق سریع دارو وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- تبخال تناسلی از راه مقاربت قابل انتقال است و مصرف آسیکلوویر مانع از انتقال نمی‌شود. از این رو حتی اگر بیمار علایمی نداشته باشد، باید از مقاربت خودداری گردد.

۲- مصرف آسیکلوویر در عفونت ساده آبله مرغان در کودکان دارای سیستم ایمنی سالم توصیه نمی‌شود.

۳- درمان با آسیکلوویر باید بلافاصله پس از مشاهده اولین علائم عفونت تبخالی آغاز شود.

۴- شکل تزریقی دارو باید به صورت انفوزیون وریدی مصرف شود. دارو حداقل باید طی یکساعت انفوزیون شود.

۵- از تزریق عضلانی و زیرجلدی شکل تزریقی باید خودداری شود.

۶- هنگام مصرف دارو، جهت جلوگیری از بروز عوارض کلیوی باید به مقدار کافی مایعات مصرف شود.

۷- ناحیه ضایعه دیده باید به صورت خشک و تمیز نگهداری شده و برای جلوگیری از آلوده کردن سایر نقاط بدن یا انتقال عفونت به دیگران هنگام مصرف کرم دارو باید از دستکش پلاستیکی استفاده گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلی مقدار ۲۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت یکبار هنگام بیداری ۵ بار در روز و به مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود. برای درمان متناوب عفونت‌های عودکننده همین مقدار به مدت ۵ روز مصرف می‌شود. برای درمان فرونشاندن طولانی مدت عفونت عودکننده مقدار ۴۰۰ میلی گرم دو بار در روز یا ۲۰۰ میلی گرم ۵-۳ بار در روز به مدت حداکثر ۱۲ ماه مصرف می‌شود. در درمان زونا ۸۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت هنگام بیداری ۵ بار در روز به مدت ۱۰-۷ روز مصرف می‌شود. در درمان تبخال مخاطی - جلدی در بیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی مقدار ۴۰۰-۲۰۰ میلی گرم ۵ بار در روز و به مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود. در پیشگیری از این نوع عفونت مقدار ۴۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود. در درمان آبله مرغان ۸۰۰ میلی گرم ۴ بار در روز به مدت ۵ روز مصرف می‌شود. در صورت وجود اختلال در کار کلیه مقدار مصرف باید کاهش یابد.

کودکان در کودکان ۱۲-۲ سال در درمان آبله مرغان ۲۰mg/kg تا حداکثر ۸۰۰ میلی گرم در هر بار مصرف ۴ بار در روز به مدت

۵ روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلی اولیه شدید، مقدار 5mg/kg سه بار در روز

به مدت ۵ روز انفوزیون وریدی می‌شود. در عفونت تبخال مخاطی - جلدی در بیماران مبتلا - به ضعف سیستم ایمنی مقدار 10mg/kg - ۵ سه بار در روز و

به مدت ۱۰ - ۷ روز انفوزیون وریدی می‌شود. در درمان آنسفالیت ناشی از ویروس هرپس 10mg/kg سه بار در روز به مدت ۱۰ روز و در درمان زونا در بیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی همین مقدار به مدت ۷ روز انفوزیون وریدی می‌گردد. مقدار مصرف در

بیماران مبتلا به عیب کار کلیه

باید تعدیل گردد. حداکثر مقدار

مصرف در بزرگسالان 30mg/kg یا $1/5\text{g/m}^2$ است

کودکان مقدار مصرف در درمان تبخال تناسلی اولیه شدید در کودکان تا ۱۲ سال 250mg/m^2 سه بار در روز به مدت ۵ روزه صورت انفوزیون وریدی می‌باشد. در درمان تبخال جلدی - مخاطی در کودکان مبتلا به ضعف سیستم ایمنی همین مقدار به مدت ۷ روز انفوزیون وریدی می‌شود. در درمان آنسفالیت ناشی از ویروس هرپس 500mg/m^2 هر ۸ ساعت به مدت ۱۰ روز انفوزیون می‌شود. در درمان زونا در بیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی 500mg/m^2 سه بار در روز و به مدت ۷ روز و در عفونت تبخال منتشر در نوزادان 10mg/kg سه بار در روز به مدت ۱۴ - ۱۰ روز انفوزیون وریدی می‌شود. مقدار مصرف در کودکان بالای ۱۲ سال مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: 200mg , 400mg

For Injection: 250mg

Topical Cream: ۵٪

CYCLOPHOSPHAMIDE

موارد مصرف سیکلوفسفامید در درمان لوسمی لنفوبلاستیک حاد، لوسمی مونوسیتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد، لوسمی گرانولوسیتیک مزمن آدنوکارسینوما تخمدان سرطان پستان سرطان ریه سرطان آندومتر، میلوم مولتیپل انواع لنفوما و در تومور ویلمز بکار می‌رود و به عنوان داروی کمکی جهت کاهش فعالیت سیستم ایمنی بدن برای جلوگیری از پس زدن پیوند، سندروم نفروتیک آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوز بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: یکی از متابولیت‌های سیکلوفسفامید همانند داروهای آلکلیه کننده عمل می‌کند. اثر سلول کش آن عمدتاً ناشی از ایجاد اتصال بین دو رشته مولکولی DNA و نیز RNA و همچنین مهار ساخت پروتئین است

فارماکوکینتیک سیکلوفسفامید بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. به مقدار محدودی از سد خونی مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و پس از آن به متابولیت‌های فعال تبدیل و نهایتاً از طریق کلیه دفع می‌گردد.

عوارض جانبی عوارضی که بطور معمول این دارو از خود نشان می‌دهد شامل لکوپنی و یا عفونت که معمولاً بدون علامت می‌باشد. بدلیل اثر کاهنده بر روی غدد جنسی احتمال بروز اختلال در دوران قاعدگی وجود دارد که پس از قطع دارو رفع می‌گردد. لکوپنی

نیز معمولاً ۱۷-۲۱ روز پس از قطع دارو بهبود می‌یابد.

تداخل‌های دارویی سیکلوفسفامید اگر همزمان با آلوپورینول و یا کل‌شی‌سین استفاده شود ممکن است غلظت اسیداوریک خون را بالا ببرد. سیکلوفسفامید در صورت مصرف همزمان با داروهای ضدانعقاد خوراکی ممکن است فعالیت این داروها را به علت کاهش ساخت کبدی فاکتورهای پیش‌انعقادی و تداخل با تشکیل پلاکت‌ها، افزایش دهد.

مصرف همزمان سیکلوفسفامید همراه سیتارابین باعث بروز خطر کاردیومیوپاتی می‌گردد. استفاده همزمان آن با داروهای دیگر مضعف سیستم ایمنی ممکن است به توسعه عفونت و یا سرطان بیانجامد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز خونریزی حتم؟ باید دارو قطع گردد.

۲- در صورت کاهش لکوسیتها و پلاکت‌ها دارو باید قطع گردد تا سطح خونی آنها به حد قابل قبولی برسد و سپس می‌توان دارو را در صورت لزوم با مقدار کمتری تجویز نمود.

۳- بیمار باید برای جلوگیری از خطر عارضه کلیوی ناشی از افزایش اسیداوریک مایعات زیاد مصرف کند.
مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان به مقدار ۵-۱ mg/kg/day مصرف می‌شود. بعنوان کاهنده ایمنی در درمان آرتريت روماتوئید، مقدار ۲-۱/۵ mg/kg/day دارو می‌تواند تا مقدار ۳ mg/kg/day افزایش پیدا کند.

کودکان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدار شروع ۸-۲ mg/kg/day در مقادیر منقسم ب مدت شش روز یا بیشتر و مقدار نگهدارنده ۵/۲ mg/day دو بار در هفته می‌باشد. در سندرم نفروتیک به عنوان کاهنده ایمنی ۳-۲/۵ mg/kg/day مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان مقدار ۵۰-۴۰ mg/kg طی ۲-۵ روز تزریق می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن نیز در حدود ۱۵-۱۰ mg/day هر ۷-۱۰ روز و یا ۳/۵ mg/day دو بار در هفته بصورت وریدی است

کودکان بعنوان ضد سرطان مقدار ۸-۲ mg/kg/day در مقادیر منقسم ب مدت

۶ روز یا بیشتر تزریق وریدی می‌شود. مقدار نگهدارنده ۱۰-۱۵ mg/day هر

۱۰-۷ روز یا ۳۰ mg/kg هر ۴-۳ هفته یکبار یا پس از بازگشت فعالیت مغز

استخوان به حالت عادی است

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰ mg, ۵۰۰ mg

Tablet: ۵۰ mg

CYTARABINE

موارد مصرف سیتارابین در درمان لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی میلویتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد، لوسمی میلویتیک مزمن لنفوم حاد غیر هوچکینی در کودکان اریترولوسمی و لنفوم هوچکینی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: سیتارابین یک آنتی متابولیت است و در چرخه سلولی بطور اختصاصی در مرحله تقسیم سلولی عمل می‌کند و باعث مهار ساخت DNA و تا حد کمی RNA و پروتئین می‌گردد.

فارماکوکینتیک پس از تزریق وریدی مقدار متوسطی از این دارو از سد خونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی بوده و دفع

آن عمدتاً کلیوی است

هشدارها: سیتارابین ممکن است باعث کاهش فعالیت گنادها گردد که بسته به مدت درمان گاهی غیرقابل برگشت می‌باشد. عوارض جانبی عوارض جانبی سیتارابین بجز تهوع و استفراغ در صورت انفوزیون وریدی افزایش می‌یابند. عوارض شایع شامل تب لرز و یا گلو درد ناشی از کمبود گویچه‌های سفید و عفونت است همچنین خونریزی و کبودی غیرعادی ناشی از کمی پلاکت‌ها است. تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با آلپورینول و کل‌شی‌سین نیاز به تنظیم مقدار دارو می‌باشد. نکات قابل توصیه ۱- شروع درمان با سیتارابین باید در بیمارستان و تحت نظریه‌شنک متخصص انجام گیرد. ۲- مقدار مصرف بیشتر سیتارابین و تزریق سریع وریدی بجای دفعات بیشتر و زمان آهسته‌تر تزریق استفراغ و تهوع بیشتری تولید می‌کند اما عوارض خونی آن کمتر است ۳- مصرف زیاد مایعات از تجمع اسید اوریک در کلیه جلوگیری می‌کند.

مقدار مصرف در درمان لوسمی میلو سیتیک حاد و اریترولوسمی به عنوان مقدار شروع ۳ mg/kg/day از راه وریدی بصورت انفوزیون پیوسته طی ۲۴ ساعت یا در مقادیر منقسم بصورت تزریق سریع وریدی برای ۵-۱۰ روز و به عنوان مقدار نگهدارنده. ۱ mg/kg از طریق زیر جلدی ۱-۲ بار در هفته تزریق می‌شود. در درمان لوسمی منتهی ۵-۷۵ mg/m² از اشکال قابل تزریق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت از یکبار در روز بمدت ۴ روز تا هر چهارروز یکبار داخل نخاع تزریق می‌شود. اغلب ۳۰ mg/m² هر چهار روز یکبار، تا جایی که آزمایشات مایع مغزی - نخاعی طبیعی شوند، مصرف می‌شود. پس از آن یک مقدار مصرف اضافی نیز تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داکاربازین در درمان ملانوم بدخیم و لنفوم‌های هوچکینی بکار می‌رود و در درمان سارکوم‌های بافت نرم توصیه شده است

مکانیسم اثر: داکاربازین در چرخه سلولی بطور غیراختصاصی عمل و ممکن است ساخت DNA و RNA را مهار کند. فارماکوکینتیک داکاربازین بمیزان کم از سد خونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۵ ساعت است که در عیب کار کبد به ۷/۲ ساعت می‌رسد. ۴۰٪ داروی تزریق شده طی ۶ ساعت از کلیه‌ها دفع می‌شود. هشدارها: ۱- در صورت بروز کاهش سلول‌های خون درمان را قطع تا میزان لکوسیت‌ها و پلاکت‌ها به مقادیر قابل قبول برگردد (یک هفته پس از قطع مصرف دارو به مقدار قابل قبول برمی‌گردد). ۲- مواد حاصل از تجزیه محلول داکاربازین (در اثر نور)، ممکن است باعث بروز عوارض جانبی سوزش و درد در ناحیه تزریق تهوع استفراغ و مسمومیت کبدی شود. عوارض جانبی کم‌خونی آسیب‌بافتی و درد ورید محل تزریق کاهش گلبول‌های سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی مسمومیت کبدی استئوماتیت کاهش اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای مولد دیسکرازی خونی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود. مصرف همزمان با داروهای القاکننده آنزیم کبدی باعث کاهش اثرات لازم می‌شود.

نکات قابل توصیه دارو بصورت وریدی و ترجیحاً انفوزیون وریدی بکار رود.

مقدار مصرف در ملانوم بدخیم مقدار ۴/۵-۲ mg/kg/day بمدت ۱۰ روز بصورت وریدی هر ۲۸ روز یکبار و یا تا ۲۵۰ mg/m²/day بمدت ۵ روز بصورت وریدی هر ۲۱ روز یکبار مصرف می‌شود. در لنفوم‌های هوچکینی مقدار ۱۵۰ mg/m²/day بصورت وریدی بمدت ۵ روز، همراه دیگر داروهای ضد سرطان که هر ۲۸ روز تکرار می‌شود و یا تا ۳۷۵ mg/m² در روز اول همراه با دیگر داروهای ضد سرطان هر ۱۵ روز یکبار مصرف می‌شود.

داکاربازین بمیزان ۸۵۰ mg/m²/day بصورت مقدار مصرف واحد هر ۲۱-۴۲ روز یکبار نیز مصرف می‌شود که سمیت خونی قابل ملاحظه‌ای ندارد، اما تهوع و استفراغ شدیدی ممکن است ایجاد نماید.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

ISONIAZID

موارد مصرف ایزونیاژید همراه با سایر داروهای ضد سل در درمان سل و به‌تنهایی برای پیشگیری از بروز این بیماری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزونیاژید یک آنتی‌بیوتیک باکتریواستاتیک است که به نظر می‌رسد با تداخل در سنتز دیواره سلولی موجب مرگ باکتری می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به خوبی جذب می‌شود، اما ممکن است در عبور اول از کبد متابولیزه شود. جذب و فراهمی زیستی این دارو در صورت مصرف همزمان با غذا ممکن است به مقدار قابل ملاحظه‌ای کاهش یابد. پس از جذب به‌طور گسترده در بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. اوج غلظت سرمی دارو

۱-۲ ساعت بعد از مصرف حاصل می‌شود. نیمه عمر ایزونیاژید متغیر و ممکن است بین ۵-۰/۵ ساعت باشد (به سرعت استیل‌اسیون دارو در کبد بستگی دارد). دفع دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به نارسایی کبدی ناشی از داروها، نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد، عیب کار کلیه استیل‌اسیون کند کبدی صرع سابقه سایکوز، اعتیاد به الکل و پورفیری با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ نوریت محیطی با مصرف مقادیر زیاد، نوریت اپتیک تشنج حملات سایکوتیک و اکنش‌های حساسیت مفرط شامل تب اریتم مولتی فرم پورپورا و آگرانولوسیتوز، هپاتیت سندرم شبه‌لوپوس - اریتماتوز سیستمیک پلاگر، زیادی قند خون و ژینکوماستی با مصرف این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی سمیت ایزونیاژید برای کبد در صورت مصرف همزمان ایزوفلوران با این دارو افزایش می‌یابد. داروهای آنتی‌اسید جذب ایزونیاژید را کاهش می‌دهند. در صورت مصرف همزمان این دارو با سیکلوسرین خطر مسمومیت CNS افزایش می‌یابد. متابولیسم کاربامازپین اتوسوکسیمید و فنی‌توئین بوسیله ایزونیاژید مهار می‌شود و از اینرو اثر این داروها افزایش می‌یابد. همچنین در صورت مصرف همزمان کاربامازپین سمیت ایزونیاژید برای کبد افزایش می‌یابد. متابولیسم دیازپام نیز توسط این دارو مهار می‌شود. ایزونیاژید احتمالاً غلظت پلاسمایی تنوفیلین را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار یا اطرافیان وی را باید از نظر تشخیص علائم اختلال کبدی آگاه ساخت و به بیمار یادآور شد، در صورت بروز علائم این اختلال از جمله تهوع مداوم استفراغ بیحالی یا یرقان فوراً مصرف ایزونیاژید را قطع و به پزشک مراجعه کند.

۲- در صورت بروز تحریک گوارشی می‌توان این دارو را با غذا مصرف کرد، اما در این صورت جذب دارو کاهش خواهد یافت

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو در درمان سل از راه خوراکی و عضلانی در رژیم‌های مختلف درمانی در کلیات داروهای ضد سل ذکر شده است
 برای پیشگیری از بروز سل در بزرگسالان 300 mg/day و در کودکان 10 mg/kg/day (تا حداکثر 300 میلی گرم از راه خوراکی یا تزریق عضلانی مصرف می‌شود).

اشکال دارویی

Double Scored Tablet: $100\text{ mg}, 300\text{ mg}$

Injection: $1\text{ g}/10\text{ ml}$

PYRAZINAMIDE

موارد مصرف پیرازین آمید همراه با سایر داروهای ضد سل در درمان این بیماری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این آنتی‌بیوتیک بسته به غلظت و حساسیت ارگانیزم باکتریو استاتیک یا باکتریسید می‌باشد. مکانیسم اثر این دارو بخوبی شناخته نشده است

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود و پس از جذب در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. پیرازین آمید در کبد به متابولیت فعال خود، هیدرولیز می‌شود. غلظت سرمی دارو ۲-۱ ساعت و غلظت سرمی متابولیت آن ۵-۴ ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو $9/5$ ساعت و نیمه عمر متابولیت آن ۱۲ ساعت است که در صورت نارسایی مزمن کلیه به ترتیب تا ۲۶ و ۲۲ ساعت ممکن است افزایش یابند. دفع این دارو کلیوی است
 موارد منع مصرف در صورت وجود آسیب کلیوی و پورفیری نباید مصرف شود.
 هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد، عیب کار کلیه دیابت و نقرس این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود. پیگیری کار کبد در طول درمان با این دارو توصیه می‌شود.

عوارض جانبی تب بی‌اشتهایی بزرگ شدن کبد، یرقان و نارسایی کبد، عوارض مهم این دارو هستند.
 نکات قابل توصیه بیمار یا اطرافیان وی را باید از نظر تشخیص علائم اختلال کبدی آگاه ساخت و به بیمار یادآور شد که در صورت بروز علائم این اختلال از جمله تهوع مداوم استفراغ بیحالی و یرقان فوراً مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کند.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو در درمان سل در بخش کلیات داروهای ضد سل ذکر شده است

اشکال دارویی

Scored Tablet: 500 mg

(RIFAMPIN (RIFAMPICIN

موارد مصرف ریفامپین به همراه سایر داروهای ضد سل در درمان این بیماری مصرف می‌شود. همچنین این دارو همراه با سایر داروها در درمان عفونت‌های حاد استافیلوکوکی و جذام و عفونت‌های آتپیک ناشی از انواع میکوباکتریوم و نیز در پیشگیری از منتزیت منگوکوکی و عفونت ناشی از هموفیلوس آنفلوانزا مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ریفامپین یک آنتی‌بیوتیک باطیف اثر گسترده و باکتریسید می‌باشد که از طریق مهار RNA باکتریایی اثر خود را اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک این دارو به خوبی از راه خوراکی جذب می‌شود و پس از جذب در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. غلظت

سرمی دارو ۴ - ۱/۵ ساعت بعد از مصرف خوراکی به اوج خود می‌رسد. ریفامپین در کبد متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو ۵ - ۳ ساعت است که پس از مصرف مکرر به ۳ - ۲ ساعت کاهش می‌یابد. دفع این دارو عمدتاً از راه صفرا و مدفوع است و دارو وارد چرخه روده‌ای کبدی نیز می‌شود. تقریباً ۱۵ - ۶ درصد دارو به صورت تغییر نیافته و ۱۵ درصد به صورت متابولیت فعال از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیمار به یرقان و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مقدار مصرف دارو در صورت وجود عیب کار کبد باید کاهش داده شود.

۲ - در صورت ابتلای بیمار به اختلالات کبدی و در صورت درمان دراز مدت انجام آزمونهای کار کبد به طور ادواری توصیه می‌شود.

۳ - در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه (در صورتی که دارو به مقداری بیش از 600 mg/day مصرف می‌شود)، این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شامل بی‌اشتهایی تهوع استفراغ و اسهال تغییر رنگ ادرار و ترشحات بدن به نارنجی عوارضی با علائم آنفلوانزا شامل لرز، تب سرگیجه و درد استخوان کلاپس و شوک کم خونی همولیتیک نارسایی حاد کلیه پورپورای ترومبوسیتوپنیک تغییر در عملکرد کبد، یرقان برافروختگی کهیر و بثورات جلدی می‌باشد.

تداخل‌های دارویی ریفامپین متابولیسم بسیاری از داروها را افزایش می‌دهد و منجر به کاهش اثر یا کاهش غلظت پلاسمایی آنها می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - باید به بیماران توصیه نمود در صورت استفاده از قرصهای جلوگیری کننده از بارداری در طول درمان با این دارو، حتماً از سایر روشهای جلوگیری از بارداری نیز استفاده نمایند.

۲ - در صورت مصرف ریفامپین احتمال تغییر رنگ لنزهای نرم وجود دارد.

۳ - در صورت قطع مصرف دارو، مصرف آن را باید مجدداً با مقدار کم آغاز کرد و بتدریج مقدار مصرف آن را افزایش داد. در صورت بروز عوارض جانبی جدی باید مصرف دارو را برای همیشه قطع کرد.

۴ - بیمار یا اطرافیان وی را باید

از نظر تشخیص علائم اختلال کبدی آگاه ساخت و به بیمار یادآور شد در صورت بروز علائم این اختلال از جمله تهوع مداوم استفراغ بیحالی و یرقان فوراً مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کند.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف ریفامپین از راه خوراکی یا تزریق وریدی در درمان عفونتهای استافیلوکوکی همراه با سایر داروها $1/2 \text{ g/day}$ - ۰/۶ در ۴ - ۲ مقدار منقسم می‌باشد. مقدار مصرف این دارو در درمان سل در بخش کلیات داروهای ضد سل ذکر شده است

مقدار مصرف این دارو در درمان جذام ۶۰۰ میلی گرم یکبار در ماه (۴۵۰ میلی گرم برای بیماران با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم از راه خوراکی یا تزریق وریدی است برای پیشگیری از منتشریت مننگوکوکی ۶۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت برای ۲ روز، از راه وریدی و ۶۰۰ میلی گرم یکبار در روز برای ۴ روز از راه خوراکی مصرف می‌شود. همچنین برای پیشگیری از عفونت ناشی از هموفیلوس انفلوانزا (نوع ۶۰۰ b) میلی گرم یکبار در روز برای ۴ روز از راه خوراکی مصرف می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در درمان سل در بخش کلیات داروهای ضد سل ذکر شده است در نوزادان با سن کمتر از یکماه برای پیشگیری از عفونت مننگوکوکی 5 mg/kg هر ۱۲ ساعت به مدت ۲ روز از راه خوراکی یا وریدی مصرف می‌شود.

برای پیشگیری از عفونت هموفیلوس آنفلوانزا 10mg/kg/day به مدت ۴ روز از راه خوراکی مصرف می‌شود. در کودکان با سن بیشتر از یکماه برای پیشگیری از عفونت منگوکوکی 10mg/kg هر ۱۲ ساعت به مدت ۲ روز از راه خوراکی یا وریدی مصرف می‌شود. برای پیشگیری از عفونت هموفیلوس آنفلوانزا، 20mg/kg/day به مدت ۴ روز از راه خوراکی مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف در روز، ۶۰۰ میلی گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule: 150mg , 300mg

For Injection: 600mg

Oral Drops: 153mg/ml

STREPTOMYCIN

موارد مصرف این دارو همراه با سایر داروهای ضد سل در درمان سل مصرف می‌شود. همچنین در درمان بروسلوز، گرانولوما اینگوئینال طاعون و تولارمی مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید در صورت ابتلای بیمار به میاستنی گراو مصرف شود.

هشدارها: فاصله زمانی بین دفعات مصرف دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید افزایش یابد.

عوارض جانبی آسیب‌بخش حلقونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت دارو، کولیت پسودوممبران و همچنین واکنش‌های حساسیت مفرط و پارستزی دهان از عوارض احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان سفالوسپورین‌ها (به‌ویژه سفالوتین، آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت کلیوی (و احتمالاً مسمومیت گوش) افزایش می‌یابد. مصرف همزمان استرپتومایسین با نئوستیگمین و پیریدوستیگمین اثر این داروهای کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان استرپتومایسین با داروهای مسدود عصب-عضله ممکن است موجب ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروز مسمومیت گوش در صورت مصرف با استرپتومایسین با داروهای مدر گروه حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. از مصرف همزمان این دارو با کاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیرا خطر بروز مسمومیت گوش و کلیوی و انسداد عصب-عضله ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان سل ممکن است ۲- ۱ سال یا حتی بیشتر طول بکشد. با وجود این در صورت بروز علائم مسمومیت با این دارو، مصرف آن باید قطع شود.

۲- محل تزریق دارو در هر بار تزریق باید عوض شود. تزریق غلظتهای بیش از 500mg/ml توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان سل به همراه با سایر داروهای ضد سل 1g/day از راه عضلانی تزریق می‌شود. این مقدار باید در حداقل زمان ممکن از نظر بالینی به یک گرم ۳- ۲ بار در هفته کاهش یابد. در درمان سایر عفونتهای باکتریایی همراه با سایر داروها، ۱- 0.25 گرم هر ۶ ساعت و در درمان طاعون ۱- 0.5 گرم هر ۶ ساعت تزریق عضلانی می‌شود. در درمان تولارمی ۵۰۰- ۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت به مدت ۱۰- ۷ روز تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در درمان سل به همراه سایر داروهای ضد سل 20mg/kg/day و در درمان سایر عفونتهای باکتریایی 10mg/kg - ۵ هر ۶ ساعت تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection (as sulfate): ۱g

AMINOGLYCOSIDES**GENTAMICIN AMIKACIN
PAROMOMYCIN NEOMYCIN
TOBRAMYCIN**

این گروه از آنتی‌بیوتیک‌ها شامل آمیکاسین جنتامایسین نتومایسین استرپتومایسین و توبرامایسین می‌شود. تمام این آنتی‌بیوتیک‌ها باکتری‌سید هستند و بر روی بعضی از باکتری‌های گرم مثبت و اغلب باکتری‌های گرم منفی موثر می‌باشند. آمیکاسین جنتامایسین و توبرامایسین بر روی پseudomonas آئروژینوزا و استرپتومایسین بر روی مایکوباکتریوم توبرکولوزیس موثر هستند. امروزه استرپتومایسین فقط برای درمان سل در نظر گرفته می‌شود.

آمینوگلیکوزیدها از راه دستگاه گوارش جذب نمی‌شوند (اگر چه احتمال جذب دارو در صورت وجود بیماری التهابی روده یادر عیب کار کلیه افزایش می‌یابد) و به همین دلیل در درمان عفونتهای سیستمیک به صورت تزریقی مصرف می‌شوند.

جذب این داروها پس از تزریق عضلانی سریع و کامل است. آمینوگلیکوزیدها از راه پوست نیز جذب می‌شوند. پس از جذب در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شوند و بیشترین غلظت را در ادرار دارند. غلظت سرمی این داروها ۱/۵ - ۰/۵ ساعت پس از تزریق عضلانی و ۳۰ و

۱۵ دقیقه به ترتیب پس از انفوزیون وریدی ۳۰ دقیقه‌ای و یک ساعته به اوج خود می‌رسد. دفع این داروها عمدتاً به صورت کلیوی است و در صورت وجود عیب کار کلیه ممکن است در بدن تجمع یابند.

نیمه عمر آمینوگلیکوزیدها ۲ - ۴ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۱۰۰ ساعت نیز افزایش یابد.

اغلب عوارض جانبی آمینوگلیکوزیدها وابسته به مقدار مصرف هستند و از اینرو، در تنظیم مقدار مصرف آنها باید دقت کرد و در صورت امکان نباید دوره درمان را بیش از ۷ روز ادامه داد. مهمترین عوارض این داروها مسمومیت گوش و تا اندازه‌ای مسمومیت کلیوی است این عوارض عموم؟ در افراد کهنسال یا بیماران مبتلا به عیب کار کلیه شایعتر هستند. در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه (یا ایجاد غلظت پلاسمازی زیاد دارو پس از مصرف هر دوز)، فاصله بین دفعات مصرف دارو باید افزایش یابد. اگر عیب کار کلیه شدید باشد، مقدار مصرف دارو را نیز باید کاهش داد.

آمینوگلیکوزیدها ممکن است انتقال پیامهای عصبی - عضلانی را مختل سازند و نباید برای بیماران مبتلا به میاستنی گراو تجویز شوند. تجویز مقادیر زیاد این داروها در حین عمل جراحی ممکن است موجب بروز سندرم زودگذر میاستنی گراو در بیماران با عملکرد طبیعی عصب عضله شود.

مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها با داروهای مدر بالقوه سمی برای گوش مانند فوروسماید و اسید اتاکرینیک ممنوع است و در صورت لزوم مصرف همزمان هر دو دارو، باید فاصله بین مصرف آنها را تا حد امکان افزایش داد.

در صورت لزوم مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها با آنتی‌بیوتیک‌های بتا لاکتام (پنی‌سیلین‌ها و سفالوسپورین‌ها) از مخلوط کردن دو دارو باید خودداری کرد، چرا که هر دو دارو تا حد زیادی بی‌اثر خواهند شد. در اینگونه موارد، دو دارو را باید جداگانه و در دو نقطه تزریق کرد. همچنین نباید دو دارو را در یک محلول انفوزیون مخلوط کرد.

AMIKACIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های جدی ناشی از باکتری‌های گرم منفی مقاوم به جنتامایسین مصرف می‌شود. برتری این دارو نسبت به جنتامایسین در مقاومت این آنتی‌بیوتیک در برابر اغلب آنزیم‌های باکتریایی تخریب کننده آمینو گلیکوزیدهاست. موارد منع مصرف این دارو نباید در صورت ابتلای بیمار به میاستنی گراو مصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید افزایش یابد.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت پذیر کلیه بندرت کاهش منیزیم خون به ویژه در مصرف طولانی مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با سفالوسپورین‌ها (به ویژه سفالوتین، آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت کلیوی (و احتمالاً مسمومیت گوش) افزایش می‌یابد. مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با وانکومایسین خطر بروز مسمومیت گوش و کلیوی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با نئوستیگمین و پیریدوستیگمین اثر این داروهای کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با داروهای مسدود عصب - عضله ممکن است موجب ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروز مسمومیت گوش در صورت مصرف آمینو گلیکوزیدها با داروهای مدر گروه لوپ ممکن است افزایش یابد. از مصرف همزمان دو یا چند آمینو گلیکوزید با یکدیگر مصرف همزمان این داروها با کاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیرا خطر بروز مسمومیت گوش و کلیوی و انسداد عصب - عضله ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- از آنجا که دفع آمینو گلیکوزیدها عمدتاً کلیوی است و غلظت این داروها در ادرار زیاد خواهد بود، بیمار باید به اندازه کافی آب یا مایعات مصرف کند تا غلظت زیاد دارو موجب آسیب به مجاری ادراری نشود.

۲- از آنجا که احتمال تشکیل کمپلکس بین آمیکاسین و سایر داروها وجود دارد، مخلوط کردن این دارو با سایر داروها در یک محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان

مقدار 5mg/kg هر ۸ ساعت یا $7/5\text{mg/kg}$ هر ۱۲ ساعت به مدت ۱۰ - ۷ روز از راه عضلانی یا انفوزیون آهسته وریدی تزریق می‌شود. در عفونت‌های باکتریایی ساده مجاری ادراری 250 میلی گرم هر ۱۲ ساعت از راه عضلانی یا انفوزیون وریدی مصرف می‌شود.

کودکان

در نوزادان نارس ابتدا 10mg/kg و سپس $7/5\text{mg/kg}$ هر ۲۴ - ۱۸ ساعت به مدت

۱۰ - ۷ روز در نوزادان 10mg/kg و سپس $7/5\text{mg/kg}$ هر ۱۲ ساعت به مدت ۱۰ - ۷ روز تزریق عضلانی یا انفوزیون وریدی می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): 250mg/ml , 50mg/ml

GENTAMICIN

موارد مصرف جنتامایسین در درمان عفونت‌های جدی مانند سپتی سمی و سپسیس نوزادان مننژیت و سایر عفونت‌های CNS، عفونت مجاری صفراوی پیلونفریت حاد یا التهاب عفونی حاد پروستات و همراه با یک پنی‌سیلین در درمان اندوکاردیت ناشی از استرپتوکوکوس ویریدانس یا استرپتوکوکوس فکالیس مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید در صورت ابتلای بیمار به میاستنی گراو مصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید افزایش داده شود.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها با سفالوسپورین‌ها (به‌ویژه سفالوتین، آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت کلیوی (و احتمالاً مسمومیت گوش) افزایش می‌یابد. مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها با نئوستیگمین و پیرییدوستیگمین به دلیل اثر آنتاگونیستی اثر این داروهای کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها با داروهای مسدود عصب - عضله ممکن است موجب ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروز مسمومیت گوش در صورت مصرف آمینوگلیکوزیدها با داروهای مدر گروه حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. از مصرف همزمان دو یا چند آمینوگلیکوزید با یکدیگر و مصرف همزمان این داروها با کاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیرا خطر بروز مسمومیت گوش و کلیوی و انسداد عصب - عضله ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - از آنجا که دفع آمینوگلیکوزیدها عمدتاً کلیوی است و غلظت این داروها در ادرار زیاد خواهد بود، بیمار باید به اندازه کافی آب یا مایعات مصرف کند تا غلظت زیاد دارو موجب آسیب به مجاری ادراری نشود.

۲ - تزریق زیرجلدی جنتامایسین توصیه نمی‌شود، زیرا دردناک خواهد بود.

۳ - مقدار مصرف جنتامایسین به‌ویژه در بیماران که دچار سوختگی شده‌اند یا عمل جراحی در پیش دارند و در زنان باردار یا مبتلا به بیماری‌های زنان ممکن است کمتر یا بیشتر از مقدار توصیه شده باشد که این به دلیل تفاوت زیاد بین نیاز این گروه بیماران به دارو است

۴ - از آنجا که احتمال تشکیل کمپلکس بین جنتامایسین و سایر داروها وجود دارد، مخلوط کردن این دارو با سایر داروها در یک محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یا انفوزیون 5mg/kg/day - ۲ در مقادیر منقسم و در فواصل ۸ ساعت می‌باشد. در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه فاصله زمانی بین دفعات مصرف دارو براساس کلیرانس کراتینین تعیین می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۲ هفته به مقدار 3mg/kg هر ۱۲ ساعت و در کودکان با سن ۲ هفته تا ۱۲ سال به مقدار 2mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود. مقدار مصرف این دارو از راه تزریق داخل غلاف طناب نخاعی 1mg/day (تا حداکثر 5mg/day در صورت نیاز) همراه با میزان 4mg/kg/day - ۲ در مقادیر منقسم هر ۸ ساعت به صورت تزریق عضلانی می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): 10mg/ml , 40mg/ml

NEOMYCIN

موارد مصرف به صورت خوراکی برای استریل کردن روده‌ها قبل از عمل جراحی مصرف می‌شود.
 موارد منع مصرف این دارو نباید در صورت ابتلای بیمار به میاستنی گراو مصرف شود.
 عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت پذیر کلیه بندرت کاهش منیزیم خون به ویژه در مصرف طولانی مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض احتمالی این دارو هستند.
 نکات قابل توصیه این دارو را می‌توان با معده خالی یا پس از غذا مصرف کرد.
 مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان به منظور استریل کردن روده‌ها مقدار مصرف این دارو ۱ گرم هر ۴ ساعت و در اغمای کبدی تا ۴g/day در مقادیر منقسم به مدت حداکثر ۱۴ روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Oral Solution: ۱۲۵mg/ ۵ml

Tablet: ۵۰۰mg

PAROMOMYCIN

موارد مصرف پارومومایسین یک آنتی بیوتیک آمینو گلیکوزید است که از راه خوراکی در درمان عفونت‌های تک یاخته‌ای مانند آمیبیاز روده‌ای مصرف می‌شود. این دارو همچنین برای کاهش فلور میکروبی روده پیش از عمل جراحی یا در اغمای کبد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پارومومایسین یک آنتی بیوتیک آمینو گلیکوزید است که بر روی برخی از تک یاخته‌ها از جمله آمیب و لیشمانیا و کریپتوسپوریدیم نیز مؤثر است

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی جذب نمی‌شود و بدون تغییر از طریق مدفوع دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود ضایعات زخم دار روده‌ای جذب این دارو از طریق روده و به میزان اندک امکان پذیر است و ممکن است موجب بروز عوارض جانبی دارو شود.

۲- مصرف مداوم یا مکرر آنتی بیوتیک‌ها ممکن است موجب بروز مقاومت میکروبی و رشد بیش از حد باکتری‌ها و قارچ‌های غیر حساس و در نتیجه بروز عفونت‌های ثانویه گردد.

۳- بین این دارو و کانامایسین و نئومایسین مقاومت متقاطع وجود دارد.

عوارض جانبی این دارو بالقوه یک داروی سمی برای کلیه و گوش است مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است با عوارضی مانند تهوع استفراغ کرامپ شکمی و اسهال همراه باشد. مصرف طولانی مدت این دارو ممکن است موجب بروز استئاتوره و اسهال شدید شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو را می‌توان با غذا مصرف کرد.

۲- در صورت بروز وزوز گوش عیب شنوایی یا سرگیجه باید به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو در بزرگسالان و کودکان در درمان آمیبیاز روده‌ای ۳۰-۲۰ mg/kg/day در مقادیر منقسم همراه با غذا، برای مدت ۱۰-۵ روز می‌باشد. برای کاهش فلور میکروبی روده در کبد، مقدار ۴g/day در مقادیر منقسم با فواصل زمانی ثابت برای مدت ۶-۵ روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

(Capsule: ۲۵۰mg (as sulfate

(Syrup: ۱۲۵mg/۵ml (as sulfate

TOBRAMYCIN

موارد مصرف توبرامایسین از جنتامایسین بر روی پseudomonas آئروژینوزا کمی موثرتر است توبرامایسین در سپتی سمی و سپسیس نوزادان منتزیت و سایر عفونت‌های CNS، عفونت مجاری صفراوی پیلونفریت حاد یا التهاب عفونی حاد پروستات مصرف می‌شود. موارد منع مصرف این دارو نباید در صورت ابتلای بیمار به میاستنی گراو مصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارودر بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید افزایش داده شود.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت پذیر کلیه بندرت کاهش منیزیم خون به ویژه در مصرف طولانی مدت و کولیت pseudomembran از عوارض احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با سفالوسپورین‌ها (به ویژه سفالوتین، آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت کلیوی (و احتمالاً مسمومیت گوش) افزایش می‌یابد. مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با نتوستیگمین و پیریدوستیگمین اثر این داروهای کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان آمینو گلیکوزیدها با داروهای مسدود عصب - عضله ممکن است موجب ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروز مسمومیت گوش در صورت مصرف آمینو گلیکوزیدها با داروهای مدر گروه حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. از مصرف همزمان دو یا چند آمینو گلیکوزید با یکدیگر و مصرف همزمان این داروها با کاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیرا خطر بروز مسمومیت گوش و کلیوی و انسداد عصب - عضله ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - از آنجا که احتمال تشکیل کمپلکس بین توبرامایسین و سایر داروها وجود دارد، مخلوط کردن این دارو با سایر داروها در یک محلول توصیه نمی‌شود.

۲ - تزریق زیرجلدی توبرامایسین بدلیل دردناک بودن توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یا انفوزیون وریدی ۳ mg/kg/day در مقادیر منقسم در فواصل ۸ ساعت می‌باشد. در عفونت‌های شدید، تا ۵mg/kg/day در مقادیر منقسم هر ۸-۶ ساعت مصرف می‌شود. کودکان در نوزادان با سن تا یک هفته به مقدار ۲mg/day هر ۱۲ ساعت و در نوزادان با سن بیش از یک هفته و کودکان ۲/۵-۲ mg/kg هر ۸ ساعت تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یا انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

(Injection: ۱۰mg/ml, ۴۰mg/ml (as sulfate

ANTIFUNGAL DRUGS

AMPHOTERICIN B

FLUCONAZOLE CLOTRIMAZOLE

GRISEOFULVIN FLUCYTOSINE

NYSTATIN KETOCONAZOLE

عفونتهای قارچی اغلب با کاهش مقاومت میزبان همراه است که در صورت عدم اصلاح این مقاومت دارودرمانی باشکست مواجه خواهد شد. همچنین درمان عفونت درماتوفیتی تا زمانی که منبع حیوانی برداشته شده یا کنترل گردد، ممکن موفقیت آمیز نباشد. آمفوتریسین از مجرای گوارش جذب نمی‌شود و تنها آنتی بیوتیک از گروه پلی‌ان است که از راه تزریقی قابل مصرف می‌باشد. این دارو درمان عفونتهای قارچی سیستمیک مصرف می‌شود و بر علیه بسیاری از قارچها و مخمرها مؤثر می‌باشد. این دارو به میزان زیادی به پروتئین‌های پلاسما پیوند می‌یابد و به میزان کم به داخل مایعات بدن و بافتها نفوذ می‌کند. در صورت تزریق عوارض جانبی سمی دارو بروز می‌کند.

نیستاتین از راه خوراکی جذب بسیار کمی دارد و از راه تزریقی نیز بسیار سمی می‌باشد. این دارو بر علیه بسیاری از مخمرها و قارچها مؤثر است ولی اصولاً بر علیه عفونتهای کانیدیدا آلیکانس در پوست و مخاط بکار می‌رود.

این دارو همچنین در درمان کانیدید یازیس روده نیز مصرف می‌شود.

میکونازول برای درمان موضعی مصرف می‌شود. کتوکونازول در مقایسه با سایر داروهای ضد قارچ ایمیدازولی از جذب خوراکی بهتری برخوردار است ولی سمیت کبدی خطرناک با مصرف دارو گزارش شده است از این دارو نباید در درمان عفونتهای قارچی سطحی استفاده نمود.

فلوکونازول در درمان موضعی و سیستمیک عفونتهای کانیدیایی و کریپتوکوکی مصرف می‌شود.

فلوسیتوزین یک داروی ضد قارچ سنتتیک است که فقط بر علیه مخمرها مؤثر می‌باشد و در درمان عفونتهای سیستمیک کانیدیازیس و کریپتوکوکوزیس مصرف می‌شود. عوارض جانبی این دارو نادر است ولی ضعف مغز استخوان مشاهده شده است

در حین درمان با این دارو، ممکن است مقاومت ایجاد شود. گریزوفولون به دلیل تجمع در کراتین داروی انتخابی برای عفونتهای درماتوفیتی است از مجرای گوارش بخوبی جذب می‌شود، ولی در مصرف موضعی غیر فعال است این دارو در عفونتهای پوست مؤثرتر از عفونتهای ناخن است و درمان با آن باید برای چندین هفته تا چندین ماه ادامه یابد. عوارض جانبی این دارو نادر می‌باشد.

AMPHOTERICIN B

موارد مصرف آمفوتریسین B در درمان آسپرژیلوز، بلاستومیکوز، کانیدیدیا منتشر، کوکسید یوئیدومیکوز، کریپتوکوکوز، اندوکاردیت قارچی کانیدیاز داخلی چشم هیستوپلاسموز، سالک منژیت قارچی موکورمیکوز، سیتی سمی قارچی اسپوروتریکوز منتشر، عفونتهای قارچی دستگاه ادراری و مننگوآنسفالیت آمیبی اولیه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به استرولهای غشای سلولی قارچ و تغییر در قابلیت نفوذ این غشاء و در نتیجه از دست رفتن پتاسیم و ملکولهای کوچک از درون سلول اثر ضد قارچی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک آمفوتریسین B در ریه کبد، طحال کلیه غده فوق کلیوی و عضلات توزیع شده و غلظت آن در مایعات جنب صفاقی و پرده سینویال و مایع زلالیه تقریباً ۷۵٪ غلظت پلاسمایی آن است دفع این دارو از راه کلیه بسیار آهسته بوده و تقریباً ۴۰٪ دارو در مدت هفت روز دفع شده و حداقل تا ۷ هفته پس از قطع مصرف در ادرار یافت می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف

شود.

۲- مقدار مصرف تام بیش از 4g/day ممکن است منجر به بروز عیب دایمی کار کلیه گردد.

عوارض جانبی از عوارض شایع آمفوتریسین B کم خونی کاهش پتاسیم خون تب و لرز و تهوع و استفراغ دردمعده سردرد، کمی فشار خون اختلال کار کلیه درد عضله و مفصل کم خونی مسمومیت کلیوی اختلالات نورولوژیک و خونی ثورات جلدی و ترومبوفلیت می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان آمفوتریسین B با داروهای تضعیف کننده فعالیت مغز استخوان گلیکوزیدهای دیژیتال مدرهای کاهنده پتاسیم و داروهای با سمیت کلیوی باعث تشدید عوارض سمی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورتیکه وقفه درمان بیش از یک هفته باشد، درمان مجدد باید با حداقل مقدار مصرف شروع و بتدریج تا مقدار مصرف مطلوب افزایش یابد.

۲- با تزریق وریدی مقادیر کم کورتیکواستروئیدها قبل و در طی انفوزیون وریدی آمفوتریسین B احتمال بروز واکنش‌های تب‌زا کاهش می‌یابد. همچنین مصرف استامینوفن آنتی‌هیستامین‌ها و یا فنوتیازین‌ها قبل از انفوزیون آمفوتریسین B عوارضی چون تب تهوع و لرز ناشی از دارو را کاهش می‌دهند.

۳- انفوزیون وریدی آمفوتریسین B باید طی ۴-۲ ساعت انجام شود.

۴- مصرف مقادیر کامل این دارو حتی در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ضروری است با این وجود در صورت پیشرفت عیب کار کلیه بیمار باید تحت مراقبت پزشکی قرار گیرد.

۵- نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ ممکن است سبب بروز تحریک شدید محل تزریق گردد.

۶- برای به حداقل رساندن بروز ترومبوفلیت موضعی ناشی از انفوزیون وریدی این دارو، می‌توان هپارین را به محلول تزریقی اضافه کرد و یا آمفوتریسین B را یک روز در میان تجویز کرد. همچنین مصرف یک روز در میان آمفوتریسین B احتمال بی‌اشتهایی را کاهش می‌دهد.

۷- مقدار مصرف این دارو به صورت یک‌روز در میان نباید بیش از $1/5\text{mg/kg}$ باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان آمفوتریسین B به‌عنوان ضدقارچ سیستمیک در ابتدا ۵ میلی‌گرم در

۲۰ - ۱۰ میلی‌لیتر از محلول تزریقی دکستروز ۵٪ طی ۵-۳ دقیقه در حفرات بدن چکانده می‌شود. سپس ۵۰ میلی‌گرم این دارو در ۲۰

- ۱۰ میلی‌لیتر از محلول تزریقی دکستروز ۵٪ طی ۵-۳ دقیقه هرروز مصرف می‌شود. از راه تزریق داخل‌نخاعی ابتدا ۱/۱ - ۰/۰۱ میلی‌گرم هر

۷۲ - ۴۸ ساعت تزریق می‌شود. این مقدار بر حسب تحمل بیمار بتدریج تا ۰/۵ میلی‌گرم افزایش می‌یابد. به‌صورت انفوزیون وریدی

ابتدا مقدار ۱ میلی‌گرم به‌عنوان مقدار آزمایشی بعد از رقیق شدن با ۵۰ - ۲۰ میلی‌لیتر از محلول تزریقی دکستروز ۵٪ طی ۳۰ - ۱۰ دقیقه تزریق می‌شود. به این مقدار بر حسب تحمل بیمار و شدت عفونت ۱۰ - ۵ میلی‌گرم در هر نوبت می‌توان افزود. در این صورت حداکثر مقدار مصرف 50mg/day طی دوره ۶-۲ ساعته می‌باشد.

شستشوی مثانه با مقدار ۵ میلی‌گرم آمفوتریسین B در ۱۰۰۰ میلی‌لیتر آب‌استریل در روز با سرعت 40ml/h با یک کاتتر به مدت ۱۰-۵ روز ادامه می‌یابد.

کودکان به‌عنوان ضد قارچ سیستمیک مقدار اولیه $0/25\text{mg/kg/day}$ در محلول تزریقی دکستروز ۵٪ طی شش ساعت انفوزیون وریدی می‌شود که به این مقدار می‌توان بر حسب تحمل بیمار بتدریج $0/25\text{mg/kg}$ - $0/125$ هر روز یا یک روز در میان در هر نوبت

افزود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰ mg

CLOTRIMAZOLE

موارد مصرف کلوتریمازول در درمان کاندیدیاز ناشی از کاندیدا آلبیکنس و سایر گونه‌های کاندیدا، کچلی بدن و ران و پاناشی از تریکوفیتون روبروم تریکوفیتون متاگروفیس اپیدرموفیتون فلوکوزوم و میکروسپوروم کانیس تیناوریسیکالر (ناشی از پیتیروسپوروم، اریکولار (مالاسزیا فورفور) و در درمان عفونت قارچی اطراف ناخن و کچلی ریش و سرمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلوتریمازول ساختار گوسترول را مهار کرده و با آسیب رساندن به غشاء سلولی قارچ و تغییر در نفوذپذیری آن باعث خروج عناصر ضروری داخل سلولی می‌گردد. این دارو همچنین ساخت تری گلیسیریدها و فسفولیپیدها را توسط قارچ مهار می‌کند. کلوتریمازول باعث افزایش غلظت هیدروژن پراکساید داخل سلول قارچ شده که باعث نکروز سلولی و از بین رفتن عناصر داخل سلولی می‌شود. این دارو مانع تبدیل بلاستوسپورها به شکل میسلی فعال در کاندیدا آلبیکنس می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب سیستمیک این دارو بعد از مصرف پوستی کم است ولی بعد از مصرف از راه مهبل به میزان ۱۰ - ۳ درصد جذب می‌شود.

هشدارها: از تماس دارو با چشم خودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱ - رعایت نکات بهداشتی مانند استفاده از لباس زیر نخی و یا استفاده از کاندوم در هنگام مقاربت به درمان کمک می‌کند.

۲ - در صورت مصرف دارو برای درمان کاندیدیاز، از به کار بردن پانسمان بسته در موضع خودداری شود.

۳ - در صورت عدم پاسخ به درمان بعد از اطمینان از عدم وجود سایر پاتوژن‌ها، دوره درمان ممکن است مجدد تکرار شود.

مقدار مصرف موضعی - روزی ۲ بار صبح و عصر از محلول یا کرم بر روی موضع مالیده شود.

قرص واژینال - در بیماران غیر حامله ۲۰۰ mg/day ترجیح قبل از خواب به مدت ۳ روز یا ۱۰۰ mg/day به مدت ۷ روز استعمال می‌گردد.

کرم واژینال - مقدار ۵۰ mg/day (یک اپلیکاتور از کرم یک درصد) ترجیح قبل از خواب به مدت ۱۴ - ۶ روز استعمال می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Solution: ۱٪

Vaginal Cream: ۱٪

Vaginal Tablet: ۱۰۰ mg

FLUCONAZOLE

موارد مصرف فلوکونازول در درمان عفونت‌های قارچی دهان و حلق مری واژن و عفونت‌های سیستمیک ناشی از کاندیدا آلبیکنس و در درمان عفونت‌های قارچی پوست مصرف می‌شود. این دارو ممکن است به عنوان جایگزین آمفوتریسین در درمان عفونت‌های کریپتوکوکی نیز مصرف شود. فلوکونازول همچنین برای پیشگیری از عود مننژیت کریپتوکوکی در بیماران مبتلا به ایدز و پیشگیری

از بروز عفونت‌های قارچی در بیماران تحت درمان با پرتودرمانی یا داروهای سیتوتوکسیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فلوکونازول در قارچ‌های حساس به دارو، آنزیم‌های وابسته به راسیتوکروم بیوستز $P-450$ مهار می‌نماید و دیواره سلولی را مختل می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. پس از جذب به‌طور گسترده در مایعات بدن منتشر می‌شود، اوج غلظت سرمی دارو ۲-۱ ساعت پس از مصرف خوراکی بدست می‌آید. نیمه عمر دفع دارو ۳۰ دقیقه است که در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ممکن است افزایش یابد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کبد یا پورفیری این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت نیاز به درمان طولانی مدت (بیش از ۱۴ روز) با این دارو، وضعیت کار کبد به‌طور بالینی و بیوشیمیایی حتماً باید قبل از شروع درمان دو هفته پس از شروع درمان و پس از آن به‌طور ماهانه پیگیری شود.

۲- در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض گزارش شده برای فلوکونازول عبارتند از: تهوع استفراغ درد شکم سردرد، بثورات جلدی کهیر و خارش بندرت کاهش پلاکت‌های خون پاراسترنی ترس بیمار از نور، سرگیجه آلویس ژینکوماستی و کاهش مقدار اسپرم همچنین در صورت مصرف طولانی مدت دارو (بیش از ۱۴ روز) احتمال بروز هپاتیت یا آسیب‌کننده کبدی وجود دارد.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان ریفامپین با فلوکونازول به دلیل افزایش پتاسیم غلظت سرمی فلوکونازول کاهش می‌یابد. فلوکونازول ممکن است در متابولیسم بعضی از داروها، از جمله فنیتوئین و داروهای سولفونیل اوره پایین آورنده قند خون تداخل کند و غلظت سرمی این داروها را افزایش دهد. همچنین افزایش غلظت سرمی سیکلوسپورین نورتریپتیلین و ترفنادین در صورت مصرف همزمان با این دارو گزارش شده‌اند که در مورد ترفنادین احتمال بروز واکنش‌های غیرعادی در ECG وجود دارد. فلوکونازول ممکن است اثر وارفارین را افزایش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو در کاندیدیاز واژینال ۱۵۰ میلی‌گرم به‌صورت دوز واحد است در سایر عفونت‌های مخاطی ناشی از کاندیدا به غیر از کاندیدیاز تناسلی 50 mg/day (در عفونت‌های سخت 100 mg/day) برای ۱۴-۷ روز مصرف می‌شود. در برخی از عفونت‌های مخاطی مانند التهاب مرکزی کاندیدوری عفونت‌های نای-ریوی غیرتهاجمی این مقدار برای ۳۰-۱۴ روز مصرف می‌شود.

مقدار مصرف فلوکونازول در درمان عفونت‌های قارچی پوست 50 mg/day برای ۴-۲ هفته تا حداکثر ۶ هفته می‌باشد. در عفونت‌های تهاجمی کاندیدیایی یا کریپتوکوکی ابتدا مقدار 400 mg/day میلی‌گرم و پس از آن 200 mg/day که در صورت نیاز تا 400 mg/day افزایش می‌یابد، مصرف می‌شود. طول دوره درمان به پاسخ بیمار بستگی دارد (در مورد منژیت کریپتوکوکی طول دوره درمان حداقل ۸-۶ هفته می‌باشد).

برای پیشگیری از عود منژیت کریپتوکوکی در بیماران مبتلا به ایدز بعد از تکمیل درمان اولیه به مقدار 200 mg/day - 100 mg/day مصرف می‌شود. همچنین برای پیشگیری از بروز عفونت‌های قارچی در بیماران تحت درمان با پرتودرمانی یا داروهای سیتوتوکسیک به مقدار 400 mg/day - 50 mg/day بسته به احتمال بروز عفونت مصرف می‌شود که در صورت احتمال بروز عفونت‌های سیستمیک این مقدار 400 mg/day خواهد بود. شروع درمان در این بیماران قبل از بروز نوتروپنی خواهد بود و درمان تا ۷ روز پس از آنکه شمارش نوتروفیل‌ها به حد مطلوب رسید، ادامه خواهد یافت در درمان کچلی پا، سر، پیتی ریازیس و رسیکالر و کاندیدیای پوستی 50 mg/day به مدت ۴-۲ هفته (تا حداکثر ۶ هفته در کچلی پا) مصرف می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در درمان عفونت‌های قارچی مخاطی (غیر از عفونت واژن 6mg/kg - ۳ در روز اول درمان و سپس روزانه 2mg/kg (هر ۷۲ ساعت در نوزادان با سن کمتر از دو هفته و هر ۴۸ ساعت در نوزادان با سن ۴ - ۲ هفته می‌باشد. مقدار مصرف فلوکونازول در درمان عفونت‌های قارچی پوست در کودکان مانند بزرگسالان است در درمان عفونت‌های تهاجمی کاندیدیایی یا کریپتوکوکی به مقدار 12mg/kg/day - ۶ (هر ۷۲ ساعت در نوزادان با سن کمتر از دو هفته و هر ۴۸ ساعت در نوزادان با سن ۴ - ۲ هفته مصرف می‌شود. برای پیشگیری از بروز عفونت‌های قارچی مقدار مصرف فلوکونازول 12mg/kg/day - ۳ (هر ۷۲ ساعت در نوزادان با سن کمتر از دو هفته و هر ۴۸ ساعت در نوزادان با سن ۴ - ۲ هفته می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule or Tablet: ۵۰mg, ۱۰۰mg, ۱۵۰mg

FLUCYTOSINE

موارد مصرف فلوسیتوزین در درمان عفونت‌های قارچی و مخمری سیستمیک همراه با آمفوتریسین یا فلوکونازول در درمان مننژیت کریپتوکوکی کاندیدیاز شدید و سیستمیک ناشی از کاندیدا آلیکنس (اندوکاردیت پنومونی سپتی‌سمی و عفونت‌های مجاری ادرار) و همراه با آمفوتریسین در درمان سایر عفونت‌های طولانی مدت و شدید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فلوسیتوزین پس از نفوذ در سلول‌های قارچی به فلوئورو اوراسیل که یک آنتی‌متابولیت است تبدیل می‌شود. این ترکیب به نوبه خود در متابولیسم پیریمیدن وارد می‌گردد و بیوسنتز اسیدهای نوکلئیک و پروتئین‌ها را مختل می‌سازد.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و بسرعت از مجرای گوارش جذب می‌شود و پس از جذب به‌طور گسترده در تمام بدن منتشر می‌گردد. غلظت سرمی دارو ۲ - ۱ ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه‌عمر دارو ۶ - ۲/۵ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است به

۲۵۰ - ۱۲ ساعت افزایش یابد. دفع فلوسیتوزین عمدتاً کلیوی است

هشدارها: ۱ - این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

عیب کار کبد و عیب کار کلیه (ممکن است به کاهش مقدار مصرف و اندازه‌گیری غلظت خونی دارو نیاز باشد)، بیماران سالخورده اختلالات خونی (از جمله ضعف - مغز استخوان و بیمارانی که قبلاً تحت درمان با داروهای سیتوتوکسیک یا پرتو درمانی بوده‌اند.

۲ - در طول مصرف این دارو، به‌ویژه در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه یا اختلالات خونی ممکن است انجام آزمون‌های کار کلیه و شمارش خون ضروری باشد.

عوارض جانبی عوارض گزارش شده ناشی از مصرف این دارو عبارتند از کم‌خونی هیپاتیت یا یرقان و واکنش‌های حساسیت‌مفرط (شامل بثورات جلدی قرمزی یا خارش، کاهش گلبول‌های سفید و پلاکت‌های خون اختلالات گوارشی (شامل درد شکم اسهال کاهش اشتها، تهوع و استفراغ، اغتشاش شعور، توهم افزایش حساسیت پوست به نور و اثرات CNS (شامل سرگیجه یا منگی خواب‌آلودگی و سردرد).

تداخل‌های دارویی فلوسیتوزین ممکن است اثر سایر داروهای تضعیف‌کننده مغز استخوان و پرتو درمانی را در کاهش فعالیت مغز استخوان تشدید نماید.

نکات قابل توجه ۱ - احتمال بروز واکنش‌های ناشی از حساسیت پوست به نور وجود دارد. از این رو بیمار نباید در معرض نور مستقیم خورشید قرار گیرد.

۲- در صورت بروز سرگیجه منگی یا خواب‌آلودگی باید احتیاط کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان این دارو به مقدار $37/5 \text{ mg/kg}$ - $12/5$ هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه می‌توان فواصل مصرف دارو را افزایش داد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

GRISEOFULVIN

موارد مصرف گریزئوفولوین در درمان کچلی‌های ریش مو، سر، بدن ران پاها، ناخن و اندام تحتانی ناشی از تریکوفیتون میکروسپوروم و اپی‌درموفیتون فلوکوزوم مصرف می‌شود. گریزئوفولوین در عفونت‌های جزئی که تنها با ضد قارچ‌های موضعی قابل درمان است مصرف نمی‌شود.

مکانیسم اثر: گریزئوفولوین از میتوز سلول قارچ جلوگیری کرده و با این عمل تقسیم سلولی را در مرحله متافاز متوقف می‌کند. این دارو با مقادیر متفاوت در سلول‌های پیش‌ساز کراتین پوست مو و ناخن رسوب می‌کند و این سلول‌ها را در مقابل تهاجم قارچ مقاوم می‌سازد و بدین ترتیب با ریزش کراتین آلوده بافت سالم‌جانشین آن می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی گریزئوفولوین میکروسایز بین ۷۰ - ۲۵ درصد در هر نوبت مصرف است مصرف همزمان یا متعاقب غذاهای چرب با این دارو جذب آن را به‌طور قابل توجهی افزایش می‌دهد. این دارو با مقادیر متفاوت در لایه کراتینی پوست مو و ناخن رسوب می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و نیمه‌عمر آن تقریباً ۲۴ ساعت است دفع آن کلیوی است هشدارها: ۱- مصرف گریزئوفولوین در نارسایی کبدی و وجود پورفیری باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- احتمال بروز حساسیت به نور با مصرف این دارو وجود دارد. از تماس نور خورشید یا لامپ‌های خورشیدی با پوست باید اجتناب شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است باعث سردرد، تهوع استفراغ بشورات جلدی حساسیت به نور، سرگیجه کسالت آگرانولوسیتوز و لکوپنی شود.

تداخل‌های دارویی این دارو باعث افزایش متابولیسم داروهای ضد انعقادی کومارینی و داروهای خوراکی جلوگیری‌کننده از بارداری حاوی استروژن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای جلوگیری از عود بیماری درمان باید تا حذف کامل ارگانیزم عامل بیماری ادامه یابد. دوره درمان پیشنهادی برای کچلی سر ۱۰ - ۸ هفته کچلی بدن ۴ - ۲ هفته کچلی پاها

۸ - ۴ هفته کچلی ناخن‌های دست حداقل

۴ ماه و کچلی ناخن‌های پا حداقل ۶ ماه است با این وجود میزان عود کچلی ناخن‌های پا خیلی زیاد است

۲- از آنجا که مخمرها و باکتری‌ها

مانند قارچ ممکن است در بعضی از اشکال بیماری قارچی ورزشکاران وجود داشته باشند، معمولاً مصرف یک داروی موضعی مناسب در درمان کچلی پا مورد نیاز

است

۳- بمنظور کاهش تحریک گوارشی و افزایش جذب گریزئوفولوین این دارو باید همراه غذا (به‌ویژه غذاهای چرب و شیر یا پس از

آن مصرف شود.

۴- در صورت مصرف داروهای خوراکی جلوگیری کننده از بارداری حاوی استروژن همزمان با این دارو، طی مصرف این دارو و تا یک ماه بعد از آن از سایر روشهای جلوگیری کننده نیز باید استفاده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان کچلی ناخن و پاهامقدار ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می شود و در درمان کچلی سر و بدن و ران مقدار ۲۵۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت یا ۵۰۰mg/day تجویز می شود.

کودکان مقدار ۱۰mg/kg - ۵ هر ۱۲ ساعت یا ۱۰mg/kg/day مصرف می شود. برای کودکان با وزن ۲۳ - ۱۴ کیلوگرم مقدار ۲۵۰mg/day - ۱۲۵ یا ۱۲۵ - ۶۲/۵ میلی گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می شود. در کودکان با وزن ۲۳ کیلوگرم به بالا ۵۰۰mg/day - ۲۵۰ یا ۱۲۵ - ۱۲۵ میلی گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

Tablet: ۱۲۵mg

KETOCONAZOLE

موارد مصرف کتوکونازول در درمان بلاستومیکوزیس ریوی و منتشر، کاندیدیاز مری حلق و دهان عفونت‌های کاندیدایایی دستگاه ادراری پنومونی کاندیدیاز شدید مزمن مخاط پوستی و کاندیدیاز مهبل - فرجی مصرف می شود. کتوکونازول در درمان پیتی ریازیس و رسیکالر، کچلی بدن کرومومیکوزیس و کوکسیدیواید و میکوزیس شدید به عنوان انتخاب دوم کچلی اندامهای تحتانی و پای مقاوم به گریزئوفولین لیشمانیوز جلدی عفونت‌های قارچی ناخن و اطراف آن و پنومونی قارچی سپتی سمی قارچی واسپورتوتریکوزیس منتشر مصرف می شود.

مکانیسم اثر: کتوکونازول بیوسنتز استرول یا دیگر استرولها را مهار می کند و باعث آسیب به غشاء سلول قارچ شده و نفوذپذیری آن را تغییر می دهد که در نهایت منجر به از دست رفتن عناصر ضروری داخل سلولی می گردد. کتوکونازول همچنین بیوسنتزتری گلیسیریدها و فسفولیپیدها را مهار می کند و فعالیت آنزیم اکسیداتیو و پراکسیداتیو را مختل می کند. کتوکونازول تبدیل بلاستوسپورها را به شکل میسلی مهاجم در کاندیدا آلبیکنس متوقف می کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود ۷۵٪ است متابولیسم کتوکونازول کبدی است و راه اصلی دفع آن از طریق صفرا می باشد. موارد منع مصرف کتوکونازول در صورت وجود حساسیت شدید به داروهای ضد قارچ آزولی نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف سیستمیک کتوکونازول در صورت عیب کار کبد، فقدان یا کاهش اسید معده باید با احتیاط فراوان صورت گیرد. عوارض جانبی خارش و تحریکی که قبل از مصرف کتوکونازول وجود نداشته است از عوارض شایع کتوکونازول موضعی می باشد. تهوع استفراغ درد شکم سردرد، بثورات جلدی کهیر و بندرت ترومبوسیتوپنی پارستزی ترس از نور، سرگیجه طاسی و ژینکوماستی نیز با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی کتوکونازول با داروهای هپاتوتوکسیک آنتی‌اسید، آنتی‌کولینرژیک آنتی‌اسپاسمودیک آنتاگونیست‌های گیرنده H₂، امپرازول سوکرافیت استمیزول سیزاپراید، سیکلوسپورین ایزونیاژید، ریفامپین فنی‌توئین و وارفارین تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - کتوکونازول باید همراه با غذا مصرف شود.

۲ - از تماس اشکال موضعی دارو با چشم اجتناب شود.

۳- دوره درمان باید کامل شود. عفونت‌های قارچی ممکن است به دوره درمان طولانی نیاز داشته باشند.

۴- هنگام مصرف موضعی دارو، مقدار کافی از دارو باید در موضع مصرف شود به طوری که سطح پوست را بپوشاند.
مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار 400mg/day - 200mg/day به عنوان ضد قارچ مصرف می‌شود. برای درمان پیتی‌ریازیس و رسیکالر مقدار 200mg/day به مدت ۱۰ - ۵ روز، در درمان کاندیدیاز مهبل - فرجی 400mg/day - 200mg/day به مدت ۵ روز، در عفونت اطراف ناخن 400mg/day - 200mg/day ، در پنومونی و سپتی‌سمی قارچی 400 میلی گرم تا یک گرم در روز، مصرف می‌شود.
کودکان در کودکان در کاندیدیاز مهبل فرجی 10mg/kg - 5 یکبار در روز به مدت ۵ روز و در عفونت اطراف ناخن و پنومونی و سپتی‌سمی قارچی 10mg/kg - 5 یکبار در روز مصرف می‌شود.

موضعی مقدار مصرف کرم کتوکونازول در بزرگسالان در درمان کچلی بدن کچلی اندام تحتانی کچلی پا و پیتی‌ریازیس و رسیکالر و کاندیدیاز پوستی یکبار در روز و در حالات سبورئیک پوستی عفونت اطراف ناخن کچلی ریش و پوست سر ۲ یا ۳ بار در روز است مقدار مصرف شامپو در بزرگسالان در درمان شوره سر هر ۴ روز یکبار به مدت ۴ هفته می‌باشد که این مقدار مصرف به یکبار هر یک یا دو هفته کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: 200mg

Shampoo: ۲٪

Topical Cream: ۲٪

NYSTATIN

موارد مصرف نیستاتین در درمان کاندیدیاز ناشی از کاندیدا آلیکانس و سایر گونه‌های کاندیدا مصرف می‌شود. نیستاتین در درمان کچلی ریش و سر هم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: نیستاتین با اتصال به استرول‌های موجود در غشاء سلولی قارچ باعث تغییر در نفوذپذیری غشاء شده و باعث می‌شود که محتویات ضروری داخل سلولی قارچ از آن خارج شوند.

فارماکوکینتیک نیستاتین از مجرای گوارش و یا پوست سالم و غشاهای مخاطی جذب نمی‌شود. تقریباً تمام دارو بعد از مصرف خوراکی به صورت تغییر نیافته از طریق مدفوع دفع می‌شود.

عوارض جانبی تحریک پوستی که قبل از درمان وجود نداشته است از عوارض جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱- قرص واژینال

این دارو به عنوان قرص مکیدنی به

جای سوسپانسیون خوراکی برای درمان کاندیدیاز دهان نیز قابل مصرف

است

۲- در صورت مصرف موضعی دارو از پانسمان بسته در موضع باید خودداری شود و در صورت مصرف آن در نوزادان از پیچیدن سفت پای بچه و یا استفاده از شلوارک پلاستیکی نیز باید اجتناب شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۶۰۰,۰۰۰ - ۴۰۰,۰۰۰ واحد از سوسپانسیون خوراکی ۴ بار در روز یا ۱۰۰۰,۰۰۰ - ۵۰۰,۰۰۰ واحد از قرص ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در نوزادان نارس و کم وزن مقدار ۱۰۰,۰۰۰ واحد ۴ بار در روز و در نوزادان بزرگتر ۲۰۰,۰۰۰ واحد ۴ بار در روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف قرص در کودکان بالای ۵ سال ۵۰۰,۰۰۰ واحد ۴ بار در روز است

موضعی

بزرگسالان و کودکان ۲ یا ۳ بار در روز بر روی پوست مالیده می‌شود.

واژینال

مقدار ۱۰۰,۰۰۰ واحد، یک یا دو بار در روز به مدت ۲ هفته مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Vaginal Tablet: ۱۰۰,۰۰۰ U

Coated Tablet: ۵۰۰,۰۰۰ U

For Suspension Drops: ۱۰۰,۰۰۰ U/ml

Topical Ointment: ۱۰۰,۰۰۰ U/g

CEPHALOSPORINS

CEFOTAXIME CEFAZOLIN

CEFTIZOXIME CEFTAZIDIME

CEPHALOTHIN CEPHALEXIN

سفالوسپورین‌ها آنتی‌بیوتیک‌هایی با طیف‌اثر گسترده هستند. طیف اثر این داروها شبیه یکدیگر است مگر در موارد خاصی که اثر آنها بر یک میکروارگانیزم ویژه بایکدیگر تفاوت دارد. مکانیسم اثر سفالوسپورین‌ها شبیه پنی‌سیلین‌هاست این داروها در درمان سپتی سمی پنومونی مننژیت عفونتهای مجاری صفراوی التهاب پرده صفاق و عفونتهای مجاری ادراری مصرف می‌شوند.

سفالوسپورین‌ها به‌طور گسترده در بافتهاو مایعات بدن منتشر می‌شوند. مهمترین عارضه جانبی سفالوسپورین‌ها نیز حساسیت مفرط است حدود ۱۰ درصد از بیماران که به پنی‌سیلین‌ها حساسیت دارند، به سفالوسپورین‌ها نیز آلرژی دارند. خونریزی به علت تداخل در عملکرد فاکتورهای انعقادی خون با مصرف تعدادی از سفالوسپورین‌ها دیده شده است

سفالوسپورین‌ها موجود در بازار دارویی ایران از نسل اول (سفازولین سفالتین و سفالکسین و از نسل سوم سفوتاکسیم و سفتازیدیم هستند.

CEFAZOLIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونتهای ناشی از باکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونتهای ادراری به‌ویژه در دوران بارداری و نیز به عنوان پیشگیری از عفونت قبل از اعمال جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۲ - ۱ ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو به‌طور متوسط ۱/۵ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه تا ۴۲ ساعت نیز ممکن است افزایش یابد. ۷۰ - ۸۶ درصد دارو از راه کلیه و از طریق ترشح توبولی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها یا بیماری پورفیری نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، و مشتقات آنها، سفالوسپورین‌ها یا پنی‌سیلامین با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ مثبت کاذب در آزمون کومبس و قند ادرار شود.

۳- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

۴- سفالوسپورین‌ها ممکن است سبب بروز کولیت پسودوممبران شوند.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علائم حساسیت مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به کولیت پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان سفالوسپورین‌ها با آمینو گلیکوزیدها یا وانکومايسين احتمال بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. پروبنسید دفع سفالوسپورین‌ها از توبولهای کلیوی را کاهش داده و لذا سبب افزایش غلظت سرمی سفالوسپورین‌ها و در نتیجه احتمال بروز مسمومیت می‌شود. اثر ضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با سفالوسپورین‌ها ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض بیاد آوردن دارو را باید مصرف کرد. ولی اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی فرارسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۲- مخلوط کردن سفازولین با سایر داروها (به ویژه آمینو گلیکوزیدها) در یک محلول توصیه نمی‌شود.

۳- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان

از راه وریدی یا تزریق عضلانی یک گرم از دارو ۱- ۰/۵ ساعت قبل از شروع عمل

۱- ۰/۵ گرم در حین عمل و ۱- ۰/۵ گرم هر ۸ ساعت پس از جراحی تا ۲۴ ساعت مصرف می‌شود.

برای پیشگیری از آندوکاردیت یک گرم ۰/۵ ساعت قبل از شروع جراحی در درمان پنومونی پنوموکوکی ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت در عفونت حاد مجاری ادراری یک گرم هر ۱۲ ساعت و برای سایر عفونت‌ها ۲۵۰ میلی گرم تا یک گرم هر ۸-۶ ساعت از راه وریدی یا عضلانی تزریق می‌شود.

کودکان برای پیشگیری از آندوکاردیت ۲۵mg/kg نیم ساعت قبل از شروع عمل جراحی تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود.

در مورد سایر عفونت‌ها، برای نوزادان بزرگتر از یکماه ۲۵mg/kg - ۶/۲۵ هر ۶ ساعت و برای نوزادان با سن کمتر از یک ماه ۲۰mg/kg هر ۱۲-۸ ساعت تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۲۵۰mg, ۵۰۰mg, ۱g (assodium

CEFOTAXIME

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از باکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت استخوان و مفاصل سوزاک عفونت‌های مجاری ادرار و همچنین به عنوان پیشگیری از عفونت قبل از اعمال جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۰/۵ ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۳ ساعت افزایش یابد. ۶۰ - ۵۰ درصد دارو از طریق فیلتراسیون گلوبولی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها پنی‌سیلین‌ها و مشتقات آنها یا پنی‌سیلامین یا بیماری پورفیری این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

۳- سفالوسپورین‌ها ممکن است سبب بروز کولیت پسودوممبران شوند.

۴- این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ مثبت کاذب در آزمون کومبس شود.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علائم حساسیت مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال با مصرف این دارو گزارش شده است سایر عوارض جانبی گزارش شده عبارتند از اریتم مولتی فرم اختلال در آنزیم‌های کبدی هیپاتیت و یرقان کلاستاتیک گذرا، ائوزینوفیلی و اختلالات خونی بی‌قراری اختلال در خواب اغتشاش فکر و سرگیجه و بندرت کولیت وابسته به آنتی‌بیوتیک با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان سفالوسپورین‌ها با آمینو گلیکوزیدها یا وانکومایسین احتمال بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. اثر ضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با این داروها ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت نیاز به تزریق عضلانی مقادیر بیش از ۲ گرم باید دارو را در مقادیر منقسم و در نقاط مختلف تزریق نمود.

۲- مخلوط کردن سفوتاکسیم با سایر داروها (به‌ویژه آمینو گلیکوزیدها) در یک محلول توصیه نمی‌شود.

۳- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض بیاد آوردن دارو را باید مصرف کرد، ولی اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۴- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان سوزاک در زنان ۵۰۰ میلی‌گرم در یک نوبت و در درمان سوزاک در مردان یک گرم در یک نوبت تزریق عضلانی می‌شود. در پیشگیری از عفونتها قبل از عمل جراحی سزارین ابتدای یک گرم از راه وریدی و سپس یک گرم از راه عضلانی یا وریدی هر ۶ ساعت حداکثر برای دو نوبت تزریق می‌شود. در سایر اعمال جراحی یک گرم ۱/۵ - ۰/۵ ساعت قبل از شروع عمل تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود. در درمان سستی سمی ۲ گرم هر ۸ - ۶ ساعت از راه وریدی و در سایر عفونتها ۲ - ۱ گرم هر ۸ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود.

کودکان در نوزادان با سن کمتر از یک هفته ۵۰ mg/kg هر ۱۲ ساعت و در نوزادان با سن ۴ - ۱ هفته ۵۰ mg/kg هر ۸ ساعت از راه وریدی و در کودکان با سن بیش از یک ماه و با وزن کمتر از ۵۰ کیلوگرم ۳۰ mg/kg - ۸/۳ هر ۴ ساعت از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۵۰۰ mg, ۱ g (as sodium

موارد مصرف سفتازیدیم از سفالوسپورین‌های نسل سوم است که بر علیه باکتری‌های گرم منفی به ویژه گونه‌های پseudomonas موثر است این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از باکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس به دارو، از جمله عفونت‌های مجاری صفراوی فیروز سیستمیک عفونت‌های تنفسی درمان بیماری‌های عفونی در بیماران که سیستم ایمنی آنها تضعیف شده است مننژیت پریتونیت پنومونی سیتی سمی عفونت‌های پوستی و پیشگیری از بروز عفونت پس از اعمال جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک اوج غلظت سرمی دارو یک ساعت پس از تزریق عضلانی به دست می‌آید. نیمه عمر پلاسمایی دارو ۲-۱/۴ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه افزایش می‌یابد. این دارو در صفرا ترشح می‌شود. دفع سفتازیدیم عمدتاً کلیوی و از طریق فیلتراسیون گلومرولی است

موارد منع مصرف در صورت وجود حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها پنی‌سیلین‌ها و مشتقات آنها یا پنی‌سیلامین یا ابتلای بیمار به پورفیری این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه حساسیت به پنی‌سیلین‌ها و عیب کار

کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف

شود.

۲- این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ مثبت کاذب در آزمون کومبس یا قند ادرار شود.

۳- این دارو ممکن است سبب بروز کولیت pseudomembran شود.

۴- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

عوارض جانبی عوارض گزارش شده عبارتند از: اسهال و بندرت کولیت وابسته به آنتی‌بیوتیک تهوع استفراغ احساس ناراحتی در شکم سردرد، واکنش‌های آلرژیک (شامل بثورات جلدی خارش کهیر، تب و درد مفاصل و آنافیلاکسی، اریتم مولتی فرم نکرولیز سمی پوست اختلال در آنزیم‌های کبدی هپاتیت ویرقان کلستاتیک گذرا.

تداخل‌های دارویی اثر ضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود.

۲- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو به محض به یاد آوردن دارو را باید مصرف نمود. ولی اگر تقریباً

زمان مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر گردد.

۳- مخلوط کردن سفتازیدیم با سایر داروها بویژه آمینو گلیکوزیدها و وانکومایسین در یک محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف سفتازیدیم از راه تزریق عمیق عضلانی یا وریدی ۱ گرم هر ۸ ساعت یا ۲ گرم هر ۱۲ ساعت است که در

صورت وجود عفونت شدید به ۲ گرم هر ۱۲-۸ ساعت افزایش می‌یابد (مقادیر بیش از ۱ گرم در صورت مصرف به صورت مقدار

واحد باید از راه وریدی تزریق شوند). حداکثر مقدار مصرف دارو در بیماران سالخورده ۳g/day است این دارو در فیروز سیستمیک

همراه با عفونت ریوی ناشی از pseudomonas در بیماران با کلیه سالم به مقدار ۱۵۰mg/kg/day - ۱۰۰ در ۳ مقدار منقسم مصرف

می‌شود. به عنوان پیشگیری از عفونت در اعمال جراحی پروستات مقدار ۱ گرم قبل از القای بیهوشی مصرف می‌شود که در صورت

نیاز پس از برداشتن کاتتر تکرار می‌شود. این دارو در درمان عفونت‌های مجاری ادرار یا عفونت خفیف به مقدار ۱-۰/۵ گرم هر ۱۲

ساعت مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با سن تا ۲ ماه ۶۰mg/kg/day - ۲۵ در ۲ مقدار منقسم و در کودکان با سن بیش از ۲ ماه به

مقدار 100 mg/kg/day - 30 در 2 یا 3 مقدار منقسم مصرف می‌شود که این مقدار در کودکان مبتلا به مننژیت یا ضعف سیستم ایمنی یا در درمان فیروز سیستیک همراه با عفونت ریوی ناشی از پseudomonas تا مقدار 150 mg/kg/day (حداکثر 6 g/day) در 3 مقدار منقسم مصرف می‌شود. مقدار مصرف دارو در درمان عفونت‌های ادراری و عفونت‌های خفیف مانند بزرگسالان است اشکال دارویی

(For Injection: 500 mg , 1 g , 2 g) (aspentahydrate)

CEFTIZOXIME

موارد مصرف سفتی زوکسیم در درمان عفونت‌های مفصل و استخوان سوزاک ساده عفونت‌های داخل شکم مننژیت سپتی سمی باکتریایی عفونت‌های بافت نرم پوست و عفونت‌های باکتریایی مجرای ادراری مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو یک ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو $1/7$ - $1/4$ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا 30 ساعت افزایش یابد. موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌هاپنی سیلین‌ها و مشتقات آنها، پنی سیلامین یا بیماری پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه بیماری گوارشی بویژه کولیت اولسراتیو، آنتریت ناحیه‌ای و کولیت ناشی از آنتی بیوتیک این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است عوارض جانبی اسهال خفیف کرامپ‌های شکم تهوع یا استفراغ سردرد، کاندیدایازدهانی (رشد بیش از حد قارچ، کاندیدایازواژن (خارش و ترشح واژن و علائم مربوط به کولیت pseudomonas (کرامپ و درد شدید معده یا شکم اسهال شدید و آبکی و احتمالاً خونی و تب با مصرف سفالوسپورین‌ها گزارش شده است تداخل‌های دارویی اثر ضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با سفالوسپورین‌ها ممکن است افزایش یابد.

پروبنسید دفع سفالوسپورین‌ها از توبول‌های کلیوی را کاهش داده و لذا سبب افزایش غلظت سرمی سفالوسپورین‌ها و در نتیجه احتمال بروز مسمومیت می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود. ۲- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض یاد آوردن دارو را باید مصرف کرد. ولی اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد. ۳- مخلوط کردن سفتی زوکسیم با سایر داروها بویژه آمینو گلیکوزیدها در یک محلول توصیه نمی‌شود. مقدار مصرف

بزرگسالان در عفونت‌های ساده مجرای ادراری 500 میلی گرم هر 12 ساعت و برای سایر عفونت‌ها 2 - 1 گرم هر 12 - 8 ساعت از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود. در عفونت‌های مخاطره آمیز، 4 - 3 گرم هر 8 ساعت از راه وریدی تزریق می‌شود. در درمان سوزاک یک گرم به صورت دوز واحد تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در درمان عفونت‌های باکتریایی در کودکان با سن 6 ماه تا 12 سال 50 mg/kg هر 8 - 6 ساعت تزریق عضلانی یا

وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۵۰۰ mg, ۱g (as sodium

CEPHALEXIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از باکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت استخوان و مفاصل پنومونی باکتریایی عفونت‌های پوستی و بافت‌های نرم التهاب عفونی لوزه‌ها و عفونت‌های مجاری ادرار مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک ۹۵ درصد دارو از راه خوراکی جذب می‌شود و غلظت سرمی آن پس از یک ساعت به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو تقریباً ۱/۵ - ۰/۹ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۴۰ ساعت نیز افزایش یابد. ۸۰ درصد دارو از راه کلیه و از طریق ترشح توبولی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها پنی‌سیلین‌ها و مشتقات آنها یا پنی‌سیلامین یا بیماری پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ مثبت کاذب در آزمون کومبس یا قند ادرار شود.

۳- این دارو ممکن است سبب بروز کولیت پسودوممبران شود.

۴- در بیماران مبتلا به عیب کار

کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علایم حساسیت مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم کولیت پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان سفالوسپورین‌ها با آمینوگلیکوزیدها یا وانکومایسین احتمال بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. اثر ضدانعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- سوسپانسیون دارو پس از تهیه در صورت نگهداری در یخچال تا ۱۴ روز پایدار خواهد بود.

۲- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض بیاد آوردن دارو را باید مصرف کرد. ولی اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۳- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان سفالکسین به مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت یا ۵۰۰ میلی‌گرم هر ۱۲-۸ ساعت مصرف می‌شود که در درمان عفونت‌های شدید این مقدار تا ۱/۵ - ۱ گرم هر ۶-۸ ساعت قابل افزایش خواهد بود.

کودکان مقدار مصرف سفالکسین در کودکان با سن کمتر از یکسال ۱۲۵ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت در کودکان ۵-۱ سال ۱۲۵ میلی‌گرم هر ۸ ساعت و در کودکان ۱۲-۶ سال ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت می‌باشد.

اشکال دارویی

,Capsule or Coated Tablet: ۲۵۰ mg

Capsule or Scored Tablet: ۵۰۰ mg

For Oral Suspension: ۱۲۵mg / sachet, ۲۵۰ mg / sachet

For Oral Suspension: ۱۲۵mg / ۵ml, ۲۵۰ mg / ۵ml

CEPHALOTHIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از باکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل آندوکاردیت باکتریایی پنومونی باکتریایی سپتی سمی باکتریایی عفونت‌های پوستی و بافت‌های نرم و عفونت‌های مجاری ادرار و همچنین برای پیشگیری از عفونت قبل از اعمال جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۰/۵ ساعت بعد از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱-۰/۵ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۱۸ ساعت نیز افزایش یابد. ۷۰-۶۰ درصد از طریق کلیه و از راه ترشح توبولی دفع می‌شود. موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها یا پنی سیلین‌ها و مشتقات آنها، پنی سیلامین بیماری پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود سابقه حساسیت به پنی سیلین‌ها، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ مثبت کاذب در آزمون کومبس و قند ادرار شود.

۳- کاهش مقدار مصرف دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ضروری است

۴- این دارو ممکن است سبب بروز کولیت پسودوممبران شود.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علائم حساسیت مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به کولیت پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان سفالوسپورین‌ها با آمینو گلیکوزیدها، وانکومايسين یا آمفوتریسین خطر بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان دیورتیک‌های گروه لوپ با سفالوتین خطر بروز مسمومیت کلیوی ناشی از سفالوتین را افزایش می‌دهد. پروبنسید دفع سفالوسپورین‌ها از توبول‌های کلیوی را کاهش داده و لذا سبب افزایش غلظت سرمی سفالوسپورین‌ها و در نتیجه احتمال بروز مسمومیت می‌شود. اثر ضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با این داروها ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مخلوط کردن سفالوتین با سایر داروها (بوئزه آمینو گلیکوزیدها) در یک محلول توصیه نمی‌شود.

۲- در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض بیاد آوردن دارو را باید مصرف کرد. ولی اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی فرارسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش شده باید خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۳- در صورت بروز اسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در پنومونی و عفونت مجاری ادراری ۵۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود. در پیشگیری از عفونت پس از جراحی ۲ گرم ۰/۵ ساعت قبل از شروع جراحی ۲ گرم در طول جراحی و ۲ گرم هر ۶ ساعت پس از جراحی به مدت حداکثر ۴۸ ساعت از راه وریدی تزریق می‌شود. در سایر عفونت‌ها، ۵۰۰ میلی گرم تا ۲ گرم هر ۶-۴ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود.

کودکان در عفونت‌های باکتریایی ۲۶/۶mg/kg - ۱۳/۳ هر ۴ ساعت یا ۴۰mg/kg - ۲۰ هر ۶ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی

می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۱ g (as sodium

ANTILEPROTIC DRUGS

DAPSONE CLOFAZIMINE

سازمان بهداشت جهانی به منظور غلبه بر مشکل بروز مقاومت به داپسون و همچنین پیشگیری از مقاومت به سایر داروهای ضد جذام مصرف سه داروی داپسون ریفامپین و کلوفازیمین در درمان جذام چند باسیلی (لپروماتوز، بینابینی لپروماتوز و بینابینی را توصیه نموده‌است در این رژیم دارویی حاوی داروهای فوق مقدار مصرف ریفامپین ۶۰۰ میلی‌گرم یکبار در ماه (۴۵۰ میلی‌گرم در بزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم، مقدار مصرف داپسون ۵۰ mg/day یا ۱۰۰ mg/day یا ۲ mg/kg/day - ۱ برای بزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم و مقدار مصرف کلوفازیمین ۳۰۰ میلی‌گرم یکبار در ماه و با نظارت یا ۱۰۰ میلی‌گرم در روزهای متناوب به صورت خوددرمانی می‌باشد.

این نوع جذام باید حداقل به مدت ۲ سال و در صورت امکان تا زمانی که نمونه مورد آزمایش منفی شود، ادامه یابد. همچنین درمان باید بدون هر گونه تغییری در طول واکنش‌های تیپ II و II ادامه یابد.

در حین بروز واکنش‌های تیپ I، درد عصبی یا ضعف نشانه شروع سریع آسیب دائمی عصب خواهد بود. درمان با پردنیزولون در شروع ۶۰ mg/day - ۴۰) باید سریع؟ شروع شود. واکنش‌های خفیف تیپ II ممکن است به آسپیرین یا کلروکین پاسخ دهد.

در واکنش‌های شدید تیپ II ممکن است نیاز به کورتیکواستروئیدها وجود داشته باشد. افزایش مقادیر کلوفازیمین به میزان ۱۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز برای سه ماه اول و سپس کاهش مقدار مصرف این دارو نیز ممکن است مفید باشد، هر چند که درمان ممکن است ۴-۶ هفته به طول بیانجامد.

در درمان جذام بینابینی - توبرکولوئید، توبرکولوئید و نامعلوم رژیم درمانی حاوی دو دارو به شرح زیر به کار می‌رود:

ریفامپین ۶۰۰ میلی‌گرم یکبار در ماه به صورت تحت نظارت (۴۵۰ میلی‌گرم برای بیماران با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم . داپسون ۱۰۰ mg/day به صورت خوددرمانی (۵۰ mg/day یا ۲ mg/kg/day - ۱ برای بزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم . درمان این نوع جذام حداقل باید به مدت ۶ ماه ادامه یابد.

CLOFAZIMINE

موارد مصرف کلوفازیمین در درمان جذام به عنوان انتخاب دوم از جمله درمان جذام مقاوم به داپسون مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو اثربا کتری کش خود را بر روی مایکوباکتریوم به آهستگی و از طریق مهار رشد باکتری و اتصال به DNA اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک جذب این دارو پس از مصرف خوراکی متغیر است و با مصرف غذا افزایش می‌یابد. پس از جذب در بافت‌های چربی لنف صفرا و سایر بافت‌ها منتشر می‌شود. نیمه عمر این دارو پس از مصرف یک مقدار واحد حدود ۱۰ روز و با مصرف طولانی مدت و مقادیر زیاد حدود ۳-۲ ماه می‌باشد. اوج غلظت سرمی دارو پس از ۶-۱ ساعت (در مصرف طولانی مدت بدست می‌آید. دفع این

دارو از طریق کلیه و تا ۵۰ درصد به صورت تغییر نیافته از طریق مدفوع دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود عیب کارکبد یا کلیه و وجود سابقه ناراحتی‌های معدی - روده‌ای با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در صورت بروز درد مداوم شکم یا اسهال مصرف این دارو باید قطع شود.

۳- کلوفازیمین ممکن است سبب تغییررنگ لتهای تماسی نرم شود.

عوارض جانبی کلوفازیمین ممکن است سبب بروز خونریزی گوارشی مسمومیت معدی - روده‌ای هیپاتیت یا یرقان تغییررنگ پوست و افسردگی شود.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان با این دارو که ممکن است چند سال طول بکشد، باید کامل شود.

۲- دارو را باید هر روز در وقت معین مصرف نمود و حتی الامکان از فراموش کردن نوبتهای مصرف دارو خودداری کرد.

۳- کلوفازیمین ممکن است سبب بروز افسردگی و تمایل بیمار به خودکشی شود که این حالت معمولاً پس از تغییر رنگ برگشت پذیر پوست بروز می‌کند.

۴- احتمال حساس شدن پوست بیمار به نور وجود دارد. از اینرو باید از قرار گرفتن در معرض تابش مستقیم نور خورشید خودداری کرد.

۵- کلوفازیمین را باید با غذا یا شیر مصرف نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان این دارو در درمان جذام همراه با سایر داروهای ضد جذام به مقدار 100 mg/day - 50 میلی گرم یکبار در روز و در صورت وجود ضایعات پوستی 300 mg/day - 100 همراه با یک کورتیکواستروئید (پردنیزون $40-80\text{ mg/day}$) مصرف می‌شود. در مورد اخیر با تحت کنترل درآمدن واکنش‌های پوستی مصرف دارو باید به 100 mg/day کاهش یابد.

اشکال دارویی

Capsule: 50 mg , 100 mg

DAPSONE

موارد مصرف این دارو در درمان جذام و درماتیت تبخالی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: داپسون یک داروی باکتریواستاتیک است و احتمالاً در ساخت فولات تداخل می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی آهسته است و به محیط اسیدی نیاز دارد. پس از جذب در تمام بافتها و به ویژه کبد، عضلات کلیه‌ها و پوست یافت می‌شود. غلظت سرمی دارو ۶ - ۲ ساعت بعد از مصرف به اوج خود می‌رسد. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر داپسون ۵۰ - ۱۰ ساعت می‌باشد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است بخشی از طریق صفرا دفع و وارد چرخه روده‌ای - کبدی می‌شود.

هشدارها: در موارد وجود بیماری قلبی یاریوی کمبود $G6PD$ یا کم خونی با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی این دارو وابسته به مقدار مصرف می‌باشند و بامقادیری که برای درمان جذام مصرف می‌شود، بندرت بروز می‌نمایند. این عوارض عبارتند از همولیز، متهموگلوبینمی نوروپاتی درماتیت آلرژیک بی‌اشتهایی تهوع استفراغ سردرد، بیخوابی کم خونی هیپاتیت آگرانولوسیتوز، سندرم داپسون (ثورات جلدی همراه با تب و ائوزینوفیلی که در صورت بروز آن باید بلافاصله مصرف دارو را قطع کرد.

تداخل‌های دارویی ریفامپین غلظت پلاسمایی داپسون را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از آنجا که احتمال بروز مقاومت میکروبی به داپسون وجود دارد، مصرف همزمان این دارو با ریفامپین توصیه می‌شود.

۲- در صورت بروز واکنش‌های درماتیت مصرف دارو را باید قطع کرد.

۳- دوره درمان که ممکن است ۶ ماه تا

۳ سال یا بیشتر طول بکشد، باید کامل شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان جذام همراه با یک یا چند داروی ضد جذام 100mg/day - 50mg/day یکبار در روز یا $1/4\text{mg/kg/day}$ و در درمان درماتیت تبخالی شکل ابتدا 50mg/day مصرف می‌شود. اگر علائم درماتیت به‌طور کامل کنترل نشود، ممکن است مقدار مصرف تا 300mg/day افزایش یابد.

کودکان در درمان جذام همراه با یک یا چند داروی ضد جذام مقدار $1/4\text{mg/kg}$ یکبار در روز و در درمان درماتیت تبخالی شکل ابتدا 2mg/kg/day مصرف می‌شود که اگر علائم درماتیت به‌طور کامل کنترل نشود، مقدار مصرف ممکن است افزایش یابد.

اشکال دارویی

Tablet: 50mg

Double Scored Tablet: 100mg

CHLORAMPHENICOL

موارد مصرف کلرامفنیکل یک آنتی‌بیوتیک قوی و بالقوه سمی با طیف اثر گسترده است که باید برای درمان عفونت‌های مخاطره‌آمیز، به‌ویژه عفونت‌های ناشی از هموفیلوس انفلوآنزا و نیز درمان تب تیفوئید به کار رود. سمیت این دارو، آن را برای مصرف سیستمیک (به جز در موارد فوق محدود می‌سازد).

مکانیسم اثر: کلرامفنیکل یک آنتی‌بیوتیک باکتریواستاتیک است که از طریق پیوند برگشت‌ناپذیر با ریبوزوم باکتریایی بیوسنتز پروتئین را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و به‌سرعت از راه گوارش و پس از تزریق عضلانی جذب می‌شود و به‌طور گسترده در بافت‌های بدن توزیع می‌یابد. غلظت سرمی دارو ۱ ساعت پس از تزریق وریدی

و ۳-۱ ساعت بعد از مصرف خوراکی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو $3/5$ - $1/5$ ساعت است و در صورت عیب کار کبد ممکن است افزایش یابد. متابولیسم کلرامفنیکل کبدی و دفع آن عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به پورفیری و سابقه بروز واکنش‌های سمی و آلرژیک به آن نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- از درمان مکرر یا دراز مدت با این دارو باید خودداری کرد.

۲- مقدار مصرف دارو در صورت ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی باید کاهش داده شود.

۳- انجام آزمون شمارش سلول‌های خون قبل و در طول درمان با این دارو ضروری است

۴- این دارو ممکن است موجب بروز سندرم نوزاد خاکستری در نوزادان شود.

۵- این دارو ممکن است سبب بروز ضعف مغز استخوان آنمی آپلاستیک و سایر اختلالات خونی که وابسته به دوز هستند، گردد.

عوارض جانبی اختلالات خونی از جمله آنمی آپلاستیک به‌طور برگشت‌پذیر یا برگشت‌ناپذیر، نوریت محیطی نوریت بینایی اریتم مولتی فرم تهوع استفراغ اسهال التهاب دهان التهاب زبان پیدایش هموگلوبین در ادرار شبانه از عوارض گزارش شده این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی فنوباریتال و ریفامپین متابولیسم کلرامفنیکل را تسریع می‌کنند. کلرامفنیکل اثر داروی ضد انعقاد وارفارین و داروهای کاهنده قند خون گروه سولفونیل اوره را افزایش می‌دهد و موجب افزایش غلظت پلاسمایی فنی توئین و افزایش احتمال بروز مسمومیت با این دارومی گردد.

نکات قابل توصیه ۱ - دوره درمان دارو باید به اندازه‌ای باشد که ضمن درمان بیماری عوارض دارو بروز نکنند.

۲ - کلرامفنیکل خوراکی را بهتر است با یک لیوان آب با معده خالی (یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا) مصرف کرد.

۳ - به علت احتمال بروز اختلالات خونی توصیه می‌شود بیمار به‌طور منظم به پزشک مراجعه نماید.

مقدار مصرف

خوراکی و تزریقی

بزرگسالان مقدار مصرف کلرامفنیکل از راه خوراکی تزریق وریدی یا انفوزیون 50 mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم است که این مقدار استثنائی؟ در عفونت‌های شدید (مانند سپتی سمی و مننژیت ممکن است تادو برابر افزایش یابد، مشروط بر اینکه در اولین فرصت ممکن از نظر بالینی مقدار مصرف دارو کاهش داده شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان در درمان اپی گلویت ناشی از هموفیلوس و مننژیت چرک‌زا 100 mg/kg/day - 50 mg/kg/day در مقادیر منقسم است که باید در اولین فرصت ممکن از نظر بالینی کاهش داده شود. این دارو در نوزادان با سن کمتر از ۲ هفته 25 mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم و در کودکان با سن ۲ هفته تا یکسال 50 mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule or Tablet: ۲۵۰ mg

(For Injection : ۱g (as sodium succinate

(Suspension : ۱۵۰ mg/۵ml (as palmitate

CIPROFLOXACIN

موارد مصرف سیپروفلوکساسین در درمان عفونت‌های ناشی از باکتریهای گرم منفی شامل سالمونلا، شیگلا، کمپیلوباکتر، نیسریا و پسودوموناس مصرف می‌شود. این دارو دارای اثرات متوسط بر علیه باکتریهای گرم مثبت (شامل استرپتوکوکوس پنومونی و استرپتوکوکوس فکاليس می‌باشد. کاربرد اصلی دارو، در درمان عفونت‌های تنفسی به‌جز عفونت ناشی از استرپتوکوکوس پنومونیه، عفونت مجاری ادراری عفونت‌های دستگاه گوارش (از جمله تب تیفوئید)، سوزاک و سپتی سمی ناشی از میکروارگانیزم‌های حساس می‌باشد.

مکانیسم اثر: سیپروفلوکساسین از مشتقات فلوروکینولون‌ها، یک ترکیب باکتریسید است که از طریق مهار آنزیم DNA ژیراز، دوباره‌سازی ترجمه و ترمیم DNA باکتری را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود، اما جذب آن در حضور غذا به تاخیر می‌افتد. پس از جذب به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در کودکان و نوجوانان به دلیل خطر بروز آرتروپاتی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مصرف این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان صورت

گیرد:

بیماران مبتلا به کمبود G6PD، صرع یادارای سابقه صرع عیب کار کبد یا

کلیه

۲- مشتقات کینولون‌ها ممکن است موجب بروز تشنج در بیماران دارای سابقه تشنج یا سایر بیماران شوند.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ درد شکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال در خواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش اوره و کراتینین خون اختلالات گذرا در آنزیم‌های کبد و بیلی‌روبین درد عضلات و مفاصل اختلالات خونی و تغییر در غلظت پروترومین

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن است افزایش یابد. داروهای آنتی‌اسید و مواد جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. اثر وارفاین در صورت مصرف همزمان با سیپروفلوکساین افزایش می‌یابد. کینولون‌ها اثر ضد دیابت داروهای سولفونیل اوره یا سمیت کلیوی سیکلوسپورین را افزایش می‌دهند. جذب سیپروفلوکساین در صورت مصرف همزمان با املاح آهن کاهش می‌یابد. سیپروفلوکساین غلظت پلاسمایی تئوفیلین را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو باید با مقدار کافی آب مصرف شود و در طول درمان نیز بیمار باید به اندازه کافی مایعات بنوشد. همچنین از قلیایی کردن بیش از حد ادرار باید پرهیز کرد، چرا که خطر بروز پیدایش کریستال در ادرار با این دارو وجود دارد.

۲- در طول مدت مصرف این دارو در انجام کارهایی که به مهارت نیاز دارند (به‌ویژه رانندگی)، باید احتیاط کرد.

۳- این دارو را باید با معده خالی مصرف کرد.

۴- در صورت بروز هرگونه واکنش روانی نورولوژیک یا حساسیت مفرط با مصرف اولین مقدار مصرف دارو، مصرف آن را باید قطع کرد.

مقدار مصرف

خوراکی

در بزرگسالان و کودکان با سن بیش از

۱۲ سال در درمان عفونت‌های مجاری تنفسی ۷۵۰-۲۵۰ میلی گرم دو بار در

روز، در درمان عفونت‌های مجاری ادرار ۵۰۰-۲۵۰ میلی گرم دو بار در روز

(۱۰۰ میلی گرم دوبار در روز به مدت

۳ روز در سیستمیت حاد در زنان، در

درمان سوزاک ۲۵۰ میلی گرم به صورت مقدار واحد در صورت وجود عفونت مقاوم ۵۰۰ میلی گرم در درمان

عفونت پسودومونایی مجاری تنفسی تحتانی در فیروز سیستمیک ۷۵۰ میلی گرم دو بار در روز و در سایر عفونت‌ها

۷۵۰-۵۰۰ میلی گرم دو بار در روز مصرف می‌شود.

تزریقی

مقدار ۴۰۰-۲۰۰ میلی گرم دوبار، در طول ۶۰-۳۰ دقیقه (در عفونت پسودومونایی مجاری تنفسی تحتانی ۴۰۰ میلی گرم دوبار در

روز) انفوزیون وریدی می‌شود. این مقدار در درمان عفونت‌های مجاری ادرار ۱۰۰ میلی گرم دو بار در روز و در درمان سوزاک ۱۰۰

میلی گرم یکبار در روز می‌باشد.

اشکال دارویی

(Film Coated Tablet: ۲۵۰ mg, ۵۰۰ mg (asHCl

(Infusion: ۲۰۰ mg/۱۰۰ ml (as lactate

CLINDAMYCIN

موارد مصرف کلیندامایسین به دلیل عوارض جانبی جدی آن موارد مصرف محدودی دارد. این دارو در درمان عفونت‌های استافیلوکوکی استخوان مفاصل و پریتونیت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلیندامایسین یک آنتی‌بیوتیک باکتریواستاتیک است و مانع بیوسنتز پروتئین توسط باکتری می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و به سرعت از دستگاه گوارش جذب می‌شود و غذا بر روی جذب آن بی‌تأثیر است کلیندامایسین پس از جذب به طور گسترده در بافتها و مایعات بدن به ویژه استخوانها، صفرا و ادرار منتشر می‌شود. غلظت سرمی دارو تقریباً ۱ ساعت بعد از مصرف خوراکی و تا ۳ ساعت بعد از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۳ - ۲/۴ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه یا کبد ممکن است افزایش یابد. دفع دارو عمدتاً کلیوی است و بخشی از دارو از طریق مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیمار به اسهال این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت بروز اسهال یا علائم کولیت باید مصرف این دارو را بلافاصله قطع کرد. همچنین در صورت ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- پیگیری کار کبد و کلیه در طول درمان دراز مدت با این دارو و نیز در طول درمان کودکان ضروری است

عوارض جانبی اسهال (که در صورت بروز آن باید مصرف دارو را قطع کرد)، احساس ناراحتی در شکم تهوع استفراغ کولیت ناشی از آنتی‌بیوتیک بثورات جلدی یرقان و تغییر در پاسخ آزمونهای کبدی کاهش نوتروفیل‌های خونی ائوزینوفیلی آگرانولوسیتوز و کاهش پلاکتهای خون بعد از مصرف کلیندامایسین گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی کلیندامایسین اثر داروهای شل کننده عضلانی غیردپولاریزان را افزایش می‌دهد. این دارو نسبت به اثرات داروهای نئوستیگمین و پیرییدوستیگمین اثر آنتاگونیستی دارد. مصرف همزمان این دارو با اریترومایسین و کلرامفنیکل توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه کپسول دارو باید همراه با غذا یا یک لیوان آب بلعیده شود تا موجب تحریک مری نشود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار مصرف کلیندامایسین از راه خوراکی ۳۰۰ - ۱۵۰ میلی‌گرم هر

۶ ساعت و در عفونت‌های شدید تا ۴۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف کلیندامایسین از راه خوراکی در کودکان ۶-۳ mg/kg هر ۶ ساعت می‌باشد.

تزریقی

بزرگسالان کلیندامایسین از راه تزریق عمیق عضلانی یا انفوزیون وریدی به مقدار ۲/۷ - ۰/۶ (در ۴ - ۲ مقدار منقسم مصرف

می‌شود که این مقدار در عفونت‌های مخاطره‌آمیز تا ۴/۸ mg/day نیز افزایش می‌یابد. مقادیر مصرف در یک نوبت بیش از ۶۰۰

میلی‌گرم باید فقط از راه انفوزیون وریدی تزریق شوند که در این صورت نیز مقدار مصرف نباید از ۱/۲ گرم تجاوز کند.

کودکان این دارو از راه تزریق عضلانی یا وریدی در کودکان با سن بیش از یک ماه ۴۰ - ۱۵ mg/kg/day در ۴ - ۳ مقدار

منقسم مصرف می‌باشد که این مقدار در عفونت‌های شدید تا ۳۰۰ mg/day (بدون در نظر گرفتن وزن بیمار) ممکن است

افزایش یابد.

اشکال دارویی

(Capsule : ۱۵۰ mg (as HCl

(Suspension : ۷۵mg/۵ml (as palmitate

(Injection : ۱۵۰ mg/ml (as phosphate

CO-TRIMOXAZOLE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی انتخابی در درمان پنومونی ناشی از پنوموسیسیس تیس کارینی و نیز درمان توکسوپلاسموز و نوکاردیاز و تشدید حاد برونشیت مزمن مصرف می‌شود. همچنین کوتریموکسازول در درمان عفونت‌های مجاری ادرار و عفونت گوش میانی ناشی از میکروارگانیزم‌های حساس در کودکان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها به‌طور رقابتی یک آنزیم باکتریایی را که مسئول داخل کردن اسید پاراآمینوبنزوئیک در ساختمان اسید دی‌هیدروفولیک است مهار می‌کنند. تری‌متوپریم با اتصال به آنزیم دی‌هیدروفولات ردوکتاز باکتری آن را به‌طور قابل برگشت مهار می‌نماید.

فارماکوکینتیک سولفامتوکسازول به‌آهستگی و تقریباً به‌طور کامل از راه خوراکی جذب می‌شود. تری‌متوپریم نیز بخوبی از راه دستگاه گوارش جذب می‌شود. هر دو دارو به‌طور گسترده در بافتها منتشر می‌شوند. دفع هر دو دارو عمدتاً کلیوی است نیمه عمر سولفامتوکسازول ۱۲ - ۶ ساعت و نیمه‌عمر تری‌متوپریم ۱۰ - ۸ ساعت است

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- کوتریموکسازول در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه یا کبد، اختلالات خونی کمبود G6PD و در سالخوردگان باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در طول درمان درازمدت با کوتریموکسازول انجام آزمون شمارش سلولهای خون به‌طور منظم توصیه می‌شود.

۳- مصرف این دارو در نوزادان با سن کمتر از ۶ هفته توصیه نمی‌شود (مگر در پیشگیری یا درمان پنومونی ناشی از پنوموسیسیس تیس

عوارض جانبی تهوع استفراغ بثورات جلدی (از جمله سندرم استیونس جانسون نکرولیزسمی اپیدرم و حساسیت به نور که در این موارد باید مصرف دارو را فوراً قطع کرد)، اختلالات خونی (شامل کاهش نوتروفیلها و پلاکت‌های خون ترومبوسیتوپنی بندرت آگرانولوسیتوز و پورپورا که در این موارد باید مصرف دارو را فوراً قطع کرد) و بندرت واکنش‌های آلرژیک اسهال التهاب‌زبان استوماتیت بی‌اشتهایی درد مفاصل درد عضلات با مصرف این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان کوتریموکسازول با تیوپنتال وارفارین و داروهای ضد دیابت گروه سولفونیل اوره اثر این داروها افزایش می‌یابد. در صورت مصرف همزمان این دارو با فنی‌توئین پیریمتامین و متوترکسات اثر ضد فولات این داروها افزایش می‌یابد. خطر بروز سمیت کلیوی ناشی از سیکلوسپورین در صورت مصرف همزمان با کوتریموکسازول افزایش می‌یابد. اثر این دارو توسط پتاسیم آمینوبنزوات (PABA) کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در طول مصرف این دارو بیمار باید مایعات به اندازه کافی دریافت کند.

۲- احتمال بروز واکنش‌های حساسیت به نور در بیماران وجود دارد. بیمار باید از قرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب خودداری کند.

۳- در صورت بروز سرگیجه باید احتیاط کرد.

۴- در صورت بروز اختلالات خونی یا بثورات جلدی باید بلافاصله مصرف دارو را قطع کرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به صورت خوراکی ۲ قرص هر ۱۲ ساعت است که در عفونتهای شدید تا ۳ قرص هر ۱۲ ساعت افزایش می‌یابد. در صورتی که طول درمان بیش از ۱۴ روز باشد، این مقدار یک قرص هر ۱۲ ساعت می‌باشد. کوتریموکسازول در درمان پنومونی ناشی از پنوموسیس تیس کارینی به مقدار 120 mg/kg/day در ۴-۲ دوز منقسم به مدت ۱۴ روز مصرف می‌شود. کودکان به صورت خوراکی هر ۱۲ ساعت در کودکان با سن ۶ هفته تا ۵ ماه یک قرص کودکان در کودکان ۶ ماه تا ۵ سال ۲ قرص کودکان و در کودکان ۱۲-۶ سال ۳ قرص کودکان مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان مقدار مصرف کوتریموکسازول از راه انفوزیون وریدی ۹۶۰ میلی‌گرم (حاوی ۸۰۰ میلی‌گرم سولفامتوکسازول و ۱۶۰ میلی‌گرم تری‌متوپریم هر ۱۲ ساعت می‌باشد که این مقدار در عفونتهای شدید تا $1/44$ گرم هر ۱۲ ساعت افزایش می‌یابد. کوتریموکسازول در درمان پنومونی ناشی از پنوموسیس تیس کارینی از راه خوراکی یا انفوزیون وریدی به مقدار 120 mg/kg/day در ۴-۲ مقدار منقسم برای ۱۴ روز مصرف می‌شود. کودکان کوتریموکسازول از راه انفوزیون وریدی در کودکان به مقدار 36 mg/kg/day در ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود که در عفونتهای شدید این مقدار به 54 mg/kg/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

For Infusion: (Sulfamethoxazole 400 mg + Trimethoprim 80 mg) / 5 ml

Pediatric Tablet: Sulfamethoxazole 100 mg + Trimethoprim 20 mg

Suspension: (Sulfamethoxazole 200 mg + Trimethoprim 40 mg) / 5 ml

Tablet: Sulfamethoxazole 400 mg + Trimethoprim 80 mg

ERYTHROMYCIN

موارد مصرف اریترومایسین به عنوان جایگزین پنی‌سیلین‌ها در بیمارانی که به این داروها حساسیت مفرط دارند، مصرف می‌شود. همچنین اریترومایسین در درمان آنتریت ناشی از کامپیلوباکتر، پنومونی بیماری لژیونر، سیفلیس التهاب غیر گنوکوکی پیشابراه التهاب مزمن پروستات آکنه و لگاریس و برای پیشگیری از دیفتری و سیاه سرفه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اریترومایسین یک آنتی‌بیوتیک ماکرولید باکتریواستاتیک باطیف اثر ضد باکتری شبیه به پنی‌سیلین‌هاست این دارو از طریق پیوند با ریبوزوم‌های باکتریایی مانع بیوسنتز پروتئین‌های موجود در باکتری و توقف رشد آن می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود، اما در برابر اسید معده ناپایدار است فراهمی زیستی این دارو بسته به نوع استر آن ۶۵-۳۰ درصد است پس از جذب به طور گسترده در بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. متابولیسم آن کبدی و دفع آن نیز عمدتاً از طریق ترشح در صفرا است اوج غلظت سرمی اریترومایسین بسته به نوع استر آن ۴-۲ ساعت پس از مصرف خوراکی حاصل می‌شود. نیمه عمر این دارو ۲-۱/۵ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۵ ساعت نیز افزایش یابد.

هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی تاکی کاردی بطنی و پورفیری با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ احساس ناراحتی در شکم اسهال کهیر، بثورات جلدی و سایر واکنش‌های آلرژیک کاهش برگشت پذیر قدرت شنوایی در صورت مصرف مقادیر زیاد دارو، یرقان انسدادی و عوارض قلبی با مصرف این دارو گزارش شده‌اند. تداخل‌های دارویی غلظت سرمی دیسوپیرامید در صورت مصرف همزمان با اریترومايسين افزایش می‌یابد و ممکن است موجب بروز مسمومیت و آریتمی شود. اثر وارفارین در صورت مصرف همزمان با اریترومايسين ممکن است افزایش یابد. اریترومايسين متابولسم کاربامازین بروموکریپتین تئوفیلین و سیکلوسپورین را مهار می‌کند و ممکن است موجب افزایش غلظت سرمی این داروها گردد. اریترومايسين متابولسم ترفنادین را نیز مهار می‌کند و خطر بروز آریتمی در بیمار را افزایش می‌دهد (از مصرف همزمان این دو دارو باید خودداری کرد). اثر دیگوکسین بر قلب در صورت مصرف همزمان با اریترومايسين ممکن است افزایش یابد. غلظت سرمی اریترومايسين توسط سایمتیدین افزایش می‌یابد و این موضوع احتمال بروز عوارض جانبی و مسمومیت به ویژه ناشنوایی ناشی از اریترومايسين را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه اریترومايسين و مشتقات خوراکی آن را بهتر است با معده خالی مصرف کرد. اما در صورت بروز تحریک گوارشی می‌توان دارو را با غذا مصرف نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه خوراکی در بزرگسالان و کودکان با سن بیش از ۸ سال ۵۰۰-۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت یا ۱-۰/۵ گرم هر ۱۲ ساعت و حداکثر تا ۴g/day در عفونتهای شدید می‌باشد. مقدار مصرف اریترومايسين در درمان مراحل اولیه سیفلیس ۵۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت برای مدت ۲۱-۱۴ روز می‌باشد.

کودکان این دارو در کودکان با سن کمتر از ۲ سال به مقدار ۱۲۵ میلی گرم هر ۶ ساعت و در کودکان ۸-۲ سال به مقدار ۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. مقدار مصرف در عفونتهای شدید ممکن است تا دو برابر افزایش یابد.

تزریقی در عفونتهای شدید، در بزرگسالان و کودکان ۵۰mg/kg/day از راه انفوزیون مداوم وریدی یا در مقادیر منقسم هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. در عفونتهای خفیف ۲۵mg/kg/day انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

(Film Coated Tablet : ۲۰۰mg, ۴۰۰mg (as Ethylsuccinate

(For Suspension : ۲۰۰mg/ ۵ml (as Ethylsuccinate

(For Injection : ۱g (as lactobionate

FURAZOLIDONE

موارد مصرف فورازولیدون در درمان

وبا، اسهال باکتریایی (ناشی از ارگانسیم‌های حساس از جمله گونه‌های سالمونلا، شیگلا، استافیلوکوک اش‌ریشیاکلی گونه‌های پروتئوس کامپیلوباکتر و انتروباکتر) و ژیا‌ردیاز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو در کار چندین آنزیم باکتریایی تداخل می‌کند. فورازولیدون فلور میکروبی روده را برهم نمی‌زند و موجب رشد قارچها نیز نمی‌شود. این دارو آنزیم مونوآمین اکسیداز را نیز مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی خوب است دفع دارو عمدتاً کلیوی است و مقداری نیز در مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نوزادان با سن کمتر از یک ماه نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به کمبود **G6PD** باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی فورازولیدون ممکن است موجب بروز آنمی همولیتیک خفیف و برگشت پذیر در بیماران مبتلا به کمبود **G6PD** شود که در این صورت مصرف دارو باید قطع شود. همچنین واکنش‌های حساسیت مفرط (شامل تب خارش دردمفاصل بثورات جلدی یا قرمزی پوست کاهش گلبولهای سفید خون اختلالات گوارشی (درد شکم اسهال تهوع و استفراغ و سردرد با مصرف این دارو گزارش شده‌اند.

نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش تحریک گوارشی می‌توان این دارو را با غذا مصرف نمود.

۲- در طول مصرف این دارو، از مصرف فرآورده‌های حاوی الکل باید خودداری کرد.

۳- در طول مصرف این دارو و تا دو هفته بعد از قطع مصرف آن از مصرف غذاهای حاوی تیرامین و آمین‌های محرک داروهای کاهنده اشتها، قرص سرماخوردگی و داروهای ضد سرفه مگر با تجویز پزشک باید پرهیز کرد.
مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو ۱۰۰ میلی‌گرم چهار بار در روز برای ۷-۵ روز (در درمان ژیاوردیاز ۱۰-۷ روز) است

کودکان مقدار مصرف فورازولیدون در کودکان با سن بیش از یک ماه $1/25\text{mg/kg}$ چهار بار در روز برای ۷-۵ روز (در درمان ژیاوردیاز 2mg/kg - $1/25$ چهار بار در روز برای ۱۰-۷ روز) می‌باشد.

اشکال دارویی

Suspension: ۵۰ mg / ۱۵ml

Tablet: ۱۰۰mg

METRONIDAZOLE

موارد مصرف مترونیدازول در درمان عفونت‌های بیهوازی (از جمله عفونت‌های دندان و عفونت‌های تک یاخته‌ای مصرف می‌شود. این دارو در درمان واژینوز باکتریایی ناشی از هموفیلوس یا گاردنلا یا کورینه باکتریوم واژینیت غیر اختصاصی و واژینوز بیهوازی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مترونیدازول پس از جذب توسط میکروارگانیسم‌ها احیا و به یک ترکیب سمی تبدیل می‌شود که با پیوند یافتن به DNA موجب توقف ساخت آن و مرگ سلول می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به خوبی جذب می‌شود و در اغلب مایعات و ترشحات بدن منتشر می‌شود. غلظت سرمی دارو ۱-۲ ساعت پس از مصرف خوراکی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر مترونیدازول در بزرگسالان ۱۲-۶ ساعت است که در صورت عیب کار کبد به ۲۹-۱۰ ساعت افزایش می‌یابد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است و تا ۱۵ درصد از دارو ممکن است از راه مدفوع دفع شود. حدود ۲۰٪ از دارو بعد از مصرف واژینال به صورت سیستمیک جذب می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد و آنسفالوپاتی کبدی مصرف این دارو باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

عوارض جانبی تهوع استفراغ طعم بددهان زبری زبان اختلالات گوارشی بثورات جلدی کهیر و آتزیوادم بندرت خواب‌آلودگی سردرد، سرگیجه آتاکسی تیره شدن ادرار، خارش درد هنگام آمیزش ترشحات غلیظ سفیدرنگ از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اثر وارفارین در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است افزایش یابد. مترونیدازول متابولیسم فنی توئین را مهار می‌کنند و غلظت پلاسمایی این دارو را افزایش می‌دهند. فنوباریتال متابولیسم مترونیدازول را افزایش و غلظت پلاسمایی آن را کاهش می‌دهد. مترونیدازول متابولیسم فلوئورواوراسیل را مهار می‌کند و احتمال مسمومیت با این دارو را افزایش می‌دهد. همچنین

مسمومیت با لیتیم با مصرف همزمان مترونیدازول گزارش شده است

واکنش شبه دی سولفیرام با مصرف همزمان مترونیدازول و فرآورده‌های حاوی الکل ممکن است بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱- پیگیری وضعیت بالینی و آزمایشگاهی بیمار در صورتی که طول دوره درمان از ۱۰ روز تجاوز کند، توصیه می‌شود.

۲- در صورت بروز تحریک گوارشی مترونیدازول را می‌توان با غذا مصرف کرد.

۳- مترونیدازول تزریقی فقط باید به صورت انفوزیون آهسته وریدی مصرف شود که در این صورت انفوزیون محلولها یا سرم‌های دیگر باید قطع شود.

۴- شستن دستها قبل و بعد از استعمال واژینال دارو توصیه می‌شود. همچنین رعایت اصول بهداشتی برای جلوگیری از بروز مجدد عفونت ضروری است

۵- در صورت بروز حساسیت یا تحریک مصرف دارو باید قطع شود.

۶- در صورت مصرف شکل واژینال این دارو در درمان تریکوموناز، استفاده از کاندوم به منظور پیشگیری از بروز مجدد عفونت ضروری است ممکن است به‌طور همزمان مردان نیز به مصرف این دارو نیاز داشته باشند.

۷- در صورت بروز سرگیجه یا منگی با مصرف شکل واژینال دارو باید احتیاط نمود.

۸- در طول مصرف شکل واژینال این دارو، به منظور پیشگیری از عفونت متقاطع عفونت مجدد یا رقیق شدن دوزدارو، باید از مقاربت جنسی خودداری نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری سیستمیک در عفونتهای بیهوازی مقدار $7/5 \text{mg/kg}$ حداکثر تا یک گرم هر ۶ ساعت به مدت ۷ روز یا بیشتر مصرف می‌شود. در التهاب روده ۵۰۰ میلی گرم چهار بار در روز، در کولیت ناشی از آنتی بیوتیک ۵۰۰ میلی گرم ۳-۴ بار در روز، در گاستریت و زخم دوازدهه ناشی از هلیکوباکتریلوری به عنوان درمان کمکی ۵۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز به همراه سایر آنتی بیوتیکهای خوراکی و در درمان واژینوز باکتریایی ۵۰۰ میلی گرم ۲ بار در روز برای ۷ روز مصرف می‌شود. به عنوان ضد تک یاخته در آمیبیاز

۷۰۰-۵۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز برای

۱۰-۷ روز، در بالانتیدیوز ۷۵۰ میلی گرم

۳ بار در روز برای ۵ یا ۶ روز، در ژیاوردیاز ۲ گرم یکبار در روز برای ۳ روز یا

۲۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز به مدت

۷-۵ روز و در درمان تریکوموناز ۲ گرم به صورت مقدار واحد، یک گرم ۲ بار در روز به مدت یک روز یا ۲۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز به مدت ۷ روز مصرف می‌شود.

کودکان به عنوان ضد باکتری در عفونتهای بیهوازی $7/5 \text{mg/kg}$ هر ۶ ساعت یا 10mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود. به عنوان ضد تک یاخته در درمان آمیبیاز $16/7 \text{mg/kg}$ - $11/6$ ، سه بار در روز به مدت ۱۰ روز، در بالانتیدیوز $16/7 \text{mg/kg}$ - $11/6$ سه بار

در روز به مدت ۵ روز، در ژیاوردیاز 5mg/kg سه بار در روز به مدت ۷-۵ روز و در درمان تریکوموناز 5mg/kg سه بار در روز به مدت ۷ روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان ضد باکتری سیستمیک در عفونتهای بی‌هوای ابتدا 15mg/kg و سپس 7.5mg/kg تا حداکثر یک گرم هر ۶ ساعت به مدت ۷ روز یا بیشتر آنفوزیون وریدی می‌شود. برای پیشگیری از عفونت در اعمال جراحی 15mg/kg یک‌ساعت قبل از شروع جراحی و 7.5mg/kg و ۱۲ ساعت پس از مقدار اولیه آنفوزیون وریدی می‌شود. به‌عنوان ضد تک یاخته در درمان آمیبیاز، $750 - 500$ میلی‌گرم هر ۸ ساعت به مدت ۱۰ - ۵ روز آنفوزیون وریدی می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد باکتری سیستمیک در عفونتهای بی‌هوای در نوزادان نارس 15mg/kg به‌عنوان مقدار اولیه و سپس 7.5mg/kg هر ۱۲ ساعت ۴۸ ساعت پس از مقدار مصرف اولیه آنفوزیون وریدی می‌شود. در نوزادان کامل 1.5mg/kg به‌عنوان مقدار شروع و سپس 7.5mg/kg هر ۱۲ ساعت ۲۴ ساعت پس از مقدار مصرف اولیه آنفوزیون وریدی می‌شود. در نوزادان با سن ۷ روز و بزرگتر، مقدار 15mg/kg به‌عنوان

مقدار شروع و سپس 7.5mg/kg هر ۶ ساعت از راه آنفوزیون وریدی مصرف می‌شود.

واژینال

در واژینوز باکتریایی یا تریکوموناز، 500mg هر شب به مدت ۱۰ یا ۱۲ روز متوالی از راه واژینال مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion : $500\text{mg} / 100\text{ml}$

Tablet: 250mg

(Oral Suspension: $125\text{mg} / 5\text{ml}$ as Benzoate

Ovule: 500mg

Vaginal Tablet: 500mg

NALIDIXIC ACID

موارد مصرف اسید نالیدیکسیک در

درمان عفونتهای مجاری ادرار مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید نالیدیکسیک از مشتقات کینولون‌هاست که از طریق مهار ساخت DNA باکتریایی اثر خود را اعمال می‌کند. مقاومت به این دارو در طول درمان به سرعت بروز می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی سریع و تقریباً کامل است این دارو متابولیت‌های فعال آن در اغلب بافتهای بدن به‌ویژه در کلیه و در ادرار منتشر می‌شوند. اوج غلظت سرمی دارو ۲ - ۱ ساعت پس از مصرف حاصل می‌شود. نیمه‌عمر سرمی دارو $2/5 - 1/1$ ساعت است که در بیماران سالخورده تا $11/5$ ساعت و در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه تا ۲۱ ساعت ممکن است افزایش یابد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به پورفیری یا سابقه ابتلا به اختلالات تشنجی و همچنین در کودکان با سن کمتر از ۳ ماه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - این دارو در بیماران مبتلا به کمبود G6PD باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ - در طول مصرف این دارو بیمار باید از قرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب پرهیز کند.

۳ - در طول درمان با این دارو در صورتی که مدت درمان از ۲ هفته بیشتر شود، انجام آزمونهای شمارش سلولهای خون و کارکبد توصیه می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ درد شکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال در خواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش اوره و کراتینین خون اختلالات گذرا در آنزیم‌های کبد و بیلی‌روبین درد عضلات و مفاصل اختلالات خونی (شامل ائوزینوفیلی کاهش پلاکت‌های خون کاهش گلبول‌های سفید خون و تغییر در غلظت پروترومبین).

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن است افزایش یابد. آنتی‌اسیدها و مواد جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. اثر وارفارین در صورت مصرف همزمان با اسیدنالی‌دیکسیک ممکن است افزایش یابد. کینولون‌ها اثر ضد دیابت داروهای سولفونیل اوره را افزایش می‌دهند. سمیت کلیوی سیکلوسپورین توسط این دارو افزایش می‌یابد. سمیت ملفلان در صورت مصرف همزمان با این دارو افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - بیمار باید از قرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب خودداری کند.

۲ - در صورت بروز تاری دید یا هرگونه اختلال در بینایی سرگیجه یا خواب‌آلودگی باید احتیاط کرد.

۳ - این دارو موجب بروز پاسخ مثبت کاذب در آزمون گلوکز ادرار با استفاده از مواد احیا کننده می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱ گرم هر ۶ ساعت برای ۷ روز مصرف می‌شود که این مقدار در درمان عفونت‌های مزمن به ۵۰۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت کاهش می‌یابد.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۳ ماه حداکثر تا ۵۰ mg/kg/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود که این مقدار در درمان دراز مدت به ۳۰ mg/kg/day کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Suspension: ۶۰ mg/ml

Tablet: ۵۰۰ mg

NITROFURANTOIN

موارد مصرف نیتروفوران‌توئین در درمان عفونت‌های مجاری ادرار مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد نیتروفوران‌توئین با دخالت در کار آنزیم‌های باکتریایی بسته به غلظت باعث توقف رشد یا مرگ باکتری شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو متغیر است فراهمی زیستی آن در حضور غذا افزایش می‌یابد. غلظت دارو در ادرار و کلیه‌ها زیاد و در سرم خیلی کم است نیمه عمر این دارو ۱ - ۰/۳ ساعت است این دارو عمدتاً از راه کلیوی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در عیب کار کلیه نوزادان با سن کمتر از ۳ ماه کمبود G6PD و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

کم خونی دیابت عدم تعادل الکترولیت‌ها، کمبود ویتامین B و فولات بیماری ریوی و عیب کار کبد و نوروپاتی محیطی یا استعداد ابتلای به آن

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ و اسهال واکنش‌های حاد و مزمن ریوی و نوروپاتی محیطی از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی آنتی‌اسیدها و مواد جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. مصرف همزمان نیتروفوران‌توئین با پروبنسید، به دلیل کاهش دفع توبولی ممکن است سبب بروز مسمومیت بانیتروفوران‌توئین شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو ممکن است موجب پاسخ مثبت کاذب در آزمون گلوگزاردار شود.

۲- رنگ ادرار بیمار ممکن است به زرد تا قهوه‌ای تغییر کند.

۳- بهتر است این دارو با غذا یا شیر مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان نیتروفوران‌توئین در درمان عفونت‌های حاد بدون عواقب ۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت برای ۷ روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف دارو در درمان عفونت مزمن شدید و عود کننده ۱۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت برای ۷ روز است که در صورت بروز تهوع شدید مقدار مصرف را باید کاهش داد یا مصرف آن را قطع کرد. مقدار مصرف نیتروفوران‌توئین برای پیشگیری از عفونت ادراری ۱۰ - ۵ میلی گرم در شب می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان با سن بیش از ۳ ماه در درمان عفونت‌های حاد بدون عواقب ۳mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم و در پیشگیری از عفونت‌های ادراری ۱mg/kg در شب می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱۰۰mg

Suspension: ۲۵mg/۵ml

OFLOXACIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های مجاری ادرار، مجاری تنفسی تحتانی پوست و بافت‌های نرم سوزاک بدون عواقب و التهاب غیر گونو کوی آلت تناسلی و گردن رحم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اوفلوکساسین از مشتقات فلوروکینولون‌ها و یک ترکیب باکتریسیداست که از طریق مهار آنزیم DNA ژیراز دوباره‌سازی ترجمه و ترمیم DNA باکتری را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود، اما جذب آن در حضور غذا به تاخیر می‌افتد. پس از جذب به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در کودکان و نوجوانان و نیز بیماران مبتلا به صرع یادارای سابقه ابتلا به صرع و بیماران با سابقه آلرژی به این دارو و ترکیبات مشابه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان صورت گیرد: سابقه بیماری روانی ابتلای بیمار به دیابت G6PD، عیب کار کبد یا کلیه

۲- مشتقات کینولون‌ها ممکن است موجب بروز تشنج در بیماران دارای سابقه تشنج یا سایر بیماران شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ درد شکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال در خواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش اوره و کراتینین خون اختلالات گذرا در آنزیم‌های کبد و بیلی روبین درد عضلات و مفاصل اختلالات خونی و تغییر در غلظت پروترومبین

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن است افزایش یابد. داروهای آنتی‌اسید و مواد جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. کینولون‌ها اثر ضد دیابت داروهای سولفونیل اوره وارفارین و بروموکریپتین را افزایش می‌دهند. سمیت کلیوی سیکلوسپورین توسط این دارو افزایش می‌یابد. جذب اوفلوکساسین در صورت مصرف همزمان با املاح آهن کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار باید از قرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب خودداری کند.

۲- این دارو باید با مقدار کافی آب مصرف شود و در طول درمان نیز بیمار باید مایعات کافی بنوشد. همچنین از قلیایی کردن بیش از حد ادرار باید پرهیز کرد، چرا که خطر بروز کریستالوری با این دارو وجود دارد.

۳- در طول مدت مصرف این دارو در انجام کارهایی که به مهارت نیاز دارند، (به ویژه رانندگی باید احتیاط کرد.

۴- این دارو را باید با معده خالی مصرف کرد.

۵- در صورت بروز هر گونه واکنش روانی نورولوژیک یا حساسیت مفرط به مصرف اولین دوز دارو، مصرف آن را باید قطع کرد. مقدار مصرف اوفلوکساسین در درمان عفونت‌های مجاری ادرار به مقدار $400-200 \text{ mg/day}$ ترجیح؟ هر روز صبح مصرف می‌شود که این مقدار در صورت لزوم در عفونت‌های مجاری فوقانی ادرار تا 400 میلی گرم دو بار در روز افزایش می‌یابد. مقدار مصرف این دارو در درمان عفونت‌های مجاری تنفسی تحتانی 400 mg/day ترجیح؟ هر روز صبح می‌باشد که این مقدار در صورت لزوم تا 400 میلی گرم دو بار در روز قابل افزایش خواهد بود. این دارو به مقدار 400 میلی گرم دو بار در روز در درمان عفونت‌های پوست و بافت‌های نرم مصرف می‌شود. اوفلوکساسین در درمان سوزاک بدون عواقب 400 میلی گرم در یک نوبت مصرف می‌شود. این مقدار در درمان التهاب غیر گونو کوکی آلت تناسلی و گردن رحم 400 میلی گرم یکبار در روز یا در مقادیر منقسم می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: 100 mg , 200 mg

NAFCILLIN SODIUM

موارد مصرف نفسیلین در درمان عفونت‌های ناشی از گونه‌های استافیلوکوکسی که پنی‌سیلیناز تولید می‌کنند، مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو $1-0.5$ ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو $1/5-0.5$ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه تا 2 ساعت نیز ممکن است افزایش یابد. پیوند این دارو به پروتئین‌های پلاسما زیاد می‌باشد. $70-60$ درصد دارو نیز در کبد متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران دارای سابقه آلرژی و بیماران مبتلا به عیب کار کلیه و سابقه بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت وابسته به آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم شوک آنافیلاکتیک در بیماران که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با سایر داروهای سمی برای کبد، احتمال بروز مسمومیت کبدی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان پنی‌سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- مخلوط کردن این دارو با آمینوگلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۲- در صورت بروز اسهال بدون مشورت با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید خودداری نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونت‌های استخوان و مفصل اندو کاردیت باکتریایی مننژیت باکتریایی و یریکاردیت باکتریایی $2-1/5$ گرم هر $4-6$ ساعت از راه وریدی تزریق می‌شود. در درمان سایر عفونت‌ها، از راه عضلانی 500 میلی گرم هر $6-4$ ساعت و از راه وریدی $1/5-0.5$ گرم هر 4 ساعت (بر مبنای نفسیلین تزریق می‌گردد).

کودکان در درمان مننژیت باکتریایی در نوزادان با وزن تا ۲ کیلوگرم 50 mg/kg - ۲۵ هر ۱۲ ساعت در هفته اول زندگی و سپس 50 mg/kg هر ۸ ساعت زندگی و در نوزادان با وزن ۲ کیلوگرم و بیشتر 50 mg/kg هر ۸ ساعت در هفته اول زندگی و سپس 50 mg/kg هر ۶ ساعت از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌گردد. در درمان سایر عفونتها، در نوزادان از راه عضلانی 10 mg/kg (بر مبنای نفسیلین هر ۱۲ ساعت و از راه وریدی 20 mg/kg - ۱۰ (بر مبنای نفسیلین هر ۴ ساعت تزریق می‌شود. در شیرخواران و کودکان 25 mg/kg (بر مبنای نفسیلین هر ۱۲ ساعت از راه عضلانی و 20 mg/kg - ۱۰ (بر مبنای نفسیلین هر ۴ ساعت از راه وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰mg

PENICILLIN ۶.۳.۳

موارد مصرف این دارو در درمان عفونتهای باکتریایی حساس به پنی‌سیلین مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی سه مشتق پنی‌سیلین می‌باشد، پنی‌سیلین G پتاسیم با شروع اثر نسبتاً سریع پنی‌سیلین G پروکائین با شروع اثر متوسط (حدود ۴ ساعت و پنی‌سیلین G بنزاتین با شروع اثر کند (حدود ۲۴ ساعت). موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود سابقه آلرژی به پنی‌سیلین‌ها، نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا

به عیب کار کلیه و سابقه بیماریهای گوارشی بویژه کولیت ناشی از آنتی‌بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود. عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم شوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پنی‌سیلین G پتاسیم با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های حاوی پتاسیم ممکن است موجب افزایش غلظت خونی پتاسیم شود. مصرف همزمان مدرهای نگهدارنده پتاسیم و مکملهای پتاسیمی با پنی‌سیلین G پتاسیم تزریقی سبب افزایش تجمع پتاسیم گرم می‌شود. مصرف همزمان پنی‌سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه به کاهش مقدار مصرف دارو نیازی نیست مگر اینکه عیب کار کلیه شدید باشد.

۲- این دارو باید به صورت تزریق عمیق عضلانی مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در عفونتهای شدید و حاد، محتوای یک ویال از راه عضلانی تزریق می‌شود. در عفونتهای مزمن دارای عواقب هر ۴ یا ۵ روز یکبار، محتوای یک ویال از راه عضلانی تزریق می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان با سن بیشتر از ۵ سال معادل ۱,۲۰۰,۰۰۰ - ۳۰۰,۰۰۰ واحد می‌باشد.

اشکال دارویی

For Injection: Benzathine Penicillin G ۶۰۰,۰۰۰ IU + Potassium Penicillin G ۳۰۰,۰۰۰ IU + Procaine

Penicillin G ۳۰۰,۰۰۰ IU

PENICILLIN G

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب عفونی لوزه‌ها، التهاب گوش میانی بادرخ آندوکاردیت استرپتوکوکی منتزیت مننگو کوکی پنومونی و در پیشگیری از عفونت پس از قطع اندامهای حرکتی مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژی به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه و سابقه بیماریهای گوارشی بویژه کولیت ناشی از آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم و شوک آنافیلاکتیک در بیماران که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پنی‌سیلین G پتاسیم با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های حاوی پتاسیم ممکن است موجب افزایش غلظت خونی پتاسیم شود. مصرف همزمان مدرهای نگهدارنده پتاسیم و مکملهای پتاسیمی با پنی‌سیلین G پتاسیم تزریقی سبب افزایش تجمع پتاسیم گرم می‌شود. مصرف همزمان پنی‌سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از مصرف این دارو و سایر پنی‌سیلین‌ها باید سابقه آلرژی و حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها و اریترومایسین مشخص شود.

۲- دوره درمان با این دارو، به‌ویژه در درمان عفونت‌های استرپتوکوکی باید کامل شود.

۳- مخلوط کردن پنی‌سیلین‌ها با آمینو گلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۴- در صورت بروز اسهال بدون مشورت با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان این دارو به صورت تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یا انفوزیون وریدی مصرف می‌شود. مقدار مصرف آن u/day ۵,۰۰۰,۰۰۰ - ۱,۰۰۰,۰۰۰ هر ۶-۴ ساعت می‌باشد.

کودکان در منتزیت باکتریایی در نوزادان باوزن تا ۲ کیلوگرم u/kg ۵۰,۰۰۰ - ۲۵,۰۰۰ هر ۱۲ ساعت در طول هفته اول زندگی و

سپس u/kg ۵۰,۰۰۰ هر ۸ ساعت و در نوزادان باوزن ۲ کیلوگرم و بیشتر u/kg ۵۰,۰۰۰ هر ۸ ساعت در طول هفته اول زندگی و

سپس u/kg ۵۰,۰۰۰ هر ۶ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود. در سیفلیس مادرزادی u/kg ۵۰,۰۰۰ هر ۱۲ ساعت برای هفته

اول زندگی و سپس u/kg ۵۰,۰۰۰ هر ۸ ساعت برای ۱۴ - ۱۰ روز بعدی از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود. در درمان

سایر عفونت‌ها در نوزادان u/kg ۳۰,۰۰۰ هر ۱۲ ساعت و در شیرخواران و کودکان u/kg ۱۶۶۶۷ - ۸۳۳۳ هر ۴ ساعت تزریق عضلانی یا

وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

:For Injection

(۱,۰۰۰,۰۰۰ units, ۵,۰۰۰,۰۰۰ units) as potassium

: For Injection

(۵,۰۰۰,۰۰۰ units) as sodium

PENICILLIN G BENZATHINE

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های باکتریایی حساس به

پنی سیلین از جمله بیماری یاز، التهاب

حلق و سیفلیس و به عنوان پیشگیری

از ابتلا به تب روماتیسمی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به آهستگی در محل تزریق (عضلانی آزاد و پس از هیدرولیز به پنی سیلین G تبدیل می‌شود و در نتیجه غلظت سرمی مطلوب اگرچه کمتر، اما به مدت طولانی تری نسبت به سایر پنی سیلین‌های تزریقی ایجاد می‌کند. اوج غلظت سرمی دارو پس از ۲۴ ساعت ایجاد خواهد شد.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژیک به پنی سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه و سابقه بیماری‌های گوارش بویژه کولیت ناشی از آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم و شوک آنافیلاکتیک در بیماران که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پنی سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو فقط

باید از راه تزریق عمیق عضلانی مصرف شود و نباید از راه وریدی داخل

شریان یا زیرجلدی یا نزدیک عصب تزریق شود.

۲- تزریق پنی سیلین G بنزاتین باید به صورت آهسته و پیوسته انجام شود تا سوزن مسدود نشود.

۳- مخلوط کردن پنی سیلین‌ها و آمینو گلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۴- در صورت بروز اسهال بدون مشورت با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید خودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونت‌های باکتریایی ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت و در پیشگیری مداوم از ابتلا به عفونت‌های استرپتوکوکی در بیماران با سابقه روماتیسم قلبی مقدار ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحد هر ۴-۳ هفته به صورت عضلانی تزریق می‌شود. در درمان سیفلیس (اولیه ثانویه و تأخیری، مقدار ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت و در سیفلیس مرحله سوم و نورو سیفلیس مقدار ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحد هفته‌ای یکبار به مدت ۳ هفته تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در فارنژیت گروه A (استرپتوکوکی در شیرخواران و کودکان با وزن تا ۲۷/۳ کیلوگرم مقدار

۶۰۰،۰۰۰ - ۳۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت و در کودکان با وزن بیش از ۲۷/۳ کیلوگرم مقدار ۹۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت

تزریق عضلانی می‌شود. در پیشگیری از تب روماتیسمی ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحد هر ۲ یا ۳ هفته و در درمان سیفلیس اولیه و

ثانویه ۵۰،۰۰۰ u/kg به صورت مقدار واحد تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

:For Injection

۶۰۰،۰۰۰ units , ۱،۲۰۰،۰۰۰ units

PENICILLIN G**PROCAINE**

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های حساس به پنی‌سیلین (به‌ویژه دیفتری و نورو سیفلیس مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک این دارو به آهستگی در محل تزریق (عضلانی آزاد می‌شود و طی ۴ ساعت حداکثر غلظت خونی بدست می‌آید و پس از ۲۰-۱۵ ساعت به آهستگی غلظت آن کاهش می‌یابد.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه و سابقه بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت ناشی از آنتی‌بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم و شوک آنافیلاکتیک در بیماران که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توجه ۱- این دارو فقط باید از راه تزریق عمیق عضلانی مصرف شده و نباید از راه وریدی داخل شریان یا نزدیک عصب تزریق شود.

۲- بعضی از بیماران ممکن است دچار عارضه سمی حاد ناشی از واکنش به پروکائین شوند، به‌ویژه هنگامی که دارو را در مقادیر زیاد در یک نوبت دریافت دارند. این واکنش‌ها که معمولاً گذرا هستند، با علائمی نظیر اضطراب اغتشاش شعور، آشفته‌گی افسردگی حملات تشنجی توهم و هذیان و ترس از مرگ زودرس مشخص می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونت‌های باکتریایی ۱،۲۰۰،۰۰۰ - ۶۰۰،۰۰۰ واحد در روز، در درمان دیفتری

۶۰۰،۰۰۰ - ۳۰۰،۰۰۰ واحد در روز همراه با آنتی‌توکسین دیفتری و در درمان نورو سیفلیس ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحد در روز همراه با ۵۰۰ میلی‌گرم پروبنسید خوراکی ۴ بار در روز، به مدت ۱۴ - ۱۰ روز تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در درمان سیفلیس مادرزادی ۵۰،۰۰۰ u/kg/day برای ۱۴ - ۱۰ روز تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۴۰۰،۰۰۰ U (Penicillin GPotassium ۱۰۰،۰۰۰ U + Penicillin GProcaine ۳۰۰،۰۰۰U

(For Injection: ۸۰۰،۰۰۰U (Penicillin GPotassium ۲۰۰،۰۰۰u + Penicillim GProcaine ۶۰۰،۰۰۰U

PENICILLIN V POTASSIUM

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب عفونی لوزه‌ها، التهاب گوش میانی بادرخ و برای پیشگیری از ابتلا به تب‌روماتیسمی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ۷۳ - ۶۰ درصد دارو از راه خوراکی جذب می‌شود و پس از ۱ - ۰/۵ ساعت غلظت سرمی آن به اوج می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱ - ۰/۵ ساعت است که

در صورت عیب کار کلیه تا ۴ ساعت افزایش می‌یابد. پیوند این دارو به

پروتئین ۸۰٪ می‌باشد. ۴۰ - ۲۰٪ دارو از طریق ادرار به صورت تغییر نیافته دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود سابقه بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت وابسته به آنتی بیوتیک و عیب کار کلیه این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم و شوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان

این دارو با داروهای خوراکی جلوگیری کننده از بارداری حاوی استروژن ممکن است جذب این داروها را کاهش دهد و منجر به بارداری ناخواسته شود. مصرف همزمان پنی سیلین‌ها بامتوترکسات منجر به کاهش کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه به کاهش مقدار مصرف دارو نیازی نیست مگر اینکه عیب کار کلیه شدید باشد.

۲- در صورت بروز اسهال بدون مشورت با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری نمود.
مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو

۵۰۰-۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت یکبار و حداقل ۳۰ دقیقه قبل از غذا می‌باشد.

کودکان در کودکان تا سن یک سالگی ۶۲/۵ میلی گرم در کودکان با سن ۵-۱۲ سال ۱۲۵ میلی گرم و در کودکان با سن ۱۲-۶ سال ۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت یکبار مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet: ۵۰۰mg

For Oral Solution: ۱۲۵mg / ۵ml, ۲۵۰mg / ۵ml

PIPERACILLIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از پسودوموناس آئروژینوزا مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو

۰/۵ ساعت پس از تزریق عضلانی به

اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱/۲ - ۰/۶ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه

تا ۳ ساعت نیز ممکن است افزایش

یابد. ۸۰-۶۰ درصد دارو به صورت تغییر نیافته از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه آلرژی به پنی سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا

به عیب کار کلیه فیروز سیستمیک و

سابقه بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت پسودوممبران ناشی از آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم و شوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچار حساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این دارو گزارش شده است همچنین با مصرف این دارو کاهش پتاسیم خون و تغییر در عملکرد پلاکت‌ها

ممکن است بروز کند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان مقادیر زیاد این دارو با

داروهای ضد انعقاد کومارینی یا اینداندیونی هپارین و داروهای

ضد التهاب غیراستروئیدی احتمال بروز خونریزی ممکن است افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ترومبولیتیک توصیه

نمی‌شود، زیرا احتمال بروز خونریزی شدید ممکن است افزایش یابد. مصرف همزمان پنی سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش

کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در تزریق عضلانی پیراسیلین نباید بیش از ۲ گرم از دارو در یک محل تزریق شود.

۲- بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ممکن است به کاهش مقدار مصرف نیاز داشته باشند.

۳- در صورت بروز اسهال بدون مشورت با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید خودداری نمود.

۴- مخلوط کردن پنی سیلین‌ها و آمینو گلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری ۴ - ۳ گرم از دارو هر ۶ - ۴ ساعت از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود. در درمان مننژیت

باکتریایی ۴ گرم هر ۴ ساعت از راه وریدی و در درمان عفونت مجاری ادراری ۴ - ۳ گرم هر ۸ - ۶ ساعت از راه وریدی تزریق

می‌شود.

کودکان در درمان مننژیت باکتریایی در نوزادان با وزن تا ۲ کیلوگرم 50mg/kg هر ۱۲ ساعت در هفته اول زندگی و

سپس 50mg/kg هر ۸ ساعت و در نوزادان با وزن ۲ کیلوگرم و بیشتر، 50mg/kg هر ۸ ساعت در طول هفته اول زندگی و سپس

50mg/kg هر ۶ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی می‌گردد.

اشکال دارویی

(For Injection : ۱g, ۲g (as Sodium

SPECTINOMYCIN

موارد مصرف این دارو در درمان سوزاک ناشی از گونوکوکوسی مقاوم به پنی سیلین یا درمان سوزاک در بیماران حساس

به پنی سیلین‌ها مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این آنتی بیوتیک بر علیه ارگانسیم‌های گرم منفی از جمله نیسریا گونوره مؤثر است اسپکتینومایسین بیوستتر پروتئین را

در باکتری مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو پس

از تزریق عضلانی سریع است و اوج

غلظت سرمی آن ۲ - ۱ ساعت پس از

تزریق ۴ - ۲ گرم از دارو حاصل

می‌شود. نیمه عمر اسپکتینومایسین

۳ - ۱ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۳۰ - ۱۰ ساعت

افزایش یابد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

عوارض جانبی تهوع سرگیجه کهیر و تب با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی احتمال بروز مسمومیت با لیتیم در صورت مصرف همزمان دو دارو افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف اسپیکتینومایسین از راه تزریق عضلانی ۲ گرم به صورت مقدار مصرف واحد می‌باشد که این مقدار در مواردی که بیماری به سختی به درمان پاسخ می‌دهد و نیز در مناطقی که مقاومت باکتری شایع است تا ۴ گرم افزایش می‌یابد.

کودکان مقدار مصرف دارو در کودکان با سن بیش از دو سال در صورتی که درمان با داروی دیگری امکان نداشته باشد،

۴۰ mg/kg است

اشکال دارویی

(For Injection: ۲g (as ۲HCl

SPIRAMYCIN

موارد مصرف اسپیرامایسین با اثرات مشابه اریترومایسین در درمان عفونت‌های حساس به دارو مصرف می‌شود. این دارو در درمان

عفونت‌های تک یاخته‌ای ناشی از کریپتوسپوریدیوم و توکسوپلاسما نیز مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی ناقص است ولی در حضور غذا تغییر نمی‌کند. پس از جذب به طور گسترده در

بافت‌های بدن منتشر می‌شود. نیمه عمر دارو ۸ - ۵/۵ ساعت است اسپیرامایسین در کبد متابولیزه و به متابولیت‌های فعال تبدیل می‌شود.

دفع دارو عمدتاً از طریق صفرا است

موارد منع مصرف در درمان منتزیت نباید مصرف شود.

هشدارها: احتمال بروز عفونت ثانویه ناشی از رشد میکروارگانیزم‌های غیر حساس با مصرف طولانی مدت دارو وجود دارد.

عوارض جانبی بروز اختلالات گوارشی و واکنش‌های پوستی ناشی از حساسیت مفرط به دارو گزارش شده‌اند.

نکات قابل توصیه ۱ - بهتر است دارو با معده خالی مصرف شود.

۲ - دوره درمان با دارو باید کامل

شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری مقدار

۱ - ۲ گرم دو بار در روز مصرف می‌شود که در عفونت‌های شدید این مقدار به

۲/۵ - ۲ گرم دو بار در روز افزایش

می‌یابد.

کودکان به عنوان ضد باکتری مقدار مصرف دارو در کودکان با وزن ۲۰ کیلوگرم و بیشتر ۲۵ mg/kg دو بار در روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰ mg

SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفادiazین یک آنتی‌بیوتیک از دسته سولفونامیدها

است سولفونامیدها در درمان شانکروئید، عفونت‌های کلامیدیایی کونژوکتیویت مالاریا، نوکاردیازیس اوتیت گوش میانی

توکسوپلاسموز، تراخم عفونت‌های دستگاه ادراری لنفوگرانولوما ونروم پاراکوکسیدایومیکوز و پیشگیری مننژیت و تب رماتیسمی مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها بدلیل

شباهت ساختمانی با پارآمینوبنزوئیک‌اسید (PABA) به صورت رقابتی آنزیم‌دی‌هیدروپتروآت سنتتاز باکتری را که مسئول تبدیل کردن PABA به اسیددی‌هیدروفولیک است مهار می‌کنند.

این امر در نهایت منجر به وقفه

در ساخت پورین‌ها، تیمیدین و DNA می‌گردد.

فارماکوکینتیک همه سولفونامیدها جذب‌خوراکی خوبی (بیشتر از ۷۰٪) دارند. متابولیسم آنها کبدی است نیمه عمر سولفادیازین تقریباً ۱۰ ساعت است که در صورت وجود عیب کار کلیه به حدود ۳۴ ساعت افزایش می‌یابد. دفع دارو عمدتاً کلیوی است غلظت سرمی دارو پس از ۶-۳ ساعت به حداکثر می‌رسد.

موارد منع مصرف در صورت وجود حساسیت به سولفونامیدها، فوروسماید، مدرهای تیازیدی سولفونیل‌ها اوره‌ها یا مهارکننده‌های کربنیک انیدراز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- بدلیل حلالیت کم دارو در آب و احتمال بروز کریستال در ادرار، مصرف سولفادیازین برای درمان عفونت‌های ادراری توصیه نمی‌شود.

۲- بین سولفونامیدها حساسیت متقاطع وجود دارد و چنانچه بیماری به یک سولفونامید حساسیت آلرژیک نشان دهد، ممکن است به سایر سولفونامیدها نیز حساس باشد.

۳- در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود: دیسکرازی خونی یا کم‌خونی مگالوبلاستیک ناشی از کمبود فولات کمبود G6PD، عیب کار کبد و کلیه و پورفیری

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی جلدی و حساسیت به نور از عوارض شایع سولفادیازین هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سولفادیازین با داروهای ضد انعقاد کومارینی ضد صرع هیدانتوئینی داروهای خوراکی ضد دیابت داروهای همولیتیک داروهای سمی برای کبد و متوترکسات ممکن است سبب تشدید اثرات این داروها شود.

نکات قابل توصیه ۱- هنگام مصرف این دارو باید به مقدار کافی مایعات مصرف نمود تا میزان دفع ادرار در روز برای یک فرد بزرگسال حداقل ۱۲۰۰ میلی لیتر باشد.

۲- بیماران با عیب کار کلیه ممکن

است به کاهش مقدار مصرف نیاز داشته باشند.

۳- سولفونامیدها نباید در نوزادان با سن کمتر از ۲ ماه مصرف شود.

۴- دوره درمان با این داروها باید کامل شود.

۵- مراجعه منظم به پزشک به منظور بررسی و انجام آزمون شمارش تام خون ضروری است

۶- در صورت بروز سرگیجه باید احتیاط شود.

۷- احتمال بروز واکنش‌های حساسیت به نور با این داروها وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان داروی ضد باکتری یا ضد انگل مقدار شروع ۴-۲ گرم است که سپس مقدار یک گرم هر ۶-۴ ساعت مصرف می‌شود. برای پیشگیری از مننژیت یک گرم هر ۱۲ ساعت به مدت دوز مصرف می‌شود. برای پیشگیری از تب رماتیسمی یک

گرم یکبار در روز مصرف می‌شود. در درمان توکسوپلاسموز در بیماران مبتلا به

ایدز ۲-۱ گرم هر ۶ ساعت همراه

با $100 - 50 \text{ mg/day}$ پیریمتامین و $25 - 10 \text{ mg/day}$ لوکوورین مصرف می‌شود. در درمان توکسوپلاسموز در خانم‌های باردار یک گرم سولفادیازین هر ۶ ساعت همراه با 25 mg/day پیریمتامین بعد از هفته شانزدهم بارداری مصرف می‌شود. همراه با این رژیم درمانی

15 mg/day - ۵ لوکورین مصرف می‌شود.

کودکان: در کودکان با سن بیش از ۲ ماه به‌عنوان داروی ضد باکتری یا ضد انگل ابتدا 75 mg/kg مصرف می‌شود و سپس $37/5 \text{ mg/kg}$ هر ۶ ساعت یا 25 mg/kg

هر ۴ ساعت مصرف می‌شود. در درمان توکسوپلاسموز 50 mg/kg سولفادیازین همراه با 2 mg/kg/day پیریمتامین به مدت ۲ روز مصرف می‌شود. سپس مقدار پیریمتامین به 1 mg/kg/day به مدت ۶ - ۲ ماه و سپس 1 mg/kg/day سه بار در هفته کاهش می‌یابد. همراه با این رژیم درمانی 5 mg/day لوکورین ۳ بار در هفته مصرف می‌شود. این دارو باید به مدت ۱۲ ماه مصرف شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه در کودکان نباید بیشتر از ۶ گرم باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

TETRACYCLINES

DOXYCYCLINE

TETRACYCLINE

تتراسیکلین‌ها آنتی‌بیوتیک‌های باکتریواستاتیک با طیف اثر گسترده هستند که امروزه به دلیل افزایش مقاومت میکروبی مصرف آنها کاهش یافته است

با این وجود، این داروها همچنان درمان انتخابی عفونتهای ناشی از کلامیدیا (عامل بیماریهای تراخم پستیاکوز، سالپتریت اورتریت و لنفوگرانولوماونروم، ریکتتیا (عامل تب Q)، میکوپلاسما (عامل عفونتهای مجاری تنفسی و تناسلی، بروسلا و بورلیابور گدورفری اسپروکت عامل بیماری Lyme) می‌باشند. تتراسیکلین‌ها به دلیل اثر بر هموفیلوس آنفلوانزا در برونشیت مزمن و همچنین در درمان آکنه و بیماری دهان و دندان نیز مصرف می‌شوند.

از نظر طیف اثر تفاوت زیادی بین تتراسیکلین‌های موجود در بازار دارویی نیست تتراسیکلین‌ها در استخوان و دندان در حال رشد رسوب می‌کنند (به کلسیم پیوند می‌یابند) و موجب رنگی شدن دندانها و گاه هیپوپلازی لثه می‌شوند. به همین دلیل مصرف تتراسیکلین‌ها در کودکان باسن کمتر از ۱۲ سال و زنان باردار ممنوع است به استثنای دوکسی سیکلین سایر تتراسیکلین‌های موجود در بازار دارویی ایران ممکن است موجب بدتر شدن عیب کار کلیه در بیماران مبتلا به این عارضه گردند و به همین دلیل مصرف این داروها در بیماران مبتلا- به بیماری کلیوی ممنوع است جذب خوراکی تتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمان با شیر (به جز دوکسی سیکلین، آنتی‌اسیدها و املاح کلسیم نیزیم و آهن کاهش می‌یابد. مکانیسم اثر تتراسیکلین‌ها جلوگیری از ساخت پروتئین از طریق ممانعت از پیوند tRNA به کمپلکس mRNA- ریبوزوم است

DOXYCYCLINE

موارد مصرف این دارو در درمان برونشیت مزمن عفونتهای ناشی از بروسلا، کلامیدیا، میکوپلاسما و ریکتزیا و نیز در درمان آکنه و لگاریس و افوزیون پلورال ناشی از سیروز یا بیماریهای بدخیم مصرف می شود. دوکسی سیکلین در درمان التهاب مزمن پروستات و سینوس نیز به کار می رود.

فارماکوکینتیک ۱۰۰ - ۹۰ درصد دارو از راه خوراکی جذب می شود و غذا بر جذب دارو تأثیری ندارد. غلظت سرمی دارو ۴ - ۲ ساعت پس از مصرف به اوج خود می رسد. پس از جذب دارو در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می شد. نیمه عمر دارو ۲۲ - ۱۲ ساعت است و در صورت عیب کار کلیه تغییر چندانی نخواهد کرد. دفع دارو عمدتاً کلیوی است اما از راه صفرا نیز دفع می شود.

موارد منع مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال و ابتلای بیمار به لوپوس اریتماتوز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو بندرت ممکن است موجب بروز حساسیت به نور شود.

۲- دوکسی سیکلین در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانویه ناشی از میکروارگانیزمهای مقاوم و بندرت واکنشهای آلرژیک با مصرف این دارو گزارش شده است سردرد و اختلالات بینایی ممکن است نشانه افزایش فشار داخل جمجمه باشند.

تداخلهای دارویی مصرف همزمان این دارو با آنتیاسیدها جذب آن را کاهش می دهد. جذب خوراکی املاح آهن و تتراسیکلینها در صورت مصرف همزمان دو دارو کاهش می یابد. سوکرافات جذب خوراکی تتراسیکلینها را کاهش می دهد. تتراسیکلینها در صورت مصرف همزمان با داروهای خوراکی جلوگیری کننده از بارداری اثر این داروها را ممکن است کاهش دهند. متابولیسم دوکسی سیکلین در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد صرع (کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پیریمیدون ممکن است افزایش و در نتیجه غلظت سرمی این دارو کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت ناراحتی گوارشی دوکسی سیکلین را می توان با غذا یا شیر مصرف کرد.

۲- بیمار نباید به مدت طولانی در معرض نور آفتاب یا لامپهای دارای اشعه ماوراء بنفش قرار گیرد.

۳- کپسول دوکسی سیکلین را باید به طور کامل با مقدار زیادی آب همراه با غذا در حال نشسته یا ایستاده بلعید و به مدت حداقل ۳۰ دقیقه پس از مصرف از دراز کشیدن خودداری نمود.

۴- از مصرف همزمان داروی آنتی اسید، مکملهای حاوی کلسیم و آهن ملینهای حاوی منیزیم و سدیم بی کربنات طی ۳ - ۱ ساعت پس از مصرف تتراسیکلینها باید خودداری نمود.

۵- در صورت بروز سرگیجه یا منگی باید احتیاط نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در روز اول درمان ۲۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت و سپس روزانه ۱۰۰ میلی گرم مصرف می شود. در درمان آکنه روزانه ۵۰ میلی گرم به مدت ۱۲ - ۶ روز یا بیشتر مصرف می شود.

کودکان در کودکان با وزن ۴۵ کیلوگرم و کمتر، روز اول ۲/۲ mg/kg هر ۱۲ ساعت و سپس ۴/۴ mg/kg - ۲/۲ یکبار در روز مصرف می شود.

اشکال دارویی

(Film Coated Tablet: ۱۰۰ mg (as Hyclate

TETRACYCLINE HCl

موارد مصرف این دارو در درمان تشدید برونشیت مزمن عفونتهای ناشی از بروسلا، کلامیدیا، میکوپلازما و ریکتزیا و نیز در درمان آکنه و لگاریس و افوزیون پلورال ناشی از سیروز یا بیماریهای بدخیم مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ۷۵ درصد دارو از راه خوراکی جذب می‌شود که این مقدار در حضور غذا کاهش می‌یابد. غلظت سرمی دارو ۲-۳ روز پس از مصرف به حد درمانی می‌رسد. پس از جذب بخوبی در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. دفع دارو عمدتاً کلیوی است اما از راه صفرا نیز دفع می‌شود. نیمه عمر دارو

۱۱-۶ ساعت است که در بیماران آنوریک ممکن است تا ۱۰۰ ساعت نیز افزایش یابد.

موارد منع مصرف دارو در صورت وجود عیب کار کلیه و در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو بندرت ممکن است موجب بروز حساسیت به نور شود.

۲- مصرف تتراسیکلین موضعی ممکن است باعث حساس شدن پوست و بروز حساسیت به دارو در صورت مصرف موضعی یا سیستمیک آن در دفعات بعدی شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانویه ناشی از میکروارگانسیم‌های مقاوم و بندرت واکنش‌های آلرژیک با مصرف این دارو گزارش شده است سردرد و اختلالات بینایی ممکن است نشانه افزایش فشار داخل جمجمه باشند. همچنین درد، قرمزی تورم یا سایر علائم تحریک با مصرف موضعی این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با آنتی‌اسیدها جذب آن را کاهش می‌دهد. جذب خوراکی املاح آهن و تتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمان دو دارو کاهش می‌یابد. سوکرات‌ها جذب خوراکی تتراسیکلین‌ها را کاهش می‌دهد. تتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمان با داروهای خوراکی جلوگیری کننده از بارداری اثر این داروها را ممکن است کاهش دهند. نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان تراخم با این دارو ممکن است چند ماه طول بکشد. مصرف همزمان تتراسیکلین خوراکی در صورت شدید بودن عفونت ممکن است ضروری باشد.

۲- از مصرف همزمان داروهای آنتی‌اسید، مکمل‌های حاوی کلسیم و آهن ملین‌های حاوی منیزیم و سدیم بی‌کربنات شیر و لبنیات طی ۳-۱ ساعت پس از مصرف این دارو باید خودداری شود.

۳- بیمار نباید به مدت طولانی در معرض نور آفتاب یا لامپهای دارای اشعه ماوراءبنفش قرار گیرد.

۴- دوره درمان با این دارو باید کامل

شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه خوراکی ۵۰۰-۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت می‌باشد. در درمان آکنه این دارو به مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز به مدت ۴-۱ هفته مصرف می‌شود و سپس این مقدار به ۲ بار در روز کاهش و تا بهبودی ادامه می‌یابد. در صورتی که پاسخ درمانی لازم دیده نشود، افزایش مقدار مصرف ممکن است ضروری باشد. تتراسیکلین به مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز برای ۱۵ روز در درمان مراحل اولیه سیفلیس مصرف می‌شود. مقدار مصرف تتراسیکلین در درمان اورتریت غیر گونوکوکی ۵۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز برای ۲۱-۷ روز می‌باشد. به صورت موضعی یک یا دو بار در روز استفاده می‌شود.

کودکان به صورت موضعی یک یا دو بار در روز بر روی موضع مالیده می‌شود. به عنوان ضد باکتری در کودکان با سن ۸ سال و بیشتر، مقدار ۱۲/۵mg/kg - ۶/۱۵ هر ۶ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵۰mg

Topical Ointment: ۳٪

VANCOMYCIN

موارد مصرف وانکومایسین در موارد محدودی از جمله در پیشگیری و درمان آندوکاردیت و سایر عفونت‌های جدی ناشی از کوکسی‌های گرم مثبت (مانند استافیلوکوک مقاوم به پنی‌سیلین‌ها) مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: وانکومایسین علیه باکتری‌های گرم مثبت هوازی و بی‌هوازی مؤثر است این آنتی‌بیوتیک با اثر بر روی ساخت دیواره سلولی بر روی اغلب باکتری‌ها اثر باکتری‌سید دارد.

فارماکوکینتیک وانکومایسین پس از انفوزیون بطور گسترده در بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود. از آنجا که اثر دارو نسبتاً طولانی مدت است می‌توان آن را هر ۱۲ ساعت مصرف نمود. نیمه عمر دارو در بزرگسالان ۴-۱۱ ساعت است که در صورت عیب کار کلیه ممکن است به ۶-۱۰ روز برسد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه اختلالات شنوایی از مصرف این دارو باید خودداری گردد.

هشدارها: ۱- انفوزیون سریع این داروها باخطر واکنش‌های آنافیلاکتیک همراه است و باید از آن اجتناب کرد.

۲- محل تزریق دارو در هر بار انفوزیون باید تغییر داده شود.

۳- مصرف این دارو در بیماران مبتلا به نارسایی کلیه و در سالخوردگان باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۴- آزمون‌های شمارش سلولهای خون آنالیز ادرار و سنجش کار کلیه در طول درمان با این دارو ضروری است آزمون سنجش شنوایی در طول مصرف این دارو در بیماران سالخورده یا مبتلا به عیب کار کلیه باید انجام شود.

عوارض جانبی مسمومیت کلیوی شامل نارسایی کلیه و نفريت بين سلولی مسمومیت گوشه اختلال‌های خونی شامل کاهش نوتروفیل‌های خون و بندرت آگرانولوسیتوز، کاهش پلاکت‌های خونی تهوع لرز، تب ائوزینوفیلی آنافیلاکسی بثورات جلدی التهاب ورید، افت شدید فشار خون خس‌خس کردن اختلال در تنفس کبیر، خارش برافروختگی بالاتنه درد و اسپاسم عضلات پشت و سینه بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان وانکومایسین با آمینوگلیکوزیدها یا کاپرئومایسین احتمال بروز مسمومیت گوشه و کلیوی را افزایش می‌دهد. همچنین احتمال بروز مسمومیت گوشه در صورت مصرف همزمان این دارو با داروهای مدر گروه لوپ افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان وانکومایسین از راه انفوزیون آهسته وریدی به مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم طی حداقل ۶۰ دقیقه هر ۶ ساعت یا ۱ گرم حداقل طی ۱۰۰ دقیقه هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود. برای پیشگیری از آندوکاردیت در بیمارانی که نسبت به پنی‌سیلین حساسیت دارند یا اینکه در ماه گذشته بیش از یک بار پنی‌سیلین دریافت داشته‌اند، وانکومایسین به مقدار ۱ گرم طی حداقل ۱۰۰ دقیقه بصورت انفوزیون آهسته وریدی تزریق می‌شود.

کودکان این دارو از راه انفوزیون آهسته وریدی در نوزادان تا سن یک هفته ابتدا ۱۵ mg/kg و بعد ۱۰ mg/kg هر ۱۲ ساعت و در نوزادان با سن ۱-۴ هفته ابتدا ۱۵ mg/kg و سپس ۱۰ mg/kg هر ۸ ساعت و در کودکان یک ماهه و بزرگتر ۱۰ mg/kg هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. مقدار مصرف این دارو برای پیشگیری از آندوکاردیت در کودکان با سن کمتر از ۱۰ سال ۲۰ mg/kg است که همراه با ۲ mg/kg جنتامایسین مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰ mg

ZIDOVUDINE

موارد مصرف زیدوودین در درمان عفونت ناشی از ویروس HIV، مانند سندرم نقص اکتسابی سیستم ایمنی (AIDS) و پیشگیری از انتقال نارسایی ایمنی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: زیدوودین با مهار آنزیم کریپتاز معکوس ویروسی تکثیر ویروس را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب دارو از مجرای گوارش سریع و تقریباً کامل است هر چند به علت متابولیسم عبور اول در کبد، فراهم‌زیستی دارو حدود ۶۵ درصد می‌باشد. مصرف غذای چرب باعث کاهش میزان و سرعت جذب دارو می‌شود. دارو از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. این دارو از جفت عبور می‌کند. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر آن ۱ ساعت و دفع آن کلیوی است غلظت دارو ۱/۵ - ۰/۵ ساعت پس از مصرف به حداکثر می‌رسد.

هشدارها: ۱- در بیماران مبتلا به کاهش فعالیت مغز استخوان کبود اسید فولیک یا ویتامین B۱۲ و عیب کار کبد، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو سبب درمان عفونت HIV نمی‌شود و بیمار باید در مقابل عفونت‌های فرصت طلب توسط داروهای ضد عفونت درمان شود.

۳- بیماران مبتلا به کم‌خونی یا گرانولوسیتوپنی قابل توجه ممکن است نیاز به کاهش مقدار مصرف دارو داشته باشند تا مغز استخوان بحال عادی برگردد.

۴- در بیمارانی که ۶ ماه یا بیشتر دارو مصرف کرده‌اند، HIV مقاوم به دارو مشاهده شده است

۵- دارو باعث کاهش خطر انتقال HIV ناشی از تماس جنسی یا آلودگی خون نمی‌شود، اما در پیشگیری از انتقال آن از مادر به جنین مؤثر است

۶- با پیشرفت بیماری و مقادیر مصرف بالای دارو، عوارض خونی بیشتر است به همین دلیل شمارش سلولهای خون و بررسی کار کبد در طول درمان لازم است

۷- گرانولوسیتوپنی و کم‌خونی با تعداد لنفوسیت‌های CD۴، غلظت هموگلوبین و تعداد گرانولوسیت‌ها در شروع درمان نسبت معکوس داشته و بطور مستقیم بسته به مقدار مصرف و دوره درمان است کم‌خونی قابل توجه عموم ۴-۶ هفته بعد از درمان دیده می‌شود.

۸- کم‌خونی بیمار با قطع یا کاهش مقدار مصرف دارو معمولاً بهبود می‌یابد، هر چند با مقدار مصرف کمتر ممکن است نیاز به انتقال خون و یا مصرف اریتروپویتین باشد. در بیمار مبتلا به گرانولوسیتوپنی ممکن است نیاز به وقفه درمان یا درمان با GM-CSF باشد. عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبولهای سفید یا نوتروفیل‌ها، تغییر در تعداد پلاکت‌ها، سردرد شدید، بی‌خوابی درد عضلانی و تهوع از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان زیدوودین با داروهای کاهنده فعالیت مغز استخوان ممکن است سبب تشدید اثرات این داروها شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو بیش از مقدار تجویز شده نباید مصرف شود.

۲- دوره درمان باید کامل گردد.

۳- مراجعه منظم به پزشک به منظور انجام آزمون‌های خون ضروری است

۴- از مصرف همزمان سایر داروها بدون مشورت با پزشک باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان بصورت تک درمانی در عفونت HIV به میزان ۱۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت (۶۰۰mg/day) مصرف می‌شود و در عفونت بدون علائم HIV ۱۰۰ میلی گرم هر ۴ ساعت در زمان بیداری (۵۰۰mg/day) مصرف می‌شود. زیدوودین همچنین در مقادیر ۲۰۰ میلی گرم هر ۸ ساعت بکار می‌رود. در پیشگیری از HIV منتقل شده از مادر به جنین مقدار ۱۰۰ میلی گرم پنج بار در روز بعد از هفته ۱۴ آبستنی شروع و تا زمان زایمان ادامه می‌یابد.

کودکان در عفونت HIV در کودکان ۳ ماهه تا ۱۲ ساله ۹۰ - ۱۸۰mg/m^۲ هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. مقدار مصرف نباید از ۲۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت بیشتر شود. در کودکان مبتلا به گرانولوسیتوپنی ممکن است نیاز به کاهش مقدار مصرف تا ۱۲۰ mg/m^۲ هر ۶ ساعت باشد. در پیشگیری از انتقال عفونت HIV مادر به نوزاد، مقدار مصرف نوزادان ۲ mg/kg هر ۶ ساعت است که طی ۱۲ ساعت بعد از تولد شروع و تا ۶ هفته ادامه می‌یابد. مقدار مصرف در کودکان ۱۳ سال و بزرگتر، مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

Capsule: ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

Syrup: ۵۰ mg/۵ml

ASPARAGINASE

موارد مصرف آسپاراژیناز در درمان لوسمی حاد لنفوسیتیک بکار می‌رود. همچنین در درمان لوسمی حاد میلو سیتیک و میلو منوسیتیک لنفوماهای هوچکینی و غیره اوچکینی و ملانوسار کوما مصرف شده است مکانیسم اثر: آسپاراژیناز آنزیمی است که باعث تجزیه آسپاراژین به اسید آسپارتیک و آمونیاک می‌شود. بعضی از سلولهای بدخیم برخلاف سلولهای سالم بدن قادر به سنتز آسپاراژین نیستند. آسپاراژیناز در سنتز پروتئین RNA و DNA مداخله می‌کند. فارماکوکینتیک به میزان خیلی کم از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. توسط سیستم رتیکولواندوتلیال متابولیزه می‌شود. نیمه عمر تزریق عضلانی ۳۹-۴۹ ساعت و تزریق وریدی ۸-۳۰ ساعت می‌باشد. ۲۳-۳۳ روز بعد از قطع درمان دارو دوباره در خون ظاهر می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود یا سابقه پانکراتیت نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت بروز پانکراتیت درمان با دارو باید برای همیشه قطع شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی و آنافیلاکسی کاهش فاکتورهای انعقادی پلاسما، سمیت کبدی (از جمله تغییرات چربی، التهاب لوزالمعده تهوع استفراغ و دپرسیون CNS از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو هستند.

تداخل‌های دارویی دارو با وینکریستین گلوکو کورتیکوئیدها یا کورتیکوتروپین آلپورینول کلشی سین متوترکسات انسولین یا داروهای خوراکی کاهش دهنده قند خون تداخل دارد.

نکات قابل توجه به واکنش حساسیت مفرط بدارو، قبل از اولین تجویز و مواقعی که یک هفته یا بیشتر بین دو تزریق فاصله باشد، انجام آزمون داخل جلدی توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در لوسمی حاد لنفوسیتیک مقدار 200 IU/kg/day بصورت وریدی بمدت ۲۸ روز مصرف می‌شود.
 کودکان $6000 \text{ IU/m}^2/\text{day}$ بصورت عضلانی در روزهای ۴، ۷، ۱۰، ۱۳، ۱۶، ۱۹، ۲۲، ۲۵، ۲۸ درمان همراه با وینکریستین و پردنیزون بکار می‌رود و یا 1000 IU/kg/day بصورت وریدی بمدت ۱۰ روز در بیست و دومین روز درمان همراه با وینکریستین و پردنیزون بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰,۰۰۰ IU

BLEOMYCIN

موارد مصرف بلئومایسین در درمان سرطان سلولهای سنگفرشی سر و گردن گلو، سرویکس پوست کلیه مهبل و بیضه بکار برده می‌شود. این دارو همچنین ممکن است در افوزیونهای بدخیم پریتنال و پلورال و در درمان لنفوم هوچکینی و غیره اوچکینی موثر باشد.

مکانیسم اثر: بلئومایسین یک آنتی بیوتیک است که اثر خود را هم بر روی سلولهای قابل تقسیم و هم سلولهایی که در حال رشد نیستند می‌گذارد. مکانیسم احتمالی آن تداخل در فاز G_2 تقسیم سلولی و جلوگیری از رشد سلول سرطانی است. فارماکوکینتیک بعد از تزریق عضلانی و داخل صفاقی بخوبی جذب می‌گردد. محل متابولیسم آن کاملاً مشخص نیست ولی بنظر می‌رسد که در کبد و کلیه صورت می‌گیرد و از طریق کلیوی هم دفع می‌گردد.

عوارض جانبی ایدیو سنکرازی و سمیت ریوی با مصرف طولانی مدت بلئومایسین بروز می‌کند. مهمترین عارضه ایجاد سوختگی و زخم در محل تزریق است سندرم رینود نیز در بعضی موارد دیده می‌شود. ممکن است ریزش مو، تب و لرز نیز در بیمار تحت درمان دیده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم باسیس پلاتین باعث تأخیر در دفع بلئومایسین می‌گردد و سمیت آنرا افزایش می‌دهد. مصرف وینکریستین قبل از تجویز بلئومایسین باعث حساس شدن بافت سرطانی به بلئومایسین می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- محلول بلئومایسین استریل را می‌توان توسط محلول دکستروز و یا کلرورسدیم رقیق و سپس مصرف نمود.

۲- بدلیل احتمال بروز ایدیو سنکرازی بیمار ۴ ساعت قبل از مصرف دارو توسط یک واحد از بلئومایسین تست گردد.

۳- برخی از پزشکان جهت جلوگیری از تب و لرز آنافیلاکسی از داروهای استروئیدی استامینوفن و دیفن هیدرامین استفاده می‌کنند.

مقدار مصرف در بیماری هوچکین سرطان سلولهای سنگفرشی لنفوسارکوما و سرطان بیضه بصورت داخل عضلانی وریدی و زیرجلدی

$0.25-0.5 \text{ u/kg}$ و یا $10-20 \text{ u/m}^2$ یک و یادو بار در هفته و یا بصورت انفوزیون داخل وریدی بطور مداوم 0.25 u/kg و یا 15 u/m^2 در یک روز بمدت ۴ تا ۵ روز تجویز می‌گردد.

در سرطان سلولهای سنگفرشی سر و گردن و همچنین در سرطان رحم از

راه انفوزیون در شریان موضعی $30-60 \text{ u/day}$ در مدت ۱-۲۴ ساعت مصرف می‌گردد. در ترشحات ناشی از تومورهای بدخیم ۱۵-۱۲۰ واحد در ۱۰۰ میلی لیتر محلول تزریقی کلرورسدیم قطره قطره داخل جنب تزریق و پس از ۲۴ ساعت خارج می‌گردد.

به عنوان مقدار مصرف نگهدارنده در بیماری هوچکین بصورت داخل عضلانی و یا وریدی یک واحد در روز و یا ۵ واحد در هفته

مصرف می‌شود.

در درمان زگیل معمولی این دارو

بصورت داخل ضایعه به مقدار ۰/۲-۰/۸ واحد (بسته به اندازه ضایعه یک و

یا دو بار در فواصل ۲-۴ هفته‌ای تا

حداکثر مقدار مصرف ۲ واحد مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): ۱۵ U

BUSERELIN

موارد مصرف بوسرلین در درمان کارسینومای پیشرفته پروستات مصرف می‌شود. این دارو همچنین بعنوان محرک تخمک گذاری در روش تلقیح مصنوعی برای IVF نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: بوسرلین آنالوگ صناعی LHRH است این دارو ابتدا باعث تحریک آزادسازی LH و FSH از هیپوفیز قدامی می‌شود که این دو نیز باعث افزایش سریع غلظت تستوسترون می‌شوند اما ادامه مصرف آن در درمان کارسینومای پروستات باعث کاهش ترشح LH و FSH و متعاقباً باعث کاهش غلظت تستوسترون می‌شود.

فارماکوکینتیک بوسرلین بصورت متابولیت از طریق ادرار دفع می‌شود نیمه عمر پلاسمایی آن ۳-۶ دقیقه است و به غیر از هیپوفیز قدامی شش و کلیه در بافت دیگری تجمع نمی‌یابد.

هشدارها: طی ماه اول درمان بیمار باید از نظر خطر انسداد حالب و اختلالات نخاعی تحت مراقبت باشد.

عوارض جانبی افزایش درد استخوان بی‌حسی دستها و پاها، اشکال در دفع ادرار و احساس ضعف در پا، ناتوانی جنسی گرگرفتگی خارش قرمزی یا تورم در ناحیه تزریق اسهال کاهش اشتها، تهوع یا استفراغ تورم و حساس تر شدن سینه و تورم پا از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

نکات قابل توصیه طی درمان با دارو غلظت پلاسمایی تستوسترون بیمار باید اندازه گیری شود.

مقدار مصرف در کارسینومای پروستات ۰/۵ میلی گرم بصورت تزریق زیرجلدی هر هشت ساعت یکبار به مدت هفت روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۰/۲ میلی گرم بصورت تزریق زیرجلدی یکبار در روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection (As Acetate): ۱ mg/ml

Nasal Spray

BUSULFAN

موارد مصرف بوسولفان در درمان لوسمی میلوپاتیک مزمن بکار می‌رود و در درمان لوسمی میلوپاتیک حاد نیز مصرف شده است مکانیسم اثر: بوسولفان در چرخه سلولی بطور غیر اختصاصی عمل و بالکیلاسیون و اتصال به زنجیره DNA باعث مهار فعالیت DNA می‌شود.

فارماکوکینتیک بوسولفان بطور کامل از مجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم آن کبدی و سریع است و پاسخ بالینی دارو معمولاً ۱-۲ هفته بعد از شروع درمان آغاز می‌شود. دفع آن کلیوی و آهسته و عمدتاً بصورت متابولیت است

- هشدارها: ۱- اندازه‌گیری هماتوکریت و هموگلوبین و شمارش لکوسیت قبل از شروع و در فواصل درمان بدلیل مهاردیررس و شدید فعالیت مغز استخوان‌ناشی از بوسولفان باید انجام شود.
- ۲- بدلیل اثرات دیررس دارو، به محض مشاهده اولین علائم کاهش شدید و ناگهانی لکوسیتها (بخصوص گرانولوسیتها)، درمان قطع و یا مقدار مصرف دارو کاهش داده شود تا از اثرات غیرقابل برگشت کاهش فعالیت مغز استخوان جلوگیری شود.
- ۳- دارو می‌تواند باعث دیسپلازی سلولی در بسیاری از بافتها مثل ریه عقده‌های لنفی پانکراس تیروئید، غده فوق کلیه کبد، مغز استخوان مثانه پستان و دهانه رحم شود.
- ۴- با بروز اولین علامت فیروز ریوی مصرف دارو باید قطع شود.
- ۵- مصرف بوسولفان به تنهایی منجر به مسمومیت کبدی نمی‌شود ولی مصرف مداوم آن با تیوگوانین باعث بروز واریس مری و آسیب عملکرد کبد می‌شود. همچنین مقادیر مصرف بالای دارو باعث بروز تشنج می‌شود.
- عوارض جانبی آنمی لکوپنی یا عفونت ترومبوسیتوپنی دیسپلازی ریه فیبروزیه هیپراوریسمی یا نفروپاتی ناشی از اسیداوریک استئوماتیت آمنوره و مهار تخمدان و سیاه شدن پوست از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارومی‌باشند.
- نکات قابل توصیه لکوپنی معمولاً ۱۰-۱۵ روز پس از درمان بروز و تعداد گویچه‌های سفید در روز ۱۱-۳۰ درمان به حداقل می‌رسد. این کاهش ممکنست تا یک‌ماه پس از قطع مصرف دارو هم ادامه داشته باشد، ولی معمولاً طی ۱۲-۲۰ هفته بهبود می‌یابد.
- مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان لوسمی میلوستیک مزمن ابتدا $1/8 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ یا

$0.06 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ تا زمانی که تعداد گویچه‌های سفید کمتر از ۱۵۰۰۰ عدد

در هر میلی‌متر مکعب برسد، مصرف می‌شود. محدوده معمول مقدار مصرف

$4-8 \text{ mg/day}$ است ولی ممکن است از $1-12 \text{ mg/day}$ تغییر کند. در شمارش ماهانه زمانی که تعداد گویچه‌های سفید

به ۵۰۰۰۰ عدد در هر میلی‌متر مکعب برسد، درمان از سر گرفته می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده $1-3 \text{ mg/day}$ می‌باشد. مقدار

مصرف نگهدارنده فقط در مواردی توصیه می‌شود که بهبودی بیمار بیشتر از ۳ ماه دوام نیاورد.

کودکان در لوسمی میلوستیک مزمن

ابتدا $0.06-0.12 \text{ mg/kg/day}$ یا

$1/8-4/6 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ تجویز می‌شود. مقدار مصرف باید طوری تنظیم شود که تعداد گویچه‌های سفید تا حدود ۲۰۰۰۰ عدد در

هر میلی‌متر مکعب خون کاهش یابد و در همین سطح بماند.

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg

CARBOPLATIN

موارد مصرف کربوپلاتین در درمان کارسینوماهای تخمدان ریه سر و گردن بیضه و سمنوما مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کربوپلاتین احتمالاً- مانع جدا شدن دو رشته DNA از یکدیگر و تداخل با عملکرد آن می‌شود. کربوپلاتین در

چرخه سلولی بطور غیراختصاصی عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک نیمه عمر اولیه پلاسمایی (آلفا) ۱/۱ تا ۲ ساعت و نیمه عمر پلاسمایی پس از توزیع مجدد (بتا) ۲/۶ تا ۵/۹

ساعت است دفع دارو کلیوی است

- عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبولهای سفید خون و درد در ناحیه تزریق از عوارض شایع دارو هستند.
- نکات قابل توصیه ۱ - توصیه می‌شود کربوپلاتین برای بیماران بستری در بیمارستان و تحت مراقبت پزشک متخصص تجویز شود. ضمن؟ تسهیلات لازم برای درمان واکنش آنافیلاکتیک احتمالی باید در دسترس باشد.
- ۲ - مقدار مصرف نگهدارنده باید برای هر بیمار بصورت انفرادی و با توجه به پاسخ‌های بالینی و تغییرات هماتولوژیک بیمار و ظهور یا شدت سمیت دارو تعیین شود.
- ۳ - توصیه می‌شود انفوزیون وریدی کربوپلاتین طی ۱۵-۶۰ دقیقه انجام شود. ضمن؟ کربوپلاتین از طریق انفوزیون مداوم وریدی طی ۲۴ ساعت قابل تجویز است
- ۴ - تقسیم مقدار مصرف تام روزانه به ۵ قسمت ممکن است شدت تهوع و استفراغ را کاهش دهد.
- مقدار مصرف مقدار مصرف اولیه در کارسینوما تخمدان ۲۵۰ mg/m² است مقدار مصرف با توجه به کلیرانس کراتینین تنظیم می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده بر مبنای تعداد پلاکت و گلبولهای سفید خون بیمار تنظیم می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

CARMUSTINE

- موارد مصرف کارموستین در درمان تومورهای اولیه مغز، لنفوم‌های هوچکینی و غیرهوچکینی و میلوم مولتیپل مصرف می‌شود و ممکن است در درمان کارسینوما کبد و گوارش و ملانوما بدخیم نیز مؤثر باشد.
- مکانیسم اثر: کارموستین یک عامل آلکیل‌کننده است که می‌تواند DNA و RNA را آلکیل‌کند.
- فارماکوکینتیک کارموستین از سد خونی مغزی می‌گذرد. متابولیسم آن کبدی است و بطور عمده از کلیه دفع می‌شود.
- هشدارها: ۱ - کارموستین در صورت وجود ضعف مغز استخوان عیب کارریه‌ها و عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان تجویز شود.
- ۲ - احتمال بروز مقاومت متقاطع بین لوموستین و کارموستین وجود دارد.
- عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون یا عفونت التهاب ورید، پنومونی یا فیبروزیوی و کاهش پلاکت‌های خون از عوارض شایع کارموستین هستند.
- نکات قابل توصیه ۱ - به منظور جلوگیری از ضعف مغز استخوان ناشی از کارموستین دوره‌های درمانی با آن حداقل باید شش هفته فاصله داشته باشد.
- ۲ - مقدار مصرف دارو باید طی ۱-۲ ساعت انفوزیون گردد تا مانع بروز التهاب در محل تزریق گردد.
- ۳ - کارموستین را می‌توان بصورت تزریق داخل شریان کبدی نیز مصرف کرد.
- مقدار مصرف برای درمان تومورهای مغزی کارسینوم دستگاه گوارش
- لنفوم هوچکینی یا غیر هوچکینی میلوم مولتیپل یا ملانوما بدخیم مقدار ۱۵۰-۲۰۰ mg/m² به صورت مقدار واحد هر ۶-۸ هفته یا ۱۰۰-۷۵ mg/m² طی دو روز متوالی هر ۶ هفته یا ۴۰ mg/m² طی ۵ روز متوالی هر ۶ هفته تزریق وریدی می‌شود. مقدار مصرف دارو باید بر مبنای تعداد گلبولهای سفید خون یا پلاکت‌ها تنظیم گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

CHLORAMBUCIL

موارد مصرف کلرامبوسیل در درمان لوسمی و لنفوم‌های هوچکینی و غیره‌وچکینی مصرف می‌شود. این دارو به‌عنوان کاهنده فعالیت سیستم ایمنی نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرامبوسیل بطور غیر اختصاصی بر چرخه سلولی تأثیر گذارده و برای سلول‌هایی که در حال تکثیر نیستند. نیز سمی است فارماکوکینتیک کلرامبوسیل به خوبی و با سرعت از مجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم آن کبدی و نیمه عمر آن تقریباً ۵ ساعت است حداکثر غلظت پلاسمایی دارو پس از یک ساعت بوجود می‌آید. اثر درمانی آن معمولاً پس از ۳-۴ هفته ظاهر می‌شود. دفع این دارو کلیوی است

عوارض جانبی عمده‌ترین عارضه جانبی کلرامبوسیل تضعیف مغز استخوان است لکوپنی نوتروپنی ترومبوسیتوپنی کاهش ایمنی بروز عفونت از عوارض شایع این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف مایعات کافی و یا تجویز آلپورینول از بروز سمیت کلیوی ناشی از بالا رفتن اسیداوریک در بیماران مبتلا به لوسمی و لنفوم جلوگیری می‌کند.

۲- در صورت بروز سمیت تنفسی یا ایجاد بثورات جلدی شدید لازم است مصرف دارو قطع گردد.

۳- با توجه به احتمال بروز تضعیف مغز استخوان کلرامبوسیل باید به فاصله ۴-۶ هفته از تجویز پرتو درمانی یا سایر داروهای شیمی درمانی مورد مصرف قرار گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان درمان لوسمی لنفوسیتیک مزمن لنفوم‌های هوچکینی و غیره‌وچکینی در شروع درمان ۰/۱-۰/۲ mg/kg (معمولاً ۴ تا ۱۰ میلی گرم یک یا چند بار در روز مصرف می‌شود. درمان متناوب به فاصله دو هفته باعث کاهش عوارض خونی دارو می‌گردد در این صورت مقدار مصرف اولیه ۰/۴ mg/kg می‌باشد که هر دو هفته یکبار تا ۰/۱ mg/kg قابل افزایش است تا میزان موثر یا سمی دارو حاصل شده و به این ترتیب مقدار مصرف دارو تنظیم می‌گردد.

به‌عنوان کاهنده ایمنی در درمان سندرم نفروتیک ۰/۲ mg/kg - ۰/۱ یکبار در روز به مدت ۱۲ - ۸ هفته مصرف می‌شود. حداکثر میزان مصرف این دارو ۱۴ mg/kg و حداکثر دوره درمان ۱۲ هفته می‌باشد. برخی از پزشکان میزان مصرف را ۸/۲ mg/kg و حداکثر دوره درمان را شش هفته توصیه می‌کنند.

کودکان در لوسمی لنفوسیتیک مزمن لنفوم‌های هوچکینی ۰/۱-۰/۲ mg/kg یک یا چند بار در روز مصرف می‌شود. میزان مصرف به‌عنوان کاهنده ایمنی در سندرم نفروتیک مشابه مقدار مصرف بزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg

(CHLORMETHINE (NITROGEN MUSTARD

موارد مصرف این دارو در بیماری‌های سرطان ریه لوسمی (لنفوسیتیک مزمن و لوسمی میلویتیک مزمن ، لنفوم‌ه‌وچکینی (و بعضی از انواع غیره‌وچکینی ، ترشحات ناشی از تومور بدخیم میکوزفونکوئید و پلی سیتی و رابکار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با ایجاد اتصال بین دو رشته DNA و نیز RNA موجب مهار ساخت پروتئین‌ها و نهایتاً مرگ سلول می‌گردد. فارماکوکینتیک کلرمتین سرعت توسط مایعات بدن غیرفعال و بعد از تزریق داخل حفره‌ای بطور ناقص جذب می‌گردد. این دارو سرعت توسط بافتها و مایعات بدن خنثی و اثر آن طی چند ثانیه تا چند دقیقه ظاهر می‌شود. هشدارها: در موارد زیر دارو باید با احتیاط تجویز گردد:

- ۱- کاهش فعالیت مغز استخوان افرادی که سابقه تومور مغز استخوان و یا عفونت‌های شدید و گسترده داشته‌اند.
 - ۲- این دارو احتمالاً باعث تضعیف گنادها در هر دو جنس می‌گردد.
- عوارض جانبی تب لرز و یا گلو درد، وقفه در فعالیت اندامهای تناسلی بثورات ناگهانی کاهش شنوایی و زنگ زدن گوش از عوارض جانبی شایع این دارو می‌باشند.
- تداخل‌های دارویی کلرمتین ممکن است غلظت خونی اسیداوریک را افزایش دهد. بنابراین اگر همزمان با آلپورینول و کلشی‌سین مصرف شود، تنظیم مقدار مصرف داروهای ضد نفوس ضروری است
- نکات قابل توصیه ۱- احتمال بروز مکرر تهوع استفراغ و کاهش اشتها وجود دارد ولی درمان را با وجود این عوارض باید ادامه داد.
- ۲- در صورت بروز خونریزی غیرطبیعی دفع دشوار ادرار، مدفوع سیاه‌رنگ و وجود نقاط قرمز رنگ در روی پوست حتم؟ پزشک باید در جریان قرار گیرد.
- ۳- از استنشاق و تماس چشمی و خوراکی با دارو خودداری گردد و در صورت تماس فوراً محل با آب برای حداقل ۱۵ دقیقه و سپس با محلول ۲٪ تیوسولفات سدیم شسته شود.
- مقدار مصرف بصورت تجویز وریدی مقدار ۰/۴ mg/kg/day بصورت یک جا یا در ۲-۴ مقدار منقسم متوالی مصرف می‌شود. در تجویز داخل حفره‌ای میزان ۰/۴ mg/kg یا بصورت داخل پریکارد مقدار ۰/۲ mg/kg مصرف می‌شود. این مقدار در افرادی که قبلاً تحت درمان با دیگر داروهای سمی برای سلول قرار گرفته‌اند. به ۰/۲-۰/۳ mg/kg/day کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg

CISPLATIN

موارد مصرف سیس‌پلاتین در درمان کارسینوماهای مثانه تخمدان و بیضه مصرف می‌شود. همچنین این دارو در درمان کارسینوم‌های قشر غده فوق کلیه پستان رحم دستگاه گوارش ریه پروستات سرو گردن و تومورهای germcell، نوروبلاستوما و اوستئوسارکوما مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سیس‌پلاتین مشابه عوامل الکیله کننده عمل می‌کند و احتمالاً از طریق ایجاد اتصال بین رشته‌های DNA و نیز RNA، در عملکرد آنها تداخل می‌کند.

فارماکوکینتیک سیس‌پلاتین به سرعت از طریق واکنش‌های غیر آنزیمی هیدرولیز می‌شود. از سد خونی - مغزی براحتی عبور نمی‌کند. نیمه عمر آن حدود یک ساعت است دفع آن عمدتاً کلیوی است ولی پلاتین ناشی از هیدرولیز دارو ممکن است تا ۴ ماه در بافت‌ها باقی بماند.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو در بیماران مبتلا به نارسائی شنوایی باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- اثرات سوء دارو بر روی شنوایی در کودکان ممکن است شدیدتر باشد.

۳- طی مصرف دارو، ارزیابی نورولوژیک و میزان شنوایی بیمار باید انجام شود.

عوارض جانبی کم خونی ثانویه نوتروپنی ترومبوسیتوپنی سمیت کلیوی افزایش اسید اوریک خون یا نفروپاتی ناشی از اسید اوریک و سمیت شنوائی از عوارض شایع سیس پلاتین هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سیس پلاتین با داروهای سمی برای کلیه یاسیستم شنوائی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- انفوزیون وریدی مایعات به مقدار زیاد هنگام تجویز سیس پلاتین باعث کاهش سمیت کلیوی یا شنوائی ناشی از دارو می‌گردد. همچنین افزایش میزان ادرار قبل و طی درمان با دارو، کمک بسیار زیادی به کاهش عوارض جانبی دارو می‌کند.
۲- انفوزیون آهسته وریدی سیس پلاتین طی ۱-۵ روز کمتر باعث تهوع و استفراغ می‌شود، ولی تأثیری روی میزان بروز سمیت کلیوی یا شنوائی ندارد.

۳- برای جلوگیری از سمیت کلیوی تجمعی توصیه می‌شود مصرف مجدد دارو حداقل ۳-۴ هفته بعد از مصرف اولیه صورت گیرد.
مقدار مصرف در درمان تومورهای متاستاز یافته بیضه ۲۰ mg/m² در روز به مدت ۵ روز مصرف می‌شود. در درمان تومورهای متاستاز یافته تخمدان

۵۰ mg/m² هر ۳ هفته یکبار همراه با دو کسورویسین یا ۱۰۰ mg/m² به تنهایی هر ۴ هفته یکبار تزریق وریدی می‌شود. در درمان سرطان پیشرفته مثانه مقدار ۷۰-۵۰ mg/m² هر ۳-۴ هفته تزریق وریدی می‌شود. مقدار مصرف دارو در یک دوره درمانی نباید از ۱۲۰ mg/m² بیشتر شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg, ۱۰ mg, ۵۰ mg

CLADRIBINE

موارد مصرف کلادربین در درمان لوسمی hairy cell بکار می‌رود و در درمان لوسمی لنفوسیتیک مزمن لنفوم‌های غیرهوچکینی و ماکرو گلوبولینمی والدنستروم نیز مصرف شده است

مکانیسم اثر: متابولیت‌های فسفریله شده کلادربین در لنفوسیت‌ها و منوسیت‌ها تجمع یافته و این سلول‌ها را از بین می‌برند. اثر دارو در چرخه سلولی غیراختصاصی بوده و به میزان یکسانی در مرحله تقسیم و استراحت لنفوسیت‌ها اثر می‌کند.
فارماکوکینتیک کلادربین از سد خونی مغزی عبور می‌کند. متابولیسم دارو سلولی است در انفوزیون مداوم وریدی نیمه عمر توزیع دارو حدود ۳۰ دقیقه و نیمه عمر نهایی آن ۷ ساعت است

هشدارها: ۱- دارو به میزان قابل

توجهی برای سلول‌های خون ساز سمیت دارد.

۲- در صورت بروز سمیت عصبی مصرف دارو قطع شود.

۳- شروع دوره‌های بعدی درمانی با کلادربین با احتیاط فراوان و در صورتی است که اثرات خونی دوره قبلی از بین رفته باشد.
عوارض جانبی کم خونی شدید، عفونت نوتروپنی شدید، بثورات پوستی ترومبوسیتوپنی سرفه تورم فلیت کوتاه شدن نفس درد معده تاکیکاردی بی‌اشتهایی سردرد، تهوع و استفراغ و خستگی غیرعادی از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- در دو هفته اول درمان لوسمی hairy cell، کم خونی نوتروپنی و ترومبوسیتوپنی بدتر می‌شود، سپس علائم بهبود می‌یابد.

۲- طی یک ماه اول درمان بدلیل کم خونی ممکن است نیاز به انتقال خون باشد. زمان متوسط برای بازگشت هموگلوبین به میزان

طبیعی ۸ هفته است

۳- تب بین روزهای پنجم و هفتم درمان ویا کمی دیرتر بروز می‌کند و معمولاً درلوسمی hairy cell دیده می‌شود. در صورت بروز تب بیمار از نظر عفونت بررسی می‌شود. عفونت بدلیل کاهش منوسیت‌هاست و ۶-۱۲ ماه بعد تعداد منوسیت‌ها به میزان طبیعی بر می‌گردد.

۴- زمان متوسط برای بازگشت تعداد پلاکت‌های کاهش یافته به میزان طبیعی بدلیل ترومبوسیتوپنی ناشی از دارو) ۱۲ روز است در موارد غیر از لوسمی hairy cell، این زمان طولانی‌تر بوده و کاهش مقدار مصرف و تکرار دوره درمان ممکن است نیاز باشد. مقدار مصرف در درمان لوسمی hairy cell بصورت انفوزیون وریدی مداوم ۰/۱ mg/kg/day بمدت ۷ روز مصرف می‌شود. در این بیماری بطور معمول فقط یک دوره درمان کافی است

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/۱۰ ml

CYCLOPHOSPHAMIDE

موارد مصرف سیکلوفسفامید در درمان لوسمی لنفوبلاستیک حاد، لوسمی مونوسیتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد، لوسمی گرانولوسیتیک مزمن آدنوکارسینومای تخمدان سرطان پستان ریه سرطان آندومتر، میلوم مولتیپل انواع لنفوما و در تومور ویلمز بکار می‌رود و به عنوان داروی کمکی جهت کاهش فعالیت سیستم ایمنی بدن برای جلوگیری از پس زدن پیوند، سندروم نفروتیک آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوز بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: یکی از متابولیت‌های سیکلوفسفامید همانند داروهای آلکلیه‌کننده عمل می‌کند. اثر سلول‌کش آن عمدتاً ناشی از ایجاد اتصال بین دو رشته مولکولی DNA و نیز RNA و همچنین مهار ساخت پروتئین است

فارماکوکینتیک سیکلوفسفامید بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. به مقدار محدودی از سد خونی مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و پس از آن به متابولیت‌های فعال تبدیل و نهایتاً از طریق کلیه دفع می‌گردد. عوارض جانبی عوارضی که بطور معمول این دارو از خود نشان می‌دهد شامل لکوپنی و یا عفونت که معمولاً بدون علامت می‌باشد. بدلیل اثر کاهنده بر روی غدد جنسی احتمال بروز اختلال در دوران قاعدگی وجود دارد که پس از قطع دارو رفع می‌گردد. لکوپنی نیز معمولاً ۱۷-۲۱ روز پس از قطع دارو بهبود می‌یابد.

تداخل‌های دارویی سیکلوفسفامید اگر همزمان با آلپورینول و یا کل‌شی‌سین استفاده شود ممکن است غلظت اسیداوریک خون را بالا ببرد. سیکلوفسفامید در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد انعقاد خوراکی ممکن است فعالیت این داروها را به علت کاهش ساخت کبدی فاکتورهای پیش‌انعقادی و تداخل با تشکیل پلاکت‌ها، افزایش دهد.

مصرف همزمان سیکلوفسفامید همراه سیتارابین باعث بروز خطر کاردیومیوپاتی می‌گردد. استفاده همزمان آن با داروهای دیگر مضعف سیستم ایمنی ممکن است به توسعه عفونت و یا سرطان بیانجامد.

نکات قابل توجه ۱- در صورت بروز خونریزی حتمی باید دارو قطع گردد.

۲- در صورت کاهش لکوسیت‌ها و پلاکت‌ها دارو باید قطع گردد تا سطح خونی آنها به حد قابل قبولی برسد و سپس می‌توان دارو را در صورت لزوم با مقدار کمتری تجویز نمود.

۳- بیمار باید برای جلوگیری از خطر عارضه کلیوی ناشی از افزایش اسیداوریک مایعات زیاد مصرف کند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان به مقدار ۱-۵ mg/kg/day مصرف می‌شود. بعنوان کاهنده ایمنی در درمان آرتريت روماتوئید، مقدار ۲-۱/۵ mg/kg/day دارویی تواند تا مقدار ۳ mg/kg/day افزایش پیدا کند.

کودکان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدار شروع ۲-۸ mg/kg/day در مقادیر منقسم ب مدت شش روز یا بیشتر و مقدار نگهدارنده ۲/۵ mg/day دو بار در هفته می‌باشد. در سندرم نفروتیک به عنوان کاهنده ایمنی ۳-۲/۵ mg/kg/day مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان مقدار ۴۰-۵۰ mg/kg طی ۲-۵ روز تزریق می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن نیز در حدود ۱۵-۱۰ mg/day هر ۷-۱۰ روز و یا ۳/۵ mg/day دو بار در هفته بصورت وریدی است

کودکان بعنوان ضد سرطان مقدار ۲-۸ mg/kg/day در مقادیر منقسم ب مدت ۶ روز یا بیشتر تزریق وریدی می‌شود. مقدار نگهدارنده ۱۰-۱۵ mg/day هر ۷-۱۰ روز یا ۳۰ mg/kg هر ۳-۴ هفته یکبار یا پس از بازگشت فعالیت مغز استخوان به حالت عادی است

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰mg, ۵۰۰ mg

Tablet: ۵۰ mg

CYTARABINE

موارد مصرف سیتارابین در درمان لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی میلو سیتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد، لوسمی میلو سیتیک مزمن لنفوم حاد غیر هوچکینی در کودکان اریترولوسمی و لنفوم هوچکینی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: سیتارابین یک آنتی متابولیت است و در چرخه سلولی بطور اختصاصی در مرحله تقسیم سلولی عمل می‌کند و باعث مهار ساخت DNA و تا حد کمی RNA و پروتئین می‌گردد.

فارماکوکینتیک پس از تزریق وریدی مقدار متوسطی از این دارو از سد خونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی بوده و دفع آن عمدتاً کلیوی است

هشدارها: سیتارابین ممکن است باعث کاهش فعالیت گنادها گردد که بسته به مدت درمان گاهی غیر قابل برگشت می‌باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی سیتارابین بجز تهوع و استفراغ در صورت انفوزیون وریدی افزایش می‌یابند. عوارض شایع شامل تب لرز و یا گلو درد ناشی از کمبود گویچه‌های سفید و عفونت است همچنین خونریزی و کبودی غیر عادی ناشی از کمی پلاکت‌ها است تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با آلپورینول و کل شی سین نیاز به تنظیم مقدار دارو می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ - شروع درمان با سیتارابین باید در بیمارستان و تحت نظر پزشک متخصص انجام گیرد.

۲ - مقدار مصرف بیشتر سیتارابین و تزریق سریع وریدی بجای دفعات بیشتر و زمان آهسته‌تر تزریق استفراغ و تهوع بیشتری تولید می‌کند اما عوارض خونی آن کمتر است

۳ - مصرف زیاد مایعات از تجمع اسید اوریک در کلیه جلوگیری می‌کند.

مقدار مصرف در درمان لوسمی میلو سیتیک حاد و اریترولوسمی به عنوان مقدار شروع ۳ mg/kg/day از راه وریدی بصورت انفوزیون پیوسته طی ۲۴ ساعت یا در مقادیر منقسم بصورت تزریق سریع وریدی برای ۵-۱۰ روز و به عنوان مقدار نگهدارنده.

۱ mg/kg از طریق زیر جلدی ۱-۲ بار در هفته تزریق می‌شود. در درمان لوسمی منتهی ۵-۷ mg/m² از اشکال قابل تزریق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت از یکبار در روز بمدت ۴ روز تا هر چهارروز یکبار داخل نخاع تزریق می‌شود. اغلب ۳۰ mg/m² هر چهار روز یکبار، تا جایی که آزمایشات مایع مغزی - نخاعی طبیعی شوند، مصرف می‌شود. پس از آن یک مقدار مصرف اضافی نیز تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داکاربازین در درمان ملانوم بدخیم و لنفوم‌های هوچکینی بکار می‌رود و در درمان سارکوم‌های بافت نرم توصیه شده است

مکانیسم اثر: داکاربازین در چرخه سلولی بطور غیراختصاصی عمل و ممکن است ساخت DNA و RNA را مهار کند.

فارماکوکینتیک داکاربازین بمیزان کم از سد خونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۵ ساعت است که در عیب کار کبد به ۷/۲ ساعت می‌رسد. ۴۰٪ داروی تزریق شده طی ۶ ساعت از کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ - در صورت بروز کاهش سلول‌های خون درمان را قطع تا میزان لکوسیت‌ها و پلاکت‌ها به مقادیر قابل قبول بر گردد (یک هفته پس از قطع مصرف دارو به مقدار قابل قبول برمی‌گردد).

۲ - مواد حاصل از تجزیه محلول داکاربازین (در اثر نور)، ممکن است باعث بروز عوارض جانبی سوزش و درد در ناحیه تزریق تهوع استفراغ و مسمومیت کبدی شود.

عوارض جانبی کم خونی آسیب‌بافتی و درد ورید محل تزریق کاهش گلبول‌های سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی مسمومیت کبدی استئوماتیت کاهش اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای مولد دیسکرازی خونی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود. مصرف همزمان با داروهای القاکننده آنزیم کبدی باعث کاهش اثرات لازم می‌شود.

نکات قابل توصیه دارو بصورت وریدی و ترجیحاً آنفوزیون وریدی بکار رود.

مقدار مصرف در ملانوم بدخیم مقدار ۲-۴/۵ mg/kg/day بمدت ۱۰ روز بصورت وریدی هر ۲۸ روز یکبار و یا تا ۲۵۰ mg/m²/day بمدت ۵ روز بصورت وریدی هر ۲۱ روز یکبار مصرف می‌شود. در لنفوم‌های هوچکینی مقدار

۱۵۰ mg/m²/day بصورت وریدی بمدت ۵ روز، همراه دیگر داروهای ضد سرطان که هر ۲۸ روز تکرار می‌شود و یا تا ۳۷۵ mg/m² در روز اول همراه با دیگر داروهای ضد سرطان هر ۱۵ روز یکبار مصرف می‌شود.

داکاربازین بمیزان ۸۵۰ mg/m²/day بصورت مقدار مصرف واحد هر ۲۱-۴۲ روز یکبار نیز مصرف می‌شود که سمیت خونی قابل ملاحظه‌ای ندارد، اما تهوع و استفراغ شدیدی ممکن است ایجاد نماید.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

DACTINOMYCIN

موارد مصرف داکتینومایسین در درمان سارکوم اوینگ تیروئید و تومور ترئوفوبلاستیک بکار می‌رود. همچنین در درمان کارسینوم

رحم بیضه تومور ویلمز، تومور تروفوبلاستیک و رابدومیوسارکوما، کارسینوم تخمدان استئوسارکوما، ملانوم بدخیم و سارکوم کاپوسی مصرف شده است

مکانیسم اثر: داکتیئومایسین بطور غیر اختصاصی در چرخه سلولی عمل کرده با اتصال به DNA و جایگزینی بین دو جفت بازهای آن باعث مهار ساخت RAN وابسته به DNA می‌شود.

فارماکوکینتیک دارو از سد خونی - مغزی عبور نمی‌کند. به میزان کم متابولیزه شده و نیمه عمر آن ۳۶ ساعت است دفع دارو عمدتاً از طریق صفرا می‌باشد و ۳۰٪ دارو پس از یک هفته در مدفوع و ادرار قابل بازیابی است هشدارها: ۱ - به علت خطر بروز تاوهای شدید، دارو نباید زودتر از ۵-۷ روز پس از پرتو درمانی تجویز شود.

۲ - پیشنهاد می‌شود در عیب کار کبد

مقدار مصرف دارو به نصف یا کمتر تقلیل یابد.

عوارض جانبی کم خونی که ممکن است به کم خونی آپلاستیک منجر شود، اشکال در بلع و سوزش سردل قرحه گوارشی یا التهاب رکتوم کاهش گلبول‌های سفید و پلاکت‌های خون استئوماتیت اولسراتیو، آنافیلاکسی و ترومبوفلیت از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی با آلپورینول کلسی سین دو کسورویسین و ویتامین K تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - به محض کاهش سلول‌های خون ترومبوسیتوپنی اسهال یا استئوماتیت باید درمان را فوراً متوقف کرد. با برگشت تعداد پلاکت‌ها و لکوسیت‌ها به مقادیر رضایت‌بخش و بهبود بیمار، میتوان درمان را از سر گرفت

۲ - دارو را باید در دوره‌های متناوب کوتاه‌مدت تجویز کرد تا از بروز مسمومیت با آن که ۲-۴ روز بعد از آخرین بار مصرف دارو ظاهر شده و حداکثر برای ۱-۲ هفته باقی می‌ماند، جلوگیری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان کارسینوم بیضه رحم تخمدان تومور تروفوبلاستیک تومور ویلمز، رابدومیوسارکوما، سارکوم اوینگ و بوتیروئید ۰/۰۱-۰/۱۵ mg/kg/day بصورت وریدی در دوره‌های حداکثر ۵ روز و به فاصله ۴-۶ هفته یکبار تزریق شود و یا ۰/۵ mg/m² یکبار در هفته حداکثر ۲ میلی‌گرم در هفته، بمدت سه هفته تزریق می‌شود. بصورت پرفوزیون ایزوله در سارکوم اوینگ یا بوتیروئید برای اندامهای تحتانی یا لگن به میزان

۰/۰۵ و برای اندامهای فوقانی به میزان ۰/۰۳۵ mg/kg تجویز می‌شود. حداکثر مقدار مصرف تا ۰/۰۱۵ mg/kg/day و یا ۰/۰۴-۰/۰۶ mg/m²/day به مدت ۵ روز می‌باشد.

کودکان برای موارد فوق بمیزان ۰/۰۱-۰/۱۵ mg/kg/day یا ۰/۰۴۵ mg/m²/day (تا ۰/۰۵ mg/day) بصورت وریدی که به مدت حداکثر ۵ روز یا مقدار ۲/۵ mg/m² در مقادیر منقسم در یک دوره ۷ روزه تجویز می‌شود. نوبت دوم را می‌توان پس از ۴-۶ هفته در صورتی که تمام علائم مسمومیت از بین رفته باشد بکار برد. مقدار مصرف از طریق پرفوزیون ایزوله و همچنین حداکثر مقدار مصرف مثل بزرگسالان است

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ mg

موارد مصرف دانوروبیسین در درمان اریترولوسمی لوسمی حاد لنفوبلاستیک لوسمی حاد میلوستیک و لوسمی حاد منوسیتیک بکار می‌رود. همچنین مصرف آن در درمان نوروبلاستوما، لنفوم‌های غیر هوچکینی سارکوم اوینگ تومور ویلمز و لوسمی مزمن میلوستیک توصیه شده است

مکانیسم اثر: دانوروبیسین در فاز S تقسیم سلولی فعال است اما در چرخه سلولی بطور اختصاصی عمل نمی‌کند، با اتصال به DNA باعث مهار ساخت DNA و RNA می‌شود.

فارماکوکینتیک بسرعت در بدن منتشر و بویژه در کلیه‌ها، طحال کبد و قلب بصورت تغییر نیافته و متابولیت جایگزین می‌شود. از سد خونی - مغزی عبور نمی‌کند. متابولیسم سریع کبدی دارد. نیمه عمر دفع دانوروبیسین ۱۸/۵ ساعت و دفع دارو طولانی است هشدار: در صورت وجود بیماری قلبی و یا آنفیلتراسیون سلول تومور مغز استخوان این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود. عوارض جانبی از فوآزیت، استئوماتیت لکوپنی مسمومیت قلبی و نکروز بافتی از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع داروهستند. تداخل‌های دارویی با آلپورینول کلشی سین سیکلوفسفامید، دوکسوروبیسین و داروهای هپاتوتوکسیک تداخل دارد. نکات قابل توصیه ۱ - بدلیل نکروز بافتی فقط به صورت تزریق وریدی بکار می‌رود (بدلیل بروز ترومبوفلیت و تحریک وریداز انفوزیون وریدی نیز خوددای شود).

۲ - فاصله دوره‌های درمانی آن کمتر از ۲۱ روز نباشد تا فعالیت مغز استخوان به حالت عادی برگردد.

مقدار مصرف در عیب کار کبد برای بیمارانی که غلظت بیلروبین آنها ۳-۱/۲ میلی گرم در صد میلی لیتر است ۷۵ درصد مقادیر مصرف معمولی و در بیمارانی که غلظت بیلروبین آنها بیش از ۳ میلی گرم در صد میلی لیتر است نصف مقدار معمولی توصیه می‌شود. در عیب کار کلیه برای بیمارانی که غلظت کراتینین سرم آنها بیش از ۳ میلی گرم در صد میلی لیتر است نصف مقدار معمولی توصیه شده است

بزرگسالان در لوسمی حاد لنفوسیتیک بصورت وریدی $45\text{mg}/\text{m}^2$ در روزهای اول و دوم و سوم یک دوره ۳۲ روزه در ترکیب با وینکریستین پردنیزون و آسپاراژیناز بکار می‌رود. در لوسمی حاد غیر لنفوسیتیک بصورت وریدی $45\text{mg}/\text{m}^2$ در روزهای اول و دوم و سوم اولین دوره و روزهای اول و دوم دومین دوره در ترکیب با وینکریستین بکار می‌رود. حداکثر مقدار مصرف تا

$550\text{mg}/\text{m}^2$ در تمام طول عمر و در افرادی که سابقه پرتو درمانی در ناحیه سینه داشته‌اند برای کاهش خطر مسمومیت قلبی $450\text{mg}/\text{m}^2$ در تمام طول عمر می‌باشد. در افراد مسن ۶۰ سال و بیشتر در لوسمی حاد غیر لنفوسیتیک $30\text{mg}/\text{m}^2$ بصورت وریدی در روزهای اول و دوم و سوم شروع اولین دوره درمان و در روزهای اول و دوم دومین دوره درمان در ترکیب با سیتارابین بکار می‌رود.

کودکان: در لوسمی حاد لنفوسیتیک $25\text{mg}/\text{m}^2$ بصورت وریدی یک بار در هفته همراه با وینکریستین و پردنیزون بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg

DOXORUBICIN HCl

موارد مصرف دوکسوروبیسین در درمان لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی میلو بلاستیک حاد، کارسینوما سلول‌های بینابینی بیضه پستان نوروبلاستوم تخمدان تیروئید، تومور ویلمز، ریه (با منشاء نایژه‌ای، معده سر و گردن کبد، گردن رحم پروستات اندومتر، بیضه

لنفوم‌های هوچکینی سارکوم بافت‌های نرم و سارکوم استخوان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دوکسوروبیسین به‌نظر می‌رسد که با اتصال به DNA و مهار ساخت DNA و RNA از طریق ایجاد اختلال در ساختمان مولکولی و ایجاد ممانعت فضایی عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک دوکسوروبیسین از سدخونی - مغزی عبور نمی‌کند. این دارو توسط کبد متابولیزه شده و به متابولیت فعال تبدیل می‌گردد دفع آن عمدتاً از طریق صفرا است

عوارض جانبی لکوپنی یا عفونت التهاب مخاط دهان و التهاب مری از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با آلپورینول یا کلشی‌سین تداخل دارد. مصرف همزمان آن با دانوروبیسین باعث افزایش خطر بروز عوارض قلبی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- دوکسوروبیسین نباید در بیماران که قبلاً- مقادیر تجمعی کامل دوکسوروبیسین و دانوروبیسین رادریافت کردند، مصرف شود.

۲- با مصرف دوکسوروبیسین در فواصل یک هفته‌ای ممکن است خطر عوارض جانبی قلبی و خونی کمتر شود.

۳- دوکسوروبیسین را باید بصورت تزریق وریدی آهسته تجویز کرد. به علت تحریک‌ورید در محل تزریق و احتمال خطر بروز ترومبوفلیت و نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ انفوزیون وریدی دارو توصیه نمی‌شود.

۴- دوکسوروبیسین موجب نکروز موضعی بافتها می‌شود به همین دلیل بصورت عضلانی یا زیر جلدی نباید تزریق شود. مقدار مصرف

بزرگسالان: با مقادیر ۷۵ mg/m²/day که هر ۲۱ روز یکبار تکرار شود یا ۲۵-۳۰ mg/m²/day در دو یا سه روز متوالی که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود وریدی تجویز می‌گردد. حداکثر مقدار تام‌دارو یعنی ۵۵۰ mg/m² ۴۵۰ mg/m² در مورد بیماران است که سابقه پرتو درمانی در ناحیه سینه یا مصرف داروهای سمی برای قلب را داشته‌اند.

کودکان: مقدار ۳۰ mg/m²/day در سه روز متوالی، هر چهار هفته یکبار تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰ mg, ۵۰ mg

EPIRUBICIN HCl

موارد مصرف اپی‌رویسین در درمان سرطان سینه مثانه میلوم مولتیپل لنفوم‌ها، لوسمی‌های حاد، سرطان رحم تخمدان پروستات و دستگاه گوارش مصرف شده است

مکانیسم اثر: اپی‌رویسین از دسته آنتی‌بیوتیک‌های ضدسرطان است و احتمالاً از طریق اتصال به DNA مانع ساخت اسیدهای هسته‌ای می‌شود.

فارماکوکینتیک اپی‌رویسین توسط کبد متابولیزه شده و عمدتاً از طریق صفرا دفع می‌شود. نیمه عمر دارو ۳۰-۴۰ ساعت است و از سد خونی - مغزی نیز عبور نمی‌کند.

عوارض جانبی لکوپنی یا عفونت التهاب مخاط دهان و التهاب ریوی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با آلپورینول کلشی‌سین سایر داروهای تضعیف‌کننده مغز استخوان رادیوتراپی و دانوروبیسین تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- اپی‌رویسین نباید در بیماران که قبلاً مقادیر تجمعی کامل اپی‌رویسین و دانوروبیسین را دریافت کرده‌اند،

مصرف شود.

۲- با مصرف اپی‌روبیسین در فواصل یک‌هفته‌ای ممکن است خطر عوارض جانبی قلبی و خونی کمتر شود.

۳- اپی‌روبیسین را باید بصورت تزریق‌وریدی آهسته تجویز کرد. به علت تحریک‌ورید در محل تزریق و احتمال خطر بروز ترومبوفلیت و نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ انفوزیون وریدی دارو توصیه نمی‌شود.

۴- اپی‌روبیسین موجب نکروز موضعی بافتها می‌شود به همین دلیل بصورت عضلانی یا زیرجلدی نباید تزریق شود.

مقدار مصرف اپی‌روبیسین به مقدار $135\text{mg}/\text{m}^2$ هر ۳ هفته یکبار یا $45\text{mg}/\text{m}^2$ برای سه روز متوالی هر ۳ هفته یکبار مصرف می‌شود. مقدار مصرف تام‌اپی‌روبیسین نباید از حدود $1\text{g}/\text{m}^2$ بیشتر شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg, ۵۰ mg

ESTRAMUSTINE

موارد مصرف استراموستین در درمان کارسینوما پروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استراموستین یک آلکیل‌کننده ضعیف بوده و ممکن است در بیماران مقاوم به استروژن مؤثر باشد. اثر دیگر آن مهار تقسیم میتوز است اثرات استروژنیک آن مشابه استرادیول است و از طریق تضعیف محور هیپوتالاموس - هیپوفیز سبب کاهش غلظت سرمی تستوسترون می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آن ۷۵ درصد است متابولیسم آن سریع بوده و در اثر عبور اولیه کبدی استراموستین به استرادیول (به مقدار جزئی، استرون و نیتروژن موستارد هیدرولیز می‌شود. نیمه‌عمر آن در فاز نهایی ۲۰ ساعت است و دفع آن از طریق صفرا و مدفوع است

موارد منع مصرف استراموستین در اختلالات ترومبوآمبولیک فعال انفارکتوس میوکارد، خونریزی مغزی و ترومبوفلیت فعال مگر در مواردی که خودتومور سبب عارضه ترومبوآمبولیک گردد، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود ترومبوفلیت سابقه درمان با استروژن زیادی کلسیم خون ناشی از بیماری متاستاتیک پستان و زخم معده باید با احتیاط مصرف شود.

۲- دارو یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا مصرف شود.

۳- هنگام مصرف دارو از مصرف شیر و سایر فرآورده‌های لبنی و داروهای حاوی کلسیم خودداری شود.

عوارض جانبی عارضه شایع استراموستین احتباس سدیم و مایعات در بدن (تورم پاها) است

تداخل‌های دارویی استراموستین با داروهایی که سمیت کبدی می‌دهند و استعمال دخانیات تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف یک دوره ۳۰-۹۰ روز برای ارزیابی اثربخشی دارو کافی است درمان با استراموستین ممکن است تا ظهور اثر مطلوب دارو ادامه یابد.

۲- گاهی اوقات برای رفع تهوع و استفراغ از فنوتیازین‌ها استفاده می‌شود ولی ممکن است شدت تهوع و استفراغ در بعضی از بیماران به حدی باشد که قطع درمان ضروری باشد.

مقدار مصرف در بزرگسالان در درمان کارسینوما پروستات به صورت خوراکی به میزان $600\text{mg}/\text{m}^2/\text{day}$ در سه مقدار منقسم

(یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا) یا $(16-10)\text{mg}/\text{kg}/\text{day}$

در سه یا چهار مقدار منقسم (یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا) تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۱۴۰ mg

ETOPOSIDE

موارد مصرف اتوپوزید در درمان کارسینوم ریه و بیضه به کار می‌رود. همچنین در درمان کارسینوم مثانه لنفوم‌های هوچکینی و غیرهوچکینی لوسمی حاد میلوسیتیک سارکوم اوینگگ و کاپوسی مصرف شده است مکانیسم اثر: اتوپوزید مهارکننده آنزیم توپوایزومراز II است و با اثر بر مرحله قبل از میتوز تقسیم سلولی ساخت DNA را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی فرم خوراکی حدود ۵۰٪ است انتشار آن در مایع مغزی - نخاعی متغیر و کم است متابولیسم دارو کبدی بوده نیمه عمر دارو حدود ۷ ساعت می‌باشد. دارو به‌طور عمد از طریق کلیه دفع می‌شود.

هشدار: قبل از هر بار مصرف دارو، دهان از نظر وجود زخم بررسی شود.

عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبول‌های سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی استئوماتیت کاهش اشتها، تهوع و استفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارویی باشند.

نکات قابل توصیه ۱ - در مورد شکل تزریقی برای جلوگیری از افت فشار خون به صورت انفوزیون و در مدت بیش از ۳۰-۶۰ دقیقه انجام شود. از راههای دیگر تزریق یا تزریق سریع وریدی خودداری شود.

۲ - تعداد گرانولوسیت‌ها ۷-۱۴ روز پس از تجویز و تعداد پلاکت‌ها ۹-۱۶ روز پس از تجویز به حداقل می‌رسد و در روز بیستم به میزان طبیعی برمی‌گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

در درمان کارسینوم سلولهای کوچک ریه ۷۰ mg/m²/day (به مدت ۴ روز) تا ۱۰۰ mg/m²/day (به مدت ۵ روز) تجویز می‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود.

تزریقی

در کارسینوم بیضه ۵۰-۱۰۰ mg/m²/day به صورت انفوزیون وریدی در روزهای اول و پنجم درمان تا ۱۰۰ mg/m²/day در روزهای اول و سوم و پنجم درمان تجویز می‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود. در کارسینوم ریوی با سلول‌های کوچک ۳۵ mg/m²/day به مدت ۴ روز تا ۵۰ mg/m²/day به مدت ۵ روز تجویز می‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۵ml

Capsule: ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

FLUOROURACIL

موارد مصرف فلوئورواوراسیل در درمان کارسینوم کولورکتال پستان معده ولوزالمعده به کار می‌رود. همچنین در درمان کارسینوم مثانه پروستات تخمدان دهانه رحم رحم ریه و کبد، سر و گردن ترشحات ناشی از تومور بدخیم در فضای جنب صفاق و پریکارد نیز

مصرف شده است فلوئورو اوراسیل در درمان کراتوز چندگانه ناشی از نور خورشید و کارسینوم پوست به کار می‌رود. این دارو در درمان التهاب لب ناشی از نور خورشید، لکوپنی مخاطی درماتیت ناشی از پرتو درمانی بیماری بوئن واریتروپلازی کوئیرات مصرف شده است

مکانیسم اثر: فلوئورو اوراسیل آنالوگ پیریمیدین است در چرخه سلولی به‌طور اختصاصی در فاز S تقسیم سلولی مؤثر است و با تبدیل به متابولیت فعال در بافت‌ها باعث مهار ساخت DNA و RNA می‌شود.

فارماکوکینتیک فلوئورو اوراسیل از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم دارو کبدی و سریع است نیمه عمر تزریق وریدی در فاز آلفا ۱۰-۲۰ دقیقه و در فاز بتا ۲۰ ساعت می‌باشد. دفع آن عمدتاً از طریق ریه‌ها (۶۰-۸۰ درصد) و کلیه‌ها (۷-۲۰ درصد) می‌باشد.

هشدارها: ۱- این دارو بسیار سمی است و به محض بروز اولین علائم مسمومیت مثل اسهال کاهش سلول‌های خون زخم و خونریزی گوارشی ازوفاگوفارنژیت خونریزی در هر عضوی استئوماتیت و استفراغ جهنده مصرف دارو باید قطع گردد. با این وجود می‌توان مصرف دارو را با مقدار مصرف کمتر بعد از برطرف شدن این علائم مجدد؟ از سر گرفت

۲- به دلیل امکان بروز سمیت عصبی از تزریق دارو در داخل غلاف نخاعی خودداری شود.

۳- از شکل دارویی کرم در بافت‌های با زخم خونریزی دهنده با توجه به جذب سیستمیک و بروز مسمومیت و نیز در کلوآسما و روزانه با احتیاط مصرف شود.

۴- در صورت بروز واکنش‌های التهابی وسیع روی پوست طبیعی بعد از مصرف کرم درمان متوقف شود. همچنین واکنش‌های التهابی و پاسخ بالینی به دارو روی پوست ضایعه دیده شامل قرمزی که با تاول همراه است حساس شدن به لمس زخم‌های سطحی نکروزه شدن و رشد بافت اپی تلیال بر روی ناحیه می‌باشد. در صورتی که این واکنش‌ها به مرحله زخم‌های سطحی و نکروزه رسید، مصرف دارو باید قطع شود. کورتیکواستروئیدهای موضعی پس از تکمیل درمان با دارو می‌تواند باعث تسریع در بهبود ضایعات شود. عوارض جانبی اسهال ازوفاگوفارنژیت کاهش گلبول‌های سفید یا عفونت استئوماتیت اولسراتیو، درماتیت و زخم گوارشی از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع فلوئورو اوراسیل می‌باشند.

واکنش‌های التهابی یا حساسیتی سوزش درماتیت تماسی افزایش حساسیت پوست به نور، خارش ترشح درد یا حساس شدن موضع به لمس از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع بعد از مصرف شکل دارویی کرم می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار باید در شروع درمان در بیمارستان بستری شود.

۲- مقدار مصرف نگهدارنده دارو

بر اساس نیازهای فردی هر بیمار و بر مبنای پاسخ‌های هماتولوژیک بیمار متناسب با مقدار مصرف قبلی تنظیم شود.

مقدار مصرف بعدی دارو، تنها پس از بهبود عوارض سمی مقدار قبلی باید

تجویز شود.

۳- اندازه‌گیری پلاکت هماتوکریت یا هموگلوبین و شمارش لکوسیت و پلاکت در ابتدا و طول درمان لازمست

۴- انفوزیون آهسته وریدی دارو (۲-۲۴ ساعت از سمیت دارو می‌کاهد، هر چند تزریق سریع داخل وریدی (۱-۲ دقیقه دارو مؤثرتر است

۵- قبل از مصرف کرم فلوئورو اوراسیل بیوپسی در شروع و طول درمان در صورتی که کراتوز ناشی از نور خورشید به درمان پاسخ نداده و یا پس از درمان مجدد؟ بروز نماید و نیز برای تأیید بهبود کارسینوم سطحی سلول‌های قاعده‌ای توصیه می‌شود.

۶- در صورت بروز لکه‌های صورتی و نرم در محل مصرف دارو قطع شود.

۷- احتمال بروز واکنش حساسیت به نور طی درمان با کرم فلوئورو اوراسیل و ۱-۲ ماه پس از خاتمه درمان وجود دارد، لذا از قرار

گرفتن در مقابل نور خورشید خودداری شود.

مقدار مصرف در درمان کارسینوما کولورکتال پستان معده لوزالمعده مئانه پروستات یا تخمدان ابتدا $7\text{-}12\text{ mg/kg/day}$ به مدت ۴ روز تجویز می‌شود که در صورت عدم بروز علائم مسمومیت ۳ روز بعد $7\text{-}10\text{ mg/kg}$ هر ۳ یا ۴ روز در میان به مدت ۲ هفته تزریق وریدی می‌شود. برنامه مصرف دارویی تواند به صورت 12 mg/kg/day به مدت ۴ روز باشد که در صورت ظاهر نشدن علائم مسمومیت 6 mg/kg یک روز در میان برای ۴-۵ روز تا مدت ۱۲ روز تکرار می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده $7\text{-}12\text{ mg/kg}$ هر ۷-۱۰ روز یکبار یا $300\text{-}500\text{ mg/m}^2\text{/day}$ برای ۴ یا ۵ روز است که هر ماه تکرار می‌شود.

در مورد افراد چاق یا بیمارانی که کهوز نشان بر اثر خیز، آسیت یا سایر موارد احتباس غیرعادی مایعات بالا رفته است توصیه می‌شود از وزن اصلی بدن بیمار (lean body mass) استفاده شود. فلوئورو اوراسیل را می‌توان به میزان 15 mg/kg یا $500\text{-}600\text{ mg/m}^2$ در هفته بدون مقدار مصرف اولیه نیز به کار برد. حداکثر مقدار مصرف تا 800 mg/day (یا 400 mg/day در بیماران با شدت بیماری کمتر) می‌باشد.

در درمان کراتوز ناشی از نور خورشید یا اشعه ماورا بنفش ۱-۲ بار در روز به میزانی که ضایعه را بپوشاند به کار می‌رود. در کارسینوم سطحی سلولهای قاعده‌ای دو بار در روز و به میزانی که ضایعات را بپوشاند به کار می‌رود. درمان باید حداقل ۳-۶ هفته و گاه تا ۱۲ هفته ادامه یابد.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg/ml

Topical Cream: ۵٪

HEXAMETHYLMELAMINE

موارد مصرف این دارو در درمان کارسینوم تخمدان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: از نظر ساختمانی شبیه الکیله کننده‌ها است ولی در خارج از بدن فعالیت الکیله کننده‌گی نشان نمی‌دهد. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد دارو ممکن است باعث مهار ساخت DNA و RNA شود.

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع و خوب است به دلیل متابولیسم سریع کبدی حداکثر غلظت پلاسمایی دارو متغیر است متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارو در فاز بتا $4/7\text{-}10/2$ ساعت و زمان رسیدن به حداکثر غلظت $0/5\text{-}3$ ساعت بوده دفع دارو کلیوی است

هشدارها: ۱- سمیت ناشی از دارو وابسته به مقدار مصرف و تجمعی است دارو باعث مهار فعالیت مغز استخوان و سمیت عصبی خفیف تا ملایم می‌شود.

۲- در صورت بروز خونریزی غیرعادی مدفوع قیری و سیاه خون در ادرار یا مدفوع و لکه‌های قرمز روی پوست باید به پزشک مراجعه شود.

عوارض جانبی کم خونی لکوپنی سمیت عصبی مثل اثرات CNS و نوروپاتی محیطی کاهش پلاکت‌های خون تهوع و استفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی هگزامتیل ملامین با داروهای مهارکننده منوآکسیداز (MAO) تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز عوارضی از قبیل عدم تحمل و عدم

پاسخ دستگاه گوارش به درمان علامتی وجود تهوع و استفراغ شدید، کاهش تعداد سلول‌های خونی و سمیت عصبی پیشرونده

مصرف دارو موقت؟ قطع شود. حداقل بعد از ۱۴ روز وقفه درمان با مقدار

کمتر دوباره شروع شود. در صورت

ادامه سمیت عصبی حتی بعد از کاهش مقدار مصرف باید مصرف دارو قطع شود.

۲- میزان سمیت عصبی متناسب با مقدار مصرف است سمیت عصبی با قطع مصرف دارو برگشت پذیر است لازم است در فواصل درمان آزمایشات نورولژیک انجام شود.

۳- برای کاهش عوارض گوارشی دارو بعد از غذا میل شود.

مقدار مصرف در درمان کارسینوم تخمدان $260 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ در چهار نوبت منقسم بعد از هر نوبت غذا و موقع خواب به مدت ۱۴-۲۱ روز متوالی از یک دوره ۲۸ روزه مصرف شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۱۰۰ mg

HYDROXYUREA

موارد مصرف هیدورکسی اوره در درمان کارسینوم تخمدان کنترل موضعی کارسینوم سلولهای سنگفرشی سر و گردن به استثناء لبها و کارسینوم پیشرفته پروستات در درمان لوسمی میلوپستییک مزمن و ملانوم بدخیم و پلی سیتی ورام مصرف می شود.

مکانیسم اثر: ظاهر؟ هیدورکسی اوره در مرحله S تقسیم سلولی اثر می گذارد و در ساخت DNA تداخل می نماید بدون آن که تأثیری بر ساخت RNA یا پروتئین داشته باشد.

فارماکوکینتیک هیدورکسی اوره به خوبی از مجرای گوارشی جذب می شود. متابولیسم آن کبدی است و از سد خونی مغزی عبور می کند و دفع آن کلیوی (۵۰ درصد به صورت تغییر نیافته و ریوی به صورت دی اکسید کربن است

عوارض جانبی کم خونی غیرطبیعی شدن ایتروسیت ها و لکوپنی از عوارض شایع هیدورکسی اوره هستند.

مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان در کارسینوم سر و گردن یا تخمدان یا ملانوم بدخیم مقدار $60-80 \text{ mg/kg}$ یا

$2-3 \text{ g/m}^2$ در یک مقدار مصرف واحد هر سه روز به صورت تنها یا همراه بارادیوتراپی و یا $20-30 \text{ mg/kg/day}$ در یک وعده و

در لوسمی میلوپستییک مزمن مقاوم روزانه به مقدار $20-30 \text{ mg/kg}$ به صورت یک جا و یا در دو وعده منقسم تجویز می شود.

اشکال دارویی

Capusle: ۵۰۰ mg

IDARUBICIN

موارد مصرف ایداروبیسین به همراه سایر داروهای ضد لوسمی برای درمان AML در بزرگسالان مصرف می شود.

مکانیسم اثر: ایداروبیسین از طریق واکنش با آنزیم توپوایزومراز II مانع ساخت اسیدهای هسته‌ای می شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دارو حدود ۲۲ ساعت است دفع دارو عمدتاً؟ صفراوی و به صورت متابولیت است ایداروبیسین تابیش از صد برابر غلظت پلاسمایی در سلولهای هسته دار خون و مغز استخوان تجمع می یابد.

هشدارها: ۱- اغلب بیمارانی که ایداروبیسین را با مقادیر درمانی مصرف می کنند به تضعیف شدید مغز استخوان مبتلا می شوند. این عارضه ممکن است منجر به مرگ بیمار ناشی از عفونت و یا خونریزی شدید شود.

۲- ایداروبیسین ممکن است باعث ایجاد عوارض سمی قلبی شود.

عوارض جانبی عفونت تهوع و استفراغ ریزش مو، اسهال و کرامپ‌های شکمی خونریزی و موکوزیت از عوارض شایع ایداروبیسین هستند.

نکات قابل توصیه ۱- ایداروبیسین باید آهسته و طی ۱۰-۱۵ دقیقه تزریق شود.

۲- ایداروبیسین هنگام تزریق نباید با سایر داروها مخلوط شود.

مقدار مصرف به منظور درمان AML مقدار $12 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ به مدت ۳ روز همراه با سیتارابین تزریق آهسته وریدی می‌شود. ممکن است مقدار $100 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ به مدت ۷ روز به صورت انفوزیون مداوم و یا 25 mg/m^2 به صورت تزریق واحد همراه با $200 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ به مدت ۵ روز به صورت انفوزیون مداوم نیز مصرف شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵ mg, ۱۰ mg

IFOSFAMIDE

موارد مصرف موارد مصرف ایفوسفامید تا حد زیادی مشابه سیکلوفسفامید است

مکانیسم اثر: این دارو ایزومر سیکلوفسفامید بوده و اثرات آلکیله کننده آن احتمالاً مشابه سیکلوفسفامید است

فارماکوکینتیک این دارو در کبد متابولیزه و فعال می‌گردد و نیمه عمر آن حدود ۳ روز است

عوارض جانبی عوارض سمی آن بر روی مجاری ادراری ممکن است بیشتر از سیکلوفسفامید باشد. تهوع استفراغ اختلالات سیستم عصبی مرکزی از جمله اغتشاش شعور و بی‌حالی از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

مقدار مصرف مقدار $1 \text{ g/m}^2/\text{day}$ به مدت ۵ روز تزریق وریدی می‌شود که هر ۳ هفته یکبار قابل تکرار است

اشکال دارویی

Injection: ۱g

(INTERFERONS (ALPHA

موارد مصرف آنترفرون آلفا در درمان لوسمی Hairy cell، کوندیلوماتا الکومیناتا، هپاتیت مزمن فعال non A و non B/C، سارکوم کاپوسی همراه با ایدز، کارسینوم مثانه کارسینوم کلیه لوسمی میلوپاتیستیک مزمن پایلوماتوزیس لارنژیال

لنفوم‌های غیرهوچکینی ملانوم بدخیم میلوم مولتیپل و میکوزفونگوئید مصرف می‌شود. این دارو همچنین در درمان کارسینوم دهانه رحم نیز مصرف شده است

مکانیسم اثر: آنترفرون‌ها اثر ضد ویروس ضد تکثیر و تقویت ایمنی دارند. فعالیت ضد ویروس و ضد تکثیر آن به علت تغییر در ساخت DNA و RNA و پروتئین‌های سلولی شامل انکوژن‌هاست آنترفرون همچنین باعث کاهش تکثیر سلول و نیز افزایش فعالیت فاگوسیتیک ماکروفاژها و اثرات سیتوتوکسیسته لنفوسیت‌ها بر روی سلول‌های هدف می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب عضلانی یا زیرجلدی دارو بیش از ۸۰٪ است متابولیسم دارو کلیوی است نیمه عمر آلفا ۲a رکامیننت بعد از تزریق عضلانی ۶-۸ ساعت و به صورت انفوزیون وریدی ۷/۳-۸/۵ ساعت است نیمه عمر آلفا ۲b رکامیننت بعد از تزریق عضلانی یا زیرجلدی ۲-۳ ساعت است با مقدار مصرف روزانه به صورت تزریق عضلانی ممکن است دارو در بدن تجمع یابد. زمان رسیدن به حداکثر اثر شکل رکامیننت آلفا ۲a با یک نوبت تجویز عضلانی ۳/۸ ساعت و از راه جلدی ۷/۳ ساعت است و برای رکامیننت آلفا ۲b به صورت یک نوبت تجویز عضلانی یا زیرجلدی ۳-۱۲ ساعت است

- هشدارها: ۱- در صورت حساس بودن بیمار به انترفرون آلفا ممکن است به انواع دیگر آن نیز حساسیت نشان دهد. بیماران حساس به ایمنو گلوبولین موش ممکنست به انترفرون رکامیننت آلفا ۲a نیز حساس باشند.
- ۲- به دلیل تفاوت در مقدار مصرف نمی توان انواع انترفرونهای آلفا را بدون دستور پزشک به جای هم مصرف نمود.
- ۳- در صورت وجود بیماری اتوایمون یا سابقه آن بیماری شدید قلبی مثل انفارکتوس میوکارد اخیر، دیابت ملیتوس مستعد به کتواسیدوز، بیماری ریه آبله مرغان زونا، اختلال کار CNS، سایکوز شدید یا سابقه ابتلاء به آن اختلالات تشنجی حساسیت به دارو، درمان هیپاتیت non A و non B/C، عیب کار تیروئید و کاهش فعالیت مغز استخوان با احتیاط فراوان مصرف شود.
- ۴- در صورت بروز خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری خون در ادرار یا مدفوع و بروز لکه های قرمز رنگ روی پوست با پزشک تماس گرفته شود.
- ۵- در صورت بروز عوارض جانبی شدید، کاهش مقدار مصرف تا ۵۰ درصد و یا قطع موقتی مصرف دارو پیشنهاد می شود.
- عوارض جانبی تغییر حس چشایی یا احساس طعم فلزی اسهال سرگیجه خشکی دهان سندرم شبه سرماخوردگی کاهش اشتها، تهوع و استفراغ ثورات جلدی خستگی غیرعادی کم خونی لکوپنی ترومبوسیتوپنی مسمومیت کبدی و کاهش نسبی میزان مو از عوارض جانبی مهم و نسبت؟ شایع دارو می باشد.
- نکات قابل توصیه ۱- کاهش اشتها و خستگی غیرعادی با ادامه مصرف بیشتر مشخص می شود و ممکن است نیاز به کاهش مقدار مصرف باشد. کم اشتهایی معمولاً طی ۴ هفته و خستگی غیرعادی هفته ها بعد از قطع دارو برطرف می شود. همچنین تهوع و استفراغ معمولاً ۳-۵ روز بعد از قطع مصرف دارو برطرف می گردد.
- ۲- تزریق زیرجلدی برای بیمارانی که ترومبوسیتوپنی دارند و یا خطر خونریزی در آنها وجود دارد، ترجیح داده می شود.
- ۳- کاهش فشار خون طی درمان یا تا ۲ روز بعد از درمان دیده می شود و نیاز به درمان کمکی جانشینی مایعات دارد. لازم است بیماران به خصوص در شروع درمان برای کاهش خطر افت فشار خون و ازدست رفتن مایعات فراوان مصرف کنند. گاهی نیز افزایش فشار خون مشاهده می شود که خفیف و گذرا می باشد.
- ۴- کاهش تعداد لکوسیت و پلاکت با مصرف انترفرون آلفا ۲b رکامیننت طی ۳-۵ روز درمان مشاهده می شود و ۳-۵ روز بعد از قطع مصرف دارو بهبود می یابد.
- ۵- سندرم شبه سرماخوردگی در اغلب بیماران و به طور قطع بیشتر در هفته اول درمان مشاهده می شود که به تدریج به علت مقاومت طی ۲-۴ هفته و با ادامه درمان کاهش می یابد. در صورت تکرار تب و سردرد و علائم شبه سرماخوردگی قبل و بعد از مصرف انترفرون ممکن است نیاز به استامینوفن باشد. در صورت تداوم سردرد کاهش مقدار مصرف دارو پیشنهاد شده است
- مقدار مصرف
- انترفرون آلفا ۲a: در درمان لوسمی Hairy cell به صورت عضلانی یا زیرجلدی ابتدا ۳ میلیون واحد در روز به مدت ۱۶ روز تا ۲۴ هفته مصرف می شود. برای درمان نگهدارنده به صورت عضلانی یا زیرجلدی ۳ میلیون واحد سه بار در هفته به کار می رود. در سارکوم کاپوسی همراه با ایدز به صورت عضلانی یا زیرجلدی ابتدا ۳۶ میلیون واحد در روز به مدت ۱۰-۱۲ هفته یا ۳ میلیون واحد در روز در روزهای اول تا سوم و ۹ میلیون واحد در روزهای چهارم تا ششم و ۱۸ میلیون واحد در روز در روزهای هفتم تا نهم درمان مصرف می شود و برای باقیمانده دوره ۱۰-۱۲ هفته ای روزی ۳۶ میلیون واحد تزریق می شود. در درمان نگهدارنده به صورت عضلانی یا زیرجلدی ۳۶ میلیون واحد سه بار در هفته تزریق می گردد.
- انترفرون آلفا ۲b: در درمان لوسمی Hairy cell به صورت عضلانی یا زیرجلدی ۲ میلیون واحد سه بار در هفته تزریق می شود. در درمان کوندیلوماتا آکومیناتا به صورت تزریق داخل ضایعه ۱ میلیون واحد در زگیل (تا ۵ زگیل سه بار در هفته یک روز در میان

به مدت سه هفته تجویز می‌شود. در صورتی که پاسخ دلخواه حاصل نشد، ۱۲-۱۶ هفته بعد از شروع درمان اولیه دوره دوم تجویز می‌شود. در صورتی که تعداد زگیل‌ها ۶-۱۰ عدد باشد می‌توان ۵ زگیل را در دوره اول و ۵ زگیل را در دوره دوم درمان نمود و در صورتی که بیشتر از ۱۰ زگیل باشد نیاز به دوره‌های بعدی می‌باشد. در سارکوم کاپوسی همراه با ایدز به صورت عضلانی یا وریدی ۳۰ میلیون واحد به ازای هر مترمربع سطح بدن سه بار در هفته تجویز می‌شود. در درمان هیپاتیت مزمن فعال non A و non B به صورت عضلانی یا زیر جلدی ۳ میلیون واحد سه بار در هفته تزریق می‌گردد و در صورت عود بیماری مقدار مصرف تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection

LEUCOVORIN

موارد مصرف لوکوورین پادزهر مسمومیت با آنتاگونیست‌های اسید فولیک مانند پیریمتامین متوترکسات یا ترمتوپریم می‌باشد. لوکوورین جهت جلوگیری از مسمومیت شدید ناشی از مصرف بیش از اندازه متوترکسات یا درمان با مقادیر زیاد این دارو به عنوان بخشی از برنامه‌های شیمی درمانی در درمان چند نوع سرطان مصرف می‌شود. همچنین لوکوورین برای درمان کم‌خونی‌های مگالوبلاستیک ناشی از اسپرو، کمبودهای تغذیه‌ای آبستنی و شیرخوارگی که درمان با اسید فولیک خوراکی در مورد آن عملی نیست به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: لوکوورین ممکن است از طریق رقابت با متوترکسات در فرآیند انتقال به داخل سلول مانع اثر متوترکسات روی سلول‌های مغز استخوان و مجرای گوارش شود اما ظاهر؟ بر مسمومیت کلیوی ناشی از مصرف متوترکسات بی‌تأثیر است. فارماکوکینتیک لوکوورین پس از مصرف خوراکی به سرعت جذب شده و مقادیر متوسطی از آن از سد خونی - مغزی عبور می‌کند و به مقدار زیاد در کبد تجمع می‌یابد. طول مدت اثر آن در همه راه‌های مصرف دارو ۳-۶ ساعت است میزان ۸۰-۹۰ درصد دارو از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود کم‌خونی پرنیسوز یا کمبود ویتامین B۱۲ نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در نقص کار کلیه به علت اشکال در دفع متوترکسات خطر مسمومیت افزایش خواهد یافت و ممکن است منجر به ضعف شدید مغز استخوان و التهاب مخاطها گردد.

۲- لوکوورین ممکن است دفعات بروز حملات صرعی را در کودکان مستعد افزایش دهد.

عوارض جانبی به صورت نادر بثورات جلدی کهیر، خارش یا خس خس سینه ناشی از مصرف دارو گزارش شده است. تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر زیاد لوکوورین ممکن است اثر ضد تشنج باربیتورات‌ها، هیدانتوئین و پریمیدون را خنثی کند. استفاده همزمان لوکوورین با فلوروووراسیل ممکن است ضمن افزایش اثرات درمانی آثار سمی فلوروووراسیل را نیز افزایش دهد. اگر چه این دو دارو ممکن است در مواردی با هم مصرف شوند.

نکات قابل توصیه در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شد فوراً؟ به پزشک مراجعه گردد مصرف مقادیر اضافی لوکوورین ممکن است لازم باشد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان و کودکان به عنوان پادزهر متوترکسات ۱۰ mg/m² هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. برای پیریمتامین یا تری متوپریم

به منظور پیش‌گیری از مسمومیت مقدار ۰/۴-۵ میلی‌گرم لوکوورین همراه با هر نوبت مصرف داروی آنتاگونیست اسید فولیک مصرف می‌شود و به منظور درمان مقدار ۵-۱۵ mg/day لوکوورین مصرف می‌شود. در کم‌خونی مگالوبلاستیک ناشی از کمبود فولات حداکثر تا مقدار ۱ mg/day مصرف می‌شود.

تزریقی

به عنوان پادزهر آنتاگونیست‌های اسید فولیک برای متوترکسات ۱۰ mg/m² هر ۶ ساعت تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود. برای پیش‌گیری از مسمومیت ناشی از پیریمتامین یا تری‌متوپریم مقدار ۰/۴-۵ میلی‌گرم لوکوورین همراه با هر نوبت مصرف داروی آنتاگونیست اسید فولیک عضلانی تزریق می‌شود و به منظور درمان مقدار ۵-۱۵ mg/day لوکوورین تزریق عضلانی می‌گردد. در کم‌خونی مگالوبلاستیک ناشی از کمبود فولات حداکثر تا مقدار ۱ mg/day تزریق عضلانی می‌شود. در درمان کارسینومای کولورکتال به صورت وریدی ۳۰۰ mg/m² در حداقل سه دقیقه و به دنبال آن ۳۷۰-۴۲۵ mg/m² فلوروآوراسیل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰ mg, ۳ mg/ml, ۲۵ mg/۵ ml

Tablet: ۱۵ mg

LOMUSTINE

موارد مصرف لوموستین در درمان تومورهای مغزی دستگاه گوارش ریه لنفوم هوچکینی کلیه پستان میولم مولتیپل و ملانوما بدخیم به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: لوموستین از دسته داروهای آلکیل‌کننده است و به همراه متابولیت‌هایش با عمل DNA و RNA تداخل کرده و با مهار واکنش‌های آنزیمی ساخت DNA را نیز مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی لوموستین خوب و سریع بوده و از سد مغزی - خونی نیز عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی و سریع است و به متابولیت‌های فعال تبدیل می‌شود. دفع آن کلیوی است لوموستین چرخه روده‌ای - کبدی نیز دارد.

عوارض جانبی کاهش ایمنی کاهش سلول‌های خونی و عفونت از عوارض شایع این دارو است

نکات قابل توجه ۱ - درمان با لوموستین را باید تنها در صورت مؤثر بودن ادامه داد. اگر پس از ۱-۲ دوره درمان پاسخی به دست نیامد احتمال مؤثر بودن دارو بسیار کم است

۲ - گاهی اوقات واکنش‌های مقاومت متقاطع بین کارموستین و لوموستین دیده شده است

۳ - تجویز داروهای ضد استفراغ پیش

از مصرف دارو و همچنین مصرف دارودر حالت ناشتا، در بعضی موارد از

شدت و دفعات تهوع و استفراغ کاسته است

۴ - به علت اثرات تجمعی و دیررس کاهش فعالیت مغز استخوان ناشی از لوموستین دارو نباید با فواصل کمتر از شش هفته تجویز گردد.

مقدار مصرف مقدار ۱۳۰-۱۰۰ mg/m² به صورت واحد مصرف می‌شود که هر شش هفته یکبار می‌توان آن را تکرار نمود.

وقتی با سایر داروها به صورت ترکیبی مصرف می‌شود مقدار مصرف کاهش می‌یابد. در بیماران که مبتلا به کاهش فعالیت مغز

استخوان هستند مقدار 100 mg/m^2 به صورت مقدار واحد مصرف می شود که هر شش هفته یکبار تکرار می شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۴۰ mg

MELPHALAN

موارد مصرف ملفالان در درمان کارسینومای تخمدان پستان بیضه و میولم مولتیپل مصرف می شود.

مکانیسم اثر: ملفالان داروی گروه آلکیل کننده است و در چرخه سلولی به طور غیر اختصاصی اثر می کند. اثر این دارو عمدتاً مربوط به ایجاد اتصال بین

دو رشته مولکولی DNA و RNA و مهار ساخت پروتئین است همچنین تا حدی دارای فعالیت کاهنده ایمنی نیز می باشد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آن ناقص و متغیر است در مایعات و بافتهای بدن غیرفعال شده ولی در خون به مدت شش ساعت فعال باقی می ماند. نیمه عمر آن تقریباً ۹۰ دقیقه است دفع آن از طریق کلیه و مدفوع می باشد.

هشدارها: در صورت وجود انفیلتراسیون سلولی تومور مغز استخوان و سابقه درمان با داروهای سمی برای سلول یا پرتو درمانی طی ۳-۴ هفته قبل از مصرف ملفالان دارو با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی نوتروپنی یا عفونت و کاهش پلاکت های خون از عوارض شایع این دارو است

نکات قابل توصیه ۱- مقدار مصرف این دارو باید بر اساس نیازهای فردی هر بیمار و مبتنی بر پاسخ های بالینی و میزان کاهش فعالیت مغز استخوان به خصوص به علت جذب غیر قابل اطمینان ملفالان تنظیم شود.

۲- آشامیدن آب کافی و گاهی تجویز آلپورینول به منظور جلوگیری از نوروپاتی در بیماران مبتلا به لوسمی و لنفوم توصیه می شود. همچنین ممکن است قلیایی کردن ادرار نیز لازم شود.

۳- توصیه می شود که در صورت بروز لکوپنی کاهش گلبول های سفید یا پلاکت خون درمان با ملفالان قطع شود. هنگامی که نتایج معاینات بالینی و آزمایشگاهی رضایت بخش گردید می توان درمان را ادامه داد.

مقدار مصرف در میولم مولتیپل مقدار 0.15 mg/kg/day به مدت هفت روز مصرف می شود که یک دوره وقفه تجویز حداقل سه هفته ای به دنبال دارد. مقدار مصرف نگهدارنده 0.05 mg/kg/day خواهد بود. در روش دیگر مقدار 0.25 mg/kg/day

برای چهار روز مصرف می شود که یک دوره استراحت ۲-۴ هفته ای به دنبال دارد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲-۴ mg/day است در روش سوم مصرف مقدار $7 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ یا 0.25 mg/kg/day به مدت ۵ روز می باشد که هر ۵-۶ هفته یکبار تکرار

می شود. تنظیم مقدار مصرف باید طوری باشد که حداقل اثر کاهنده گویچه های سفید و پلاکت ها بروز نماید. در درمان کارسینوم تخمدان 0.2 mg/kg/day به مدت ۵ روز مصرف می شود که هر ۴-۶ هفته در صورت بازگشت تعداد سلولهای خونی

به مقدار طبیعی تکرار می گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg

MERCAPTOPYRINE

موارد مصرف مرکاپتوپورین در درمان لوسمی های لنفوسیتیک حاد، میلو مونوسیتیک حاد و میلو سیتیک حاد و درمان لوسمی

میلوسیتیک مزمن لنفوم‌های غیرهوچکینی پلی‌سیتمی ورا، بیماری التهابی روده و آرتریت ناشی از پسوریازیس مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: مرکاپتوپورین آنتی‌متابولیت و آنالوگ پورین است در چرخه تقسیم سلولی به‌طور اختصاصی در مرحله S عمل کرده و با فعال شدن در بافتها باعث مهار ساخت DNA و تا حدی RNA می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب دارو از مجرای گوارش متغیر و ناقص (تا ۵۰ درصد) است از سد خونی - مغزی عبور می‌کند اما نه به‌میزانی که برای درمان لوسمی مننژیال کافی باشد. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۳ مرحله‌ای و به‌ترتیب ۴۵ دقیقه ۲/۵ ساعت و ۱۰ ساعت بوده و دفع دارو کلیوی است

هشدارها: ۱- مصرف دراز مدت مرکاپتوپورین در بیماریهای غیرنئوپلاسمی به‌علت اثرات بالقوه سرطان زایی دارو، با احتیاط فراوان انجام شود.

۲- چون ممکن است اثرات مرکاپتوپورین دیررس باشد، توصیه می‌شود به محض مشاهده اولین علائم کاهش گلبولهای سفید (به‌خصوص گرانولوسیتوپنی یا ترومبوسیتوپنی خونریزی و یا یرقان درمان با دارو فوراً قطع شود. پس از بازگشت تعداد لکوسیتها برای ۲-۳ روز و یا افزایش تعداد آن درمان را می‌توان بانصف مقدار اولیه از سر گرفت

۳- کاهش گلبولهای سفید و ترومبوسیتوپنی (معمولاً خفیف ممکن است ۵-۶ روز پس از شروع درمان ایجاد و به‌مدت ۷ روز پس از قطع مصرف دارو ادامه یابد.

عوارض جانبی کم‌خونی مسمومیت کبدی یا انسداد صفراوی کاهش ایمنی کاهش گلبول‌های سفید یا عفونت ترومبوسیتوپنی افزایش اسید اوریک خون نروپاتی ناشی از اسید اوریک کاهش اشتها، تهوع و استفراغ زخم گوارشی و استئوماتیت از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- در مواردی که بیمار ۳۰۰-۶۰۰ mg/day آلپورینول (برای پیشگیری از هیپراوریسمی یا کند شدن متابولیسم مرکاپتوپورین مصرف می‌کند، میزان مصرف دارو باید به ۱/۴ تا ۱/۳ مقدار مصرف کاهش یابد.

۲- در لوسمی حاد با وجود ترومبوسیتوپنی و خونریزی درمان ادامه یابد چون در بعضی موارد توقف خونریزی و افزایش تعداد پلاکت‌ها در حین درمان دیده شده است و در مواردی نیز تجویز پلاکت توصیه شده است
مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی میلویتیک حاد و لوسمی میلویتیک حاد، ابتدا ۲/۵ mg/kg/day یا ۸۰-۱۰۰ mg/m²/day به‌صورت مقدار واحد یا در مقادیر منقسم به کار می‌رود. اگر پاسخ بالینی مناسب و کاهش لکوسیت‌ها ۴ هفته پس از مصرف این مقدار دیده نشد، مقدار مصرف را می‌توان تا ۵ mg/kg/day افزایش داد. به‌عنوان مقدار نگهدارنده به‌میزان ۱/۵-۲/۵ mg/kg/day یا ۵۰-۱۰۰ mg/m²/day مصرف می‌شود. در درمان بیماری التهابی روده ۱/۵ mg/kg/day مصرف می‌شود که در صورت نیاز تنظیم می‌شود. اگر پاسخ بالینی مناسب و کمی گلبولهای سفید پس از ۲-۳ ماه حاصل نشد می‌توان مقدار مصرف را تدریجاً تا ۲/۵ mg/kg/day افزایش داد.

کودکان در درمان لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی میلویتیک حاد و لوسمی میلویتیک حاد، مقدار ۲/۵ mg/kg/day یا ۷۵ mg/m²/day به‌صورت مقدار واحد یا در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

MESNA

موارد مصرف مسنا در پیشگیری از سیستیت هموراژیک در بیماران تحت درمان یا ایفوسفامید و سیکلوفسفامید مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: مسنا در کلیه به متابولیت‌های سیکلوفسفامید و ایفوسفامید متصل و اثرات سمی آنها را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر مسنا ۰/۳۶ ساعت و دفع آن کلیوی است.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی اسهال تهوع و استفراغ از عوارض شایع مسنا هستند.

مقدار مصرف برای پیشگیری از سیستیت هموراژیک ناشی از مصرف ایفوسفامید مسنا به میزان ۲۰ درصد وزنی مقدار مصرف ایفوسفامید همزمان تزریق‌وریدی می‌شود این مقدار چهار و هشت ساعت بعد نیز تکرار می‌شود. مقدار مصرف تام مسنا در روز معادل ۶۰ درصد مقدار مصرف تام ایفوسفامید در روز است.

اشکال دارویی

Injection: ۴۰۰ mg/۴ml

METHOTREXATE

موارد مصرف متوترکسات در درمان کارسینوم پستان سر و گردن ریه تومور ترئوفوبلاستیک لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی منژیال لنفومهای غیر هوچکینی میکوزفونگوئید، استئوسارکوما، پسوریازیس و آرتریت روماتوئید به کار می‌رود. همچنین در درمان کارسینوم گردن رحم تخمدان مثانه کلیه پروستات و بیضه لوسمی میلو سیتیک حاد، میلوم مولتیپل آرتریت ناشی از پسوریازیس و در مایووزیت نیز مصرف شده است.

مکانیسم اثر: متوترکسات آنتی متابولیت و آنالوگ اسید فولیک است که با اتصال به دی‌هیدروفولات ردوکتاز از احیای دی‌هیدروفولات به تتراهیدروفولات جلوگیری می‌کند و در نتیجه باعث مهار ساخت DNA، RNA، تیمیدیلات و پروتئین می‌شود. سلولهایی که تکثیر سریع دارند بیش از سایر سلولهای تحت تأثیر این دارو قرار می‌گیرند.

فارماکوکینتیک جذب دارو بسیار متغیر است از سد خونی - مغزی به مقدار کم عبور می‌کند، در حالی که پس از تزریق از راه غلاف طناب نخاعی به راحتی وارد جریان خون مغزی می‌شود. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر نهایی با مقادیر مصرف پایین ۳-۱۰ ساعت و در مقادیر بالا ۸-۱۵ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به حداکثر غلظت سرمی بعد از مصرف خوراکی ۱-۲ ساعت و بعد از تزریق عضلانی ۳۰-۶۰ دقیقه می‌باشد. دفع دارو عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف در نارسایی سیستم ایمنی به عنوان داروی ضد نئوپلاسم جز در موارد خاص نباید مصرف شود. در موارد غیر نئوپلاسم نیز در صورت وجود نارسایی ایمنی عیب شدید کار کلیه و کبد و کاهش فعالیت مغز استخوان نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- با توجه به اثرات سرطان زایی بالقوه دارو، مصرف طولانی مدت آن در موارد غیر نئوپلاسم باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- در آسیت انسداد مجرای گوارش وجود ترشحات جنب یا صفاق موکوزیت زخم گوارشی و کولیت اولسراتیو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۳- در صورت بروز اسهال یا استئوماتیت اولسراتیو مصرف دارو قطع شود چون احتمال انتریت خونریزی دهنده و پرفوراسیون کشنده وجود دارد. همچنین در صورت بروز علائم ریوی (به خصوص سرفه‌های خشک و آزار دهنده مصرف دارو قطع شود چون خطر مسمومیت ریوی برگشتناپذیر وجود دارد.

۴- درمان با مقادیر زیاد متوترکسات را نباید آغاز کرد، مگر این که لکوپورین (برای جلوگیری از عوارض خونی و گوارشی در دسترس باشد. همچنین باید لکوپورین را پس از مصرف متوترکسات تجویز کرد (نه همزمان تا با اثر ضد نئوپلاسم آن تداخل نکند.

۵- درمان نئوپلاسم با متوترکسات را

نباید آغاز کرد مگر اینکه کلیرانس

کراتینین و غلظت کراتینین سرم در حد طبیعی باشد.

عوارض جانبی زخم و خونریزی گوارشی اسهال پرفوراسیون گوارشی (ممکنست کشنده باشد)، کاهش گلبولهای سفید خون عفونت باکتریایی یا سپتی سمی کاهش پلاکت‌های خون استئوماتیت زخم ژنژیویت فارنژیت کاهش اشتها، تهوع و استفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع متوترکسات می‌باشند. در درمان نئوپلاسم با مقادیر بالا عوارض شایع شامل نارسایی کلیه ازتمی هیپراوریسمی نفروپاتی حاد، سمیت حاد ناشی از مسمومیت با دارو، واسکولیت پوستی یا آفتاب سوختگی و افزایش اریتروماتوز ناشی از درمان با اشعه UV می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم دارو با آسیکلوویر تزریقی داروهای هپاتوتوکسیک داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی آسپارازیناز و سالیسیلات‌ها، باعث تشدید عوارض سمی متوترکسات می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- احتمال بروز و شدت عوارض جانبی به خصوص مسمومیت کبد به فواصل زمانی و طول مصرف دارو بستگی دارد.

۲- در تزریق دارو از راه غلاف طناب نخاعی مقادیر زیادی متوترکسات وارد جریان خون می‌شود و در بیمارانی که به‌طور سیستمیک نیز دارو دریافت می‌کنند برای جلوگیری از سمیت تنظیم مجدد مقدار مصرف سیستمیک توصیه می‌شود.

۳- تعداد لکوسیتها و پلاکت‌ها ۷-۱۰ روز بعد از تجویز دارو به حداقل می‌رسد و ۷ روز بعد به میزان طبیعی برمی‌گردد.

۴- در بیماران مبتلا به آسیت انسداد مجرای گوارش وجود ترشحات جنب یا صفاق و عیب کار کلیه ممکن است مقادیر بیشتر و یا مدت زمان مصرف طولانی‌تر لکوپورین لازم باشد، توصیه می‌شود طول مدت مصرف لکوپورین براساس غلظت پلاسمايي متوترکسات تعیین گردد.

۵- در درمان پسوریازیس زمانی که پاسخ بالینی مطلوب به دست آمد توصیه می‌شود که مقادیر دارو تدریجاً کاهش داده شود و زمان استراحت (قطع مصرف دارو) را به حداکثر زمانی که پاسخ مناسب را ایجاد کند، افزایش یابد. توصیه می‌شود که هر چه سریعتر از درمانهای موضعی معمول در درمان پسوریازیس استفاده شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان کوریو کارسینوما، کوریوادم تخریبی و مول هیداتیدفرم از راه عضلانی ۱۵-۳۰ mg/day به مدت ۵ روز تزریق می‌شود که ۳-۵ بار به فاصله ۱-۲ هفته تکرار می‌شود. در لوسمی حاد لنفوسیتیک مقدار اولیه ۳/۳ mg/m²/day همراه با پردنیزون یا سایر داروهای ضد سرطان به کار می‌رود. مقدار مصرف نگهدارنده ۳۰ mg/m² در هفته می‌باشد.

در لنفوم بورکیت به میزان ۱۰-۲۵ mg/m²/day به مدت ۴-۸ روز به کار می‌رود که هر ۷-۱۰ روز تکرار می‌شود. در لنفوسارکوما میزان ۰/۶۲۵-۲/۵ mg/kg/day به کار می‌رود. در میکوزفونگوئید ۲/۵-۱۰ mg/day برای هفته‌ها یا ماهها مصرف می‌شود. در پسوریازیس یا آرتریت روماتوئید یا آرتریت ناشی از پسوریازیس ابتدا ۲/۵-۵ میلی گرم هر ۱۲ ساعت برای سه نوبت ۱ بار در هفته سپس به میزان حداکثر ۲/۵-۲۰ میلی گرم در هفته افزایش می‌یابد. یا ابتدا ۱۰ میلی گرم یکبار در هفته که حداکثر تا ۲۵ میلی گرم در هفته بر حسب نیاز افزایش می‌یابد. به دلیل حساسیت به دارو و تفاوت‌های فردی پیشنهاد شده مقدار مصرف اولیه تست در کمترین میزان داده شود.

کودکان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدار ۲۰-۴۰ mg/m² یکبار در هفته مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در لوسمی مننژیال از راه غلاف طناب نخاعی ابتدا ۱۲ میلی گرم هر ۲-۵ روز تا زمانی که شمارش سلولهای مایع مغزی - نخاعی به حد طبیعی برسد، تزریق می شود. به عنوان پیشگیری ۱۲ میلی گرم در فواصلی که از طریق پاسخ بالینی به دست می آید مصرف می شود. در کوریو کارسینوما، کوریو ادنوم تخریبی یا مول هیداتیرفم از راه عضلانی ۳۰-۱۵ mg/day به مدت ۵ روز که ۳-۵ مرتبه هر ۱-۲ هفته تکرار می شود، در لوسمی حاد لنفوسیتیک ابتدا ۳/۳۱ mg/m²/day از راه عضلانی همراه با پردنیزون یا سایر داروهای به کار می رود. مقدار مصرف نگهدارنده از راه عضلانی ۳۰ mg/m² در هفته یا از راه وریدی ۲/۵ mg/kg هر ۱۴ روز می باشد.

در میکوزفونگوئید از راه عضلانی ۵۰ میلی گرم یکبار در هفته یا ۲۵ میلی گرم دوبار در هفته به کار می رود. در پسوریازیس یا آرتريت روماتوئید از راه عضلانی یا وریدی ۱۰ میلی گرم یکبار در هفته که بر حسب نیاز تا ۲۵ میلی گرم افزایش می یابد. کودکان در لوسمی مننژیال در کودکان زیر یکسال از طریق تزریق داخل نخاعی ۶ میلی گرم کودکان یک ساله ۸ میلی گرم کودکان دو ساله ۱۰ میلی گرم کودکان ۳ ساله یا بیشتر ۱۲ میلی گرم هر ۲-۵ روزه کار می رود تا شمارش سلولی مایع مغزی - نخاعی به حد طبیعی باز گردد. به عنوان ضد نئوپلاسم ۲۰-۴۰ mg/m² از راه عضلانی یکبار در هفته به کار می رود.

به طور کلی توصیه شده اولین تزریق لکوروین ۲۴-۴۲ ساعت پس از انفوزیون مقادیر زیاد متوترکسات (یا طی یک ساعت پس از مصرف مقادیر بیش از حد آن صورت گیرد. مقدار مصرف لکوروین باید به اندازه ای باشد که غلظت خونی آن مساوی یا بیشتر از مقادیر خونی متوترکسات باشد. مدت زمان تجویز لکوروین بسته به مقدار مصرف متوترکسات و غلظت های پلاسمایی حاصل از آن متغیر است

اشکال دارویی

Injection: ۲.۵ mg-۱۰۰ mg

Tablet: ۲.۵ mg

MITOMYCIN

موارد مصرف میتومایسین در درمان کارسینوماهای معده لوزالمعده کلورکتال پستان سر و گردن مجاری صفراوی ریه گردن رحم مثانه و لوسمی میلویتیک مزمن مصرف می شود.

مکانیسم اثر: میتومایسین بعد از فعال شدن توسط آنزیمها در بافتها به عنوان یک داروی آلکیله کننده با دو یا سه گروه فعال عمل می کند. میتومایسین موجب اتصال دورشته DNA بهم شده و ساخت DNA و نیز تا حدی ساخت RNA و پروتئین را مهار می کند. فارماکوکینتیک متابولیسم میتومایسین عمدتاً در کبد صورت می گیرد. نیمه عمر آن در مرحله نهائی حدود ۵۰ دقیقه بوده دفع آن کلیوی است

هشدارها: اگر طی تزریق وریدی دارو به بافتهای اطراف رگ نشد باید تزریق را بلافاصله متوقف و بقیه دارو را از طریق یک ورید دیگر تجویز کرد. برداشتن ناحیه آسیب دیده توسط جراحی ممکن است لازم شود.

عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون یا عفونت - و ترومبوسیتوپنی از عوارض شایع میتومایسین هستند.

نکات قابل توصیه ۱ - میتومایسین را معمولاً از طریق یک کاتتر وریدی تزریق می کنند.

۲ - به علت ایجاد نکروز موضعی بافتها، نباید میتومایسین را به صورت عضلانی یا زیرجلدی تزریق کرد.

۳ - میتومایسین را برای درمان بعضی از تومورها به صورت تزریق شریانی (مثلاً در شریان کبدی تجویز می کنند).

۴- دوره درمان بعدی با میتومايسين بايد تنها زمانی که سلولهای خونی به تعداد قابل قبول بازگشتند، انجام شود.

۵- اگر بیماران پس از دو دوره درمان پاسخ لازم را به میتومايسين ندادند به نظر نمی‌رسد که درمان با میتومايسين در آنها نتیجه‌ای داشته باشد.

مقدار مصرف به میزان ۱۰-۲۰ mg/m² به صورت مقدار واحد هر ۶-۸ هفته یکبار تزریق وریدی می‌شود. مقدار مصرف در نوبتهای بعدی بر مبنای تعداد پلاکت‌ها و لکوسیت‌ها تعیین می‌گردد. مصرف مقادیر بیش از ۲۰ mg/m² اثر درمانی بیشتری نداشته و تنها خطر مسمومیت را افزایش می‌دهد.

اشکال دارویی

Injection: ۲ mg

MITOTANE

موارد مصرف میتوتان در درمان کارسینوماي بخش قشری غده فوق کلیوی غیرقابل جراحی و سندرم کوشینگ مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: میتوتان ظاهر؟ فعالیت

بخش قشری غده فوق کلیوی را کاهش می‌دهد. مکانیسم اثر آن ممکن است در ارتباط با کاهش فعالیت غده فوق کلیوی باشد. فارماکوکینتیک تقریباً ۳۵-۴۰ درصد جذب خوراکی داشته و در تمام بافتها منتشر می‌شود. متابولیسم آن کبدی و کلیوی است نیمه عمر دارو ۱۸-۱۵۹ روز است کاهش غلظت ۱۷-هیدروکسی کورتیکوستروئید طی ۲-۳ روز پس از شروع درمان حاصل شده و پاسخ تومور به درمان ممکن است شش هفته طول بکشد. غلظت‌های پلاسمایی قابل اندازه‌گیری این دارو حتی ۶-۹ هفته پس از خاتمه درمان نیز باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت وجود عفونت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد ابتلا به بیماریهای کبدی کاهش مقدار مصرف دارو ممکن است لازم باشد.

۲- اگر جراحی عفونت یا سایر بیماریها عارض شوند، به علت احتمال بروز نارسایی غده فوق کلیوی ممکن است به تجویز داروهای استروئیدی نیاز باشد.

عوارض جانبی نارسایی بخش قشری غده فوق کلیوی تیره شدن پوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی کاهش اشتها، افسردگی روانی تهوع و استفراغ بثورات جلدی خستگی از عوارض شایع میتوتان هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان میتوتان با داروهای تضعیف دستگانه عصبی مرکزی ممکن است باعث تشدید اثرات دارو شود. گلوکوکورتیکوئیدها، مینرالو کورتیکوئیدها و کورتیکوتروپین (ACTH) با اثرات میتوتان تضاد دارند.

نکات قابل توصیه ۱- درمان اولیه تا زمانی که مقدار مصرف تثبیت شود، باید در بیمارستان صورت گیرد.

۲- مقدار مصرف دارو باید با توجه به میزان حداکثر قابل تحمل برای هر بیمار و مبتنی بر وجود عوارض جانبی و بهبود پاسخهای بالینی تنظیم شود.

۳- معمولاً در بیماران تحت درمان با میتوتان درمان با گلوکوکورتیکوئیدها لازم می‌شود. درمان با مینرالو-کورتیکوئیدها نیز به خصوص در درمان طولانی مدت ممکن است لازم شود. پس از خاتمه درمان با میتوتان تا زمانی که عملکرد بخش قشری غده فوق کلیوی به حالت عادی برگشته است درمان با استروئیدها را باید ادامه داد.

۴- به نظر می‌رسد که درمان مداوم با حداکثر میزان قابل تحمل میتوتان مؤثرتر از درمان متناوب است

۵- مدت درمان نیز به پاسخهای بالینی بستگی دارد. تنها ۱۵ درصد بیماران که با حداکثر مقدار قابل تحمل به مدت سه ماه درمان

شده ولی به درمان پاسخ نداده‌اند، با ادامه درمان پاسخ بالینی نشان می‌دهند.

۶- توصیه می‌شود که در صورت بروز شوک یا ضربه شدید فوراً؟ و به‌طور موقت درمان با میتوتان قطع شود و استروئید تجویز گردد زیرا ممکن است کاهش فعالیت غده فوق کلیوی پاسخ طبیعی به این استرس را مختل نماید.
مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان کارسینومای بخش قشری غده فوق کلیوی مقدار مصرف اولیه ۸-۱۰ g/day است که در سه یا چهارمقدار منقسم مصرف می‌شود. این مقدار را می‌توان تا بروز عوارض جانبی افزایش داد. باید توجه داشت که حداکثر مقدار قابل تحمل دارو بین ۲-۱۶ g/day متغیر است برای درمان سندرم کوشینگ مقدار شروع ۳-۶ g/day در سه یا چهارمقدار منقسم است و مقدار نگهدارنده ۰/۵ گرم دو بار در هفته تا ۲ g/day متغیر می‌باشد.

کودکان به‌عنوان درمان کارسینومای بخش قشری غده فوق کلیوی مقدار

۰/۱-۰/۵ mg/kg و یا ۱-۲ g/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود که به تدریج به ۵-۷ g/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

MITOXANTRONE

موارد مصرف میتوکسانترون در درمان لوسمی‌های حاد میلوستیک پرومیلوستیک منوسیتیک و لوسمی حاداریتروئید، سرطان پستان کبد و لنفوم‌های غیرهوچکینی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو با اتصال به DNA سبب مهار ساخت DNA و RNA می‌شود.

فارماکوکینتیک میتوکسانترون به سرعت و به‌طور وسیع در بافت‌هایی چون تیروئید، کبد، قلب و گلبول‌های قرمز خون منتشر می‌شود. متابولیسم آن کبدی بوده و نیمه‌عمر آن حدود ۶ روز می‌باشد. دفع آن از طریق صفرا و مدفوع تا ۲۵ درصد طی ۵ روز پس از مصرف است

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا به اختلال فعالیت قلب باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی سرفه تنفس کوتاه خونریزی دستگاه گوارش کاهش گلبول‌های سفید یا عفونت معده درد، التهاب‌دهان و مخاط آن از عوارض جانبی شایع میتوکسانترون است

نکات قابل توصیه ۱- میتوکسانترون نباید به داخل غلاف نخاعی تزریق گردد.

۲- مقدار مصرف تکمیلی دارو پس از رفع اثرات سمی هماتولوژیکی آن قابل تجویز است

مقدار مصرف در درمان لوسمی‌های حاد میلوستیک و پرومیلوستیک و اریتروئید مقدار اولیه ۱۲ mg/m²/day یک تا سه روز حداقل طی ۳ دقیقه انفوزیون

وریدی می‌شود. میتوکسانترون به صورت ترکیبی با ۱۰۰ mg/m² سیتارابین به صورت انفوزیون وریدی طی ۲۴ ساعت برای ۱-۷ روز هم تجویز می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۱۲ mg/m²/day است که برای ۱-۲ روز انفوزیون وریدی می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده به صورت ترکیبی با سیتارابین ۱۰۰ mg/m²/day است که

طی ۲۴ ساعت برای ۱-۵ روز انفوزیون وریدی می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده به فاصله ۶ هفته پس از مقدار مصرف

اولیه و در صورت مصرف ترکیبی ۴ هفته پس از مصرف اولیه تجویز می‌شود. در درمان سرطان پیشرفته پستان و لنفوم‌های غیر هوچکینی به میزان ۱۴ mg/m² انفوزیون وریدی می‌شود که در فواصل ۲۱ روز تکرار می‌گردد. در بیماران که دچار ضعف

فعالیت مغزاستخوان هستند مقدار مصرف اولیه ۱۲ mg/m² خواهد بود.

اشکال دارویی

Injection: ۲ mg/ml

OCTREOTIDE

موارد مصرف اوکترئوتاید در درمان تومورهای کارسینوئید، ترشح کننده گلوکاگن ترشح کننده VIP (Vasoactive Intestinal Peptide) و آکرومگالی مصرف می شود.

مکانیسم اثر: این ترکیب مشتق صناعی هورمون سوماتوستاتین است که ۴۵ بار از سوماتوستاتین قویتر است این دارو، آزاد شدن هورمون رشد و هورمون‌های لوزالمعده را مهار می کند.

فارماکوکینتیک از راه تزریق زیر جلدی به طور کامل جذب می شود. نیمه عمر دارو حدود ۱/۵ ساعت می باشد.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو در صورت وجود تومور ترشح کننده انسولین ممکن است موجب افزایش شدت و طول مدت پایین ماندن میزان قند خون گردد. با افزایش تعداد دفعات مصرف ممکن است نوسانات قند خون کاهش یابد.

۲- مصرف این دارو در بیماران مبتلا به دیابت ممکن است باعث کاهش نیاز به انسولین یا داروی پایین آورنده قند خون گردد.

۳- این دارو، حرکات کیسه صفرا و جریان ترشح صفراوی را مهار می کند.

عوارض جانبی عوارض شایع این دارو عبارتند از: اختلال گوارشی (شامل بی‌اشتهایی تهوع استفراغ درد شکم و نفخ اسهال دفع چربی در مدفوع، درد و تحریک در ناحیه تزریق و اختلال در افزایش قند خون بعد از مصرف غذا.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان اوکترئوتاید با انسولین و داروهای پایین آورنده قند خون در بیماران دیابتی موجب کاهش نیاز به این داروها می شود. اوکترئوتاید با کاهش جذب سیکلوسپورین غلظت پلاسمایی آن را کاهش می دهد. این دارو احتمالاً جذب سایمتیدین را نیز به تعویق می اندازد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف طولانی مدت این دارو، عملکرد تیروئید باید تحت کنترل باشد.

۲- قبل از مصرف و در فواصل هر ۶-۱۲ ماه درمان با این دارو، وضعیت کیسه صفرا ارزیابی شود.

۳- قطع ناگهانی دارو ممکن است موجب انقباض کیسه صفرا و متعاقباً بروز کولیک صفراوی و التهاب لوزالمعده گردد.

۴- برای جلوگیری از ایجاد تحریک و درد در محل تزریق ناحیه تزریق باید دائمی عوض شود.

۵- در صورتی که این دارو در فاصله بین دو وعده غذایی یا موقع خواب تزریق شود، ممکن است عوارض گوارشی آن کاهش یابد.

مقدار مصرف در تومورهای کارسینوئید، ترشح کننده گلوکاگن و ترشح کننده VIP، از راه تزریق زیر جلدی ابتدا ۵۰ میکروگرم تا

۲ بار در روز مصرف می شود که براساس پاسخ ایجاد شده به تدریج تا ۲۰۰ میکروگرم ۳ بار در روز افزایش می یابد (ندرت) مقادیر

بیش از این ممکن است لازم باشد). در تومور کارسینوئید، در صورت عدم تأثیر دارو بعد از یک هفته باید مصرف دارو قطع شود. در

صورتی که پاسخ سریع مورد نیاز باشد، محلول با غلظت ۱۰-۵۰ درصد دارو حاوی مقدار مصرف اولیه دارو از طریق تزریق

داخل وریدی همراه با ثبت ECG تجویز می گردد.

در آکرومگالی جهت درمان کوتاه مدت قبل از جراحی هیپوفیز یا جهت درمان طولانی مدت در بیماران که به سایر

روش‌های درمانی پاسخ کافی نداده‌اند یا تا زمانی که درمان با اشعه کاملاً اثر خود را اعمال کند، از راه تزریق زیر جلدی ۱۰۰-

۲۰۰ میکروگرم ۳ بار در روز مصرف می شود، در صورتی که با این مقادیر تا ۳ ماه هیچگونه بهبودی حاصل نشد، مصرف دارو باید

قطع شود.

اشکال دارویی

Injection

PACLITAXEL

موارد مصرف پاکلیتکسل در درمان کارسینومای تخمدان در صورت عدم پاسخدهی به سایر درمان‌های استاندارد، مصرف می‌شود. این دارو همچنین در درمان کارسینومای متاستاز یافته پستان و سلول non-small ریه مصرف شده است مکانیسم اثر: پاکلیتکسل یک داروی ضد میکروتوبول است که با جلوگیری از پلیمریزه شدن باعث ثابت شدن میکروتوبول‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی است و نیمه عمر آن بین ۵/۳-۱۷/۴ ساعت است مقدار قابل توجهی از پاکلیتکسل و متابولیت‌های آن از طریق صفرا دفع می‌شوند.

هشدارها: در صورت وجود ضعف فعالیت مغز استخوان یا اختلالات قلبی تجویز دارو باید با احتیاط فراوان صورت گیرد. عوارض جانبی کم‌خونی واکنش‌های حساسیتی کاهش گلبول‌های سفید یا نوتروپنی کاهش پلاکت‌های خون اختلالات قلبی (شامل برادی کاردی، کاهش فشار خون و الکتروکاردیوگرام غیرعادی و افزایش سطح سرمی آنزیم‌های کبدی از عوارض شایع پاکلیتکسل هستند.

نکات قابل توصیه ۱- به‌خاطر احتمال بروز واکنش‌های حساسیتی بیمارانی که پاکلیتکسل را دریافت می‌کنند باید حداقل طی نیم ساعت اول انفوزیون دارو تحت کنترل باشند. با این وجود در صورت بروز علائم خفیف واکنش‌های حساسیتی نباید مصرف دارو را قطع کرد.

۲- پاکلیتکسل قبل از تزریق وریدی حتم؟ باید رقیق شود.

۳- در صورت وجود نوروپاتی محیطی و یا نوتروپنی مقدار مصرف بعدی می‌باید ۲۰ درصد کاهش یابد.

مقدار مصرف در درمان کارسینومای تخمدان مقدار ۱۳۵ mg/m² طی ۲۴ ساعت انفوزیون وریدی می‌شود که این مقدار هر ۲۱ روز تکرار می‌شود. برای جلوگیری از بروز واکنش‌های حساسیتی همه بیماران باید قبلاً- کورتیکوسترئوئید، دیفن هیدرامین و سایمتیدین دریافت کنند.

اشکال دارویی

Injection: ۶ mg/ml

PREDNIMUSTINE

موارد مصرف پردنیموستین در درمان لوسمی لنفوسیتیک مزمن و لنفوم‌های غیرهوچکینی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو علاوه بر خاصیت الکیله‌کنندگی باعث مهار انتقال گلوکز سلولی و مهار ساخت DNA و RNA می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از جذب غلظت خونی آن به‌علت جایگزینی در بافت‌های خاص مثل عضلات پروستات ریه طحال و مایع سمینال کم می‌شود. دفع دارو از کلیه و مدفوع است

هشدارها: ۱- علیرغم اثر ضعیف میلوپیتیک دارو، شمارش و کنترل سلول‌های خون قبل از هر دوره درمان لازم است

۲- از تماس دارو با مخاط خودداری شود چون محرک است

عوارض جانبی لکوپنی کاهش گلبول‌های سفید و پلاکت خون تهوع و استفراغ اسهال واکنش‌های حساسیتی و بهم خوردن میزان قند

خون از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

مقدار مصرف مقدار ۲۰۰ mg/day به مدت ۳-۵ روز متوالی به کار می‌رود. مصرف دارو هر ۱۵ روز یکبار برای ۳ دوره تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg, ۵۰ mg

PROCARBAZINE

موارد مصرف پروکاربازین در درمان بیماری هوچکین و لنفوم‌های غیرهوچکینی و تومورهای مغزی و کارسینوم‌های بامشاء نایژه‌ای ملانوم بدخیم میلوم مولتیپل و پلی‌سیتمی ورا نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو در چرخه سلولی به‌طور اختصاصی و در فاز S تقسیم سلولی عمل می‌کند و به نظر می‌رسد که ساخت DNA، RNA و پروتئین را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو تقریباً به‌طور کامل از مجرای گوارشی جذب می‌شود از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و به متابولیت‌های فعال تبدیل می‌شود. دفع این دارو از راه کلیه (به میزان ۷۰ درصد) و ریه صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف پروکاربازین در عیب‌شدید کار کبد، فتوکروموسیتوم عیب‌شدید کار کلیه بیماری‌های قلبی - عروقی یا بی‌کفایتی عروق کرونر و آریتمی قلبی یا بیماری‌های پیشرفته عروقی مغز نباید مصرف شود.

عوارض جانبی کم‌خونی تحریک CNS، تضعیف سیستم ایمنی عفونت کاهش پلاکت‌های خون کم‌خونی همولیتیک وقفه در قاعدگی و پنومونی از عوارض جانبی شایع پروکاربازین هستند.

تداخل‌های دارویی پروکاربازین با داروهای زیر ایجاد تداخل می‌کند: داروهای آنتی‌کلینرژیک آنتی‌هیستامین‌ها، ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای داروهای ضد دیابت خوراکی یا انسولین کافئین کاربامازپین مهارکننده‌های MAO، داروهای تضعیف CNS،

دکسترومتورفان دوکساپرام فلوکستین گوانتیدین لوودوپا، مپریدین و ترکیبات مشابه متیل‌دوپا و متیل‌فنیدات

مقدار مصرف

بزرگسالان در لنفومای هوچکینی ابتدا ۲-۴ mg/kg در روز به صورت خوراکی تجویز می‌شود که به صورت مقدار مصرف واحد یا منقسم برای هفته اول سپس ۴-۶ mg/kg در روز تا ایجاد حداکثر پاسخ یا بروز لکوپنی و ترومبوسیتوپنی مصرف می‌شود. مقدار

مصرف نگه‌دارنده ۱-۲ mg/kg/day است

کودکان در لنفومای هوچکینی ابتدا

۵۰ mg/day به صورت خوراکی برای هفته اول سپس ۱۰۰ mg/m² در روز تا ایجاد حداکثر پاسخ یا بروز لکوپنی

و ترومبوسیتوپنی مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۵۰ mg/kg است

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰ mg

STREPTOZOCIN

موارد مصرف استرپتوزوسین در درمان کارسینومای لوزالمعده و همچنین تومورهای کارسینوئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که استرپتوزوسین از طریق ایجاد یون‌های متیل کاربونیوم به اجزاء داخل سلولی و از جمله اسیدهای

هسته‌ای متصل می‌شود. اثرات سمی آن از طریق اتصال به رشته‌های DNA که در نهایت به مهار ساخت DNA منجر می‌گردد، اعمال می‌شود. اثرات دیابتوزنیک این دارو به خاطر جذب آن توسط سلولهای جزایر بتا لوزالمعده و اثرات سمی آن بر روی این سلولها است

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی است و نیمه عمر نهائی آن حدود ۳۵ دقیقه برای دارو و ۴۰ ساعت برای متابولیت‌های آن است دفع دارو عمدتاً کلیوی و همچنین از دستگاه تنفس است

عوارض جانبی سمیت و نارسائی کلیوی و کاهش قند خون از عوارض نسبتاً شایع استرپتوزوسین هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان استرپتوزوسین با داروهای سمی برای کلیه و فنی توئین باعث تشدید عوارض سمی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- استرپتوزوسین رامی‌توان به صورت تزریق سریع داخل وریدی و یا انفوزیون کوتاه مدت (۱۰-۱۵ دقیقه و یا طولانی (طی ۶ ساعت تجویز کرد.

۲- در صورت نشت دارو هنگام تزریق امکان زخم شدن و نکروز شدید بافت وجود دارد.

۳- به خاطر احتمال بروز عوارض کلیوی تزریق داخل شریانی دارو توصیه نمی‌شود.

۴- به خاطر احتمال بروز کاهش قند خون هنگام تزریق محلول دکستروز تزریقی باید در دسترس باشد.

۵- بین دوره‌های درمان استرپتوزوسین باید ۴-۶ هفته فاصله باشد تا در صورت بروز سمیت کلیوی امکان کنترل آن باشد. در صورت بروز سمیت کلیوی مصرف دارو باید قطع شود و یا مقدار مصرف کاهش یابد. تجویز مقادیر کافی مایعات در هنگام تجویز دارو به کاهش عوارض کلیوی کمک می‌کند.

مقدار مصرف در درمان کارسینومای لوزالمعده $500 \text{ mg/m}^2/\text{day}$ به مدت پنج روز متوالی تزریق وریدی می‌شود که این مقدار مصرف هر ۴-۶ هفته تکرار می‌شود و یا 1 g/m^2 هفته‌ای یکبار به مدت دو هفته تزریق وریدی می‌شود که این مقدار در صورت نیاز حداکثر تا $1/5 \text{ g/m}^2$ افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

For Injection: ۱ g

TAMOXIFEN

موارد مصرف تاموکسیفن برای درمان سرطان پستان و نازایی وابسته به اولیگوآمور یا آمور تانویه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تاموکسیفن آنتی‌استروژن غیر استروئیدی می‌باشد که اثرات ضعیف استروژنی نیز دارد. تاموکسیفن گیرنده‌های استرادیول را مهار می‌کند. القاء تخمک گذاری با اشغال گیرنده‌های استروژن و حذف اثر مهاری هورمون و در نتیجه تحریک ترشح هورمون آزادکننده گناد و تروپین از هیپوتالاموس انجام می‌گیرد.

فارماکوکینتیک متابولیسم تاموکسیفن کبدی است و دارای چرخه روده‌ای - کبدی می‌باشد، حذف دارو دو مرحله‌ای بوده که مرحله اول ۴-۷ ساعت پس از تجویز و مرحله دوم ۷-۱۴ روز طول می‌کشد. اثر درمانی مطلوب ۴-۱۰ هفته پس از شروع درمان حاصل می‌شود. اثرات آنتاگونیستی دارو ممکن است چند هفته پس از یک نوبت مصرف آن ادامه داشته باشد. دارو اغلب به صورت متابولیت از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- با مصرف این دارو احتمال ایجاد کیست‌های تخمدان در زنان قبل از دوران یائسگی وجود دارد.

۲- احتمال افزایش کلسیم خون در صورت وجود متاستاز استخوان را باید در نظر گرفت

۳- با مصرف تاموکسیفن تغییرات آندومتر شامل هیپرپلازی پولیپ و سرطان گزارش شده است خونریزی غیرطبیعی واژن و علائمی

مانند درد

یا فشار لگن باید مورد توجه قرار گیرد.

۴- در صورت وجود تاری دید، آب مروارید، کاهش تعداد پلاکتها و گلبول‌های سفید و نیز بالا بودن چربی‌های خون باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی گر گرفتگی خونریزی‌واژن توقف قاعدگی خارش فرج اختلالات گوارشی التهاب تومور، کاهش تعداد پلاکتها، احتباس مایعات طاسی فیبروم رحم اختلالات بینایی (تغییرات قرینه آب مروارید و رتینوپاتی کاهش پلاکت‌ها یا گلبول‌های سفید خون به ندرت کاهش نوتروفیل‌ها و تغییرات آنزیم‌های کبدی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی استروژنها ممکن است با اثرات درمانی تاموکسی‌فن تداخل نمایند. ترکیباتی مثل سایمتیدین فاموتیدین رانیتیدین و سایر آنتی‌اسیدها با افزایش pH معده موجب حلالیت زودرس دارو و در نتیجه باز شدن نایجای قرص‌های روکش دار روده‌ای شوند.

نکات قابل توصیه ۱- روشهای غیرهورمونی جلوگیری از بارداری طی درمان و به مدت ۲ ماه پس از درمان باید مورد استفاده قرار گیرد. در صورت مشکوک بودن به بارداری فوراً به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت بروز اختلالات گوارشی مصرف دارو ادامه یابد و در صورت بروز استفراغ زودرس پس از مصرف دارو به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف در سرطان پستان ۲۰ mg/day است در نازایی

۲۰ mg/day در روزهای دوم سوم چهارم و پنجم قاعدگی مصرف می‌شود. در صورت لزوم در دوره‌های بعدی درمان مقدار مصرف روزانه را می‌توان به ۴۰ و سپس به ۸۰ میلی‌گرم افزایش داد. در صورت نامنظم بودن قاعدگی دوره اول درمان را در هر روز می‌توان شروع کرد و دوره بعدی ۴۵ روز بعد و یا در صورت شروع قاعدگی در روز دوم آن آغاز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

THIOGUANINE

موارد مصرف تیوگوانین در درمان لوسمی‌های میلو سیتیک و لنفوسیتیک

حاد و لوسمی میلو سیتیک مزمن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: تیوگوانین در چرخه

سلولی به‌طور اختصاصی و در فاز S تقسیم سلولی عمل می‌کند و ساخت

DNA و به میزان کمتری RNA را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارشی به‌طور ناقص و متغیر جذب می‌شود. متابولیسم آن کبدی و دفع آن کلیوی است

عوارض جانبی ضعف سیستم ایمنی کاهش گلبول‌های سفید خون عفونت و کاهش پلاکت‌های خون از عوارض شایع تیوگوانین است

مقدار مصرف مقدار مصرف تیوگوانین در ابتدا ۲ mg/kg/day یا ۷۵-۱۰۰ mg/m²/day به‌صورت مقدار مصرف واحد

می‌باشد. اگر پیشرفت کلینیکی و یا کاهش لکوسیت حاصل نشد بعد از ۴ هفته یک افزایش مقدار مصرف تا ۳ mg/kg لازم

می‌باشد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲-۳ mg/m²/day و یا ۳ mg/kg/day لازم می‌باشد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲-۳ mg/m²/day و یا ۱۰۰ mg/kg/day می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

VINBLASTINE SULFATE

موارد مصرف وین بلاستین در درمان کارسینوم پستان تومورهای تروفوبلاستیک کارسینوم بیضه ریه مثانه و کلیه نوروبلاستوم لنفوم‌های هوچکینی و غیرهوچکینی سارکوم کاپوسی بیماری Letterer-siwe، میکوزفونگوئید و درمان لوسمی میلوسیتیک مزمن و تومورهای تخمدان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: وین بلاستین تقسیم میوز را در مرحله متافاز متوقف می‌کند.

فارماکوکینتیک عبور وین بلاستین از سد خونی - مغزی قابل توجه نیست متابولیسم آن کبدی است و دفع آن عمدتاً از طریق صفرا و راه ثانویه دفع این دارو کلیوی است

هشدارها: وین بلاستین ممکن است بر عمل اسپرم‌سازی در انسان نیز اثر بگذارد.

عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون از عوارض شایع وین بلاستین است

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا مقدار ۰/۱ mg/kg یا ۳/۷ mg/m² در هفته به صورت وریدی تزریق می‌شود و مقدار مصرف به طور هفتگی ۰/۰۵ mg/kg یا ۱/۸-۱/۹ mg/m² افزایش می‌یابد. حداکثر مقدار مصرف ۰/۵ mg/kg یا ۱۸/۵ mg/m² است مقدار نگهدارنده حدود ۱۰ میلی گرم یک یا دو بار در ماه است

کودکان در شروع ۲/۵ mg/m² در هفته است که به صورت وریدی تزریق می‌شود. این مقدار هر هفته ۱/۲۵ mg/m² افزایش می‌یابد. حداکثر مقدار مصرف ۷/۵ mg/m² است مقدار مصرف نگهدارنده حدود ۱/۲۵ mg/m² کمتر از حداکثر مقدار مصرف اولیه است که هر ۷-۱۴ روز یکبار تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

For Injection: ۱۰ mg

VINCRIStINE SULFATE

موارد مصرف وین کریستین در درمان لوسمی لنفوبلاستیک حاد و لنفوسیتیک مزمن و میلوسیتیک مزمن نوروبلاستوم تومور ویلمز، کارسینوم پستان ریه تخمدان و کولورکتال لنفوم هوچکینی و غیرهوچکینی و لنفوسارکوم و سارکوم رتیکولوم سارکوم رشته‌های عضلات مخلط و سارکوم اوینگ و سارکوم استئوژنیک ملانوما بدخیم میلوم مولتیپل و تومورهای سلول تخمدان میکوزفونگوئید و ترومبوسیتوپنی پورپورای ایدیوپاتیک مقاوم به درمان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو میتوز سلول‌ها را در مرحله متافاز مهار می‌کند و ممکن است در متابولیسم اسیدهای آمینه نیز دخالت نماید.

فارماکوکینتیک وین کریستین به مقدار قابل توجهی از سد خونی - مغزی عبور نمی‌نماید. متابولیسم آن کبدی است و راه عمدی دفع آن صفرا (حدود ۶۷ درصد) است

هشدارها: ۱- وین کریستین ممکن است موجب افزایش خطر ایجاد کارسینوم‌های ثانویه در انسان شود.

۲- در موارد عیب کار کبد، عفونت کمبود گلبولهای سفید خون یا بیماری‌های عصبی-عضلانی با احتیاط فراوان تجویز شود. عوارض جانبی یبوست و کرامپ‌های معده افزایش اسید اوریک در خون و نفروپاتی ناشی از آن سمیت عصبی شامل دوبینی و اشکال در راه رفتن از عوارض شایع وین کریستین است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با آلپورینول و کلشی سین تنظیم مقدار مصرف داروهای ضد نفرس ضروری است مصرف همزمان با آسپارژیناز ممکن است منجر به افزایش خطر مسمومیت عصبی شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در لوسمی لنفوسیتیک حاد یا نوروبلاستوما یا تومور ویلمز، کارسینوما پستان ریه تخمدان کولورکتال لنفوما هیوچکینی و غیر هیوچکینی رابدومیوسارکوما، سارکوما، اوینگ استئوسارکوما، ملانوما بدخیم میکوزفونگوئید و ترومبوسیتوپنی پورپورای ایدیوپاتیک 0.3mg/kg - 0.1mg/kg یا $1/4\text{ mg/m}^2$ - 0.4 mg/m^2 تزریق وریدی می‌شود.

کودکان مقدار 2 mg/m^2 - $1/5$ تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/ml

VINDESIN SULFATE

موارد مصرف ویندزین در درمان لوسمی‌های حاد، لنفوماها و بعضی از تومورهای جامد از جمله پستان و ریه مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: ویندزین متافاز میتوز را متوقف می‌کند. ویندزین با اتصال به میکروتوبول‌ها مانع فعالیت آنها شده و در نهایت باعث مرگ سلول می‌شود.

فارماکوکینتیک ویندزین نیمه عمر سه مرحله‌ای دارد که نیمه عمر نهائی آن حدود ۲۰ ساعت است دفع دارو کلیوی است هشدارها: ۱- این دارو در صورت وجود ضعف شدید حرکتی نباید مصرف شود.

۲- ویندزین نباید داخل حجمه تزریق شود.

عوارض جانبی نفروپاتی تضعیف فعالیت مغز استخوان کم‌خونی و ترومبوسیتوپنی و نوروکسیستیتی از عوارض جانبی مهم ویندزین است

مقدار مصرف ویندزین با مقدار

$3\text{--}4/5\text{ mg/m}^2$ به صورت تزریق وریدی هر ۱-۲ هفته و یا $1\text{--}2\text{ mg/m}^2/\text{day}$ برای ۲-۱۰ روز هر ۲-۳ هفته در درمان انواع سرطان مصرف شده است

اشکال دارویی

For Injection: ۵ mg

ALBENDAZOLE

موارد مصرف آلبندازول یک داروی ضد کرم وسیع‌الطیف است و از نظر ساختمان و اثر مشابه مبندازول می‌باشد. این ترکیب به عنوان داروی کمکی همراه با جراحی کیست هیداتید ناشی از اکینو کوکوس گرانولوزوس یا اکینو کوکوس مولتی لوکولاریس به منظور پیشگیری از عود بیماری مصرف می‌شود یا به عنوان درمان اولیه در صورتی که جراحی امکان‌پذیر نباشد، به کار می‌رود. این دارو همچنین در درمان آلودگی به استرونژیلوئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آلبندازول موجب تغییرات تخریبی در سلولهای جدار روده کرم و در نتیجه کاهش تولید انرژی در انگل و مرگ آن می‌شود. این دارو همچنین مهارکننده آنزیم فومارات ردو کناز (آنزیم اختصاصی کرم‌ها) می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی کم و نامنظم است که در صورت مصرف همزمان دارو با غذاهای چرب افزایش می‌یابد. این دارو پس از جذب در مایع مغزی - نخاعی صفرا و در مایع کیست هیداتید منتشر می‌شود. آلبندازول در کبد سرعت و به طور گسترده به متابولیت‌های فعال متابولیزه می‌شود. اوج غلظت سرمی دارو ۲-۴ ساعت پس از مصرف خوراکی به دست می‌آید. نیمه عمر آن پس از مصرف یک مقدار واحد ۸-۱۵ ساعت است دفع دارو پس از جذب عمدتاً کلیوی است هشدارها: ۱- این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کبد باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- انجام آزمونهای کار کبد و شمارش سلولهای خون قبل از شروع درمان و دوبار در طول هر دوره درمان ضروری است عوارض جانبی اختلالات گوارشی سردرد، سرگیجه تغییر در آنزیم‌های کبدی بندرت آلپرسی برگشت‌ناپذیر، تب بثورات جلدی و اختلالات خونی (شامل کاهش گلبولهای سفید و پان سیتوپنی با مصرف این دارو گزارش شده‌اند. در صورت نشت مایع در کیست هیداتید احتمال بروز شوک آلرژیک وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو را باید همراه با غذاهای چرب مصرف کرد.

۲- دوره درمان با این دارو باید کامل شود. در آلودگیهای شدید دوره درمان ممکن است ۲-۳ هفته طول بکشد. مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو در درمان آلودگی به انواع کرمها ۴۰۰ میلی گرم در یک نوبت می‌باشد که در صورت نیاز پس از سه هفته درمان مجدد تکرار می‌شود. در درمان آلودگی به استروئیلوئید ۴۰۰ میلی گرم یکبار در روز برای ۳ روز مصرف می‌شود. در صورت لزوم دوره درمان ۳ هفته بعد تکرار می‌گردد. در درمان کیست هیداتید (بدون جراحی برای بزرگسالان با وزن ۶۰ کیلوگرم یا بیشتر ۸۰۰ mg/day در مقادیر منقسم برای ۲۸ روز مصرف می‌شود و پس از آن ۱۴ روز بدون مصرف داروسپری می‌گردد و مجدد؟ این دوره درمان برای ۳ بار دیگر تکرار می‌شود. به عنوان داروی کمکی در درمان کیست هیداتید در بیماران با وزن ۶۰ کیلوگرم یا بیشتر، پیش از انجام جراحی مقدار ۸۰۰ mg/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود و پس از آن ۱۴ روز بدون مصرف دارو سپری می‌گردد. این دوره درمان یکبار دیگر نیز پیش از جراحی تکرار می‌شود. پس از جراحی برای پیشگیری از عود بیماری دودوره درمان تکرار می‌شود. مقدار مصرف این دارو در بزرگسالان با وزن کمتر از ۶۰ کیلوگرم ۱۲ mg/kg می‌باشد.

کودکان برای درمان آلودگی به انواع کرمها در کودکان با سن ۲ سال یا بیشتر، مقدار مصرف مانند بزرگسالان و برای کودکان با سن کمتر از ۲ سال مقدار مصرف نصف مقدار بزرگسالان است

اشکال دارویی

Suspension: ۴۰۰ mg/۱۰ ml

Tablet: ۲۰۰ mg, ۴۰۰ mg

CHLOROQUINE

موارد مصرف این دارو به تنهایی برای درمان مالاریای خفیف که اغلب ناشی از پلاسمودیوم ویواکس و در مواردی ناشی از پلاسمودیوم اووال و پلاسمودیوم مالاریه می‌باشد و نیز برای پیشگیری از ابتلای به این بیماری در مناطقی که پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین گزارش شده است مصرف می‌شود. مصرف این دارو برای درمان مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم به دلیل گستردگی مقاومت انگل به دارو توصیه نمی‌شود. کلروکین همچنین در درمان آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوز مصرف

می‌شود.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر دقیق این دارو شناخته نشده است اما به توانایی دارو برای پیوند یافتن به DNA ارتباط داده می‌شود. اثر ضدروماتوئیدی دارو نیز به فعالیت خفیف کاهش دهنده گی ایمنی نسبت داده می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی کاملاً جذب می‌شود، اما سرعت جذب آن متغیر است پس از جذب در اغلب بافتهای بدن توزیع می‌یابد. غلظت سرمی دارو ۳/۵ ساعت پس از مصرف خوراکی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱-۲ ماه است دفع دارو عمدتاً کلیوی و خیلی آهسته است به طوری که تا ماهها بعد از قطع مصرف دارو، همچنان در ادرار بیمار قابل ردیابی است اسیدی کردن ادرار سرعت دفع دارو را افزایش می‌دهد.

هشدارها: ۱- کلروکین در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

عیب کار کبد، عیب کار کلیه پسوریازیس اختلالات نورولوژیک میاستنی گراو، اختلالات حاد معدی - روده‌ای کمبود G6PD و اختلالات شدید خونی

۲- معاینات پزشکی و عصبی - عضلانی و همچنین انجام آزمون شمارش تام خون در طول درمان با این دارو ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی اختلالات معدی - روده‌ای سردرد، تشنج اختلالات بینایی بیرنگ شدن مو یا ریزش آن و واکنش‌های پوستی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی داروهای آنتی‌اسید جذب کلروکین را کاهش می‌دهند. کلروکین اثر داروهای ضدصرع را کاهش می‌دهد. کلروکین احتمالاً موجب افزایش غلظت پلاسمایی دیگوکسین می‌شوند. کلروکین غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین و در نتیجه احتمال بروز مسمومیت با این دارو را افزایش می‌دهد. کلروکین ممکن است علائم میاستنی گراو را تشدید کنند و در نتیجه اثرات داروهای نئوستیگمین و پیریدوستیگمین را کاهش دهند. سایمتیدین متابولیسم کلروکین را کاهش و غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان کلروکین با واکسن هاری ممکن است بر پاسخ بدن نسبت به واکسن موثر باشد.

نکات قابل توصیه ۱- برای پیشگیری از ابتلا به مالاریا بهتر است از یک هفته قبل از سفر به مناطق آلوده مصرف کلروکین را آغاز کرد و حداقل تا ۴ هفته پس از بازگشت از آن مناطق ادامه داد. در صورتی که فردیک سال پس از بازگشت از مناطق آلوده به ویژه طی ۳ ماه اول دچار هر نوع کسالت شود، باید به پزشک مراجعه کند، زیرا خطر ابتلای به مالاریا وجود دارد.

۲- به منظور کاهش تحریک احتمالی گوارشی بهتر است دارو با غذا یا شیر مصرف شود.

۳- بیش از مقدار تجویز شده نباید مصرف شود.

۴- دوره درمان با این دارو باید کامل شود.

۵- مراجعه منظم به پزشک برای بررسی مشکلات خونی ضعف عضلانی و معاینات چشم پزشکی ضروری است

۶- در صورت بروز تاری دید یا هر اختلال دیگر، باید احتیاط نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف کلروکین در درمان مالاریا یک مقدار اولیه ۶۰۰ میلی گرم است که ۶-۸ ساعت بعد با ۳۰۰ میلی گرم در یک نوبت ادامه می‌یابد و پس از آن نیز به مقدار ۳۰۰ mg/day برای ۲ روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف کلروکین برای پیشگیری از ابتلای به مالاریا ۳۰۰ میلی گرم یکبار در هفته است مقدار مصرف کلروکین برای درمان آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوز ۱۵۰ mg/day تا حداکثر ۲/۵ mg/kg/day است

کودکان در درمان مالاریا، یک مقدار اولیه ۱۰ mg/kg مصرف می‌شود که ۶-۸ ساعت بعد با مصرف ۵ mg/kg در یک نوبت

ادامه می‌یابد و پس از آن به مقدار ۵ mg/kg/day برای ۲ روز مصرف می‌شود. مقدار مصرف کلروکین برای پیشگیری از ابتلای به مالاریا، ۳۰۰ میلی‌گرم یکبار در هفته است در درمان آرتریت روماتوئید، مقدار مصرف ۳ mg/kg/day می‌باشد. اشکال دارویی

(Coated Tablet : ۱۵۰ mg (as Phosphate

(Syrup : ۵۰ mg/ml (as Sulfate

CROTAMITON

موارد مصرف کروتامیتون برای درمان جرب ناشی از سارکوپتس اسکابی و درمان علامتی خارش پوست به کار می‌رود. هشدارها: ۱- دارو فقط برای استفاده موضعی است و از مصرف آن در اطراف چشم‌ها و یا بر پوست ترک خورده باید اجتناب شود. ۲- در صورت بروز حساسیت آلرژیک یا واکنش تحریکی اولیه پس از مصرف کروتامیتون یا در صورت وجود پوست شدید ملتهب مجروح و مبتلا به درماتوزاگزوداتیو حاد، باید با احتیاط فراوان مصرف شود. عوارض جانبی واکنش آلرژیک (بثورات جلدی یا تحریک پوست ممکن است با مصرف دارو بروز نماید. نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز تحریک یا واکنش حساسیتی مصرف دارو باید قطع و به پزشک مراجعه شود. ۲- از تماس دارو با چشم‌ها، دهان یا نواحی ملتهب پوست جد اجتناب شود. ۳- قبل از استعمال دارو، پوست باید به خوبی خشک گردد. ۴- بیش از مقدار تجویز شده نباید مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد جرب دارو در تمام سطح بدن از چانه به پائین به ویژه در نقاط چین دار پوست مالیده می‌شود. صبح روز بعد از مصرف دارو، ملحفه و لباس زیر باید تعویض شود. مصرف دارو رامی‌توان پس از ۲۴ ساعت تکرار کرد و ۴۸ ساعت پس از آخرین بار مصرف دارو، باید حمام نمود. به عنوان ضدخارش دارو باید به آرامی در محل مالیده شود تا کاملاً جذب گردد. این عمل در صورت نیاز، قابل تکرار است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱۰٪

DEHYDROEMETINE HCl

موارد مصرف دهیدروامتین در درمان آمیبیاز و به عنوان ضد کرم در درمان آلودگی به فاسیولا مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک مشتق

صناعی امتین با اثرکننده آمیبیاز درباقتها است که اثرات آن مشابه امتین می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود بیماریهای قلبی کلیوی و

اختلالهای عصبی - عضلانی نباید مصرف شود.

هشدارها: در طول مصرف این دارو وضعیت بیمار از نظر علائم مسمومیت قلبی باید پیگیری شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو شبیه امتین است با این تفاوت که احتمالاً سمیت این دارو کمتر از امتین می‌باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار این دارو در درمان آمیبیاز از راه تزریق عمیق زیرجلدی یا عضلانی ۱/۵ mg/kg/day (تا حداکثر mg/day ۹۰) به مدت ۵ روز می‌باشد که این مقدار برای بیماران سالخورده در موارد شدید بیماری ۰/۵ mg/kg/day است
 کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان مانند بزرگسالان است با این تفاوت که دارو در ۲ مقدار منقسم در طول روز باید مصرف شود.

اشکال دارویی

Injection: ۶۰ mg/۲ml

DIETHYLCARBAMAZINE CITRATE

موارد مصرف این دارو در درمان فیلاریازیس لوایازی اوونکوسریازیس و ائوزینوفیلی مناطق حاره مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو سبب مرگ میکروفیلاریا و ماکروفیلاریا می‌شود. همچنین به نظر می‌رسد این دارو با کاهش سرعت امبریوتز در رحم اوونکوسریا و لولوس باعث مرگ میکروفیلاریا می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به خوبی از راه گوارش جذب می‌شود و پس از جذب به طور گسترده در بدن منتشر می‌شود (به جز در بافت چربی). اوج غلظت سرمی دی‌اتیل کاربامازین ۱-۲ ساعت بعد از مصرف خوراکی حاصل می‌شود. نیمه عمر این دارو ۸ ساعت است دفع این دارو عمدتاً کلیوی است و درصد کمی نیز از راه مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- آزمونهای چشم پزشکی قبل از شروع درمان و به طور متناوب در طول درمان با دارو باید انجام شود.

۲- هر ۱۲-۶ ماه پس از درمان با این دارو، تعداد میکروفیلاریای داخل جلدی با استفاده از آزمون پوست باید ارزیابی گردد.

عوارض جانبی خارش تورم صورت به ویژه چشمها، درد مفاصل سردرد، بیحالی و نیز به ندرت تب آسیب غدد لنفاوی بشورات جلدی سرگیجه تهوع یا استفراغ با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز سرگیجه تاری دید یا شب‌کوری باید احتیاط کرد.

۲- این دارو باید بلافاصله بعد از غذا مصرف شود.

۳- در صورت بروز واکنش‌های آلرژیک ناشی از مرگ میکروفیلاریا، ممکن است مصرف کورتیکواستروئیدهای سیستمیک ضروری باشد.

۴- دوره درمان با این دارو باید کامل باشد. در بعضی از بیماران یک دوره درمان دیگر نیز ممکن است ضروری باشد.

۵- در صورت فراموش شدن یک نوبت مصرف دارو، به محض به یاد آوردن آن نوبت باید مصرف گردد، ولی اگر زمان مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، از مصرف آن خودداری نموده و مقدار مصرف بعدی نباید دو برابر گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان دی‌اتیل کاربامازین به مقدار ۳ mg/kg (تا حداکثر ۹ mg/kg/day) سه بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان مقادیر ۲۵۰-۵۰ mg/kg بر اساس سن بیمار، در کودکان با سن یک ماه تا ۱۵ سال مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰ mg

DILOXANIDE FUROATE

موارد مصرف دیلوکسانید به تنهایی در درمان آمیبیاز روده‌ای در ناقلین بدون علامت کیست آمیب در مدفوع و به همراه مترونیدازول در درمان آمیبیاز حاد مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از مصرف خوراکی دیلوکسانید هیدرولیز و سپس به راحتی جذب می‌شود. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است و مقداری از دارو از راه مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۲ سال نباید مصرف شود.

عوارض جانبی نفخ شکم شایعترین عارضه این دارو است همچنین تهوع و استفراغ خارش و کهیر نیز ممکن است بروز کند. مقدار مصرف

بزرگسالان دیلوکسانید به مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم سه بار در روز برای ۱۰ روز مصرف می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان با سن بیشتر از ۲ سال ۲۰ mg/kg/day در مقادیر منقسم برای ۱۰ روز می‌باشد. اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

IDOQUINOL

موارد مصرف یدو کینول به تنهایی در درمان آمیبیاز روده‌ای و همراه با مترونیدازول (همزمان یا متوالی در درمان آمیبیاز خارج روده‌ای مصرف می‌شود. این دارو همچنین به عنوان انتخاب دوم در درمان بالانتیدیاز مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو خیلی کم از راه گوارش جذب می‌شود و اثر خود را در روده اعمال می‌کند. دفع این دارو عمدتاً از راه مدفوع است و فقط ۱۰ درصد آن از راه ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: این دارو در صورت ابتلای بیمار به بیماری کبدی یا کلیوی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی شایعترین عوارض یدو کینول اختلالات گوارشی (شامل اسهال تهوع یا استفراغ و درد معده است در صورت مصرف دراز مدت آتروفی عصب بینایی (همراه با تاری دید یا هر گونه اختلال در بینایی، نوریت اپتیک نوروپاتی محیطی و نوروپاتی میلوپتیک تحت حاد ممکن است بروز کنند.

نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش تحریک گوارشی دارو را باید بعد از غذا مصرف کرد.

۲- در صورت بروز تاری دید یا هر گونه اختلال بینایی باید احتیاط کرد.

۳- در طول مصرف یدو کینول و تا ۶ ماه بعد از درمان با این دارو، ممکن است در پاسخ آزمونهای تیروئید اختلال دیده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به مقدار ۶۵۰ - ۶۳۰ میلی‌گرم سه بار در روز (تا حداکثر ۲g/day) برای ۲۰ روز مصرف می‌شود.

کودکان به مقدار ۱۳/۳ mg/kg - ۱۰ سه بار در روز برای ۲۰ روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۱۰ mg

LEVAMISOLE

موارد مصرف لوامیزول در درمان آلودگی به کرمهای گرد، به ویژه آسکاریس و نیز آلودگی به کرمهای قلابدار مصرف می‌شود. این دارو به عنوان محرک سیستم ایمنی بدن در بیماریهای عفونی باکتریایی یا ویروسی آرتریت روماتوئید و نیز به عنوان داروی کمکی در

درمان بیماریهای بدخیم مصرف می شود.

مکانیسم اثر: لوامیزول بافلج

ساختن عضلات کرم موجب دفع آن می شود. به عنوان محرک سیستم ایمنی

از طریق تعدیل پاسخهای ایمنی

سلولی موجب بهبود کار سلولهای T می شود.

فارماکوکینتیک لوامیزول به سرعت

از مجرای گوارش جذب می شود. غلظت پلاسمایی دارو ۲-۱/۵ ساعت پس

از مصرف دارو به اوج خود می رسد.

نیمه عمر دارو ۳-۴ ساعت است و

بطور گسترده در کبد متابولیزه

شده و عمدتاً از طریق کلیه ها دفع

می گردد.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به عیب شدید کار کبد یا اختلالات خونی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت ابتلای بیمار به ضعف مغز استخوان عفونت و حساسیت به لوامیزول این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- قبل از شروع درمان شمارش

کامل گلبولهای خون و پلاکتها توصیه می شود.

عوارض جانبی مصرف دارو در درمان آلودگی به کرمهای روده معمولاً به خوبی تحمل می شود و عوارض جانبی دارو محدود به تهوع استفراغ درد شکم سرگیجه و سردرد می شود.

تداخل های دارویی مصرف همزمان این دارو با فرآورده های حاوی الکل ممکن است موجب بروز واکنش های شبه دی سولفیرام شود. مصرف همزمان لوامیزول با فنی توئین و وارفارین ممکن است موجب افزایش غلظت پلاسمایی فنی توئین و افزایش فعالیت ضد انعقادی وارفارین شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو در درمان آسکاریاز ۱۵۰ میلی گرم به صورت مقدار واحد می باشد. در درمان آلودگی به کرمهای قلابدار یا آلودگی های توام ۳۰۰ میلی گرم طی یک یا دو روز مصرف می شود.

به عنوان محرک سیستم ایمنی در بیماریهای بدخیم (معمولاً همراه با فلونئورواوراسیل ۵۰ میلی گرم هر

۸ ساعت برای ۳ روز مصرف می شود که این دوره ۷-۳۰ روز پس از اعمال جراحی آغاز و هر ۱۴ روز تکرار می شود) فلونئورواوراسیل

پس از ۲۱-۳۴ روز بعد از جراحی مصرف می شود). مقدار مصرف این دارو در درمان آرتیروماتوئید ۲/۵ mg/kg است

کودکان در درمان آسکاریاز مقدار ۳ mg/kg و در درمان آلودگی به کرمهای قلابدار ۲/۵ mg/kg به صورت مقدار واحد مصرف می شود که در صورت شدید بودن آلودگی این مقدار مصرف ۷ روز بعد دوباره تکرار می شود.

اشکال دارویی

(Scored Tablet: ۵۰ mg (as HCl

(Syrup: ۴۰ mg/۵ml (as HCl

LINDANE

موارد مصرف شامپوی لیندن برای درمان آلودگی ناشی از شپش انسانی گونه کاپیتیس (شپش سر) و فتیروس پوبیس شپش زهار) و تخم آنها مصرف می‌شود. لوسيون لیندن برای درمان آلودگی ناشی از سارکوپتس اسکایه (جرب مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به دنبال جذب پوستی دارو از پوسته کیتینی بندپایان سیستم عصبی تحریک شده و منجر به تشنج و مرگ آنها می‌شود. فارماکوکینتیک لیندن به میزان قابل توجهی از طریق پوست جذب می‌شود. متابولیسم دارو کبدی است و از طریق ادرار و مدفوع دفع می‌شود. لیندن در بافت چربی بدن ذخیره می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود اختلالات تشنجی حساسیت به دارو و بثورات پوستی یا پوست مجروح یا ملتهب باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- مصرف لیندن در شیرخواران و کودکان باید با احتیاط صورت گیرد، زیرا خطر بروز اثرات سمی با مصرف موضعی دارو در کودکان بیشتر از بزرگسالان است

۳- جذب لیندن در افراد سالخورده به دلیل افزایش نفوذپذیری پوست آنها ممکن است افزایش یابد. به علاوه افراد سالخورده به ویژه با سابقه حملات تشنجی ممکن است نسبت به اثرات سمی CNS دارو حساستر باشند.

عوارض جانبی عوارضی همچون التهاب پوست که قبل از درمان وجود نداشته است بثورات پوستی و علائم مسمومیت CNS با مصرف این دارو گزارش شده است تداوم خارش پوست بعد از قطع مصرف دارو نیز ممکن است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سایر فرآورده‌های پوستی مانند کرم‌ها، لوسیون‌ها، پمادها یا روغن‌ها ممکن است جذب پوستی لیندن را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- به علت سمی بودن دارو از تماس آن با دهان و چشم‌ها باید خودداری گردد.

۲- برای به حداقل رسانیدن جذب سیستمیک دارو، از مصرف آن روی زخم‌های باز مانند خراشیدگی‌ها، بریدگی‌ها یا زخم‌های پوست یا پوست سر باید اجتناب گردد.

۳- برای جلوگیری از آلودگی مجدد، از لباسهایی که به تازگی با آب خیلی داغ شسته یا خشک شوی شده‌اند، باید استفاده گردد.

۴- برای خارج کردن اجساد شپشها و تخم‌آلوده آنها، موها پس از خشک شدن با یک شانه دندان ریز باید شانه شوند.

۵- از مصرف شامپو لیندن به طور معمول باید اجتناب گردد.

۶- در صورت تماس نزدیک با افراد دیگر از جمله اعضای خانواده درمان همزمان آنها نیز ضروری است

۷- این دارو نباید بیش از مقدار تجویز شده مصرف شود.

مقدار مصرف

در بزرگسالان و کودکان به عنوان ضد جرب مقدار کافی از لوسیون از گردن به پایین (در نوزادان احتمال آلودگی سر نیز وجود دارد) یک بار روی پوست خشک مالیده می‌شود و پس از ۱۲-۸ ساعت با آب شسته می‌شود. به عنوان شپش کش مقدار کافی از شامپو (۶۰-۱۵ میلی لیتر با توجه به کوتاه یا بلند بودن موها) یکبار به مو و پوست یا مناطق آلوده سر و اطراف مناطق مودار مالیده می‌شود و پس از ۴ دقیقه با آب کافی شستشو می‌گردد. در صورت نیاز یک هفته بعد مصرف شامپو تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Lotion: ٪۱

Shampoo: ٪۱

MEBENDAZOLE

موارد مصرف مبندازول در درمان آلودگی به کرمهای نخی گرد، شلاقی و قلابدار مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: مبندازول موجب تخریب میکروتوبول‌های سیتوپلاسمی انگل و در نتیجه مهار برداشت گلوکز توسط کرم بالغ و در نهایت مرگ انگل می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو خیلی کم از راه دستگاه گوارش جذب می‌شود. با این وجود جذب خوراکی دارو ممکن است در حضور غذا، به ویژه غذاهای چرب افزایش یابد. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است.

هشدارها: ۱- در صورت ابتلای بیمار به عیب کار کبد، این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در درمان کرمک قبل از شروع درمان و یک هفته پس از آن باید ناحیه اطراف مقعد به منظور یافتن تخم کرم بویژه در بیماران که علائم عفونت در آنها پایدار است بررسی شود.

۳- آزمون مدفوع در درمان آلودگی به کرمهای گرد، شلاقی و کاپیلاریاز، قبل و

۳- ۱ هفته پس از درمان به منظور تعیین کارایی درمان ممکن است ضروری باشد.

۴- شمارش تام گلبولهای خون در ماه اول درمان با این دارو ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی به ندرت درد شکم اسهال و واکنش‌های حساسیت مفرط (شامل گزانتوم بشورات جلدی کهیر و آنژیوادم، با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف این دارو برای درمان کرمک بهتر است تمام افراد خانواده به طور همزمان درمان شوند. همچنین شستن لباسهای خواب و رختخواب بعد از درمان با دارو ضروری است تا آلودگی دوباره عود نکند.

۲- در درمان آلودگیهای داخل بافتها (مانند کیستها)، این دارو در مقادیر زیاد همراه با غذا، به ویژه غذاهای چرب باید مصرف شود تا مقدار بیشتری از دارو جذب شود.

۳- بیماران مبتلا به آلودگی کرمهای قلابدار و شلاقی باید به صورت مکمل مقادیری آهن دریافت دارند.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان مبندازول در درمان آلودگی به کرمهای نخی (مانند کرمک در بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از ۲ سال به مقدار ۱۰۰ میلی گرم در یک نوبت مصرف می‌شود. در صورت بروز مجدد عفونت ممکن است یک مقدار مصرف ثانویه ۲-۳ هفته بعد ضروری باشد. مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۲ سال توصیه نمی‌شود. مقدار مصرف دارو در درمان آلودگی به کرمهای شلاقی کرمهای گرد (مانند آسکاریس و کرمهای قلابدار در بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از ۲ سال ۱۰۰ میلی گرم دوبار در روز برای ۳ روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۱۰۰ mg

MEGLUMINE ANTIMONATE

موارد مصرف این دارو در درمان لیشمانیوز احشایی (کالا آزار) و لیشمانیوز جلدی (سالک) مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به سرعت و طی ۲۴ ساعت پس از تزریق از طریق ادرار دفع خواهد شد، گرچه دفع کامل دارو از بدن تا ۴۸

ساعت طول خواهد کشید.

موارد منع مصرف مگلو مین آنتیمونات در موارد سل ریوی نارسایی شدید کبدی یا کلیوی و بیماریهای شدید قلبی نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- مقدار مصرف دارو را باید به تدریج افزایش داد. در صورت بروز علائم عدم تحمل آنتیمون یا مسمومیت با آن باید مقدار مصرف دارو را کاهش داد یا مصرف آن را قطع کرد.

۲- پیگیری وضعیت بیمار از طریق اندازه گیری کلیرانس کراتینین و وجود پروتئین در ادرار و نیز بررسی الکتروکاردیوگرام در طول درمان با این دارو توصیه می شود.

عوارض جانبی عوارض ناشی از عدم

تحمل آنتیمون به ویژه در ابتدای

درمان شامل تب سرفه های سخت درد عضلانی استفراغ و گاه واکنش های موضعی (در درمان سالک می باشد. عوارض ناشی از مسمومیت با آنتیمون مشابه علائم عدم تحمل دارو، ولی با شدت بیشتر هستند. همچنین آسیب کبدی و کلیوی میوکاردیت و پلی نوریت نیز ممکن است بروز کنند.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان و بزرگسالان از طریق تزریق عضلانی ۶۰ mg/kg/day است که در روز اول یک چهارم این مقدار، در روز

دوم نصف و در روز سوم سه چهارم این مقدار تزریق می شود و از روز چهارم

به بعد مقدار کامل مصرف می شود. دوره درمان با این دارو ۱۰-۱۵ روز است که در صورت نیاز ۴-۶ هفته بعد دوباره تکرار می شود. همچنین در درمان لیشمانیوز جلدی (سالک) می توان دارو را به صورت انفیلتراسیون موضعی تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۱.۵ g/۵ ml

NICLOSAMIDE

موارد مصرف این دارو در درمان آلودگی به کرمهای پهن مصرف می شود.

مکانیسم اثر: نیکلورامید فسفریلاسیون اکسیداتیو را در میتو کندری کرمهای پهن مهار می کند و موجب مرگ کرم می شود.

فارماکوکینتیک این دارو به مقدار خیلی ناچیز از راه خوراکی جذب می شود. دفع آن از طریق مدفوع است

هشدارها: انجام آزمون مدفوع تقریباً یک و سه ماه بعد از درمان با این دارو برای تعیین اثر بخشی دارو ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی تهوع استفراغ درد شکم سرگیجه و خارش با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- قرصهای جویدنی این دارو را باید کاملاً جوید و همراه با آب مصرف نمود.

۲- بهتر است این دارو را با معده خالی یا بعد از یک غذای سبک (مثلاً صبحانه مصرف کرد.

۳- توصیه می شود که ۲ ساعت بعد از مصرف دارو یک مسهل نمکی مانند سولفات منیزیم مصرف شود.

۴- دوره درمان با این دارو باید کامل شود. تکرار دوره ممکن است ضروری باشد.

۵- در صورت فراموش شدن یک نوبت مصرف دارو، به محض بیاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود ولی اگر تقریباً زمان

مصرف نوبت بعدی رسیده باشد، از مصرف آن خودداری کرده و مقدار مصرف بعدی نباید دو برابر گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو در درمان آلودگی به تیناسولیوم در بزرگسالان ۲ گرم در یک نوبت بعد از صبحانه سبک می‌باشد که ۲ ساعت بعد از آن یک مسهل مصرف می‌شود. نیکلوزامید در درمان آلودگی به تیناساژیناتا و دیفلوبوتریوم لا توم با مقدار ذکر شده در مورد آلودگی با تیناسولیوم مصرف می‌شود، اما می‌توان نیمی از مقدار مصرف دارو را بعد از صبحانه و بقیه را یک ساعت بعد مصرف نمود و ۲ ساعت بعد مسهل نمکی را مصرف نمود. مقدار مصرف نیکلوزامید در درمان آلودگی به همینولپیس نانا در بزرگسالان ۲ گرم در یک نوبت در روز اول و سپس ۱ g/day برای ۶ روز می‌باشد.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۶ سال مقدار مصرف مانند بزرگسالان است در کودکان ۶ - ۲ سال در درمان آلودگی به تیناسولیوم دیفلوبوتریوم لا-توم و تیناساژیناتا، یک گرم و در درمان آلودگی به همینولپیس نانا ۱ g/day و ۵۰۰ mg/day برای ۶ روز بعد، مصرف می‌شود.

در کودکان با سن کمتر از ۲ سال در درمان آلودگی به تیناسولیوم دیفلوبوتریوم لا توم و تیناساژیناتا ۵۰۰ میلی گرم و در درمان آلودگی به همینولپیس نانا ۵۰۰ mg/day در روز اول و ۲۵۰ mg/day برای ۶ روز بعد مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۵۰۰ mg

PIPERAZINE

موارد مصرف پی‌پرازین در درمان آلودگی به کرمهای نخی و گرد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار پاسخ عضله کرم به پیامهای عصبی موجب فلج انگل و دفع آن می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به سرعت از راه خوراکی جذب می‌شود. غلظت سرمی دارو ۲-۴ ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو متغیر است دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیمار به عیب شدید کار کلیه این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در صورت وجود عیب کار کلیه بیماری کبدی بیماری نورولوژیک و صرع باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ قولنج اسهال واکنش‌های آلرژیک (شامل کهیر، اسپاسم برونش و موارد نادری از سندرم استیونس - جانسون و آنژیوادم از عوارض این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف این دارو برای درمان کرمک بهتر است تمام افراد خانواده به طور همزمان درمان شوند.

همچنین شستن لباسهای خواب و رختخواب بعد از درمان با دارو ضروری است تا آلودگی دوباره عود نکند.

۲- بیش از مقدار تجویز شده نباید دارو مصرف شود.

۳- دوره درمان باید کامل گردد. در عفونتهای شدید یا در صورت عود مجدد عفونت درمان ۲ - ۱ هفته بعد ممکن است تکرار شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف پی‌پرازین در درمان آلودگی به کرمهای گرد (آسکاریس تا ۳/۵ g/day برای ۲ روز متوالی است که در صورت نیاز، به ویژه در آلودگیهای شدید، یک هفته بعد نیز تکرار می‌شود.

پی‌پرازین در درمان کرمک به مقدار ۶۵ mg/kg/day برای ۷ روز متوالی مصرف می‌شود که در صورت نیاز، به ویژه در آلودگیهای شدید، یک هفته بعد نیز تکرار می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان در درمان آسکاریس مقدار ۷۵ mg/kg/day برای ۲ روز متوالی و در درمان کرمک مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

(Tablet : ۵۰۰ mg (as Citrate or Phosphate
(Syrup : ۵۸۳.۳ mg/۵ ml (As Citrate or Phosphate

PRAZIQUANTEL

موارد مصرف پرازی کوانتل در درمان آلودگی به کرمهای پهن و شیتوزوما (شیتوزومیاز) مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد اثر ضد کرم دارو مربوط به اثر سینرژیک آن با سیستم ایمنی هومورال میزبان باشد. همچنین پرازی کوانتل موجب افزایش نفوذپذیری غشاء سلول‌های انگل افزایش انقباضات فلج و در نهایت مرگ کرم می‌شود. فارماکوکینتیک جذب این دارو، حتی در حضور غذا، سریع است اما بخش عمده‌ای از دارو در عبور اولیه از کبد متابولیزه می‌شود. نیمه عمر پرازی کوانتل ۱/۵-۰/۸ ساعت است دفع دارو عمدتاً کلیوی و سریع است این دارو به سرعت توسط شیتوزوما و سایر کرمهای فلوک و کرمهای پهن بالغ جذب می‌شود. موارد منع مصرف این دارو، به جز در شرایط خیلی ویژه نباید در درمان سیستی سرکوز چشمی مصرف شود، زیرا تخریب انگل ممکن است موجب ضایعات غیرقابل ترمیم چشم شود. هشدارها: ۱- در صورت وجود حساسیت مفرط به آن و بیماری متوسط تا شدید کبدی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- انجام آزمون مدفوع هنگام مصرف دارو در درمان کرمهای پهن فلوک‌ها و سایر گونه‌های شیتوزوما، یک سه و دوازده ماه پس از درمان به منظور تعیین کارایی دارو ممکن است ضروری باشد. ۳- در درمان شیتوزوما هماتویوم انجام آزمون ادرار، پس از یک سه و شش ماه از درمان به منظور تعیین کارایی دارو ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی عوارض CNS (شامل سرگیجه خواب‌آلودگی سردرد و بیحالی، تب عوارض گوارشی (شامل کرامپ یا درد شکمی کاهش اشتها، تهوع یا استفراغ و اسهال خونی و افزایش تعریق با مصرف این دارو گزارش شده است تداخل‌های دارویی کاربامازپین و فنی توئین ممکن است متابولیسم این دارو را تسریع کنند. دگزامتازون نیز در صورت مصرف همزمان با پرازی کوانتل ممکن است غلظت پلاسمایی این دارو را کاهش دهد. نکات قابل توصیه ۱- قرص پرازی کوانتل باید با مقدار کمی مایعات همراه با غذا به طور کامل بلعیده شود تا طمع تلخ آن موجب تهوع یا استفراغ نگردد.

۲- در صورت بروز سرگیجه یا خواب‌آلودگی باید احتیاط کرد. مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان باسن ۴ سال و بیشتر در درمان شیتوزومیاز به مقدار ۲۰ mg/kg دو یا سه بار در روز در فواصل ۴-۶ ساعت برای یک روز مصرف می‌شود. همچنین می‌توان ۶۰-۴۰ mg/kg از دارو را به صورت مقدار مصرف واحد تجویز کرد. مقدار مصرف این دارو در درمان آلودگی به کرمهای پهن ۲۵-۱۰ mg/kg در یک نوبت می‌باشد که در صورت نیاز، درمان ۱۰ روز بعد تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۶۰۰ mg

PRIMAQUINE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی کمکی در درمان مالاریا ناشی از پلاسمودیوم ویواکس و پلاسمودیوم اوآل بعد از درمان با کلروکین به منظور ریشه‌کنی مراحل کبدی بیماری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب نابودی انگل در کبد می‌شود و به این ترتیب مانع بازگشت بیماری می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود. غلظت سرمی دارو ۲-۳ ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد و نیمه عمر این دارو، به‌طور متوسط ۵/۸ ساعت می‌باشد. کمتر از ۲٪ دارو طی ۲۴ ساعت از طریق ادرار دفع می‌شود. هشدارها: این دارو در موارد کمبود G6PD، بیماریهای سیستمیک همراه با کاهش گرانولوسیت‌های خون (مانند آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوز)، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ درد شکم به‌ندرت متهموگلوبینمی کم خونی همولیتیک به‌ویژه در بیماران مبتلا به کمبود G6PD با مصرف این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز تحریک گوارشی می‌توان دارو را همراه

با غذا یا داروهای آنتی اسید مصرف

نمود.

۲- قبل از تجویز پریماکین بهتر است وضعیت بیمار از نظر کمبود G6PD بررسی و مقدار مصرف دارو تنظیم شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای ریشه‌کنی مالاریای ناشی از پلاسمودیوم ویواکس و پلاسمودیوم اوآل پس از درمان با کلروکین پریماکین به مقدار ۱۵mg/day برای ۱۴-۲۱ روز مصرف می‌شود و ممکن است یک دوره ۲۱ روزه دیگر نیز

برای گونه‌های مقاوم از این دو نوع پلاسمودیوم به آن اضافه شود. مقدار مصرف دارو در بیماران مبتلا به کمبود G6PD برای بزرگسالان ۳۰ میلی گرم یکبار در هفته است و کمترین عارضه را در بردارد.

کودکان برای ریشه‌کنی مالاریای ناشی از پلاسمودیوم ویواکس و پلاسمودیوم اوآل دوره درمان مانند بزرگسالان است ولی مقدار مصرف ۰/۲۵ mg/kg/day می‌باشد. در کودکان مبتلا به کمبود G6PD مقدار مصرف ۰/۵-۰/۷۵ میلی گرم یکبار در هفته برای ۸ هفته است و کمترین عارضه را در بردارد.

اشکال دارویی

(Tablet: mg, ۱۵ mg (as phosphate

PYRIMETHAMINE

موارد مصرف این دارو همراه با سولفادوکسین و کینین در درمان مالاریای مقاوم به کلروکین مصرف می‌شود. این دارو همراه با سولفونامیدها در درمان توکسوپلاسموز نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پیریمتامین آنزیم دی‌هیدروفولات ردوکتاز را به‌طور برگشت پذیر مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود و به‌طور گسترده در بدن انتشار می‌یابد. غلظت سرمی پیریمتامین ۲-۶ ساعت بعد از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر این دارو ۸۰-۱۲۰ ساعت است دفع این دارو عمدتاً کلیوی و آهسته است و ممکن است ۳۰ روز یا بیشتر طول بکشد.

هشدارها: ۱- مصرف پیریمتامین در صورت وجود عیب کار کلیه یا کبد، ضعف مغز استخوان کم خونی و سابقه اختلالات صرعی باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- انجام آزمون شمارش تام خون در طول درمان دراز مدت با این دارو توصیه می‌شود.

عوارض جانبی تضعیف روند خون‌سازی در صورت مصرف مقادیر زیاد دارو، بثورات جلدی و بیخوابی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان پیریمتامین با کوتریموکسازول فنی توئین یا متوترکسات اثر آنتی‌فولات این دارو تشدید می‌شود. مصرف همزمان این دارو با داروهای تضعیف مغز استخوان ممکن است سبب افزایش اثرات کاهنده گلبولهای سفید و پلاکتها شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش تحریک گوارشی دارو را می‌توان با غذا مصرف کرد.

۲- مصرف همزمان اسید فولیک در طول درمان با این دارو ممکن است ضروری باشد.

۳- در درمان توکسوپلاسموز، بویژه با مقادیر زیاد، مراجعه منظم به پزشک به منظور انجام آزمون شمارش تام خون ضروری است

۴- دوره درمان با دارو باید کامل شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین ۷۵ میلی گرم پیریمتامین همراه با

۱/۵ گرم سولفادوکسین در یک نوبت در روز سوم پس از درمان با کینین مصرف می‌شود.

در درمان توکسوپلاسموز، ابتدا

۲۰۰ mg/day - ۵۰ همراه با ۱- ۰/۲۵ گرم سولفونامید هر ۶ ساعت به مدت ۲- ۱ روز و سپس ۵۰- ۲۵ mg/day همراه با

۵۰۰- ۱۲۵ میلی گرم سولفونامید هر ۶ ساعت برای ۶- ۲ هفته مصرف می‌شود. پیریمتامین به مقدار ۱۲/۵ میلی گرم همراه با داپسون به

مقدار ۱۰۰ میلی گرم یکبار در هفته از یک هفته قبل از عزیمت به مناطق آلوده به مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم تا ۴ هفته

پس از بازگشت از آن مناطق به منظور پیشگیری از ابتلای به بیماری مصرف می‌شود. پیریمتامین همراه با سولفادایازین یا کلیندامایسین

در درمان توکسوپلاسموز به مقدار ۵۰- ۱۰۰ mg/kg به مدت ۳ روز و سپس به مقدار ۲۰ mg/day به مدت ۴- ۶ هفته مصرف

می‌شود.

کودکان در درمان مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به

کلروکین ۱/۲۵ mg/kg پیریمتامین همراه با ۲۵ mg/kg سولفادوکسین به صورت مقدار واحد، در روز سوم پس از درمان با کینین

مصرف می‌شود. برای پیشگیری از مالاریا مقدار مصرف دارو (پیریمتامین و داپسون برای کودکان ۱- ۵ سال (یا ۱۰- ۱۹ کیلوگرم وزن

بدن معادل ۱/۴، برای کودکان ۶- ۱۱ سال (یا با وزن ۲۰- ۳۹ کیلوگرم معادل ۱/۲ و برای سایر کودکان معادل مقدار مصرف

بزرگسالان است مقدار مصرف پیریمتامین در درمان توکسوپلاسموز در کودکان ۱ mg/kg یکبار در روز به مدت ۳- ۱ روز و

سپس

۰/۵ mg/kg دو بار در روز برای ۴- ۶ هفته همراه با یک سولفونامید می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg

PYRVINIUM

موارد مصرف این دارو در درمان آلودگی به کرم سنجاقی (انتروبیاز یا کرمک مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو مانع استفاده انگل از کربوهیدرات‌های آگزوزن می‌شود. فارماکوکینتیک این دارو از راه دستگاه گوارش جذب می‌شود. دفع آن از طریق مدفوع است هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به بیماری التهابی روده باید با احتیاط فراوان مصرف شود. عوارض جانبی عوارض این دارو که به ندرت گزارش شده‌اند، عبارتند از حساسیت مفرط به پیرونیوم اختلالات گوارشی (شامل اسهال تهوع و استفراغ کرامپ معدی، حساسیت پوست بیمار به نور، تغییر رنگ مدفوع و استفراغ بیمار به قرمز روشن نکات قابل توصیه ۱- بهتر است تمام اعضای خانواده بیمار به‌طور همزمان درمان شوند. تکرار درمان ۲-۳ هفته بعد نیز توصیه می‌شود. ۲- توصیه می‌شود، بیمار از قرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب خودداری کند. ۳- شستن لباسهای خواب و رختخوابها برای جلوگیری از عود مجدد بیماری توصیه می‌شود. مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان این دارو به مقدار ۵ mg/kg (حداکثر ۳۵۰ میلی‌گرم در یک نوبت مصرف می‌شود و این مقدار ۲-۳ هفته بعد نیز مجدد مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

(Coated Tablet : ۵۰ mg (as Citrate or Phosphate
(Suspension : ۵۰ mg/۵ml (as Pamoate

QUININE

موارد مصرف کینین در درمان مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین یا در صورتی که ارگاناسم عامل نامشخص باشد یا آنکه گونه‌های مختلف پلاسمودیوم در بروز بیماری دخالت داشته باشند، مصرف می‌شود. این دارو همچنین در پیشگیری یا درمان گرفتگی شبانه عضلات پا (ناشی از آرتریت دیابت واریس ترومبوفلیت و آترواسکلروز) مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو دروزیکولهای اسید انگل مالاریا تجمع می‌یابد و با تغییر pH داخل سلولی موجب مرگ تک‌یاخته می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه خوراکی سریع و نسبتاً کامل است بیش از ۸۰ درصد دارو در کبد متابولیزه می‌شود. غلظت سرمی دارو ۳/۲-۵/۹ ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو حدود ۱۱-۱۸ ساعت است دفع دارو عمدتاً کلیوی است و با اسیدی کردن ادرار دفع آن نیز افزایش می‌یابد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به هموگلوبینوری و نوریت چشمی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان صورت گیرد:

فیبریلاسیون دهلیزی اختلال‌های هدایتی قلب بلوک قلبی کمبود G6PD، میاستنی گراو، سابقه پورپورای همراه با کاهش پلاکت‌های خون کاهش قند خون

۲- در طول درمان با این دارو از راه تزریقی گلوکز خون باید به‌طور منظم اندازه‌گیری شود.

عوارض جانبی علائم سینکونیسیم شامل وزوز گوش سردرد، پوست داغ و برافروخته تهوع درد شکم بثورات جلدی اختلالات بینایی (از جمله کوری موقت و اغتشاش شعور با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی خطر بروز آریتمی بطنی در صورت مصرف همزمان ترفنادین با این دارو افزایش می‌یابد. غلظت پلاسمایی دیگوکسین توسط کینین افزایش می‌یابد. سایمتیدین متابولیسم کینین رامهار می‌کند و غلظت پلاسمایی دارو را افزایش می‌دهد.

- نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش تحریک گوارشی ناشی از دارو بهتر است آن را باغذا یا بعد از آن مصرف کرد.
- ۲- این دارو بیش از مقدار تجویز شده نباید مصرف شود.
- ۳- دوره درمان با این دارو باید کامل شود.
- ۴- در صورت بروز تاری دید یا هر گونه اختلال بینایی باید احتیاط شود.
- مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه خوراکی در درمان مالاریای ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین ۶۵۰ - ۶۰۰ میلی گرم هر ۸ ساعت برای ۷ روز است که با مصرف تتراسیکلین به مقدار ۲۵۰ میلی گرم هر ۶ ساعت برای ۷ روز ادامه می‌یابد.

این دارو را می‌توان همراه با ۱۰۰ میلی گرم دوکسی سیکلین هر ۱۲ ساعت به مدت ۷ روز، ۱/۵ گرم سولفادوکسین و ۷۵ میلی گرم پیریمتامین به صورت مقدار واحد یا ۹۰۰ میلی گرم کلیندامایسین ۳ بار در روز به مدت ۳ روز مصرف نمود.

مقدار مصرف کینین در درمان گرفتگی شبانه عضلات ۲۰۰-۳۰۰ میلی گرم در موقع خواب می‌باشد. در صورت عدم مشاهده بهبودی پس از ۴ هفته مصرف کینین مصرف دارو باید قطع شود. در صورت بهبودی علائم بیماری درمان به صورت دراز مدت ادامه خواهد داشت اما در فواصل ۳ ماه مصرف دارو قطع می‌شود تا ضرورت ادامه درمان ارزیابی شود.

کودکان مقدار مصرف کینین از راه خوراکی در کودکان ۱۰ mg/kg هر ۸ ساعت برای ۷ روز همراه با ۵ mg/kg تتراسیکلین هر ۶ ساعت به مدت ۷ روز در کودکان با سن بیش از ۸ سال یا ۱۳/۳ mg/kg - ۶/۷ کلیندامایسین ۳ بار در روز به مدت ۳ روز یا ۱/۲۵ mg/kg پیریمتامین و ۲۵ mg/kg سولفادوکسین به صورت مقدار واحد می‌باشد.

تزریقی

بزرگسالان در صورتی که بیمار خیلی بد حال باشد، کینین را می‌توان به صورت انفوزیون وریدی تجویز کرد که در این حالت یک مقدار حمله‌ای ۲۰ mg/kg

(تا حداکثر ۱/۴ گرم طی ۴ ساعت انفوزیون می‌شود و پس از ۸-۱۲ ساعت مقدار نگهدارنده ۱۰ mg/kg (تا حداکثر ۷۰۰ میلی گرم طی ۴ ساعت انفوزیون می‌شود که این مقدار هر ۸-۱۲ ساعت تکرار می‌شود تا زمانی که بیمار قادر به بلع دارو باشد. این دوره درمان تا ۷ روز

ادامه می‌یابد و پس از آن با مصرف تتراسیکلین به شرح فوق ادامه داده می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/ml

Tablet (as HCl): ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

STIBOGLUCONATE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان لیشمانیوز احشایی (کالا آزار) و لیشمانیوز جلدی (سالک) مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک دفع این دارو در دو مرحله سریع و آهسته صورت می‌گیرد که مرحله آهسته آن احتمالاً به دلیل احیا شدن به آنتیموان سه ظرفیتی است

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدید کار کلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در بیمارانی که اخیراً سایر ترکیبات آنتیموان را دریافت داشته و نیز در بیمارانی که الکتروکاردیوگرام

آنها غیرطبیعی است باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- تزریق وریدی این دارو باید به آهستگی صورت گیرد و در صورت بروز علائم عدم تحمل آنتیموان یا مسمومیت با آن مصرف دارو را باید قطع کرد.

۳- از آنجا که هنگام تزریق استیوگلوکونات سدیم احتمال بروز شوک آنافیلاکتیک وجود دارد، باید تمهیدات لازم برای مقابله با این عارضه آماده باشد.

عوارض جانبی ترکیبات آنتیموان ممکن است موجب بروز عوارض قلبی یا کبدی شوند. عوارضی که به ویژه با تزریق وریدی سریع دارو همراه هستند، عبارتند از سرفه درد قفسه سینه درد در بازوان استفراغ درد شکم از حال رفتن و کلاپس نشت دارو به بافت‌های اطراف هنگام تزریق بسیار دردناک خواهد بود. واکنش‌های حساسیتی پس از چند بار تزریق دارو ممکن است بروز کند که شامل بثورات جلدی و کهیر، تغییر صدا و کلاپس خواهد بود.

نکات قابل توصیه ۱- تزریق عضلانی این دارو بسیار دردناک خواهد بود و تزریق وریدی آن نیز با ترومبوفلیت همراه است از اینرو دارو باید با کمک یک سوزن نازک در ورید تزریق شود.

۲- در صورت بروز سرفه استفراغ یا

درد در ناحیه جناغ سینه هنگام تزریق وریدی مصرف دارو را باید بلافاصله قطع کرد.

۳- در صورتی که دوره درمان کامل نشود، احتمال بازگشت بیماری وجود خواهد داشت
مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان لیشمانیوز احشایی ابتدا ۲۰ mg/kg/day (تا حداکثر

۸۵۰ mg/day) برای حداقل ۲۰ روز مصرف می‌شود و تا دو هفته بعد از بهبود بیماری از نظر انگل‌شناسی ادامه خواهد یافت طول دوره درمان متغیر است و به وضعیت بیمار بستگی دارد. در مراحل اولیه لیشمانیوز جلدی (بدون واکنش التهابی مقدار ۱-۳ میلی لیتر (معادل ۱۰۰-۳۰۰ میلی گرم آنتیموان به صورت تزریق داخل ضایعه یا انفیلتراسیون مصرف می‌شود که در صورت نیاز، این مقدار یک یا دو بار دیگر با فواصل ۱-۲ روز تکرار می‌شود. در صورت نیاز به درمان سیستمیک (زخم‌های شدید) ۲۰-۱۰ mg/kg/day به صورت تزریقی مصرف می‌شود که تا چند روز بعد از بهبود بیماری از نظر بالینی و انگل‌شناسی ادامه خواهد یافت در درمان لیشمانیوز جلدی - مخاطی ۲۰ mg/kg/day در یک نوبت برای حداقل ۴ هفته تزریق خواهد شد که در صورت بروز علائم مسمومیت یا عدم پاسخگویی کافی بیماری می‌توان این مقدار را به ۱۰-۱۵ mg/kg هر ۱۲ ساعت تغییر داد.

کودکان مقدار مصرف مانند بزرگسالان است اما حداکثر مقدار مصرف کودکان تا ۶۰۰ mg/day می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: (Equivalent to ۱۰۰ mgPentavalent Antimony)/ml

THIABENDAZOLE

موارد مصرف تیابندازول در درمان آلودگی با لارو مهاجر پوستی کرم‌های انکیلوستوما برازیلینس وانکیلوستوما کانینوم لارو مهاجر احشایی کرم‌های توکسوکارا کانیس و توکسوکارا کاتی استرونژیلوئیدس استرکوریس و تریشینلا اسپیرالیس به کار می‌رود. این دارو در درمان آلودگی با کرم‌های کاپیلاریا فیلپینسیس در اکونکولوس مدینسیس و تریکواسترونژیلوئیدس نیز مصرف شده است مکانیسم اثر: دارو با مهار آنزیم فومارات ردوکتاز که اختصاصی کرم است باعث کشته شدن آن می‌شود. دارو ممکن است تخم و لارو کرم را نیز از بین ببرد، اما روی لارو تریشین موجود در کیست در عضله اثر ندارد.

فارماکوکینتیک تیابندازول به خوبی و سریع از مجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم دارو کبدی و سریع است نیمه‌عمر آن در بیمار با کلیه سالم ۱/۲ ساعت و زمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲ ساعت می‌باشد. طی ۴۸ ساعت بیش از ۹۰ درصد آن از کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در درمان آلودگی با کرمک اسکاریس کرم شلاقی کرم فلابدار و آلودگی مرکب بیشتر از مبندازول و پیرانتل به دلیل سمیت کمتر و اثر بیشتر، استفاده می‌شود. تیابندازول در پیشگیری از آلودگی به کرم به کار نمی‌رود.

۲- در عیب کار کبد و کلیه و در صورت بروز سرگیجه خواب آلودگی تاری دید یا زرد شدن چشم باید با احتیاط فراوان مصرف شود. در عیب کار کبد مقدار مصرف باید تقلیل یابد.

۳- در آلودگی شدید به کرم دارو باید به صورت طولانی مدت مصرف شود.

۴- انجام آزمون خلط در درمان استروئیلوئیداز در صورت وجود علائم یا نشانه‌های ریوی احتمال وجود سندرم آلودگی مکرر و کاهش ایمنی بیمار ممکن است ضروری باشد. همچنین انجام آزمون مدفوع پیش از درمان با دارو یا تقریباً ۳-۲ هفته پس از آن برای تعیین اثر بخشی آن ممکن است مورد نیاز باشد.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ سرگیجه اسهال سردرد، خارش خواب آلودگی واکنش‌های حساسیت مفرط از جمله تب و لرز، آنژیوادم بثورات جلدی اریتم مولتی فرم و سندرم استیونس جانسون و به بندرت وزوز گوش و آسیب پارانشیم کبد و اختلالات بینایی با مصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی تیابندازول باعث کاهش دفع توفیلین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در بعضی از بیماران دارو ممکن است باعث تغییر بوی ادرار شود که به دلیل متابولیت داروست و از نظر بالینی اهمیت ندارد.

۲- قبل از بلعیدن دارو باید خوب جویده شود. بیمار باید دوره درمان را کامل کند. تکرار درمان در بعضی آلودگی‌ها ضروری است

۳- برای کاهش عوارض جانبی بهتر است دارو بعد از غذا (صبح و شب میل شود).

۴- برای کاهش واکنش‌های التهابی لاروتريشین مصرف توام کورتیکواستروئید سیستمیک به خصوص در بیمارانی که علائم شدید دارند، توصیه می‌شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان بیشتر از ۱۴ کیلوگرم در درمان لارومهاجر پوستی به میزان ۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت دو روز مصرف می‌شود. در صورت وجود ضایعه فعال مصرف دارو دو روز بعد از پایان درمان تکرار می‌شود. در درمان لارو مهاجر احشایی ۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت ۵-۷ روز مصرف و در صورت لزوم ۴ هفته بعد تکرار می‌شود. در آلودگی معمولی با استروئیلوئیدس ۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت ۲ روز به کار می‌رود و در سندرم آلودگی مکرر ۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت ۲-۴ روز بر اساس پاسخ بیمار به کار می‌رود. در درمان کاپیلاریاز ۲۵ mg/kg یکبار در روز به مدت سی روز به کار می‌رود. در درمان دراکونکولیا

۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت

دو روز به کار می‌رود. در درمان تریکواستروئیلایاز در بیماران تا ۶۸ کیلوگرم ۲۵ mg/kg دو بار در روز به مدت دو روز به کار می‌رود. در بیماران بالاتر از ۶۸ کیلوگرم به میزان ۱/۵ g دو بار در روز مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف مجاز روزانه تا ۳ گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۵۰۰ mg

CARBAMIDE PEROXIDE

موارد مصرف کاربامید پراکسید برای تسکین التهاب خفیف لثه و سایر سطوح مخاطی دهان و لبها، تسکین درد و التهاب ناشی از دندانهای مصنوعی و اعمال دندانپزشکی کمک به حفظ بهداشت دهان در شرایط خاص و ضد عفونی و تمیز کردن ضایعات دهان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به دنبال تماس با بافتهای دهان موجب آزاد شدن اکسیژن می‌شود و بدین ترتیب با ضد عفونی کردن دهان موجب کاهش التهاب تسکین درد و مهار تولید باکتریهای مولد بوی بد دهان می‌شود.

هشدارها: در صورت ادامه تحریک حفره دهان یا وخامت آن یا بروز التهاب

و حالات غیرمنتظره مصرف دارو باید قطع و به پزشک یا دندانپزشک مراجعه شود.

عوارض جانبی قرمزی موضعی و عفونت ثانویه با مصرف دارو گزارش شده

است

نکات قابل توصیه ۱- مصرف دارو بیشتر از هفت روز یا در کودکان با سن کمتر از سه سال (مگر با تجویز پزشک یا دندانپزشک توصیه نمی‌شود).

۲- از رقیق کردن محلول دارو باید اجتناب شود.

۳- این دارو در تماس با آب دهان

کف می‌کند. بنابراین برای مدت ۴-۵

دقیقه پس از مصرف دارو، از نوشیدن مایعات یا شستشوی دهان اجتناب شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از سه سال چند قطره از دارو چهار بار در روز پس از غذا و به هنگام خواب در محل عفونت ریخته می‌شود و پس از ۱-۳ دقیقه خارج می‌گردد، یا اینکه ده قطره از دارو روی زبان ریخته می‌شود و پس از اختلاط با آب دهان برای چند دقیقه غرغره گردیده و سپس آب دهان خارج می‌گردد.

مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از سه سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Liquid for Topical – Oral: ۱۰٪ w/v

CETILPYRIDINIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول دهان شویه ستیل پیریدینیوم کلراید برای درمان عفونت‌های سطحی دهان و گلو، خوشبو و تازه کردن طعم دهان پس از اعمال دندانپزشکی و پس از استفراغ استفاده از داروهای استنشاقی و لوله گذاری به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: ستیل پیریدینیوم کلراید همچون سایر سورفکتانت‌های کاتیونی در محلول آبی به یک کاتیون نسبت به بزرگ فعال و یک یون کوچک غیرفعال یونیزه می‌شود. ترکیبات کاتیونی علاوه بر اثرهای امولسیون کننده و پاک کننده دارای فعالیت باکتری کش علیه باکتریهای گرم مثبت و گرم منفی می‌باشند.

هشدارها: ستیل پیریدینیوم کلراید با صابونها و سایر سورفکتانت‌های آنیونی ناسازگاری دارد.

عوارض جانبی خوردن سورفکتانت‌های کاتیونی سبب تهوع و استفراغ می‌شود و محلول‌های غلیظ آنها ممکن است سبب آسیب و نکرور مری شوند. علایم مسمومیت با ترکیبات آمونیوم چهارتایی تنگی نفس و سیانوز است تضعیف CNS، کمی فشار خون و اغما نیز ممکن است بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱- از خوردن دارو باید به شدت اجتناب شود.

۲- پس از مسواک کردن دهان به خوبی با محلول شسته شود.

مقدار مصرف یک میلی‌لیتر از محلول با صد میلی‌لیتر آب (نصف لیوان رقیق و هر ۲-۳ ساعت یا طبق دستور پزشک غرغره می‌شود).

اشکال دارویی

Mouthwash: ۰.۰۵٪

CHLORHEXIDINE GLUCONATE

موارد مصرف کلرهگزیدین گلوکونات برای حفظ بهداشت دهان و ممانعت از تشکیل پلاک دهان به کار می‌رود. مکانیسم اثر: دارو با نفوذ به داخل دیواره سلولی میکروارگانیسم باعث خروج محتویات سلولی می‌شود. به دلیل بار مثبت به هنگام شستشوی دهان بر سطوح دندان پلاکها و مخاط که دارای بار منفی هستند، جذب شده و با گذشت زمان به تدریج از آنها آزاد شده و اثر باکتریوسیدی خویش را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک در حدود ۳۰ درصد از دارو متعاقب شستشوی دهان با کلرهگزیدین گلوکانات در حفره دهان باقی مانده و به تدریج در مایعات دهان آزاد می‌شود.

هشدارها: از تماس دارو با چشم‌ها،

گوش میانی و حفرات بدن باید اجتناب شود.

عوارض جانبی با مصرف کلرهگزیدین ممکن است تحریک درماتیت یا حساسیت به نور مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی کلرهگزیدین با صابونها و پاک‌کننده‌های آنیونی ناسازگار است

نکات قابل توصیه ۱- از خوردن دارو باید خودداری گردد.

۲- در صورت ایجاد تحریک درماتیت یا حساسیت به نور، مصرف دارو باید قطع شود.

مقدار مصرف ده میلی‌لیتر از محلول دو بار در روز به مدت یک دقیقه غرغره می‌شود.

اشکال دارویی

Mouthwash: ۰.۲٪

CHLOROXYLENOL

موارد مصرف کلروکسی‌لنول برای درمان موضعی عفونت زخم‌ها و پوست به کار می‌رود.

عوارض جانبی حساسیت پوستی با مصرف دارو مشاهده شده است

تداخل‌های دارویی کلروکسی‌لنول با سورفکتانت‌های غیر یونی و متیل سلولز ناسازگار است

نکات قابل توصیه از خوردن محلول کلروکسی‌لنول باید جد؟ خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از محلول بر حسب نیاز برای تمیز و ضد عفونی کردن زخم یا پوست مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Solution: ۵٪

(GLUTARAL (GLUTARALDEHYDE

موارد مصرف گلو تارال برای ضد عفونی و استریل کردن وسایل دندان پزشکی جراحی آندوسکوپی حرارت سنج ها و وسایل پلاستیکی و لاستیکی مورد استفاده در راه های تنفسی و بیهوشی به کار می رود.

مکانیسم اثر: گلو تارال یک دی آلدئید اسیدی است قلیایی کردن $pH = ۸/۵ - ۷/۵$ با یبیکربنات سدیم یا نمک هائی پتاسیم منجر به تبدیل آن به یک عامل ضد میکرب قوی با اثر میکرب کشی ضد تو بر کولوئید، قارچ کشی اسپور کشی و فعالیت ضد ویروسی می شود. توانایی ترکیب حتی در حضور مواد آلی (خون بافت مخاط) نیز به میزان زیاد باقی می ماند.

هشدارها: ۱- بخارات حاصل از محلول ممکن است باعث تحریک دستگاه تنفسی شود.

۲- تماس محلول با پوست و مخاط ممکن است باعث بروز حساسیت گردد.

نکات قابل توصیه از تماس محلول با چشم ها، پوست و غشاهای مخاطی باید اجتناب شود. در صورت تماس اتفاقی موضع باید سریع با آب شسته شود و در خصوص چشم ها به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف برای ضد عفونی و استریل کردن وسایل ابتدا باید دبریدهای موجود بر آنها توسط برس و یک محلول پاک کننده ملایم پاک گردد. سپس وسایل یادستگاههای تمیز و خشک شده باید در یک سینی گذاشته شده و به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه برای ضد عفونی شدن و به مدت حداقل ۱۰ ساعت برای استریل شدن (از بین رفتن اسپورهای بیماری زا) در ظرف حاوی محلول قلیایی گلو تارال غوطه ور گردند. برای به حداقل رسانیدن بو و جلوگیری از تبخیر، در ظرف بسته نگهداشته شود.

اشکال دارویی

Disinfectant Solution: ۲٪

PARAFORMALDEHYDE

موارد مصرف پارا فرمالدئید یک ضد عفونی کننده و آنتی سپتیک می باشد و به عنوان یک منبع فرمالدئید عمل می کند. فرمالدئید حاصل به عنوان یک ضد باکتری قارچ و بسیاری از ویروسها عمل می کند، در حالی که اثر این ماده بر علیه اسپور باکتری کمتر می باشد. این دارو برای درمان زگیل کف دست و پا و شستشوی حفره کیست هیداتیک جراحی شده به منظور از بین بردن اسکولکسها نیز مصرف می شود.

عوارض جانبی محلولهای غلیظ این دارو، در صورت تماس با پوست سبب سفید شدن و سخت شدن پوست می شوند. درماتیت تماسی و واکنش های حساسیتی پس از مصرف غلظتهای معمولی بروز نموده است بخار فرمالدئید سبب تحریک چشم بینی و دستگاه تنفسی فوقانی می شود و ممکن است باعث سرفه اختلال بلع اسپاسم حنجره و خیز، التهاب نایژه و پنومونی گردد.

مقدار مصرف برای ضد عفونی کردن اتاقها، پارا فرمالدئید باید به وسیله حرارت به بخار تبدیل شود.

اشکال دارویی

Tablet

POVIDONE IODINE

موارد مصرف محلول موضعی پوویدون آیودین برای شستشو و ضد عفونی کردن پوست قبل و پس از اعمال جراحی کوچک و

بزرگ و تمیز کردن دست جراحان قبل از عمل مصرف می‌شود. محلول دهان شویه آن برای درمان بیماریهای التهابی عفونی دهان و حلق ناشی از باکتری‌ها و کاندیدا و نیز در جراحی دندان مصرف می‌شود. پماد موضعی دارو برای درمان یا پیشگیری عفونت در بریدگیها و خراشیدگیها، اعمال جراحی کوچک و سوختگیها و درمان عفونت‌های پوستی باکتریایی یا قارچی زخم بستر، زخم ناشی از توقف جریان خون و هرگونه بیماری عفونی پوست مصرف می‌شود. دوش و ژل واژینال آن برای درمان التهاب واژن ناشی از کاندیدا، تریکوموناس التهاب غیراختصاصی یا عفونتهای مخلوط واژن و نیز برای شستشوی واژن قبل از جراحی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو ترکیبی از ید و پلی‌مرها به‌عنوان حامل است و از طریق آزادسازی تدریجی ید معدنی در تماس با پوست و غشاهای مخاطی اثر ضد عفونی کننده خود را اعمال می‌کند. پوویدون آیودین روی باکتریهای گرم مثبت و منفی دارای اثر باکتریسیدی است و علیه قارچها، ویروسها، انگلها، کیستها، پروتوزوا، مخمرها و اسپورها نیز مؤثر است قدرت اثر دارو و سمیت آن کمتر از فرآورده‌های حاوی ید آزاد می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق اسکار پوست سوخته و نواحی سوخته و زخمی پوست جذب می‌شود که باعث زیادی غلظت ید در پلاسما می‌شود و ممکن است منجر به مسمومیت گردد. جذب پوستی این دارو در نوزادان ممکن است باعث کم‌کاری تیروئید شود. طول اثر مفید پوویدون آیودین برای مقاصد جراحی یک ساعت است و تعداد باکتری‌های پوست پس از ۶-۸ ساعت مجدد به میزان اولیه باز می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در مناطق وسیع پوست آسیب دیده به دلیل خطر جذب مقادیر زیاد ید و در بیماران مبتلا به گواتر کلوئیدی گره‌ای غیرسمی نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در بیماران دارای سابقه حساسیت مفرط به ید باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تحریک موضعی قرمزی تورم یا اسیدوز متابولیک زیادی سدیم خون و عیب کار کلیه در نتیجه جذب ید به دنبال مصرف دارو در سوختگی‌های شدید و یا در مناطق بدون پوست ممکن است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پوویدون آیودین و تتور بتروئن ممکن است منجر به بروز واکنشهای پوستی مانند سوختگیهای نوع دوم و سوم و در نتیجه کاهش pH شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز تحریک موضعی مصرف دارو باید قطع شود.

۲- ژل و دوش واژینال دارای اثر اسپرم کشی هستند. از این رو در صورت تمایل به بارداری از آنها استفاده نشود.

۳- پوویدون آیودین ممکن است پارچه‌های بافته شده از الیاف مصنوعی را لک نماید که در اینصورت باید با آمونیاک رقیق شسته شوند.

۴- محلول دارو قبل از مصرف تکان داده شود.

مقدار مصرف به‌عنوان محلول ضد عفونی کننده در جراحی به مقدار لازم برای تمیز و ضد عفونی کردن ناحیه عمل و یا دست جراح مصرف می‌شود.

محلول دهان شویه این دارو، به صورت رقیق نشده یا رقیق شده با حجم مساوی از آب گرم به مدت ۳۰ ثانیه هر ۲-۴ ساعت تا زمان لازم غرغره می‌شود.

مقدار کافی از پماد این دارو، پس از تمیز کردن موضع هر ۸ ساعت یکبار در درمان سوختگیها و یک بار در روز در سایر موارد به آرامی بر روی پوست مالیده شده و در صورت لزوم موضع بانسمان می‌شود.

در مورد ژل و دوش واژینال یک اپلیکاتور پر از ژل یا محلول دوش هر شب برای ۲-۴ هفته و حتی طی دوران عادت ماهیانه مصرف می‌شود. در صورت لزوم مصرف همزمان ژل و دوش صبحها از دوش استفاده گردد. محلول غلیظ دوش به داخل اپلیکاتور ریخته

می‌شود و طبق دستور رقیق می‌گردد و متعاقباً مهبل شسته می‌شود.

اشکال دارویی

Mouthwash: ۱٪

Topical Ointment: ۱۰٪

Topical Solution: ۱۰٪

Vaginal Gel: ۱۰٪

Surgical Scrub: ۷.۵٪

DOPAMINE HCl

موارد مصرف دوپامین برای درمان شوک کاردیوژنیک ناشی از سکته یا جراحی قلب استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک گیرنده‌های بتا - یک آدرنرژیک در عضله قلب

موجب افزایش قدرت انقباضی قلب می‌شود. مقادیر کم دارو موجب گشادگی عروق و افزایش جریان خون کلیوی و در مقادیر بیشتر باعث انقباض عروق می‌شود.

فارماکوکینتیک دوپامین بعد از تجویز وریدی دفع سریعی داشته و نیمه عمر حذف آن ۹-۶ دقیقه است تغییرات فردی در کلیرانس دوپامین وجود دارد که تا حدی ناشی از غیرطبیعی بودن عملکرد اعضای مثل کبد یا کلیه (که باعث کاهش کلیرانس دوپامین می‌گردد) می‌باشد.

موارد منع مصرف در موارد تاکی آریتمی و فتوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- قبل از تجویز دوپامین به بیمارانی که دچار شوک شده‌اند و یا در انفارکتوس میوکارد، باید کمی حجم خون آنان تصحیح گردد.

۲- برای بیمارانی که داروی مهارکننده آنزیم مونوآمینواکسیداز دریافت می‌کنند، نباید دوپامین تجویز کرد. در صورت ضرورت باید با کمترین میزان ممکن دارو را تجویز نمود.

۳- در شوک ناشی از سکته قلبی باید از مقادیر کم (کمتر از ۵ میکروگرم در دقیقه دوپامین استفاده نمود چون مقادیر بیشتر با انقباض عروق باعث بدتر شدن نارسایی قلب می‌شود.

۴- در موقع انفوزیون وریدی دوپامین در صورت نشت مقادیر زیاد دوپامین به بافت‌های اطراف نکروز ایجاد می‌گردد.

عوارض جانبی بروز عوارضی مثل تهوع استفراغ تنگی عروق محیطی کاهش فشارخون افزایش فشارخون ضربان قلب درد آنژی و آریتمی با این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان این دارو با داروهای ضدافسردگی مهارکننده آنزیم مونوآمینواکسیداز ممکن است موجب افزایش شدید فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- نشت دوپامین به بافت‌های اطراف رگ با تزریق موضعی فنتولامین تا حداکثر ۱۲ ساعت پس از نشت به‌طور موفقیت آمیزی قابل درمان است

۲- در صورت بروز عوارض جانبی دوپامین به دلیل کوتاه بودن نیمه عمر این دارو، با کم کردن سرعت انفوزیون یا قطع آن این عوارض سریعاً برطرف می‌شوند.

مقدار مصرف از طریق انفوزیون وریدی

۵ mcg/kg/min - ۲ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰ mg/۵ml

EPHEDRINE

موارد مصرف افدرین برای درمان علامتی آسم نایژه‌ای و انسداد برگشت‌پذیر راه‌های تنفسی رفع احتقان بینی یا محرک سیستم عصبی مرکزی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: افدرین یک مقلد سمپاتیک است که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر گیرنده‌های آلفا و بتا آدرنژیک اثر می‌کند. این دارو با تحریک گیرنده‌های بتا دو آدرنژیک عضلات صاف نایژه را شل می‌کند و با برطرف نمودن اسپاسم خفیف نایژه ظرفیت حیاتی را افزایش می‌دهد و عمل تهویه را بهبود می‌بخشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی است و پس از تزریق عضلانی یا زیرجلدی به‌سرعت جذب می‌شود. دفع دارو کلیوی است اثر دارو ۲۰-۱۰ دقیقه پس از تزریق داخل عضلانی شروع و ۶۰-۳۰ دقیقه پس از تجویز ۵۰-۲۵ میلی‌گرم باقی می‌ماند.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری‌های قلبی - عروقی شامل آنژین صدری آریتمی قلبی نارسایی عروق کرونر، پرکاری تیروئید، دیابت بیماری ایسکمی قلبی افزایش فشارخون نقص عملکرد کلیوی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- این دارو در مقایسه با به محرک‌های گیرنده بتا دو آدرنژیک عوارض جانبی بیشتری دارد و به دلیل بروز آریتمی و سایر عوارض جانبی کمتر مناسب است از این رو، حتی الامکان باید از مصرف این دارو خودداری گردد.

۳- در صورت وجود هیپرتروفی پروستات مصرف دارو ممکن است باعث احتباس حاد ادرار شود.

۴- تداخل دارو با مهارکننده‌های منوآمین اکسیداز از نظر بالینی اهمیت فراوان دارد.

عوارض جانبی تاکی کاردی اضطراب آریتمی زبان خشک شده بیقراری و بی‌خوابی از عوارض شایع افدرین می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان کلروفرم یا هالوتان با افدرین ممکن است خطر آریتمی شدید بطنی را به‌ویژه در بیماران دارای سابقه بیماری قلبی افزایش دهد. مصرف همزمان این دارو با مسددهای بتاممکن است با اثرگشادکنندگی برونش افدرین مقابله نماید. مصرف همزمان افدرین با مسددهای بتاممکن است با خطر افزایش فشارخون و برادیکاری شدید با احتمال ایست قلب همراه باشد. مصرف همزمان افدرین با مهارکننده‌های منوآمینواکسیداز ممکن است اثرات تحریک قلبی - عروقی افدرین را در نتیجه آزاد شدن کاتکولامین‌ها طولانی و تشدید نماید. مصرف همزمان این دارو با گلیکوزیدهای دیژیتال ممکن است خطر آریتمی قلبی را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به‌حداقل رسانیدن احتمال بی‌خوابی دارو چندین ساعت قبل از خواب مصرف شود.

۲- در صورت سابقه حساسیت نسبت به مقلدهای سمپاتیک یا وجود بیماری‌های قلبی - عروقی این دارو با احتیاط مصرف شود.

۳- مصرف همزمان دارو با مسددهای بتا آدرنژیک کدئین گلیکوزیدهای دیژیتال مهارکننده‌های منوآمینواکسیداز و داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای باید با احتیاط صورت پذیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۵-۱۲/۵ میلی‌گرم از دارو به‌صورت داخل عضلانی یا زیرجلدی تزریق می‌شود و مقادیر بعدی برحسب پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دارو ۱۵۰ میلی‌گرم در هر ۲۴ ساعت می‌باشد.

کودکان ۳ mg/kg یا ۱۰۰ mg/m^۲ سطح بدن به‌صورت داخل وریدی یا زیرجلدی در روز، در ۶-۴ مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

EPINEPHRINE

موارد مصرف این دارو برای درمان اضطرابی آنافیلاکسی حاد، آنژیوادم واحیای قلبی - عروقی مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: اپی نفرین یک داروی مقلد سمپاتیک است که به‌طور مستقیم بر روی گیرنده‌های آلفا و بتا - آدرنرژیک اثر می‌کند. اپی نفرین عضلات صاف نایژه را با اثر بر روی گیرنده‌های بتا - دو آدرنرژیک شل می‌کند و از طریق گیرنده‌های آلفا آدرنرژیک شریانچه‌های نایژه را منقبض می‌نماید. در نتیجه موجب از بین رفتن اسپاسم نایژه احتقان و خیز می‌شود. فارماکوکینتیک این دارو از راه عضلانی یا زیرجلدی جذب می‌شود. اپی نفرین در انتهای اعصاب سمپاتیک کبد و سایر بافت‌های بدن متابولیزه می‌شود. شروع اثر این دارو از راه عضلانی متغیر می‌باشد. در حالیکه اثر آن از راه تزریق زیرجلدی ۱۵-۶ دقیقه پس از مصرف شروع می‌شود، طول مدت اثر دارو از راه زیرجلدی یا عضلانی کمتر از ۴ - ۱ ساعت است دفع این دارو از راه کلیه است هشدارها: ۱ - این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

- ۱- پرکاری تیروئید، دیابت بیماری قلبی عروقی و شوک کاردیوژنیک تروماتیک یا خونریزی
 - ۲- از تزریق اپی نفرین به داخل عضلات سرینی باید اجتناب نمود، زیرا ممکن است موجب بروز گانگرن شود.
 - ۳- لازم است همزمان با تزریق اپی نفرین حجم مایعات از دست رفته نیز جبران شود.
 - ۴- تزریق اپی نفرین به داخل شریان به علت انقباض شدید عروق و احتمال بروز گانگرن توصیه نمی‌شود.
- عوارض جانبی اضطراب لرزش تاکی کاردی آریتمی احساس سرما در انتهاها، زیاده‌فشارخون و خیز ریوی تهوع استفراغ تعریق ضعف و سرگیجه با مصرف این دارو گزارش شده است
- تداخل‌های دارویی مصرف همزمان هالوتان با اپی نفرین ممکن است خطر بروز آریتمی شدید بطنی را افزایش دهد. انفلوران یا ایزوفلوران نیز ممکن است عضله قلب را به اثرات مقلد سمپاتیک اپی نفرین حساس نماید. مصرف همزمان اپی نفرین با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای ممکن است اثرات قلبی - عروقی اپی نفرین را تشدید کند که احتمالاً منجر به بروز آریتمی تاکی کاردی یا زیاده‌فشارخون و دمای بدن می‌شود. مصرف همزمان داروهای مسدودکننده گیرنده بتا - آدرنرژیک با اپی نفرین ممکن است به مهار اثرات درمانی هر دو دارو منجر شود. مصرف همزمان دیگوکسین با اپی نفرین ممکن است خطر بروز آریتمی قلبی را افزایش دهد. مصرف همزمان ارگوتامین با اپی نفرین ممکن است منجر به افزایش اثر تنگ‌کننده عروق شود. همچنین ممکن است باعث ایجاد ایسکمی عروق محیطی و گانگرن شده و اثر بالابرنده فشارخون اپی نفرین را نیز تشدید نماید.
- نکات قابل توصیه ۱ - این دارو در موارد اضطرابی برای درمان واکنش‌های آلرژیک باید بلافاصله مصرف شود.
- ۲ - محلول تزریقی اپی نفرین با غلظت ۱ mg/ml، قبل از تزریق داخل قلبی یا وریدی باید رقیق شود. برای این منظور ۰/۵ میلی لیتر از محلول اپی نفرین باید با محلول تزریقی کلرور سدیم به حجم ۱۰ میلی لیتر رسانده شود.
- مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان گشادکننده نایژه ابتدا ۰/۵ - ۰/۲ میلی گرم تزریق

زیرجلدی می‌شود که این مقدار هر ۲۰ دقیقه تا ۴ ساعت برحسب نیاز بیمار

تکرار می‌شود. در آنافیلاکسی ابتدا مقدار ۰/۵ - ۰/۲ میلی گرم تزریق عضلانی یا زیرجلدی می‌شود که این مقدار هر ۱۵ - ۱۰ دقیقه برحسب نیاز بیمار تکرار می‌شود. به‌عنوان تنگ‌کننده عروق در شوک آنافیلاکتیک ابتدا مقدار ۰/۵ میلی گرم تزریق عضلانی یا

زیرجلدی می‌شود و پس از آن ۰/۰۵ - ۰/۰۲۵ میلی‌گرم هر ۱۵ - ۵ دقیقه برحسب نیاز بیمار تزریق وریدی می‌شود. به‌عنوان محرک قلبی نیز مقدار

۱ - ۰/۱ میلی‌گرم داخل قلب یا ورید تزریق می‌گردد که این مقدار در صورت نیاز، هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود. برای احیاء قلبی ۱ میلی‌گرم به‌صورت قطره قطره تجویز می‌گردد.

کودکان به‌عنوان گشادکننده نایژه در درمان آنافیلاکسی مقدار ۰/۰۱ mg/kg

تا حداکثر ۰/۵ میلی‌گرم برای هر نوبت تزریق زیرجلدی می‌گردد که این مقدار برحسب نیاز هر ۱۵ دقیقه برای دو نوبت و سپس هر ۴ ساعت تکرار می‌شود. به‌عنوان تنگ‌کننده عروق در شوک آنافیلاکتیک ابتدا مقدار ۰/۳ میلی‌گرم تزریق عضلانی یا وریدی می‌گردد که این مقدار در صورت نیاز هر ۱۵ دقیقه برای ۳ یا ۴ نوبت تکرار می‌شود. به‌عنوان محرک قلبی نیز ۰/۰۱ - ۰/۰۰۵ mg/kg داخل عضله قلب یا به‌صورت وریدی تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection (As Acid Tartrate): ۱ mg/ml

ISOPROTERENOL HCl

موارد مصرف ایزوپروترنول در درمان علائمی آسم برنشیال اسپاسم نایژه‌ای برگشت‌پذیر همراه التهاب نایژه‌ها، امفیزم ریوی برونشیکتازی و سایر بیماری‌های انسدادی ریوی به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک ترکیب آدرنرژیک است که با تحریک گیرنده‌های بتا آدرنرژیک اثرات خود را اعمال می‌کند. تحریک گیرنده بتا دو در شش‌ها موجب شل شدن عضله صاف نایژه و تخفیف اسپاسم نایژه‌ای افزایش ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره‌ای و کاهش مقاومت راه‌های هوایی می‌گردد. ایزوپروترنول موجب مهار آزاد شدن هیستامین ناشی از تحریک آنتی‌ژن و ماده کند اثر (SRS) در هنگام آنافیلاکسی می‌گردد. این دارو با تحریک گیرنده بتا یک آدرنرژیک موجب افزایش لیپولیز می‌گردد.

فارماکوکینتیک علاوه بر کبد در شش‌ها و بافت‌های دیگر نیز متابولیزه می‌شود. شروع اثر دارو با تجویز از طریق داخل وریدی بلافاصله و سریع بوده و مدت اثر دارو کمتر از یک ساعت است دفع دارو، کلیوی است

موارد منع مصرف ایزوپروترنول در مبتلایان به بیماری‌های قلبی - عروقی از قبیل آنژین قفسه صدی بیماری‌های شریان کرونر، آریتمی قلبی همراه با تکیکاردی نارسایی کرونر، بیماری‌های دژنراتیو قلبی زیادی فشارخون عیب کار بافت قلب تکیکاردی همراه با سمیت ناشی از دیژیتال دیابت پرکاری تیروئید، فتوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

عوارض جانبی درد یا ناراحتی قفسه سینه احساس سرما، تب تشنج اغشاش شعور، افزایش حاد فشار خون ضربانات نامنظم قلب تغییرات خلق و خو، گرفتگی‌های عضلانی تهوع و استفراغ اشکال در تنفس آهسته‌شدن ضربانات قلب رعشه اضطراب غیرعادی عصبانیت یا بیقراری بزرگ‌شدن غیرطبیعی مردمک چشم تاری دید، سرد و رنگ پریده‌شدن پوست ضعف برافروختگی یا قرمزی صورت یا پوست از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ترکیبات هیدروکربنه هوشبر استنشاقی با ایزوپروترنول موجب افزایش خطر بروز آریتمی بطنی شدید می‌شود. تجویز همزمان ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای با تقویت اثرات قلبی - عروقی ایزوپروترنول موجب بروز آریتمی

تاکیکاردی زیادی فشار خون و یا افزایش درجه حرارت بدن می‌گردد. تجویز ترکیبات مسدود کننده بتا آدرنژیک و از جمله فرآورده‌های چشمی همزمان با این دارو، موجب مهار متقابل اثرات درمانی دودارو می‌گردد. در ضمن اثر گشادکنندگی نایژه با تحریک گیرنده بتا دو توسط ایزوپروترنول را عوارض ناخواسته مثل تحریک پذیری بیخوابی تشنج و یا آریتمی قلبی را به دنبال خواهد داشت تجویز همان گلیکوزیدهای قلبی و یا لوودوپا با دارو، موجب افزایش خطر آریتمی قلبی می‌شود. ایزوپروترنول هم چنین اثرات ضد آنژین نیتراها را کاهش می‌دهد. مصرف توام ریتودرین و این دارو، موجب تشدید اثرات درمانی و عوارض جانبی دو دارو می‌شود. تجویز توام با هورمونهای تیروئیدی نیز اثرات درمانی هر دو گروه دارویی را تشدید می‌کند. تجویز دارو به همراه ترکیبات گرانتین مانند آمینوفیلین علاوه بر افزایش تحریک CNS، آثار سمی اضافی تولید می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز اشکال در تنفس و تداوم یا بدتر شدن آن بلافاصله به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت استفاده مکرر از مقادیر زیاد دارو، احتمال بروز اسپاسم نایژه‌ای خلاف انتظار وجود دارد.

مقدار مصرف به منظور گشاد کردن نایژه در هنگام اسپاسم نایژه حین بیهوشی، به صورت تزریق داخل وریدی و به میزان mcg ۲۰-۱۰ تجویز شده و بسته به نیاز بیمار تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۲ mg/ml, ۱ mg/ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترنول در درمان علامتی آسم برونشیا اسپاسم نایژه‌ای برگشت پذیر همراه با التهاب نایژه‌ها و نیز آمفیزم ریوی برونشیکتازی و سایر بیماری‌های انسدادی ریوی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق

تحریک گیرنده‌های بتا دو آدرنژیک در شش‌ها، موجب شل شدن عضله صاف نایژه و در نتیجه کاهش اسپاسم نایژه افزایش ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره تنفسی و کاهش مقاومت راههای تنفسی می‌شوند. متاپروترنول همچنین آزاد شدن هیستامین ناشی از تحریک آنتی ژن را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک حدود ۴۰٪ مقدار مصرفی به صورت خوراکی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. شروع اثر دارو به دنبال تجویز خوراکی حدود یک ساعت و دوام اثر دارو بیش از ۴ ساعت است متابولیسم دارو کبدی است

موارد منع مصرف این دارو در افراد مبتلا به آریتمی قلبی و یا تاکی کاردی نارسایی احتقانی قلب بیماری عروق کرونر، زیادی فشار خون اختلالات تشنجی دیابت پرکاری تیروئید، فتوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در مبتلایان به اختلالات تشنجی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- مصرف مقادیر بیش از حد دارو، به ویژه در افرادی که زمینه اختلالات ریتم قلب دارند و یا از مدرها و گلیکوزیدهای دیژیتالی استفاده می‌نمایند، ممکن است موجب کاهش پتاسیم خون گردد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی یا درد در قفسه سینه احساس سرما و یا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سریع قلب سردرد، افزایش فشار خون تهوع و استفراغ اشکال در تنفس ضربانات آهسته قلب رعشه اضطراب غیر معمول عصبانیت بیقراری بزرگ شدن غیر طبیعی مردمک چشم تاری دید، سرد و رنگ پریده شدن غیر عادی پوست ضعف ضربانات نامنظم قلب گرفتگی‌های عضلانی تغییرات خلق و خو و نیز احساس طعم ناخوشایند در دهان از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های دارویی چنانچه متاپروترنول با مقادیر بالا، قبل و یا در مدت کوتاهی پس از بیهوشی با کلورفرم یا هالوتان تجویز گردد،

خطر بروز آریتمی شدید بطنی را بالامی برد. انفلوران ایزوفلوران و متوکسی فلوران نیز چنین اثری دارند. ترکیبات ضدافسردگی سه حلقه‌ای اثرات متاپروترونول را بر سیستم عروقی تقویت می‌کنند. تجویز همزمان مسددهای گیرنده بتا آدرنژیک علاوه بر مهار متقابل اثرات درمانی دو گروه دارویی موجب خنثی کردن اثر گشادکنندگی نایژه‌ای متاپروترونول نیز می‌شود. تجویز توام دارو با محرک‌های CNS موجب تحریک اضافی CNS و افزایش اثرات جانبی این داروها می‌گردد. استفاده همزمان از گلیکوزیدهای قلبی و لوودوپا نیز خطر آریتمی قلبی را افزایش می‌دهد. متاپروترونول اثرات ضدآنزیم نیترات‌ها را کم می‌کند. تجویز توام ریتودرین و سایر مقلدهای سمپاتیک با این دارو، اثرات درمانی و عوارض جانبی هر دو گروه را زیاد می‌کند. هورمونهای تیروئیدی نیز اثر تداخلی متقابل با متاپروترونول دارند. گزانتین‌ها در حضور این دارو، اثراتشان بر CNS تشدید می‌شود و آثار سمی اضافی بروز می‌نمایند.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز اشکال در تنفس و تداوم یا بدتر شدن آن فوراً به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت نیاز به استفاده همزمان از آتروسول‌های کورتیکوستروئیدی و یا پیراتروپیوم بهتر است متاپروترونول مدتی قبل از داروی دیگر استفاده شود.

۳- ممکن است طعم ناخوشایند مصرف دارو در دهان احساس شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای گشاد کردن نایژه‌ها،

۲۰ میلی گرم ۳-۴ بار در روز تجویز می‌شود.

کودکان بین ۹-۶ سال و بالا-تر و یا در کودکانی با وزن کمتر از ۲۷ کیلوگرم ۱۰ میلی گرم و ۳-۴ بار در روز و در کودکان ۹ سال به بالا با وزن ۲۷ کیلوگرم و بیشتر، مشابه افراد بالغ تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال ابتدا ۰/۵ میلی گرم به صورت داخل عضلانی تزریق می‌شود و در صورت نیاز، پس از نیم ساعت این مقدار تکرار می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۶ سال ۰/۲۵ میلی گرم به صورت داخل عضلانی تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۰ mg

Injection: ۰.۵ mg/ml

NEOSTIGMINE METHYLSULFATE

موارد مصرف نئوستیگمین در درمان ضعف عضلانی ناشی از بیماری میاستنی گراو، احتباس غیر انسدادی ادرار بعد از عمل جراحی و به عنوان پادزهر داروهای مسدود عصبی - عضلانی غیردپولاریزان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو هیدرولیز شدن استیل کولین به وسیله استیل کولین استراز جلوگیری می‌کند و در نتیجه انتقال تکانه‌های عصبی از محل اتصال عصب عضله را تسهیل می‌نماید. این دارو همچنین با افزایش تحریک و تنوس عضلات معده کاهش انقباض معده بعد از عمل جراحی را برطرف می‌کند.

فارماکوکینتیک نئوستیگمین پس از تزریق عضلانی سریع جذب می‌شود. در پلاسما و کبد متابولیزه می‌شود و دفع آن کلیوی می‌باشد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود انسداد مکانیکی روده یا مجاری ادرار با احتیاط فراوان تجویز شوند.

۲- در مصرف این دارو پس از جراحی باید احتیاط کرد زیرا ممکن است مشکلات تنفسی ناشی از درد پس از عمل جراحی تسکین احتباس ترشحات یا آتلکتازی را تشدید کند.

۳- در موارد زیر با احتیاط مصرف شود:

آسم برادیکاردی انفارکتوس اخیر میوکارده، پارکینسون قطع عصب واگ زخم معده ناراحتی کلیه عوارض جانبی از عوارض شایع این دارو می‌توان از اسهال تهوع یا استفراغ کرامپ یا درد معده افزایش غیرعادی تعریق و افزایش غیرعادی ترشح بزاق نام برد.

تداخل‌های دارویی اثر انسداد عصبی-عضلانی ناشی از آمینو گلیکوزیدهای سیستمیک داروهای بیهوش کننده استنشاقی هیدروکربنه بیحس کننده‌های موضعی تزریقی و کلیندامایسین را تشدید می‌کند. در صورت مصرف همزمان با سایر مهارکننده‌های کولین استراز ممکن است منجر به مسمومیت اضافی گردد. ممکن است در مصرف همزمان با داروهای مسدود عصبی-عضلانی دپولاریزان مانند سوکسینیل کولین اثر آنها کاهش یابد. در صورت همزمان پروکائین آمید یا کینیدین با این دارو فعالیت انسداد عصبی-عضلانی و یا اثر ثانویه ضد موسکارینی این دو دارو ممکن است اثر ضد میاستنی گراو نئوستیگمین را خنثی کند.

نکات قابل توصیه مصرف این دارو با غذا یا شیر احتمال بروز عوارض جانبی را کاهش می‌دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای جلوگیری از احتباس ادرار یا کاهش انقباض معده - روده‌ای پس از جراحی مقدار ۰/۲۵ میلی گرم بلافاصله پس از پایان عمل به صورت عضلانی یا زیرجلدی تزریق و این مقدار هر ۴-۶ ساعت به مدت ۲ یا ۳ روز تکرار می‌شود. برای درمان احتباس ادرار، مقدار ۰/۵ میلی گرم تزریق عضلانی یا زیرجلدی می‌شود و این مقدار هر سه ساعت برای حداقل پنج نوبت پس از خالی شدن مثانه تکرار گردد.

کودکان به عنوان پادزهر داروهای شبه کورار مقدار ۰/۰۴ mg/kg همراه با ۰/۰۲ mg/kg آتروپین تزریق وریدی می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ mg/ml, ۲.۵ mg/ml

NOREPINEPHRINE BITARTRATE

موارد مصرف نوراپی نفرین برای جبران کمی حاد فشار خون مصرف می‌شود. این دارو در درمان کمی فشار خون متعاقب بای پس قلبی - ریوی و جراحی قلب نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: نوراپی نفرین یک کاتکول آمین است که با اثر بر روی گیرنده‌های بتا-یک آدرنرژیک عضله قلب را تحریک می‌کند و برون ده قلب را افزایش می‌دهد و با اثر بر روی گیرنده‌های آلفا - آدرنرژیک اثر تنگ کننده شدید بر روی عروق ایجاد می‌کند و بنابراین فشار خون سیستمیک و جریان خون کرونر را افزایش می‌دهد.

فارماکو کینتیک جذب این دارو پس از تزریق زیرجلدی ناچیز است و عمدتاً در بافتهایی که اعصاب سمپاتیکی دریافت می‌کنند، تجمع می‌یابد. نوراپی نفرین از جفت عبور می‌کند ولی از سد خونی - مغزی عبور نمی‌کند. این دارو در کبد و سایر بافتها متابولیزه می‌گردد. اثر دارو از راه تزریق وریدی به سرعت شروع می‌شود. اثر دارو ۱-۲ دقیقه پس از قطع انفوریون از بین می‌رود نوراپی نفرین از راه کلیه دفع می‌شود. مقدار کمی از دارو به صورت تغییر نیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

بیماران مبتلا به ترومبوز عروق مزانتریک یا محیطی دیابت هیپوگلیسمی یا هیپرکاپنه بیماری تیروئید.

۲- نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ ممکن است به علت تنگ شدن عروق سبب نکروز موضعی شود.

۳- نوراپی نفرین باید فقط از راه انفوزیون وریدی تجویز می‌شود. تزریق زیرجلدی یا عضلانی این دارو، به دلیل اثر تنگ کننده عروق آن توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی زیادی فشارخون سرد، برادی کاردی آریتمی و ایسکمی عروق محیطی با مصرف این دارو گزارش شده است. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان هالوتان با نوراپی نفرین ممکن است خطر بروز آریتمی‌های شدید بطنی را افزایش دهد. مصرف همزمان داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای با نوراپی نفرین ممکن است اثر قلبی - عروقی این دارو را تشدید نموده که احتمالاً منجر به بروز آریتمی تاکی کاردی یا زیادی شدید فشارخون و دمای بدن می‌شود. مصرف همزمان داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنرژیک با نوراپی نفرین ممکن است منجر به مهار اثرات درمانی هر دو دارو شود. انسداد گیرنده‌های بتا- آدرنرژیک ممکن است خطر بروز زیادی فشارخون و برادی کاردی و انسداد احتمالی قلب را به همراه داشته باشد. مصرف همزمان گلیکوزیدهای دیژیتال با نوراپی نفرین ممکن است خطر بروز آریتمی قلبی را افزایش دهد. مصرف همزمان ارگوتامین با نوراپی نفرین ممکن است منجر به تشدید تنگ شدن عروق شود. همچنین اثر بالابرنده فشارخون نوراپی نفرین تشدید کند و فشارخون را زیاد کند. مصرف همزمان لوودوپا با نوراپی نفرین ممکن است احتمال بروز آریتمی‌های قلبی را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- پیش از تجویز، نوراپی نفرین تزریقی باید با دکستروز ۵ درصد در آب استریل یا دکستروز ۵ درصد در محلول کلرورسدیم رقیق شود. تجویز نوراپی نفرین در محلول کلرورسدیم به تنهایی توصیه نمی‌شود.

۲- چنانچه درمان طولانی مدت با نوراپی نفرین ضرورت داشته باشد، توصیه می‌شود که محل تزریق در فواصل دوره‌ای تغییر یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا با سرعت $0.008/0.012 \text{ mg/min}$ از راه انفوزیون وریدی تجویز می‌شود و سپس به منظور تثبیت و حفظ فشار خون

سرعت تجویز تنظیم می‌گردد. مقدار نگهدارنده $0.002-0.004 \text{ mg/min}$ از راه انفوزیون وریدی بر حسب پاسخ بیمار است

کودکان در کمی حاد فشارخون ابتدا با سرعت 0.002 mg/min از راه انفوزیون وریدی تجویز می‌گردد و سپس به منظور تثبیت و

حفظ فشارخون سرعت آن تنظیم می‌گردد. در کمی شدید فشارخون در ایست قلبی ابتدا با سرعت 0.0001 mg/kg/min از راه

انفوزیون وریدی تجویز می‌گردد و سپس سرعت تجویز به منظور حفظ فشار خون تنظیم می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۱٪

PHENOXYBENZAMINE HCl

موارد مصرف فنوکسی بنزامین در کنترل فنوکروموسیتوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فنوکسی بنزامین یک داروی مسدود کننده گیرنده آلفا - آدرنرژیک بسیار قوی با مدت اثر طولانی است و دارو سبب

ایجاد یک انسداد غیرقابل برگشت و غیر رقابتی می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به طور ناقص و نامنظم از مجرای گوارش جذب می‌شود. اثر دارو به تدریج در طول چند ساعت شروع شده و

به مدت ۳-۴ روز باقی می‌ماند. در کبد متابولیزه می‌شود و درادرار و صفرا دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت سابقه حوادث مغزی - عروقی و در طول دوره بهبود پس از انفارکتوس میوکارڈنیاید مصرف

شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید به احتیاط فراوان مصرف شود:

بیماران سالخورده نارسایی احتقانی قلب بیماری شدید قلب بیماریهای مغزی عروقی بی کفایتی عملکرد کلیه

۲- هنگام تزریق دارو، باید از نشت آن جلوگیری نمود.

۳- از تزریق این دارو در بیماران مبتلا به کاهش حجم خون باید اجتناب نمود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون وضعیتی همراه با سرگیجه و تاکی کاردی جبرانی مشخص احتقان بینی میوز، مهار دفع منی و بندرت اختلالات گوارشی کاهش تعریق و خشکی دهان (پس از انفوزیون وریدی و کاهش فشار خون ایدیوسنکراتیک چند دقیقه پس از شروع انفوزیون گزارش شده است تشنج با انفوزیون سریع دارو نیز مشاهده شده است

نکات قابل توصیه ۱- فنوکسی بنزامین در صورت مصرف از راه تزریقی باید همیشه رقیق شده و از راه انفوزیون تزریق گردد.

۲- با مصرف غذای زیاد، ورزش و قرار گرفتن در هوای گرم اثر کاهنده فشارخون دارو ممکن است تشدید شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان مقدار مصرف معمول دارو برای شروع درمان ۱۰ میلی گرم یک یا دو بار در روز است که به تدریج بر اساس پاسخ بیمار تا حد ۲ mg/kg/day در دو مقدار منقسم افزایش می یابد.

اشکال دارویی

capsule: ۱۰ mg

PHENTOLAMINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری و کنترل زیادی فشارخون قبل از جراحی فئوکروموسیتوم یا طی آن و برای تشخیص فئوکروموسیتوم مصرف می شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن گیرنده های آلفا - آدرنژیک و خنثی کردن اثرات نوراپی نفرین و اپی نفرین موجود در گردش خون سبب گشاد شدن عروق و کاهش مقاومت محیطی می شود. این دارو در نارسایی احتقانی قلب پس بار و فشارشیرانی ریه را کاهش می دهد.

فارماکوکینتیک اثر دارو از راه تزریق عضلانی پس از ۲۰ دقیقه و از راه تزریق وریدی پس از ۲ دقیقه به اوج خود می رسد (در صورت مثبت بودن آزمون طول مدت اثر دارو از راه عضلانی ۴۵ - ۳۰ دقیقه و از راه وریدی ۳۰-۱۵ دقیقه است) (در صورت مثبت بودن آزمون تقریباً ۱۳ درصد آن به صورت تغییر نیافته از راه ادرار دفع می شود. نیمه عمر دارو پس از مصرف وریدی ۱۹ دقیقه می باشد. موارد منع مصرف این دارو در کمی فشارخون سابقه انفارکتوس میوکارد، نارسایی عروق کرونر، آنژین یا سایر بیماریهای شریان کرونر نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در طول مصرف دارو، فشارخون و نبض بیمار باید کنترل شود.

۲- این دارو در بیماران مبتلا به نقص کار کلیه گاستریت زخم معده و سالخوردگان باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون وضعیتی تاکی کاردی سرگیجه تهوع و استفراغ اسهال احتقان بینی کاهش طولانی مدت و حاد فشارخون آنژین درد سینه و آریتمی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل های دارویی در صورت مصرف همزمان فنتولامین با دیازوکساید، اثر مهارکننده این دارو بر روی آزاد شدن انسولین خنثی می شود. مصرف همزمان فنتولامین با گوانتیدین ممکن است سبب افزایش دفعات بروز کمی فشارخون در حالت ایستاده یا برادی کاردی شود. مصرف همزمان این دارو با دوپامین اثر تنگ کننده عروق محیطی ناشی از مصرف مقادیر زیاد دوپامین را خنثی می کند. مصرف همزمان فنتولامین با افدرین ممکن است اثر این دارو را در بالابردن فشارخون کاهش دهد. مصرف همزمان این دارو

با اپی نفرین ممکن است اثرهای آلفا - آدرنژیک این دارو را مهار کند و احتمالاً منجر به کمی شدید فشارخون و تاکی کاردی شود. مصرف فنتولامین بیش از فنیل افرین ممکن است اثر این دارو را دربالا بردن فشارخون کاهش دهد. مقدار مصرف

بزرگسالان در آزمون فنتولامین مقدار

۵ - ۲ میلی گرم تزریق وریدی می شود. به عنوان ضد آدرنژیک ۲-۱ ساعت قبل از جراحی ۵ میلی گرم از دارو از راه وریدی تزریق می شود که در صورت نیاز، این مقدار تکرار می شود.

کودکان در آزمون فنتولامین مقدار ۳ میلی گرم از راه عضلانی یا یک میلی گرم از راه وریدی تزریق می شود. به عنوان ضد آدرنژیک ۲-۱ ساعت قبل از جراحی مقدار یک میلی گرم یا ۰/۱ mg/kg از راه وریدی یا عضلانی تزریق می شود که در صورت نیاز تکرار می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

PYRIDOSTIGMINE

موارد مصرف پیریدوستیگمین در درمان بیماری میاستنی گراو به کار برده می شود.

مکانیسم اثر: این دارو از هیدرولیز شدن استیل کولین به وسیله استیل کولین استراز جلوگیری می کند و در نتیجه انتقال تکانه های عصبی از محل اتصال عصب عضله را تسهیل می نماید.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از مجرای گوارش اندک است در کبد و پلاسمامتابولیزه می شود و از راه کلیه دفع می گردد.

هشدارها: ۱ - در صورت وجود انسداد مکانیکی روده یا مجاری ادرار و نیز عفونت مجرای ادرار، با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲ - به دلیل ایجاد مشکلات تنفسی از مصرف این دارو پس از اعمال جراحی خودداری شود.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارو می توان اسهال تهوع یا استفراغ کرامپ

یا درد معده افزایش غیرعادی تعریق

و افزایش غیرعادی ترشح بزاق را نام

برد.

تداخل های دارویی آمینو گلیکوزیدها، داروهای بیهوش کننده استنشاقی هیدرو کربنه و بیحس کننده های موضعی ممکن است مانع اثر

این دارو گردند. این دارو می تواند متابولیسم بیحس کننده های موضعی استری را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه مصرف دارو با غذا یا شیر احتمال بروز عوارض جانبی را کاهش می دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد میاستنی برای شروع ۱۲۰-۳۰ میلی گرم هر ۴-۳ ساعت مصرف می شود. به عنوان نگهدارنده g/day

۰/۰۶-۱/۵ (به طور متوسط ۰/۶g/day) مصرف می شود.

کودکان مقدار ۷ mg/kg/day در پنج یا شش مقدار منقسم مصرف می شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg, ۶۰ mg

TRIHEXYPHENIDYL

موارد مصرف تری‌هگزای‌فنیدیل در درمان بیماری پارکینسون و کاهش عوارض خارج هرمی ناشی از داروها (به‌جز دیسکتری دیررس تجویز می‌شود)

مکانیسم اثر: این داروها با مهار گیرنده‌های موسکارینی در مغز موجب می‌شود که تعادل بین فعالیت سیستم کولینرژیک و دوپامینرژیک برقرار شود.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. طول اثر دارو ۶-۱۲ ساعت است.

موارد منع مصرف در موارد احتباس ادراری درمان نشده گلوکوم با زاویه بسته یا انسداد دستگاه گوارش نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد بیماری قلبی عروقی یا نارسایی کبدی یا کلیوی با احتیاط تجویز شود.

۲- این دارو ممکن است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

عوارض جانبی خشکی دهان اختلال گوارشی گیجی تاری دید، احتباس ادرار، افزایش ضربان قلب افزایش حساسیت عصبی شدن توهم تحریک و اختلالات روانی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم این دارو با داروهای دیسوپیرامید، ضدافسردگی سه حلقه‌ای و مهارکننده آنزیم مونوآمینوآکسیداز، آنتی‌هیستامین فنوتیازین‌ها، آمانتادین و داروهای آنتی‌کولینرژیک باعث افزایش اثر آنتی‌موسکارینی می‌شود. این دارو جذب کتوکونازول و غلظت پلاسمايي فنوتیازین‌ها را کاهش می‌دهد و با اثرسیسپراید بر دستگاه گوارش مقابله می‌کند. این دارو با ایجاد خشکی دهان در حل شدن نترات‌های زیر زبانی اختلال ایجاد کرده و اثر آنها را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه در صورت بروز خشکی دهان یا عوارض گوارشی بهتر است قبل از غذا مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار ۱ mg/day که بتدریج می‌توان آنرا افزایش داد، مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده معمولاً ۵-

۱۵mg/day در ۳-۴ مقدار منقسم است

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg, ۵ mg

DESMOPRESSIN

موارد مصرف دسموپرسین برای درمان دیابت بی‌مزه نوروژنیک شب ادراری اولیه (باغلظت طبیعی ادرار)، پرنوشی موقت و پرادراری همراه با تروما یا جراحی در ناحیه هیپوفیز، بیماری فونویل براند نوع I و هموفیلی خفیف نوع A، سردرد Post-lumbar puncture، شب‌ادراری همراه اسکروز مولتیپل تشخیص دیابت بی‌مزه نوروژنیک تست ارزیابی عملکرد کلیوی و نیز تست پاسخ فیبرینولیتیک به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دسموپرسین آنالوگ وازوپرسین یا آنتی‌دیورتیک هورمون (ADH) می‌باشد. بنابراین با افزایش نفوذپذیری سلولی در مجاری جمع‌کننده ادرار موجب افزایش بازجذب آب در کلیه و نتیجهت؟ افزایش اسمولالیت ادرار و کاهش همزمان برون‌ده ادراری می‌شود. دسموپرسین اثرات آنتی‌هموراژیک خود را از طریق افزایش سطوح پلاسمایی فاکتور انعقادی ۸ (فاکتور آنتی‌هموفیلیک و افزایش فعالیت فاکتور فونویل براند احتمالاً اثر مستقیم بر جدار عروق خونی اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک ۲۰-۱۰ درصد دارو از مخاطبینی جذب می‌شود. به دنبال تجویز از راه بینی طی یک ساعت اثر ضدادراری دارو ظاهر می‌شود و طی ۵-۱ ساعت به حداکثر اثر می‌رسد. متابولیسم دارو کلیوی است طول اثر آنتی‌دیورتیک دارو با تجویز از راه بینی متغیر

بوده و ۸۲۰ ساعت است

موارد منع مصرف این دارو به منظور درمان شب ادراری در مبتلایان به نارسائی کلیوی بیماریهای قلبی - عروقی و مبتلایان به زیادی فشارخون شریانی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران مبتلا به سیستیک فیبروزیس باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در حین درمان با دسموپرسین از مصرف زیاد مایعات باید خودداری شود. افزایش مصرف مایعات به ویژه در سالمندان و کودکان می تواند موجب کاهش سدیم خون و مسمومیت با آب گردد. در درمان شب ادراری با اندازه گیری مرتب وزن و فشارخون بیمار می توان افزایش بیش از حد مایعات بدن را کنترل نمود.

۳- تجویز داخل وریدی سریع دارو ممکن است موجب افت فشار خون گردد.

عوارض جانبی احتباس مایعات و کاهش سدیم خون در صورتیکه تجویز دارو بدون محدود کردن مصرف مایعات باشد (در موارد شدید این عارضه با تشنج همراه است، سردرد، تهوع استفراغ و خونریزی از بینی گزارش شده است

تداخل های دارویی مصرف همزمان با کاربامازپین کلرپروپامید یا کلوفیرات می تواند موجب افزایش اثر ضد ادراری دارو گردد. به عکس استفاده همزمان از داروهایی چون لیتوم یا نوراپی نفرین از اثر ضد ادراری می کاهد.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از مصرف دارو از عدم حساسیت فرد به دارو اطمینان حاصل گردد.

۲- در هنگام مصرف دارو از راه بینی دقت به عمل آید تا دارو بیش از میزان تجویز شده مصرف نگردد.

۳- در هنگام تجویز دارو برای ارزیابی و تشخیص عملکرد کلیه ها، بهتر است مثانه بیمار خالی باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای تشخیص دیابت بی مزه ۲۰ میکرو گرم و برای درمان دیابت بی مزه ۴۰ mcg/day (در یک یا دو مقدار منقسم تجویز می شود. در درمان شب ادراری اولیه (باتوان طبیعی تغلیظ ادرار) در ابتدا به میزان ۲۰ میکرو گرم قبل از خواب تجویز می گردد و تنها در صورتیکه مقادیر پایین مقرر نباشند، می توان مقدار مصرف را تا ۴۰ میکرو گرم افزایش داد. در شب ادراری همراه با اسکروز مولتیپل در افراد با سن کمتر از ۶۵ سال به میزان ۲۰-۱۰ میکرو گرم قبل از خواب تجویز می شود. به منظور ارزیابی و تشخیص عملکرد کلیه ۴۰ میکرو گرم توصیه می شود.

کودکان میزان تجویز برای تشخیص دیابت بی مزه مشابه بزرگسالان و در درمان دیابت بی مزه ۲۰ mcg/day می باشد. برای درمان شب ادراری اولیه مقدار مصرف برای کودکان بیش از ۵ سال مشابه بزرگسالان و به منظور تست تشخیص عملکرد کلیوی در کودکان ۱۵-۱ سال ۲۰ میکرو گرم و کمتر از ۱ سال ۱۰ میکرو گرم تجویز می شود (میزان مصرف مایعات رادر دو وعده غذای بعدی کودک باید تا ۵۰٪ کاهش داد).

اشکال دارویی

Nasal Solution: ۰.۱ mg/ml

DIPYRIDAMOLE

موارد مصرف دی پیریدامول به عنوان داروی کمکی همراه با داروهای ضد انعقاد خوراکی برای پیشگیری از ترومبوآمبولی پس از جراحی دریچه های قلب مصرف می شود. دی پیریدامول از راه وریدی فقط به عنوان داروی کمک تشخیصی در تصویربرداری از پرفوزیون عضله قلب برای تشخیص نقص پرفوزیون همراه با بیماری شریان کرونر مصرف می شود.

مکانیسم اثر: دی پیریدامول ممکن است غلظت آدنوزین درون زاد (گشاد کننده عروق کرونر و مهار کننده تجمع پلاکتی و AMP

حلقوی را افزایش دهد. علاوه بر این دی‌پیریدامول غلظت AMP حلقوی درون‌پلاکتی را از طریق افزایش تحریک‌فعالیت ادنیلات سیکلاز و مهار آنزیم فسفودی استراز بالا می‌برد.

فارماکوکینتیک جذب دی‌پیریدامول آهسته و متغیر است فراهمی زیستی این دارو ۲۷-۶۶ درصد است پیوند آن به پروتئین بسیار زیاد است (۹۹ - ۹۱ درصد). متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دفع آن از راه خواکی ۱۲ - ۱۰ ساعت و از راه وریدی ۱۵ - ۱۰ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی از راه خوراکی ۳ - ۱ ساعت و از راه وریدی ۲ دقیقه پس از اتمام یک انفوزیون ۴ دقیقه‌ای است دفع این دارو عمدتاً از طریق صفر است (تا ۲۰ درصد ممکن است گردش مجدد روده‌ای - کبدی داشته باشد). هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

انفارکتوس اخیر قلب آئزین قلبی که وضعیت آن به سرعت تشدید می‌شود، تنگی آئورت می‌گرن (ممکن است سبب تشدید می‌گرن شود) و کمی فشار خون

۲- مصرف این دارو از راه تزریق وریدی برای تشخیص وضعیت پرفوزیون قلب در بیماران مبتلا به آسم یا سابقه ابتلای به آن باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی تهوع اسهال سردرد، سرگیجه درد عضلانی و کمی فشار خون با مصرف این دارو گزارش شده است همچنین درد قفسه سینه تغییرات فشارخون تاکی کاردی و یا آریتمی با تزریق این دارو مشاهده شده است همچنین مصرف این دارو بندرت ممکن است باعث تشدید علائم بیماری عروق کرونر شود.

تداخل‌های دارویی با مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین بادی‌پیریدامول به علت مهار تجمع پلاکتی ناشی از این دارو، خطر بروز خونریزی ممکن است افزایش یابد. مصرف همزمان دی‌پیریدامول با سایر داروهای مهار کننده تجمع پلاکتی بویژه سالیسیلات‌ها و اسیداستیل سالیسیلیک ممکن است خطر بروز خونریزی شدید ناشی از اثرات اضافی مهار تجمع پلاکتی را افزایش دهد. مصرف همزمان دی‌پیریدامول با داروهای ترومبولیتیک (استرپتوکیناز و اوروکیناز) به علت افزایش خطر بروز خونریزی شدید ناشی از مهار تجمع پلاکتی توسط دی‌پیریدامول توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو باید در فواصل زمانی یکسان مصرف شود.

۲- از مصرف اسید استیل سالیسیلیک همراه با این دارو، مگر با تجویز پزشک باید خودداری شود.

۳- هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته باید احتیاط نمود.

۴- به منظور افزایش جذب بهتر است دارو همراه با آب حداقل یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا مصرف شود. در صورت بروز تحریک گوارشی دارو باید همراه با شیر یا غذا مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان مهار کننده تجمع پلاکتی برای پیشگیری از ترومبوآمبولی پس از جراحی دریچه‌های قلب ۱۰۰ - ۷۵ میلی‌گرم ۴ بار در روز همراه با یک داروی ضد انعقاد مصرف می‌شود. در صورت مصرف ۱ g/day اسید استیل سالیسیلیک مقدار mg/day ۱۰ از دی‌پیریدامول کافی است

تزریقی

بزرگسالان به عنوان داروی کمک تشخیصی ۰/۵۷ mg/kg با سرعت ۰/۱۴۲ mg/kg/min برای ۴ دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود. کودک ۶۰ میلی‌گرم از دارو مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۵ mg, ۷۵ mg

Injection : ۱۰ mg/۲ml

(ERYTHROPOETIN (EPOETIN

موارد مصرف اریتروپویتین برای درمان کم خونی ناشی از فقدان اریتروپویتین در نارسایی مزمن کلیوی بکار می‌رود. مکانیسم اثر: این دارو با تحریک گیرنده‌های خود در سلول‌های مادر مولد گویچه‌های قرمز در مغز استخوان تکثیر و تمایز اریتروئیدها را تحریک می‌کند.

فارماکوکینتیک پس از تزریق وریدی به بیماران دارای نارسایی کلیوی نیمه عمر دارو حدود ۶ - ۴ ساعت می‌باشد. بخش ناچیزی از دارو در گویچه‌های قرمز و اندکی نیز در کبد متابولیزه و بخشی از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به لوسمی اریتروئید و زیادی کنترل نشده فشار خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت ابتلای بیمار به بیماری ایسکمیک عروقی ترومبوسیتوز، سابقه تشنج بیماری‌های بدخیم و نارسایی مزمن کبدی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- قبل و در طول درمان با این دارو، فشارخون هموگلوبین و الکترولیت‌ها باید دقیقاً کنترل شوند.

۳- سایر عوامل ایجاد کننده کم‌خونی در نارسایی مزمن کلیوی مثل کمبود آهن یا فولات یا ویتامین B۱۲ باید تصحیح شوند.

۴- در صورتی که در هنگام مصرف دارو، درد مداوم شبه میگرنی بروز کرد، علامت افزایش شدید و ناگهانی فشار خون می‌باشد.

۵- این دارو ممکن است مقدار مورد نیاز هپارین را افزایش دهد.

۶- وجود همزمان عفونت‌ها یا بیماری‌های التهابی ممکن است موجب تغییر پاسخ درمانی به این دارو شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو عبارتند از افزایش فشار خون یا بیشتر شدن آن بصورت وابسته به مقدار مصرف افزایش میزان پلاکت‌ها بصورت وابسته به مقدار مصرف که با ادامه درمان برگشت پذیر است علائم شبه آنفلونزا و آنفیلاکسی

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان این دارو با داروهای مهار کننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین یا تجویز آن در افرادی که کلیرانس پتاسیم آنان کاهش یافته خطر بروز زیادی پتاسیم خون افزایش می‌یابد. این دارو با بالا بردن غلظت هموگلوبین اثر داروهای موثر در آنژین صدری را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورتی که فشارخون بیمار کنترل نگردد، مصرف این دارو باید قطع شود.

۲- در طول مدت مصرف این دارو، در صورت نیاز باید مکمل آهن مصرف شود.

۳- در صورتی که تزریق وریدی این دارو با سرعت کم (حداقل در عرض ۵ دقیقه انجام شود، احتمال بروز علائم شبه آنفلوآنزا کاهش می‌یابد.

۴- مقدار دارو در تزریق زیرجلدی معمولاً ۳۰ - ۲۰٪ کمتر از مقدار تزریق وریدی دارو است و این نکته باید هنگام تغییرات مصرف دارو در نظر گرفته شود. حداکثر حجم مجاز این دارو که می‌توان بصورت زیرجلدی در یک ناحیه تزریق نمود، ۱ میلی‌لیتر است

۵- در صورت کمبود آهن مسمومیت با آلومینیوم یا عفونت اثر دارو به شدت کاهش می‌یابد.

مقدار مصرف اریتروپویتین به دو شکل اپویتین آلفا و بتا موجود است هر چند اثربخشی بالینی این دو شکل یکسان است اما مقدار مصرف آنها متفاوت است

الف - اپویتین آلفا

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی در بیماران تحت همودیالیز:

بزرگسالان از راه تزریق زیرجلدی یا تزریق داخل وریدی در ابتدا 50 units/kg سه بار در هفته که براساس پاسخ ایجاد شده هر ۴ هفته 25 units/kg به مقدار قبلی افزوده می‌شود. اگر میزان افزایش هموگلوبین از حد $2 \text{ g}/100 \text{ ml}$ در ماه تجاوز کرد، باید دفعات تجویز دارو به ۲ بار در هفته کاهش یابد. حداکثر مقدار مصرف 600 units/kg در هفته و در ۳ مقدار منقسم می‌باشد. مقدار تجویز نگهدارنده (وقتی غلظت هموگلوبین به $12 \text{ g}/100 \text{ ml}$ - ۱۰ رسید) 300 units/kg - ۱۰۰ در هفته است که در ۲ - ۳ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

کودکان (فقط از راه تزریق داخل وریدی: مقدار مصرف اولیه مشابه بزرگسالان است ولی مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی غلظت هموگلوبین به $11 \text{ g}/100 \text{ ml}$ - ۹/۵ رسید) در کودکان با وزن کمتر از ۱۰ کیلوگرم 150 units/kg - ۷۵، سه بار در هفته کودکان با وزن بین ۱۰ - ۳۰ کیلوگرم 150 units/kg - ۶۰، سه بار در هفته و کودکان با وزن بیش از ۳۰ کیلوگرم 100 units/kg - ۳۰، سه بار در هفته می‌باشد.

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی در بیماران بزرگسال تحت دیالیز صفاقی

از راه تزریق زیرجلدی یا تزریق داخل وریدی در ابتدا 50 units/kg دوبار در هفته که براساس پاسخ ایجاد شده هر ۴ هفته 25 units/kg به مقدار قبلی افزوده می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی غلظت هموگلوبین به $12 \text{ g}/100 \text{ ml}$ - ۱۰ رسید) 100 units/kg - ۵۰ در هفته در دو مقدار مساوی و منقسم می‌باشد.

کم خونی علامتی شدید با منشاء کلیوی در بیماران بزرگسالی که هنوز تحت دیالیز قرار نگرفته‌اند:

ترجیح؟ از راه تزریق زیرجلدی در ابتدا 50 units/kg و ۳ بار در هفته که براساس پاسخ ایجاد شده هر ۴ هفته 25 units/kg به مقدار قبلی افزوده می‌شود. حداکثر مقدار تجویز 600 units/kg در هفته در ۳ مقدار منقسم می‌باشد. مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی غلظت هموگلوبین به $12 \text{ g}/100 \text{ ml}$ - ۱۰ رسید) 300 units/kg - ۵۰ در هفته است که در ۳ مقدار منقسم توصیه می‌شود. کم خونی در بیماران بزرگسالی که داروهای شیمی درمانی حاوی پلاتین دریافت می‌کنند:

از راه تزریق زیرجلدی ابتدا

150 units/kg و ۳ بار در هفته و در صورتی که پاسخ کافی ایجاد نشد (از نظر میزان هموگلوبین یا تعداد لکوسیت‌ها) بعد از ۴ هفته تا 300 units/kg و ۳ بار در هفته افزایش می‌یابد. در صورتی که با این مقدار پاسخ کافی ایجاد نشد، تجویز دارو متوقف می‌گردد. اگر میزان افزایش هموگلوبین از حد $2 \text{ g}/100 \text{ ml}$ در ماه تجاوز کرد، باید مقدار تجویز دارو $50 - 25\%$ کاهش یابد. در صورتی که میزان هموگلوبین از $14 \text{ g}/100 \text{ ml}$ بیشتر شد، مصرف دارو باید قطع شود، تا زمانی که دوباره میزان هموگلوبین به حد $12 \text{ g}/100 \text{ ml}$ برسد که از این به بعد تجویز دارو به میزان 25% مقدار قبلی دوباره آغاز می‌شود. تا یکماه پس از اتمام شیمی درمانی باید تجویز اپویتین ادامه یابد.

قبل از جراحی‌های بزرگ که نیاز به خون‌زیادی دارند:

از راه تزریق داخل وریدی به میزان 600 units/kg ، دوبار در هفته و بمدت ۳ هفته تجویز می‌شود.

ب - اپویتین بتا

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی در بیماران دیالیزی و کم خونی علامتی با منشاء کلیوی در بزرگسالان و کودکانی که هنوز تحت دیالیز نیستند:

از راه تزریق زیرجلدی در ابتدا

20 units/kg ، سه بار در هفته و بمدت ۴ هفته که براساس پاسخ ایجاد شده هر ماه

۶۰ units/kg به مقدار قبلی افزوده می‌شود. در مورد مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی میزان هموگلوبین به ۱۲ g/۱۰۰ ml - ۱۰ رسید، در ابتدا باید مقدار مصرف قبلی دارو را به نصف کاهش داد و سپس براساس پاسخ ایجاد شده در فواصل ۲ - ۱ هفته‌ای مقدار دارو را تنظیم کرد. بیشینه از مقدار مصرف ۷۲۰ units/kg در هفته است

از راه تزریق داخل وریدی (یا انفوزیون وریدی کوتاه مدت در ابتدا ۴۰ units/kg، سه بار در هفته و بمدت ۴ هفته در صورتی که افزایش در میزان اولیه هموگلوبین کمتر از ۱ g/۱۰۰ ml بود، هر ماه به مقدار قبلی افزوده می‌شود تا مقدار نهایی به ۸۰ units/kg و سه بار در هفته برسد. سپس در صورت نیاز، هر ماه ۲۰ units/kg به این مقدار می‌توان افزود. در مورد مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی میزان هموگلوبین به ۱۲ g/۱۰۰ ml - ۱۰ رسید)، در ابتدا باید مقدار مصرف قبلی دارو را به نصف کاهش داد و سپس براساس پاسخ ایجاد شده در فواصل ۲ - ۱ هفته‌ای مقدار دارو را تنظیم کرد.

حداکثر مقدار مصرف دارو چه از راه تزریق داخل وریدی نیز ۷۲۰ units/kg در هفته می‌باشد.

برای پیشگیری از بروز کم خونی در نوزادان نارس با وزن ۱/۵ kg - ۰/۷۵ که زودتر از ۳۴ هفته‌گی بدنیا آمده‌اند. به صورت تزریق زیر جلدی به مقدار ۲۵۰ units/kg سه بار در هفته تجویز می‌شود که بهتر است مصرف این مقدار طی ۳ روز بعد از تولد آغاز و به مدت ۶ هفته ادامه یابد.

برای درمان کم خونی همراه با تومورهای سفت در بزرگسالانی که تحت شیمی‌درمانی با ترکیبات پلا-تین هستند، ابتدا مقدار ۴۵۰ units/kg در هفته به صورت زیر جلدی و در مقادیر منقسم تزریق می‌شود که در صورت عدم افزایش هموگلوبین پس از ۴ هفته این مقدار تا دو برابر افزایش می‌یابد. در صورت افزایش هموگلوبین به مقدار ۲g/ml در ماه مقدار مصرف به نصف کاهش یابد.

در صورتی که مقدار هموگلوبین از ۱۴g/ml تجاوز کرد، درمان باید قطع شود تا هموگلوبین به ۱۲g/ml کاهش یابد، آنگاه درمان با نصف مقدار قبلی ادامه داده شود. این درمان باید تا ۳ هفته بعد از شیمی‌درمانی ادامه یابد.

اشکال دارویی

Injection

FACTOR IX COMPLEX

موارد مصرف کمپلکس فاکتور IX برای پیشگیری و کنترل خونریزی در بیماران مبتلا به کمبود فاکتور IX یا هموفیلی B مصرف می‌شود. این کمپلکس ممکن است در درمان خونریزی بیماران هموفیلی A که دارای مهار کننده فاکتور VIII می‌باشند، مصرف می‌شود. این دارو در درمان خونریزی ناشی از ضد انعقادهای خوراکی در موارد اضطراری و همچنین در بیماران که غلظت مورد نیاز فاکتور IX با انفوزیون پلاسما بدست نمی‌آید و زمانی که جبران حجم خون و گلبولهای قرمز ضروری نباشد، مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: کمپلکس فاکتور IX حاوی فاکتورهای انعقادی X، IX، VII، II و مقدار کمی از پروتئین‌های دیگر پلاسما است این فاکتورها در کبد ساخته می‌شوند. فاکتور IX در سیستم انعقاد داخلی برای فعال کردن فاکتور VIII ضروری است که به نوبه خود فاکتور VIII نیز فاکتور X را فعال می‌کند.

فارماکوکینتیک این فاکتور، دارای نیمه عمر دو مرحله‌ای است که ۶ - ۴ ساعت برای ایجاد تعادل در فضای خارج عروقی و ۲۲/۵ ساعت برای تجزیه بیولوژیک می‌باشد.

موارد منع مصرف کمپلکس فاکتور IX در مواردی از ابتلای به بیماری کبدی که در آن علائم انعقاد داخل عروقی منتشر یا فایبرینولیز وجود دارد و در بیماران مبتلا به کمبود خفیف این فاکتور که مصرف پلاسمای منجمد تازه در آنها کافی است نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت بروز علائم انعقاد داخل عروقی مصرف دارو باید قطع گردد. برای تشخیص انعقاد داخل عروقی منتشر بیمار باید تحت نظارت دقیق باشد.

۲- ترومبوز یکی از خطرات کاملاً شناخته شده دوره پس از عمل جراحی است در موارد اضطراری و زمانی که مصرف مقادیر زیاد کمپلکس فاکتور IX مورد نیاز باشد، استفاده از یک داروی ضد انعقاد به عنوان پیشگیری باید در نظر گرفته شود.

۳- سرعت تزریق دارو بطور مستقیم در ورید یا هنگام انفوزیون نباید از ۳ ml/min تجاوز کند. سرعت تزریق باید براساس پاسخ هر فرد تنظیم شود. معمولاً تزریق ۱۰۰ واحد در دقیقه بخوبی تحمل می‌شود.

۴- مصرف مقادیر زیاد کمپلکس فاکتور IX در بیماران با گروه خونی A، B و AB، احتمال همولیز داخل عروقی را افزایش می‌دهد. عوارض جانبی تب گذرا، لرز، سردرد، برافروختگی گزرگز کردن پوست و تغییر در فشار خون و ضربان نبض بندرت با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- توصیه می‌شود، محلول آماده تزریق طی ۳ ساعت پس از آماده شدن مصرف شود.

۲- قبل از آماده کردن فاکتور برای تزریق رقیق کننده باید تا دمای اتاق (حداکثر ۳۷ درجه گرم شود).

۳- سرعت تزریق وریدی یا انفوزیون دارو باید آهسته باشد. در صورت بروز گزرگز، سرعت تزریق باید کاهش یابد.

مقدار مصرف مقدار مصرف کمپلکس فاکتور IX در بیماران مبتلا به کمبود فاکتورهای انعقادی و هموفیلی B به شدت کمبود، غلظت مطلوب هر یک از این فاکتورها، وزن بیمار و شدت خونریزی بستگی دارد. تعداد دفعات مصرف این دارو به عنوان مقدار نگهدارنده متغیر است بهتر است تنظیم مقدار مصرف براساس سنجشهای انعقادی قبل از درمان و در فواصل زمانی مناسب در طول درمان انجام گیرد. برای درمان خونریزی در بیماران هموفیلی A که دارای مهار کننده فاکتور VIII می‌باشند، مقدار ۷۵ u/kg (وزن ایده‌آل بدن بصورت مقدار واحد از راه وریدی یا انفوزیون تزریق می‌گردد. در جراحی‌ها و عمل‌های جراحی داندان سطح پلاسمایی فاکتور VII یا IX باید بالای ۲۰ درصد نگهداشته شود. تا ۸ روز پس از جراحی بیمار باید تحت مراقبت کامل باشد.

اشکال دارویی

For Injection : ۲۵۰, ۵۰۰, ۱۰۰۰ I.U

FIBRINOGEN

موارد مصرف فبرینوژن برای کنترل خونریزی همراه با انعقاد داخل عروقی منتشر که در حالاتی مانند جدا شدن زودرس جفت مرگ جنین در رحم و آمبولی مایع آمیوتیک دیده می‌شود و پس از جراحیهای بزرگ قفسه سینه یا لوزالمعده یا در کمی اکتسابی یا مادر زادی فبرینوژن خون مصرف می‌شود.

عوارض جانبی فبرینوژن گاهی باعث تاکی کاردی و سیانوز می‌شود. در صورت انفوزیون خیلی سریع ممکن است لخته داخل عروقی ایجاد شود.

نکات قابل توصیه ۱- محلول انفوزیون این دارو باید تازه تهیه شود و پس از تهیه نیز حداکثر تا ۳ ساعت مصرف گردد.

۲- در صورت تشکیل ژل هنگام تهیه محلول انفوزیون از مصرف آن باید خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار ۸-۲ گرم بصورت محلول ۱-۲ درصد با سرعت ۱۰-۱۵ ml/min انفوزیون می‌گردد.

مقدار دقیق مصرف بر حسب چگونگی توقف خونریزی و آزمونهای انعقادی تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

For Injection : ۱ g

GELATIN MODIFIED

موارد مصرف این محلول به عنوان حجم‌کننده پلاسما در موارد شوک ناشی از کاهش حجم خون و به عنوان جانشین مایعات در تعویض پلاسما، جانشین پلاسما در گردش خون خارج از بدن برای پرفوزیون عضو جدا شده و به عنوان محلول حامل برای انسولین مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این فرآورده در صورت ابتلای بیمار به نارسایی احتقانی شدید قلب و نارسایی کلیه نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در بیمارانی که تجویز این محلول احتمالاً خطر زیادی بار گردش خون را ایجاد می‌کند، (بویژه بیماران مبتلابه نارسایی احتقانی قلب یا عیب کار کلیه و بیماران مبتلا به ویاسنتز همراه با خونریزی مصرف این دارو باید با احتیاط صورت گیرد. ۲- تزریق سریع این محلول بویژه در بیمارانی که حجم خون آنها طبیعی است ممکن است سبب آزاد شدن مواد مؤثر بر عروق مانند هیستامین شود. ۳- از آنجا که این فرآورده حاوی یون کلسیم است مصرف آن در بیماران تحت درمان با گلیکوزیدهای قلبی باید با احتیاط صورت گیرد.

۴- سرعت انفوزیون به وضعیت بیمار بستگی دارد. در حالت عادی ۵۰۰ ml/hr انفوزیون می‌شود.

۵- این محلول را باید از راه انفوزیون وریدی و با حجمی تقریباً مساوی با حجم خون از دسته رفته تجویز نمود. نکات قابل توصیه ۱- توصیه می‌شود قبل از انفوزیون محلول تا درجه حرارت بدن گرم شود. این محلول در دمای کمتر از ۳ درجه بصورت ژل در می‌آید که گرم کردن آن این حالت را از بین می‌برد.

۲- می‌توان این فرآورده را با سایر محلولهای انفوزیون مانند کلرور سدیم دکستروز و رینگر یا خون هپارینه و داروهای محلول در آب مانند انسولین و استرپتوکیناز مخلوط کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان در شوک ناشی از کاهش حجم خون ابتدا ۱۰۰-۵۰ میلی‌لیتر انفوزیون وریدی می‌شود. اگر حجم خون از دست رفته تا ۱۵۰۰ میلی‌لیتر باشد، از این دارو می‌توان به تنهایی برای جبران حجم از دست رفته استفاده نمود، ولی اگر حجم خون از دست رفته بین ۴۰۰۰-۱۵۰۰ میلی‌لیتر باشد، تجویز حجم‌های مساوی از این دارو و خون بطور جداگانه ضروری است در صورتی که حجم خون از دست رفته بیش از ۴ لیتر باشد، انفوزیون خون و این محلول به نسبت ۲ و ۱، بطور جداگانه ضروری است در سوختگی‌ها مقدار دارودر هر ۲۴ ساعت براساس حاصل ضرب درصد سطح سوخته بدن در ۱ ml/kg تعیین شده که باید به مدت دو روز مصرف شود.

اشکال دارویی

+ Infusion : Gelayin Succinylate ۳۰ g

NaCl ۴.۵۱g + CaCl ۰.۲۱g/۱۰۰۰

HEPARIN

موارد مصرف هپارین در پیشگیری و درمان ترومبوز وریدهای عمقی و ترومبوآمبولی ریوی پیشگیری از ترومبوآمبولی جلوگیری از انعقاد خون در گردش خون خارج بدن طی جراحی قلب و روشهای دیالیز، به عنوان داروی کمکی در درمان آمبولی شریانی محیطی و کاهش خطر بروز ترومبوز مغزی و مرگ در بیمارانی که دچار حمله پیشرونده شدید و ناگهانی می‌شوند، مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: هپارین بصورت غیرمستقیم در جایگاههای متعدد در هر دو راه داخلی و خارجی انعقاد خون اثر کرده و عمل مهارکننده

آنتی ترومبین III (کوفاکتور هپارین را بر چندین فاکتور انعقادی فعال شده از جمله ترومبین (فاکتور Ha) و فاکتورهای IXa, Xa, XIA, Xila تشدید می‌کند. مهار فاکتور فعال شده Xa با تولید ترومبین تداخل کرده و در نتیجه اعمال مختلف ترومبین را در انعقاد خون مهار می‌کند. هپارین همچنین تشکیل کمپلکس آنتی ترومبین III - ترومبین را تسریع می‌نماید و با این عمل ترومبین را غیر فعال کرده و مانع تبدیل فیرینوژن به فیرین می‌گردد. هپارین از طریق مهار فعال شدن فاکتورهای تثبیت کننده فیرین توسط ترومبین از تشکیل لخته فیرینی پایدار جلوگیری می‌کند.

فارماکوکینتیک پیوند هپارین به پروتئین بسیار زیاد است متابولیسم دارو کبیدی است نیمه عمر هپارین بطور متوسط ۱/۵ ساعت است در صورت تزریق مستقیم وریدی شروع اثر دارو فوری است در تزریق زیر جلدی شروع اثر معمولاً بین ۲۰ تا ۶۰ دقیقه و تابع وضعیت بیمار است دارو معمولاً بصورت متابولیت و از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به هموفیلی و سایر اختلالات خونی کمی پلاکت خون اولسرپیتیک خونریزی اخیر مغزی زیادی شدید فشار خون بیماری شدید کبد، آنوریسم نارسایی کلیه پس از صدمات شدید یا جراحی اخیر، و حساسیت به هپارین و موارد تهدید به سقط نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

بیحسی منطقه‌ای یا انسداد اعصاب ناحیه کمر، دیسکرازی خونی بخصوص کمی پلاکتهای خون زایمان اخیر، آندوکاردیت تحت حاد باکتریایی جراحی‌های اخیر اعصاب یا چشم یا در مواردی که نیاز به عمل جراحی اعصاب یا چشم وجود دارد، پریکاردیت یا نشت مایع به پریکارد، عیب شدید کار کلیه جراحی عمده یا زخمهایی که سبب بوجود آمدن سطوح باز و وسیع می‌شوند، صدمه شدید بویژه به دستگاه عصبی مرکزی زخم یا سایر ضایعات فعال گوارشی ادراری تنفسی واسکولیت شدید و عیب شدید کار کبد.

۲ - توصیه می‌شود در بیمارانی که هپارین مصرف می‌کنند، از تزریق عضلانی سایر داروها، به دلیل احتمال بروز هماتوم و خونریزی در اطراف محل تزریق خودداری شود.

۳ - خونریزی از لثه ممکن است نشانه مصرف بیش از حد هپارین باشد. درمان با هپارین خطر بروز خونریزی موضعی طی جراحیهای دهان و پس از آن را افزایش می‌دهد.

۴ - از آنجا که هپارین از بافتهای حیوانی تهیه می‌شود، توصیه می‌شود در بیمارانی که سابقه حساسیت یا آسم دارند، ابتدا مقدار آزمایشی ۱۰۰۰ واحد قبل از شروع درمان تزریق شود.

۵ - در صورت استفاده از برنامه درمانی با مقادیر کامل هپارین مقدار مصرف دارو باید با توجه به نتایج آزمونهای انعقاد خون برای هر فرد تنظیم شود.

عوارض جانبی خونریزی نکرور پوست کمی پلاکت خون واکنش‌های حساسیتی از جمله کهیر، آنژیوادم و آنافیلاکسی، پوکی استخوان پس از مصرف طولانی مدت و بندرت ریزش مو با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان هپارین با اسید والپروئیک به علت مهار عملکرد پلاکتها ممکن است موجب خونریزی شود. متی‌مازول و پروپیل تیواوراسیل باعث کاهش پروترومبین خون می‌شوند. لذا مصرف همزمان این داروها با هپارین ممکن است باعث افزایش اثر ضد انعقادی شود. مصرف همزمان داروهای ترومبولیتیک مانند استرپتوکیناز و اورو کیناز با داروهای ضد انعقاد، خطر خونریزی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - برای بدست آوردن حداکثر اثر بخشی دارو و کاهش امکان خونریزی دستورات مربوط به مصرف دارو باید کاملاً رعایت شود.

۲ - در طول درمان با هپارین از مصرف اسید استیل سالیسیلیک یا داروهای حاوی آن ایبوپروفن و سایر داروهائی که بر روی پلاکتها

مؤثرند، خودداری شود.

۳- پزشک و دندانپزشک باید از مصرف این دارو آگاه شوند.

مقدار مصرف

بزرگسالان برنامه درمانی با مقدار کامل از راه زیر جلدی ابتدا ۲۰/۱۰۰۰ - ۱۰/۱۰۰۰ واحد بصورت عمیق (داخل چربی و سپس هر ۸ ساعت ۱۰/۱۰۰۰ - ۸۰۰۰ واحد یا هر ۱۲ ساعت ۲۰/۱۰۰۰ - ۱۵/۱۰۰۰ واحد یا با توجه به نتایج آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود. از راه وریدی ابتدا ۱۰/۱۰۰۰ واحد و سپس هر ۶ - ۴ ساعت ۱۰/۱۰۰۰ - ۵۰۰۰ واحد یا ۱۰۰ u/kg هر ۴ ساعت یا با توجه به نتایج آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود. از راه انفوزیون وریدی مقدار

۴۰/۱۰۰۰ - ۲۰/۱۰۰۰ واحد در ۱۰۰۰ میلی لیتر محلول کلرورسدیم ایزوتونیک تزریقی در مدت زمان بیش از ۲۴ ساعت مصرف می‌شود. سرعت انفوزیون اغلب ۱۰۰۰ واحد در هر ساعت است

برنامه درمانی با مقادیر کم

مقدار ۵۰۰۰ واحد ۲ ساعت قبل از جراحی و ۱۲ - ۸ ساعت پس از آن بمدت حداکثر ۷ روز بصورت زیر جلدی عمیق (داخل چربی تزریق می‌شود.

کودکان از راه وریدی ابتدا ۵۰ u/kg و سپس ۱۰۰ u/kg - ۵۰ هر ۴ ساعت یا براساس نتایج آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود. از راه انفوزیون وریدی ابتدا ۵۰ u/kg بصورت مقدار حمله‌ای و سپس ۱۰۰ u/kg هر ۴ ساعت یا براساس نتایج آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰۰۰ u/ml, ۱۰,۰۰۰ u/ml

PROTAMINE

موارد مصرف پروتامین بعنوان درمان در مواردی که هپارین با مقادیر بیش از حد مصرف گردد و منجر به خونریزی شود، بکار می‌رود. این دارو همچنین متعاقب جراحی قلب یا شریان یا انجام دیالیز، برای خنثی نمودن اثر هپارین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پروتامین با هپارین ترکیب می‌شود و یک کمپلکس پایدار ایجاد می‌کند و در نتیجه هپارین بی‌اثر می‌گردد.

فارماکوکینتیک اثر پروتامین طی ۳۰ ثانیه تا یک دقیقه شروع می‌شود و تا دو ساعت طول می‌کشد. طول مدت اثر پروتامین به دمای بدن بستگی دارد.

عوارض جانبی عوارض شایع عبارتند از برافروختگی ضربان آهسته و غیرعادی قلب اشکال در تنفس کاهش غیرعادی و ناگهانی فشار خون

نکات قابل توصیه پروتامین با بعضی از آنتی بیوتیک‌های تزریقی از جمله سفالوسپورین‌ها و پنی‌سیلین‌ها ناسازگاری دارد.

مقدار مصرف در صورت مصرف طی ۱۵ دقیقه پس از مصرف هپارین یک میلی گرم پروتامین برای خنثی نمودن ۱۰۰ واحد هپارین سدیم بصورت تزریق وریدی کفایت می‌کند، یا اینکه مقدار مصرف آن بر حسب نتایج آزمون انعقادی خون تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰۰۰۰ UAH/۱۰ml

THROMBOLYTIC AGENTS

UROKINASE STREPTOKINASE

داروهای ترومبولیتیک سیستم فیبرینولیتیک درون زاد را فعال نموده و پلاسمینوژن را به پلاسمین تبدیل می‌نمایند. پلاسمین آنزیمی است که سبب تجزیه لخته‌های فیبرینی و فیبرینوژن و سایر پروتئین‌های پلازما مانند پیش‌سازهای فاکتورهای V و VIII می‌شود. اورو کیناز بطور مستقیم سبب شکسته شدن پیوند پپتیدی می‌شود، در حالیکه استرپتو کیناز بطور غیر مستقیم اثر نموده و از طریق ترکیب با پلاسمینوژن و تشکیل کمپلکس استرپتو کیناز - پلاسمینوژن (که در نهایت به کمپلکس استرپتو کیناز - پلاسمین تبدیل می‌شود) تشکیل پلاسمین را افزایش می‌دهد. این دو کمپلکس باقیمانده پلاسمینوژن را به پلاسمین تبدیل می‌کنند.

STREPTOKINASE

موارد مصرف استرپتو کیناز در درمان ترومبوز وریدهای عمقی آمبولی ریوی ترومبو آمبولی حاد شریانی شانت‌های شریانی - وریدی حاوی لخته و انفارکتوس حاد قلبی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر استرپتو کیناز پس از تزریق وریدی ۱/۵ میلیون واحد بیش از یک ساعت است نیمه عمر کمپلکس‌های فعال کننده ۲۳ دقیقه است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر برقراری مجدد پرفورزیون عضله قلب ۲۰ دقیقه تا ۲ ساعت متوسط ۴۵ دقیقه پس از شروع درمان وریدی است اثر دارو چند ساعت پس از قطع مصرف از بین می‌رود. طی ۴ ساعت پس از قطع درمان زمان ترومبین معمولاً - به کمتر از دو برابر میزان طبیعی خود می‌رسد. با وجود این زمان پروترومبین بندرت ممکن است برای مدت ۱۲-۲۴ ساعت پس از توقف درمان همچنان طولانی باشد.

موارد منع مصرف استرپتو کیناز در موارد زیر نباید مصرف شود:

آنورسم شکافنده یا موارد مشکوک به آن خونریزی فعال تومور مغزی صدمات عروق مغزی یا سابقه آن جراحی اعصاب درون جمجمه‌ای یا داخل نخاعی طی دو ماه قبل از شروع درمان جراحی اخیر قفسه سینه ضربه اخیر به سیستم اعصاب مرکزی زیادی شدید و غیر قابل کنترل فشار خون و واکنش‌های آلرژیک شدید یا آنافیلاکسی به استرپتو کیناز، نقص انعقادی اغماء، وجود نشانه‌های اخیر قرحه گوارشی خونریزی شدید واژن التهاب حاد لوزالمعده و عیب شدید کار کبد.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

وجود هر گونه نقص انعقاد خون اولیه یا ثانویه زایمان طی ده روز قبل از شروع درمان آندوکاردیت باکتریایی تحت حاد، خونریزی شدید مجرای گوارش طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان جراحی اعصاب طی ۲ ماه قبل از شروع درمان بیوپسی اعضاء طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان سوراخ شدن عروق خونی طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان هر گونه جراحی بزرگ غیر از جراحی اعصاب یا قفسه سینه طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان و ضربه شدید و اخیر، تنگی دریچه میترال همراه با فیبریلاسیون دهلیزی یا سایر نشانه‌های ترومبوز احتمالی در نیمه چپ قلب رتینوپاتی دیابتیک درمان با استرپتو کیناز طی ۵ روز تا ۶ ماه قبل از شروع مجدد درمان

۲- در صورت بروز خونریزی شدید، مصرف دارو باید قطع شود و در صورت نیاز فاکتورهای انعقادی و داروهای ضد انحلال فیبرین (آپروتینین یا اسید ترانکسامیک نیز تجویز شود).

۳- درمان با داروهای ترومبولیتیک برای موارد مصرف غیر از ترومبوز شریان کرونر حاد فقط باید در بیمارستانهایی که دارای تجهیزات و پرسنل تعلیم دیده برای انجام اقدامات و آزمونهای تشخیصی توصیه شده هستند، صورت گیرد.

۴- توصیه می‌شود هنگام تزریق استرپتو کیناز، وسایل و داروهای ماندابی نفرین آدرنو کروتیکوئیدها و ضد هیستامین‌ها برای درمان آنافیلاکسی در دسترس باشند.

۵- در طول درمان با این دارو بیمار باید کاملاً بستری و تحت نظر باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی این دارو عمدتاً تهوع و استفراغ و خونریزی است در پشت نیز با مصرف این دارو گزارش شده است. خونریزی معمولاً به محل تزریق محدود می‌شود. با وجود این خونریزی درون مغز یا از سایر محل‌ها نیز ممکن است بروز نماید. استرپتوکیناز ممکن است سبب بروز واکنش‌های آلرژیک شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین با استرپتوکیناز، به علت افزایش خطر خونریزی بطور کلی توصیه نمی‌شود. در صورت مصرف همزمان داروهای ضد انحلال فیبرین مانند اسید ترانکسامیک و آپروتینین با استرپتوکیناز، اثر ترومبولیتیک این دارو و اثر ضد انحلال فیبرین از بین می‌رود. مصرف داروهای ضد درد و ضد التهاب غیر استروئیدی بخصوص ایندومتاسین و اسید استیل سالیسیلیک همزمان با استرپتوکیناز، ممکن است سبب افزایش خطر بروز خونریزی شدید شود. نکات قابل توصیه ۱- تکمیل دوره درمان همراه با استراحت کامل و رعایت کلیه دستورات پزشک به منظور به حداقل رساندن خونریزی ضروری است

۲- تهیه و رقیق کردن محلول تزریقی استرپتوکیناز، باید براساس توصیه‌های کارخانه سازنده صورت گیرد.

۳- در طول درمان با این دارو باید از هرگونه اقدام غیر ضروری برای بیمار خودداری کرد.

مقدار مصرف در درمان ترومبوز یا آمبولی شریانی ترومبوز وریدهای عمقی یا آمبولی ریوی ۲۵۰/۰۰۰ واحد به عنوان مقدار مصرف حمله‌ای طی ۳۰ دقیقه تزریق می‌شود و سپس ۱۰۰/۰۰۰ IU/hr بصورت انفوزیون مداوم برای ۷۲-۲۴ ساعت مصرف می‌گردد. در ترومبوز شریان کرونر، از راه وریدی ۱/۵۰۰/۰۰۰ واحد طی یکساعت و از راه داخل شریانی (از طریق کانتر) ابتدا ۲۰/۰۰۰ واحد و سپس ۲۰۰۰ IU/min به مدت یکساعت تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection : ۲۵۰,۰۰۰ IU, ۷۵۰,۰۰۰ IU

UROKINASE

موارد مصرف اوروکیناز در شانت‌های شریانی - وریدی لخته‌ای و کانول‌های وریدی ترومبولیز در چشم ترومبوز وریدهای عمقی آمبولی ریوی و انسداد عروق محیطی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر اوروکیناز تا ۲۰ دقیقه است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر برقراری مجدد پرفوزیون عضله قلب ۲۰ دقیقه تا ۲ ساعت (متوسط ۴۵ دقیقه پس از شروع درمان وریدی است اثر دارو چند ساعت پس از قطع مصرف از بین می‌رود. طی ۴ ساعت پس از قطع درمان زمان ترومبین معمولاً به کمتر از دو برابر میزان طبیعی خود می‌رسد. با وجود این زمان پروترومبین بندرت ممکن است برای مدت ۲۴-۱۲ ساعت پس از توقف درمان همچنان طولانی باشد.

موارد منع مصرف اوروکیناز در موارد زیر نباید مصرف شود:

آنوریسم شکافنده یا موارد مشکوک به آن خونریزی فعال تومور مغزی صدمات عروق مغزی یا سابقه آن جراحی اعصاب درون جمجمه‌ای یا داخل نخاعی طی دو ماه قبل از شروع درمان جراحی اخیر قفسه سینه ضربه اخیر به سیستم اعصاب مرکزی زیادی شدید و غیر قابل کنترل فشار خون و واکنش‌های آلرژیک شدید یا آنافیلاکسی به اوروکیناز، نقص انعقادی اغماء، وجود نشانه‌های اخیر قرحه گوارشی خونریزی شدید واژن التهاب حاد لوزالمعده و عیب شدید کار کبد.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

وجود هر گونه نقص انعقاد خون اولیه یا ثانویه زایمان طی ده روز قبل از شروع درمان آندوکاردیت باکتریایی تحت حاد، خونریزی شدید مجرای گوارش طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان جراحی اعصاب طی ۲ ماه قبل از شروع درمان بیوپسی اعضاء طی ۱۰ روز قبل

از شروع درمان سوراخ شدن عروق خونی طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان هرگونه جراحی بزرگ غیر از جراحی اعصاب یا قفسه سینه طی ۱۰ روز قبل از شروع درمان و ضربه شدید و اخیر، تنگی دریچه میترال همراه با فیبریلاسیون دهلیزی یا سایر نشانه‌های ترومبوز احتمالی در نیمه چپ قلب رتینوپاتی دیابتیک درمان با استریتو کیناز طی ۵ روز تا ۶ ماه قبل از شروع مجدد درمان

۲- در صورت بروز خونریزی شدید، مصرف دارو باید قطع شود و در صورت نیاز فاکتورهای انعقادی و داروهای ضدانحلال فیبرین (آپروتینین یا اسید ترانکسامیک نیز تجویز شود).

۳- درمان با داروهای ترومبولیتیک برای موارد مصرف غیر از ترومبوز شریان کرونر حاد فقط باید در بیمارستانهایی که دارای تجهیزات و پرسنل تعلیم دیده برای انجام اقدامات و آزمونهای تشخیصی توصیه شده هستند، صورت گیرد.

۴- در طول درمان با این دارو بیمار باید کاملاً بستری و تحت نظر باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی این دارو عمدتاً تهوع و استفراغ و خونریزی است در پشت نیز با مصرف این دارو گزارش شده است خونریزی معمولاً به محل تزریق محدود می‌شود. با وجود این خونریزی درون مغز یا از سایر محلها نیز ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین با اورو کیناز، به علت افزایش خطر خونریزی بطور کلی توصیه نمی‌شود. در صورت مصرف همزمان داروهای ضد انحلال فیبرین مانند اسید ترانکسامیک و آپروتینین با اورو کیناز، اثر ترومبولیتیک این دارو و اثر ضد انحلال فیبرین از بین می‌رود. مصرف داروهای ضد درد و ضدالتهاب غیراستروئیدی بخصوص ایندومتاسین و اسیداستیل سالیسیلیک همزمان با اورو کیناز، ممکن است سبب افزایش خطر بروز خونریزی شدید شود.

نکات قابل توصیه ۱- تکمیل دوره درمان همراه با استراحت کامل و رعایت کلیه دستورات پزشک به منظور به حداقل رساندن خونریزی ضروری است

۲- محلول تزریقی اورو کیناز باید بلافاصله قبل از مصرف تهیه شود، زیرا فرآورده فاقد هرگونه ماده محافظ است باقیمانده مصرف نشده محلول نیز باید دور ریخته شود.

۳- در طول درمان با این دارو باید از هرگونه اقدام غیر ضروری برای بیمار خودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آمبولی ریوی یا ترومبوز وریدی حاد، ابتدا 4400 IU/kg طی ۱۰ دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود و سپس مقدار 4400 IU/kg/hr برای ۱۲ ساعت (در آمبولی ریوی و یا ۲۴ - ۱۲ ساعت) در ترومبوز وریدهای عمقی مصرف می‌شود. در ترومبوز شریان کرونر مقدار 6000 IU از طریق کاتتر تزریق می‌شود. برای تمیز کردن کاتتر وریدی پس از خروج کاتتر از ورید با محلول حاوی 5000 IU/ml پر می‌شود. برای مصرف در چشم 5000 IU از دارو در ۲ میلی لیتر محلول کلرور سدیم 0.9% تزریقی بکار می‌رود.

کودکان برای تمیز کردن کاتتر وریدی پس از خارج کردن کاتتر از ورید با محلول حاوی 5000 IU/ml پر می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection : $250,000 \text{ IU}$, $750,000 \text{ IU}$

TRANEXAMIC ACID

موارد مصرف اسید ترانکسامیک در پیشگیری و درمان خونریزی ناشی از جراحی دندان در بیماران هموفیلیک (افرادی که مبتلا به کمبود فاکتورهای انعقادی VIII یا IX هستند)، مصرف می‌شود. این دارو برای توقف خونریزی ناشی از برداشت پروستات و همچنین در منوراژی و انژیوادم ارثی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید ترانکسامیک بطور رقابتی فعال شدن پلاسمینوژن را مهار می‌کند و در نتیجه تبدیل پلاسمینوژن به پلاسمین (فیبرینولیزین را کاهش می‌دهد. این دارو همچنین بطور مستقیم فعالیت پلاسمین را مهار می‌نماید، ولی مقادیر زیاد آن برای ایجاد این اثر لازم است

فارماکوکینتیک ۵۰ - ۳۰ درصد مقدار مصرف از مجرای گوارش جذب می‌شود. کمتر از ۵ درصد دارو متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو تقریباً ۲ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی از راه خوراکی تقریباً ۳ ساعت است دارو از راه فیلتراسیون گلومرولی دفع می‌شود. بیش از ۹۵ درصد دارو بصورت تغییر نیافته دفع می‌شود. حداکثر تا ۳۹ درصد مقدار مصرف خوراکی و ۹۰ درصد مقدار مصرف تزریقی طی ۲۴ ساعت از راه ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران ترومبوآمبولیک نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

بیماران مبتلا به نقص دید رنگی هماتوری شدید (در صورت احتمال انسداد میز راه دارو نباید مصرف شود) خونریزی زیرعنبوتیه عیب کار کلیه سابقه یا استعداد ابتلا به ترومبوز

۲- در درمان طولانی مدت بیماران مبتلا به آنژیوادم ارثی معاینه منظم چشم و انجام آزمونهای کار کبد در پیگیری وضعیت بیمار اهمیت دارند.

۳- اسید ترانکسامیک از راه تزریقی باید

با سرعت حداکثر ۱۰۰ mg/min تجویز شود تا از افت فشار خون جلوگیری شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال و با تزریق سریع وریدی آن مواردی از تلو تلو خوردن گزارش شده است
مقدار مصرف

خوراکی

برای پیشگیری از خونریزی ناشی از جراحی دندان یک روز قبل از عمل ۲۵mg/kg سه یا چهار بار در روز مصرف می‌شود. پس از جراحی نیز ۲۵mg/kg سه یا چهار بار در روز برای ۱۰ - ۷ روز پس از جراحی مصرف می‌شود. در بیماران مبتلا به عیب متوسط تا شدید کار کلیه به دلیل خطر بروز تجمع دارو، مقادیر بین ۱۵mg/kg دو بار در روز و ۷/۵mg/kg یکبار در روز توصیه می‌شود.

تزریقی

مقدار ۱۰ mg/kg بلافاصله قبل از جراحی دندان از راه وریدی تزریق می‌شود. (پرمصرف خوراکی ارجحیت دارد). پس از جراحی در بیماران که قادر به مصرف دارو از راه خوراکی نیستند، ۱۰ mg/kg سه یا چهار بار در روز به مدت ۸ - ۲ روز تزریق وریدی می‌شود. در بیماران مبتلا به عیب متوسط تا شدید کار کلیه به دلیل خطر بروز تجمع دارو، مقادیر بین ۱۰ mg/kg دو بار در روز و ۵ mg/kg یکبار در روز توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۵۰ mg

Scored Tablet : ۵۰۰ mg

Injection : ۲۵۰ mg/۵ml

Injection : ۱۰۰ mg/ml

WARFARIN SODIUM

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری از آمبولی در بیماری روماتیسمی قلب و فیبریلاسیون دهلیزی پیشگیری از تشکیل لخته پس از نصب دریچه‌های مصنوعی قلب پیشگیری و درمان ترومبوز وریدی و آمبولی ریوی و حملات ایسکمیک گذرامصرف می‌شود. مکانیسم اثر: وارفارین مانند سایر داروهای خوراکی ضد انعقاد خون دارای اثر غیر مستقیم ضد انعقادی است و از طریق مهار ساخت فاکتورهای انعقادی II، VII، IX و X در کبد و در مسیر وابسته به ویتامین K، اثر خود را اعمال می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در موارد زیر نباید مصرف شود: تهدید به سقط جنین یا سقط ناقص آنوریزم خونریزی فعال خونریزی مغزی نخاعی جراحی اخیر اعصاب جراحی اخیر چشم یا سایر جراحی‌های عمده دیسکرازی خونی هموفیلی تمایل به خونریزی افزایش شدید و کنترل نشده فشارخون پریکاردیت و قرحه گوارشی هشدارها: این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

دیابت شدید، زایمان اخیر، عیب شدید کار کلیه ضربه شدید بویژه به سیستم اعصاب مرکزی ضایعات دستگاه تنفسی یا ادراری واسکونیت شدید، کارسینوم احشاء، عیب شدید کار کبد یا سیروز، کمبود ویتامین C و K، بیحسی ناحیه‌ای سوراخ کردن نخاع آندوکاردیت تحت حاد باکتریایی و پلی‌ارتريت

عوارض جانبی خونریزی حساسیت مفرط، بشورات جلدی ریزش مو، اسهال کاهش هماتوکریت تیره شدن انگشتان نکروز پوست یرقان اختلال در عملکرد کبد، تهوع استفراغ و التهاب لوزالمعده بامصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان وارفارین با داروهای زیر ممکن است اثر ضد انعقادی این دارو را افزایش دهد: آلپورینول آمیودارون استروئیدهای آنابولیک آندروژن‌ها، داروهای خوراکی ضد دیابت (اثر داروهای فوق نیز ممکن است افزایش یابد)، سالیسیلات‌ها از جمله اسید استیل سالیسیلیک برخی از سفالوسپورین‌ها، کلرآمفنیکل سایمتیدین کلوفیبرات دانازول دکستران دی‌پیریدامول دی‌سولفیرام اریتورمایسین جم فیروزیل ایندومتاسین ایبوپروفن مفنامیک اسید، متی‌مازول مترونیدازول نالیدیکسیک اسید، اکسی فن بوتازون فنی‌توئین (ابتدا افزایش و سپس کاهش اثر ضد انعقادی، پروپیل تیواوراسیل کینیدین سولفونامیدها و هورمون‌های تیروئید، همچنین مصرف همزمان داروهای زیر با وارفارین ممکن است اثر ضد انعقادی این دارو را کاهش دهند:

آنتاسیدها، اسید آسکوریک (در مقادیر زیاد)، باربیتورات‌ها، کاربامازپین کلستیرامین داروهای خوراکی ضد بارداری (ممکن است ار دارو افزایش یا کاهش دهند)، استروژن‌ها، گریزئوفلوین پیریمیدون ریفامپین و ویتامین K.

نکات قابل توصیه ۱- انجام آزمون زمان پروترومبین و مراجعه به پزشک بطور منظم به منظور بررسی پیشرفت درمان ضروری است ۲- از مصرف یا قطع سایر داروها از جمله سالیسیلات‌ها یا سایر داروهایی که نیاز به نسخه پزشک ندارند، بدون تجویز پزشک باید خودداری شود.

۳- در صورت بروز هرگونه علامت خونریزی مراجعه به پزشک ضروری است

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱۰-۱۵ mg/day برای ۴-۲ روز و سپس ۱۰-۲۰ mg/day براساس نتایج آزمون پروترومبین مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۲.۵ mg, ۵ mg

ACA

موارد مصرف ترکیب استامینوفن و اسیداستیل سالیسیلیک برای تسکین دردهای خفیف تا متوسط و کاهش تب بکار می‌رود. کافئین

موجود در این فرآورده از بروز گیجی و عوارض ثانویه آن در سرماخوردگی جلوگیری می‌کند. مکانیسم اثر: کافئین محرک خفیف دستگاه عصبی مرکزی است و عروق خونی مغزی را تنگ می‌کند و این اثر ممکن است به رفع سردرد کمک نماید. اثرات ضد درد و ضدالتهاب این دارو نیز مربوط به استامینوفن و اسیداستیل سالیسیلیک می‌باشد. فارماکوکینتیک کافئین بخوبی از مجرای گوارشی جذب می‌شود، اتصال آن به پروتئینهای پلاسما کم است متابولیسم آن کبدی بوده و نیمه عمر آن ۴ - ۳ ساعت است استامینوفن و اسیداستیل سالیسیلیک نیز بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردند. جذب اسید استیل سالیسیلیک با غذا کاهش می‌یابد. نیمه عمر آن در حدود ۲۰ - ۱۵ دقیقه است و متابولیسم هر دو دارو کبدی است اوج غلظت پلاسمایی آن ۲ - ۱ ساعت پس از مصرف می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت احتمال بروز خونریزی و در بیماری هموفیلی نباید مصرف گردد. هشدارها: ۱ - مصرف ترکیب استامینوفن و اسیداستیل سالیسیلیک در کودکان مورد بحث است و بسیاری از پزشکان مصرف این فرآورده را در کودکان کمتر از ۱۲ سال توصیه نمی‌کنند. ۲ - استفاده بیش از حد این دارو ممکن است خطر نکرز کبدی را افزایش دهد.

عوارض جانبی تحریک معده سوزش سردل یا سوءهاضمه تهوع استفراغ و درد معده از عوارض اسیداستیل سالیسیلیک می‌باشند. تداخل‌های دارویی بعلت مصرف همزمان اسیداستیل سالیسیلیک و استامینوفن احتمال بروز نفروپاتی بیشتر است مصرف همزمان گلوکوکورتیکوئیدها میزان غلظت پلاسمایی اسید استیل سالیسیلیک را کاهش می‌دهد و احتمال ایجاد خیز را نیز با این دارو افزایش می‌دهد. داروهای سمی برای عصب هشتم شنوایی می‌توانند اثرات سمی اسید استیل سالیسیلیک را بر روی این عصب افزایش دهند. مصرف همزمان استامینوفن با داروهای القاء کننده آنزیمی و همچنین داروهای سمی برای کبد می‌تواند سمیت کبدی آنرا افزایش دهد. مصرف همزمان کافئین با سایر داروهای محرک دستگاه عصبی مرکزی ممکن است منجر به تحریک بیش از حد CNS و بروز عصبانیت تحریک پذیری یا کم خوابی گردد. کافئین می‌تواند دفع ادراری لیتیوم را افزایش دهد بنابراین بر غلظت درمانی آن اثر می‌گذارد. مصرف همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز می‌تواند اثرات مقلدسمپاتیک کافئین را افزایش داده و منجر به بروز آریتمی خطرناک قلبی و یا افزایش شدید فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ - این دارو در کودکانی که نشانه‌های انفلوانزا یا آبله مرغان دارند، نباید بدون مشورت با پزشک تجویز شود. ۲ - برای کاهش عوارض با غذا و همراه یک لیوان آب مصرف گردد.

۳ - در صورتیکه عوارض بیماری و یا تب طی ۳ روز کاهش نیافت به پزشک مراجعه گردد.

۴ - پنج روز قبل از جراحی از مصرف آن خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک قرص هر ۳ ساعت مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان هشت قرص در روز است این دارو بیشتر از ۱۰ روز بدون نظر پزشک نباید مصرف گردد.

کودکان زیر ۳ سال با نظر پزشک تجویز می‌گردد. از سنین ۲ تا ۱۲ سال از ۱۳ تا یک قرص هر ۶ - ۴ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : Acetaminophen ۱۶۲.۵ mg + A.S.A ۳۲۵ mg + Caffeine ۳۲.۵ mg

ACETAMINOPHEN

موارد مصرف استامینوفن در تسکین دردهای ملایم تا متوسط، و به عنوان ضدتب بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار ساخته شدن پروستاگلاندین‌ها موجب کاهش تب و کاهش شدت درد می‌گردد. فارماکوکینتیک جذب استامینوفن از راه خوراکی سریع و کامل و از راه رکتال آهسته می‌باشد. بطور وسیعی (۹۰-۹۵٪) در کبد متابولیزه شده و دفع دارو و متابولیت‌های آن عمدتاً از راه ادرار صورت می‌گیرد. هشدارها: ۱- در بیماران دیابتی احتمال مثبت شدن کاذب تست قند خون وجود دارد. ۲- از مصرف سالیسیلات‌ها یا سایر ضدالتهاب‌های غیراستروئیدی همراه با استامینوفن بیش از چند روز خودداری شود. عوارض جانبی بثورات پوستی درماتیت آلرژیک اختلالات خونی و پانکراتیت حاد از عوارض جانبی پس از مصرف طولانی می‌باشد. صدمات کبدی متعاقب مصرف بیش از حد آن ایجاد می‌گردد. تداخل‌های دارویی کلستیرامین جذب استامینوفن را کاهش و متوکلوپرامید موجب تسریع جذب آن می‌شود. نکات قابل توجه در صورت بیماری کبدی یا التهاب و پیروسی کبد با احتیاط مصرف شود. مقدار مصرف بزرگسالان مقدار ۰/۵ تا ۱ گرم هر ۴ تا ۶ ساعت و حداکثر ۴ g/day مصرف می‌شود. کودکان در نوزادان ۲ ماهه برای پیش‌گیری از تب ۶۰ میلی‌گرم یا ۱۰ mg/kg/day (در صورت ابتلاء به زردی این مقدار به نصف کاهش خواهد یافت مصرف می‌شود. از سه ماهگی تا ۱ سال ۶۰-۱۲۰ میلی‌گرم از ۱-۵ سالگی ۱۲۰-۲۵۰ میلی‌گرم و سنین ۶-۱۲ سالگی ۲۵۰-۵۰۰ میلی‌گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز می‌توان هر ۴-۶ ساعت آن را تکرار نمود.

اشکال دارویی

Pediatric Drops: ۱۰۰ mg/ml

Oral Solution: ۱۲۰ mg/۵ ml

Suppository: ۱۲۵ mg, ۳۲۵ mg

Tablet: ۸۰ mg, ۳۲۵ mg

Acetaminophen Codeine Tablet: Acetaminophen ۳۰۰ mg + Codeine phosphate ۲۰ mg

ALFENTANIL

موارد مصرف آلفنتانیل یک ضد درد

مخدر است که به عنوان داروی همراه و همچنین برای القای بیهوشی مصرف می‌شود. این دارو هم چنین با تزریق داخل نخاع و درون سخت شامه برای ایجاد بی‌دردی پس از عمل جراحی به کار برده می‌شود. مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییر در دریافت و پاسخ به تحریکات دردمی شوند. فارماکوکینتیک آلفنتانیل براحتی از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. تجمع آلفنتانیل در بافت چربی ممکن است باعث طولانی شدن طول اثر دارو شود. متابولیسم دارو کبدی است آلفنتانیل نیمه عمر سه مرحله‌ای دارد و نیمه عمر دفعی آن ۱-۲ ساعت است زمان شروع اثر دارو حدود ۱-۲ دقیقه است و طی ۱/۵-۲ دقیقه به حداکثر اثر خود می‌رسد. دفع آلفنتانیل عمدتاً کبدی است. هشدارها: ۱- در صورت وجود عیب کار کبد، آلفنتانیل باید با احتیاط فراوان تجویز شود. ۲- داروهای ضد درد مخدر باعث تشدید ضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی کاردی کاهش فشارخون و ضعف تنفسی طی عمل جراحی و یا بعد از آن از عوارض شایع و مهم

آلفنتانیل هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان آلفنتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- هنگام تجویز دارو باید امکانات لازم برای کنترل علائم مسمومیت احتمالی با دارو از جمله آنتاگونیست‌های مواد مخدر در دسترس باشد.

۲- مقدار مصرف دارو باید برای هر بیمار بطور جداگانه و با توجه به سن و وزن اندازه بدن شرایط فیزیکی بیمار، مصرف همزمان سایر داروها و طول مدت احتمالی عمل جراحی تعیین شود.

۳- این دارو ممکن است باعث سفتی عضلات سینه و شکم شده و در نتیجه باعث اختلال در تنفس گردد.

۴- تزریق وریدی دارو بهتر است بصورت آهسته و طی حداقل ۱-۲ دقیقه صورت گیرد.

۵- اگر چه مصرف همزمان بنزودیازپین‌ها ممکن است باعث تقویت بیهوشی گردد، اما احتمال افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش فشار خون باید در نظر گرفته شود.

۶- مصرف متناوب دارو ممکن است باعث ایجاد تحمل وابستگی و اعتیاد به دارو شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القای بیهوشی در اعمال جراحی که بیش از ۴۵ دقیقه طول می‌کشد ۱۳۰-۲۵۰ mcg/kg تزریق وریدی می‌شود. به عنوان نگهدارنده بیهوشی در اعمال جراحی کمتر از ۳۰ دقیقه مقدار ۸-۲۰ mcg/kg به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق می‌شود و بدنبال آن ۳-۵ mcg/kg بصورت مقدار مصرف واحد و یا ۰/۵-۱ mcg/kg در هر دقیقه انفوزیون می‌شود. در اعمال جراحی طولانی‌تر از ۳۰ دقیقه ۲۰-۷۵ mcg/kg به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق می‌شود و بدنبال آن ۱۵-۵ mcg/kg بصورت مقدار واحد یا ۰/۵-۴ mcg/kg در هر دقیقه انفوزیون می‌شود.

کودکان برای ادامه بیهوشی مقدار ۵۰-۳۰ mcg/kg به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق وریدی می‌شود و بدنبال آن mcg/kg ۱۵-۱۰ بصورت مقدار مصرف واحد و یا ۰/۵-۱/۵ mcg/kg در هر دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود. نیمه عمر و طول مدت اثر آلفنتانیل در کودکان کمتر از بزرگسالان است و بنابراین دفعات مصرف دارو در کودکان باید افزایش یابد.

اشکال دارویی

Injection (AS HCI) ۲, ۱۰ ml; ۱ mg/ ۲ ml

ALPRAZOLAM

موارد مصرف آلپرازولام به عنوان ضد اضطراب برای دوره‌های کوتاه مدت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با محل اتصال بنزودیازپین‌ها بر روی گیرنده گابا تداخل نموده و موجب تقویت اثر مهار گابا در سیستم اعصاب مرکزی می‌شود.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی به سرعت جذب می‌شود. این دارو از طریق ادرار دفع می‌شود. نیمه عمر آن بین ۱۲-۱۵ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در موارد ضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی اختلال شدید کبدی وجود ترس و سواس و سایکوز مزمن نباید مصرف شود. ضمن؟ نباید به تنهایی در افسردگی یا اضطراب همراه با افسردگی تجویز گردد.

هشدارها: ۱- این دارو در درمان کوتاه مدت (فقط به مدت ۲-۴ هفته اضطراب شدید و ناتوان کننده که با بی‌خوابی یا اختلالات

سایکوتیک همراه است مصرف می‌شود.

۲- با مصرف این دارو در بیمارانی که سابقه وابستگی به دارو داشته و یا دارای اختلال شدید شخصیتی هستند، احتمال وابستگی وجود دارد.

۳- این دارو در بیماری تنفسی و ضعف عضلانی و سابقه وابستگی دارویی با احتیاط مصرف شود.

۴- این دارو با ایجاد خواب آلودگی براعمالی که نیاز به مهارت دارند، مثل رانندگی تأثیر می‌گذارد. عوارض جانبی خواب آلودگی و سبکی سردر روز بعد، توهم و عدم تعادل فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری از عوارض جانبی شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم این دارو با داروهای مضعف CNS مثل داروهای ضد جنون و داروهای ضد زیادی فشارخون مسدود کننده آلفا آدرنرژیک و داروهای ضد هیستامین موجب افزایش تضعیف CNS می‌گردد. متابولیسم این دارو توسط سایمتیدین مهار و توسط ریفامپین افزایش می‌یابد.

این دارو با اثر لوودوپا ضدیت می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- در سالمندان افراد ناتوان وجود اختلال کبد و کلیه مقدار مصرف دارو کاهش یابد.

۲- از مصرف طولانی مدت این دارو و سپس قطع ناگهانی آن اجتناب شود.

۳- در کودکان این دارو فقط برای کاهش اضطراب شدید ناشی از ترس (مثلاً قبل از جراحی که موجب بی‌خوابی شده است استفاده گردد.

مقدار مصرف ۰/۲۵ تا ۰/۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز (در سالمندان ۰/۲۵ میلی‌گرم ۲ تا ۳ بار در روز) که در صورت نیاز تا حداکثر ۳ میلی‌گرم در روز افزایش می‌یابد. مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۰.۵ mg, ۱ mg

ANTICONVULSANT DRUGS

CARBAMAZEPINE ACETAZOLAMIDE

LAMOTRIGINE ETHOSUXIMIDE

PHENYTOIN PHENOBARBITAL

VALPROATE PRIMIDONE

هدف از دارو درمانی صرع جلوگیری از وقوع حملات صرعی است که با ایجاد غلظت پلاسمایی موثری از دارو، امکان‌پذیر خواهد بود. برای اینکار تنظیم دقیق میزان مصرف دارو ضروری است درمان باید با مقادیر کم دارو شروع و بتدریج افزایش یابد تا حملات کنترل شوند و یا اثرات ناشی از افزایش بیش از حد داروی مصرفی بروز کند.

تعداد دفعات تجویز دارو، به نیمه عمر دارو بستگی دارد، اما باید تا حد امکان تعداد دفعات تجویز اندک باشد تا پذیرش آن از سوی بیمار بیشتر شود. بیشتر داروهای ضد صرع را می‌توان دوبار در روز تجویز نمود. فتوباربتال و فنی‌توئین که نیمه‌عمر طولانی دارند، اغلب یکبار

در روز یعنی در موقع خواب تجویز می‌شوند. اما مواقعی که مقدار زیادی

از یک داروی ضد صرع لازم است ممکن است سه بار در روز تجویز شود تا اثرات ناخواسته ناشی از غلظت بیش از حد پلاسمایی

پرهیز شود. کودکان چون نسبت به بزرگسالان داروهای ضد صرع را سریعتر متابولیزه می‌کنند، به مقدار مصرف و تعداد دفعات تجویز بیشتری نیازمندند.

درمان با چند دارو: بطور معمول استفاده همزمان از چند داروی ضد صرع توصیه نمی‌شود، زیرا بیماران با یک دارو بهتر کنترل می‌شوند. هیچ شاهدهی مبنی بر اینکه با استفاده از ترکیب چند داروی ضد صرع اثرات درمانی آنها افزایش و سمیت آنها کاهش می‌یابد، وجود ندارد. در صورتیکه با وجود مصرف یک دارو، حملات کنترل نشد، باید داروی دوم به رژیم درمانی افزوده شود. استفاده بیش از دو داروی ضد صرع به دلیل دشواری تنظیم مقادیر مصرفی بندرت صورت می‌گیرد. عیب دیگر ترکیب درمانی این است که تداخلات دارویی بین داروهای مختلف ضد صرع روی می‌دهد. استفاده همزمان از پریمیدون و فنوباریتال باعث می‌شود که مقدار زیادی از پریمیدون در کبد به فنوباریتال تبدیل شود.

تداخل‌های دارویی تداخل‌های دارویی بین داروهای ضد صرع پیچیده است و بدون آنکه اثرات ضد صرع آنها اضافه شود ممکن است سمیت آنها را بالا ببرد. این تداخلات عمدتاً ناشی از القاء یا مهار آنزیم‌های کبدی می‌باشد. بطور کلی این تداخلات بسیار متغیر و غیر قابل پیش‌بینی است بنابراین اندازه‌گیری غلظت پلاسمایی در موقع ترکیب درمانی توصیه می‌گردد.

قطع مصرف داروهای ضد صرع از قطع ناگهانی داروهای ضد صرع بخصوص باربیتوراتها و بنزودیازپین‌ها باید اجتناب شود چون ممکن است منجر به عود حملات صرعی با شدت بیشتر گردد. کاهش مقدار مصرف باید بتدریج صورت بگیرد و در مورد باربیتوراتها قطع دارو نیاز به ماهها وقت دارد. جایگزینی یک دارو با داروی دیگر نیز باید با احتیاط کامل انجام شود و تجویز داروی اول فقط وقتی متوقف گردد که رژیم دارویی جدید کاملاً تثبیت شده باشد. تصمیم به قطع کامل داروهای ضد صرع در یک بیمار عاری از تشنج و زمان انجام آن غالباً مشکل بوده و به عوامل متعددی در خود بیمار بستگی دارد. حتی در بیماری که سالها عاری از تشنج بوده قطع دارو با خطر آغاز حملات صرعی همراه است بیماران صرعی می‌توانند رانندگی کنند (به غیر از وسایل نقلیه سنگین یا عمومی به شرطی که حداقل یکسال در موقع بیداری عاری از حمله باشند یا حملات آنها موقع خواب بروز کند و این حالت برای حداقل ۳ سال تثبیت شده باشد بیماران که دچار خواب‌آلودگی ناشی از داروهای ضد صرع می‌شوند،

ACETAZOLAMIDE

موارد مصرف استازولامید در کنترل تشنجات تونیک - کلونیک و پارشیال همچنین در صرع غایب *atypical*، آتونیک و تونیک اثرات سودمندی دارد. این دارو به منظور کاهش فشار داخلی کره چشم در گلوکوم با زاویه باز، گلوکوم ثانویه و یا قبل از جراحی گلوکوم با زاویه بسته نیز به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو مهارکننده آنزیم‌اندراز کربنیک است احتمال دارد تجمع دی‌اکسید کربن در مغز (بواسطه مهار آنزیم‌اندراز کربنیک مسئول اثر ضد صرعی این دارو باشد).

فارماکوکینتیک جذب خوراکی کامل دارد و بصورت تغییر نیافته از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود نارسایی شدید کبدی نارسایی کلیه کاهش سدیم یا پتاسیم خون اسیدوز هیپرکلرمیک و حساسیت به سولفونامیدها کلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو معمولاً برای مدت طولانی تجویز نمی‌شود. در غیر این صورت شمارش عناصر خونی و کنترل غلظت الکترولیت‌های پلاسما باید انجام شود. در انسداد ریوی و سالمندان با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی پارستزی هیپوکالمی کاهش اشتها، خواب‌آلودگی و افسردگی گهگاه بثورات جلدی اختلالات خونی و سنگ‌های کلیوی از عوارض جانبی این دارو محسوب می‌شوند.

تداخل‌های دارویی اسید استیل‌سالیسیلیک با کاهش دفع استازولامید احتمال مسمومیت با استازولامید را افزایش می‌دهد. استازولامید دفع‌کنیدین را کاهش داده و موجب افزایش غلظت پلاسما می‌گردد. این دارو احتمالاً خطر استئومالاسی ناشی از بعضی از داروهای ضد صرع مثل فنیتوئین را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان استازولامید با کورتیکو استروئیدها، گلیکوزیدهای قلبی سیکلوسپورین، مقادیر زیاد داروهای آگونیست گیرنده بتا دو مثل ریتودرین، سالبوتامول و تربوتالین خطر بروز هیپوکالمی را زیاد می‌کند. این دارو دفع لیتیوم را زیاد می‌کند.

نکات قابل توجه ۱ - چون این دارو ممکن است سبب خواب‌آلودگی سرگیجه منگی و خستگی شود، در رانندگی و کار با وسایلی که نیاز به هوشیاری کامل دارند، احتیاط شود.

۲ - بهتر است از تزریق داخل عضلانی آن اجتناب شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱ 0.25g/day از راه خوراکی یا تزریق داخل وریدی در درمان صرع و یا گلوکوم در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

کودکان مقدار 30 mg/kg - 8 حداکثر 750 mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

Injection (As Sodium) : ۵۰۰ mg

CARBAMAZEPINE

موارد مصرف کاربامازپین در درمان انواع صرع (به غیر از صرع کوچک درد عصب‌سه قلو، و به عنوان پیشگیری کننده در بیماری مانیک - دپرسیو مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کاربامازپین با طولانی کردن مدت غیرفعال ماندن کانال سدیم اولادرون پس سیناپسی توانایی آن را برای پتانسیل عمل‌های تکراری با فرکانس زیاد کاهش می‌دهد و ثانیاً آزادسازی واسطه عصبی از نرون پیش سیناپسی را مهار می‌کند و در مجموع انتقال سیناپسی کاهش می‌یابد.

فارماکوکینتیک این دارو جذب خوراکی کاملی دارد، در کبد به طور کامل متابولیزه شده و متابولیسم خودش را نیز القا می‌کند. متابولیت آن دارای خاصیت ضد تشنجی است نیمه عمر آن ۶۵ - ۲۵ ساعت است که با تجویز مزمن به دلیل القاء متابولیسم خودش به ۸-۲۹ ساعت می‌رسد. دفع دارو عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف در اختلالات هدایتی گره AV، سابقه تضعیف مغز استخوان و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در موارد نارسایی کبدی یا کلیوی بیماری بافت هدایتی قلب سابقه بروز عوارض خونی در برابر سایر داروها و گلوکوم با احتیاط مصرف شود.

۲ - سالمندان نسبت به عوارض آشفتگی توهم بلوک دهلیزی - بطنی و برادی کاردی این دارو حساس ترند.

۳ - این دارو ممکن است باعث بروز لوکوپنی و ترومبوسیتوپنی شیوع عفونت‌های میکروبی تاخیر در التیام زخمها و خونریزی لته شود. عوارض جانبی تهوع استفراغ گیجی خواب‌آلودگی سردرد، عدم تعادل توهم و آشفتگی اختلالات بینایی (به خصوص دوبینی، نیستازگموس اسهال و یبوست بی‌اشتهایی بثورات جلدی گذرا، لوکوپنی ترومبوسیتوپنی اگرانولوسیتوز و آنمی آپلاستیک از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی کاربامازپین غلظت پلاسمایی کلونازپام فنی توئین سدیم والپروات اتوسوکسیمید و پریمیدون را کاهش می‌دهد. اریترومایسین و ایزونیاژید غلظت خونی کاربامازپین را بالا می‌برند. همچنین سمیت کبدی ایزونیاژید در مصرف همزمان با کاربامازپین افزایش می‌یابد. داروهای ضد افسردگی و داروهای ضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثر ضد تشنجی کاربامازپین مقابله می‌کنند. این دارو متابولیسم داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای فنی توئین هالوپریدول و داروهای ضد بارداری خوراکی را افزایش و غلظت پلاسمایی آنها را کاهش می‌دهد و منجر به کاهش اثرات آنها می‌شود. دیلتیازم و وراپامیل اثرات کاربامازپین را افزایش می‌دهند. متابولیسم کاربامازپین توسط سایمتیدین کاهش و در نتیجه غلظت پلاسمایی آن افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- جهت کاهش تحریک دستگاه گوارش بهتر است با غذا میل شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو اجتناب و در صورت لزوم مقدار دارو به تدریج کاهش یابد تا از بروز تشنج یا حمله مداوم صرع جلوگیری شود.

۳- از مصرف همزمان سایر داروهای تضعیف CNS با این دارو اجتناب شود.

۴- در صورت مصرف این دارو در موقع کار با ماشین آلاتی که نیاز به دقت و هوشیاری دارند (مثل رانندگی باید احتیاط نمود).

۵- در صورتیکه مقدار این دارو از حداقل شروع شده و به تدریج با فواصل یک هفته افزایش پیدا کند، عوارض جانبی دارو به حداقل می‌رسد.

۶- در صورت بروز عوارض قلبی یا ثورات جلدی درمان با این دارو باید متوقف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان صرع ابتدا ۲۰۰-۱۰۰ میلی‌گرم ۱ تا ۲ بار در روز مصرف شده که به تدریج افزایش می‌یابد تا به میزان g/day ۰/۸/۲ در مقادیر منقسم برسد. در بعضی موارد ممکن است روزانه به ۲-۱/۶ گرم دارو نیاز باشد. در سالمندان مقدار مصرف اولیه کاهش می‌یابد.

کودکان تا یکسال ۲۰۰ - ۱۰۰ میلی‌گرم ۱۵ سال ۴۰۰-۲۰۰ میلی‌گرم ۱۰-۵ سال ۶۰۰-۴۰۰ میلی‌گرم ۱۵-۱۰ سال ۱-۰/۶ گرم در روز به صورت مقادیر منقسم مصرف شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۰۰ mg

SR Tablet: ۲۰۰mg, ۴۰۰mg

ETHOSUXIMIDE

موارد مصرف اتوسوکسیمید در درمان صرع کوچک یا غایب به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که اتوسوکسیمید با کاهش جریان کلسیمی خاص در نرون‌های تالاموس اثر اختصاصی خود را بر صرع کوچک اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک به طور کامل و سریع از دستگاه گوارش جذب می‌شود. در کبد متابولیزه شده و از کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: در موارد نارسایی کبدی و کلیوی پورفیری و اختلالات خونی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی کاهش وزن خواب آلودگی گیجی عدم تعادل دیسکینزی سکسکه ترس از نور، سردرد و افسردگی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی ایزونیازید غلظت پلاسمایی اتوسوکسیمید را افزایش می‌دهد و در نتیجه احتمال سمیت با این دارو رازید می‌کند. داروهای ضد افسردگی و ضدجنون با کاهش آستانه تشنج با اثر ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کنند. نکات قابل توصیه ۱ - از قطع ناگهانی این دارو پرهیز شود.

۲ - در صورتی که همزمان با مصرف این دارو، علائم عفونت بروز کرد، شمارش سلولهای خونی لازم خواهد بود.

۳ - به علت امکان بروز خواب آلودگی در صورت رانندگی یا انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری دارند، احتیاط شود. مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان بیش از ۶ سال ابتدا ۵۰۰ mg/day، مصرف می‌شود و سپس طی ۷ - ۴ روز ۲۵۰ میلی‌گرم به آن اضافه می‌شود تا به میزان ۱/۵g/day - ۱ برسد. گاهی اوقات ممکن است به مقدار ۲g/day نیاز باشد.

کودکان تا ۶ سال ابتدا ۲۵۰ mg/day تجویز شده که بتدریج تا میزان ۲۰ mg/kg/day افزایش می‌یابد. اشکال دارویی

Capsule : ۲۵۰ mg

Syrup : ۲۵۰ mg / ۵ ml

LAMOTRIGINE

موارد مصرف از این دارو برای درمان حملات تشنجی نسبی اولیه و حملات تشنجی متعاقب؟ فراگیر تونیک - کلونیک استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو شبیه فنی توئین و کاربامازپین کانالهای سدیمی وابسته به ولتاژ را مسدود می‌کند.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی جذب در کبد متابولیزه و از طریق کلیه هادفع می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی این دارو حدود ۲۴ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در نارسایی کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در طول مصرف این دارو پارامترهای کبدی کلیوی و انعقاد خون بایستی دقیقاً کنترل شود.

۲ - در صورت بروز بشورات جلدی تب علائم شبه آنفلوآنزا، خواب آلودگی و بدتر شدن حملات صرعی بخصوص در ماه اول درمان مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی بشورات جلدی تب علائم شبه آنفلوآنزا، خواب آلودگی ندرت؟ اختلال در عملکرد کبد، لنفادنوپاتی لوکوپنی ترومبوسیتوپنی حساسیت به نور، اختلالات بینایی گیجی عدم تعادل خستگی اختلالات گوارشی و تحریک پذیری از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی والپروات غلظت پلاسمایی لاموتریجین را افزایش و کاربامازپین فنوباریتال و فنی توئین غلظت پلاسمایی آن را کاهش می‌دهند. ضمن؟ لاموتریجین موجب افزایش غلظت پلاسمایی متابولیت فعال کاربامازپین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - از قطع ناگهانی مصرف این دارو باید پرهیز شود. قطع مصرف دارو باید بتدریج و حداقل طی ۲ هفته انجام شود.

۲ - مصرف این دارو به عنوان تنها درمان در سالمندان و کودکان زیر ۱۲ سال توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۲۵ mg/day بمدت ۱۴ روز، سپس ۵۰ mg/day برای ۱۴ روز بعدی تجویز می‌شود. مقدار مصرف

معمول نگهدارنده ۲۰۰ mg/day - ۱۰۰ در ۲ - مقدار منقسم (حداکثر ۵۰۰ mg/day) می‌باشد. برای درمان کمکی به همراه والپروات در ابتدا ۲۵ میلی‌گرم یک روز در میان به مدت ۱۴ روز، سپس ۲۵ mg/day برای ۱۴ روز بعدی تجویز می‌شود. مقدار مصرف معمول نگهدارنده به همراه والپروات ۲۰۰ mg/day - ۱۰۰ در ۲ - نوبت است برای درمان کمکی بدون والپروات در ابتدا ۵۰ میلی‌گرم یک روز در میان به مدت ۱۴ روز، سپس ۵۰ میلی‌گرم دو بار در روز برای ۱۴ روز بعدی تجویز می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده بدون والپروات معمولاً ۴۰۰ mg/day - ۲۰۰ در دو مقدار منقسم (حداکثر ۷۰۰ mg/day) است. کودکان در کودکان ۱۲ - ۲ سال به عنوان درمان کمکی همراه والپروات در ابتدا ۲۰۰ mcg/kg/day ب مدت ۱۴ روز، سپس ۵۰۰ mcg/kg/day برای ۱۴ روز بعدی (در کودکانی که کمتر از ۲۵ کیلوگرم وزن دارند می‌توان در ۱۴ روز اول ۵ میلی‌گرم یک روز در میان تجویز کرد). مقدار مصرف معمول نگهدارنده به همراه والپروات ۵ mg/kg/day - ۱ در ۲ - مقدار منقسم می‌باشد. در کودکان ۱۲ - ۲ سال برای درمان کمکی بدون والپروات در ابتدا ۲ mg/kg/day در ۲ نوبت ب مدت ۱۴ روز، سپس ۵ mg/kg/day در ۲ نوبت برای ۱۴ روز بعدی تجویز می‌شود. مقدار مصرف معمول نگهدارنده بدون والپروات ۱۵ mg/kg/day - ۵ در ۲ مقدار منقسم می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

PHENOBARBITAL

موارد مصرف فنوباربیتال در تمام انواع صرع غیر از صرع کوچک و در حمله مداوم صرعی به کار می‌رود. مکانیسم اثر: این دارو از یک طرف اثر مهار کننده گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را افزایش می‌دهد و از طرف دیگر اثر تحریکی گلوتامیک اسید را کم می‌کند و بدین ترتیب با مهار انتخابی نورون‌های غیر طبیعی مانع انتشار امواج از کانون صرعی می‌شود.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی سریع جذب و در بافت‌های بدن و مغز انتشار می‌یابد. توسط کبد متابولیزه می‌شود. راه دفع دارو کلیوی است حدود ۲۰-۳۰ درصد دارو بدون تغییر دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا به اختلال عملکرد کبد یا کلیه و ضعف تنفسی با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی افسردگی ذهنی عدم تعادل واکنش‌های آلرژیک پوستی تحریک پذیری بیقراری واغتشاش شعور در سالمندان هیجان‌ناکی و فعالیت زیاد غیر عادی در کودکان کم‌خونی مگالوبلاستیک از عوارض جانبی این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی این دارو غالباً غلظت پلاسمایی کاربامازپین کلونازپام فنی‌توئین و والپروات و در مواردی اتوسوکسیمید را کاهش می‌دهد. این دارو با تسریع متابولیسم و ارفارین موجب کاهش اثر ضدانعقادی آن می‌گردد. داروهای ضد افسردگی و ضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثرات ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کنند. این دارو متابولیسم داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای را افزایش و در نتیجه موجب کاهش غلظت پلاسمایی آنها می‌گردد. این دارو موجب افزایش سرعت متابولیسم دیگوکسین کورتیکواستروئیدها و سیکلوسپورین داروهای ضد بارداری خوراکی تیوفیلین و در نتیجه کاهش اثرات آنها می‌گردد.

نکات قابل توصیه از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. قطع مصرف این دارو باید به تدریج و طی چند ماه انجام شود.

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار ۶۰-۱۸۰ میلی‌گرم در بزرگسالان و ۸ mg/kg/day در کودکان مصرف می‌شود.

تزریقی

مقدار ۲۰۰-۵۰ میلی‌گرم تزریق می‌شود که در صورت نیاز بعد از ۶ ساعت تکرار می‌شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه ۶۰۰

میلی‌گرم است

اشکال دارویی

Tablet: ۱۵ mg, ۶۰ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۱۰۰ mg/ml, ۲۰۰ mg/ml

PHENYTOIN SODIUM

موارد مصرف فنی توئین در کنترل تمام انواع صرع به غیر از حملات صرع کوچک درد عصب سه قلو، حمله مداوم صرعی آریتمی قلبی و نیز برای تسریع در التیام زخمها (بصورت موضعی بکار می‌رود).

مکانیسم اثر: این دارو در غلظت‌های درمانی با انسداد کانالهای سدیم و مهار ایجاد پتانسیل‌های عمل تکراری اثر ضد تشنج خود را اعمال می‌کند. فنی توئین همچنین آزاد شدن سروتونین و نوراپی نفرین را مهار کرده و بر غلظت سایر واسطه‌های عصبی تأثیر می‌گذارد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی اشکال مختلف فنی توئین آهسته و متغیر است جذب فنی توئین در تزریق داخل عضلانی غیر قابل پیش‌بینی است و مقداری از دارو در عضله رسوب می‌کند. به همین دلیل این روش تجویز توصیه نمی‌شود. در کبد متابولیزه شده و از طریق ادرار دفع می‌شود. متابولیسم این دارو وابسته به مقدار داروی مصرفی بوده و اشباع‌پذیر است نیمه عمر این دارو بطور متوسط ۲۴ ساعت است

موارد منع مصرف در صورت وجود پورفیری اختلالات بافت هدایتی قلب برادی کاردی سینوسی بلوک سینوسی مدلیزی بلوک قلبی درجه ۲ و ۳، سندرم استوک - آدامز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت مقدار مصرف زیاد دارو، ممکن است متابولیسم کبدی اشباع شود و غلظت پلاسمایی دارو از محدوده درمانی فراتر رفته و سمیت بروز کند.

۲- در صورت وجود نارسایی کبدی کمی فشار خون یا نارسایی قلبی باید با احتیاط مصرف شود.

۳- این دارو ممکن است غلظت پلاسمایی کلسیم را کاهش داده و در نتیجه راشیتیس و استئومالاسی بروز کند.

۴- تزریق وریدی فنی توئین با سرعت بیش از ۵۰ میلی‌گرم در دقیقه ممکن است منجر به کلاپس قلبی - عروقی همراه با آریتمی کمی فشار خون تضعیف CNS و تغییراتی در عملکرد تنفسی (از جمله توقف تنفسی گردد).

عوارض جانبی تهوع استفراغ اغتشاش شعور، سرگیجه سردرد، رعشه عصبانیت بی‌خوابی ندرت؟ دیسکیتزی نوروپاتی محیطی عدم تعادل اختلال در تکلم حرکات مداوم و غیر ارادی چشم به عقب و جلو، تاری دید، بثورات جلدی بزرگ شدن ترکیب صورت پرمویی آکنه تب و هپاتیت اریتم مولتی فرم نکروز پوست لنفادنوپاتی و هیپرتروفی لته‌ها از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غلظت پلاسمایی کلونازپام کاربامازپین و والپروات را کاهش و غلظت پلاسمایی فنوباریتال را افزایش می‌دهد. گاهی اوقات نیز غلظت پلاسمایی اتوسوکسیمید و پریمیدون را کم می‌کند. اسید استیل سالیسیلیک داروهای ضد باکتریایی شامل کلرامفنیکل سیکلوسرین ایزونیاژید، کوتریموکسازول و مترونیدازول و نیز فلوکستین دپتیزام نیفیدپین و سایمتیدین غلظت پلاسمایی فنی توئین را زیاد می‌کنند. این دارو متابولیسم و ارفارین را کاهش می‌دهد که احتمالاً اثر ضد انعقادی آن کاهش می‌یابد.

داروهای ضد افسردگی و ضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثر ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کنند. فنی توئین غلظت پلاسمایی داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای را کاهش می‌دهد. متابولیسم سیکلوسپورین توسط فنی توئین تسریع شده و در نتیجه غلظت پلاسمایی آن کاهش می‌یابد. فنی توئین متابولیسم داروهای ضد بارداری خوراکی را افزایش و در نتیجه اثر آنها را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف این دارو اجتناب می‌شود.

۲- در نارسایی کبدی مقدار مصرف دارو کاهش یابد.

۳- به منظور کاهش تحریک گوارشی می‌توان دارو را با غذا یا شیر مصرف کرد.

۴- رعایت بهداشت دندانها و مراجعه منظم به دندانپزشک تا حدی از حساس شدن خونریزی و بزرگ شدن لثه‌ها جلوگیری می‌کند.

۵- مصرف فنی توئین در دوران بارداری موجب افزایش خطر خونریزی کشنده در ۲۴ ساعت اول تولد در نوزاد می‌گردد. با تجویز ویتامین K قبل از زایمان به مادر و به نوزاد در موقع تولد، می‌توان این خطر را کاهش داد.

۶- تجویز دارو از راه تزریق داخل عضلانی توصیه نمی‌شود.

۷- توصیه می‌شود که فنی توئین سدیم تزریقی به مایعات حجیم تزریقی و ریدی اضافه نشود یا با سایر داروها مخلوط نگردد چون ممکن است رسوب نماید.

۸- از نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ اجتناب شود زیرا خاصیت قلیایی فنی توئین زیاد بوده و به بافت آسیب می‌رساند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ابتدا ۳-۴ mg/kg/day یا ۱۵۰-۳۰۰ mg/day بصورت یکجا یا در دو مقدار منقسم مصرف می‌شود که در صورت نیاز به ۳۰۰-۴۰۰ mg/day و یا حداکثر ۶۰۰ mg/day افزایش می‌یابد.

کودکان در کودکان ۵-۸ mg/kg/day دریک یا دو مقدار منقسم و حداکثر ۳۰۰ میلی گرم تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان انفوزیون یا تزریق آهسته داخل وریدی برای کنترل صرع مداوم به میزان ۱۵ mg/kg (سرعت تزریق بیش از ۵۰ mg/min نباشد) توصیه می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۱۰۰ میلی گرم که هر ۶-۸ ساعت تجویز می‌گردد.

کودکان میزان تجویز اولیه ۱۵ mg/kg می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۲۵۰ mg/ ۵ ml

Suspension: ۳۰ mg/ ۵ ml

Topical Cream: ۱٪

PRIMIDONE

موارد مصرف این دارو در درمان انواع صرع به غیر از صرع کوچک و رعشه essential بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اگر چه پریمیدون در بدن به فنوباریتال تبدیل می‌شود، اما مکانیسم اثر خود پریمیدون احتمالاً شبیه فنی توئین است فارماکوکینتیک این دارو جذب خوراکی کاملی دارد. در کبد به فنوباریتال تبدیل می‌شود. فنوباریتال در بدن به آهستگی تجمع یافته

و سطح پلاسمایی آن به ۲-۳ برابر سطح پلاسمایی پریمیدون می‌رسد. دفع دارو و متابولیت‌های آن از طریق کلیه می‌باشد.

هشدارها: در صورت وجود اختلال عملکرد کبد یا کلیه و ضعف تنفسی باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی عدم تعادل تهوع اختلالات بینایی و بثورات جلدی بخصوص در شروع درمان بروز می‌کند و معمولاً با ادامه درمان برگشت‌پذیر هستند. سایر عوارض دارو شامل افسردگی تحریک‌پذیری بی‌قراری و اغتشاش شعور در سالمندان هیجانات و فعالیت زیاد و غیرعادی در کودکان و آنمی مگالوبلاستیک هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غالباً؟ غلظت پلاسمایی کاربامازپین کلونازپام فنی توئین و والپروات و در مواردی اتوسوکسیمید را کاهش می‌دهد. این دارو موجب افزایش متابولیسم وارفارین داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای دیگوکسین کورتیکوسترئوئیدها، سیکلوسپورین داروهای ضد بارداری خوراکی و تیوفیلین شده و در نتیجه اثرات این داروها را کاهش می‌دهد. داروهای ضد افسردگی و ضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثرات ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کنند. این دارو اثر وراپامیل و دیلتیازم و احتمالاً نیفدپین را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توجه ۱- از قطع ناگهانی دارو پرهیز شود. قطع مصرف این دارو باید بتدریج و طی چند ماه انجام شود.

۲- در صورتیکه بیمار ضعف شدید

تنفسی داشت از مصرف این دارو باید اجتناب نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در صرع ابتدا ۱۲۵ میلی‌گرم در شب و موقع خواب مصرف می‌شود. سپس هر ۳ روز، ۱۲۵ میلی‌گرم افزایش می‌یابد تا

مقدار مصرف تام جمع؟ به میزان

۵۰۰ mg/day (در دو بخش منقسم برسد. بعد هر ۳ روز، ۲۵۰ میلی‌گرم به این مقدار افزوده می‌شود تا حداکثر ۱/۵ g/day

در مقادیر منقسم مصرف شود.

کودکان سنین کمتر از ۲ سال ۵۰۰-۲۵۰ میلی‌گرم در روز در دو مقدار منقسم ۵-۲ ساله ۷۵۰ mg/day - ۵۰۰ در دو مقدار منقسم

و کودکان ۹-۶ سال ۱g/day - ۰/۷۵ در دو مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Suspension: ۲۵۰ mg/۵ml

Tablet: ۲۵۰ mg

VALPROATE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان انواع صرع مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو شبیه فنی توئین و کاربامازپین با انسداد جریان سدیم از فعالیت با فرکانس زیاد نرون‌ها جلوگیری می‌کند و با مهار آنزیم تجزیه‌کننده GABA، غلظت آن را در مغز افزایش می‌دهد. همچنین این دارو در غلظت‌های زیاد، جریان پتاسیم در غشاء سلولهای مغزی را افزایش می‌دهد و غشاء را هیپرپولاریزه می‌کند.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی بخوبی جذب شده و فراهمی زیستی بیش از ۸۰ درصد دارد. غذا، جذب این دارو را به تأخیر می‌اندازد. این دارو در کبد متابولیزه و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در بیماری‌های فعال کبدی و سابقه فامیلی نارسایی شدید کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- قبل از شروع درمان و در طول ۶ ماه اول درمان با این دارو، باید عملکرد کبد تحت نظر باشد.

۲- در صورت وجود نارسایی شدید کلیوی لوپوس اریتماتوز سیستمیک یا پورفیری با احتیاط مصرف شود.

۳- اختلال عملکرد کبدی (از جمله نارسایی کبدی کشنده با مصرف این دارو ممکن است در کودکان کمتر از ۳ سال افرادی که اختلالات متابولیک یا دژنراتیو دارند، در حالت اختلال ارگانیک مغزی یا تشنجات شدید همراه با عقب ماندگی ذهنی بروز کند.

۴- در صورت بروز درد حاد شکمی که ممکن است نشانه پانکراتیت باشد، باید مراقبت‌های لازم انجام شود.

عوارض جانبی تحریک گوارشی تهوع عدم تعادل و رعشه افزایش غلظت آمونیاک خون افزایش اشتها و وزن ریزش موقتی مو، خیز، کاهش پلاکت‌های خون مهار تجمع پلاکتی اختلال در عملکرد کبد که ندرتاً به نارسایی کشنده کبدی منجر می‌شود، بشورات جلدی اغتشاش شعور، ندرتاً پانکراتیت کاهش گلبول‌های سفید، هیپوپلازی گلبول‌های قرمز، کاهش فیبرینوژن آمنوره و نامنظم شدن قاعدگی و ژینکوماستی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غالباً غلظت پلاسمایی فئوباریتال و فنی توئین و گاهی نیز غلظت پلاسمایی اتوسوکسیمید و پریمیدون را زیاد می‌کند. داروهای ضدافسردگی و ضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثر ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کنند. سایمتیدین با مهار آنزیم‌های کبدی غلظت پلاسمایی والپروات را افزایش می‌دهد. تجویز همزمان سایر داروهای ضد صرع موجب افزایش سمیت دارو می‌گردد بدون اینکه اثرات درمانی آن افزایش یابد، علاوه بر این ترکیب درمانی کنترل درمان را پیچیده می‌کند. کلروکین با اثر ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از شروع درمان با این دارو از عدم وجود زمینه یا عوامل مستعد کننده خونریزی در بیمار اطمینان حاصل شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف این دارو باید خودداری شود.

۳- به بیمار یا اطرافیان او علائم بروز اختلالات خونی یا کبدی توضیح داده شود توصیه گردد که در صورت بروز این علائم باید به پزشک مراجعه شود.

۴- در صورتیکه با مصرف این دارو، استفراغ بی‌اشتهایی یرقان خواب‌آلودگی یا عدم کنترل تشنجات بروز کرد، بلافاصله درمان با این دارو متوقف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۶۰۰ mg/day (در دونوبت منقسم، ترجیحاً) بعد از غذا مصرف شود. بعد با فواصل هر ۳ روز یکبار

۲۰۰ mg/day به مقدار مصرف به رژیم افزوده می‌شود تا حداکثر به مقدار روزانه ۲/۵ گرم برسد که بصورت مقادیر منقسم مصرف می‌شود. مقدار معمول نگهدارنده دارو ۱-۲ گرم در روز (۲۰-۳۰ mg/kg در روز) می‌باشد.

کودکان کوچک‌تر تا ۲۰ کیلوگرم ابتدا ۲۰ mg/kg در روز (در چند نوبت منقسم مصرف می‌شود. می‌توان در صورت نیاز مقدار را افزایش داد. در کودکان بیشتر از ۲۰ کیلوگرم ابتدا ۴۰۰ mg/day بصورت منقسم مصرف می‌شود. سپس این مقدار افزایش می‌یابد

تا حملات کنترل شوند (معمولاً در محدوده ۲۰-۳۰ mg/kg در روز) حداکثر مقدار مصرف روزانه

۳۵ mg/kg است

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۰۰ mg

Syrup: ۲۰۰ mg/۵ml

Clomipramine Amitriptyline
Imipramine Fluoxetine
Nortriptyline Maprotiline
Trazodone Tranylcypramine
Trimipramine

موارد مصرف داروهای ضدافسردگی عمدتاً به سه دسته داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز (MAO) و داروهای مهارکننده انتخابی باز جذب سروتونین (SSRIs) تقسیم می‌شوند.

داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای SSRIs و ترکیبات مشابه بدلیل اثربخشی بیشتر و عدم تداخل خطرناک با بعضی از غذاها و داروها بر داروهای دسته MAOIs ارجحیت دارند. انتخاب داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای عمدتاً به عوارض آنتی‌موسکارینی کمتر، مثل یبوست و خشکی دهان و نیز کمتر بودن احتمال سمیت قلبی در حالات مصرف بیش از حد بستگی دارد. داروهای دسته SSRIs نسبت به سه حلقه‌ای‌های قدیمی‌تر دارای اثرات آنتی‌موسکارینی کمتر و نیز سمیت قلبی کمتر در صورت مقدار مصرف بیش از حد می‌باشند. بنابراین اگر چه این دسته اثربخشی بیشتری ندارند اما در مواقعی که خطر مقدار مصرف بیش از حد وجود داشته باشد، ممکن است ارجح باشند اما در عین حال دسته SSRIs عوارض جانبی مخصوص به خود را دارند. هر چند بروز خواب‌آلودگی خشکی دهان و سمیت قلبی با این داروها کمتر است اما عوارض جانبی گوارشی مثل تهوع و استفراغ ممکن است شیوع بیشتری داشته باشند.

به‌طور معمول تجویز بیش از یک داروی ضدافسردگی در یک زمان بدلیل خطرات احتمالی و تشدید عوارض جانبی توصیه نمی‌شود. باید توجه داشت که اگرچه در بیماران افسرده اغلب اضطراب هم وجود دارد، اما استفاده از داروهای ضدجنون یا ضد اضطراب ممکن است مانع از تشخیص صحیح شود. بنابراین این قبیل داروها باید با احتیاط استفاده شوند. اما درمان کمکی سودمندی در افسردگی تحریک‌پذیر هستند.

کنترل افسردگی در هفته‌های اول درمان بیمار از نظر تمایل به خودکشی باید تحت نظر و کنترل باشد. در هر بار مقادیر کمی از داروی ضد افسردگی تجویز شود چون این داروها در صورت مصرف مقادیر بیش از حد، خطرناک هستند.

درمان را تا موقعی که انتظار می‌رود علائم افسردگی متوقف شوند، باید با حداکثر مقدار مصرف مؤثر ادامه داد و بعد از آن هم حداقل تا یکسال دیگر با حداقل مقدار مصرف مؤثر ادامه یابد و پس از آن می‌توان مقدار تجویز را کاهش داد. درمان با این داروها را نباید بطور ناگهانی متوقف نمود چون علائم ممکن است دوباره مراجعت کنند. با توجه به تاریخچه افسردگی بهبود معمولاً بعد از ۳ ماه تا یکسال یا بیشتر رخ می‌دهد و در بعضی از بیماران با نصف مقدار مصرف درمانی بصورت نگهدارنده به مدت چند ماه از مراجعت علائم می‌توان جلوگیری نمود. در افسردگی عودکننده درمان نگهدارنده پیشگیری‌کننده ممکن است به چند سال زمان نیاز داشته باشد.

قطع دارو: اگر یک داروی ضد افسردگی بخصوص از نوع (MAOI) بطور منظم برای مدت ۸ هفته یا بیشتر تجویز شده باشد و بعد بطور ناگهانی قطع شود، تهوع استفراغ بی‌اشتهایی سردرد، سرگیجه احساس سردی بی‌خوابی و در مواردی حالت هیپومانیا، اضطراب و بی‌قراری شدید حرکتی ممکن است بروز کنند. کاهش مقدار مصرف باید ترجیحاً بصورت تدریجی در طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای انجام شود.

الف - داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای این داروها بیشترین اثربخشی را در درمان افسردگی متوسط تا شدید اندوژن که همراه با تغییرات فیزیولوژیک و سایکوموتور مانند از دست دادن اشتها و اختلال در خواب می‌باشند، دارند. معمولاً اولین فایده درمان با این

داروها، بهبود خواب است از آنجا که برای شروع اثرات درمانی این داروها ۲ هفته وقت لازم است در افسردگی شدید که تأخیر در درمان خطرناک یا غیرقابل تحمل است درمان با الکتروشوک ممکن است مورد نیاز باشد. بعضی از داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای در کنترل اختلالات پانیک نیز مؤثرند.

مقدار تجویز: حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد بیماران به داروهای ضد افسردگی و سایر داروهای مربوطه پاسخ نمی‌دهند که ممکن است ناکافی بودن غلظت پلاسمایی لازم تا حدی علت این مسئله باشد. بنابراین لازم است غلظت پلاسمایی به اندازه کافی بالا باشد تا درمان موثری محتمل باشد اما در عین حال غلظت پلاسمایی نباید آنقدر بالا برود که اثرات سمی بروز کند. به دلیل طولانی بودن نیمه عمر داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای تجویز یکبار در شبانه روز در اکثر بیماران (معمولاً در شب مناسب است) انتخاب داروی ضد افسردگی داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای و سایر داروهای مربوطه به دو دسته تقسیم می‌شوند: آنهایی که دارای اثرات سداتیو زیادی هستند که شامل آمی‌تریپ‌تیلین، کلومیپرامین و تری‌پرامین می‌باشند و آنهایی که اثرات سداتیو کمی دارند و شامل ایمپرامین، دزپرامین و نورتریپ‌تیلین هستند. بیماران تحریک شده و مضطرب به ترکیبات سداتیو بهتر پاسخ می‌دهند، در حالیکه بیماران که داروی آنها قطع شده و نیز بیماران با اضطراب کمتر به ترکیبات با اثرات سداتیو کم پاسخ بهتری می‌دهند. ایمپرامین و آمی‌تریپ‌تیلین داروهای موثر و نسبتاً بی‌خطر هستند، که بخوبی رواج پیدا کرده‌اند. اما با این حال دارای اثرات آنتی‌موسکارینی عمده یا عوارض جانبی قلبی می‌باشند که این مسئله در هر بیمار بطور جداگانه ممکن است اهمیت داشته باشد.

عوارض جانبی متعاقب مصرف داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای بخصوص آمی‌تریپ‌تیلین بروز آریتمی و ایست قلبی یکی از دلایل مرگ ناگهانی بیماران قلبی است همچنین این داروها با کاهش آستانه تشنج ممکن است باعث بروز تشنج شوند و به همین دلیل در بیماران صرعی باید با احتیاط فراوان تجویز شوند.

عوارض جانبی دیگر این داروها شامل خواب‌آلودگی خشکی دهان تاری دید، یبوست احتباس ادرار و تعریق است بیمار را باید تشویق نمود تا درمان را ادامه دهد چون بنظر می‌رسد که به این عوارض جانبی تا حدی تحمل ایجاد می‌شود. اگر درمان با مقادیر کم شروع و بتدریج افزایش یابد، این اثرات کم می‌شوند اما در عین حال باید در نظر داشت که باید هر چه سریعتر به غلظت پلاسمایی موثر، دست‌یافت افزایش تدریجی مقدار مصرف در سالمندان به اثرات کاهنده فشار خون این داروها حساس بوده و مستعد بروز سرگیجه و حتی سنکوپ هستند و لذا افزایش تدریجی مقدار مصرف در این افراد، دارای اهمیت خاصی است عارضه جانبی دیگر که سالمندان به آن حساسیت خاصی دارند هیپوناترمی است این عارضه احتمالاً ناشی از نامناسب بودن ترشح هورمون ضد ادراری است و با همه انواع داروهای ضد افسردگی ممکن است رخ دهد و باید در همه بیماران که در آنها خواب‌آلودگی گیجی یا تشنجات طی مصرف یک داروی ضد افسردگی بروز می‌کند، مورد توجه قرار گیرد. سندرم نورولپتیک بدخیم ممکن است به ندرت در طول دوره درمان با داروهای ضد افسردگی بروز کند.

تداخل دارویی در بین داروهای ضد افسردگی استفاده از یک داروی ضد افسردگی سه حلقه‌ای از نوع SSRIs (مهارکننده انتخابی باز جذب سروتونین و یا ترکیبات مشابه باید حداقل ۲ هفته بعد از قطع داروی MAOI (مهارکننده آنزیم مونوآمینواکسیداز) آغاز شود. برعکس مصرف یک داروی MAOI نباید در کمتر از یک هفته بعد از قطع یک ضد افسردگی سه حلقه‌ای یا SSRIs و یا ترکیبات مشابه شروع شود (در مورد فلوکستین حداقل ۵ هفته).

ب - مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز

(MAOIs): این داروها نسبت به داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای SSRIs و ترکیبات وابسته کمتر استفاده می‌شوند که به دلیل خطر تداخلات دارویی و غذایی با این داروها می‌باشد و علاوه بر این در مواردی که با سایر داروهای ضد افسردگی اثرات درمانی

حاصل نشد، می‌توان از این داروها استفاده نمود. خطرناکترین داروی MAOIs ترانیل سایپرومین است که دارای اثر محرک است. داروی انتخابی ایزوکربوکسازید می‌باشد که اثر محرک کمتری دارد.

گفته می‌شود که بیماران افسرده و فوبیک با خصوصیات آتپیک hypochondriacal و هیستریک به MAOIs بهتر پاسخ می‌دهند. اما به هر حال در تمام بیمارانی که مقاوم به سایر داروهای ضد افسردگی هستند درمان با MAOIs باید مورد ارزیابی قرار گیرد. پاسخ به این داروها ممکن است سه هفته یا بیشتر طول بکشد و برای این که حداکثر پاسخ ایجاد شود به یک یا دو هفته دیگر زمان نیاز باشد. در صورت لزوم قطع داروهای MAOIs باید تدریجاً صورت گیرد.

ج - داروهای مهار کننده انتخابی باز جذب سروتونین (SSRIs): این داروها، برداشت مجدد سروتونین را بطور انتخابی مهار می‌کنند و نسبت به ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای اثرات سداتیو و نیز اثرات آنتی‌موسکارینی و سمیت قلبی کمتری دارند و نیز موجب افزایش وزن نمی‌شوند. عوارض گوارشی آنها (اسهال تهوع و استفراغ وابسته به مقدار مصرف بوده ممکن است سردرد، بیقراری و اضطراب نیز ایجاد کنند.

AMITRIPTYLINE HCI

موارد مصرف آمی‌تریپتیلین برای درمان بیماری افسردگی بخصوص وقتی که تسکین روانی مورد نیاز باشد و نیز شب‌اداری کودکان تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجدد نوراپی‌نفرین و سروتونین توسط پایانه سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت سیناپسی آنها را در سیستم عصبی مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویز خوراکی به سرعت و بطور کامل جذب می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی بوده و متابولیت فعال آن نور تریپتیلین می‌باشد. راه دفع دارو از طریق کلیه است.

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی، حالات مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف شود. هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی - عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا، جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه احتباس ادرار، الکتروشوک درمانی همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی عروقی واکنش‌های ازدیاد حساسیت اختلالات رفتاری اختلالات حرکتی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن عوارض اندوکراین مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی و هیپوناترمی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع با کاهش غلظت پلاسمایی آمی‌تریپتیلین اثر ضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند. این دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت قطع ناگهانی این دو دارو، خطر افزایش فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود. مصرف همزمان با نورآدرنالین باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین باعث پرفشاری خون و آریتمی می‌گردد اما تجویز همزمان بی‌حس کننده‌های موضعی حاوی آدرنالین بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز، کاهش مقدار مصرف باید تدریجی و در طول یک

دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید انجام شود.

۲- در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش تمایل به خودکشی باید بیمار را تحت نظر قرار داد.

۳- بیش از یک داروی ضدافسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴- برای شروع اثرات درمانی این دارو حداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵- مصرف دارو توسط سالمندان باید با حداقل مقدار شروع شود زیرا به عوارض جانبی این دارو حساس ترند.

۶- به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویز یکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت می‌کند.

۷- به بیمار یادآوری شود که در صورت بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل حاصل می‌شود.

۸- در صورت وجود سابقه مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO، باید دو هفته بعد از قطع آن مصرف آمی‌تریپ‌تیلین را آغاز کند.

۹- در صورت ضرورت مصرف داروی مهارکننده MAO باید حداقل یک هفته بین قطع این دارو و شروع داروی جدید فاصله‌زمانی ایجاد شود.

۱۰- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

مقدار مصرف در کنترل افسردگی از راه‌خوراکی ابتدا ۷۵ میلی‌گرم (در بالغین و سالمندان ۳۰-۷۵ میلی‌گرم در روز، در مقادیر منقسم و یا بصورت یک جا در موقع خواب مصرف می‌شود و سپس بتدریج براساس نیاز تا حداکثر ۱۵۰ میلی‌گرم افزایش می‌یابد. مقدار داروی نگهدارنده بطور معمول ۵۰-۱۰۰ mg/day می‌باشد.

در شب ادراری کودکان ۷-۱۰ سال ۱۰-۲۰ میلی‌گرم و در بچه‌های ۱۱-۱۶ سال ۲۵-۵۰ میلی‌گرم هنگام خواب مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵mg

Scored Coated Tablet: ۱۰۰ mg

CLOMIPRAMINE HCl

موارد مصرف کلومیپرامین برای درمان بیماری افسردگی حالات ترس و سواس و درمان کمکی ضعف عمومی عضلانی همراه با نارکولپسی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجدد نوراپی‌نفرین و سروتونین توسط غشاء پایانه سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت سیناپسی آنها را در سیستم عصبی مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویز خوراکی به سرعت و بطور کامل جذب می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول از کبد است ولی متابولیت فعال ندارد. راه دفع دارو از طریق کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی، حالات مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی - عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانی، جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه احتباس ادراری الکتروشوک درمانی همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی عروقی واکنش‌های ازدیاد حساسیت اختلالات رفتاری اختلالات حرکتی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن عوارض

اندوکراین مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی و هیپوناترمی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع با کاهش غلظت پلاسمایی این دارو، اثر ضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند. این دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت قطع ناگهانی این دو دارو خطر افزایش فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود. مصرف همزمان این داروها با نورآدرنالین باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین باعث پرفشاری خون و آریتمی می‌گردد اما تجویز همزمان با بی‌حس کننده‌های موضعی حاوی آدرنالین به نظر می‌رسد که بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز، کاهش مقدار مصرف بصورت تدریجی و در طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید انجام شود.

۲- در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش تمایل به خودکشی باید بیمار تحت نظر باشد.

۳- بیش از یک داروی ضد افسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴- برای شروع اثرات درمانی این دارو حداقل ۲ هفته وقت لازم است.

۵- درمان سالمندان باید با حداقل مقدار شروع شود زیرا به عوارض جانبی این دارو حساس ترند.

۶- به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویز یکبارہ مقادیر آن در موقع خواب کفایت می‌کند.

۷- به بیمار یادآوری شود که در صورت بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل حاصل می‌شود.

۸- در صورت مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته بعد از قطع آن مصرف این دارو را آغاز کند.

۹- در صورت ضرورت مصرف داروی مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان قطع این دارو و شروع داروی جدید فاصله ایجاد شود.

۱۰- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

۱۱- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در درمان افسردگی ابتدا ۱۰ mg/day مصرف می‌شود و سپس براساس نیاز تا مقدار ۳۰-۱۵۰ میلی‌گرم بصورت

تدریجی افزایش می‌یابد و به صورت منقسم یا یکجا در موقع خواب مصرف می‌گردد. حداکثر مقدار مصرف

۲۵۰ mg/day است مقدار معمول نگهدارنده ۵۰-۱۰۰ mg/day است در سالمندان در ابتدا ۱۰ mg/day و بعد تا ۲۵۰ mg/day

۳۰-۵۰ تجویز می‌شود.

در حالات ترس و وسواس با مقدار ۲۵ mg/day درمان آغاز می‌شود (سالمندان ۱۰ mg/day)، بعد در طول دو هفته با

افزایش تدریجی آنرا به ۱۰۰-۱۵۰ mg/day افزایش می‌دهند. و درمان کمکی ضعف عمومی عضلانی همراه با نارکولپسی

ابتدا ۱۰۰ mg/day مصرف می‌شود و سپس بتدریج تا نایل شدن به پاسخ رضایت بخش بطور تدریجی مقدار مصرف تا ۱۰۰-

۷۵ mg/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg

DESIPRAMINE HCI

موارد مصرف این دارو برای درمان بیماری افسردگی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دزیپرامین از طریق مهار برداشت مجدد نوراپی نفرین و سروتونین توسط غشاء پایانه سلول عصبی پیش سیناپسی غلظت آنها را در سیستم عصبی مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویز خوراکی به سرعت و بطور کامل جذب می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی است دارو فاقد متابولیت فعال است ۹۶٪ آن به پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود. دفع دارو از کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سکت قلبی اخیر، (بخصوص ایست قلبی، حالات مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو باید با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی - عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی (اگر شدید باشد از مصرف دارو باید پرهیز شود)، بیماری تیروئید،

فوکروموسیتوم سابقه مانیا، جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه احتباس ادراری الکتروشوک درمانی همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان تاری دید (اختلال در تطابق افزایش فشار داخل چشم، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی

- عروقی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن از عوارض جانبی این دارو است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با مهار

کننده‌های آنزیم MAO باعث تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای

ضد صرع مقابله می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع با کاهش غلظت پلاسمایی این دارو، اثر ضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند.

این دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت قطع ناگهانی این دو دارو خطر

افزایش فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی

می‌شود. مصرف همزمان این دارو با نور آدرنالین باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین باعث پرفشاری خون و آریتمی می‌گردد اما

مصرف همزمان با بی‌حس کننده‌های موضعی حاوی آدرنالین بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو،

غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز، کاهش مقدار مصرف باید تدریجی و در طول یک

دوره حداقل ۴ هفته‌ای انجام شود.

۲- در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش تمایل به خودکشی بیمار باید تحت نظر باشد.

۳- بیش از یک داروی ضد افسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴- برای شروع اثرات درمانی این دارو حداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵- به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویز یکبار آن در موقع خواب کفایت می‌کند.

۶- به بیمار یادآوری شود که در صورت بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل حاصل

می‌شود.

۷- در صورت مصرف مهار کننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته

بعد از قطع آنها، مصرف این دارو را آغاز کند.

۸- در صورت ضرورت مصرف داروی مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان قطع این دارو و شروع داروی جدید

فاصله ایجاد شود.

مقدار مصرف ۷۵ میلی گرم در مقادیر منقسم یا یکجا هنگام خواب مصرف می‌شود. در صورت لزوم مقدار مصرف آن تا حداکثر ۲۰۰ میلی گرم افزایش می‌یابد. در افسردگی مقاوم تا حداکثر ۳۰۰ میلی گرم در ۲۴ ساعت مصرف می‌شود (در صورت امکان غلظت پلاسمائی اندازه گیری شود). مقدار مصرف نگهدارنده ۷۵-۱۰۰ میلی گرم در روز خواهد بود. در سالمندان ابتدا روزانه ۲۵ میلی گرم مصرف می‌شود و سپس تا حد نیمی از حداکثر مقدار مصرف بالغین آنرا تدریجاً افزایش می‌دهند.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۵ mg

FLUOXETINE

موارد مصرف فلوکستین برای درمان افسردگی و سواس و *Bulimia nervosa* تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار اختصاصی برداشت مجدد سروتونین توسط غشای سلول عصبی پیش سیناپسی که منجر به افزایش غلظت سیناپسی آن در سیستم عصبی مرکزی می‌گردد، اثر خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. در کبد متابولیزه و به متابولیت فعال تبدیل می‌گردد که به آهستگی دفع می‌شود. البته دفع کامل آن چند هفته طول می‌کشد.

هشدارها: در موارد زیر این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود: بیماری قلبی صرع (در صورت وقوع حملات صرعی مصرف دارو قطع شود)، درمان همزمان با الکتروشوک سابقه مانیا، نارسایی کبدی و کلیوی

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل تهوع استفراغ سوء هاضمه درد شکم اسهال و یبوست شایع هستند. بی‌اشتهایی همراه با کاهش وزن و تغییر احتمالی در قند خون واکنش‌های افزایش حساسیت خشکی دهان اضطراب سردرد، بی‌خوابی تپش قلب لرزش دست و پا، توهم گیجی کمی فشارخون هیپومانیا یا مانیا، خواب آلودگی تشنج تب اختلالات خونی اختلال عملکرد جنسی تعریق اختلالات حرکتی و کاهش سدیم خون از سایر عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو اثر وارفارین را افزایش می‌دهد. در مصرف همزمان با مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز، اثرات مرکزی این داروها افزایش می‌یابد و خطر سمیت وجود خواهد داشت غلظت پلاسمایی بعضی از داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای توسط این دارو افزایش می‌یابد. این دارو با افزایش آستانه تشنج و نیز با افزایش غلظت پلاسمایی کاربامازپین و فنی توئین اثر داروهای ضد صرع را تغییر می‌دهد. این دارو غلظت پلاسمایی هالوپریدول را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای دوپامینرژیک موجب تحریک CNS و زیادگی فشارخون می‌گردد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم خطر سمیت CNS را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز ثورات جلدی مصرف دارو باید متوقف شود.

۲- اگر تشنجات صرعی با مصرف این دارو بدتر شدند، مصرف دارو باید قطع شود.

۳- از قطع ناگهانی مصرف این دارو باید اجتناب شود.

۴- مصرف این دارو حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف داروهای مهارکننده آنزیم مونوآمین اکسیداز باید صورت پذیرد.

۵- مصرف داروهای مهارکننده آنزیم مونوآمین اکسیداز باید حداقل پنج هفته پس از قطع مصرف این دارو، شروع شود.

۶- این دارو دارای نیمه عمر طولانی می‌باشد و در تنظیم مقدار مصرف یا در حالات مصرف بیش از حد، این مسئله را باید مد نظر داشت

۷- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در درمان افسردگی روزانه ۲۰ میلی‌گرم و در حالات وسواس ابتدا ۲۰ mg/day مصرف می‌شود و اگر بعد از چند هفته بهبودی حاصل نشد، می‌توان مقدار مصرف دارو را افزایش داد، اما خطر بروز عوارض جانبی نیز زیاد می‌شود، حداکثر مقدار مصرف ۶۰ mg/day است در Bulimia nervosa مقدار ۶۰ mg/day تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۰ mg

IMIPRAMINE HCI

موارد مصرف ایمپرامین برای رفع بیماری افسردگی و نیز شب‌ادراری در کودکان تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجدد نوراپی‌نفرین و سروتونین توسط پایانه سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت سیناپسی آنها را در سیستم عصبی مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویز خوراکی به سرعت و بطور کامل جذب می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی بوده و متابولیت فعال آن دزپرامین می‌باشد. راه دفع دارو کلیوی است.

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی، حالات مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی - عروقی سابقه صرع نارسایی کبدی بیماری تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانی، جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه احتباس ادرار، الکتروشوک درمانی همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی عروقی واکنش‌های ازدیاد حساسیت اختلالات رفتاری اختلالات حرکتی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن عوارض اندوکراین مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی و هیپوناترمی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با مهارکننده‌های آنزیم MAO باعث تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع با کاهش غلظت پلاسمایی این دارو، اثر ضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند. این دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت قطع ناگهانی این دودارو خطر افزایش فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود. مصرف همزمان این دارو با نورآدرنالین باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین باعث زیادی فشار خون و آریتمی می‌گردد اما تجویز همزمان بابتی حس کننده‌های موضعی حاوی آدرنالین بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشند. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز، کاهش مقدار مصرف بتدریج در طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید انجام شود.

۲ - در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش تمایل به خودکشی باید بیمار را تحت نظر قرار داد.

۳ - بیش از یک داروی ضد افسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴ - برای شروع اثرات درمانی این دارو حداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵ - درمان سالمندان باید با حداقل مقدار شروع شود زیرا به عوارض جانبی این دارو حساس ترند.

- ۶- به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویز یکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت می‌کند.
- ۷- به بیمار یادآوری شود که در صورت بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل حاصل می‌شود.
- ۸- در صورت وجود سابقه مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته بعد از قطع آن مصرف این دارو را آغاز نمود.
- ۹- در صورت ضرورت مصرف داروهای مهارکننده MAO باید حداقل یک هفته میان قطع این دارو و شروع مصرف داروی جدید فاصله ایجاد شود.
- ۱۰- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند، مثل رانندگی تأثیر بگذارد.
- مقدار مصرف در افسردگی ابتدا تا حداکثر ۷۵ mg/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود و سپس بتدریج تا میزان ۱۵۰-۲۰۰ میلی‌گرم افزایش می‌یابد (تا ۳۰۰ میلی‌گرم در بیماران بستری). ممکن است تا حداکثر ۱۵۰ میلی‌گرم بصورت یک‌جا در موقع خواب تجویز شود. مقدار داروی نگهدارنده ۱۰۰-۵۰ mg/day است در سالمندان ابتدا ۱۰ mg/day تجویز می‌شود که بتدریج به ۳۰-۵۰ میلی‌گرم افزایش می‌یابد. برای درمان شب‌ادراری در کودکان ۷ ساله ۲۵ میلی‌گرم ۸-۱۱ ساله ۲۵-۵۰ میلی‌گرم بیش از ۱۱ سال ۵-۷۵ میلی‌گرم در موقع خواب تجویز می‌شود. حداکثر دوره درمان ۳ ماه می‌باشد.

اشکال دارویی

:As HCl

Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۵۰ mg

Injection: ۲۵ mg/۲ml

MAPROTILINE HCl

- موارد مصرف این دارو برای بهبود بیماری افسردگی بخصوص وقتی تسکین لازم باشد، تجویز می‌شود.
- مکانیسم اثر: این دارو برداشت مجدد سروتونین و نوراپی نفرین به داخل پایانه عصبی را مهار می‌کند و در نتیجه باعث افزایش تحرک گیرنده‌ها می‌شود.
- فارماکوکینتیک: مپروتیلین از طریق خوراکی جذب متغیری دارد. در کبد متابولیزه شده و دارای متابولیت فعال می‌باشد. ۸۸٪ دارو به پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی آن ۲۱-۵۲ ساعت می‌باشد.
- موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه بیماری صرع یا بیماری شدید کبدی نباید مصرف شود.
- هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود:
- بیماری قلبی (بخصوص آریتمی)، سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی، بیماری تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا، سایکوز، گلوکوم با زاویه باریک سابقه احتباس ادراری در مان همزمان با شوک الکتریکی
- ۲- از قطع ناگهانی مصرف این دارو اجتناب شود.
- ۳- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی در اعمالی که نیاز به دقت دارند، مثل رانندگی اختلال ایجاد می‌کند.

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، اختلال در تطابق و افزایش فشار داخل چشم بیوست تهوع اشکال در ادرار کردن افت فشار خون وضعیتی افزایش ضربان قلب سنکوپ آریتمی تعریق بشورات جلدی لرزش دست کهیر، اختلالات رفتاری (بخصوص در کودکان، هیپومانیا، توهم) (بخصوص در سالمندان، افزایش اشتها، تغییر وزن تشنج اختلالات حرکتی و دیسکینزی تب

اگر آنولوسیتوز، لوکوپنی ائوزینوفیلی، ترومبوسیتوپنی کاهش سدیم خون و اختلال در عملکرد کبد از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد آریتمی خطر بروز آریتمی افزایش می‌یابد. ریفامپین غلظت پلاسمایی این دارو را کاهش داده و موجب کاهش اثرات آن می‌شود. در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم مونوآمینواکسیداز، تحریک سیستم اعصاب مرکزی و افزایش فشار خون رخ می‌دهد. این دارو اثر ضد تشنج داروهای ضد صرع را کاهش می‌دهد. در صورت مصرف همزمان با آنتی هیستامین‌ها، اثرات سدا تیو و آنتی موسکارینی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان این دارو با ترفنادین موجب افزایش خطر بروز آریتمی بطنی می‌گردد. این دارو اثر داروهای کاهشنده فشار خون را افزایش داده اما اثر کلونیدین و گوانیتیدین را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد جنون فنوتیازینی موجب افزایش غلظت پلاسمایی این دارو و افزایش اثرات ضد موسکارینی می‌گردد. این دارو اثر شل کننده عضلانی باکلوفن را افزایش می‌دهد. داروهای ضد بارداری خوراکی اثر ضد افسردگی این دارو را کاهش می‌دهند. سایمتیدین غلظت پلاسمایی این دارو را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - قطع مصرف این دارو باید بتدریج انجام شود.

۲ - مصرف این دارو بایستی حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف داروی ضد افسردگی مهار کننده آنزیم آمینواکسیداز شروع شود. با این وجود، حداقل یک هفته پس از قطع مصرف این دارو، می‌توان مصرف سایر داروهای ضد افسردگی را آغاز نمود. مقدار مصرف در ابتدا ۷۵-۲۵ میلی‌گرم سالخوردگان ۳۰ میلی‌گرم در روز در ۳ مقدار منقسم یا به صورت مقدار واحد هنگام خواب مصرف می‌شود که در صورت نیاز می‌توان مقدار مصرف را تا حداکثر ۱۵۰ mg/day به صورت تدریجی افزایش داد. مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg, ۷۵ mg

NORTRIPTYLINE HCl

موارد مصرف نورتریپتیلین برای درمان بیماری افسردگی و نیز شب ادراری در کودکان تجویز می‌شود. مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجدد نوراپی نفرین و سروتونین توسط پایانه سلول عصبی پیش سیناپسی غلظت سیناپسی آنها را در سیستم عصبی مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویز خوراکی به سرعت و بطور کامل جذب می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی است راه دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی آریتمی (بخصوص ایست قلبی، حالات مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا، جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه احتباس ادراری الکتروشوک درمانی همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی عروقی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای

ضد صرع مقابله می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع با کاهش غلظت پلاسمایی نورتریپ‌تیلین اثر ضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند. این دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت قطع ناگهانی این دو دارو، خطر افزایش فشار خون زیاد می‌شود.

مصرف همزمان این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود. مصرف همزمان این داروها با نورآدرنالین باعث افزایش فشار خون و آریتمی می‌گردد اما مصرف همزمان با بی‌حس کننده‌های موضعی حاوی آدرنالین بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد. نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز، کاهش مقدار مصرف بتدریج و در طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید صورت گیرد.

۲- در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش تمایل به خودکشی باید بیمار تحت نظر باشد.

۳- بیش از یک داروی ضد افسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴- برای شروع اثرات درمانی این دارو حداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵- درمان سالمندان باید با حداقل مقدار مصرف شروع شود زیرا به عوارض جانبی این دارو حساس‌ترند.

۶- به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویز یکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت می‌کند.

۷- به بیمار یادآوری شود که در صورت بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل حاصل می‌شود.

۸- در صورت وجود سابقه مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته بعد از قطع آن مصرف این دارو را آغاز نمود.

۹- در صورت ضرورت مصرف داروهای مهارکننده MAO باید حداقل یک هفته میان قطع این دارو و شروع مصرف داروی جدید فاصله ایجاد شود.

۱۰- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

مقدار مصرف در افسردگی درمان با مقادیر کم آغاز و در صورت لزوم تا ۱۰۰-۷۵ mg/day در مقادیر منقسم یا یکجا افزایش می‌یابد. (حداکثر مقدار مصرف ۱۵۰ mg/day در بیماران بستری می‌باشد). در مقادیر بیش از ۱۰۰ mg/day اندازه‌گیری غلظت پلاسمایی باید انجام شود. در بالغین و سالمندان ۳۰-۵۰ mg/day به صورت منقسم مصرف می‌شود.

در شب اداری کودکان ۷ ساله ۱۰ میلی‌گرم ۸-۱۱ ساله ۱۰-۲۰ میلی‌گرم بیش از ۱۱ سال ۲۵-۳۵ میلی‌گرم در شب مصرف می‌شود. حداکثر طول مدت مصرف ۳ ماه می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule/Scored Tablet (As HCl): ۱۰ mg, ۲۵ mg

TRANLYCYPROMINE

موارد مصرف این دارو برای درمان بیماری افسردگی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: ترانیل سایپرومین آنزیم مونوآمینوآکسیداز (MAO) را بصورت برگشت‌پذیر مهار می‌کند. کاهش فعالیت این آنزیم موجب افزایش غلظت ناقله‌های عصبی در محل‌های ذخیره آنها و دستگاه عصبی مرکزی می‌گردد. این اثر، اساس فعالیت ضد افسردگی این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک این دارو از دستگاه گوارش بخوبی جذب می‌شود و در کبد متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف در موارد نارسایی کبدی یا غیرطبیعی بودن تست‌های عملکرد کبد، بیماری عروق مغزی فتو کروموسیتوما، فازمانیک، بیماران روانی دو قطبی و پرکاری تیروئید مصرف این دارو منع شده است هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر با احتیاط مصرف شود:

دیابت بیماری قلبی - عروقی صرع اختلالات خونی درمان همزمان با الکتروشوک سالمندان زیادی فشار خون بیماران تحریک پذیر، پورفیری و جراحی

۲- در طول درمان با این دارو فشارخون بیمار باید کنترل شود. در صورت بروز تپش قلب یا سر درد مداوم مصرف این دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی افت فشار خون وضعیتی و سرگیجه شایع‌ترین عوارض این دارو هستند. سایر عوارض شامل خواب‌آلودگی بیخوابی بحران فشار خون همراه با سردرد ضربان‌دار، ضعف و خستگی خشکی دهان یبوست اختلال گوارشی تاری دید، سرخوشی افزایش میزان آنزیم‌های کبدی آریتمی لرزش دست و پا، مشکل در ادرار کردن تعریق تشنج بثورات جلدی اختلال جنسی لوکوپنی افزایش وزن توهم گیجی در اشخاص مستعد، یرقان نوریت و نوروپاتی محیطی هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با مهار آنزیم مونوآمینوآکسیداز، متابولیسم بعضی از داروهای آمینی مثل داروهای مقلد سمپاتیک با اثر غیر مستقیم را که در بسیاری از فرآورده‌های ضد سرفه و ضداحتقان وجود دارند، مهار نموده و اثر منقبض کننده عروقی آنها را ممکن است تشدید کند. همچنین اثر منقبض کننده عروقی تیرامین (موجود در بعضی غذاهای مثل پنیر کهنه و محصولات تخمیری ممکن است بصورت خطرناکی تشدید شود. نتیجه این تداخلات افزایش ناگهانی و خطرناک فشار خون است خطر این تداخل تا ۲ هفته پس از قطع مصرف داروی MAOI نیز وجود دارد.

مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد درد از جمله پتیدین و احتمالاً سایر ضددردهای اپیوئیدی موجب تحریک یا مهار CNS می‌شود. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای منجر به تحریک CNS و زیادی فشار خون می‌گردد. مصرف همزمان دارو با داروهای ضدافسردگی دسته SSRIs ممکن است باعث افزایش اثرات تضعیف CNS و سمیت گردد. در صورت مصرف همزمان متفورمین و سولفونیل اوره‌ها اثر کاهنده قند خون آنها، افزایش می‌یابد. این دارو با کاهش دادن آستانه تشنج با اثرات ضد تشنجی داروهای ضد صرع ضدیت می‌کند. مصرف همزمان با داروهای ضد جنون منجر به تحریک CNS و هیپرتانسیون می‌گردد. مصرف همزمان این دارو با داروهای مقلد سمپاتیک موجب بحران زیادی فشار خون می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای بروز اثرات درمانی این دارو حداقل ۳ هفته وقت لازم است

۲- قطع مصرف این دارو باید تدریجاً انجام شود.

۳- از مصرف همزمان این دارو با سایر داروهای ضد افسردگی باید پرهیز شود.

۴- سایر داروهای ضدافسردگی باید حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف این دارو تجویز شوند.

۵- مصرف این دارو باید حداقل یک هفته پس از قطع مصرف سایر داروهای ضدافسردگی و در مورد فلوکستین حداقل پنج هفته بعد، شروع شود.

۶- از مصرف کاربامازپین و لوودوپا، حداقل تا ۲ هفته پس از قطع مصرف این دارو، پرهیز شود.

۷- در صورت بروز تپش قلب یا سردرد مداوم با این دارو، مصرف دارو باید قطع شود.

مقدار مصرف ابتدا ۱۰ میلی گرم دوبار در روز که حداکثر تا ساعت ۳ بعد از ظهر مصرف می‌شود، تجویز می‌گردد. در صورت لزوم پس از یک هفته مقدار داروی روزانه را تا ۲۰ میلی گرم می‌توان افزایش داد. مقادیر بیش از ۳۰ میلی گرم را تحت مراقبت دقیق باید

تجویز نمود. مقدار داروی نگهدارنده ۱۰ mg/day است

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

TRAZODONE HCl

موارد مصرف ترازدون برای درمان افسردگی بخصوص وقتی تسکین لازم باشد تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو برداشت مجدد سروتونین به داخل پایانه عصبی را مهار می‌کند و در نتیجه سروتونین مدت زمان بیشتری گیرنده‌های خود را تحریک می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی جذب متغیر دارد. نیمه عمر پلاسمایی آن ۴-۹ ساعت است در کبد متابولیزه شده و دارای متابولیت فعال می‌باشد. ۹۵ درصد به پروتئین‌های پلازما متصل می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سگته اخیر قلبی آریتمی بیماری شدید کبدی فاز مانیک افسردگی دو قطبی نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو با احتیاط مصرف شود:

بیماری قلبی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری تیروئید، فتوکروموسیتوم سابقه مانیا، سایکوز، گلوکوم با زاویه باریک سابقه احتباس ادراری درمان همزمان با شوک الکتریکی پورفیری

۲- از قطع ناگهانی مصرف این دارو باید اجتناب شود.

۳- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی در اعمالی که نیاز به دقت دارند مثل رانندگی اختلال ایجاد می‌کند.

۴- اگر با مصرف این دارو نعوذ مداوم بروز کرد، مصرف دارو بایستی بلافاصله متوقف گردد.

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، اختلال در تطابق و افزایش فشار داخل چشم یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن تعریق نعوذ مداوم بشورات جلدی لرزش دست کبیر، اختلالات رفتاری بخصوص در کودکان، هیپومانیا، توهم بخصوص در سالمندان، افزایش اشتها، تغییر وزن تشنج اختلالات حرکتی و دیسکنزی تب آگرانولوسیتوز، لوکوپنی ائوزینوفیلی ترومبوسیتوپنی هیپوناترمی و اختلال در عملکرد کبد از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با اثر ضد تشنجی داروهای ضد صرع مقابله می‌کند ولی اثر سداتیو داروهای ضد اضطراب و خواب‌آور را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم مونوآمینواکسیداز موجب تحریک سیستم اعصاب مرکزی و افزایش فشار خون می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- قطع مصرف این دارو باید بتدریج انجام شود.

۲- مصرف این دارو باید حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف داروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم مونوآمینواکسیداز شروع شود. با این وجود حداقل یک هفته پس از قطع مصرف این دارو، می‌توان مصرف سایر داروهای ضد افسردگی را آغاز نمود.

مقدار مصرف در ابتدا ۱۵۰ میلی‌گرم سالخوردگان ۱۰۰ میلی‌گرم در روز در مقادیر منقسم بعد از غذا یا بصورت یکجا هنگام خواب مصرف می‌شود که در صورت نیاز تا ۳۰۰ mg/day قابل افزایش است در بیماران بستری حداکثر

۶۰۰ mg/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

(ASA (Acetylsalicylic Acid

موارد مصرف ASA در تسکین و درمان دردهای ملایم تا متوسط، نظیر کمر درد، دردهای گذرای عضلات اسکلتی دردهای قاعدگی و نیز تب مصرف می‌شود. همچنین اثر ضد التهابی آن در بعضی موارد و اثر ضد پلاکتی آن نیز در پیشگیری از تجمع پلاکت‌ها و ترومبوز مفید می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو آنزیم سیکلواکسیژناز را مهار می‌کند، پلاکت‌ها بخصوص به این اثر خیلی حساسند. همچنین اثرات ضد التهابی آن از طریق مهار تولید آنتی‌بادی مهار آزاد شدن هیستامین بوسیله آنتی‌ژن و تثبیت نفوذپذیری مویرگ‌ها طی واکنش‌های ایمنولوژیکی اعمال می‌گردد.

فارماکوکینتیک ASA از راه خوراکی سریع؟ جذب شده و میزان جذب به زمان تخلیه معده pH معده و فرمولاسیون دارو بستگی دارد. جذب رکتال آهسته ناکامل و غیرقابل اطمینان است در بسیاری از بافت‌ها خصوصاً در کبد متابولیزه و از راه ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در کودکان زیر ۱۲ سال احتمال بروز سندرم ری، وجود زخم دستگاه گوارشی هموفیلی وجود یا سابقه حساسیت به سایر داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (NSAIDs) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماریهایی مانند آسم آلرژی آسب‌های کلیوی یا کبدی کاهش آب بدن و کمبود G6PD با احتیاط مصرف شود. ۲- ASA درمان مناسبی برای کودکان مبتلابه بیماریهای خفیف نبوده و در بچه‌های زیر ۱۲ سال فرآورده‌های حاوی آن مگر در موارد خاص نظیر آرتريت جوانان نباید مصرف شود.

عوارض جانبی تحریک ملایم دستگاه گوارش گاهی همراه با خونریزی بدون علامت و افزایش زمان خونریزی شایع است در بیماران حساس اسپاسم برونش‌ها و واکنش‌های پوستی ممکن است بروز نماید. نارسائی کلیوی کبدی و عوارض عصبی نظیر اغتشاش سرگیجه وزوز گوش تشنج و افسردگی و نیز اختلالات اسید-باز و اثرات تب‌زا از عوارض وابسته به مقدار مصرف این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی اگر همراه با داروهای ضد انعقاد مصرف شود، خطر افزایش خونریزی وجود خواهد داشت مصرف ASA همراه با فنی‌توئین و الپروات سبب افزایش اثر آنها می‌گردد. دفع داروهای اسیدی نظیر متوترکسات هم‌زمان با مصرف ASA کاهش یافته و سمیت آن افزایش می‌یابد. ASA اثر اسپرونولاکتون را مهار نموده و نیز دفع استازولامید را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در کودکان دارای علائم آنفلونزا یا آبله مرغان و زونا بدون مشورت با پزشک مصرف نشود.

۲- فرآورده‌های خوراکی بدون پوشش روده‌ای با یا بعد از غذا مصرف شود.

۳- دارو را با یک لیوان آب مصرف نموده و ۱۵-۳۰ دقیقه از خوابیدن پرهیز شود.

۴- در صورت احساس سوزش موضعی به دنبال مصرف شیاف به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف بعنوان ضد درد و ضد تب ۳۰۰-۹۰۰ میلی‌گرم هر ۴ تا ۶ ساعت و در صورت لزوم حداکثر تا ۴ g/day مصرف می‌شود. به عنوان ضد التهاب ۴-۶ g/day و بعنوان ضد پلاکت ۱۵۰-۱۰۰ mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۱۰۰ mg

Enteric Coated tablet: ۸۰ mg, ۳۲۵ mg

Eff. Tablet: ۳۲۵ mg

Suppository: ۳۲۵ mg

Microcoated tablet: ۵۰۰ mg

(ASA Codeine: tablet (ASA ۵۰۰ mg + Codeine Phosphate ۱۰ mg

BUPIVACAINE

موارد مصرف بوپی‌واکائین بطور کلی برای ایجاد بیحسی موضعی و یا منطقه‌ای یا پی‌دورال در ناحیه کمر و یا خاجی و انسداد در ناحیه زیر عنکبوتیه و از طریق آنفیلتراسیون یا انسداد عصبی در دندانپزشکی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: بیحس کننده‌های موضعی با تثبیت برگشت‌پذیر غشای سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش نفوذپذیری این غشاء به یون سدیم شروع و هدایت رفلکسهای عصبی را متوقف می‌کنند. این عمل دپولاریزاسیون غشای سلول عصبی را مهار کرده و در نتیجه از انتشار پتانسیل عمل و هدایت بعدی تکانه‌های عصبی جلوگیری بعمل می‌آورد.

فارماکوکینتیک جذب سیستمیک این دارو کامل است به پروتئینهای پلاسما به

مقدار زیاد متصل می‌شود. طول اثر

آن ۳-۱۰ ساعت است متابولیسم آن

عمدتاً کبدی است و از راه کلیه دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف ۱- در صورت وجود بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت شدید فشار خون و شوک نباید از این دارو برای ایجاد انسداد در ناحیه زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

۲- در صورت وجود عفونت در موضعی که برای تزریق کمتری در نظر گرفته شده این دارو برای ایجاد انسداد بکار نرود.

۳- هر گونه سپتی سمی می‌تواند تحمل بیمار را نسبت به تزریق در ناحیه زیر عنکبوتیه کاهش دهد.

هشدارها: ۱- در کودکان و سالخوردگان امکان بروز مسمومیت سیستمیک با این دارو بیشتر است

۲- در ناراحتیهای قلبی - عروقی بویژه انسداد قلبی و یا شوک و یا عفونت در محل تزریق با احتیاط مصرف گردد.

۳- در صورت وجود بیماریهای CNS و یا اختلالات انعقادی خون با احتیاط مصرف گردد.

۴- فرآورده‌های حاوی مواد منقبض کننده عروق در بیماران مبتلا به بیماریهای قلبی از جمله آریتمی و یا مبتلایان به پرکاری تیروئید با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی بطور کلی به مقدار مصرف غلظت زیاد پلاسمایی ناشی از ورود ناخواسته دارو به رگ کاهش تحمل بیمار، ناسازگاری فردی یا حساسیت مفرط بستگی دارد ضمن آنکه میزان عوارض ناخواسته بمحل تزریق نیز بستگی دارد. واکنش‌های سیستمیک ممکن است به سرعت و یا با تأخیر و تا ۳۰ دقیقه پس از تجویز دارو بروز کند. عوارض ناشی از کم آن عبارتند از: کبودی رنگ پوست اختلال بینایی و یا دوبینی تشنج سرگیجه زنگ زدن گوش لرزش یارعه عصبانیت و یا بیقراری غیر عادی و تهوع و استفراغ

تداخل‌های دارویی داروهای تضعیف CNS، از جمله داروهایی که معمولاً قبل از بیهوشی و یا به عنوان کمک همراه با داروهای بیحس کننده موضعی مصرف می‌شوند و نیز سولفات منیزیم تزریقی در اگر همزمان با داروهای بیحس کننده موضعی مصرف گردند، ممکن است موجب تشدید تضعیف CNS شوند. داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون کبدی سرعت متابولیسم دارو را کاهش داده و خطر مسمومیت با آنرا بالا می‌برند. سایمتیدین متابولیسم این دارو را به تأخیر می‌اندازد و در نتیجه احتمال خطر مسمومیت افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت حساسیت به سایر بیحس کننده‌ها این دارو با احتیاط زیر نظر پزشک مصرف شود.

۲- میزان داروی تجویز شده بدقت رعایت گردد.

۳- بدلیل طولانی بودن زمان بیحسی بایددقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح نگردند.

۴- ممکن است با مصرف این دارو با غلظت ۰/۲۵ درصد اعصاب بین دنده‌ای انسداد کامل پیدا کنند.

۵- شدت انسداد حرکتی با غلظت ۰/۵ درصد این دارو برای بار اول ممکن است بیشتر از دفعات بعد باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در بیحسی دم‌آسیبی برای انسداد حرکتی متوسط، مقدار ۳۷/۵-۷۵ میلی‌گرم (۱۵-۳۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۲۵ درصد

مصرف می‌شود که در صورت نیاز هر سه ساعت یک بار می‌توان آنرا تکرار کرد و برای انسداد حرکتی متوسط تا کامل مقدار ۷۵-

۱۵۰ میلی‌گرم (۱۵-۳۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۵ درصد که در صورت نیاز هر سه ساعت قابل تکرار است مصرف می‌شود. در بیحسی

خارج‌سخت شامه‌ای برای انسداد حرکتی جزئی تا متوسط مقدار ۲۵-۵۰ میلی‌گرم (۱۰-۲۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۲۵ درصد

مصرف می‌شود و برای انسداد حرکتی متوسط تا کامل مقدار ۵۰-۱۰۰ میلی‌گرم (۱۰-۲۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۵ درصد

مصرف می‌شود که در صورت نیاز، در هر دو مورد می‌توان مقدار مصرف را هر سه ساعت یکبار تکرار نمود. برای انفیلتراسیون

موضعی بصورت مقدار واحد تا ۱۷۵ میلی‌گرم (۷۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۲۵ درصد مصرف می‌شود. برای انسداد اعصاب محیطی

جهت انسداد حرکتی متوسط تا کامل مقدار ۱۲/۵-۱۷۵ میلی‌گرم (۵-۳۷/۵ میلی‌لیتر) از محلول

۰/۵ درصد مصرف می‌شود. و در صورت نیاز می‌توان هر سه ساعت آنرا تکرار نمود. در موارد دیگر نیز به تناسب دارو مورد تجویز

قرار می‌گیرد حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۱۷۵ میلی‌گرم بصورت مقدار واحد یا ۴۰۰ mg/day می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف این دارو در کودکان تعیین نشده است

اشکال دارویی

Injection(spinal): ۰.۷۵٪

(Injection: ۰.۲۵٪ (۲۰ ml

(Injection: ۰.۵٪ (۲۰ ml

BUPRENORPHINE

موارد مصرف این دارو بعنوان ضد درد برای تسکین دردهای متوسط تا شدید و نیز قبل از عمل جراحی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تأثیر بر گیرنده‌های اپیوئیدی در CNS، روندهای مؤثر بر ادراک درد و پاسخ به درد را تغییر می‌دهد. ممکن

است تا اندازه‌ای سبب تغییراتی در آزاد شدن واسطه‌های عصبی مختلف از اعصاب آورانی شود که به محرک‌های دردزا حساس

هستند.

فارماکوکینتیک این دارو ۵ دقیقه پس از تزریق عضلانی به حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد. نیمه عمر دارو حدود ۳ ساعت است

قسمت عمده دارو بدون تغییر دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت افزایش فشار داخل جمجمه یا در ضربه مغزی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد کاهش فشار خون کم‌کاری تیروئید، آسم و کاهش ذخیره تنفسی با احتیاط مصرف شود.

۲- برخلاف بیشتر داروهای اپیوئیدی فقط بخشی از اثرات این دارو توسط نالوکسون خنثی می‌شود.

۳- از مصرف این دارو در موقع حمله آسمی اجتناب شود.

۴- مصرف این دارو در معتادان به موادشبه مرفین می‌تواند موجب بروز علائم سندرم قطع داروی مخدر گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص در شروع مصرف دارو)، یبوست و خواب‌آلودگی از عوارض جانبی دارو هستند. مقادیر زیاد این دارو موجب تضعیف تنفسی و افت فشار خون اشکال در ادرار کردن اسپاسم مجاری ادراری و صفراوی خشکی دهان تعریق سرد، برافروختگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب پیش قلب افت فشار خون وضعیتی کاهش دمای بدن هذیان تنگی مردمک چشم خماری تغییر خلق و خو، وابستگی ثورات جلدی کهیر و خارش می‌شود.

تداخل‌های دارویی داروهای ضد جنون اثرات تسکین دهنده و کاهش فشار خون این دارو را افزایش می‌دهند. داروهای ضد اضطراب اثر سداتیو این دارو را افزایش می‌دهند. این دارو با اثرات گوارشی متوکلوپرامید و سیزاپراید ضدیت می‌کند. نکات قابل توصیه در سالمندان و افراد ناتوان مقدار مصرف این دارو کاهش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۰/۶-۰/۳ میلی گرم در هر ۶-۸ ساعت تزریق عضلانی یا تزریق آهسته داخل وریدی می‌گردد.

کودکان در کودکان بیش از ۶ ماهه مقدار ۳-۶ mcg/kg هر ۶-۸ ساعت (حداکثر تا ۹۱ mcg/kg) تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۳ mg/ml

CHLORDIAZEPOXIDE

موارد مصرف این دارو در درمان کوتاه مدت اضطراب و بصورت کمکی در درمان علائم حاد قطع مصرف الکل مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده‌های اختصاصی در غشای سلول عصبی اثر مهارگی گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش سیناپسی و پس سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی جذب می‌شود. تمایل زیادی برای اتصال به پروتئین‌های پلاسمایی دارد. در کبد متابولیزه شده و به متابولیت‌های فعال تبدیل می‌شود. نیمه عمر آن ۵-۳۰ ساعت و دفع آن از طریق کلیه می‌باشد.

موارد منع مصرف در موارد تضعیف تنفسی نارسایی حاد ریوی حالات فویک سایکوز مزمن افسردگی و اضطراب همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف نابجای دارو و الکل و یا افراد با اختلال شخصیتی با احتیاط مصرف شود.

۲- در افراد مسن نارسایی کبدی و کلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش پیدا کند.

۳- از مصرف طولانی مدت خودداری گردد.

۴- برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید بتدریج قطع کرد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی روز بعد از مصرف گیجی و عدم تعادل (بخصوص در افراد مسن، فراموشی وابستگی تحریک پذیری غیر عادی و در برخی موارد سردرد، سرگیجه افت فشار خون افزایش ترشحات بزاق کرامپ و درد در ناحیه شکم ثورات جلدی اختلال بینائی تغییر در میل جنسی احتباس ادرار، اختلالات خونی ویرقان از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای تضعیف CNS، ضد دردهای مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهار کننده‌های مونوآمینوآکسیداز (MAO)، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین آورنده فشار خون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل دوپا) و رزپین ممکن است اثر تضعیف CNS این دارو را تشدید نماید. آنتی‌اسیدها جذب کلردیازپوکساید را به تأخیر می‌اندازند. کاربامازپین متابولیسیم کلردیازپوکساید را افزایش و غلظت سرمی آن را کاهش می‌دهد. سایمتیدین

متابولیسم کلردیازپوکساید را مهار کرده سبب افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو وابستگی ایجاد می‌کند و باید بیش از مقدار توصیه شده مصرف نشود.

۲- اگر بعد از چند هفته اثر درمانی کاهش یابد به پزشک مراجعه شود.

۳- در صورت بروز خواب‌آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت در انجام کار بخصوص در افراد مسن دارو با احتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف در درمان اضطراب ۱۰ میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شود که در صورت نیاز می‌تواند تا ۶۰-۱۰۰mg/day در مقادیر منقسم افزایش یابد. مقدار مصرف دارو در افراد مسن نصف مقدار توصیه شده می‌باشد.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۵mg, ۱۰ mg

CHLORPROMAZINE HCl

موارد مصرف کلرپرومازین در اختلالات روانی نظیر اسکیزوفرنی جنون مانیا و نیز بصورت داروی کمکی در درمان هیجان شدید و اختلالات روانی - حرکتی و نیز بعنوان ضد تهوع و درمان سکسکه شدید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: کلرپرومازین اثر درمانی خود را بطور عمده با مهار گیرنده‌های پس سیناپسی دوپامین در سیستم اعصاب مرکزی در مسیر مزولیمبیک و مزوکورتیکال اعمال می‌نماید. همچنین گیرنده‌های موسکارینی هیستامینی سروتونینی و آلفا - آدرنژیک بوسیله این دارو تحت تأثیر قرار می‌گیرند.

فارماکوکینتیک با مصرف خوراکی کلرپرومازین جذبی سریع دارد اما تحت تأثیر عبور اول کبدی قرار می‌گیرد. دارو متابولیسم کبدی وسیعی داشته (بعضی از متابولیت‌ها فعال هستند) و از راه صفرا و ادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای تضعیف کننده CNS، همراه با سایر داروهای تضعیف کننده مغز استخوان و نیز در بیماری فئوکروموسیتوم نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- کلرپرومازین در بیماریهای قلبی - عروقی عروق مغزی تنفسی پارکینسون صرع و عفونت حاد، صدمات کلیوی و کبدی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در بیماران با سابقه یرقان یا لوکوپنی کم کاری تیروئید، میاستنی گراو، هیپرتروفی پروستات و گلوکوم با زاویه بسته خصوصاً در افراد مسن با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی علائم خارج هرمی و در مصرف طولانی مدت گاهی دیسکینزی دیررس کاهش دمای بدن (گاهی تب، خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی رنگ پریدگی کابوس شبانه بی‌خوابی و افسردگی ممکن است ایجاد گردد. آثار ضد موسکارینی نظیر خشکی دهان احتقان بینی یبوست اشکال در دفع ادرار و تاری دید از عوارض شایع دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف آن همزمان با داروهای ضد آریتمی خطر ایجاد آریتمی‌های بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف کلرپرومازین به همراه ضد افسردگیها، سبب افزایش غلظت پلاسمایی و اثرات ضد موسکارینی آنها خصوصاً انواع سه حلقه‌ای می‌گردد. کلرپرومازین با اثر داروهای ضد صرع (با کاهش آستانه تشنج مقابله می‌نماید. مصرف فنوتیازین‌ها همراه ترفنادین خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. پروپرانولول غلظت پلاسمایی کلرپرومازین را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار باید تا ۳۰ دقیقه پس از تزریق عضلانی دارو در حالت خوابیده قرار گیرد.

۲- تزریق عضلانی دارو دردناک بوده و ممکن است سبب کاهش فشار خون و تاکی کاردی شود.

۳- از قطع ناگهانی مصرف دارو باید خودداری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان کلرپرومازین در اسکیزوفرنی و سایر اختلالات روانی مانیا، تحریکات روانی - حرکتی هیجان درمان کمکی در هیجان شدید در کوتاه مدت ابتدا به میزان ۲۵ میلی گرم ۳ بار در روز (یا ۷۵ میلی گرم هنگام شب و بر حسب پاسخ‌دهی بیمار مصرف می‌شود. مقدار معمول داروی نگهدارنده ۷۵-۳۰۰ میلی گرم در روز است (ولی در اختلالات روانی روزانه به بیش از یک گرم ممکن است نیاز باشد). در افراد مسن یا ضعیف به میزان نصف تا یک سوم میزان مصرف در بزرگسالان مصرف می‌شود. کودکان در کودکان (اسکیزوفرنی دوران کودکی ۱ تا ۵ سال ۵۰۰ mcg/kg هر ۴ تا ۶ ساعت (ماکزیمم ۴۰ میلی گرم روزانه و ۶-۱۲ سال یک سوم تا نصف بزرگسالان ماکزیمم ۷۵ میلی گرم روزانه مصرف شود.

تزریقی

بزرگسالان تزریق در عمق عضله (برای تسکین علائم حاد بیماری بمیزان ۲۵-۵۰ میلی گرم هر ۶ تا ۸ ساعت مصرف می‌شود. کودکان در سنین ۵-۱ سال به میزان ۵۰۰ mcg/kg هر ۸-۶ ساعت (ماکزیمم ۴۰ میلی گرم در روز) و در کودکان ۱۲-۶ سال مقدار ۵۰۰ mcg/kg هر ۸-۶ ساعت (حداکثر ۷۵ میلی گرم در روز) مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۵۰ mg/ ۲ml

CITICOLINE

موارد مصرف سیتی کولین در ضربه‌های مغزی در مراحل حاد و تحت حاد آسیب عروق مغزی استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو با تحریک بیوستتر فسفولیپدها و کاهش التهاب باعث تثبیت غشاء سلولی می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از سد خونی - مغزی عبور می‌کند.

هشدارها: این دارو اثر کاهنده فشار خون ندارد، بنابراین در صورت آسیبهای عروق مغزی ناشی از فشار خون این دارو جایگزین داروهای ضد فشار خون نمی‌گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مرحله حاد آسیب عروق مغزی مقدار ۵۰۰-۷۵۰ میلی گرم در مقادیر تقسیم شده طی ۲۴ ساعت تزریق عضلانی می‌گردد. در عوارض و خونریزیهای مغزی بعد از تصادف مقدار ۲۵۰ میلی گرم در ۲۴ ساعت مصرف می‌شود. کودکان مقدار ۲۵۰ میلی گرم در دو مقدار منقسم طی ۲۴ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/ ۲ml

CLOBAZAM

موارد مصرف کلوبازام برای درمان کمکی صرع و اضطراب (مصرف کوتاه مدت تجویز می‌گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک گیرنده‌های گابا موجب تقویت اثر مهارتی این واسطه شیمیایی در سیستم اعصاب مرکزی می‌گردد.

در نتیجه موجب تضعیف فعالیت تشنجی کانونهای صرع در مغز می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب و در کبد متابولیزه می‌شود. متابولیت‌های آن از طریق ادرار دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت تضعیف تنفس نارسایی حاد تنفسی و نارسایی شدید کبدی کلوبازام نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو باید با احتیاط فراوان تجویز شود: بیماری تنفسی ضعف عضلانی (بخصوص میاستنی گراو)، اختلال شدید شخصیتی و پورفیری

۲- از مصرف طولانی مدت این دارو و از قطع ناگهانی مصرف آن نیز باید اجتناب شود.

۳- در درمان اضطراب نباید از این دارو به تنهایی استفاده کرد، ضمن آنکه بایستی مدت تجویز آن بعنوان داروی ضداضطراب کوتاه باشد.

۴- در درمان اضطراب کودکان فقط موقعی که شدید و ناشی از ترس بوده و منجر به بی‌خوابی گردد، این دارو تجویز می‌شود.

۵- مصرف این دارو توسط کسانی که دارای اختلال شخصیتی هستند، ممکن است موجب وابستگی گردد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی توهم عدم تعادل (بخصوص در سالمندان، فراموشی وابستگی افزایش حالت تهاجمی (بصورت متناقض، گهگاه سردرد، سرگیجه کمی فشار خون اختلال گوارشی ثورات جلدی اختلال دید و تغییر میل جنسی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای هوشبر، داروهای ضد درد شبه تریاک داروهای ضد افسردگی و ضد جنون آنتی‌هیستامین‌ها، داروهای مسدود کننده گیرنده آلفا آدرنرژیک و باکلوپن موجب افزایش اثر سداتیو می‌شود. سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو موجب افزایش غلظت پلاسمایی و اثر سداتیو آن می‌شود. اریترومايسين ایزونیازید، کتوکونازول و ریفامپین با افزایش متابولیسم کبدی این دارو موجب کاهش غلظت پلاسمایی آن می‌شوند. این دارو موجب افزایش اثر کاهنده فشار خون داروهای ضد زیادی فشار خون می‌گردد. این دارو با اثرات لوودوپا ضدیت می‌کند.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی بر انجام کارهایی که نیاز به مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر می‌گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان صرع و اضطراب ۲۰-۳۰ میلی‌گرم و حداکثر ۶۰ mg/day مصرف می‌شود. مقدار مصرف در سالخوردگان ۱۰-۲۰ mg/day است

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۳ سال حداکثر تا نصف مقدار مصرف بزرگسالان تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

CLONAZEPAM

موارد مصرف این دارو در درمان حمله مداوم صرعی صرع میوکلونوس و سایر انواع صرع بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده اختصاصی درغشای سلول عصبی اثر مهارتی گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش‌سیناپسی و پس‌سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی و طی ۱-۲ ساعت به خوبی جذب می‌شود. در کبد متابولیزه شده و از کلیه دفع می‌گردد. نیمه عمر دارو طولانی است

موارد منع مصرف در موارد تضعیف تنفسی و نارسایی حاد ریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری تنفسی نارسایی کبدی و کلیوی و پورفیری با احتیاط مصرف شود.

۲- احتمال بروز کمی فشار خون و آپنه در زمان مصرف این دارو وجود دارد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی خستگی ضعف عضلانی اشکال در تمرکز حواس افزایش جریان بزاق پرخاشگری (واکنش متناقض، تحریک‌پذیری و تغییرات روانی از عوارض این دارو است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای تضعیف CNS، ضد دردهای مخدر، بیهوش‌کننده‌های عمومی مهارکننده‌های مونوآمینو اکسیداز (MAO)، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین‌آورنده فشار خون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزربین ممکن است اثر تضعیف CNS این دارو را تشدید نماید. آنتی‌اسیدها جذب کلونازپام را به تأخیر می‌اندازند. مصرف همزمان با تری‌متافان قبل از عمل جراحی باعث تشدید اثر پایین‌آورنده فشار خون شده و خطر سقوط شدید فشار خون شوک و کلاپس قلبی - عروقی را در حین جراحی افزایش می‌دهد. مصرف همزمان با کاربامازپین سبب افزایش متابولیسم و کاهش غلظت سرمی کلونازپام می‌گردد. سایمتیدین متابولیسم کلونازپام را مهار کرده و سبب افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود. ایزونیازید ممکن است از طریق مهار دفع کلونازپام غلظت پلاسمایی آن را افزایش دهد. ریفامپین ممکن است متابولیسم کلونازپام را افزایش دهد و منجر به کاهش غلظت سرمی آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی دارو پرهیز شود.

۲- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی برانجام کارهایی که نیاز به مهارت دارند، ممکن است تأثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۱ میلی‌گرم (در سالمندان ۰/۵ میلی‌گرم در شب ب مدت ۴ شب مصرف می‌شود که طی ۲-۴ هفته به مقدار نگهدارنده روزانه ۴-۸ میلی‌گرم در مقادیر منقسم افزایش می‌یابد.

کودکان در کودکان یک ساله و کمتر ۰/۲۵ میلی‌گرم (تا حد ۱ - ۰/۵ میلی‌گرم قابل افزایش است و در سنین ۱-۵ سال ۰/۲۵ میلی‌گرم (تا حد ۱-۳ میلی‌گرم قابل افزایش است، کودکان ۵-۱۲ سال ۰/۵ میلی‌گرم (تا حد ۳-۶ میلی‌گرم قابل افزایش است، مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱ mg

CLOZAPINE

موارد مصرف کلوزاپین برای درمان شیزوفرنی در بیمارانی که به سایر داروهای ضد سایکوز پاسخ نمی‌دهند یا نسبت به آن داروها عدم تحمل دارند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد سایکوز این دارو ناشی از مسدود کردن گیرنده‌های دوپامینی در مسیر دوپامینرژیک کمزولیمییک و مزوفرونتال در سیستم اعصاب مرکزی می‌باشد. این دارو دارای اثر مسدود گیرنده‌های آلفا آدرنرژیک و موسکارینی نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک کلوزاپین از راه خوراکی جذب ناقصی دارد و دچار متابولیسم گذراول کبدی می‌شود. دارو در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه نوتروپنی و آگرانولوسیتوز ناشی از دارو، اختلالات مغز استخوان سایکوزالکلی و سمی سابقه کلاپس جریان خون یا فلج ایلئوس اغما، یا تضعیف شدید سیستم اعصاب مرکزی و وجود نارسایی شدید کبدی یا کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر با احتیاط فراوان تجویز شود:

بیماری قلبی - عروقی بیماری عروق مغزی بیماری تنفسی پارکینسون صرع عفونت‌های حاد، نارسایی کبدی یا کلیوی سابقه یرقان کم کاری تیروئید، میاستنی گراو، بزرگی پروستات گلوکوم با زاویه بسته و سالمندان (بخصوص در هوای بسیار گرم یا بسیار سرد).

۲- قبل از شروع درمان با این دارو، باید از شمارش سلولهای خونی و بخصوص لوکوسیت و از طبیعی بودن میزان سلولهای خونی اطمینان حاصل کرد.

۳- در طول درمان با این دارو، می‌بایست در ۱۸ هفته اول درمان بصورت هفته‌ای یکبار و پس از ۱۸ هفته حداقل هر ۴ هفته یکبار شمارش سلولهای خونی انجام شود. در صورت کاهش شدید گلبول‌های سفید مصرف دارو باید قطع شود.

۴- از مصرف همزمان داروهایی که تولید لوکوسیت‌ها را تضعیف می‌کنند مثل کوتریموکسازول و کاربامازپین باکلوزاپین اجتناب شود.

۵- از قطع ناگهانی مصرف این دارو اجتناب شود تا از بروز علائم قطع مصرف و عود بیماری جلوگیری گردد.

عوارض جانبی تسکین روانی نوتروپنی و آگرانولوسیتوز کشنده سردرد و گیجی افزایش ترشح بزاق مشکل در دفع ادرار، نعوذ دائم پریکاردیت و میوکاردیت هذیان ندرت؟ تغییرات فشار خون تهوع و استفراغ افزایش قند خون عوارض خارج‌هرمی کاهش یا افزایش دمای بدن رنگ‌پریدگی کابوس شبانه خشکی دهان احتقان بینی یبوست تاری دید، آریتمی افزایش تعداد ضربان قلب اختلال در قاعدگی گالا-کتوره ژینکوماستی افزایش وزن ناتوانی جنسی کم‌خونی همولیتیک بثورات جلدی و یرقان از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای کاربامازپین کوتریموکسازول کلرامفنیکل سولفونامیدها و پنی‌سیلامین خطر تضعیف شدید مغز استخوان و بروز آگرانولوسیتوز را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای هوشبر، داروهای ضد درد شبه تریاک داروهای ضد اضطراب و خواب‌آور موجب افزایش اثر سداتیو می‌شود. اریتروماکسین و سایمتیدین متابولیسم این دارو را مهار و موجب افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شوند. مصرف همزمان کلوزاپین با داروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم مونوآمینوآکسیداز، موجب افزایش اثرات این داروها می‌شود. این دارو با اثر پایین آورنده قند خون سولفونیل اوره‌ها و اثر ضد تشنجی داروهای ضد صرع ضدیت می‌کند. فنی‌توئین متابولیسم کلوزاپین را تسریع می‌کند. مصرف همزمان این دارو با ترفنادین خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. این دارو با لیتیوم و نیز متیل‌دوپا خطر بروز عوارض خارج‌هرمی را بالا می‌برد.

نکات قابل توصیه ۱- قطع مصرف دارو بتدریج و طی حداقل ۱-۲ هفته انجام شود. در صورتی که قطع یکبار مصرف دارو ضروری باشد، بیمار باید تحت نظر باشد.

۲- به بیمار توصیه شود که در صورت بروز هرگونه عفونت پزشک معالج خود را مطلع کند.

۳- در آغاز درمان با این دارو، بدلیل بروز کلاپس ناشی از افت فشار خون بیمار باید تحت مراقبت دقیق پزشکی باشد.

مقدار مصرف در روز اول شروع درمان ۱۲/۵ میلی‌گرم یک یا دو بار در روز و روز دوم ۲۵-۵۰ میلی‌گرم مصرف می‌شود که در صورت تحمل بیمار بتدریج در مقادیر ۲۵-۵۰ میلی‌گرم و طی ۱۴-۲۱ روز تا ۳۰۰ mg/day در مقادیر منقسم افزایش می‌یابد (تا مقدار ۲۰۰ mg/day را می‌توان بصورت یکبار در موقع خواب مصرف نمود). در صورت لزوم می‌توان با مقادیر ۵۰-۱۰۰ میلی‌گرم یک یا دو بار در هفته مقدار مصرف را افزایش داد. مقدار مصرف معمول ضد سایکوز این دارو ۴۵۰-۲۰۰ mg/day (حداکثر ۹۰۰ mg/day) می‌باشد. متعاقب؟ باید مقدار دارو را به مقدار نگهدارنده ۱۵۰-۳۰۰ میلی‌گرم کاهش داد.

در سالمندان ۱۲/۵ میلی‌گرم یکبار در روز اول مصرف می‌شود که بعد مقدار دارو راتا حد ۲۵ mg/day باید تنظیم نمود. در بیماری قلبی و نارسایی کبدی یا کلیوی یا سابقه صرع ۱۲/۵ میلی‌گرم در روز اول مصرف می‌شود و سپس باهستگی مقدار مصرف

افزایش می‌یابد. در صورت بروز تشنج ۲۴ ساعت مصرف دارو را قطع نموده و سپس دو باره با مقادیر کم می‌توان مصرف دارو را آغاز کرد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

CODEINE PHOSPHATE

موارد مصرف کدئین برای کنترل درد خفیف تا متوسط بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو از یک طرف آستانه احساس درد را افزایش داده و از طرف دیگر موجب می‌شود که درد برای بیمار ناخوشایند و آزاردهنده نباشد. کدئین از طریق اتصال به گیرنده‌های اختصاصی خودش در سیستم‌های اعصاب مرکزی و محیطی اثرات خود را ایجاد می‌کند.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی بخوبی جذب در کبد متابولیزه و از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در مواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش یافته یا در حالات ضربه مغزی نارسائی شدید کلیه یا حمله حاد آسم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط کامل انجام شود: کمی فشار خون کم کاری غده تیروئید، آسم کم بودن ذخیره تنفسی نارسایی کبدی یا نارسایی کلیوی

۲- مصرف فرآورده‌های حاوی کدئین در کودکان زیر یک سال توصیه نمی‌شود.

۳- مصرف مکرر این دارو، ممکن است موجب وابستگی و تحمل به اثرات دارو گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (در ابتدای مصرف)، یبوست خواب‌آلودگی کاهش فشار خون و تضعیف تنفس با مصرف مقادیر زیاد، اشکال در ادرار کردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی دهان تعریق سرد، گرگرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون وضعیتی افزایش فشار خون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بشورات جلدی کهیر و خارش از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اگر بطور هم زمان با سایر داروهای مضعف CNS مصرف شود، تضعیف CNS تشدید شده می‌تواند موجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشار خون بشود. مصرف هم‌زمان با داروهای شبه آتروپینی نیز موجب تشدید احتباس ادرار و یبوست شده ممکن است انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی تأثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰-۶۰ میلی‌گرم که در صورت لزوم هر ۴ ساعت تکرار می‌شود (تا حداکثر ۲۴۰ mg/day مصرف می‌شود).

کودکان ۱-۱۲ سال ۳ mg/kg در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۳۰ mg

DIHYDROERGOTAMINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو در درمان سردردهای عروقی مانند میگرن درمان کمی فشار خون در حالت ایستاده ناشی از عوامل مختلف مانند بی‌کفایتی اعصاب خودکار و بیحسی نخاعی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: دی‌هیدروارگوتامین مسدودکننده گیرنده آلفا آدرنرژیک ضدسروتونین و دارای اثر مستقیم روی عضلات صاف می‌باشد. اثر مستقیم آن بر روی عروق خونی باعث تنگ شدن عروق در مرحله گشادی عروق می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو احتمالاً کبدی است و در عبور اول از کبد به مقدار زیادی متابولیزه می‌شود. نیمه عمر آن ۱/۳-۳/۹ ساعت است و طول اثر آن در تزریق عضلانی ۳-۴ ساعت است دفع آن کلیوی بوده و کمتر از ۱۰٪ آن بصورت تغییر نیافته و بقیه آن به صورت متابولیت دفع می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود بیماری شریان کرونر، بیماری کبدی زیادی شدیدفشار خون بیماری انسدادی عروق محیطی کهیر شدید بخصوص هنگامی که با بیماری کبد همراه باشد یا عیب کار کلیه با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی سرگیجه سردرد، تهوع یا استفراغ خارش پوست بیحسی رنگ پریدگی یا سردی دست و ضعف پاها از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان آلكالوئیدهای ارگوت با سایر تنگ کننده‌های عروقی از جمله موادی که در بعضی از بیحس کننده‌های موضعی وجود دارند، باعث افزایش انقباض عروقی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - احتمال بروز مسمومیت با ارگوت و گانگرن با مصرف مقادیر زیاد دارو وجود دارد.

۲ - برای دستیابی به نتیجه مطلوب بیمار باید با بروز اولین علامت حمله میگرنی دارو را مصرف نماید و حداقل به مدت ۲ ساعت در یک اتاق آرام و تاریک استراحت نماید.

۳ - طی درمان با این دارو از استعمال دخانیات خودداری شود.

۴ - مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی در حملات ضعیف میگرنی ۱-۳ میلی گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز هر نیم ساعت تکرار می‌گردد تا به مقدار تام ۱۰ میلی گرم برسد. برای کاهش شدت و تعداد دفعات حمله مقدار ۱-۲ میلی گرم سه بار در روز مصرف می‌شود.

تزریقی در شروع حمله مقدار یک میلی گرم و به دنبال آن هر ۱ ساعت ۱ میلی گرم در صورت نیاز تا حداکثر ۳ میلی گرم در هر حمله میگرن یا ۶ میلی گرم در هفته تزریق عضلانی می‌شود. از راه وریدی در شروع حمله مقدار ۱ میلی گرم و به دنبال آن هر ساعت ۱ میلی گرم در صورت نیاز، تا حداکثر ۲ میلی گرم در هر حمله میگرن یا ۶ میلی گرم در هفته تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲.۵ mg

Injection : ۱ mg/ml

DIHYDROERGOTOXINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو به عنوان داروی کمکی در معالجه بیماران سالخورده مبتلا به زوال خفیف تا متوسط عقل بکار می‌رود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا به برادی کاردی شدید باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی برافروختگی ثورات جلدی احتقان بینی کرامپ شکمی و سرگیجه از عوارض جانبی دارو هستند. نکات قابل توصیه ۱ - برای شروع اثر این دارو معمولاً ۲-۳ هفته وقت لازم است و گاهی برای بهبود علائم حداقل ۳ ماه باید دارو

مصرف شود.

۲- دارو باید قبل از غذا مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار ۱/۵ میلی گرم سه بار در روز یا ۴/۵ میلی گرم یک بار در روز مصرف شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱.۵ mg

DROPERIDOL

موارد مصرف دراپریدول برای ایجاد آرامش و کنترل سریع وضعیت بیمار در اختلالات روانی نظیر مانیا و نیز کنترل تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی و به عنوان داروی پیش بیهوشی به تنهایی و یا همراه با داروهای دیگر نظیر فنتانیل و نیتروزاکساید برای ایجاد بیهوشی عمومی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دراپریدول اثر خود را عمدتاً با انسداد گیرنده‌های دوپامینی در سیستم اعصاب مرکزی ایجاد می‌نماید. این دارو گیرنده‌های الفا - آدرنژیک را نیز مهار می‌نماید.

فارماکوکینتیک اثر دراپریدول ۱۰ - ۳ دقیقه بعد از تزریق عضلانی ظاهر می‌گردد. سریع؟ در بدن توزیع شده و متابولیسم کبدی وسیعی دارد. نیمه عمر آن ۶ - ۳ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف دراپریدول با سایر داروهای تضعیف کننده سیستم اعصاب مرکزی نباید مصرف گردد، زیرا ممکن است منجر به ایجاد اغماز گردد. همچنین همراه با داروهای تضعیف کننده مغز استخوان و نیز در مبتلایان به فئوکروموسیتوم نباید مصرف گردد. هشدارها: دراپریدول در بیماری‌های قلبی عروقی یا عروق مغزی و نیز بیماری‌های تنفسی پارکینسون صرع و عفونت حاد و در صدمات کبدی و کلیوی باید با احتیاط فراوان به کار رود.

عوارض جانبی عوارض خارج هرمی و دیسکینزی دیررس خواب آلودگی کابوس شبانه افسردگی بی ثباتی خلقی بی خوابی و اغتشاش شعور بوسیله این دارو ممکن است ایجاد شود. عوارض خارج هرمی خصوصاً واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی شایع تر و بویژه در افراد دچار تیروئید سمی بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی خطر بروز آریتمی بطنی همزمان با مصرف داروهای آنتی هیستامین مانند ترفنادین افزایش می‌یابد. داروهای خواب آور و ضد هیجان اثر آرامبخش این دارو را افزایش می‌دهند. داروهای نظیر متوکلوپرامید و لیتیوم عوارض خارج هرمی دراپریدول را افزایش می‌دهند.

نکات قابل توصیه ۱- برای القاء بیهوشی در صورت مصرف وریدی میزان نیاز به داروهای همراه با دراپریدول کمتر از معمول می‌باشد.

مقدار مصرف حداکثر مقدار مصرف تا ۱۰ میلی گرم می‌باشد که در صورت نیاز هر ۶ - ۴ ساعت تکرار می‌گردد. در افراد مسن نصف بزرگسالان و در کودکان ۱ - ۰/۵ میلی گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز هر ۶ - ۴ ساعت قابل تکرار است در پیشگیری از تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی بیماریهای سرطانی به میزان ۱۰ - ۱ میلی گرم ۳۰ دقیقه قبل از شروع درمان و در ادامه با انفوزیون وریدی به میزان ۳ - ۱ میلی گرم در ساعت یا ۵ - ۱ میلی گرم به صورت تزریق داخل عضلانی یا وریدی هر ۶ - ۱ ساعت مصرف می‌گردد. در کودکان

۷۵ mcg / kg - ۲۰ عضلانی یا وریدی تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۵ mg / ۱۰ ml

Injection: (Droperidol Compound) ۱۵mg Droperidol + ۰.۵ mg Fentanyl (ascitrate) / ۱۰ ml

ENFLURANE

موارد مصرف انفلوران بعنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف می شود. انفلوران همچنین با مقادیر مصرف کم به عنوان ضد درد در اعمال جراحی زنان و زایمان و برای اعمال جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمار نیاز نیست مصرف می شود. فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی (MAC) انفلوران هنگام مصرف با اکسیژن ۱/۶۸٪ و هنگام مصرف با نیتروژن اکساید هفتاد درصد، ۰/۵۷٪ است ضریب توزیع خون به گاز آن ۱/۹۱ است تا حدود ۲/۴٪ مقدار مصرف آن متابولیزه می شود. حدود ۸۰ درصد آن به صورت تغییر نیافته از طریق ریه ها دفع می شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود هیپرترمی بدخیم یا سابقه ابتلاء به آن و در افراد مستعد حملات صرعی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- انفلوران با غلظت های بیهوش کننده ممکن است باعث شل شدن رحم شده و همچنین پاسخ رحم به داروهای اکسی توسیک را کاهش دهد.

۲- سطوح عمیق تر بیهوشی با انفلوران بخصوص در حضور تنفس بیش از حد ممکن است باعث ایجاد فعالیت های تشنجی در الکتروآنسفالوگرام شود.

۳- این دارو شدیداً موجب تضعیف عملکرد قلب و دستگاه تنفس می شود.

۴- تضعیف عضله قلب توسط این دارو ممکن است موجب افت برون ده قلبی و کاهش فشارخون شریانی گردد.

۵- در افراد حساس به هوشبرهای هالوژنه ممکن است سمیت کبدی ایجاد نماید.

تداخل های دارویی انفلوران با آمینو گلیکوزیدها، خون حاوی ترکیبات ضد انعقاد سیترات (در صورت انتقال مقادیر زیاد خون، عوامل مهار کننده عصبی - عضلانی کاتکل آمین ها (دوپامین اپی نفرین نوراپی نفرین، پلی میکسین ها و لوودوپا تداخل دارد. ایزونیازید ممکن است باعث افزایش تولید متابولیت های فلوراید از انفلوران که بالقوه نفروتوکسیک هستند، شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف انفلوران برای ادامه بیهوشی توصیه می شود مقدار آن بتدریج افزایش یابد.

۲- در صورت استفاده از تنفس مکانیکی برای جلوگیری از خطر بروز تشنج و یا تحریک CNS از تنفس بیش از حد باید خودداری شود.

۳- انفلوران به دلیل طول اثر کوتاه خود هیچ گونه اثرات ضد دردی قابل توجهی بعد از جراحی ایجاد نمی کند. بنابراین برخلاف سایر بیهوش کننده ها ممکن است به مصرف یک داروی ضد درد بعد از پایان جراحی نیاز باشد.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی در جراحی ها مقدار مصرف دارو باید برای هر بیمار جداگانه تعیین شود. به عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۳- ۰/۵ درصد در مخلوط اکسیژن و نیتروژن اکساید استنشاق می شود. به عنوان داروی همراه در اعمال جراحی زنان - زایمان ۱-

۰/۵ درصد و برای زایمان و ژینال ۱ - ۰/۲۵ درصد استنشاق می شود. حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان برای القاء بیهوشی ۴/۵٪ و به عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۳٪ در هوا، اکسیژن یا مخلوط اکسیژن و نیترو اکساید است مقدار مصرف دارو در کودکان باید برای هر بیمار به طور جداگانه تعیین شود.

اشکال دارویی

For Inhalation

ERGOTAMINE-C

موارد مصرف ترکیب ارگوتامین و کافئین برای درمان سردردهای عروقی مانند حملات حاد میگرن و یا انواع میگرن که به سایر داروهای ضد درد پاسخ نمی‌دهد استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: این فرآورده دارای اثرات مسدود کننده گیرنده آلفا آدرنرژیک ضدسروتونین و تحریک مستقیم عضلات صاف بوده و اثراتی بر CNS دارد. در سردردهای عروقی با اثر مستقیم بر روی عروق جمجمه و تنگ کردن عروق طی مرحله گشاد شدن باعث کاهش سردرد می‌گردد.

فارماکوکینتیک جذب ارگوتامین آهسته و ناکامل است اما کافئین جذب آن را تسهیل می‌کند. متابولیسم آن احتمالاً کبدی است و نیمه عمر آن در حدود ۲ ساعت است دفع آن از صفر است کافئین به خوبی و سهولت از مجرای گوارش جذب و در تمام قسمت‌های بدن انتشار می‌یابد. متابولیسم آن کبدی است و راه دفع آن نیز کلیوی است موارد منع مصرف در صورت وجود بیماری عروق کرونر، عیب کار کبد یا

کلیه زیادی شدید فشارخون بیماری انسداد عروق محیطی و سندرم رینود، پرکاری تیروئید و پورفیری نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در صورت تکرار تجویز مقادیر بالای دارو، ممکن است قانقاریا و اغتشاش شعور دیده شود.

۲- تجویز مقادیر بیش از حد ممکن است موجب بروز فیروز ریوی یا صفاقی شود.

عوارض جانبی بیحسی و گزگز انگشتان دست پا یا صورت گرفتگی عضلانی خارش پوست درد در ناحیه بازو، سرد شدن یا رنگ پریدگی دستها یا پاها، اسهال سرگیجه تهوع یا استفراغ از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با سایر آکالوئیدهای ارگو یا داروهای تنگ کننده عروق ممکن است باعث ایسکمی عروق محیطی و گانگرن شود. استعمال زیاد دخانیات همراه با ارگوتامین ممکن است موجب بروز ایسکمی عروق محیطی گردد. به دلیل داشتن کافئین در این فرآورده مصرف همزمان با سایر داروهای محرک CNS موجب تحریک بیش از حد CNS می‌گردد. مصرف همزمان لیتیم همراه با کافئین ممکن است دفع ادراری لیتیم را افزایش داده و اثر درمانی آن را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف دارو با شروع اولین علائم حمله میگرنی بیشترین اثر را دارد.

۲- به بیمار توصیه می‌شود پس از مصرف دارو بمدت ۲-۱ ساعت در اتاق تاریک استراحت نماید.

۳- از استعمال دخانیات خودداری شود.

۴- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در شروع حمله یک تا دو قرص مصرف می‌گردد و حداکثر مقدار مصرف در شبانه روز ۴ قرص می‌باشد. در صورت نیاز به تکرار حداقل فاصله زمانی مصرف ۴ روز و حداکثر ۸ قرص در هفته می‌باشد.

اشکال دارویی

coated Tablet : Ergotamine tartrate ۱ mg+ Caffeine ۱۰۰ mg

ETHER

موارد مصرف اتر به عنوان داروی بیهوش کننده مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی (MAC) اتر ۱/۹۲٪ است

موارد منع مصرف در بیماران مبتلا به دیابت عیب کار کلیه افزایش فشار مایع مغزی - نخاعی و بیماری شدید کبد نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- مصرف اتر در شرایط گرم و مرطوب برای بیماران تب دار توصیه نمی‌شود. در این موارد اتر ممکن است باعث ایجاد حرکات تشنجی بخصوص در کودکان و بیمارانی که آتروپین دریافت کرده‌اند، شود. ۲- هوشیابی بعد از بیهوشی طولانی مدت با اتر آهسته بوده و استفراغ بعد از بیهوشی شایع است ۳- اتر در اغلب موارد باعث تحریک سیستم تنفسی می‌گردد. عوارض جانبی تحریک مخاط تنفسی اسپاسم حنجره کاهش شدید فشار خون افزایش شدید دمای بدن و تشنج از عوارض جانبی اتر است

تداخل‌های دارویی اتر با داروهای شل‌کننده عضلات تداخل دارد.

نکات قابل توصیه مصرف آتروپین و یاسایر داروهای مشابه برای کاهش ترشحات بزاق و برونش توصیه می‌شود.

مقدار مصرف به منظور حصول بیهوشی ابتدا با غلظتی معادل ۲۰-۱۰ درصد هوای دمی استفاده می‌شود که در صورت نیاز، می‌توان این غلظت را افزایش داد. برای نگهداری بیهوشی سبک با غلظت ۵ درصد در مورد بیهوشی عمیق ممکن است تا غلظت ۱۰ درصد نیز مورد استفاده قرار گیرد.

اشکال دارویی

For Inhalation

ETOMIDATE

موارد مصرف اتومیدیت یک داروی بیهوش‌کننده است که برای القاء بیهوشی مصرف می‌شود. این دارو بخصوص در بیماران مبتلا به اختلالات قلبی - عروقی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اتومیدیت یک خواب آور کوتاه اثر است که احتمالاً اثراتی مشابه GABA دارد.

فارماکوکینتیک اتومیدیت سریع؟ توسط کبد متابولیزه و غیر فعال می‌گردد. نیمه عمر آن حدود ۷۵ دقیقه است و شروع اثر آن طی یک دقیقه بعد از تزریق می‌باشد. طول مدت اثر دارو وابسته به مقدار مصرف و معمولاً ۵-۳ دقیقه است زمان هوشیابی آن نیز کمی سریعتر از تیوپنتال است

هشدارها: ۱- مصرف اتومیدیت هنگام زایمان توصیه نمی‌شود.

۲- مصرف اتومیدیت در اختلالات سیستم ایمنی عفونت و موارد پیوند اعضا باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

نکات قابل توصیه ۱- تزریق داخل عضلانی دارو می‌تواند موجب بروز درد در ناحیه تزریق شود که با پیش درمانی با یک ضد درد مخدر و یا استفاده از وریدهای بزرگ می‌توان موجب کاهش این عارضه شد.

۲- مصرف توام اتومیدیت با داروهای بلوک کننده عصبی - عضلانی معمولاً تاثیر قابل توجهی بر روی مقدار مصرف این داروها هنگام لوله گذاری داخل تراشه‌ای نمی‌گذارد.

مقدار مصرف مقدار مصرف دارو

باید برای هر بیمار جداگانه تعیین

شود. به عنوان یک راهنمای کلی در بزرگسالان و کودکان ۱۰ سال به بالا مقدار مصرف به عنوان بیهوش کننده عمومی mg/kg

۰/۶ - ۰/۲ است که به صورت تزریق آهسته داخل وریدی تجویز می‌شود. در بیماران با ریسک خطر بالا با میزان $0.1 mg/kg/min$ تا

حصول بیهوشی (حدود ۳ دقیقه، تجویز می‌گردد. مصرف این دارو در کودکان زیر ۱۰ سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg / ۱۰ ml

FENTANYL

موارد مصرف فنتانیل یک ضد درد مخدر است که به عنوان داروی ضد درد هنگام عمل جراحی افزایش بیهوشی و تضعیف تنفس در هنگام تنفس کمکی و دردهای مزمن سرطانی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییر در دریافت و پاسخ به تحریکات دردی می‌شوند. آزاد شدن واسطه‌های عصبی از اعصاب آوران حساس به تحریکات دردناک احتمالاً با این داروها کاهش یافته یا مهار می‌شود.

فارماکوکینتیک فنتانیل براحتی از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. تجمع فنتانیل در بافت‌های چربی ممکن است باعث طولانی شدن طول اثر دارو شود. متابولیسم دارو کبدی است فنتانیل نیمه عمر سه مرحله‌ای دارد و نیمه عمر دفعی آن ۳/۶ ساعت است زمان شروع اثر دارو حدود ۱۵ - ۷ دقیقه بعد از تزریق عضلانی و ۲ - ۱ دقیقه بعد از تزریق وریدی است و طی ۳۰ - ۲۰ دقیقه بعد از تزریق عضلانی و ۵ - ۳ دقیقه بعد از تزریق وریدی به حداکثر اثر خود می‌رسد. دفع دارو عمدتاً کبدی است

هشدارها: ۱ - در صورت وجود عیب کارکبد باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲ - داروهای ضد درد مخدر باعث تشدید ضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی کاردی کاهش فشارخون و ضعف تنفسی طی و بعد از عمل جراحی از عوارض شایع و مهم فنتانیل هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان فنتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - هنگام تجویز دارو باید امکانات لازم برای کنترل علائم مسمومیت احتمالی با دارو از جمله آنتاگونیست‌های مواد مخدر در دسترس باشد.

۲ - تزریق وریدی دارو بهتر است به صورت آهسته و طی حداقل ۲ - ۱ دقیقه صورت گیرد.

۳ - اگر چه مصرف همزمان بنزودیازپین‌ها ممکن است باعث بهبود بیهوشی گردد، احتمال افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش فشار خون باید در نظر گرفته شود.

۴ - مصرف متناوب دارو ممکن است باعث ایجاد تحمل به اثرات دارو وابستگی و اعتیاد شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در صورت تنفس خود به خودی به میزان ۲۰۰ - ۵۰ میکروگرم در داخل ورید تزریق می‌شود و سپس در صورت نیاز ۵۰ میکروگرم تجویز می‌گردد. در تنفس کمکی به میزان

۳/۵ - ۰/۳ میلی گرم تجویز که در صورت نیاز ۲۰۰ - ۱۰۰ میکروگرم اضافه می‌شود.

به عنوان داروی قبل از بیهوشی ۱/۴ - ۰/۷ نیم تا یک ساعت قبل از جراحی تزریق عضلانی می‌شود. بعد از عمل جراحی نیز همین مقدار با فاصله زمانی ۲ - ۱ ساعت (در صورت نیاز) تزریق می‌شود.

کودکان در کودکان در صورت تنفس خود به خودی به میزان ۵ mcg/kg - ۳ تزریق وریدی می‌شود که در صورت نیاز به میزان ۱ mcg/kg اضافه می‌شود. در صورت تنفس کمکی به میزان ۱۵ میکروگرم تجویز که در صورت نیاز ۳ mcg/kg - ۱ به آن

افزوده می‌گردد.

اشکال دارویی

Ascitrate

Injection : ۰.۵ mg/ ۱۰ ml

FLUMAZENIL

موارد مصرف فلومازنیل به منظور رفع اثرات ساداتیو بنزودیازپین‌ها در موارد ایجاد بیهوشی مراقبت‌های ویژه و کاربردهای تشخیصی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو آنتاگونیست رقابتی گیرنده بنزودیازپین می‌باشد و با اثر تضعیف CNS بنزودیازپین‌ها تداخل می‌کند. فارماکوکینتیک این دارو با تجویز داخل وریدی سریع عمل می‌کند. به دلیل کلیرانس سریع کبدی دارای نیمه عمر کوتاه حدود ۱/۳ - ۰/۷ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماران صرعی که به مدت طولانی تحت درمان با بنزودیازپین‌ها بوده‌اند، نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- این دارو در موارد وابستگی به بنزودیازپین‌ها، نارسایی کبدی آسیب‌شدید مغزی سالمندان و کودکان باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- قبل از تجویز این دارو، از برطرف شدن بلوک عصب - عضله (ناشی از مصرف داروهای شل کننده عضلات اسکلتی باید اطمینان حاصل شود.

۳- در بیماران مضطرب یا بعد از جراحی‌های بزرگ از تزریق سریع این دارو باید اجتناب شود. عوارض جانبی تهوع استفراغ برافروختگی صورت تحریک پذیری اضطراب و ترس افزایش موقتی فشارخون و ضربان قلب و ندرت تشنج از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه چون این دارو کوتاه

اثر می‌باشد و از طرفی اثرات بنزودیازپین‌ها حداقل برای ۲۴ ساعت ادامه می‌یابد، ممکن است تجویز مکرر این دارو لازم باشد. مقدار مصرف ابتدا ۲۰۰ میکروگرم در

طی ۱۵ ثانیه تزریق وریدی می‌شود و در صورت نیاز ۶۰ ثانیه بعد ۱۰۰ میکروگرم تزریق می‌شود. مقدار مصرف معمول این دارو ۶۰۰ - ۳۰۰ میکروگرم می‌باشد. حداکثر مقدار مصرف ۱ میلی گرم

(۲ میلی گرم در موارد مراقبت‌های ویژه است در صورتی که بعد از تزریق این دارو، خواب آلودگی مجدد بروز کند، براساس میزان بیداری بیمار، بین ۴۰۰ - ۱۰۰ میکروگرم در ساعت انفوزیون وریدی می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection : ۰.۵ mg/۵ ml

FLUPENTIXOL DECANOATE

موارد مصرف فلوپن تیگزول در اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر خصوصاً همراه با بی‌ثباتی خلقی و کناره‌گیری (به استثناء مانیا یا افزایش فعالیت روانی - حرکتی و نیز در افسردگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر درمانی خود را عمدتاً با انسداد گیرنده‌های دوپامینی در سیستم اعصاب مرکزی ایجاد می‌نماید. همچنین گیرنده‌های آلفا - آدرنژیک و موسکارینی تحت تاثیر این دارو تا حدودی مهار می‌گردند.

فارماکوکینتیک حداکثر غلظت پلاسمایی

آن با تزریق عضلانی شکل دکانات پس از ۱۰ - ۳ روز ایجاد می‌گردد. این دارو به‌طور وسیعی در کبد متابولیزه و به آهستگی از راه ادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در حالتهای مانند گیجی دوران پیری بیماران تحریک‌پذیر و بیش‌از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سایر داروهای تضعیف‌کننده مغز استخوان و سیستم اعصاب مرکزی نیز در بیماری‌های فئوکروموسیتوم نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- فلوپن تیگزول را در مبتلایان به بیماری‌های قلبی - عروقی بیماری‌های عروق مغزی پارکینسون ریوی صرعی یا دچار عفونت حاد باید با احتیاط فراوان مصرف نمود.

۲- در بیماران دچار صدمات کلیوی و کبدی باید با احتیاط به کار رود. درصدمات شدید کبدی نباید مصرف شود.

۳- در بیماران با سابقه زردی لکوپنی کم‌کاری غده تیروئید، میاستنی گراو، بزرگی توده پروستات و گلوکوم با زاویه بسته خصوصاً در افراد مسن باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی آرامش بیش از حد و خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی کابوس‌های شبانه بی‌خوابی تحریک سرخوشی ممکن است بروز نماید. در مصارف طولانی مدت دیسکینزی دیررس ممکن است ایجاد گردد. آثار ضد موسکارینی نظیر یبوست خشکی دهان احتقان بینی احتباس ادرار و تاری دید نیز بندرت بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی این دارو ممکن است

اثر آنتی‌کولینرژیک داروهای نظیر آتروپین و ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای اثر کاهنده فشارخون هوشبرها و بعضی داروهای ضد فشارخون نظیر گوانتیدین و احتمالاً کلونیدین را افزایش دهد. مصرف آن همراه با داروهای ضد آریتمی و نیز ترفنادین و بتابلوکرها خطر ایجاد آریتمی بطنی را افزایش دهد. همچنین ممکن است اثر داروهای ضد صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو برای درمان افسردگی‌های شدید و حالات هیجان یا فعالیت زیاد نظیر مانیا توصیه نمی‌شود.

۲- این دارو ممکن است در ابتدای درمان سبب ایجاد خواب‌آلودگی گردد، لذا رانندگی یا کار با ابزارهای دقیق را ممکن است تحت تاثیر قرار دهد.

۳- از قطع مصرف ناگهانی دارو پرهیز شود.

مقدار مصرف در درمان جنون فلوپن تیگزول ابتدا به میزان ۹ - ۳ میلی‌گرم دوبار در روز تجویز گردیده و برحسب پاسخدهی میزان مصرف آن حداکثر تا ۱۸ mg/day افزایش داده می‌شود. در افراد مسن (یا ضعیف ابتدا دارو به میزان نصف یا یک چهارم افراد بالغ مصرف می‌شود. مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود. در درمان افسردگی ابتدا به میزان ۱ میلی‌گرم (در سالمندان ۰/۵ میلی‌گرم در هنگام صبح مصرف می‌شود. که بعد از یک هفته به میزان ۲ میلی‌گرم (در سالمندان ۱ میلی‌گرم و در صورت نیاز تا حداکثر ۳ میلی‌گرم (در سالمندان ۲ میلی‌گرم در روز افزایش می‌یابد. مقادیر بیش از ۲ میلی‌گرم (در سالمندان ۱ میلی‌گرم بایستی در دو نوبت منقسم مصرف شود.

مقدار مصرف دوم بایستی تا قبل از ۴ بعد از ظهر در نظر گرفته شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg / ml

FLUPHENAZINE

موارد مصرف فلوفنازین در درمان اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر، مانیا و نیز درمان کمکی کوتاه مدت هیجان شدید، تحریکات روانی - حرکتی اضطراب و رفتارهای ناگهانی شدید به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: فلوفنازین گیرنده‌های دوپامینی را مهار نموده و اثر درمانی

ود را با مهار این گیرنده‌ها در سیستم مزولیمبیک و مزوکورتیکال اعمال می‌نماید. همچنین سبب مهار گیرنده‌های آلفا آدرنژیک و موسکارینی می‌گردد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی خوب جذب شده و در کبد متابولیزه می‌گردد. اشکال تاخیری با تزریق عضلانی آهسته جذب شده و تا مدت طولانی (۶ هفته ممکن است اثر آن باقی بماند. دفع آن عمدتاً کلیوی و تا حدودی از طریق صفرا است موارد منع مصرف در حالاتی مانند گیجی دوران پیری بیماران تحریک‌پذیر و بیش از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سایر داروهای تضعیف‌کننده مغزاستخوان و یا سیستم اعصاب مرکزی بیماری فئوکروموسیتوم و نیز در صورت افسردگی نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- فلوفنازین در بیماران دچار پارکینسون یا اختلالات قلبی - عروقی ریوی صرع و عفونت حاد باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در صدمات کلیوی و کبدی باید با احتیاط مصرف گردد.

۳- در افراد با سابقه یرقان لکوپنی کم‌کاری تیروئید، میاستنی گراو، بزرگی توده پروستات و گلوکوم با زاویه بسته خصوصاً در افراد مسن باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی فلوفنازین ممکن است سبب کابوس‌های شبانه بی‌خوابی و افسردگی یا بی‌ثباتی خلقی گردد. آثار ضد موسکارینی مثل خشکی دهان یبوست احتباس ادرار، تاری دید و نیز کاهش فشارخون وضعیتی با تجویز این دارو در مقایسه با کلرپرومازین بمیزان کمتری ایجاد می‌گردد. تاکی کاردی آریتمی و تغییر در ECG ممکن است بروز نماید. علائم خارج هرمی خصوصاً واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی با فلوفنازین شایع‌تر می‌باشد.

تداخل‌های دارویی همراه با هوشبرهای عمومی اثر کاهنده فشار خون آن تشدید می‌گردد. مصرف فلوفنازین همراه داروهای ضد آریتمی و نیز ترفنادین و بتابلوکرها خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف فلوفنازین همراه با ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و نیز داروهای آنتی‌کولینرژیک سبب افزایش اثرات ضد موسکارینی آنها می‌گردد. این دارو ممکن است با کاهش آستانه تشنج اثر داروهای ضد صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو ایجاد خواب‌آلودگی می‌کند. لذا انجام فعالیتهای دقیق مانند رانندگی و کار با ماشین‌آلات یا وسایلی را که نیاز به دقت و هوشیاری دارد، تحت تاثیر قرار می‌دهد.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو باید خودداری شود.

۳- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در اسکیزوفرنی حالات روانی دیگر یا مانیا، ابتدا به میزان

۱۰ mg/day - ۲/۵ در ۲-۳ مقدار منقسم به کار رفته و برحسب پاسخ دهی بیمار تا

۲۰ mg/day مصرف می‌شود. مقادیر بیشتر از ۲۰ mg/day (در افراد مسن ۱۰ میلی‌گرم فقط با احتیاط کامل مصرف می‌شود.

فلوفنازین به‌عنوان داروی کمکی و کوتاه مدت در درمان هیجان شدید، تحریکات روانی - حرکتی اضطراب و اختلالات رفتاری ناگهانی ابتدا به میزان ۱ میلی‌گرم ۲ بار در روز و برحسب نیاز بیمار تا ۲ میلی‌گرم ۲ بار در روز به کار می‌رود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۱ mg, ۲.۵ mg

Injection (As Decanoate) : ۲۵ mg / ml

FLURAZEPAM

موارد مصرف این دارو در درمان کوتاه مدت بی خوابی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده‌های اختصاصی در غشای سلول عصبی اثر مهارری گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به سرعت جذب و توسط کبد متابولیزه می‌شود. متابولیت آن و مقدار کمی از داروی تغییر نیافته از طریق کلیه دفع می‌گردد. نیمه عمر آن ۷۰-۲۰ ساعت است متابولیت آن فعال است که نیمه عمر آن ۱۰۰-۴۷ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود ضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی نارسایی حاد کبد، میاستنی گراو، حالات ترس و سواس افسردگی و یا جنون مزمن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماریهای تنفسی ضعف عضلانی سابقه مصرف نابجای دارو یا اختلال شخصیتی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در اختلال کار کبدی و کلیوی سالمندان و افراد ضعیف مقدار مصرف دارو باید کم شود.

۳- در پورفیری دارو با احتیاط مصرف شود.

۴- از مصرف طولانی مدت و سپس قطع ناگهانی مصرف خودداری شود.

عوارض جانبی خواب آلودگی گیجی در روز بعد، منگی عدم تعادل (بخصوص در افراد پیر)، فراموشی و وابستگی به دارو از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با داروهای تضعیف CNS مانند ضد درد های مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهار کننده‌های مونوآمینوآکسیداز، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین آورنده فشار خون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزپین ممکن است موجب تشدید اثر تضعیف CNS آن شود.

نکات قابل توصیه ۱- اگر بعد از چند هفته اثر درمانی دارو کاهش یافت به پزشک مراجعه شود.

۲- حداکثر اثر بخشی دارو ممکن است حتی طی دو یا سه شب بعد از شروع درمان نیز حاصل نگردد.

۳- اگر دارو باید به مدت طولانی مصرف شود، قبل از قطع مصرف دارو با پزشک مشورت شود.

۴- در هنگام این دارو از انجام دادن کارهایی که نیاز به دقت و مهارت دارند، پرهیز شود.

مقدار مصرف ۳۰-۱۵ میلی گرم در موقع خواب (در افراد مسن یا ناتوان ۱۵ میلی گرم مصرف می‌شود). مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۵ mg

HALOPERIDOL

موارد مصرف هالوپریدول در درمان اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر، مانیا، درمان کوتاه مدت و کمکی تحریکات روانی- حرکتی تحریک پذیری و برآشفتگی و نیز درمان کوتاه مدت و کمکی اضطراب شدید، بهبود تیک‌های حرکتی و علائم سندرم tourette و حرکات کراهی مربوط به آن به کار می‌رود. همچنین در درمان سکسکه مقاوم مصرف می‌گردد.

مکانیسم اثر: هالوپریدول اثر درمانی خود را عمدتاً با انسداد گیرنده‌های دوپامینی اعمال می‌نماید. گیرنده‌های آلفا-آدرنرژیک و موسکارینی نیز توسط هالوپریدول تا حدودی مسدود می‌شوند.

فارماکو کینتیک هالوپریدول از راه خوراکی تا حدود ۶۰ درصد جذب می‌گردد. متابولیسم کبدی وسیعی داشته و حداکثر غلظت خونی آن ۶-۲ ساعت پس از مصرف خوراکی ایجاد می‌گردد. نیمه عمر این دارو ۳۷-۱۲ ساعت بوده به میزان زیادی از راه کلیه و مقداری نیز از راه صفرا دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در حالتهای مانند گیجی دوران پیری بیماران تحریک پذیر و بیش از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سایر داروهای تضعیف کننده مغز استخوان و یاسیستم اعصاب مرکزی در بیماری فتو کروموسیتوم و نیز در بیماری عقده‌های قاعده‌ای مغز نباید تجویز گردد.

هشدارها: ۱- در بیماریهای قلبی - عروقی پارکینسون صرع اختلالات تنفسی و عفونت حاد باید با احتیاط فراوان مصرف گردد.

۲- در صدمات کلیوی و کبدی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۳- بیماران مبتلا به تیروئید سمی و نیز کودکان به واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی ناشی از مصرف هالوپریدول حساستر می‌باشند. در کودکان زیر ۳ سال مصرف آن توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی آرامش بیش از حد و خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی کابوس‌های شبانه بی‌خوابی تحریک سرخوشی ممکن است بروز نماید. در مصارف طولانی مدت دیسکینزی دیررس ممکن است ایجاد گردد. آثار ضد موسکارینی نظیر یبوست خشکی دهان احتقان بینی احتباس ادرار وتاری دید نیز بندرت بروز می‌نماید.

عوارض خارج هرمی خصوصاً واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی بخصوص در تیروئید سمی شایع‌تر می‌باشند. عوارضی از قبیل خستگی ضعف گاهگاهی بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی داروهای هوشبر اثر کاهنده فشار خون هالوپریدول را افزایش می‌دهند. ریفامپیسین و کاربامازپین متابولیسم کبدی هالوپریدول را افزایش داده سبب کاهش غلظت پلاسمایی آن می‌گردند. داروهای ضد افسردگی سبب افزایش اثر ضد موسکارینی هالوپریدول می‌گردند. فلوکستین غلظت پلاسمایی هالوپریدول را افزایش می‌دهد. هالوپریدول احتمالاً با کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌نماید. داروهای نظیر متیل دوپا و لیتیم سبب افزایش عوارض خارج هرمی هالوپریدول می‌گردند.

نکات قابل توصیه اثر سایر داروهای تضعیف کننده CNS مانند داروهای آرامبخش خواب آور و ضد دردهای قوی بوسیله این دارو افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان اسکیزوفرنی و سایر حالات روانی مانیا، درمان کوتاه مدت و کمکی تحریکات روانی حرکتی و رفتارهای پیچیده خطرناک در ابتدا به میزان ۳-۱/۵ میلی‌گرم ۳-۲ بار در روز و یا ۵-۳ میلی‌گرم ۳-۲ بار در روز برای بیماران مقاوم یا حالات شدید بیماری تجویز می‌شود. در اسکیزوفرنی مقاوم ممکن است روزانه تا ۱۰۰ میلی‌گرم بندرت تا ۱۲۰ میلی‌گرم مورد نیاز باشد. برحسب پاسخ بیمار بایستی حداقل میزان دارو را به‌عنوان مقدار مصرف نگهدارنده حدود ۱۰-۵ میلی‌گرم در روز، تجویز نمود. در سالمندان یا افراد ضعیف در ابتدا، معادل نصف مقدار مصرف بالغین تجویز می‌گردد.

در کودکان ابتدا ۵۰ mcg/kg/day - ۲۵ (در ۲ مقدار منقسم حداکثر تا ۱۰ میلی‌گرم تجویز می‌گردد. در افراد جوان یا بالغ حداکثر ۳۰ mg/day (در موارد استثنایی ۶۰ میلی‌گرم، مصرف می‌شود.

در سسکه مقاوم به میزان ۱/۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود که بر حسب پاسخدهی بیمار مقدار مصرف رامی‌توان تنظیم نمود. در کودکان مصرف دارو توصیه نمی‌شود.

تزریقی

بطریق تزریق داخل عضلانی به میزان ۱۰-۲ میلی‌گرم تجویز می‌شود. مقادیر بعدی هر ۸-۴ ساعت و بر حسب پاسخدهی بیمار (تا هر

یک ساعت در صورت ضرورت و حداکثر تا ۶۰ میلی گرم تجویز می‌شود. افرادی که به شدت دچار اختلال روحی و روانی شده باشند ممکن است در ابتدای درمان تا ۳۰ میلی گرم دارو نیاز داشته باشند. مصرف دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

برای کنترل تهوع و استفراغ به میزان

۲- ۰/۵ میلی گرم تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Oral Solution (As lactate): ۲ mg / ml

Injection : (As lactate) ۵ mg / ml, (Asdecanoate) ۵۰ mg / ml

Scored Tablet : ۲ mg , ۵ mg

HALOTHANE

موارد مصرف هالوتان به عنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف می‌شود. هالوتان همچنین با مقادیر مصرف کم همراه با سایر بیهوش کننده‌ها در جراحی سزارین مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی (MAC) هالوتان هنگام مصرف با اکسیژن ۰/۷۵٪ و هنگام مصرف با نیتروژن اکساید هفتاد درصد ۰/۲۹٪ است ضریب توزیع خون به گاز آن ۲/۳ است تا حدود ۲۰٪ مقدار مصرف آن متابولیزه می‌شود. بین ۸۰-۶۰ درصد آن به صورت تغییر نیافته از طریق ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف هالوتان نباید در صورت وجود هیپرترمی بدخیم یرقان با علت نامشخص و سابقه ابتلاء به این بیماری‌ها متعاقب مصرف قبلی دارو مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود عیب کارکبد، یرقان یا آسیب حاد ناشی از مصرف قبلی هالوتان تجویز هالوتان باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- مصرف هالوتان در زایمان واژینال توصیه نمی‌شود، مگر آنکه به شل شدن رحم نیاز باشد.

۳- هالوتان ضربان قلب و نبض و ترشحات بزاق و دستگاه تنفس را کاهش می‌دهد.

۴- هالوتان به میزان زیادی عضله قلب را به اثرات داروهای سمپاتومیمتیک بخصوص کاتکل آمین‌ها، حساس می‌کند. این امر باعث افزایش خطر بروز آریتمی‌های بطنی شدید می‌گردد. داروهای سمپاتومیمتیک باید با احتیاط فراوان و مقدار مصرف کم در بیمارانی که هالوتان دریافت کرده‌اند، مصرف شوند.

۵- بیماران مبتلا به فئوکروموسیتوم ممکن است بیشتر در معرض خطر آریتمی ناشی از مصرف هالوتان باشند.

عوارض جانبی هالوتان ممکن است باعث سمیت کبدی به صورت یرقان خفیف تا نکروز کبدی شود. داروهای بیهوش کننده همچنین ممکن است باعث اختلال در مهارت‌های روانی - حرکتی شوند. هذیان و توهم بعد از بیهوشی از عوارض نسبتاً شایع هالوتان است هیپوکسمی کاهش فشارخون و آریتمی گذرا نیز ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان هالوتان با آمینو گلیکوزیدها، و عوامل مهارکننده عصبی - عضلانی موجب تشدید شل شدن عضلات می‌گردد. تجویز توأم با تتوفیلین ترکیبات تقویت کننده سیستم دوپامینی مثل لوودوپا و کاتکل آمین‌ها (دوپامین اپی نفرین نوراپی نفرین، موجب بروز، آریتمی می‌گردد مصرف توأم فنی توئین با هالوتان ممکن است باعث افزایش سمیت کبدی ناشی از هالوتان شود.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از تجویز دارو، از عدم مصرف قبلی دارو یا بروز عوارض نسبت به آن در بیمار باید اطمینان حاصل شود.

۲- تکرار تجویز دارو در فاصله زمانی کمتر از ۳ ماه صحیح نمی‌باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به منظور القاء بیهوشی مقدار مصرف باید برای هر فرد جداگانه تعیین شود. برای القاء بیهوشی بتدریج به میزان ۴ - ۲ درصد همراه با اکسیژن یا نیتروژن اکساید استفاده می‌شود و به میزان ۱/۵ - ۰/۵ درصد برای نگهداری بیهوشی مصرف می‌شود.

کودکان برای القاء بیهوشی به میزان

۲ - ۱/۵ درصد استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

For Inhalation : ۲۵۰ ml / Bottle

IBUPROFEN

موارد مصرف ایبوپروفن در تسکین درد و التهاب روماتیسمی انواع آرتريت (شامل آرتريت جوانان و دیگر اختلالات عضلانی-اسکلتی به کار می‌رود. همچنین در دردهای ملایم تا متوسط نظیر قاعدگی دردناک دردهای و بعد از عمل جراحی تب و درد در کودکان مصرف می‌گردد.

مکانیسم اثر: ایبوپروفن اثرات ضد التهاب ضد درد و ضد تب خود را احتمالاً از طریق مهار ساخت پروستاگلاندین‌ها اعمال می‌نماید. فارماکوکینتیک ایبوپروفن پس از مصرف خوراکی سریع جذب شده و حداکثر غلظت سرمی آن بعد از ۲ - ۱ ساعت ایجاد می‌گردد. ۹۹ درصد دارو به پروتئین‌های پلاسما متصل گشته و در کبد متابولیزه می‌گردد. نیمه عمر آن ۲ - ۱/۸ ساعت بوده و از راه ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ایبوپروفن در بیماران دارای سابقه حساسیت به ASA یا دیگر داروهای NSAID و نیز در بیمارانی که سابقه حمله آسم آتزیوادم کبیر یا رینیت ناشی از NSAIDs وجود دارد، نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- در بیماران دچار اختلالات کلیوی کبدی یا قلبی با احتیاط و با حداقل میزان ممکن به کار رود. در ضمن عملکرد کلیه باید مرتباً کنترل گردد.

۲- ایبوپروفن در بیماران دچار زخم معده فعال نباید به کار رود و بهتر است در بیماران دچار زخم گوارشی یا سابقه آن از مصرف این دارو پرهیز نموده و در صورت بروز صدمات معدی - روده‌ای مصرف آن قطع گردد.

۳- این دارو در افراد سالمند با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی ناراحتی دستگاه گوارش نظیر تهوع اسهال و گاهی خونریزی و زخم ممکن است ایجاد گردد. عوارض دیگر شامل واکنش‌های آلرژیک به ویژه آتزیوادم برونکو اسپاسم و بثورات جلدی همچنین سردرد، سرگیجه گیجی اختلالات شنوایی نظیر وزوز گوش و دفع خون در ادرار می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف ایبوپروفن

به همراه مهارکننده‌های آنزیم تبدیل

کننده آنژیوتانسین (ACE)، سبب معکوس نمودن اثر ضد فشار خون آنها گردیده و نیز خطر نارسایی کلیوی و افزایش

پتاسیم خون احتمالاً - افزایش می‌یابد. ایبوپروفن همراه با داروهای ضد میکروبی از دسته کینولون‌ها خطر بروز تشنج را افزایش می‌دهند. اثر داروهای پایین

آورنده قند خون سولفونیل اوره احتمالاً بوسیله این دارو افزایش می‌یابد. مصرف همزمان با سیکلوسپورین خطر سمیت کلیوی را

افزایش می‌دهد. دفع لیتیوم و احتمالاً متوترکسات بوسیله ایبوپروفن کاهش یافته و سمیت آنها افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - در بیماران با سابقه زخم در دستگاه گوارش باید با احتیاط مصرف گردد.

۲ - در صورت بروز هر گونه اختلال در بینایی باید با پزشک مشورت شود، زیرا احتمال بروز تنبلی چشم (آمبلیوپاتی وجود دارد.

۳ - در بیماران دچار اختلالات قلبی کاهش فشارخون خیز یا اختلالات انعقادی و نیز تحت درمان با وارفارین باید با احتیاط به کار رود.

۴ - مصرف این دارو در کودکان زیر سن ۷ سال توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا به میزان $1/8 \text{ g/day}$ (در ۳-۴ مقدار منقسم و ترجیحاً بعد از غذا مصرف می‌گردد. در صورت نیاز حداکثر تا

$2/4 \text{ g/day}$ به کار می‌رود. مقدار مصرف نگهدارنده دارو $1/2 \text{ g/day}$ - $0/6$ است

کودکان در کودکان 20 mg/kg/day به صورت منقسم و در آرتريت جوانان تا 40 mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۲۰۰ mg, ۴۰۰ mg

Oral Suspension : ۱۰۰ mg / ۵ ml

INDOMETHACIN

موارد مصرف ایندومتاسین برای کنترل درد و التهاب متوسط تا شدید در بیماری‌های روماتیسمی و اختلالات حاد عصبی - عضلانی دیگر به کار می‌رود. همچنین در درمان نقرس حاد، قاعدگی دردناک و برای بستن مجرای شریانی در نوزاد مصرف می‌گردد. مکانیسم اثر: ایندومتاسین یک داروی ضدالتهابی قوی است که با مهار ساخت پروستاگلاندین‌ها اثر خود را اعمال می‌نماید. این دارو همچنین تحرک و انتقال پلی مرفونوکلرها به ناحیه ملتهب را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک ایندومتاسین بعد از مصرف خوراکی بخوبی و سریع جذب می‌گردد. مصرف دارو همراه با غذا زمان جذب دارو را افزایش می‌دهد. در مایعات بدن و از جمله CSF وارد می‌شود. دارو متابولیسم کبدی وسیع داشته و عمدتاً از طریق صفرا دفع می‌گردد. نیمه عمر دارو به طور متوسط ۴/۵ ساعت است

موارد منع مصرف در بیماران با سابقه حساسیت به ASA یا دیگر داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی (NSAIDs)، در بیماران با زخم معده فعال و فرم شیاف آن در بیماران دچار هموروئید یا التهاب روده و مقعد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - ایندومتاسین در افراد مسن حالات آلرژیک صرع پارکینسون و اختلالات روانی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ - در مصرف طولانی مدت انجام معاینات چشم و خون توصیه می‌گردد.

۳ - در بیماران مبتلا به اختلالات کلیوی کبدی و نیز گوارشی با احتیاط مصرف گردد و در صورت بروز ضایعه یا زخم در دستگاه گوارش مصرف دارو قطع شود.

عوارض جانبی اختلالات دستگاه گوارش شایع است تهوع و اسهال و گاهی خونریزی و زخم گوارشی ممکن است بروز نماید. سردرد، گیجی احساس سبکی سر و بندرت خواب آلودگی اغتشاش یا بیخوابی تشنج اختلالات روانی افسردگی و سنکوپ اختلالات خونی به ویژه کاهش پلاکت‌ها، افزایش فشارخون و نیز افزایش قند خون تاری دید، رسوب در قرنیه و نوروپاتی محیطی ممکن است بروز نماید. مصرف دارو از راه مقعد ممکن است موجب تحریک ناحیه شده و خونریزی گهگاه ایجاد نماید.

تداخل‌های دارویی ایندومتاسین با اثرکاهنده فشارخون داروهای مهارکننده آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین (ACE)، مقابله نموده و

خطر بروز نارسایی

کلوی و هیپرکالمی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان با داروهای ضد میکروبی از دسته کینولون‌ها، خطر بروز تشنج را افزایش می‌دهد. اثر داروهای سولفونیل‌اوره احتمالاً توسط این دارو افزایش می‌یابد. ایندومتاسین دفع متوترکسات و احتمالاً لیتوم را کاهش می‌دهد. مصرف ایندومتاسین به همراه سیکلوسپورین و یا داروهای مدر خطر سمیت کلوی را افزایش می‌دهد. ایندومتاسین با اثر داروهای مدر مقابله نموده خطر بالارفتن پتاسیم خون را در صورت مصرف همزمان با داروهای مدر نگهدارنده پتاسیم افزایش داده و همراه با تریامترن گاهگاهی سبب کاهش عملکرد کلیه می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو فقط در کودکانی توصیه می‌شود که به داروهای با سمیت کمتر جواب نداده یا آنها را تحمل نمایند.

۲ - در افراد مسن خطر بروز عوارض جانبی مربوط به CNS به‌ویژه اغتشاش شعور بیشتر است
 ۳ - مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف ایندومتاسین از راه

خوراکی در بیماری‌های روماتیسمی

۲۰۰ mg/day - ۵۰ در مقادیر منقسم همراه

با غذا مصرف می‌گردد. در نقرس حاد ۲۵۰ mg/day - ۱۵۰ در مقادیر منقسم

و در قاعدگی دردناک تا ۷۵ mg/day به کار می‌رود. شیاف ایندومتاسین بمیزان

۱۰۰ میلی گرم شبها و در صورت نیاز هنگام صبح نیز استعمال می‌گردد. درمان ترکیبی از فرم خوراکی و استعمالی با حداکثر تا میزان ۲۰۰ mg/day - ۱۵۰ انجام می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۵ mg

Tablet SR : ۷۵ mg

Suppository : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

ISOFLURANE

موارد مصرف ایزوفلوران به عنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف می‌شود. ایزوفلوران همچنین با مقادیر مصرف کم به عنوان ضد درد در اعمال جراحی زنان و زایمان و برای اعمال جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمار نیاز نیست مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی (MAC) ایزوفلوران هنگام مصرف با اکسیژن ۱/۱۵٪ و هنگام مصرف با نیتروژن اکساید هفتاد درصد ۰/۵٪ است ضریب توزیع خون به گاز آن ۱/۴۳ است تا حدود ۰/۱۷٪ مقدار مصرف آن متابولیزه می‌شود. حدود ۹۵٪ آن به صورت تغییر نیافته از طریق ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود هیپرترمی بدخیم و یا سابقه ابتلاء به آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - ایزوفلوران با غلظت‌های بیهوش کننده ممکن است باعث شل شدن رحم شود.

۲ - ایزوفلوران ضربان قلب و نبض را بویژه در بیماران جوان تر افزایش

می‌دهد.

عوارض جانبی تضعیف پیشرونده تنفس افت فشارخون و شل شدن عضله صاف رحم از عوارض مهم دارو می‌باشند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با آمینو گلیکوزیدها، و عوامل مهارکننده عصبی - عضلانی موجب تشدید شل شدن عضلات می‌گردد تجویز توأم با ترکیبات تقویت کننده سیستم دوپامینی مثل لوودوپا و کاتکل آمین‌ها (دوپامین اپی نفرین نوراپی نفرین ، موجب بروز، آریتمی می‌گردد. مصرف توأم فنی توئین با ایزوفلوران ممکن است باعث افزایش سمیت کبدی ناشی از دارو شود.

نکات قابل توصیه ۱- ایزوفلوران عملکرد قلب را در بزرگسالان تضعیف نمی‌کند، ولی فشار خون را به دلیل انقباض عروق محیطی کاهش می‌دهد.

۲- در صورت مصرف ایزوفلوران برای ادامه بیهوشی توصیه می‌شود غلظت آن به کندی افزایش یابد.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی بتدریج از ۳ - ۰/۵ درصد به همراه اکسیژن و یا مخلوط اکسیژن و نیتروز اکساید و به‌عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۳/۵ - ۱ درصد در مخلوط گازهای اکسیژن و نیتروز اکساید تجویز می‌شود. در صورت استفاده از گاز اکسیژن به تنهایی ممکن است به میزان اضافه ۱ - ۰/۵ درصد نیاز باشد. در اعمال جراحی سزارین ۰/۷۵ - ۰/۵ درصد در مخلوط اکسیژن و نیتروز اکساید استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

(For Inhalation (۱۰۰ ml

KETAMINE

موارد مصرف کتامین به عنوان یک بیهوش کننده عمومی برای اعمال جراحی یا تشخیص کوتاه مدت که به شل شدن عضلات اسکلتی نیاز ندارند، مصرف می‌شود. کتامین همچنین به عنوان داروی کمکی همراه با سایر داروهای بیهوش کننده مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کتامین احتمالاً با مهار پیام‌های عصبی آوران دریافت درد و کاهش فعالیت نخاع اثرات خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک کتامین به سرعت در تمام بافت‌های بدن از جمله مغز توزیع می‌شود. متابولیسم آن کبدی است و نیمه عمر دفعی آن ۳ - ۲ ساعت است شروع اثر آن بعد از تزریق وریدی ۳۰ - ۱۵ ثانیه و بعد از تزریق عضلانی ۴ - ۳ دقیقه است مدت اثر دارو بعد از تزریق وریدی حدود ۱۰ - ۵ دقیقه و بعد از تزریق عضلانی حدود ۲۵ - ۱۲ دقیقه است زمان هوشیابی از دارو سریع است و دفع دارو به‌طور عمده کلیوی است

موارد منع مصرف مگر در موارد بسیار خاص کتامین در صورت وجود بیماری شدید قلبی - عروقی افزایش شدید فشارخون انفارکتوس اخیر میوکارد، حمله قلبی ضربه مغزی خونریزی یا توده داخل جمجمه‌ای و یا هر حالتی که به افزایش قابل توجه فشار خون منجر شود، نباید مصرف شود.

هشدارها: کتامین در صورت وجود آسیب چشم افزایش فشار مایع مغزی - نخاعی افزایش فشار داخل چشمی اختلالات روانی مانند اسکیزوفرنی و یا تیروئیدسمی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی افزایش فشارخون تاکی کاردی حرکات عضلانی تونیک و کلونیک و لرزش از عوارض جانبی شایع کتامین هستند. نکات قابل توصیه ۱- از آنجایی که تجویز کتامین ممکن است باعث ایجاد تهوع و استفراغ شود، معده بیمار در هنگام تجویز دارو باید خالی باشد.

۲- بدلیل افزایش ترشح بزاق و مخاط، تجویز آتروپین و یا اسکوپولامین قبل از بیهوشی توصیه می‌شود.

۳- برای جلوگیری از ایجاد آپنه ضعف تنفسی و یا افزایش فشار خون تزریق وریدی کتامین باید آهسته و طی مدت یک دقیقه انجام گیرد.

۴- مصرف مکرر کتامین ممکن است باعث ایجاد مقاومت به اثرات دارو در بیمار گردد.

مقدار مصرف به منظور القاء بیهوشی عمومی در بزرگسالان یا کودکان

۲ mg/kg - ۱ به صورت وریدی یا

۱۰ mg/kg - ۵ به صورت عضلانی تجویز می گردد. از طریق انفوزیون آهسته

داخل وریدی در جراحی‌های طولانی

مدت و القاء بیهوشی کلا به میزان

۲ mg/kg - ۰/۵ و مقدار مصرف نگهدارنده ۰/۰۵ mg/kg/min - ۰/۰۱ است حداکثر مقدار مصرف تا ۴/۵ mg/kg از راه

تزریق وریدی و تا ۱۳ mg/kg به صورت تزریق عضلانی است

اشکال دارویی

Injection (As HCL) : ۵۰۰ mg / ۱۰ ml

LEVODOPA

موارد مصرف لوودوپا در درمان بیماری پارکینسون (اما نه برای درمان علائم خارج هرمی ناشی از داروها) مصرف می شود.

مکانیسم اثر: لوودوپا، پیش ساز دوپامین است و عمدتاً با افزایش دوپامین در استریاتوم عمل می کند. کندی حرکات برادی کینزی و سختی عضلات را بیشتر از رعشه بهبود می بخشد.

فارماکوکینتیک لوودوپا از روده کوچک سریع جذب می شود، اما جذب آن بستگی به سرعت تخلیه معده و pH محتویات آن دارد. ۲ ساعت بعد از مصرف خوراکی دارو به حداکثر غلظت پلاسمایی خود می رسد. حدود دو سوم دارو در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می شود.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو نباید در پارکینسون ناشی از مصرف دارو استفاده شود.

۲- در موارد زیر لوودوپا باید با احتیاط فراوان تجویز شود:

بیماریهای ریوی اولسرپیتیک بیماری قلبی - عروقی دیابت نرمی استخوان گلوکوم با زاویه باز، ملانوما پوست و بیماری روانی

۳- در درمان طولانی مدت باید سیستم های کبدی قلب و عروق خون ساز و روان بیمار تحت مراقبت و نظارت باشند.

۴- در بیمارانی که با درمان بتدریج بهبود نسبی پیدا کرده اند، نباید مصرف دارو به طور ناگهانی قطع شود.

۵- مهمترین عوارض جانبی محدودکننده مقدار مصرف لوودوپا، حرکات غیر ارادی و اختلالات روانی هستند.

عوارض جانبی بی اشتهاهی تهوع و استفراغ بی خوابی سراسیمگی کاهش فشارخون وضعیتی (ندرت؟ کاهش فشارخون پایدار)، گیجی طپش قلب آریتمی قرمز رنگ شدن ادرار و سایر مایعات بدن ندرد؟ افزایش حساسیت حرکات غیر ارادی و غیر طبیعی هیپومانیا و سایکوز که ممکن است باعث محدود شدن مقدار مصرف شوند، افسردگی خواب آلودگی سردرد، برافروختگی تعریق خونریزی دستگاه گوارش و نروپاتی محیطی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل های دارویی مصرف توام لوودوپا با هوشبرها مثل هالوتان با خطر آریتمی همراه است مصرف توام لوودوپا با داروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم مونوآمینواکسیداز منجر به زیادی فشارخون می گردد، به همین دلیل تا حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف

داروهای ضدافسردگی از مصرف لوودوپا خودداری شود. مصرف همزمان لوودوپا با ویتامین B۶ موجب کاهش اثرات لوودوپا خواهد شد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو در بیماران سالمند و بیمارانی که بمدت طولانی سابقه بیماری پارکینسون دارند، ارزش اندکی دارد، چون این افراد نمی‌توانند مقادیر زیاد دارو را تحمل کنند. همچنین در بیمارانی که علاوه بر بیماری پارکینسون مغزی دیگری نیز دارند، لوودوپا ارزش کمی دارد، چون این افراد به عوارض جانبی این دارو حساسیت بیشتری دارند. همچنین در پارکینسون ناشی از بیماری‌های دژنراتیو مغزی نیز معمولاً به لوودوپا پاسخ ایجاد نمی‌شود.

۲- درمان با لوودوپا باید با مقادیر کم شروع و به صورت تدریجی مقادیر دارو را افزایش داد (با فواصل ۲ تا ۳ روز). مقدار نهایی معمولاً بر اساس افزایش تحرک بیمار از یک طرف و عوارض جانبی محدودکننده داروی مصرفی از طرف دیگر تعیین می‌شود. فواصل بین مقادیر مصرف مهم است و باید بر اساس نیاز هر بیمار به طور جداگانه تعیین شود.

۳- تهوع و استفراغ ندرتاً باعث محدودیت در مقدار داروی دریافتی می‌شوند. مصرف دارو بعد از غذا تحمل آن را برای دستگاه گوارش بالا می‌برد.

۴- قطع مصرف دارو بتدریج صورت گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا ۵۰۰ mg/day - ۱۲۵ به صورت منقسم بعد از غذا، تجویز می‌شود که بر اساس پاسخ بیمار افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰۰ mg

LEVODOPA-C

موارد مصرف این دارو در کنترل بیماری پارکینسون (اما نه برای درمان علائم خارج هرمی ناشی از داروها) مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: لوودوپا، پیش‌ساز دوپامین است و عمدتاً با تأمین دوپامین کاهش یافته استریاتوم عمل می‌کند. کارایی دوپا مهارکننده خارج مغزی دوپا دکربوکسیلاز بوده و تبدیل محیطی لوودوپا به دوپامین رامهار می‌کند، اما برخلاف لوودوپا از سدخونی مغزی عبور نمی‌کند. بنابراین در صورتی که همراه با لوودوپا تجویز شود، غلظت مغزی مناسبی از دوپامین فراهم می‌گردد و در عین حال بدلیل کاهش تشکیل دوپامین در محیط، عوارض جانبی محیطی مثل تهوع استفراغ و اثرات قلبی عروقی آن کاهش می‌یابد. فارماکوکینتیک این دارو سریعاً از دستگاه گوارش جذب می‌شود، اما جذب آن بستگی به سرعت تخلیه معده و pH محتویات آن دارد. غذا، ظهور لوودوپا در پلاسما را به تأخیر می‌اندازد. حدود دو سوم دارو در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو نباید در پارکینسون ناشی از مصرف داروها استفاده شود.

۲- در صورت وجود بیماریهای ریوی اولسرپپتیک بیماری قلبی - عروقی دیابت نرمی استخوان گلوکوم با زاویه باز، ملانوما پوست یا بیماری روانی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۳- در درمان طولانی مدت باید سیستم‌های کبدی کلیوی قلب و عروق خون ساز و روان بیمار تحت مراقبت و نظارت باشند.

۴- در بیمارانی که بهبود نسبی پیدا کرده‌اند، نباید مصرف دارو به طور ناگهانی قطع شود.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ بی‌خوابی سراسیمگی کاهش فشار خون وضعیتی گیجی طپش قلب آریتمی قرمز رنگ شدن ادرار و سایر مایعات بدن حرکات غیر ارادی و غیرطبیعی هیپومانیا و سایکوز که ممکن است باعث محدود شدن مقدار مصرف

شوند، افسردگی خواب آلودگی سردرد، برافروختگی تعریق خونریزی دستگاه گوارش و نروپاتی محیطی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف توام این دارو با هوشبرهای استنشاقی مانند هالوتان با خطر آریتمی همراه است مصرف توام این دارو با داروهای ضد افسردگی (مهارکننده آنزیم مونوآمینوآکسیداز) منجر به افزایش شدید فشار خون می‌گردد. به همین دلیل تا حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف داروهای ضد افسردگی از مصرف این دارو باید خودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو در بیماران سالخورده و بیمارانی که به مدت طولانی سابقه بیماری پارکینسون دارند، ارزش اندکی دارد. چون این افراد نمی‌توانند مقادیر زیاد دارو را که بر بیماری آنها غلبه کند، تحمل کنند. همچنین در پارکینسون ناشی از بیماری‌های دژنراتیو مغزی نیز معمولاً به این دارو پاسخ ایجاد نمی‌شود.

۲- درمان با این دارو را باید با مقادیر کم شروع نمود و به صورت تدریجی مقادیر دارو را افزایش داد (با فواصل ۲ تا ۳ روز). مقدار مصرف نهایی معمولاً بر اساس افزایش تحرک بیمار از یک طرف و عوارض جانبی محدود کننده داروی مصرفی از طرف دیگر تعیین می‌شود.

۳- تهوع و استفراغ ندرت باعث محدودیت در مقدار داروی دریافتی می‌شوند. مصرف دارو بعد از غذا تحمل آن را بهتر می‌کند. مقدار مصرف در ابتدا به میزان ۱۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز (همراه با ۱۰ میلی‌گرم کاربی‌دوپا) تجویز می‌شود. که می‌توان به میزان ۱۰۰ mg/day - ۵۰ افزایش داد. و یا آنکه یک روز در میان بر اساس پاسخ بیمار تا حداکثر ۸۰۰ mg/day در مقادیر منقسم تجویز گردد.

اشکال دارویی

Scored Tablet : Levodopa ۱۰۰ mg + Carbidopa ۱۰ mg

Scored Tablet (Forte) : Levodopa ۲۵۰ mg + Carbidopa ۲۵ mg

LIDOCAINE

موارد مصرف به‌عنوان بی‌حس کننده موضعی در اختلالات پوستی خفیف نظیر آفتاب سوختگی بریدگی‌های جزئی سوختگی‌ها و خراشیدگی‌ها و گزش حشرات به کار می‌رود. فرآورده‌های لیدوکائین همراه با اپی نفرین برای ایجاد بی‌حسی موضعی در غشاهای مخاطی قابل دسترس مانند مری و دهان به کار برده می‌شوند. این دارو همچنین برای کاهش درد و التهاب در ناحیه مری و کاهش رفلکس‌های مری نیز به کار برده می‌شود. لیدوکائین به صورت تزریقی در اطراف سخت شامه و یا زیر نخاع تجویز می‌شود. همچنین این دارو برای ایجاد بی‌حسی موضعی یا منطقه‌ای ایجاد اثر ضد دردمنظور انسداد حرکتی به درجات مختلف قبل از اعمال جراحی دندانپزشکی و زایمان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: بی‌حس کننده‌های موضعی با تثبیت برگشت‌پذیر غشای سلولهای عصبی در نتیجه کاهش نفوذپذیری این غشاء به یون سدیم شروع و هدایت امواج عصبی را متوقف می‌کند. در صورت جذب مقادیر زیاد، لیدوکائین ابتدا می‌تواند اثر تحریکی و سپس اثر تضعیفی بر روی CNS داشته باشد.

فارماکوکینتیک: ملح یونیزه این دارو براحتی از پوست سالم جذب نمی‌شود، اما از محل ضربه خورده و یا خراشیده قادر به جذب می‌باشد. متابولیسم لیدوکائین در کبد و تا حد کمی نیز در کلیه انجام می‌گیرد. شروع اثر لیدوکائین ۵ - ۲ دقیقه و طول مدت اثر آن در مصارف جلدی تقریباً ۴۵ دقیقه و در مخاط ۶۰ - ۳۰ دقیقه است دفع لیدوکائین عمدتاً از کلیه و به صورت متابولیت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، کاهش شدید فشار خون و شوک نباید از این دارو

برای انسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد. این دارو همچنین در صورت وجود عفونت در موضعی که برای تزریق کمری در نظر گرفته شده این دارو برای ایجاد انسداد زیر عنکبوتیه‌ای نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود حساسیت به سایر ترکیبات بی‌حس کننده آمیدی احتمال وجود حساسیت به این دارو نیز وجود دارد.

۲- در حالاتی نظیر صرع نارسایی تنفسی نارسایی کبد و یا پورفیریا با احتیاط مصرف گردد.

۳- در ناراحتی‌های قلبی - عروقی به ویژه انسداد قلبی و یا شوک و یا عفونت در محل تزریق با احتیاط مصرف گردد.

۴- فرآورده‌های حاوی نورآدرنالین در بیماران قلبی از جمله مبتلایان به آریتمی و یا پرکاری تیروئید، باید با احتیاط مصرف گردند.

عوارض جانبی عوارض جانبی به طور کلی ناشی از مقدار زیاد مصرف غلظت زیاد پلاسمایی ناشی از ورود ناخواسته دارو به رگ کاهش تحمل بیمار، ناسازگاری فردی یا حساسیت مفرط می‌باشد. واکنش‌های سیستمیک ممکن است به سرعت یا با تأخیر و تا ۳۰ دقیقه پس از تجویز دارو بروز کند. عوارض سیستمیک شامل گیجی تضعیف تنفسی تشنج افت فشارخون و برادیکاردی می‌باشد. عوارض با شیوع کم در مصرف موضعی عبارتند از سوزش گزش ورم یا حساسیت پوست به لمس خارش و کهیر.

تداخل‌های دارویی داروهای مضعف CNS، از جمله داروهای که معمولاً قبل از بیهوشی مصرف می‌شوند و نیز سولفات منیزیم تزریقی ممکن است موجب بروز اثرات تضعیفی اضافی CNS شوند. داروهای مسدودکننده بتا آدرنژیک از طریق کاهش جریان خون کبدی سرعت متابولیسم لیدوکائین را کاهش داده و خطر مسمومیت با آن را بالا می‌برند. سایمتیدین متابولیسم این دارو را بتأخیر می‌اندازد و در نتیجه احتمال خطر مسمومیت افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت حساسیت به سایر بیحس کننده‌ها این دارو باید با احتیاط و زیر نظر پزشک تجویز گردد.

۲- به دلیل طولانی بودن زمان بیحسی باید دقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح نگردند.

۳- از مصرف لیدوکائین موضعی در نواحی وسیعی از پوست و یا مخاطب خصوصاً اگر آسیب دیده باشند، باید خودداری شود.

۴- باید احتیاط گردد که فرآورده‌های موضعی وارد چشم نگردند.

مقدار مصرف

بزرگسالان در انفیلتراسیون برای بیحسی از طریق تزریقی بر حسب وزن بیمار و نوع عمل جراحی حداکثر ۲۰۰ میلی‌گرم (در مورد محلول‌های حاوی آدرنالین حداکثر ۵۰۰ میلی‌گرم تجویز می‌شود. در بیحسی وریدی منطقه‌ای مقدار ۳۰۰ - ۵۰ میلی‌گرم و برای بیحسی جلدی مقدار

۳۰۰ - ۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود. برای بیحسی اعصاب محیطی در دندانپزشکی مقدار ۱۰۰ - ۲۰ میلی‌گرم از محلول ۲ درصد، در بیحسی بین دنده‌ای مقدار ۳۰ میلی‌گرم از محلول یک درصد، در بیحسی اطراف گردن رحم مقدار ۱۰۰ میلی‌گرم از محلول یک درصد در هر طرف مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان در بیحسی منطقه‌ای وریدی تا ۴ mg/kg و در دندانپزشکی تا ۶/۶ mg/kg یا ۳۰۰ میلی‌گرم در هر بار مراجعه به دندانپزشکی و در سایر موارد تا ۴/۵ mg/kg یا ۳۰۰ میلی‌گرم در هر بار مصرف می‌باشد. در مامایی برای بیحسی قسمت تحتانی نخاع و زایمان طبیعی از طریق مهبل مقدار ۵۰ میلی‌گرم از لیدوکائین و در عمل سزارین و یا زایمان‌هایی که به دستکاری داخل رحم نیاز دارد، مقدار ۷۵ میلی‌گرم استفاده می‌شود. برای بیحسی در جراحی شکم مقدار ۱۰۰ - ۷۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود.

شکل اسپری لیدوکائین بسته به نیاز و وسعت محل استفاده می‌گردد. حداکثر مقدار مصرف برای یک فرد ۷۰ کیلوگرمی ۲۰ اسپری می‌باشد.

پماد این دارو به مقدار لازم در موضع مالیده می‌شود. در مورد ژل که برای بیحسی پیشابراه به کار می‌رود، در زنان

۵ - ۳ میلی‌لیتر و در مردان ۱۰ - ۵ میلی‌لیتر در زمان سوندگذاری و یا سیستوسکوپی ۳۰ میلی‌لیتر در دو مقدار منقسم به کار می‌رود.

کودکان در کودکان در انفیلتراسیون موضعی تا $4/5 \text{ mg/kg}$ از محلول $0/5 - 0/25$ درصد و برای بیحسی منطقه‌ای وریدی تا 3 mg/kg از محلولهای فوق استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Carpool : ۲٪

Injection : (Lidocaine HCl ۲۰ mg + Epinephrine ۱۲.۵ mcg)/ml

Injection : Lidocaine ۵٪ and Dextrose ۷.۵٪

Injection : (Lidocaine HCl ۱۰ mg + Epinephrine ۵ mcg)/ml

Topical Ointment: ۵٪

Topical Aerosol : ۱۰ mg/dose

Gel: ۲٪

LITHIUM CARBONATE

موارد مصرف از لیتیوم در درمان و پیشگیری مانیا، بیماری مانیک - دپرسیو، افسردگی عود کننده و رفتار تهاجمی استفاده می‌شود. مکانیسم اثر: مکانیسم اثر لیتیوم دقیق؟ مشخص نیست اما به دلیل شباهت یون لیتیوم به یون سدیم جایگزین سدیم شده و در ایجاد پتانسیل عمل در سلولهای عصبی اختلال ایجاد می‌کند، بر روی عملکرد واسطه‌های شیمیایی عصبی مثل نوراپی نفرین سروتونین دوپامین و استیل کولین و گیرنده‌های آنها تأثیر می‌گذارد و با کاهش تولید پیام رسان ثانویه اینوزیتول تری فسفات ایجاد پاسخ سلولی را تضعیف می‌کند.

فارماکوکینتیک کربنات لیتیوم از طریق خوراکی به طور کامل جذب می‌شود و بعد از ۳۰ دقیقه به حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد. ۹۵ درصد دارو بدون تغییر از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در نارسایی کلیه بیماری قلبی و بیماری‌های که در آنها سدیم بدن متعادل نیست (مثل بیماری آدیسون نباید مصرف شود).

هشدارها: ۱ - به دلیل احتمال بروز تغییرات بافتی و عملکردی کلیه متعاقب مصرف دراز مدت لیتیوم خواهد شد، به همین دلیل درمان با این دارو بیش از ۵ - ۳ سال توصیه نمی‌شود.

۲ - از آنجایی که نمک‌های لیتیوم دارای ضریب درمانی بسیار باریکی هستند، فقط در صورتی می‌توان آنها را تجویز نمود که بتوان غلظت پلاسمایی دارو را به تناوب اندازه گرفت افزایش غلظت پلاسمایی لیتیوم بالاتر از حد درمانی ممکن است کشنده باشد.

۳ - در صورت بروز علائم مسمومیت بالیتیوم (لرزش عدم تعادل نیستاگموس نارسایی کلیوی و تشنج باید درمان راقطع و در صورت لزوم مسمومیت زدایی انجام داد).

۴ - وقتی که غلظت پلاسمایی لیتیوم به حدسمی می‌رسد، معمولاً ۱ یا ۲ روز طول می‌کشد تا علائم شدید مسمومیت بروز کند.

۵ - در صورت تخلیه سدیم بدن مسمومیت با لیتیوم تشدید می‌شود. به همین دلیل از مصرف داروهای مدر بخصوص تیازیدها همزمان با این دارو باید اجتناب شود.

۶ - در موارد میاستنی گراو، جراحی و استفاده همزمان از داروهای مدر باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی اختلال گوارشی لرزش پرنوشی و پرادراری افزایش وزن و خیزاز عوارض جانبی دارو هستند. تاری دید، بدتر شدن

اختلال گوارشی (بی‌اشتهایی استفراغ اسهال، ضعف عضلانی افزایش اختلال CNS (خواب آلودگی خفیف کسالت سرگیجه و عدم تعادل عدم هماهنگی هیپرفلکسی تشنج سایکوز، سنکوپ کم ادراری نارسایی گردش خون اغماء و معمولا- مرگ از علائم مسمومیت با لیتیوم هستند.

تداخل‌های دارویی داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین (ACE)، داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی مدرهای موثر بر قوس هنله و تیازیدها با کاهش دفع لیتیوم غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهند. لذا احتمال مسمومیت وجود خواهد داشت سدیم بی کربنات استازولامید و تیوفیلین دفع لیتیوم را افزایش و موجب کاهش غلظت پلاسمایی آن می‌شوند. گزارش شده که مصرف همزمان لیتیوم با مترونیدازول و اسپکتینومايسين موجب بروز مسمومیت با لیتیوم شده است مصرف همزمان لیتیوم با فنی توئین کاربامازپین و راپامیل دیلتیازم و متیل دوبا ممکن است موجب سمیت عصبی شود. مصرف همزمان لیتیوم با داروهای ضد سایکوز بخصوص هالوپریدول و نیز بامتوکلوپرامید موجب افزایش خطر بروز عوارض خارج هرمی و احتمالا- سمیت عصبی می‌گردد. در صورت مصرف همزمان با لیتیوم اثر شل کننده‌های عضلانی افزایش می‌یابد. لیتیوم با اثرات نئوستیگمین و پیریدوستیگمین تداخل می‌کند. نکات قابل توصیه ۱- مقدار مصرف لیتیوم را باید به گونه‌ای تنظیم نمود که غلظت پلاسمایی در محدوده ۱ mmol/liter - ۰/۴ قرار بگیرد.

۲- جهت درمان نگهدارنده و در سالمندان مقدار مصرف لیتیوم باید به گونه‌ای

تنظیم شود که غلظت پلاسمایی در حد

۱ mmol/liter - ۰/۴ بدست آید.

۳- غلظت پلاسمایی مطلوب در هر فرد باید به طور جداگانه تعیین شود.

۴- در مسمومیت خفیف با لیتیوم قطع دارو و تجویز مقادیر زیاد آب و نمک برای رفع مسمومیت کفایت می‌کند.

۵- وقتی رژیم دارویی لیتیوم تثبیت شد، معمولا هر ۳ ماه یکبار غلظت پلاسمایی آن باید اندازه‌گیری شود.

۶- در طول دوره درمان عملکرد تیروئید باید تحت نظر باشد.

۷- در طول دوره درمان بیمار باید آب و سدیم به اندازه کافی مصرف کند.

۸- در صورت بروز استفراغ اسهال عفونت و تعریق شدید ممکن است لازم باشد مصرف لیتیوم را قطع نمود یا مقدار مصرف را کاهش داد.

۹- در صورت امکان از قطع ناگهانی دارو پرهیز شود.

۱۰- فرآورده‌های مختلف لیتیوم از نظر فراهمی زیستی با یکدیگر تفاوت دارند و در صورت تغییر فرآورده مورد استفاده بیمار، باید احتیاطات لازم انجام شود.

۱۱- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف را باید به گونه‌ای تنظیم نمود که در روز چهارم یا هفتم درمان ۱۲ ساعت پس از زمان مصرف دارو، غلظت پلاسمایی لیتیوم در محدوده ۱ mmol/liter - ۰/۴ بدست آید. همچنین تنظیم مقدار لیتیوم باید بصورتی باشد که هر هفته و در مرحله بعد هر ۴ هفته نهایتاً ۳ ماه محدود غلظت پلاسمایی در حد فوق باشد. در ابتدا مقدار مصرف دارو به صورت منقسم در روز داده می‌شود، اما بعد از تثبیت غلظت پلاسمایی ترجیحاً باید دارو یکبار در روز مصرف شود. به منظور درمان و پیشگیری ابتدا ۱/۲g/day - ۰/۴ به صورت یکی و یا در ۲ مقدار منقسم تجویز می‌شود. در سالمندان و بیماران با وزن کمتر از ۵۰ کیلوگرم روزانه ۴۰۰ میلی گرم توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۳۰۰ mg
Tablet SR: ۴۰۰ mg

LORAZEPAM

موارد مصرف این دارو به‌طور کوتاه مدت در درمان اضطراب و بی‌خوابی حملات صرعی مداوم و به‌عنوان داروی ضد اضطراب قبل از جراحی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده‌های اختصاصی در غشای سلول عصبی اثر مهار کننده گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش‌سیناپسی و پس‌سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به خوبی جذب می‌شود. متابولیسم آن از طریق کبد و دفع آن از طریق کلیه می‌باشد. این دارو به میزان بالایی به پروتئین‌های پلاسمایی اتصال می‌یابد. نیمه عمر پلاسمایی آن ۱۰-۲۰ ساعت است.

موارد منع مصرف در موارد تضعیف تنفسی نارسایی حاد ریوی نارسایی حاد کبد ترس یا وسواس جنون مزمن افسردگی و اضطراب همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری‌های تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف نابجای دارو یا افراد با اختلال شخصیتی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در افراد مسن مبتلایان به نارسایی کبدی و کلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش داده شود.

۳- از مصرف طولانی مدت این دارو خودداری شود.

۴- برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف مقدار دارو را باید بتدریج کاهش داد.

عوارض جانبی خواب آلودگی گیجی در روز بعد، آتاکسی (بخصوص در افراد سالخورده)، فراموشی و وابستگی از عوارض جانبی شایع این دارو است.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با داروهای تضعیف CNS، ضد درد های مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهار کننده‌های مونوآکسیداز، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین آورنده فشار خون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزپین ممکن است اثر تضعیف CNS لورازپام تقویت شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو وابستگی ایجاد می‌کند و نباید بیش از مقدار توصیه شده مصرف شود.

۲- اگر بعد از چند هفته اثر درمانی دارو کاهش یافت به پزشک مراجعه شود.

۳- در صورت بروز خواب آلودگی سرگیجه منگی و از دست دادن مهارت در انجام کار، بخصوص در افراد مسن دارو با احتیاط مصرف شود.

۴- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان اضطراب ۴- ۱ میلی گرم در مقادیر منقسم مصرف می‌شود. در درمان بی‌خوابی همراه با اضطراب ۲- ۱ میلی گرم در موقع خواب مصرف می‌شود. مقدار دارو در افراد مسن و ناتوان نصف مقادیر مصرفی افراد بالغ است.

تزریقی از طریق داخل عضلانی یا تزریق آهسته داخل وریدی (در وریدهای بزرگ و در حملات حاد پانیک به میزان ۲۵-۳۰ mcg/kg تجویز می‌شود که در صورت هر ۶ ساعت تکرار می‌شود).

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۱ mg, ۲ mg

Injection : ۲mg/ml

MAGNESIUM SULFATE

موارد مصرف این دارو برای برطرف کردن کمبود منیزیم آریتمی بعد از موارد مشکوک به سکت قلبی و جلوگیری از تشنج ناشی از اکلامپسی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر منیزیم کاملاً شناخته شده نیست اما بر پمپ

$\text{Na}^+/\text{K}^+\text{ATPase}$ ، کانالهای سدیمی پتاسیمی و کلسیمی تأثیر می‌گذارد. همچنین موجب کاهش آزاد شدن استیل کولین در محل اتصال عصب - عضله می‌گردد.

فارماکوکینتیک از راه وریدی اثر دارو بلافاصله شروع و حدود ۳۰ دقیقه ادامه می‌یابد. این دارو از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود. موارد منع مصرف در صورت وجود بلوک قلبی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در نارسایی کبدی و یا کلیوی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲- در طول مدت تجویز این دارو، غلظت منیزیم و سایر الکترولیت‌های خونی مرتباً کنترل شود.

۳- تزریق داخل عضلانی این دارو دردناک است

عوارض جانبی زیادی منیزیم خون تهوع استفراغ تشنگی برافروختگی پوست کاهش فشارخون آریتمی اغماء، تضعیف تنفسی خواب آلودگی توهم فقدان رفلکس تاندونی و ضعف عضلانی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو به علت رقابت با یون کلسیم اثر داروهای غیر دیپلاریزان شل‌کننده عضلات را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در طول مصرف این دارو در اکلامپسی ECG، فشارخون و علائم افزایش غلظت پلاسما باید کنترل شود و در صورت بروز نشانه‌های مسمومیت با منیزیم (عدم رفلکس زانو، ضعف تهوع احساس داغ شدن برافروختگی خواب آلودگی تاری دید ولرز صدا) تزریق گلوکونات کلسیم توصیه می‌شود.

مقدار مصرف در درمان کمبود منیزیم حداکثر ۱۶۰ میلی مول یون منیزیم و تا ۵ روز ممکن است تجویز شود. منیزیم سولفات در آغاز یا به صورت تزریق عضلانی و یا انفوزیون وریدی تجویز می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲۰ - ۱۰ میلی مول یون منیزیم در روز است در آریتمی‌ها همراه با کاهش پتاسیم و یا آریتمی از نوع torsades de points مقدار

۸ میلی مول یون منیزیم طی ۱۵ - ۱۰ دقیقه تزریق وریدی می‌شود که در صورت لزوم می‌توان این مقدار مصرف را یکبار دیگر تکرار کرد. بعد از سکت قلبی ابتدا ۸ میلی مول یون منیزیم طی ۲۰ دقیقه تزریق وریدی می‌شود و سپس ۶۵ - ۷۲ میلی مول یون منیزیم طی ۲۴ ساعت انفوزیون می‌شود. برای جلوگیری از تشنجات اکلامپسی در ابتدا چهار گرم سولفات منیزیم طی ۲۰ دقیقه تزریق وریدی می‌شود. سپس انفوزیون وریدی یک گرم در ساعت سولفات منیزیم ادامه می‌یابد. در صورت بروز تشنج مجدد می‌توان ۴ - ۲ گرم سولفات منیزیم را تزریق وریدی کرد.

اشکال دارویی

Injection : (As sulphate γ H₂O) ۱۰٪

۵۰٪، ۲۰٪

MEFENAMIC ACID

موارد مصرف این دارو در دردهای ملایم تا متوسط آرتريت روماتوئید (شامل آرتريت جوانان، استئوآرتريت و حالات مشابه قاعدگی دردناک و منوراژی در کوتاه مدت کمتر از ۷ روز) به کار می‌رود. مکانیسم اثر: مفنامیک اسید احتمالاً ساخت پروستاگلاندین‌ها را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی به آهستگی جذب و حداکثر غلظت سرمی آن ۲-۳ ساعت پس از مصرف ایجاد می‌گردد. توسط کبد غیر فعال شده و نیمه عمر آن حدود ۳ ساعت است و از راه ادرار و مدفوع دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در موارد حساسیت به ASA و سایر NSAID، همراه با برونکواسپاسم رینیت آلرژیک و کهیر، بدلیل احتمال وجود حساسیت متقابل در حالات زخم یا التهاب مزمن نواحی فوقانی یا تحتانی دستگاه گوارش پورفیری و در سابقه بیماری کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران با سابقه بیماریهای کلیوی کبدی یا آسم با احتیاط فراوان به کار رود.

۲- در صورت بروز اسهال مصرف دارو باید قطع گردد.

۳- در مصرف طولانی مدت آزمایش خون لازم بوده و احتمال بروز پورفیری وجود دارد.

عوارض جانبی خواب آلودگی و عوارض گوارشی شامل تهوع اسهال (قطع مصرف دارو لازم است، ناراحتی شکمی خونریزی و زخم گاهگاهی بروز می‌نماید که با مصرف دارو همراه با غذا به

حداقل می‌رسد. عوارض دیگر شامل واکنش‌های حساسیتی خصوصاً آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی همچنین سر درد، سرگیجه گیجی اختلالات شنوایی نظیر وزوز گوش و نیز دفع خون در ادرار می‌باشند. کم خونی همولیتیک کم خونی آپلاستیک و تشنج با مقادیر بالا ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی اثر ضد فشار خون مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین بوسیله مفنامیک اسید کاهش یافته خطر نارسایی کلیوی و نیز افزایش پتاسیم خون احتمالاً افزایش می‌یابد. خطر بروز تشنج با داروهای ضد میکروبی کینولون‌ها بوسیله این دارو افزایش می‌یابد. کورتیکواستروئیدها خطر بروز عوارض گوارشی از جمله خونریزی را بوسیله این دارو افزایش می‌دهند. سمیت کلیوی سیکلوسپورین بوسیله مفنامیک اسید افزایش می‌یابد. دفع لیتيوم و احتمالاً متوترکسات بوسیله این دارو کاهش یافته احتمال بروز سمیت بوسیله این داروها به همراه یکدیگر وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف دارو ممکن است منجر به کاهش فعالیت پلاکت‌ها گردیده و مصرف آن در بیماران دچار اختلالات انعقادی یا تحت درمان با داروهای ضد انعقاد از جمله وارفارین باید با احتیاط باشد.

۳- در صورت بروز اسهال مصرف دارو باید قطع گردد.

۴- در بیماران مبتلا به آلرژی و افراد مسن مبتلا به اختلالات قلبی یا فشارخون و خیز با احتیاط مصرف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به میزان ۵۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز، ترجیحاً بعد از غذا مصرف می‌گردد.

کودکان در کودکان بالای سن شش ماهگی به میزان ۲۵ mg/kg روزانه در مقادیر منقسم مصرف می‌شود. به جز در بیماری آرتريت نوجوانان بیشتر از ۷ روز نباید مصرف شود.

اشکال دارویی

Film coated tablet / Capsule: ۲۵۰ mg

MEPIVACAINE HCl

موارد مصرف مپی واکائین به عنوان بیحس کننده موضعی تزریقی برای ایجاد بیحسی موضعی یا منطقه‌ای بمنظور انسداد حرکتی به درجات مختلف قبل از اعمال جراحی دندانپزشکی و زایمان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: بیحس کننده‌های موضعی با تثبیت برگشت پذیر غشای سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش نفوذ پذیری این غشاء به یون سدیم شروع و هدایت امواج عصبی را متوقف می‌کنند. این عمل باعث مهار مرحله دپولاریزاسیون غشاء سلول عصبی می‌گردد و در نتیجه از انتشار پتانسیل عمل و هدایت بعدی تکانه‌های عصبی جلوگیری می‌کند.

موارد منع مصرف ۱- در صورت وجود بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت شدید فشارخون و شوک و وجود عفونت در محل تزریق نباید استفاده گردد.

۲- در صورت وجود سپتی سمی و افزایش احتمال تحریک CNS نباید برای ایجاد انسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

هشدارها: ۱- در کودکان و سالمندان امکان بروز مسمومیت عمومی با این دارو بیشتر است

۲- در عیب کار قلبی - عروقی سابقه حساسیت دارویی و وجود التهاب در محل تزریق باید با احتیاط فراوان استفاده گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی به طور کلی بمقدار مصرف محل تزریق و غلظت پلاسمایی آن بستگی دارد. اختلال بینایی تشنج سرگیجه همه‌مه یا زنگ زدن گوش لرزش یا رعشه اضطراب هیجان عصبانیت تهوع و استفراغ و سفتی گردن در مواقعی که تزریق در نخاع انجام گیرد، از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با داروهای ضد میاستنی داروهای تضعیف CNS، داروهای گندزدا حاوی فلزات سنگین گوانتیدین مهار کننده‌های مونوآمین اکسیداز و داروهای مسدود عصبی عضلانی تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو را در صورت لزوم می‌توان با کلرور سدیم ایزوتونیک رقیق نمود.

۲- این فرآورده قابل اتو کلاو کردن است

مقدار مصرف برای انسداد عصبی بازویی گردنی و بین دنده‌ای و ناحیه تناسلی ۴۰ - ۵ میلی لیتر از محلول یک درصد، برای انسداد خارج سخت شامه‌ای و کمبری ۳۰ - ۱۵ میلی لیتر از محلول ۱/۵ درصد، برای انفیلتراسیون موضعی غیر از دندانپزشکی ۴۰ میلی لیتر از محلول ۰/۵ درصد و برای بیحسی جهت کاهش درد ۵ - ۱ میلی لیتر از محلول یک درصد استفاده می‌گردد. حداکثر مقدار مصرف ۷ mg/kg یا ۴۰۰ میلی گرم در هر عمل جراحی است مقدار مصرف تا حد ۶ mg/kg - ۵ در کودکان مجاز می‌باشد.

اشکال دارویی

۲: Injection (As HCL) %

METHADONE HCl

موارد مصرف متادون برای کنترل درد شدید و درمان کمکی قطع وابستگی به اپیوئیدها به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به گیرنده‌های اپیوئیدی هم ادراک درد و هم واکنش بیمار به درد را تغییر می‌دهد، یعنی علاوه بر افزایش آستانه احساس درد، موجب می‌شود که دردی که توسط بیمار احساس می‌شود یک درد ناخوشایند و آزار دهنده نباشد.

فارماکوکینتیک از راه تزریقی و خوراکی جذب خوبی دارد. در کبد متابولیزه می‌گردد. و به طور عمده از طریق کلیه‌ها و مقدار کمی از آن نیز از طریق صفرا دفع می‌شود.

موارد منع مصرف از مصرف این دارو، در مواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش یافته و یا در موارد ضربه مغزی نارسایی شدید کلیه و حمله حاد آسم باید خودداری شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید، آسم کم بودن ذخیره تنفسی نارسایی کبدی یا نارسایی کلیوی
۲- خود این دارو باعث وابستگی می شود و باید به صورت تدریجی قطع شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص در شروع مصرف، یبوست خواب آلودگی کمی فشارخون و تضعیف تنفس با مصرف مقادیر زیاد، اشکال در ادرار کردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی دهان تعریق سرد، گر گرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشارخون وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل های دارویی فنی توئین و ریفامپین متابولیسم متادون را تسریع کرده و اثرات آن را کاهش می دهند. اگر به طور هم زمان با سایر داروهای تضعیف CNS مصرف شود، تضعیف CNS تشدید شده می تواند موجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشارخون شود. مصرف هم زمان با داروهای شبه آتروپینی نیز موجب تشدید احتباس ادرار و یبوست شده و ممکن است انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو نسبت به مرفین اثر تسکین بخش کمتر و طول اثربیشتری دارد.

۲- در مصرف طولانی مدت نباید بیش از دوبار در روز تجویز شود، چون خطر تجمع دارو و مسمومیت وجود خواهد داشت
مقدار مصرف از راه خوراکی یا تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی ۱۰-۵ میلی گرم هر ۸-۶ ساعت تجویز می گردد، که متناسب با پاسخ مشاهده شده تنظیم می شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg

Injection : ۵ mg / ml

MIDAZOLAM

موارد مصرف میدازولام برای ایجاد تسکین و فراموشی قبل از عمل جراحی و یادر موقع القاء بیهوشی و همچنین به همراه داروهای بیحس کننده موضعی تجویز می شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر گیرنده های خاص موجب افزایش اثر مهار کننده گابا و کاهش تحریک پذیری سلول های عصبی می شود.
فارماکوکینتیک فراهمی زیستی این دارو از راه خوراکی ۵۰٪ است این دارو در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می شود. نیمه عمر آن حدود ۲ ساعت است

موارد منع مصرف در صورت وجود ضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی یا نارسایی شدی کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو با احتیاط مصرف شود: بیماری تنفسی ضعف عضلانی سابقه اعتیاد به دارو و اختلال شدید شخصیتی

۲- در صورت وجود نارسایی کبدی و کلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش یابد.

۳- در صورت وجود کاهش حجم خون اسپاسم عروق یا کاهش دمای بدن و یا در صورت مصرف توام داروهای ضد

در دواپوئیدی مقدار مصرف این دارو باید کاهش یابد.

عوارض جانبی خواب آلودگی و احساس سبکی سر در روز بعد از مصرف دارو، توهم و عدم تعادل فراموشی سردرد، سرگیجه وابستگی کاهش فشار خون اختلالات گوارشی بثورات جلدی اختلال بینایی تغییر میل جنسی درد در ناحیه تزریق و ترومبولیت از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای هوشبر، ضد جنون ضد دردهای اپیوئیدی داروهای ضد افسردگی آنتی هیستامین‌ها، داروهای ضد زیادی فشارخون مسدود کننده گیرنده آلفا ۱ در نرژیک و با کلوفن باعث افزایش اثرات تسکینی دارو می‌شود. این دارو سرعت متابولیسم کلونازپام را افزایش داده و موجب کاهش اثر آن می‌گردد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد زیادی فشارخون موجب افزایش اثر کاهنده فشارخون می‌گردد. سایمتیدین اریترومايسين ديلتيازوم و وراپامیل متابولیسم این دارو را مهار و با افزایش غلظت پلاسمایی میدازولام اثر ساداتیو آن را افزایش می‌دهند. این دارو اثر درمانی لوودوپا را کاهش می‌دهد.

مقدار مصرف برای ایجاد تسکین از طریق تزریق وریدی مقدار ۲ میلی گرم سالخوردهگان ۱/۵ - ۱ میلی گرم طی ۳۰ ثانیه تجویز می‌شود. و در صورت کافی نبودن میزان تسکین بعد از ۲ دقیقه به میزان ۱ - ۰/۵ میلی گرم تکرار می‌شود نیاز این مقدار تکرار می‌شود. محدوده معمولی مقدار مصرف ۷/۵ - ۲/۵ میلی گرم (۷۰ mcg/kg) و در سالخوردهگان ۲-۱ میلی گرم می‌باشد. به عنوان داروی پیش بیهوشی ۱۰۰ mcg/kg - ۷۰ که ۶۰ - ۳۰ دقیقه قبل از جراحی تزریق عضلانی می‌شود. مقدار مصرف معمول ۵ میلی گرم در سالمندان ۲/۵ میلی گرم می‌باشد. برای القاء بیهوشی از راه تزریق آهسته وریدی مقدار ۳۰۰ mcg/kg - ۲۰۰ (سالخوردهگان ۲۰۰ mcg/kg - ۱۰۰) و در کودکان بالای سن ۷ سال به میزان ۱۵۰ mcg/kg تجویز می‌شود. برای ایجاد تسکین در بیمارانی که تحت مراقبت شدید هستند از راه انفوزیون وریدی ابتدا ۳۰۰ mcg/kg - ۳۰ طی ۵ دقیقه و سپس ۲۰۰ mcg/kg/h - ۳۰ تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵ mg/ml

MORPHINE SULFATE

موارد مصرف مرفین برای تسکین دردهای متوسط تا شدید خصوصاً دردهای احشایی تسکین دردهای شدید بیمارانی نزدیک به مرگ ادم حاد ریوی و به عنوان ضد درد در موقع عمل جراحی (داروی پیش بیهوشی به کار می‌رود).

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به گیرنده‌های اختصاصی در سیستم اعصاب مرکزی و محیطی اثرات فارماکولوژیک خود را ایجاد می‌کند. این دارو قادر است هم ادراک درد و هم واکنش بیمار به درد را تغییر دهد، یعنی علاوه بر افزایش آستانه احساس درد، موجب می‌شود که دردی که توسط بیمار احساس می‌شود یک درد ناخوشایند و مخرب نباشد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود اما متابولیسم گذراول کبدی آن زیاد بوده و برای رسیدن به اثر درمانی نسبت به راههای غیر خوراکی مقدار بیشتری از مرفین نیاز خواهد بود. این دارو در اکثر بافتها تجمع می‌یابد، ضمناً در کبد با گلوکوکورونیک اسید کوئزوگه شده و سپس از طریق کلیهها دفع می‌شود. مقدار کمی از دارو نیز بدون تغییر از کلیهها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در مواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش یافته و یا در حالات ضربه مغزی نارسایی شدید کلیه حمله حاد آسم تضعیف حاد تنفسی فلج ایلئوس دردهای حاد شکمی و فتوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر مصرف این دارو با احتیاط کامل انجام شود: کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید، اسم کم بودن ذخیره

تنفسی نارسایی کبدی نارسایی کلیوی بزرگی پروستات اختلالات تشنجی سالمندان و بیماران ناتوان در مواردی که کنترل درد ضروری باشد مثلاً در بیماران نزدیک به مرگ رعایت احتیاطهای فوق ضرورتی ندارد.

۲- مصرف مکرر این دارو، باعث ایجاد وابستگی و تحمل به اثرات دارو می‌گردد، اما این مسئله در بیماران نزدیک به مرگ مانع از مصرف این دارو نمی‌شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص در شروع مصرف یبوست خواب‌آلودگی کاهش فشارخون و تضعیف تنفس در مقادیر مصرف زیاد، مشکل در ادرار کردن اسپاسم صغری یا مثانه خشکی دهان تعریق سرد، برافروختگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب تپش قلب افت فشارخون وضعیتی کاهش دمای بدن توهم حالت‌خمارگی تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اگر به‌طور هم‌زمان با سایر داروهای تضعیف CNS مصرف شود، تضعیف CNS تشدید شده می‌تواند موجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشارخون بشود. مصرف هم‌زمان با داروهای شبه آتروپینی نیز موجب تشدید احتباس ادرار و یبوست شده و ممکن است انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی) تاثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای کنترل دردهای حاد،

۱۵ - ۱۰ میلی گرم از راه زیر جلدی یا عضلانی که در صورت لزوم هر ۴ ساعت تکرار می‌شود مصرف می‌گردد. در سکت قلبی ۱۰ میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود که در صورت لزوم ۱۰ - ۵ میلی گرم دیگر تجویز می‌شود. در سالمندان مقدار مصرف به نصف کاهش داده می‌شود. در ادم حاد ریوی مقدار ۱۰ - ۵ میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود. در دردهای مزمن مقدار ۲۰ - ۵ میلی گرم هر ۴ ساعت یکبار از طریق خوراکی تزریق زیر جلدی یا عضلانی مصرف می‌شود که در صورت نیاز مقدار مصرف قابل افزایش است

کودکان برای کنترل دردهای حاد در کودکان تا سن یک ماه به میزان ۱۵۰ mcg/kg، کودکان ۱۲ - ۱ ماهه به

میزان ۲۰۰ mcg/kg، یک تا ۵ ساله به

میزان ۵ - ۲/۵ میلی گرم و ۱۲ - ۶ ساله

به میزان ۱۰ - ۵ میلی گرم تجویز

می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰ mg/ml

Tablet : ۱۰ mg

NALOXONE HCl

موارد مصرف نالوکسان برای برطرف کردن تضعیف تنفسی ناشی از داروهای شبه تریاک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو مسدود گیرنده μ و پیوسته می‌باشد و از این طریق مانع اثراتی از داروهای شبه تریاک که از طریق تحریک این

گیرنده اعمال می‌شود از جمله تضعیف مرکز تنفس در سیستم اعصاب مرکزی می‌شود.

فارماکوکینتیک طول مدت اثر این دارو بعد از تزریق ۲ - ۱ ساعت می‌باشد. در کبد متابولیزه و متابولیت‌های آن از ادرار دفع می‌شوند.

هشدارها: ۱- این دارو در افراد مبتلا به بیماری قلبی - عروقی یا مصرف داروهای سمی برای قلب و یا افراد دارای وابستگی فیزیکی به داروهای شبه تریاک باید با احتیاط مصرف شود.

۲- تجویز این دارو در بیماران وابسته به داروهای شبه تریاک موجب بروز علائم قطع مصرف می‌گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ افزایش ضربان قلب و فیبریلاسیون از عوارض جانبی این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه از آنجایی که این دارو دارای طول اثر کوتاهی می‌باشد، در موقع تجویز بعد از جراحی مقدار دارو در هر بیمار باید به‌طور جداگانه تنظیم شود تا ضمن حفظ اثر ضد دردی کافی داروی شبه تریاک ضعف تنفسی نیز برطرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۳ mcg/kg - ۱/۵ تزریق وریدی می‌شود و در صورت کافی نبودن پاسخ هر دو دقیقه ۱۰۰ میکروگرم بر مقدار

قبل افزوده می‌شود تا پاسخ کافی ایجاد شود. بعد از ۲ - ۱ ساعت مقادیر مورد نیاز بعدی را می‌توان از طریق تزریق داخل عضلانی تجویز نمود.

کودکان از راه تزریق وریدی ۱۰ mcg/kg تجویز می‌شود و در صورت عدم پاسخ کافی تا ۱۰۰ mcg/kg تجویز می‌شود.

در صورتی که تزریق وریدی امکانپذیر نباشد، مقدار مصرف را می‌توان به صورت منقسم داخل عضلانی یا زیرجلدی تزریق نمود. در

نوزادان از راه تزریق وریدی داخل عضلانی یا زیرجلدی ۱۰ mcg/kg که می‌توان هر ۲ - ۳ دقیقه این مقدار را تکرار نمود یا تزریق

داخل عضلانی ۲۰۰ میکروگرم به صورت مقدار واحد در موقع تولد نوزاد تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۰.۴ mg/ml

NAPROXEN

موارد مصرف ناپروکسن در درمان آرتریت روماتوئید، درد و التهاب نقرس حاد، سایر اختلالات عضلانی اسکلتی و دیسمنوره مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ناپروکسن یک داروی ضد درد و ضد التهاب غیر استروئیدی است که با مهار تولید پروستاگلاندین‌ها، از اثرات آنها جلوگیری می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی آن حدود ۱۵ - ۱۲ ساعت است و به‌طور عمده از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود زخم فعال گوارشی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- ناپروکسن ممکن است باعث بروز خونریزی گوارشی شود.

۲- این دارو ممکن است باعث تشدید حملات آسمی در بیماران مبتلا به آسم شود.

۳- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا کبد با احتیاط مصرف شود.

۴- مصرف ناپروکسن در کودکان زیر ۱۶ سال مگر در درمان آرتریت نوجوانان توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی شامل تهوع استفراغ و دردهای شکمی و خونریزی گوارشی بثورات جلدی کهیر و آنژیوادم از

عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ناپروکسن با داروهای ضد انعقاد ممکن است باعث تشدید اثرات این داروها شود. مصرف همزمان ناپروکسن با لیتیوم ممکن است باعث کاهش دفع لیتیوم شود. اثرات داروهای مهار کننده گیرنده بتا مانند پروپرانولول در صورت مصرف همزمان با ناپروکسن ممکن است افزایش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آرتريت روماتوئید، ۱۰۰۰ mg/day - ۵۰۰ در دو مقدار منقسم و یا ۱gr/day یکبار در روز مصرف می‌شود. در اختلالات حاد عضلانی - اسکلتی و ایسمنوره در ابتدا ۵۰۰mg/day و سپس بسته به نیاز هر ۸ - ۶ ساعت به میزان ۲۵۰ میلی گرم اضافه می‌شود حداکثر مقدار مصرف پس از اولین روز به میزان ۱/۲۵g/day می‌باشد. در نقرس حاد مقدار مصرف اولیه ۷۵۰ میلی گرم و مقدار مصرف نگهدارنده ۲۵۰ میلی گرم هر ۸ ساعت تا رفع حمله است

کودکان در درمان آرتريت نوجوانان در کودکان بالای ۵ سال ۱۰ mg/kg/day در دو مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

Entric coated tablet: ۵۰۰ mg

NITROUS OXIDE

موارد مصرف نیتروزاکساید به عنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف می‌شود. این دارو همچنین با مقادیر مصرف کم به عنوان ضد درد در اعمال جراحی زنان و زایمان و برای اعمال جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمار نیاز نیست مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی (MAC) هنگام مصرف با اکسیژن بیشتر از ۱۰٪ و ضریب توزیع خون به گاز آن ۰/۴۷ است نیتروزاکساید در بدن متابولیزه نشده به طور کامل به صورت تغییر نیافته از طریق ریه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ - نیتروزاکساید، یک بیهوش کننده ضعیف است و باید همراه سایر داروهای بیهوش کننده مصرف شود. در این حالت مقدار مصرف سایر داروهای بیهوش کننده نیز کاهش می‌یابد.

۲ - در صورت وجود آمبولی‌های هوا در هر یک از اعضاء بدن انسداد گوارشی و یا پنوموتوراکس نیتروزاکساید باید با احتیاط فراوان مصرف شود. در این موارد نیتروزاکساید ممکن است باعث افزایش فشار در این حفره‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱ - نیتروزاکساید باید همراه حداقل ۳۰٪ اکسیژن مصرف شود تا خطر بروز کاهش اکسیژن خون کاهش یابد.

۲ - نیتروزاکساید ممکن است به داخل Cuff لوله داخل تراشه‌ای نفوذ کند. برای جلوگیری از این حالت تخلیه دوره‌ای لوله داخل تراشه‌ای توصیه می‌شود.

۳ - در صورتی که نیتروزاکساید برای مدت طولانی مصرف شده باشد، بعد از قطع مصرف دارو برای جلوگیری از کاهش اکسیژن ناشی از دیفوزیون دارو، باید اکسیژن خالص تجویز شود.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی ۷۰٪ همراه با ۳۰٪ اکسیژن و به عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۷۰ - ۳۰ درصد همراه با اکسیژن استنشاق می‌شود. در اعمال جراحی زنان - زایمان و برای اعمالی که در آنها به بیهوشی کامل بیمار نیاز نیست ۵۰ - ۲۵ درصد استنشاق می‌شود.

اشکال دارویی

For Inhalation

OXAZEPAM

موارد مصرف این دارو در کوتاه مدت برای درمان اضطراب به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده‌های اختصاصی در غشای سلول عصبی اثر مهارگی گاما آمینوبوتیریک اسید

(GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به خوبی جذب می‌شود. اتصال آن به پروتئین‌های پلاسمایی بالا است متابولیسم آن کبدی و دفع

آن از طریق کلیه می‌باشد. نیمه عمر پلاسمایی آن ۱۵-۵ ساعت است

موارد منع مصرف در موارد تضعیف تنفسی نارسایی حاد ریوی حالات ترس سایکوز مزمن افسردگی و اضطراب همراه آن نباید

مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری‌های تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف نابجای دارو یا افراد با اختلال شخصیتی با احتیاط

مصرف شود.

۲- در افراد مسن نارسایی کبدی و کلیوی مقدار دارو باید کاهش داده شود.

۳- از مصرف طولانی مدت خودداری گردد.

۴- برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید بتدریج قطع کرد.

عوارض جانبی خواب آلودگی روز بعد از مصرف گیجی و عدم تعادل (بخصوص در افراد مسن، فراموشی وابستگی تحریک پذیری

غیر عادی و در برخی موارد سردرد، سرگیجه افت فشارخون افزایش ترشحات بزاق کرامپ و درد ناحیه شکم بثورات جلدی اختلال

بینایی تغییر در میل جنسی احتباس ادرار، اختلالات خونی و یرقان از عوارض جانبی این دارو است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای تضعیف CNS، ضد دردهای مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهارکننده‌های

مونوآمینوآکسیداز، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین آورنده فشارخون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند

کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزپین ممکن است اثر تضعیف CNS این داروها را تشدید نماید.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو وابستگی ایجاد می‌کند و نباید بیش از مقدار توصیه شده مصرف شود.

۲- اگر بعد از چند هفته اثر درمانی دارو کاهش یابد به پزشک مراجعه شود.

۳- در صورت بروز خواب آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت در انجام کار بخصوص در افراد مسن دارو با احتیاط

مصرف شود.

۴- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در درمان اضطراب ۳۰-۱۵ میلی‌گرم سه تا چهار بار در روز مصرف می‌شود. در افراد مسن و ناتوان ۲۰-۱۰ میلی‌گرم

سه تا چهار بار در روز مصرف می‌شود. در درمان بی‌خوابی همراه با اضطراب ۲۵-۱۵ میلی‌گرم (حداکثر ۵۰ میلی‌گرم در موقع

خواب مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg

PENTAZOCINE

موارد مصرف پنتازوسین برای کنترل دردهای متوسط تا شدید تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو هم آگونیست و هم آنتاگونیست گیرنده‌های اپیوئیدی است این دارو علاوه بر افزایش آستانه احساس درد باعث می‌شود که دردی که توسط بیمار حس می‌شود یک درد ناخوشایند و آزار دهنده نباشد.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی و تزریقی بخوبی جذب می‌شود. در مصرف خوراکی دارای متابولیسم عبور اول کبدی است این دارو در کبد متابولیزه و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ۱- در حالاتی که فشار داخل جمجمه افزایش یافته یا در موارد ضربه مغزی نباید مصرف شود.

۲- در بیماران وابسته به سایر اپیوئیدها، بیماران دارای زیادی فشارخون ریوی یا شریانی و بیماران دارای نارسایی قلبی پورفیری و بعد از وقوع سکته قلبی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید، آسم کم‌بودن ذخیره تنفسی نارسایی کبدی و نارسایی کلیوی مصرف دارو باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲- مصرف این دارو در افراد وابسته به سایر اپیوئیدها باید با احتیاط صورت بگیرد، چون موجب بروز علائم قطع مصرف می‌شود. عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص در شروع مصرف، بی‌خوابی، خواب‌آلودگی، کاهش فشارخون و تضعیف تنفس با مصرف مقادیر زیاد، مشکل درادرار کردن اسپاسم صغری یا مثانه خشکی دهان تعریق سرد، گرگرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب پیش قلب افت فشارخون وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو، وابستگی به دارو، اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پنتازوسین با سایر داروهای مضعف باعث تشدید تضعیف CNS می‌شود و ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشار خون می‌کند در مصرف همزمان با داروهای شبه آتروپینی موجب احتباس ادراریوست شدید و در مواردی انسداد فلجی روده می‌گردد.

نکات قابل توصیه این دارو ممکن است با ایجاد خواب‌آلودگی بر انجام اعمالی که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی) تاثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان از راه خوراکی ۱۵۰ - ۵۰ میلی‌گرم هر ۴ ساعت ترجیحاً بعد از غذا مصرف می‌شود. مقدار مصرف خوراکی در کودکان ۱۲ - ۶ سال ۲۵ میلی‌گرم است

از طریق تزریق زیر جلدی یا داخل عضلانی به میزان ۱۰۰ - ۲۵ میلی‌گرم تجویز که هر ۴ ساعت یکبار تجویز می‌شود. از طریق تزریق آهسته داخل وریدی ۵۰ - ۲۵ میلی‌گرم که هر ۴ ساعت تکرار می‌شود. برای ایجاد بی‌دردی در هنگام زایمان به میزان ۱۰۰ - ۵۰ میلی‌گرم که در صورت نیاز هر ۳ - ۱ ساعت تکرار می‌شود. حداکثر میزان مصرف ۴۰۰ میلی‌گرم در ۲۴ ساعت می‌باشد. کودکان از راه خوراکی ۲mg/kg - ۰/۵ و از طریق داخل عضلانی با زیر جلدی نیز ۲mg/kg - ۰/۵ تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

Injection : ۳۰ mg / ml

PERPHENAZINE

موارد مصرف پرفنازین در اسکیزوفرنی و حالات روانی مانیا و درمان کمکی کوتاه‌مدت اضطراب شدید، تحریکات روانی حرکتی هیجان و تحریکات رفتاری شدید و ناگهانی استفراغ و تهوع شدید به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: پرفنازین با مهار گیرنده‌های بعد سیناپسی دوپامینی در مسیر مزولیمبیک اثر درمانی خود را ایجاد می‌نماید. مهار گیرنده‌های دوپامینی در مسیر نیگرواستریاتال و توبرواینفندیبولاربه ترتیب با ایجاد اثرات خارج هرمی و افزایش ترشح پرولاکتین در ارتباط است همچنین گیرنده‌های موسکارینی و نیز آلفا-آدرنژیک تا حدودی بوسیله این دارو مهار می‌گردند.

فارماکوکینتیک پرفنازین پس از مصرف خوراکی سریع ولی ناکامل جذب گردیده تحت تاثیر متابولیسم عبور اول کبدی قرار گرفته و غیر فعال می‌گردد. متابولیت‌ها و مقدار ناچیز داروی تغییر نیافته عمدتاً از راه ادرار و مقداری نیز از طریق صفرا دفع می‌گردند. موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای تضعیف کننده سیستم اعصاب مرکزی همراه با سایر داروهای تضعیف کننده مغز استخوان در بیماری فتوکروموسیتوم در بیماران مسن دچار آشفستگی و بی‌قراری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- پرفنازین در افراد دچار بیماری‌های قلبی - عروقی عروق مغزی پارکینسون اختلالات تنفسی صرع و عفونت حاد، صدمات کلیوی و کبدی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در بیماران با سابقه یرقان لوکوپنی میاستنی گراو، کم کاری تیروئید، هیپرتروفی پروستات و گلوکوم با زاویه بسته خصوصاً در افراد مسن با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی آثار خارج هرمی خصوصاً دیستونی به‌ویژه با مقادیر مصرف زیاد شایع تر بوده و در مصرف طولانی مدت دیسکینزی دیررس ممکن است بروز نماید. خواب آلودگی سستی کابوس شبانه بی‌خوابی بی‌ثباتی افسردگی خشکی دهان یبوست احتباس ادرار، تاری دید و احتقان بینی از عوارض شایع دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف آن همراه با داروهای ضد آریتمی و نیز داروهای ضد هیستامین نظیر ترننادین و آستمیزول یا مسدود کننده بتا مانند سوتالول خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. داروهای ضد افسردگی خصوصاً انواع سه حلقه‌ای سبب افزایش غلظت خونی و نیز اثرات ضد موسکارینی این دارو می‌گردند. پرفنازین ممکن است باعث کاهش آستانه تشنج شده و با اثر داروهای ضد صرع مقابله نماید. مصرف این دارو همراه با داروهای مانند متوکلوپرامید و لیتیم خطر بروز عوارض خارج هرمی را افزایش می‌دهد. پرفنازین با اثر داروهای ضد پارکینسون مانند بروموکرپتین و لوودوپا مقابله می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو در کودکان زیر سن ۱۴ سال توصیه نمی‌شود.

۲- این دارو ممکن است ایجاد خواب آلودگی نموده و موجب اختلال در انجام کارهایی شود که نیاز به دقت و هشیاری دارند. مقدار مصرف پرفنازین در حالاتی نظیر اسکیزوفرنی یا سایر اختلالات روانی مانیا و درمان کمکی کوتاه مدت اضطراب شدید، اغتشاشات روانی - حرکتی هیجان و رفتارهای خطرناک ابتدا به میزان ۴ میلی‌گرم ۳ بار در روز تجویز و بر حسب پاسخ‌دهی میزان مصرف حداکثر تا ۲۴ میلی‌گرم روزانه تنظیم می‌گردد. در افراد مسن نصف تا یک چهارم افراد بزرگسال به کار می‌رود.

اشکال دارویی

Coted Tablet: ۲ mg, ۴ mg, ۸ mg

Injection : ۵ mg / ml

PETHIDINE HCl

موارد مصرف پتیدین در کنترل دردهای متوسط تا شدید، تسکین درد در موقع زایمان و عمل جراحی به‌عنوان داروی پیش بیهوشی و به منظور افزایش اثر داروهای هوشبر استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به گیرنده‌های اوپیوئیدی در سیستم اعصاب مرکزی و محیطی اثرات فارماکولوژیک خود را اعمال می‌کند. اثر ضد دردی این دارو از دو راه اعمال می‌شود: تغییر ادراک درد و واکنش بیمار به درد، به عبارت دیگر علاوه بر افزایش

آستانه احساس درد، موجب می‌شود که درد احساس شده توسط بیمار یک حس ناخوشایند و آزاردهنده نباشد.

فارماکوکینتیک دارو در کبد متابولیزه می‌شود که نورمپریدین متابولیت فعال و سمی آن است دفع دارو از طریق کلیه‌ها بوده و نیمه عمر آن حدود ۳ ساعت است

موارد منع مصرف از مصرف این دارو در مواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش یافته و یا در حالات ضربه مغزی در حمله حاد آسم نارسایی حاد کلیوی باید خودداری شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید، کم بودن ذخیره تنفسی نارسایی کبدی و نارسایی کلیوی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- پتیدین برای کنترل دردهای شدید مداوم مناسب نیست

۳- با مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است تشنج رخ دهد.

۴- مصرف مکرر این دارو باعث ایجاد وابستگی و تحمل به اثرات دارو می‌گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص در شروع مصرف، بی‌خوابی، خواب‌آلودگی کمی فشارخون و تضعیف مرکز تنفس با مقادیر مصرف زیاد، مشکل در ادرار کردن خشکی دهان تعریق سرد، گرگرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو، وابستگی تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش و تشنج با مقادیر مصرف خیلی زیاد از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد افسردگی مهارکننده مونوآمینو اکسیداز ممکن است موجب تحریک یا تضعیف سیستم اعصاب مرکزی شود. سایمتیدین متابولیسم این دارو را مهار می‌کند. اگر به‌طور همزمان با سایر داروهای تضعیف CNS مصرف شود، باعث تشدید تضعیف CNS شده و می‌تواند موجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشارخون بشود. مصرف همزمان با داروهای شبه آتروپین نیز موجب تشدید احتباس ادرار و بی‌خوابی شده و ممکن است انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی) تاثیر گذارد.

مقدار مصرف از راه زیر جلدی یا داخل عضلانی ۱۰۰ - ۲۵ میلی گرم تجویز می‌گردد که بعد از ۴ ساعت تکرار می‌شود. از راه تزریق آهسته وریدی ۵۰ - ۲۵ میلی گرم که بعد از ۴ ساعت تکرار می‌شود. به‌عنوان ضد درد در موقع زایمان از راه زیر جلدی یا داخل عضلانی به میزان

۱۰۰ - ۵۰ میلی گرم تجویز که در صورت لزوم ۱ - ۳ ساعت بعد تکرار می‌شود، حداکثر مقدار مصرف ۴۰۰ میلی گرم در ۲۴ ساعت می‌باشد.

در کودکان مقدار ۲ mg/kg - ۰/۵ به صورت تزریق عضلانی مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg/ ml

PIROXICAM

موارد مصرف پیروکسیکام در درد و التهاب بیماری‌های روماتیسمی و دیگر اختلالات عضلانی - اسکلتی و نقرس حاد مصرف می‌گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم سیکلواکسیژناز از ساخت پروستاگلاندین‌ها به مدت طولانی جلوگیری نموده و مهاجرت سلولها

به ناحیه ملتهب را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی به سرعت جذب گردیده ۹۹ درصد آن به پروتئین‌های پلاسما اتصال می‌یابد. متابولیسم کبدی دارو وسیع بوده و از راه ادرار و مدفوع با نیمه عمر متوسط ۵۰ ساعت دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در موارد پولیپ بینی آنژیوادم و اسپاسم برونش ناشی از حساسیت به ASA یا دیگر NSAIDs نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در اختلالات کبدی کلیوی قلبی با احتیاط و حداقل لازم مصرف گردد و عملکرد کلیه نیز مرتب کنترل گردد.

۲- در بیماران دچار زخم معده فعال از مصرف دارو خودداری نموده و در صورت بروز آسیبهای معدی - روده‌ای مصرف دارو قطع گردد.

۳- در بیماران دچار پورفیری با احتیاط تجویز گردد.

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل تهوع اسهال زخم و خونریزی واکنش‌های آلرژیک نظیر آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی همچنین سردرد، گیجی و سرگیجه از عوارض جانبی دارو هستند. تزریق عضلانی دارو دردناک بوده و ممکن است منجر به ایجاد صدمات بافتی گردد.

تداخل‌های دارویی مصرف پیروکسیکام به همراه داروهای مهارکننده آنزیم ACE، سبب مقابله با اثر ضد فشار خون آنها گردیده و خطر بروز نارسایی کلیوی و افزایش پتاسیم خون را افزایش می‌دهد. داروهای ضد میکروبی کینولون‌ها، خطر بروز تشنج را به وسیله این دارو افزایش می‌دهند. اثر داروهای پایین آورنده قند خون (سولفونیل اوره ممکن است به وسیله این دارو افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو با سیکلوسپورین خطر سمیت کلیوی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در سابقه زخم دستگاه گوارش با احتیاط مصرف گردد.

۲- در بیماران با سابقه زیادی فشار خون کاهش ذخیره قلبی خیز، اختلالات انعقادی یا تحت درمان با وارفارین با احتیاط مصرف شود. مقدار مصرف

بزرگسالان در بیماری‌های روماتوئیدی از راه خوراکی ابتداء ۲۰ mg/day و با مقدار نگهدارنده ۳۰ mg/day - ۱۰ میلی گرم به صورت یکجا یا منقسم به کار می‌رود. در درمان اولیه شرایط حاد بیماری با همان مقداری که در تجویز خوراکی ذکر شده به صورت تزریق داخل عضلانی عمیق مصرف می‌شود. در اختلالات عضلانی - اسکلتی حاد ۴۰ mg/day به صورت یکجا یا منقسم به مدت ۲ روز و سپس ۲۰ mg/day برای ۱۴ - ۷ روز به کار می‌رود. در نقرس حاد ابتداء ۴۰ میلی گرم و سپس ۴۰ mg/day به صورت یکجا یا در مقادیر منقسم به مدت ۶ - ۴ روز به کار می‌رود.

کودکان در ارتريت جوانان و از راه خوراکی در کودکان بالاتر از ۶ سال و با وزن کمتر از ۱۵ کیلوگرم ۵ میلی گرم

۲۵ - ۱۶ کیلوگرم ۱۰ میلی گرم ۴۵ - ۲۶ کیلوگرم ۱۵ میلی گرم و بیش از ۴۶ کیلوگرم به میزان ۲۰ میلی گرم روزانه مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰ mg

Topical Gel : ۰.۵% w/w

Injection ; ۲۰ mg/ml

PRILOCAINE-F

موارد مصرف این دارو به عنوان بیحس کننده موضعی یا منطقه‌ای تزریقی به منظور ایجاد بیحسی و انسداد عصبی به کار می‌رود، این دارو در دندانپزشکی نیز مصرف دارد.

مکانیسم اثر: بی‌حس کننده‌های موضعی با تثبیت برگشت پذیر غشای سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش نفوذپذیری این غشاء به یون سدیم شروع و هدایت تکانه‌های عصبی را متوقف می‌کنند. این عمل باعث مهار مرحله دپولاریزاسیون غشاء سلول عصبی می‌گردد و در نتیجه از انتشار پتانسیل عمل و هدایت بعدی تکانه‌های عصبی جلوگیری می‌کند. فلی‌پرسین (F) یک ماده تنگ کننده عروق بوده باعث دوام اثر بی‌حسی پریلوکائین می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت ابتلای بیمار به متهموگلوبینمی مادرزادی یا اکتسابی کم خونی بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت شدید فشارخون شوک و وجود عفونت در محل تزریق نباید استفاده گردد.

هشدارها: ۱- در کودکان و سالمندان امکان بروز مسمومیت سیستمیک با این داروهای بیشتر است

۲- در عیب کار قلبی - عروقی سابقه حساسیت دارویی و وجود التهاب در محل تزریق با احتیاط استفاده گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی به‌طور کلی به مقدار مصرف محل تزریق و میزان غلظت پلاسمایی آن بستگی دارد. گیجی ضعف تنفسی تشنج کاهش فشارخون و برادی کاردی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد آریتمی و مسددهای گیرنده بتا آدرنرژیک موجب افزایش خطر تضعیف عضله قلب می‌گردد. سایمتیدین موجب مهار متابولیسم دارو و افزایش سمیت آن می‌شود. این دارو به دلیل داشتن فلی‌پرسین ممکن است با داروهای بیهوشی کننده استنشاقی از دسته‌های پروکربن‌ها، فنوتیازین‌ها و ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و مشتقات ارگونیز تداخل داشته باشد.

نکات قابل توصیه این فرآورده قابل اتوکلاو کردن است

مقدار مصرف برای ایجاد بی‌حسی از طریق انفیلتراسیون و یا انسداد عصبی دردندانپزشکی مقدار مصرف بر اساس محل تزریق و پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان ۶۰۰ میلی‌گرم است در کودکان مقدار مصرف بر اساس وزن تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

Carpool : Prilocaine ۳۰ mg + Felypressin ۰.۳ I.U. (۰.۵۴ mcg)/ml

PROMETHAZINE HCl

موارد مصرف پرومتازین برای درمان علامتی حساسیت‌هایی چون تب یونجه کهیر، درمان فوری واکنش‌های آنافیلاکسی درمان تهوع سرگیجه اختلالات لایبرنت بیماری مسافرت و داروی پیش بیهوشی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که این دارو به‌طور غیر مستقیم باعث کاهش تحریک سیستم مشبک تنه مغزی می‌گردد. همچنین از طریق رقابت با هیستامین برای اتصال به گیرنده H₁ در سلول هدف از واکنش‌هایی که تنها با واسطه هیستامین بروز می‌کند، جلوگیری می‌نماید ولی در صورت بروز آنها را از بین نمی‌برد. این دارو احتمالاً با مهار گیرنده‌های شیمیایی در بصل‌النخاع (CTZ) اثر ضد استفراغ و ضد سرگیجه خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک پرومتازین به خوبی از راه خوراکی و از محل تزریق جذب می‌شود. متابولیسم آن کبدی است شروع اثر این دارو از راه خوراکی یا تزریق عضلانی تقریباً ۲۰ دقیقه و از راه وریدی حدود ۵ - ۳ دقیقه بعد از مصرف می‌باشد. طول مدت اثر تسکین بخشی آن حدود ۸ - ۲ ساعت و طول مدت اثر ضد هیستامین آن ۱۲ - ۶ ساعت است این دارو به آهستگی از راه کلیه و مدفوع و عمدتاً به صورت متابولیت‌های غیر فعال دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشار خون در بیماران مسن وجود دارد. همچنین علائم

اکستراپیرامیدال بخصوص پارکینسون اختلال در نشستن خوابیدن و دراز کشیدن و دیسکینزی مداوم نیز در بیماران مسن بیشتر است بخصوص اگر مقادیر مصرف زیاد باشند یا از شکل تزریقی دارو استفاده شود.

۲- در آسم حاد، بزرگی پروستات یا زمینه ابتلای به احتباس ادرار، اغماء، زمینه ابتلای گلوکوم با زاویه بسته و یرقان باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب آلودگی هیجان عصبانیت بی قراری از دست دادن مهارت در انجام کار یا بی ثباتی حرکات پرشی عضلات سر و صورت رعشه و تکان دادن دست‌ها، تاری دید، کاهش هوشیاری به ویژه در کودکان خشکی دهان کمی فشارخون و حساسیت به نور از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پرومتازین با داروهای تضعف CNS، داروهای مهار کننده مونوآمینواکسیداز و ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای ممکن است موجب تشدید آثار تضعف CNS این داروها با پرومتازین گردد. مصرف همزمان با داروهایی که باعث ایجاد واکنش‌های اکستراپیرامیدال می‌شوند ممکن است شدت و دفعات بروز واکنش‌های اکستراپیرامیدال را افزایش دهد. مصرف همزمان لوودوپا با پرومتازین ممکن است اثرات لوودوپا را به علت مسدود شدن گیرنده‌های دوپامین در مغز مهار کند. آثار برگرنده آلفا آدرنژیک‌آپی نفرین در صورت مصرف همزمان با پرومتازین ممکن است مهار شود. مصرف همزمان بروموکرپتین با پرومتازین ممکن است موجب افزایش غلظت سرمی پرولاکتین شود و با اثر بروموکرپتین تداخل کند. مصرف همزمان پرومتازین با داروهای ضد تیروئید ممکن است خطر بروز آگرانولوسیتوز را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رسانیدن تحریک گوارشی شکل خوراکی این دارو همراه با غذا، آب یا شیر مصرف شود.
۲- در صورت مصرف دارو برای پیشگیری از بیماری مسافرت باید حداقل ۳۰ دقیقه یا ترجیحاً ۲-۱ ساعت قبل از مسافرت مصرف شود.

۳- احتمال بروز خشکی دهان با مصرف این دارو وجود دارد.

۴- درمان با پرومتازین باید ۲-۱ هفته قبل از زایمان قطع شود تا از بروز یرقان و علائم اکستراپیرامیدال در نوزاد جلوگیری شود.
مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۵ میلی گرم در موقع خواب و در صورت نیاز تا ۲۵ میلی گرم ۲ بار در روز و یا ۲۰-۱۰ میلی گرم ۳-۲ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۵-۲ ساله ۱۵-۵ میلی گرم در روز و در ۲-۱ مقدار منقسم و در کودکان ۱۰-۵ ساله ۲۵-۱۰ میلی گرم در روز و در ۲-۱ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۵۰-۲۵ میلی گرم و حداکثر تا ۱۰۰ میلی گرم از طریق تزریق عمیق داخل عضلانی تزریق می‌شود. در موارد اورژانسی ۵۰-۲۵ میلی گرم و حداکثر ۱۰۰ میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود.

کودکان در کودکان ۱۰-۵ ساله

۱۲/۵- ۶/۲۵ میلی گرم تزریق عضلانی عمیق می‌شود.

اشکال دارویی

As HCL; coated Tablet : ۲۵ mg

Syrup (۶۰ ml) : ۱۱۳ mg/۱۰۰ ml

Injection (۱,۲ ml): ۲۵ mg/ ۱ ml

PROPOFOL

موارد مصرف پروپوفول یک داروی بیهوش کننده است که به منظور القاء و ادامه بیهوشی مصرف می‌شود. این دارو همچنین برای ایجاد تسکین در حین مراقبت‌های ویژه و یا اعمال جراحی و تشخیصی بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک پروپوفول به سرعت در بدن توزیع شده و وارد CNS نیز می‌شود. خروج سریع آن نیز از CNS دلیل طول اثر کوتاه آن است به سرعت در کبد متابولیزه می‌گردد. نیمه عمر دفع آن حدود ۱۲ - ۳ ساعت است شروع اثر آن آرام ولی سریع است و طی ۴۰ ثانیه بعد از تزریق بیمار هوشیاری خود را از دست می‌دهد. طول اثر آن حدود ۵ - ۳ دقیقه است زمان هوشیاری بعد از قطع مصرف دارو نیز سریع بوده و اغلب بیماران طی ۸ دقیقه بیدار می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت سابقه حساسیت به دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مصرف پروپوفول هنگام زایمان توصیه نمی‌شود.

۲ - مصرف پروپوفول در اختلالات قلبی عروقی اختلالات متابولیسم چربی افزایش فشار داخل جمجمه‌ای و اختلالات عروق مغزی باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۳ - احتمال بروز تشنج آنافیلاکسی و تأخیر در بازگشت از بیهوشی وجود دارد.

۴ - به دلیل احتمال بروز تشنج به صورت تأخیری تا یک روز بعد از عمل نیز باید مراقبت از بیمار بعمل آید.

عوارض جانبی آپنه برادی کاردی و کاهش فشارخون و درد در ناحیه تزریق در صورت تزریق وریدی از عوارض جانبی شایع پروپوفول هستند.

نکات قابل توصیه ۱ - تجویز پروپوفول فقط باید توسط متخصصین بیهوشی و در محلی که به امکانات اورژانس دسترسی دارند صورت گیرد.

۲ - تزریق پروپوفول باید به صورت داخل وریدی باشد و تزریق داخل شریانی آن توصیه نمی‌شود.

۳ - به منظور جلوگیری از بروز عفونت ناشی از آلودگی باکتریایی در هنگام کشیدن دارو در سرنگ بایستی کاملاً شرایط استریل ایجاد نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القاء بیهوشی از طریق تزریق وریدی به میزان $2/5 - 1/5$ mg/kg (در افراد کمتر از ۵۵ سال سن و با سرعت ۴۰ - ۲۰ میلی گرم در هر ۱۰ ثانیه) در افراد بالای سن ۵۵ سال محدود مصرف پایین تر است تجویز می‌شود. برای تداوم بیهوشی از طریق انفوزیون داخل وریدی به میزان $12/5 - 4$ mg/kg/h یا تزریق داخل وریدی به میزان ۵۰ - ۲۵ میلی گرم تجویز می‌شود که بسته به نیاز بیمار قابل تکرار می‌باشد. برای ایجاد تسکین در حین مراقبت‌های ویژه (همراه با تنفس کمکی)، از طریق انفوزیون داخل وریدی به میزان

$4/3 - 0/3$ mg/kg/h و تا مدت ۳ روز تجویز می‌شود. برای ایجاد تسکین در اعمال تشخیصی یا جراحی در ابتدا از طریق تزریق داخل

وریدی مقدار $1/5 - 0/5$ mg/kg در مدت زمانی بیش از ۵ - ۱ دقیقه تجویز می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده از طریق انفوزیون داخل

وریدی $4/5 - 1/5$ mg/kg/h (در صورت نیاز به افزایش سریع عمق تسکین به میزان ۲۰ - ۱۰ میلی گرم

افزایش می‌یابد) می‌باشد. در افراد بالاتر از سن ۵۵ سال ممکن است به مقادیر کمتر نیاز باشد.

کودکان برای القاء بیهوشی در سنین بالای ۳ سال به میزان $2/5$ mg/kg که بسته به ضرورت تنظیم می‌شود بر اثر حفظ و تداوم

بیهوش در سنین بالای ۳ سال به میزان 15mg/kg/h - ۹ تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰ mg/ml

SELEGILINE

موارد مصرف این دارو به تنهایی (در مراحل اولیه بیماری و به صورت کمکی همراه لوودوپا جهت درمان بیماری پارکینسون یا علائم آن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم مونوآمینوآکسیداز (MAO-B) آنزیم مسؤوول تجزیه دوپامین مانع تجزیه دوپامین می‌شود. فارماکوکینتیک این دارو دارای متابولیسم گذر اول کبدی شدیدی می‌باشد و به همین دلیل پس از مصرف خوراکی فراهمی زیستی دارو کم است در کبد متابولیزه می‌شود و متابولیت فعال آن از طریق ادرار دفع می‌شود. به مقدار زیادی به پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود. ونیمه عمر دارو و متابولیت فعال آن ۲ - ۱ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود علائم خارج هرمی ناشی از مصرف داروها نباید تجویز شود.

هشدارها: ۱ - در صورت مصرف همزمان این دارو با لوودوپا، ممکن است عوارض جانبی لوودوپا افزایش یابد.

۲ - در صورت وجود زخم‌های گوارشی افزایش فشارخون کنترل نشده آریتمی آنژین و جنون با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون تهوع و استفراغ گیجی یا سایکوز، سرآسیمگی خشکی دهان اختلال خواب اختلال آنزیم‌های کبدی مشکل در دفع ادرار و واکنش‌های پوستی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با پتیدین موجب افزایش دمای بدن و سمیت سیستم اعصاب مرکزی می‌گردد. در صورت مصرف همزمان این دارو با فلوکستین افزایش فشارخون و تحریک سیستم اعصاب مرکزی رخ می‌دهد. تجویز توأم با مهارکننده‌های منوآمین اکسیداز موجب افت فشارخون می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - در صورت مصرف همزمان این دارو با لوودوپا، مقدار مصرف لوودوپا ۵۰ - ۲۰٪ باید کاهش یابد.

۲ - به منظور اجتناب از اغتشاش شعور و سرآسیمگی ناشی از دارو در سالمندان درمان باید با مصرف مقادیر کم شروع شود.

مقدار مصرف مقدار ۱۰ میلی‌گرم به صورت مقدار واحد صبح‌ها یا دو مقدار منقسم در صبح و ظهر مصرف می‌شود. در سالمندان بهتر است با مقدار $2/5\text{mg/day}$ ، درمان را شروع نمود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg

SUFENTANIL

موارد مصرف سوفنتانیل یک ضد دردمخدر است که به عنوان داروی همراه و همچنین برای القای بیهوشی مصرف می‌شود. این دارو هم چنین با تجویز داخل نخاعی و درون سخت شامه برای ایجاد بیدردی پس از عمل جراحی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییر در دریافت و پاسخ به تحریکات دردمی شوند. آزاد شدن نوروترانسمیترها از اعصاب آوران حساس به تحریکات دردناک احتمالاً در اثر این دارو نقش دارند.

فارماکوکینتیک سوفنتانیل براحتی از سدخونی - مغزی عبور می‌کند. تجمع سوفنتانیل در بافت‌های چربی ممکن است باعث طولانی

شدن اثر دارو شود متابولیسم دارو عمدتاً کبدی است سوفتانیل نیمه عمر سه مرحله‌ای دارد و نیمه عمر دفعی آن ۲/۷ ساعت است زمان شروع اثر دارو حدود ۱/۶ - ۱ دقیقه بعد از تزریق وریدی است هشدارها: ۱ - در صورت وجود عیب کارکبد، سوفتانیل باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲ - داروهای ضد درد مخدر باعث تشدید ضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی کاردی کاهش فشارخون و ضعف تنفسی طی و بعد از عمل جراحی از عوارض شایع و مهم سوفتانیل هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سوفتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - هنگام تجویز دارو باید امکانات لازم برای کنترل علائم مسمومیت احتمالی با دارو از جمله آنتاگونیست‌های مواد مخدر در دسترس باشد.

۲ - مقدار مصرف دارو باید برای هر بیمار به طور جداگانه و با توجه به سن و وزن اندازه بدن شرایط فیزیکی بیمار، مصرف همزمان سایر داروها و طول مدت احتمالی عمل جراحی تعیین شود.

۳ - این دارو ممکن است باعث سختی عضلات سینه و شکم شده و در نتیجه باعث اختلال در تنفس گردد.

۴ - تزریق وریدی دارو بهتر است به صورت آهسته و طی حداقل ۲ - ۱ دقیقه صورت گیرد.

۵ - اگر چه مصرف بنزودیازپین‌ها ممکن است باعث بهبود بیهوشی گردد، احتمال افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش فشارخون باید در نظر گرفته شود.

۶ - مصرف متناوب دارو ممکن است باعث ایجاد تحمل به اثرات دارو گردد. این دارو مانند سایر داروهای ضد درد مخدر ممکن است باعث ایجاد وابستگی و اعتیاد به دارو شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان داروی بیهوشی عمومی مقدار مصرف اولیه آن

۱ mcg/kg - ۰/۵ است که در ابتدا تزریق وریدی شده و در صورت نیاز مقدار مصرف ۲۵ mcg/kg - ۱۰ مجدد؟ تزریق می‌گردد.

مقدار مصرف متوسط آن (در جراحی‌های بزرگ مقدار ۵ mcg/kg - ۲ است و در صورت نیاز مقدار

۵۰ mcg/kg - ۱۰ مجدد؟ تزریق می‌گردد. به عنوان داروی اصلی در جراحی‌های بزرگ ۳۰ mcg/kg - ۵ تزریق وریدی می‌شود و

در صورت نیاز مقدار

۵۰ mcg/kg - ۲۵ مجدد؟ تزریق

می‌گردد.

کودکان به عنوان داروی اصلی بیهوشی در جراحی‌های قلبی - عروقی

۲۵ mcg/kg - ۱۰ به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق وریدی می‌شود و مصرف نگهدارنده تا ۵۰ mcg/kg - ۲۵ است

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mcg / ۱۰ ml

TETRACAINE HCl

موارد مصرف تراکائین برای ایجاد بی‌حسی موضعی یا منطقه‌ای ایجاد اثر ضد درد و قبل از اعمال جراحی دندانپزشکی و کانوله نمودن وریدی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تثبیت برگشت پذیرغشای سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش نفوذپذیری این غشاء به یون سدیم شروع و هدایت رفلکسهای عصبی را متوقف می‌کند. این عمل از انتشار پتانسیل عمل و هدایت بعدی رفلکسهای عصبی جلوگیری به عمل می‌آورد.

موارد منع مصرف ۱- در صورت وجود بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت شدید فشارخون عفونت در موضع تزریق و شوک نباید از این دارو برای ایجاد انسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

۲- هر گونه سپتی سمی می‌تواند تحمل بیمار را در تزریق در ناحیه زیر عنکبوتیه کاهش دهد.

۳- این دارو نباید بر روی بافت ملتهب زخمی یا غنی از بسترهای عروقی استفاده می‌شود.

۴- این دارو نباید برای ایجاد بیحسی در پرونکوسکوپ یا سیستوسکوپ استفاده شود.

هشدارها: ۱- در بیماری CNS به هر دلیل و یا اختلالات انعقادی خون با احتیاط مصرف شود.

۲- ضعف طولانی قلبی - عروقی و آریتمی قلبی در اثر مصرف این دارو گزارش شده است

۳- احتمال بروز حساسیت به دارو وجود دارد.

عوارض جانبی واکنش‌های سیستمیک ممکن است به سرعت و یا با تاخیر و تا ۳۰ دقیقه پس از تجویز دارو بروز کند، عوارض با شیوع کم آن عبارتند از کبودی رنگ پوست اختلال بینایی و یا دو بینی تشنج سرگیجه زنگ زدن گوش لرزش یارعه عصبانیت و یا بیقراری غیر عادی و تهوع و استفراغ اریتم ادم و خارش نیز در مصرف موضعی دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی داروهای تضعیف CNS، از جمله داروهای که معمولاً قبل از بیهوشی و یا به عنوان کمک همراه با داروهای بیحس کننده موضعی مصرف می‌شوند و نیز سولفات منیزیم تزریقی در صورتی که همزمان با داروهای بیحس کننده موضعی مصرف گردند، ممکن است موجب بروز اثرات تضعیف اضافی CNS شوند. داروهای مسدود کننده بتا آدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون کبدی سرعت متابولیسم دارو را کاهش داده و خطر مسمومیت با آن را بالا می‌برد. سایمتیدین متابولیسم این دارو را بتاخیر می‌اندازد و در نتیجه احتمال خطر مسمومیت را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت حساسیت به سایر بیحس کننده‌ها این دارو با احتیاط زیر نظر پزشک مصرف شود.

۲- بدلیل طولانی بودن زمان بیحسی باید دقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح نگردند.

۳- مصرف دارو در شیرخواران نارس و یا زیر سن یک ماهگی توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف برای بیحسی نخاعی پایین ستون فقرات مقدار ۵-۲ میلی گرم

(۰/۵ - ۰/۲ میلی لیتر) از محلول یک درصد همراه با دکستروز ۱۰٪، در بیحسی ناحیه پرینه ۵ میلی گرم برای بیحسی ناحیه تحتانی پرینه مقدار ۱۰ میلی گرم از محلول ۱٪ از راه مایع مغزی - نخاعی استفاده می‌گردد که در دکستروز ۱۰٪ رقیق شده است در بیحسی کنار دنده‌ها حداکثر

۲۰-۱۵ میلی گرم از محلول ۱٪ استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱٪

THIOPENTAL SODIUM

موارد مصرف تیوپنتال به طور عمده برای القای بیهوشی عمومی و به تنهایی به عنوان بیهوش کننده و ریدی در اعمال جراحی کوتاه مدت که حداقل تحریکات دردناک را دارند، مصرف می‌شود. همچنین به عنوان داروی کمکی به همراه سایر بیهوش کننده‌ها و برای

ایجاد خواب در حین بیهوشی متعادل همراه با داروهای دیگر مانند داروهای ضد درد با شل کننده‌های عضلانی به کار می‌رود. تیوپنتال ممکن است در مقادیر کم همراه با داروهای مخدر و نیتروازاکساید برای ادامه بیهوشی در اعمال جراحی طولانی مدت به کار رود. تیوپنتال به صورت مصرف کوتاه مدت جهت کنترل حالت‌های تشنجی طی بیهوشی استنشاقی یا پس از آن بیحسی موضعی یا سایر علل مصرف می‌شود.

تیوپنتال در درمان افزایش فشار داخل جمجمه‌ای در صورتی که وضعیت تنفسی بیمار به اندازه کافی کنترل شده باشد مصرف می‌گردد و نیز ممکن است برای کاهش فشار داخل جمجمه‌ای طی استفاده از بیهوش کننده‌های استنشاقی مصرف شود.

تیوپنتال به منظور نارکوز آنالیز در اختلالات روانی به کار می‌رود. تیوپنتال با مقادیر مصرف زیاد برای جلوگیری از کاهش اکسیژن خون و ایسکمی مغز پس از وارد شدن آسیب به سر و سایر موارد مشابه مصرف شده است.

مکانیسم اثر: تیوپنتال یک بیهوش کننده از دسته باریتورات‌های خیلی کوتاه اثر بوده و دستگاه عصبی مرکزی را تا حد ایجاد خواب و بیهوشی تضعیف می‌کند. ولی اثر ضد دردی ندارد. به نظر می‌رسد که این دارو از طریق افزایش پاسخ به GABA، کاهش پاسخ به گلوتامات و کاهش مستقیم تحریک پذیری بوسیله افزایش هدایت غشایی عمل می‌کند و بدین وسیله موجب کاهش تحریک پذیری سلولهای عصبی و ایجاد بیهوشی می‌گردد.

در ضمن با انتقال تکانه‌های عصبی به طرف قشر مغز تداخل می‌نماید.

فارماکوکینتیک به علت حلالیت زیاد آن در چربی و درجه یوانیزاسیون کم آن به سرعت از سد خونی - مغزی عبور کرده و از مغز به سایر بافتهای بدن منتشر می‌شود. متابولیسم دارو عمدتاً کبدی است و مقدار کمی از آن نیز در سایر بافتها به ویژه کلیه‌ها و مغز متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به پورفیری حاد یا پورفیری با تظاهرات پوستی یا سابقه ابتلای به آن نباید مصرف شود. هشدارها: در موارد بیماری شدید قلبی - عروقی کمی فشارخون یا شوک بیماریهای تنفسی شامل تنگی نفس یا انسداد مجاری تنفسی بخصوص آسم مداوم این دارو باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک درد شکم اضطراب یا بیقراری بثورات جلدی کهیر، خارش یا قرمزی پوست تورم پلک‌ها یا لبها، کاهش غیر عادی فشارخون خس خس سینه و آریتمی قلبی و تضعیف دستگاه تنفسی ترومبوفلیت ضعف گردش خون و تحریکات تنفسی با مصرف این دارو گزارش شده است.

تداخل‌های دارویی این دارو با داروهای تضعیف CNS تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - در بیماری حاد کبدی بهتر است مقدار تجویز دارو برای القاء بیهوشی کاهش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القای بیهوشی عمومی بزرگسالان به عنوان یک راهنمای کلی

۱۰۰ - ۵۰ میلی گرم بر حسب نیاز یا

۴mg/kg - ۳ به صورت مقدار مصرف واحد تزریق وریدی می‌شود. مقدار نگهدارنده نیز باید توسط پزشک برای هر فرد

به طور جداگانه تعیین شود، ولی

به عنوان یک راهنمای کلی ۱۰۰ - ۵۰ میلی گرم بر حسب نیاز بیمار تزریق وریدی می‌شود. در افزایش فشار وریدی مغزی ۳/۵mg/kg

- ۱/۵ به صورت متناوب که در صورت نیاز تا کاهش فشار داخل جمجمه می‌توان آن را تکرار کرد، تجویز می‌شود. در حالت‌های

تشنجی ۱۲۵ - ۵۰ میلی گرم هر چه سریعتر بعد از شروع تشنج تزریق وریدی می‌شود. و در موارد نارکوز آنالیز محلول ۲/۵ درصد با

سرعت ۱۰۰ میلی گرم در دقیقه همزمان با شمارش معکوس از ۱۰۰ توسط بیمار تزریق می‌شود که بعد

از اختلال در شمارش و قبل از این که خواب واقعی ایجاد شود تزریق را باید قطع کرد.

کودکان برای القای بیهوشی عمومی در کودکان تا ۱۵ سال مقدار مصرف برای هر بیمار باید توسط پزشک تعیین گردد ولی به عنوان یک راهنمای

کلی ۷ mg/kg - ۲ تزریق می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده نیز برای هر بیمار باید توسط پزشک تعیین گردد، ولی به عنوان راهنمای کلی ۱ mg/kg بر حسب نیاز می‌باشد. اشکال دارویی

Injection : ۵۰۰ mg, ۱ g

THIORIDAZINE

موارد مصرف در موارد اسکیزوفرنی و سایر حالات جنون مانیا، برای درمان کوتاه مدت و کمکی تحریک پذیری روانی حرکتی اضطراب شدید و تحریک پذیری و بیقراری در سالمندان مشکلات شدید رفتاری و ذهنی کودکان تجویز می‌شود. مکانیسم اثر: تیوریدازین با انسداد گیرنده‌های دوپامینی در مغز موجب بهبود حالات جنون می‌شود. همچنین این دارو دارای اثرات آنتی موسکارینی و مسدود گیرنده‌های آلفا - آدرنژیک می‌باشد.

فارماکوکینتیک تیوریدازین از راه

خوراکی جذب ناقصی دارد و تحت تاثیر متابولیسم عبور اول کبدی قرار می‌گیرد. در کبد متابولیزه و به متابولیت فعال تبدیل می‌شود. دفع این دارو عمدتاً کلیوی است

موارد منع مصرف در حالت اغماء ناشی از مصرف داروهای تضعیف مغز استخوان و فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر با احتیاط تجویز می‌شود: بیماری عروق مغزی بیماری‌های قلبی عروقی و تنفس صرع پارکینسون عفونت‌های شدید، نارسایی کبدی و کلیوی سابقه یرقان کاهش گلبول‌های سفید، کم کاری تیروئید، میاستنی گراو، هیپرتروفی پروستات گلوکوم با زاویه بسته سالمندان و پورفیری

عوارض جانبی کاهش فشار خون رتینوپاتی رنگدانه‌ای (کاهش دید شبانه کاهش دقت دید، قهوه‌ای رنگ دیدن اجسام با مقادیر زیاد و در مصرف طولانی مدت ناتوانی جنسی بخصوص اختلال در انزال

عوارض خارج هرمی خواب آلودگی رنگ پریدگی دیسکتری تاخیری کابوس شبانه بی‌خوابی و افسردگی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای مهار کننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین و سایر داروهای ضد فشارخون موجب کاهش شدید فشار خون وضعیتی می‌گردد. اثرات کاهنده فشارخون این دارو در مصرف همزمان با داروهای هوشبر، مسدودهای کانال کلسیم و ضد دردهای اپیوئیدی افزایش می‌یابد. آنتی اسیدها جذب این دارو را کاهش می‌دهند. مصرف همزمان تیوریدازین با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای و سایر داروهای دارای خواص آنتی موسکارینی موجب افزایش اثرات ضد موسکارینی این دارو

می‌گردد. این دارو با کم کردن آستانه تشنج با اثرات داروهای ضد صرع ضدیت می‌کند. مصرف همزمان دارو با ترفنادین و آستیمیزول خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف این دارو همراه با پروپرانولول و سایر داروهای ضد آریتمی خطر بروز آریتمی را افزایش می‌دهد. مصرف توام لیتیوم و متوکلوپرامید با این دارو موجب افزایش خطر بروز عوارض خارج هرمی می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف طولانی مدت این دارو، معاینات چشم‌پزشکی باید انجام شود.

۲- در صورت نارسایی شدید کبدی و کلیوی از مصرف این دارو اجتناب شود.

۳- از قطع ناگهانی این دارو، خودداری شود.

۴- در صورت مصرف طولانی مدت این دارو، معاینات قلبی از نظر ECG باید انجام تا در صورت بروز هر گونه اختلال در عملکرد قلب مقدار دارو کاهش یابد.

۵- در طول مصرف این دارو، نبض دمای بدن و فشار خون باید دائمی کنترل شود.

۶- در طول مصرف این دارو، بیمار باید به اندازه کافی مایعات دریافت کند.

۷- افزایش مقدار مصرف دارو باید بتدریج و حداقل هفته‌ای یکبار انجام شود.

۸- تجویز مقادیر زیاد این دارو باید برای مدت کوتاهی انجام شود و در صورتیکه بعد از ۳ ماه با این مقدار مصرف بهبودی حاصل نشد، باید مقدار مصرف را کاهش داد.

۹- از آنجا که این دارو دارای متابولیت فعال می‌باشد، در ابتدا مقدار مصرف روزانه بصورت منقسم و بعد از مدتی یکبار در روز تجویز می‌گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مانیا، اسکیزوفرنی و سایر حالات جنون مقدار ۶۰۰ mg/day - ۱۵۰ که در ابتدا به صورت منقسم تجویز می‌شود تا حداکثر ۸۰۰ mg/day (فقط برای بیماران بستری در بیمارستان تا مدت ۴ هفته مصرف می‌شود).

در درمان کوتاه مدت و کمکی تحریک‌پذیری روانی - حرکتی

۲۰۰ mg/day - ۷۵ و در درمان کوتاه مدت و کمکی اضطراب شدید، تحریک‌پذیری و بی‌قراری در سالمندان ۱۰۰ mg/day - ۳۰ مصرف می‌شود.

کودکان (فقط در موارد مشکلات شدید رفتاری یا ذهنی در کودکان زیر ۵ سال ۱ mg/kg در روز و ۱۲ - ۵ سال

۱۵۰ mg/day - ۷۵ (در موارد شدید تا ۳۰۰ mg/day) مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

THIOTHIXENE

موارد مصرف تیوتیکسین برای کنترل اسکیزوفرنی و سایر موارد جنون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با انسداد گیرنده‌های دوپامینی در مغز موجب بهبود حالات جنون می‌شود. همچنین دارای اثرات آنتی‌موسکارینی و مسدودکننده گیرنده‌های آلفا - آدرنژیک می‌باشد که ممکن است در اثرات درمانی آن دخیل باشند.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی سریع؟ جذب می‌شود اما جذب آن ناقص و غیر قابل پیش بینی است در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود تضعیف مغز استخوان یا فتوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود بیماری‌های عروق مغزی بیماری‌های قلبی - عروقی و تنفس صرع پارکینسون عفونت‌های شدید، نارسایی کبدی و کلیوی سابقه یرقان لوکوپنی کم کاری تیروئید، میاستنی گراو، هیپرتروفی پروستات یا گلوکوم با زاویه بسته باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون ناتوانی جنسی بخصوص اختلال در انزال عوارض خارج هرمی خواب آلودگی رنگ پریدگی دیسکینزی تاخیری کابوس شبانه بی‌خوابی افسردگی ندرت؟ تحریک پذیری و تشنج خشکی دهان احتقان بینی یبوست اشکال در ادرار کردن تاری دید، افزایش ضربان قلب آریتمی اختلال در قاعدگی و بزرگ شدن پستانها از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین و سایر داروهای ضد فشارخون موجب کاهش شدید فشارخون وضعیتی می‌گردد. اثرات کاهنده فشارخون این دارو در مصرف همزمان باضد دردهای اپیوئیدی و داروهای هوشبرافزایش می‌یابد. آنتی‌اسیدها جذب این دارو را کاهش می‌دهند. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد افسردگی سه‌حلقه‌ای و سایر داروهای دارای خواص آنتی‌موسکارینی موجب افزایش اثرات ضد موسکارینی این دارو می‌گردد. این دارو با کم کردن آستانه تشنج با اثرات داروهای ضد صرع ضدیت می‌کند. مصرف همزمان این دارو با ترفنادین و آستمیزول خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. در مصرف همزمان این دارو با داروهای آرامبخش و ضد اضطراب اثر آرامبخش افزایش می‌یابد. مصرف این دارو همراه با پروپرانولول خطر بروز آریتمی را افزایش می‌دهد. مصرف توام لیتیم با این دارو موجب افزایش خطر بروز عوارض خارج هرمی و سمیت عصبی می‌گردد. مصرف همزمان این دارو با متوکلوپرامید نیز خطر بروز عوارض خارج هرمی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - در مصرف طولانی مدت معاینات چشم پزشکی باید انجام شود.

۲ - از قطع ناگهانی این دارو، خودداری شود.

۳ - در صورت مصرف طولانی مدت این دارو، معاینات قلبی باید انجام شود

تا در صورت بروز هر گونه اختلال در عملکرد قلب مقدار مصرف دارو کاهش یابد.

۴ - طی مصرف این دارو، نبض دمای بدن و فشارخون بایستی دائم؟ کنترل شود.

۵ - طی مصرف این دارو، بیمار باید مایعات کافی دریافت کند.

۶ - افزایش مقدار مصرف باید تدریجی و حداقل هفته‌ای یکبار انجام شود.

۷ - تجویز مقادیر زیاد این دارو باید فقط برای مدت کوتاهی انجام شود و در صورتی که بعد از ۳ ماه با این مقدار مصرف بهبودی حاصل نشد، باید مقدار مصرف را کاهش داد.

۸ - بعد از آنکه مقدار مصرف اولیه دارو تثبیت شد، بدلیل نیمه عمر زیاد این دارو، مقدار مصرف روزانه (از راه خوراکی یکبار در روز تجویز شود).

مقدار مصرف در ابتدا ۵ میلی‌گرم دو بار در روز، در صورت نیاز و بر اساس تحمل بیمار حداکثر ۶۰ mg/day مصرف می‌شود. بیماران سالخورده به مقادیر کمتری از این دارو نیاز دارند و افزایش مقدار مصرف در آنها باید تدریجی باشد.

اشکال دارویی

Capsule : ۵ mg

TOLMETIN

موارد مصرف در حالات درد و التهاب ناشی از بیماریهای روماتیسمی (شامل آرتريت جوانان و نیز دیگر اختلالات عصبی - عضلانی مصرف می گردد).

مکانیسم اثر: تولمتین اثرات ضد درد و ضدالتهابی خود را عمدتاً با مهار ساخت پروستاگلاندین‌ها اعمال می نماید.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی بخوبی جذب گردیده و پس از حدود یک ساعت حداکثر غلظت سرمی ایجاد می گردد، ۹۹ درصد دارو به پروتئین‌های پلاسما متصل می شود. دارو در شیر ترشح و در کبد متابولیزه می شود، داروی غیر فعال از راه ادرار دفع می گردد.

موارد منع مصرف در موارد حساسیت به داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (NSAIDs) که همراه با علائمی از قبیل آسم آنژیوادم رینیت آلرژیک یا کهیر می باشد نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- در بیماران مبتلا به اختلالات کبدی کلیوی یا قلبی با احتیاط و با حداقل مقدار ممکن به کار رفته و عملکرد کلیه مرتباً کنترل گردد.

۲- در بیماران دچار زخم معده یا سابقه آن از مصرف این دارو اجتناب شود و در صورت بروز صدمات معدی - روده‌ای هنگام مصرف دارو قطع گردد.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی مانند تهوع اسهال زخم و خونریزی ممکن است ایجاد گردد. واکنش‌های آلرژیک به ویژه آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی و نیز سردرد، سرگیجه و اختلالات شنوایی نظیر وزوز گوش ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی تولمتین اثر ضد فشارخون مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین را معکوس نموده احتمال بالا رفتن پتاسیم خون و نارسایی کلیوی را افزایش می دهد. مصرف تولمتین همراه داروهای ضد میکروبی از دسته کینولون‌ها، خطر بروز تشنج را افزایش می دهد. اثر داروهای پایین آورنده قندخون (سولفونیل اوره احتمالاً با مصرف تولمتین افزایش می یابد. خطر سمیت کلیوی سیکلوسپورین در صورت مصرف همزمان با تولمتین به وسیله مدرها تشدید می گردد. دفع متوترکسات و لیتوم بوسیله این دارو کاهش می یابد.

نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش عوارض گوارشی بهتر است دارو همراه یا بعد از غذا مصرف شود.

۲- در بیماران مبتلا به کاهش ذخیره قلبی زیادی فشارخون خیز، اختلالات انعقادی یا تحت درمان با وارفارین با احتیاط به کار رود. مقدار مصرف

بزرگسالان به میزان $1/8 \text{ g/day}$ - $2/2$ به صورت منقسم در ۲ - ۴ بار و حداکثر 30 mg/kg/day به کار می رود.

کودکان مقدار 25 mg/day - 20 به صورت منقسم در ۳ - ۴ بار و حداکثر ۳۰ میلی گرم مصرف می گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۰۰ mg

TRIFLUOPERAZINE

موارد مصرف تری فلوئوپرازین در درمان اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر مثل جنون و مانیا مصرف می گردد. همچنین در کوتاه مدت به عنوان داروی کمکی در درمان تحریکات روانی - حرکتی و هیجان و نیز کنترل استفراغ و تهوع شدید به کار می رود.

مکانیسم اثر: تری فلوئوپرازین اثر درمانی خود را عمدتاً با مهار گیرنده‌های دوپامینی بعد سیناپسی در سیستم مزولیمبیک و برخی نواحی دیگر مغز اعمال می نماید. همچنین گیرنده‌های موسکارینی و آلفا آدرنرژیک نیز تا حدودی بوسیله این دارو مهار می شوند.

فارماکوکینتیک پس از مصرف خوراکی جذب گردیده اما دارای متابولیسم عبور اول کبدی است حداکثر غلظت پلاسمایی

۴- ۲ ساعت پس از مصرف خوراکی ایجاد می‌گردد. دارو به میزان زیادی در کبد متابولیزه شده و عمدتاً از راه کلیه دفع می‌گردد. موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای تضعیف CNS یا تضعیف کننده مغز استخوان در بیماران در حال اغماء، ضعف مغز استخوان یا سابقه صدمات کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران مصرف کننده تری فلونوپرازین دیسکتری دیررس ممکن است بروز نماید.

۲- در بیماران مبتلا به آنژین ممکن است در طول مصرف دارو، درد آنژینی تشدید شود.

۳- در بیماران مبتلا به بیماری‌های قلبی عروقی کم کاری تیروئید، ضعف تنفسی یا صرع و نیز احتباس ادرار با احتیاط مصرف شود. عوارض جانبی آثار خارج هرمی خصوصاً واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی خواب‌آلودگی اثرات ضد موسکارینی و کمی فشارخون افزایش سرعت ضربان قلب آریتمی و سندرم شبه سنکوب از جمله عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تری فلونوپرازین خطرات ایجاد آریتمی‌های بطنی را در مصرف همراه با داروهای ضد آریتمی مسددهای گیرنده بتا آدرنرژیک و داروهای ضد هیستامین مانند ترفنادین و آستمیزول افزایش می‌دهد. مصرف فنوتیازین‌ها همراه با ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای سبب کاهش متابولیسم و افزایش غلظت خونی آنها می‌گردد. این دارو با کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌نماید. مصرف این دارو همزمان با متیل دوپا، متوکلوپرامید و لیتیوم

سبب افزایش اثرات خارج هرمی آنها خواهد شد.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی دارو خودداری شود.

۲- ترکیبات روان گردان عموم؟ نباید در افراد با سابقه سندرم نورولپتیک بدخیم مصرف شوند. هر چند در بعضی موارد بدون بروز مجدد این سندرم به کار رفته‌اند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در اسکیزوفرنی و حالات دیگر روانی درمان کمکی کوتاه مدت تحریکات روانی - حرکتی و هیجانی ابتدا ۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز مصرف گردیده بعد از یک هفته مقدار آن تا ۵ میلی‌گرم افزایش می‌یابد، سپس به فاصله هر ۳ روز بر حسب پاسخ دهی بیمار میزان مصرف دارو تنظیم می‌گردد. در درمان کمکی کوتاه مدت اضطراب شدید و یا به منظور کنترل استفراغ و تهوع شدید ۴- ۲ میلی‌گرم در مقادیر منقسم و در صورت نیاز تا ۶ میلی‌گرم روزانه به کار می‌رود.

کودکان در درمان اسکیزوفرنی و اختلالات روانی دیگر و هیجانان در کودکان تا ۱۲ سال ابتدا تا ۵ میلی‌گرم روزانه در مقادیر منقسم تجویز می‌شود سپس بر حسب پاسخ دهی بیمار، سن و وزن میزان مصرف تنظیم می‌گردد. در درمان کمکی و کوتاه مدت اضطراب شدید و کنترل استفراغ یا تهوع شدید در کودکان ۵- ۳ سال تا ۱ میلی‌گرم روزانه و در بچه‌های ۱۲- ۶ ساله تا ۴ میلی‌گرم روزانه تجویز می‌گردد.

تزریقی

به میزان ۳- ۱ میلی‌گرم روزانه در مقادیر منقسم حداکثر تا ۶ میلی‌گرم روزانه و در کودکان ۵۰ mg/kg در روز تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Coted Tablet : ۱ mg, ۲ mg, ۵ mg, ۱۰ mg

Injection : ۱ mg/ml

AMIODARONE HCl

موارد مصرف آمیودارون در درمان تاکی کاردی همراه سندرم ولف پارکینسون - وایت (W-P-W) مصرف می‌شود. این دارو ممکن است فقط در درمان آریتمی‌های قلبی زمانی که سایر داروها موثر نبوده و یا منع مصرف داشته باشند، از جمله تاکی کاردی فوق بطنی گهگیر، تاکی کاردی بطنی و گره‌ای فیبریلاسیون دهلیزی فلوتر دهلیزی و فیبریلاسیون بطنی به کار رود.

مکانیسم اثر: آمیودارون با اثر مستقیم بر بافتها، بدون تاثیر بارز بر پتانسیل غشاء، طول مدت پتانسیل عمل و دوره تحریک‌ناپذیری را در تمام بافتهای قلب طولانی می‌کند. همچنین در بیماران مبتلا به سندرم W-P-W، تحریک پذیری بافت مسیر فرعی را طولانی کرده و سرعت هدایت را در این بافتها کند می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب آمیودارون از راه خوراکی کند و متغیر است سرعت دستیابی به غلظت پلاسمایی یکنواخت و درمانی دارو، کند و دفع دارو طولانی است پیوند دارو با پروتئین بسیار زیاد است متابولیسم این دارو کبدی است و نیمه عمر آن در مرحله ابتدایی ۱۰ - ۲/۵ روز و در مرحله انتهایی ۱۰۷ - ۲۶ روز است اثر دارو ۳ - ۲ روز تا ۳ - ۲ ماه پس از مصرف شروع می‌شود. طول مدت اثر متغیر (هفته‌ها تا ماهها) است

موارد منع مصرف این دارو در برادی کاردی سینوسی انسداد سینوسی مدلیزی قلب اختلالات شدید هدایتی یا بیماری گره سینوسی (مگر این که از ضربان ساز مصنوعی استفاده شده باشد)، اختلال در عملکرد تیروئید، حساسیت به ید، عیب شدید دستگاه تنفسی کلاپس گردش خون نارسایی احتقانی قلب و افت شدید فشار خون شریانی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - آزمون عملکرد کبد و تیروئید در درمان طولانی مدت ضروری است آمیودارون می‌تواند سبب بروز اختلال در عملکرد تیروئید شود. بنابراین در طول مصرف آن هر سه هورمون تیروکسین تری یدوتیرونین و هورمون محرک تیروتروپین باید اندازه‌گیری شوند.

۲ - در صورت بروز تنگی نفس یا پیشرفت آن و همچنین بروز سرفه در بیمارانی که آمیودارون مصرف می‌کنند، احتمال وجود پنومونی باید در نظر گرفته شود.

۳ - در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

نارسایی قلب عیب کار کلیه بیماران سالخورده برادی کاردی شدید و اختلالات هدایتی قلب (به ویژه با مصرف مقادیر زیاد) و پورفیری

۴ - به علت کند بودن شروع اثر دارو، مشکل بودن تنظیم مقدار مصرف و احتمال بروز عوارض جانبی شدید، درمان با این دارو باید در بیمارستان شروع شود و بیمار حداقل طی دوره مصرف مقدار حمله‌ای دارو در بیمارستان بستری باشد. مقدار مصرف دارو برای هر بیمار باید جداگانه و بر اساس نیازهای بیمار، پاسخ بالینی وجود یا شدت مسمومیت و در بعضی حالات بر اساس غلظت پلاسمایی آمیودارون تنظیم شود.

عوارض جانبی اختلال در بینایی نوروپاتی و میوپاتی محیطی برادی کاردی و اختلالات هدایتی قلب حساسیت به نور و بندرت تغییرات رنگ پوست کم کاری تیروئید، پرکاری تیروئید، فیروز آلوتولیت ریوی هپاتیت تهوع استفراغ احساس طعم فلزی در دهان لرزش کابوس سرگیجه سردرد، بی‌خوابی افزایش فشار داخل جمجمه التهاب اپی دیدیم بی‌نظمی حرکات عضلانی بشورات جلدی التهاب عروق کاهش پلاکت خون افزایش زمان پروترومبین آنافیلاکسی (با تزریق سریع، اسپاسم برونش و آپنه از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان آمیودارون با سایر داروهای ضد آریتمی ممکن است خطر بروز آریتمی بطنی را افزایش دهد. آمیودارون غلظت پلاسمایی کینیدین و پروکائین آمید را افزایش می‌دهد. ضعف عضله قلب با مصرف همزمان هر داروی ضد

آریتمی با آمیودارون مشاهده می‌شود. اثر انعقادی وارفارین در صورت مصرف همزمان با آمیودارون افزایش می‌یابد. خطر بروز آریتمی بطنی در صورت مصرف همزمان داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای و فنتیازین‌ها با آمیودارون افزایش می‌یابد. در صورت مصرف همزمان آمیودارون با داروهای مسدودکننده گیرنده بتا، دیلتیازم و وراپامیل خطر بروز برادی کاردی انسداد گره دهلیزی بطنی و ضعف عضله قلب افزایش می‌یابد. غلظت پلاسمایی دیگوکسین در صورت مصرف همزمان با آمیودارون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - دوره درمان باید کامل شود. مصرف دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید طبق دستور پزشک ادامه یابد.

۲ - طی درمان با دارو و چند ماه پس از قطع مصرف آن از تابش مستقیم خورشید به پوست باید جلوگیری شود.

۳ - در صورت بروز مسمومیت عصبی حساسیت به نور، تهوع استفراغ و التهاب‌پای دیدیم کاهش مقدار مصرف و در بعضی موارد، قطع مصرف دارو توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در آریتمی بطنی مقدار حمله‌ای $1/6 \text{ g/day}$ - $0/8$ به مدت ۲ - ۳ هفته تا دستیابی به پاسخ درمانی اولیه یا بروز عوارض جانبی مصرف می‌شود. نگهدارنده تقریباً 400 mg/day است که می‌توان آن را بر حسب نیاز افزایش یا کاهش داد. در درمان تاکی کاردی فوق بطنی مقدار حمله‌ای 800 mg/day - 600 به مدت یک هفته تا زمان دستیابی به پاسخ درمانی اولیه یا بروز عوارض جانبی مصرف می‌شود. مقدار نگهدارنده تقریباً 400 mg/day - 200 است

کودکان به عنوان ضد آریتمی بطنی و در درمان آریتمی فوق بطنی مقدار حمله‌ای 10 mg/kg/day برای ۱۰ روز تا زمان دستیابی به پاسخ درمانی اولیه یا بروز عوارض جانبی مصرف شود. مقدار نگهدارنده $2/5 \text{ mg/kg/day}$ است تزریقی

از راه انفوزیون وریدی مقدار 5 mg/kg در طول ۱۲۰ - ۲۰ دقیقه همراه با پی‌گیری الکتروکاردیوگرام مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف $1/2 \text{ g/day}$ است

توجه فقط در موارد اضطراری شدید، از راه تزریق آهسته وریدی مقدار $300 - 150$ میلی‌گرم در ۲۰ - ۱۰ میلی لیتر محلول گلوکز ۵ درصد طی حداقل ۳ دقیقه همراه با پیگیری الکتروکاردیوگرام (معمولاً در بخش مراقبت‌های ویژه مصرف می‌شود. مقدار مصرف بعدی نباید زودتر از ۱۵ دقیقه باشد.

اشکال دارویی

Injection : ۱۵۰ mg/۳ ml

Tablet : ۲۰۰ mg

BETA – ADRENERGIC

BLOCKING AGENTS

ث ATENOLOL ث PROPRANOLOL

داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا-آدرنرژیک اثر آگونیستی واسطه‌های عصبی سمپاتیک را با رقابت در اتصال به گیرنده‌ها مسدود می‌کنند. اگر این داروها فقط یک نوع گیرنده بتا را مسدود کنند، به آنها انتخابی و در صورتی که هم گیرنده‌های بتا - یک و هم گیرنده‌های بتا - دو (که در بافت‌هایی به جز قلب وجود دارند) را مسدود کنند، غیر انتخابی نامیده می‌شوند. بعضی از مسدود

کننده‌های گیرنده‌های بتا با مقادیر کم گیرنده‌های بتا - یک را مسدود می‌کنند و با افزایش مقدار، شروع به انسداد گیرنده بتا- دو می‌کنند. آلپرنولول و پروپرانولول اثر تثبیت غشاء نیز دارند.

به‌عنوان ضد آئزین احتمالاً- باعث کاهش نیاز میوکارد به اکسیژن می‌شوند و اثر ضد آریتمی آنها به علت وقفه در تحریک آدرنرژیک در قلب است مکانیسم اثر پایین آورندگی فشارخون آنها هنوز شناخته نشده است ولی احتمال دارد به علت کاهش برون‌ده قلب کاهش جریان خروجی سمپاتیک به عروق محیطی و مهار آزادسازی رنین توسط کلیه‌ها باشد. درپیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد با کاهش نیاز میوکارد به اکسیژن موجب کاهش احتمالی شدت ایسکمی میوکارد می‌شود.

ATENOLOL

موارد مصرف آتنولول در درمان آئزین صدی مزمن کنترل زیادی فشارخون (به‌تنهایی یا همراه سایر داروهای کاهنده فشارخون و پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حدود ۵۰ درصد دارو از مجرای گوارش جذب می‌شود. پیوند این دارو به پروتئین‌های پلاسما اندک است متابولیسم دارو به مقدار کم در کبد صورت می‌گیرد. نیمه عمر دارو ۷-۶ ساعت و زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر ۴-۲ ساعت می‌باشد. دارو از راه کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در شوک قلبی نارسایی آشکار قلب بلوک قلبی درجه دو یا سه دهلیزی - بطنی برادی کاردی سینوسی و کاهش فشار خون سیستولیک به کمتر از ۱۰۰ میلی‌متر جیوه (برای پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو در موارد زیر باید با احتیاط صورت گیرد: آسم نایژه‌ای آمفیزم یا برونشیت غیر آلرژیک نارسایی احتقانی قلب دیابت پرکاری تیروئید، افسردگی روانی یا سابقه ابتلاء به آن

۲- مقدار مصرف این دارو در سالمندان باید بر اساس پاسخ بیمار تعیین شود، زیرا از یک طرف به علت کاهش حساسیت این بیماران به اثر دارو ممکن است افزایش مقدار مصرف لازم باشد و از طرف دیگر به علت کاهش توانایی متابولیسم و دفع دارو کاهش مقدار مصرف ممکن است ضرورت یابد.

۳- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه مقادیر مصرف آتنولول باید کاهش یابد.

۴- در صورت بروز افسردگی ناشی از این دارو، مصرف آن باید قطع شود.

۵- اگر بعد از یک دوره درمان طولانی باین دارو قطع مصرف آن ضرورت پیدا کند، باید بتدریج و حداقل طی سه روز تا دو هفته قطع شود. در طول این مدت بیمار باید از فعالیتهای شدید بدنی پرهیز کند تا خطر بروز انفارکتوس میوکارد یا آریتمی به حداقل برسد. اگر پس از قطع مصرف دارو، علائم قطع مصرف بروز کرد، باید مصرف دارو را به‌طور موقت از سر گرفت و به دنبال بهبود بیمار، مصرف دارو را با احتیاط قطع کرد.

عوارض جانبی برادی کاردی نارسایی قلب اختلال در هدایت قلب اسپاسم برونش انقباض عروق محیطی اختلالات گوارشی خستگی اشکال در بخواب رفتن بثورات جلدی اشکال در تنفس یا خس خس کردن سردی دستها و پاها، افسردگی ورم مچ و ساق پا، ضربان آهسته و غیر عادی قلب و سردرد با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مقدار مصرف انسولین و داروهای خوراکی پایین آورنده قندخون هنگام مصرف همزمان با این دارو باید تنظیم گردد تا از کاهش بیش از حد قندخون جلوگیری شود. در صورت مصرف همزمان داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنرژیک با داروهای مسدود کننده کانالهای کلسیمی یا کلونیدین اثرات کاهش فشارخون ممکن است تشدید شود. مصرف همزمان داروهای مهار کننده مونوآمین اکسیداز با این دارو، به علت امکان افزایش شدید فشارخون توصیه نمی‌شود. در صورت مصرف همزمان

این دارو با آمین‌های مقلد سمپاتیک که دارای فعالیت بتا - آدرنرژیک هستند، ممکن است اثرات هر دو دسته دارو کاهش یابند. گزارتین‌ها در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است موجب مهار اثرات درمانی هر دو دسته دارو شوند. همچنین کلیرانس تئوفیلین افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - هیچیک از نوبتهای مصرف این دارو نباید فراموش شود، بخصوص اگر روزی یک بار مصرف می‌شود.

۲ - این دارو، زیادی فشار خون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. مصرف آن ممکن است تا پایان عمر ضروری باشد.

۳ - مصرف دارو، حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۴ - اگر صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض یاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا زمان مصرف نوبت بعدی ۴ ساعت باقیمانده باشد، از مصرف آن نوبت خودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۵ - در بیماران مبتلا به دیابت با مصرف این دارو علائم کمی قندخون ممکن است تخفیف یابد یا گاهی غلظت قند خون افزایش یابد.

۶ - از مصرف با سایر داروها، به ویژه داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه پزشک ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آنژین صدری ابتدا ۵۰ میلی گرم یک بار در روز مصرف می‌شود که پس از یک هفته در صورت نیاز و تحمل زیاد بتدریج تا ۱۰۰ میلی گرم افزایش می‌یابد. به عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا ۵۰ - ۲۵ میلی گرم یک یا دوبار در روز مصرف می‌شود که پس از دو هفته در صورت نیاز و تحمل بیمار تا ۱۰۰ mg/day - ۵۰ افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

PROPRANOLOL HCl

موارد مصرف پروپرانولول در درمان آنژین صدری مزمن پیشگیری و درمان آریتمی قلبی کنترل زیادی فشارخون درمان کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک و پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد، در درمان کمکی فتوکروموسیتوم و پیشگیری از سردردهای عروقی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حدود ۹۰ درصد دارو از مجرای گوارش جذب می‌شود. پیوند دارو با پروتئین‌های پلاسما خیلی زیاد است متابولیسم دارو کبدی بوده نیمه عمر آن

۳ - ۲ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر ۱/۵ - ۱ ساعت است دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در شوک قلبی نارسایی آشکار قلب بلوک درجه دو یا سه دهلیزی - بطنی برادی کاردی سینوسی و کاهش فشار خون سیستولیک به کمتر از ۱۰۰ میلی متر جیوه (برای پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مصرف این دارو در موارد زیر باید با احتیاط صورت گیرد:

آسم نایژه‌ای آمفیزم یا برونشیت غیر آلرژیک نارسایی احتقانی قلب دیابت پرکاری تیروئید، افسردگی روانی یا سابقه ابتلاء به آن

۲ - مقدار مصرف این دارو در سالمندان باید بر اساس پاسخ بیمار تعیین شود، زیرا از یک طرف به علت کاهش حساسیت این بیماران به اثر دارو ممکن است افزایش مقدار مصرف لازم باشد و از طرف دیگر به علت کاهش توانایی متابولیسم و دفع داروها، کاهش مقدار مصرف ممکن است ضرورت یابد.

۳ - در بیماران مبتلا به عیب کار کبد، مقادیر مصرف این دارو باید کاهش یابد.

۴ - در صورت بروز افسردگی ناشی از این دارو، مصرف آن باید قطع شود.

۵- اگر بعد از یک دوره درمان طولانی با این دارو قطع مصرف آن ضرورت پیدا کند، باید مصرف این دارو بتدریج و حداقل طی سه روز تا دو هفته قطع شود. در طول این مدت بیمار باید از فعالیتهای شدید بدنی پرهیز کند تا خطر بروز انفارکتوس میوکارد یا آریتمی به حداقل برسد. اگر پس از قطع مصرف دارو، علائم قطع مصرف بروز کرد، باید مصرف دارو را به طور موقت از سر گرفت ولی به دنبال بهبود بیمار، آن را با احتیاط قطع کرد.

عوارض جانبی برادی کاردی نارسایی قلب اختلال در هدایت قلب اسپاسم برونش انقباض عروق محیطی اختلالات گوارشی خستگی اشکال در بخواب رفتن بشورات جلدی اشکال در تنفس یا خس خس کردن سردی دستها و پاها، اغتشاش شعور بخصوص در سالمندان توهم افسردگی روانی ورم مچ و ساق پا، ضربان آهسته و غیر عادی قلب یبوست اضطراب یا نگرانی کاهش توانایی جنسی اسهال خواب آلودگی خفیف سردرد، بیحسی یا گزگز کردن انگشتان دست و پا و خستگی یا ضعف غیر عادی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل های دارویی مقدار مصرف انسولین و داروهای خوراکی پایین آورنده قند خون هنگام مصرف همزمان با این دارو باید تنظیم گردد تا از کاهش بیش از حد قند خون جلوگیری شود. در صورت مصرف همزمان داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنرژیک با داروهای مسدود کننده کانالهای کلسیمی یا کلونیدین اثرات کاهش فشار خون ممکن است تشدید شود. مصرف همزمان داروهای مهار کننده مونوآمین اکسیداز با این دارو، به علت امکان افزایش شدید فشار خون توصیه نمی شود. در صورت مصرف همزمان این دارو با آمین های مقلد سمپاتیک که دارای فعالیت بتا - آدرنرژیک هستند، ممکن است اثرات هر دو دسته دارو کاهش یابند. گزارتین ها در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است موجب مهار اثرات درمانی هر دو دسته دارو شوند. همچنین کلیرانس تنوفیلین افزایش می یابد.

نکات قابل توصیه ۱- هیچیک از نوبتهای مصرف این دارو نباید فراموش شود، بخصوص اگر روزی یک بار مصرف می شود.

۲- این دارو، زیادی فشار خون را درمان نمی کند، بلکه آن را کنترل می نماید. مصرف این دارو ممکن است تا پایان عمر ضروری باشد.

۳- مصرف دارو، حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۴- اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض بیاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا زمان مصرف نوبت بعدی ۴ ساعت باقیمانده باشد، از مصرف آن نوبت باید خودداری شده و مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۵- در بیماران مبتلا به دیابت با مصرف این دارو علائم کمی قند خون ممکن است تخفیف یابد یا گاهی غلظت قند خون افزایش یابد.

۶- از مصرف سایر داروها، به ویژه داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه پزشک ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان آئزین صدی مقدار ۲۰ - ۱۰ میلی گرم ۳ یا ۴ بار در روز مصرف می شود که این مقدار در صورت لزوم هر

۷- ۳ روز بتدریج تا حداکثر ۳۲۰ mg/day افزایش می یابد. به عنوان ضد آریتمی

۳۰ - ۱۰ میلی گرم ۳ یا ۴ بار در روز مصرف می شود که این مقدار بر اساس نیاز و تحمل بیمار تنظیم می گردد. به عنوان پایین آورنده فشار خون مقدار ۴۰ میلی گرم ۲ بار در روز مصرف می شود که این مقدار بر اساس نیاز و تحمل بیمار بتدریج تا حداکثر ۶۴۰ mg/day افزایش می یابد. در پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد ۲۴۰ mg/day - ۱۸۰ در مقادیر منقسم و در درمان کمکی کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک مقدار ۴۰ - ۲۰ میلی گرم ۳ یا ۴ بار در روز مصرف می شود که این مقدار بر اساس نیاز و تحمل

بیمار تنظیم می‌گردد. درد درمان کمکی فئوکروموسیتوم مقدار ۲۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز تا ۴۰ میلی‌گرم ۳ یا ۴ بار در روز، سه روز قبل از جراحی مصرف می‌شود. برای پیشگیری از سردردهای عروقی ابتدا، ۲۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز مصرف می‌شود که این مقدار بر اساس نیاز و تحمل بیمار، بتدریج تا حداکثر ۲۴۰ mg/day افزایش می‌یابد.

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی و کاهشنده فشارخون ابتدا ۱ mg/kg/day - ۰/۵ در ۴ - ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. در صورت نیاز، مقدار مصرف این دارو برای کنترل‌زیادی فشارخون و پیشگیری از بروز تاکی کاردی فوق بطنی باید تنظیم شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۴ mg/kg/day - ۲ در ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان ضد آریتمی ۳ - ۱ میلی‌گرم با سرعت حداکثر ۱ mg/min تزریق وریدی می‌شود. در صورت نیاز، این مقدار پس از ۴ ساعت تکرار می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی ۰/۱-۰/۱ mg/kg (تا حداکثر ۱ میلی‌گرم در هر نوبت مصرف که هر ۸ - ۶ ساعت در صورت نیاز تکرار می‌شود، مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۴۰ mg, ۸۰ mg

Injection : ۱ mg/ml

BRETYLIUM TOSYLATE

موارد مصرف این دارو در درمان آریتمی‌های بطنی که به سایر درمان‌ها مقاوم هستند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که این دارو سبب فرونشاندن سریع فیبریلاسیون بطنی می‌شود که ناشی از تاثیر مستقیم آن بر روی غشاء سلول میوکارداست علاوه بر این تخلیه نوراپی نفرین در انتهای اعصاب محیطی آدرنرژیک و سپس انسداد آدرنرژیک و جلوگیری از آزاد شدن نوراپی نفرین در پاسخ به تحریک عصب سمپاتیک نیز ایجاد می‌گردد. ظاهر؟ جلوگیری بیشتر از آزاد شدن نوراپی نفرین به فرو نشاندن تاکی کاردی بطنی کمک می‌نماید.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو ناچیز است نیمه عمر دارو ۱۰ - ۵ ساعت است که در عیب کار کلیه به ۲۱/۵ - ۱۶ ساعت می‌رسد. اثر این دارو از راه تزریق وریدی در فیبریلاسیون بطنی پس از ۱۰ - ۵ دقیقه و در تاکی کاردی بطنی پس از ۱۲۰ - ۲۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر کنترل ضربانات نارس بطنی ۹ - ۶ ساعت می‌باشد. طول اثر دارو ۲۴ - ۶ ساعت و دفع آن کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در موارد زیر این دارو باید با احتیاط مصرف شود:

تنگی آئورت زیادی فشارخون ریوی کاهش برون ده قلبی عیب کار کلیه

۲ - برتیلیوم همیشه قبل از تزریق وریدی رقیق می‌شود، مگر در فیبریلاسیون بطنی خطرناک که باید بدون رقیق شدن و با حداکثر سرعت ممکن تزریق شود.

۳ - برتیلیوم فقط در درمان کوتاه مدت به کار می‌رود و باید پس از ۵ - ۳ روز با کاهش تدریجی مصرف آن قطع شده و در صورت لزوم درمان با داروی ضد آریتمی خوراکی ادامه یابد.

عوارض جانبی کاهش فشارخون تهوع و استفراغ و نکروز بافت (پس از تزریق عضلانی با مصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با سایر داروهای ضد آریتمی سبب افزایش ضعف عضله قلب می‌شود. مصرف همزمان این دارو با گلیکوزیدهای قلبی توصیه نمی‌شود، زیرا تخلیه ابتدایی نوراپی نفرین ممکن است سبب افزایش سمیت دیژیتال شود. نکات قابل توصیه ۱ - تجویز عضلانی این دارو باید به تزریق ۵ میلی لیتر رقیق نشده آن در هر محل تزریق محدود شود. برای جلوگیری از تخریب بافت توصیه می‌شود محل تزریق ماساژ داده شود.

۲ - معمولاً طی چند روز نسبت به اثر کاهنده فشار خون این دارو تحمل ایجاد می‌شود. قبل از ایجاد تحمل بیمار باید به پشت خوابیده و فشار خون وی دقیقاً کنترل شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان از راه تزریق وریدی آهسته ابتدا ۱۰ mg/kg - ۵ طی ۱۰ - ۸ دقیقه (ترجیحاً ۳۰ - ۱۵ دقیقه)

همراه با کنترل فشار خون و پی‌گیری الکتروکاردیوگرام تجویز می‌شود. در صورت لزوم این مقدار پس از ۲ - ۱ ساعت تا مقدار تام ۳۰ mg/kg تکرار می‌شود. مقدار مصرف وریدی را می‌توان با استفاده از محلول انفوزیون وریدی گلوکز ۵ درصد یا کلرور سدیم به میزان ۱۰ mg/ml رقیق نمود. به عنوان مقدار نگهدارنده مقدار ۱۰ mg/kg - ۵ از راه عضلانی یا وریدی (طی ۳۰ - ۱۵ دقیقه هر ۸ - ۶ ساعت یا ۲ - ۱ میلی‌گرم در دقیقه از راه انفوزیون مداوم وریدی تجویز می‌شود).

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg/ml

CALCIUM CHANNEL

BLOCKING AGENTS

Nifedipine Diltiazem

Verapamil

داروهای مسدود کننده کانالهای کلسیمی از ورود یونهای کلسیم به داخل سلول از طریق کانالهای آهسته غشاءهای سلولی فعال جلوگیری می‌کنند. این داروها، سلولهای عضله قلب سلولهای موجود در سیستم هدایت الکتریکی قلب و سلولهای عضلات صاف عروق را تحت تاثیر قرار می‌دهند و لذا ممکن است قدرت انقباضی عضله قلب و تنوس عروق سیستمیک و کرونر را کاهش داده تشکیل و انتشار تکانه‌های الکتریکی قلب را کند نمایند.

داروهای مسدود کننده کانالهای کلسیمی از نظر محل اثر با هم متفاوت بوده و بنابراین اثرات درمانی آنها نیز مختلف می‌باشد. تفاوت‌های مهمی میان وراپامیل و داروهای مسدود کننده کانالهای کلسیمی از گروه دی‌هیدروپیریدین (مانند نیفدیپین وجود دارد. وراپامیل که در درمان آنژین صدری افزایش فشار خون و آریتمی مصرف می‌شود، برون ده قلبی را کاهش داده سرعت ضربان قلب و انتقال الکتریکی دهلیزی - بطنی (AV) را کند می‌نماید. بامقادیر مصرف بالا، این دارو ممکن است سبب بروز نارسایی قلبی اختلالات هدایت الکتریکی و کاهش فشار خون شود. بنابراین نباید همزمان با داروهای مسدود کننده گیرنده‌های بتا - آدرنرژیک مصرف شود.

نیفدیپین عضلات صاف عروقی را شل می‌کند و شریانهای محیطی و کرونر را گشاد می‌نماید. این دارو در مقایسه با وراپامیل اثر بیشتری بر عروق دارد و به میزان کمتری بر روی عضله قلب تاثیر می‌گذارد و فاقد هر گونه اثر ضد آریتمی است این دارو بندرت سبب بروز نارسایی قلب می‌شود، زیرا هر گونه اثر اینوتروپیک منفی با کاهش کار بطن جبران می‌شود.

دیلتیازم در درمان حالات مختلف آنژین موثر است این دارو ممکن است در بیماران که داروهای مسدود کننده گیرنده‌های بتا

آدرنرژیک در آنان منع مصرف دارد یا غیر موثر می‌باشند، مصرف شود. دیلتیازم دارای اثر اینوتروپیک منفی کمتری در مقایسه با وراپامیل می‌باشد و ضعف شدید عضله قلب نیز بندرت با مصرف این دارو مشاهده می‌شود. داروهای مسدودکننده کانالهای کلسیم خطر بروز انفارکتوس عضله قلب را در بیماران مبتلا به آنژین غیر پایدار کاهش نمی‌دهند. مصرف این داروها باید برای بیمارانی که به درمان با داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا آدرنرژیک نیتراها، داروهای ضد پلاکت و ضد انعقادها (اسید استیل سالیسیلیک و هپارین تزریقی مقاوم هستند، محدود شود.

DILTIAZEM HCI

موارد مصرف دیلتیازم در درمان آنژین مزمن فشارخون و آریتمی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از مجرای گوارش جذب می‌شود و به دلیل متابولیسم عبور اول از کبد، فراهمی زیستی آن تقریباً ۴۰ درصد می‌باشد. فراهمی زیستی با مصرف طولانی مدت و افزایش مقدار مصرف افزایش می‌یابد. پیوند این دارو به پروتئین‌های پلاسما زیاد می‌باشد. نیمه عمر این دارو پس از مصرف یک مقدار واحد خوراکی ۳۰ - ۲۰ دقیقه و برای مقادیر مصرف تکراری و زیاد، تقریباً ۵ تا ۸ ساعت می‌باشد. نیمه عمر آن از راه تزریقی نیز تقریباً ۳/۴ ساعت است اثر دیلتیازم از راه تزریقی طی ۳ دقیقه (به منظور کاهش سرعت ضربان قلب یا تبدیل تاکی کاردی فوق بطنی حمله‌ای به ریتم سینوسی و با مصرف قرصهای معمولی پس از ۶۰ - ۳۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر با مصرف مکرر از راه خوراکی حدود ۲ هفته و با تزریق سریع‌وریدی ۷ - ۲ دقیقه است طول اثر دارو از راه خوراکی ۸ - ۴ ساعت از راه تزریق سریع‌وریدی ۳ - ۱ ساعت و از راه انفوزیون مداوم وریدی ۱ - ۰/۵ ساعت است.

موارد منع مصرف این دارو در برادری کاردی نارسایی بطن چپ انسداد درجه ۲ یا ۳ دهلیزی بطنی (مگر در مواردی که از ضربان ساز مصنوعی استفاده شده باشد) و سندرم سینوس بیمار نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مقدار مصرف دیلتیازم در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه و کبد باید کاهش داده شود.

۲ - در موارد زیر، این دارو باید با احتیاط مصرف شود: نارسایی قلبی و عیب شدید کار بطن چپ برادری کاردی خفیف انسداد درجه یک دهلیزی بطنی و افزایش فاصله PR در الکتروکاردیوگرام

عوارض جانبی برادری کاردی انسداد سینوسی - دهلیزی و دهلیزی - بطنی کاهش فشارخون کسالت سردرد، اختلالات گوارشی برافروختگی و احساس گرما، خیز (ورم مچ پا) از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی خطر بروز برادری کاردی انسداد دهلیزی - بطنی و ضعف عضله قلب ناشی از مصرف آمیودارون با مصرف همزمان دیلتیازم افزایش می‌یابد. اثر کاربامازپین و تئوفیلین با مصرف دیلتیازم افزایش می‌یابد. دیلتیازم سبب افزایش غلظت پلاسمایی فنی توئین و دیگوکسین می‌شود. مصرف همزمان دیلتیازم با داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا - آدرنرژیک خطر بروز برادری کاردی و انسداد دهلیزی - بطنی را افزایش می‌دهد. اثر دیلتیازم در مصرف بافتوباریتال و فنی توئین کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲ - این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از این رو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳ - کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش از حد کند. بنابراین در مورد میزان تمرینات بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴ - از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.

۵- نبض بیمار باید کنترل شود و در صورتی که کمتر از ۵۰ بار در دقیقه باشد، مراجعه به پزشک ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار مصرف این دارو در درمان آنژین یا افزایش فشارخون در بزرگسالان ۶۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز (در مورد بیماران سالخورده ابتدا ۲ بار در روز) است که در صورت نیاز می‌توان این مقدار را با فاصله هر ۱ یا ۲ روز بر حسب نیاز و تحمل بیمار افزایش داد. بیشینه مقدار مصرف 360 mg/day است

تزریقی

از راه تزریق وریدی به‌عنوان ضد آریتمی مقدار 0.25 mg/kg به آهستگی و در مدت بیش از ۲ دقیقه با پی‌گیری مداوم الکتروکاردیوگرام و فشارخون تجویز می‌شود. اگر پاسخ کافی حاصل نشود، مقدار 0.35 mg/kg را می‌توان ۱۵ دقیقه پس از خاتمه تزریق مقدار اولیه تجویز نمود. باید توجه داشت که بعضی از بیماران به مقدار 0.15 mg/kg پاسخ می‌دهند، اگر چه طول اثر دارو ممکن است کمتر باشد.

در انفوزیون مداوم وریدی ابتدا

10 mg/hr بلافاصله پس از آخرین تزریق سریع وریدی تجویز می‌شود. سرعت انفوزیون ممکن است به میزان 5 mg/hr باشد.

اشکال دارویی

Tablet : ۶۰ mg

For Injection : ۱۰۰ mg

NIFEDIPINE

موارد مصرف نیفدپین در درمان آنژین و کنترل زیادی فشارخون مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیفدپین به‌طور کامل و سریع از راه خوراکی جذب می‌شود و به‌دلیل متابولیسم عبور اول از کبد، فراهمی زیستی آن ۶۰ تا ۷۵ درصد است فراهمی زیستی این دارو در صورت عیب کار کبد افزایش می‌یابد. پیوند این دارو با پروتئین‌های پلاسما بسیار زیاد است

(۹۸ - ۹۲ درصد). نیمه عمر این دارو تقریباً ۲ ساعت است اثر نیفدپین خوراکی ۲۰ دقیقه پس از مصرف شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت با مصرف کپسول در حدود ۶۰ - ۳۰ دقیقه و با مصرف قرص ۲ - ۱ ساعت است ۸۰ درصد دارو از راه کلیه به‌صورت متابولیت و ۲۰ درصد آن از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در شوک کاردیوژنیک تنگی پیشرفته آئورت و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف دارو در صورت بروز درد ایسکمیک یا تشدید درد موجود، بلافاصله پس از شروع درمان باید قطع شود.

۲- در موارد زیر، این دارو باید با احتیاط مصرف شود: اندوخته ضعیف قلب نارسایی قلبی یا عیب شدید کار بطن چپ کاهش شدید فشارخون و دیابت

۳- در بیماران مبتلا به عیب کار کبد، کاهش مقدار مصرف دارو ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی سردرد، برافروختگی سرگیجه بیحالی تاکی کاردی تپش سریع قلب خیز، بثورات جلدی تهوع تکرر ادرار، درد چشم و هیپرپلازی لثه با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی غلظت پلاسمایی کینیدین با مصرف نیفدپین کاهش می‌یابد. نیفدپین غلظت پلاسمایی فنی توئین را افزایش

می‌دهد. مصرف همزمان نیفدیین با داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا آدرنرژیک ممکن است سبب کاهش شدید فشارخون و نارسایی قلب شود. احتمال افزایش غلظت پلاسمایی دیگوکسین با مصرف نیفدیین وجود دارد.

نکات قابل توجه ۱ - مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲ - این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از این رو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳ - کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش از حد کند. بنابراین در مورد میزان تمرینات بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴ - از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو در درمان آئزین و افزایش فشارخون در بزرگسالان ابتدا ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز می‌باشد که این مقدار را می‌توان بر حسب نیاز و تحمل بیمار طی ۱۴ - ۷ روز افزایش داد. در مورد بیماران بستری در بیمارستان که تحت مراقبت دقیق می‌باشند، می‌توان مقدار مصرف دارو را هر ۶ - ۴ ساعت به میزان ۱۰ میلی‌گرم افزایش داد تا نشانه‌های بیماری کنترل شود.

بیشینه مقدار مصرف در صورت مصرف مقدار واحد تا ۳۰ میلی‌گرم و مقدار مصرف تام این دارو تا ۱۸۰ mg/day است بر اساس شدت و میزان شیوع نشانه‌های بیماری مقدار مصرف لازم دارو را می‌توان طی ۳ روز تعیین کرد، البته به شرطی که وضعیت بیمار به‌طور مرتب پی‌گیری شود (در شروع ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود و سپس مرحله به مرحله هر بار مقدار مصرف از ۱۰ میلی‌گرم به ۲۰ میلی‌گرم و سپس به ۳۰ میلی‌گرم بر اساس نیاز و تحمل بیمار افزایش می‌یابد).

اشکال دارویی

Capsule / Tablet : ۱۰ mg

VERAPAMIL HCl

موارد مصرف وراپامیل در درمان آئزین آریتمی کنترل زیادی فشارخون و به‌عنوان درمان کمکی کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک بیش از ۹۰ درصد دارو از راه خوراکی جذب می‌شود. به دلیل متابولیسم عبور اول از کبد، فراهمی زیستی آن ۳۵ - ۲۰ درصد است پیوند این دارو با پروتئین حدود ۹۰ درصد است نیمه عمر این دارو از راه خوراکی پس از مصرف مقدار واحد ۷/۴ - ۲/۸ ساعت و برای مقادیر تکراری ۱۲ - ۴/۵ ساعت است نیمه عمر وراپامیل در تزریق وریدی دو مرحله‌ای است که در مرحله کوتاهتر حدود ۴ دقیقه و در مرحله طولانی‌تر ۵ - ۲ ساعت است اثر وراپامیل از راه خوراکی پس از ۲ ساعت و اثر ضد آریتمی آن از راه وریدی طی ۱۵ - ۱ دقیقه شروع می‌شود. اثر همودینامیک دارو نیز از راه وریدی پس از ۵ - ۳ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت از راه خوراکی ۲ - ۱ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر از راه خوراکی ۹۰ - ۳۰ دقیقه و از راه تزریقی ۵ - ۳ دقیقه پس از خاتمه تزریق است طول اثر دارو از راه خوراکی ۱۰ - ۸ ساعت و طول اثر ضد آریتمی و همودینامیک به ترتیب حدود ۲ ساعت و ۲۰ - ۱۰ دقیقه پس از تزریق وریدی است وراپامیل از راه کلیه به میزان ۷۰ درصد به صورت متابولیت طی ۵ روز دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در کمی فشارخون برادی کاردی انسداد درجه دو و سه دهلیزی - بطنی سندرم سینوس بیمار، شوک کاردیوژنیک انسداد سینوسی - دهلیزی سابقه نارسایی قلب یا عیب شدید کار بطن چپ سندرم W-P-W همراه با فلوتر یا فیبریلاسیون دهلیزی و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو باید با احتیاط مصرف شود:

انسداد درجه یک دهلیزی - بطنی مرحله حاد انفارکتوس عضله قلب (در صورت بروز برادی کاردی کاهش فشارخون نارسایی بطن چپ مصرف دارو باید قطع شود)، مصرف همزمان با داروهای مسدود کننده گیرنده‌های بتا - آدرنرژیک

۲- مقدار مصرف وراپامیل در بیماران مبتلا به عیب کار کبد باید کاهش داده شود.

عوارض جانبی یبوست تهوع استفراغ برافروختگی سردرد، سرگیجه کسالت خیز میچ پا و بندرت عیب برگشت پذیر کار کبد، واکنش‌های آلرژیک ژینکوماستی و هیپرپلازی لثه با مصرف این دارو گزارش شده است پس از تزریق وریدی کاهش فشارخون برادی کاردی انسداد قلبی و آسیستول نیز مشاهده شده است

تداخل‌های دارویی خطر بروز برادی کاردی انسداد دهلیزی - بطنی و ضعف عضله قلب ناشی از مصرف آمیودارون با مصرف همزمان وراپامیل افزایش می‌یابد. افزایش خطر بروز ضعف عضله قلب و آسیستول در صورت مصرف همزمان این دارو با دیسوپیرامید وجود دارد. افزایش غلظت پلاسمایی کینیدین (و کاهش شدید فشارخون و دیگوکسین (انسداد دهلیزی - بطنی و برادی کاردی در صورت مصرف همزمان وراپامیل ممکن است بروز کند. اثر کاربامازپین و تیوفیلین با مصرف همزمان با وراپامیل افزایش می‌یابد. اثر وراپامیل در مصرف همزمان با فنوباریتال و فنی توئین کاهش می‌یابد. آسیستول کاهش شدید فشارخون و نارسایی قلبی در صورت مصرف توام با داروهای مسدود کننده گیرنده‌های بتا - آدرنرژیک بروز می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این دارو ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش از حد کند. بنابراین در مورد میزان تمرینات بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.

۵- نبض بیمار باید کنترل شود و در صورتی که کمتر از ۵۰ بار در دقیقه باشد، مراجعه به پزشک ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ابتدا ۱۲۰ - ۸۰ میلی گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود که این مقدار را می‌توان بر حسب نیاز و تحمل بیمار هر ۳ روز یا هر هفته افزایش داد. مقدار مصرف تام این دارو در روز ۴۸۰ - ۲۴۰ میلی گرم و بیشینه مقدار مصرف تا ۴۸۰ میلی گرم در مقادیر منقسم است (در درمان کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک تا ۷۲۰ mg/day). در بیماران سالخورده ابتدا ۴۰ میلی گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود و سپس مقدار مصرف بر اساس نیاز و تحمل بیمار، تنظیم می‌شود.

کودکان مقدار مصرف ۸ mg/kg/day - ۴ می‌باشد که در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ابتدا مقدار ۱۰ mg/kg - ۵ به آهستگی در مدت بیش از ۲ دقیقه تزریق وریدی می‌شود. تزریق وریدی باید بآهستگی با پی گیری مداوم الکتروکاردیوگرام و فشارخون همراه باشد. در صورت عدم بروز پاسخ کافی می‌توان ۳۰ دقیقه پس از خاتمه تزریق مقدار اولیه مصرف دارو را تکرار نمود. در بیماران سالخورده تزریق باید در مدت بیش از ۳ دقیقه صورت گیرد.

کودکان در شیرخواران تا سن یکسال ابتدا ۰/۲ mg/kg - ۰/۱ (مقدار واحد معمول ۲ - ۰/۷۵ میلی گرم تجویز می‌شود. در کودکان

۱۵ - ۱ سال ابتدا ۰/۳ mg/kg - ۰/۱ (مقدار واحد معمول ۵ - ۲ میلی گرم تزریق می‌شود که این مقدار نباید از مقدار تام ۵ میلی گرم تجاوز کند. مقادیر مصرف تکراری این دارو (۳۰ دقیقه پس از خاتمه تزریق مقدار اولیه نباید از ۱۰ میلی گرم تجاوز کند).

اشکال دارویی

Tablet : ۴۰ mg

Injection : ۵ mg / ۲ ml

CLOFIBRATE

موارد مصرف کلوفیبرات در درمان زیادی چربی خون در بیمارانی که به درمان با رژیم غذایی یا سایر روشها پاسخ کافی نداده‌اند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلوفیبرات ممکن است از طریق مهار بیوسنتز کلسترول افزایش دفع استرولهای خنثی افزایش کاتابولیسم لیپوپروتئین‌های با دانسیته کم و یا افزایش کلیرانس تری گلیسریدها (VLDL) از گردش خون اثر خود را اعمال کند.

فارماکوکینتیک این دارو از روده به‌طور کامل و به آهستگی جذب می‌شود. پیوند کلوفیبرات به پروتئین بسیار زیاد است (۹۶ درصد). این دارو در کبد و مجرای گوارش متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو با مصرف مقدار واحد ۲۵ - ۶ ساعت می‌باشد. غلظت پلاسمایی VLDL طی ۵ - ۲ روز بعد از مصرف دارو کاهش می‌یابد. زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی ۶ - ۲ ساعت و زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر ۳ هفته است غلظت VLDL طی ۳ هفته پس از قطع درمان به مقدار قبل از درمان بازمی‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدید کار کلیه یا کبد، کاهش آلبومین خون سیروز اولیه کبد، بیماری کیسه صفرا و سندرم نفروتیک نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید با احتیاط مصرف شود، زیرا افزایش پیشرونده غلظت سرمی کرتینین ممکن است منجر به بروز عوارض جانبی به‌ویژه میوپاتی و رابدومیولیز شود.

عوارض جانبی عوارض گوارشی (از قبیل تهوع بی‌اشتهایی درد معده، خارش کبیر، کاهش توانایی جنسی سردرد، سرگیجه کسالت ریزش مو، مسمومیت بافت عضلانی (همراه با میاستنی یا درد عضلانی و سنگهای صفراوی با مصرف این دارو گزارش شده است) تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی با کلوفیبرات ممکن است به‌طور قابل توجهی اثر ضدانعقادی این داروها را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - در طول درمان باید از رژیم غذایی تجویز شده از سوی پزشک استفاده نمود.

۲ - در طول مصرف دارو، بیمار باید تحت نظارت دقیق پزشک باشد.

۳ - قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشک مشورت شود، زیرا ممکن است غلظت چربی در خون به میزان قابل توجهی افزایش یابد.

مقدار مصرف به‌عنوان پایین آورنده چربی خون در بزرگسالان ۲ g/day - ۱/۵ در ۴ - ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۵۰۰ mg

CLONIDINE HCl

موارد مصرف کلونیدین برای کنترل زیادی فشارخون پیشگیری از بروز حملات میگرن به‌عنوان داروی کمکی در درمان قاعدگی دردناک و گر گرفتگی ناشی از یائسگی و برای رفع سریع عوارض ناشی از سندرم قطع مصرف مواد مخدر شبه‌تریاک مصرف

می‌شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که اثر کلونیدین در پایین آوردن فشارخون ناشی از تحریک گیرنده‌های آلفا-۲ آدرنرژیک مرکزی باشد که منجر به کاهش جریان خروجی سمپاتیک به سمت قلب کلیه‌ها و بستر عروق محیطی می‌شود. نتیجه آن کاهش مقاومت عروق محیطی کاهش فشارخون سیستولیک و دیاستولیک و کاهش سرعت ضربان قلب است

فارماکوکینتیک کلونیدین از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. پیوند این دارو به پروتئین کم تا متوسط است (۴۰ - ۲۰ درصد). متابولیسم این دارو کبدی است نیمه عمر کلونیدین در افراد با کلیه سالم حدود ۱۶ - ۱۲ ساعت می‌باشد. زمان شروع اثر کاهش فشارخون ۶۰ - ۳۰ دقیقه پس از مصرف خوراکی است اوج اثر دارو پس از

۲ - ۴ ساعت ظاهر می‌شود. طول اثر دارو از راه خوراکی تا ۸ ساعت (۳۶ - ۲۴ ساعت در بعضی از بیماران می‌باشد. ۶۰ - ۴۰ درصد دارو از راه کلیه طی ۲۴ ساعت به صورت تغییر نیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ - به منظور جلوگیری از بروز بحران زیادی فشارخون مصرف این دارو باید بتدریج قطع شود.

۲ - این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

سندرم رینود یا سایر بیماریهای انسدادی عروق محیطی سابقه افسردگی و پورفیری (در این مورد عدم مصرف دارو ترجیح داده می‌شود).

۳ - در صورت وجود عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ممکن است ضروری باشد.

۴ - اگر برای جراحی نیاز به قطع درمان باشد، توصیه می‌شود که آخرین مقدار مصرف حداکثر ۶ - ۴ ساعت قبل از جراحی مصرف شود و طی جراحی از داروهای تزریقی پایین آورنده فشارخون استفاده شود.

عوارض جانبی خشکی دهان تسکین افسردگی احتباس مایعات برادی کاردی پدیده رینود، سردرد، سرگیجه احساس سرخوشی بیقراری شبانه تهوع یبوست و بندرت کاهش توانایی جنسی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای ممکن است اثرات کاهنده فشارخون کلونیدین را کاهش دهند. در صورت مصرف هم زمان کلونیدین با مسدود کننده‌های گیرنده‌های بتا آدرنرژیک قطع مصرف کلونیدین ممکن است موجب بحران زیادی فشارخون شود.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲ - این دارو، افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف دارو ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳ - مراجعه به پزشک قبل از قطع مصرف دارو ضروری است زیرا ممکن است کاهش تدریجی مقدار مصرف برای جلوگیری از بروز زیادی واجهشی فشارخون لازم باشد.

۴ - به علت احتمال بروز خواب آلودگی از رانندگی و کار کردن با وسایلی که نیاز به هوشیاری دارد، خودداری شود.

۵ - از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۶ - توصیه می‌شود به منظور اطمینان از کنترل فشارخون در طول شب و کاهش حالت خواب آلودگی در روز، آخرین مقدار مصرف روزانه دارو هنگام خواب مصرف شود.

مقدار مصرف به‌عنوان پایین آورنده فشارخون در بزرگسالان ابتدا ۰/۱ میلی‌گرم ۲ بار در روز است که می‌توان برای کنترل فشارخون در صورت نیاز هر ۲ - ۴ روز ۰/۲ - ۰/۱ میلی‌گرم در روز به مقدار مصرف اضافه نمود. مقدار نگهدارنده ۰/۲ - ۰/۱ میلی‌گرم ۲ - ۴ بار در روز است

به منظور کاهش فوری زیادی فشارخون ولی نه در موارد اضطراری، مقدار حمله‌ای ۰/۲ میلی گرم مصرف شود و سپس ۰/۱ میلی گرم هر یک ساعت تا زمانی که فشارخون دیاستولی کنترل گردد، یا مقدار مصرف تام به ۰/۸ میلی گرم برسد، مصرف می‌گردد. سپس بیمار با مقدار نگهدارنده دارو باید کنترل شود.

به‌عنوان پیشگیری از بروز سردردهای عروقی در بزرگسالان ابتدا ۰/۰۲۵ میلی گرم ۴ - ۲ بار در روز مصرف می‌شود که این مقدار می‌تواند تا حداکثر ۰/۰۵ میلی گرم ۳ بار در روز افزایش یابد.

در درمان قاعدگی دردناک مقدار ۰/۰۲۵ میلی گرم ۲ بار در روز به مدت ۱۴ روز قبل از قاعدگی و طی آن مصرف می‌شود. به‌عنوان داروی کمکی در درمان سندرم یائسگی مقدار ۰/۰۷۵ - ۰/۰۲۵ میلی گرم ۲ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۰.۲ mg

(DIAZOXIDE (Parenteral

موارد مصرف دیازوکساید تزریقی برای درمان سریع زیادی شدید فشار خون ناشی از بیماری کلیوی مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: دیازوکساید باعث گشاد شدن شریانچه‌ها شده و مقاومت محیطی را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک پیوند دیازوکساید به آلبومین بسیار زیاد است (بیش از ۹۰ درصد). متابولیسم این دارو کبدی است نیمه عمر دارو در افراد سالم ۳۶ - ۲۱ ساعت و در بیماران مبتلا به بی‌ادراری

۵۳ - ۲۰ ساعت است اثر دارو یک دقیقه پس از تزریق وریدی شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر، ۵ - ۲ دقیقه و طول اثر دارو، ۱۲ - ۲ ساعت است دیازوکساید از راه کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- این دارو در صورت وجود بیماری ایسکمیک قلب و یا عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- تزریق عضلانی داخل حفره‌ای یا زیرجلدی این دارو توصیه نمی‌شود، زیرا ممکن است در محل تزریق درد ایجاد کند.

۳- بیمار باید طی تزریق دیازوکساید و همچنین ۳۰ - ۱۵ دقیقه پس از تزریق به حالت خوابیده باقی بماند.

عوارض جانبی تاکی کاردی افزایش قندخون احتباس آب و سدیم با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای پایین آورنده فشارخون و داروهای بیهوشی با دیازوکساید ممکن است منجر به بروز اثرات اضافی آورنده فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای جلوگیری از نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ هنگام تزریق وریدی باید دقت کامل بعمل آید، چون ممکن است منجر به سلولیت و درد شود. در صورت نشت دارو به بافت‌های اطراف رگ درمان با کمپرس سرد توصیه می‌شود.

۲- به منظور جلوگیری از بروز آریتمی قلبی توصیه می‌شود دیازوکساید فقط به داخل ورید محیطی تزریق شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان کاهنده فشارخون تا ۱۵۰ میلی گرم یا ۳ mg/kg - ۱ تزریق وریدی می‌شود که در صورت لزوم برای دستیابی به نتیجه مطلوب هر ۱۵ - ۵ دقیقه می‌توان آن را تکرار کرد. بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۱/۲ g/day است

کودکان به‌عنوان کاهنده فشارخون

۳ mg/kg - ۱ تزریق وریدی می‌شود که در صورت لزوم برای دستیابی به نتیجه مطلوب هر ۱۵ - ۵ دقیقه می‌توان آن را تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection : ۳۰۰ mg / ۲۰ ml

DIGOXIN

موارد مصرف دیگوکسین در درمان نارسایی قلب و آریتمی فوق بطنی (به ویژه فیبریلاسیون دهلیزی مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: دیگوکسین نیروی انقباضی قلب را افزایش داده و هدایت الکتریکی آن را کاهش می‌دهد. تصور می‌شود افزایش سرعت و نیروی انقباضی عضله قلب ناشی از مهار حرکت یونهای سدیم و پتاسیم از غشاء سلولی عضله قلب باشد. در نتیجه جریان ورودی کلسیم و آزاد شدن یونهای کلسیم آزاد در سلولهای میوکاردا افزایش یافته که به نوبه خود بر فعالیت انقباضی فیبرهای میوکاردا افزوده می‌شود. این دارو سرعت هدایت قلبی را کاهش داده و دوره تحریک ناپذیری گره دهلیزی - بطنی را افزایش می‌دهد. فارماکوکینتیک فراهمی زیستی قرص دیگوکسین ۸۰ - ۶۰ درصد، الگزیروم محلول تزریقی آن ۸۵ - ۷۰ درصد است پیوند دیگوکسین به پروتئین کم می‌باشد (۲۵ - ۲۰ درصد). متابولیسم این دارو به میزان کم در کبد صورت می‌گیرد. نیمه عمر دارو ۴۸ - ۳۶ ساعت است که در صورت ابتلا به بی‌ادراری ۶ - ۴ روز خواهد بود. اثر دارو از راه خوراکی پس از ۲ - ۰/۵ ساعت و از راه تزریقی پس از ۳۰ - ۵ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر از راه تزریقی ۴ - ۱ ساعت و از راه خوراکی ۶ - ۲ ساعت است طول اثر دارو از راه تزریقی و خوراکی ۶ روز است دفع دیگوکسین کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در بلوک کامل و متناوب قلب بلوک درجه دوم دهلیزی بطنی آریتمی فوق بطنی ناشی از سندرم W-P، کاردیومیوپاتی انسدادی هیپرتروفیک (مگر در موارد فیبریلاسیون دهلیزی همراه با نارسایی قلب که باید با احتیاط مصرف شود) و وجود علائم مسمومیت ناشی از مصرف قبلی هر یک از فرآورده‌های حاوی این دارو، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

سکته اخیر، سندرم سینوسی بیمار، کم کاری تیروئید، عیب کار کلیه کمی کلسیم و پتاسیم و منیزیم خون زیادی کلسیم و پتاسیم خون گلو مریولونفریت حساسیت مفرط سینوس کاروتید، بیماری شدید ریه یا میکرودم تنگی زیر آئورتی هیپرتروفیک با علت نامشخص

۲- در بیماران سالخورده و بیمارانی که از دستگاه ضربان ساز مصنوعی استفاده می‌کنند، تنظیم دقیق مقدار مصرف دارو ضروری است زیرا ممکن است دچار مسمومیت شوند.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ اسهال درد شکم اغلب با مصرف مقادیر زیاد دارو مشاهده است اختلالات بینایی سردرد، کسالت خواب آلودگی اغتشاش فکر، توهم هذیان آریتمی و بلوک قلبی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان کینیدین و آمیودارون با دیگوکسین ممکن است موجب افزایش قابل توجه غلظت سرمی دیگوکسین شود. مصرف همزمان آموتریپسین B با دیگوکسین ممکن است احتمال بروز مسمومیت با گلیکوزیدهای قلبی ناشی از کاهش پتاسیم خون را افزایش دهد. کینین کلروکین و هیدروکسی کلروکین در صورت مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است غلظت پلاسمایی دیگوکسین را افزایش دهند. دیلتیازم و وراپامیل و احتمالاً نیفیدپین در صورت مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است غلظت پلاسمایی دیگوکسین را افزایش دهند. خطر بروز بلوک دهلیزی - بطنی و برادی کاردی با مصرف همزمان با وراپامیل افزایش می‌یابد. در صورت مصرف همزمان استازولامید، مدرهای لوپ و تیازیدی با دیگوکسین خطر بروز مسمومیت با دیگوکسین ناشی از کاهش پتاسیم خون افزایش می‌یابد. اثر دیگوکسین در صورت مصرف همزمان با اسپرونولاکتون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان باید کامل شود و دارو هر روز در وقت معین مصرف شود.

۲- اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، چنانچه پس از ۱۲ ساعت بیاد آورده شود، بهیچ وجه آن نوبت نباید مصرف شود و مقادیر مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد. اگر به مدت دو روز یا بیشتر مصرف دارو فراموش شود، باید به پزشک مراجعه شود.

۳- در صورت بروز هر گونه نشانه مسمومیت از جمله تهوع استفراغ اسهال کاهش اشتها یا آهسته شدن شدید نبض باید به پزشک

مراجعه شود.

۴- از مصرف سایر داروها بدون دستور پزشک باید خودداری شود.

۵- مقدار مصرف دیگوکسین باید براساس نیاز هر بیمار تعیین گردد. این مقدار باید بر اساس وزن بدن بدون چربی محاسبه شود، زیرا این دارو در بافت چربی وارد نمی‌شود.

۶- تزریق وریدی دارو بر تزریق عضلانی آن ارجحیت دارد. تزریق وریدی باید طی حداقل ۵ دقیقه صورت گیرد. تزریق عضلانی تنها در صورتی که امکان مصرف دارو از راه خوراکی یا وریدی وجود نداشته باشد، انجام می‌شود.

۷- در صورت تغییر شکل تزریقی به شکل خوراکی دارو، تنظیم مقدار مصرف ممکن است ضروری باشد. مقدار مصرف در بزرگسالان مقدار مصرف دارو بر اساس جدول زیر تعیین می‌شود:

مورد مصرف خوراکی تزریقی

دیژیتالیزه کردن ۱/۲۵ - ۰/۷۵ میلی گرم هر ۸-۶ ساعت ابتدا ۰/۶ - ۰/۴ میلی گرم وریدی

سریع و سپس بر حسب نیاز و تحمل بیمار

مقادیر اضافی ۰/۳ - ۰/۱ میلی گرم

هر ۸-۴ ساعت

دیژیتالیزه کردن ۰/۵ mg/day - ۰/۱۲۵ به مدت ۷ روز

آهسته

مقدار نگهدارنده ۰/۵ mg/day - ۰/۱۲۵ mg/day در مقادیر منقسم یا واحد

در کودکان مقدار مصرف دارو بر اساس جدول زیر تعیین می‌شود:

مورد مصرف خوراکی تزریقی (۱)

دیژیتالیزه نوزادان نارس و طبیعی تا سن یک نوزادان نارس ۰/۲۵ mg/kg - ۰/۱۵

کردن یک ماه ۰/۳۵ mg/kg - ۰/۰۲

شیرخواران با سن یک ماه تا نوزادان طبیعی ۰/۳ mg/kg - ۰/۰۲

۲ سال ۰/۳۵ mg/kg - ۰/۰۲

کودکان با سن ۵-۲ سال شیرخواران با سن یک ماه تا

۰/۴ mg/kg - ۰/۰۳ mg/kg ۲ سال ۰/۰۵

کودکان با سن ۱۰-۵ سال کودکان با سن ۵-۲ سال

۰/۳۵ mg/kg - ۰/۰۲ mg/kg ۰/۲۵

کودکان با سن ۱۰ سال و بزرگتر، کودکان با سن ۱۰-۵ سال

۱/۲۵ - ۰/۷۵ میلی گرم در ۲ مقدار ۰/۳ mg/kg - ۰/۱۵

منقسم یا بیشتر هر ۸-۶ ساعت برای کودکان با ۱۰ سال و بزرگتر،

دیژیتالیزه کردن سریع و ۰/۱۲ mg/kg - ۰/۰۸

۰/۵ mg/kg - ۰/۱۲۵ به مدت ۷ روز

دیژیتالیزه کردن آهسته

مقدار یک سوم الی یک پنجم مقدار مصرف در نوزادان نارس ۳۰-۲۰ درصد مقدار

نگهدارنده تام مورد نیاز برای دیژیتالیزه مصرف تام در ۳-۲ مقدار منقسم مساوی

کردن یکبار در روز در روز

در نوزادان طبیعی و کودکان تا سن ۱۰ سال

۲۵-۳۵ درصد مقدار مصرف تام

در ۳-۲ مقدار منقسم مساوی در روز

در کودکان با سن ۱۰ سال و بزرگتر

۲۵-۳۵ درصد مقدار مصرف تام یکبار در روز

(۱) - برای دیژیتالیزه کردن مقادیر مصرف تام در ۳ یا چند مقدار منقسم (که مقدار اول آن تقریباً نصف مقدار مصرف

تام می‌باشد) با فواصل ۸-۴ ساعت تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Oral Drop : ۰.۵ mg/ml

Elixir : ۰.۰۵ mg/ml

Tablet: ۰.۲۵ mg

Injection : ۰.۵ mg/۲ ml

DISOPYRAMIDE

موارد مصرف دیسوپیرامید در پیشگیری و درمان آریتمی‌های بطنی به‌ویژه پس از انفارکتوس قلبی و همچنین آریتمی فوق بطنی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دیسوپیرامید پاسخ دهی عضله قلب و سرعت هدایت الکتروفیزیولوژیک آن را (به استثنای سرعت هدایت گره دهلیزی بطنی و هیس - پورکتور) تضعیف می‌کند. دیپولاریزاسیون دیاستولیک در بافت‌هایی که خودکاری زیادی دارند، کند شده و دوره تحریک ناپذیری موثر دهلیز و بطن افزایش می‌یابد. با وجود این هدایت در مسیرهای فرعی طولانی می‌گردد. دیسوپیرامید اثر اینوتروپیک منفی دارد.

فارماکوکینتیک جذب دیسوپیرامید سریع و تقریباً کامل است متابولیسم دارو کبدی است و متابولیت اصلی آن دارای اثر ضد آریتمی و ضد موسکارینی می‌باشد. نیمه عمر دارو در افراد سالم ۷ ساعت و در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ۱۸ - ۸ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت ۳۰ دقیقه تا ۳ ساعت است

با مصرف ۳۰۰ میلی گرم از دارو، اثر درمانی طی ۳۰ دقیقه تا ۳/۵ ساعت شروع می‌شود. طول اثر دارو پس از مصرف ۳۰۰ میلی گرم دارو ۸/۵ - ۱/۵ ساعت است دفع دارو تقریباً ۸۰ درصد کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به انسداد درجه دوم یا سوم قلب و نارسایی عملکرد گره سینوسی (مگر در مواردی که از ضربان ساز مصنوعی استفاده می‌شود)، شوک کاردیوژنیک و نارسایی جبران نشده قلب نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

گلوکوم نارسایی قلب بزرگ شدن پروستات عیب کار کبد و کلیه سالخوردگان میاستنی گرا، کمی پتاسیم خون دیابت کاردیومیوپاتی و اختلالات در هدایت قلبی

عوارض جانبی تحریک مجرای گوارشی ضعف عضله قلب کمی فشار خون انسداد دهلیزی - بطنی اثرات ضد موسکارینی مانند

خشکی دهان تاری دید، احتباس ادرار، پسیکوز، یرقان انسدادی و کمی قندخون با مصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سایر داروهای ضد آریتمی به‌ویژه دیلتیازم پروکائین آمید، لیدوکائین پروپرانولول و سایر
داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا-آدرنرژیک و وراپامیل با دیسوپیرامید باید با احتیاط صورت گیرد، زیرا ممکن است
منجر به طولانی شدن بیش از حد هدایت الکتریکی قلب همراه با کاهش برون ده قلبی شود.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان باید کامل شود و هیچیک از نوبتهای مصرف نباید فراموش شود.

۲- در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض بیاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر کمتر از ۴ ساعت
تا نوبت بعدی باقیمانده باشد، از مصرف آن خودداری کرده و مقدار مصرف بعدی نیز نباید دو برابر شود.

۳- قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشک مشورت شود، زیرا با قطع ناگهانی مصرف دارو، عوارض جانبی قلبی ممکن است بروز
نمایند.

۴- به علت احتمال بروز سرگیجه یا منگی یا از حال رفتن به‌ویژه هنگام برخاستن ناگهانی از حالت نشسته یا خوابیده هنگام رانندگی
یا کار با آلاتی که نیاز به هوشیاری دارند، باید احتیاط شود.

۵- به علت کاهش احتمالی تعریق و عدم تحمل گرما، هنگام فعالیت بدنی یا در هوای گرم باید احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد آریتمی مقدار حمله‌ای برای کنترل سریع آریتمی بطنی ۳۰۰ میلی‌گرم و مقدار نگهدارنده ۱۵۰ میلی‌گرم هر
۶ ساعت می‌باشد. مقدار مصرف بر حسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌گردد. بیشینه مقدار مصرف دارو در بزرگسالان تا ۸۰۰
mg/day است

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی هر ۶ ساعت در کودکان تا سن یکسال ۳۰ mg/kg - ۱۰، کودکان ۴ - ۱ سال ۲۰ mg/kg - ۱۰،
کودکان ۱۲ - ۴ سال ۱۵ mg/kg - ۱۰ و کودکان
۱۸ - ۱۴ سال ۱۵ mg/kg - ۶ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰۰ mg

DIURETICS

Captopril Amiloride-H

Enalapril Chlorthalidone

Furosemide Ethacrynic Acid

Mannitol Hydrochlorothiazide

Triamterene-H Spironolactone ث

داروهای مدر با توجه به محل اثرشان به دسته‌های مختلف زیر تقسیم می‌شوند.

۱- داروهای مدر موثر بر قوس هنله این داروها باز جذب سدیم و آب در قسمت بالارونده قوس هنله را مهار می‌کنند. این داروها
میزان رساندن مایعات توبولی و الکترولیتها به ناحیه دیستال و ترشح یون پتاسیم و هیدروژن را افزایش می‌دهند. درحالیکه کم شدن
حجم پلاسما سبب افزایش تولید آلدوسترون می‌شود. این دو اثر، باز جذب سدیم را در لوله‌های دیستال تسریع نموده و سبب افزایش
دفع پتاسیم و یون هیدروژن در لوله‌های دیستال می‌شود. با کاهش حجم مایع خارج سلولی و پلاسما و برون ده قلبی فشارخون را

پایین می‌آورند. سپس برون ده قلبی به حالت طبیعی برمی‌گردد و مقاومت عروق محیطی کاهش می‌یابد.

۲- مدرهای احتباس کننده پتاسیم اسپرونولاکتون آمیلوراید و تریامترن به‌عنوان مدر و بالا برنده پتاسیم خون در جذب مجدد سدیم در لوله‌های جمع کننده کلیه دخالت کرده و دفع سدیم و آب و احتباس پتاسیم را تسریع می‌کنند. این داروها به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا با کاهش حجم پلاسما و مایع خارج سلولی (و در نتیجه کاهش برون ده قلبی و سپس با کاهش مقاومت عروق محیطی پس از بازگشت حجم مایع خارج سلولی و برون ده قلبی به میزان طبیعی، اثر خود را اعمال می‌نمایند. آمیلوراید و تریامترن به تنهایی مدر ضعیفی هستند و از آنجا که این داروها سبب احتباس پتاسیم می‌شوند، می‌توانند به‌عنوان تامین کننده پتاسیم همراه با داروهای مدر تیازیدی مصرف شوند.

۳- مدرهای تیازیدی داروهای مدر تیازیدی به‌عنوان کاهنده فشارخون ابتدا با کاهش حجم پلاسما و مایع خارجی سلولی (و در نتیجه کاهش برون ده قلبی و سپس با کاهش مقاومت عروق محیطی پس از بازگشت حجم مایع خارج سلولی و برون ده قلبی به میزان طبیعی اثر خود را اعمال می‌کنند. این داروها با مهار باز جذب سدیم در ابتدای لوله‌های دیستال کلیه موجب افزایش دفع ادراری سدیم و آب می‌شوند. این داروها همچنین سبب افزایش سرعت انتقال مایعات لوله‌ای والکترولیتها به بخش‌های دیستال و ترشح یون‌های هیدروژن و پتاسیم می‌شوند. درحالی‌که کاهش حجم پلاسما، ترشح آلدوسترون را افزایش می‌دهد. مجموع این دو اثر سبب تسریع باز جذب سدیم در لوله‌های دیستال شده و موجب افزایش دفع ادراری پتاسیم و هیدروژن می‌شود. اثر آنتی دیورتیک این داروها ناشی از دفع سدیم و آب به مقدار کم و در نتیجه افزایش باز جذب مایع حاصل از فیلتراسیون گلومرولی در لوله‌های پروکسیمال کلیه و کاهش انتقال کلرور سدیم و آب به لوله‌های دیستال است

۴- مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین به نظر می‌رسد که اثر این داروها ناشی از مهار رقابتی فعالیت آنزیم مبدل آنژیوتانسین I باشد که منجر به کاهش سرعت تبدیل آنژیوتانسین I به II (که یک تنگ کننده عروق است می‌گردد. این امر به نوبه خود سبب افزایش مجدد فعالیت رنین پلاسما از طریق برداشتن فیدبک منفی بر آزادسازی رنین و نیز کاهش مستقیم ترشح آلدوسترون می‌شود. داروهای مهار کننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین مقاومت عروق محیطی را نیز کاهش می‌دهند. کاهش مقاومت عروق محیطی فشار گوه‌ای مویرگهای ریوی و مقاومت عروق ریوی و نیز بهبود برون ده قلب از آثار مهم این داروها هستند.

۵- مدرهای اسموتیک این داروها اسمولاریته پلاسما را بالا می‌برند و باعث افزایش جریان آب از بافت‌ها به پلاسما می‌شوند.

AMILORIDE-H

موارد مصرف این ترکیب دارویی به‌عنوان داروی کمکی در کنترل حالات خیزدار (مانند نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی سندرم نفروتیک خیز ناشی از کورتیکوستروئید و استروژن و خیز باعلت نامشخص، در درمان زیادی فشارخون (به‌ویژه در مواردی که نیاز به یک مدر نگهدارنده پتاسیم باشد) و همچنین در درمان کمی پتاسیم خون ناشی از مصرف داروهای مدر در افراد مبتلا به افزایش فشارخون (در صورتی که سایر تدابیر مفید نبوده یا کافی نباشند) مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب آمیلوراید از مجرای گوارش کامل نیست (۲۰ - ۱۵ درصد). پیوند آمیلوراید به پروتئین بسیار کم می‌باشد و متابولیزه نمی‌شود. نیمه عمر آمیلوراید ۹ - ۶ ساعت و زمان لازم برای شروع اثر دارو به‌عنوان مدر، کمتر از ۲ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت آمیلوراید، ۴ - ۳ ساعت و زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر پس از مصرف مقدار واحد، ۱۰ - ۶ ساعت می‌باشد. طول اثر مدر آمیلوراید با مصرف مقدار واحد دارو، ۲۴ ساعت است ۵۰ - ۲۰ درصد آمیلوراید از کلیه و ۴۰ درصد نیز از راه مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی کلیه و افزایش پتاسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

بی‌اداری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به دیابت و بیماری کلیوی یا عیب کار کبد.

۲- بیمارانی که شدید؟ بدحال هستند یا حجم ادرار آنها نسبت؟ کم است بیشتر در معرض خطر زیادی پتاسیم خون هستند.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی خشکی دهان بثورات جلدی اغتشاش شعور، کاهش فشارخون در حالت ایستاده افزایش کلسیم خون و کاهش سدیم خون بامصرف آمیلوراید گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین ممکن است منجر به افزایش پتاسیم خون شده و اثر کاهنده فشارخون افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم شود. خطر بالا رفتن پتاسیم خون بامصرف همزمان این دارو با مکمل‌های حاوی پتاسیم و سیکلوسپورین افزایش می‌یابد. اثرات ضد انعقادی هپارین در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو، مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- احتمال بروز کمی یا زیادی پتاسیم خون وجود دارد. بنابراین ممکن است پی‌گیری میزان پتاسیم در رژیم غذایی لازم باشد.

۴- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پایین آورنده فشارخون در بزرگسالان ۲-۱ قرص در روز تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

+ Tablet : Amiloride HCl ۵ mg

Hydrochlorothiazide ۵۰ mg

CAPTOPRIL

موارد مصرف این دارو برای کنترل زیادی خفیف تا متوسط فشارخون به تنهایی یا همراه یک داروی مدر تیازیدی و همچنین در درمان زیادی شدید فشارخون که به سایر تدابیر درمانی پاسخ نمی‌دهند، مصرف می‌شود. کاپتوپریل به‌عنوان داروی کمکی در نارسایی قلب پس از سکته قلبی و در آسیب کلیوی در بیماران مبتلا به دیابت غیر وابسته به انسولین مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری کلیوی - عروقی و تنگی آئورت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو باید با احتیاط مصرف شود: سابقه آنژیوادم زیادی پتاسیم خون تنگی شریان کلیه پیوند کلیه و عیب کار کلیه

۲- در بیمارانی که تحت رژیم غذایی شدید؟ کم نمک قرار داشته یا دیالیز می‌شوند، کاهش ناگهانی در میزان آنژیوتانسین II به‌علت مصرف داروهای مهارکننده ACE، ممکن است سبب کاهش ناگهانی و شدید فشارخون شود. علاوه بر این خطر نارسایی کلیه ناشی از مصرف داروهای مهارکننده ACE در بیمارانی که سدیم و حجم خون آنها کاهش یافته یا در بیمارانی که مبتلا به نارسایی احتقانی قلب هستند، افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی کاهش فشارخون سرگیجه سردرد، تهوع (و گاهی استفراغ، کرامپ عضلانی خشکی مداوم دهان سرفه تغییرات صدا و حس چشایی التهاب مخاط دهان سوء هاضمه درد شکم عیب کار کلیه افزایش پتاسیم خون آنژیوادم کهیر، بثورات جلدی و حساسیت مفرط و اختلالات خونی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای بیهوش کننده اثر کاهنده فشار خون را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی ممکن است اثر پایین آورنده فشارخون کاپتوپریل را کاهش داده و خطر نارسایی کلیه افزایش یابد. در صورت مصرف همزمان این دارو باسیکلوپورین خطر بروز زیادی پتاسیم خون افزایش می‌یابد. در صورت مصرف همزمان کاپتوپریل با داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های پتاسیم احتمال بروز زیادی پتاسیم خون وجود دارد. همچنین داروهای مدر ممکن است سبب افزایش اثر کاهنده فشارخون کاپتوپریل شوند. در صورت مصرف همزمان لیتیم با کاپتوپریل دفع لیتیم کاهش یافته و غلظت آن در پلاسما افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲ - این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳ - از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴ - طی مصرف این دارو، رعایت رژیم غذایی و محدودیت مصرف سدیم اهمیت دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا مقدار ۱۲/۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز مصرف می‌شود که در صورت نیاز، پس از یک یا دو هفته مقدار مصرف را می‌توان به ۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز افزایش داد. در اختلال عملکرد بطن چپ پس از سکته قلبی ابتدا مقدار واحد ۶/۲۵ میلی‌گرم و سپس ۱۲/۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود که بتدریج طی چند روز تا میزان ۲۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز افزایش می‌یابد. مقدار نگهدارنده ۵۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز است در آسیب کلیوی در بیماران دیابتی ۲۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

در نارسایی احتقانی قلب ابتدا ۱۲/۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف در صورت نیاز، هر روز تا میزان ۵۰ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز افزایش می‌یابد. مقدار نگهدارنده ۱۰۰ - ۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز است برای بیمارانی که به علت درمان قبلی با داروهای مدر، سدیم و آب بدن آنها کاهش یافته بیمارانی که درمان با داروهای مدر را ادامه می‌دهند یا بیمارانی که نارسایی کلیوی دارند، مقدار اولیه

۱۲/۵ - ۶/۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز است این بیماران برای مراقبت از کاهش بیش از حد فشار خون حداقل یک ساعت پس از مصرف مقدار اولیه باید تحت نظر باشند. بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان ۱۵۰ mg/day است

کودکان مقدار اولیه ۰/۳ mg/kg سه بار در روز است که بر حسب نیاز هر ۲۴ - ۸ ساعت به مقدار ۰/۳ mg/kg افزایش می‌یابد. در نوزادان ابتدا ۰/۱ mg/kg دو یا سه بار در روز مصرف می‌شود که سپس بر حسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌شود. برای بیمارانی که به علت درمان قبلی با داروهای مدر، سدیم و آب بدن آنها کاهش یافته بیمارانی که درمان با داروهای مدر را ادامه می‌دهند یا بیمارانی که نارسایی کلیوی دارند، مقدار اولیه ۰/۱۵ mg/kg سه بار در روز خواهد بود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg, ۵۰ mg

CHLORTHALIDONE

موارد مصرف این دارو در درمان خیز(ناشی از نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی همراه با آسیت درمان با کورتیکواستروئیدها و استروژن و نیز بعضی از حالات عیب کار کلیه (از جمله سندرم نفروتیک گلو مرونولونفریت حاد و نارسایی مزمن کلیه، زیادی

فشارخون (به‌تنهایی یا به عنوان درمان کمکی و همچنین درمان دیابت بی‌مزه (با منشا مرکزی و کلیوی مصرف می‌شود).

فارماکوکینتیک جذب کلرتالیدون پس از مصرف خوراکی نسبت؟ سریع است پیوند کلرتالیدون به پروتئین زیاد است این دارو به صورت تغییر نیافته و تقریباً به‌طور کامل از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود. نیمه‌عمر کلرتالیدون ۵۰ - ۳۵ ساعت می‌باشد و اثر مدوری آن پس از ۲ ساعت شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر دارو ۲ ساعت و طول اثر آن ۷۲ - ۴۸ ساعت است اثر کاهنده فشارخون این دارو پس از ۴ - ۳ روز ممکن است ظاهر شود، ولی برای رسیدن به اثر مطلوب ممکن است تا ۴ - ۳ هفته زمان لازم باشد.

موارد منع مصرف این دارو در کمی شدید پتاسیم و سدیم خون و زیاده‌ای شدید کلسیم خون عیب شدید کار کبد و کلیه زیاده‌ای علامتی اوره خون و بیماری آدیسون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در صورت وجود بی‌اداری یا عیب کار کلیه یا عیب کار کبد، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است سبب کاهش پتاسیم خون تشدید دیابت نقرس و لوپوس اریتماتوز سیستمیک شود.

عوارض جانبی کمی فشارخون وضعیتی اختلالات خفیف گوارشی کاهش توانایی جنسی کمی پتاسیم منیزیم و سدیم خون زیاده‌ای کلسیم خون آلکالوز همراه با کمی کلرور خون زیاده‌ای اسید اوریک خون نقرس افزایش قند خون و غلظت کلسترول پلاسما، با مصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان کلستیرامین با کلرتالیدون ممکن است جذب مدرهای تیازیدی را مهار کند. مصرف همزمان گلیکوزیدهای دیژیتال با کلرتالیدون به علت بروز کمی پتاسیم خون ممکن است احتمال مسمومیت با دیژیتال را افزایش دهد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم شود.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیاده‌ای فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجود دارد. بنابراین ممکن است مصرف پتاسیم اضافی در رژیم غذایی لازم باشد. بدون مشورت با پزشک رژیم غذایی نباید تغییر یابد.

۴- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۵- اگر برنامه مصرف یک بار در روز باشد، مصرف دارو صبحها هنگام برخاستن از خواب توصیه می‌شود تا اثر افزایش دفعات ادرار در طول شب به حداقل برسد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر، ابتدا

۱۰۰ mg/day - ۲۵ یا ۲۰۰ - ۱۰۰ میلی‌گرم یک روز در میان و به‌عنوان کاهنده فشارخون ۱۰۰ mg/day - ۲۵ (به‌صورت مقدار

واحد) مصرف می‌شود. به‌عنوان آنتی‌دیورتیک ۱۰۰ mg/day مصرف می‌شود و مقدار نگهدارنده آن نیز

۵۰ mg/day است

کودکان مقدار ۲ mg/kg/day به مدت ۳ روز در هفته مصرف می‌شود که این مقدار براساس پاسخ بیمار تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰۰ mg

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی اولیه فشارخون به عنوان داروی کمکی نارسایی احتقانی قلب پیشگیری از نارسایی علامتی قلبی و ایسکمی کرونر در بیماران مبتلا به اختلال عملکرد بطن چپ مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری کلیوی - عروقی و تنگی آئورت نباید مصرف شود.

فارماکوکینتیک جذب گوارشی آنالاپریل حدود ۶۰ درصد است این دارو پس از متابولیسم به متابولیت فعال تبدیل می‌شود. اثر دارو پس از یکساعت شروع می‌شود و پس از ۶-۴ ساعت به اوج خود می‌رسد. این دارو به میزان ۶۰ درصد از راه کلیه و ۳۳ درصد از راه مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

سابقه آنژیوادم زیادی پتاسیم خون تنگی شریان کلیه پیوند کلیه و عیب کار کلیه

عوارض جانبی کاهش فشارخون سرگیجه سردرد، تهوع (و گاهی استفراغ)، کرامپ عضلانی خشکی مداوم دهان ناراحتی در گلو، تغییرات صدا و حس چشائی التهاب مخاط دهان سوء هاضمه درد شکم عیب کار کلیه افزایش پتاسیم خون آنژیوادم کهیر، بثورات جلدی و حساسیت مفرط و اختلالات خونی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای بیهوش کننده اثر کاهنده فشارخون را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی ممکن است اثر پایین آورنده فشارخون آنالاپریل را کاهش داده و خطر نارسایی کلیه را افزایش یابد. در صورت مصرف همزمان این دارو با سیکلوسپورین خطر بروز زیادی پتاسیم خون افزایش می‌یابد. در صورت مصرف همزمان آنالاپریل با داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های پتاسیم احتمال بروز زیادی پتاسیم خون وجود دارد. همچنین داروهای مدر ممکن است سبب افزایش اثر کاهنده فشارخون آنالاپریل شوند. در صورت مصرف همزمان لیتیم با آنالاپریل دفع لیتیم کاهش یافته و غلظت آن در پلاسما افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲ - این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این دارو ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳ - از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.

۴ - طی مصرف این دارو، رعایت رژیم غذایی و محدودیت مصرف سدیم اهمیت دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا ۵ میلی گرم یکبار در روز مصرف می‌شود که در صورت نیاز، پس از ۱ یا ۲ هفته بر اساس پاسخ بیمار تنظیم می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده ۴۰ mg/day - ۱۰ به صورت مقدار واحد یا در ۲ مقدار منقسم می‌باشد.

برای بیمارانی که به علت درمان قلبی با داروهای مدر، سدیم و آب بدن آنها کاهش یافته بیمارانی که درمان با داروهای مدر را ادامه می‌دهند یا بیمارانی که نارسایی کلیوی دارند، مقدار اولیه ۲/۵ میلی گرم باید تجویز شود. برای کنترل فشارخون این بیماران حداقل ۲ ساعت پس از مصرف مقدار اولیه (و یک ساعت دیگر پس از تثبیت فشارخون باید تحت نظارت باشند).

در نارسایی احتقانی قلب ابتدا مقدار ۲/۵ میلی گرم یک یا دو بار در روز مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف پس از ۲ - ۱ هفته بر اساس پاسخ بالینی تنظیم می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲۰ mg/day - ۵ است که به صورت مقدار واحد یا در ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

در اختلال عملکرد بطن چپ ۲/۵ میلی گرم ۲ بار در روز تا حداکثر

۲۰ mg/day بر حسب تحمل بیمار مصرف می‌شود. هنگام تجویز مقدار اولیه بیمار باید به مدت حداقل ۲ ساعت پس از مصرف دارو و یک ساعت دیگر پس از تثبیت فشارخون تحت نظارت باشد.

بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۴۰ mg/day است

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg, ۲۰ mg

ETHACRYNIC ACID

موارد مصرف اسید اتاکرینیک در درمان خیز (همراه با نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی و بیماری کلیوی و کم ادراری ناشی از نارسایی کلیوی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پیوند اسید اتاکرینیک به پروتئین زیاد است متابولیسم این دارو کبدی است اثر دارو از راه خوراکی پس از ۳۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر دارو، ۲ ساعت و طول اثر آن ۸-۶ ساعت است اوج اثر کاهنده فشارخون این دارو تا چند روز پس از شروع درمان ظاهر نمی‌شود. اسید اتاکرینیک به میزان ۶۷ درصد از راه کلیه و ۳۳ درصد از صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی کلیوی همراه با بی‌ادراری و همچنین حالات قبل از اغماء به علت سیروز کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

دیابت شدید، نقرس شدید، نارسایی کبدی بزرگ شدن پروستات و پورفیری

۲- این دارو ممکن است سبب بروز کمی پتاسیم و سدیم خون شود.

۳- بیماران سالخورده ممکن است به اثرات این دارو بر روی فشارخون والکترولیت‌ها حساستر باشند و با خطر بروز کلاپس گردش خون و حملات ترومبوآمبولی رو به رو گردند.

عوارض جانبی کمی سدیم خون کمی پتاسیم خون و کمی منیزیم خون آلکالوز ناشی از کمی کلرور خون افزایش دفع کلسیم کاهش فشارخون تهوع اختلالات گوارشی افزایش اوره خون و نقرس افزایش قند خون افزایش موقت غلظت کلسترول و تری گلیسرید پلاسما با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان لیتیم با اسید اتاکرینیک ممکن است موجب بروز مسمومیت ناشی از لیتیم شود. احتمال بروز مسمومیت گوشه و کلیوی به ویژه در صورت وجود عیب کار کلیه در صورت مصرف همزمان اسید اتاکرینیک با سایر داروهای سمی برای کلیه و گوش ممکن است افزایش یابد. در صورت مصرف همزمان داروهای کاهنده پتاسیم خون با این دارو، خطر بروز کمی شدید پتاسیم خون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- در طول مصرف این دارو، احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجود دارد. از این رو ممکن است مصرف مکمل‌های پتاسیم ضروری باشد.

۴- در هنگام ایستادن به مدت طولانی انجام فعالیت بدنی یا در هوای گرم به علت اثر کاهنده فشارخون در حالت ایستاده باید

احتیاط شود.

۵- در صورتی که برنامه مصرف دارو یک‌بار در روز باشد، به منظور جلوگیری از تکرار ادرار در طول شب این دارو باید صبح مصرف شود.

۶- اگر اسید اتاکرینیک به رژیم درمانی زیادی فشار خون اضافه شود، به منظور جلوگیری از افت شدید فشار خون کاهش مقدار مصرف سایر داروهای کاهنده فشار خون ممکن است ضروری باشد.

۷- در صورتی که کم‌ادراری با حداکثر مصرف این دارو به مدت ۲۴ ساعت ادامه داشته باشد، توصیه می‌شود مصرف دارو قطع گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۱۰۰ mg/day - ۵۰ به صورت مقدار واحد یا در مقادیر

منقسم مصرف می‌شود که بر حسب نیاز ۵۰ mg/day - ۲۵ به مقدار شروع اضافه می‌شود. به عنوان مقدار نگهدارنده براساس نیاز

بیمار، معمولاً ۲۰۰ mg/day - ۵۰ مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف تا ۴۰۰ mg/day است

کودکان ابتدا ۲۵ mg/day مصرف می‌شود که بر حسب نیاز ۲۵ mg/day به مقدار شروع اضافه می‌شود و مقدار نگهدارنده این دارو بر اساس نیاز بیمار تنظیم می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

FUROSEMIDE

موارد مصرف فوروزماید در درمان خیز (همراه با نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی و بیماری کلیوی و کم‌ادراری ناشی از نارسایی کلیوی و زیادی خفیف تا متوسط فشار خون و به عنوان داروی کمکی در درمان بحران زیادی فشار خون مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک تقریباً ۷۰٪ - ۶۰ درصد فوروزماید پس از مصرف خوراکی جذب می‌شود. غذا ممکن است سرعت جذب را بدون تغییر اثر مدری کم کند. پیوند فوروزماید به پروتئین بسیار زیاد است متابولیسم دارو کبدی است اثر دارو از راه خوراکی پس از ۶۰ - ۲۰ دقیقه و از راه تزریق وریدی پس از ۵ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر ملدردارو، از راه خوراکی ۱ - ۲ ساعت و از راه وریدی طی ۳۰ دقیقه است اوج اثر کاهنده فشار خون این دارو تا چند روز پس از شروع درمان ظاهر نمی‌شود. طول اثر دارو از راه خوراکی ۸ - ۶ ساعت و از راه وریدی ۲ ساعت است ۸۸ درصد فوروزماید از راه کلیه و ۱۲ درصد از راه صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی کلیوی همراه بی‌ادراری و همچنین حالات قبل از اغماء ناشی از سیروز کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

دیابت شدید، نقرس شدید، نارسایی کبدی بزرگ شدن پروستات و پورفیری

۲- این دارو ممکن است سبب بروز کمی پتاسیم و سدیم خون شود.

۳- بیماران سالخورده ممکن است به اثرات این دارو بر روی فشار خون و الکترولیت‌ها حساستر بوده و در معرض خطر بروز کلاپس گردش خون و حملات ترومبوآمبولی باشند.

عوارض جانبی کمی سدیم خون کمی پتاسیم خون و کمی منیزیم خون آکالوز ناشی از کمی کلرور خون افزایش دفع کلسیم

کاهش فشارخون تهوع اختلالات گوارشی افزایش اوره خون و نقرس افزایش قند خون افزایش موقت غلظت کلسترول و تری گلیسرید پلازما بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان لیتیم با فوروزماید ممکن است موجب بروز مسمومیت ناشی از لیتیم شود. احتمال بروز مسمومیت گوشی و کلیوی به‌ویژه در صورت وجود عیب کار کلیه در صورت مصرف همزمان فوروزماید با سایر داروهای سمی برای کلیه و گوش ممکن است افزایش یابد. در صورت مصرف همزمان داروهای کاهنده پتاسیم خون با این دارو، خطر بروز کمی شدید پتاسیم خون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این دارو ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- در طول مصرف این دارو، احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجود دارد. از اینرو ممکن است مصرف مکمل‌های پتاسیم ضروری باشد.

۴- در هنگام ایستادن به مدت طولانی انجام فعالیت جسمانی یا در هوای گرم به علت اثر کاهنده فشارخون در حالت ایستاده باید احتیاط شود.

۵- به‌عنوان پایین آورنده فشارخون از مصرف سایر داروها بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه پزشک ندارند، باید خودداری شود.

۶- اگر برنامه مصرف دارو یکبار در روز باشد، به منظور جلوگیری از تکرار ادرار در طول شب این دارو باید صبح مصرف شود.

۷- اگر فوروزماید به رژیم درمانی فشارخون اضافه شود، به منظور جلوگیری از افت شدید آن کاهش مقدار مصرف سایر داروهای کاهنده فشارخون ممکن است ضروری باشد.

۸- اگر کم ادراری با حداکثر مصرف این دارو به مدت ۲۴ ساعت ادامه داشته باشد، توصیه می‌شود مصرف دارو قطع شود.

۹- احتمال بروز حساسیت به نور بامصرف فوروزماید وجود دارد. از تماس بیش از حد با نور خورشید باید خودداری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان بی‌ادراری ابتدا

۸۰ - ۲۰ میلی‌گرم به صورت مقدار واحد مصرف می‌شود که سپس هر ۸ - ۶ ساعت مقدار ۴۰ - ۲۰ میلی‌گرم به مقدار مصرف اضافه می‌شود تا پاسخ مطلوب حاصل شود. مقدار نگهدارنده این دارو به صورت مقدار واحد یا در ۳ - ۲ مقدار منقسم یک‌روز در میان یا ۴ - ۲ روز متوالی روزی یک بار در هفته تجویز می‌شود. به‌عنوان کاهنده فشارخون ابتدا ۴۰ میلی‌گرم ۲ بار در روز و سپس مقدار مصرف بر اساس پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. بیشینه مقدار مصرف تا ۶۰ mg/day است

کودکان ابتدا ۲ mg/kg به صورت مقدار واحد مصرف می‌شود و سپس هر ۸ - ۶ ساعت ۲ mg/kg - ۱ به آن افزوده می‌شود تا پاسخ مطلوب بدست آید.

تزریقی

بزرگسالان ابتدا ۴۰ - ۲۰ میلی‌گرم به صورت مقدار واحد تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود و سپس هر ۲ ساعت تا حصول پاسخ کافی مقدار ۲۰ میلی‌گرم افزوده می‌شود. مقدار نگهدارنده بر اساس اندازه‌گیری غلظت سرمی تعیین می‌شود (۱ یا ۲ بار در روز). در خیز حاد ریوی (بدون بحران زیادی فشارخون به‌عنوان مقدار شروع ۴۰ میلی‌گرم تزریق وریدی می‌شود و در صورت عدم پاسخ کافی

مجدد؟ پس از یک ساعت ۸۰ میلی گرم تزریق می‌شود. به عنوان کاهنده فشارخون در بحران‌های فشارخون در بزرگسالانی که کلیه سالم دارند ۸۰ - ۴۰ میلی گرم و در بحران‌های فشارخون همراه با خیز ریوی یا نارسایی حاد کلیوی مقدار ۲۰۰ - ۱۰۰ میلی گرم به صورت وریدی تزریق می‌شود.

کودکان ابتدا ۱ mg/kg به صورت مقدار واحد تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود و هر ۲ ساعت ۱ mg/kg به مقدار مصرف افزوده می‌شود تا پاسخ مناسب حاصل شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۴۰ mg

Injection : ۲۰ mg/۲ ml, ۲۵۰ mg / ۲۵ m

HYDROCHLOROTHIAZIDE

موارد مصرف این دارو در درمان خیز (ناشی از نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی همراه با آسیت درمان با کورتیکوسترئوئیدها و استروژن و نیز بعضی از حالات عیب کار کلیه (از جمله سندرم نفروتیک گلو مرونفریت حاد و نارسایی مزمن کلیه ، زیادی فشارخون (به تنهایی یا به عنوان درمان کمکی و همچنین درمان دیابت بی مزه (با منشا مرکزی و کلیوی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب هیدروکلروتیازید پس از مصرف خوراکی نسبت؟ سریع است این دارو به صورت تغییر نیافته و تقریباً به طور کامل از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود. نیمه عمر هیدروکلروتیازید ۱۴/۸ - ۵/۶ ساعت می‌باشد و اثر مدوری آن پس از ۲ ساعت شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر دارو ۴ ساعت و طول اثر آن ۱۲ - ۶ ساعت است اثر کاهنده فشارخون این دارو پس از ۴ - ۳ روز ممکن است ظاهر شود، ولی برای رسیدن به اثر مطلوب ممکن است تا ۴ - ۳ هفته زمان لازم باشد.

موارد منع مصرف این دارو در کمی شدید پتاسیم و سدیم خون و زیادی شدید کلسیم خون عیب شدید کار کبد و کلیه زیادی علامتی اوره خون و بیماری آدیسون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در صورت وجود بی‌اداری یا عیب کار کلیه یا کبد، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است سبب کاهش پتاسیم خون شدید دیابت نقرس و لوپوس اریتماتوز سیستمیک شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون وضعیتی اختلالات خفیف گوارشی کاهش توانایی جنسی کمی پتاسیم منیزیم و سدیم خون زیادی کلسیم خون آلکالوز همراه کمی کلرور خون زیادی اسیداوریک خون نقرس افزایش قند خون و کلسترول پلاسما با مصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان کلسیرامین با هیدروکلروتیازید

ممکن است جذب آن را مهار کند.

مصرف همزمان گلیکوزیدهای دیژیتال

با هیدروکلروتیازید، به علت بروز

کمی پتاسیم خون ممکن است احتمال مسمومیت با دیژیتال را افزایش دهد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم

به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم

ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این دارو ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۲- احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجود دارد. بنابراین ممکن است مصرف پتاسیم اضافی در رژیم غذایی لازم باشد. بدون مشورت با پزشک رژیم غذایی نباید تغییر یابد.

۳- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.
مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان مدر و آنتی دیورتیک در بزرگسالان ۱۰۰ - ۲۵ میلی گرم ۱ یا ۲ بار در روز، یک روز در میان یا یک بار در روز به مدت ۵ - ۳ روز در هفته مصرف شود. به عنوان کاهنده فشارخون

۱۰۰ mg/day - ۲۵ به صورت مقدار واحد یا در ۲ مقدار منقسم مصرف می شود که این مقدار بر اساس پاسخ بیمار تنظیم می گردد.
کودکان مقدار ۲ mg/kg/day - ۱ به صورت مقدار واحد یا در ۲ مقدار منقسم مصرف می شود که این مقدار بر اساس پاسخ بیمار تنظیم می گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

MANNITOL

موارد مصرف مانیتول به عنوان داروی کمکی برای پیشگیری از بروز نکروز حاد توبولار یا درمان کم ادراری در نارسایی حاد کلیه در درمان خیز مغزی و افزایش فشار داخل جمجمه و فشار داخل چشم تسریع دفع ادراری مواد سمی و جلوگیری از آسیب کلیوی ناشی از آنها و همچنین برای پیشگیری از همدیالیز و افزایش هموگلوبین آزاد خون در طی عمل جراحی برداشتن پروستات از راه پیشابراه مصرف می شود.

فارماکوکینتیک مانیتول در بخش خارج سلولی باقی می ماند. متابولیسم این دارو در کبد بسیار ناچیز است نیمه عمر مانیتول تقریباً ۱۰۰ دقیقه است که در نارسایی حاد کلیه به ۳۶ ساعت می رسد. زمان لازم برای شروع اثر مدر آن ۳ - ۱ ساعت و برای کاهش فشار مایع مغزی نخاعی و فشار داخل چشم ۱۵ دقیقه پس از شروع انفوزیون است اوج اثر کاهنده فشار داخل چشم ۶۰ - ۳۰ دقیقه پس از انفوزیون می باشد. طول اثر کاهنده فشار مایع مغزی - نخاعی ۸ - ۳ ساعت پس از قطع انفوزیون و طول اثر کاهنده فشار داخل چشم ۸ - ۴ ساعت است دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی احتقانی قلب خیز ریوی بی ادراری همراه با نکروز حاد کلیوی دهیدراتاسیون شدید و خونریزی جمجمه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در صورت عیب شدید کار قلب و کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- نشت دارو از رگ به بافت های اطراف سبب بروز التهاب و ترومبوفلیت می شود.

عوارض جانبی شدیدترین عارضه جانبی مانیتول بر هم خوردن تعادل آب و الکترولیت است تجویز سریع مقادیر زیاد آن ممکن است منجر به تجمع مانیتول افزایش بیش از حد مایع خارج سلولی کمی سدیم خون گاهی زیادی پتاسیم خون و افزایش بار گردش خون می شود.

تداخل های دارویی مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است احتمال بروز مسمومیت با دیگوکسین را به علت کاهش پتاسیم خون افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- محلول مانیتول فقط باید از راه انفوزیون وریدی مصرف شود.

۲- محلول مانیتول با غلظت ۱۵ درصد بیشتر در دماهای پایین تمایل به تشکیل بلور دارد، لذا ست انفوزیون مانیتول در هنگام تجویز این غلظت باید دارای صافی باشد.

۳- در صورت نیاز به مصرف این دارو در بیماران مبتلا به کم ادراری یا بی کفایتی کار کلیه توصیه می‌شود قبل از شروع درمان یک مقدار آزمایشی معادل 200 mg/kg به صورت محلول ۲۰-۱۰ درصد طی مدت ۵-۳ دقیقه انفوزیون وریدی شود. در صورت عدم حصول پاسخ مطلوب درمان با مانیتول را نباید آغاز نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان مدر، مقدار ۱۰۰-۵۰ گرم به صورت محلول ۲۵-۵ درصد انفوزیون وریدی می‌شود. سرعت انفوزیون باید طوری تنظیم شود که میزان دفع ادرار حداقل 50 ml/hr - ۳۰ باشد. در درمان خیز مغزی افزایش فشار داخل جمجمه و گلوکوم 2 g/kg - ۰/۲۵ به صورت محلول ۲۵-۱۵ درصد طی ۶۰-۳۰ دقیقه انفوزیون می‌شود. برای دفع مواد سمی مقدار ۲۰۰-۵۰ گرم به صورت محلول

۲۵-۵ درصد با سرعتی که میزان دفع ادرار حداقل به 500 ml/hr - ۱۰۰ برسد، انفوزیون وریدی شود.

کودکان به عنوان مدر، 2 g/kg - ۰/۲۵ به صورت محلول ۲۰-۱۵ درصد طی ۶-۲ ساعت برای درمان خیز مغزی افزایش فشار داخل جمجمه و گلوکوم 2 g/kg - (به صورت محلول ۲۰-۱۵ درصد طی

۶۰-۳۰ دقیقه و برای دفع مواد سمی حداکثر 2 g/kg به صورت محلول ۱۰-۵ درصد انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion : ۱۰٪, ۲۰٪

SPIRONOLACTONE

موارد مصرف این دارو به عنوان داروی کمکی در کنترل حالات خیزدار (مانند نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی سندرم نفروتیک که اغلب با زیادی ثانویه آلدوسترون همراه است و خیز بدون علت مشخص و به عنوان داروی کمکی در درمان زیادی فشار خون همراه با افزایش آلدوسترون یا بدون آن به ویژه در مواردی که نیاز به یک مدر نگهدارنده پتاسیم باشد، مصرف می‌شود. اسپرونولاکتون برای تشخیص و درمان افزایش اولیه آلدوسترون و پیشگیری یا درمان کمی پتاسیم خون (در بیمارانی که سایر اقدامات کافی نباشد) مصرف می‌شود. این دارو در درمان پرمویی بدن در زنان نیز مورد استفاده قرار گرفته است

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی پس از مصرف خوراکی از مجرای گوارش جذب می‌شود و فراهمی زیستی آن نیز بیش از ۹۰ درصد است پیوند این دارو به پروتئین بیش از ۹۰ درصد است متابولیسم این دارو کبدی است اثر آن پس از ۴-۲ ساعت با مصرف مقدار واحد) شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر با مصرف مقادیر متعدد ۳-۲ روز است اسپرونولاکتون به صورت متابولیت دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی پتاسیم خون کمی سدیم خون عیب شدید کار کلیه و بیماری آدیسون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

بی ادراری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به دیابت و بیماری کلیوی عیب کار کبد.

۲- بیمارانی که شدیداً بد حال هستند یا حجم ادرار آنها کم است بیشتر در معرض خطر زیادی پتاسیم خون هستند.

۳- در بیماران سالخورده خطر بروز زیادی پتاسیم خون افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی کاهش توانایی جنسی بزرگ شدن پستانها، بی‌نظمی قاعدگی کسالت سردرد، اغتشاش شعور،

بثورات جلدی افزایش پتاسیم خون کاهش سدیم خون مسمومیت کبدی و نرمی استخوان بامصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای نگهدارنده پتاسیم سیکلوسپورین مکمل‌های پتاسیم و داروهای مهارکننده
آنزیم مبدل آنژیوتانسین ممکن است منجر به زیادی پتاسیم خون شود. اثرات ضد انعقادی هپارین در صورت مصرف همزمان
با اسپرونولاکتون ممکن است کاهش یابد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب
بروز مسمومیت با لیتیم شود. اسپرونولاکتون ممکن است نیمه عمر دیگوکسین را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این دارو ممکن است تا آخر
عمر ضروری باشد.

۳- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴- اگر دارو یک بار در روز به صورت مقدار واحد مصرف می‌شود، برای اجتناب از افزایش دفعات دفع ادرار در طول شب بهتر
است صبحها مصرف گردد.

۵- به منظور کاهش تحریک گوارشی واحتمالا کمک به افزایش فراهمی زیستی دارو، بهتر است دارو با غذا یا پس از آن مصرف
شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر در خیز ناشی از نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی یا سندرم نفروتیک در بزرگسالان ابتدا 200 mg/day -

۲۵ در ۴-۲ مقدار منقسم به مدت حداقل ۵ روز مصرف می‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده

۴۰۰-۷۵ میلی‌گرم در ۴-۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. در درمان افزایش فشارخون در بزرگسالان ابتدا

100 mg/day - ۵۰ به صورت مقدار واحد یا در ۴-۲ مقدار منقسم به مدت حداقل ۲ هفته مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف

هر ۲ هفته یک بار بر حسب نیاز تنظیم می‌شود تا به 200 mg/day برسد. در درمان کمی پتاسیم خون ناشی از مصرف سایر

مدرها در بزرگسالان 100 mg/day - ۲۵ به صورت مقدار واحد یا در ۴-۲ مقدار منقسم به‌عنوان داروی کمکی در تشخیص

زیادی اولیه آلدوسترون در آزمون طولانی مدت 400 mg/day به مدت ۴-۳ هفته در آزمون کوتاه مدت ۴۰۰ میلی‌گرم به مدت

۴ روز و به‌عنوان آنتاگونیست آلدوسترون

۴۰۰-۱۰۰ میلی‌گرم در ۴-۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان مدر یا کاهنده فشارخون در درمان خیز، آسیت یا زیادی فشارخون مقدار شروع 3 mg/kg - ۱ در روز است

که به صورت مقدار واحد یا در ۴-۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. پس از ۵ روز مقدار مصرف مجدد؟ تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

TRIAMTERENE-H

موارد مصرف این ترکیب دارویی به‌عنوان داروی کمکی در کنترل حالات خیزدار (مانند نارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی سندرم

نفروتیک خیرناشی از کورتیکوسترئوئیدها و خیز با علت نامشخص، در درمان زیادی فشارخون به‌ویژه در مواردی که نیاز به یک

مدر نگهدارنده پتاسیم باشد) و همچنین در درمان کمی پتاسیم خون ناشی از مصرف داروهای مدر در افراد مبتلا به زیادی فشارخون

(در صورتی که سایر تدابیر مفید یا کافی نباشند) مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک تریامترن با سرعت ولی ناقص از مجرای گوارش جذب می‌شود، (۷۰ - ۳۰ درصد). پیوند تریامترن به پروتئین متوسط است و متابولیسم آن کبدی است نیمه عمر تریامترن در افراد با کلیه سالم ۱۲۰ - ۹۰ دقیقه و در عیب کار کلیه ۱۰ ساعت می‌باشد. زمان لازم برای شروع اثر دارو به‌عنوان مدر ۴ - ۲ ساعت و زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت تریامترن ۴ - ۲ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر با مصرف مقادیر متعدد یک یا چند روز است طول اثر تریامترن ۹ - ۷ ساعت می‌باشد. تریامترن به‌طور عمده از طریق صفرا دفع می‌شود.

موارد مصرف این دارو در نارسایی کلیه و افزایش پتاسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر، این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

بی‌اداری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به دیابت و بیماری کلیوی یا عیب کار کبد.

۲- بیمارانی که شدیداً بد حال هستند

یا حجم ادرار آنها کم است بیشتر

در معرض خطر زیادی پتاسیم خون هستند.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی خشکی دهان بثورات جلدی کاهش مختصر در فشارخون افزایش پتاسیم خون و حساسیت به نور با مصرف تریامترن گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین ممکن است منجر به افزایش پتاسیم خون شود و اثر کاهنده فشارخون افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو با لیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم شود. خطر بالا-رفتن پتاسیم خون با مصرف همزمان این دارو با مکمل‌های حاوی پتاسیم و سیکلوسپورین افزایش می‌یابد. اثرات ضد انعقادی هپارین در صورت مصرف همزمان با این دارو ممکن است کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- احتمال بروز کمی یا زیادی پتاسیم خون وجود دارد. بنابراین ممکن است پی‌گیری میزان پتاسیم در رژیم غذایی لازم باشد.

۴- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پایین آورنده فشارخون در بزرگسالان ۲ - ۱ قرص در روز تجویز می‌شود. مقدار نگهدارنده برای بعضی از بیماران یک قرص در روز یا یک‌روز در میان می‌باشد.

اشکال دارویی

+ Tablet : Triamterene ۵۰ mg

Hydrochlorothiazide ۲۵ mg

GEMFIBROZIL

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی چربی خون در بیمارانی که به درمان با رژیم غذایی پاسخ کافی نمی‌دهند، مصرف می‌شود.

این دارو همچنین برای پیشگیری اولیه از بیماری عروق کرونر قلب در مردان مسن مبتلا به زیادی چربی خون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: جم فیبروزیل از غلظت پلاسمایی تری گلیسرید (VLDL) کاسته و غلظت پلاسمایی HDL را افزایش می‌دهد. اگر چه

این دارو ممکن است میزان کلسترول تام و لیوپروتئین با دانسیته کم (LDL) را اندکی کاهش ولی مصرف آن در بیماران با

تری گلیسرید بالا- همراه با زیادی چربی خون نوع IV، اغلب منجر به افزایش قابل توجه مقدار LDL می‌شود. این دارو ممکن است باعث مهار لیپولیز محیطی کاهش برداشت کبدی اسیدهای چرب آزاد و کاهش ساخت گلیسریدهای کبدی مهارساخت آپولیپوپروتئین B که حامل VLDL است و افزایش کلیرانس آن و در نتیجه کاهش ساخت VLDL گردد.

فارماکو کینتیک این دارو از مجرای گوارش بخوبی جذب می‌شود. متابولیسم جم فیروزیل کبدی است نیمه عمر دارو پس از مصرف مقدار واحد، ۱/۵ ساعت و پس از مصرف مقادیر متعدد، ۱/۳ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت ۲-۱ ساعت است اثر این دارو در کاهش غلظت VLDL پلاسما، پس از ۲-۵ روز شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر کاهش غلظت VLDL پلاسما ۴ هفته است دفع دارو عمدتاً از کلیه است

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کبد و سنگهای صفرای نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- تعیین غلظت کلسترول و تری گلیسرید، شمارش کامل سلولهای خون و آزمونهای کار کبد، قبل از شروع درمان دراز مدت ضروری است

۳- اگر پس از سه ماه درمان پاسخ کافی بدست نیاید یا نتایج حاصل از آزمونهای کار کبد، افزایش یا اختلال قابل توجهی رانسان دهند یا در صورت تشخیص سنگهای صفرای و تشخیص یا حدس ایجاد میوزیت مصرف جم فیروزیل باید قطع شود. در این موارد، توصیه می‌شود به منظور کاهش چربی خون از یک رژیم غذایی مناسب استفاده شود تا وضعیت بیمار تثبیت شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی بثورات جلدی درماتیت خارش کهیر، ضعف جنسی سردرد، سرگیجه تاری دید، یرقان انسدادی آنژیوادم خیز حنجره فیبریلایسیون دهلیزی التهاب لوزالمعده میاستنی گراو، رابدومیولیز، دردناک شدن اندامهای انتهایی میالژی همراه با افزایش در کراتین کیناز با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی با جم فیروزیل ممکن است اثر ضد انعقادی این داروها را به طور قابل توجهی افزایش دهد. مصرف همزمان لوواستاتین با جم فیروزیل ممکن است با افزایش خطر رابدومیولیز، افزایش قابل توجه در غلظت کراتین کیناز و وجود میوگلوبین در ادرار که منجر به نارسایی حاد کلیه می‌شود، همراه باشد.

نکات قابل توصیه ۱- رعایت رژیم غذایی مناسب بر درمان با دارو ارجحیت دارد.

۲- قبل از قطع مصرف دارو، تماس با پزشک ضروری است زیرا غلظت چربی خون ممکن است به میزان قابل توجهی افزایش یابد. مقدار مصرف در بزرگسالان ۱/۲ g/day در دو مقدار منقسم ۳۰ دقیقه قبل از صبحانه و شام مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۳۰۰ mg

HYDRALAZINE HCl

موارد مصرف هیدرالازین برای درمان زیادی متوسط تا شدید فشارخون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثر عمده این دارو،

گشاد کردن شریانچه‌ها است ولی اثر

کمی نیز بر وریدها دارد. این دارو موجب کاهش مقاومت محیطی می‌گردد و همچنین موجب افزایش برون ده قلبی کاهش مقاومت سیستمیک و کاهش بار قلب می‌شود.

فارماکو کینتیک هیدرالازین پس از مصرف خوراکی بخوبی جذب می‌شود، ولی متابولیسم عبور اول کبدی دارد. پیوند دارو به

پروتئین زیاد است متابولیسم این دارو کبدی است نیمه عمر هیدرالازین

۷- ۳ ساعت است که در نارسایی کلیه افزایش می‌یابد. اثر دارو از راه خوراکی پس از ۴۵ دقیقه و از راه وریدی پس از

۲۰- ۱۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر از راه وریدی

۳۰- ۱۵ دقیقه و از راه خوراکی ۲- ۱ ساعت است طول اثر دارو از راه خوراکی یا وریدی ۸- ۳ ساعت است دفع این دارو کلیوی

است

موارد منع مصرف این دارو در موارد لوپوس اریتماتوز سیستمیک ایدیوپاتییک برادی کاردی شدید، نارسایی قلبی با برون‌ده بالا، بی‌کفایتی عضله قلب ناشی از انسداد مکانیکی پورفیری و آنوریسم آئورت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

بیماری شریان کرونر، بیماری روماتیسمی قلب و بیماری عروق مغزی

۲- مقدار مصرف اولیه این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه باید کاهش

یابد.

۳- حتی با مصرف مقادیر کم هیدرالازین کاهش بسیار سریع فشارخون ممکن است بروز کند.

۴- به منظور جلوگیری از بروز زیادی ناگهانی فشارخون مصرف دارو پس از خاتمه درمان باید بتدریج قطع شود.

عوارض جانبی تاکی کاردی احتباس مایعات تهوع و استفراغ سردرد، سندرم لوپوس اریتماتوز سیستمیک (با مصرف مقادیر بیش از

۱۰۰ mg/day به مدت طولانی، بثورات جلدی تب تغییر در شمارش سلولهای خونی نوریت محیطی و اختلالات خونی با مصرف

این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی اثر دیازوکساید در صورت مصرف همزمان با هیدرالازین ممکن است تشدید شود.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف دارو حتی

در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو زیادی فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو، مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری

باشد.

۳- از مصرف سایر داروها، به ویژه داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا ۱۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز برای ۴- ۲ روز اول و سپس ۲۵ میلی‌گرم برای بقیه

روزهای هفته مصرف می‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۵۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز در هفته دوم مصرف می‌شود که تا کمترین مقدار

مصرف موثر تنظیم می‌شود.

کودکان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ۰/۷۵ mg/kg/day در ۴- ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف دارو،

برحسب نیاز بیمار طی ۴- ۱ هفته بتدریج تا حداکثر ۷/۵ mg/kg/day افزایش می‌یابد.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون مقدار ۴۰- ۱۰ میلی‌گرم تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود که برحسب نیاز، این مقدار

تکرار می‌گردد.

کودکان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ۳/۵ mg/kg/day - ۱/۷ در ۶- ۴ مقدار منقسم تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۵۰ mg

Injection : ۲۰ mg

ISOXSUPRINE

موارد مصرف این دارو برای تسکین علائم ناشی از نارسایی عروق مغزی در مان اختلالات عروق محیطی ناشی از تصلب شرایین سندرم رینود، تعویق زایمان زودرس و در درمان قاعدگی دردناک تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزوکسوپرین یک مسدود کننده آلفا - آدرنژیک و تحریک کننده گیرنده بتا - آدرنژیک است به نظر می‌رسد که اثر آن بر عضلات صاف عروق یک اثر مستقیم باشد. دارو توانایی شل کردن عضلات صاف رحم را نیز دارد.

فارماکوکینتیک از دستگاه گوارش به

خوبی جذب می‌شود. نیمه عمر آن حدود یک ساعت است و عمدتاً از راه ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در موارد تعویق زایمان زودرس در شرایط وجود اختلالات قلبی خصوصاً وجود آریتمی، پرکاری تیروئید، عفونت داخل رحمی مرگ جنین در داخل رحم اکلامپسی پره اکلامپسی و زیاده فشارخون ریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری شدید عروق مغزی و در مواردی که فرد مبتلا به زایمان زودرس دیابت یا پره اکلامپسی خفیف تا متوسط داشته باشد، اختلالات انعقادی خون انفارکتوس میوکارد اخیر و گلوکوم باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی ادم ریوی کمی فشارخون تاکی کاردی درد قفسه سینه تهوع استفراغ ضعف گیجی و بشورات پوستی از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- قطع مصرف دارو باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- برای اجتناب از تحریک دستگاه گوارش این دارو باید بعد یا همراه غذا مصرف شود.

۳- تغییر از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده باید به آهستگی صورت گیرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۲۰-۱۰ میلی گرم ۳-۴ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg

LIDOCAINE HCl

موارد مصرف این دارو در درمان آریتمی بطنی به ویژه پس از سکته قلبی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: لیدوکائین با اثر مستقیم بر بافت بخصوص شبکه پورکنز (بدون دخالت سیستم اعصاب خودکار)، سبب کاهش دیپولاریزاسیون خودکاری و تحریک پذیری بطن طی مرحله دیاستولیک می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از تزریق عضلانی تقریباً به طور کامل جذب می‌شود. لیدوکائین با سرعت در بدن توزیع می‌یابد. ۹۰ درصد دارو در کبد متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو ۱-۲ ساعت و وابسته به مقدار مصرف است اثر دارو بعد از تزریق عضلانی پس از ۱۵-۵ دقیقه و از راه وریدی بلافاصله شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به غلظت یکنواخت پلاسمایی در انفوزیون مداوم وریدی ۴-۳ ساعت است این زمان در بیمارانی که دچار سکته قلبی شده‌اند، حدود ۱۰-۸ ساعت است طول اثر دارو از راه وریدی ۲۰-۱۰ دقیقه و از راه عضلانی ۹۰-۶۰ دقیقه است دفع لیدوکائین کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در اختلالات سینوسی - دهلیزی تمام حالات انسداددهلیزی - بطنی ضعف شدید میوکارد و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

نارسایی احتقانی قلب کاهش جریان خون کبد، شوک و کاهش حجم خون انسداد ناقص قلب برادی کاردی سینوسی و سندرم W-P.

۲ - کاهش مقدار مصرف دارو در بیماران مبتلا به نارسایی احتقانی قلب عیب کارکبد و پس از جراحی قلب ضروری است عوارض جانبی سرگیجه پارستری یا خواب آلودگی (به ویژه در صورت تزریق سریع دارو) با مصرف این دارو گزارش شده است همچنین اغتشاش فکر، ضعف تنفسی و تشنجات کاهش فشارخون و برادی کاردی و حساسیت مفرط نیز مشاهده شده است تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد تشنج هیدانتوئینی بالیدوکائین ممکن است باعث بروز اثر اضافی تضعف قلبی شود. داروهای ضد تشنج هیدانتوئینی ممکن است متابولیسم کبدی لیدوکائین را تسریع نمایند. نکات قابل توصیه ۱ - در صورت بروز علائم حمله قلبی بلافاصله باید به پزشک مراجعه شود.

۲ - همزمان با مصرف لیدوکائین پیگیری وضع بیمار با استفاده از الکتروکاردیوگرام و در دسترس بودن وسایل احیاء و داروهای لازم برای معالجه واکنش‌های جانبی ضروری است
۳ - لیدوکائین نباید هنگام انتقال خون به آن اضافه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد آریتمی برای انفوزیون مداوم وریدی (معمولاً پس از یک مقدار حمله‌ای، ۰/۰۵ - ۰/۰۲ mg/kg با سرعت ۴ mg/min - ۱) (حداکثر حدود

۴/۵ mg/kg در هر دوره یک ساعته مصرف می‌شود. جهت تزریق مستقیم وریدی در بزرگسالان مقدار ۱ mg/kg به عنوان مقدار حمله‌ای با سرعت

۵۰ mg/min - ۲۵ تزریق می‌شود که در صورت نیاز هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود (حداکثر ۴/۵ mg/kg در هر دوره یک ساعته. از راه عضلانی در بزرگسالان ۴/۳ mg/kg تزریق می‌شود که در صورت نیاز هر

۱/۵ - ۱ ساعت تکرار می‌شود. بیشینه مقدار مصرف حدود ۴/۵ mg/kg در هر دوره یک ساعته است

کودکان مقدار ۱ mg/kg به عنوان مقدار حمله‌ای با سرعت ۵۰ mg/min - ۲۵ تزریق می‌شود که در صورت نیاز هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود (حداکثر ۳ mg/kg). برای انفوزیون وریدی مداوم در کودکان معمولاً پس از یک مقدار حمله‌ای ۰/۰۵ mg/kg - ۰/۰۲ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱٪ ، ۲٪ ، ۴٪ ، ۲۰٪

LOVASTATIN

موارد مصرف لوواستاتین در مبتلایان به افزایش کلسترول خون که به درمان با رعایت رژیم غذایی پاسخ کافی نمی‌دهند و برای کم کردن سرعت پیشرفت آترواسکلروز عروق کرونر در افرادی که بیماری عروق کرونر دارند و غلظت کلسترول پلاسما آنها بالا باشد، تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم HMG-CoA ردوکتاز، ساخته شدن کلسترول را مهار می‌کند. این عمل موجب می‌شود که

گیرنده‌های LDL در سطح سلولهای کبدی افزایش یافته و LDL بیشتری از خون برداشت کنند و نهایتاً میزان LDL خون کاهش یابد.

فارماکوکینتیک لوواستاتین پس از هیدرولیز در دستگاه گوارش به شکل فعال در می‌آید. کمتر از نیمی از این دارو از راه خوراکی جذب می‌شود و در گذر اول از کبد به طور وسیع متابولیزه می‌گردد. قسمت عمده دارو از طریق صفرا و کمی هم از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری فعال کبدی و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- قبل و در طول مصرف این دارو، باید عملکرد کبد کنترل شود.

۲- در صورت وجود سابقه بیماری کبدی دارو با احتیاط فراوان مصرف شود.

۳- در طول مدت مصرف و تا یک ماه بعد از قطع مصرف این دارو، بیماران زن نباید باردار شوند.

۴- در صورتی که غلظت خونی کراتین فسفوکیناز (CPK) شدیداً افزایش پیدا کند یا در صورت بروز میوپاتی در بیمار، مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی یبوست نفخ سردرد، تهوع سوءهاضمه درد شکم اسهال خستگی بیخوابی بثورات جلدی رابدومیولیز، هیپاتیت افزایش غلظت کراتین فسفوکیناز و آنژیوادم از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو اثر ضدانعقادی وارفارین را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو با سیکلوسپورین موجب افزایش خطر بروز میوپاتی می‌شود. مصرف همزمان این دارو با اسید نیکوتینیک یا فیبرات‌ها خطر بروز عوارض جانبی (بخصوص رابدومیولیز) را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بیمار باید آگاه باشد که در طول مدت مصرف این دارو، بروز هر گونه درد عضلانی را به پزشک خود اطلاع دهد.

۲- مصرف این دارو همراه با غذا (معمولاً شام اثر بخشی بیشتری دارد).

مقدار مصرف در شب اول درمان ۱۰ میلی گرم تجویز می‌شود و در شب‌های بعدی تدریجاً مقدار آن افزایش می‌یابد. در صورت نیاز در یک فاصله ۶-۸ هفته‌ای مقدار دارو را می‌توان تا ۸۰ mg/day افزایش داد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۰ mg

METHYLDOPA

موارد مصرف متیل دوپا در درمان زیادی فشارخون همراه داروهای مدر مصرف می‌شود. همچنین در بحران زیادی فشارخون زمانی که درمان فوری مورد نیاز نباشد، نیز به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که اثر این دارو در کاهش فشارخون به علت تبدیل آن به آلفا-متیل نوراپی نفرین باشد. آلفا-متیل نوراپی نفرین از طریق مرکزی سبب کاهش عبور جریان سمپاتیک و در نتیجه کاهش فشارخون می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب متیل دوپا از مجرای گوارش متغیر است متیل دوپا به طور گسترده در نرونهای آدرنژیک مرکزی به آلفا-متیل نوراپی نفرین تبدیل می‌شود. نیمه عمر آن در افراد سالم در مرحله آلفا ۱/۷ ساعت و در افراد مبتلا- به بی‌اداری در مرحله آلفا ۳/۶ ساعت می‌باشد. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر پس از مصرف مقدار واحد ۶-۴ ساعت و پس از مصرف مقادیر متعدد ۳-۲ روز است طول اثر دارو با مصرف یک مقدار واحد خوراکی ۲۴-۱۲ است و با مصرف مقادیر متعدد ۴۸-۲۴ ساعت است متیل دوپا

از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در سابقه افسردگی بیماری فعال کبد (هپاتیت حاد و سیروز فعال، فتوکروموسیتوم و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

سابقه کم خونی همولیتیک ناشی از

بیماری خودایمنی سابقه بیماری کبدی همراه با مصرف قبلی متیل دوپا و عیب کار کلیه

۲- آزمون کومبس ممکن است در ۲۰ درصد بیماران تحت درمان با دارو مثبت شود که این حالت می‌تواند با آزمون سازگاری متقابل خونهای دهنده و گیرنده تداخل نماید.

۳- در طول مصرف دارو، شمارش سلولهای خون و آزمون فعالیت کبد ممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی خشکی دهان تسکین افسردگی خواب آلودگی اسهال احتباس مایعات کاهش توانایی جنسی آسیب کبدی کم خونی همولیتیک سندرم شبه اریتماتوز، پارکینسون بثورات جلدی و گرفتگی بینی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان متیل دوپا با داروهای بیهوش کننده عمومی ممکن است اثر پایین آورنده فشارخون متیل دوپا را افزایش دهد. مصرف همزمان متیل دوپا با داروهای مهارکننده مونوآمین اکسیداز، ممکن است سبب تحریک پذیری بیش از حد شود. در صورت مصرف همزمان فنیل افرین با متیل دوپا، ممکن است اثر پایین آورنده فشارخون متیل دوپا کاهش و اثر بالابرنده فشارخون فنیل افرین افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- از مصرف سایر داروها بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری شود.

۴- در صورت بروز تب مراجعه به پزشک ضروری است

۵- برای به حداقل رساندن اثر تسکین بخشی متیل دوپا، هر گونه افزایش در مقدار مصرف دارو باید در نوبت عصر انجام گیرد. مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا مقدار ۲۵۰ میلی گرم

۲ یا ۳ بار در روز به مدت ۲ روز مصرف می‌شود و پس از آن در فواصل زمانی بیش از ۲ روز تا زمان حصول پاسخ مناسب این مقدار تنظیم می‌شود. به عنوان نگهدارنده ۵۰۰ mg/day تا ۲ g/day در

۴- ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۳ g/day است

کودکان به عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا ۱۰ mg/kg در ۴- ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود که پس از آن در فواصل زمانی بیش از ۲ روز تا حصول پاسخ مناسب این مقدار تنظیم می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در کودکان ۶۵ mg/kg یا ۳ g/day است

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

(MINOXIDIL (Systemic

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی شدید فشارخون همراه داروهای مدر و مسدود کننده گیرنده بتا- آدرنرژیک مصرف

می‌شود.

مکانیسم اثر: مینوکسیدیل یک گشاد کننده عروق محیطی با اثر مستقیم است که مقاومت عروق محیطی را کاهش می‌دهد و سبب افت فشارخون می‌شود.

فارماکوکینتیک در حدود ۹۰ درصد از یک مقدار مصرف خوراکی از مجرای گوارشی جذب می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی دارو ۴/۲ ساعت است اگر چه اثر دارو ممکن است تا ۷۵ ساعت باقی بماند. این دارو به میزان زیاد در کبد متابولیزه می‌شود و عمدتاً از طریق ادرار و به شکل متابولیت دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف این دارو در بیمارانی که اخیراً دچار انفارکتوس میوکارد شده‌اند و در بیماران مبتلا به زیادی فشارخون ریوی آنژین صدری نارسایی مزمن قلب و عیب بارز کار کلیه باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

تداخل‌های دارویی اثرات کاهنده فشارخون این دارو، در صورت مصرف همزمان با سایر داروهای پایین آورنده فشارخون ممکن است تشدید شود. در صورت مصرف همزمان مینوکسیدیل با داروهای مقلد سمپاتیک مسدود کننده گیرنده کاهش شدید فشارخون در حالت ایستاده ممکن است بروز کند.

عوارض جانبی احتباس آب و سدیم افزایش وزن ادم محیطی تاکی کاردی افزایش رویش مو، افزایش برگشت پذیر کرآتینین و نیترژن اوره خون و گاهی اختلالات گوارشی و بثورات جلدی با مصرف این دارو گزارش شده است
مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا مقدار ۵ mg/day

(۲/۵ mg/day در سالخوردگان مصرف می‌شود که بتدریج هر سه روز یکبار اضافه شده تا حداکثر به ۵۰ mg/day - ۴۰ برسند (بر اساس پاسخ بیمار). مقدار مصرف روزانه را می‌توان در یک یا دونوبت مصرف نمود.

کودکان برای کودکان تا سن ۱۲ سال مقدار مصرف اولیه ۰/۲ mg/kg/day می‌باشد که هر سه روز، مقدار ۰/۲ mg/kg/day - ۰/۱ به آن اضافه می‌شود تا فشارخون کنترل شود یا مقدار مصرف به حداکثر ۱ mg/kg/day یا ۵۰ mg/day برسد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

NITRATES

NITROGLYCERIN ISOSORBIDE

نیتراتها در درمان آنژین صدری نقش بسیار مفیدی دارند، اگر چه این داروها گشاد کننده عروق کرونر هستند و اثر مفید آنها ناشی از کاهش برگشت وریدی و در نتیجه کاهش کار بطن چپ می‌باشد. به‌طور کلی مکانیسم اثر ضد آنژین و کاهنده بار قلب این داروها بخوبی مشخص نشده است ولی تصور می‌شود که نیتراتها تقاضای اکسیژن عضله قلب را کاهش می‌دهند. این اثر ناشی از کار بار ورودی و خروجی بطن چپ به دلیل گشاد شدن عروق وریدی و شریانی همراه با انتشار مؤثرتر جریان خون در عضله قلب است اثر نیتراتها در کاهش فشارخون ناشی از گشاد شدن عروق محیطی است

ISOSORBIDE DINITRATE

موارد مصرف ایزوسورباید در پیشگیری و رفع درد در حمله آنژین صدری ناشی از بیماری شریان کرونر مصرف می‌شود.

فارماکو کینتیک فراهمی زیستی ایزوسورباید پس از مصرف قرص زیرزبانی ۵۹ درصد و پس از مصرف قرص معمولی ۲۲ درصد است مقدار زیادی از این دارو در اولین عبور از کبد متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو از راه زیرزبانی ۶۰ دقیقه و از راه خوراکی ۴ ساعت است اثر ایزوسورباید از راه خوراکی پس از ۴۰-۱۴ دقیقه و از راه زیرزبانی پس از ۵-۲ دقیقه شروع می‌شود. طول اثر دارو از راه خوراکی ۶-۴ ساعت و از راه زیرزبانی ۲-۱ ساعت است ایزوسورباید، پس از آنکه تقریباً به‌طور کامل متابولیزه شده از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در موارد کاهش فشار و حجم خون کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک انسدادی تنگی آئورت تامپوناد قلبی پریکاردیت constrictive، تنگی دریچه میترال کم خونی بارز، گلوکوم با زاویه بسته ضربه اخیر به سر و خونریزی مغزی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

کم خونی شدید، عیب شدید کار کلیه پرکاری تیروئید، سوء تغذیه یا کاهش دمای بدن سابقه انفارکتوس اخیر قلبی
۲- با مصرف طولانی مدت نیتراها، ممکن است نسبت به اثر آنها تحمل ایجاد شود و در نتیجه نیاز بیمار به دارو افزایش یابد. برای اطمینان از حفظ اثر مطلوب دارو، پیگیری دقیق وضعیت بیمار توصیه می‌شود.

۳- در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به دنبال مصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت به منظور جلوگیری از بروز حمله واجهشی آئزین ناشی از قطع مصرف دارو، مقدار مصرف باید بتدریج کاهش داده شود.

۴- در صورت بروز تاری دید یا خشکی دهان یا تشدید آن مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی سردرد کوبنده برافروختگی سرگیجه و کمی فشار خون وضعیتی با مصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ایزوسورباید با فرآورده‌های حاوی الکل داروهای پایین آورنده فشار خون یا داروهای گشاد کننده عروق ممکن است کمی فشار خون ناشی از اثرات ایزوسورباید را تشدید کند.

نکات قابل توصیه ۱- قرص معمولی

و پیوسته رهش ایزوسورباید همراه

با یک لیوان آب و با معده خالی مصرف شود.

۲- به هنگام مصرف قرص زیرزبانی تازمانی که قرص حل نشده باشد، از خوردن یا نوشیدن باید خودداری شود.

۳- از جویدن و خرد کردن قرص زیرزبانی و پیوسته رهش باید خودداری کرد.

۴- با بروز اولین علائم حمله آئزین بایدنشست و از قرص زیرزبانی استفاده نمود و در صورت بروز سرگیجه یا از حال رفتن باید احتیاط نمود. اثر قرص زیرزبانی معمولاً طی ۵ دقیقه ظاهر می‌شود.

۵- قرص‌های معمولی و پیوسته رهش ایزوسورباید، از بروز حمله آئزین صدی جلوگیری می‌نمایند ولی سبب رفع درد ناشی از حمله نمی‌شوند.

۶- به هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته باید احتیاط نمود.

۷- به هنگام ایستادن به مدت طولانی یا فعالیت بدنی و همچنین در آب و هوای گرم باید احتیاط نمود.

۸- سردرد، عارضه معمولی نیتراها است که با ادامه درمان کاهش می‌یابد. در صورت تداوم یا تشدید سردرد، مراجعه به پزشک ضروری است

۹- در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض یاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا نوبت بعدی ۲ ساعت (برای اشکال دارویی معمولی و زیرزبانی یا ۶ ساعت (برای قرص پیوسته رهش فاصله باشد، از مصرف آن باید خودداری

نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد آئزین صدی ۲۰-۵ میلی‌گرم از قرص معمولی هر

۶ ساعت مصرف می‌شود که این مقدار بر حسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌شود. محدود مصرف دارو ۴۰-۵ میلی‌گرم

۴ بار در روز است به‌عنوان ضد آئزین

۸۰-۲۰ میلی‌گرم هر ۱۲-۸ ساعت از

قرص پیوسته رهش و ۵-۲/۵ میلی‌گرم هر ۳-۲ ساعت از قرص زیرزبانی مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Retard Tablet : ۴۰ mg

Sublingual Tablet : ۵ mg

Tablet : ۱۰ mg

NITROGLYCERIN

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری و درمان آئزین صدی و درمان نارسایی بطن چپ مصرف می‌شود. نیتروگلیسرین تزریقی برای کنترل فشار خون حین بعضی از اعمال جراحی و برای کاهش خونریزی به داخل ناحیه جراحی مصرف می‌شود. نیتروگلیسرین تزریقی به‌عنوان داروی کمکی در درمان نارسایی احتقانی قلب همراه با انفارکتوس حاد میوکارد مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پیوند این دارو به پروتئین حدود ۶۰ درصد است نیمه عمر نیتروگلیسرین ۴-۱ دقیقه است اثر دارو از راه انفوزیون وریدی تقریباً بلافاصله از راه زیرزبانی پس از ۳-۱ دقیقه و از راه پوستی پس از ۳۰ دقیقه شروع می‌شود. طول اثر دارو از راه انفوزیون وریدی چند دقیقه از راه زیرزبانی ۶۰-۳۰ دقیقه و از راه پوستی ۲۴-۸ ساعت است نیتروگلیسرین پس از آنکه تقریباً بطور کامل متابولیزه شد، از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در موارد کاهش فشار و حجم خون کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک انسدادی تنگی آئورت تامپوناد قلبی پریکاردیت constrictive، تنگی دریچه میترا، کم خونی بارز، گلوکوم با زاویه بسته ضربه اخیر به سر و خونریزی مغزی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

کم خونی شدید، عیب شدید کار کلیه پرکاری تیروئید، سوء تغذیه یا کاهش دمای بدن سابقه انفارکتوس اخیر قلبی

۲- با مصرف طولانی مدت نیترا، ممکن است نسبت به اثر آنها تحمل ایجاد شود و در نتیجه نیاز بیمار به دارو افزایش یابد. برای اطمینان از حفظ اثر مطلوب دارو، پیگیری دقیق وضع بیمار توصیه می‌شود.

۳- در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به دنبال مصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت به منظور جلوگیری از بروز حمله واجهشی آئزین ناشی از قطع مصرف دارو، مقدار مصرف باید بتدریج کاهش داده شود.

۴- در صورت بروز تاری دید یا خشکی دهان یا تشدید آن مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی سردرد کوبنده برافروختگی سرگیجه و کمی فشارخون وضعیتی با مصرف این دارو گزارش شده است تداخل‌های دارویی مصرف همزمان نیتروگلیسرین با فرآورده‌های حاوی الکل داروهای پایین آورنده فشارخون یا داروهای گشاد کننده عروق ممکن است کمی فشارخون ناشی از اثرات نیتروگلیسرین را تشدید کند.

- نکات قابل توصیه ۱- قرص معمولی و پیوسته رهش نیترو گلیسرین باید همراه بایک لیوان آب و با معده خالی مصرف شود.
- ۲- قرص جویدنی باید بخوبی جویده شده و به مدت تقریباً ۲ دقیقه در دهان باقی‌ماند.
- ۳- هنگام استفاده از قرص زیرزبانی تازمانی که قرص حل نشده باشد، از خوردن یا نوشیدن باید خودداری شود.
- ۴- هنگام استفاده از پماد نیترو گلیسرین پیش از مصرف پوست باید تمیز شود. در هر بار مصرف پماد باید بر روی سطح بدون مو مالیده شده و گسترده شود. پس از گسترده شدن دارو را نباید روی پوست ماساژ داد.
- ۵- از جویدن و خرد کردن قرص پیوسته رهش باید خودداری کرد.
- ۶- با بروز اولین علائم حمله آئزین باید نشست و از قرص زیرزبانی استفاده نمود و در صورت بروز سرگیجه یا از حال رفتن باید احتیاط کرد. اثر قرصها معمولاً طی ۵ دقیقه ظاهر می‌شود.
- ۷- قرص معمولی پیوسته رهش همچنین فرآورده‌های موضعی نیترو گلیسرین از بروز حمله آئزین صدوری جلوگیری می‌نمایند و سبب رفع درد ناشی از حمله نمی‌شوند.
- ۸- قرص‌های زیرزبانی نیترو گلیسرین نباید در معرض هوا قرار گیرند، زیرا ممکن است اثر آنها کاهش یابد.
- ۹- به هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته باید احتیاط نمود.
- ۱۰- به هنگام ایستادن به مدت طولانی یا فعالیت بدنی و همچنین در آب و هوای گرم باید احتیاط نمود.
- ۱۱- سردرد، عارضه معمولی نیتراها است که با ادامه درمان کاهش می‌یابد. در صورت تداوم یا تشدید سردرد، مراجعه به پزشک ضروری است
- ۱۲- اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض بیاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا نوبت بعدی ۲ ساعت (قرص معمولی زیرزبانی و پماد) یا ۶ ساعت (قرص پیوسته رهش فاصله باشد، از مصرف آن باید خودداری نمود.
- مقدار مصرف
- قرص پیوسته رهش
- بزرگسالان به‌عنوان ضد آئزین صدوری ۱/۳، ۲/۶ یا ۶/۵ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود. در صورت نیاز و تحمل بیمار، می‌توان مقدار توصیه شده را هر ۸ ساعت مصرف نمود.
- قرص زیرزبانی
- بزرگسالان به‌عنوان ضد آئزین صدوری ۰/۶ - ۰/۱۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز برای دفع حملات آئزین هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود.
- پماد
- بزرگسالان به‌عنوان ضد آئزین مقدار
- ۳۰ - ۱۵ میلی‌گرم هر ۸ ساعت طی روز و هنگام خواب بر روی پوست مالیده می‌شود.
- تزریقی
- بزرگسالان به‌عنوان ضد آئزین پایین آورنده فشارخون یا کاهش دهنده بار قلب ابتدا با سرعت ۵ mcg/min انفوزیون می‌شود. سپس مقدار مصرف با اضافه کردن ۵ mcg/min هر ۵ - ۳ دقیقه افزایش می‌یابد تا اثر مطلوب بدست آید یا اینکه سرعت انفوزیون به ۲۰ mcg/min برسد. در صورت عدم حصول پاسخ مطلوب می‌توان مقدار مصرف را با اضافه کردن ۱۰ mcg/min در همان فواصل زمانی بالا، افزایش داد. در صورت نیاز، می‌توان هر

۵- ۳ دقیقه سرعت انفوزیون را به

۲۰ mcg/min افزایش داد تا اثر مطلوب بدست آید. در صورت مشاهده بروز اثر نسبی باید با رعایت احتیاط، از سرعت افزایش مقدار انفوزیون کم کرده و فواصل انفوزیون را طولانی نمود تا پاسخ مطلوب حاصل شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵ mg/ml, ۱ mg / ml

Ointment : ۲٪

Retard Tablet: ۲.۶ mg, ۶.۴ mg

Sublingual Tablet : ۰.۴ mg

NITROPRUSSIDE SODIUM

موارد مصرف نیتروپروساید در درمان نارسایی احتقانی قلب کاهش فوری فشارخون در بیماران مبتلا به بحران زیادی فشارخون و به منظور کاهش خونریزی در ناحیه تحت عمل جراحی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: نیتروپروساید با اثر مستقیم بر روی عضلات صاف وریدی و شریانی باعث گشاد شدن عروق می‌شود. این دارو بر روی قدرت انقباضی عضله قلب اثر ندارد و فقط به میزان ناچیزی توزیع ناحیه‌ای جریان خون را تحت تاثیر قرار می‌دهد. نیتروپروساید مقاومت محیطی و برون ده قلب را نیز کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر نیتروپروساید در حدود ۲ دقیقه می‌باشد. اثر دارو به‌عنوان کاهنده فشارخون ۲ - ۱ دقیقه پس از انفوزیون شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر کاهنده فشارخون تقریباً فوری است و طول اثر دارو پس از قطع انفوزیون ۱۰ - ۱ دقیقه می‌باشد. نیتروپروساید از طریق کلیه دفع می‌باشد. این دارو در گویچه‌های قرمز به سیانیدمتابولیزه شده و سیانید حاصل در کبد به تیوسیانات تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدید کار کبد، کمبود ویتامین B۱۲ و زیادی فشارخون جبرانی و آتروفی Leber's Optic نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

کم کاری تیروئید، عیب شدید کار کلیه بیماری ایسکمیک قلب اختلال در گردش خون مغزی بیماران سالخورده آنسفالوپاتی یا سایر حالاتی که منجر به افزایش فشار داخل جمجمه می‌شوند و عیب کار کبد.

۲- اندازه گیری فشارخون و غلظت سیانیدپلازما در طول مصرف این دارو ضروری است

۳- طول دوره درمان با این دارو نباید از ۷۲ ساعت تجاوز کند (مصرف دارو باید طی ۳۰ - ۱۰ دقیقه قطع شود تا از بروز زیادی واجهشی فشارخون جلوگیری شود).

۴- به منظور جلوگیری از نشت دارو به بافت‌های اطراف محل تزریق تزریق دارو باید با احتیاط صورت گیرد، زیرا ممکن است موجب تحریک بافت شود.

۵- اگر مصرف نیتروپروساید به میزان ۰/۰۱ mg/kg/min به مدت ۱۰ دقیقه فشارخون را به میزان کافی کاهش ندهد، قطع مصرف دارو توصیه می‌شود.

۶- توصیه می‌شود همزمان با مصرف نیتروپروساید، از داروهای خوراکی پایین آورنده فشارخون نیز استفاده شود و به محض تثبیت وضعیت بیمار، مصرف نیتروپروساید قطع گردد. در صورت مصرف سایر داروهای کاهنده فشارخون کاهش مقدار مصرف

۵- مقدار مصرف دارو باید براساس

پاسخ فشار خون و نیاز هر بیمار تنظیم شود.

عوارض جانبی کمی فشارخون در حالت ایستاده ناشی از اولین مقدار مصرف ۳۰ دقیقه تا ۲ ساعت پس از مصرف ایجاد شده و ممکن است شدید باشد. سرگیجه یا منگی بخصوص هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته درد قفسه سینه از حال رفتن ناگهانی ضربان نامنظم قلب تنگی نفس ورم پا یا قسمت تحتانی ساق پا و افزایش وزن با مصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی اثر کاهنده فشارخون پرازوسین ممکن است در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد درد و ضد التهاب غیر استروئیدی بخصوص ایندومتاسین استروژن‌ها یا داروهای مقلد سمپاتیک کاهش یابد. مصرف همزمان پرازوسین با دوپامین ممکن است موجب خنثی شدن اثر دوپامین در ایجاد انقباض عروق محیطی شود. مصرف همزمان افدرین با این دارو ممکن است موجب کاهش اثر افدرین در افزایش فشارخون شود.

نکات قابل توصیه

۱- دارو باید حتی در مواقعی که احساس بهبودی می‌شود، مصرف گردد.

۲- این دارو زیادی فشار خون را درمان نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌کند. مصرف دارو ممکن است برای تمام عمر ضروری باشد.

۳- هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته باید احتیاط شود.

۴- در صورت بروز سرگیجه یا منگی به‌ویژه پس از مصرف مقدار شروع دارو، باید احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان زیادی فشارخون مقدار شروع ۱- ۰/۵ میلی گرم دو یا سه بار در روز است مقدار نگهدارنده بر حسب نیاز بیمار و بتدریج تنظیم می‌شود (معمولاً ۱۵ mg/day - ۶ در دو یا سه مقدار منقسم. کودکان با سن کمتر از ۷ سال ابتدا ۰/۲۵ میلی گرم دو یا سه بار در روز مصرف می‌شود. این مقدار بر حسب پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. در کودکان ۱۲- ۷ سال ابتدا ۰/۵ میلی گرم دو یا سه بار در روز مصرف می‌شود که بر حسب پاسخ بیمار تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱ mg, ۵ mg

PROCAINAMIDE HCl

موارد مصرف پروکائین آمید در درمان و کنترل آریتمی بطنی به‌ویژه پس از انفارکتوس قلبی و همچنین تاکی کاردی دهلیزی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر مستقیم بر روی قلب دارد و موجب کاهش تحریک پذیری سرعت هدایت خود کاری و پاسخ دهی غشاء همراه طولانی شدن دوره تحریک ناپذیری می‌شود. مقادیر مصرف بیشتر دارو، ممکن است موجب ایجاد انسداد دهلیزی - بطنی شود. فارماکوکینتیک جذب دارو پس از تزریق عضلانی سریع و متابولیسم دارو کبدی است در حدود ۲۵ درصد از یک مقدار مصرف به متابولیت فعال تبدیل می‌شود. نیمه عمر دارو در حدود ۴/۵ - ۲/۵ ساعت و نیمه عمر متابولیت آن در حدود ۶ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر، از راه طریق عضلانی ۶۰ - ۱۵ دقیقه و از راه وریدی فوری است دفع دارو از راه کلیه می‌باشد و سرعت دفع متابولیت آن کندتر است

موارد منع مصرف این دارو در موارد انسداد کامل قلب نارسایی قلب کمی فشارخون و لوپوس اریتماتوز سیستمیک نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

بلوک دهلیزی - بطنی انسداد شاخه‌ای ازدسته هیس مسمومیت با دیژیتال نارسایی احتقانی قلب عیب کار کلیه میاستنی گراو و تاکی کاردی بطنی

۲- تزریق وریدی را باید تنها برای بیماران بستری در بیمارستان به کار رود تا امکان پیگیری وضعیت بیمار وجود داشته باشد.

۳- از آنجا که ممکن است در طول تجویز وریدی این دارو کمی فشارخون به سرعت بروز کند، توصیه می‌شود که حتم فشارخون بیمار به دقت و به طور مداوم کنترل شود.

۴- سرعت تزریق وریدی این دارو، نباید از ۵۰ mg/min تجاوز کند.

عوارض جانبی تهوع اسهال بشورات جلدی تب ضعف عضله قلب نارسایی قلب سندرم شبه لوپوس اریتماتوز، آگرانولوسیتوز پس از درمان طولانی مدت پسیکوز و آنژیوادم با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با سایر داروهای ضد آریتمی ممکن است سبب بروز اثرات تجمعی هر دو بر روی قلب شود. مصرف همزمان داروهای کاهنده فشار خون با پروکائین آمید ممکن است سبب تجمع اثر کاهنده فشارخون هر دو دارو شود. پروکائین آمید به علت دارا بودن اثر مسدود کننده عصبی - عضلانی و یا ضد موسکارینی ثانویه ممکن است اثر داروهای ضد میاستنی را بر روی عضلات اسکلتی خنثی نماید. مصرف همزمان پروکائین آمید با داروهای مسدود کننده عصبی - عضلانی ممکن است موجب طولانی شدن یا تشدید اثر این داروها شود.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو از راه عضلانی فقط در مواردی که امکان تزریق وریدی وجود ندارد، توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان از راه عضلانی ۱۰۰۰ - ۵۰۰ میلی گرم هر ۸ - ۴ ساعت تزریق می‌شود. از راه وریدی ابتدا ۱۰۰ میلی گرم (که برای تسهیل کنترل مقدار مصرف در مقدار مناسب از محلول تزریقی دکستروز ۵ درصد رقیق می‌شود) به آهستگی و به طور مستقیم تزریق می‌شود. سپس این مقدار هر ۵ دقیقه تکرار می‌گردد تا آریتمی کنترل شود یا مقدار مصرف تام به یک گرم برسد. از راه انفوزیون وریدی ۶۰۰ - ۵۰۰ میلی گرم به صورت رقیق شده و با سرعت ثابت طی ۳۰ - ۲۵ دقیقه تجویز می‌شود. به عنوان مقدار نگهدارنده برای حفظ و کنترل آریتمی مقدار ۶ mg/min - ۲ پس از رقیق نمودن انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰۰۰mg/۱۰ml

PROPAFENONE HCl

موارد مصرف پروپافنون در آریتمی‌های بطنی تاکی آریتمی‌های گهگیر فوق بطنی فلوتر یا فیبریلاسیون گهگیر دهلیزی و تاکی کاردی‌های گهگیر، در صورتیکه درمان استاندارد بی‌اثر باشد یا منع مصرف داشته باشد، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن کانالهای سدیمی فعال موجب کاهش خود کاری قلب شده و هدایت و تحریک پذیری را مهار می‌کند. همچنین طول دوره تحریک ناپذیری را طولانی می‌کند. این دارو دارای اثر ضعیف مسدود گیرنده بتا آدرنژیک و مسدود کانالهای کلسیم نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب در کبد متابولیزه و از کلیه دفع می‌شود. متابولیسم گذر اول کبدی آن گسترده و نیمه عمر آن ۵ ساعت است

موارد منع مصرف در نارسایی احتقانی کنترل نشده قلب شوک کاردیوژنیک مگر این که ناشی از آریتمی باشد، برادیکاردی

شدید، اختلالات الکترولیتی کنترل نشده بیماری انسدادی شدید راههای هوایی کاهش شدید فشارخون میاستنی گراو، نقص عملکرد گره سینوسی- دهلیزی اختلالات بافت هدایتی- دهلیزی بلوک گره دهلیزی- بطنی درجه دو یا بیشتر و بلوک شاخه‌های هیس نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر با احتیاط فراوان تجویز شود:

نارسایی قلب نارسایی کبدی یا کلیوی سالمندان و بیمارانی که دارای ضربان‌ساز الکتریکی هستند، بیماری‌های انسدادی راههای هوایی

۲- از آنجایی که پروپافنون دارای اثرمسدد گیرنده‌های بتا آدرنژیک می‌باشد، در بیماری انسدادی راههای هوایی باید با احتیاط بسیار زیاد تجویز شود و در صورتی که انسداد راههای هوایی شدید باشد، نباید مصرف شود.

عوارض جانبی یبوست تاری دید، خشکی دهان گیجی تهوع استفراغ خستگی مزه‌فلزی و تلخ اسهال سردرد، واکنش‌های آلرژیک پوستی افت فشارخون وضعیتی کاهش ضربان قلب بلوک سینوسی دهلیزی بطنی و داخل بطنی و اثرات آریتمی‌زایی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی سایمتیدین و کینیدین غلظت پلاسمایی این دارو را افزایش می‌دهند. مصرف همزمان پروپافنون با سایر داروهای ضد آریتمی تضعیف قلب را افزایش می‌دهد. ریفامپین با کاهش غلظت پلاسمایی پروپافنون موجب کاهش اثرات آن می‌گردد. پروپافنون با افزایش غلظت پلاسمایی وارفارین موجب افزایش اثرات آن می‌گردد. مصرف توام پروپافنون با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای خطر بروز آریتمی را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان پروپافنون با ترنآدین خطر آریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. پروپافنون موجب افزایش غلظت پلاسمایی پروپرانولول دیگوکسین و تیوفیلین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- از آنجایی که مصرف توام پروپافنون با دیگوکسین موجب افزایش غلظت پلاسمایی دیگوکسین می‌گردد، باید در صورت مصرف همزمان این دو، مقدار مصرف دیگوکسین را کاهش داد.

۲- این دارو باید پس از غذا مصرف

شود.

۳- در موقع تجویز این دارو، ECG و فشارخون بیمار باید کنترل شود.

۴- اگر با تجویز این دارو فاصله QRS بیشتر از ۲۰٪ افزایش یابد، باید مقدار مصرف دارو کاهش یافته یا مصرف آن متوقف شود تا اینکه ECG به حد طبیعی برگردد.

مقدار مصرف در ابتدا ۱۵۰ میلی‌گرم

۳ بار در روز مصرف می‌شود. در صورت نیاز با فاصله‌های حداقل ۳ روز،

مقدار مصرف به ۳۰۰ میلی‌گرم ۲ بار

در روز افزایش می‌یابد. حداکثر

مقدار مصرف ۳۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در

روز می‌باشد. در بیماران با وزن کمتر

از ۷۰ کیلوگرم مقدار دارو باید کاهش

یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۵۰mg, ۳۰۰ mg

RESERPINE

موارد مصرف رزپین در کنترل زیادی فشار خون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر انتهای اعصاب سمپاتیک پس عقده‌ای ذخایر کاتکول آمین‌ها و سروتونین بافتها و دستگاه عصبی مرکزی را تخلیه می‌نماید. به نظر می‌رسد که اثر پایین آورنده فشارخون رزپین ناشی از کاهش بازده قلب و احتمالاً تا حدی کاهش مقاومت محیطی باشد.

فارماکوکینتیک رزپین بخوبی از مجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم رزپین کبدی است نیمه عمر اولیه دارو ۴/۵ ساعت و نیمه عمر نهایی ۱۶۸ - ۴۵ ساعت است اثر کاهنده فشارخون این دارو، پس از چندروز تا ۳ هفته (با مصرف مقادیر متعدد) و اثر تخلیه کاتکول آمین طی یکساعت (با مصرف مقدار واحد) شروع می‌شود. طول اثر کاهنده فشار خون دارو، ۶ - ۱ هفته است بیش از ۶۰ درصد دارو، عمدتاً به صورت تغییر نیافته طی ۴ روز از طریق مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر

باید با احتیاط مصرف شود:

سنگهای صفراوی قرحه گوارشی کولیت اولسراتیو، افسردگی یا سابقه ابتلای به آن و بیماری‌هایی که تحت درمان با شوک الکتریکی هستند یا بیماران ناتوان

عوارض جانبی آریتمی مدفوع تیره رنگ استفراغ خونی کرامپ معده یا درد، برادی کاردی درد سینه خواب آلودگی یا غش سردرد، کاهش میل جنسی ضعف افسردگی عدم توانایی در تمرکز، عصبانیت یا اضطراب تنگی نفس کابوس یا بیخوابی سحرگاهی بی‌اشتهایی اسهال خشکی دهان احتقان بینی و خیز پا با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای مهار کننده مونوآمینوآکسیداز از جمله فورازولیدون و پروکاربازین بارزترین ممکن است منجر به تشدید ضعف سیستم اعصاب مرکزی شود. در صورتی که رزپین به رژیم درمانی داروهای مهار کننده مونوآمینوآکسیداز اضافه شود، ممکن است زیادی فشارخون متوسط تا شدید و تب شدید تا سطوح بحرانی بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو حتی در صورت احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۲- این دارو افزایش فشارخون را درمان نمی‌کند بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو مصرف آن ممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۳- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک بدون تجویز پزشک باید خودداری شود.

۴- در صورت نیاز به انجام هر گونه جراحی (از جمله دندانپزشکی یا درمان اضطرابی باید پزشک را از مصرف دارو مطلع ساخت

۵- در صورت بروز افسردگی یا تغییر در عادت خواب مراجعه به پزشک ضروری است

۶- از مصرف سایر داروهای تضعیف سیستم اعصاب مرکزی هم زمان بارزترین باید خودداری شود.

۷- هنگام رانندگی یا انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری دارند، باید احتیاط نمود، زیرا این دارو سبب ایجاد خواب آلودگی و سرگیجه می‌شود.

۸- با ظهور اولین علائم افسردگی شدید، بیخوابی سحرگاهی کاهش اشتها یا ناتوانی جنسی توصیه می‌شود مصرف دارو قطع شود.

۹- توصیه می‌شود مصرف رزپین دو هفته قبل از درمان با شوک الکتریکی قطع شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان کاهنده فشارخون ۰/۲۵ mg/day - ۰/۱ در ۱ یا ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان کاهنده فشارخون ۰/۰۲ mg/kg/day - ۰/۰۵ در ۱ یا ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۰.۱ mg

BENZOCAINE

موارد مصرف بنزو کائین برای تسکین اختلالات خفیف پوستی نظیر آفتاب سوختگی بریدگی‌های جزئی سوختگی‌ها، خراشیدگی‌ها و یا سایر زخم‌های جزئی نیش یا گزش حشرات و تماس با پیچک سمی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: بنزو کائین مانند سایر بی‌حس کننده‌های موضعی با تثبیت برگشت پذیر غشاء سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش نفوذ پذیری آن به یون سدیم شروع و هدایت امواج عصبی را متوقف می‌کند.

فارماکوکینتیک در میان بی‌حس کننده‌های موضعی بنزو کائین حداقل جذب پوستی را دارد. این دارو توسط کولین استراز پلاسما و همچنین در کبد متابولیزه شده و از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد. مدت اثر آن ۳۰-۴۵ دقیقه می‌باشد.

هشدارها: ۱- بنزو کائین در شیرخواران باید با احتیاط مصرف شود، زیرا افزایش جذب پوستی ناشی از مصرف بیش از حد این دارو ممکن است منجر به بروز متهمو گلوبینی می‌گردد.

۲- ممکن است افرادی که به PABA

حساس هستند به این دارو نیز حساس باشند.

عوارض جانبی احتمال بروز حساسیت با بنزو کائین بیشتر از سایر بی‌حس کننده‌های موضعی می‌باشد. عوارض جانبی دارو شامل سمیت ناشی از جذب سریع و وسیع از موضع ناسازگاری فردی حساسیت مفرط و یا کاهش تحمل بیمار نسبت به دارو، می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مهارکننده‌های کولین استراز ممکن است متابولیسم بنزو کائین را به تأخیر بیاورد. بنزو کائین ممکن است با فعالیت ضد میکروبی سولفونامیدها مقابله نماید.

نکات قابل توصیه ۱- از مصرف این دارو در نواحی وسیعی از پوست و یا مخاط (بویژه نواحی آسیب دیده خودداری شود).

۲- احتیاط لازم برای ممانعت از ورود دارو به داخل چشم‌ها معمول گردد.

مقدار مصرف به مقدار لازم سه تا چهار بار در روز روی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۵٪

BENZOYL PEROXIDE

موارد مصرف بنزوئیل پراکسید برای درمان موضعی آکنه و لگاریس خفیف تا متوسط و همچنین عفونت‌های قارچی پوست به‌ویژه تینه آ پدیس به کار می‌رود. در آکنه شدید این دارو را می‌توان به‌عنوان درمان کمکی همراه با آنتی‌بیوتیک‌ها، فرآورده‌های اسید رتینوئیک و فرآورده‌های حاوی گوگرد - اسید سالیسیلیک به کار برد.

مکانیسم اثر: بنزوئیل پراکسید به آهستگی اکسیژن فعال آزاد می‌کند و اثر ضدباکتری آن به همین دلیل می‌باشد. به‌علاوه این دارو تا حدی دارای اثر کراتولیتیک است که موجب از بین رفتن جوش چرکی و همچنین خشک و پوسته پوسته شدن پوست می‌شود. بنزوئیل پراکسید موجب بهبودی ضایعات التهابی و غیر التهابی آکنه نیز می‌گردد.

فارماکوکینتیک دارو از پوست جذب شده و در پوست به اسید بنزوئیک متابولیزه می‌شود. در حدود ۵ درصد از داروی متابولیزه شده

به‌طور سیستمیک جذب و بدون تغییر از راه ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در موارد التهاب حاد یا برهنگی پوست باید با احتیاط مصرف شود.

۲- از تماس دارو با چشم‌ها، دهان و غشاهای مخاطی باید خودداری شود.

۳- بنزوئیل پراکسید ممکن است به‌عنوان یک Tumor promoter عمل نماید.

۴- ایمنی مصرف و کارآیی دارو در کودکان کمتر از ۱۲ سال سن ثابت نشده است

عوارض جانبی بنزوئیل پراکسید ندرت؟ ممکن است باعث درماتیت تماسی آلرژیک سوزش خارش تاول زدن قرمزی شدید یا تورم پوست، تحریک دردناک پوست و بثورات پوستی شود. در صورت مصرف بیش از حد علائمی همچون سوزش خارش پوسته پوسته شدن قرمزی یا تورم پوست ممکن است مشاهده شوند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان صابون‌های ساینده طبی یا پاک‌کننده

سایر فرآورده‌های موضعی ضدجوش ترکیبات موضعی حاوی الکل همچون لوسیون‌های بعد از اصلاح داروهای قابض لوازم آرایشی و زیبایی معطر، صابون‌هایی با اثر خشک‌کننده قوی ایزوترتینوئین عوامل پوسته‌ریز موضعی همچون رزورسینول گوگرد، اسیدسالیسیلیک با بنزوئیل پراکسید می‌تواند موجب اثر تجمعی تحریکی یا خشک‌کننده آنها شود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو روی نواحی آسیب دیده یا تحریک شده پوست نباید استعمال شود.

۲- از تماس دارو با چشم‌ها، دهان و سایر غشاهای مخاطی و نواحی حساس گردن اجتناب شود.

۳- از مصرف همزمان سایر فرآورده‌های ضدجوش یا پوسته‌ریز، بدون دستور پزشک خودداری شود.

۴- این ترکیب ممکن است باعث از بین رفتن رنگ مو و یا پارچه‌های رنگی شود.

۵- از مصرف هر داروی دیگر در موضع استعمال این دارو از یک ساعت قبل تا یک ساعت بعد اجتناب گردد.

۶- دارو در محل مناسب و دور از دسترس کودکان نگهداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان با سن ۱۲ سال و بیشتر: روزانه ۱-۲ بار از ژل یا ۱-۴ بار از لوسیون مصرف می‌شود. بهتر است درمان با فرآورده‌های ضعیف‌تر شروع شود. ضایعه معمولاً طی ۴-۶ هفته بهبود قابل توجهی می‌یابد.

اشکال دارویی

Lotion: ۱۰٪

Topical Gel: ۵٪, ۱۰٪

(BETAMETHASONE Topical)

موارد مصرف بتامتازون برای درمان علامتی اختلالات آلرژیک و یا التهابی پوست نظیر اگزما، انواع درماتیت لوپوس اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس به کار می‌رود.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدتاً؟ در خود پوست صورت می‌گیرد، ولی متابولیسم پوستی این دارو نسبت به سایر کورتیکواستروئیدهای موضعی کمتر می‌باشد. به همین دلیل تجویز مکرر آن باعث تجمع دارو در پوست شده و می‌تواند به طولانی شدن مدت اثر، تشدید عوارض جانبی و افزایش جذب سیستمیک دارو منجر شود. دارو دارای متابولیسم کبدی نیز می‌باشد.

هشدارها: ۱- مصرف این دارو روی پوست کودکان باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- به دنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

عوارض جانبی به دلیل کم بودن متابولیسم بتامتازون در پوست امکان جذب سیستمیک آن زیاد می‌باشد و لذا بروز عوارضی نظیر سندرم کوشینگ افزایش قند خون وجود قند در ادرار و در درازمدت تضعیف محور هیپوتالاموس-هیپوفیز-غده فوق کلیوی محتمل می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱- از به کار بردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با بتامتازون خودداری شود.

۲- در صورتی که با گذشت دو هفته عارضه‌ای که برای آن بتامتازون تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، حتم؟ به پزشک اطلاع داده شود.

۳- قبل از شیردهی از استعمال این دارو روی بافت پستان خودداری شود.

۴- از مصرف دارو در اطراف چشم‌ها اجتناب شود.

۵- شکل لوسیون دارو قبل از مصرف بخوبی تکان داده شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱-۳ بار در روز و در کودکان تنها یک بار در روز استفاده شود.

اشکال دارویی

Lotion (As Valerate): ۰.۱٪

Topical Cream (As Valerate): ۰.۱٪

Topical Ointment (As Valerate): ۰.۱٪

CALAMINE

موارد مصرف کالامین به عنوان قابض برای تسکین موضعی خارش درد و التهاب خفیف پوست ناشی از سم پیچک سم بلوط و سم سماق به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اکسید روی و اکسید فریک موجود در فرآورده دارای اثر قابض بر پوست می‌باشند. به علاوه باعث تسکین و بهبود پوست آسیب دیده نیز می‌شود.

عوارض جانبی التهاب خفیف پوست (اثر خشک کننده دارو) ممکن است با مصرف دارو بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱- دارو فقط برای استفاده موضعی است و از مصرف آن در اطراف چشم‌ها و سایر بافت‌های مخاطی مثل دهان بینی و نواحی تناسلی خودداری شود.

۲- لوسیون قبل از مصرف به خوبی تکان داده شود و به وسیله یک پنبه در محل مالیده تا خشک شود.

۳- به هنگام استفاده از کرم مقدار کافی از آن باید روی پوست قرار گرفته و به آرامی مالش داده شود.

مقدار مصرف یک لایه نازک از فرآورده تا سه بار در روز روی ناحیه آسیب دیده مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ٪۸

Lotion : ٪۸

CAPSICUM

موارد مصرف کاپسیکوم برای درمان موقتی دردهای عصبی از قبیل دردهای متعاقب بیماری تبخال و نوروپاتی دیابتیک دردناک و دردهای ناشی از استئوآرتریت و آرتریت روماتوئید به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: کاپسیکوم یک نوروپپتید فعال است که ساخت ذخیره انتقال و آزاد شدن ماده P را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این دارو با تخلیه ماده P و ممانعت از تجمع مجدد آن در اعصاب حسی محیطی پوست و مفاصل را نسبت به درد غیرحساس می‌نماید. موارد منع مصرف کاپسیکوم روی نواحی ترک خورده یا ملتهب پوست مگر تحت شرایط ویژه و در نوزادان و اطفال زیر دو سال مگر تحت نظر پزشک نباید مصرف شود.

- ۱- از تماس دارو با چشم‌ها و نواحی ترک‌دار یا ملتهب پوست اجتناب گردد.
 - ۲- از استنشاق باقی‌مانده داروی خشک‌شده روی پوست خودداری شود.
 - ۳- در صورت بروز اشکال در تنفس یا اورم فوراً به پزشک مراجعه گردد.
 - ۴- چنانچه پس از ۲۸ روز درمان وضعیت بدتر شد یا بهبود نیافت مصرف دارو قطع و به پزشک مراجعه شود.
 - ۵- دستها پس از استعمال دارو فوراً شسته شوند، مگر آنکه خود آنها تحت درمان قرار گرفته باشند.
- مقدار مصرف
- بزرگسالان و کودکان بزرگتر از دو سال مقدار کافی از دارو ۳-۴ بار در روز در محل مورد نظر مالیده شود.
- اشکال دارویی

Plaster ۱۲ x ۱۸ cm: ۰.۰۲۵% capsaicin

CLOBETASOL PROPIONATE

موارد مصرف کلوبتازول در درمان علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یا التهابی پوست نظیر اگزما، درماتیت‌ها، لوپوس اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که گمان می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضدالتهابی می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدتاً در خود پوست صورت می‌گیرد. ولی متابولیسم پوستی این دارو نسبت به سایر کورتیکواستروئیدی موضعی کمتر می‌باشد. به همین دلیل تجویز مکرر آن باعث تجمع دارو در پوست شده و می‌تواند به طولانی شدن مدت اثر، تشدید عوارض جانبی و افزایش جذب سیستمیک دارو منجر شود. این دارو دارای متابولیسم کبدی نیز می‌باشد.

موارد منع مصرف در شیرخواران کمتر از یک سال پلاک‌های منتشر و گسترده پسوریازیس عفونتهای باکتریایی قارچی و یا ضایعات ویروسی پوستی و درمان‌نشده روزاسه و درماتیت‌های اطراف دهان و برای درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست کودکان تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی بروز عوارض جانبی موضعی مانند تشدید عفونت‌های درمان‌نشده نازک شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت به‌ویژه در خانم‌ها و آکنه در محل کاربرد آورده نیز گزارش شده است نکات قابل توصیه ۱- از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲- از به‌کاربردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با کلوبتازول خودداری شود.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها جلوگیری شود.

۴- در صورتی که با گذشت دو هفته عارضه‌ای که برای آن کلوبتازول تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، باید به پزشک

مراجعه شود.

۵- قبل از شیردهی از استعمال دارو روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار کافی از کرم یا پماد ۰.۰۵٪، ۳-۲ بار در روز و حداکثر تا ۴ هفته استفاده می‌شود. بیشینه مصرف دارو ۵۰ گرم در هفته می‌باشد.

مصرف دارو در کودکان زیر ۱۲ سال سن توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۰۵٪

Topical Ointment: ۰.۰۵٪

COAL TAR

موارد مصرف کول تار برای درمان پسوریازیس و گهگاه اگزمای آتوپیک مزمن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو هیپرپلازی پوست رادر برخی از اختلالات پرولیفراتیو کاهش می‌دهد.

موارد منع مصرف دارو در محل عفونت پسوریازیس چرک دار یا حاد و یا ناحیه بدون پوست نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- از تماس دارو با چشم‌ها، مخاط یا پوست صدمه دیده باید اجتناب شود.

۲- مصرف دارو با متوکسالن سیستمیک یا موضعی توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی تحریک پوستی و ضایعات مشابه بثورات حساسیت به نور، رنگی شدن پوست مو و البسه گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای حساس کننده به نور از قبیل متوکسالن اسید نالیدیکسیک گریزئوفلوین فنتیازین‌ها، سولفونامیدهای سیستمیک تراسیکلین‌های سیستمیک و مدرهای تیازیدی با فرآورده‌های حاوی این دارو ممکن است موجب بروز اثرات تجمعی حساسیت به نور شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای استفاده از شامپو، موی سر باید با آب گرم مرطوب شده با شامپو شسته و آبکشی گردد. شستشو با شامپو باید تکرار شده و پس از پنج دقیقه موها به دقت آبکشی شود.

۲- فرآورده‌های مایع حاوی این دارو را می‌توان روی پوست خشک یا مرطوب به کار برد یا آنها را به مقدار لازم به آب نیم گرم وان حمام افزوده و استحمام کرد. در صورت مصرف مستقیم آن بر پوست باید مقدار کافی از دارو را روی موضع مورد نظر قرار داده و به آرامی مالش داد.

۳- محلول دارو آتش گیر است و نباید در نزدیکی گرما یا شعله باز و یا هنگام سیگار کشیدن مصرف شود.

۴- دارو ممکن است به طور موقت رنگ موهای بور، سفید یا رنگی را تغییر دهد.

۵- به دلیل احتمال بروز واکنش حساسیت به نور، تا ۷۲ ساعت پس از مصرف دارو نواحی تحت درمان نباید در معرض نور مستقیم خورشید قرار گیرند، مگر اینکه پزشک توصیه دیگری کرده باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان لوسیون ۲ تا ۵ درصد را می‌توان ۲-۴ بار در روز به طور موضعی مصرف کرد یا اینکه آن را در آب نیم گرم وان حمام ریخته و استحمام کرد. شامپوی حاوی این دارو دوبار در هفته و یا مطابق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Lotion: ۵٪

Shampoo: ۱٪

DEXPANTHENOL

موارد مصرف دکسپانتنول برای تسکین خارش و کمک به ترمیم پوست در موارد اگزماها و درماتوزهای خفیف و درمان خارش و تحریک ملایم پوست زخمهای سطحی گزیدگی و نیش حشرات پیچک سمی بلوط سمی و زخم قنடاق نوزادان مصرف می‌شود. به‌علاوه از این دارو به‌عنوان نرم‌کننده و محافظ نواحی جراحی شده نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک آنالوگ ویتامین ب کمپلکس است و با تحریک اپی‌تلیزاسیون و گرانولاسیون در اگزماها و درماتوزهای خفیف باعث تسریع بهبود زخم و تسکین خارش می‌شود.

فارماکوکینتیک در صورت جذب سیستمیک به سرعت به اسید پانتوتیک متابولیزه می‌شود و اغلب به شکل کوآنزیم A انتشار می‌یابد. متابولیت‌های دارو عمدتاً از طریق ادرار و بخشی نیز از راه مدفوع دفع می‌شوند.

هشدارها: در صورت بروز واکنش‌های حساسیت مفرط، مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی خارش لکه‌های قرمز، درماتیت و احساس سوزش پوست ممکن است بروز نمایند.

نکات قابل توصیه ۱- دارو فقط برای استعمال خارجی است

۲- از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.

مقدار مصرف برحسب نیاز روزانه ۱-۲ بار یا بیشتر روی پوست مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۵٪

DITHRANOL

موارد مصرف دیترانول برای درمان موضعی پسوریازیس خاموش یا مزمن پوست و فرق سر مصرف می‌شود. مصرف دارو برای درمان طاسی موضعی نیز تحت بررسی می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو با کاهش فعالیت سلولهای اپیدرم هیپرپلازی شده باعث برگردان سرعت تکثیر و کراتینیزه شدن این سلول‌ها به حد طبیعی می‌شود. به‌علاوه دیترانول ساخت DNA را مهار می‌کند و ممکن است آزاد شدن گونه‌های اکسیژن فعال را افزایش دهد، لذا روندهای متابولیک اکسیداتیو را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

فارماکوکینتیک دیترانول به میزان ناچیزی از طریق پوست جذب می‌شود و احتمالاً بشکل متابولیت (عمدتاً دانترون از راه کلیه‌ها دفع می‌شود).

هشدارها: ۱- در صورت وجود بثورات حاد یا التهاب جلدی از جمله فولیکولیت و همچنین نارسایی کلیوی با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- حتی المقدور از مصرف دارو بر صورت نواحی تناسلی یا چین خورده بدن بدلیل احتمال بروز التهاب اجتناب گردد.

عوارض جانبی بثورات جلدی ناشی از حساسیت مفرط، قرمزی و یا سایر تحریکات پوستی از عوارض جانبی دارومی‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دیترانول با سایر داروهای حساس‌کننده پوست به نور ممکن است موجب حساسیت اضافی پوست نسبت به نور شود.

نکات قابل توصیه ۱ - دارو بیشتر از مقدار توصیه شده مصرف نشود.

۲ - از تماس دارو با چشمها و سایر غشاهای مخاطی اجتناب گردد.

۳ - قبل از استفاده دارو روی سر، موها به خوبی شسته و خشک شوند.

۴ - قبل از مصرف دارو، با مالیدن وازلین روی پوست سالم اطراف موضع می‌توان از تحریک آن نواحی ممانعت کرد.

۵ - این دارو ممکن است به طور موقت موجب رنگی شدن پوست موها، لباسها و وسایل مورد استفاده گردد. در صورت لزوم استفاده از دستکش و کلاه پلاستیکی توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان پسوریازیس مقدار کافی از دارو یک بار در روز (ترجیحاً شبها) روی پوست مالیده و صبح روز بعد شسته می‌شود. همچنین در روش درمانی تماس کوتاه دارو یک بار روی پوست مالیده شده و پس از ۱۰-۳۰ دقیقه شسته می‌شود. برای درمان طاسی موضعی مقدار کافی از دارو یک بار در روز روی موضع مالیده می‌شود.

کودکان سلامت و کارآیی مصرف دارو اثبات نشده است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۲۵٪

FIBRINOLYSIN

موارد مصرف فبرینولیزین به منظور پاک کردن اجسام خارجی و بافتهای مرده از زخم‌های ناشی از جراحی ضایعات زخم‌دار و سوختگی‌های درجه ۲ و ۳ بکار می‌رود. در ضمن از طریق تجویز داخل مهبل در درمان التهاب گردن رحم و التهاب مهبل نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این ترکیب مخلوطی از ۲ آنزیم است تجویز توام این دو آنزیم به صورت موضعی موجب تجزیه پروتئین‌های حاصل از فعالیت آنزیمی باکتری‌ها و در نتیجه رقیق شدن چرک و نیز حل شدن لخته خون یا تجزیه فیبرین در محل ضایعه می‌گردد. بدین ترتیب برداشت و زدودن بافتهای مرده از سطح پوست یا حفرات مشخصی از بدن با سهولت بیشتری صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف در صورت وجود بیماری ترومبوآمبولیک نباید مصرف شود.

هشدارها: برخی از افراد ممکن است واکنش‌های حساسیت مفرط به دارو نشان دهند.

عوارض جانبی مصرف مقادیر بالای این ترکیب ممکن است ایجاد پرخونی موضعی نماید.

نکات قابل توصیه ۱ - برای افزایش کارآیی دارو، ابتدا ضایعات خشکیده زخم و بافتهای مرده را کاملاً برداشته و سپس پماد مستقیماً روی زخم قرار داده شود.

۲ - در هر بار تجویز، شستشوی ترشحات و مواد زائد با یک محلول ضد عفونی کننده مثل آب اکسیژنه محلول نمکی نرمال یا آب گرم قبل از استفاده از پماد، توصیه می‌شود.

۳ - بهتر است پس از مالیدن یک لایه نازک از پماد روی زخم موضع پوشانیده شود.

مقدار مصرف حداقل روزی یک بار، ترجیحاً ۲-۳ بار در روز، روی موضع مالیده می‌شود. این عمل تا بهبودی ضایعه ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Topical Ointment : (Fibrinolysin ۳۰ IU +Desoxyribonuclease ۲۰,۰۰۰ IU) / ۳۰ g

FLUOCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف فلوئوسینولون در درمان علامتی اختلالات آلرژیک و یا التهابی پوست نظیر اگزما، انواع درماتیت لوپوس اریتماتوز، پسوریازیس نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس بکار می‌رود. مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که گمان می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضد التهابی می‌باشند. فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدتاً در خود پوست صورت می‌گیرد. ولی متابولیسم پوستی این دارو نسبت به سایر کورتیکواستروئیدهای پوستی کمتر بوده و بهمین دلیل امکان جذب سیستمیک این دارو نسبتاً بیشتر می‌باشد. دارو دارای متابولیسم کبدی نیز می‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماری روزاسه و حالات التهابی زخم‌دار و یا خارش دار و نیز درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست کودکان تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی بدلیل کم بودن متابولیسم پوستی فلوئوسینولون و امکان جذب سیستمیک قابل توجه عوارضی نظیر سندرم کوشینگ افزایش قند خون و وجود قند در ادرار و در دراز مدت تضعیف محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - فوق کلیه محتمل می‌باشد. بروز عوارض جانبی موضعی مانند تشدید عفونت‌های درمان نشده نازک شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت بویژه در خانم‌ها و آکنه در محل کاربرد فرآورده نیز گزارش شده است نکات قابل توصیه ۱ - از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲ - از بکار بردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با فلوئوسینولون خودداری شود.

۳ - از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب

شود.

۴ - در صورتی که با گذشت دو هفته عارضه‌ای که برای آن فلوئوسینولون تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا

بدتر شد، باید به پزشک مراجعه

شود.

۵ - قبل از شیردهی از استفاده این دارو روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان از کرم یا پماد ۰.۰۲۵٪ فلوئوسینولون ۲ تا ۴ بار در روز استفاده می‌شود.

کودکان دارو تنها یک بار در روز استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

٪ Topical Cream: ۰.۰۲۵

٪ Topical Ointment: ۰.۰۲۵

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هیدروکورتیزون در درمان علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یا التهابی پوست نظیر اگزما، درماتیت‌ها، لوپوس

اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRAN و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که گمان می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضد التهابی می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو عمدتاً در خود پوست صورت می‌گیرد. بدنبال جذب سیستمیک در کبد نیز متابولیزه می‌شود. نیمه عمر هیدروکورتیزون آزاد حدود ۲ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماری روز آسه و حالات التهابی زخم‌دار و یا خارش دار و نیز درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: در اختلالات التهابی پوست شیرخواران از قبیل التهاب ناشی از ادرار سوختگی احتیاط فراوان نموده و بیش از ۷-۵ روز مصرف نگردد.

عوارض جانبی در صورت جذب سیستمیک هیدروکورتیزون عوارضی نظیر سندرم کوشینگ افزایش قند خون وجود قند در ادرار و در دراز مدت تضعیف محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - فوق کلیه محتمل می‌باشد.

بروز عوارض جانبی موضعی مانند تشدید عفونت‌های درمان نشده نازک شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت بویژه در خانم‌ها و آکنه در محل کاربرد فرآورده نیز گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲- از بکار بردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با هیدروکورتیزون خودداری شود.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.

۴- در صورتی که با گذشت دو هفته عارضه‌ای که برای آن هیدروکورتیزون تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، به پزشک مراجعه شود.

۵- قبل از شیردهی از استعمال این دارو روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان از کرم یا پماد ۱٪، ۱ تا ۴ بار در روز و در کودکان بالای

۲ سال ۱ تا ۲ بار در روز استفاده می‌شود. میزان مصرف این دارو در کودکان زیر

۲ سال تاکنون مشخص نشده است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Ointment: ۱٪

HYDROQUINONE

موارد مصرف هیدروکینون برای کاهش موقت زیادی رنگدانه پوست در مواردی مانند کک و مک کلوآسما و ملاسما، لنتیگویی دوران پیری و سایر حالات

زیادی ناخواسته رنگدانه ملانین مصرف می‌شود. بعلاوه از این دارو برای

کاهش زیادی رنگدانه پوست ناشی از حساسیت به نور همراه با التهاب ناشی

از مصرف برخی از عطرها نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: هیدروکینون با مهار اکسیداسیون آنزیمی تیروزین و تضعیف سایر روندهای متابولیکی ملانوسیت‌ها باعث مهار تشکیل

ملانین و موجب بی‌رنگ شدن پوست می‌گردد.

هشدارها: ۱- مصرف همزمان کرمهای محافظ در برابر نور خورشید با این

دارو ضروری می‌باشد زیرا حتی مقادیر اندکی از نور خورشید نیز باعث باقی‌نگهداشتن فعالیت ملانوسیت‌ها می‌شود. لذا پوشانیدن ناحیه مورد نظر با لباس

یا سایر روش‌ها در طول درمان توصیه می‌شود.

۲- این دارو نباید برای جلوگیری از آفتاب‌سوختگی مصرف شود.

۳- در صورت بروز خارش تاول یا

التهاب شدید مصرف دارو توصیه نمی‌شود.

۴- در صورت عدم مشاهده اثر روشن‌کنندگی رنگ پوست تا دو ماه مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی خشکی التهاب خفیف جلدی و حساس شدن پوست از جمله سوزش گزش و درماتیت تماسی بامصرف دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- دارو برای مصرف خارجی است و از تماس آن با چشم‌ها اجتناب شود.

۲- محافظت در برابر نور خورشید از ضروریات درمان می‌باشد.

۳- این دارو روی پوست ملتهب یا صدمه‌دیده نباید مصرف شود.

۴- در صورت بروز تحریک یا بثورات جلدی مصرف دارو قطع و به پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از ۱۲ سال لایه نازکی از کرم یا لوسیون دوبار در روز (صبح و شب بر ناحیه مورد نظر مالیده می‌شود. پس از دستیابی به پاسخ مناسب مصرف دارو فقط بر حسب نیاز و برای حفظ بی‌رنگی حاصل از درمان ادامه یابد.

اشکال دارویی

Topical Cream : ۲٪

ISOTRETINOIN

موارد مصرف ایزوترتینوئین رتینوئیدی است که برای درمان سیستمیک سیستیک‌نودولا و بثورات جلدی توده‌ای *conglobate* *acne* و بثورات جلدی شدید که به دوره‌های کامل درمانی عوامل ضد میکروب پاسخ نداده‌اند و همچنین برای درمان بثورات جلدی خانمها در دهه‌های سوم و چهارم زندگی که معمولاً نسبت به درمان با آنتی‌بیوتیکها مقاوم می‌باشند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزوترتینوئین اندازه غده چربی را کاهش داده و فعالیت آنها را مهار می‌کند و در نتیجه باعث کاهش ترشح سبوم می‌شود. به علاوه دارای اثرات ضد کراتینیزه‌ای و ضد التهابی نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک دارو از مجرای گوارش به سرعت جذب می‌شود و در کبد و احتمالاً دیواره روده متابولیزه می‌گردد. نیمه عمر ایزوترتینوئین و متابولیت اصلی اش ۱۰-۲۰ ساعت است زمان لازم برای کسب حداکثر غلظت پلاسمایی حدود ۳ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف دارو در دوران بارداری و شیردهی موارد نقص عملکرد کبدی یا کلیوی افزایش ویتامین A و افزایش چربی خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- دارو تراژن است و حداقل یک ماه قبل از شروع درمان طی درمان و تا حداقل یک ماه پس از درمان حاملگی نباید صورت گیرد.

۲- طی دوران درمان و حداقل تا یک ماه پس از پایان درمان از اهداء خون باید اجتناب شود.

۳- عملکرد کبدی و میزان چربی‌های پلاسما در ابتدا و یک ماه پس از شروع درمان و سپس هر سه ماه یکبار باید ارزیابی گردند.

۴- از مصرف تتراسیکلین مقادیر زیاد ویتامین A (بیشتر از ۴-۵ هزار واحد در روز) و کراتولیتیک‌ها طی دوره درمان با دارو باید خودداری شود.

۵- گلوکز خون در افراد دیابتیک و همچنین مبتلا به کراتیت (به‌ویژه در افراد مبتلا به سندرم چشم خشک باید ارزیابی شود. عوارض جانبی ایزوترینوئین ممکن است باعث بروز عوارض عدیده‌ای همچون سوزش خارش یا سایر علائم التهابی چشم خونریزی از بینی پوسته پوسته شدن سرخی سوزش درد و سایر علائم التهاب لبها، دپرسیون ذهنی عفونت پوستی و بثورات جلدی شود. تداخل‌های دارویی ایزوترینوئین احتمالاً غلظت پلاسمایی کاربامازپین را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان ایزوترینوئین و تتراسیکلین ممکن است احتمال بالا رفتن فشار خون داخل جمجمه‌ای را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت احتمال حاملگی مصرف دارو باید قطع شده و به پزشک مراجعه شود.

۲- طی دوره درمان و تا حداقل ۳۰ روز پس از تکمیل آن از اهداء خون به بانک خون به دلیل خطر استفاده آن برای یک بیمار باردار باید اجتناب شود.

۳- از مصرف همزمان ویتامین A یا سایر مکمل‌های حاوی ویتامین A، مگر در صورت تجویز پزشک باید خودداری شود.

۴- در صورت کاهش ناگهانی بینایی در شب از رانندگی و کار با ماشین‌آلات و یاموارد مشابه باید خودداری کرده و به پزشک مراجعه گردد.

مقدار مصرف ابتدا مقدار ۵۰۰ mcg/kg در روز (در یک یا دو مقدار منقسم همراه با غذا به مدت ۴ هفته تجویز می‌شود. در صورت پاسخ مناسب مصرف دارو برای ۸-۱۲ هفته ادامه می‌یابد. در صورت عدم تحمل مقدار مصرف دارو به ۲۰۰-۱۰۰ mcg/kg کاهش یابد.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۰ mg

MENTHOL SALICYLATE

موارد مصرف منتول سالیسیلات برای تسکین موضعی دردهای عضلانی و روماتوئید، سیاتیک کمر درد، فیبروزیت سختی عضلات دردهای مداوم عضلانی رگ به رگ شدن کشیدگی و کوفتگی لیگامانها و تاندونها و کبودی‌ها مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: منتول در غلظت‌های کم به‌طور انتخابی باعث گشاد شدن عروق می‌شود که با ایجاد احساس سرما موجب بروز اثر ضد دردی می‌شود. سالیسیلات‌ها اثر ضد درد موضعی خود را با متوقف کردن عامل تولید تکانه در اعمال می‌نمایند. فارماکوکینتیک منتول سالیسیلات از طریق پوست جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو به‌صورت موضعی در کودکان با سن کمتر از چهار سال و نیز بر پوست ضایعه دیده یا تحریک شده نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت مصرف همزمان با اسید استیل سالیسیلیک یا سایر سالیسیلات‌ها، مقدار مصرف منتول سالیسیلات باید کاهش یابد.

عوارض جانبی به ندرت ممکن است واکنش‌های حساسیت پوستی مشاهده شود. در صورت استعمال بر نواحی وسیعی از پوست عوارض سالیسیلات‌ها مثل وزوز گوش تهوع و استفراغ ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ترکیبات ضدانعقاد با متول سالیسیلات موضعی ممکن است به تشدید اثر ضدانعقادی (افزایش زمان پروترومبین منجر شود).

نکات قابل توصیه ۱- در صورت تداوم علائم بیماری با وجود مصرف دارو، به پزشک مراجعه شود.

۲- بهتر است دارو بعد از استحمام با آب گرم استعمال شود.

۳- دارو فقط روی پوست سالم مصرف شود.

۴- از مصرف دارو در نزدیکی چشم‌ها و سایر نواحی حساس اجتناب گردد.

۵- از نزدیک کردن دارو به آتش یا سطوح داغ (به دلیل قابلیت اشتعال اجتناب گردد).

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از شش سال برای تسکین درد مقدار کافی از پماد تا چهار بار در روز به آرامی روی موضع مالیده می‌شود. به عنوان ضداحتقان حدود دو سانتی‌متر از پماد به آب داغ اضافه و استنشاق می‌شود و یا قبل از خواب روی سینه مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: Methyl

Salicylate ۱۵% + Menthol ۱۰%

METHOXSALEN

موارد مصرف متوکسالن همراه با اشعه ماوراء بنفش A برای درمان ویتیلیگو (تحرک رنگدانه سازی، افزایش مقاومت پوست به نور آفتاب طاسی موضعی التهابات پوستی آگزما و درمان پسوریازیس که به سایر درمانها پاسخ نمی‌دهد، به کار می‌رود. مکانیسم اثر: متوکسالن همان‌طور که از ساخت DNA، تقسیم سلولی و ساخت و تخریب سلولهای اپیدرم ممانعت می‌کند، ممکن است باعث افزایش فعالیت تیروزیناز در سلولهای سازنده ملانین شود. رنگدانه‌سازی موفقیت‌آمیز نیازمند حضور ملانوسیت‌های فعال است

فارماکوکینتیک جذب متوکسالن از دستگاه گوارش خیلی متغیر است متوکسالن توسط اشعه ماوراء بنفش A با طول موج بلند (UVA) در محدوده طول موج ۳۲۰-۴۰۰ نانومتر (حداکثر اثر در ۳۶۵ نانومتر) فعال شده و در کبد متابولیزه می‌شود. نیمه عمر متوکسالن ۱/۱ ساعت است و زمان لازم برای شروع اثر آن در درمان ویتیلیگو حداکثر تا شش ماه در درمان پسوریازیس تا ۳۰ بار مصرف دارو (۱۰ هفته یا بیشتر)، برای افزایش حساسیت پوست به نور آفتاب تا یک ساعت و برای برنزه کردن پوست چند روز می‌باشد. ۸۰-۹۰ درصد این دارو طی هشت ساعت و ۹۵ درصد آن طی ۲۴ ساعت به صورت متابولیت از طریق کلیه‌ها و ۴-۱۰ درصد آن از راه مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود زالی هیدرآ، کاهش رنگدانه‌سازی پوست بامنشأ عفونی لوپوس اریتماتوز حاد، پورفیری یا خشکی پوست پیگمانتوز، آب مروارید، سابقه ابتلای به سرطان پوست مصرف آرسنیک یا درمان با داروهای سیتوتوکسیک قطران زغال سنگ اشعه ایکس و UVB باید با احتیاط مصرف شود.

۲- مصرف متوکسالن و UVA در انسان باعث افزایش خطر بروز سرطان سلولهای سنگفرشی پوست شده است این خطر در بیماران دارای عوامل مساعد کننده از قبیل داشتن پوست نازک یا حساسیت مفرط، نور آفتاب سابقه ابتلای به سرطان پوست قرار گرفتن در معرض اشعه‌های یونیزه کننده قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور آفتاب یا سابقه درمان با قطران زغال سنگ و UVB به مدت

طولانی و آرسینک یا تماس موضعی با گاز خردل بیشتر می‌باشد.

۳- منافع مصرف دارو در برابر مخاطرات آن در موارد بیماری‌های زالی هیدره آ یا لکودرما با منشأ عفونی لوپوس اریتماتوز حاد و پورفیریایی که با افزایش حساسیت به نور همراه می‌باشد، باید سنجیده شود.

عوارض جانبی بروز آب مروارید با مصرف دارو گزارش شده است اما چنانچه به‌هنگام قرار گرفتن در معرض نور آفتاب یا اشعه ماوراء بنفش تا مدت ۲۴ ساعت بعد از مصرف از عینکهای آفتابی جاذب UVA استفاده شود، خطر بروز این بیماری خیلی کاهش می‌یابد. علائم مصرف بیش از حد دارو یا بیش از حد قرار گرفتن در معرض اشعه ماوراء بنفش شامل تاول زدن یا پوسته ریزی پوست قرمزی و زخم شدن پوست و ورم به‌ویژه در پا یا قسمت تحتانی ساق پا می‌باشد. عوارض شایعی مانند خارش پوست و تهوع نیز گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سیستمیک یا موضعی متوکسالن با سایر داروهای حساس کننده به نور مانند قطران زغال سنگ یا مشتقات آن مدرهای تیازیدی گریزئوفولون اسیدنالییدیکسیک فنوتیازین‌ها، سولفونامیدها و تتراسیکلین‌ها می‌تواند باعث حساسیت بیشتر به نور شود. مصرف همزمان فنوتیازین‌ها با متوکسالن به صورت سیستمیک ممکن است باعث تشدید آسیب فتوشیمیایی به مشیمه شبکیه و عدسی شود. مصرف همزمان متوکسالن با مواد غذایی حاوی فوروکومارین مانند لیمو، انجیر، جعفری هویج فرنگی خردل هویج و کرفس به دلیل خطر بروز مسمومیت اضافی ناشی از نور توصیه نمی‌شود. نکات قابل توصیه ۱- اثربخشی دارو ممکن است نیازمند ۶-۸ هفته زمان باشد، لذا نباید مقدار دارو یا مدت قرار گرفتن در معرض اشعه را (به دلیل خطر بروز سوختگیهای وخیم افزایش داد.

۲- چنانچه مصرف یک نوبت از دارو فراموش یا به تأخیر افتاد، برای برنامه‌ریزی مجدد درمان با نور، باید به پزشک مراجعه شود.

۳- از قرار دادن پوست در معرض آفتاب حتی از شیشه پنجره یا در روز ابری برای حداقل ۲۴ ساعت قبل از مصرف دارو ۸ ساعت پس از درمان باید خودداری شود.

۴- در طول روز (حتی در نور غیرمستقیم باید تا ۲۴ ساعت پس از مصرف دارو از عینک آفتابی استفاده گردد و لبها تا ۱۵ ساعت بعد از درمان با مواد محافظت کننده در برابر آفتاب پوشانیده شوند.

۵- بهتر است دارو بر نواحی محدودی از پوست استعمال شود و متعاقب قرار گرفتن در معرض آفتاب یا اشعه ماوراء بنفش از روی پوست برداشته شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از ۱۲ سال برای درمان ویتیلیگو مقدار ۳۰-۴۰ mg/day برای ۲-۳ بار در هفته ۲-۴ ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض اشعه ماوراء بنفش مصرف می‌شود. بین دفعات مصرف دارو حداقل ۴۸ ساعت فاصله لازم است زمان اولیه قرار گرفتن در معرض آفتاب نباید از ده دقیقه برای پوستهای با رنگ روشن یا بیست دقیقه برای پوستهای گندم‌گون تجاوز نماید. ممکن است براساس میزان اریتم یا حساسیت پوست هر روز پنج دقیقه به این زمان افزوده شود.

در مورد نور مصنوعی زمان اولیه نباید از نصف مدت زمانی که در نتیجه قرار گرفتن در معرض آفتاب باعث بروز اریتم می‌گردد، تجاوز نماید و یا اینکه براساس حداقل مقدار سمیت نوری و دستورالعمل کارخانه سازنده دارو برای منابع خاصی از نور تنظیم شود.

برای درمان پسونریازیس مقدار ۰/۶ mg/kg/day برای ۲-۳ بار در هفته ۲-۳ ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض نور براساس نوع پوست و پاسخ به درمان و همچنین بر حسب دستورالعمل کارخانه سازنده دارو برای استفاده از منابع خاصی از نور تعیین می‌شود. دفعات استفاده از دارو را می‌توان به تدریج تا میزان لازم برای درمان نگهدارنده کاهش داد و مدت زمان قرار گرفتن در معرض

UVA را براساس پاسخ‌بیمار به دارو تنظیم کرد.

موضعی

بزرگسالان مقدار کمی از لوسیون روی ضایعات ویتیلیگو مالیده می‌شود. مدت ۱-۲ دقیقه صبر کرده تا خشک شود و سپس مصرف دارو تکرار می‌شود. این عمل ۲-۲/۵ ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض **UVA** انجام می‌شود. زمان اولیه‌قرار گرفتن در معرض آفتاب نباید از یک دقیقه تجاوز نماید و این زمان با احتیاط‌زیاد می‌گردد. در مورد نور مصنوعی زمان اولیه نباید از نصف مدت زمانی که در نتیجه تماس با آفتاب باعث بروز اریتم می‌شود، تجاوز کند و یا اینکه براساس حداقل مقدار سمیت نوری و دستورالعمل کارخانه سازنده برای منابع خاصی از نور تنظیم گردد. درمان پیشنهادی کارخانه سازنده هفته‌ای یکبار است معه‌ذا برخی از پزشکان درمان هر ۳-۵ روز را توصیه می‌نمایند.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

Topical Soutlion: ۱٪

METHYL SALICYLATE

موارد مصرف متیل سالیسیلات برای تسکین موضعی دردهای عضلانی یا مفاصل و از بین بردن التهاب موضعی مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: سالیسیلات‌ها اثر ضد درد موضعی خود را با متوقف کردن عامل تولید تکانه درد اعمال می‌نمایند. فارماکوکینتیک متیل سالیسیلات از راه پوست جذب می‌شود.

هشدارها: ۱- دارو به دلیل بوی مطبوع به‌طور شایعی به‌وسیله کودکان خورده شده‌است که این امر می‌تواند منجر به مرگ شود.

۲- مصرف دارو در کودکان به دلیل خطر بروز مسمومیت باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی به ندرت ممکن است واکنش‌های حساسیت پوستی مشاهده شود. در صورت استعمال بر نواحی وسیع از پوست عوارض سالیسیلات‌ها مثل وزوز گوش تهوع و استفراغ ممکن است بروز نماید.

تداخل دارویی مصرف همزمان داروهای ضدانعقاد با متیل سالیسیلات موضعی ممکن است به تشدید اثر ضدانعقادی افزایش زمان پروترومبین منجر شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت تداوم علائم بیماری با وجود مصرف دارو، به پزشک مراجعه شود.

۲- بهتر است دارو بعد از استحمام با آب گرم استعمال شود.

۳- دارو فقط روی پوست سالم مصرف شود.

۴- از مصرف دارو در نزدیکی چشم‌ها و سایر نواحی حساس اجتناب گردد.

مقدار مصرف برای تسکین درد مقدار کافی از پماد تا چهار بار در روز به آرامی روی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۳۰٪

MICONAZOLE NITRATE

موارد مصرف مایکونازول در درمان کاندیدیاز جلدی و مهبل - فرجی ناشی از کاندیدا آلبیکنس و سایر گونه‌های کاندیدا، درمان کچلی بدن کشاله ران و پا ناشی از تریکوفیتون روبروم تریکوفیتون متاگروفیس و اپیدرموفیتون فلکوزوم درمان تینه آورسیکالر ناشی

از مالاسزیافورفور و درمان کچلی سر، ریش و پارونیشیا مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مایکونازول یک ایمیدازول متوقف کننده رشد قارچ است که با توجه به غلظت ممکن است باعث مرگ قارچ نیز گردد. دارو بیوسنتز ارگوسترول یا سایر استرول‌ها را مهار می‌کند و باعث ایجاد آسیب در غشاء سلولی قارچ و تغییر نفوذپذیری آن می‌شود. بعلاوه با مهار فعالیت آنزیم‌های اکسیداتیو و پراکسیداتیو باعث افزایش غلظت داخل سلولی پراکسید هیدروژن تا حد سمی می‌شود که این امر ممکن است به مرگ سلول کمک نماید. این دارو تبدیل بلاستوسپورها را به شکل میسلی مهاجم در کاندیدا آلبیکنس متوقف می‌کند.

فارماکوکینتیک مقادیر جزئی مایکونازول پس از استعمال داخل مهبل به طور سیستمیک جذب می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت بروز حساسیت به دارو منافع مصرف در برابر مخاطرات آن سنجیده شود.

۲- در سه ماهه دوم و سوم بارداری یک دوره درمانی یک هفته‌ای به جای درمان‌های کوتاه مدت تر توصیه می‌شود.

عوارض جانبی بثورات جلدی تاول سوزش و قرمزی یا سایر علائم تحریک پوست که قبل از مصرف موضعی مایکونازول وجود نداشته‌است از عوارض جانبی این دارو هستند.

مقدار مصرف مقدار مصرف کرم واژینال در بزرگسالان یک اپلیکاتور پر (۵ گرم هنگام خواب به مدت ۷-۱۴ روز است که در صورت نیاز دوره درمان تکرار می‌شود. کرم مایکونازول برای درمان کاندیدایاز پوستی یا تیناکورپورس تیناکورپورس یا تیناپدیس دو بار در روز صبح و عصر و در درمان تینا ورسیکالر یک بار در روز به مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان حتی در صورت بهبودی علائم بیماری کامل گردد.

۲- چنانچه مصرف یک نوبت از دارو فراموش گردید، دارو بمحض بیدار آوردن استعمال گردد مگر آنکه تقریباً زمان دوز بعدی فرا رسیده باشد.

۳- اقدامات بهداشتی در طول درمان برای بهبودی عفونت و ممانعت از عود مجدد آن رعایت گردد.

۴- به طور معمول درمان همسر بیمار ضروری نیست مگر آنکه علائم موضعی خارش یا التهاب پوست نواحی تناسلی بروز نماید.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۲٪

Vaginal Cream: ۲٪

(MINOXIDIL (Topical

موارد مصرف مینوکسیدیل موضعی برای درمان طاسی مردانه آندروژنیک در مردان و زنان به کار می‌رود. احتمالاً تأثیر این دارو در مردانی که بیشتر موهای قسمت جلوی سرشان ریخته است کمتر از افرادی است که مبتلا به طاسی آندروژنیک سایر نواحی می‌باشند. مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که این اثر دارو به واسطه افزایش جریان خون جلدی ناشی از گشادی عروق تحریک فولیکولهای مواز وضعیت استراحت به رشد فعال و تحریک سلولهای فولیکول مو باشد.

فارماکوکینتیک مقدار ناچیزی از مینوکسیدیل موضعی از طریق پوست سالم جذب می‌شود. اثر دارو حداقل چهار ماه پس از شروع درمان دو بار در روز با داروی ۲٪ شروع شده و طی یک سال به حداکثر می‌رسد. به نظر می‌رسد که ۳-۴ ماه پس از قطع درمان موهای جدید حاصل از درمان شروع به ریزش نمایند و پیشرفت ریزش مو مجدد؟ از سر گرفته شود. تقریباً ۹۵٪ از دارویی که به طور سیستمیک جذب شده است طی چهار روز از بدن دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماریهای قلبی - عروقی زیادی فشار خون التهاب یا جراحی پوست از قبیل پسوریازیس پوست سر یا

آفتاب سوختگی شدید دارو باید با احتیاط مصرف شود.

۲- فشار خون ضریبان قلب و وزن بیماران تحت درمان با مینوکسیدیل موضعی را باید تحت نظر قرار داد.

۳- مصرف مکرر مینوکسیدیل موضعی ممکن است منجر به جذب سیستمیک آن و بروز عوارض جانبی دارو شود.

عوارض جانبی بروز مشکلات نادری همچون واکنش آلرژیک (بثورات جلدی و ورم صورت، خارش تشدید طاسی سوختن پوست سر، سرگیجه، آگزما، التهاب فولیکولها، سردرد، کاهش توانایی جنسی خستگی اختلالات بینایی و کاهش دقت بینایی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان مینوکسیدیل موضعی با فرآورده‌های حاوی کورتیکواستروئیدها، مشتقات نفتی و یا رتینوئیدها ممکن است با

افزایش نفوذپذیری استراتوم کورنئوم باعث تشدید جذب جلدی دارو شود. مصرف همزمان مینوکسیدیل موضعی و سیستمیک به دلیل احتمال جذب سیستمیک داروی موضعی ممکن است خطر سمیت آن را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- به دلیل خطر جذب سیستمیک دارو بیشتر از مقادیر و دفعات توصیه شده و یا بر سایر نقاط بدن استعمال نگردد.

۲- از استعمال سایر فرآورده‌های پوستی بر نواحی تحت درمان با دارو اجتناب

شود.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها، بینی یا دهان خودداری گردد. در صورت تماس اتفاقی نواحی آلوده با مقادیر زیاد آب شستشوداده شوند.

۴- دستهای آغشته به دارو بلافاصله پس از استعمال شستشو داده شوند. برای تسریع در خشک کردن موها از سشوار استفاده نگردد.

۵- ریزش مو ممکن است تا دو هفته پس از شروع درمان ادامه یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان تا سن ۶۵ سالگی بدون توجه به میزان نواحی بدون مو، یک

تا حداکثر دو میلی‌لیتر از محلول ۲٪

دو بار در روز بر فرق سر استعمال می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Solution: ۲۰ mg/ml

MUPIROCIN

موارد مصرف موپیروسین به صورت موضعی در درمان عفونت‌های مختلف پوست به ویژه عفونت‌های ناشی از باکتری‌های گرم مثبت (از جمله استافیلوکوک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق مهار بیوسنتز پروتئین‌ها اثر می‌کند و بسته به غلظت ممکن است باکتریواستاتیک یا باکتریسید باشد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از موپیروسین پس از مصرف موضعی جذب سیستمیک می‌شود که به سرعت متابولیزه می‌شود.

نکات قابل توصیه به دلیل احتمال بروز مقاومت میکروبی به دارو، مصرف آن به مدت طولانی (بیش از ۱۰ روز) یا در بیمارستانها توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف به مقدار لازم ۳ بار در روز تا حداکثر ۱۰ روز در موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۲٪

NITROFURAZONE

موارد مصرف نیتروفورازون به صورت موضعی در سوختگیها، زخمها و عفونتهای پوستی و نیز برای آماده ساختن موضع برای پیوند پوست مصرف می شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک مشتق نیتروفوران با طیف اثر ضد میکروبی گسترده است اما اثر ناچیزی بر پسودوموناس آئروژینوزا دارد. هشدارها: ۱- مصرف نیتروفورازون ممکن است موجب بروز عفونت ثانویه ناشی از میکروارگانیزم های غیر حساس به ویژه پسودوموناس آئروژینوزا و قارچها شود. در صورت بروز عفونت ثانویه مصرف این دارو باید قطع شود و درمان مناسب دیگری جایگزین گردد.

۲- این دارو در بیماران مبتلا به کمبود G6PD باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی حساس شدن پوست و بروز واکنش های آلرژیک با مصرف این دارو گزارش شده است نکات قابل توصیه در صورت تحریک موضعی ناشی از مصرف دارو یا بدتر شدن عفونت باید به پزشک مراجعه شود. مقدار مصرف مقدار کافی از کرم روی موضع مالیده می شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۲٪

PABA

موارد مصرف پابا به عنوان محافظت کننده پوست در مقابل نور خورشید مصرف می شود.

عوارض جانبی با مصرف این دارو ممکن است درماتیت تماسی بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز تحریک یا بثورات جلدی از مصرف دارو باید خودداری شود.

۲- از تماس دارو با چشم ها خودداری شود.

۳- این دارو ممکن است باعث تغییر رنگ لباس ها شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از دارو

روی مناطقی از پوست که در معرض

آفتاب قرار دارد مالیده می شود. مصرف دارو باید هر دو ساعت یک بار یا بعد

از شنا کردن یا تعریق بیش از حد تکرار شود.

اشکال دارویی

Lotion: ۵٪

(POTASSIUM PARA AMINOBENZOATE (PABA-K

موارد مصرف پتاسیم پابا در در درمان انواع اختلالات همراه با فیروز وسیع از قبیل اسکرودرما، درماتومیوزیت مورفتا، پمفیگوس و

بیماری پیرونی (Peyrony) مصرف شده است

فارماکو کینتیک بهبود فیروز معمولاً طی سه ماه اول درمان بروز می نماید.

هشدارها: ۱- در صورت وجود دیابت ملیتوس یا کاهش قندخون و یا عیب کارکلیه‌ها باید با احتیاط مصرف شود.
 ۲- غلظت گلوکز خون به‌ویژه نزد بیماران که بهر دلیل غذای کافی نمی‌خورند (تهوع یا کاهش اشتها) با مصرف دارو ممکن است کاهش یابد.

۳- تعداد گویچه‌های سفید خون با مصرف این دارو ممکن است موقتاً کاهش یابد.
 عوارض جانبی کاهش اشتها و تهوع از عوارض شایع مصرف این دارو هستند.
 تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با آمینوسالیسیلات‌ها یا سولفونامیدها ممکن است اثر ضد میکروبی آنها را مهار نماید. زیرا باکتری‌های بیماری‌زا، پتاسیم آمینوبنزوات را بهتر از سولفونامیدها و آمینوسالیسیلات‌ها جذب می‌کنند.
 نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش ناراحتی‌های گوارشی دارو با غذا مصرف شود و در صورت تداوم مشکلات گوارشی به پزشک مراجعه گردد.

۲- مصرف هر یک از دفعات دارو با یک لیوان آب یا شیر، ناراحتی‌های گوارشی را به حداقل می‌رساند.
 ۳- پودر یا قرص دارو قبل از مصرف در آب یا آب میوه حل شده و میل گردد.
 ۴- مصرف دارو بدون تغذیه مناسب طی روزهای متوالی ممکن است به کاهش قندخون منجر شود.
 مقدار مصرف

بزرگسالان روزانه مقدار ۱۲ گرم معمولاً در ۴-۶ مقدار منقسم با غذا تجویز می‌گردد.
 کودکان روزانه ۲۲۰ mg/kg معمولاً در ۴-۶ مقدار منقسم با غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

PYRITHIONE ZINC

موارد مصرف پیریتیون برای کنترل شوره و درماتیت سبوره‌ای پوست سر مصرف می‌شود.
 مکانیسم اثر: این دارو با اثرات ضد میتوز باعث کاهش ساخت و ساز سلول‌های اپی‌تلیال می‌شود. پیریتیون همچنین اثرات ضد قارچ و ضد باکتری نیز دارد.

عوارض جانبی حساسیت پوست از عوارض جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱- این دارو باید حداقل ۲ بار در هفته مصرف شود.

۲- قبل از مصرف شامپو باید موها را خوب خیس‌اند و بعد از مصرف نیز بخوبی آبکشی کرد.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها باید اجتناب شود.

مقدار مصرف پوست سر دو بار در هفته با مقدار کافی از شامپو شسته می‌شود.

اشکال دارویی

Shampoo: ۲٪

SALICYLIC ACID

موارد مصرف اسید سالیسیلیک برای درمان موضعی اختلالات هیپرکراتوتیک پوست عفونتهای قارچی پوست بویژه تینه آ و آکنه

ولگاریس التهابات سبوره‌ای پوست سر و همچنین درمان پوریازیس بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اسید سالیسیلیک از طریق حل کردن ماده چسباننده بین سلولی که پوسته‌ها را در لایه شاخی به هم متصل می‌کند پوسته ریزی را تسریع و در نتیجه باعث سست شدن کراتین می‌شود. این اثر کراتولیتیک دارو ممکن است باعث یک اثر ضد قارچی نیز شود. اسید سالیسیلیک دارای اثر ضد عفونی کننده خفیف نیز می‌باشد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود دیابت یا بیماری عروق محیطی التهاب تحریک یا عفونت پوست باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲- از استعمال دارو روی پوست برهنه یا ملتهب اجتناب گردد.

۳- در صورت درمان نواحی وسیعی از بدن با دارو، خطر بروز مسمومیت با سالیسیلاتها وجود دارد.

۴- از مصرف دارو در بارداری و کودکان زیر ۵ سال سن اجتناب شود.

عوارض جانبی تحریکات متوسط تا شدید پوست که قبل از درمان وجود نداشته‌اند و زخم یا سائیدگی پوست بویژه متعاقب مصرف فرآورده‌های حاوی غلظت بالایی از اسید سالیسیلیک و واکنش‌های حساسیت بیش از حد از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان صابونهای ساینده طبی یا پاک کننده سایر ترکیبات موضعی ضد آکنه ترکیبات حاوی الکل صابون‌ها با اثر خشک کنندگی قوی ایزوترتینوئین ترکیبات حاوی عوامل پوسته ریز موضعی مثل بنزوئیل پراکسید، رزورسینول سولفور یا تریتینوئین با اسید سالیسیلیک ممکن است موجب بروز اثر تجمعی تحریکی یا خشک کننده شده و پوست را بیش از حد تحریک نماید.

نکات قابل توصیه ۱- از تماس دارو با چشم‌ها و سایر غشاهای مخاطی باید اجتناب گردد. در صورت تماس فوراً موضع به مدت ۱۵ دقیقه با آب شستشوداده شود.

۲- در صورت تماس دستها با فرآورده دستها بلافاصله باید شسته شوند مگر اینکه تحت درمان باشند.

۳- دارو روی صورت نواحی تناسلی بینی یا زگیل دهانی زگیلهای

مودار و خالهای مادرزادی بکار برده نشود.

مقدار مصرف به عنوان سوزاننده و کراتولیتیک موضعی هر روز یا یک روز در میان محلول ۱۲-۵۰٪ روی پوست استعمال می‌شود. برای درمان زگیل‌ها محلول موضعی ۵-۲۷٪ یک یا دو بار در روز روی پوست بکار می‌رود. برای درمان میخچه‌ها و پینه‌ها محلول موضعی ۱۲-۲۷٪ یک یا دو بار در روز روی پوست استعمال می‌شود. برای درمان موضعی آکنه محلول موضعی ۵-۲٪ تا حد سه بار در روز روی پوست بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Topical Solution : Salicylic Acid ۱۶.۷٪+ Lactic Acid ۱۶.۷٪+ Collodion qs to ۱۰۰٪

SELENIUM SULFIDE

موارد مصرف سولفید سلنیوم برای درمان شوره یا درماتیت سبوره‌ای پوست سر و همچنین تینه آورسیکالر بکار می‌رود. مکانیسم اثر: این دارو ممکن است از طریق اثر ضد میتوزی عمل نماید و موجب کاهش فرآیند ساخت و تکثیر سلولهای اپیدرم گردد. بعلاوه سولفید سلنیوم دارای

اثرات تحریک کنندگی موضعی ضد باکتریایی و ضد قارچی خفیف نیز می‌باشد که ممکن است در اثر بخشی آن مشارکت کند.

هشدارها: در صورت وجود التهاب یا آگزودای حاد پوست (احتمال افزایش جذب باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خشکی یا چرب شدن غیر معمول مو یا پوست سر، از عوارض شایع این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت وجود تاول جراحات یا زخم بهبود نیافته روی پوست سر، از مصرف دارو اجتناب شود.

۲- از تماس دارو با چشم‌ها خودداری گردد. در صورت تماس اتفاقی چشم‌ها با آب شسته شوند.

۳- قبل از استعمال دارو لازم است موها و پوست سر با آب نیم گرم خیس شوند و سپس مقدار کافی از شامپو روی سرمالیده تا کف نماید. پس از ۳-۲ دقیقه موها آبکشی شده و مجدد شامپو مصرف گردد.

۴- برای کاهش احتمال تغییر رنگ موها، لازم است پس از استعمال شامپو آنها را بخوبی آبکشی نمود.

مقدار مصرف برای درمان شوره یادرمانیت سبوره‌ای پوست سر، لوسیون ۱ یا ۲/۵٪ دو بار در هفته بمدت دو هفته و سپس بصورت کمتر یک بار در یک یا دو هفته یا بیشتر تکرار می‌شود. برای درمان تینه آورسیکالر، مقدار کافی از لوسیون ۱٪/روزانه یک بار بمدت چند روز بر بدن (بجز صورت و نواحی تناسلی استعمال و پس از ده دقیقه با آب شسته می‌شود).

اشکال دارویی

Shampoo (Lotion): ۱٪, ۲.۵٪

SILVER SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفادiazین نقره برای پیشگیری و درمان عفونت زخم‌های سوختگی به کار می‌رود. به علاوه به عنوان داروی کمکی برای درمان کوتاه مدت عفونت زخم‌های پا، پیشگیری از عفونت محل برداشت پوست در پیوند پوست و سائیدگی وسیع پوست و درمان زخم‌های سرانگشت نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو بر بسیاری از ارگانیزم‌های گرم منفی و گرم مثبت دارای اثر باکتریسیدی می‌باشد. از نظر مکانیسم متفاوت از سدیم سولفادiazین یا نیترات نقره بوده و فقط بر غشاء دیواره سلول اثر می‌کند. به علاوه در برابر مخمرها و کاندیدا آلبیکانس نیز فعال است

فارماکوکینتیک جذب سولفادiazین نقره متفاوت بوده و به درصد سطح بدن که دارو روی آن قرار گرفته و شدت صدمه بافت وابسته است

هشدارها: ۱- در صورت وجود نقص عملکرد کبدی و کلیوی و کمبود G6PD باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در صورت بروز واکنش‌های آلرژیک مصرف دارو باید قطع گردد.

۳- احتمال بروز حساسیت متقاطع با سولفونامیدها باید در نظر گرفته شود.

۴- مصرف دارو در نوزادان تا سن یک ماهگی به دلیل خطر بروز کرنیکتروس توصیه نمی‌شود.

۵- درمان سطوح وسیع پوست با دارو ممکن است منجر به کسب غلظت‌های درمانی دارو در پلاسما و احتمال بروز عوارض جانبی یا تداخلات دارویی با سولفونامیدها گردد.

عوارض جانبی با مصرف دارو واکنش‌های آلرژیک شامل سوزش خارش و بثورات جلدی مشاهده شده است متعاقب مصرف طولانی مدت دارو بد رنگ شدن پوست و مخاط ناشی از نقره گزارش شده است به علاوه با مصرف دارو لوکوپنی نیز ممکن است بروز نماید که باید کنترل شود.

نکات قابل توصیه دوره درمان با این

دارو باید کامل گردد تا سوختگی بهبود یافته یا بیمار برای پیوند پوست آماده شود.

مقدار مصرف با استفاده از دستکش جراحی یک لایه نازک ۱/۵ میلی متری از دارو یک یا دو بار در روز روی ناحیه سوخته که نسوج مرده و زائد آن برداشته و تمیز شده است مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱۰ mg/g

TOLNAFTATE

موارد مصرف تولنفات برای درمان کچلی سر، بدن کشاله ران دست‌ها و پاها ناشی از گونه‌های تریکوفیتون میکروسپوروم و اپیدرموفیتون به کار می‌رود. به علاوه از این دارو برای درمان تینه آورسیکالر ناشی از مالاسزیافورفور نیز استفاده می‌شود. مکانیسم اثر: احتمالاً با ایجاد تغییر شکل در رشته‌های میسلیم موجب توقف رشد میسلیم در قارچهای حساس می‌شود. هشدارها: ۱- مصرف این دارو در کودکان کوچکتر از دو سال توصیه نمی‌شود.

۲- در صورت بروز التهاب آلرژی یا حساسیت بیش از حد در طول درمان مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی عوارضی همچون التهاب خارش و درماتیت تماسی پوست و همچنین حساسیت بیش از حد پوستی با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- از تماس دارو با چشم‌ها خودداری گردد.

۲- قبل از مصرف دارو، موضع تحت درمان باید به خوبی شسته و خشک شود.

۳- در صورت عدم مشاهده نشانه‌ای از پیشرفت درمان طی چهار هفته باید به پزشک مراجعه شود.

۴- مصرف دارو در بیماران با سن کمتر از ۱۲ سال باید تحت نظر بالغین انجام شود.

مقدار مصرف دارو معمولاً دو بار در روز برای مدت حداقل ۴ - ۲ هفته مصرف می‌شود. با وجود این ممکن است ادامه درمان برای ۴-۶ هفته به ویژه اگر پوست ضخیم شده باشد، ضروری باشد. برای کاهش احتمال عود مجدد بیماری درمان با تولنفات باید تا دو هفته پس از برطرف شدن علائم ادامه یابد.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Soutlion: ۱٪

TRETINOIN

موارد مصرف ترینوئین برای درمان موضعی آکنه و لگاریس به کار می‌رود. به علاوه از این دارو گهگاه در درمان اختلالات کراتین سازی (پسوریازیس ایکتیوز لایه‌ای و کراتوز فولیکولی وزگیل‌های صاف نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: ترینوئین فرم اسیدی ویتامین A است که احتمالاً با افزایش میتوز سلولی اپیدرم و سرعت ساخت و تجزیه آن باعث ایجاد یک لایه شاخی سست می‌شود که به سادگی قابل کندن است این عمل برداشت کومدون موجود را تسهیل نموده و احتمالاً ساخت کومدون جدید رانیز مهار می‌نماید. ترینوئین از ساخت کراتین نیز ممانعت به عمل می‌آورد.

فارماکوکینتیک مقدار کمی از دارو از راه پوست جذب و در ادرار ترشح می‌شود. جذب دارو به دنبال استعمال آن در نواحی وسیعی از سطح بدن یا مصرف طولانی مدت در درماتوزهای گسترده مزمن ایکتیوز) افزایش می‌یابد.

موارد منع مصرف این دارو در حاملگی اگزم، پوست برهنه یا آفتاب سوخته و سابقه شخصی یا خانوادگی اپیتلیومای جلدی نباید مصرف شود.

هشدارها: قرمزی و کنده شدن پوست ممکن است کتعاقب چند روز استعمال دارو بروز نماید که البته با گذشت زمان

فروکش می نماید.

عوارض جانبی تحریکات پوستی اریتم جدا شدن پوست تغییر در رنگدانه سازی حساسیت به نور، پوسته‌ریزی و احساس گرما با مصرف دارو ممکن است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با صابون‌های ساینده یا طبی پاک‌کننده‌ها، فرآورده‌های ضد آکنه یا فرآورده‌های حاوی مواد پوسته‌ریز مانند بنزوئیل پراکسید، رزورسینول اسیدسالیسیلیک یا گوگرد، فرآورده‌های موضعی حاوی الکل ایزوترتینوئین ممکن است سبب بروز اثر تحریکی تجمع‌ی یا خشک‌کنندگی شود. مصرف همزمان ترتینوئین با سایر داروهای حساس‌کننده پوست به نور مانند ایزوترتینوئین ممکن است احتمال بروز حساسیت به نور را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از تماس دارو با چشم‌ها، دهان بینی و غشاءهای مخاطی اجتناب شود.

۲- به‌طور همزمان با سایر عوامل پوسته‌ریز مصرف نشود (می‌تواند با تناوب ۱۲ ساعته با بنزوئیل پراکسید مصرف گردد).

۳- دارو بر زخم‌های باز و پوست آفتاب‌سوخته استعمال نشود.

۴- از مواجهه با نور ماوراء بنفش اجتناب گردد و مواجه شدن با نور خورشید نیز به حداقل برسد.

۵- احتمال افزایش حساسیت پوست به باد یا سرما وجود دارد.

مقدار مصرف برای درمان آکنه

ولگاریس هر شب موقع خواب مقدار کافی از دارو یکبار روی محل ضایعه مالیده شود.

اشکال دارویی

Lotion: ۰.۰۵٪

Topical Cream: ۰.۰۵٪

Topical Gel: ۰.۰۲۵٪

(TRIAMCINOLONE ACETONIDE (Topical

موارد مصرف تریامسینولون در درمان علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یا اختلالات شدید التهابی پوست نظیر اگزما، درماتیت‌ها، لوپوس اریتماتوز، پسوریازیس نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و متعاقباً کمپلکس دارو گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که گمان می‌رود مسئول ایجاد اثرات التهابی می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدتاً در خود پوست صورت می‌گیرد ولی متابولیسم پوستی این دارو نسبت به سایر کورتیکواستروئیدهای پوستی کمتر می‌باشد و به همین دلیل جذب سیستمیک دارو نسبتاً بالا می‌باشد. این دارو دارای متابولیسم کبدی نیز می‌باشد.

موارد منع مصرف در شیرخواران کمتر از یکسال پلاک‌های منتشر و گسترده پسوریازیس عفونتهای باکتریایی قارچی و یا ضایعات ویروسی پوستی و درمان نشده روزاسه و درماتیت‌های اطراف دهان و برای درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست بیچه‌ها تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی به دلیل کم بودن متابولیسم تریامسینولون در پوست امکان جذب سیستمیک آن بالا بوده و عوارضی نظیر سندرم کوشینگ افزایش قند خون وجود قند در ادرار و در دراز مدت تضعیف محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - فوق کلیه محتمل می‌باشد.

بروز عوارض جانبی موضعی مانند تشدید عفونت‌های درمان نشده نازک شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت به ویژه در خانم‌ها و آکنه در محل کاربرد فرآورده نیز گزارش شده است
نکات قابل توصیه ۱- از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲- از به کار بردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با تریامسینولون خودداری شود.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.

۴- در صورتی که بعد از دو هفته عارضه‌ای که برای آن تریامسینولون تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، باید به پزشک مراجعه شود.

۵- قبل از شیردهی از استفاده این دارو روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان از کرم یا پماد ۰/۱٪ تا ۲ تا ۴ بار در روز و در کودکان تنها یک بار در روز استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۱٪

Topical Ointment: ۰.۱٪

TRIAMCINOLONE NN

موارد مصرف این دارو در درمان کاندیدیاز پوستی و التهاب پوست همراه با عفونت کاندیدیائی یا باکتریائی تجویز می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت ابتلاء بیمار به تبخال اگرما و یا سایر عفونت‌های ویروسی پوستی باید با احتیاط تجویز شود.

۲- مصرف بیش از دو هفته و یا بیش از یک بار در روز دارو در کودکان ممکن است باعث افزایش جذب دارو و عوارض سیستمیک آن گردد.

۳- مصرف طولانی مدت این دارو یا مصرف آن روی نواحی وسیع از پوست بدن باعث افزایش جذب موضعی تریامسینولون می‌گردد.

عوارض جانبی تاول سوزش خارش پوسته پوسته شدن بثورات قرمزی یاورم پوست که قبل از درمان وجود نداشته‌اند از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه قبل از مصرف دارو، موضع باید با آب و صابون شسته و کاملاً خشک شود.

۱- از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲- از به کار بردن پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت درمان با تریامسینولون خودداری شود.

۳- از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.

۴- در صورتی که بعد از دو هفته عارضه‌ای که برای آن تریامسینولون تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، باید به پزشک مراجعه شود.

۵- قبل از شیردهی از استفاده این دارو روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از دارو روزی ۲-۳ بار روی موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: (Triamcinoloneacetonide ۱ mg + Neomycin sulfide ۲.۵mg + Nystatine ۱۰۰,۰۰۰ U) /g

(VITAMIN A+D (Topical

موارد مصرف این ترکیب برای محافظت پوست و تسریع در بهبود التهاب و تحریک مناطقی از پوست بدن نوزاد که در تماس با ادرار است سوختگیهای خفیف سوختگی ناشی از نور خورشید و تحریک خفیف پوست مصرف می شود.
نکات قابل توصیه ۱- این دارو فقط برای استعمال خارجی است و از مصرف آن در چشمها باید خودداری شود.
۲- پیش از مصرف دارو، ناحیه مورد نظر باید با آب گرم و صابون شستشو داده شود.
مقدار مصرف پماد به مقدار مورد نیاز روی موضع مالیده شده و در صورت لزوم موضع پانسمان گردد.
اشکال دارویی

Topical Ointment: (Vit. A ۸۵۰ IU + Vit.D ۸۵ IU) / g

ZINC OXIDE

موارد مصرف اکسید روی برای پیشگیری از آفتاب سوختگی پیری زودرس پوست درمان خشکی پوست اختلالات پوستی و عفونت‌هایی نظیر سوختگی‌های خفیف اگزما، آماس سوزش دار، خراشیدگی‌ها، آکنه و لگاریس ادرار سوختگی شوره و سبوره سمیت با پیچک سمی کچلی خارش پسوریازیس گزش حشرات زرد زخم و زخم‌های واریسی به کار می رود.
مکانیسم اثر: اکسید روی با ایجاد یک سد فیزیکی باعث بازتاب پراکنده کردن و جذب اشعه ماوراء بنفش و اشعه مرئی نور خورشید شده و نفوذ آن را از طریق اپیدرم به حداقل می‌رساند. به علاوه دارای اثرهای قابض محافظ و ضد عفونی کننده پوست نیز می‌باشد. این دارو مهار کننده رشد باکتریها نیز می‌باشد که تا حدودی به اثر کاهش pH ناشی از آن مربوط می‌باشد.
هشدارها: سالمندان ممکن است متعاقب مصرف عوامل ضد آفتاب دچار کمبود ویتامین D شده و به دنبال آن به نرمی استخوان پوکی استخوان یا شکستگی استخوان مبتلا شوند.

عوارض جانبی مصرف عوامل ضد آفتاب ندرت؟ ممکن است باعث جوش درماتیت آلرژیک تماسی (سوزش و خارش پوست، درماتیت تماسی فتو آلرژیک (قرمزی و التهاب زودهنگام پوست، تحریک پوستی سوختگی خارش و قرمزی پوست و بثورات پوستی شود.

نکات قابل توصیه ۱- از تماس دارو با چشمها باید خودداری شود.

۲- در صورتی که زخم مورد نظر عمیق باشد یا سوختگی شدید وجود داشته باشد، به پزشک باید مراجعه گردد.

۳- دارو باید نیم ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض نور خورشید، به طور یکنواخت روی پوست مالیده شود.

مقدار مصرف به مقدار مورد نیاز روزی چند بار روی ضایعه مالیده می شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۲۰٪

APOMORPHINE HCl

موارد مصرف آپومرفین برای تشخیص و درمان بیماری پارکینسون مخصوصا در کنترل اثر on-off استفاده می شود. این دارو برای

کنترل نوسانات سرکش حرکتی در بیماری پارکینسون (دوره Off) مقاوم به لوودوپا یا سایر داروهای دوپامینرژیک تجویز می‌شود. به منظور تشخیص افتراقی انواع سندرم پارکینسون نیز مصرف می‌شود. همچنین برای تشخیص پاسخ‌دهی سیستم دوپامینرژیک در انواع سندرم پارکینسون به کار می‌رود، تا پاسخ‌دهی بیمار نسبت به لوودوپا مشخص گردد.

مکانیسم اثر: آپومرفین محرک قوی گیرنده‌های دوپامینی D₂ است که گاهی اوقات جهت تثبیت وضعیت بیمارانی که در طول درمان با لوودوپا دوره‌های غیرقابل پیش‌بینی Off را تجربه می‌کنند، سودمند است بهبودی علائم پارکینسون با استفاده از آپومرفین پاسخ‌دهی مثبت بیمار به لوودوپا را نشان می‌دهد. آپومرفین همچنین با تحریک chemoreceptor trigger zone در مغز در حدود چند دقیقه می‌تواند باعث استفراغ شود.

فارماکوکینتیک: بمنظور جلوگیری از اثر اولین عبور، این دارو باید از راه تزریق زیرجلدی تجویز شود.

موارد منع مصرف در موارد ضعف تنفسی یا CNS، حساسیت مفرط به اپیوئیدها، مشکلات عصبی-روانی یا زوال عقل این دارو نباید مصرف شود. همچنین در صورتی که پاسخ On به لوودوپا با اختلال حرکتی شدید و هیپوتونی یا اثرات روانی همراه باشد، استفاده از آپومرفین توصیه نمی‌شود.

هشدارها: ۱- این دارو باعث تهوع و استفراغ می‌شود، لذا در بیمارانی که مستعد به تهوع و استفراغ می‌باشند یا استفراغ برای آنها خطرناک محسوب می‌شود، آپومرفین باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در موارد زیر با احتیاط تجویز شود: بیماری‌های ریوی قلبی - عروقی و غدد درون‌ریز، بیماران سالمند و ناتوان سابقه کاهش فشار خون وضعیتی (در ابتدای مصرف دارو باید مراقبت‌های ویژه مدنظر باشد).

۳- ارزیابی دوره‌ای عملکرد کبد، کلیه قلب و عروق و سیستم خون‌ساز ضروری است

۴- در موقع تجویز این دارو به همراه لوودوپا ابتدا و سپس هر شش ماه یکبار بروز کم‌خونی همولیتیک بررسی شود.

۵- مصرف آن در افراد زیر ۱۸ سال توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی اختلال حرکتی در طول دوره‌های On بیماری پارکینسون (در موارد شدید ممکن است نیاز به قطع دارو باشد)، ناپایداری وضعیتی و سقوط (ناتوانی در صحبت کردن و تعادل ممکن است بهبود نیابد)، افزایش ناتوانی‌های ادراکی تغییر شخصیتی تهوع و استفراغ گیجی و توهمات خواب آلودگی کاهش فشار خون وضعیتی کاهش ضربان قلب سرخوشی سبکی سر، بی‌قراری لرزش کم‌خونی همولیتیک در صورت مصرف همزمان با لوودوپا) و واکنش‌های پوستی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اثرات درمانی آپومرفین ممکن است بوسیله داروهای ضدجئون یا سایر مهارکننده‌های دوپامین در CNS مهار شود.

نکات قابل توصیه ۱- در طول درمان با آپومرفین بیمار باید تحت نظر متخصص و در بیمارستان باشد.

۲- در تزریقات مکرر، محل تزریق عوض شود.

مقدار مصرف بعد از قطع درمان پارکینسون بمدت یک شب (برای تحریک یک دوره Off)، مقادیر تشخیصی آپومرفین از ۱/۵ تا ۷ میلی‌گرم یا گهگاهی ۱۰ میلی‌گرم در فواصل ۴ ساعت بطور افزایشنده و از راه زیرجلدی تزریق شود، تا حداقل مقدار مولد پاسخ تعیین گردد. وقتی که درمان معمول ضد پارکینسون دوباره برای بیمار شروع شد، این مقدار باید در شروع علائم Off تزریق شود. سپس مقدار و نوبت‌های مصرف براساس پاسخ ایجاد شده تنظیم می‌شود.

تزریق زیرجلدی معمولاً ۳-۳۰ mg/day به صورت منقسم تجویز می‌شود (نه بیشتر از ۱۰ میلی‌گرم در هر بار). در افرادی که به تزریق بیش از ۱۰ بار در روز نیاز دارند، ممکن است انفوزیون زیرجلدی ارجح باشد. در انفوزیون زیرجلدی ابتدا ۱ mg/hr تا حصول پاسخ تزریق می‌شود. در صورت عدم بروز پاسخ در طی ۴ ساعت این مقدار را می‌توان (حداقل در فواصل ۴ ساعته و هر بار با

افزایش ۰/۵ میلی گرم به مقدار قبلی تا ۴mg/hr افزایش داد.

هر ۱۲ ساعت باید محل انفوزیون عوض شود و انفوزیون فقط در طول ساعات بیداری انجام شود (انفوزیون ۲۴ ساعته توصیه نمی شود مگر اینکه علائم شبانه شدید باشند). حداکثر مصرف روزانه آپومرفین ۱۰۰ میلی گرم است
اشکال دارویی

Injection: ۱۰mg/ml

BARIUM SULFATE

موارد مصرف سولفات باریم به عنوان ماده حاجب اشعه X برای آزمایشات پرتونگاری و توموگرافی کامپیوتری قسمتهای مختلف دستگاه گوارش مصرف می شود.

مکانیسم اثر: سولفات باریم زمانی که از بدن عبور می کند، میزان جذب اشعه X را افزایش می دهد. بنابراین شکل و ساختمان دستگاه گوارش را آشکار می کند.

فارماکوکینتیک این دارو در صورتی که خالص باشد از دستگاه گوارش جذب نمی شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت انسداد روده بزرگ و یا وجود سوراخ در دستگاه گوارش ابتلا به کولیت اولسراتیو، دیورتیکولیت مزمن نباید مصرف شود.

هشدارها: سولفات باریم در صورت احتمال بارداری و وجود دهیدراتاسیون نباید مصرف شود.

عوارض جانبی احتمال بروز یبوست تجمع مدفوع متراکم انسداد روده و آپاندیسیت پس از مصرف (خوراکی یا تنقیه دارو وجود دارد. سوراخ شدن روده ها توسط دارو نیز ممکن است منجر به پریتونیت چسبندگی روده ها و مرگ گردد. استنشاق این پودر موجب بیماری ریوی می گردد.

نکات قابل توصیه ۱- چندین ساعت قبل از انجام آزمایش از خوردن و آشامیدن خودداری شود.

۲- استفاده از سولفات باریم تا ۱-۲ هفته بعد از نمونه برداری از روده بزرگ و رکتوم توصیه نمی شود.

۳- بعد از انجام آزمایش پرتونگاری به منظور جلوگیری از تجمع مدفوع متراکم بیمار باید مقادیر زیادی مایعات دریافت کند. بعضی اوقات ممکن است استفاده از ملین ها نیز ضروری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف به نوع آزمایش و روش پرتونگاری بستگی دارد. برای عکسبرداری از مری تا ۱۵۰ میلی لیتر از سوسپانسیون ۵۰-۲۰۰W/V٪ از راه خوراکی مصرف می شود. برای معاینه معده و دوازدهه تا ۳۰۰ میلی لیتر از سوسپانسیون ۳۰-۱۵۰W/V٪ از راه خوراکی و برای معاینه روده بزرگ تا ۲ لیتر از سوسپانسیون ۲۰-۱۳۰W/V٪ بصورت تنقیه مصرف می شود.

اشکال دارویی

Powder for suspension: ۱۳۵g/Sachet

CORTICOTROPHIN

موارد مصرف کورتیکوتروپین به عنوان یک عامل تشخیصی عملکرد غده فوق کلیوی مصرف می شود. همچنین در درمان اسپاسم میوکلونیک نوزادان و پورپورای ترومبوسیتوپنیک ایدیوپاتیک استفاده می شود. کورتیکوتروپین اگرچه یک کورتیکواستروئید نمی باشد، ولی ممکن است در تمامی موارد مصرف کورتیکواستروئیدها مصرف شود.

مکانیسم اثر: کورتیکوتروپین هورمون طبیعی قسمت قدامی هیپوفیز (ACTH)

است که می‌تواند با تحریک بخش قشری غده فوق کلیوی باعث ترشح کورتیکواستروئیدها شود.

فارماکوکینتیک ۴۵-۶۰ دقیقه پس از تزریق داخل وریدی یا زیر جلدی و یک ساعت پس از تزریق داخل عضلانی کورتیکوتروپین غلظت پلاسمائی کورتیزول به حداکثر می‌رسد. در مورد تجویز فرآورده‌های طولانی‌اثر این زمان به ۸ ساعت رسیده و افزایش غلظت بیش از ۲۴ ساعت ثابت می‌ماند.

موارد منع مصرف برای بیماران مبتلا به اسکرودرم پوکی استخوان عفونتهای قارچی سیستمیک عفونت هرپسی چشم قرحه گوارشی یا سابقه ابتلا به آن نارسائی احتقانی قلب و فشار خون بالا نباید مصرف شود. در درمان بیماریهای همراه بانارسائی اولیه غده فوق کلیه نباید استفاده شود.

هشدارها: ۱- تا مادامی که پاسخ‌دهی غدد فوق کلیه محرز نشده باشد، این فرآورده نباید تجویز شود.

۲- شدت بیماری غلظتهای ادراری و پلاسمائی کورتیکواستروئیدها و پاسخ اولیه بیمار، جهت تعیین مقدار مصرف و دفعات مصرف باید مورد توجه قرار گیرند.

۳- کورتیکوتروپین تنها برای مقاصد تشخیصی یا برای درمان پورپورای ترومبوسیتوپنیک ایدیوپاتیک در بزرگسالان بصورت داخل وریدی تزریق می‌شود.

۴- در هنگام استفاده از دارو بایستی بیمار را از نظر واکنشهای حساسیتی تحت نظر قرار داد. بروز این واکنشها به خصوص در تزریق زیر جلدی رایج می‌باشد. استفاده درمانی طولانی مدت احتمال بروز چنین واکنشهایی را افزایش می‌دهد.

۵- عوارض جانبی غیر قابل برگشت بیشتر با تجویز مزمن مقادیر بیش از ۴۰ واحد در روز مشاهده می‌شود.

۶- کاهش در میزان مصرف دارو با طولانی کردن فواصل بین تزریق یا با کاهش مقدار کورتیکوتروپین در هر بار تجویز انجام می‌پذیرد.

۷- در افراد مسن و بخصوص خانمهای یائسه احتمال ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی درمان طولانی مدت با کورتیکوتروپین بیمار را مستعد ابتلا به بیماریهای عفونی می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. قطع مصرف کورتیکوتروپین بعد از مصرف مزمن آن باعث بروز علائم کم کاری غده فوق کلیوی می‌شود. مصرف مقادیر زیاد کورتیکوتروپین می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید، کاهش یا تاری دید، تکرر ادرار و دیابت بیمزه قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درد در ناحیه سینه و افزایش فشار خون از عوارض جانبی دارو می‌باشند.

تداخل های دارویی همزمان باواکسن های زنده آمفوتریسین B، داروهای ضد دیابت انسولین داروهای مدر دفع کننده پتاسیم داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی نباید از این فرآورده استفاده نمود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف طولانی مدت دارو، سیر بیماری و اثرات جانبی دارو باید مرتب ارزیابی شود.

۲- در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۳- مصرف دارو در افراد دیابتی بایستی با احتیاط انجام گیرد.

۴- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت باید بطور مرتب انجام گیرد.

مقدار مصرف در تشخیص عملکرد محور هیپوفیز - غدد فوق کلیوی مقادیر ۱۰-۲۵ واحد در ۵۰۰ میلی لیتر دکستروز ۵٪ در طی مدت ۸ ساعت بصورت انفوزیون داخل وریدی تجویز می‌شود. قبل و بعد از تجویز کورتیکوتروپین غلظت پلاسمائی کورتیزول اندازه گیری می‌شود.

میزان مصرف در کودکان به صورت داخل وریدی یا زیر جلدی $1/6 \text{ IU/kg}$ یا 50 IU/m^2 هر ۲۴ ساعت در ۳ یا ۴ نوبت بطور منقسم می‌باشد. همچنین از راه داخل عضلانی $1/6 \text{ IU/kg}$ یا 50 IU/m^2 هر ۲۴ ساعت بطور یک جا یا در سه مقدار منقسم نیز

تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۴۰ or ۸۰ IU/ml

ETHIODIZED OIL

موارد مصرف این دارو برای عکسبرداری از رحم و لوله‌های رحمی برای تشخیص تومورهای داخل لوله و گردن رحم و سایر اختلالات داخل لوله‌های رحمی مصرف می‌شود. این دارو همچنین برای عکسبرداری از سیستم لنفاوی به منظور تشخیص تومورهای سرطانی و ارزیابی آنها به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: داروهای حاجب یددار در حین عبور از مجاری مختلف بدن با جذب اشعه X میزان تمایز بافتی را افزایش داده و ساختمانهای داخلی بدن را ترسیم می‌کنند. میزان ید این دارو ۳۷ درصد است

موارد منع مصرف در صورت حساسیت مفرط به دارو، نباید مصرف گردد. همچنین این دارو نباید برای عکسبرداری از پرونشها یا از راههای داخل عروقی یا داخل نخاعی استفاده شود. عکسبرداری از رحم و لوله‌های رحمی در موارد ذیل ممنوع است حاملگی داخل رحمی خونریزی داخل رحمی یا ۳۰ روز پس از کورتاژ یا نمونه برداری مخروطی از گردن رحم برای بیماران مبتلابه بیماری التهابی حاد لگنی ضایعات مشخص کردن رحم یا التهاب لایه داخلی گردن رحم همراه با خونریزی داخل رحمی عکسبرداری از مجاری لنفاوی در موارد ذیل ممنوع است بیماران با شانت راست به چپ قلبی مبتلایان به بیماریهای پیشرفته ریوی و در بیماران که پرتونگاری ریوی داشته‌اند.

هشدارها: ۱- در تمام اوقات تجهیزات کامل فوریت‌های پزشکی و احیاء باید به آسانی قابل دسترسی باشد و پزشک تجویز کننده باید در تشخیص و درمان علائم به هر میزان توانائی کافی داشته باشد.

۲- در بیماران که به ید و سایر داروهای حاجب یددار حساسیت نشان داده‌اند با احتیاط مصرف گردد.

۳- بدلیل احتمال بروز مرگهای ناشی از آمبولی در بیماران دارای نقص ظرفیت انتشار ریوی و یا کاهش جریان خون ریوی با احتیاط مصرف شود.

نکات قابل توصیه ۱- باید بدقت و با رعایت اصول آسپتیک از دارو استفاده شود.

۲- تا ۲۴ ساعت بعد از عکسبرداری از رحم و لوله‌های آن برای تشخیص نشت دارو به حفره صفاقی بیمار باید تحت نظر باشد.

۳- این دارو را باید در دمای ۱۵-۳۰ درجه سانتیگراد و به دور از نور نگهداری کرد.

تداخل های دارویی از آنجاکه داروهای حاجب یددار ممکن است نتایج آزمایشات عمل غده تیروئید را تغییر دهند، در صورت لزوم اینگونه آزمایشات باید قبل از تجویز دارو انجام شود.

عوارض جانبی ممکن است در پرتونگاری از رحم و لوله‌های آن واکنش‌های حساسیتی واکنش‌های جسم خارجی و تشدید بیماری التهابی حاد لگنی رخ دهد. در پرتونگاری از مجاری لنفاوی احتمال آمبولی ریوی وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای عکسبرداری از رحم و لوله‌های رحمی باید در مرحله قبل از تخمک گذاری (بر اساس ثبت درجه حرارت پایه بدن و بیشتر از دو روز بعد از قطع جریان قاعدگی انجام شود. ۵ میلی لیتر دارو را با فشار در داخل رحم و لوله‌های آن تزریق می‌کنند، در صورتی که لوله‌های رحم پس از عکسبرداری پر به نظر برسند نتیجه مطلوب است در صورت لزوم می‌توان تا ۲ میلی لیتر دیگر نیز استفاده نمود.

برای عکسبرداری از مجاری لنفاوی دارو باید با سرعت کم (۰/۱ ml/min تا ۰/۲) توسط کانول در یک مجرای لنفاوی مناسب تزریق شود. ابتدا ۱-۲ میلی لیتر تزریق و در صورت مناسب بودن محل تزریق ۶-۸ میلی لیتر دیگر نیز تزریق شود. برای نمایان کردن گره‌های لنفاوی زیربغلی و فوق ترقه‌های مقدار ۲-۴ میلی لیتر بداخل اندام فوقانی تزریق شود. برای پرتونگاری عروق لنفاوی آلت تناسلی مرد ۲-۳ میلی لیتر، برای ناحیه گردن رحم ۱-۲ میلی لیتر، برای عروق یک طرفه اندام فوقانی ۲-۴ میلی لیتر، برای اندام تحتانی ۶-۸ میلی لیتر تزریق شود.

کودکان با احتیاط تزریق شود و حداکثر ۰/۲۵mg/kg یا در حد ۱-۶ میلی لیتر استفاده گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ ml

FLUORESCCEIN SODIUM

موارد مصرف فلورسئین به صورت موضعی برای اندازه‌گیری فشار سطح محدب چشم پیدا کردن ضایعات سطح چشم تعیین محل زخم و اجسام خارجی در چشم و قرار دادن لنز سخت به کار می‌رود. همچنین بصورت تزریق داخل وریدی و به عنوان ماده کمکی در آنژیوگرافی شبکه چشم ارزیابی عروق عنبیه تشخیص بافت‌های مرده و تومورهای مختلف چشم تعیین زمان گردش خون چشم و مشاهده جریان مایع داخل چشم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: وقتی بطور موضعی بر روی چشم استفاده شود، مناطق خراشیده یا زخمی قرنیه و مایعات چشمی را رنگی می‌کند. ضایعات در نور معمولی سبز و در نور آبی زرد روشن به نظر می‌رسد. اجسام خارجی در چشم که توسط بافت پوشیده نشده باشند توسط یک حلقه سبزرنگ مشخص می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت حساسیت به فلوروسئین یا هر یک از اجزاء فرآورده و یا همراه با عدسیهای تماسی نرم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در افرادی که

دارای حساسیتها و آلرژی شدید بوده

و یا آسم دارند باید با احتیاط مصرف

گردد و همیشه در ابتدا با مقدار کم آزمایش شود.

۲- این دارو عدسیهای تماسی نرم پوست و البسه را رنگی می‌کند.

۳- در صورت تزریق داخل وریدی وسایل لازم برای احیاء (اپی نفرین ۱:۱۰۰۰، آنتی هیستامین‌ها، استروئیدها، آمینوفیلین تزریقی و اکسیژن باید در دسترس باشد. در صورت بروز حساسیت مصرف دارو را باید قطع کرد.

عوارض جانبی با مصرف این دارو، گاهی اوقات تهوع و سردرد، ناراحتی گوارشی استفراغ و گاهی علائم حساسیت مانند کاهش فشارخون ایست قلبی و ایسکمی و یا کهیر غول آسا مشاهده می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- اگر محلول حاوی رسوب بود، از مصرف آن خودداری شود.

۲- بعد از مصرف این فرآورده رنگ ادرار (به مدت ۲۴-۳۶ ساعت به زرد روشن تغییر می‌نماید.

۳- وقتی فلوروسئین استفاده شد، چشم را باید با سرم نمکی استریل شستشو داد و حداقل یک ساعت از گذاشتن مجدد عدسی تماسی خودداری شود.

۴- در هنگام تزریق باید از هر گونه نشت عروقی جلوگیری کرد، زیرا نشت عروقی فلوروسئین موجب ضایعات بافتی و درد شدید در

بازو می‌شود.

مقدار مصرف به صورت موضعی در موضع بر روی یک استریپ که توسط آب استریل خیس شده و بر روی ملتحمه چشم قرار داده شده است چکانده می‌شود و سپس استریپ را برداشته و بیمار چندین بار پلک می‌زند.

به صورت تزریقی در بزرگسالان ۵۰۰-۷۵۰ میلی‌گرم و در کودکان مقدار ۷/۵mg/kg ب سرعت در ورید ساعد تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰٪

Strip: ۱mg/strip

IOHEXOL

موارد مصرف ایوهگزول از راه داخل نخاعی برای میلوگرافی سینه سرویکس ولومباروتوموگرافی کامپیوتری از راه داخل عروقی برای آنژیوکاردیوگرافی ونوگرافی اوروگرافی دفعی توموگرافی کامپیوتری مغز و بدن از راه داخل مجرا برای پانکراتوگرافی برگشتی کولانژیوپانکراتوگرافی برگشتی و از راه داخل مایع سینوویال برای آرتروگرافی مفصل مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایوهگزول یک ترکیب غیر یونیزه آلی‌ید می‌باشد. ترکیبات آلی‌ید در هنگام عبور از مجاری مختلف بدن با جذب اشعه X باعث تشخیص ساختار بافت مورد نظر می‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت ید بستگی دارد.

فارماکوکینتیک وقتی داخل نخاعی تزریق می‌شود، به سرعت در قسمت‌های مختلف مغز توزیع می‌شود که در بیماران نرمال ظرف چند ساعت به داخل خون می‌رود و حذف می‌شود. در داخل عروق به سرعت در مایعات خارج سلولی توزیع می‌شود، اما در جایی رسوب نمی‌کند. ضمن؟ از این طریق از سد خونی - مغزی عبور نمی‌کند، گرچه در تومورهای مغزی به دلیل از بین رفتن سد خونی - مغزی در محل تومور توزیع می‌گردد و نیمه عمر دارو تقریباً ۲ ساعت (در صورت سلامت کلیه می‌باشد).

موارد منع مصرف در صورت وجود حساسیت به ترکیبات حاوی ید، سابقه آسم یا آلرژی دهیدراتاسیون این دارو را نباید از هیچکدام از راه‌های مصرف تجویز نمود.

همچنین برای هر یک از راه‌ها موارد منع مصرف بطور اختصاصی در زیر ذکر شده است خونریزی زیر عنکبوتیه سابقه صرع بیماری‌های عفونت بیماری مولتیپل اسکلروزیس (از راه داخل نخاعی؛ پرکاری غده تیروئید، فئوکروموسیتوما، کم خونی داسی شکل (از راه داخل عروقی؛ نارسائی قلبی و افزایش فشارخون ریوی (برای آنژیوکاردیوگرافی؛ آرترواسکلروز پیشرفته فشار خون شدید، کهولت سن ترومبوزیس هموسیستینوریا (برای آرتروگرافی مغز؛ بیماری برگر، ایسکمی شدید (برای آرتروگرافی محیطی؛ آنوری دیابت قندی (برای اوروگرافی دفعی؛ عفونت مجاور مفصل مورد نظر (برای پرتونگاری از مفصل هشدارها: ۱- احتمال بروز دهیدراتاسیون در اطفال وجود دارد. در اطفالی که کم‌ادراری زیادی ادرار و یا دیابت دارند، این مشکل بیشتر دیده می‌شود.

۲- احتمال بروز نارسائی کلیوی در بیماران سالخورده وجود دارد.

۳- این دارو در بیماران مبتلا به فئوکروموسیتوم ممکن است باعث تشدید حمله فشار خون گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی معمولاً به غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت تجویز بستگی دارد. معمولاً عوارض ایوهگزول مانند بقیه ترکیبات حاجب یددار غیر یونیزه کمتر از انواع یونیزه آن است احتمال بروز ترومبوآمبولی منجر به انفارکتوس میوکارد وجود دارد. در افراد مبتلا به دهیدراتاسیون سردرد دامنه دارمکن است پس از تزریق داخل نخاعی بروز نماید.

عوارض جانبی شایع شامل سردرد شدید، کم‌درد، سختی گردن تهوع و سرگیجه می‌باشد. در تزریق داخل نخاعی التهاب غیر عفونی

منته، گیجی درد عصب‌سیاتیک درد در ناحیه پشت و درد و تورم مفصل مشاهده می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای و یا مهارکننده منوآمینواکسیداز باعث افزایش اثر آنها می‌شود. تجویز داخل‌نخاعی این دارو برای بیماری که فنوتیازین مصرف می‌کند، ممکن است باعث بروز حملات صرعی گردد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو در افرادی که به پنی‌سیلین حساسیت دارند با احتیاط مصرف گردد.

۲- به منظور جلوگیری از دهیدراتاسیون باید قبل از آزمایش به مقدار کافی مایعات به بیمار داده شود.

۳- دو ساعت قبل از آزمایش بیمار باید از خوردن خودداری کند، فقط می‌توان در صورت لزوم از مایعات استفاده کرد.

۴- پس از مصرف این دارو احتمال

بروز تداخل در آزمایش تیروئید وجود دارد.

۵- سعی شود که پس از مصرف دارو از تحرک زیاد بیمار جلوگیری شود.

مقدار مصرف

داخل عروقی برای میلی‌گرافی بسته به ناحیه تزریق در حدود ۶-۱۷ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی ۲۴۰-۳۰۰ mg/ml ید مصرف می‌شود. برای آنژیوکاردیوگرافی ۲۰-۷۵ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی ۳۵۰ mg/ml ید به طور یکجا تزریق می‌گردد. برای آرتروگرافی انتخابی کرونری ۳-۱۴ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی ۳۵۰ mg/ml استفاده می‌شود. برای آنژیوگرافی ۴-۴۵ میلی‌لیتر از محلول دارو حاوی ۴۰ mg/ml (بسته به عضو مورد نظر) مصرف می‌شود. برای اوروگرافی دفعی معادل ۲۰۰-۳۵۰ mg/kg وزن بدن محلول دارو حاوی ۳۰۰-۳۵۰ mg/ml ید استفاده می‌شود. برای CT مغز ۱۲۰-۲۵۰ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی ۲۴۰ mg/ml یدو برای CT بدن ۵۰-۲۰۰ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی ۳۰۰ mg/ml ید مصرف می‌شود.

داخل مجرا: برای پانکراتوگرافی و کولانژیوگرافی برگشتی ۱۰-۵۰ میلی‌لیتر از محلول دارو حاوی ۲۴۰ mg/ml استفاده می‌گردد.

داخل مایع سینوویال برای پرتونگاری از مفصل ۵/۰-۱۵ میلی‌لیتر بسته به مفصل مورد نظر از محلول دارو حاوی ۲۴۰ mg/ml ید مصرف می‌شود.

در کودکان میزان مصرف دارو بر اساس سن کودک و با نظر پزشک تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

حاوی ۲۴۰ mgI/ml (۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ ml): Injection:

حاوی ۳۰۰ mgI/ml (۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ ml): Injection:

حاوی ۳۵۰ mgI/ml (۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ ml): Injection:

MEGLUMINE COMPOUND

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی تشخیصی در بیماریهای عروقی اختلالات مجاری صفراوی اختلالات مغزی اختلالات ورید باب یا ورید طحال و اختلالات مجاری ادرار مصرف می‌شود. همچنین به‌عنوان ماده حاجب در تشخیص بیماریهای مفصل و دیسک افزایش دهنده کنتراست در مقطع‌نگاری کامپیوتری از بدن اختلالات گوارشی و بیماریهای قلبی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: ترکیبات آلی ید در هنگام عبور از مجاری مختلف بدن با جذب اشعه X باعث تشخیص ساختار بافت مورد نظر می‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت ید بستگی دارد.

فارماکوکینتیک این دارو به‌مقدار کمی از مجرای گوارشی جذب می‌شود. بعد از تزریق بین مهره‌ای داخل مفصلی داخل عضلانی یا

داخل طحال به سرعت جذب شده و پس از تزریق وریدی در عروق به سرعت در مایعات بین سلولی توزیع می‌گردد. اتصال آن به پروتئینهای پلاسما کم است و در صورت عملکرد طبیعی کلیه نیمه عمر پلاسمائی آن ۳۰-۶۰ دقیقه می‌باشد. دفع دارو از طریق کلیه است.

موارد منع مصرف در موارد سابقه حساسیت مفرط به ید یا مواد حاجب یددار، برای میلوگرافی برای آنژیوگرافی مغزی یا توموگرافی کامپیوتری مغز در بیماران مبتلا به خونریزی زیر عنکبوتیه و برای هیستروسالپنژگرافی در حضور عفونت یا التهاب حفره لگنی هنگام خونریزی قاعدگی و بارداری از این دارو نباید استفاده کرد.

هشدارها: ۱- با مصرف دیاتریزوات مگلو مین تزریقی به خصوص در صورت تزریق‌های مکرر، احتمال بروز تشنج در شیرخواران وجود دارد.

۲- به علت اثر اسموتیک این داروها در دفع و از دست رفتن آب بدن از طریق ادرار، در شیرخواران خردسالان یا بیماران سالخورده به خصوص در صورت ابتلای به پرادراری کم ادراری دیابت یا کاهش قبلی آب بدن ممکن است بدتر شود.

۳- در صورت وجود تصلب شرایین مغزی افزایش فشار داخل جمجمه ضایعات اولیه یا متاستاتیک مغز با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی معمولاً به غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت تجویز بستگی دارد. بدلیل مقادیر کم ید موجود در فرآورده یا آزاد شده از آن ممکن است موجب پرکاری غده تیروئید گردد. در صورت تزریق این دارو با غلظت ۶۰٪ در داخل فضای زیر عنکبوتیه ممکن است تشنج و مرگ بروز کند. بروز نارسائی حاد کلیوی پس از تزریق داخل عروقی دیاتریزوات در طول پرتونگاری دفعی از مجاری ادراری به خصوص در بیماران مبتلا به آسیب کلیوی ناشی از بیماریهای دیگر گزارش شده است ضعف شدید و غیرعادی ناشی از کاهش فشارخون خس خس یا اشکال در تنفس احساس گرمی و برافروختگی غیرعادی پوست تهوع و استفراغ طعم فلزی سرگیجه سردرد، التهاب بینی سرفه خارش اختلال بینائی عطسه بزرگی غدد بزاقی کاهش یا افزایش ضربان قلب اختلالات ECG، آریتمی قلبی شوک و ایست قلبی از عوارض عمومی نسبتاً شایع هستند. از عوارض موضعی می‌توان از درد و آسیب بافتی در ناحیه تزریق ترومبوفلیت ترومبوزیس اسپاسم وریدی و آمبولیسم نام برد.

تداخل های دارویی ترکیباتی که برای پرتونگاری از کیسه صفرا مصرف می‌شوند در صورتی که همزمان یا مدت کوتاهی بعد از تزریق وریدی دیاتریزوات‌ها مصرف شوند، ممکن است خطر بروز مسمومیت کلیه را افزایش دهند. مصرف همزمان با داروهای تنگ کننده عروق می‌تواند خطرات بروز اثرات عصبی این دارو را افزایش دهد.

مصرف ترکیبات حاجب یددار ممکن است با تستهای عملکرد تیروئید، آزمایشات انعقاد خون و بعضی از تستهای خاص ادرار تداخل داشته باشد.

نکات قابل توصیه ۱- در میلوگرافی یا معاینه کیست‌ها یا سینوس‌های پشتی که ممکن است با فضای زیر عنکبوتیه مرتبط باشند، استفاده از این مواد حاجب توصیه نمی‌شود.

۲- برای جلوگیری از اسپیراسیون محتویات معده پیش از انجام آزمون غذا مصرف نشود، اما خوردن مایعات رقیق منعی ندارد.

۳- برای بیماران آسمی یا افراد با سابقه آلرژی بیماران مبتلا به نارسائی کلیوی یا کبدی و بیماران مستعد به ابتلاء به نارسائی کلیوی با احتیاط مصرف شود.

۴- قبل از تجویز مقدار اصلی تزریق داخل وریدی ۰/۵-۱ میلی لیتر از فرآورده به منظور تست حساسیت توصیه می‌شود. اگرچه وسایل لازم برای جلوگیری از واکنش‌های حساسیتی باید در دسترس باشند.

۵- در افراد خیلی جوان یا پیر و بیماران ناتوان بیماران مبتلا به فشارخون بالا، بیماری قلبی پیشرفته فئوکوموسیتوم کم‌خونی داسی شکل و پرکاری غده تیروئید، احتمال بروز عوارض جانبی افزایش می‌دهد.

مقدار مصرف در بزرگسالان برای پرتونگاری از مجرای گوارشی مقدار ۳۰-۹۰ میلی لیتر بصورت خوراکی و یا مقدار ۲۴۰ میلی لیتر از محلول ۷۶٪ از راه مقعدی مصرف می شود. برای تصویربرداری از بدن (۲۴۰ CT) میلی لیتر محلول رقیق شده ۱۵-۳۰ دقیقه قبل از آزمایش مصرف می شود. محلول رقیق شده را می توان از حل کردن ۲۵ میلی لیتر آن در یک لیتر آب آشامیدنی به دست آورد. مقدار مصرف آن برای پرتونگاری از مجرای گوارشی در کودکان تا سن ۵ سال مقدار ۳۰ میلی لیتر و در کودکان ۵-۱۰ سال مقدار ۶۰ میلی لیتر

به صورت خوراکی است برای پرتونگاری از قلب و عروق مقدار ۳۰-۵۰ میلی لیتر از محلول ۷۶٪ از طریق کاتتر با سرعت طی ۱-۲ ثانیه در یک ورید بزرگ محیطی و یا در حفرات قلب یا عروق بزرگ مرتبط تزریق می شود. در آنژیوگرافی مغز

برای نمایان ساختن عروق مغزی مقدار ۱۰ میلی لیتر از محلول ۶۰٪ به وسیله جراحی در شریان سبات اصلی تزریق می شود. برای پرتونگاری از آئورت مقدار

۴۰-۱۵ میلی لیتر از محلول ۷۶٪ از طریق کاتتر برگشتی به صورت یکجا تزریق می شود. در پرتونگاری انتخابی از شریانهای کلیوی مقدار ۵-۱۰ میلی لیتر از محلول ۷۶٪ از طریق کاتتر در شریان کلیوی تزریق می شود و در صورت نیاز این مقدار تکرار می گردد. در سایر

موارد از محلول ۷۶٪ با نظر پزشک استفاده گردد. مقدار مصرف دارو در کودکان نیز با توجه به وزن بدن با نظر پزشک تعیین می گردد.

اشکال دارویی

(Injection: ۷۶٪, ۶۰٪) (Meglumine Diatrizoate + Sodium Diatrizoate

(Oral Solution: ۴۰٪ (۴۰۰ mg/ml) (Meglumine Diatrizoate + Sodium Diatrizoate

METRIZAMIDE

موارد مصرف این دارو با تزریق داخل نخاعی برای انجام میلوگرافی ناحیه کمر، سینه گردن یا تمام ستون فقرات مصرف می شود. تزریق مستقیم آن با استفاده از روشهای رادیولوژی استاندارد برای نمایان ساختن سیستم قاعده‌ای مغز استفاده می شود. موارد مصرف دیگر این دارو عبارتند از: سیستم‌نورگرافی از فضاهای زیر عنکبوتیه مشخص کردن بطنهای مغز بارادیولوژی استاندارد، تزریق داخل عروقی برای آنژیوکارادیوگرافی در کودکان و آرتریوگرافی شریانهای محیطی بزرگسالان آرتریوگرافی سر و گردن و پرتونگاری از مفاصل همچنین به عنوان افزایش دهنده کنتراست در مقطع‌نگاری کامپیوتری از بدن مصرف می شود.

مکانیسم اثر: ترکیبات آلی ید در هنگام عبور از مجاری مختلف بدن با جذب اشعه X باعث تشخیص ساختار بافت مورد نظر می شوند. شدت جذب اشعه به غلظت ید بستگی دارد. از اثرات دیگر این دارو مهار رقابتی جایگاه گلوکز در هگزوکیناز مغزی است موارد منع مصرف در صورت وجود حساسیت به ید و ترکیبات حاوی ید، دهیدراتاسیون بیمارهای کلیوی یا کبدی و نارسائی شدید کلیوی این دارو را نباید از هیچکدام از راههای مصرف تجویز نمود.

همچنین برای هر یک از راهها موارد منع مصرف بطور اختصاصی در زیر ذکر شده است

فئوکروموسیتوما (داخل عروقی، دیابت قندی و عدم تشکیل ادرار (اوروگرافی دفعی، عفونت در نزدیک مفصل مورد نظر) پرتونگاری از مفصل.

هشدارها: به علت اثر اسموتیک این دارو هادر دفع و از دست رفتن آب بدن از طریق ادرار، در شیرخواران خردسالان یا بیماران

سالخورده به خصوص در صورت ابتلای به پراداراری کم ادراری دیابت یا کاهش قلبی آب بدن ممکن است بدتر شود. عوارض جانبی عوارض جانبی معمولاً به غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت تجویز بستگی دارد. عوارض جانبی این دارو معمولاً محدود و کوتاه مدت است در افراد صرعی احتمال بروز تشنجات صرعی ناشی از تزریق دارو مشاهده شده است یکی از عوارض این دارو از دست رفتن آب بدن بیمار به خصوص خردسالان و یا سالخوردگان است که نسبت به این عارضه حساستر می‌باشند. از عوارض شایع این دارو در تزریق داخل نخاعی سردرد، تهوع و استفراغ می‌باشد.

تداخل های دارویی مصرف همزمان این دارو به صورت تزریق داخل نخاعی با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای داروهای محرک سیستم عصبی مرکزی داروهای کاهنده اشتها، کافئین فنوتیازین‌ها، داروهای مقلد سمپاتیک و گزانتین‌ها و مهارکننده‌های منوآمینواکسیداز ممکن است باعث افزایش حملات صرعی گردند. مصرف همزمان گلوکوکورتیکوئیدها با این دارو در تزریق زیر عنکبوتیه ممکن است منجر به بروز التهاب گردد، اگرچه تجویز این دو دارو گاهی اوقات با فاصله مناسب صورت می‌گیرد.

نکات قابل توصیه ۱- برای بیماران مبتلا به آلرژی یا آسم دیابت بیماریهای پیشرفته عروقی بیماریهای عفونی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در طول مدت تزریق و چند ساعت بعد از آن باید از حرکت بیمار جلوگیری کرد.

۳- بیمار باید از تحرک و بلعیدن طی تزریق برای آرتیوگرافی سر و گردن خودداری کند.

۴- محلولهای تزریقی یکبار مصرف است و بنابراین باقیمانده آن باید دور ریخته شود.

مقدار مصرف ۳/۷۵ گرم متریزامید حاوی ۱/۸۱ میلی گرم ید می‌باشد و برای رقیق کردن آن از محلولهای ۰/۰۵ درصدی کربنات سدیم استفاده می‌گردد. در میلیوگرافی در ناحیه کمر ۱۰-۱۵ میلی لیتر، در میلیوگرافی ناحیه سینه ۱۲ میلی لیتر، در میلیوگرافی ناحیه گردن ۱۰ میلی لیتر و در میلیوگرافی تمام ستون فقرات و کمر نیز ۱۰ میلی لیتر از این دارو تزریق می‌گردد. در سیستمونوگرافی کامپیوتری (تزریق در ناحیه کمر) ۴-۶ میلی لیتر تجویز می‌شود.

در آرتیوگرافی شریانهای محیطی ۲۵-۶۵ میلی لیتر، در ناحیه سر و گردن ۳۰-۶۰ میلی لیتر تزریق می‌شود که می‌توان در سه بار تزریق و حداکثر تا ۱۲۰ میلی لیتر از محلول این دارو استفاده کرد. میزان ید معادل در میلیوگرافی ۲۲۰-۳۰۰ mg/ml و در آرتیوگرافی ۳۷۰ mg/ml می‌باشد. حداکثر مقدار ید تزریقی در مورد داخل نخاعی ۳ گرم و در مورد تزریق داخل عروقی ۸۷/۵ گرم است در کودکان در میلیوگرافی ناحیه کمر یا سینه و سر و گردن با توجه به سن بیمار از ۲ ماهگی تا ۱۸ سال از مقادیر ۱۰-۲ میلی لیتر تا ۱۰ میلی لیتر تزریق می‌گردد. میزان ید آن نیز در حدود ۱۷۰-۲۳۰ mg/ml تنظیم می‌گردد. در سیستمونوگرافی از طریق تزریق مستقیم در کودکان با سن تا دو ماه مقدار ۲-۳ میلی لیتر از محلول حاوی ۱۷۰-۲۲۰ mg/ml ید و در بیماران با سن ۸-۱۸ سال ۳-۶ میلی لیتر از همین محلول مصرف می‌گردد. برای و نتریکولوگرافی و موارد دیگر مقدار مصرف بسته به سن بیمار جداگانه تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۳.۷۵g/۲۰ ml

METRAPONE

موارد مصرف متی راپون برای تشخیص نارسائی غده فوق کلیوی ناشی از نقص در محور هیپوفیز - هیپوتالاموس مصرف می‌شود. این

دارو برای تشخیص میزان ذخیره ACTH هیپوفیز قدامی استفاده می‌شود، اما بدلیل غیر اختصاصی بودن آن فقط در مواردی که تست مستقیم امکان پذیر نیست مثل افرادی که تست هیپوگلیسمی انسولینی در آنها منع شده است استفاده می‌شود. متی راپون همچنین به عنوان داروی تشخیصی برای تعیین سندرم کوشینگ ناشی از سرطان غده فوق کلیوی هیپرپلازی غده فوق کلیوی و بیماری کوشینگ مصرف می‌شود.

متی راپون برای درمان کوتاه مدت سندروم کوشینگ نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب مهار آنزیم ۱۱بتا- هیدروکسیلاز می‌شود و بدینوسیله سنتز گلوکوکورتیکوئیدها (کورتیزون و کورتیزول و همچنین آلدوسترون را مهار می‌کند. کاهش سطح پلاسمائی گلوکوکورتیکوئیدها باعث تحریک هیپوفیز قدامی و ترشح کورتیکوتروپین می‌شود. کورتیکوتروپین به نوبه خود باعث تحریک تولید بیشتر ۱۱- دزوکسی کورتیکوسترون و پیش سازهای دیگر می‌شود که در کبد متابولیزه و از راه ادرار دفع می‌شوند که از این طریق قابل اندازه گیری هستند. بنابراین متی راپون در بیماران مبتلا- به سندروم کوشینگ به منظور آزمایش مکانیسم خودتنظیمی هیپوتالاموس هیپوفیز استفاده می‌شود. اگرچه آزمایش مهار دگزامتازون ممکن است ترجیح داده شود.

فارماکوکینتیک متی راپون به سرعت و به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. نیمه عمر آن ۲۰-۲۶ دقیقه است و حداکثر غلظت پلاسمائی آن طی یکساعت به دست می‌آید. متابولیسم این دارو توسط کبد و کلیه انجام می‌شود.

موارد منع مصرف متی راپون ممکن است منجر به بروز نارسائی حاد کلیه گردد

و بنابراین برای افرادی که بی کفایتی فعالیت غده فوق کلیوی دارند، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- متابولیسم متی راپون ممکن است در بیماران مبتلا به بیماری کبدی به تاخیر افتد.

۲- قبل از استفاده از این دارو باید کلیه را از نظر نارسائی اولیه مورد بررسی قرارداد، زیرا در صورت وجود نارسائی اولیه این دارو ممکن است باعث ایجاد نارسائی حاد کلیوی گردد.

۳- زنان باردار یا بیماران مبتلا به کم کاری تیروئید ممکن است به متی راپون کمتر از حد معمول پاسخ دهند.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک تهوع استفراغ ناراحتی شکمی کاهش فشارخون سردرد، سرگیجه و خواب آلودگی از عوارض جانبی این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی فنی توئین باعث افزایش متابولیسم متی راپون و کاهش غلظت پلاسمائی آن به سبب القاء آنزیمی در کبد می‌گردد. بیمارانی که استروژن‌ها، پروژسترون‌ها، کورتیکوستروئیدها، فنوتیازین‌ها، کلردیازپوکساید، کلرپرومازین آمی تریپ تیلین متی سرژایدیا فنوباریتال مصرف می‌کنند، ممکن است به متی راپون کمتر از حد معمول پاسخ دهند. داروهای ضد بارداری خوراکی ممکن است باعث افزایش و یا کاهش اثر متی راپون گردند.

نکات قابل توصیه ۱- آزمایش متی راپون برای بررسی ذخیره ACTH درونی به اندازه آزمایش کاهش قند خون ناشی از انسولین قابل اعتماد نیست و در بیماران سالخورده ترجیح داده می‌شود.

۲- دارو همراه شیر یا غذا مصرف شود.

۳- در صورت بروز تاری دید به پزشک مراجعه شود.

۴- قبل و یا طی درمان با متی راپون از مصرف کورتیکوستروئیدها خودداری شود.

مقدار مصرف بعد از اثبات پاسخ‌دهی غده فوق کلیوی برای بزرگسالان متی راپون از راه خوراکی به مقدار 750 mg هر ۴ ساعت برای شش نوبت استفاده می‌شود. برای کودکان متی راپون از راه خوراکی به مقدار 15 mg/kg (حداقل 250 mg) هر ۴ ساعت برای شش نوبت استفاده می‌شود. در بیماران با غده هیپوفیز سالم دفع 17 mg/kg هیدروکسیکورتیکوستروئیدها، $2-4$ برابر افزایش و

دفع ۱۷ - کتواسیدها، ۲ برابر افزایش نشان می‌دهد.

متی راپون برای درمان سندروم کوشینگ و با مقدار ۶g-۲۵۰mg در شش مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۵۰mg

PENTAGASTRIN

موارد مصرف پنتاگاسترین به عنوان داروی کمکی برای تشخیص عملکرد ترشحی اسید معده در بیماران مشکوک به فقدان اسید معده گاستریت آتروفیک و یا کارسینوم معده افراد با قطع عصب واگ و یا قسمتی از معده آنها برداشته شده است مصرف می‌شود. این دارو همچنین در تشخیص زخم دوازدهه و تشخیص تومورزولینگر-لیسون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پنتاگاسترین یک پلی پپتید صناعی است که بدلیل مشابهت با گاسترین طبیعی سلولهای مسئول ترشح اسید معده را وادار به ترشح اسید می‌نماید.

فارماکوکینتیک پس از تزریق به سرعت جذب می‌گردد. اثر آن پس از ۱۰ دقیقه قابل مشاهده است حداکثر پاسخ ۲۰-۳۰ دقیقه بعد از تجویز ظاهر می‌شود، طول اثر آن حداکثر ۶۰-۸۰ دقیقه است و از راه کلیه دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در افراد با زخمهای عمیق و یا سوراخ شدگی حاد، انسدادی و یا خونریزی دهنده دستگاه گوارش حساسیت یا ایدئوسنکرازی نسبت به پنتاگاسترین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در افراد مبتلا به بیماری فعال مجاری صفراوی کبدی یا لوزالمعده با احتیاط مصرف شود.

۲ - مقادیر بیش از میزان توصیه شده باعث مهار تولید اسید معده می‌گردد.

۳ - سلامت مصرف دارو در بارداری و برای کودکان اثبات نشده است

عوارض جانبی ایجاد گاز در معده تهوع و استفراغ درد معده و احساس دفع فوری مدفوع از عوارض جانبی شایع داروی باشند. همچنین در بعضی افراد واکنش حساسیتی پوستی ایجاد می‌کند.

تداخل های دارویی مصرف همزمان ضداسیدها و داروهای آنتی کولینرژیک و همچنین سایمتیدین و رانیتیدین به دلیل تاثیر در میزان ترشح و آزادسازی اسید معده در آزمایش تشخیصی تداخل می‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱ - شب قبل از انجام آزمایش از خوردن غذا و چهار ساعت پیش از انجام آن از نوشیدن مایعات خودداری شود

۲ - از مصرف داروهای آنتی اسید پیش از آزمایش خودداری شود.

۳ - ۲۴ ساعت قبل از آزمایش از مصرف داروهای آنتی کولینرژیک سایمتیدین رانیتیدین و هر دارویی که بر میزان

اسید معده تاثیر می‌گذارد خودداری

شود.

مقدار مصرف مقدار ۶mcg/kg/hr به صورت زیر جلدی و یا ۰/۶mcg/kg/hr به صورت انفوزیون وریدی (در سرم نمکی ۰/۹٪)

تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵mg/۲ml

ALUMINIUM HYDROXIDE

موارد مصرف هیدروکسید آلومینیوم برای درمان علامتی سوزش معده ناشی از ترشح اسید، سوء هضم ناشی از اسید و ترش کردن جلوگیری از عوارض برگشت محتویات معده به مری و همچنین جهت جلوگیری از تشکیل سنگهای ادراری فسفات برای کاهش فسفات خون استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضداسید، این دارو اسید معده را خنثی می‌نماید ولی به‌طور مستقیم روی تولید اسید تاثیری ندارد. هیدروکسید آلومینیوم موجود در این فرآورده با یون فسفات در روده پیوند یافته و فسفات آلومینیوم نامحلول تشکیل می‌دهد که از راه مدفوع دفع می‌گردد. بنابراین فسفات سرم و ادرار را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم موجود در این فرآورده جذب می‌گردد. اثر این دارو در صورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان ضداسید ۶۰-۲۰ دقیقه و یک ساعت در صورت مصرف بعد از غذا تا سه ساعت باقی می‌ماند. دفع این دارو از راه مدفوع و در صورت جذب از طریق کلیه صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود کمی فسفات خون و انسداد روده نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو با احتیاط مصرف شود: بیماری آلزایمر، وجود علائم آپاندیسیت یبوست انسداد مجرای معده - روده هموروئید و عیب کار کلیه

۲- ظرفیت خنثی‌سازی اسید در مورد هیدروکسید آلومینیوم در مقایسه با ضداسیدهای حاوی منیزیم کمتر است

۳- در صورت مصرف طولانی مدت به‌خصوص در بیماران با شکستگی استخوان باید رژیم جبران‌کننده فسفات داده شود.

عوارض جانبی در صورت مصرف طولانی مدت این دارو در بیماران با نارسایی مزمن کلیه ممکن است ایجاد تغییرات خلقی و روانی کند. با مصرف طولانی مدت ممکن است باعث ایجاد یبوست درد استخوانی ناشی از تخلیه فسفات کاهش اشتها، کاهش غیرعادی وزن و سفید شدن مدفوع گردد.

تداخل‌های دارویی این دارو زمانی که همزمان با بسیاری از داروها مصرف گردد، می‌تواند در جذب آنها مداخله پیدا کند و بنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف و زمان مصرف مورد دقت بیشتری قرار گیرد. از جمله این داروها می‌توان از کینیدین داروهای ضد انعقاد خوراکی ترکیبات ضد دیسکینزی داروهای ضد موسکارینی سایمتیدین رانیتیدین گلیکوزیدهای دیژیتال ایزونیاژید، کتوکونازول فنوتیازین‌ها، ویتامین A، تتراسایکلین‌ها، تیوگزان‌تین‌ها و فلوئورسیدیم نام برد.

به‌طور کلی باید به بیمار توصیه نمود از مصرف داروها طی ۲-۱ ساعت پس از مصرف آنتاسیدها خودداری کنند.

نکات قابل توصیه ۱- برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر دارو زمانی خواهد بود که ۳-۱ ساعت بعد از غذا و یا هنگام خواب مصرف شود.

۲- سوسپانسیون را قبل از مصرف باید تکان داد و قرص را به خوبی جوید.

۳- احتمال بروز یبوست با مصرف این دارو وجود دارد که می‌توان با استفاده از فیبرهای غذایی میزان آن را کاهش داد.

مقدار مصرف به‌عنوان ضداسید ۱۲۰۰-۶۰۰ میلی‌گرم از سوسپانسیون یا قرص ۶-۴ بار در روز بین غذا و هنگام خواب مصرف می‌شود. به‌عنوان کمک درمان زخم گوارشی ۳۶۰۰-۹۶۰ میلی‌گرم از سوسپانسیون هر ۲-۱ ساعت در روز مصرف می‌شود. در موارد شدید ۴/۸-۲/۶ گرم با آب رقیق کرده مصرف گردد. به‌عنوان پایین آورنده فسفات خون ۴/۸-۱/۹ گرم از سوسپانسیون سه تا چهاربار در روز همراه با رژیم غذایی کم فسفات استفاده گردد. مقدار مصرف در کودکان توسط پزشک تعیین گردد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۳۰۰ mg

Suspension: ۳۲۰ mg / ۵ ml

ALUMINIUM Mg

موارد مصرف این دارو برای درمان علامتی سوزش معده ناشی از ترشح اسید، سوء هضم ناشی از اسید و ترش کردن و درمان علامتی برگشت محتویات معده به مری نیز به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضد اسید، این دارو از طریق شیمیائی اسید معده را خنثی می‌نماید.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم موجود در هیدروکسید آلومینیوم و همچنین ۱۰ درصد منیزیم موجود در فرآورده جذب می‌گردد. اثر این دارو در صورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان ضد اسید ۶۰-۲۰ دقیقه و در صورت مصرف یکساعت بعد از غذا تا سه ساعت طول می‌کشد.

موارد منع مصرف این فرآورده در عیب شدید کار کلیه کمبود فسفات خون و انسداد روده نباید مصرف گردد.

هشدارها: در کودکان و بیماران که ناراحتی شدید کلیه دارند، با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی این دارو در بیماران با نارسایی مزمن کلیه در صورت مصرف طولانی مدت ممکن است تغییرات خلقی و روانی ایجاد کند. با مصرف طولانی مدت ممکن است باعث ایجاد یبوست در دستخوانی ناشی از تخلیه فسفات کاهش اشتها، کاهش غیرعادی وزن و سفید شدن مدفوع بشود.

تداخل‌های دارویی این دارو زمانی که همزمان با بسیاری از داروها مصرف گردد می‌تواند در جذب آنها مداخله کند و بنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف و زمان مصرف مورد دقت بیشتری قرار گیرد.

به‌طور کلی باید به بیمار توصیه نمود از مصرف سایر داروها طی ۲-۱ ساعت پس از مصرف آنتاسیدها خودداری کنند.

نکات قابل توصیه ۱- برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر زمانی خواهد بود که ۳-۱ ساعت بعد از غذا یا هنگام خواب مصرف شود.

۲- احتمال بروز یبوست با مصرف این دارو وجود دارد ولی می‌توان با استفاده از فیبرهای غذایی میزان آن را کاهش داد.

مقدار مصرف مقدار ۲۰-۵ میلی‌لیتر سوسپانسیون یا ۴-۱ قرص چهاربار در روز ۲۰ دقیقه تا یکساعت بعد از غذا مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide ۲۰۰ mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide ۲۵ mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg)/۵ ml

ALUMINIUM MgS

موارد مصرف این دارو برای درمان علامتی سوزش معده ناشی از ترشح اسید، سوء هضم ناشی از اسید و ترش کردن درمان علامتی برگشت محتویات معده به مری نیز به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضد اسید، این دارو از طریق شیمیائی اسید معده را خنثی می‌نماید.

سایمتیکون موجود در این فرآورده نیز اثر ضد نفخ دارد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم موجود در هیدروکسید آلومینیوم و همچنین ۱۰ درصد منیزیم موجود در فرآورده جذب می‌گردد. اثر این دارو در صورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان ضد اسید ۶۰-۲۰ دقیقه و در صورت مصرف یکساعت بعد از غذا تا سه ساعت طول می‌کشد.

موارد منع مصرف در عیب شدید کار کلیه کمبود فسفات خون و انسداد روده نباید مصرف گردد.

هشدارها: در کودکان و بیمارانی که ناراحتی شدید کلیه دارند، با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی این دارو در بیماران بانارسایی مزمن کلیه در صورت مصرف طولانی مدت ممکن است تغییرات خلقی و روانی ایجاد کند. با مصرف طولانی مدت ممکن است باعث ایجاد یبوست در دستخوانی ناشی از تخلیه فسفات کاهش اشتها، کاهش غیرعادی وزن و سفید شدن مدفوع شود.

تداخل‌های دارویی این دارو زمانی که همزمان با بسیاری از داروها مصرف گردد می‌تواند در جذب آنها مداخله کند و بنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف و زمان مصرف مورد دقت بیشتری قرار گیرد.

به‌طور کلی باید به بیمار توصیه نمود از مصرف سایر داروها طی ۱-۲ ساعت پس از مصرف آنتاسیدها خودداری کنند. نکات قابل توصیه ۱- برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر زمانی خواهد بود که ۱-۳ ساعت بعد از غذا یا هنگام خواب مصرف شود.

۲- احتمال بروز یبوست با مصرف این فرآورده وجود دارد، ولی می‌توان با استفاده از فیبرهای غذایی میزان آن را کاهش داد. مقدار مصرف مقدار ۲۰-۵ میلی‌لیتر سوسپانسیون یا ۴-۱ قرص چهار بار در روز ۲۰ دقیقه تا یک ساعت بعد از غذا و هنگام غذا مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide ۲۰۰ mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg +
Simethicone ۲۵ mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide ۲۲۵mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg + Simethicone ۲۵
mg) / ۵ ml

ANTIHEMORRHOID

موارد مصرف شکل پماد این دارو در درمان علامتی هموروئید خارجی و هموروئید پرولامیس و سایر بیماریهای دردناک اطراف مقعد و در درمان خارش قسمت خارجی دستگاه تناسلی زنان و خارش مقعد مصرف می‌شود. شیاف این دارو در درمان هموروئید داخلی و دیگر اختلالات مجرای مقعدی مانند التهاب راست روده شقاق مقعد و فیستول همراه آن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده به دلیل داشتن ترکیبات بی‌حس کننده موضعی گلوکوکورتیکوئید و قابض اثر التیام‌دهنده دارد. هشدارها: ۱- در کودکان و سالخوردگان در صورت مصرف بیش از حد امکان بروز مسمومیت ناشی از بی‌حس کننده موضعی وجود دارد.

۲- احتمال بروز عفونت در موضع پس از مصرف بیش از حد دارو وجود دارد.

عوارض جانبی عوارض جانبی این فرآورده بیشتر در اثر مصرف بیش از حد آن حاصل می‌گردد و شامل عفونت و نکروز در ناحیه استعمال می‌باشد.

تداخل‌های دارویی داروهای مسدب‌تآدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون کبدی ممکن است سرعت متابولیسم لیدوکائین موجود در فرآورده را کاهش دهند. سایمتیدین از طریق کاهش متابولیسم داروهای موجود در این فرآورده ممکن است متابولیسم آنها را به تاخیر بیاورد.

نکات قابل توصیه در صورت بروز عفونت در موضع استعمال به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف بر حسب شدت بیماری و دستور پزشک روزانه چندین بار مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

(Suppositories/g)Rectal Ointment(g)

mg۵۰ mgLidocaine ۶۰

mg۲.۷۵ mgHydrocortisone Acetate ۵

mg۳۵ mgAluminium Subacetate ۵۰

mg۱۸۰ mgZinc Oxide ۴۰۰

BELLADONNA Pb

موارد مصرف این دارو به صورت کمکی در درمان زخم معده سندرم روده تحریک پذیر و درمان کمکی در آنتروکولیت باکتریایی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: آتروپین هیوسیامین و هیوسین (آلکالوئیدهای بلادونا) دارای اثر ضد موسکارینی هستند و فنوباریتال اثر تسکینی بر روی CNS دارد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی است دفع دارو عمدتاً از راه کبد صورت می‌گیرد. طول مدت اثر دارو حدود ۴-۶ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- احتمال بروز هیجان اضطراب خواب آلودگی یا اغتشاش شعور بویژه در سالمندان وجود دارد.

۲- احتمال بروز خشکی دهان و احتباس ادرار وجود دارد.

۳- در هیپرتروفی پروستات یا احتباس ادرار و گلوکوم با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی یبوست کاهش تعریق سرگیجه خواب آلودگی خشکی دهان بینی گلو و یا پوست از عوارض شایع دارویی باشند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای بیهوش کننده عمومی داروهای پایین آورده فشارخون و تضعیف CNS اثر تضعیفی آنها را افزایش می‌دهد. این دارو همچنین با جذب گریزوفولون و کینیدین و کتوکونازول تداخل دارد. این دارو اثر آنتی موسکارینی داروهای ضد هیستامینی دیسوپیرامید، هالوپریدول فنوتیازین‌ها و تیوگزانتین‌ها را افزایش می‌دهد همچنین با گلیکوزیدهای دیژیتال گوانتیدین متوکلوپرامید و ضد درد های مخدر شبه تریاک و داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای تداخل دارد. نکات قابل توصیه ۱- دارو نیم تا یک ساعت قبل از غذا میل شود.

۲- بافاصله یکساعت از داروهای ضد اسید و ضد اسهال مصرف گردد.

۳- احتمال بالا رفتن دمای بدن در فعالیت‌های شدید بدنی پس از مصرف این دارو وجود دارد.

۴- احتمال خشکی دهان بینی و گلو وجود دارد.

۵- احتمال بروز تاری دید یا خواب آلودگی با مصرف این دارو وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰-۵ میلی لیتر الگزیل سه یا چهار بار در روز یا ۲-۱ قرص ۲-۴ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان با وزن کمتر از ۹ کیلوگرم

۰/۷۵-۰/۵ میلی لیتر الگزیل هر ۴-۶ ساعت و کودکان بالای ۹ کیلوگرم تا ۴۵ کیلوگرم از ۲ میلی لیتر تا ۷/۵ میلی لیتر الگزیل هر

۴-۶ ساعت مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet, Elixir (۱/۵ ml): Atropin Sulfate ۱۹.۴mcg + Hyoscine HBr ۶.۵ mcg + Hyoscyamine Sulfate ۱۰۳.۷ mcg + Phenobarbital ۱۶.۲ mg

BISMUTH SUBCITRATE

موارد مصرف بیسموت برای درمان زخم‌های معده و روده و همراه با سایر داروها در درمان عفونت‌های گوارشی هلیکوباکتر پیلوری مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو اسید معده را تا حدی خنثی می‌کند و احتمالاً اثر ضد هلیکوباکتر آن مستقیم است همچنین تا حدی باعث تحریک تولید پروستاگلاندین در جدار معده و دوازدهه می‌گردد. فارماکوکینتیک به مقدار ناچیز از دستگاه گوارش جذب می‌گردد و معمولاً پس از مصرف طولانی آن غلظت پلاسمایی آن افزایش می‌یابد. دفع این دارو از راه کلیه است ولی مقداری از آن ممکن است در استخوان و سایر بافت‌ها ذخیره گردد. موارد منع مصرف این دارو در نارسایی حاد کلیوی نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- در سالخوردگان و افرادی که نارسایی خفیف کلیوی دارند با احتیاط مصرف گردد. ۲- اگرچه این دارو همزمان با تتراسایکلین‌ها تجویز می‌گردد اما می‌تواند اثربخشی آنها را کاهش دهد. عوارض جانبی ممکن است باعث سیاهی زبان و یا مدفوع گردد. تهوع و استفراغ نیز پس از مصرف این دارو گزارش شده است تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با امپرازول جذب این دارو افزایش می‌یابد. این دارو همچنین باعث کاهش جذب تتراسایکلین‌ها می‌گردد. نکات قابل توصیه ۱- در صورت تجویز دارو با تتراسایکلین‌ها، حداقل با فاصله یک ساعت از هم مصرف گردد. ۲- در صورت بروز عوارض گوارشی تهوع و استفراغ شدید به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲ قرص روزانه یا یک قرص ۴ بار در روز برای ۲۸ روز مصرف می‌شود که در صورت لزوم یک دوره دیگر تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۲۰ mg

CHOLESTYRAMINE

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی کلسترول و LDL خون در بیمارانی که به درمان با رژیم غذایی یا سایر روشها پاسخ کافی نداده‌اند، مصرف می‌شود. این دارو همچنین برای پیشگیری اولیه بیماری کرونر قلب در مردان با سن ۳۵-۵۹ سال که مبتلا به زیادی اولیه کلسترول خون بوده و به درمان با رژیم غذایی یا سایر روشها پاسخ کافی نداده‌اند، در درمان خارش همراه با توقف نسبی صفرا و سیروز اولیه صفراوی و اسهال ناشی از بیماری کرون یا واگنومی یا پرتوهای مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلستیرامین یک رزین تعویض کننده آنیون است که از طریق پیوند با اسیدهای صفراوی و ممانعت از باز جذب آنها تبدیل کلسترول به اسیدهای صفراوی در کبد را تسریع می‌کند. کلستیرامین به طور قابل توجهی میزان کلسترول - LDL را کاهش می‌دهد، ولی می‌تواند زیادی تری گلیسرید خون را تشدید نماید. کاهش اسیدهای صفراوی سرم و متعاقب آن کاهش

اسیدهای صفراوی اضافی که در بافت پوست رسوب نموده‌اند، ممکن است منجر به کاهش خارش گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش جذب نمی‌شود. معمولاً طی ۱-۲ هفته پس از شروع درمان کلستیرامین موجب کاهش غلظت پلاسمایی کلسترول می‌شود. بهبود خارش ناشی از توقف صفرا معمولاً طی ۱-۳ هفته پس از شروع درمان دیده می‌شود. پس از قطع مصرف کلستیرامین غلظت کلسترول در حدود ۲-۴ هفته به میزان اولیه برگشته و خارش ناشی از توقف صفرا نیز طی ۱-۲ هفته بعد از قطع مصرف دارو، مجدد؟ ایجاد می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در توقف کامل جریان صفرا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف همزمان ویتامین‌های محلول در چربی و اسید فولیک ممکن است با مصرف مقادیر زیاد این دارو، به‌ویژه در کودکان ضروری باشد.

۲- این دارو در صورت وجود یبوست و فیل کتونوری باید با احتیاط مصرف شود.

۳- مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۱۰ سال باید با احتیاط صورت گیرد، زیرا کلسترول برای نمو طبیعی کودکان ضروری است

۴- این دارو برای سالخوردگان (بالای ۶۰ سال که احتمال بروز عوارض جانبی گوارشی و تغذیه‌ای ناشی از این دارو در آنها بیشتر می‌باشد، باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ یبوست یا اسهال سوزش سردل نفخ و ناراحتی شکم با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضدانعقاد خوراکی با این دارو ممکن است با تخلیه ویتامین K از بدن

سبب افزایش قابل ملاحظه اثر داروهای ضدانعقاد گردد. از طرفی کلستیرامین ممکن است از طریق پیوند به داروهای ضدانعقاد در مجرای گوارشی سبب کاهش اثرات آنها گردد. کلستیرامین می‌تواند سبب کاهش نیمه عمر دیگوکسین گردد. مصرف همزمان این دارو با اشکال خوراکی تتراسیکلین مدرهای تیازیدی پروپرانولول هورمونهای تیروئید

و وانکومايسين خوراکی ممکن است منجر به پیوند کلستیرامین به این داروها و کاهش جذب آنها گردد.

نکات قابل توصیه ۱- بدون مشورت با پزشک از مصرف سایر داروها باید خودداری شود.

۲- قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشک مشورت شود، زیرا ممکن است غلظت چربی در خون به میزان قابل توجهی افزایش یابد.

۳- برای درمان زیادی چربی خون کنترل رژیم غذایی از اهمیت بیشتری برخوردار است

۴- قبل از مصرف بهتر است دارو را باید مایعات مخلوط کرد به این ترتیب که دارو به مایع افزوده و ۲-۱ دقیقه صبر شود و پس از هم زدن مصرف کرده علاوه بر آب می‌توان از شیر، سوپ رقیق یا آب میوه استفاده کرد.

۵- در صورت ضرورت مصرف سایر داروها، باید آنها را یک ساعت قبل

یا ۶-۴ ساعت بعد از کلستیرامین مصرف نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۴ گرم ۱ یا ۲ بار در روز قبل از غذا مصرف می‌شود و سپس برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف تنظیم می‌شود.

به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۸-۲۴g/day در ۲-۶ مقدار منقسم مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در زیادی چربی خون تا

۲۴g/day و در درمان خارش ناشی از توقف صفرا، تا ۱۶g/day است

همچنین در درمان اسهال به مقدار ۲۴g/day - ۱۲ در ۴-۱ دوز منقسم برای

۴-۳ هفته مصرف می‌شود و سپس برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف تنظیم می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در این مورد تا ۳۶g/day

است

کودکان ابتدا ۴ گرم در ۲ مقدار منقسم و به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۲۴-۸ g/day در ۲ یا چند مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

For Suspension: ۴ g / sachet

CIMETIDINE

موارد مصرف سایمتیدین در درمان کوتاه‌مدت زخمهای فعال دوازدهه یا زخمهای فعال و خوش‌خیم معده حالات مرضی ترشح بیش از حد اسید معده مانند سندروم زولینگر-الیسون برگشت محتویات معده به مری و سایر مواردی که کاهش اسید معده برای آن مفید است مانند جراحی دستگاه گوارش مورد استفاده قرار می‌گیرد.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت باهیستامین در سطح گیرنده‌های H₂ در سلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای و همچنین تحریک ترشح اسید توسط غذا، پنتاگاسترین و سایر محرکهای ترشح اسید معده را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو به‌خوبی و به‌سرعت از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. متابولیسم آن کبدی است و در حدود ۳۰-۴۰ درصد دارو در اولین عبور از کبد بی‌اثر می‌گردد. نیمه عمر آن ۲-۳ ساعت است و حداکثر غلظت پلاسمایی پس از ۴۵-۹۰ دقیقه پس از تجویز خوراکی آن حاصل می‌گردد.

هشدارها: ۱- در بیماران سالخورده احتمال کاهش کلیرانس کلیوی و افزایش غلظت سرمی دارو وجود دارد.

۲- در سیروز کبدی و ناراحتی‌های کلیوی متوسط تا شدید خطر بروز عوارض جانبی به‌خصوص عوارض عصبی دارو وجود دارد.

۳- به‌طور کلی مصرف سایمتیدین و سایر مسددهای گیرنده H₂ برای پیش از ۸ هفته بندرت ضروری است برای مصارف طولانی مدت این داروها مطالعه‌ای صورت نگرفته است

عوارض جانبی اغتشاشش شعور (برگشت‌پذیر)، اختلالات خونی خستگی یا ضعف غیر عادی ضربان آهسته سریع و نامنظم قلب (بویژه با تزریق وریدی مقادیر زیاد دارو)، کاهش توانایی جنسی اسهال سرگیجه یا سردرد، کرامپ عضلانی بثورات جلدی تورم سیناپسها در زنان و مردان آسیب برگشت‌پذیر کبد یا کلیه با مصرف این دارو گوارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی جذب سایمتیدین

در حضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد. متابولیسم داروهای ضد انعقاد

خوراکی بنزودیازپین‌ها به‌خصوص کلردیازپام و دیازپام مترونیدازول فنی‌توئین پروپرانولول و گزان‌تین‌ها در صورت مصرف همزمان با سایمتیدین کاهش می‌یابد. سایمتیدین ممکن است دفع پروکائین آمید، آمیودارون و کینیدین را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بهتر است این

دارو با هر وعده غذا و قبل از خواب مصرف شود.

۲- احتمال تشدید درد مفاصل پس از تزریق دارو وجود دارد.

۳- آمپول تزریقی سایمتیدین با سرمهای تزریقی سازگار است

۴- تزریق وریدی مقادیر زیاد این دارو توصیه نمی‌شود زیرا خطر بروز اریتمی قلبی وجود دارد.

۵- کشیدن سیگار موجب کاهش اثر این دارو می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی و تزریقی

بزرگسالان در درمان زخم دوازدهه ۳۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز (همراه هر وعده غذا و موقع خواب یا ۴۰۰ میلی‌گرم دوبار در روز

(صبح و موقع خواب مصرف می‌شود. برای پیشگیری از بازگشت زخم دوازدهه ۳۰۰ میلی گرم دو بار در روز یا ۴۰۰ میلی گرم موقع خواب برای مدت طولانی مصرف می‌شود.

در درمان زخم معده خوش خیم ۳۰۰ میلی گرم ۴ بار در روز یا ۴۰۰ میلی گرم

دو بار در روز مصرف می‌شود. در ترش کردن معده یا سوزش سر دل ۲۰۰ میلی گرم موقع بروز علائم مصرف می‌شود. برای کاهش ترشح اسید معده

در بیماری‌های نظیر سندرم زولینجر-لسیون ۳۰۰ میلی گرم ۴ بار در روز

یا بر حسب نیاز بیمار تا رفع علائم

بالینی مصرف می‌شود. در درمان بازگشت محتویات معده به مری

۱۶۰۰ mg/day - ۸۰۰ در مقادیر منقسم برای ۱۲ هفته مصرف می‌گردد. همچنین در درمان خونریزی معده ۳۰۰ میلی گرم ۴ بار در

روز یا ۶۰۰ میلی گرم ۲ بار در روز مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف بزرگسالان ۲/۴ g/day است

کودکان در درمان زخم دوازدهه یا زخم معده ۴۰ mg/kg/day - ۲۰ در ۴ مقدار منقسم با هر وعده غذا و موقع خواب، و

در درمان بازگشت محتویات معده به مری ۸۰ mg/kg/day - ۴۰ در ۴ مقدار منقسم یا براساس نیاز بیمار مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet: ۲۰۰ mg

Syrup: ۲۰۰ mg / ۵ml

Injection: ۲۰۰ mg / ۲ml

CISAPRIDE

موارد مصرف سیسپراید برای درمان علائم و ضایعات ناشی از برگشت محتویات معده به مری بهبود عوارض ناشی از رفع کندی تخلیه معده در اثر دیابت اسکروز سیستمیک نوروپاتی اعصاب خودکار و در درمان سوء هاضمه دیسپپسی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب آزاد شدن استیل کولین از اعصاب کولینرژیک دردستگاه گوارش می‌شود. بدین ترتیب این دارو فعالیت و انقباض عضلات اسفنکتر تحتانی مری را افزایش می‌دهد و تخلیه معده را تسریع می‌کند که در نتیجه زمان عبور محتویات روده کوتاه می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو سریع و کامل است متابولیسم دارو کبدی و دفع آن از طریق کلیه و مدفوع می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در مواردی که تحریک معده - روده‌ای خطرناک باشد (مانند خونریزی انسداد یا سوراخ شدت لوله گوارش نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مقدار مصرف این دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا کبد در ابتدای درمان باید نصف مقادیر معمول باشد.

۲ - مصرف این دارو در بیماران سالخورده یا مبتلا به اختلالات قلبی باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی کرامپ شکمی و اسهال افزایش دفعات دفع ادرار، سردرد، تشنج تکرر ادرار، اثرات خارج هرمی اختلال در عملکرد کبد و آریتمی بطنی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان یکسری از داروها با سیسپراید خطر بروز آریتمی بطنی که ممکن است کشنده باشد، را افزایش می‌دهد. از اینرو مصرف همزمان سیسپراید با مسدودکننده‌های کانال کلسیم و داروهای آنتی هیستامین توصیه نمی‌شود. همچنین اریترومايسين فلوکونازول کتوکونازول و مایکونازول احتمالاً - از طریق مهار متابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن و خطر بروز

آریتمی را افزایش می‌دهند. داروهای ضد درداویوئیدی و داروهای آنتی موسکارینی اثرات سیسپراید را خنثی می‌سازند. سیسپراید اثر داروهای ضد انعقادخوراکی را ممکن است افزایش دهد. نکات قابل توصیه ۱ - در نارسایی کبد و کلیه مقدار مصرف دارو نصف شود.

۲ - توصیه می‌شود که این دارو ۱۵ دقیقه قبل از غذا و در موقع خواب (در مورد علائم شبانه همراه با یک آب یا نوشیدنی دیگر مصرف گردد).

مقدار مصرف در ضایعات مخاطی ناشی از برگشت محتویات معده به مری ۱۰ میلی‌گرم ۳-۴ بار در روز یا ۲۰ میلی‌گرم دو بار در روز (طول دوره درمان ۱۲ هفته مصرف می‌شود). درمان نگهدارنده عبارتست از ۲۰ میلی‌گرم در موقع خواب یا ۱۰ میلی‌گرم ۲ بار در روز (در صورتی که ضایعات خیلی شدید باشند ۲۰ میلی‌گرم دوبار در روز، در صورتی که کرامپ‌های شکمی شدید بروز کند مقدار ۲۰ میلی‌گرم نصف و دفعات مصرف دو برابر می‌شود). در کندی تخلیه معده ناشی از دیابت اسکروز سیستمیک و نوروپاتی اعصاب خودکار، ۱۰ میلی‌گرم ۳-۴ بار در روز به مدت ۶ هفته مصرف می‌شود (در صورت لزوم می‌توان طول دوره درمان را بیشتر کرد). در درمان علائم سوء هاضمه ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز (طول دوره درمان معمولاً ۴ هفته تجویز می‌شود). اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵ mg, ۱۰ mg

Suspension: ۱ mg/ml

CLIDINIUM - C

موارد مصرف این دارو به‌طور کلی در درمان زخمهای گوارشی و سندرم روده تحریک پذیر به کار می‌رود. این دارو همچنین به عنوان داروی کمکی در کاهش ترشحات اسید معده و در درمان آنتروکولیت حاد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلیدینیوم با مهار گیرنده‌های موسکارینی باعث کاهش ترشحات و حرکات دودی دستگاه گوارش می‌شود. کلردیازپوکساید با اثر بر روی گیرنده‌های گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) در CNS باعث کاهش تحریکات عصبی گردیده و به صورت کمکی در کاهش ترشحات دستگاه گوارش موثر است

فارماکوکینتیک جذب گوارشی کلیدینیوم کم و متغیر است طول اثر آن در حدود سه ساعت است راه اصلی دفع کلیدینیوم از طریق مدفوع است کلردیازپوکساید به خوبی جذب می‌شود و پس از جذب متابولیزه شده و گاهی تا چند هفته متابولیت‌های آن دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ - بیماران سالخورده به عوارض ضد موسکارینی کلیدینیوم و احتمال بروز ناگهانی گلوکوم حساستر هستند.

۲ - در عیب کار کبد، ناپایداری وضعیت قلبی عروقی فتق مری هیپرتروفی پروستات و کولیت اولسروز شدید انسداد روده میاستنی گراو، استعداد ابتلای به گلوکوم و احتباس ادرار با احتیاط مصرف می‌شود.

عوارض جانبی به دلیل اثرات آنتی موسکارینی احتمال افزایش سریع درجه حرارت بدن در مناطق گرم وجود دارد. از عوارض شایع آن احساس نفخ کاهش تعریق و سرگیجه را می‌توان نام برد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این فرآورده با داروهای مضعف CNS و داروهای پایین آورنده فشارخون با اثر تضعیف CNS ممکن است منجر به افزایش اثر تسکینی این داروها گردد. مصرف همزمان با آمانتادین داروهای ضد هیستامینی سایر داروهای ضد موسکارینی دیسوپیرامید، هالوپریدول و مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (MAO) موجب افزایش اثرات آرام بخش و ضد موسکارینی این داروها می‌گردد. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد اسید یا داروهای ضد اسهال جاذب ممکن است منجر

به کاهش اثرات درمانی کلیدینیوم شود. مصرف همزمان دیگوکسین با کلیدینیوم به علت کاهش حرکات مجرای گوارش ممکن است منجر به افزایش غلظت سرمی دیگوکسین شود. تجویز همزمان این فرآورده با کتوکونازول ممکن است منجر به کاهش قابل ملاحظه‌ای در جذب کتوکونازول شود. کلیدینیوم ممکن است با اثرات متوکلوپرامید بر روی حرکات مجرای گوارش مقابله کند. مصرف همزمان کلیدینیوم با کلرور پتاسیم

ممکن است منجر به افزایش شدت ضایعات گوارشی حاصل از کلرور پتاسیم شود.

مصرف همزمان کلیدینیوم با داروهای ضد میاستنی ممکن است موجب کاهش هرچه بیشتر حرکات روده‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱ - توصیه می‌شود این دارو نیم ساعت تا یکساعت قبل از غذا مصرف شود.

۲ - در صورت بروز سرگیجه منگی خواب‌آلودگی یا تاری دید احتیاط شود.

۳ - از مصرف داروهای ضد اسهال طی ۱-۲ ساعت پس از مصرف این دارو خودداری گردد.

۴ - با مصرف این دارو ممکن است خشکی دهان بینی یا گلو بروز نماید.

۵ - در هنگام فعالیت بدنی یا در هوای گرم باید احتیاط کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک یا دو قرص ۱-۴ بار در روز ۶۰-۳۰ دقیقه قبل از غذا مصرف شده و سپس مقدار مصرف دارو

بر اساس نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌شود. در کودکان بنا به نظر پزشک مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: Clidinium Bromide ۲.۵ mg + Chlordiazepoxide HCl ۵ mg

DICYCLOMINE

موارد مصرف دی‌سیکلومین به صورت کمکی در ناراحتی‌های دستگاه گوارش که همراه با اسپاسم عضلات صاف می‌باشد استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: این دارو به دلیل اثرات ضد موسکارینی خود می‌تواند باعث شل شدن عضلات صاف و مهار اسپاسم و ترشحات در دستگاه گوارش گردد.

فارماکوکینتیک پس از تجویز خوراکی یا عضلانی به سرعت جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در موارد زیر نباید مصرف شود: گلوکوم با زاویه بسته بازگشت محتویات معده به مری انسداد فلجی

روده انسداد روده بیماریهای انسدادی مجاری ادرار و میاستنی گراو، همچنین مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۶ ماه

توصیه نمی‌شود.

هشدارها: ۱ - در افراد سالخورده با بیماری انسدادی مجاری ادرار یا بزرگی پروستات با احتیاط مصرف شود.

۲ - در موارد زیر با احتیاط مصرف شود:

تایکاردی نارسائی قلبی انسداد فلجی روده کولیت اولسروز و تنگی پیلور.

۳ - با مصرف الگزیبر این دارو، بروز

علائم تنفسی مانند اشکال در تنفس تنگی نفس کلاپس تنفسی و آپنه همچنین حملات تشنجی گزارش شده که احتمالاً به دلیل

آسپیره شدن دارو به داخل ریه‌ها است

عوارض جانبی خشکی دهان اشکال در بلع و نوشیدن و برافروختگی گشاد شدن مردمک افزایش فشار داخل کره چشم خشک شدن

پوست بیوست اشکال در دفع ادرار، برادیکاردی و به دنبال آن تاکیکاردی و اکنشی و تپش قلب و آریتمی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو، با داروهای تضعیف CNS می‌تواند اثر آنها را تشدید نماید. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد اسهال سه حلقه‌ای آنتی‌هیستامین‌ها، ضد جنون‌ها و داروهای دوپامینرژیک اثرات آنتی‌کلینرژیک این داروها تشدید می‌گردد. مصرف همزمان دی‌سیکلومین با کتوکونازول باعث کاهش جذب آن می‌شود. نکات قابل توجه ۱- برای کاهش تحریک معده این دارو همراه غذا یا شیر مصرف شود. ۲- از مصرف داروهای ضد اسهال یا داروهای ضد اسهال با فاصله کمتر از ۲-۱ ساعت از مصرف این دارو، خودداری گردد. ۳- در صورت فعالیت شدید بویژه در هوای گرم احتمال بالارفتن دمای بدن وجود دارد. ۴- پس از مصرف این دارو از کار با وسایل و آلاتی که به هوشیاری نیاز دارند از جمله رانندگی خودداری گردد. ۵- از تزریق وریدی این دارو خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱۰-۲۰ میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۶-۲۴ ماهه ۵-۱۰ میلی‌گرم حداکثر ۳-۴ بار در روز قبل از غذا مصرف می‌گردد. در کودکان ۱۲-۲ سال مقدار ۱۰ میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۰ mg

Elixir: ۱۰ mg/۵ ml

Injection: ۲۰ mg/۲ ml

DIGESTIVE

موارد مصرف دایجستو در درمان اختلالات گوارشی ناشی از بیماری‌های کیسه صفرا یا کبد، بیماری مزمن معده یا روده اختلالات گوارشی ناشی از جراحی کیسه صفرا و روده‌ها و نفخ مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به علت وجود فعالیت‌های آنزیماتیک (پروتئاز، آمیلاز و لیپاز) در این دارو هضم چربی‌ها و پروتئین‌ها و نشاسته در مجرای گوارش با سهولت بیشتری انجام می‌شود. فعالیت این دارو در زمینه هضم چربی‌ها از پانکراتین بیشتر است موارد منع مصرف این دارو در آسیب شدید کلیوی انسداد مجاری صفراوی و عفونت کیسه صفرا نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- بیماران که نسبت به پروتئین‌های حیوانی عدم تحمل نشان می‌دهند ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند. ۲- در صورت جویده شدن قرص احتمال بروز تحریک لبها و زبان وجود دارد.

عوارض جانبی بیشتر عوارض ناشی از مصرف بیش از حد دارو می‌باشد که می‌تواند منجر به تحریک دهان و مری شود.

تداخل‌های دارویی جذب فرآورده‌های خوراکی حاوی آهن در مصرف همزمان با این دارو کاهش می‌یابد.

نکات قابل توجه ۱- این دارو همراه با غذا یا بلافاصله قبل یا بعد از غذا میل شود.

۲- از جویدن قرصها خودداری شود.

۳- در صورت بروز اسهال درد شکمی و ناراحتی‌های دیگر گوارشی با پزشک مشورت گردد.

مقدار مصرف ۲-۳ قرص همراه با غذا یا پس از آن مصرف شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: Pancreatin (Amylase ۶۰۰۰ fipu + Lipase ۱۰۵۰۰ fiup+ Protease ۶۰۰ fipu) +
Simethicone ۴۰ mg

DIMETHICONE

موارد مصرف این دارو در کنترل علائم ناشی از احتباس گاز در دستگاه گوارش مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دایمتیکون احتمالاً باعث کاهش کشش سطحی حباب‌های گاز می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بدون تغییر از طریق مدفوع دفع می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- رعایت رژیم غذایی و انجام ورزش مناسب برای جلوگیری از ایجاد گاز و مشکلات ناشی از آن اهمیت دارد.

۲- این دارو بهتر است بعد از غذا و هنگام خواب مصرف شود.

۳- قرص‌های دایمتیکون باید کاملاً جویده شوند.

۴- مصرف این دارو در درمان قولنج نوزادان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۴۰ میلی گرم از قطره یا ۱-۲ قرص در روز بعد از غذا و هنگام خواب مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۴۰ mg/ml

Chewable Tablet: ۴۰ mg

DIPHENOXYLATE

موارد مصرف ترکیب دیفنوکسیلات و آتروپین به صورت کمکی در درمان علامتی اسهال‌های مزمن و حاد و همچنین کولیت اولسروز خفیف و مزمن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دیفنوکسیلات احتمالاً به صورت موضعی و مرکزی باعث مهار حرکات دودی روده می‌شود. آتروپین که عمدتاً به دلیل جلوگیری از سوء استفاده دارویی به این فرآورده اضافه می‌گردد، دارای خاصیت ضد موسکارینی می‌باشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دیفنوکسیلات کبدی است و متابولیت اصلی دارو نیز اثری مشابه خود دارو دارد. نیمه عمر دیفنوکسیلات ۲/۵ ساعت و نیمه عمر متابولیت آن در حدود ۱۲ ساعت است زمان لازم برای شروع اثر یک ساعت و مدت اثر آن ۳-۴ ساعت می‌باشد. دفع دارو از طریق مدفوع و کلیه است

موارد منع مصرف در اسهال شدید ناشی از کولیت اولسراتیو یا ناشی از کولیت پسودوممبران نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- کودکان و بیماران سالخورده به ضعف تنفسی ناشی از دیفنوکسیلات حساستر هستند.

۲- در افراد مبتلا به دهیدراتاسیون و مبتلا به اسهال ناشی از میکروارگانیزم‌ها با احتیاط فراوان مصرف می‌گردد.

عوارض جانبی عوارض آن معمولاً کم و شامل تاری دید، مشکل در دفع ادرار، خشکی پوست و دهان یاتب می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با سایر داروهای اعتیاد آور و تضعف CNS خطر اعتیاد را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان با داروهای پائین آورنده فشارخون با اثر تضعیف CNS می‌تواند اثر تضعف CNS دیفنوکسیلات را افزایش دهد. اثر ضد موسکارینی آمانتادین هالوپریدول فنوتیازین‌ها و پروکائین آمید ممکن است اثرات آتروپین موجود در این فرآورده را افزایش دهد. مصرف همزمان با داروهای مهارکننده مونوآمینوآکسیداز (MAO) ممکن است منجر به بروز ناگهانی بحران زیادی فشارخون شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز تحریک معده همراه غذا مصرف شود.

۲- در صورت مصرف طولانی مدت احتمال وابستگی به دارو وجود دارد. مصرف طولانی مدت این دارو، فقط در صورت بهبود علائم بالینی بیماری و زیر نظر پزشک باید صورت گیرد.

۳- به دلیل بروز خواب‌آلودگی یا سرگیجه از انجام کارهایی که نیازمند دقت هستند از جمله رانندگی خودداری گردد. مقدار مصرف

بزرگسالان برای شروع ۵-۲/۵ میلی‌گرم

(۲-۱ قرص از این دارو ۳-۴ بار در روز و به عنوان مقدار نگهدارنده مقدار ۲/۵ میلی‌گرم ۲-۳ بار در روز بر حسب نیاز مصرف شود.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۱۲ سال به مقدار ۰/۴ mg/kg/day - ۰/۳ در مقادیر منقسم تجویز گردد.

اشکال دارویی

Tablet: Diphenoxylate HCl ۲.۵ mg + Atropine Sulfate ۰.۰۲۵ mg

FAMOTIDINE

موارد مصرف فاموتیدین در درمان زخم‌های خوش‌خیم معده و دوازده زخم‌ناشی از برگشت محتویات معده به مری و سندروم زولینگر - الیسون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت با هیستامین در سطح گیرنده‌های H₂ در سلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای اسید معده و همچنین تحریک ترشح اسید توسط غده‌ها، پنتاگاسترین و سایر محرک‌های ترشح اسید معده را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو به سرعت ولی به طور ناقص ۴۵-۴۰ درصد از مجرای گوارش جذب می‌گردد و به میزان کمی در اولین عبور کبدی خود متابولیزه می‌گردد. اتصال دارو به پروتئین‌های پلاسما کم است اوج غلظت سرمی آن طی ۲ ساعت پس از مصرف و طول اثر دارو ۱۲-۱۰ ساعت می‌باشد. بیشتر دارو به صورت تغییر نیافته از کلیه دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- بیمارانی که به سایمتیدین عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند.

۲- در صورت وجود عیب کار کبد یا کلیه و با احتیاط مصرف شود.

۳- به طور کلی مصرف داروهای مسدود کننده H₂ بندرت برای بیش از ۸ هفته ضروری است برای مصارف طولانی مدت این داروها مطالعه‌ای صورت نگرفته است

عوارض جانبی عوارض این دارو شایع نیست و بیشتر شامل اسهال یا یبوست سرگیجه یا سردرد و نفخ شکم می‌باشد.

تداخل‌های دارویی جذب این دارو در حضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد.

با وجود آنکه رایمتیدین در مقایسه با سایمتیدین یک مهارکننده ضعیف‌تر آنزیم‌های کبدی است با این وجود در مصرف همزمان سایر داروها با این دارو باید احتیاط کرد.

نکات قابل توصیه ۱- کشیدن سیگار موجب کاهش اثر این دارو می‌شود.

۲- برای بیماران سالخورده یا مبتلا به نارسایی کبدی یا کلیوی ممکن است به کاهش مقدار مصرف دارو نیاز باشد.

مقدار مصرف در زخم خوش‌خیم معده و دوازدهه ۴۰ میلی‌گرم هر شب به مدت ۴-۸ هفته مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن ۲۰ میلی‌گرم در هر شب می‌باشد. در درمان عوارض بازگشت محتویات معده به مری ۴۰-۲۰ میلی‌گرم دوبار در روز برای مدت ۶-۱۲ هفته مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن ۲۰ میلی‌گرم دوبار در روز می‌باشد. در سندرم زولینگر - الیسون ۲۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت تجویز می‌شود که مقدار مصرف رامی‌توان تا ۸۰۰ mg/day در مقادیر منقسم افزایش داد.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet: ۲۰ mg

Film Coated Tablet: ۴۰ mg

HYOSCINE-N-BUTYL BROMIDE

موارد مصرف این دارو در اسپاسم گوارشی یا ادراری - تناسلی قاعدگی دردناک همراه با اسپاسم اسپاسم حاد، مانند قولنج صفراوی یا کلیوی به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به دلیل اثرات ضد موسکارینی سبب شل شدن عضلات صاف اعضای حفرات شکمی و لگن می‌گردد.

فارماکوکینتیک به مقدار کمی از مجرای گوارش جذب می‌شود. طول مدت اثر آن کوتاهتر از آتروپین می‌باشد.

موارد منع مصرف ۱ - به دلیل بروز احتمالی اثر گشادکننده مردمک چشم این دارو نباید در بیماران مبتلا به گلوکوم تجویز شود.

۲ - این دارو در بیماران مبتلا به پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در افراد سالخورده با بیماری انسداد مجاری ادرار یا بزرگی پروستات با احتیاط مصرف شود.

۲ - در موارد زیر با احتیاط مصرف شود:

تاکیکاردی نارسائی قلبی انسداد فلجی روده کولیت اولسروز و تنگی پیلور.

عوارض جانبی بروز خشکی دهان کاهش موقت تطابق چشم و گاهی تاکیکاردی از عوارض جانبی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ - در طول مصرف این دارو، به دلیل احتمال بروز خواب‌آلودگی از رانندگی و کار با ابزار و آلاتی که

نیاز به هوشیاری دارند، خودداری گردد.

۲ - محلول تزریقی این دارو را می‌توان با محلول‌های تزریقی دکستروز و کلرورسدیم ۰/۹ درصد مخلوط نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۰ میلی‌گرم چهار بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۱۲-۶ سال مقدار ۱۰ میلی‌گرم سه بار در روز تجویز شود.

تزریقی

مقدار ۲۰ میلی‌گرم بصورت عضلانی و یا وریدی (در اسپاسم شدید) تزریق می‌شود که در صورت لزوم پس از نیم ساعت قابل تکرار

است

شیاف

بزرگسالان روزی ۳-۱ شیاف مصرف می‌شود.

کودکان یک شیاف در روز مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

Suppository: ۱۰ mg

Pediatric Suppository: ۷.۵ mg

Injection: ۲۰ mg/ml

IPECAC

موارد مصرف ایپکا به‌عنوان ماده قی آوردر در درمان اضطرابی مصرف مقادیر بیش از حد داروها و در درمان مسمومیت‌ها تجویز می‌شود. مکانیسم اثر: اثر ایپکا عمدتاً ناشی از آلکالوئیدهای اصلی آن یعنی امتین و سفالین می‌باشد. این آلکالوئیدها از طریق موضعی سبب تحریک مخاط معده و از طریق مرکزی سبب تحریک منطقه ماشه‌ای گیرنده‌های شیمیائی (CTZ) در بصل النخاع شده و سبب بروز استفراغ می‌گردند.

فارماکوکینتیک اثر دارو پس از ۳۰ - ۲۰ دقیقه شروع می‌شود. طول مدت اثر دارو ۳۰ - ۲۵ دقیقه می‌باشد. دارو به آهستگی از بدن دفع می‌گردد به‌طوریکه تا ۶۰ روز پس از مصرف آن را در ادرار می‌توان تشخیص داد.

موارد منع مصرف ۱- این فرآورده در مسمومیت با مواد خورنده قوی (مانند اسیدها با قلیایی‌ها) و نیز مسمومیت با موادنفی نباید مصرف شود.

۲- از مصرف این فرآورده در مواردی که احتمال آسپیراسیون محتویات معده وجود دارد، مانند اغما یا عدم هوشیاری بیمار، و نیز در صورت شوک احتمال بروز تشنج و بیماری قلبی عروقی باید خودداری کرد.

هشدارها: ۱- در مواردی که احتمال آسپیراسیون وجود دارد از جمله اغماء با احتیاط فراوان مصرف گردد.

۲- در مسمومیت با اسیدها و مواد قلیایی قوی با احتیاط فراوان و با در نظر گرفتن شرایط بیمار باید استفاده شود.

عوارض جانبی علائم مصرف بیش از حد عبارتند از اسهال تهوع و یا استفراغ مداوم کرامپ معده اشکال در تنفس خستگی غیرعادی و سفتی عضلات در صورت جذب دارو دارای اثرات قلبی است

تداخل‌های دارویی ذغال فعال شده شربت ایپکا را جذب کرده و اثر قی آور آن را کاهش می‌دهد. اگر استفاده هر دو دارو ضرورت داشته باشد ذغال فعال پس از استفراغ ناشی از ایپکا داده شود. مصرف داروهای ضد استفراغ اثر آن را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از مصرف همزمان دارو با شیر یا نوشابه‌های گازدار خودداری شود.

۲- ذغال فعال شده فقط پس از بروز استفراغ به دنبال مصرف شربت ایپکا مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان قی آور، مقدار ۳۰-۱۵ میلی‌لیتر همراه بایک لیوان آب مصرف شود. می‌توان پس از ۳۰ دقیقه یک مقدار واحد دیگر مصرف نمود ولی در صورت عدم استفراغ باید شستشوی معده انجام گیرد.

کودکان با سن ۱۲-۶ ماه ۵-۱۰ میلی‌لیتر، همراه با نصف لیوان آب و در کودکان ۱۲-۱ سال مقدار ۱۵ میلی‌لیتر همراه بایک لیوان آب مصرف شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۰.۱۴% Total Alkaloids

LAXATIVES

Glycerin Bisacodyl

Lactoluse

Magnesium Hydroxide

Sorbitol Mineral Oil

در حال حاضر پنج نوع ملین وجود دارد:

۱- ملین‌های حجیم‌کننده

۲- ملین‌های تحریک‌کننده

۳- نرم‌کننده‌های مدفوع

۴- ملین‌های اسموتیک

۵- محلولهای تمیزکننده دستگاه گوارش

قبل از تجویز مسهل‌ها باید مشخص شود که فرد دچار یبوست است و این عارضه ناشی از یک بیماری پس زمینه تشخیص داده شده نباشد. یبوست یعنی عبور مدفوع سفت در زمانی طولانی‌تر از حد معمول اجابت مزاج در روده بیمار به طوری که منجر به ناراحتی فرد بیمار گردیده باشد. علاوه بر این ملین‌ها در مواردی که یبوست به دلیل استفاده از دارو ایجاد گردیده است در مواردی که پس از استفاده از داروهای ضد کرم نیاز به تخلیه است و همچنین پیش از جراحی‌های دستگاه گوارش استفاده می‌گردد.

در کودکان شیرخوار و همچنین در کودکانی که رژیم غذایی آنها فاقد فیبرهای غذایی و مایعات باشد، احتمال دارد که تعداد دفعات اجابت مزاج به طور طبیعی کاهش یابد. عدم دفع مدفوع بیش از سه روز معمولاً می‌تواند موجب سفتی درد و اسپاسم در هنگام دفع گردد و ضمن آن به تدریج موجب عادت دستگاه گوارش به پاسخ دهی نسبت به حجم مدفوع گردد. اگر مقادیر مایعات و فیبرهای غذایی جهت ایجاد پاسخ اجابت مزاج کافی نباشد، در این صورت احتمالاً ملین‌های اسموتیک مانند لا-کتولوز و یا ملین‌های حجیم‌کننده مفید خواهند بود. در مواردی که بیمار به ملین‌های اسموتیک و حجیم‌کننده مدفوع پاسخ نمی‌دهد، در این صورت می‌توان از ملین‌های محرک استفاده کرد. البته در صورت وجود انسداد این ملین‌ها مشکل‌زای باشند.

مکانیسم اثر: ملین‌های حجیم‌کننده مدفوع از طریق جذب آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع می‌شوند و در نتیجه باعث تحریک حرکات دودی روده می‌شوند. ملین‌های نرم‌کننده با کاهش کشش سطحی باعث افزایش نفوذپذیری آب به داخل مدفوع و سپس نرم شدن مدفوع می‌گردند. ملین‌های اسموتیک با افزایش فشار اسمزی در روده باعث جذب مایعات و انبساط کولون می‌گردند و در نتیجه حرکات دودی روده افزایش می‌یابد. ملین‌های محرک با تحریک مستقیم جداره روده باعث افزایش حرکات دودی می‌گردند و به همین دلیل از جذب بیش از حد مایعات موجود در روده نیز جلوگیری به عمل می‌آورند. ملین‌های با اثر <لغزنده ساز> معمولاً با تشکیل لایه‌های غیرقابل اختلاط با آب بر روی سطح مدفوع موجود در روده قرار گرفته باعث احتباس آب در مدفوع می‌گردند.

موارد مصرف ملین‌های حجیم‌کننده در بیماران که کولوستومی ایلتوستومی شده یا هموروئید، فیستول اسهال مزمن و کولون تحریک‌پذیر دارند، به کار می‌رود. همراه با این نوع ملین‌ها باید مقادیر متناسبی مایعات مصرف گردد تا از انسداد روده جلوگیری به عمل آید.

ملین‌های با اثر لغزنده ساز از جمله

پارافین مایع به صورت خوراکی در بیماران مبتلا به هموروئید مصرف می‌شوند و بعضی از انواع نیز مانند گلیسرول می‌تواند به صورت شیاف مصرف گردد.

ملین‌های اسموتیک مثل املاح منیزیم در مواردی که نیاز است محتویات روده به سرعت تخلیه گردد، استفاده می‌گردند.

موارد منع مصرف به طور کلی هیچ یک از ملین‌ها در موارد زیر نباید مصرف شوند: آپاندیسیت یا نشانه‌های آن خونریزی رکتوم با علت نامشخص نارسایی احتقانی قلب یا زیادی فشارخون دیابت تراکم مدفوع و انسداد روده

نکات قابل توصیه ۱- به طور کلی از مصرف ملین‌ها باید خودداری کرد، مگر این که یبوست موجب بدتر شدن شرایط بیمار (بوئژه

مبتلایان به آئزین صدري یا احتمال بروز خونریزی رکتوم شود.

۲- به‌طور کلی از مصرف ملین‌ها در کودکان باید خودداری کرد، مگر این‌که توسط پزشک تجویز شده باشد.

BISACODYL

موارد مصرف بیساکودیل به عنوان یک مسهل محرک برای درمان کوتاه مدت یبوست و تخلیه رکتوم و کولون قبل از انجام آزمون‌ها یا جراحی کولون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو احتمالاً با اثر مستقیم بر روی عضلات صاف روده باعث افزایش حرکات پرستالتیک روده می‌شود. فارماکوکینتیک اثر این دارو پس از ۸-۶ ساعت شروع می‌گردد.

موارد منع مصرف بیساکودیل در صورت وجود آپاندیسیت یا نشانه‌های آن یا خونریزی مقعد و نیز در انسداد روده با علت نامشخص نباید مصرف شود. این دارو در صورت کولوستومی یا ایلئوستومی نباید مصرف شود.

هشدارها: استفاده از این دارو در کودکان با سن کمتر از ۶ سال باید زیر نظر پزشک صورت گیرد.

عوارض جانبی از عوارض احتمالی این دارو می‌توان از آروغ زدن کرامپ اسهال تهوع و تحریک پوستی در اطراف مقعد نام برد.

تداخل‌های دارویی مصرف بیش از حد این دارو باعث دفع املاح پتاسیم می‌شود و اثر داروهای مدر در کاهش غلظت سرمی پتاسیم را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان داروهای ضداسید و شیر با قرص‌های بیساکودیل ممکن است باعث حل شدن سریع روکش قرصها و در نتیجه بروز تحریک معده یا دوازدهه شود.

نکات قابل توصیه ۱- از جویدن یا خورد کردن قرصهای بیساکودیل یا از مصرف آن با داروهای ضداسید خودداری گردد.

۲- در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، از مصرف این دارو خودداری گردد.

۳- مصرف طولانی مدت این دارو ممکن است سبب وابسته شدن کار روده به آن گردد.

۴- احتمال بروز بثورات جلدی و کرامپ به خصوص در صورت مصرف با معده خالی وجود دارد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای درمان یبوست مقدار

۱۰ - ۵ میلی گرم در شب مصرف می‌شود که در صورت لزوم این مقدار تا ۲۰-۱۵ میلی گرم افزایش می‌یابد. برای تخلیه روده‌ها قبل از اعمال رادیولوژی یا جراحی ۱۰ میلی گرم در شب از دو شب قبل مصرف می‌شود.

کودکان در درمان یبوست در کودکان با سن کمتر از ۱۰ سال سن مقدار ۵ میلی گرم و برای تخلیه روده نصف مقادیر مصرف بزرگسالان مصرف می‌شود.

شیاف

بزرگسالان برای درمان یبوست ۱۰ میلی گرم در صبح و برای تخلیه روده در صورت لزوم علاوه بر مصرف خوراکی دارو ۱۰ میلی گرم یک ساعت قبل از عمل جراحی یا عکسبرداری استعمال می‌گردد.

کودکان نصف مقدار مصرف بزرگسالان مصرف شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: ۵ mg

Suppository: ۱۰ mg

Pediatric Suppository: ۵ mg

GLYCERIN

موارد مصرف گلیسرین به‌عنوان ملین هیپراسموتیک و نرم کننده برای پیشگیری از یبوست استفاده می‌گردد. مکانیسم اثر: به‌دلیل اثر هیپراسموتیک آب را در روده جذب و محتویات روده را حجیم می‌کند که منجر به تحریک حرکات پرستالتیک روده و تحریک مدفوع نیز می‌گردد. فارماکوکینتیک زمان شروع اثر دارو پس از مصرف از راه مقعد در حدود ۱-۲۵/۰ ساعت است. موارد منع مصرف این دارو در صورت کولوستومی یا ایلئوستومی نباید مصرف گردد. عوارض جانبی ممکن است باعث از دست رفتن آب بدن تهوع و استفراغ شود. تداخل‌های دارویی مصرف طولانی آن ممکن است به‌دلیل دفع پتاسیم اثر داروهای مدر نگهدارنده پتاسیم را کاهش دهد. نکات قابل توصیه ۱- در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، از مصرف آن خودداری شود. ۲- مصرف طولانی مدت این دارو که به‌صورت عادت درآمده باشد، ممکن است باعث وابسته شدن کار روده به آن گردد. مقدار مصرف یک شیاف استعمال و به مدت ۱۵ دقیقه به‌حالت درازکش باقی بمانند. اشکال دارویی

(Suppositoy: ۷۰٪ w/w (۳ g

(Pediatric Suppository: ۷۰٪ w/w (۱ g

LACTULOSE

موارد مصرف لا-کتولوز به‌عنوان ملین هیپراسموتیک دفع مدفوع را آسان می‌کند. این دارو برای کاهش آمونیاک خون نیز مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: لاکتولوز در روده توسط باکتری‌های طبیعی روده به اسید لاکتیک اسید فرمیک و اسید استیک تبدیل می‌شود و فشار هیپراسموتیک ایجاد می‌کند. این عمل باعث جذب آب و افزایش حجم محتویات روده و در نتیجه افزایش حرکات پرستالتیک روده می‌شود. فارماکوکینتیک زمان شروع اثر این دارو در حدود ۴۸-۲۴ ساعت می‌باشد (دارو جذب سیستمیک نمی‌شود). موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود، در آپاندیسیت یا نشانه‌های آن خونریزی رکتوم با علت نامشخص انسداد روده و نیز در زیادی گالاکتوز خون نباید مصرف شود. عوارض جانبی عوارض جانبی لاکتولوز کم و شامل کرامپ اسهال ایجاد گاز و افزایش تشنگی می‌باشد. تداخل‌های دارویی مصرف طولانی مدت آن ممکن است به‌دلیل افزایش دفع باعث افزایش دفع املاح پتاسیم گردیده و اثر مدرهای نگهدارنده پتاسیم را کاهش دهد. نکات قابل توصیه ۱- برای بهبود طعم لاکتولوز بهتر است آن را با شیر یا آب میوه مصرف نمایند. ۲- در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، از مصرف لاکتولوز خودداری شود. ۳- استفاده طولانی مدت از این دارو می‌تواند منجر به وابستگی به این دارو گردد. به‌طور کلی از مصرف ملین‌ها به مدت بیش از یک

هفته (بدون مشورت پزشک باید خودداری کرد).

مقدار مصرف در بزرگسالان به‌عنوان ملین ۲۰ g/day - ۱۰ مصرف می‌شود که در صورت نیاز، این مقدار تا ۴۰ g/day افزایش داده می‌شود. به‌عنوان کاهنده آمونیاک خون ۳۰ g/day - ۲۰ مصرف می‌شود. مقدار مصرف را می‌توان هر روز یا یک روز در میان برای ایجاد ۲-۳ بار اجابت مزاج در روز تنظیم نمود.

مقدار مصرف لاکتولوز (به‌صورت شربت در کودکان ۵ - ۲/۵ سال ۶ g/day و در کودکان ۱۲-۶ سال ۱۰ g/day - ۵ و ۱۶-۱۲ سال ۲۰ g/day - ۱۰ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰ g / ۱۵ ml

Powder for Syrup: ۱۰ g / sachet

MAGNESIUM HYDROXIDE

موارد مصرف ۱ - این دارو را می‌توان به‌عنوان ضد اسید مصرف نمود.

۲ - هیدروکسید منیزیم (و سولفات منیزیم در درمان کوتاه مدت یبوست مصرف می‌شود).

مکانیسم اثر: اثر ضد اسید این دارو همانند بقیه آنتی‌اسیدها ناشی از خنثی‌سازی اسید معده توسط دارو است ولی نمی‌تواند اثر مستقیم روی تولید اسید معده داشته باشد. به‌عنوان مسهل یا جذب آب به داخل روده ناشی از فشار اسموتیک حرکات دودی روده و دفع مدفوع را تسهیل می‌کند.

فارماکوکینتیک هیدروکسید منیزیم یک ضد اسید سریع‌الاثر می‌باشد. ۱۰ درصد منیزیم مصرف شده در دارو جذب می‌گردد. اثر این فرآورده به‌عنوان ملین ۳-۵ ساعت بعد از مصرف شروع می‌شود.

موارد منع مصرف در عیب شدید کار کلیه ترکیبات حاوی منیزیم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - ظرفیت خنثی‌سازی اسید این فرآورده کم می‌باشد.

۲ - مصرف مکرر و زیاد به‌عنوان ضد اسید باعث بروز اثرات مسهلی این دارو می‌گردد.

۳ - به‌دلیل اثر اسموتیک این دارو و جذب آب از خون باید همراه بایک لیوان آب مصرف گردد.

۴ - در کودکان با احتیاط مصرف گردد، زیرا احتمال افزایش منیزیم خون وجود دارد.

عوارض جانبی با مصرف طولانی این فرآورده احتمال بروز اختلال الکترولیتی با علائم سرگیجه منگی ضربان نامنظم قلب تغییرات خلقی و روانی خستگی و ضعف وجود دارد. این اثرات در صورت وجود نارسائی کلیه به دلیل تجمع منیزیم در بدن تشدید می‌گردد. اسهال تهوع و استفراغ از دیگر عوارض آن است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ضد اسیدها با سایر داروها می‌تواند در جذب آنها مداخله کند و بنابراین باید از لحاظ مدت زمان مصرف مورد دقت بیشتری قرار گیرد. از جمله این داروها می‌توان از کینیدین داروهای ضد انعقاد خوراکی ترکیبات ضد دیسکینزی داروهای ضد موسکارینی سایمتیدین گلیکوزیدهای دیژیتال ایزونیاژید، کتوکونازول لوودوپا، متنامین فنوتیازین‌ها، فسفات‌ها، سالیسیلات‌ها، پلی‌استیرن سولفونات ویتامین D، تراسیکلین‌ها و تیوگزانتین‌ها نام برد.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف این دارو در کودکان به‌عنوان ضد اسید در هر نوبت باید حداقل بانصف لیوان آب یا سایر مایعات همراه باشد.

۲- قبل از استفاده از سوسپانسیون بایستی شیشه دارو به خوبی تکان داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضداسید ۱۵-۵ میلی‌لیتر چهار بار در روز بایک لیوان آب و به‌عنوان مسهل ۶۰-۳۰ میلی‌لیتر به‌صورت مقدار واحد همراه با یک لیوان آب یا سایر مایعات مصرف می‌گردد.

کودکان در کودکان تا ۱۲ سال به‌عنوان ضداسید ۵ - ۲/۵ میلی‌لیتر حداکثر ۴ بار در روز و به‌عنوان مسهل در کودکان تا یک‌سال ۵ میلی‌لیتر و در کودکان ۱-۱۲ سال مقدار ۳۰-۷/۵ میلی‌لیتر به‌صورت مقدار واحد مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Suspension: ۸٪

MINERAL OIL

موارد مصرف مینرال اویل به‌عنوان ملین نرم‌کننده برای پیشگیری و درمان کوتاه‌مدت یبوست مصرف می‌گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با تشکیل لایه غیرقابل اختلاط با آب بر روی سطح مدفوع و روده باعث افزایش احتباس آب در مدفوع و تسهیل دفع آن می‌شود.

فارماکوکینتیک زمان لازم برای شروع اثر این دارو از راه خوراکی ۴۸ - ۲۴ ساعت می‌باشد. این دارو از دستگاه گوارش جذب نمی‌شود.

موارد منع مصرف علاوه بر موارد کلی ذکر شده بر تمام مسهل‌ها، مینرال اویل رادر صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف کرد. زیرا احتمال آسپیراسیون دارو به مجاری تنفسی وجود دارد.

هشدارها: در کودکان و افراد سالخورده و بیماران بستری احتمال آسپیراسیون قطرات روغن و بروز پنومونی لیپوئیدی وجود دارد.

عوارض جانبی تحریک پوست اطراف ناحیه مقعد از عوارض این دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف طولانی مدت این دارو ممکن است به دلیل دفع پتاسیم

اثر مدهای نگهدارنده پتاسیم را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بهتر است این دارو در موقع خواب مصرف گردد.

۲- در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، از مصرف آن خودداری شود.

۳- این دارو بدون نظر پزشک بیشتر از یک‌هفته مصرف نگردد.

۴- مصرف طولانی مدت این دارو که به‌صورت عادت درآمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده به آن گردد.

۵- از مصرف طولانی مدت این دارو به دلیل مختل کردن جذب ویتامین‌های E, D, A و K خودداری شود.

۶- مصرف زیاد این دارو باعث نشت دارو از مقعد و آلوده کردن لباسها می‌گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۴۵-۱۵ میلی‌لیتر یکبار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۶ سال ۱۵-۱۰ میلی‌لیتر یکبار در روز مصرف می‌شود.

مصرف این فرآورده در کودکان با سن کمتر از ۶ سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Emulsion: Bulk

SORBITOL

موارد مصرف ۱ - سوربیتول به عنوان ملین هیپراسموتیک در درمان کوتاه مدت اسهال مصرف می‌شود.

۲ - سوربیتول به عنوان شیرین کننده در فرآورده‌های دارویی بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک جذب سوربیتول از مجرای گوارش بسیار ضعیف است این ماده در کبد متابولیزه شده و به فروکتوز تبدیل می‌شود. بخشی از سوربیتول نیز به گلوکز متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف سوربیتول در بیماران مبتلا به عدم تحمل ارثی فروکتوز یا در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا آسیب شدید کبد نباید مصرف شود.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است سبب بروز نفخ درد شکم و اسهال شود.

مقدار مصرف به عنوان ملین اسموتیک از راه خوراکی یا رکتال مقادیر ۵۰-۲۰ گرم از دارو مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Powder: ۵ g / Sachet

MESALAZINE

موارد مصرف مزالازین در درمان و پیشگیری حالت‌های خفیف تا متوسط کولیت اولسروز یا بیماری کرون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو احتمالاً با مهار آنزیم سیکلواکسیژناز باعث کاهش تولید پروستاگلاندین‌ها و در نتیجه کاهش التهاب در بیماری التهابی روده‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک حدود ۳۰-۲۰ درصد یک مقدار مصرف خوراکی جذب و باقی مانده آن در روده هیدرولیز می‌شود. داروی جذب شده نیز به سرعت در مخاط روده و کبد هیدرولیز می‌شود.

هشدارها: این دارو در صورت وجود اختلال‌های خونی و تنگی پیلور با احتیاط مصرف شود.

موارد منع مصرف مزالازین در صورت وجود حساسیت مفرط به سالیسیلات‌ها و عیب کار کلیه نباید مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع اسهال و درد شکم سردرد، بهتر شدن علائم کولیت بندرت پانکراتیت هپاتیت یا نفریت برگشت پذیر یا سندرم نفروتیک بثورات جلدی و کهیر، اختلال خونی (کاهش کلبول‌های سفیدخون یا پلاکت‌ها یا آنمی اپلاستیک، میوکاردیت سندرم شبه لوپوس و آلئوتولیت از عوارض گزارش شده این دارو هستند.

نکات قابل توصیه این دارو باید قبل از غذا و هنگام خواب با مقدار کافی آب مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار ۱ g/day چهار بار در روز در مقادیر منقسم به مدت حداکثر تا ۸ هفته تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: ۲۵۰ mg, ۵۰۰ mg

METOCLOPRAMIDE

موارد مصرف متوکلوپرامید در درمان تهوع و استفراغ ناشی از جراحی یا

شیمی درمانی برگشت محتویات معده به مری آهسته بودن تخلیه معده جلوگیری از پنومونی ناشی از اسپیراسیون سردرد، عروقی سکسکه مقاوم و گاستروپارازیز دیابتیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: متوکلوپرامید احتمالاً شل شدن عضلات صاف معدی ناشی از دوپامین را مهار می‌کند و بنابراین باعث تقویت اثرات کولینرژیک می‌شود. اثرات ضد تهوع دارو ناشی از افزایش آستانه فعالیت گیرنده‌های شیمیائی (CTZ) می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب متوکلوپرامید از دستگاه گوارش سریع است متابولیسم آن کبدی و نیمه عمر دارو ۶-۴ ساعت است زمان شروع اثر دارو از راه خوراکی ۶۰-۳۰ دقیقه تزریق عضلانی ۱۵-۱۰ دقیقه و تزریق وریدی ۳-۱ دقیقه است طول اثر دارو ۲-۱ ساعت و دفع آن عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف در صورت ابتلاء بیمار به صرع خونریزی گوارشی انسداد مکانیکی یا پرفوراسیون مجرای گوارش یافتن کروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت عیب شدید کار کلیه یا کبد باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در صورت عیب شدید کار کلیه یا کبد مقدار مصرف دارو باید به حدود نصف کاهش یابد.

عوارض جانبی تغییرات فشارخون تاکی کاردی عوارض خارج هرمی و دیسکنزی اسهال سرگیجه بیقراری خستگی یا ضعف غیر عادی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف متوکلوپرامید با سایر داروهای مضعف CNS باعث تشدید عوارض سداتیو دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- تزریق وریدی متوکلوپرامید باید به آهستگی و طی ۲-۱ دقیقه انجام شود.

۲- شکل خوراکی دارو باید ۳۰ دقیقه قبل از هر وعده غذا و موقع خواب مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای درمان گاستروپارازین ناشی از دیابت ۱۰ میلی گرم ۳۰ دقیقه قبل از شروع علائم یا قبل از غذا و هنگام خواب تا حداکثر ۴ بار در روز مصرف می‌شود. در درمان برگشت محتویات معده به مری ۱۵-۱۰ میلی گرم ۳۰ دقیقه قبل از شروع علائم یا قبل از غذا و هنگام خواب تا حداکثر ۴ بار در روز مصرف می‌شود. در درمان سکسکه مقدار ۲۰-۱۰ میلی گرم ۴ بار در روز به مدت یک هفته تجویز می‌شود. در صورت نیاز مقدار اولیه ۱۰ میلی گرم به صورت تزریق عضلانی تجویز می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دارو ۰/۵

mg/kg/day است

کودکان در درمان تاخیر تخلیه معده یا به عنوان محرک پرستالتیک در کودکان ۱۴-۵ سال مقدار ۵-۲/۵ میلی گرم ۳ بار در روز ۳۰ دقیقه قبل از غذا و هنگام خواب تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در درمان تاخیر تخلیه معده یا محرک پرستالتیک ۱۰ میلی گرم تزریق وریدی می‌شود. در درمان سکسکه ابتدا ۱۰ میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود و سپس به صورت خوراکی ادامه می‌یابد. به عنوان ضد تهوع در شیمی درمانی ۲ mg/kg برای ۳۰ دقیقه قبل از شیمی درمانی تجویز می‌شود که در صورت نیاز هر ۲ یا ۳ ساعت تکرار می‌شود. در صورت نیاز می‌توان ۱ mg/kg از دارو را به صورت انفوزیون وریدی تجویز کرد. به عنوان ضد تهوع بعد از جراحی ۲۰-۱۰ میلی گرم نزدیک پایان جراحی تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان به عنوان ضد تهوع و در درمان تاخیر تخلیه معده یا محرک پرستالتیک ۱ mg/kg به صورت مقدار واحد تجویز می‌شود که در صورت نیاز یک ساعت بعد تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۶۰ mg / ۱۵ ml

Injection: ۱۰ mg / ۲ ml

Tablet: ۲۵ mg

OMEPRAZOLE

موارد مصرف امپرازول در درمان زخم‌های خوش خیم معده و دوازدهه زخم‌های وابسته به هلیکوباکتری پیلوری سندروم زولینجر - الیسون کاهش اسید معده در جراحی و پیشگیری یا کوتاه مدت بازگشت محتویات معده به مری و درمان بیماری به کار برده می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو با مهار پمپ $K^+/H^+/ATPase$ باعث مهار تولید اسید در معده می‌گردد.

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع است و دارو با کاهش اسید معده به جذب خود کمک می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و از راه کلیه دفع می‌گردد. نیمه عمر آن بین ۱-۰/۵ ساعت می‌باشد.

هشدارها: این دارو باید در بیماران

متلا به یا دارای سابقه ابتلای به

بیماری مزمن کبدی با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارو می‌توان سردرد، اسهال، بثورات جلدی، کهیر و سرگیجه را نام برد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد انعقاد خوراکی مانند وارفارین باعث افزایش اثر وارفارین می‌گردد.

مصرف همزمان این دارو با دیازپام و داروهای ضد صرع مثل فنی‌توئین باعث افزایش اثر آن می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز سوءهاضمه اسهال و کهیر طی درمان به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت اثبات وجود سرطان معده از مصرف این دارو باید خودداری گردد.

۳- کپسول دارو باید بلافاصله قبل از غذا و ترجیحاً در صبح مصرف شود.

مقدار مصرف در ناراحتی‌ها و زخم‌های خوش خیم معده و دوازدهه مقدار ۲۰ mg/day به مدت ۴-۸ هفته مصرف می‌شود. در موارد شدید می‌توان مقدار مصرف را به ۴۰ mg/day افزایش داد. در صورت نیاز مقدار نگهدارنده ۲۰ mg/day مصرف می‌شود. در

زخم‌های گوارشی همراه با هلیکوباکتری پیلوری مقدار مصرف فوق همزمان با آنتی‌بیوتیک مناسب مصرف می‌گردد.

در سندرم زولینجر - الیسون با مقدار اولیه ۶۰ mg/day شروع می‌شود. مقدار معمول در چنین مواردی بسته به نیاز بیمار

بین ۱۲۰-۲۰ mg/day می‌باشد. برای کاهش اسید معده پیش از جراحی ابتدا ۶۰ میلی‌گرم در عصر روز قبل از جراحی مصرف

می‌گردد و ۲-۶ ساعت قبل از جراحی ۴۰ میلی‌گرم دیگر مصرف می‌شود. در بازگشت محتویات معده به مری ۲۰ mg/day روزانه

به مدت ۴-۸ هفته که در صورت نیاز تا ۴۰ میلی‌گرم قابل افزایش است مصرف می‌شود.

کودکان مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۰ mg

PANCREATIN

موارد مصرف پانکراتین به عنوان مکمل آنزیم‌های لوزالمعده برای هضم چربی‌ها و کربوهیدرات‌ها در التهاب مزمن لوزالمعده فیروزسیستیک انسداد مجاری لوزالمعده و سرطان لوزالمعده یا مجرای کلدوک و بعد از برداشت لوزالمعده که منجر به ترشح ناقص

آزمیم‌های مربوطه می‌گردد استفاده می‌شود. همچنین این دارو در درمان استئاتوره ناشی از برداشتن تمام قسمتی از معده و یا روده نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: به علت وجود پروتئاز، آمیلازولپاز در این دارو هضم چربی‌ها و پروتئین‌ها و نشاسته در مجرای گوارش با سهولت بیشتری انجام می‌شود.

هشدارها: بیمارانی که نسبت به پروتئین‌های حیوانی عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند. عوارض جانبی بیشتر عوارض ناشی از مصرف بیش از حد دارو می‌باشد که می‌تواند منجر به تحریک دهان و مری و ناحیه قبل از دفع در روده شود.

تداخل‌های دارویی جذب فرآورده‌های خوراکی حاوی آهن در صورت مصرف همزمان با این دارو کاهش می‌یابد. نکات قابل توصیه ۱ - بهتر است این دارو با غذا میل شود.

۲ - از جویدن قرصها باید خودداری شود.

۳ - اثر این دارو با اسید معده کاهش می‌یابد. بنابراین باید بعد از غذا مصرف شود.

۴ - در صورت بروز اسهال درد شکمی و ناراحتی‌های دیگر گوارشی با پزشک مشورت گردد.

۵ - گرما یا غذای داغ موجب غیر فعال شدن دارو می‌گردد.

۶ - در بیماران مبتلا به اختلال‌های مری یا در بیمارانی که قرص را در حالت خوابیده مصرف می‌کنند، برای کاهش احتمال باقیماندن قرص در مری پس از مصرف قرص مقداری غذای جامد مصرف کنند.

مقدار مصرف روزی یک قرص همراه با غذا یا قبل از آن مصرف شود. در صورت نیاز، می‌توان مقدار مصرف را به دو قرص یا بیشتر افزایش داد.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: Amylase ۲۵۰۰۰ FIPU + Lipase ۳۶۰۰۰ FIPU + Protease ۲۰۰۰ FIPU

PROPANTHELINE BROMIDE

موارد مصرف پروپانتلین به عنوان داروی کمکی در درمان زخم‌های گوارشی و اختلالات گوارشی ناشی از اسپاسم عضلات صاف معده - روده‌ای مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به طور رقابتی گیرنده‌های موسکارینی را مسدود کرده و باعث مهار حرکات عضله صاف و کاهش ترشحات معده می‌گردد.

فارماکوکینتیک حدود ۵۰ درصد از راه خوراکی جذب می‌گردد و بقیه آن در دستگاه گوارش هیدرولیز می‌شود. نیمه عمر آن ۹ ساعت است محل اصلی متابولیسم این دارو در کبد است و به آهستگی از کلیه دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ - در بیماران سالخورده احتمال بروز اختلال حافظه هیجان آشفتگی خواب آلودگی یا اغتشاش شعور وجود دارد.

۲ - به دلیل بروز خشکی دهان احتمال بروز پوسیدگی دندانها در مصارف طولانی مدت وجود دارد.

۳ - در بیماریهای انسدادی روده آشالازی و تنگی پیلور، گلوکوم با زاویه باریک التهاب مری ناشی از برگشت محتویات معده به مری احتباس ادرار و بزرگی پروستات با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی احتمال بروز افزایش حرارت بدن در صورت مصرف این دارو در مناطق گرمسیر یا در صورت فعالیت شدید بدن وجود دارد. از عوارض شایع این دارو می‌توان از یبوست احساس نفخ کاهش تعریق خشکی دهان سردرد و نبض سریع نام برد.

تداخل‌های دارویی دفع ادراری پروپانتلین در صورت استفاده از داروهای قلبی‌کننده ادرار از جمله استازولامید به تاخیر می‌افتد. در صورت مصرف این دارو با آمانتادین ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای داروهای ضد هیستامینی سایر داروهای ضد موسکارینی دیسوپیرامید، هالوپریدول و تیوگزانتین‌ها اثر ضد موسکارینی آنها تشدید می‌گردد. ضداسیدها و داروهای ضد اسهال جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. مصرف همزمان این دارو با داروهای ضد دردمخدر شبه تریاک ممکن است منجر به افزایش خطر یبوست شدید، انسداد و فلج روده‌ها و یا احتباس ادرار شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای افزایش جذب این دارو ۱-۰/۵ ساعت قبل از غذا مصرف گردد.

۲- احتمال افزایش حساسیت چشمها به نور و بروز خشکی دهان وجود دارد.

۳- در هوای گرم یا در صورت فعالیت شدید بدنی احتمال افزایش دمای بدن وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱۵ میلی گرم قبل از غذا سه بار در روز و ۳۰ میلی گرم موقع خواب بر اساس نیاز بیمار تجویز می‌شود. حداکثر میزان مصرف در بزرگسالان ۱۲۰ mg/day است

کودکان در کودکان مقدار ۰/۴ mg/kg چهاربار در روز بر اساس نیاز و تحمل بیمار تجویز می‌شود. (قرص این دارو برای مصرف کودکان چندان مناسب نیست زیرا نمی‌توان قرص را تقسیم کرد).

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۵mg

RANITIDINE

موارد مصرف رانیتیدین در درمان کوتاه مدت زخمهای فعال دوازدهه یا زخمهای فعال و خوش خیم معده (در مقادیر کم برای پیشگیری از عود زخم دوازدهه مصرف می‌شود)، حالات مرضی ترشح بیش از حد اسید معده مانند سندروم زولینگر-الیسون برگشت محتویات معده به مری و سایر مواردی که کاهش اسید معده برای آن مفید است مانند جراحی دردستگاه گوارش مورد استفاده قرار می‌گیرد.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت با هیستامین در سطح گیرنده‌های H₂ در سلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای اسید معده و همچنین تحریک ترشح اسید معده توسط غذا، پنتاگاسترین و سایر محرک‌های ترشح اسید معده را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک رانیتیدین به سرعت از مجرای گوارش جذب می‌گردد و در اولین عبور کبدی متابولیزه می‌گردد. اوج غلظت سرمی آن در حدود ۳-۲ ساعت پس از مصرف می‌باشد. طول اثر دارو برای کاهش ترشح اسید ۴ ساعت و در هنگام شب حدود ۱۲ ساعت می‌باشد. این دارو از راه کلیه دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱- بیماران که به سایمتیدین عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند.

۲- در سیروز کبدی و ناراحتی‌های کلیوی متوسط تا شدید خطر بروز عوارض جانبی به خصوص عوارض عصبی دارو وجود دارد.

۳- مصرف این دارو بیش از ۱۲ هفته مداوم توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو بیشتر شامل اسهال یا یبوست سرگیجه یا سردرد و نفخ شکم است

تداخل‌های دارویی جذب این دارو در حضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد.

با وجود آنکه رانیتیدین در مقایسه با سایمتیدین یک مهارکننده ضعیف‌تر آنزیم‌های کبدی است با این وجود در مصرف همزمان سایر داروها با این دارو باید احتیاط کرد.

نکات قابل توصیه ۱ - کشیدن سیگار موجب کاهش اثر این دارو می‌شود.

۲ - در بیماران سالخورده یا مبتلا به نارسایی کبدی یا کلیوی ممکن است به کاهش مقدار مصرف دارو نیاز باشد.
مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان قرحه خوش خیم گوارشی قرحه ناشی از مصرف داروها، بازگشت محتویات معده به مری و سوءهاضمه مزمن مقدار ۱۵۰ میلی گرم ۲ بار در روز (صبح و شب یا ۳۰۰ میلی گرم موقع خواب برای مدت ۸ - ۴ هفته مصرف می‌شود.
در درمان سندرم زولینجر - ایسون ۱۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز تا حداکثر ۶g/day در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.
کودکان در درمان قرحه گوارشی

۴ mg/kg - ۲ دوبرار در روز تا حداکثر ۳۰۰ mg/day مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده تا ۱۵۰ میلی گرم در شب می‌باشد.

تزریقی

برای کاهش ترشح اسید معده قبل از اعمال جراحی یا زایمان مقدار ۱۵۰ - ۵۰ میلی گرم ۲ - ۰/۵ ساعت قبل از القای بیهوشی به صورت عضلانی یا تزریق آهسته وریدی مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet (as HCl): ۱۵۰ mg

Injection (as HCl) : ۲۵ mg/ml

SUCRALFATE

موارد مصرف این دارو برای درمان کوتاه مدت ۸ هفته‌ای زخم دوازدهه یا پیشگیری از آن و برای درمان کوتاه مدت زخم معده و تخفیف عوارض گوارشی داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سوکرافیت احتمالاً با اتصال به بقایای پروتئینی زخم مثل آلبومین و فیرینوزن یک لایه محافظ بر ضد اسید ایجاد می‌کند. این دارو همچنین احتمالاً با تشکیل لایه محافظ بر روی مخاط سالم آنها را در مقابل اثرات اسید حفظ می‌کند.

فارماکوکینتیک تقریباً ۵٪ دارو از راه خوراکی جذب می‌گردد. طول مدت اثر سوکرافیت حدود ۵ ساعت است و عمدتاً از راه مدفوع دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در صورت عیب شدید کار کلیه به دلیل احتمال جذب آلومینیوم موجود در این فرآورده نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف بیش از هشت هفته این دارو توصیه نمی‌گردد.

عوارض جانبی عارضه شایع این دارو بیوست است عوارض ناشی از کم‌تر آن عبارت از کم‌درد، اسهال سرگیجه یا منگی خواب‌آلودگی خشک شدن دهان سوءهاضمه تهوع و دردهای شکمی است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ضد اسیدها به دلیل پیوند آنها به یکدیگر اثر آنها را کاهش می‌دهد. در صورت مصرف همزمان با فنوتین سیپروفلوکساسین اوفلوکساسین دیگوکسین و تیوفیلین ممکن است جذب این داروها و در نتیجه سطح خونی آنها کاهش یابد. این دارو همچنین ممکن است جذب تتراسایکلین‌ها و ویتامین‌های محلول در چربی مثل E و K و D و A را کاهش دهد.

مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان یک گرم چهار بار در روز یک ساعت قبل از هنگام خواب است

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱ g

Scored Tablet: ۵۰۰ mg

For Suspension: ۱ g/sachet

SULFASALAZINE

- موارد مصرف سولفاسالازین در پیشگیری و درمان بیماری التهابی روده از جمله کولیت اولسروز یا بیماری کرون مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: اثر سولفاسالازین در بیماری التهابی روده ممکن است به دلیل اثرات تضعیف کننده سیستم ایمنی باشد. سولفاسالازین توسط باکتری‌های روده به سولفاپیریدین و ۵-آمینوسالیسیلیک اسید (مزالازین تجزیه می‌شود و ممکن است این دو ترکیب مسئول اثرات دارو باشند.
- فارماکوکینتیک سولفاسالازین جذب ضعیفی دارد. ولی حدود ۸۰-۶۰ درصد سولفاپیریدین و ۲۵ درصد مزالازین ناشی از تجزیه سولفاسالازین در کولون جذب می‌شود. نیمه عمر سولفاسالازین ۱۰-۵ ساعت است دفع دارو عمدتاً کلیوی است
- موارد منع مصرف ۱- در صورت وجود حساسیت به سولفونامیدها، سالیسیلات‌ها، فوروسماید، مدرهای تیازیدی سولفونیل اوره‌ها یا مهارکننده‌های کرینیک اثر اندراز این دارو نباید مصرف شود.
- ۲- این دارو در کودکان با سن کمتر از ۲ سال نباید مصرف شود.
- هشدارها: ۱- در صورت مصرف طولانی مدت دارو، انجام آزمون شمارش سلول‌های خونی ضروری است
- ۲- امکان بروز سرگیجه با مصرف این دارو وجود دارد.
- ۳- در موارد زیر مصرف این دارو باید با احتیاط صورت گیرد: سابقه آلرژی بیماری کبدی یا کلیوی کمبود G6PD و وضعیت استیلایون آهسته
- عوارض جانبی عوارض گزارش شده این دارو عبارتند از تهوع استفراغ ناراحتی قسمت فوقانی شکم سردرد و بثورات جلدی همچنین این بندرت ممکن است موجب بروز تب اختلال‌های خونی خفیف پانکراتیت هپاتیت بدتر شدن کولیت سندرم استیسون جانسون سندرم شبه‌لوپوس اریتماتوز، آلئولیت فیروتیک هماتوری واکنش‌های حساسیت به نور و سندرم نفروتیک شود.
- تداخل‌های دارویی سولفاسالازین در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد انعقاد خوراکی داروهای ضد تشنج داروهای ضد دیابت و متوترکسات ممکن است باعث افزایش اثر این داروها شود.
- در صورت مصرف همزمان این دارو با سایر داروهای همولیتیک یا سمی برای کبد ممکن است عوارض این داروها تشدید گردد.
- نکات قابل توصیه ۱- هنگام مصرف این دارو باید هر روز مقدار کافی از مایعات مصرف شود تا حجم ادرار روزانه در افراد بالغ به حداقل حدود ۱/۵ لیتر برسد.
- ۲- سولفاسالازین را باید همراه یا بلافاصله بعد از غذا مصرف کرد. برای کاهش عوارض گوارشی دارو بهتر است مصرف دارو با مقادیر کم شروع شود.
- ۳- بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ممکن است به مقدار مصرف کمتری از این دارو نیاز داشته باشند.
- ۴- در بعضی از بیماران که به دارو واکنش‌های حساسیتی نشان می‌دهند، ممکن است با ادامه مصرف حساسیت به دارو از بین برود.
- ۵- این دارو ممکن است سبب تغییر ادرار به نارنجی شود.
- ۶- این دارو ممکن است سبب تغییر رنگ لوزه‌های تماسی شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان بیماری التهابی روده یک گرم هر ۸-۶ ساعت مصرف می‌شود. (در شروع درمان برای کاهش عوارض گوارشی دارو می‌توان درمان رابه مقدار ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ - ۶ ساعت مصرف نمود). به‌عنوان مقدار مصرف نگهدارنده با توجه به نیاز و تحمل بیمار هر ۶ ساعت ۵۰۰ میلی گرم مصرف می‌شود. مقدار مصرف نباید از ۴ g/day بیشتر شود.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۲ سال مقدار مصرف اولیه ۱۰ mg/kg هر ۶/۷ ساعت ۴ ساعت ۱۵ mg/kg هر ۶ ساعت یا ۲۰ mg/day هر ۱۳/۲ ساعت است مقدار مصرف نگهدارنده ۷/۵ mg/kg هر ۶ ساعت است
رکتال

بزرگسالان مقدار ۳ گرم هر شب قبل از خواب استعمال می‌شود در صورت مصرف همزمان خوراکی دارو، می‌توان مقدار ۱ - ۰/۵ گرم از دارو را صبح و شب بعد از تخلیه روده‌ها مصرف نمود. (دارو باید ۱ ساعت در رکتوم باقی بماند).
اشکال دارویی

Enteric Coated Tablet: ۵۰۰ mg

Enema: ۳ g/۱۰۰ ml

ALLOPURINOL

موارد مصرف آلپورینول برای پیشگیری از نقرس و سنگهای کلیوی با منشا اسیداوریک تجویز می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم گزانتین اکسیداز تولید اسیداوریک را کاهش می‌دهد. با کاهش غلظت سرمی و ادراری اسید اوریک رسوب اورات کاهش می‌یابد و از بروز یا پیشرفت آرتریت نقرسی و نقرساتی ناشی از اسید اوریک جلوگیری می‌کند. فارماکوکینتیک از راه خوراکی ۸۰ درصد دارو جذب می‌شود. آلپورینول شبیه اسید اوریک توسط آنزیم گزانتین اکسیداز متابولیزه می‌شود که متابولیت آن آلوزانتین خود مهارکننده آنزیم بوده دارای نیمه عمری طولانی است حدود ۷۰ درصد دارو در اولین عبور از کبد به متابولیت فعال آن تبدیل می‌شود. نیمه عمر آلپورینول ۳-۱ ساعت و نیمه عمر متابولیت آن به‌طور متوسط حدود ۱۵ ساعت است دفع آلپورینول کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو برای درمان حمله نقرسی و زیادی بدون علامت اسیداوریک خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- درمان با آلپورینول هنگامی شروع شود که حمله حاد نقرسی خاتمه یافته است

۲- در نارسایی کبد و کلیه با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بثورات جلدی اختلالات گوارشی ندرت؟ سرگیجه سردرد، خواب‌آلودگی اختلال چشایی زیادی فشار خون ریزش مو، سمیت کبدی پارستری و نوروپاتی علائم شبه سندرم استیون - جانسون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان این دارو با کاپتوپریل خطر مسمومیت با کاپتوپریل به‌خصوص در صورت نارسایی کلیوی افزایش می‌یابد. اثروارفارین و نیز غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین در مصرف همزمان با این دارو، احتمالاً افزایش می‌یابند. مصرف همزمان آلپورینول با آزاتیوپرین و مرکاپتوپورین موجب افزایش اثرات و سمیت این دو دارو می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت بروز بثورات جلدی مصرف دارو قطع شود. اگر بثورات خفیف بودند می‌توان با احتیاط مصرف دارو

- را دوباره شروع کرد ولی اگر با مصرف مجدد دارو بثورات جلدی بروز کرد، بلافاصله مصرف دارو قطع شود.
- ۲- به دلیل طولانی بودن نیمه عمر متابولیت آلپورینول مصرف یکبار در روز آن کفایت می‌کند. اما مقادیر مصرف بیش از ۳۰۰ mg/day باید به صورت منقسم مصرف شود.
- ۳- تا حداقل یک ماه پس از تصحیح زیادی اسید اوریک خون باید کلسی سین یا NSAID (به غیر از اسید استیل سالیسیلیک و سالیسیلات‌ها) برای پیشگیری از حملات آرتریتی تجویز شود.
- ۴- در طول مصرف این دارو باید مایعات به میزان کافی (۲ لیتر در روز) مصرف شود.
- ۵- در بیماران سرطانی در صورتیکه مصرف آلپورینول مورد نیاز باشد، باید قبل از تجویز داروی ضدسرطان مصرف آلپورینول آغاز شود.
- ۶- در صورت مصرف همزمان آلپورینول با مرکاپتوپورین یا آزاتیوپرین توصیه می‌شود که مقدار مصرف آزاتیوپرین و مرکاپتوپورین به ۱/۳ تا ۱/۴ مقدار مصرف معمول کاهش داده شود.
- مقدار مصرف
- بزرگسالان ابتدا ۱۰۰ میلی گرم یکبار در روز پس از غذا تجویز می‌شود. سپس طی ۱-۳ هفته براساس غلظت پلاسمایی یا ادراری اسید اوریک به تدریج تا حدود ۳۰۰ mg/day افزایش می‌یابد. مقدار مصرف معمول نگهدارنده ۶۰۰ - ۲۰۰ میلی گرم و در شرایط حاد ۹۰۰ - ۷۰۰ میلی گرم در روز است مقادیر بیش از ۳۰۰ میلی گرم در روز به صورت منقسم تجویز می‌شود.
- کودکان در نئوپلاسم و اختلالات آنزیمی روزانه ۲۰ mg/kg - ۱۰ یا ۴۰۰-۱۰۰ mg/day تجویز می‌گردد.
- اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg, ۳۰۰ mg

AMMONIUM CHLORIDE

- موارد مصرف کلور آمونیم به عنوان خلط‌آور، معمولاً در ترکیب با سایر داروهای خلط‌آور و ضدسرفه مصرف می‌شود. کلور آمونیم سبب ایجاد دیورز گذرا و اسیدوز خفیف می‌شود و سبب تسریع در دفع داروهای بازی می‌گردد. این دارو در درمان آلکالوز متابولیک شدید و نیز حفظ pH اسیدی ادرار در درمان بعضی از اختلالات مجرای ادرار مورد استفاده قرار می‌گیرد. این دارو به منظور افزایش حلالیت یون‌های کلسیم و فسفات برای کنترل بیماران مبتلا به سنگهای فسفاتی مجاری ادراری و همچنین افزایش یونیزاسیون کلسیم در تتانی ناشی از آلکالوز مصرف شده است
- مکانیسم اثر: کاتیون آمونیم توسط کبد به اوره تبدیل شده و یک اتم هیدروژن آزاد می‌گردد که با یون بی کربنات آب و گاز کربنیک تولید می‌نماید. آنیون کلور با بازهای ثابت در مایع خارج سلولی پیوند می‌یابد. جایگزینی بی کربنات با کلرو باعث تغییر نسبت بی کربنات به اسید کربنیک شده و اسیدوز ایجاد می‌کند. همچنین با افزایش دفع الکترولیت‌ها و آب خارج سلولی کلور آمونیم سبب کاهش مایع خارج سلولی شده و جابجایی مایعاتی را که سبب خیز شده‌اند، تسریع می‌کند.
- فارماکوکینتیک کلور آمونیم پس از مصرف خوراکی به سرعت از مجرای گوارش جذب می‌شود و در طول ۳-۶ ساعت جذب آن کامل می‌شود. این دارو در کبد متابولیزه و به اسید کلریدریک و اوره تبدیل می‌شود.
- موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به عیب شدید کار کبد یا کلیه و اسیدوز اولیه نباید مصرف شود.
- هشدارها: ۱- این دارو در بیماران مبتلا به بی کفایتی ریه یا خیز قلبی باید با احتیاط مصرف شود.
- ۲- پیگیری وضعیت بیماران از نظر علائم و نشانه‌های مسمومیت با آمونیم در طول مصرف کلور آمونیم باید صورت گیرد.

عوارض جانبی تحریک مخاط معده ناراحتی معده بی‌اشتهایی تهوع استفراغ و تشنگی پس از مصرف خوراکی و به‌ویژه بامقادیر زیاد گزارش شده است. مقادیر بسیار زیاد این دارو ممکن است سبب بروز اسیدوز و کمی پتاسیم خون شود. نکات قابل توصیه این دارو باید پس از غذا مصرف شود تا احتمال بروز عوارض گوارشی به حداقل برسد. مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان اسیدی‌کننده ادرار، مدر و درمان آلکالوز، ۱۲ g/day در مقادیر منقسم هر ۴-۶ ساعت مصرف می‌شود. به‌عنوان مدر، دارو باید ۳-۴ روز مصرف شود، سپس مصرف آن برای چند روز قطع شود و بعد از آن مجدد؟ درمان به‌همین ترتیب شروع شود.

کودکان به‌عنوان اسیدی‌کننده ادرار، ۷۵ mg/kg/day در چهار مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

FINASTERIDE

موارد مصرف فیناسترید در درمان هیپرپلازی خوش خیم پروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو آنزیم ۵-آلفا هیدروکورتاز را که مسئول تبدیل تستوسترون به دی‌هیدروتستوسترون می‌باشد، به‌طور اختصاصی مهار می‌کند. باعث کاهش اندازه پروستات بهبود سرعت جریان ادرار و رفع علائم انسدادی می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود. نیمی از دارو در کبد متابولیزه و از طریق مدفوع دفع می‌شود. نیمه عمر دارو حدود ۸ ساعت است و کمتر از یک درصد دارو از طریق ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری انسدادی دستگاه ادراری و سرطان پروستات با احتیاط مصرف شود.

۲- تجویز این دارو در سرطان پروستات ممکن است موجب کاهش نشانگرهای اختصاصی مثل آنتی‌ژن اختصاصی پروستات گردد.

۳- به‌دلیل انتشار دارو در مایع منی در صورتی که همسر بیمار باردار باشد یا احتمال بارداری وجود دارد، استفاده از کاندوم توصیه می‌گردد.

عوارض جانبی ناتوانی جنسی کاهش میل جنسی و حجم مایع انزال بزرگ شدن و احساس ناراحتی در پستان‌ها، واکنش‌های حساسیت مفرط (از جمله تورم لب و بثورات جلدی از عوارض این دارو می‌باشند).

نکات قابل توصیه شش ماه پس از تجویز این دارو، باید پاسخ درمانی بررسی شود. گاه لازم است برای ظهور اثرات مفید درمانی این دارو ماهها مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف روزانه ۵ میلی‌گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

METHYLERGONOVINE

موارد مصرف متیل ارگونوین به‌منظور پیشگیری و درمان خونریزی پس از زایمان یا سقط‌جنین به کار برده می‌شود. در درمان سقط ناقص نیز ممکن است به کار برده شود.

مکانیسم اثر: متیل ارگونوین عضله رحم رامستقیم؟ تحریک می‌کند. انقباض دیواره رحم و اطراف رگهای خونریزی دهنده در محل

جفت سبب توقف خونریزی می‌شود. متیل ارگونوین شبیه دیگر آلكالوئیدهای ارگوت با تحریک گیرنده‌های سروتونین و آلفا آدرنژیک سبب انقباض عروق سرخرگی می‌شود. اثرات اکسی‌توسیک متیل ارگونوین بیش از اثرات عروقی آن می‌باشد. فارماکوکینتیک جذب خوراکی دارو سریع و به میزان ۶۰ درصد و جذب عضلانی دارو ۷۸ درصد می‌باشد. متابولیسم دارو کبدی بوده و دارای متابولیسم اولین عبور کبدی بالایی می‌باشد. پس از تجویز خوراکی اثر دارو پس از ۱۰-۵ دقیقه شروع و به مدت ۳ ساعت ادامه می‌یابد. در تزریق داخل عضلانی اثر پس از ۵-۲ دقیقه شروع و برای ۳ ساعت باقی می‌ماند. در تزریق داخل وریدی شروع اثر فوری و طول اثر ۴۵ دقیقه می‌باشد. حذف دارو عمدتاً کلیوی است.

موارد منع مصرف این دارو در آئزین صدری ناپایدار، انفارکتوس میوکارد، بیماریهای قلبی - عروقی بیماری سرخرگ کرونر، سابقه بیماریهای عروق مغزی و حملات ایسکمیک ناپایدار، اکلامپسی پره‌اکلامپسی سابقه افزایش شدید فشارخون بیماریهای انسدادی عروق محیطی و سندروم رینود نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- دارو را قبل از زایمان یا خروج جفت نباید بکار برد. ۲- در اختلالات کبدی و کلیوی کاهش کلسیم خون تنگی دریچه میترال شانت‌های دهلیزی - بطنی و عفونت با احتیاط مصرف شود. عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی دارو شامل آهسته شدن ضربان قلب درد قفسه سینه و انقباض عروق محیطی تهوع و استفراغ (خصوصاً پس از تزریق داخل وریدی، درد معده یا شکم اسهال سرگیجه تعریق و وزوز گوش می‌باشند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان بیهوش کننده‌های عمومی خصوصاً هالوتان سبب افزایش انقباض عروق محیطی می‌شود. هالوتان با غلظت بالاتر از ۱ درصد با اثرات اکسی‌توسیک متیل ارگونوین تداخل کرده و باعث تشدید خونریزی رحمی می‌شود. مصرف همزمان با برومو کریپتین و دیگر آلكالوئیدهای ارگوت می‌تواند سبب افزایش فشارخون افزایش احتمال سکته مغزی تشنج و انفارکتوس میوکارد شود. متیل ارگونوین سبب کاهش اثرات نیتروگلیسرین و سایر داروهای ضد آئزین می‌شود، و در ضمن اثر داروهای منقبض کننده عروق و افزایش دهنده فشارخون (مقلدهای سمپاتیک را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- خطر ارگو تسم و قانقاریا با مصرف طولانی مدت دارو وجود دارد.

۲- از آنجا که عفونت سبب افزایش حساسیت به دارو می‌شود، بروز هر نوع عفونت باید به پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف

خوراکی ۰/۲۰/۴ میلی گرم ۲-۴ بار در روز که تا برطرف شدن خطر خونریزی ادامه می‌یابد. معمولاً مصرف دارو به مدت ۴۸ ساعت کافی می‌باشد ولی در برخی از بیماران (خصوصاً در درمان سقط ناقص ممکن است مصرف دارو تا ۷ روز ادامه یابد.

تزریقی مقدار مورد نیاز دارو از طریق تزریق داخل وریدی یا داخل عضلانی ۰/۲ میلی گرم می‌باشد که در صورت لزوم ۲-۴ ساعت بعد (تا ۵ نوبت قابل تکرار

است

اشکال دارویی

Injection: ۰.۲ mg/ml

Tablet: ۰.۲۵ mg

OXYBUTYNIN CHLORIDE

موارد مصرف اکسی‌بوتینین برای درمان تکرر و بی‌اختیاری ادرار، بی‌ثباتی عصبی مثانه و شب‌ادراری مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو مسدود گیرنده‌های موسکارینی کولینرژیک است و از این طریق باعث شل شدن عضلات صاف مثانه و دستگاه

ادراری می‌شود. همچنین به‌طور مستقیم و غیراختصاصی دارای اثرشل‌کنندگی بر عضلات صاف می‌باشد. فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به‌سرعت جذب می‌شود. متابولیسم آن در کبد انجام شده و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود. موارد منع مصرف این دارو در موارد انسداد یا از بین رفتن تون روده کولیت اولسراتیو شدید یا مگا کولون سمی انسداد عمده در مجرای خروجی مثانه گلوکوم و میاستنی گراویس نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر این دارو باید با احتیاط فراوان تجویز شود: سالمندان مبتلایان به نارسایی کبدی یا کلیوی پرکاری تیروئید، بیماری قلبی (به‌صورتی که افزایش ضربان قلب برای بیمار نامطلوب باشد)، هیپرتروفی پروستات فتق هیاتوس به‌همراه رفلایکس ازوفاژیت و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان بی‌بوست تاری دید، تهوع ناراحتی شکم برافروختگی صورت (به‌خصوص در بچه‌ها)، مشکل در ادرار کردن سردرد، گیجی خشکی پوست اسهال آریتمی و تشنج از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با دیسوپیرامید، داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای و مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز، آنتی‌هیستامین‌ها، فنوتیازین‌ها و آمانتادین موجب افزایش اثرات ضدموسکارتینی می‌گردد. این دارو موجب کاهش جذب گوارشی کتوکونازول گردیده و با اثرات گوارشی متوکلوپرامید و سیسپراید مخالفت می‌کند. این دارو با ایجاد خشکی دهان اثر نیتراهای زیربانی را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه این دارو دارای عوارض جانبی زیادی می‌باشد به‌همین دلیل مقدار مصرف آن به‌خصوص در سالمندان باید به‌طور دقیق تعیین شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۵ میلی‌گرم ۲-۳ بار در روز، در صورت لزوم تا حداکثر ۵ میلی‌گرم ۴ بار در روز افزایش می‌یابد. در سالمندان در ابتدا ۳-۲/۵ میلی‌گرم دوبار در روز که براساس پاسخ و تحمل بیمار تا ۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز قابل افزایش است
 کودک‌کان بالاتر از ۵ سال در بی‌ثباتی عصبی مثانه ۳-۲/۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز که تا ۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز قابل افزایش است
 (حداکثر ۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز). در شب ادراری (ترجیحاً؟ در سنین بالاتر از ۷ سال ۳-۲/۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز که تا ۵ میلی‌گرم ۲-۳ بار در روز قابل افزایش است آخرین مقدار مصرف روزانه قبل از خواب مصرف شود) تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵ mg

OXYTOCIN

موارد مصرف اکسی‌توسین به‌منظور القاء یا تشدید انقباضات رحمی در هنگام زایمان جلوگیری و درمان خونریزی پس از زایمان درمان سقط ناقص و سقط‌های درمانی کاهش خروج شیر، تشخیص دیسترس جنینی و تشخیص عدم کفایت رحمی - جفتی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: رحم دارای گیرنده‌های حساس به اکسی‌توسین می‌باشد. اکسی‌توسین با افزایش غلظت کلسیم داخل سلولی انقباض عضله صاف رحم را تحریک و به این ترتیب با تقلید انقباضات طبیعی سبب القاء زایمان و کندشدن موقت جریان خون رحم می‌شود. شدت و وسعت انقباضات رحمی افزایش یافته و منجر به اتساع و محو شدن غشاء دهانه رحم می‌شود. با پیشرفت بارداری و ازدیاد تعداد گیرنده‌های اکسی‌توسین پاسخ رحم به اکسی‌توسین نیز افزایش می‌یابد.

فارماکو کینتیک متابولیسم دارو به وسیله اکسی توسیناز بافتی صورت می‌گیرد. اکسی توسیناز در جفت و پلاسما نیز وجود دارد. نیمه عمر دارو ۱-۶ دقیقه می‌باشد.

در تزریق داخل عضلانی اثر دارو پس از ۵-۳ دقیقه شروع و طول اثر ۳-۲ ساعت و در تزریق داخل وریدی شروع اثر فوری و طول اثر یک ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود انقباضات هیپرتونیک رحم انسداد مکانیکی برای زایمان مشکلات جنینی شرایطی که زایمان از طریق واژن نباید صورت بگیرد، مقاومت رحم به اکسی توسین پره اکلامپسی شدید یا بیماری قلبی - عروقی شدید و نارسایی کلیوی در زنان با سن بیش از ۳۵ سال و زنان با سابقه جراحی سزارین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت عدم تناسب سرجین و لگن مادر، القاء زایمان باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- در فشارخون خفیف یا متوسط ایجاد شده به واسطه بارداری و بیماری قلبی عروقی دارو با احتیاط مصرف شود.

۳- در مسمومیت با آب و کاهش سدیم خون باید از انفوزیون حجم زیاد مایعات اجتناب گردد.

۴- اثرات دارو با تجویز همزمان پروستاگلاندین‌ها افزایش می‌یابد و کنترل دقیق بیمار لازم می‌باشد.

۵- در بیهوشی انسدادی دمی (caudal) ممکن است اثرات افزایشنده فشارخون مقلدهای سمپاتیک تشدید شود.

عوارض جانبی اسپاسم رحم افزایش تحریک پذیری رحم (که معمولاً با مقادیر بالا- صورت می‌گیرد و ممکن است سبب اختلالات جنینی به صورت خفگی مرگ افزایش تونسیسته انقباضات تانیک آسیب بافتی یا پارگی رحم شود)، مسمومیت با آب و کاهش سدیم خون ناشی از مصرف مقادیر بالا تهوع استفراغ آریتمی بثورات جلدی و واکنش‌های آنافیلاکتیک از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با اکسی توسیک‌های دیگر با افزایش کشش رحم ممکن است سبب پارگی رحم یا دهانه رحم شود، خصوصاً اگر دهانه رحم اتساع پیدا نکرده باشد.

نکات قابل توصیه ۱- با کنترل دقیق ضربان قلب جنین و فعالیت رحم مقدار دارو را مطابق با نیاز هر فرد می‌توان تنظیم نمود. در صورت مشاهده افزایش فعالیت رحم یا اختلالات جنینی دارو باید قطع شود.

۲- از تزریق سریع داخل وریدی دارو باید اجتناب شود.

۳- تجویز طولانی مدت مقادیر زیاد

دارو همراه با تزریق داخل وریدی حجم زیادی از مایعات ممکن است سبب مسمومیت با آب و کاهش سدیم خون شود. بنابراین باید از رقیق‌کننده‌های حاوی الکترولیت استفاده نموده و غلظت اکسی توسین را زیاد و مصرف مایعات را محدود نمود.

۴- در صورت مصرف همزمان سایر داروهای اکسی توسیک تا زمان کاهش یافتن اثرات آنها، اکسی توسین تجویز نشود.

مقدار مصرف به منظور القاء زایمان

۴ 1-milliunits/min ، از طریق انفوزیون داخل وریدی تجویز می‌شود. که به تدریج با فواصل بیش از ۲۰ دقیقه افزایش می‌یابد تا الگوی زایمان به حالت طبیعی نزدیک شود. حداکثر سرعت انفوزیون

۲۰ milliunits/min می‌باشد و نباید بیش از ۵ u/day مصرف شود. در جراحی سزارین ۵ واحد از دارو فوراً پس از

زایمان به صورت آهسته تزریق داخل وریدی می‌شود. برای جلوگیری و درمان خونریزی پس از زایمان ۵ واحد پس از خروج جفت از

طریق تزریق آهسته داخل وریدی تجویز می‌شود. در موارد حاد برای کنترل خونریزی رحم از انفوزیون داخل وریدی ۵-۲۰ واحد در

۵۰۰ میلی لیتر رقیق‌کننده غیرهیدراته با سرعت مناسب استفاده می‌شود. در سقط ناقص سقط اجباری و فراموش شده ۵ واحد از

طریق تزریق آهسته داخل وریدی تجویز می‌شود که در صورت لزوم یا انفوزیون وریدی با سرعت ۲۰ milliunits/min یا بیشتر

ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۵ U/ml, ۱۰ U/ml

PHENAZOPYRIDINE HCl

موارد مصرف فنازوپیریدین برای درمان علائمی نظیر درد، سوزش احساس دفع فوری یا تکرار ادرار ناشی از تحریک مخاط مجاری ادراری تحتانی برای مدت کوتاه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو دارای اثربخس کننده و ضد درد موضعی بر روی مخاط مجاری ادراری است
 فارماکوکینتیک یکی از متابولیت‌های این دارو استامینوفن است فنازوپیریدین تا ۹۰ درصد طی ۲۴ ساعت به صورت تغییر نیافته یا متابولیت از طریق کلیه دفع می‌شود. در حدود ۸۰ درصد مقدار مصرف به صورت استامینوفن و حدود ۶۵ درصد مقدار مصرف نیز به صورت تغییر نیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- این دارو در بیماران مبتلا به G6PD باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در صورت مصرف همزمان فنازوپیریدین بایک داروی ضدباکتری در درمان عفونت مجاری ادراری طول درمان با فنازوپیریدین نباید بیش از دو روز باشد.

عوارض جانبی سرگیجه سردرد، سوءهاضمه درد یا کرامپ معده متهمو گلوبینمی ضعف یا خستگی غیرعادی زرد شدن چشمها یا پوست افزایش فشارخون اشکال در تنفس کاهش ناگهانی در میزان ادرار، تورم صورت انگشتها، پاها و احساس تشنگی با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- این دارو، رنگ ادرار را به نارنجی متمایل به قرمز تغییر می‌دهد و ممکن است سبب لک شدن لباس گردد.

۲- برای کاهش دل آشوبه دارو را باید همراه با غذا یا پس از آن مصرف نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز همراه یا پس از غذا مصرف می‌شود.

کودکان به عنوان ضد درد مجاری ادراری ۴ mg/kg، سه بار در روز همراه با غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg

RITODRINE HCl

موارد مصرف ریتودرین برای جلوگیری از زایمان زودرس غیر پیچیده تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به طور انتخابی گیرنده‌های بتا- دو آدرنژیک را تحریک و موجب شل شدن عضلات صاف رحم می‌گردد.
 فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی جذب شده و دارای متابولیسم گذر اول کبدی می‌باشد. در تزریق وریدی بعد از ۵ دقیقه و از راه خوراکی بعد از ۳۰-۶۰ دقیقه اثر دارو شروع می‌شود. قسمت عمده این دارو بدون تغییر و قسمت کمی هم پس از متابولیزه شدن در کبد و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود بیماری قلبی اکلامپسی مرگ داخل رحمی جنین خونریزی پیش از زایمان جفت سرراهی پره اکلامپسی شدید، عفونت داخل رحمی تحت فشار بودن تاندون هادر ناحیه لگن سه ماهه اول و دوم بارداری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر این دارو با احتیاط فراوان تجویز می‌شود: مشکوک بودن به بیماری قلبی زیادی فشارخون پرکاری تیروئید، کمی پتاسیم خون دیابت پره‌اکلامپسی خفیف تا متوسط، مصرف همزمان با داروهایی که اثرات جانبی مقلدسمپاتیک یا اثر آریتمی‌زایی دارند.

۲- هنگام تجویز ویریدی این دارو در بیماران دیابتی غلظت گلوکز خون بایستی کنترل شود.

۳- در موقع مصرف این دارو، بایستی فشارخون و تعداد نبض کنترل شود و دقت شود که تعداد نبض از ۱۴۰-۱۳۵ ضربه در دقیقه تجاوز نکند.

عوارض جانبی تهوع استفراغ برافروختگی تعریق لرزش اندام‌ها، کمی پتاسیم خون افزایش ضربان قلب افت فشارخون افزایش احتمال خونریزی‌رحمی ادم ریوی درد قفسه سینه و آریتمی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تجویز توام مقادیر زیاد این دارو به همراه مقادیر زیاد کورتیکواستروئیدها، استازولامید، مدرهای موثر بر قوس هنله مدرهای تیازیدی و مقادیر زیاد تئوفیلین موجب افزایش خطر بروز کمی پتاسیم خون می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رسانیدن احتمال بروز ادم ریوی ناشی از انفوزیون ویریدی این دارو، بهتر است به‌عنوان رقیق‌کننده از گلوکز ۵٪ استفاده نموده و حجم مایع انفوزیون حداقل باشد.

۲- برای به حداقل رساندن خطر افت فشارخون باید در طول مدت انفوزیون این دارو، بیمار در حالت خوابیده به‌طرف چپ بدن باشد.

مقدار مصرف

تزریقی در زایمان زودرس ابتدا ۵۰ میکروگرم در دقیقه که به تدریج به ۳۵۰-۱۵۰ میکروگرم در دقیقه افزایش می‌یابد انفوزیون ویریدی می‌شود و تا ۴۸-۱۲ ساعت پس از متوقف شدن انقباضات رحم با همین مقدار انفوزیون ادامه می‌یابد (حداکثر سرعت مجاز انفوزیون ۳۵۰ میکروگرم در دقیقه می‌باشد) یا مقدار ۱۰ میلی‌گرم هر ۳۸ ساعت که تا ۴۸-۱۲ ساعت پس از توقف انقباضات ادامه می‌یابد به‌صورت تزریق عضلانی تجویز شود.

خوراکی ۱۰ میلی‌گرم سی دقیقه قبل از اتمام انفوزیون ویریدی که هر ۲ ساعت یکبار به مدت ۲۴ ساعت تکرار می‌شود و سپس ۲۰-۱۰ میلی‌گرم هر ۶-۴ ساعت تجویز می‌شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه از راه خوراکی ۱۲۰ میلی‌گرم است

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/۵ ml

Scored Tablet: ۱۰ mg

TRIPLE SULFA

موارد مصرف تریپل سولفا به‌عنوان ضد عفونی کننده در دستگاه تناسلی زنان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها داروهای ضد عفونی کننده با کتریواستاتیک با طیف اثر گسترده هستند که به‌طور رقابتی آنزیم دی‌هیدرو پتروات سنتتاز باکتریائی رامهار می‌کنند. این عمل باعث مهار ساخت اسید فولیک می‌شود.

فارماکو کینتیک سولفونامیدهای موجود در فرآورده از طریق مخاط دستگاه واژینال جذب می‌شوند.

هشدارها: در صورت وجود کمبود G6PD، عیب کار کبد، عیب کار کلیه و یا پورفیری این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی به‌دارو (خارش قرمزی پوست التهاب یا تحریکی که قبل از درمان وجود نداشته‌است) با مصرف

این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ - دوره درمان باید کامل شود، حتی اگر ادامه درمان با زمان‌قاعده‌گی همراه باشد.

۲ - رعایت نکات بهداشتی مانند استفاده از لباس زیر تازه شسته شده استفاده از لباس زیر نخی به جای پلاستیکی و استفاده مرتب از حمام و دوش‌های واژینال بهداشتی برای درمان کامل ضروری است
مقدار مصرف مقدار یک اپلیکاتور (تقریباً ۵-۴ گرم از کرم واژینال دوبار در روز به هنگام خواب و بیدار شدن به مدت ۶-۴ روز استعمال می‌شود. مقدار مصرف رمی توان به نصف تا یک چهارم اپلیکاتور دوبار در روز کاهش داد. در مورد قرص واژینال یک قرص دوبار در روز به هنگام خواب و بیدار شدن به مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود که مقدار مصرف را در صورت نیاز می‌توان تکرار کرد.

اشکال دارویی

Vaginal Tablet: Sulfathiazole ۱۷۲.۵ mg

+ Sulfacetamide ۱۴۳.۷۵ mg +

Sulfabenzamide ۱۸۴ mg

+ Vaginal Cream : Sulfathiazole ۳.۴٪

+ Sulfacetamide ۲.۸۶٪

Sulfabenzamide ۳.۷٪

BETAMETHASONE

موارد مصرف بتامازون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژی‌ک در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی هیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیوی و ادم مغزی نیز موثر است مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. این دارو با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک بتامازون سریع؟ و به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود. شکل ترزیقی آن نیز از عضله به خوبی جذب می‌شود. به طور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافت‌ها به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ - تزریق داخل مفصلی این دارو در مواردی مثل

جراحی ترمیمی مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یا سابقه ابتلاء به آن پوکی استخوان اطراف مفصل به دلایلی غیر آرتروز و مفصل ناپایدار نباید مصرف شود.

۲ - این دارو در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی نوزادان در صورت وجود آمینونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاء نیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - استفاده طولانی مدت بتامازون در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲ - به دنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳ - در افراد مسن و به خصوص خانم‌های یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴- در صورت نیاز به جراحی و یا درمان اضطراری و نیز مصرف دارو در بیماران دیابتی باید احتیاط کرد. عوارض جانبی درمان دراز مدت با بتامتازون بیمار را از جهت ابتلا به بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف مقادیر بالای بتامتازون می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید کاهش یا تاری دید و تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درد در ناحیه سیرینی و افزایش فشار خون از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پریمیدون موجب تسریع متابولیسم بتامتازون و کاهش اثر دارو می‌گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آورنده قند خون و یا داروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی بتامتازون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیز شود).

۳- در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۴- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت به طور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به میزان 5 mg/day - 0.5 و در کودکان با عدم کفایت آدرنال 17.5 mcg/kg یا 0.5 mcg/m^2 در سه مقدار منقسم استفاده می‌شود و در سایر موارد $250-60 \text{ mcg/kg}$ یا $7/5 \text{ mg/m}^2$ - 2 در سه یا چهار مقدار منقسم شده استفاده می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به صورت تزریق داخل مفصلی داخل ضایعه یا تزریق در بافت نرم حداکثر تا ۹ میلی گرم بتامتازون (۱۲ میلی گرم بتامتازون دی سدیم فسفات مصرف می‌شود. در صورت نیاز این مقدار تکرار می‌شود. از راه عضلانی یا تزریق یا انفوزیون آهسته داخل وریدی نیز ۲۰-۴ میلی گرم که در ۲۴ ساعت می‌توان این مقدار را حداکثر ۴ بار تکرار نمود، مصرف می‌شود.

در بزرگسالان مقدار ۱۲-۱/۵ میلی گرم از شکل طولانی اثر دارو (LA) داخل مفصل تزریق می‌شود که در صورت نیاز می‌توان آن را تکرار کرد. داخل پوست یا ضایعه به مقدار $1/2 \text{ mg/m}^2$ تا حداکثر ۶ میلی گرم که هر هفته می‌تواند تکرار شود. به صورت داخل عضلانی مقدار 9 mg/day - 0.5 می‌تواند استفاده شود.

کودکان به صورت تزریق داخل وریدی آهسته و به میزان یک میلی گرم در کودکان یکسال و پائین تر تا ۲ میلی گرم در سنین ۵-۱ سال و ۴ میلی گرم در سنین ۱۲-۶ سال تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۵ mg

Injection: ۴ mg/ml

(Injection: (Betamethason LA

+ Betamethasone Acetate ۳ mg]

[Betamethasone (as disodium phosphate) ۳ mg/ml

BROMOCRIPTINE

موارد مصرف بروموکریپتین در کنترل بیماری پارکینسون (اما نه در کنترل علائم خارج هرمی ناشی از داروها) و اختلالات غدد درون ریز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک مستقیم گیرنده‌های دوپامینی می‌تواند در کنترل پارکینسون مفید و مؤثر باشد.

فارماکوکینتیک جذب دارو از دستگاه گوارش متغیر است دارای نیمه‌عمر ۳ ساعت می‌باشد. در صفر ترشح و از طریق مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در موارد حساسیت به الکالوئیدهای ارگوت توکسمی حاملگی و هیپرتانسیون پس از زایمان بیماری روانی شدید و بیماری عروق کرونر نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو، در بیماران دارای سابقه اختلالات روانی (به خصوص اختلالات سایکوتیک یا بیماری قلبی عروقی یا سندرم رینود، نارسایی کبدی یا کلیوی و پورفیری با احتیاط مصرف شود.

۲- در چند روز اول درمان اثر کاهنده فشارخون دارو، ممکن است در بعضی از بیماران شدید باشد.

۳- در هنگام رانندگی و کار با ماشین آلاتی که نیاز به هوشیاری دارند، احتیاط شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ یبوست سردرد، گیجی افت فشار خون وضعیتی خواب‌آلودگی اسپاسم عروق انگشتان دست و پا به خصوص در بیماران گرفتار سندرم رینود، توهم تحریک سایکوموتور، دیسکینزی خشکی دهان گرفتگی ساق پا، نشت مایع جنب و فیروزاز عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اریتروماکسین باعث افزایش غلظت پلاسمایی بروموکریپتین شده و احتمال سمیت آن را افزایش می‌دهد. داروهای مقلد سمپاتیک خطر سمیت بروموکریپتین را افزایش می‌دهند. به دلیل تضعیف سیستم ایمنی از واکنش‌های بیمار یا افراد خانواده وی با واکسن‌های حاوی ویروس‌های زنده اجتناب شود.

نکات قابل توصیه ۱- در طول مصرف دارو بیمار از نظر بزرگ‌شدن هیپوفیز به خصوص در طول حاملگی باید بررسی شود.

۲- در خانم‌های در سن باروری سالی یکبار و در خانم‌های پس از سن یائسگی هر شش ماه یکبار دستگاه تولید مثل مورد بررسی و معاینه قرار گیرد.

۳- در طول مصرف این دارو از روش‌های غیرهورمونی جلوگیری از حاملگی استفاده شود چون قرص‌های خوراکی ممکن است باعث افزایش غلظت پرولاکتین گردند.

۴- در طول مصرف این دارو، بیمار از نظر بروز فیروز رتروپریتونئال نارسایی کبد و کلیه باید زیر نظر قرار داشته باشد.

۵- در صورت بروز زیادی فشار خون سردرد، مداوم و علائم سمیت CNS (تشنج سردرد شدید، اختلالات روانی، مصرف دارو فوراً قطع شود).

۶- برای کاهش تحریکات گوارشی دارو با غذا میل شود.

مقدار مصرف هفته اول ۱-۱/۲۵ میلی‌گرم هر شب هفته دوم ۲-۲/۵ میلی‌گرم هر شب هفته سوم ۲/۵ میلی‌گرم دوبار در روز، هفته چهارم ۲/۵ میلی‌گرم سه بار در روز سپس براساس پاسخ بیمار هر ۱۴-۳ روز، ۲/۵ mg/day به میزان مصرف اضافه شود تا حداکثر مقدار مصرف روزانه به ۴۰-۱۰ میلی‌گرم برسد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲.۵ mg

CALCITONIN

موارد مصرف کلسی‌تونین در درمان بیماری‌های پازت و نیز به‌عنوان داروی کمکی در افزایش کلسیم خون پوکی استخوان دردوران یائسگی و نیز پوکی استخوان ثانویه به اختلالات هورمونی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: در بیماری‌های پازت کلسی‌تونین با ممانعت اولیه از تحلیل رفتن استخوان سرعت تجزیه و ساخت استخوانی راحتی‌الامکان کم نموده و سبب کاهش میزان آکالین فسفاتاز و ترشح هیدروکسی‌پرولین در ادرار می‌شود. در افزایش کلسیم خون و استئوپروز، کلسی‌تونین با مهار مستقیم تحلیل استخوانی غلظت کلسیم سرم را کاهش می‌دهد. در ضمن ممکن است تعداد و فعالیت استئوکلاستها و نیز تخریب استئوسیت‌ها کاهش یابد. کلسی‌تونین همچنین با اثر مستقیم بر کلیه و با واسطه CAMP بازجذب توبولی کلسیم فسفات و سدیم را مهار نموده و موجب افزایش دفع این عناصر می‌گردد.

فارماکوکینتیک دارو به سرعت و عمدتاً در کلیه‌ها متابولیزه می‌شود. به دنبال یک نوبت مصرف خوراکی نیمه عمر کلسی‌تونین انسانی حدود ۶۰ دقیقه می‌باشد. دفع دارو کلیوی است.

موارد منع مصرف این دارو در صورت سابقه حساسیت به پروتئین‌ها و کلسی‌تونین و نیز در بیماران با سابقه آلرژی حتی با تست پوستی منفی واکنش به کلسی‌تونین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در استفاده مداوم از کلسی‌تونین با منشاء ماهی ممکن است آنتی‌بادی خنثی‌کننده دارو در بدن ایجاد شود.

۲- در صورت وجود آلرژی به پروتئین‌ها، تست پوستی باید انجام شود.

عوارض جانبی از عوارض جانبی مهم دارو، استفراغ، گرگرفتگی، سوزش و خارش دست‌ها و پاها، بی‌اشتهایی، احساس طعم ناخوشایند، واکنش‌های التهابی در محل تزریق و واکنش‌های آلرژیک خصوصاً دانه‌های جلدی و کهیر می‌باشد.

تداخل‌های دارویی در درمان افزایش کلسیم خون تجویز همزمان فرآورده‌های حاوی کلسیم و ویتامین D با اثر کلسی‌تونین مقابله می‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱- تاریخچه آلرژی به کلسی‌تونین و پروتئین‌های دیگر باید مورد توجه قرار گیرد.

۲- در مواردی که بیمار خود دارو را مصرف می‌کند، تزریق زیرجلدی مناسب‌تر است.

۳- در بیماران مبتلا به افزایش کلسیم خون ممکن است نیاز به محدودیت مصرف کلسیم و ویتامین D باشد.

مقدار مصرف در درمان افزایش کلسیم خون ابتدا ۴ units/kg در روز از طریق تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی تجویز می‌شود که

مطابق با پاسخ بالینی و بیوشیمیایی تنظیم می‌گردد. در بیماری‌های پازت استخوان ۸۰ واحد، سه بار در هفته تا ۱۶۰ واحد در روز در یک

مقدار یا مقادیر منقسم از طریق تجویز زیرجلدی یا داخل عضلانی و در بیماران با درد استخوان یا سندرم nerve

compression، مقدار ۱۶۰-۸۰ واحد در روز برای ۶-۳ ماه لازم می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ IU/ml, ۱۰۰ IU/ml

Nasal Spray: ۱۰۰ IU/dose, ۲۰۰ IU/dose

CHLORPROPAMIDE

موارد مصرف کلرپروپامید برای درمان دیابت ملیتوس و دیابت بی‌مزه هیپوفیزی‌نسبی (به‌عنوان درمان خط دوم به‌کار می‌رود).

مکانیسم اثر: سولفونیل‌اوره‌ها با تحریک مستقیم ترشح انسولین از سلولهای بتای لوزالمعده گلوکز خون را کاهش می‌دهند. در

طولانی مدت این داروها حساسیت به انسولین را در بافتهای محیطی مانند کبد، عضله چربی و سلولهای دیگر مانند مونوسیت‌ها و اریتروسیت‌ها افزایش می‌دهند که نتیجه آن کاهش گلیکوژنولیز و گلوکونئوژنز در کبد است. کلرپروپامید اثرمقادیر جزئی هورمون آنتی‌دیوریتیک را در بیماران مبتلا به دیابت بی‌مزه هیپوفیزی تقویت می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب دارو از دستگاه گوارش کامل و سریع است ولی غذا آن را به تأخیر می‌اندازد. نیمه عمر آن ۳۶ ساعت است. متابولیسم کبدی دارو ناقص بوده و ۲۰ درصد دارو به صورت تغییر نیافته دفع می‌شود. متابولیت‌های دارو از راه ادرار دفع می‌شوند. موارد منع مصرف این دارو در موارد زیر نباید مصرف شود: اسیدوز، سوختگی شدید، اغمای دیابتیک، کتواسیدوز دیابتیک، اغمای غیرکتونیک هیپراسمولار، شرایطی که باعث تغییرات زیاد قند خون می‌شوند، شرایطی که نیاز به انسولین را به سرعت تغییر می‌دهند، شرایط ایجادکننده کاهش قند خون بیماریهای کبدی و کلیوی پورفیری و نارسائی احتقانی قلب. هشدارها: ۱- در شرایطی مانند انفارکتوس میوکارد، اغمای، عفونت تروما، در جراحی و دوران بارداری باید به طور موقت انسولین جایگزین سولفونیل اوره‌ها شود.

۲- در شرایط افزایش قند خون (مانند تغییرات هورمونهای جنسی در زنان تب بالا، عفونت پرکاری آدرنال و استرسهای روانی ممکن است افزایش مقدار مصرف دارو یا تغییر آن به انسولین مورد نیاز باشد.

۳- در پرکاری تیروئید، کنترل قند خون مشکل تر بوده و ممکن است نیاز به افزایش مقدار مصرف دارو باشد.

۴- مصرف دارو در افراد مسن به دلیل نیمه عمر طولانی توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی به دنبال مصرف دارو اختلالات گوارشی سردرد، افزایش وزن کاهش قندخون واکنش‌های افزایش حساسیت دیده شده است. کلرپروپامید موجب افزایش اثر هورمون آنتی‌دیوریتیک شده و بندرت موجب کاهش سدیم می‌شود.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با ضد انعقادهای خوراکی مقدار مصرف دو دارو باید تنظیم شود.

در مصرف همزمان با آسپارازیناز، کورتیکواستروئیدها، مدرهای تیازیدی

و لیتیم به دلیل فعالیت ذاتی این

ترکیبات در بالا بردن قند خون تنظیم

مقدار مصرف دارو لازم است مصرف همزمان کلرپروپامید با تیازیدها

خطر هیپوناترمی را خصوصاً در بیماران مسن افزایش می‌دهد. در صورت مصرف همزمان داروهایی مانند گوانتیدین مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز،

کینین کینیدین و مقادیر بالای سالیسیلات‌ها، کلرامفنیکل و مهارکننده‌های بتا آدرنرژیک مقدار مصرف مورد نیاز کلرپروپامید تغییر می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- آلرژی به سولفونیل اوره‌ها، سولفونامیدها و تیازیدها را باید مورد توجه قرار داد.

۲- با تغییر رژیم غذایی فعالیت بدنی و بیماری میزان قند خون و برنامه درمانی تغییر می‌کند.

۳- دارو به همراه صبحانه مصرف شود.

مقدار مصرف ابتدا ۲۵۰ mg/day (در افراد مسن ۱۰۰-۱۲۰ میلی گرم که مطابق با پاسخ بیمار تا ۵۰۰ mg/day می‌تواند افزایش یابد).

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰ mg

(CHORIONIC GONADOTROPHIN (HCG

موارد مصرف گنادوتروپین جفتی هم در درمان و هم در تشخیص کریبتورکیدیسم نهان بیضگی قبل از بلوغ که به دلیل انسداد آناتومیکی نباشد، مصرف می‌شود. این فرآورده همچنین در درمان ناباروری ناشی از بی‌کفایتی عملکرد هیپوفیز در مردان و نیز نازایی در خانم‌ها، به تنهایی و یا در ترکیب با منوتروپین‌ها یا کلومیفن استفاده می‌شود. علاوه بر این در تشخیص کم‌کاری غدد جنسی در مردان نارسایی جسم زرد و نیز به منظور تحریک تخمک‌گذاری در عمل باروری خارج از بدن (IVF) کاربرد دارد.

مکانیسم اثر: عمل این هورمون اغلب همانند LH می‌باشد. با تقلید پیک طبیعی LH، در زنان موجب تحریک تخمک‌گذاری و در مردان موجب افزایش تولید آندروژن توسط بیضه‌ها می‌گردد.

فارماکوکینتیک در خانم‌ها، اغلب ۳۲-۳۶ ساعت پس از تجویز، تخمک‌گذاری رخ می‌دهد. نیمه عمر دارو دو فازی بوده (۱۱ و ۲۳ ساعت و طی ۲۴ ساعت ۱۰-۱۲٪ دارو به صورت تغییر نیافته از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف به‌طور کلی در صورت وجود بزرگی یا تومور هیپوفیز، بلوغ زودرس در حین درمان کریبتورکیدیسم وجود خونریزیهای واژینال با علت نامشخص تومورهای فیروئید رحم کیست‌های تخمدانی متمایز از سندرم پلی‌کیستیک تخمدانی ترومبوفلیت فعال کارسینومای پروستات و یا سایر نئوپلاسم‌های وابسته به آندروژن این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف توأم HCG، با سایر ترکیبات محرک تخمک‌گذاری ممکن است موجب افزایش بروز عواقب ترومبوآمبولیک گردد.

۲- در بیماران مبتلا به نارسائی قلبی یا کلیوی آسم میگرن و صرع این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

۳- از آنجا که مصرف مداوم دارو ممکن است تحریک بیش از حد تخمدان را موجب شود، باید حتی‌الامکان در حین درمان غلظت سرمی استروژن را کنترل نموده و آزمایشات اولتراسوند را انجام داد.

۴- به منظور آگاهی از وقوع تخمک‌گذاری باید روزانه درجه حرارت بدن بیمار کنترل شود و در صورتی که به دنبال یک دوره درمانی تغییر دو فازی درجه حرارت بدن مشاهده شود، ولی قاعدگی رخ ندهد، آزمون حاملگی باید انجام شود.

۵- مصرف توأم HCG با سایر منوتروپین‌ها ممکن است موجب افزایش شیوع حاملگی‌های چندقلو و در نتیجه افزایش خطر تولد نوزادان نارس گردد.

عوارض جانبی شایع‌ترین عارضه بزرگ‌شدن تخمدان و کیست تخمدانی ضعیف تا متوسط است بروز سندرم حاد تحریک بیش از حد تخمدان کمتر شایع است

نکات قابل توصیه ۱- در هنگام مصرف دارو، بیمار باید از هر جهت تحت نظر پزشک باشد.

۲- برای درمان کامل ممکن است به مصرف طولانی مدت دارو نیاز باشد.

۳- باید به بیمار توصیه شود تا پس از مصرف دارو، زمان مقاربت و نیز درجه حرارت بدن را به‌طور روزانه ثبت نماید.

مقدار مصرف مقدار مصرف باید براساس نیاز هر بیمار به‌طور انفرادی و با توجه به پاسخ بالینی تنظیم گردد. در صورتی که پس از پایان دوره درمان تخمک‌گذاری صورت نپذیرد، باید رژیم دارویی مجدد ارزیابی شود. چنانچه پس از ۳ دوره درمان باز هم تخمک‌گذاری صورت نگیرد، باید در تداوم مصرف دارو، یا نوع درمان تجدید نظر شود.

بزرگسالان مقدار مصرف برای درمان کم‌کاری بیضه‌ها ناشی از کمبود گنادوتروپین در مردان به میزان ۱۰۰۰-۴۰۰۰ واحد ۲-۳ بار در هفته به‌شکل تزریق داخل عضلانی و به مدت چند هفته تا چند ماه است درمان را می‌توان تا زمان حصول پاسخ درمانی ادامه داد. درمان ناباروری مردان از طریق تحریک‌القاء اسپرماتوزن با HCG گاه به مدت ۶ ماه یا بیشتر طول می‌کشد. در صورت مطلوب

نبودن اثر درمانی می‌توان دارو را به همراه سایر منوتروپین‌ها تا یک سال بعد نیز مصرف نمود. برای درمان بی‌کفایتی جسم زرد، از روز تخمک‌گذاری تا زمان پیش‌بینی شده برای بروز قاعدگی یا وقوع حاملگی روزانه ۱۵۰۰ واحد به شکل تزریق داخل عضلانی توصیه می‌شود. در صورت تأیید حاملگی این مقدار می‌تواند تا هفته دهم بارداری ادامه یابد. در ۱۰۰۰۰-۵۰۰۰ IVF واحد، یک روز پس از آخرین مقدار مصرف منوتروپین‌ها و یا ۵-۹ روز پس از آخرین مقدار مصرف کلومیفن تجویز می‌شود. برای اهداف تشخیصی کم‌کاری بیضه ۲۰۰۰ واحد در روز به شکل تزریق داخل عضلانی و به مدت ۳ روز مصرف می‌شود. کودکان در درمان کریپتورکیدیسم قبل از بلوغ میزان ۵۰۰۰-۱۰۰۰۰ واحد ۲-۳ بار در هفته و حداکثر ۱۰ بار به شکل تزریق داخل عضلانی مصرف می‌شود.

توجه در صورت عدم پیشرفت درمان این دارو بیش از ۱۰ بار نباید تجویز گردد.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰ U, ۱۵۰۰ U, ۵۰۰۰ U

CLOMIPHEN CITRATE

موارد مصرف کلومیفن برای درمان ناباروری ناشی از کاهش یا فقدان تخمک‌گذاری در زنان و نیز ناباروری مردانی که تولید اسپرم در آنها کافی نیست به کار برده می‌شود. این ترکیب همچنین در درمان بی‌کفایتی عملکرد جسم زرد و نیز تشخیص نارسائی محور هیپوتالامیک - هیپوفیز - غده فوق کلیه مفید می‌باشد. به منظور ارزیابی عمل تخمدان‌ها در تخمک‌گذاری نیز استفاده شده است مکانیسم اثر: کلومیفن عمدتاً دارای اثرات ضد استروژنی بوده و بعضاً خواص استروژنی نیز دارد. این دارو با اتصال رقابتی به گیرنده‌های استروژن در سطح هیپوتالاموس مانع اثر مهاری استروژن بر آزاد شدن گنادوتروپین‌ها و در نتیجه افزایش LH و FSH می‌گردد. این امر خود موجب بلوغ فولیکول‌های تخمدانی افزایش پیک LH قبل از تخمک‌گذاری و در نهایت تکامل جسم زرد می‌شود. در ناباروری مردان نیز از طریق افزایش ترشح LH و FSH، اثر درمانی خود را اعمال می‌کند. فارماکوکینتیک دارو از دستگاه گوارش به خوبی جذب می‌شود. متابولیسم دارو در کبد صورت گرفته و نیمه عمر آن حدود ۵-۷ روز است معمولاً طی ۴-۱۰ روز پس از مصرف آخرین مقدار دارو، تخمک‌گذاری صورت می‌گیرد. قسمت اعظم دارو از صفرا و مدفوع و بخش اندکی از کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به نارسائی عملکرد کبد، افسردگی وجود کیست‌های تخمدانی غیر از سندرم پلی‌کیستیک تخمدان و ترومبوفلیت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف طولانی مدت دارو می‌تواند موجب بروز تومورهای تخمدان گردد.

۲- کلومیفن با کاهش تولید و تغییر مویکوس دهانه رحم ممکن است با عمل اسپرم و متعاقب آن باروری و حاملگی تداخل نماید.

۳- احتمال بروز چندقلوزایی با مصرف دارو وجود دارد.

عوارض جانبی مهم‌ترین عوارض عبارتند از تشکیل کیست تخمدان بزرگ شدن بیش از حد تخمدان بزرگ شدن بافت فیروئید رحم و بروز سندرم قبل از قاعدگی

نکات قابل توجه ۱- دارو باید به میزان مناسب و در ساعت مشخصی از روز مصرف شود.

۲- در صورت فراموش کردن یک وعده مصرف دارو، بهتر است بلافاصله پس از به‌خاطر آوردن مصرف شود. در صورتی که در زمان مصرف بعدی بیمار عدم مصرف دارو را به‌خاطر آورد، مقدار مصرف بعدی دارو به میزان دو برابر استفاده شود. در صورت فراموش کردن بیش از یک بار، به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف در درمان ناباروری در زنان دارو به میزان ۵۰ mg/day و به مدت ۵ روز، تجویز می‌شود. مصرف دارو باید از روز پنجم قاعدگی شروع شود. در صورت عدم بروز حاملگی می‌توان دوره درمان را در ۳-۴ سیکل بعد تکرار نمود که در آن صورت مقدار تجویز را می‌توان به ۷۵-۱۰۰ mg/day و به مدت ۵ روز افزایش داد. در زنان حساس به کلومیفن و یامبتلیان به سندرم پلی کیستیک تخمدان بایستی مقادیر کمتر تجویز شوند.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

CONJUGATED ESTROGENS

موارد مصرف استروژنهای کتزوگه به عنوان جانشین درمانی در حالات کمبود استروژن کم کاری غدد تناسلی آتروفی واژن نارسایی اولیه تخمدان درمان علائم وازموتور در دوران یائسگی و نیز پیشگیری از استئوپروز بعد از یائسگی مصرف می‌شود. به علاوه این دارو ممکن است برای درمان خونریزی رحم سرطان پستان یا پروستات نیز به کار رود.

مکانیسم اثر: استروژنها با اتصال به گیرنده‌های خود در هسته سلول میزان ساخت RNA و پروتئین‌های مختلف را در بافتهای هدف افزایش می‌دهند. این پروتئین‌ها مسئول بروز اثرات استروژنها هستند.

فارماکوکینتیک استروژنهای کتزوگه از دستگاه گوارش به خوبی جذب گردیده و عمدتاً در کبد به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شوند که غالباً از راه ادرار و مقداری نیز از طریق مدفوع دفع می‌گردند.

موارد منع مصرف این دارو در موارد ترومبوفلیت فعال یا اختلالات ترومبوآمبولیک سرطانهای وابسته به استروژن بیماریهای کبدی خونریزی واژن شیردهی و نیز سندروم‌های دوین-جانسون و روتور نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف طولانی مدت استروژنها به تنهایی خطر بروز سرطان آندومتر را افزایش می‌دهد.

۲- در بیماریهایی نظیر میگرن زیادی فشار خون آسم صرع ترومبوفلیت مزمن یا سابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول یا بیماری فیروکیستیک پستان با احتیاط تجویز گردد.

۳- مصرف دارو در فیبروئیدهای رحمی ممکن است اندازه فیبروئید را افزایش دهد.

۴- استروژنها ممکن است علائم آندومتريوز را تشدید نمایند.

۵- در بیمارانی که قبلاً به سرطان آندومتر مبتلا بوده و تحت درمان قرار گرفته‌اند، با احتیاط زیاد به کار رود.

عوارض جانبی با مصرف استروژنها: تهوع استفراغ سفتی بزرگ شدن پستان و سندروم پیش از قاعدگی ممکن است ایجاد گردد. احتباس مایعات تغییر در اعمال کبد، یرقان ناشی از بند آمدن صفرا، بثورات جلدی و کلوآسما، افسردگی سردرد به ویژه در هنگام فعالیت شدید و نیز افزایش تحریک بافتی افزایش غلظت فاکتورهای انعقادی خطر بروز ترومبوآمبولی و افزایش یا تشدید فشارخون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین گریزوفولون و داروهای ضد صرع نظیر کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پیریمیدون متابولسم استروژنها را تسریع می‌نمایند. استروژنها با تأثیر بر فعالیت فاکتورهای انعقادی با اثر داروهای ضد انعقاد نظیر وارفارین مقابله می‌نمایند. اثر ضد فشار خون وقفه دهنده‌های گیرنده بتا آدرنرژیک یا مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین و احتمالاً سایر داروهای پایین آورنده فشار خون به وسیله استروژنها کاهش می‌یابد. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین با مصرف این دارو افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو در کودکان به دلیل بسته شدن پیش از موعدایی فیزهای استخوان که رشدشان هنوز کامل نشده است با

احتیاط مصرف شود.

۲- استروژنها ممکن است موجب هیپرپلازی و التهاب لثه شوند.

۳- در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال در تکلم یا جهت‌یابی درد در سینه یا کتف کاهش قدرت بینایی یا سردرد شدید و نیز وجود توده در پستان زرد شدن چشم‌ها یا پوست سریع؟ به پزشک مراجعه شود.

۴- مصرف خوراکی دارو همراه یا بلافاصله بعد از غذا عوارض گوارشی آن را به حداقل می‌رساند.

۵- معاینات پستان و بیوپسی آندومتر و همچنین تست اعمال کبدی مرتب؟ انجام شود.

مقدار مصرف استروژنهای کژوگه در درمان عوارض یائسگی و نیز پیشگیری از استئوپروز به میزان $0.625-1/25\text{mg/day}$ (همراه با پروژسترون به مدت ۱۰-۱۲ روز در هر دوره در صورتی که رحم سالم باشد) به کار می‌روند.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵ mg/ ۵ ml

Tablet: ۰.۶۲۵ mg, ۱.۲۵ mg

Vaginal Cream: ۰.۶۲۵ mg/g

CONTRACEPTIVE HD

موارد مصرف این دارو عمدتاً به منظور جلوگیری از بارداری به کار می‌رود ولی در پیشگیری از بروز سرطان تخمدان یا آندومتر، کاهش کیست‌های تخمدانی بیماری خوش‌خیم فیبروکیستیک پستان منظم ساختن سیکل قاعدگی کاهش حجم خون قاعدگی کاهش فشارهای روحی قبل از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی دردناک نیز مفید می‌باشد.

مکانیسم اثر: ترکیبات استروژنی (اتینیل استرادیول و پروژستینی لئونورژسترل موجود در این فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پیک LH در میانه سیکل سطوح استروئیدهای اندوزن را کاهش داده و مانع رهاشدن تخمک می‌گردند. در ضمن مانع لانه‌گزینی تخمک و انتقال تخمک بارور شده در لوله‌های رحمی می‌گردند. در عین حال با تغییر ضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم را ناممکن می‌سازند.

فارماکوکینتیک این ترکیب بخوبی از راه خوراکی جذب شده ترکیبات استروژنی و پروژستینی موجود در آن عمدتاً در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌گردند. نیمه عمر لئونورژسترل حدود ۱۶ ساعت و در مورد اتینیل استرادیول ۱۳-۲۷ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود یا سابقه بیماری‌های ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز، سکت قلبی بیماری شریان کرونر، بالای بودن مادرزادی چربی‌های خون سرطان پستان شناخته شده یا قابل پیش‌بینی سرطان دستگاه تناسلی زنانه و یا سایر سرطان‌های وابسته به هورمون خونریزی مهبلی تشخیص داده نشده یا غیرعادی تومورهای کبدی و نارسایی عملکرد کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در مواردی مانند سردردهای میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه یرقان انسدادی در دوران بارداری یا هنگام مصرف قبلی این داروها و بیماری‌های صفراوی و نیز خانم‌های جوان زیر ۲۰ سال و یا کسانی که می‌خواهند به مدت طولانی قبل از نخستین بارداری از این داروها استفاده کنند، توصیه نمی‌شود.

۲- مصرف این فرآورده به مدت طولانی در سنین زیر ۴۵ سال احتمالاً خطر بروز سرطان پستان را افزایش می‌دهد.

۳- با مصرف این فرآورده احتمال بروز زیادی فشار خون وجود دارد.

۴- استفاده از این دارو، ممکن است تست تحمل گلوکز را تغییر دهد.

۵- این دارو ممکن است نتایج آزمایشگاهی مربوط به ارزیابی هورمون‌های تیروئید، گلوکوکورتیکوئیدها و هورمون‌های جنسی را دچار تغییر سازد.

۶- در صورت نیاز به جراحی به دلیل امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس از جراحی بهتر است مصرف این فرآورده چند هفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع شود.

۷- در افراد با سابقه ابتلاء به دیابت ناشی از حاملگی و یا فیبروئیدهای رحمی با احتیاط مصرف شود.

۸- در صورت استفراغ یا اسهال شدید به دلیل کاهش جذب گوارشی دارو و احتمال کاهش اثربخشی آن بهتر است در طول مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.

عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم‌وریدی زیادی فشار خون بروز لکه‌های قهوه‌ای یا بیرنگ در پوست بدن ورم و افزایش حساسیت پستانها، افزایش شیوع بیماری‌های صفراوی و تشکیل سنگ کیسه صفرا، تهوع استفراغ سردرد ملایم یا سردردهای میگرنی شدید، افزایش وزن خون‌ریزی‌ها نامنظم طی سیکل قاعدگی آکنه و پرمویی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات ضدباکتری مثل ریفامپین و آنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف مانند آمپی‌سیلین و تتراسیکلین‌ها، ترکیبات ضدصرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی‌توئین و پیریمیدون ترکیبات ضدقارچ مانند گریزئوفولون موجب افزایش متابولیسم قرص‌های خوراکی ضد بارداری می‌گردند ولی اثربخشی این فرآورده چندان تغییر نمی‌یابد. این دارو با اثر ضد انعقاد داروهای ضد انعقاد خوراکی مثل وارفارین مقابله می‌کند. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین نیز در تجویز همزمان با این دارو، افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف همزمان داروهائی که متابولیسم این دارو را تسریع می‌نمایند مصرف این دارو نسبت به سایر قرص‌های خوراکی ضد بارداری ارجحیت دارد.

۲- مصرف دارو در هنگام شب و قبل

از خواب از عوارض گوارشی دارو می‌کاهد.

۳- قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین مصرف شوند. در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف به محض به‌خاطر آوردن مصرف شود. در غیر این صورت در نوبت بعدی ۲ قرص مصرف گردد. در صورت فراموش نمودن مصرف قرص هادر ۲ روز متوالی باید در ۲ روز بعدی هر روز ۲ قرص و از روز سوم طبق روال عادی مصرف شود. در صورت فراموش شدن مصرف قرص‌ها، بیش از ۳ روز متوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری از بارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی سیکل مصرف قرص‌ها مجدد؟ به‌طور منظم شروع شود.

۴- در صورت انجام اعمال جراحی در افرادی که از این دارو استفاده می‌نمایند، بایستی بیمار را از نظر تغییرات میزان انعقاد خون تحت کنترل قرار داد.

۵- در صورت نیاز به تغییر این قرص‌ها به انواع دیگر قرص‌های ضد بارداری باید مصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس از مصرف آخرین قرص سری قبل شروع شود.

۶- در صورت نیاز به جایگزینی این قرص‌ها، با فرآورده‌هایی که حاوی پروژستین تنها هستند، مصرف این دارو باید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه شروع شود.

مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین روز سیکل ماهیانه روزانه یک قرص به مدت ۲۱ روز توصیه می‌شود. پس از یک هفته وقفه مجدد؟ مصرف بسته جدید قرص‌ها آغاز می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablets: Ethinyl Estradiol ۰.۰۵ mg+ Levonorgestrel ۰.۲۵ mg

CONTRACEPTIVE LD

موارد مصرف این دارو عمدتاً به منظور جلوگیری از بارداری به کار می‌رود ولی در پیشگیری از بروز سرطان تخمدان یا آندومتر، کاهش کیست‌های تخمدانی بیماری خوش خیم فیروکیستیک پستان منظم ساختن سیکل قاعدگی کاهش حجم خون قاعدگی کاهش فشارهای روحی قبل از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی دردناک نیز مفید است مکانیسم اثر: ترکیبات استروژنی (اتینیل استرادیول و پروژستینی لئونورژسترل موجود در این فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پیک LH در میانه سیکل سطوح استروئیدهای اندوژن را کاهش داده و مانع رهاشدن تخمک می‌گردند. در ضمن مانع لانه‌گزینی تخمک و انتقال تخمک بارور شده در لوله‌های رحمی می‌گردند. در عین حال با تغییر ضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم را ناممکن می‌سازند.

فارماکوکینتیک این ترکیب به خوبی از راه خوراکی جذب شده ترکیبات استروژنی و پروژستینی موجود در آن عمدتاً در کبد متابولیزه از طریق ادرار دفع می‌گردند. نیمه عمر لئونورژسترل حدود ۱۶ ساعت و در مورد اتینیل استرادیول ۱۳-۲۷ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود یا سابقه بیماری‌های ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز، سکت قلبی بیماری شریان کرونر، بالای بودن مادرزادی چربی‌های خون سرطان شناخته شده پستان یا قابل پیش‌بینی سرطان دستگاه تناسلی زنانه و یا سایر سرطان‌های وابسته به هورمون خونریزی مهبلی تشخیص داده نشده یا غیرعادی تومورهای کبدی و نارسایی عملکرد کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در مواردی مانند سردردهای میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه یرقان انسدادی در دوران بارداری یا هنگام مصرف قبلی این داروها و بیماری‌های صفراوی نیز بسته به شرایط فرد، مصرف این فرآورده توصیه نمی‌شود.

۲- در صورت نیاز به جراحی به دلیل امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس از جراحی بهتر است مصرف این دارو چند هفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع شود.

۳- در افرادی با سابقه ابتلاء به دیابت ناشی از حاملگی و یا فیروئیدهای رحمی با احتیاط مصرف شود.

۴- در صورت استفراغ یا اسهال شدید به دلیل کاهش جذب گوارشی دارو و احتمال کاهش اثربخشی آن بهتر است در طول مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.

عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم وریدی افزایش شیوع بیماری‌های صفراوی و تشکیل سنگ کیسه صفرا، تهوع استفراغ سردرد ملایم یا سردردهای میگرنی شدید، خونریزی‌های نامنظم طی سیکل قاعدگی افزایش وزن آکنه و پرمویی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات ضدباکتری مثل ریفامپین و آنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف مانند آمپی‌سیلین و تتراسیکلین‌ها، ترکیبات ضدصرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی‌توئین و پیریمیدون ترکیبات ضدقارچ مانند گریزئوفولوین با تسریع متابولیسم قرص‌های خوراکی ضد بارداری موجب کاهش اثربخشی این فرآورده می‌گردند. این دارو با اثر ضد انعقاد داروهای ضد انعقاد خوراکی مثل وارفارین ضدیت می‌کند. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین نیز در تجویز همزمان با این دارو، افزایش می‌یابد.

- نکات قابل توصیه ۱ - در زنان جوان زیر سن ۲۰ سال و طی دوران قبل از نخستین حاملگی و نیز زنان مسن و چاق این دارو، بر سایر داروهای ضدبارداری ارجحیت دارد.
- ۲ - در صورت مصرف همزمان داروهائی که متابولیسم دارو را تسریع می نمایند باید در طول درمان و یا حداقل یک هفته پس از اتمام دوره درمان از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود و در صورت عدم امکان از فرآورده نوع HD استفاده گردد.
- ۳ - مصرف دارو در هنگام شب و قبل از خواب از عوارض گوارشی دارو می کاهد.
- ۴ - قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین مصرف شوند. در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف به محض به خاطر آوردن مصرف شود. در غیر این صورت در نوبت بعدی ۲ قرص مصرف گردد. در صورت فراموش نمودن مصرف قرص‌ها در ۲ روز متوالی باید در ۲ روز بعدی هر روز ۲ قرص و از روز سوم طبق روال عادی مصرف شود. در صورت فراموش شدن مصرف قرص‌ها بیش از ۳ روز متوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری از بارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی سیکل مصرف قرص‌ها مجدد به‌طور منظم شروع شود.
- ۵ - در صورت انجام اعمال جراحی در افرادی که از این دارو استفاده می نمایند، باید بیمار را از نظر تغییرات میزان انعقاد خون تحت کنترل قرار داد.
- ۶ - در صورت نیاز به تغییر این قرص‌ها به انواع دیگر قرص‌های ضدبارداری بایستی مصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس از مصرف آخرین قرص سری قبل شروع شود.
- ۷ - در صورت نیاز به جایگزینی این قرص‌ها با فرآورده‌هایی که حاوی پروژستین تنها هستند، مصرف این دارو باید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه شروع شود.
- مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین روز سیکل ماهیانه و روزانه یک قرص به مدت ۲۱ روز توصیه می شود. پس از یک هفته وقفه مصرف بسته جدید قرص‌ها آغاز می شود.
- اشکال دارویی

Coated Tablets: Ethinyl Estradiol ۰.۰۳ mg+ Levonorgestrel ۰.۱۵ mg

CONTRACEPTIVE TRIPHASIC

موارد مصرف این دارو عمدتاً به منظور جلوگیری از بارداری بکار می رود ولی در پیشگیری از بروز سرطان تخمدان یا آندومتر، کاهش کیست‌های تخمدانی بیماری خوش خیم فیروکیستیک پستان منظم ساختن سیکل قاعدگی کاهش حجم خون قاعدگی کاهش فشارهای روحی قبل از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی دردناک نیز مفید است

مکانیسم اثر: ترکیبات استروژنی (اتینیل استرادیول و پروژستینی لونورژسترل موجود در این فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پیک LH در میانه سیکل سطوح استروئیدهای آندوژن را کاهش می دهد و مانع رها شدن تخمک می گردند. در ضمن مانع لانه گزینی تخمک و انتقال تخمک بارور شده در لوله‌های رحمی می گردند. در عین حال با تغییر ضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم را ناممکن می سازند.

فارماکوکینتیک این ترکیب بخوبی از راه‌خواکی جذب شده ترکیبات استروژنی و پروژستینی موجود در آن عمدتاً در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می گردند. نیمه عمر لونورژسترل حدود ۱۶ ساعت و در مورد اتینیل استرادیول ۲۷ - ۱۳ ساعت می باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود یا سابقه بیماری‌های ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز، سکت قلبی بیماری شریان کرونر، بالابودن مادرزادی چربی‌های خون سرطان شناخته شده پستان یا قابل پیش‌بینی سرطان دستگاه تناسلی زنانه و یا

- سایر سرطان‌های وابسته به هورمون خونریزی مهملی تشخیص داده نشده یا غیر عادی تومورهای کبدی و نارسایی عملکرد کبد نباید مصرف شود.
- هشدارها: ۱- در مواردی مانند سردردهای میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه یرقان انسدادی در دوران بارداری یا هنگام مصرف قبلی از این داروها و بیماریهای صفراوی نیز بسته به شرایط فرد، مصرف این فرآورده توصیه نمی‌شود.
- ۲- در صورت نیاز به جراحی به دلیل امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس از جراحی بهتر است مصرف این دارو چند هفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع شود.
- ۳- در افرادی با سابقه ابتلاء به دیابت ناشی از حاملگی و یا فیبروئیدهای رحمی با احتیاط مصرف شود.
- ۴- در صورت استفراغ یا اسهال شدید به دلیل کاهش جذب گوارشی دارو و احتمال کاهش اثر بخشی آن بهتر است در طول مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.
- عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم و ریدید افزایش شیوع بیماری‌های صفراوی و تشکیل سنگ کیسه صفرا، تهوع استفراغ سردرد ملایم یا سردردهای میگرنی شدید، خونریزی‌های نامنظم طی سیکل قاعدگی افزایش وزن آکنه و پرمویی از عوارض جانبی این دارو هستند.
- تداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات ضدباکتری مثل ریفاپین و آنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف مانند آمپی‌سیلین و تتراسیکلین‌ها، ترکیبات ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پیریمیدون ترکیبات ضد قارچ مانند گریزئوفلوین با تسریع متابولیسم قرص‌های خوراکی ضد بارداری موجب کاهش اثر بخشی این فرآورده می‌گردند. این دارو با اثر ضد انعقاد داروهای ضدانعقاد خوراکی مثل وارفارین ضدیت می‌کند. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین نیز در تجویز همزمان با این دارو، افزایش می‌یابد.
- نکات قابل توصیه ۱- در زنان جوان زیر سن ۲۰ سال و طی دوران قبل از نخستین حاملگی و نیز زنان مسن و چاق این دارو، بر سایر داروهای ضد بارداری ارجحیت دارد.
- ۲- در صورت مصرف همزمان داروهائی که متابولیسم دارو را تسریع می‌نمایند باید در طول و یا حداقل یک هفته پس از اتمام دوره درمان از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود و در صورت عدم امکان از فرآورده نوع HD استفاده گردد.
- ۳- مصرف دارو در هنگام شب و قبل از خواب از عوارض گوارشی دارومی‌کاهد.
- ۴- قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین مصرف شوند. در صورت فراموش کردن یک نوبت مصرف به محض بخاطر آوردن مصرف شود. در غیر اینصورت در نوبت بعدی ۲ قرص مصرف گردد. در صورت فراموش نمودن مصرف قرص‌ها در ۲ روز متوالی باید در ۲ روز بعدی هر روز ۲ قرص و از روز سوم طبق روال عادی مصرف شود. در صورت فراموش شدن مصرف قرص‌ها بیش از ۳ روز متوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری از بارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی سیکل مصرف قرص‌ها، بطور منظم شروع شود.
- ۵- در صورت انجام اعمال جراحی در افرادی که از این دارو استفاده می‌نمایند، باید بیمار را از نظر تغییرات میزان انعقاد خون تحت کنترل قرار داد.
- ۶- در صورت نیاز به تبدیل این قرص‌ها به انواع دیگر قرص‌های ضد بارداری بایستی مصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس از مصرف آخرین قرص سری قبل شروع شود.
- ۷- در صورت نیاز به جایگزینی این قرص‌ها با فرآورده‌هایی که حاوی پروژستین تنها هستند، مصرف این دارو باید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه شروع شود.

مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین روز سیکل ماهیانه و روزانه یک قرص بمدت ۲۱ روز توصیه می‌شود. پس از یک هفته وقفه مصرف بسته جدید قرص‌ها آغاز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۶ Tablet (Levonorgestrel ۰.۰۵ mg

Ethinylestradiol ۳۰ mcg)+ ۵ Tablet +

+ Levonorgestrel ۰.۰۷۵ mg)

Ethinylestradiol ۴۰ mcg)+ ۱۰ Tablet

+ Levonorgestrel ۰.۱۲۵ mg)

(Ethinylestradiol ۳۰ mcg

CYPROTERONE ACETATE

موارد مصرف سیپروترون برای کنترل تمایلات جنسی بیش از حد مردان و درمان تسکینی سرطان پروستات مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو با انسداد گیرنده‌های آندروژنی به‌عنوان یک ضد آندروژن که دارای فعالیت ضدپروژستینی نیز می‌باشد، عمل می‌نماید.

فارماکوکینتیک سیپروترون به میزان ناچیزی از مجرای گوارش جذب و به‌سرعت متابولیزه می‌شود. این دارو به‌آهستگی از مدفوع و ادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری کبد، دیابت شدید همراه با تغییرات عروقی کم‌خونی بیماریهای تحلیل‌برنده یا بدخیم افسردگی شدید، سابقه اختلالات ترومبوآمبولیک و جوانان با سن کمتر از ۱۸ سال به‌دلیل احتمال وقفه رشد و نمو استخوانها و بیضه‌ها، نباید مصرف شود. با این وجود برای درمان سرطان پروستات منع مصرف ندارد.

هشدارها: ۱- شمارش سلولهای خون در ابتدا و طی درمان سنجش منظم کار کبد و قشر غده فوق کلیه و بررسی و شمارش اسپرم‌ها در طول درمان در پیگیری وضعیت بیمار اهمیت دارند.

۲- اثر تسکینی اولیه دارو ممکن است سبب بروز سستی و ناتوانی شود.

عوارض جانبی خستگی و سستی اشکال در تنفس تغییر وزن کاهش تولید سبوم تغییر وضعیت موها و ژینکوماستی از عوارض جانبی دارو هستند.

مقدار مصرف برای کنترل تمایلات جنسی بیش از حد مردان مقدار ۵۰ میلی‌گرم دوبار در روز پس از غذا تجویز می‌شود. برای درمان تسکینی سرطان پروستات در صورت شروع مصرف گونادورلین مقدار ۳۰۰ mg/day در ۲-۳ مقدار منقسم تجویز می‌گردد که در صورت لزوم به ۲۰۰ mg/day کاهش می‌یابد. برای درمان گرگرفتگی ناشی از درمان با گونادورلین یا اورکیتومی مقدار ۱۵۰-۵۰ mg/day در ۱-۳ مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

CYPROTERONE COMPOUND

موارد مصرف این دارو در درمان آکنه مقاوم به آنتی‌بیوتیک‌ها در زنان و یا زنانی که در ضمن درمان آکنه تمایل به استفاده از

داروهای ضد بارداری خوراکی نیز دارند بکار می‌رود. این دارو همچنین در درمان پرمویی وابسته به آندروژن در خانم‌ها بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این ترکیب دارای یک جزء آنتی آندروژنی (سیپروترون و یک جزء استروژنی (اتینیل استرادیول می‌باشد. ضدیت با آثار آندروژنها موجب کاهش ترشح سبوم و یا کاهش رشد موهای گردد. فعالیت پروژستینی سیپروترون و اثر استروژنی اتینیل استرادیول نیز در جلوگیری از بارداری موثر واقع می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب در صورت وجود اختلالات ترومبولیک یا سابقه آن و یا وجود هر نوع بیماری و حالات مرضی که خطر بروز ترومبوز را افزایش می‌دهد، میگرن حاد، حملات گذرای ایسکمیک مغزی بیماری‌های کبدی و از جمله سندرم دوبین - جانسون و سندرم روتور، هیپاتیت پورفیری آدنوم کبد، سنگهای صفراوی متعاقب تخلیه مول هیدراتی فرم سابقه کهیر، یرقان انسدادی کارسینوم پستان یا دستگاه تناسلی و خونریزی‌های مهبل با علت نامشخص نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مصرف این دارو توسط زنان سیگاری بویژه افرادی بالاتر از ۳۵ سال خطر بروز بیماری‌های شریانی را افزایش می‌دهد.

۲ - در مبتلایان به زیادی فشار خون و یا افراد چاق با احتیاط تجویز گردد.

۳ - در صورت سابقه خانوادگی ابتلا به بیماریهای شریانی در بستگان درجه

یک زیر سن ۴۵ سال و یا ابتلاء به

وریدهای واریسی افسردگی شدید، بیحرکت ماندن به مدت طولانی کم خونی داسی شکل و بیماریهای التهابی روده مانند بیماری کرون با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی بدنبال مصرف دارو عوارضی مانند تهوع استفراغ سردرد، درد و سفتی پستانها، تغییراتی در وزن بدن تغییراتی در میل جنسی افسردگی کلوآسما، زیادی فشار خون تحریک لنزهای تماسی اختلال عملکرد کبد، تومورهای کبدی کاهش حجم خون قاعدگی و لکه بینی در اوایل سیکل قاعدگی گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ترکیبات القاء کننده فعالیت آنزیم‌های کبدی مانند کاربامازپین فنی توئین فنوباریتال پیریمیدون گریزئوفولون و ریفامپین‌ها موجب تسریع متابولیسم این دارو و در نتیجه کاهش کارایی درمانی آن می‌گردد. مصرف همزمان با برخی از آنتی بیوتیک‌های وسیع‌الطیف مانند آمپی سیلین باعث کاهش جذب مجدد

اتینیل استرادیول از روده بزرگ

و کاهش اثرات درمانی این دارو می‌گردد.

نکات قابل توصیه در صورت فراموش کردن مصرف دارو در زمان معین باید به محض بخاطر آوردن مصرف شود. در صورتیکه تاخیر در مصرف دارو بیش از ۱۲ ساعت باشد، بهتر است از مصرف آن نوبت خودداری شود و ضمن ادامه مصرف بقیه قرص‌ها، به روال قبلی از یک‌روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.

مقدار مصرف شروع مصرف قرص‌ها از روز اول سیکل قاعدگی و روزانه یک قرص و به مدت ۲۱ روز می‌باشد. در صورت نیاز، پس از یک فاصله درمانی ۷ روزه مصرف بسته بعدی قرص‌ها ادامه می‌یابد. دوره درمان گاه تا چند ماه طول می‌کشد.

اشکال دارویی

Tablet : Cyproterone Acetate ۲ mg + Ethinylestradiol ۳۵ mcg

موارد مصرف دانازول برای درمان آندومتريوز، منوراژی و دیگر اختلالات قاعدگی کیست‌های خوش خیم و دردهای دوره‌ای شدید پستان ژینکوماستی (در صورتیکه روشهای دیگر غیر مؤثر باشد) و در درمان طولانی مدت آنژیوادم ارثی به کار می‌رود. مکانیسم اثر: دانازول با مهار آزاد شدن گناد و تروپینه‌های هیپوفیز ممکن است محور هیپوفیز - تخمدان را مهار کند. دانازول آزاد شدن FSH، LH را مهار کرده و در نتیجه تولید استروژن تخمدان را کم می‌کند. همچنین ممکن است مستقیماً تولید استروئیدهای تخمدانی را مهار نماید و به گیرنده‌های آندروژن پروژسترون و گلوکوکورتیکوئید و نیز به گلوبولین متصل شونده به کورتیکو استروئید و هورمونهای جنسی اتصال یابد و سرعت کلیانس متابولیک پروژسترون را زیاد کند.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی و دفع آن کلیوی می‌باشد. نیمه عمر دارو تقریباً ۴/۵ ساعت است

موارد منع مصرف در بیماریهای شدید کبدی کلیوی و قلبی بیمارهای ترومبوآمبولیک خونریزی و اژینال با علت ناشناخته تومورهای وابسته به آندروژن و پورفیریا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در کودکان افراد مسن افزایش غیر طبیعی گلبولهای قرمز، صرع دیابت زیادی فشار خون میگرن اختلالات لیپوپروتئین و سابقه ترومبوز باید با احتیاط مصرف شود.

۲- در صورت بروز صفات ثانویه جنسی مردانه و زنانه مصرف دارو باید قطع شود (در صورت مصرف مداوم ممکن است این صفات غیرقابل برگشت باشند).

۳- طی درمان با این دارو، باید از روشهای غیر هورمونی استفاده شود.

عوارض جانبی تهوع سرگیجه بثورات جلدی درد پشت عصبانیت سردرد، افزایش وزن اختلالات قاعدگی گرگرفتگی کوچک شدن پستان اسپاسم عضلات اسکلتی ریزش مو و مقاومت به انسولین از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی دانازول اثر ضدانعقادی داروهای ضد انعقاد کومارینی یا مشتقات اینداندیون را افزایش داده

و ممکن است باعث خونریزی شود. همچنین ممکن است با افزایش غلظت قند خون و مقاومت به انسولین با داروهای پایین آورنده قند خون تداخل داشته باشد. افزایش غلظت پلاسمایی و خطر سمیت کلیوی سیکلوسپورین نیز گزارش شده است نکات قابل توصیه ۱- امکان بروز واکنشهای حساسیت به نور وجود دارد.

۲- در صورت وجود احتمال بارداری دارو را قطع نموده و با پزشک تماس بگیرید.

مقدار مصرف مقدار مصرف دارو ۲۰۰-۸۰۰ mg/day در چهار مقدار منقسم می‌باشد. در زنان مصرف دارو باید طی دوران قاعدگی و ترجیحاً در روز اول شروع شود. در درمان آندومتريوز، مقدار مصرف اولیه ۴۰۰ mg/day در چهار مقدار منقسم می‌باشد که مطابق با پاسخ بیمار تنظیم می‌شود و معمولاً به مدت شش ماه ادامه می‌یابد. در درمان منوراژی ۲۰۰ mg/day به مدت ۳ ماه در دردهای شدید دوره‌ای پستان ۳۰۰ mg/day - ۲۰۰ به مدت ۶ - ۳ ماه در کیست خوش خیم پستان ۳۰۰ mg/day به مدت ۶ - ۳ ماه و در درمان ژینکوماستی ۴۰۰ mg/day در مقادیر منقسم به مدت ۶ ماه مصرف می‌شود. برای کاهش ضخامت آندومتر قبل از جراحی مقدار مصرف ۸۰۰-۴۰۰ mg/day به مدت ۶ - ۳ هفته می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

DESOXYCORTICOSTERONE ACETATE

موارد مصرف این دارو یک مینرالوکورتیکوئید است که در درمان نارسایی غده فوق کلیه مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: آدرنوکورتیکوئیدها با عبور از غشاء سلولی با گیرنده‌های اختصاصی کمپلکس تشکیل داده و با تحریک رونویسی mRNA باعث ساخت پروتئین‌هایی می‌شوند که مسئول بروز اثرات فیزیولوژیک آنها است. فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی و کلیوی است و بصورت متابولیت از طریق کلیه دفع می‌شود. طول اثر دارو ۲ - ۱ روز و نیمه عمر آن حدود ۷۰ دقیقه است.

عوارض جانبی سرگیجه سردرد شدید، زیاده فشار خون تورم پاها و ضعف غیرعادی از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با آمفوتریسین B یا استازولامید ممکن است باعث کمی شدید پتاسیم خون گردد. مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است باعث بروز آریتمی قلبی شود. مصرف همزمان دزو کسی کورتیکوسترون با داروهای مدریا مکمل‌های پتاسیم ممکن است باعث تغییرات شدید پتاسیم خون شود. مقدار مصرف در درمان بی‌کفایتی غده فوق کلیوی ۵ mg/day - ۱ تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵ mg/ml

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژی و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. دگزامتازون در هیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیوی ادم مغزی شوک بیماری‌های التهابی رماتیسمی و همچنین جهت تشخیص سندرم کوشینگ و افسردگی اندوژن بکار می‌رود. مکانیسم اثر: دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضد التهابی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک دگزامتازون سریعاً و بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود. فرم تزریقی آن نیز از عضله بخوبی جذب می‌شود. بطور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافتها به متابولیت‌های غیر فعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ - تزریق داخل مفصلی این دارو در مواردی مانند جراحی ترمیمی مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یا سابقه ابتلا به آن پوکی استخوان اطراف مفصل به دلایل غیر از آرتروز و مفصل ناپایدار نباید مصرف شود.

۲ - در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی نوزادان در صورت وجود آمینونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاء رحم نیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - استفاده طولانی مدت دگزامتازون در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲ - بدنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳ - در افراد مسن و بخصوص خانم‌های یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴ - در صورت نیاز به جراحی یا درمان‌های اضطرابی و نیز در افراد دیابتی باید احتیاط نمود.

۵- در افرادی که دارو را با مقادیر تضعیف کننده سیستم ایمنی دریافت می کنند از تزریق واکسن های حاوی ویروس های زنده باید پرهیز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت با دگزامتازون بیمار را برای ابتلا به بیماریهای عفونی مستعد می کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می شود. مصرف مقادیر بالای دگزامتازون می تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید کاهش یا تاری دید و تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درد در ناحیه سینه و افزایش فشار خون از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل های دارویی مصرف همزمان این دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پریمیدون موجب تسریع متابولیسم دگزامتازون و کاهش اثر دارو می گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آرونده قند خون و یاداروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی دگزامتازون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیز گردد).

۳- در طول درمان مصرف سدیم باید محدود شده و مصرف مکمل های حاوی پتاسیم توصیه می شود.

۴- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان میزان تجویز معمولی

۲۰ mg/day - ۰/۵ می باشد.

تزریقی

کودکان بصورت تزریق داخل عضلانی یا تزریق آهسته وریدی و یا آنفوزیون آهسته داخل ورید در ابتدا ۲-۰/۵

میلی گرم می باشد. در درمان ادم مغزی

و از راه تزریق داخل وریدی در ابتدا

۱۰ میلی گرم تزریق و سپس از طریق تزریق داخل عضلانی هر ۶ ساعت و بسته به نیاز بیمار به مدت ۱۰-۲ روز، مصرف می شود.

اشکال دارویی

Elixir : ۰.۵ mg/۵ml

Tablet : ۰.۵ mg

Injection : ۸ mg/۲ml

(DIAZOXIDE (Oral

موارد مصرف دیازوکساید از راه خوراکی در درمان کمی مزمن قند خون مصرف می شود.

مکانیسم اثر: اثر دیازوکساید عمدتاً ناشی از مهار آزاد شدن انسولین از لوزالمعده است علاوه بر این خارج از لوزالمعده هم اثر خود را اعمال می کند.

فارماکوکینتیک این دارو پس از مصرف خوراکی به سرعت جذب می شود. پیوند این دارو به پروتئین بسیار زیاد است (بیش از ۹۰ درصد). اثر دارو پس از یک ساعت شروع می شود. طول اثر دارو در افراد سالم ۸ ساعت یا کمتر است

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط فراوان مصرف شود:

بیماری ایسکمیک قلب عیب کار کلیه پارگی حاد آئورت زیادی جبرانی فشارخون مانند فشارخون همراه با تنگی آئورت یا نشت شریانی نارسایی عروق کرونر و کاهش نیروی ذخیره قلب

۲- آزمایش خون و پیگیری فشارخون بیمار در طول درمان دراز مدت با این دارو ضروری است

۳- بیمارانی که به نسبت به مدرهای تیازیدی و سولفونامیدها عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ افزایش اوره خون کاهش فشارخون خیز، تاکی کاردی آریتمی اثرات خارج هرمی و پرمویی (با مصرف طولانی مدت با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان فنی توین با دیازوکساید، به علت کاهش اثرات این داروها و همچنین کاهش اثرات بالابرنده قند خون دیازوکساید، توصیه نمی‌شود. مصرف داروهای پایین آورنده فشارخون و داروهای گشاد کننده عروق محیطی همراه با دیازوکساید، ممکن است منجر به بروز اثر اضافی پایین آورنده فشارخون شود.

نکات قابل توصیه ۱- بهتر است دارو هر روز در یک زمان معین مصرف شود.

۲- انتخاب دقیق رژیم غذایی به کنترل بیماری کمک می‌کند.

۳- میزان قند ادرار خون و همچنین کتون در ادرار باید تعیین گردد.

۴- برای بررسی پیشرفت درمان به ویژه در طول چند هفته اول درمان مراجعه به پزشک ضروری است

۵- در صورت نیاز به هر گونه عمل جراحی از جمله جراحی دندان یا درمان اضطراری پزشک را باید از مصرف دارو مطلع ساخت

۶- از مصرف سایر داروها، بخصوص داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان افزاینده قند خون ابتدا ۱ mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود که مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ بالینی بیمار تنظیم می‌گردد. به عنوان

مقدار نگهدارنده ۸ mg/kg/day - ۳ در ۲ مقدار منقسم هر ۱۲ ساعت یا در ۳ مقدار منقسم هر ۸ ساعت مصرف می‌شود. پیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۱۵ mg/kg/day است

کودکان به عنوان افزاینده قند خون ابتدا ۳/۳ mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود که مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ بالینی بیمار تنظیم می‌گردد. به عنوان مقدار نگهدارنده ۱۵ mg/kg/day - ۸ در ۲ مقدار منقسم هر ۱۲ ساعت یا در ۳ مقدار منقسم هر ۸ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

DYDROGESTERONE

موارد مصرف دیدروژسترون برای درمان آندومتریوز، سقط عادت‌ی خونریزی غیرفونکسیونل رحم قاعدگی دردناک فقدان قاعدگی سندرم پیش از قاعدگی و به منظور جانشین درمانی هورمونی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پس از پیوند به گیرنده‌های سیتوپلاسمی و ایجاد کمپلکس استروئید گیرنده نسخه برداری آغاز شده و ساخت پروتئین‌ها افزایش می‌یابد. این پروتئین‌ها مسئول آثار فارماکولوژیک دارو می‌باشند. این دارو نیز مانند سایر پروژستین‌ها مانع رهایش گنادوتروپین‌ها از هیپوفیز و در نتیجه مانع بلوغ فولیکولی و تضعیف تخمک گذاری می‌گردد.

فارماکوکینتیک دیدروژسترون از دستگاه گوارش به خوبی جذب می‌شود و متابولیسم آن کبدی بوده و از راه کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در کارسینوم پستان یا اعضای تناسلی بیماری کبدی سقط فراموش شده و اختلالات ترومبوتیک نباید مصرف شود. هشدارها: در حین مصرف دارو ممکن است خونریزیهای قاعدگی نامنظم دیده شود که در آن صورت بهتر است میزان مصرف را افزایش داد.

عوارض جانبی ترومبوفلیت آمبولی ریوی ترومبوز شبکیه لکه‌بینی خونریزی نابجا، تغییر اشتها و ورم قوزک پا از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دیدروژسترون و بروموکریپتین موجب ترشح بیش از حد و خود به خودی جریان شیر می‌گردد. داروهای القاکننده فعالیت آنزیم‌های کبدی مثل کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و ریفامپین موجب کاهش کارایی دارو می‌شوند. مقدار مصرف در آندومتريوز ۱۰ میلی گرم ۲-۳ بار در روز طی روزهای ۲۵-۵ سیکل قاعدگی و یا به طور مداوم مصرف می‌شود. در سقط عادت ۱۰ میلی گرم دوبار در روز از روزهای ۲۵-۱۱ سیکل تا وقوع آبستنی و سپس به طور مداوم تا هفته ۲۰ حاملگی مصرف و سپس به تدریج میزان مصرف کاهش داده می‌شود. برای توقف خونریزی غیرفونکسیونال رحم ۱۰ میلی گرم دوبار در روز (به همراه یک استروژن و به مدت ۵-۷ روز تا زمان قطع خونریزی مصرف می‌شود. برای جلوگیری از خونریزی ۱۰ میلی گرم دوبار در روز (همراه یک استروژن در روزهای ۲۵-۱۱ سیکل مصرف می‌شود. در قاعدگی دردناک مقدار مصرف آن ۱۰ میلی گرم دوبار در روز در روزهای ۲۵-۵ سیکل می‌باشد. در فقدان قاعدگی ۱۰ میلی گرم دوبار در روز از روزهای ۲۵-۱۱ سیکل به شرط تجویز همزمان استروژن از روز ۲۵-۱ سیکل مصرف می‌شود. در سندرم پیش از قاعدگی ۱۰ mg/day از روز ۲۶-۱۲ سیکل مصرف می‌شود که در صورت نیاز می‌توان مقدار مصرف دارو را افزایش داد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

ESTRADIOL

موارد مصرف استرادیول به عنوان جانشین درمانی در کمبود هورمون استروژن و نیز در حالاتی نظیر هیپوگوناדיسم و اژینیت آتروفیک نارسایی اولیه تخمدانی درمان علائم وازوموتور دوران یائسگی و پیشگیری از استئوپروز بعد از یائسگی به کار می‌رود. این دارو همچنین ممکن است در درمان خونریزی رحمی سرطان پستان یا پروستات مصرف گردد.

مکانیسم اثر: استرادیول با اتصال به گیرنده استروژنی در سیتوپلاسم میزان ساخت DNA، RNA و پروتئین‌های مختلف را در بافت‌های هدف افزایش می‌دهد. همچنین میزان آزاد شدن GnRH از هیپوتالاموس تحت تاثیر استروژن کاهش می‌یابد و منجر به کاهش آزاد شدن FSH و LH از غده هیپوفیز می‌گردد.

فارماکوکینتیک استرادیول از راه دستگاه گوارش به خوبی جذب می‌شود و سریعاً در کبد به متابولیت‌هایی با فعالیت کمتر مانند استرون و استریول تبدیل شده و بانیمه عمر حدود یک ساعت عمدتاً از راه ادرار دفع می‌گردد. مقداری نیز وارد صفرا شده که گردش کبدی - روده‌ای دارد.

موارد منع مصرف استرادیول در مواردی چون وجود یا احتمال سرطان پستان به جز موارد انتخابی برای درمان متاستاز، نئوپلازی‌های وابسته به استروژن و یا احتمال وجود آن یا وجود آبستنی خونریزی‌های ناشناخته و غیر معمول دستگاه تناسلی ترومبوفلیت فعال اختلالات ترومبوآمبولیک و بیماری‌های حاد کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف طولانی مدت استروژن‌ها به تنهایی خطر بروز سرطان آندومتر را افزایش می‌دهد.

۲- در بیماری‌هایی نظیر میگرن زیادی فشارخون آسم صرع ترومبوفلیت مزمن یا سابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول

یا بیماری فیروکیستیک پستان با احتیاط تجویز گردد.

۳- استرادیول ممکن است اندازه فیروئیدهای رحمی را افزایش داده و آندومتر یوز را تشدید نماید.

۴- در بیمارانی که قبلاً مبتلا به سرطان آندومتر بوده و درمان شده‌اند، با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی عوارض گوارشی نظیر تهوع و استفراغ سفتی و بزرگ شدن پستان سندرم شبیه پیش از قاعدگی احتباس مایعات تغییر در اعمال کبد، یرقان انسدادی بثورات جلدی و ملاسما یا کلواسمای غیر قابل برگشت افسردگی و سردرد به ویژه در هنگام فعالیت شدید، و نیز افزایش تحریک بافتی قرمزی و خارش ناشی از لنزها تماسی در چشم افزایش فعالیت فاکتورهای انعقادی خطر بروز ترومبوآمبولیسم افزایش یا تشدید فشارخون با مقادیر زیاد یا مصرف مکرر دارو از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین گریزوفولون داروهای ضد صرع نظیر کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پیریمیدون بالقاء فعالیت آنزیم‌های کبدی متابولیسم استرادیول را تشدید می‌نمایند. استرادیول از طریق افزایش فعالیت فاکتورهای انعقادی با اثر داروهای ضد انعقاد نظیر وارفارین مقابله می‌نماید. اثر کاهنده فشارخون داروهای مسدودکننده گیرنده بتا آدرنرژیک و مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین و احتمالاً سایر داروهای ضد فشارخون به وسیله استرادیول کاهش می‌یابد. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین توسط استرادیول افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف استرادیول در کودکان بسته شدن اپی فیز استخوان را تسریع می‌نماید. لذا در کسانی که رشد آنها هنوز کامل نشده با احتیاط بکار رود.

۲- هیپرپلازی لثه و ایجاد یا تشدید ژنژیویت و التهاب لثه ممکن است به وسیله استروژنها ایجاد گردد. لذا تمیز نمودن و کنترل تولید پلاکهای دندان این عارضه را به حداقل کاهش می‌دهد.

۳- در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال در تکلم یا جهت یابی درد در سینه یا کتف کاهش بینایی یا سردرد شدید و نیز وجود توده در پستان و زرد شدن چشم‌ها یا پوست سریع؟ به پزشک مراجعه شود.

۴- برای کاهش عوارض گوارشی بهتر است دارو همراه یا بلافاصله بعد از غذا مصرف شود.

۵- در صورت مصرف طولانی مدت دارو، معاینات پستان بیوپسی آندومتر و تست اعمال کبد مرتب؟ انجام شود.
مقدار مصرف

خوراکی استرادیول به عنوان جانشین درمانی هورمونی در مواردی از قبیل واژینیت آتروفیک هیپوگوناדיسم برداشتن تخمدانها، نارسایی اولیه تخمدانها یا دوران یائسگی (کاهش علائم، به میزان ۲ mg/day - ۰/۵ به صورت دوره‌ای یا مداوم به کار می‌رود. در سرطان پستان غیر قابل جراحی و پیشرفته استرادیول به میزان ۱۰ میلی گرم ۳ بار در روز و برای حداقل ۳ ماه مصرف می‌گردد. همچنین در کارسینوما پروستات پیشرفته و غیر قابل جراحی به میزان ۱-۲ میلی گرم ۳ بار در روز تجویز می‌گردد. به منظور پیشگیری از استئوپروز، استرادیول به میزان ۰/۵ mg/day به صورت دوره‌ای یا مداوم به کار می‌رود.

تزریقی استرادیول والرات به طریق تزریق داخل عضلانی و به میزان ۲۰-۱۰ میلی گرم هر ۴ هفته یکبار، بر اساس نیاز بیمار، به منظور جانشین درمانی تجویز می‌گردد. در سرطان پیشرفته و غیر قابل جراحی پروستات به میزان ۳۰ میلی گرم هر ۲-۱ هفته که بر حسب نیاز بیمار تنظیم می‌شود مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

Tablet: ۱ mg, ۲ mg

ETHINYLESTRADIOL

- موارد مصرف اتینیل استرادیول به‌عنوان جانشین درمانی هورمونی در حالات کم‌کاری غدد تناسلی یا دوران یائسگی برای کاهش علائم ازوموتور و نیز درنئوپلاسم‌های پیشرفته و غیرقابل جراحی پستان یا پروستات به کار می‌رود.
- مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به گیرنده‌های داخل سلولی استروژن‌میزان ساخت RNA و پروتئین‌های مختلف را در بافتهای هدف افزایش می‌دهد. این پروتئین‌ها در بروز آثار فارماکولوژیکی استروژن‌ها نقش عمده‌ای دارند.
- فارماکوکینتیک اتینیل استرادیول از راه خوراکی تحت تاثیر متابولیسم عبور اول کبدی قرار گرفته و به میزان ۵۰-۴۰ درصد جذب می‌گردد. نیمه عمر آن ۲۷-۱۳ ساعت می‌باشد. در کبد به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود و از ادرار و صفرا دفع می‌گردند.
- موارد منع مصرف این دارو در صورت احتمال یا وجود سرطان پستان (به‌جز موارد انتخابی برای درمان متاستاز)، درنئوپلازیهای وابسته به استروژن یا احتمال آن احتمال یا وجود آبستنی خونریزی‌ناشناخته و غیرمعمول دستگاه تناسلی ترومبوفلیت فعال اختلالات ترومبوآمبولیک و بیماریهای حاد کبدی نباید مصرف شود.
- هشدارها: ۱- مصرف طولانی مدت این دارو به‌تنهایی خطر بروز سرطان آندومتر را افزایش می‌دهد.
- ۲- اتینیل استرادیول ممکن است اندازه فیبروئیدهای رحمی را افزایش داده و یا آندومتریوز را تشدید نماید.
- ۳- در بیماریهای نظیر میگرن زیادی فشار خون آسم صرع ترومبوفلیت مزمن یا سابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول یا بیماری فیروکیستیک پستان با احتیاط تجویز گردد.
- ۴- در بیمارانی که قبلاً به سرطان آندومتر مبتلا بوده و تحت درمان قرار داشته‌اند، با احتیاط زیاد به کار رود.
- عوارض جانبی عوارض گوارشی نظیر تهوع و استفراغ شایع می‌باشد، به‌علاوه سفتی و بزرگ شدن پستان شبه سندرم قبل از قاعدگی احتباس مایعات تغییر در اعمال کبد، یرقان ناشی از توقف صفرا و عوارض پوستی نظیر بثورات جلدی و کلوآسما، افسردگی سردرد به‌ویژه در هنگام فعالیت شدید، افزایش تحرک بافتی افزایش غلظت فاکتورهای انعقادی خطر بروز ترومبوآمبولیسم و افزایش یا تشدید فشار خون از عوارض جانبی دارو هستند.
- تداخل‌های دارویی داروهای نظیر ریفاکسیمین گریزوفولونین و داروهای ضد صرع نظیر کاربامازین فنوباریتال و فنی توین با القاء آنزیم‌های کبدی متابولیسم اتینیل استرادیول را تشدید می‌نمایند. این دارو از طریق افزایش فعالیت فاکتورهای انعقادی با اثر داروهای ضد انعقاد نظیر وارفارین مقابله می‌نمایند. اثر کاهنده فشارخون مسددهای گیرنده بتا آدرنرژیک یا مهارکننده‌های آنزیم تبدیل‌کننده آنژیوتانسین و احتمالاً سایر داروهای ضد فشارخون به‌وسیله این دارو کاهش می‌یابد. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین با مصرف این دارو افزایش می‌یابد.
- نکات قابل توصیه ۱- این دارو بسته‌شدن‌آپی‌فیز را در کودکان تسریع می‌نماید لذا در کسانی که رشد آنها هنوز کامل نشده با احتیاط به کار رود.
- ۲- در طول درمان هیپرپلازی و التهاب لثه ممکن است بروز نماید.
- ۳- در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال در تکلم یا جهت‌یابی درد در سینه یا کتف کاهش قدرت بینایی یا سردرد شدید و نیز وجود توده در پستان زرد شدن چشم‌ها یا پوست سریع؟ به پزشک مراجعه شود.
- ۴- بهتر است همراه یا بلافاصله بعد از غذا مصرف گردد تا عوارض گوارشی به حداقل کاهش یابد.
- ۵- در صورت مصرف طولانی مدت دارو، معاینات پستان بیوپسی آندومتر و نیز تست‌های عملکرد کبد مرتب؟ انجام شود.
- مقدار مصرف در صورت نیاز به جانشین درمانی هورمونی اتینیل استرادیول به میزان 20 mcg/day ۱۰ به کار می‌رود. همچنین در درمان سرطانهای پستان یا پروستات (پیشرفته و غیرقابل جراحی به ترتیب به میزان ۱ میلی‌گرم سه بار در روز و ۳-۱/۵ میلی‌گرم یک

بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۵ mg, ۰.۵ mg

FLUDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف این دارو یک مینرالوکورتیکوئید است که در درمان نارسایی غده فوق کلیه مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: آدرنوکورتیکوئیدها با عبور از غشاء سلولی با گیرنده‌های اختصاصی کمپلکس تشکیل داده و با تحریک رونویسی mRNA باعث ساخت پروتئین‌ها می‌شوند که مسئول بروز اثرات فیزیولوژیک آنهاست. فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی و کلیوی است و به صورت متابولیت از طریق کلیه دفع می‌شود. نیمه عمر دارو ۳۰ دقیقه و طول اثر آن کوتاه مدت است.

عوارض جانبی سرگیجه سردرد شدید، زیاده فشارخون تورم پاها و ضعف غیرعادی از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با آمفوتریسین B یا استازولامید ممکن است باعث کمی شدید پتاسیم خون گردد. مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است باعث بروز آریتمی قلبی شود مصرف همزمان فلودروکورتیزون با داروهای مدریا مکمل‌ها پتاسیم ممکن است باعث تغییرات شدید پتاسیم خون شود.

مقدار مصرف در درمان نارسایی غده فوق کلیه مقدار ۰/۱ mg/day همراه با گلوکوکورتیکوئید مصرف می‌شود. در صورت بروز زیاده فشارخون مقدار مصرف باید ۰/۰۵ mg/day کاهش یابد. در سندرم آدرنوژنیثال ۰/۲ mg/day - ۰/۱ و در درمان کمی ایدیوپاتییک فشارخون در حالت ایستاده ۰/۲ mg/day - ۰/۰۵ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۱ mg

FOSFESTROL

موارد مصرف فسفسترول یک استروژن است که در درمان جانشینی استروژن‌ها در مواردی مانند واژینیت کم‌کاری تخمدان نارسایی اولیه تخمدان و درد درمان کارسینوم متاستاز یافته پستان و پروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استروژن‌ها با اتصال به گیرنده‌های اختصاصی باعث

ساخت پروتئین‌هایی می‌شوند که مسئول بروز اثرات این داروها است

استروژن‌ها با کاهش آزاد شدن LHRH میزان هورمون‌های FSH و LH را کاهش می‌دهند.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو کبدی است و به طور عمده از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت ابتلاء به سرطان پستان (متاستاز نیافته، یرقان انسدادی نئوپلاسم‌های وابسته به استروژن بیماری‌های ترومبوآمبولیک و خونریزی با علت نامشخص دستگاه تناسلی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف استروژن‌ها در مردان ممکن است باعث ایجاد کارسینوم پستان شود.

۲- به علت اثر استروژن‌ها در بسته شدن اپی فیز مصرف این دارو در کودکان نابالغ باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

در صورت وجود آندومتریوز، بیماری کیسه صفرا، زیاده کلسیم خون پورفیری یا فیبروئید باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی اختلال در قاعدگی و اختلالات گوارشی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان استروژن‌ها با داروهای ضد انعقاد خوراکی ممکن است باعث کاهش اثرات این داروها گردد. مصرف همزمان با داروهای سمی برای کبد باعث تشدید آسیب کبدی می‌شود. مصرف همزمان استروژن‌ها با فنوباریتال کار با مازپین فنی توئین باعث کاهش اثرات استروژن‌ها می‌شود. مصرف استروژن با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای باعث افزایش غلظت سرمی این داروها می‌شود. استروژن‌ها اثرات پائین آورنده فشارخون داروهای ضد فشارخون را کاهش می‌دهند.

نکات قابل توصیه ۱- درمان با استروژن‌ها را باید با کمترین مقدار مصرف شروع کرد.

۲- به جز موارد خاص (مانند درمان سرطان درمان با استروژن‌ها باید به صورت مصرف دوره‌ای (مانند ۳ هفته مصرف دارو و یک هفته عدم مصرف صورت پذیرد).

۳- درمان با استروژن‌ها ممکن است موجب تهوع به خصوص هنگام صبح گردد. معمولاً مصرف غذاهای جامد تا حدی این حالت را تسکین می‌دهد.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان کارسینوم پروستات

۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود. مقدار مصرف را می‌توان به تدریج تا

۲۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز افزایش

داد.

تزریقی در درمان کارسینوم پروستات ۵۰ mg/day انفوزیون وریدی می‌شود. در صورت نیاز می‌توان مقدار مصرف را به g/day ۱ افزایش داد. به عنوان مقدار نگهدارنده ۵۰۰ mg/day - ۲۵۰ انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/۵ ml

Tablet: ۱۰۰ mg

GLIBENCLAMIDE

موارد مصرف گلی‌بنکلامید برای کنترل زیادی قندخون در بیماری دیابت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونیل اوره‌ها در دیابت ملیتوس غیر وابسته به انسولین با تحریک مستقیم ترشح انسولین بتای پانکراس گلوکز خون را کاهش می‌دهند. مصرف طولانی مدت این داروها حساسیت به انسولین را در بافت‌های محیطی مانند کبد، عضله چربی و سلول‌هایی

مانند مونوسیت‌ها و اریتروسیت‌ها افزایش می‌دهد که نتیجه آن کاهش گلیکوژنولیز و گلوکونئوژنز در کبد است

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع ولی وابسته به شرایط فردی بسیار متغیر می‌باشد. گلی‌بنکلامید دارای پیوند پروتئینی خیلی بالا و نیمه عمر حدود ۱۰ ساعت می‌باشد. طول اثر دارو ۲۴ ساعت است

موارد منع مصرف این دارو در مواردی چون اسیدوز، سوختگی شدید، اغمای دیابتیک، کتواسیدوز دیابتیک، اغمای غیر کتونیک هیپراسمولار، شرایطی که باعث تغییرات زیاد قندخون می‌شوند، شرایطی که نیاز به انسولین را به سرعت تغییر می‌دهند، بیماری‌های کبدی و کلیوی و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری‌هایی مانند انفارکتوس میوکارد، اغماء، عفونت تروما، جراحی و طی دوران بارداری باید از انسولین استفاده شود.

۲- در شرایط ایجادکننده افزایش قندخون مانند تغییرات هورمونهای جنسی در زنان تب بالا، عفونت پرکاری غده فوق کلیه و استرسهای روانی ممکن است افزایش مقدار مصرف دارو یا مصرف انسولین ضروری باشد.

۳- درپرکاری تیروئید کنترل قندخون مشکل تر شده و ممکن است نیاز به افزایش مقدار مصرف دارو باشد.

۴- مصرف دارو در افراد مسن به دلیل نیمه عمر طولانی توصیه نمی شود.

عوارض جانبی با مصرف دارو اختلالات دستگاه گوارش سردرد، افزایش وزن کاهش خفیف قندخون به ویژه در هنگام شب و اکنش های افزایش حساسیت گزارش شده است

تداخل های دارویی در مصرف همزمان با ضد انعقاد های خوراکی مقدار

مصرف دو دارو باید تنظیم شود. در مصرف همزمان با آسپارژیناز، کورتیکواستروئیدها، مدرهای تیازیدی و لیتیم تنظیم مقدار مصرف دارو به دلیل فعالیت ذاتی این ترکیبات در افزایش قندخون لازم می باشد. داروهایی مانند گوانتیدین مهارکننده های مونوآمین اکسیداز، کینیدین کینین و مقادیر بالای سالیسیلات ها و کلرامفنیکل به دلیل فعالیت ذاتی در کاهش قندخون و به دلیل اثر بالابرنده قندخون مهارکننده های بتا آدرژیک مقدار مصرف مورد نیاز دارو را تغییر می دهند. سایمتیدین رانیتیدین و همچنین سیپروفلوکساسین اثرات پایین آورنده قندخون گلی بنکلامید را تشدید می کنند.

نکات قابل توصیه ۱- با تغییر رژیم غذایی فعالیت بدنی و بیماری میزان قندخون و برنامه درمانی تغییر می کند.

۲- دارو به همراه صبحانه مصرف گردد.

مقدار مصرف ابتدا ۵ mg/day (در افراد مسن ۲/۵ میلی گرم مصرف می شود و مناسب با پاسخ بیمار تا ۱۵ mg/day می تواند افزایش یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

GLUCAGON

موارد مصرف گلو کاگون به عنوان داروی جان‌نشین مناسب برای گلوکز تزریقی در درمان کاهش قندخون و به عنوان داروی کمکی در رادیوگرافی دستگاه گوارش به کار می رود.

مکانیسم اثر: گلو کاگون گلیکوژنولیز و گلو کونژونز کبدی را افزایش می دهد و سبب افزایش CAMP می شود. نتیجه این اعمال افزایش غلظت گلوکز پلاسما، شل شدن عضلات صاف و اثر اینوتروپیک مثبت قلبی می باشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو در کبد و کلیه انجام می شود و نیمه عمر آن ۱۰ دقیقه می باشد. اثر دارو (افزایش قندخون ۲۰-۵۵ دقیقه پس از تزریق داخل وریدی ۱۵ دقیقه پس از تزریق داخل عضلانی و ۳۰-۴۵ دقیقه پس از تزریق زیرجلدی شروع می شود. طول مدت اثر دارو ۹۰ دقیقه است

موارد منع مصرف در فتو کروموسیتوم تومور ترشح کننده انسولین و تومور ترشح کننده گلو کاگون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در کمی قندخون ناشی از گرسنگی و نارسایی غده فوق کلیه موثر نمی باشد (ذخایر کبدی گلیکوژن برای اثر دارو لازم است .

۲- مصرف دارو به منظور کمک به تشخیص دیابت می تواند سبب افزایش قندخون شود.

عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی دارو، تهوع استفراغ اسهال کاهش پتاسیم خون و بندرت واکنش های افزایش حساسیت می باشند.

تداخل‌های دارویی گلوکاگون بامقادیر بالا سبب افزایش اثر ضدانعقادی داروهای ضدانعقاد کومارینی یا مشتقات اینداندیون می‌شود. نکات قابل توصیه در صورتیکه بیمار هوشیار نباشد پس از تزریق دارو باید بیمار را به دلیل خطر بروز استفراغ به یک طرف برگرداند. مقدار مصرف

کودکان و بزرگسالان ۱-۰/۵ میلی گرم از طریق زیرجلدی داخل عضلانی یا داخل وریدی تزریق می‌شود. در صورت عدم مشاهده پاسخ تا ۱۵ دقیقه گلوکز داخل وریدی باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/ml

GONADORELIN

موارد مصرف گنادورلین برای درمان آمنوره و ناباوری ناشی از آزادشدن غیرطبیعی هورمون آزادکننده گنادوتروپین‌ها (GnRH) در زنان و نیز بررسی عملکرد هیپوفیز در بزرگسالان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو در مصرف با فواصل زمانی منظم با تحریک گیرنده‌های GnRH در هیپوفیز موجب آزادشدن گنادوتروپین‌ها (LH, FSH) می‌گردد. تجویز مداوم دارو در نهایت موجب مهار رهایش گنادوتروپین‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو یک پتید ده

اسید آمینه‌ای است که از طریق وریدی یا زیرجلدی تزریق می‌شود. نیمه‌عمر آن در تزریق وریدی حدود ۴ دقیقه می‌باشد.

این دارو در هیپوتالاموس و هیپوفیز توسط پتیدازها تجزیه می‌شود و به صورت متابولیت از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب نباید در موارد حساسیت به گنادورلین نارسایی اولیه تخمدان خونریزی غیرطبیعی و تشخیص داده نشده واژینال مصرف شود.

هشدارها: ۱- این فرآورده ممکن است در برخی افراد ایجاد حساسیت نماید.

۲- تجویز مکرر گنادورلین ممکن است منجر به از بین رفتن حساسیت هیپوفیز و کاهش پاسخ LH شود.

عوارض جانبی تهوع سردرد، درد شکم افزایش خونریزی قاعدگی و واکنش‌های حساسیت مفرط در موقع تجویز مکرر مقادیر زیاد دارو و تحریک در محل تزریق زیرجلدی از عوارض جانبی این دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی فنوتیازین‌ها و سایر آنتاگونیست‌های دوپامین با افزایش پرولاکتین ممکن است موجب کاهش اثر دارو شوند. آندروژن‌ها، گلوکوکورتیکوئیدها، استروژن‌ها و پروژستین‌ها با تاثیر بر ترشح گنادوتروپین‌ها از هیپوفیز، نتیجه آزمون گنادورلین را تغییر می‌دهند.

مقدار مصرف در فقدان قاعدگی و ناباوری ناشی از آزادشدن غیرطبیعی GnRH در زنان از طریق انفوزیون منظم نبضی زیرجلدی ابتدا ۲۰-۱۰ میکروگرم طی یک دقیقه سپس هر ۹۰ دقیقه این مقدار تکرار می‌شود تا زمانی که بارداری رخ دهد، یا تا حداکثر ۶ ماه از طریق انفوزیون نبضی و منظم داخل وریدی (به همراه هپارین مشابه انفوزیون زیرجلدی تجویز می‌شود). جهت بررسی عملکرد هیپوفیز از طریق تزریق وریدی یا زیرجلدی مقدار ۱۰۰ میکروگرم تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

,For Injection (as Acetate): ۰.۱ mg

mg, ۳.۲ mg ۰.۸

HYDROCORTISONE

موارد مصرف هیدروکورتیزون برای درمان جایگزینی هورمونی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علائمی بیماریهای التهابی مانند بیماری التهابی روده و هموروئید و نیز واکنش‌های ازدیاد حساسیت مانند شوک آنافیلاکتیک آنژیوادم و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. هیدروکورتیزون در هیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه ادم مغزی و شوک نیز موثر است این دارو همچنین جهت تشخیص سندرم کوشینگ و افسردگی اندوژن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. این دارو با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک هیدروکورتیزون سریع؟ و به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود. شکل تزریقی آن نیز از عضله به خوبی جذب می‌شود. به طور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافت‌ها به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ - تزریق داخل مفصلی این دارو در مواردی مثل جراحی ترمیمی مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یا سابقه ابتلا به آن پوکی استخوان اطراف مفصل به دلایلی غیر آرتروز و مفصل ناپایدار نباید مصرف شود.

۲ - این دارو در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی نوزادان در صورت وجود آمینونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاء نیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - استفاده طولانی مدت آن در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲ - به دنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳ - در افراد مسن و به خصوص خانم‌های یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشارخون بالا می‌رود.

۴ - در صورت نیاز به جراحی و یا درمان اضطراری و نیز مصرف دارو در بیماران دیابتی باید احتیاط کرد.

عوارض جانبی درمان درازمدت با هیدروکورتیزون بیمار را از جهت ابتلا به بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف مقادیر بالای هیدروکورتیزون می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید کاهش یا تاری دید و تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درد در ناحیه سینه و افزایش فشارخون از عوارض جانبی دارو هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توفین و پریمیدون موجب تسریع متابولیسم هیدروکورتیزون و کاهش اثر دارویی گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آورنده قندخون و یاداروهای کاهنده فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ - برای به حداقل رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی هیدروکورتیزون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲ - از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته) پرهیز شود.

۳ - در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۴ - معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت به طور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در بیماری آدیسون و یا متعاقب برداشتن غده فوق کلیوی به میزان $20-30 \text{ mg/day}$ در دو مقدار منقسم تجویز می‌گردد. مقدار بیشتر در هنگام صبح و مقدار کمتر در هنگام عصر مصرف می‌شود.

کودکان به منظور جانشین درمانی هورمونی به میزان 30 mg/day و در مقادیر منقسم تجویز می‌گردد. تزریقی

بزرگسالان در نارسایی حاد غده فوق کلیوی به صورت تزریق داخل وریدی به مقدار 100 میلی‌گرم هر $6-8$ ساعت همراه با کلورسدیم 0.9% انفوزیون می‌گردد. در سایر موارد، دارو به صورت تزریق یا انفوزیون آهسته داخل وریدی به میزان $500-1000$ میلی‌گرم 3 تا 4 بار در روز با توجه به نیاز بیمار تجویز می‌گردد.

کودکان به صورت تزریق آهسته داخل وریدی و به میزان 25 میلی‌گرم در کودکان کمتر از یکسال 50 میلی‌گرم در کودکان $1-5$ سال و 100 میلی‌گرم در کودکان $6-12$ سال تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Enema: $100 \text{ mg}/60 \text{ ml}$

For Injection: $100 \text{ mg}, 500 \text{ mg}$

Tablet: 10 mg

INSULIN

موارد مصرف انسولین در درمان دیابت ملیتوس درمان کتواسیدوز دیابتیک و تشخیص کمبود هورمون رشد به کار می‌رود. مکانیسم اثر: انسولین ذخیره و متابولیسم کربوهیدراتها، پروتئین و چربیها را کنترل می‌کند. انتقال فعال گلوکز را از غشای سلولی بافت چربی و عضله افزایش می‌دهد و موجب تبدیل گلوکز و اسید چرب آزاد داخل سلولی به شکل ذخایر گلیکوژن و تری‌گلیسیرید می‌شود همچنین تبدیل گلوکز کبدی به گلیکوژن را افزایش داده و خروج گلوکز از کبد را مهار می‌کند. تزریق داخل وریدی انسولین با کاهش قند خون ترشح هورمون رشد را تحریک می‌کند.

فارماکوکینتیک در تزریق زیرجلدی شروع اثر انسولین رگولار $30-60$ دقیقه پس از تزریق و طول اثر آن 8 ساعت می‌باشد و پس از $2-4$ ساعت به حداکثر اثر خود می‌رسد. شروع اثر انسولین ایزوفان بای‌فازیک پس از 30 دقیقه طول اثر آن 24 ساعت و حداکثر اثر آن پس از $4-8$ ساعت دیده می‌شود. شروع اثر انسولین NPH انسانی (ایزوفان پس از $3-4$ ساعت طول اثر آن $18-24$ ساعت و حداکثر اثر آن پس از $6-12$ ساعت می‌باشد. انسولین در بیشتر بافتهای بدن توزیع می‌شود، متابولیسم آن کبدی و کلیوی است نیمه عمر دارو $5-6$ دقیقه و $30-80\%$ دفع آن کلیوی می‌باشد.

موارد منع مصرف در اسهال فلج معده انسداد روده استفراغ و دیگر شرایطی که سبب عدم جذب غذا می‌شود و یا شرایطی که موجب کاهش قند خون می‌شود مانند بی‌کفایتی آدرنال و هیپوفیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری‌های کلیوی با توجه به تغییرات کلیرانس انسولین در بیماریهای کبدی با توجه به تغییرات متابولیسم انسولین و تغییرات غلظت قندخون تنظیم میزان مصرف لازم می‌باشد.

۲- در شرایط ایجادکننده هیپرگلیسمی مانند تغییرات هورمونی در زنان تب پرکاری غده فوق کلیوی عفونت و استرسهای روانی ممکن است نیاز به انسولین افزایش یابد.

۳- پرکاری تیروئید، فعالیت بدن و کلیرانس انسولین را زیاد کرده و کنترل قندخون را مشکل می‌کند.

۴- جراحی یا تروما ممکن است قند خون را افزایش و یا کاهش داده و تنظیم مقدار مصرف انسولین لازم باشد.

عوارض جانبی واکنش‌های موضعی و دیستروفی بافت چربی در محل تزریق کاهش قند خون با مصرف مقادیر بالا و نیز افزایش وزن دیده شده است پروتامین موجود در فرآورده‌های انسولین ممکن است واکنش‌های آلرژیک ایجاد کند. تداخل‌های دارویی بلوک کننده‌های بتا آدرنرژیک ممکن است سبب بالا رفتن قند خون یا کاهش قند خون شوند. بلوک کننده‌های اختصاصی بتا یک کمتر عوارض فوق را ایجاد می‌کنند ولی می‌توانند علائم کاهش قند خون را مخفی کنند. کورتیکواستروئیدها اثرات انسولین را خنثی می‌کنند. بنابراین تنظیم مقدار مصرف دارو لازم می‌باشد.

۲- در کودکان قبل از سن بلوغ و افراد مسن به دلیل حساسیت بیشتر به انسولین خطر پایین آمدن قند خون بیشتر است
 ۳- سرنگ مناسب برای تعیین مقدار مصرف دقیق انسولین باید انتخاب شود، محل تزریق دقیق؟ مشخص شده و در تزریقات مکرر محل تزریق تغییر داده شود.

۴- با تغییر رژیم غذایی فعالیت بدنی یا بیماری نیاز به انسولین تغییر می‌کند.
 مقدار مصرف مطابق با نیاز بیمار زیرجلدی داخل عضلانی یا داخل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: Insulin Regular ۱۰۰ IU/ml

(Injection: Insulin Isophane (NPH

IU/ml ۱۰۰

Injection: Insulin Biphasic ۱۰۰ IU/ml

Injection: Insulin Zinc ۱۰۰ IU/ml

LEVONORGESTREL

موارد مصرف لوونورژسترل برای جلوگیری از بارداری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با جلوگیری از ترشح گونادوتروپین‌ها از هیپوفیز قدامی تخمک‌گذاری و بلوغ فولیکولی را مهار می‌کند. لوونورژسترل همچنین با افزایش چسبندگی مخاط گردن رحم و ایجاد تغییر در آندومتر مانع باروری و لانه‌گزینی می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه

خوراکی بخوبی جذب می‌شود، در کبد متابولیزه شده و از راه ادرار

دفع می‌شود در شکل کاشتنی آزاد شدن اولیه دارو از کپسول‌های کاشته شده در زیرجلد، به میزان ۸۰ میکروگرم در

۲۴ ساعت می‌باشد که ظرف ۱۸ - ۶ ماه به میزان تقریباً ثابت ۳۰ میکروگرم در ۲۴ ساعت رسیده و تا ۵ سال در همین حد باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت بارداری خونریزی تشخیص داده نشده واژن بیماری شدید شریانی آدنومای کبدی پورفیری بعد از برداشتن مول هیداتی فرم تا زمانی که میزان گونادوتروپین‌های پلازما و ادرار به حد طبیعی برگردد، سرطان پستان و دستگاه تناسلی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت ابتلای بیمار به بیماری قلبی سابقه بارداری نابجا، سندرم‌های سو جذب کیست‌های فعال تخمدانی بیماری فعال کبدی یرقان انسدادی عود کننده و یا سابقه یرقان در دوران بارداری دارو با احتیاط مصرف شود.

۲- دو تا ۳ سال پس از کاشتن کپسول‌های حاوی دارو در زیر جلد، اثربخشی آن کاهش و احتمال آبستنی افزایش می‌یابد. عوارض جانبی عوارض مهم دارو عبارتند از نامنظم شدن قاعدگی تهوع استفراغ سردرد، احساس ناراحتی در پستان افسردگی اختلالات پوستی تغییرات وزن بدن اولیگو منوره و منوراژی

تداخل‌های دارویی کاربامازپین گریزئوفلووین فنی توئین فنوباریتال پرمیدون و بخصوص ریفامپین با افزایش فعالیت آنزیم‌های کبدی متابولیس‌م لوونورژسترل را افزایش می‌دهند و موجب کاهش اثربخشی آن می‌گردند. لوونورژسترل نیز با مهار متابولیس‌م سیکلوسپورین موجب افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف همزمان این دارو با ریفامپین حتما باید از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده نمود.

۲- با اینکه این فرآورده نسبت به قرص‌های ترکیبی اثربخشی کمتری در جلوگیری از بارداری دارد، اما در زنان میانسال افراد سیگاری افراد مبتلا به زیادی فشار خون بیماری‌های درجه‌ای قلب دیابت یا میگرن سودمندتر از قرص‌های ترکیبی می‌باشد.

۳- در صورت استفاده قبلی از قرص‌های ترکیبی جلوگیری از بارداری باید بلافاصله بعد از قطع مصرف فرآورده ترکیبی مصرف لوونورژسترل شروع شود تا مانع بارداری شود.

۴- برای جلوگیری از بارداری پس از زایمان سه هفته پس از زایمان باید مصرف این دارو شروع شود.

۵- قرص‌ها باید هر روز در یک زمان معین مصرف شوند. در صورتی که مصرف یک قرص در ساعت معین فراموش شد، به محض به یاد آوردن باید مصرف شود و قرص‌های بعدی طبق روال معمول مصرف شوند اما اگر مصرف قرص بیشتر از ۳ ساعت به تاخیر افتاد، علاوه بر خوردن قرص‌های بعدی از آن روز بمدت یک هفته از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.

۶- استفراغ و اسهال شدید در جذب شکل خوراکی این دارو اختلال ایجاد می‌کنند و اثربخشی آن را کاهش می‌دهند. به همین دلیل طی استفراغ و اسهال شدید و تا یک هفته پس از قطع آن باید از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.

۷- طی دوره مصرف این دارو، فشار خون فرد باید دائما کنترل شود.

۸- در مورد فرآورده‌های کاشتنی ۵ سال پس از کاشتن کپسولها در زیر جلد، باید آنها را به روش جراحی ساده از زیر جلد برداشت مقدار مصرف روزانه یک قرص بطور مداوم و از روز اول سیکل قاعدگی مصرف می‌شود. فرم کاشتنی حوال ۶ کپسول است که در ۵ روز اول سیکل قاعدگی ماهیانه یا ۲۱ روز پس از زایمان با روش‌های جراحی در زیر جلد کاشته می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۰۳ mg

mg,Implants : ۶۳۶

LEVOTHYROXINE SODIUM

موارد مصرف لووتیروکسین برای تشخیص و درمان کم کاری تیروئید، پیشگیری و درمان گواتر و سرطان تیروئید و نیز بررسی عملکرد تیروئید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: هورمون‌های تیروئیدی دارای دو اثر آنابولیک و کاتابولیک می‌باشند و در متابولیسم طبیعی رشد و تکامل خصوصاً؟ تکامل سیستم عصبی کودکان نقش دارند.

فارماکوکینتیک جذب دارو متغیر و ناقص است (بین ۵۰-۷۰ درصد) خصوصاً؟ وقتی با غذا مصرف شود. زمان رسیدن به حداکثر اثر ۳-۴ هفته است و پس از قطع دارو اثر آن برای ۱-۳ هفته باقی می‌ماند. نیمه عمر دارو بسته به وضعیت تیروئید بیمار متفاوت است و

در افراد با عملکرد طبیعی تیروئید حدود ۶-۷ روز، در مبتلایان به کم کاری تیروئید ۹-۱۰ روز و در پرکاری تیروئید ۳-۴ روز می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در تیروتوکسیکوز، سابقه پرکاری تیروئید، حساسیت به هورمونهای تیروئیدی و بیماریهای قلبی - عروقی (آئزین صدري آترواسکلروزيس بیماری سرخرگ کرونر، زیادی فشار خون و انفارکتوس میوکارد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت نارسایی هیپوفیز قدامی یا غده فوق کلیوی قبل از شروع مصرف دارو (برای جلوگیری از نارسایی حاد غده فوق کلیوی درمان با کورتیکواستروئید باید شروع شود).

۲- در افراد مسن بیماران قلبی - عروقی بیماران مبتلا به دیابت با احتیاط تجویز می‌شود.

۳- در بیماران دیابتی ممکن است به افزایش مقدار مصرف داروهای ضد دیابت نیاز باشد.

۴- در دوران بارداری ممکن است اندازه گیری تیروتروپین سرم برای تنظیم مقدار مصرف دارو لازم باشد.

۵- بیماران با میکزدم یا کم کاری طولانی مدت تیروئید ممکن است به اثرات هورمونهای تیروئیدی حساس تر باشند.

عوارض جانبی عوارض معمولاً با مصرف مقادیر بالای دارو ایجاد شده و به صورت درد آئزینی قلبی پیش قلب کرامپ‌های عضلانی تاکی کاردی اسهال استفراغ لرزش بی‌قراری تحریک پذیری بی‌خوابی سردرد، گرگرفتگی تعریق کاهش وزن و ضعف عضلانی بروزمی نماید.

تداخل‌های دارویی در صورت تجویز همزمان با داروهای ضد انعقاد، تنظیم مقدار مصرف آنها براساس زمان پروترومبین لازم است کلسیرامین سبب تأخیر و جلوگیری از جذب دارو می‌شود، بنابراین بین تجویز دو دارو باید ۴-۵ ساعت فاصله باشد. مصرف همزمان با داروهای مقلد سمپاتیک اثر دارو را زیاد می‌کند و در افراد مبتلا- به بیماری سرخرگ کرونر که داروی مقلد سمپاتیک دریافت می‌کنند، خطر تشدید بیماری کرونر وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو به میزان تجویز شده و در زمان معینی از روز مصرف شود.

۲- در موارد جراحی و اورژانس پزشک باید از مصرف دارو مطلع گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۵۰-۵۰ mcg/day (۱۰۰ میکروگرم برای افراد بالای ۵۰ سال که ترجیح قبل از صبحانه مصرف می‌شود و تا رسیدن به متابولیسم نرمال هر ۳-۴ هفته ۵۰ میکروگرم به آن اضافه می‌شود (معمولاً تا رسیدن به ۱۰۰-۲۰۰ mcg/day)، در صورت وجود بیماری قلبی ابتدا ۲۵ mcg/day یا ۵۰ میکروگرم یک روز در میان که هر هفته ۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد.

کودکان برای درمان کم کاری تیروئید مادرزادی ۲۵ mcg/day که تا ظهور علائم خفیف سمیت هر ۲-۴ هفته ۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد، سپس برای رفع علائم مقدار مصرف را باید کمی کاهش داد. در میکزدم جوانی (کودکان بالای یکسال مقدار مصرف اولیه ۲/۵-۵ mcg/day می‌باشد).

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۱ mg

LIOTHYRONINE SODIUM

موارد مصرف لیوتیرونین برای تشخیص و درمان کم کاری تیروئید، پیشگیری و درمان گواتر و سرطان تیروئید و همچنین بررسی عملکرد تیروئید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: هورمونهای تیروئیدی دارای دو اثر آنابولیک و کاتابولیک می‌باشند و در متابولیسم طبیعی رشد و تکامل خصوصاً

تکامل سیستم عصبی کودکان نقش دارند.

فارماکوکینتیک تقریباً ۹۵ درصد دارو از راه خوراکی جذب می‌شود. اتصال پروتئینی دارو بالا- (بیش از ۹۹ درصد) می‌باشد و مقادیر کمی از آن در کبد متابولیزه و در صفرا ترشح می‌شود. زمان رسیدن به حداکثر اثرات درمانی ۴۸-۷۲ ساعت است و پس از قطع دارو، اثر آن تا ۷۲ ساعت باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف این دارو در تیروتوکسیکوز، سابقه پرکاری تیروئید، حساسیت به هورمونهای تیروئیدی و بیماریهای قلبی - عروقی (آئزین صدری آترواسکلروز، بیماری سرخرگ کرونر، زیادی فشار خون و انفارکتوس میوکارد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در افراد مسن بیماران قلبی عروقی بیماران مبتلا به دیابت با احتیاط تجویز شود.

۲- در بیماران دیابتی ممکن است نیاز به افزایش مقدار مصرف داروهای ضد دیابت باشد.

۳- در دوران بارداری ممکن است اندازه‌گیری تیروتروپین سرم برای تنظیم مقدار مصرف دارو لازم باشد.

۴- بیماران با میکزدم یا مبتلایان به کم‌کاری طولانی مدت تیروئید ممکن است به اثرات هورمونهای تیروئیدی حساس تر باشند.

عوارض جانبی درد آئزینی آریتمی قلبی طپش قلب کرامپ‌های عضلانی تاکی کاردی اسهال استفراغ لرزش بی‌قراری تحریک پذیری بی‌خوابی سردرد، گرگرفتگی تعریق کاهش وزن و ضعف عضلانی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با داروهای ضد انعقاد خوراکی تنظیم مقدار مصرف آنها براساس زمان پروترومبین لازم است کلسیرامین سبب تأخیر و جلوگیری از جذب دارو می‌شود، بنابراین بین تجویز دو دارو باید ۴-۵ ساعت فاصله باشد. مصرف همزمان با داروهای مقلد سمپاتیک اثر دارو را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- دارو به میزان تجویز شده و در زمان معینی از روز مصرف شود.

۲- هنگامی که اثر سریع یا قابل برگشت مورد نظر باشد و نیز اگر جذب گوارشی یا تبدیل محیطی T₄ به T₃ دچار اختلال شده باشد، این دارو بر لووتیروکسین ترجیح داده می‌شود. تنظیم مقدار مصرف این دارو مشکل‌تر است و ممکن است عوارض قلبی ایجاد کند.

۳- اگر علائم پرکاری تیروئید رخ دهد، باید دارو به مدت ۲-۳ روز قطع شود و سپس مقدار کمتری از دارو شروع گردد.

مقدار مصرف ابتدا ۲۰ mcg/day که به تدریج تا ۶۰ mcg/day در ۲-۳ مقدار منقسم افزایش می‌یابد. افراد مسن باید مقدار اولیه را به میزان کمتری دریافت کنند و بتدریج افزایش داده شود.

اشکال دارویی

Scored tab: ۲۵ mcg

MEDROXYPROGESTERONE ACETATE

موارد مصرف مدروکسی پروژسترون در درمان سرطان پستان در دوران یائسگی هیپرپلازی آندومتر و نیز سندرم پلی کیستیک تخمدان مصرف می‌شود. در درمان کارسینومای متاستاتیک کلیوی کار سینومای آندومتر و آندومتريوز کنترل آمنوره ثانویه خونریزیهای نامنظم رحم به عنوان جانشین درمانی هورمونی در زنان یائسه و نیز ارزیابی میزان تولید آندروژن و استروژن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو دارای خواص پروژستینی آندروژنی و گلوکوکورتیکوئیدی است

فارماکوکینتیک نیمه عمر دارو حدود ۱۶-۲۴ ساعت می‌باشد. متابولیسم دارو عمدتاً کبدی است و قسمت اعظم آن از راه مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود آبستنی خونریزی واژن اختلال کبدی و یا بیماریهای فعال کبد، بیماری حاد شریانی

سرطان پستان و یا دستگاه تناسلی و نیز پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- به دنبال قطع مصرف مدروکسی پروژسترون تزریقی بویژه در زنان چاق تاخیر عملکرد جسم زرد دیده می‌شود.

۲- در بیماران دیابتی مبتلایان به زیادی فشار خون و یا بیماریهای قلبی و کلیوی دارو با احتیاط تجویز شود.

۳- در صورت کاهش بینایی اگزوفتالمی دو بینی میگرن و اختلال ترومبوتیک مصرف تمام پروژستین‌ها باید قطع شود.

۴- در زنانی که از این دارو برای جلوگیری از بارداری استفاده نموده‌اند بطور متوسط تا ۱۰ ماه پس از قطع مصرف امکان باروری وجود ندارد.

۵- زنان زیر ۳۵ سال که از دارو برای جلوگیری از بارداری استفاده می‌کنند، طی ۴ سال اول مصرف با افزایش خطر سرطان پستان مواجه هستند.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بالای دارو، تورم صورت زانو و پاها دیده می‌شود. از دیگر عوارض دارو می‌توان از آکنه کپهر، احتباس آب تغییر وزن اختلالات دستگاه گوارش تغییر میل جنسی ناراحتی پستان‌ها، علائم پیش از قاعدگی خونریزی نامنظم قاعدگی افسردگی بی‌خوابی طاسی و ریزش مو، پرموئی و واکنش شبه آنافیلاکتوئید را نام برد.

نکات قابل توصیه در صورت مشکوک شدن به آبتنی مصرف دارو فوراً قطع شود.

مقدار مصرف

خوراکی

در کنترل آمنوره ثانویه ۵-۱۰ mg/day به مدت ۵-۱۰ روز تجویز می‌شود که در هر زمانی از سیکل می‌تواند مصرف شود. در خونریزی غیرفونکسیونل رحم ۱۰-۵ mg/day به مدت ۵-۱۰ روز تجویز می‌شود که از روز ۱۶ و یا ۲۱ سیکل قاعدگی باید آغاز شود. برای تحریک بروز قاعدگی ۱۰ mg/day به مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود که از روز ۱۶ سیکل آغاز می‌شود. در کارسینوم آندومتر و کلیه در ابتداء ۴۰۰-۱۰۰۰ میلی‌گرم هفته‌ای یکبار تجویز می‌شود و مقدار نگهدارنده آن ۴۰۰ میلی‌گرم یا بیشتر یکبار در ماه می‌باشد.

در سرطان پستان خانم‌های یائسه ۴۰۰ mg/day و در مقادیر منقسم مصرف می‌شود. در آندومتريوز، ۴۰-۱۰ mg/day به مدت ۶-۹ ماه مصرف می‌شود.

به منظور ارزیابی ترشح استروژن آندوژن به میزان ۱۰ mg/day به مدت ۵-۱۰ روز مصرف می‌شود. در درمان هیپرپلازی آندومتر، ۱۰ mg/day و به مدت ۳-۶ ماه مصرف می‌شود. به منظور جانشین درمانی هورمونی در خانم‌های یائسه ۵-۱۰ mg/day به مدت ۱۰-۱۴ روز در اول سیکل قاعدگی همراه با تجویز توأم استروژن تجویز می‌شود.

تزریقی

به منظور جلوگیری از بارداری مقدار ۱۵۰ میلی‌گرم هر سه ماه یکبار تزریق عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵mg, ۲۵۰ mg

Injection: ۱۵۰ mg/ml, ۵۰۰ mg/۵ml

MEGESTROL ACETATE

موارد مصرف مژسترول در درمان سرطان پستان و آندومتر، بی‌اشتهایی کاشکسی و کاهش شدید وزن و نیز سرطان پیشرفته پروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به گیرنده‌های خود در داخل سلولهای سرطانی متصل و موجب تحریک ساخته شدن پروتئین‌های خاص در هسته سلول می‌شود. همچنین با افزایش اشتها و اثرات متابولیک خود موجب افزایش وزن می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. مژسترون در کبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌گردد. موارد منع مصرف در مواردی مثل خونریزی تشخیص داده نشده واژن نارسایی کبدی یا بیماری فعال کبدی بیماری شدید شریانی پورفیری سرطان پستان یا اعضای تناسلی نباید مصرف شود.

هشدارها: در مبتلایان به زیادی فشار خون و بیماری قلبی یا کلیوی باید با احتیاط مصرف شود. عوارض جانبی آکنه کهیر، احتباس مایعات تغییر وزن اختلال گوارشی تغییر در میل جنسی احساس ناراحتی در پستان علائم شبیه سندرم پیش از قاعدگی سیکل قاعدگی نامنظم افسردگی بی‌خوابی خواب‌آلودگی طاسی پرمویی واکنش‌های شبه آنافیلاکسی از عوارض مهم این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین موجب افزایش متابولیسم کبدی مژسترون می‌شود. این دارو متابولیسم سیکلوسپورین را مهار می‌کند و موجب افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود. داروهایی مانند کاربامازپین فنوباریتال و فنی‌توئین نیز با افزایش سرعت متابولیسم کبدی مژسترون غلظت پلاسمایی و در نتیجه اثربخشی آن را کاهش می‌دهند.

نکات قابل توجه در صورت مشکوک بودن به آستنی مصرف دارو باید قطع و به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف در سرطان پستان

۱۶۰ mg/day به صورت مقدار واحد یا در مقادیر منقسم در سرطان آندومتر ۴۰-۳۲۰ mg/day در مقادیر منقسم در سرطان پیشرفته پروستات ۱۲۰ mg/day به همراه روزانه ۰/۱ میلی‌گرم دی‌اتیل استیل بسترول و در بی‌اشتهایی و کاهش شدید وزن ۸۰۰ mg/day در ماه اول و سپس ۸۰۰-۴۰۰ mg/day بمدت سه ماه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

(MENOTROPINS (HMG

موارد مصرف منوتروپین‌ها همراه با HCG به منظور تحریک تخمک‌گذاری و باروری در آن دسته از بیماران مبتلا به اختلال عملکرد تخمدانی که دچار نارسائی اولیه تخمدان نباشند، استفاده می‌شود. بطور کلی منوتروپین‌ها در بیماران مبتلا به کم‌کاری غدد جنسی ناشی از هیپوتالاموس که به کلومیفن پاسخ نداده‌اند، داروی انتخابی برای القاء تخمک‌گذاری می‌باشند. مصرف همزمان منوتروپین و HCG به منظور تحریک و تسریع تکامل سلولهای تخمک در تکنیک‌های باروری خارج از بدن (IVF) بکار برده می‌شود. این ترکیب دارویی همچنین به منظور تحریک اسپرماتوزن در مردان مبتلا- به کم‌کاری بیضه‌ها ناشی از کمبود گنادوتروپین اولیه یا ثانویه استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: منوتروپین‌ها حاوی LH و FSH می‌باشند. ترکیب این دو هورمون موجب تحریک رشد فولیکول و بلوغ آن می‌گردد. تجویز منوتروپین‌ها، بدنبال تجویز HCG و افزایش غلظت تستوسترون موجب القاء اسپرماتوزن می‌گردد. فارماکوکینتیک این دارو از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود خونریزی غیر طبیعی واژن با علت نامشخص و همچنین در کیست تخمدان یا بزرگی بیش از حد تخمدان‌ها که مربوط به سندرم تخمدان پلی‌کیستیک نمی‌باشد، نباید از منوتروپین‌ها استفاده شود.

هشدارها: ۱- استفاده از منوتروپین‌ها برای القاء تخمک‌گذاری در زنان نابارور، همراه با شیوع بالای حاملگی چندقلو یا چندقلو زائی

می‌باشد. این امر می‌تواند خطر تولد نوزدان نارس و سایر مشکلات همراه با حاملگی چندقلو را افزایش دهد.

۲- رژیم دارویی بسته به پاسخ هر بیمار متغیر بوده و چنانچه تخمدانها بطور غیر طبیعی بزرگ شده یا غلظت استرادیول سرم در روز آخر درمان با منوتروپین‌ها، بیش از حد افزایش یافته باشد، نباید HCG را تجویز نمود.

عوارض جانبی از عوارض شایع مصرف دارو در خانمها می‌توان به بزرگ شدن تخمدانها یا کیست تخمدانی خفیف تا متوسط، درد، تورم و تحریک در ناحیه تزریق بروز بثورات جلدی در سطح بدن یادر محل تزریق و نیز چند قلو زائی اشاره نمود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو باید به میزان مناسب تجویز گردد و در حین درمان بیمار کاملاً تحت نظر و کنترل پزشک قرار گیرد.

۲- وجود مشکلاتی همچون خونریزی‌های غیر طبیعی واژن و نیز کیست یا بزرگی تخمدانها موجب تغییر پاسخ بیمار به درمان دارویی می‌شود.

۳- طی درمان درجه حرارت روزانه بدن و نیز زمان مقاربت باید دقیق؟ ثبت گردد.

مقدار مصرف میزان داروی تجویزی بایستی بطور انفرادی و براساس نیاز هر بیمار، بر مبنای پاسخ بالینی وی تنظیم گردد. در صورت عدم وقوع تخمک گذاری پس از یک دوره درمان رژیم درمانی می‌توان مجدد؟ تکرار نمود. در صورتیکه پس از ۲ دوره درمان باز هم تخمک گذاری رخ ندهد، باید حتی المقدور از شیوه‌های دیگر درمان استفاده گردد.

به منظور القاء تخمک گذاری ۷۵ واحد LH و ۷۵ واحد FSH، یکبار در روز و به مدت ۷ روز یا بیشتر به شکل تزریق عضلانی تجویز می‌شود که بدنبال آن ۵۰۰۰ تا ۱۰/۰۰۰ واحد HCG یک روز پس از آخرین مقدار مصرف منوتروپین‌ها، تجویز می‌شود. در صورت نیاز، می‌توان مقدار مصرف دارو را به ۷۵-۱۵۰ واحد FSH و ۷۵-۱۵۰ واحد LH هر ۴ ساعت یکبار و به مدت ۵ روز افزایش داد.

در درمان ناباروری مردان و کم‌کاری بیضه‌ها ناشی از کمبود گنادوتروپین‌ها ۷۵ واحد FSH و ۷۵ واحد LH بطریق تزریق داخل عضلانی ۳ بار در هفته (به اضافه ۲۰۰۰ واحد HCG دو بار در هفته و به مدت حداقل ۴ ماه تجویز می‌شود. در صورتیکه اسپرماتوژنز، پس از چهار ماه افزایش نیافته باشد، میزان تجویز را باید به میزان ۱۵۰ واحد FSH و ۱۵۰ واحد LH، سه بار در هفته (بدون ایجاد تغییر در میزان HCG)، افزایش داد.

اشکال دارویی

Injection: ۷۵ IU FSH + ۷۵ IU LH

METFORMIN HCl

موارد مصرف مت‌فورمین در درمان دیابت غیر وابسته به انسولین بکار می‌رود. این دارو بویژه برای درمان بیماران دیابتی غیر وابسته به انسولین که به رژیم غذایی پاسخ نداده‌اند و همچنین در بیمارانی که اضافه وزن دارند، به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: مت‌فورمین از طریق کاهش گلوکونئوژنز و افزایش مصرف محیطی گلوکز اثر می‌کند. از آنجا که تنها در حضور انسولین آندوژن موثر می‌باشد تنها در افرادی موثر است که بخشی از سلول‌های پانکراس آنها سالم باشد. تصور می‌شود که مت‌فورمین تعداد و یا قدرت اتصال انسولین به گیرنده‌های غشاء سلول بویژه گیرنده‌های محیطی را افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو ۵۰-۶۰ درصد است ولی غذا، سرعت و میزان جذب دارو را کاهش می‌دهد. نیمه عمر دارو ۶/۲ ساعت است و بطور عمده به صورت تغییر نیافته از کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف دارو در مواردی مانند بیماریهای کبدی و کلیوی بیماریهای قلبی استعداد ابتلا به اسیدوز لاکتیک عفونت شدید، سوختگی شدید، جراحی تروما، دهیدراتاسیون اغمای دیابتی و کتواسیدوز دیابتی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در افراد مسن به دلیل احتمال وجود بیماریهای عروق محیطی و یا اختلال عملکرد کلیوی دارو باید با احتیاط مصرف

شود.

۲- در شرایطی مانند اسهال استفراغ فلج معده انسداد روده و دیگر شرایطی که جذب غذا را به تأخیر می‌اندازد، ممکن است تغییر مقدار مصرف دارو لازم بوده و یا انسولین جایگزین آن شود.

۳- در پرکاری یا کم‌کاری تیروئید تنظیم مقدار مصرف دارو لازم است

عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی ناشی از مت‌فورمین بی‌اشتهایی تهوع استفراغ اسهال (معمولاً زودگذر)، اسیدوز لاکتیک (قطع درمان لازم می‌باشد) و کاهش جذب ویتامین B۱۲ می‌باشند.

تداخل‌های دارویی سایمتیدین آمیلوراید، بلوک کننده‌های کانال کلسیم دیگوکسین مرفین پروکائین آمید، کینین رانیتیدین تریامترن تری‌متوپریم و وانکومایسین که توسط انتقال توبولار کلیوی دفع می‌شوند، غلظت پلاسمایی مت‌فورمین را افزایش داده و با کلیرانس کلیوی آن تداخل می‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف مت‌فورمین باید به مدت ۲ روز قبل از جراحی یا استفاده از مواد حاجب برای آزمایشات پزشکی قطع شود.

۲- در صورت بروز علائم اسیدوز لاکتیک اسهال درد و کرامپهای عضلانی تنفس کوتاه و سریع خستگی ضعف و خواب‌آلودگی و یا استفراغ سریع؟ به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف دارو به میزان ۵۰۰ میلی‌گرم هر ۸ ساعت یا ۸۵۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت همراه یا بعد از غذا مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف ۲-۳ g/day در مقادیر منقسم می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

METHIMAZOLE

موارد مصرف متی‌مازول در درمان پرکاری تیروئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق ممانعت از اتصال ید به تیروزین و جفت شدن ید و تیروزین‌ها باعث مهار ساخت هورمون تیروئید می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی متی‌مازول سریع است ولی تحت تأثیر غذا قرار می‌گیرد. نیمه عمر متی‌مازول حدود ۴-۱۴ ساعت است شروع اثر چند روز یا چند هفته بعد از شروع مصرف دارو است دفع متی‌مازول عمدتاً؟ کلیوی است هشدارها: ۱- در صورت وجود ضعف مغز استخوان عیب کار کبد یا عفونت باید با احتیاط مصرف شود.

۲- امکان بروز حساسیت متقاطع بین داروهای ضد تیروئید وجود دارد.

۳- دوره درمان با دارو معمولاً (شش ماه تا چند سال است

۴- در صورت بروز علائم آگرانولوسیتوز (گلودرد، تب یا بثورات جلدی باید سریع؟ به پزشک مراجعه شود.

عوارض جانبی آگرانولوسیتوز (تب لرز، گلودرد) زردی چشم و پوست (یرقان انسدادی از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای ضد انعقاد خوراکی با متی‌مازول ممکن است باعث افزایش اثرات ضد انعقادی این داروها شود. مصرف همزمان داروهای تضعیف مغز استخوان با متی‌مازول ممکن است باعث تشدید عوارض جانبی دارو شود.

نکات قابل توصیه دارو باید هر روز در ساعت مشخص مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در پرکاری تیروئید (با توجه به شدت آن ۶۰-۱۵ mg/day به عنوان مقدار شروع در ۳ مقدار منقسم به مدت ۶-۸ هفته مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده ۵-۳۰ mg/day در ۲-۳ مقدار منقسم است در بحران تیروئید سمی ۱۵-۲۰ میلی‌گرم هر ۴ ساعت در روز اول همراه با سایر اقدامات مصرف می‌شود.

کودکان در پرکاری تیروئید مقدار شروع ۰/۴ mg/kg/day در سه مقدار منقسم و مقدار مصرف نگهدارنده mg/kg/day ۰/۲ در ۳ مقدار منقسم است

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

METHYL PREDNISOLONE

موارد مصرف متیل پردنیزولون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات آلرژیک التهابی و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. متیل پردنیزولون در هایپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه ادم مغزی و بیماریهای التهابی روماتیسمی نیز مؤثر است مکانیسم اثر: این دارو با عبور از

غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود ۹۰ - ۸۰ درصد بوده و نیمه عمر آن ۲-۳ ساعت می‌باشد. متیل پردنیزولون بطور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافت‌ها به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱- به صورت تزریق داخل مفصلی در موارد جراحی ترمیمی مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یا سابقه ابتلا به آن پوکی استخوان اطراف مفصل به دلایلی غیر از آرتریت و مفصل ناپایدار نباید مصرف شود.

۲- در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی نوزادان در صورت وجود آمینونیت عفونت سیستمیک یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاء نیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- استفاده طولانی مدت متیل پردنیزولون در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲- بدنبال مصرف این دارو ممکن است آزمایشات بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳- در افراد مسن و بخصوص خانم‌های یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴- تجویز سریع داخل وریدی مقادیر بالای این دارو، ممکن است موجب کولاپس قلبی - عروقی گردد.

۵- تجویز مقادیری از دارو که موجب تضعیف سیستم ایمنی می‌گردد، می‌تواند موجب کاهش پاسخ آنتی بادی سرم در هنگام تجویز همزمان واکسن‌های حاوی ویروس زنده گردد.

عوارض جانبی درمان درازمدت با متیل پردنیزولون بیمار را از جهت ابتلا به بیماری‌های عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علایم عفونت را نیز پنهان می‌سازد. مصرف مقادیر زیاد این دارو می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید، تکرر ادرار،

پرنوشی قرحه گوارشی علایم شبه کوشینگ آکنه و افزایش فشارخون از عوارض جانبی دارو به شمار می‌آیند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پرمیدون موجب تسریع متابولیسم متیل پردنیزولون و کاهش اثر دارویی گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آورنده قند خون و یاداروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیز شود).

۲- در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۳- معاینات چشم‌پزشکی در طول درمان درازمدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان متیل پردنیزولون استات به صورت داخل صفاقی - داخل مفصلی یا تزریق در بافت نرم به میزان ۸۰ - ۴۰ میلی گرم استفاده می‌شود. در صورت نیاز این مقدار در فواصل ۱-۵ هفته تکرار شود. مقدار مصرف شکل سوکسینات ۱۰-۴۰ میلی گرم بصورت داخل عضلانی یا وریدی است که در صورت نیاز تکرار می‌شود. مقدار شکل استات در تزریق عضلانی ۴۰-۱۲۰ میلی گرم است که در صورت نیاز هر روز تا ۲ هفته قابل تکرار است

در موارد شدید مولتیپل اسکروز مقدار، ۱۷۶ mg/day به مدت یک هفته از شکل استات و یا ۱۶۰ mg/day از شکل سوکسینات مصرف می‌شود و سپس ۷۱ میلی گرم از استات و یا ۶۴ میلی گرم از سوکسینات یک روز در میان به مدت یک ماه تزریق می‌شود. کودکان در نارسائی غده فوق کلیه ۰/۲ mg/kg/day یا ۳/۳ mg/m²/day در ۳ مقدار منقسم ۳۹-۵۹ mcg/kg روزی یکبار تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection (As Sodium Succinate): ۵۰۰ mg

Injection (As Acetate): ۴۰ mg/ml

METHYLTESTOSTERONE

موارد مصرف متیل تستوسترون بعنوان جانشین درمانی در مردان در موارد کمبود یا فقدان آندروژن‌ها، ناتوانی جنسی تاخیر در بلوغ پسران نهان بیضگی درمان کمکی و ثانویه سرطان پستان در زنان و درمان جانشینی در سندرم کلیماکتریک مردان مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این دارو پس از ورود به داخل سلول به گیرنده‌های خود متصل و موجب تحریک ساخته شدن پروتئین‌های خاصی در هسته سلول می‌گردد بدین ترتیب موجب تحریک ساخته شدن اسپرم توسعه خصوصیات ثانویه جنسی مردانه و بلوغ جنسی می‌گردد. فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود. متابولیسم دارو در کبد بسیار آهسته صورت می‌گیرد. متیل تستوسترون دارای نیمه عمر حدود ۳ ساعت است و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت وجود سرطان پستان در مردان سرطان پروستات افزایش کلسیم خون و نفروز کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود نارسایی قلبی کلیوی یا کبدی بیماری ایسکمیک قلب زیادی فشار خون صرع میگرن متاستازهای استخوانی (به دلیل خطر افزایش کلسیم خون و نیز در سالخوردگان یا قبل از بلوغ در پسران با احتیاط مصرف شود).

۲- به علت احتمال بسته شدن زودرس اپی فیز یا بلوغ جنسی زودرس این دارو در کودکان نابالغ با احتیاط تجویز گردد.

۳- مصرف این دارو در مردان سالخورده ممکن است خطر برزگ شدن بافت یا سرطان پروستات را افزایش دهد.

عوارض جانبی مهم‌ترین عوارض دارو عبارتند از: احتباس سدیم به همراه ادم افزایش کلسیم خون افزایش رشد توده استخوانی نعوظ مداوم بسته شدن زودرس اپی‌فیز، بلوغ زودرس در پسرها، مهار ساخته شدن اسپرم در مردان بروز خواص جنسی مردان در زنان اختلال قاعدگی یرقان و ادم

تداخل‌های دارویی این دارو با کاهش غلظت فاکتورهای انعقادی اثر ضدانعقادی وارفارین را افزایش می‌دهد. همچنین ممکن است با کاهش غلظت قند خون اثر داروهای پایین آورنده قند خون را افزایش دهد. در صورت مصرف همزمان متیل تستوسترون غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین را افزایش داده و خطر سمیت کلیوی آن را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رساندن دل آشوبه این دارو بهتر است همراه با غذا مصرف شود.

۲- در صورت بروز علائم مردانه در زنان مقدار مصرف دارو را باید کاهش داد یا مصرف دارو را قطع کرد.

مقدار مصرف برای جانشین درمانی هورمونی در مردان در مواردی مثل ناتوانی جنسی سندرم کلیماکتریک و هیپوگنادیسم ۵۰ mg/day - ۱۰ و در نهان بیضگی ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز، مصرف می‌شود. در سرطان پستان در زنان ۵۰ میلی‌گرم ۴-۱ بار در روز مصرف می‌شود، که بعد از ۴-۲ هفته در صورت بروز پاسخ مقدار دارو به ۵۰ میلی‌گرم ۲ بار در روز کاهش می‌یابد. در بلوغ به تاخیر افتاده در پسران ۲۵-۵ میلی‌گرم در روز بمدت ۶-۴ ماه تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

NANDROLONE

موارد مصرف ناندرولون برای درمان استئوپروز دوران یائسگی و نیز آنمی آپلاستیک درمان روندهای کاتابولیک و سرطان پستان بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دارو با افزایش ساخت پروتئین و تحریک اشتها، افزایش تولید ایتروپوئیتین و احتمالاً اثر مستقیم بر مغز استخوان افزایش میزان هموگلوبین و گلبولهای قرمز خون اثرات فارماکولوژیک خود را اعمال می‌نماید. فارماکوکینتیک دفع دارو کلیوی بوده و مقدار کمی نیز از طریق مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مواردی چون عیب شدید کار کبد، سرطان پروستات سرطان پستان در مردان پورفیری نفروز، افزایش کلسیم خون سرطان پستان منتشر در زنان همراه با ازدیاد کلسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماریهای قلبی و کلیوی بیماریهای کبدی زیادی فشار خون دیابت صرع میگرن متاستاز استخوانی دارو با احتیاط تجویز شود.

۲- در کودکان و نوجوانان خطر انسداد زودرس اپی‌فیز وجود داشته و احتمال بلوغ زودرس مردان و بروز صفات ثانویه مردان در زنان نیز وجود دارد.

۳- مصرف استروئیدهای آنابولیک در مردان مسن با خطر بزرگ شدن و سرطان پروستات همراه است

عوارض جانبی عوارض دارو عبارتند از آکنه احتباس سدیم به همراه خیز، بروز صفات ثانویه جنسی مردانه مانند تغییرات صدا (گاهی غیرقابل برگشت، فقدان قاعدگی مهار اسپرماتوزن، انسداد اپی‌فیز قبل از بلوغ تستهای غیرطبیعی عملکردی کبدی تومورهای کبدی گهگاه بدنال درمان طولانی مدت با استروئیدهای آنابولیک بروز می‌کنند.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان آدرنو کورتیکوئیدها، کورتیکوتروپین غذاها و داروهای حاوی سدیم باناندرولون موجب تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود: ضد التهاب‌های غیراستروئیدی سالیسیلات‌ها و داروهای ضد انعقاد اثراتشان تقویت می‌شود. داروهای

ضد دیابت موجب کاهش اثرات دارو شده و داروهای هیپاتوتوکسیک عوارض کبدی دارو را افزایش می‌دهند. سوماتروپین نیز اثرات دارو بر بلوغ زودرس را تشدید می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ - نئوپلاسم کبدی در مصرف طولانی مدت و با مقادیر بالای دارو گزارش شده است
۲ - برای افزایش اثر درمانی دارو باید از رژیم غذایی غنی از پروتئین و کالری استفاده نمود.
مقدار مصرف

بزرگسالان دارو به میزان ۵۰ میلی گرم هر سه هفته از طریق تزریق عمیق داخل عضلانی تجویز می‌گردد.
اشکال دارویی

Injection (As Decanoate): ۲۵ mg/ml

Injection (As Propionate): ۲۵ mg/ml

OXYMETHOLONE

موارد مصرف اکسی متولون یک استروئید آنابولیک است که مانند سایر استروئیدهای آنابولیک در درمان کم خونی ناشی از ضعف شدید مغز استخوان و پیشگیری از عواقب آنژیوادم ارثی و یادمان تاخیر در رشد، مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: استروئیدهای آنابولیک با دخالت در متابولیسم پروتئین‌ها و تحریک اشتها باعث تغییر ذخیره پروتئین می‌شوند. همچنین با افزایش تولید ایتروپوئیتین و افزایش میزان گلبول‌های قرمز و هموگلوبین باعث بهبود کم خونی می‌شوند.
موارد منع مصرف در صورت ابتلاء به سرطان پستان عیب شدید کار کبد، افزایش شدید کلسیم خون و سرطان پروستات نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در صورت وجود ناراحتی قلبی یا سابقه انفارکتوس میوکاردا باید با احتیاط مصرف شود.

۲ - این دارو ممکن است باعث کاهش قندخون در افراد دیابتی شود.

عوارض جانبی آکنه یا روغنی شدن پوست بزرگ شدن کلیتوریس در زنان یا آلت تناسلی مردانه خشن شدن صدا در زنان اختلالات قاعدگی و رشد غیر طبیعی مو، افزایش نعوظ در مردان تحریک پذیری مثنانه حساس شدن پستان‌ها و ژینکوماستی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان اکسی متولون با داروهای ضد انعقاد ممکن است باعث افزایش اثرات این داروها شود. مصرف همزمان با سایر داروهای سمی برای کبد ممکن است باعث تشدید عوارض سمی دارو بر روی کبد شود.

نکات قابل توصیه ۱ - درمان با دارو باید با حداقل مقدار مصرف شروع شود.

۲ - مصرف رژیم غذایی متعادل از نظر پروتئین و کالری برای دستیابی به اثرات درمانی مناسب لازم است
مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۵mg/kg/day - ۱ مصرف می‌شود. برای درمان کم خونی ممکن است به ۶-۳ ماه درمان نیاز باشد.

کودکان در نوزادان و کودکان نارس مقدار ۱۸mg/kg/day یا ۵mg/m² بصورت مقدار واحد مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

PARATHORMON

موارد مصرف از این هورمون در درمان کم کاری حاد غده پاراتیروئید همراه با تتانی به منظور افزایش غلظت کلسیم پلاسما استفاده می‌شود. در مصرف طولانی مدت این دارو، استفاده از کلسیم بهمراه ویتامین D ترجیح داده می‌شود. این دارو همچنین در تشخیص افتراقی کم کاری غده پاراتیروئید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: هورمون پاراتیروئید با اثر بر روی استخوان کلیه‌ها و دستگاه گوارش بر روی تعادل کلسیم پلاسما نقش دارد. این هورمون تخریب استخوان را افزایش می‌دهد و تشکیل ۱ و ۲۵- دی هیدروکسی کوله کلسیفرول را در کلیه‌ها تحریک می‌کند. همچنین این هورمون دفع کلیوی فسفات غیر آلی و کلسیم و جذب روده‌ای کلسیم و فسفات را افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این هورمون تنها از راه تزریقی قابل استفاده است در کبد یا کلیه تجزیه و به اجزای پپتیدی تبدیل می‌گردد. کمتر از یک درصد دارو از راه ادرار دفع می‌شود. نیمه عمر کوتاهی دارد اثر آن به کندی شروع می‌شود ولی تا ۳۶ ساعت باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در افرادی که غلظت خونی کلسیم آنها بالا می‌باشد، این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- تتانی ناشی از اختلالات متابولیسمی که ارتباط با کارکرد غیرطبیعی پاراتیروئید ندارد، نباید با این دارو درمان شود.

۲- از آنجا که شروع اثر دارو کند است برای تخفیف سریع بیماری تجویز داخل وریدی کلسیم ضروری است

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است موجب افزایش بیش از حد کلسیم پلاسما و در نتیجه موجب بروز ضعف بی‌اشتهایی استفراغ اسهال و در نهایت اغماء و مرگ شود. در صورت بالا بودن میزان کلسیم پلاسما به مدت طولانی امکان رسوب کلسیم در بافت‌های نرم نظیر کلیه‌ها وجود دارد.

مقدار مصرف در تتانی شدید ناشی از کم کاری پاراتیروئید، مقدار ۴۰-۲۰ واحد هر ۱۲ ساعت یکبار مصرف می‌شود. در تشخیص افتراقی کم کاری غده پاراتیروئید مقدار ۲۰۰ واحد پاراتورمون بصورت داخل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰۰ U/ml

PREDNISOLONE

موارد مصرف پردنیزولون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. پردنیزولون در هیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه بیماریهای التهابی روده بیماریهای رماتیسمی و ادم مغزی نیز موثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو گیرنده وارد هسته سلول می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزاد

شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضد التهابی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو، حدود ۸۰-۹۰٪ بوده و نیمه عمر آن ۳-۲ ساعت می‌باشد. پردنیزولون بطور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافتها به متابولیت‌های غیر فعال تبدیل می‌شود. متابولیت‌ها از کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت وجود عفونت‌های سیستمیک که با وجود داروهای ضد میکروبی اختصاصی درمان نشده‌اند، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- استفاده طولانی مدت پردنیزولون در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲- بدنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳- در افراد مسن و بخصوص زنان یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴- با تجویز مقادیر بیش از $7/5 \text{mg/day}$ ممکن است علائمی شبیه سندرم کوشینگ ظاهر شود.

۵- در افراد با سابقه ابتلا به سل زیادی فشار خون سگته اخیر قلبی نارسایی احتقانی قلب اختلال عملکرد کلیه و کبد، دیابت یا سابقه فامیلی این بیماری اختلالات روحی و روانی حاد، صرع زخم‌های گوارشی و کم‌کاری تیروئید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت با پردنیزولون بیمار را از جهت ابتلا به بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف مقادیر بالای پردنیزولون می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. کاهش و یاتاری دید، تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه و افزایش فشار خون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پریمیدون موجب تسریع متابولیسم پردنیزولون و کاهش اثر دارو می‌گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آورنده قند خون و یا داروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی پردنیزولون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیز شود).

۳- در طول درمان مصرف سدیم باید محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۴- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا 20mg/day - 10 (در صورت شدت بیماری حداکثر 60mg/day) ترجیحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف می‌شود. این مقدار مصرف ممکن است طی چند روز کاهش یافته و یا آنکه نیاز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تا چند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطور معمول 5mg/day - $2/5$ بوده ولی ممکن است به مقادیر بالاتر نیز نیاز باشد.

اشکال دارویی

Tablet : 5 mg, 50 mg

PREDNISON

موارد مصرف پردنیزون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. پردنیزون در هاپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه و ادم مغزی نیز موثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از

غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو گیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود ۹۰ - ۸۰ درصد و نیمه عمر آن ۴ - ۳ ساعت می‌باشد. پردنیزون بطور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافتها به متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود. متابولیت‌های غیرفعال این دارو از طریق کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت وجود عفونت‌های سیستمیک که با وجود داروهای ضد میکروبی اختصاصی درمان نشده‌اند، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- استفاده طولانی مدت پردنیزون در کودکان می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۲- بدنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۳- در افراد مسن و بخصوص زنان یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴- با تجویز مقادیر بیش از $7/5 \text{ mg/day}$ ممکن است علائمی شبیه سندرم کوشینگ ظاهر شود.

۵- در افراد با سابقه ابتلا به سل زیادی فشار خون سکتی اخیر قلبی نارسایی احتقانی قلب اختلال عملکرد کلیه و کبد، دیابت یا سابقه فامیلی این بیماری اختلالات روحی و روانی حاد، صرع زخم‌های گوارشی و کم کاری تیروئید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت با پردنیزون بیمار را از جهت ابتلا به بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف مقادیر بالای پردنیزون می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. کاهش و یا تاری دید، تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه و افزایش فشارخون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانند کاربامازپین فنوباریتال فنی توئین و پریمیدون موجب تسریع متابولیسم پردنیزون و کاهش اثر دارو می‌گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای پائین آورنده قند خون و یا داروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱- برای به حداقل رساندن تحریک گوارشی پردنیزون خوراکی باید بعد از غذا مصرف شود.

۲- از قطع ناگهانی مصرف دارو و بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته) پرهیز شود.

۳- در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۴- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت بطور مرتب باید انجام

گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا 20 mg/day - 10 (در صورت شدت بیماری حداکثر 60 mg/day) ترجیحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف می‌شود. این مقدار مصرف ممکن است طی چند روز کاهش یافته و یا آنکه نیاز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تا چند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطور معمول 15 mg/day - $2/5$ بوده ولی ممکن است به مقادیر بالاتر نیز نیاز باشد.

اشکال دارویی

Tablet : I mg, 50 mg

PROGESTERONE

موارد مصرف پروژسترون برای درمان آمنوره یا فقدان قاعدگی و خونریزیهای غیرطبیعی رحم که به علت عدم تعادل هورمونی ایجاد شده باشند و نیز در عدم وجود اختلال ارگانیک مثل فیروئید زیرمخاطی و یا سرطان رحم و نیز به عنوان کنتراستپتیو در اشکال مختلف به کار می‌رود. دیگر موارد مصرف پروژسترون شامل کنترل منوراژی افزایش ظرفیت تنفسی در بیماران دچار سندروم Pickwickian، زایمان زودرس آندومتروز، سندروم پیش از قاعدگی و در زنان فاقد تخمدان برای آماده کردن رحم جهت پذیرش تخمک بارور شده در خارج از بدن می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به گیرنده‌های خود در نزدیکی هسته سلول موجب افزایش ساخت پروتئین می‌گردد. پروژسترون با مهار آزاد شدن گنادوتروپین‌های هیپوفیزی از بلوغ فولیکول و تخمک گذاری جلوگیری و با ایجاد تغییرات ترشحاتی در آندومتر

موجب جلوگیری از بارداری می‌شود.

فارماکوکینتیک محلول روغنی پروژسترون بعد از تزریق به سرعت جذب می‌شود ولی سرعت جذب آن برای اثر مطلوب کافی نیست دارو عمدتاً در کبد غیرفعال شده و از ادرار دفع می‌شود. پروژسترون دارای نیمه عمر حدود ۵ دقیقه می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود اختلالات ترومبوآمبولیک سرطان پستان خونریزی واژن و سقط فراموش شده نباید از پروژسترون استفاده شود. تجویز داخل رحمی پروژسترون به جهت جلوگیری از بارداری در مواردی مثل آبستنی سابقه آبستنی نابجا، وجود بیماری‌های التهابی لگن و یا سابقه آن وجود و یا سابقه بیماری‌های قابل انتقال آمیزشی مثل سوزاک و عفونت‌های کلامیدیایی آندوکاردیت بعد از زایمان و یا سقط عفونی اکتینومیکوز دستگاه تناسلی ایدزو نیز نیاز به درمان مزمن با کورتیکواستروئیدها نباید صورت گیرد.

هشدارها: ۱- در صورت کاهش شدید بینائی بیرون آمدگی چشم دوبینی میگرن بروز اختلالات ترومبوتیک مثل ترومبوفلیت اختلالات مغزی عروقی آمبولی ریوی و ترومبوز شبکیه چشم باید تجویز پروژسترون تزریقی قطع شود.

۲- احتمال بروز آبستنی نابجا با کاشت داخل رحمی پروژسترون بیشتر از سایر روش‌های جلوگیری از بارداری است این احتمال به‌ویژه در جراحی لگن آندومتريت و آندومتريوز افزایش می‌یابد.

۳- قبل از تزریق پروژسترون بایستی آزمایشات فیزیکی پستان و معاینه وضعیت لگن انجام شود.

۴- در صورت وجود بیماری‌هایی مثل صرع میگرن آسم اختلال قلبی و کلیوی و نیز سابقه افسردگی روانی و دیابت با احتیاط تجویز شود.

۵- در صورت نیاز به تجویز استروژن بهتر است تجویز پروژسترون را در دو هفته بعد از استروژن آغاز نمود. چنانچه طی تجویز پروژسترون خونریزی قاعدگی آغاز شود، بایستی تزریق پروژسترون قطع گردد.

عوارض جانبی خونریزی‌های نامنظم لکه‌بینی تغییر در جریان خون قاعدگی فقدان قاعدگی خیز، تغییرات وزن تغییر ترشحات دهانه رحم یرقان ناشی از توقف صفرا، ثورات جلدی کلوآسما و افسردگی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان پروژستین‌ها با بروموکریپتین موجب ترشح بیش از حد و خودبه‌خودی شیر می‌گردد. ترکیبات القاءکننده آنزیم‌های کبدی مثل کاربامازپین و فنی توئین موجب کاهش کارایی پروژستین‌ها می‌شوند.

مقدار مصرف پروژسترون در آمپول‌ها ۵-۱۰ میلی‌گرم برای

۸-۶ روز متوالی داخل عضلانی تجویز می‌شود. در صورتی که فعالیت تخمدان کافی باشد، ۴۸-۷۲ ساعت پس از قطع دارو خونریزی دیده می‌شود. در خونریزی‌های ناشی از اختلال عملکرد رحمی

۱۰-۵ mg/day به مدت ۶ روز مصرف و خونریزی طی ۶ روز قطع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵ mg/ml, ۵۰ mg/ml

PROPYLTHIOURACIL

موارد مصرف پروپیل تیواوراسیل برای درمان پرکاری تیروئید قبل از جراحی و یارادیوتراپی و نیز درمان کمکی در تیروتوکسیکوز یا طوفان تیروئیدی به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو باعث مهار ساخت هورمون‌های تیروئیدی می‌شود و در ضمن تبدیل محیطی تیروکسین (T₄) به تری‌یدوتیرونین (T₃) را مهار می‌کند، به همین دلیل در طوفان تیروئیدی مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع می‌باشد و به‌طور فعال توسط غده تیروئید تغلیظ می‌شود. متابولیسم آن کبدی بوده ۳۳٪ از میزان خوراکی تجویز شده توسط متابولیسم اولین گذر کبدی متابولیزه می‌شود و بقیه به‌صورت گلوکوکورونیده دفع می‌شود. نیمه عمر دارو در حدود ۱-۲ ساعت است و کمتر از ۱٪ دارو به صورت تغییر نیافته در ادرار ترشح می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت عیب کار کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در اختلالات کلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش یابد.

۲- در ۵۰ درصد از بیماران حساسیت متقاطع بین داروهای ضد تیروئید و آمپیدی گزارش شده است

۳- به دلیل اثر دارو در تضعیف مغز استخوان در صورت بروز هرگونه عفونت بایستی شمارش گلبولهای سفید خون انجام شود.

۴- در صورت بروز نوتروپنی مصرف دارو بلافاصله قطع گردد.

عوارض جانبی عوارض دارو وابسته به مقدار بوده و طی ۴-۸ هفته پس از شروع مصرف ظاهر می‌شود. این عوارض شامل تهوع سردرد، تب خفیف و برگشت پذیر، بثورات جلدی درد مفصلی یرقان و ندرت؟ طاسی می‌باشد. آگرانولوسیتوز از عوارض خطرناک دارو است

تداخل‌های دارویی کلیرانس متابولیک داروها در بیماران مبتلا- به پرکاری تیروئید افزایش یافته و در صورت درمان مجدد؟ به وضعیت طبیعی برمی‌گردد. از این رو کاهش مقدار مصرف داروهای مانند آمینوفیلین، تیوفیلین و دیگوکسین پس از درمان لازم است داروهای حاوی ید مانند آمیودارون، گلیسرین ید و یداید پتاسیم پاسخ به داروهای ضد تیروئید را کاهش می‌دهند از این رو افزایش مقدار مصرف یا طولانی تر شدن دوره درمان لازم می‌باشد. داروهای ضد تیروئید ممکن است اثر داروهای ضد انعقاد را افزایش و یا کاهش دهند. بنابراین مقدار مصرف داروهای ضد انعقاد باید براساس زمان پروترومبین تنظیم شود. داروهای ضد تیروئید برداشت ید رادیواکتیو را توسط تیروئید کاهش می‌دهند.

نکات قابل توصیه در صورت بروز گلودرد، زخم دهان خون مردگی تب بی‌قراری یا وجود بیماری نامشخص باید به پزشک مراجعه کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف اولیه دارو ۳۰۰-۶۰۰ mg/day تا زمان عادی شدن وضع بیمار می‌باشد سپس مقدار مصرف دارو به ۵۰-۱۵۰ میلی‌گرم در روز

کاهش می‌یابد. در افزایش ناگهانی

فعالیت تیروئید، ۲۰۰-۴۰۰ میلی‌گرم

هر ۴ ساعت در روز اول مصرف

می‌شود.

کودکان کودکان سنین ۶-۱۰ سال ۵۰-۱۵۰ میلی‌گرم به صورت خوراکی که در ۱-۴ مقدار منقسم در یک روز تجویز می‌شود. برای کودکان سن ۱۰ سال و بالاتر، ۵۰-۳۰۰ میلی‌گرم روزانه در ۱-۴ مقدار منقسم تجویز می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده بسته به پاسخ بیمار تنظیم می‌گردد. در تیروتوکسیکوز نوزادان ۱۰ mg/kg در مقادیر منقسم روزانه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

SOMATROPIN

موارد مصرف سوماتروپین در درمان کوتاه‌مدت ناشی از کمبود هورمون رشد از جمله در کوتاه‌مدت در سندروم ترنر به کار می‌رود. مکانیسم اثر: هورمون رشد یکی از هورمون‌های هیپوفیز قدامی می‌باشد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر مصرف دارو

به دنبال تزریق داخل وریدی ۲۰-۳۰ دقیقه

دقیقه و پس از تزریق داخل عضلانی

یا زیرجلدی حدود ۳-۵ ساعت است طول اثر دارو ۱۲-۴۸ ساعت است متابولیسم دارو کبدی و دفع آن از طریق صفرا می‌باشد.

موارد منع مصرف در هیپوتیروئیدسم درمان نشده یا تومورهای بدخیم خصوصاً تومور داخل جمجمه‌ای که به‌طور فعال در ۱۲ ماه گذشته رشد کرده باشد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف دارو تنها در بیماران با اپی‌فیز باز مجاز می‌باشد.

۲- در افراد مبتلا به دیابت ممکن است تنظیم مقدار مصرف داروی ضد دیابت لازم باشد.

عوارض جانبی تشکیل آنتی‌بادی واکنش‌های موضعی آرتروز درد و تورم در ناحیه تزریق و افزایش خوش خیم فشار داخل جمجمه‌ای از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی استفاده همزمان مقادیر بالای استروئیدهای آنابولیک آندروژنها، استروژنها و هورمون‌های تیروئیدی با این دارو سبب تسریع بسته‌شدن اپی‌فیزها می‌شود. مصرف طولانی‌مدت مقادیر درمان کورتیکوتروپین (ACTH) و مقادیر بالای خوراکی کورتیکواستروئیدها، سبب مهار پاسخ به هورمون رشد می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از به کار بردن این فرآورده باید حساسیت به هورمون رشد و مصرف همزمان سایر داروها خصوصاً کورتیکواستروئیدها و کورتیکوتروپین را در نظر گرفت

۲- دارو باید به مقدار مناسب تجویز شده و میزان رشد به‌طور منظم توسط پزشک تعیین شود.

۳- در صورتی که درمان با شکست مواجه شود، تست‌های سرولوژیک برای تعیین میزان آنتی‌بادی هورمون رشد انجام گردد.

۴- سن استخوان طی درمان باید هر سال تعیین شود.

۵- بررسی عملکرد تیروئید و ارزیابی بروز ضایعات داخل جمجمه‌ای لازم می‌باشد.

۶- تزریق داخل عضلانی دارو بسیار دردناک می‌باشد.

مقدار مصرف

مقدار مصرف ۰/۵-۰/۷ units/kg (در سندرم ترنر مقدار مصرف به ۱ units/kg افزایش می‌یابد) در هر هفته می‌باشد که به ۶-۷

مقدار منقسم برای تزریق زیرجلدی تقسیم می‌شود (یا به ۲-۳ مقدار برای تزریق داخل عضلانی).

اشکال دارویی

For Injection: ۴ IU

TESTOSTERONE ENANTATE

موارد مصرف تستوسترون در درمان کمبود آندروژن ناشی از هیپوگنادیسم اولیه تأخیر بلوغ در مردان سرطان‌پستان کم‌خونی تأخیر در رشد، likensclerosis و میکروسفالوس به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: در سلول بافت هدف تستوسترون توسط آنزیم ۵-آلفا ردوکتاز به ۵-آلفا دی‌هیدروتستوسترون (DHT) تبدیل می‌شود. تستوسترون و DHT به گیرنده‌های درون سیتوپلاسمی متصل و مجموعاً به جایگاه‌های خاصی در هسته سلول متصل

می‌شوند. کمپلکس استروئید- گیرنده نسخه برداری را آغاز کرده و در نهایت سبب افزایش ساخت پروتئین می‌شود. فارماکوکینتیک مانند سایر استروئیدهای تستوسترون انانات ابتدا به فرم فعال تستوسترون آزاد هیدرولیز شده که خودممکن است به دو متابولیت اصلی فعال DHT و استرادیول تبدیل شود. طول اثر دارو بیش از سایر استروئیدهای تستوسترون می‌باشد و نیمه عمر آن حدود ۱۰-۱۵ روز است متابولیسم دارو کبدی بوده و متابولیت‌ها عمدتاً در ادرار ترشح می‌شوند. به دلیل وجود چرخه کبدی-روده‌ای مقداری از دارو از طریق مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف تستوسترون در صورت وجود سرطان پستان در مردان سرطان پروستات نارسایی قلبی بیماری‌های قلبی - کلیوی حاد، خیز، عیب کار کبد، سابقه انفارکتوس میوکارد، افزایش کلسیم خون و بزرگی پروستات باید با احتیاط مصرف شود. هشدارها: ۱- در کودکان و نوجوانان در حال رشد خطر انسداد پیش از بلوغ‌پی فیزیهای استخوانی بلوغ جنسی زودرس در مردان و بروز صفات ثانویه جنسی مردانه در زنان وجود دارد. رشد استخوان باید هر شش ماه توسط رادیوگرافی دست و مچ کنترل شود.

۲- در افراد مسن احتمال افزایش خطر بزرگی یا سرطان پروستات با مصرف دارو وجود دارد.

۳- در مردان احتمال ایجاد اولیگواسپرمی آزواسپرمی و ناباروری طی درمان با مقادیر بالا وجود دارد.

۴- در بیماری‌های کبدی قلبی و کلیوی بیماری‌های ایسکمیک قلب زیادی فشارخون صرع میگرن و متاستاز استخوان دارو باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی احتباس سدیم به همراه ادم افزایش کلسیم خون افزایش رشد استخوان نعوظ غیرطبیعی و مداوم آلت تناسلی بلوغ زودرس و انسداد اپی‌فیز قبل از بلوغ در مردان بروز صفات ثانویه جنسی مردانه در زنان توقف اسپرماتوژنز در مردان نامنظم شدن سیکل قاعدگی در زنان و تحریک پذیری مثانه یا عفونت دستگاه ادراری در مردان از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی به دلیل افزایش اثر داروهای ضد انعقاد در مصرف همزمان با آندروژن‌ها مقادیر این داروها باید براساس زمان پروترومبین تنظیم شود. تنظیم مقدار مصرف داروهای ضد دیابت و انسولین نیز به دلیل کاهش قند خون لازم می‌باشد. مصرف همزمان دارو با داروهای هپاتوتوکسیک سبب افزایش بروز سمیت کبدی می‌شود. مصرف مقادیر بالای آندروژن‌ها به همراه هورمون رشد انسداد اپی‌فیزها را پیش از بلوغ تسهیل می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- کارسینومای هپاتوسلولار و نئوپلاسمهای کبدی با مصرف مقادیر بالا و دوره‌های درمانی طولانی مدت گزارش شده است

۲- در درمان طولانی مدت احتمال ایجاد ناباروری در مردان وجود دارد.

مقدار مصرف در درمان هیپوگنادیسم مقدار مصرف اولیه ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۲-۳ هفته و میزان مصرف نگهدارنده ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۳-۶ هفته از طریق تزریق آهسته داخل عضلانی می‌باشد. در درمان سرطان پستان ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۲-۳ هفته یک‌بار تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/ml, ۲۵۰ mg/ml

TRIAMCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف تریامسینولون برای درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین در درمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژی‌ها و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی استفاده می‌شود. تریامسینولون در هیپرپلازی مادرزادی آدرنال ادم مغزی و بیماری‌های روماتیسمی نیز مؤثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاء سلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو - گیرنده وارد هسته

سلولی می‌شود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند. کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فرم تزریقی تریامسینولون از عضله به خوبی جذب می‌شود. نیمه عمر دارو حدود ۲-۳ ساعت می‌باشد. به طور عمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافت‌های متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود. به دلیل وجود فلور در ساختمان تریامسینولون متابولیسم آن آهسته می‌باشد. متابولیت‌های غیرفعال این دارو از طریق کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی نوزادان در صورت وجود آمینونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس نوع ۲، عدم کفایت جفت یا پارگی زودرس غشاء منع مصرف دارد.

هشدارها: ۱- مقدار مصرف دارو بایستی دقیق؟ توسط پزشک تعیین شود.

۲- استفاده طولانی مدت این دارو در بچه‌ها می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۳- به دلیل وارد شدن در شیر به خصوص هنگام مصرف مقادیر بالا، در خلال شیردهی توصیه نمی‌شود.

۴- به دنبال مصرف این دارو ممکن است تست‌های بررسی عملکرد محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - غده فوق کلیوی دچار اختلال شود.

۵- میزان مصرف دارو در بچه‌ها بایستی براساس میلی گرم دارو به ازاء سطح بدن کودک تعیین شود.

۶- مقادیر بالای تریامسینولون به احتمال زیاد میوپاتی پروگزیمال ایجاد نموده و لذا از درمان‌های مزمن با این دارو بهتر است پرهیز گردد.

عوارض جانبی درمان دراز مدت با تریامسینولون بیمار را از جهت ابتلا به بیماری‌های عفونی مستعد می‌کند و از طرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف مقادیر بالای تریامسینولون می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. کاهش و یاتاری دید، تکرر ادرار و پرنوشی به دنبال مصرف دارو نیاز به توجه پزشکی دارند. در استفاده دراز مدت دارو، قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه در در ناحیه سרینی و افزایش فشار خون محتمل می‌باشد.

تداخل‌های دارویی تریامسینولون با آمینو گلوتماید، آمفوتریسین B، مهارکننده‌های آنزیم کربنیک انیدراز، آنتی‌اسیدها، عوامل ضد دیابت انسولین گلیکوزیدها، دی‌ژیتالین، دیورتیک‌ها، القاء کننده‌های آنزیم‌های کبدی میتوتان مکمل‌های پتاسیم ریتودرین غذاها و یاداروهای حاوی سدیم سوماترم و سوماتروپین و واکسن‌های حاوی ویروس‌های زنده توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزید.

۲- در طول درمان مصرف سدیم بایستی محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی پتاسیم توصیه می‌شود.

۳- معاینات چشم پزشکی در طول درمان دراز مدت به طور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به صورت داخل مفصلی یا تزریق در غلاف تاندونی به میزان ۲/۵-۱۵ میلی گرم و به صورت تزریق زیر پوستی یا داخل ضایعه‌ای تا ۱ میلی گرم در هر ناحیه تزریق استفاده می‌شود. در صورت نیاز این میزان می‌تواند بعد از یک هفته یا کمتر تکرار شود. به صورت داخل عضلانی ۴۰ تا ۸۰ میلی گرم استفاده شده و در صورت لزوم این مقدار می‌تواند بعد از ۴ هفته تکرار شود.

کودکان در کودکان ۶ تا ۱۲ سال داخل مفصل یا غلاف تاندونی به میزان ۲/۵-۱۵ میلی گرم تزریق شده که در صورت لزوم می‌تواند تکرار شود. به صورت داخل عضلانی به میزان ۴۰ میلی گرم استفاده شده و در صورت لزوم در فواصل ۴ هفته‌ای تکرار می‌شود. حداکثر مقدار تجویز به صورت مقدار واحد ۱۰۰ میلی گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۴۰ mg/ml

VASOPRESSIN

موارد مصرف وازوپرسین در درمان دیابت بی مزه نوروژنیک خونریزی ازواریس‌های مری و نیز تشخیص دیابت بی مزه نوروژنیک از نوع نوروژنیک به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با افزایش نفوذپذیری سلولی در مجاری جمع‌کننده ادرار سبب افزایش باز جذب آب و به دنبال آن کاهش حجم و افزایش اسمولالیته ادرار می‌شود. در مقادیر بالا-تر از مقدار فیزیولوژیک وازوپرسین موجب تنگ شدن عروق خونی و نیز انقباض عضلات صاف دستگاه گوارش می‌گردد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی و کلیوی است و نیمه عمر آن ۱۰-۲۰ دقیقه می‌باشد. طول اثر دارو ۲-۸ ساعت بوده و ۵-۱۵٪ از دارو پس از تجویز داخل وریدی به صورت تغییر نیافته از کلیه‌ها ترشح می‌شود.

موارد منع مصرف دارو در بیماری‌های عروقی (خصوصاً بیماری سرخرگ‌های کرونر) و زیاده فشار خون همچنین در نفرت مزمن با احتباس ازت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در مقادیر بالا- احتمال بروز اثرات اکسی‌توسیک وجود دارد. در صورت مصرف در دوران بارداری چون وازوپرسین توسط جفت غیرفعال می‌شود، ممکن است مقادیر بالاتری از آن لازم باشد.

۲- در کودکان و افراد مسن خطر مسمومیت با آب و هیپوناترمی وجود دارد.

۳- در مواردی چون بیماری‌های قلبی آسم صرع میگرن و دیگر شرایطی که ممکن است با احتباس آب تشدید شود، آسیب‌های کلیوی و مواردی که باید از افزایش مایعات جلوگیری کرد، با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بی‌رنگ شدن پوست تهوع آروغ زدن کرامپ‌های شکمی تمایل به خروج مدفوع واکنش‌های افزایش حساسیت انقباض عروق کرونر و مسمومیت با آب از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی اثرات ضد ادراری در مصرف همزمان با کاربامازپین کلرپروپامید و کلوفیبرات تشدید می‌شود و توسط دمکلو سایکلین لیتیم و نوراپی نفرین کاهش می‌یابد.

مقدار مصرف در درمان دیابت بی مزه مقدار ۵-۲۰ واحد هر ۴ ساعت از طریق تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی و در کنترل اولیه خونریزی واریسی مقدار ۲۰ واحد در زمانی بیش از ۱۵ دقیقه از طریق تزریق داخل وریدی تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰ Pressor U/ml

ANTITOXINS

ANTISCORPION VENUM SERUM

ANTISNAKE VENUM SERUM

BOTULISM ANTITOXIN A+B+E TRIVALENT

BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT

DIPHTERIA ANTITOXIN

TETANUS ANTITOXIN

آنتی توکسین‌ها پادتن‌هایی هستند که برای خنثی نمودن اختصاصی یک سم مصرف می‌شوند. هنگام مصرف آنتی توکسین‌ها باید به نکات زیر توجه نمود:

۱- قبل از تجویز هر فرآورده بیولوژیک باید از تزریقات قبلی هر نوع سرم به بیمار و واکنش‌های آلرژیک قبلی بیمار اطلاع به دست آورد. آنتی توکسین‌ها در افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی بر علیه فرآورده‌های بیولوژیک باید با احتیاط مصرف شوند. قبل از تجویز، آزمون حساسیت باید انجام گیرد. بدلیل احتمال مرگ و میر بعد از انجام آزمون داخل جلدی ابتدا باید آزمون خراش یا آزمون ملتحمه را انجام داد و در صورت منفی بودن یکی از این آزمون‌ها، آزمون داخل پوستی را انجام داد. برای درمان علائم حاد آلرژیک اپی نفرین باید در دسترس باشد.

۲- آزمون خراش باید خراشی به میزان نیم سانتی متر ایجاد کرد و یک قطره از فرآورده رقیق شده (۱:۱۰۰ در سرم نمکی روی آن قرار داد. برای کنترل نیز خراشی مشابه در طرف مقابل ایجاد و بر روی آن فقط سرم نمکی ریخته شود. بعد از ۲۰ دقیقه خراش‌ها با هم مقایسه شوند. کهیر متورم احاطه شده با هاله‌ای از قرمزی‌نشانه واکنش مثبت است

۳- آزمون ملتحمه یک قطره از فرآورده رقیق شده (۱:۱۰) در سرم نمکی را داخل کیسه ملتحمه یک طرف و برای کنترل یک قطره از سرم نمکی را در کیسه ملتحمه طرف دیگر ریخته می‌شود. در طی ۱۰-۳۰ دقیقه واکنش مثبت با خارش سوزش قرمزی و ریزش اشک مشخص می‌گردد. این علائم با استفاده از قطره چشمی اپی نفرین کاهش می‌یابد. چشم کنترل باید ظاهری طبیعی داشته باشد. اگر هر دو چشم طبیعی باشند، نشانه واکنش منفی است

۴- آزمون داخل جلدی برای بیماران بدون سابقه واکنش آلرژیک و یا با آزمون منفی خراش یا ملتحمه ۰/۱-۰/۲ میلی لیتر از فرآورده رقیق شده (۱:۱۰۰) در سرم نمکی در یک طرف و همین مقدار سرم نمکی در طرف دیگر (کنترل داخل جلد تزریق می‌شود. برای بیماران دارای سابقه حساسیت باید رقت ۱:۱۰۰۰ مصرف شود. بعد از ۱۰-۳۰ دقیقه محل‌های تزریق باید با هم مقایسه شوند. کهیر متورم احاطه شده با هاله‌ای از قرمزی‌نشانه واکنش مثبت می‌باشد. باید توجه داشت که مصرف همزمان آنتی هیستامین‌ها ممکن است با آزمون‌های حساسیت تداخل داشته باشند.

۵- برای بیماران دارای آزمون مثبت حساسیت یا با واکنش مشکوک باید حساسیت زدائی بدقت انجام گیرد. برای این منظور، بشرط عدم بروز واکنش باید فرآورده رقیق شده را با فواصل ۱۵ دقیقه و بطور مکرر تزریق کرد. اگر واکنشی رخ داد باید یک ساعت صبر کرد و سپس آخرین مقدار پادزهر تزریق شده که واکنشی ایجاد نکرده را باید تکرار نمود.

ANTISCORPION VENOM SERUM

موارد مصرف این فرآورده در درمان علائم ناشی از سم عقرب مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی موادخالص ضدسم عقرب است و باعث خنثی شدن سم عقرب‌های *Androctonus crassicauda*، *Buthotus saulcyi*، *Mesobuthus eupeus*، *Odontobuthus dorjajae*، *Scorpio maurus* می‌شود. انواع عقرب‌هایی که سم آنها برای تولید پادزهر بکار می‌رود به منطقه جغرافیائی مورد نظر بستگی دارد و برای هر منطقه خاص فرآورده باید حاوی آنتی توکسین‌های عقرب‌های همان منطقه باشد.

هشدارها: ۱- هنگام تزریق اکسیژن و وسایل احیاء باید در دسترس باشند.

۲- قبل از استفاده از سرم برای تشخیص حساسیت فرد مسموم نسبت به سرم اسب آزمون حساسیت باید انجام داد. در صورت بروز واکنش‌های سیستمیک استفاده از سرم باید قطع و درمان مناسب شروع شود.

۳- آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی لیتر از محلول رقیق شده (۱:۱۰ برای افراد بدون سابقه و ۱:۱۰۰ برای افراد با سابقه آلرژیک از سرم طبیعی اسب یا پادزهر زیرجلدی تزریق شود. برای نتیجه آزمون لازم است ۳۰ دقیقه صبر کرد و در صورت عدم واکنش ۰/۲ میلی لیتر از فرآورده رقیق نشده باید تزریق شود، در صورت عدم واکنش حساسیتی می توان مقدار کافی از پادزهر عقرب را مصرف کرد.

عوارض جانبی بیماری سرم و واکنش‌های حساسیتی و تاخیری (جوش‌های پوستی تب درد مفاصل خیز) از عوارض جانبی این فرآورده می باشند.

نکات قابل توصیه ۱- فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

۲- تزریق داخل عضلانی باید به آهستگی انجام شود. در صورت نیاز به تزریق داخل وریدی باید خیلی آهسته تزریق گردد.

مقدار مصرف مقدار مصرف فرآورده به مقدار و نوع سم وارد شده به بدن مصدوم اقدامات فوریتی انجام شده قبلی و سابقه سلامت بیمار بستگی دارد. کودکان بیشتر در معرض خطر هستند. بیشتر مصدومین بعد از تزریق داخل وریدی یا داخل عضلانی یک یا دو آمپول پادزهر عقرب بهبود می یابند. برای اثر سریعتر، راه داخل وریدی ترجیح داده می شود. بعضی از مصدومین نیاز به شش آمپول پادزهر عقرب دارند.

اشکال دارویی

Injection: ۵ml

ANTISNAKE VENOM SERUM

موارد مصرف این فرآورده تنها درمان اختصاصی موجود برای نیش مارهای سمی محسوب می شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی گلوبولین‌های اختصاصی ضد سم مار است این گلوبولینها بر علیه سموم شش نوع مار *Naja naja* و *axiana*، *Viperalebetina*، *Echis carinitus*، *Pseudocerastespersicus*، *Vipera xanthina* و *Agkistrodon halys* موثر هستند.

هشدارها: ۱- هنگام تجویز، اکسیژن و وسایل احیاء باید در دسترس باشند.

۲- شوک متعاقب مسمومیت را باید مانند شوک هیپوولمیک با تجویز فرآورده‌های خونی یا جانشین‌های پلاسما درمان نمود.

۳- بدلیل حجم نسبتاً کم مایعات بدن کودکان که سم در آن رقیق می شود، ممکن است کودکان به مقادیر بیشتری از پادزهر نیاز داشته باشند، لذا مقدار مورد نیاز پادزهر نباید با محاسبه وزن کودک تعیین شود.

۴- برای تشخیص حساسیت فرد مسموم نسبت به سرم اسب قبل از استفاده از سرم باید آزمون حساسیت را انجام داد. در صورت بروز واکنش‌های سیستمیک استفاده از سرم باید قطع و درمان مناسب شروع شود.

۵- آزمون حساسیت مقدار ۰/۲-۰/۳ میلی لیتر از محلول رقیق شده (۱:۱۰۰) از سرم طبیعی اسب یا پادزهر باید داخل جلدی تزریق شود. یک آزمون کنترل با تزریق سرم نمکی در اندام طرف مقابل به تفسیر نتیجه آزمایش کمک می کند.

عوارض جانبی بیماری سرم و واکنش‌های حساسیتی و تاخیری (جوش‌های پوستی تب درد مفاصل خیز) از عوارض جانبی این فرآورده می باشند.

نکات قابل توصیه ۱- فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

۲- تعیین رقت نوع الکترولیت و سرعت انفوزیون به سن بیمار، وزن و وضعیت قلبی او، شدت مسمومیت میزان کل تخمین زده شده مایعات تزریقی مورد نیاز و فاصله بین گزش بیمار و شروع درمان بستگی دارد.

۳- تزریق داخل وریدی (خیلی آهسته ارجح است تزریق داخل عضلانی باید در عضلات حجیم و ترجیح؟ در عضله سرینی انجام شود. از تزریق در نزدیکی اعصاب یا در داخل انگشتها خودداری شود.

مقدار مصرف با نظارت بر حال بیمار باید ابتدا ۵-۱۰ میلی لیتر را طی ۳-۵ دقیقه تزریق نمود. در صورت عدم بروز واکنشهای سیستمیک فوری انفوزیون رامی توان با حداکثر سرعت مناسب برای تجویز مایعات به صورت وریدی ادامه داد. در موارد ذیل باید به صورت لازم اقدام نمود:

- ۱- عدم مسمومیت (عدم بروز تظاهرات موضعی یا عمومی: ادامه درمان لازم نیست)
- ۲- مسمومیت جزئی (تورم موضعی و تغییرات موضعی دیگر و عدم وجود تظاهرات موضعی یا عمومی و نتایج طبیعی آزمونهای آزمایشگاهی: ۲۰-۴۰ میلی لیتر (۲-۴) ویال تزریق شود.
- ۳- مسمومیت متوسط (گسترش تورم به خارج ناحیه گزش یک یا چند تظاهر سیستمیک و نتایج غیرطبیعی آزمونهای آزمایشگاهی کاهش هماتوکریت و پلاکتها): ۵۰-۹۰ میلی لیتر (۵-۹) ویال تزریق شود.
- ۴- مسمومیت حاد (واکنشهای مشخص موضعی و تظاهرات شدید سیستمیک و تغییرات مشخص در یافته‌های آزمایشگاهی: ۱۰۰-۱۵۰ میلی لیتر (۱۰-۱۵) ویال تزریق شود.
- ۵- اگر تورم گسترش بیشتری یافت و شدت علائم سیستمیک مسمومیت بیشتر شد یا اینکه تظاهرات شدیدی پدید آمد، ۱۰۰-۵۰ میلی لیتر (۵-۱۰) ویال داخل وریدی تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ ml vials

BOTULISM ANTITOXIN

A+B+E TRIVALENT

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری بعد از آلودگی و درمان بیماری بوتولیسم ناشی از خوردن غذاهای آلوده مصرف می شود. مکانیسم اثر: پادزهر سه ظرفیتی بوتولیسم باعث خنثی شدن سموم تولید شده توسط *Clostridium botulinum* می شود. هر میلی لیتر از این پادزهر حاوی بیش از ۵۰۰ واحد پادزهر بر علیه هر کدام از سه نوع سم A، B، E می باشد. هشدارها: این فرآورده در درمان بوتولیسم نوزادان تاثیری ندارد.

عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری سرمی از عوارض جانبی این فرآورده است نکات قابل توصیه ۱- قبل از تزریق آزمون حساسیت انجام شود.

۲- بدلیل تشدید اثرات عصبی سم بوتولینوم از مصرف آنتی بیوتیک های آمینو گلیکوزیدی در مسمومین اجتناب شود.

۳- فرآورده را باید در دمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف برای درمان بوتولیسم ۲۰ میلی لیتر از پادزهر را باید در ۱۰۰ میلی لیتر سرم نمکی رقیق و به آهستگی (حداقل ۳۰ دقیقه داخل وریدی تزریق کرد. در صورت لزوم بعد از ۴ ساعت ۱۰ میلی لیتر دیگر تجویز شود و دفعات بعد با فواصل ۱۲-۲۴ ساعت مصرف شود.

برای پیشگیری بعد از بلع غذای آلوده به ۲۰ میلی لیتر از فرآورده باید داخل عضلانی تزریق شود. در صورت ظهور علائم پادزهر اضافی تزریق گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱ ml

BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری بعد از آلودگی و درمان بیماری بوتولیسم ناشی از خوردن غذاهای آلوده مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: پادزهر یک ظرفیتی بوتولیسم باعث خنثی شدن سم تولید شده توسط نوع *Clostridium botulinum* E می‌شود. عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری سرمی از عوارض جانبی این فرآورده است نکات قابل توصیه ۱- بدلیل تشدید اثرات عصبی سم بوتولینوم از مصرف آنتی‌بیوتیک‌های آمینوگلیکوزیدی در مسمومین اجتناب شود.

۲- قبل از تزریق آزمون حساسیت انجام شود.

۳- فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف برای درمان بوتولیسم ۲۰ میلی‌لیتر از پادزهر را در ۱۰۰ میلی‌لیتر سرم نمکی رقیق و باهستگی (حداقل ۳۰ دقیقه داخل وریدی تزریق شود. در صورت لزوم بعد از ۴ ساعت ۱۰ میلی‌لیتر دیگر تجویز شود و دوزهای بعدی با فواصل ۱۲-۲۴ ساعت مصرف شوند.

برای پیشگیری بعد از بلع غذای آلوده به *Clostridium botulinum* ۲۰ میلی‌لیتر از فرآورده باید داخل عضلانی تزریق شود. در صورت ظهور علائم پادزهر اضافی تزریق گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰,۰۰۰ units in ۲۰ ml

DIPHTHERIA ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی انتقالی و به منظور پیشگیری موقت یا درمان عفونت دیفتتری مصرف می‌شود. هر بیمار با علائم بالینی دیفتتری باید فوراً؟ و قبل از هر گونه آزمایش باکتری شناسی پادزهر دیفتتری دریافت نماید. مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی مواد خالص ضد سم دیفتتری می‌باشد که بر علیه سم تولید شده توسط باکتری *Corynebacterium diphtheria* بدست می‌آید.

هشدارها: ۱- قبل از تزریق تست حساسیت انجام شود.

۲- برای کنترل واکنش‌های حساسیتی اپی نفرین ۱:۱۰۰۰ باید در دسترس باشد.

۳- آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی‌لیتر از محلول رقیق شده (۱:۱۰ برای افراد بدون سابقه و ۱:۱۰۰ برای افراد با سابقه آلرژی از سرم طبیعی اسب یا پادزهر را باید زیر جلدی تزریق کرد. بعد از ۳۰ دقیقه در صورت عدم واکنش ۰/۲ میلی‌لیتر از فرآورده رقیق نشده باید تزریق شود، در صورت عدم واکنش حساسیتی می‌توان مقدار کافی از این پادزهر را مصرف کرد.

۴- بدلیل کوتاه بودن اثر این پادزهر (حداکثر ۳ هفته نباید از آن برای پیشگیری استفاده شود. اگرچه می‌توان برای کودکان واکسینه نشده و در معرض خطر ابتلا استفاده کرد. در این صورت باید به‌طور همزمان برای ایجاد ایمنی فعال توکسوئید دیفتتری نیز تزریق شود.

عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری سرمی از عوارض جانبی این دارو است نکات قابل توصیه ۱- مقدار مورد نیاز پادزهر باید در اسرع وقت تزریق شود. هر ساعت تاخیر مقدار لازم را افزایش و اثرات مفید

پادزهر را کاهش می‌دهد.

۲- برای شروع درمان نیازی به تأیید آزمایشگاهی نیست درمان را تا کنترل تمامی علائم موضعی و عمومی یا تا موقعی که عامل بیماریزای دیگری تشخیص داده شود، باید ادامه داد.

۳- همزمان از آنتی‌بیوتیک‌های مناسب و به مقدار کامل درمانی استفاده شود.

۴- فرآورده را باید در دمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد. قبل از تزریق آن را باید تا ۳۲-۳۸ درجه سانتیگراد گرم کرد.

مقدار مصرف در صورت ابتلا حلق یا خنجره طی ۴۸ ساعت ۲۰۰۰۰-۴۰۰۰۰ واحد و در ضایعات حلقی - بینی ۴۰۰۰۰-۶۰۰۰۰ واحد و در موارد بیماری گسترده برای بیش از ۳ روز یا در بیماران با گردن متورم ۸۰۰۰۰-۱۲۰۰۰۰ واحد باید داخل عضلانی تزریق شود. مقدار مصرف کودکان و بزرگسالان یکسان می‌باشد.

به منظور پیشگیری باید ۵۰ IU/kg به صورت زیرجلدی یا داخل عضلانی تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰۰۰ IU/vial

TETANUS ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی انتقالی بر علیه بیماری کزاز در افراد زخمی که زخم آنها با اسپور باکتری کزاز آلوده شده باشد، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی گلوبولین‌های ضد سم اختصاصی بر علیه سم تولید شده توسط *Clostridium tetani* است هشدارها: ۱- قبل از تزریق آزمون حساسیت انجام شود.

۲- بدلیل کوتاه بودن اثر این پادزهر نباید از آن برای پیشگیری استفاده شود. اگرچه می‌توان برای کودکان واکسینه نشده و در معرض خطر ابتلا استفاده کرد. در این صورت باید به طور همزمان برای ایجاد ایمنی فعال توکسوئید کزاز نیز تزریق شود.

۳- آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی لیتر از محلول رقیق شده (۱:۱۰) برای افراد بدون سابقه و ۱:۱۰۰ برای افراد با سابقه آلرژی از سرم طبیعی اسب یا پادزهر را باید زیرجلدی تزریق کرد. بعد از ۳۰ دقیقه در صورت عدم واکنش ۰/۲ میلی لیتر از فرآورده رقیق نشده باید تزریق شود، در صورت عدم واکنش حساسیتی می‌توان مقدار کافی از این پادزهر را مصرف کرد.

عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش فشار خون کبیر، اختلال تنفسی و بیماری سرمی از عوارض جانبی این دارو است نکات قابل توصیه ۱- این پادزهر فقط سم باکتری *Clostridium tetani* را خنثی می‌کند و اثری بر خود باکتری ندارد. بنابراین علاوه بر تزریق پادزهر، سایر درمان‌های زخم ضروری است ضد عفونی زخم بوسیله ترکیبات ید اثر تخریبی قابل ملاحظه‌ای بر سم باکتری نیز دارد.

۲- در صورتی که فرد به سرم حساسیت داشته یا قبلاً با توکسوئید کزاز واکسینه شده باشد، بیمار باید فقط یک نوبت تزریق توکسوئید کزاز دریافت کند و نیازی به تزریق پادزهر نیست

۳- به منظور درمان بیماری کزاز، علاوه بر مصرف پادزهر، همزمان درمان‌های جراحی و علامتی شامل مصرف آنتی‌بیوتیک‌ها، آرامبخش‌ها، ضد تشنج‌ها و شل‌کننده‌های عضلانی ضروری می‌باشد.

۴- فرآورده را باید در دمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشگیری

بلافاصله بعد از ایجاد جراحت (و احتمال آلودگی زخم با باکتری کزاز مثل وجود خاک و بعد از انجام تست حساسیت مقدار ۳۰۰۰ واحد از پادزهر را باید داخل عضلانی تزریق کرد.

درمان

در صورت بروز علائم کزاز، بعد از انجام ملاحظات در مورد حساسیت و واکنش‌های سرمی باید ۲۰۰۰۰۰ واحد پادزهر را داخل وریدی تزریق کرد. روزهای بعد ۵۰۰۰۰ واحد پادزهر را باید هر روز داخل عضلانی تزریق کرد، تا هنگامی که تمام علائم بیماری از بین برود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰۰, ۵۰۰۰, ۱۰۰۰۰ IU per vial

IMMUNE GLOBULINES

ANTI-D IMMUNE GLOBULIN

HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN

(IMMUNE GLOBULIN (IG

(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV

MEASLES IMMUNE GLOBULIN

RABIES IMMUNE GLOBULIN

TETANUS IMMUNE GLOBULIN

این فرآورده‌ها از پلاسما یا سرم انسانهای مصون شده حاصل تصفیه و استاندارد می‌شوند و برای ایجاد ایمنی انتقالی بر علیه یک یا چند بیماری به کار می‌روند. این مصنویت سریع حاصل می‌شود ولی برای مدت کوتاهی (۱-۳ ماه باقی می‌ماند. در هنگام مصرف ایمنو گلوبولین‌ها باید به نکات ذیل توجه نمود:

۱- درد افراد حساس به ایمنو گلوبولین‌ها یا تایمروسال و بیماران مبتلا به نقص منفرد ایمنو گلوبولین A نباید از این فرآورده‌ها استفاده نمود. همچنین برای افراد با اختلالات انعقادی یا کاهش شدید پلاکت‌ها نباید از فرآورده‌های داخل عضلانی مصرف نمود.

۲- بجز IGIV، ایمنو گلوبولین‌ها را نباید داخل وریدی تزریق نمود. با تزریق داخل وریدی ایمنو گلوبولین‌ها احتمال بروز واکنش‌های آنافیلاکتوئید و کاهش سریع فشار خون وجود دارد.

۳- از انجام آزمون جلدی خودداری شود، زیرا تزریق داخل جلدی گاما گلوبولین‌های غلیظ باعث ایجاد واکنش التهابی می‌شود که ممکن است به عنوان یک واکنش آلرژیک مثبت تفسیر شود.

۴- از مخلوط کردن ایمنو گلوبولین‌ها با داروهای دیگر خودداری شود.

۵- تا سه ماه بعد از تجویز این فرآورده‌ها، باید از تجویز واکسن‌های ویروسی خودداری کرد. احتمالاً لازم است که چنین افرادی مجدد؟ واکسینه شوند.

ANTI-D IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده به منظور جلوگیری از ایجاد واکنش به فاکتور Rh و جلوگیری از بیماری همولیتیک نوزادان

در بارداری‌های بعدی استفاده می‌شود. ملاک تجویز در بارداری عبارتند از: مادر Rh- باشد و قبلاً نسبت به فاکتور Rh حساس نشده باشد، نوزاد و یا پدر Rh+ باشد. همچنین برای زنان حساس نشده بعد از سقط خودبخود یا سقط القاء شده و یا هرگونه دستکاری نمونه برداری یا خونریزی از میان جفت استفاده می‌شود، مگر اینکه اثبات شود که جنین یا پدر Rh- باشد. در سقط یا بارداری خارج رحمی که تعیین گروه خونی جنین غیر ممکن است با فرض بر اینکه جنین Rh+ باشد، این فرآورده را تجویز می‌کنند، مگر اینکه اثبات شود که پدر Rh- است در افراد Rh- که اشتباه خون Rh+ دریافت کرده‌اند، برای جلوگیری از واکنش بر علیه فاکتور Rh استفاده از این ایمنوگلوبولین توصیه شده است.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی IgG ضد Rho(D) است و در افراد Rh-، با مهار پاسخ ایمنی نسبت به گلبول‌های قرمز Rh+، از ایجاد حساسیت نسبت به فاکتور Rho(D) جلوگیری می‌کند. در افراد Rh- و حساس نشده‌ای که خون Rh+ به بدن آنها وارد می‌شود این فرآورده بطور موثر واکنش ایمنی را کاهش می‌دهد.

موارد منع مصرف ۱- برای افرادی

که سابقه واکنش‌های آنافیلاکتیک یا واکنش‌های شدید سیستمیک نسبت به گلوبولین‌های انسانی دارند، Anti-D نباید مصرف شود.

۲- برای نوزادان بعد از تولد، افراد Rh+، افراد Rh- که قبلاً نسبت به فاکتور Rh حساس شده‌اند، نباید تجویز شود.

هشدارها: ۱- این دارو باید عضلانی و ترجیحاً در عضله دلتوئید یا ران تزریق شود.

عوارض جانبی ناراحتی در محل تزریق تب درد عضلانی و خواب‌آلودگی از عوارض جانبی این دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی بدلیل وجود سایر ایمنوگلوبولین‌ها همراه Anti-D، تا ۳ ماه بعد از تزریق از انجام واکنش‌های مادر خودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از تجویز و بلافاصله بعد از زایمان آزمایش تعیین گروه خونی نوزاد (Rh, ABO) و آزمایش مستقیم آنتی گلوبولین را باید انجام داد.

۲- در صورت لزوم در زایمانها، سقط جنین یا انتقال خون باید طی ۷۲ ساعت فرآورده را تزریق نمود.

۳- اگر قبل از زایمان Anti-D تزریق شده باشد، لازم است که مادر یک مقدار مصرف دیگر بعد از زایمان نوزاد Rh+ دریافت کند. چنانچه این فرآورده در محدوده ۳ هفته قبل از زایمان به مادر تزریق شده باشد، بعد از زایمان نیازی به تزریق مجدد نیست مگر اینکه مقدار خونریزی جنینی مادری بیش از ۳۰ میلی لیتر خون کامل باشد.

۴- این فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پروفیلاکسی بعد از زایمان حداقل یک ویال ایمنوگلوبولین را باید طی ۷۲ ساعت بعد از زایمان تزریق کرد. در صورتی که مقدار خونریزی جنین مادری بیش از ۳۰ میلی لیتر باشد، به ازای هر ۳۰ میلی لیتر خون کامل یا ۱۵ میلی لیتر گلبول قرمز متراکم باید یک ویال اضافی تزریق شود.

پروفیلاکسی قبل از زایمان در هفته‌های ۲۶-۲۸ بارداری یک ویال و در محدوده ۷۲ ساعت بعد از زایمان نیز باید یک ویال از راه داخل عضلانی تزریق شود.

حوادث انتقال خون به ازاء هر ۳۰ میلی لیتر خون کامل یا ۱۵ میلی لیتر گلبول قرمز متراکم باید یک ویال ۳۰۰ mcg تزریق کرد.

متفرقه بعد از ترومای شکمی نمونه برداری از مایع آمنیون سقط جنین (اعم از خودبخود یا القاء شده، یا بارداری خارج رحمی در یا بعد از هفته سیزدهم بارداری باید یک ویال تزریق نمود. در صورت تزریق در هفته ۱۳-۱۸ بارداری یک مقدار مصرف ۳۰۰ mcg دیگر نیز باید در هفته‌های ۲۶-۲۸ بارداری تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰ mcg vials

HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای پیشگیری از بیماری هپاتیت B بعد از تماس تزریقی سوزن تزریق یا تصادفی، تماس غشاء مخاطی (ترشح تصادفی مایع یا تماس خوراکی) (استفاده از پیپت با مواد HBSAg مثبت مثل خون پلاسما یا سرم در نوزادان متولد شده از مادران HBSAg مثبت و افراد در معرض خطر با عفونت هپاتیت B مصرف می‌شود.

تجویز ایمنوگلوبولین هپاتیت B قبل یا همراه واکسن هپاتیت B نه تنها با ایجاد پاسخ ایمنی فعال نسبت به واکسن تداخل ندارد، بلکه دستیابی سریع به سطوح لازم پادتن ضد هپاتیت را موجب می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی مقدار زیادی از پادتن ضد آنتی ژن سطحی ویروس هپاتیت B می‌باشد. تجویز مقدار توصیه شده این فرآورده باعث فراهم نمودن سطح قابل تشخیص این ایمنوگلوبولین می‌شود که تقریباً برای مدت ۲ ماه یا بیشتر باقی می‌ماند.

هشدارها: ۱- در افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی سیستمیک این فرآورده باید با احتیاط مصرف شود. اپی نفرین باید در دسترس باشد.

۲- هنگام تزریق این فرآورده احتمال انتقال بیماری‌های ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد موضعی در محل تزریق کهییر و آنژیوادم از عوارض جانبی عمده این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق ایمنوگلوبولین هپاتیت B، از تجویز واکسن‌های ویروسی باید امتناع کرد.

نکات قابل توصیه ۱- بدلیل احتمال بروز واکنش‌های شدید، از تزریق داخل وریدی اجتناب شود. ترجیح؟ در عضله ران یا دلتوئید تزریق شود. بعلت احتمال خطر آسیب به عصب سیاتیک نباید در عضله سرینی تزریق شود.

۲- فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشگیری بعد از تماس مقدار توصیه شده 0.06 ml/kg می‌باشد و مقدار مصرف معمول برای بزرگسالان معادل ۳-۵ میلی لیتر است

مقدار مورد نیاز را

باید بلافاصله (یا حداکثر طی ۷ روز)

بعد از تماس عضلانی تزریق کرد. ۲۸-۳۰ روز بعد این تزریق را باید تکرار

نمود.

پیشگیری در نوزادان متولد شده از مادران HBSAg مثبت بلافاصله بعد از تولد (یا حداکثر طی ۱۲ ساعت مقدار نیم میلی لیتر از دارو را باید در داخل عضله ران تزریق کرد.

افراد در معرض خطر با عفونت هپاتیت B: ایمنوگلوبولین هپاتیت B (برای نوزادان نیم میلی لیتر و برای بزرگسالان 0.06 ml/kg) را همزمان یا یک ماه قبل از واکسن هپاتیت B باید تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۱, ۵ ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAMUSCULAR (IG

موارد مصرف این فرآورده برای پیشگیری یا درمان هیپاتیت A، پیشگیری یا تخفیف علائم سرخک جبران نقص ایمنوگلوبولین‌های طبیعی ایمنی انتقالی در افراد مبتلا به نقص سیستم ایمنی در معرض ابتلاء به آبله مرغان و کاهش احتمال بروز عفونت سرخجه و ضایعات جنینی در دوران بارداری مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این فرآورده محلولی از ایمنوگلوبولین‌ها، مخصوصاً IgG، می‌باشد. فارماکوکینتیک حداکثر سطوح خونی ایمنوگلوبولین IgG تقریباً دو روز بعد از تزریق این فرآورده بدست می‌آید. نیمه‌عمر IgG در گردش خون افراد با سطوح طبیعی IgG معادل ۲۳ روز است. موارد منع مصرف این فرآورده برای بیماران مبتلا به نقص منفرد IgA و یا نقص انعقادی یا کاهش تعداد پلاکتها نباید تجویز شود. هشدارها: این فرآورده فقط باید به صورت داخل عضلانی (ترجیحاً در عضله سرینی تزریق شود). عوارض جانبی درد و حساسیت موضع تزریق کپیر و آثریوادم از عوارض جانبی عمده این دارو می‌باشند. تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های زنده و ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق این فرآورده از تجویز واکسن‌های ویروسی امتناع شود. نکات قابل توصیه ۱- در صورت تماس بیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی با سرخک باید بلافاصله این فرآورده را تزریق و از مصرف واکسن سرخک خودداری کرد. ۲- بدلیل احتمال بروز واکنش‌های شدید، باید از تزریق داخل وریدی اجتناب کرد. ۳- برای افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی سیستمیک این فرآورده باید با احتیاط مصرف شود. ۴- هنگام تزریق این فرآورده احتمال انتقال بیماری‌های ویروسی وجود دارد. ۵- فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد. مقدار مصرف

هیپاتیت A: برای افرادی که با بیماران مبتلا به هیپاتیت A تماس دارند، یک مقدار مصرف ۰/۰۲ ml/kg توصیه می‌شود. برای مسافری که قصد عزیمت به مناطق آلوده را دارند، برای حضور کمتر از سه ماه باید یک مقدار مصرف ۰/۰۲ ml/kg تزریق شود و برای حضور بیش از سه ماه هر ۴-۶ ماه یکبار ۰/۰۶ ml/kg تزریق شود. سرخک به منظور جلوگیری یا تخفیف علائم سرخک در افراد حساس که کمتر از شش روز قبل با سرخک تماس داشته‌است ۰/۲۵ ml/kg تزریق و اگر کودک حساس مبتلا به نقص ایمنی نیز باشد، ۰/۵ ml/kg (حداکثر ۱۵ میلی‌لیتر) تزریق شود. نقص ایمنوگلوبولین استفاده از IGIV ارجحیت دارد، ولی در صورت فقدان IGIV می‌توان IG را مصرف کرد. مقدار مصرف اولیه ۱/۳ ml/kg و بعد هر ۳ یا ۴ هفته ۰/۶۶ ml/kg تزریق شود. بعضی از بیماران با فواصل کوتاه‌تری به IG نیاز دارند. آبله مرغان در صورت فقدان ایمنوگلوبولین ضد آبله مرغان بلافاصله ۰/۰۶-۱/۲ ml/kg تزریق شود. سرخجه مقدار ۰/۵۵ ml/kg طی ۷۲ ساعت بعد از تماس توصیه شده است

اشکال دارویی

Injection: ۲ , ۱۰ ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV

موارد مصرف این دارو در درمان بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی پوپورای ترومبوسیتوپنیک با منشاء ناشناخته لوسمی لنفوسیتیک مزمن سلول‌های B، سندرم کاواساکی جلوگیری از عفونت HIV در کودکان و در پیوند مغز استخوان به منظور جلوگیری از عفونت‌های سیستمیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده باعث ایجاد سطوح پادتن‌های وسیعی می‌شود.

فارماکوکینتیک ۵-۲ روز بعد از تزریق عضلانی سطوح سرمی لازم از پادتن‌ها ایجاد می‌شود و نیمه عمر آنها حدود ۳ هفته است. موارد منع مصرف برای افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی یا واکنش‌های شدید سیستمیک نباید مصرف شود. این فرآورده برای بیماران مبتلا به نقص منفرد Iga یا نقص انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها نباید تجویز شود.

هشدارها: ۱- سندرم مننژیت آسپتیک

بعد از تزریق IGIV مخصوصاً با مقدار مصرف بالا- گزارش شده است این سندرم که از چند ساعت تا ۲ روز بعد از تزریق IGIV شروع می‌شود، دارای علائمی مثل سردرد شدید، خواب آلودگی تب هراس از نور، حرکت دردناک چشمها، تهوع و استفراغ می‌باشد.

۲- IGIV می‌تواند باعث افت سریع فشارخون و علائم بالینی آنافیلاکسی شود. بروز این واکنشها به سرعت انفوزیون بستگی دارد. علائم حیاتی را باید بطور مداوم کنترل کرد و مراقب هر گونه علامت در مدت انفوزیون بود.

۳- واکنش‌های پیشرونده التهابی بیشتر در بیماران آگاما گلوبولینمی یا هیپوگاما گلوبولینمی شدید اتفاق می‌افتد که برای اولین بار تحت درمان با ایمنوگلوبولین‌ها قرار می‌گیرند یا ۸ هفته از آخرین تزریق ایمنوگلوبولین به آنها می‌گذرد.

عوارض جانبی بروز عوارض جانبی به سرعت انفوزیون بستگی دارد. تهوع استفراغ کرامپ‌های شکمی لرز، افزایش درجه حرارت بدن افزایش ضربان قلب بثورات و قرمزی پوست سردرد و سرگیجه از عوارض عمده IGIV می‌باشد.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های زنده ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق IGIV، باید از تجویز واکسن‌های ویروسی امتناع شود.

نکات قابل توصیه ۱- فقط باید از راه داخل وریدی تزریق شود.

۲- فرآورده باید در دمای اتاق و زیر ۳۰ درجه سانتیگراد نگهداری شود.

مقدار مصرف مناسب IGIV برای درمان نقصان IgG بیماران بر مبنای تامین سطح طبیعی (حداقل ۲g/l) تعیین می‌گردد. مقدار ۱۰۰-۴۰۰mg/kg هر سه تا چهار هفته یکبار توصیه شده است اگرچه بعضی از بیماران ممکن است تا میزان ۶۰۰mg/kg هر سه تا چهار هفته یکبار نیاز داشته باشند. برای نوبت اول توصیه می‌شود مقدار ۲۰۰mg/kg با فواصل کوتاه‌تری تزریق شود و بعد مطابق فوق مصرف شود.

در سایر موارد مصرف باید به راهنمایی‌های ارائه شده توسط سازندگان فرآورده‌ها توجه شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱, ۲.۵, ۵, ۱۰g

MEASLES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی انتقالی بر علیه بیماری سرخک مورد استفاده قرار می‌گیرد. همچنین در افراد مستعد که با

عفونت تماس داشته‌اند، برای پیشگیری و بهبودی سرخک مصرف می‌شود. همچنین در زنان باردار در سه ماهه اول بیماران مبتلا به سندرم نقص پادتن بیماران تحت درمان با مقادیر زیاد کورتیکواستروئیدها یا سایر داروهای کاهنده سیستم ایمنی بیماران مبتلا به بیماریهای شدید تب‌دار (مخصوصاً اگر دارای اختلالات مغزی باشند) به شرط آنکه تا بحال بر علیه سرخک واکسینه نشده باشند مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ایمنوگلوبولین‌های لیوفیلیزه (عمدتاً IgG) می‌باشد و از پلاسمای حاوی پادتن‌های خاص بر علیه ویروس سرخک بدست می‌آید.

هشدارها: ۱- در افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی سیستمیک باید با احتیاط مصرف شود.

۲- هنگام تزریق این دارو، احتمال انتقال بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل تزریق تب کهنیر و آنژیوادم از

عوارض جانبی عمده این فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق این ایمنوگلوبولین از تجویز واکسن‌های ویروسی امتناع شود.

نکات قابل توصیه این فرآورده باید دردمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد و دور از نور و تحت خلاء یا گاز خنثی نگهداری شود.

مقدار مصرف

پیشگیری فوری در اسرع وقت بعد از تماس (یا حداکثر طی ۵ روز بعد از آن، ۰/۲-۰/۴ ml/kg باید داخل عضلانی تزریق شود. در صورت تداوم تماس همین مقدار باید بعد از ۲-۳ هفته تکرار شود.

درمان بیماری سرخک تزریق داخل عضلانی ۱-۱/۲ ml/kg توصیه می‌شود.

جلوگیری از بروز عوارض جانبی بعد از واکسیناسیون برای این منظور تزریق داخل عضلانی ۰/۰۲ ml/kg توصیه شده است این مقدار از پیشرفت ایمنی فعال بر علیه واکسن جلوگیری نمی‌کند.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰ IU/ml

RABIES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی انتقالی بر علیه بیماری هاری همراه با واکسن هاری مورد استفاده قرار می‌گیرد.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ایمنوگلوبولین‌های انسانی (عمدتاً IgG) می‌باشد که از پلاسمای افراد مصون شده بر علیه بیماری هاری بدست می‌آید.

فارماکوکینتیک از ۲۴ ساعت بعد از تزریق سطوح پادتن انتقالی قابل تشخیص خواهد بود و برای ۲۱ روز در سطح مطلوب باقی خواهد ماند.

هشدارها: ۱- در افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی سیستمیک باید با احتیاط مصرف شود.

۲- هنگام تزریق دارو، احتمال انتقال بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل تزریق تب کهنیر و آنژیوادم از عوارض جانبی عمده این فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق ایمنوگلوبولین ضد هاری از تجویز واکسن‌های ویروسی امتناع شود. همچنین در صورت مصرف همزمان واکسن هاری باید از تکرار تزریق ایمنوگلوبولین خودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای افراد مبتلا به نوعی خاص از کمبود IgA، کمبود پلاکتها و اختلالات انعقادی باید با احتیاط استفاده شود.
۲- این فرآورده نباید تزریق وریدی شود.

۳- این فرآورده باید دردمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد و دور از نور نگهداری شود. از انجماد فرآورده جلوگیری شود و در صورت انجماد آن را باید دور ریخت

مقدار مصرف هر چه سریعتر بعد از تماس مقدار (۲۰ IU/Kg یا ۰/۱۳۳ mg/ml)، تجویز می‌شود. نیمی از مقدار مورد نیاز را باید در محل گزش پخش کرد و باقیمانده را در عضله سرینی تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۲, ۱۰ ml vials, ۱۵۰ IU/ml

TETANUS IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی انتقالی بر علیه بیماری کزاز در افراد زخمی که زخم آنها با اسپور باکتری کزاز آلوده شده باشد، استفاده می‌شود. همچنین برای افراد زخمی در صورت مشخص نبودن سابقه واکسیناسیون کزاز یا گذشت بیش از ۱۰ سال از آخرین نوبت تزریق نیز تجویز این فرآورده توصیه شده است مصرف همزمان این فرآورده با توکسوئید کزاز بلا مانع است مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ایمنوگلوبولین‌های لیوفیلیزه (عمدت IgG) می‌باشد و از پلاسما حاوی پادتن‌های خاص بر علیه *Chlostridium Tetani* بدست می‌آید.

فارماکوکنتیک پادتن کزاز دارای نیمه عمری معادل ۳/۵ تا ۴/۵ هفته می‌باشد. از ۲۴ ساعت بعد از تزریق سطوح پادتن انتقالی قابل تشخیص خواهد بود و برای ۲۱ روز در سطح مطلوب باقی خواهد ماند.

هشدارها: ۱- در افراد با سابقه واکنش‌های حساسیتی سیستمیک باید با احتیاط مصرف شود.

۲- هنگام تزریق این دارو، احتمال انتقال بیماری‌های ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل تزریق کهر و آنژیوادم از عوارض جانبی عمده این فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر با واکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد از تزریق ایمنوگلوبولین ضد کزاز، باید از تجویز واکسن‌های ویروسی امتناع کرد.

نکات قابل توصیه ۱- باید از راه داخل عضلانی و ترجیحاً در عضله ران یا دلتوئید تزریق گردد. بعثت احتمال خطر آسیب به عصب سیاتیک نباید در عضله سرینی تزریق شود. فقط از راه داخل عضلانی استفاده شود.

۲- آزمون جلدی نباید انجام شود، زیرا تزریق داخل جلدی محلول‌های غلیظ IgG اغلب باعث واکنش‌های التهابی موضعی می‌شوند که ممکن است با واکنش‌های آلرژیک اشتباه شوند.

۳- این فرآورده باید دردمای بین ۲-۸ درجه سانتیگراد و دور از نور نگهداری و از انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشگیری برای افراد با سن بیش از ۷ سال ۲۵۰ واحد و برای کودکان کمتر از ۷ سال به ازای هر کیلوگرم وزن آنان ۴ واحد مصرف شود. اگرچه می‌توان همان مقدار بزرگسالان را برای کودکان نیز مصرف کرد. در این کودکان مصرف همزمان این فرآورده

با DTP یا DT با سرنگ متفاوت و در محلی دیگر باید تزریق شود. در صورت زخم‌های بزرگ و یا کثیف برای بزرگسالانی که بیش از ۱۰ سال از تزریق دوز یادآوری Td یا توکسوئید کزاز آنها می‌گذرد مصرف همزمان توکسوئید اجباری است در صورت

گذشت بیش از ۲۴ ساعت از ایجاد زخم یا آلودگی شدید زخم و یا در سوختگیها بدون توجه به وضعیت واکسیناسیون فرد باید ۵۰۰

واحد از این فرآورده را داخل عضلانی تزریق نمود.

درمان ۱۵۰ واحد به ازای هر کیلوگرم وزن فرد (در یک نوبت همراه با روشهای درمانی دیگر باید استفاده شود).

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ uints vials

AZATHIOPRINE

موارد مصرف آزاتیوپرین به عنوان داروی کمکی برای جلوگیری از رد پیوند کلیه و کبد و لوزالمعده مصرف می‌شود. این دارودر رماتیسمهای فعال و حاد که به داروهای ضدالتهاب معمولی جواب نمی‌دهند، به کار می‌رود. به عنوان کاهنده سیستم ایمنی بدن در بیماریهایی با منشاء ایمونولوژیک از جمله هپاتیت مزمن فعال سیروز صفراوی لوپوس اریتماتوز سیستمیک و گلوکولونفریت به کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: آزاتیوپرین آنتاگونیست متابولیسم پورین بوه و بنابراین احتمالاً ساخت RNA ، DNA و پروتئین‌ها را مهار می‌کند. همچنین این دارو ممکن است در تقسیم میتوز تداخل نماید.

فارماکوکینتیک این دارو از دستگاه گوارش به خوبی جذب می‌گردد. متابولیسم آن کبدی است دفع آن کبدی و در درجه دوم کلیوی می‌باشد.

هشدارها: آزاتیوپرین در حیوانات سرطان‌زا بوده و ممکن است در انسان نیز سرطان‌زا باشد. بعضی از ناهنجاریهای کروموزومی نیز در انسان دیده شده است

عوارض جانبی عوارض احتمالی دارو عبارتند از: واکنش‌های ازدیاد حساسیت ریزش مو، تضعیف مغز استخوان تب ولرز، گلو درد ناشی از کمبود گویچه‌های سفید و همچنین خستگی و ضعف غیرعادی ناشی از کم‌خونی (مگالوبلاستیک).

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با آلپورینول به دلیل وقفه آنزیم گزانتین اکسیداز ممکن است سمیت آزاتیوپرین را افزایش دهد. استفاده از داروهای تضعیف‌کننده مغز استخوان و اشعه می‌تواند منجر به ایجاد سرطان گردد.

نکات قابل توصیه در طول درمان با این دارو، انجام واکسیناسیون با واکسن‌های زنده توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف به عنوان پیش‌درمانی برای جلوگیری از پس‌زدن عضو پیوند شده مقدار مصرف اولیه به صورت خوراکی ۳-۳ mg/kg

۵ و یا ۱۲۰ mg/m² از سطح بدن یک تا سه روز قبل از عمل جراحی تجویز می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده به صورت خوراکی

۱-۲ mg/kg و یا ۴۵ mg/m² سطح بدن می‌باشد. در بیماریهای التهابی روده هپاتیت سیروز، گلوکولونفریت سندروم نفروتیک

میوپاتی التهابی میاستنی گراو، درماتوما یوز عمومی و پمفیگوس به صورت خوراکی ۱ mg/kg/day تجویز می‌شود و طی مدت ۶ تا

۸ هفته به مقدار ۲/۵ mg/kg/day افزایش می‌یابد. برای رسیدن به مقدار نگهدارنده آن باید هر چهار هفته به مقدار ۰/۵

mg/kg/day از مقدار مصرف آن کاست تا به حداقل مقدار مصرف مؤثر آن رسید.

در لوپوس اریتماتوز و روماتوئید آرتریت به صورت خوراکی ۱ mg/kg/day و طی مدت ۶ تا ۸ هفته به مقدار mg/kg/day

۲/۵ افزایش می‌یابد و سپس همانند مرحله قبل از مقدار مصرف آن کاسته تا به حداقل مقدار مصرف مؤثر آن برسد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

Injecion: ۵۰ mg

CICLOSPORIN

موارد مصرف سیکلوسپورین در جلوگیری از رد پیوند کلیه کبد، قلب یا سایر ارگانها به همراه کورتیکواستروئیدها مصرف می‌شود. این دارو هم چنین در آرتریت روماتوئید حاد، درماتیت آتوپیک و پسوریازیس به کار می‌رود. مکانیسم اثر: اثر دارو احتمالاً به دلیل مهار تولید و آزاد شدن اینترلوکین ۲- که برای پاسخ‌های ایمنی سلولی و همورال ضروری است می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب دارو از دستگاه گوارش متغیر و حدود ۳۰ درصد است متابولیسم شدید کبدی دارد و نیمه عمر آن در کودکان حدود ۷ ساعت و در بزرگسالان حدود ۱۹ ساعت است و به‌طور عمده از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود. هشدارها: ۱- در صورت وجود عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی و عیب کار کبد یا کلیه باید با احتیاط مصرف شود. ۲- در صورت بروز عیب کار کلیه طی درمان مقدار مصرف دارو باید کاهش داده شود.

عوارض جانبی هیپرپلازی لثه‌ها، افزایش فشار خون و سمیت کلیوی از عوارض جانبی مهم و شایع سیکلوسپورین هستند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان کتوکونازول آندروژن‌ها، سایمتیدین دانازول دیلتیازم اریترومايسين یا استروژن‌ها باعث افزایش غلظت سرمی سیکلوسپورین می‌شود. مصرف همزمان سیکلوسپورین با مدره‌های نگهدارنده پتاسیم ممکن است باعث افزایش پتاسیم خون شود. مصرف همزمان سایر داروهای تضعیف‌کننده سیستم ایمنی با سیکلوسپورین ممکن است خطر بروز عفونت را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- بیماران مصرف‌کننده سیکلوسپورین باید تحت نظر کامل پزشک باشد.

۲- اندازه‌گیری غلظت سرمی سیکلوسپورین کرآتینین BUN و اسیداوریک طی درمان با دارو ضروری است

۳- در صورت بروز هر نوع عفونت باید درمان آن سریع انجام شود. ممکن است به کاهش مقدار مصرف سیکلوسپورین نیاز باشد.

۴- در صورت ظهور علائم رد پیوند باید مقدار مصرف افزایش داده شود.

۵- کودکان ممکن است به مقدار مصرف بیشتری از دارو نیاز داشته باشند.

مقدار مصرف

خوراکی مقدار ۱۲-۱۵ mg/kg/day مصرف می‌شود. مصرف دارو ۴-۱۲ ساعت قبل از جراحی شروع و به مدت ۱-۲ هفته بعد از عمل ادامه می‌یابد. مقدار مصرف سپس به میزان ۵٪ در هفته تا رسیدن به مقدار مصرف نگه‌دارنده (۶-۲ mg/kg/day) کاهش می‌یابد.

تزریقی مقدار ۳-۵ mg/kg/day به صورت انفوزیون آهسته وریدی ۲-۶ ساعت قبل از جراحی تجویز می‌شود. انفوزیون وریدی مداوم و تا زمانی که بیمار قادر به مصرف شکل خوراکی دارو باشد ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

For Injection: ۵۰ mg/ml

Oral Solution: ۱۰۰ mg/ml

INTERFERON BETA-1A

موارد مصرف مولتیپل اسکروزیس برای درمان اشکال عودکننده بیماری و کاهش میزان پیشرفت ناتوانایی فیزیکی و کاهش تشدید

بیماری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اینترفرون β -1a و β -1b محصولات پروتئینی هستند که از روش بازترکیبی حاصل و به منظور تزریق آماده شده‌اند. اینترفرون β -1a گلیکوپروتئینی با ۱۶۶ اسید آمینه می‌باشد که از نظر توالی اسید آمینه‌ها با اینترفرون انسانی یکسان است اینترفرون‌ها گروهی از پروتئین‌ها یا گلیکوپروتئین‌های طبیعی هستند که توسط سلول‌های اوکاریوت و در پاسخ به عفونت‌های ویروسی یا سایر محرک‌های بیولوژیک تولید می‌شوند. اینترفرون بتا دارای خواص ضد ویروس ضد تکثیر و تنظیم کننده ایمنی می‌باشد. مکانیسم عمل آن در بیماری مولتیپل اسکلروزیس کاملاً مشخص نیست اثبات شده است که اینترفرون با اتصال به گیرنده‌های خودش در سطح سلول بیان یک سری از محصولات ژنی را باعث می‌شود. اعتقاد بر این است که این محصولات میانجی‌های اعمال بیولوژیک اینترفرون بتا می‌باشند.

فارماکوکینتیک متعاقب تزریق مقدار ۱۵-۷۵ میکروگرم تولید مارکرهای پاسخ بیولوژیک (مثل نوپترین و بتا-۲ میکروگلوبولین تحریک می‌شوند. سطوح این مارکرها در طی ۱۲ ساعت بعد از تجویز به حداکثر میزان خود می‌رسد و برای حداقل ۴ روز بالا باقی می‌ماند. حداکثر پاسخ بیولوژیک ۴۸ ساعت بعد از تجویز مشاهده خواهد شد.

موارد منع مصرف حساسیت مفرط به دارو، آلومین انسانی یا هر یک از اجزاء فرآورده از موارد منع مصرف این فرآورده می‌باشد. هشدارها: ۱- تاثیر و بی ضرری این دارو در درمان مولتیپل اسکلروزیس پیشرونده مزمن اثبات نشده است ۲- بدلیل احتمال افزایش افسردگی و خودکشی در بیماران مبتلا به افسردگی باید با احتیاط مصرف شود. اگر در بیماری افسردگی بیشتر شد، باید به قطع درمان توجه داشت

۳- در بیماران مبتلا به تشنج و برای بیماران قلبی این دارو باید با احتیاط مصرف شود. عوارض جانبی سردرد، تب علائم شبه آنفلونزا، عفونت مجاری تنفسی درد عضلانی و تهوع از عوارض جانبی عمده این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- این فرآورده باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری شود. در صورت عدم وجود یخچال اینترفرون β -1a را برای مدت ۳۰ روز می‌توان در درجه حرارت ۲۵ درجه سانتیگراد نگهداری نمود. در صورت آماده‌سازی هرچه سریعتر و در عرض ۶ ساعت نگهداری در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد مصرف شود.

۲- قبل از شروع درمان و همچنین با فواصلی در حین درمان انجام آزمایشات ذیل توصیه می‌شود: هموگلوبین شمارش کامل و تمایزی گلبول‌های سفید، شمارش پلاکتها و آزمایشات بیوشیمیایی خون مثل آزمونهای فعالیت کبد.

۳- احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجود دارد. این علائم شامل تب لرز، درد عضلانی تعریق می‌باشند.

۴- ممکن است حساسیت به نور در بیمار ایجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتی در این مورد بعمل آید.

مقدار مصرف ۱/۱ میلی لیتر از محلول رقیق کننده را باید به اینترفرون β -1a افزود و بارامی چرخاند تا فرآورده بطور کامل حل شود. برای درمان مولتیپل اسکلروزیس باید مقدار ۳۰ میکروگرم هر هفته یکبار داخل عضلانی تزریق شود.

اشکال دارویی

:Powder for injection

(۳۳۳mcg (۶.۶million IU

INTERFERON BETA-1B

موارد مصرف برای استفاده در بیماران بستری مبتلا به نوع متناوب بیماری مولتیپل اسکلروزیس به منظور کاهش تناوب و وخامت این بیماری مصرف می‌شود. این نوع بیماری با حملات عودکننده اختلالات عصبی همراه با بهبودی کامل یا ناقص مشخص می‌شود. مکانیسم اثر: اینترفرون β -1a و β -1b محصولات پروتئینی هستند که به منظور تزریق آماده شده‌اند. اینترفرون β -1b پروتئینی دارای ۱۶۵ اسید آمینه ولی فاقد زنجیره جانبی کربوهیدرات موجود در اینترفرون انسانی می‌باشد. اینترفرون هاگروهی از پروتئین‌ها یا گلیکوپروتئین‌های طبیعی هستند که توسط سلول‌های اوکاریوت و در پاسخ به عفونت‌های ویروسی یا سایر محرک‌های بیولوژیک تولید می‌شوند. اینترفرون بتا دارای خواص ضد ویروس ضد تکثیر و تنظیم‌کننده ایمنی می‌باشد. مکانیسم عمل آن در بیماری مولتیپل اسکلروزیس کاملاً مشخص نیست اثبات شده است که اینترفرون با اتصال به گیرنده های خودش در سطح سلول بیان یک سری از محصولات ژنی را باعث می‌شود. اعتقاد بر این است که این محصولات میانجی‌های اعمال بیولوژیک اینترفرون بتا می‌باشند.

فارماکوکینتیک با تزریق زیرجلدی غلظت سرمی این فرآورده بین ۱-۸ ساعت بعد از تجویز به حداکثر میزان (۴۰ IU/ml) خود می‌رسد. فراهمی زیستی از راه زیرجلدی معادل ۵۰٪ می‌باشد.

نیمه عمر دارو بین ۸ دقیقه تا ۴/۳ ساعت و حجم توزیع آن برابر $0.25-2/88 \text{ L/kg}$ می‌باشد. تزریق داخل وریدی دارو ۳ بار در هفته برای دو هفته باعث تجمع دارو در سرم بیماران نمی‌شود.

موارد منع مصرف حساسیت مفرط به دارو، آلومین انسانی یا هر یک از اجزاء فرآورده از موارد منع مصرف این فرآورده می‌باشد.

هشدارها: ۱- تاثیر و بی ضرری این دارو در درمان مولتیپل اسکلروزیس پیشرونده مزمن اثبات نشده است

۲- بدلیل احتمال افزایش افسردگی و خودکشی در بیماران مبتلا به افسردگی باید با احتیاط مصرف شود. اگر در بیماری افسردگی بیشتر شد، باید به قطع درمان توجه داشت

۳- در بیماران مبتلا به تشنج و برای بیماران قلبی این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های موضعی در محل تزریق سردرد، تب لرز، سینوزیت علائم شبه آنفلونزا، درد عضلانی اسهال یبوست استفراغ و عوارض عصبی از عوارض جانبی عمده این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- نگهداری تمام اوقات این فرآورده باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری شود. در صورت آماده سازی باید فرآورده را در عرض ۳ ساعت استفاده کرد.

۲- آماده سازی $1/2 \text{ ml}$ از محلول رقیق‌کننده بداخل ویال تزریق شود، به آهستگی ویال چرخانیده شود تا دارو بطور کامل حل گردد. بعد از آماده سازی ویال حاوی محلول 0.25 mg/ml می‌باشد.

۳- قبل از شروع درمان و همچنین بافواصلی در حین درمان انجام آزمایشات ذیل توصیه می‌شود: هموگلوبین شمارش کامل و تمایزی گلبول‌های سفید، آزمون‌های فعالیت کبد.

۴- احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجود دارد. این علائم شامل تب لرز، درد عضلانی و تعریق می‌باشد.

۵- ممکن است حساسیت به نور در بیمار ایجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتی در این مورد بعمل آید. مقدار مصرف 0.25 mg معادل 8 mIU یکروز در میان زیرجلدی تزریق شود.

اشکال دارویی

(Powder for injection: ۰.۳mg (۹.۶ mIU

INTERFERON GAMMA-1B

موارد مصرف این دارو برای کاهش

احتمال بروز و شدت عفونت‌های همراه با بیماری گرانولوماتوز مزمن مصرف می‌شود

مکانیسم اثر: اینترفرون γ -۱b دارای یک زنجیره پپتیدی با ۱۴۰ اسید آمینه می‌باشد. اینترفرون‌ها گروهی از پروتئین‌ها یا گلیکوپروتئین‌های طبیعی هستند که توسط سلول‌های اوکاریوت و در پاسخ به عفونت‌های ویروسی یا سایر محرک‌های بیولوژیک تولید می‌شوند. اگرچه اینترفرون‌ها دارای خواص مشترکی می‌باشند، ولی اینترفرون گاما دارای اثرات فعال‌کنندگی فاگوسیت‌ها (مثل تولید متابولیت‌های اکسیژن در داخل فاگوسیت‌ها) می‌باشد. تحقیقات نشان می‌دهد که اینترفرون گاما باعث افزایش متابولیسم اکسیداتیو ماکروفاژهای بافتی افزایش سایتوتوکسیسیته و وابسته به پادتن و فعالیت سلول‌های کشنده طبیعی می‌شود. برخلاف اینترفرون α ، اینترفرون گاما سطح IgE و تولید کلاژن را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر این فرآورده ۳۸ دقیقه ۲/۹ ساعت و ۵/۹ ساعت به ترتیب برای تزریق داخل وریدی داخل عضلانی و زیرجلدی می‌باشد. با تزریق زیرجلدی غلظت سرمی این فرآورده تقریباً ۷ ساعت بعد از تجویز به حداکثر خود می‌رسد. درحالی‌که برای تزریق داخل عضلانی زمان لازم برای حداکثر غلظت برابر ۴ ساعت است

موارد منع مصرف در صورت حساسیت مفرط به اینترفرون گاما، محصولات باکتری E. coli یا هر یک از اجزاء فرآورده نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- هنگام مصرف برای بیماران مبتلا به تشنج یا اختلالات CNS و بیماران قلبی و بیماران مبتلا به ضعف مغز استخوان احتیاط لازم بعمل آید.

۲- در صورت بروز واکنش حاد حساسیتی مصرف دارو فوراً باید قطع و از روش‌های درمانی مناسب استفاده شود.

عوارض جانبی تب لرز، جوش‌های پوستی سردرد، ناراحتی‌های قلبی و عصبی و واکنش‌های موضعی در محل تزریق از عوارض جانبی عمده این دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی هنگام مصرف همزمان با داروهای کاهنده فعالیت مغز استخوان باید احتیاط لازم را بعمل آورد.

نکات قابل توصیه ۱- انجام آزمایشات ذیل قبل از درمان و با فواصل ۳ ماهه در حین درمان بیماران مبتلا به گرانولوماتوز توصیه می‌شود: آزمایشات خون شناسی شمارش کامل سلول‌های خونی شمارش تمایزی و پلاکتها) و آزمایشات بیوشیمیائی (آزمایشات مربوط به فعالیت کلیه و کبد) و آزمایش ادرار.

۲- بهترین محل تزریق زیرجلدی در عضله دلتوئید یا ران می‌باشد.

۳- ویال فرآورده یکبار مصرف بوده

لذا مقدار استفاده نشده را باید دور

ریخت

۴- تمام اوقات این فرآورده باید در

دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری ولی از انجماد آن باید جلوگیری کرد. از بهم‌زدن شدید فرآورده خودداری شود. اگر فرآورده بیش از ۱۲ ساعت در حرارت اتاق قرار گرفت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف برای بیماران که بدن آنها بیشتر از $0.5m^2$ می‌باشد، $1/5\text{million U}/m^2$ ($50\text{mcg}/m^2$) و برای بیماران که بدن آنها معادل یا کمتر از $0.5m^2$ می‌باشد، $1/5\text{mcg}/\text{kg}/\text{dose}$ سه بار در هفته باید زیرجلدی تزریق کرد (بطور مثال دوشنبه چهارشنبه و جمعه). تجویز مقدار بیشتر توصیه نمی‌شود. اگر واکنش‌های شدید ظاهر شد، باید مقدار مصرف را (تا نصف مقدار فوق کاهش داد یا تا از بین رفتن این واکنشها باید مصرف را قطع نمود.

اشکال دارویی

Injection: in ۱۰۰ mcg (۳million units) in single-use vial

TOXOIDS

DIPHTHERIA & TETANUS & PERTUSSIS

(VACCINE (DTP

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXODIDS (DT

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOIDS (Td

(TETANUS TOXOID (TT

توکسوئیدها آگزوتوکسین‌های تغییر یافته باکتری‌ها می‌باشند که بوسیله واکنش با فرمالدئید خنثی می‌شوند. اگرچه توکسوئیدها سمی نیستند ولی به لحاظ خاصیت آنتی‌ژنیک تولید پادتن‌های اختصاصی بر علیه سم باکتری را تحریک می‌کنند. هنگام تزریق توکسوئیدها باید به نکات زیر توجه داشت

۱- بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی یا مبتلا به نقص ایمنی ممکن است پاسخ کمی برای ایجاد ایمنی فعال نشان دهند.

۲- در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییر رنگ در فرآورده باید از تزریق آن خودداری شود.

۳- توکسوئیدها هرگز نباید برای درمان بیماری کزاز یا دیفتری یا سیاه سرفه مصرف شوند.

۴- این فرآورده‌ها را نباید در عضله سرینی از راه داخل وریدی زیر جلدی یا داخل جلدی تزریق کرد. تزریق داخل عضلانی در عضله دلتوئید یا عضله ران ترجیح؟ برای نوزادان توصیه شده است از تزریق در اطراف عروق خونی و اعصاب باید اجتناب کرد. بعد از آسپیراسیون اگر خون یا مایع مشکوکی به داخل سرنگ وارد شد، تزریق را نباید انجام داد و محتویات سرنگ را باید دور ریخت و با استفاده از یک توکسوئید جدید و در محلی متفاوت باید تزریق را انجام داد. درواکسیناسیون اولیه از تزریق مجدد در یک محل باید اجتناب کرد.

۵- افزایش فواصل زمانی بین نوبتهای تزریق توکسوئیدها (بدون توجه به زمان تاخیر) در ایجاد مصونیت نهائی تاثیری ندارد. بنابراین در صورت تاخیر نیازی به شروع یک دوره جدید نیست

۶- برای جلوگیری و مهار هر گونه واکنش آلرژیک امکانات لازم باید در دسترس باشد.

۷- توکسوئیدها باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری شوند. از انجماد آنها جلوگیری شود و توکسوئید منجمد شده را باید دور ریخت قبل از استفاده فرآورده را باید تکان داد تا محتویات ویال بصورت تعلیق در آید.

(VACCINE (DTP

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز، دیفتری و سیاه سرفه در نوزادان و کودکان از سن ۲ ماهگی تا ۷ سالگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی توکسوئیدهای کزاز و دیفتری و باسیل غیرفعال سیاه سرفه می‌باشد و تولید پادتن‌های خنثی کننده بر علیه هر سه عامل بیماریزا را موجب می‌شود. ایمن سازی مناسب با توکسوئید دیفتری حداقل ۱۰ سال مصونیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای کودکان با سن بیش از ۷ سال یا کمتر از ۶ هفته مصرف شود. در صورت سابقه بهبودی از

یک عفونت اثبات شده با باسیل سیاه سرفه حساسیت نسبت به یکی از اجزاء فراورده وجود تب یا عفونت حاد، هرگونه عفونت حاد یا بیماری همراه با تب، سابقه عوارض نورولوژیک و حساسیتی متعاقب تزریق این فراورده اختلالات انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع پولیومیلیت از موارد منع مصرف این توکسوئید می‌باشند.

در موارد منع مصرف واکسن سیاه سرفه می‌توان توکسوئید کزاز و دیفتتری مخصوص کودکان DT را جایگزین این فراورده نمود. هشدارها: ۱- برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری فوری باید از پادزهر کزاز و ترجیحاً از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده شود. برای درمان بیماری دیفتتری یا پیشگیری فوری باید پادزهر دیفتتری مصرف شود.

۲- واکسن DTP نباید برای ایمن‌سازی در افراد با سن بیشتر از ۷ سال استفاده کرد و بجای آن توکسوئید تتانوس و دیفتتری (Td) برای ایمن‌سازی در بزرگسالان باید تزریق شود.

۳- برای کودکانی که احتمال بروز تشنج در آنها وجود دارد، به منظور پیشگیری از تشنجهای تبی مقدار مناسب استامینوفن (براساس سن هر ۴-۶ ساعت تجویز شود).

۴- اگر در تزریق‌های قبلی فراورده موارد زیر طی ۴۸ ساعت بعد از تزریق DTP اتفاق افتاده است نوبت‌های بعدی باید با احتیاط مصرف شود:

تب ۴۰/۵ درجه سانتیگراد به علت واکسن ونه به علت دیگری شوک یا کلاپس یا گریه مداوم و غیر قابل تسکین تشنج با یا بدون تب

عوارض جانبی قرمزی درد و تورم ملایم در ناحیه تزریق که برای چند روز باقی می‌ماند، از عوارض موضعی این توکسوئید می‌باشند. عوارض سیستمیک ملایم شامل تب ملایم ناخوشی خواب‌آلودگی و استفراغ می‌باشند. عوارض سیستمیک که بروز آنها باعث منع مصرف مجدد فراورده می‌گردد عبارتند از: تشنجات هرگونه آسیب مغزی بیماریهای عصبی تغییر هوشیاری شوک و کلاپس حساسیت واکنش شبیه آرتوس

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی می‌گردد و در بیماران تحت درمان با این داروها ممکن است مصونیت ایجاد نشود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت مصرف همزمان با ایمنوگلوبولین کزاز یا پادزهر دیفتتری با استفاده از سرنگ‌های متفاوت و در محلهای مختلف این فراورده‌ها را باید تزریق کرد.

مقدار مصرف

واکسیناسیون اولیه بین سن ۶ هفتگی تا ۶ سالگی سه نوبت و هر نوبت ۰/۵ میلی‌لیتر (داخل عضلانی به فاصله ۴-۸ هفته از یکدیگر و یک نوبت اضافی (۰/۵ میلی‌لیتر) یک سال بعد از نوبت سوم تزریق شود. برای نوزادان نارس مقدار کامل ۰/۵ میلی‌لیتری استفاده شود. نوبت یادآوری هم در سن ۴-۶ سالگی (۰/۵ میلی‌لیتر) توصیه شده است اگر تزریق چهارمین نوبت دوره واکسیناسیون بعد از سن ۴ سالگی انجام شود، نیازی به تزریق نوبت یادآوری نیست

بعد از این نوبتهای یادآوری هر ۱۰ سال یکبار باید توکسوئید کزاز و دیفتتری مخصوص بزرگسالان (Td) تزریق کرد.

در کودکان واکسینه نشده سه نوبت ۰/۵ میلی‌لیتری به فاصله ۲ ماه از یکدیگر و نوبت چهارم ۱۲ ماه بعد از نوبت سوم و نوبت پنجم در سن ۴-۶ سالگی باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵, ۱۰ ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (DT

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز و دیفتری فقط در کودکان از ۲ ماهه تا ۷ ساله مصرف می‌شود. این فرآورده فقط باید برای کودکان استفاده شود که برای آنها واکسن سیاه سرفه (یا واکسن سه گانه منع مصرف دارد). مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی توکسوئیدهای کزاز و دیفتری می‌باشد و تولید پادتن‌های ضد سموم کزاز و دیفتری را موجب می‌شود. ایمن سازی مناسب با توکسوئید دیفتری حداقل ۱۰ سال مصونیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای افراد با سن بیش از ۷ سال مصرف شود. همچنین در صورت حساسیت نسبت به یکی از اجزاء فرآورده هر گونه عفونت حاد یا بیماری همراه با تب سابقه عوارض نورولوژیک و حساسیتی متعاقب تزریق این فرآورده اختلالات انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع پولیومیلیت از این فرآورده نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- برای کسانی که به آلومینیم حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع استفاده شود.

۲- برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری فوری باید از پادزهر کزاز و ترجیح؟

از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده

شود. برای درمان بیماری دیفتری یا پیشگیری فوری باید پادزهر دیفتری مصرف شود.

۳- واکسن DTP برای ایمن سازی در بیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی و توکسوئید تتانوس و دیفتری (Td) برای ایمن سازی در بزرگسالان ترجیح داده می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم در ناحیه تزریق که برای چند روز باقی می‌ماند. تب ملایم لرز، ناخوشی خواب‌آلودگی بی‌اشتهائی تهوع و گریه مداوم افزایش ضربان قلب کاهش فشار خون دردی عمومی حساسیت و واکنش آرتوس می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی می‌گردد و در بیماران تحت درمان با این داروها ممکن است مصونیت ایجاد نشود.

مقدار مصرف از سن ۶-۸ هفتگی سه نوبت ۰/۵ میلی لیتر (داخل عضلانی به فاصله ۴-۸ هفته از یکدیگر و یک نوبت اضافی ۰/۵ میلی لیتر) ۶-۱۲ ماه بعد از نوبت سوم تزریق شود.

تزریق نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار ۰/۵ میلی لیتر توکسوئید Td (مخصوص بزرگسالان می‌باشد و زودتر از ۱۰ سال باید از تزریق آن خودداری کرد. در صورت تماس با بیماری دیفتری تزریق فوری یک نوبت یادآوری ۰/۵ میلی لیتری ضرورت می‌یابد. اگر در فاصله بین نوبت یادآوری و نوبت سوم واکسیناسیون اولیه پیشگیری فوری کزاز لازم شد، مقدار ۰/۵ میلی لیتر از توکسوئید تک ظرفیتی کزاز باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵, ۱۰ ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (Td

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز و دیفتری مصرف می‌شود. استفاده از این فرآورده برای ایجاد مصونیت در افراد با سن بیش از ۷ سال نسبت به واکسن DTP ارجحیت دارد.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی توکسوئیدهای کزاز و دیفتری می‌باشد و تولید پادتن‌های ضد سموم کزاز و دیفتری را موجب می‌شود. ایمن سازی مناسب با توکسوئید دیفتری حداقل ۱۰ سال مصونیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای افراد با سن کمتر از ۷ سال مصرف شود. همچنین در صورت حساسیت نسبت به یکی از اجزاء فرآورده هرگونه عفونت حاد یا بیماری همراه با تب، سابقه عوارض نورولوژیک و حساسیتی متعاقب تزریق این فرآورده اختلالات انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع پولیومیلیت از موارد منع مصرف این توکسوئید می‌باشند.

هشدارها: ۱- برای کسانی که به آلومینیم حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع استفاده شود.

۲- برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری فوری باید از پادزهر کزاز و ترجیحاً از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده شود. برای درمان بیماری دیفتری یا پیشگیری فوری باید پادزهر دیفتری مصرف شود.

۳- واکسن DTP برای ایمن‌سازی در بیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی و توکسوئید تتانوس و دیفتری (Td) برای ایمن‌سازی در بزرگسالان ترجیح داده می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم در ناحیه تزریق (که برای چند روز باقی می‌ماند)، تب ملایم لرز، ناخوشی افزایش ضربان قلب کاهش فشار خون درد عمومی حساسیت و واکنش آرتوس می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی می‌گردد و در بیماران تحت درمان با این داروها ممکن است مصونیت ایجاد نشود.

نکات قابل توصیه ۱- با وجود احتمال کاهش پاسخ ایمنی در بیماران مبتلا به عفونت HIV (با علامت یا بدون علامت، مصرف این فرآورده برای ایمن‌سازی توصیه می‌شود).

مقدار مصرف

واکسیناسیون اولیه از سن ۶-۸ هفتگی دو نوبت ۰/۵ میلی لیتری (داخل عضلانی به فاصله ۴-۸ هفته از یکدیگر و یک نوبت اضافی ۰/۵ میلی لیتر) ۶-۱۲ ماه بعد از نوبت دوم تزریق شود. نوبت سوم قسمت مهم واکسیناسیون بوده بطوری که بدون آن واکسیناسیون ناقص می‌باشد. تزریق نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار ۰/۵ میلی لیتر می‌باشد و از تزریق آن باید زودتر از ۱۰ سال خودداری کرد.

در صورت تماس با بیماری دیفتری تزریق فوری یک نوبت یادآوری ۰/۵ میلی لیتری ضرورت می‌یابد. اگر در فاصله بین نوبت یادآوری و نوبت سوم واکسیناسیون اولیه پیشگیری فوری کزاز لازم شد، مقدار ۰/۵ میلی لیتر از توکسوئید تک ظرفیتی کزاز باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵, ۱۰ ml

(TETANUS TOXOID, ADSORBED) (TT)

موارد مصرف این توکسوئید برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: توکسوئید کزاز

تولید پادتن‌های ضد آگرو توکسین *Clostridium tetani* را موجب می‌شود.

و در صورت تکمیل دوره مصرف مصونیت ایجاد شده برای حداقل ۱۰ سال باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت حساسیت به هر یک از اجزاء توکسوئید، سابقه هرگونه علائم نورولوژیک متعاقب تزریق این توکسوئید، هرگونه عفونت حاد یا بیماری همراه با تب اختلالات انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع پولیومیلیت از مصرف این توکسوئید خودداری شود.

هشدارها: ۱- برای کسانی که به آلومینیم حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع استفاده شود.

۲- برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری فوری باید از پادزهر کزاز و ترجیحاً از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده شود.

۳- واکسن DTP برای ایمن‌سازی در بیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی و توکسوئید تتانوس و دیفتتری (Td) برای ایمن‌سازی در بزرگسالان ترجیح داده می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم در ناحیه تزریق (که برای چند روز باقی می‌ماند)، تب ملایم لرز، ناخوشی افزایش ضربان قلب کاهش فشار خون سردرد، درد عضلانی حساسیت و واکنش آرتوس می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی می‌گردند و در بیماران تحت درمان با این داروها ممکن است مصونیت ایجاد نشود. مصرف همزمان این توکسوئید با ایمنوگلوبولین ضد کزاز موجب چندروز تاخیر در ظهور مصونیت فعال می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- با وجود احتمال کاهش پاسخ ایمنی در بیماران مبتلا به عفونت HIV (با علامت یا بدون علامت، مصرف این فرآورده برای ایمن‌سازی توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

واکسیناسیون اولیه این توکسوئید باید در دو نوبت و هر نوبت ۰/۵ میلی‌لیتر

(داخل عضلانی به فاصله ۴-۸ هفته و یک نوبت اضافی ۶-۱۲ ماه بعد تزریق شود. نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار ۰/۵ میلی‌لیتر می‌باشد. هرگاه ایمن‌سازی در اولین سال زندگی شروع شود، سه نوبت به فواصل ۴-۸ هفته و نوبت چهارم ۶-۱۲ هفته بعد از نوبت سوم باید تجویز شود.

برای پروفیلاکسی در درمان زخم اگر فرد واکسینه شده و یا از آخرین نوبت یادآوری بیش از ۱۰ سال نمی‌گذرد، نیازی به درمان پروفیلاکتیک ندارد. در غیر این صورت در مورد زخم کوچک و تمیز تزریق یک نوبت یادآوری توکسوئید ضروری است و در مورد زخم‌های دیگر ایمنوگلوبولین کزاز نیز باید تزریق شود.

چنانچه فرد واکسینه نشده یا با سابقه واکسیناسیون ناقص می‌باشد، یک دوره کامل واکسیناسیون با توکسوئید توصیه می‌شود. در چنین افرادی برای زخم‌های بزرگ یا کثیف علاوه بر واکسیناسیون تزریق ایمنوگلوبولین کزاز نیز توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵, ۱۰ ml

TUBERCULIN PPD

موارد مصرف در آزمایش مانتو برای تشخیص عفونت سل مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی محصولات رشد باسیل *Mycobacterium tuberculosis* می‌باشد که هرگاه داخل جلدی تزریق شوند، واکنش حساسیتی بصورت سفتی و قرمزی در افراد حساس نمایان می‌شود. واکنش مثبت نشان‌دهنده سابقه عفونت سل یا سابقه واکسیناسیون بر علیه باسیل سل می‌باشد.

موارد منع مصرف برای افرادی که مثبت بودن آزمون توبرکولین در آنها محرز باشد، این فرآورده نباید استفاده شود.

هشدارها: ۱- این فرآورده نباید از راه زیر جلدی تزریق شود، زیرا در این صورت در افراد حساس باعث یک واکنش عمومی همراه باتب یا التهاب حاد در اطراف محل تزریق شود.

۲- تا ۶ ماه بعد از عفونتهای ویروسی واکسیناسیون با ویروس زنده سل ریوی یا سل ارزنی عفونتهای باکتریایی بیماریهای تب دار

شدید، سوء تغذیه سارکوئیدوزیس بدخیمی یا ضعف سیستم ایمنی پاسخ نسبت به آزمایش توبرکولین ممکن است مهار شود.

۳- پاسخ نسبت به آزمایش توبرکولین در بین افراد مسن ممکن است کاهش یابد یا تاخیری انجام شود. در مورد کودکان ۱۰ ماه بعد از پایان تماس کودک با فرد مسلول می‌توان نتیجه منفی آزمایش توبرکولین را ملاک قرار داد.

عوارض جانبی در افراد با حساسیت زیاد، واکنش‌های مثبت شدید مثل بروز تاول زخم یا نکروز در محل زخم ظاهر می‌شود. کمپرس سرما و مصرف استروئیدهای موضعی ممکن است باعث درمان علامتی شوند. اسکار در محل زخم این افراد بوجود می‌آید.

نکات قابل توصیه ۱- هنگام آزمایش افراد مبتلا به سل فعال احتیاط لازم بعمل آید.

۲- واکنش مثبت الزام؟ نشان‌دهنده بیماری فعال نیست اعمال تشخیصی دیگر مثل عکسبرداری از قفسه سینه آزمایشات باکتریولوژیک خلط برای اثبات تشخیص ضروری است

مقدار مصرف برای انجام آزمون اول باید ۵ واحد توبرکولین (TU) داخل جلدی تزریق شود. در افراد مشکوک به حساسیت زیاد، تزریق ۱ واحد کافی است

آزمایش مجدد: برای افرادی که نتیجه آزمایش اول آنها منفی است با استفاده از ۵ واحد دیگر می‌توان آزمایش را در ساعد دیگر تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: in ۵ tuberculin units per ۰.۱ ml

VACCINES

BCG VACCINE

HEPATITIS B VACCINE

(INACTIVATED POLIOVIRUS VACCINE (IPV

INFLUENZA VACCINE

MEASLES VACCINE

MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE

(MMR)

MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE

MUMPS VIRUS VACCINE

PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE

(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV

RABIES VACCINE, VERO

RUBELLA VACCINE

TYPHOID VACCINE

VARICELLA VACCINE

YELLOW FEVER VACCINE

واکسن‌ها مواد آنتی‌ژنیک هستند که برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه باکتری‌ها و ویروس‌ها مصرف می‌شوند. واکسن‌ها ممکن است

حاوی میکروارگانسیم‌های کشته شده یا زنده یا قسمتهائی خاص از میکروارگانسیم‌ها باشند. در هنگام تجویز واکسن‌ها باید به نکات زیر توجه نمود.

- ۱- بعضی از واکسن‌ها (مثل فلج کودکان و واکنش‌های خیلی کمی را موجب می‌شوند، در صورتی که سایر واکسن‌ها (مثل سرخچه و سرخک ممکن است شکل ملایمی از خود بیماری را ایجاد کنند. گهگاهی نیز واکنش‌های شدیدتری ممکن است مشاهده شود. واکنش‌های آنافیلاکتیک بطور خیلی نادر اتفاق می‌افتد ولی امکان دارد کشنده باشند.
- ۲- واکسن‌ها را در زمان ابتلا به بیماری‌های حاد یا در صورت سابقه واکنش شدید نسبت به نوبت‌های قبلی واکسن نباید بکاربرد.
- ۳- بخاطر احتمال خطر آسیب به جنین تجویز واکسن‌های زنده برای زنان فقط باید در صورت ضرورت انجام شود.
- ۴- واکسن‌های زنده را نباید برای افراد دارای نقص سیستم ایمنی یا مبتلا به بیماری‌های بدخیم تجویز نمود.
- ۵- هنگام تجویز داخل عضلانی واکسن‌ها برای بیماران با اختلالات انعقادی یا تحت درمان با داروهای ضد انعقاد باید احتیاط نمود.
- ۶- استفاده از واکسن‌ها برای برنامه ایمن‌سازی همگانی باید طبق برنامه مصوب کمیته کشوری ایمن‌سازی انجام شود.
- ۷- کودکان نارس (در صورت سلامت از نظر زمانی باید مشابه سایر کودکان واکسینه شوند.
- ۸- واکسن‌های زنده را نباید از ۳ هفته قبل تا ۳ ماه بعد از تجویز ایمنوگلوبولین‌ها بکاربرد.
- ۹- در صورت احتمال تماس با عامل بیماریزا (مثل هیپاتیت B، سرخک اوریون سرخچه و فلج کودکان، کارکنان و دانشجویان مراکز بهداشتی درمانی باید بر علیه بیماری واکسینه شوند.
- ۱۰- برای جلوگیری از ابتلای بیماران دارای نقص ایمنی افراد خانواده آنان را باید بر علیه سرخک سرخچه اوریون و فلج کودکان (با واکسن IPV واکسینه نمود.

۱۱- برای زنان باردار و زنانی که قصد دارند طی سه ماه آینده باردار شوند، اصولاً نباید واکسن‌های حاوی ویروس‌های زنده ضعیف شده را استفاده نمود. بعضی از واکسن‌ها مثل سرخچه سرخک و اوریون در دوره بارداری منع مصرف دارند. در صورت ضرورت واکسیناسیون در زنان باردار، بهتر است تا سه ماه دوم یا سوم صبر نمود.

BCG VACCINE

موارد مصرف واکسن BCG برای ایمن‌سازی فعال بر علیه سل در کودکانی مصرف می‌شود که آزمون توبرکولین آنها منفی می‌باشد. بجز نوزادان در مورد کلیه افراد قبل از واکسیناسیون باید آزمون پوستی برای حساسیت توبرکولین را انجام داد. از واکسن BCG در درمان کارسینومای موضعی مثانه و همچنین به عنوان عامل کمکی برای تشدید تولید پادتن نیز استفاده می‌شود. مکانیسم اثر: واکسن BCG فرآورده زنده وضعی شده از کشت باسیل Calmette & Guerin سوش Mycobacterium bovis است که با ایمن‌سازی فعال احتمال بروز عوارض شدید سل اولیه را در کودکان کاهش می‌دهد. موارد منع مصرف این واکسن در افراد دارای آزمون مثبت توبرکولین بیماران مبتلا به نقص ایمنی و بیماران تحت درمان با استروئیدها نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این واکسن به صورت داخل وریدی زیرجلدی یا داخل جلدی نباید تزریق شود. در عضله دلتوئید و از راه پوستی استفاده شود.

- ۲- در مورد تماس کودکان واکسینه شده با افراد مبتلا به سل فعال احتیاط لازم بعمل آید.
- عوارض جانبی لنفادنوپاتی زخم در محل مایه کوبی واکنش‌های لوپوئید از جمله عوارض جانبی واکسن BCG می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای ضد میکروبی و داروهای کاهنده سیستم ایمنی ممکن است در ایجاد پاسخ مناسب ایمنی مداخله کنند.

نکات قابل توصیه ۱- از آنجائیکه این واکسن حاوی باکتری زنده می‌باشد، رعایت اصول آسپتیک ضروری است
۲- قبل از تجویز، احتمال واکنش‌های آلرژیک بررسی شود.

۳- شدت و مدت واکنش موضعی به عمق تزریق و تفاوت‌های فردی بستگی دارد. اولین واکنش پوستی معمولاً بین ۱۰-۱۴ روز بصورت پاپول‌های قرمز کوچک در محل تزریق ظاهر می‌گردد. پاپول‌ها بعد از ۴-۶ هفته به بیشترین قطر خود (در حدود ۳ میلی‌متر) می‌رسند و بعد از آن پاپول‌ها پوسته پوسته و کوچک می‌شوند. ۶ ماه بعد هیچ اثر قابل رویتی از واکسیناسیون وجود نخواهد داشت
۴- واکسیناسیون فقط در مورد افراد با آزمون منفی توبرکولین توصیه می‌شود. در غیر این صورت واکسیناسیون افراد با حساسیت بالا به آنتی‌ژن‌های مایکوباکتریومی می‌تواند منجر به بروز واکنش‌های حساسیتی مثل تب بی‌اشتهائی درد عضلانی و درد عصبی شود که تا چند روز ادامه می‌یابد.

۵- گهگاهی در کودکان لنفادنوپاتی غده لنفاوی اطراف موضع تزریق مشاهده می‌شود که خود بخود برطرف می‌شود.

۶- واکسن باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و دور از نور نگهداری شود. بعد از انقضای تاریخ مصرف واکسن را نباید مصرف کرد. فرآورده رقیق شده را باید در یخچال نگهداری و طی ۲ ساعت مصرف کرد.
مقدار مصرف مقدار ۱ میلی‌لیتر آب استریل برای تزریق به یک آمپول واکسن اضافه و ۰/۲-۰/۳ میلی‌لیتر واکسن از راه پوستی تزریق شود. هیچ پوششی بر روی محل تزریق لازم نیست ولی باید توصیه کرد که محل تزریق تا ۲۴ ساعت بعد خشک نگه داشته شود. واکسیناسیون برای افرادی که بعد از ۲-۳ ماه آزمون توبرکولین آنها هنوز منفی است باید تکرار شود. در نوزادان با سن کمتر از ۱ ماه مقدار واکسن باید به نصف تقلیل یابد (رقیق نمودن یک آمپول در ۲ میلی‌لیتر آب استریل).

اشکال دارویی

۵۰mg (lyophilized): Powder for injection.

HEPATITIS B VACCINE

موارد مصرف واکسن هپاتیت B برای ایمن‌سازی بر علیه تمام عفونت‌های ایجاد شده به وسیله انواع ویروس‌های هپاتیت B و همچنین برای واکسیناسیون افرادی که در معرض خطر عفونت هپاتیت B هستند، استفاده می‌شود. کارکنان بهداشتی و درمانی که ممکن است به نحوی با خون یا نمونه‌های آزمایشگاهی بیماران کار کنند و نوزادان متولد شده از مادران HBsAg مثبت باید بر علیه هپاتیت B واکسینه شوند.

مکانیسم اثر: واکسن نو ترکیبی هپاتیت B از آنتی‌ژن سطحی HBsAg، تولید شده توسط سلول‌های مخمر، بدست می‌آید. این واکسن تولید پادتن‌های ضد HBs را، در بیشتر افرادی که یک دوره سه نوبتی واکسیناسیون را انجام داده باشند، تحریک می‌کند. ایجاد مصونیت با میزان پادتن بیش از ۱۰ mIU/ml اثبات می‌شود.

هشدارها: ۱- بیماران مبتلا به نقص ایمنی به مقدار بیشتر از واکسن نیازمند هستند. ۲- واکسن هپاتیت B بر علیه ویروس‌های هپاتیت C، E و سایر ویروس‌های مولد عفونت‌های کبدی مصونیت ایجاد نمی‌کند.

۳- اثر این واکسن در افراد با سن بیشتر از ۴۰ سال کاهش می‌یابد.

عوارض جانبی خستگی ضعف تب ناخوشی افزایش تعریق احساس گرما، لرز، سردرد، سرگیجه کهیر، درد و التهاب در محل تزریق لنفادنوپاتی از عوارض جانبی این واکسن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای کاهنده سیستم ایمنی و گلوکوکورتیکوئیدها ممکن است پاسخ‌ایمنی ناقص را موجب شوند.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت عفونت فعال و شدید باید واکسیناسیون هپاتیت B را به تعویق انداخت مگر اینکه تاخیر در واکسیناسیون عواقب وخیم تری را به دنبال داشته باشد.

۲- محل تزریق عضلانی در ایجاد پاسخ‌ایمنی تاثیر دارد. تزریق در عضله دلتوئید برای بزرگسالان و در عضله ران برای کودکان توصیه شده است تزریق در عضله سرینی باعث کاهش پاسخ‌ایمنی می‌شود.

۳- واکسن هپاتیت B باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری شود. از انجماد واکسن جلوگیری شود.

۴- مصونیت ایجاد شده مدت ۵ سال طول می‌کشد و در این مدت به تزریق یادآوری نیازی نیست

مقدار مصرف برنامه واکسیناسیون برای گروه‌های پرخطر شامل تزریق ۳ نوبت واکسن (نوبت دوم و سوم به ترتیب ۱ و ۶ ماه بعد از نوبت اول) و هر نوبت برای بزرگسالان مقدار ۱۰ یا ۲۰ میکروگرم و برای کودکان ۲/۵-۱۰ میکروگرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۵mcg/ml HBsAg for adults

۲.۵mcg/ml HBsAg for children&

INACTIVATED POLIOVIRUS

(VACCINE (IPV

موارد مصرف واکسن تزریقی فلج اطفال در افرادی که قادر به مصرف واکسن خوراکی فلج اطفال نیستند، کودکانی که بطور ناقص مصون شده‌اند و بیماران مبتلا به نقص سیستم ایمنی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن تزریقی فلج کودکان (IPV) یک سوسپانسیون از سه نوع ۱، ۲ و ۳ ویروس فلج کودکان می‌باشد که از کشت سلولی کلیه میمون بدست می‌آید.

فارماکوکینتیک تجویز چند نوبت این واکسن تولید پادتن‌هایی را بر علیه تمام انواع ویروس فلج کودکان موجب می‌شود که در بیش از ۹۷٪ کودکان واکسینه شده مصونیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف برای بیماران مبتلا به هر نوع بیماری حاد و تب تا زمانی که بهبود یابند، نباید مصرف شود. اگر چه برای بیماری‌های خفیفی مثل عفونت ملایم دستگاه تنفس نباید در واکسیناسیون تاخیر کرد.

هشدارها: ۱- اگر نسبت به نئومایسین استرپتومایسین و پلی میکسین موجود در واکسن آنافیلاکسی یا شوک آنافیلاکتیک ایجاد شد، نوبتهای بعدی واکسن نباید تزریق شود.

۲- بیماران مبتلا به نقص ایمنی یا بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی ممکن است پاسخ ایمنی مناسبی را در مقابل این واکسن نشان ندهند و مصونیت کامل در آنها ایجاد نشود.

عوارض جانبی واکنش‌های موضعی در محل تزریق (مثل قرمزی تورم و درد)، تب خواب آلودگی گریه کردن کاهش اشتها و حالت تهوع از عوارض جانبی این واکسن می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- قبل از تزریق واکسن باید به سابقه بیمار و توصیه‌های مصرف فرآورده مورد مصرف توجه شود. در سابقه بیمار احتمال بروز حساسیت و عوارض جانبی که متعاقب تزریق دوزهای قبلی صورت گرفته باید بررسی شود.

۲- احتمال دارد که تحریک سیستم ایمنی بیمار مبتلا به عفونت HIV با ایمن سازی توسط واکسن غیرفعال شده موجب اختلال در

فعالیت سیستم ایمنی می‌شود. اگر چه فواید واکسیناسیون اینگونه افراد بر احتمال خطر برتری دارد.

۳- فقط زیرجلدی و ترجیح؟ در عضله دلتوئید برای بزرگسالان و عضله ران برای کودکان تزریق شود. در اطراف عروق خونی و اعصاب نباید تزریق شود. بعد از اسپیراسیون اگر خون یا مایع مشکوکی به داخل سرنگ وارد شد، تزریق نباید انجام شود. محتویات سرنگ را باید دور ریخت و باید با استفاده از یک آمپول جدید و در محلی متفاوت واکسن تزریق شود.

۴- برای برنامه واکسیناسیون کودکان واکسن خوراکی نسبت به واکسن تزریقی دارای ارجحیت است چونکه این واکسن ایمنی روده‌ای ایجاد می‌کند، تجویز آن آسان است و براحتی توسط کودکان پذیرفته می‌شود و در بعضی از اطرافیان مصونیت ایجاد می‌کند.

۵- هر گونه تأخیر در فواصل بین نوبتهای تزریق واکسن در ایجاد مصونیت نهائی تأثیری ندارد. بنابراین در صورت تأخیر نیازی به شروع یک دوره جدید نیست

۶- واکسن در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد پایدار است باید از انجماد واکسن جلوگیری کرد. مقدار مصرف

اطفال دوره اولیه ایمن سازی شامل سه نوبت ۰/۵ میلی لیتری زیرجلدی می‌باشد. فواصل بین دو نوبت اول باید حداقل ۴ هفته و ترجیح ۸ هفته باشد. اولین و دومین نوبت را معمولاً با واکسن ثلاث و در سن ۴ و ۸ ماهگی تجویز می‌کنند. سومین نوبت باید حداقل ۶ ماه و ترجیح ۱۲ ماه بعد از نوبت دوم تجویز شود.

نوبت یادآوری را قبل از شروع مدرسه باید تزریق کرد مگر اینکه اولین نوبت دوره اولیه در شروع ۴ سالگی یا بعد از آن تزریق شده باشد.

تزریق تمام سه نوبت دوره اولیه و نوبت یادآوری برای تکمیل واکسیناسیون ضروری می‌باشد. کودکانی که به طور ناقص با IPV واکسینه شده‌اند باید نوبتهای اضافی دریافت کنند تا به چهار نوبت لازم برسند.

بزرگسالان واکسینه نشده برای این افراد اگر در معرض خطر پولیو ویروس قرار دارند، یک دوره اولیه واکسیناسیون توصیه می‌شود. سه نوبت هر بار ۰/۵ میلی لیتر زیرجلدی نوبت اول و دوم با فاصله ۱-۲ ماه و نوبت سوم ۶-۱۲ ماه بعد تزریق شود.

بزرگسالان با واکسیناسیون ناقص برای این افراد اگر در معرض خطر پولیو ویروس قرار دارند و حداقل یک نوبت واکسن دریافت کرده‌اند، باید حداقل یک نوبت IPV یا OPV تجویز شود. اگر فرصت هست به منظور تکمیل دوره اولیه باید نوبتهای اضافی را تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml

INFLUENZA VACCINE

موارد مصرف این واکسن فقط برای ایجاد ایمنی فعال (تولید پادتن بر علیه آنتی ژنهای ویروس آنفلونزا که در واکسن موجود است مصرف می‌شود. تزریق واکسن برای افراد با سن بیشتر از ۶ ماه که بدلیل سن و شرایط پزشکی در معرض خطر ابتلا به آنفلونزا هستند، توصیه می‌شود. همچنین برای سالمندان با بیش از ۶۵ سال سن کارکنان خانه سالمندان یا کارکنان بهداشتی و درمانی که با بیماران مزمن سروکار دارند، کودکان و بزرگسالان مبتلا به بیماریهای مزمن کودکان تحت درمان طولانی مدت با اسپیرین زنان باردار که سه ماهه دوم و سوم بارداری آنها در فصل آنفلونزا واقع می‌گردد توصیه می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن آنفلونزا، آنتی ژنهای تهیه شده از سه سویه مختلف ویروسهای غیرفعال آنفلونزا می‌باشد که باعث پادتنهای خاصی می‌شود. مصونیت فقط در مقابل آن سویه‌هایی از ویروس ایجاد می‌شود که مشابهت نزدیکی با سویه‌های موجود در واکسن

داشته باشند.

فارماکوکنتیک مصونیت تقریباً ۱۴ روز بعد از تزریق واکسن ایجاد می‌شود و برای ۶ ماه تا یک سال باقی می‌ماند. موارد منع مصرف در صورت وجود حساسیت نسبت به تخم مرغ (در مورد واکسن‌هایی که از مایع آمبریونیک جوجه مرغ تهیه شده‌اند)، حساسیت نسبت به هریک از اجزا واکسن سابقه سندرم Guillen-Barre، سابقه عوارض عصبی بعد از تجویز واکسن‌ها، بیماری حاد تنفسی و عفونت حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- بیماران مبتلا به نقص ایمنی اعم از مادرزادی یا به علت بیماری (عفونت HIV) یا ناشی از درمان گلوکوکورتیکوئیدها، داروهای سایتوتوکسیک یا پرتودرمانی در بیماران سرطانی ممکن است پاسخ کمتری دهند.

عوارض جانبی عوارض جانبی واکسن آنفلونزا عموم؟ در بزرگسالان اهمیت نداشته و احتمال بروز آنها کم است اختلالات عصبی (مثل آنسفالوپاتی فلج‌نسبی عصب صورت و التهاب عصب بینائی، درد در محل تزریق تب درد عضلانی و احساس ناخوشی از عوارض جانبی واکسن آنفلونزا می‌باشد. بدلیل وجود مقادیر خیلی کم پروتئین‌های تخم مرغ در واکسن‌های جدید، واکنش‌های حساسیتی بندرت اتفاق می‌افتد.

نکات قابل توصیه ۱- بدلیل احتمال بروز تب بعد از واکسن آنفلونزا، سابقه تشنج ناشی از تب بررسی شود و از تزریق واکسن در افراد مبتلا به تب حاد خودداری شود.

۲- واکسیناسیون آنفلونزا همزمان با تزریق سایر واکسن‌ها (در محل‌های متفاوت بلامانع است

۳- تزریق واکسن ممکن است در همه افراد مصونیت ایجاد نکند.

۴- فقط داخل عضلانی و ترجیح؟ در عضله دلتوئید برای بزرگسالان و عضله ران برای کودکان تزریق شود. تزریق در عضله سرینی باعث کاهش پاسخ ایمنی می‌شود.

۵- واکسن آنفلونزا باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری شود. از انجماد واکسن جلوگیری شود.

۶- قبل از تزریق ویال واکسن را باید خوب تکان داد. در صورت انجماد یا مشاهده تغییر رنگ یا وجود ذرات در ویال باید از تزریق واکسن خودداری کرد.

مقدار مصرف برای کودکان با سن کمتر از ۹ سال که قبلاً واکسینه نشده‌اند باید طی دونوبت (به فاصله بیشتر از یکماه و هر نوبت ۰/۵ میلی‌لیتر از واکسن (حاوی آنتی‌ژن‌های سطحی یا اجزای ویروس تزریق شود. در خردسالان با سن بین ۶-۳۵ ماه مقدار ۰/۲۵ میلی‌لیتر باید تزریق شود. در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال از تزریق واکسن حاوی ویروس کامل خودداری شود. در افراد با سن بیش از ۱۲ سال تزریق یک نوبت واکسن کافی است واکسیناسیون باید سالانه و در زمان شیوع عفونت آنفلونزا انجام گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۵ml Vials

MEASLES VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه ویروس سرخک برای کودکان در سنین ۱۲-۱۵ ماهگی بکار می‌رود. واکسن MMR برای ایجاد مصونیت بر علیه سرخک سرخجه و اوریون نسبت به هر کدام از این واکسن‌ها به تنهایی ترجیح داده می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن سرخک حاوی ویروس‌های زنده ضعیف شده Measles از سویه Enders' attenuated Edmonston (از کشت سلولی جنین جوجه می‌باشد.

فارماکو کنتیک

مصونیت برای مدت بیشتر از ۱۳ سال بدون کاهش محسوسی باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به یکی از اجزای واکسن (مثل تخم مرغ، بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ژنتیکی ایمنی بیماری حاد تنفسی و عفونت فعال همراه تب از موارد منع مصرف این واکسن می‌باشند.

هشدارها: ۱- افراد با سابقه واکنشهای آنافیلاکتیک ناشی از خوردن تخم مرغ نباید واکسینه شوند.

۲- به زنان باردار تزریق نشود. زنان باید تا سه ماه بعد از واکسیناسیون از بارداری اجتناب نمایند. ابتلا به سرخک در دوران بارداری خطر بروز عوارض جنینی را افزایش می‌دهد.

۳- بیماران مبتلا به عفونت HIV ولی بدون علائم واضح بالینی تضعیف سیستم ایمنی را می‌توان واکسینه نمود. اگرچه احتمال دارد پاسخ ایمنی در این بیماران کمتر از افراد سالم باشد.

عوارض جانبی واکنشهای آنافیلاکتیک تب ملا-یم (۳۸/۳-۳۹/۴ درجه سانتیگراد)، سرفه التهاب بینی و جوشهای پوستی از عوارض جانبی این واکسن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی تا چند روز بعد از تزریق واکسن سرخک در بین بیماران آسمی نتیجه مثبت کاذب در آزمایش متاکولین استنشاقی مشاهده شده است واکسن ویروس زنده ممکن است باعث شود که نتیجه آزمونهای جلدی حساسیت تاخیری مثل آزمون تورکولین منفی کاذب نمایش داده شوند. این اثر حتی تا چندین هفته بعد از واکسیناسیون باقی می‌ماند.

نکات قابل توصیه ۱- به والدین توصیه شود که بروز تب امکان دارد و آنها باید به منظور جلوگیری از تشنج ناشی از تب بالا اقدامات لازم را بعمل آورند.

۲- استفاده از واکسن سرخک در افراد با سن بیش از ۱۲ ماه موثر و بی ضرر می‌باشد. کودکان با سن کمتر از ۱۲ ماه بدلیل وجود پادتن‌های مادر در خون آنها ممکن است بخوبی پاسخ ندهند. کودکانی که در سن کمتر از ۱۲ ماه واکسینه شده‌اند، باید دوباره بعد از ۱۵ ماهگی واکسینه شوند.

۳- بهتر است این واکسن را یکماه قبل یا بعد از دریافت سایر واکسن‌های ویروسی تجویز کرد.

۴- واکسن سرخک را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد. فقط باید از محلول همراه واکسن برای رقیق کردن استفاده کرد. واکسن را هر چه سریعتر بعد از آماده سازی باید مصرف کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۸ ساعت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف تمامی واکسن موجود در یک ویال ۰/۵ میلی لیتری را ترجیح؟ باید در سن ۱۵ ماهگی و در سطح بیرونی بازو تزریق نمود. مقدار مصرف برای تمام سنین یکسان است

اشکال دارویی

Powder for Injection

(MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE (MMR

موارد مصرف این فرآورده برای ایمن سازی فعال همزمان بر علیه سرخک سرخجه و اوریون در سنین بعد از ۱۵ ماهگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی مجموعه‌ای از واکسن‌های سرخک اوریون و سرخجه می‌باشد.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به یکی از اجزای واکسن (مثل تخم مرغ، بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانه‌های بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ژنتیکی ایمنی بیماری حاد تنفسی و عفونت فعال همراه تب از موارد منع مصرف این واکسن می‌باشند. هشدارها: به تک نگارهای مربوط به واکسن‌های سرخک اوریون و سرخچه مراجعه شود.

عوارض جانبی از عوارض عمومی می‌توان ناخوشی گلودرد، سرفه التهاب بینی التهاب غدد پاروتید، التهاب بیضه‌ها، تهوع استفراغ اسهال و واکنش‌های التهابی و آنافیلاکتیک را نام برد. عوارض موضعی نیز شامل درد، تورم و قرمزی در محل تزریق و لنفادنوپاتی موضعی می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱- به تک نگارهای مربوط به واکسن‌های سرخک اوریون و سرخچه مراجعه شود.

۲- واکسن را باید دردمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد. فقط از محلول همراه واکسن برای رقیق کردن آن باید استفاده نمود.

واکسن را هر چه سریعتر بعد از آماده‌سازی باید مصرف کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۸ ساعت باید آن را دورریخت مقدار مصرف نیم میلی‌لیتر از واکسن ترجیحاً در سن ۱۵ ماهگی و از راه زیرجلدی و در سطح بیرونی بازو تزریق می‌شود. مقدار مصرف برای تمام سنین یکسان است این فرآورده از راه داخل‌وریدی نباید تزریق شود. یک تزریق مجدد MMR یا سرخک به تنهایی نیز توصیه شده‌است

اشکال دارویی

Powder for Injection

MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه عفونت‌های *Neisseria Meningitidis* (مننژیت سپتی‌سمی در افراد با سن بیش از ۲ سال که در نواحی اپیدمی و آندمیک زندگی می‌کنند، افرادی که با بیماران مبتلا به بیماری مننگوککی تماس دارند (همراه پیشگیری مناسب با آنتی‌بیوتیک‌ها) کارکنان پزشکی و آزمایشگاهی که احتمال تماس با عامل بیماری‌زا برای آنها وجود دارد، مسافری که قصد عزیمت به نواحی آلوده را دارند، بیماران دارای نقص در جزء انتهایی کمپلمان و بیماران فاقد طحال فعال مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این واکسن حاوی پلی‌ساکاریدهای *Neisseria Meningitidis* گروه‌های A و C است و باعث تحریک سیستم ایمنی برای تولید پادتن‌های ضدمننگوککی A و C در انسان می‌شود.

فارماکوکنتیک تزریق واکسن ترکیبی باعث افزایش پادتن‌های ضدمننگوککی بمیزان ۴ برابر در ۹۵٪ افراد می‌شود. مصونیت ۱۰-۱۴ روز بعد از واکسیناسیون ایجاد می‌شود و برای مدت ۳ سال باقی می‌ماند، اگرچه سطوح پادتن‌های مربوطه در طی این مدت بطور قابل ملاحظه‌ای کاهش می‌یابد.

موارد منع مصرف در صورت بارداری ابتلا به بیماری‌های حاد و حساسیت به هریک از اجزاء واکسن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی این واکسن ممکن است قادر به ایجاد پاسخ ایمنی مناسب نباشد.

۲- این فرآورده برای استفاده در کودکان با سن کمتر از ۲ سال توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی واکنش‌های سیستمیک شامل سردرد، ناخوشی تب لرز، آدنوپاتی زیر بغل می‌باشند و درد، قرمزی و تورم در ناحیه

تزریق واکنش‌های موضعی نسبت به این واکسن هستند.

نکات قابل توصیه ۱- تزریق واکسن ممکن است در همه افراد مصونیت ایجاد نکند.

۲- واکسن را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد. فقط از محلول همراه واکسن برای رقیق کردن باید استفاده کرد و آنقدر تکان داده شود تا پودر واکسن کاملاً حل شود. در صورت عدم مصرف بعد از ۵ روز باید آن را دور ریخت مقدار مصرف از راه زیرجلدی تزریق شود و دلیل نامشخص بودن بی ضرری و تاثیر این واکسن از تزریق داخل پوستی و داخل وریدی خودداری شود. مقدار لازم برای مصونیت تزریق زیرجلدی ۰/۵ میلی لیتر از واکسن می باشد.

اشکال دارویی

:Powder for Injection

for ۰.۵ ml single dose

MUMPS VIRUS VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه اوریون در کودکان با سن بیش از ۱۲ ماه و بعضی از بزرگسالان مصرف می شود.

مکانیسم اثر: واکسن اوریون حاوی ویروس‌های زنده ضعیف شده Mumps از سویه Jeryl Lynn می باشد که از کشت سلولی جنین جوجه بدست می آید.

فارماکوکینتیک این واکسن در افراد حساس بعد از ۲-۳ هفته یک نوع عفونت اوریون غیر قابل انتقال ایجاد می کند. بعد از تزریق واکسن در ۹۵٪ افراد و به مدت حداقل ۱۵ سال مصونیت ایجاد می شود.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل تخم مرغ، وجود بیماری تنفسی یا سایر عفونت‌های فعال همراه تب مصرف همزمان با گلوکوکورتیکوئیدها و داروهای کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ایمنی مادرزادی یا وراثتی از موارد منع مصرف این واکسن می باشند.

همچنین بدلیل وجود ویروس زنده در این واکسن افراد مبتلا به نقص ایمنی ناشی از بیماری AIDS یا هرگونه تظاهر بالینی عفونت HIV، نقص ایمنی سلولی کمبود یا اختلال در گاماگلوبولین‌های خون نباید این واکسن را دریافت کنند. اگر چه می توان واکسن را برای کودکان مبتلا به عفونت HIV فاقد تظاهر بالینی تزریق نمود.

هشدارها: ۱- از واکسن برای انجام آزمون جلدی حساسیت تاخیری نباید استفاده کرد، برای این منظور می توان از آنتی ژن ویروس که محصول ویروس مرده می باشد، استفاده نمود.

۲- از تجویز این واکسن برای زنان باردار باید اجتناب کرد. همچنین زنان واکسینه شده باید تا ۳ ماه بعد از واکسیناسیون از بارداری جلوگیری کنند.

۳- استفاده از واکسن اوریون در افراد با سن بیش از ۱۲ ماه موثر و بی ضرر می باشد. واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از ۱۲ ماه توصیه نمی شود زیرا بدلیل وجود پادتن‌های مادر در خون آنها ممکن است بخوبی پاسخ ایمنی ایجاد نکند. کودکانی که در سن کمتر از ۱۲ ماهگی واکسینه شده‌اند، باید بعد از ۱۵ ماهگی دوباره واکسینه شوند.

عوارض جانبی احساس سوختگی یا سوزش در محل تزریق بروز می کند. در بعضی از افراد نیز تب ملایم لنفادنوپاتی متوسط یا اسهال مشاهده می شود.

تداخل‌های دارویی واکسن حاوی ویروس زنده ممکن است باعث شود که نتیجه آزمون جلدی حساسیت تاخیری (مثل آزمون تورکولین، منفی کاذب نمایش داده شود. این اثر حتی تا چندین هفته بعد از واکسیناسیون باقی می‌ماند. نکات قابل توصیه ۱- بهتر است این واکسن را یکماه قبل یا بعد از سایر واکسن‌های ویروسی تجویز کرد. ۲- باید از تجویز همزمان اینموگلوبولین سرمی و واکسن اوریون خودداری شود.

۳- واکسن اوریون باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد. فقط از محلول همراه واکسن برای رقیق کردن استفاده شود. واکسن را هر چه سریعتر بعد از آماده سازی باید مصرف کرد. در صورت عدم مصرف بعد از ۸ ساعت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف بعد از آماده سازی

۰/۵ میلی‌لیتر واکسن را باید از راه زیرجلدی در ناحیه خارجی بازو تزریق کرد. مقدار مصرف برای تمام سنین یکسان است اشکال دارویی

Powder for Injection: ۰.۵ml single dose

PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه پنومونی و باکتری می‌پنوموکی ناشی از انواع مختلف Streptococcus Pneumoniae موجود در واکسن مصرف می‌شود.

این واکسن برای افرادی که در معرض خطر ابتلای به بیماری‌های پنوموکی هستند یا بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن و بدخیم و افراد با سن بیش از ۶۵ سال و در بیماران دارای نارسائی کبدی کلیوی ریوی و قلبی توصیه می‌شود. بیماران فاقد طحال فعال و افراد مبتلا به عفونت HIV

(با یا بدون علائم بالینی و بیماران

دارای سیستم ایمنی ضعیف که مستعد ابتلای به پنومونی هستند، نیز واکسینه می‌شوند. واکسیناسیون مجدد بعد از ۳ سال فقط برای کلیه افراد فوق توصیه می‌شود در صورتی که هنوز احتمال ابتلای آنها به بیماری‌های پنوموکی بسیار بالا باشد. مکانیسم اثر: این واکسن با داشتن آنتی‌ژن‌های پلی ساکارید کپسولی ۲۳ نوع مختلف پنوموکی در مقابل ۲۳ نوع بیماری‌زا و شایع پنوموکی مصنوعیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف این فرآورده در موارد حساسیت به هر یک از اجزا واکسن سابقه قلبی واکسیناسیون با هر نوع واکسن پلی‌والان پنوموکی بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی عفونت‌های حاد ریوی و سایر عفونت‌های فعال (مگر اینکه عدم تزریق واکسن عواقب وخیم تری را به دنبال داشته باشد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران با ضعف پاسخ‌های ایمنی هومورال (ناشی از آگامایگلوبولینمی مولتیپل میلوم بیماری‌های لنفوپرولیفراتیو یا استفاده از داروهای کاهنده سیستم ایمنی، این واکسن ممکن است قادر به ایجاد مصنوعیت نباشد. همچنین واکسن پنوموکی در بیماران فاقد طحال یا مبتلا به بدکاری طحال ناشی از کم خونی داسی شکل ممکن است اثر ایمن‌زائی کمتری داشته باشد.

۲- بدلیل عدم ایجاد مصنوعیت مطلوب برای استفاده در کودکان با سن کمتر از ۲ سال توصیه نمی‌شود.

۳- زمان واکسیناسیون بسیار مهم می‌باشد، بطور مثال واکسن پنوموکی باید در موارد ذیل دو هفته قبل از اقدام درمانی مورد نظر صورت گیرد: عمل جراحی برداشت طحال شیمی درمانی سرطان استفاده از داروهای کاهنده سیستم ایمنی و پیوند مغز استخوان در خلال مدت شیمی درمانی سرطان و پرتودرمانی باید از انجام واکسیناسیون خودداری کرد. همچنین افراد مبتلا به عفونت HIV (با

یا بدون علائم بالینی باید در اسرع وقت بعد از تأیید تشخیص واکسینه شوند.

۴- تزریق داخل پوستی واکسن ممکن است عوارض موضعی شدیدی را باعث شود.

عوارض جانبی واکنش‌های سیستمیک شامل تب پائین و بندرت تب حاد، سردرد، درد عضلانی سندرم -Guillain-Barre، واکنش‌های آنافیلاکتوئید، جوش‌های پوستی درد و التهاب مفاصل و تهوع و استفراغ می‌باشد. واکنش‌های موضعی شامل درد، قرمزی و تورم در ناحیه تزریق معمولاً ۲-۳ روز بعد از واکسیناسیون است

نکات قابل توصیه ۱- بدلیل سطح بالای پادتن پنوموکی و احتمال افزایش واکنش نسبت به واکسن از تزریق واکسن به بیماران مبتلا به عفونت‌های پنوموکی و افراد دارای سابقه پنومونی پنوموکی اجتناب شود.

۲- از آنجا که واکنش‌های آرتوس و سیستمیک با تزریق نوبت دوم این واکسن مشاهده شده است و نیز نوبت یادآوری باعث افزایش سطح پادتن‌ها نمی‌گردد، از واکسیناسیون مجدد و تزریق نوبت یادآوری باید خودداری کرد.

۳- در افرادی که تحت درمان پیشگیری از عفونت پنوموکی می‌باشند، درمان پروفیلاکسی با آنتی‌بیوتیک بعد از واکسیناسیون نباید قطع شود.

۴- مصرف همزمان واکسن آنفلونزا

با این واکسن بدون افزایش عوارض جانبی پاسخ ایمنی مطلوبی را ایجاد می‌کند.

۵- واکسن را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری کرد. واکسن را همانطور که عرضه شده باید مصرف کرد و نیازی به آماده سازی و رقیق کردن ندارد.

مقدار مصرف این فرآورده باید از راه زیر جلدی یا داخل عضلانی (ترجیحاً در عضله دلتوئید یا ران تزریق شود و از تزریق داخل وریدی و داخل پوستی آن باید خودداری کرد. مقدار لازم برای مصونیت تزریق ۰/۵ میلی لیتر از واکسن می‌باشد. بعد از انقضای تاریخ مصرف واکسن را نباید استفاده کرد. هر واکسن ۰/۵ میلی لیتری حاوی ۲۵ میکروگرم از هر نوع آنتی‌ژن‌های پلی ساکارید کپسولی ۲۳ نوع پنوموکیک می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml dose

(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه ویروس فلج کودکان بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: واکسن خوراکی فلج کودکان (OPV) از ویروس‌های زنده ضعیف شده تهیه می‌شود و با تولید یک عفونت مشابه عفونت طبیعی ولی بدون علائم بیماری مصونیت سیستمیک و مخاطی ایجاد می‌کند.

فارماکوکنتیک ۱ تا ۲ هفته بعد از سه نوبت واکسن در بیش از ۹۵٪ کودکان واکسینه شده آنتی‌بادی بر علیه تمام انواع ویروس تولید می‌شود. مصونیت ایجاد شده تا ۵ سال بعد از واکسیناسیون باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت حساسیت نسبت به یکی از اجزاء واکسن و در بیماران مبتلا به هر نوع بیماری حاد، استفراغ یا اسهال پایدار و بیماران با ضعف پیشرفته بیماران دارای نقص ایمنی یا افراد دارای سابقه فامیلی نقص ایمنی و یا افرادی که بایک بیمار دارای نقص ایمنی زندگی می‌کنند، نباید این واکسن را مصرف کرد.

هشدارها: ۱- در کودکان با سابقه فامیلی نقص ایمنی تا زمان تأیید سطح ایمنی طبیعی در کلیه کودکان خانواده باید از مصرف واکسن خودداری کرد.

۲- در کلیه موارد منع مصرف واکسن خوراکی فلج کودکان (OVP) باید از واکسن تزریقی فلج کودکان (IVP) استفاده کرد. تداخل‌های دارویی بدلیل کاهش سطح ایمنی در هنگام مصرف داروهای کاهنده سیستم ایمنی از انجام واکسیناسیون باید خودداری کرد. واکسن وبا میزان ایمن‌سازی توسط واکسن خوراکی فلج کودکان را کاهش می‌دهد. بنابراین بین مصرف این واکسن‌ها باید یک فاصله یکماهه قرار داد.

نکات قابل توصیه ۱- بدلیل دفع ویروس از طریق مدفوع و آب دهان برای مدت ۶ تا ۸ هفته بعد از واکسیناسیون به مراقبت‌های بهداشتی توجه خاص شود. بطورمثال بعد از نظیف نوزادان دست‌ها با آب و صابون شسته شود.

۲- واکسن دردمای اتاق پایدار نیست و باید در فریزر نگهداری شود. در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد بمدت ۳۰ روز قابل استفاده می‌باشد. در صورت عدم مصرف بمدت کمتر از ۲۴ ساعت بعد از ذوب می‌توان واکسن را در فریزر قرار داد و چرخه انجماد-ذوب نباید بیش از ده بار تکرار شود.

۳- واکسن خوراکی فلج کودکان بدون رنگ یا به رنگ زرد یا قرمز کمرنگ می‌باشد و هر گونه تغییر رنگ مادامی که مایع واکسن شفاف است هیچ اهمیتی ندارد.

۴- برای برنامه واکسیناسیون کودکان واکسن خوراکی نسبت به واکسن تزریقی دارای ارجحیت است چونکه این واکسن ایمنی روده‌ای ایجاد می‌کند، تجویز آن آسان است و براحتی توسط کودکان پذیرفته می‌شود.

مقدار مصرف این واکسن خوراکی است باید از تزریق آن خودداری کرد.

دوره اولیه ایمنی سازی شامل سه نوبت ۰/۵ میلی لیتری اولین نوبت ۶-۱۲ هفته بعد از تولد، دومین نوبت ۸ هفته بعد از نوبت اول (۴ ماهگی و نوبت سوم ۸-۱۲ ماه بعد از نوبت دوم (۱۸ ماهگی). این نوبت‌ها همراه با واکسن سه گانه (DTP) تجویز می‌شوند. در مناطق آندمیک یک نوبت اضافی در سن ۶ سالگی توصیه می‌شود. نوبت یادآوری واکسن در سنین ۱۵-۱۹ سالگی توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

In ۰.۵ ml single dose Dispettes

RABIES VACCINE, VERO

موارد مصرف واکسن‌های هاری برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری هاری مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: این واکسن حاوی ویروس‌های غیر فعال هاری است و ویروس‌ها از کشت سلولی سویه Wistar rabies PM/WI ۳M-۱۵۰۳-۳۸ ویروس هاری در کشت سلول مداوم Vero تهیه می‌شوند. با تزریق این واکسن پادتن‌های ضد هاری در بیش از ۹۷٪ افراد واکسینه شده تولید خواهد شد.

موارد منع مصرف برای درمان بعد از تماس هیچگونه مورد خاصی برای منع مصرف وجود ندارد، زیرا هاری کشنده است برای واکسیناسیون قبل از تماس تنها مورد منع مصرف وجود بیماری‌های پیشرونده همراه با تب می‌باشد.

هشدارها: ۱- در مورد بیماران مبتلا به بیماری حاد، واکسیناسیون قبل از تماس باید تا بهبودی کامل بیمار به تاخیر افتد.

۲- از تزریق واکسن به بیماران مبتلا به هاری باید خودداری کرد.

عوارض جانبی درد موقت قرمزی و تورم در ناحیه تزریق (۶۵-۷۰٪ موارد) سر درد، تهوع تب ملائیم و خستگی از عوارض جانبی عمده این واکسن هستند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها، پرتودرمانی و ایمنوگلوبولین ضد هاری پاسخ ایمنی به واکسن هاری را کاهش می‌دهند. در صورت استفاده از داروهای کاهنده سیستم ایمنی همزمان با این واکسن در پیشگیری بعد از

تماس سطوح پادتن‌های ضد‌هاری باید حتم؟ اندازه‌گیری شود.

نکات قابل توصیه ۱- این واکسن باید از راه‌زیر جلدی یا داخل عضلانی برای بزرگسالان در عضله دلتوئید و برای کودکان در عضله ران تزریق شود. اگر در عضله سرینی تزریق شود احتمال عدم موفقیت وجود دارد.

۲- واکسیناسیون قبل از تماس با ویروس‌هاری برای افراد دارای نقص سیستم ایمنی توصیه نمی‌شود.

۳- در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییر رنگ در واکسن باید از تزریق آن خودداری کرد.

۴- واکسن را در محل خشک و دردمای ۲-۸ درجه سانتیگراد پایدار است باید از انجماد واکسن جلوگیری شود و در صورت انجماد از مصرف واکسن خودداری کرد. برای آماده‌سازی فقط از محلول همراه واکسن استفاده شود. واکسن آماده شده باید فوراً مصرف شود.

مقدار مصرف هر ویال واکسن Vero حاوی مقدار کافی برای یک نوبت تزریق می‌باشد.

پیشگیری قبل از تماس در بزرگسالان و کودکان واکسن باید در روز ۰، ۷، ۲۸ و بعد از آن بر اساس میزان پادتن هر ۲-۳ سال واکسن باید (داخل عضلانی یا زیر جلدی تزریق شود. برای نوبت یادآوری نیز هر ۳ سال یک بار باید واکسن را تزریق کرد.

پیشگیری بعد از تماس هر چه سریعتر بعد از تماس ایمنوگلوبولین ضد‌هاری ۲۰ IU/Kg انسانی یا ۴۰ IU/Kg اسبی (نیمی از مقدار مورد نیاز را باید در محل گزش‌نشست داد و باقیمانده باید در عضله سرینی تزریق کرد) باید تجویز شود. قبل از تزریق ایمنوگلوبولین اسبی باید آزمون جلدی انجام شود.

در صورتی که فرد قبلاً واکسینه شده اگر یکسال از آخرین تزریق واکسن نمی‌گذرد، یک تزریق یادآوری در روز ۰ باید انجام شود. اگر بیش از یک سال از آخرین تزریق واکسن می‌گذرد، سه دوز در روزهای ۰، ۳ و ۷ تزریق شود و نیازی به تزریق ایمنوگلوبولین ضد‌هاری نیست.

در صورتی که فرد قبلاً واکسینه نشده بعد از تماس در روزهای ۰، ۳، ۷، ۱۴، ۳۰ واکسن را باید داخل عضلانی تزریق کرد. نوبت تزریق در روز ۹۰ اختیاری می‌باشد. واکسیناسیون باید هر چه سریعتر بعد از تماس انجام شود و در صورت اثبات عدم وجود خطر می‌توان واکسیناسیون را قطع نمود.

نوبت یادآوری: برای موارد خطر مداوم ابتلا، بر اساس میزان پادتن هر ۳ سال باید واکسن تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml single dose vials

RUBELLA VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال (تولید پادتن بر علیه ویروس سرخچه برای همه کودکان از سن ۱۲ ماهگی تا هنگام بلوغ مصرف می‌شود.

به زنان غیر مصونی که قبل از بلوغ واکسینه نشده‌اند، باید حداقل ۳ ماه قبل از بارداری واکسن سرخچه را تزریق نمود. همچنین فرزندان واکسینه نشده زنان باردار غیر مصون نیز باید واکسینه شوند.

مکانیسم اثر: واکسن سرخچه که حاوی ویروس‌های ضعیف شده Rubella از سویه RA ۲۷/۳ می‌باشد، در افراد مستعدیک عفونت تغییر یافته و غیر قابل انتقال ایجاد می‌کند. افزایش سطح و تعداد مختلف پادتن‌ها بوسیله این واکسن موجب افزایش مقاومت فرد نسبت به عفونت با سویه وحشی ویروس می‌شود.

فارماکوکنتیک شروع اثر واکسن بین ۲-۶ هفته می‌باشد و باعث افزایش سطح پادتن در حداقل ۹۷٪ کودکان می‌گردد. در

بیشتر افراد، سطح مطلوب پادتن برای بیش از ۱۰ سال باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل تخم مرغ، بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانه‌های بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی و گلوکوکورتیکوئیدها، سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ژنتیکی ایمنی و هر گونه عفونت حاد همراه با تب از موارد منع مصرف واکسن می‌باشند. هشدارها: عفونت سرخجه طبیعی جنین ممکن است باعث بیماری سرخجه مادرزادی شود. بنابراین از تزریق واکسن به زن باردار باید خودداری شود. زنان باید تا سه ماه بعد از واکسیناسیون از بارداری اجتناب نمایند. مناسب ترین راه واکسیناسیون زنان مستعد بلافاصله بعد از وضع حمل می‌باشد.

عوارض جانبی درد، سوزش خارش قرمزی تورم در محل تزریق واکسن و اکنش‌هایی شبیه بیماری سرخجه طبیعی مثل لنفادنوپاتی موضعی کهیر، جوش ناخوشی گلو درد، تب سردرد، درد موقت مفاصل و پلی‌نوریت از عوارض جانبی این واکسن می‌باشند. تداخل‌های دارویی مصرف همزمان عوامل کاهنده سیستم ایمنی (داروهای کاهنده سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها، پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی به واکسن می‌شوند و احتمال دارد افراد واکسینه شده بطور کامل مصون نشوند. مصرف همزمان ایمنوگلوبولین‌ها، اینترفرون و واکسن مننکو کوک نیز باعث کاهش پاسخ ایمنی نسبت به این واکسن می‌گردند. نکات قابل توصیه ۱- بعد از ابتلا به بیماری سرخجه تزریق این واکسن قادر به توقف یا درمان بیماری نیست ۲- بیماران مبتلا به عفونت HIV فاقد علامت بالینی را می‌توان واکسینه نمود. اگرچه احتمال دارد پاسخ ایمنی مناسبی ایجاد نشود. ۳- واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از ۱۲ ماه توصیه نمی‌شود، زیرا ممکن است وجود پادتن مادری ضد سرخجه با ایجاد پاسخ ایمنی تداخل کند.

۴- واکسن سرخجه را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد. فقط از محلول همراه واکسن باید برای رقیق کردن استفاده کرد. واکسن باید هرچه سریعتر بعد از آماده سازی مصرف شود و در صورت عدم مصرف بعد از ۸ ساعت باید آن را دور ریخت

۵- در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییر رنگ در واکسن باید از تزریق آن خودداری کرد. مقدار مصرف تمامی واکسن موجود در یک ویال ۰/۵ میلی‌لیتری را از راه زیرجلدی در سطح بیرونی عضله بازو تزریق شود. از راه داخل وریدی نباید تجویز کرد. مقدار مصرف واکسن برای تمام سنین یکسان است نیازی به تزریق نوبت یادآوری نیست اشکال دارویی

Powder for Injection

(TYPHOID VACCINE (ORAL

موارد مصرف واکسن خوراکی تیفوئید برای ایمن‌سازی فعال در کودکان بزرگتر از ۶ سال در مقابل بیماری ناشی از باسیل *Salmonella thyphi* مصرف می‌شود. واکسیناسیون در موارد زیر توصیه می‌شود. مکانیسم اثر: واکسن خوراکی تیفوئید حاوی باکتری‌های زنده و ضعیف شده *Salmonella thyphi Ty21a* می‌باشد. واکسن تیفوئید با ایجاد پاسخ ایمنی بدن را بر علیه بیماری ناشی از *Salmonellathyphi* (نه بر علیه سایر سویه های باسیل مصون می‌سازد.

موارد منع مصرف این واکسن برای بیماران مبتلا به تب تیفوئید یا

ناقلین مزمن تیفوئید، در صورت

حساسیت نسبت به هریک از اجزاء
واکسن در بیماریهای حاد همراه با
تب یا اختلالات حاد گوارشی (اسهال و استفراغ طولانی و نقص مادرزادی
و اکتسابی سیستم ایمنی نباید مصرف شود.
هشدارها: اگر برای بیماران مبتلا به نقص شدید سیستم ایمنی یا بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی استفاده شود،
ممکن است پاسخ ایمنی مطلوب ایجاد نشود.
عوارض جانبی با مصرف این واکسن تهوع استفراغ درد شکمی سردرد، جوشهای پوستی و کهیر مشاهده می شود.
تداخل‌های دارویی بعضی از داروهای ضد مالاریا، فنی توئین داروهای کاهنده سیستم ایمنی و کورتیکواستروئیدها ممکن است در
ایجاد پاسخ مناسب ایمنی مداخله کنند. در این موارد واکسن باید تحت مراقبتهای پزشکی استفاده شود. سولفونامیدها و
آنتی‌بیوتیک‌ها نیز مانع ایجاد پاسخ مناسب ایمنی در برابر واکسن خوراکی تیفوئید می شوند.
نکات قابل توصیه ۱ - همه افراد واکسینه شده بطور کامل مصون نمی شوند (در ۳۰٪ افراد مصونیت کامل ایجاد نمی شود). بنابراین افراد
واکسینه شده باید از تماس با افراد آلوده و یا خوردن غذاهای احتمالاً آلوده خودداری فرمایند.
۲ - واکسن را باید در دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری کرد.
مقدار مصرف یک کپسول یک روز در میان روزهای ۱، ۳، ۵، ۷ یک ساعت قبل از غذا با آب سرد یا ولرم بلعیده شود.
کپسول حاوی واکسن نباید جویده شود. برنامه کامل واکسیناسیون خوردن هر چهار کپسول می باشد و در غیر این صورت ممکن است
پاسخ مناسب ایمنی حاصل نشود. مصونیت برای حداقل ۵ سال باقی می ماند. در صورت تماس مکرر و مداوم با تب تیفوئید بعد از ۵
سال برنامه مجدد واکسیناسیون بعنوان یاد آوری توصیه می شود.
اشکال دارویی

Enteric coated capsules

VARICELLA VIRUS VACCINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجاد ایمنی فعال بر علیه آبله مرغان برای افرادی از ۱۲ ماهگی به بعد) مصرف می شود، که یا
خطر ابتلای آنها به بیماری زیاد است یا به مقدار زیاد مستعد هر گونه عارضه ناشی از آبله مرغان هستند.
مکانیسم اثر: واکسن آبله مرغان حاوی ویروس‌های زنده ضعیف شده Varicella از سویه Oka/Merck می باشد این
واکسن بخوبی تحمل می شود و در مقابل عفونت طبیعی آبله مرغان مصونیت ایجاد می کند.
موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل ژلاتین، سابقه واکنش آنافیلاکتوئید نسبت به نئوماکسین
بیماران مبتلا به هر نوع سرطان بدخیم مغز استخوان و سیستم لنفاوی مصرف همزمان داروهای کاهنده سیستم ایمنی نقص اولیه یا
اکتسابی سیستم ایمنی سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ایمنی ژنتیکی و هر گونه بیماری حاد و بیماریهای عفونی همراه با تب
از موارد منع مصرف این واکسن می باشند.
هشدارها: ۱ - از تزریق واکسن به زنان باردار باید خودداری کرد. به زنان توصیه شود تا سه ماه بعد از واکسیناسیون از بارداری
اجتناب کنند.
۲ - استفاده از این واکسن برای کودکان با سن کمتر از ۱۲ ماه توصیه نمی شود.
عوارض جانبی درد، خارش تورم قرمزی هماتوم و سفتی در محل تزریق واکسن جوشهائی شبیه بیماری طبیعی از عوارض جانبی این

فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی یا گلوکوکورتیکوئیدها در مقایسه با افراد سالم حساسیت بیشتری به ابتلا و عفونت دارند. در این بیماران واکسیناسیون با ویروس زنده ضعیف شده منجر به بروز جوش‌های جلدی و بیماری منتشر می‌شود.

واکسیناسیون باید حداقل ۵ ماه بعد از انتقال خون یا پلاسما، تجویز ایمنوگلوبولین‌ها یا ایمنوگلوبولین ضد آبله‌مرغان انجام گردد. همچنین تا ۲ ماه بعد از واکسیناسیون از تزریق ایمنوگلوبولین‌ها مخصوصاً ایمنوگلوبولین ضد آبله‌مرغان خودداری شود، مگر فواید استفاده از ایمنوگلوبولین‌ها بر واکسیناسیون برتری داشته باشد.

بدلیل بروز سندرم **Reye's** هنگام مصرف سالیسیلاتها در بیماران مبتلا- به آبله‌مرغان کلیه افراد واکسینه شده تا ۶ ماه بعد از واکسیناسیون نباید داروهای سالیسیلاتی را مصرف کنند.

نکات قابل توصیه ۱- بدلیل احتمال انتقال بیماری افراد واکسینه شده باید از تماس نزدیک با افراد مستعد (نوزادان زنان باردار و بیماران مبتلا به نقص ایمنی) پرهیز نمایند.

۲- افراد دارای سابقه فامیلی بیماری مادرزادی یا اکتسابی نقص ایمنی نباید واکسینه شوند، مگر اینکه کارآئی سیستم ایمنی فرد اثبات شود.

۳- در هنگام حمل و نقل باید دردمای -۲۰ درجه سانتیگراد یا سردتر نگهداری شود. قبل از آماده سازی و به منظور حفظ کامل قدرت اثر، واکسن آبله‌مرغان را باید در یک فریزر بدون برفک در درجه حرارت -۱۵ درجه سانتیگراد یا سردتر نگهداری کرد. محلول رقیق کننده واکسن را باید در درجه حرارت اتاق یا یخچال نگهداری کرد. قبل از آماده سازی نیز واکسن باید بدور از نور نگهداری شود.

۴- برای آماده سازی واکسن ابتدا

۰/۷ میلی‌لیتر از محلول رقیق کننده

را به کمک یک سرنگ باید به پودر

لیوفیلیزه واکسن اضافه کرد و به آرامی هم‌زده شود تا واکسن بطور کامل حل گردد. واکسن آماده شده شفاف بیرنگ تا زرد کم‌رنگ می‌باشد. تمامی محتوی ویال را باید با استفاده از یک سرنگ خارج کرد. پس از تعویض سوزن سرنگ تمامی واکسن (در حدود ۰/۵ میلی‌لیتر) را باید تزریق کرد.

به منظور جلوگیری از کاهش قدرت اثر، واکسن آماده شده را بلافاصله باید تزریق کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۳۰ دقیقه واکسن را باید دور ریخت برای رقیق کردن واکسن فقط از محلول همراه واکسن استفاده شود. از انجماد واکسن آماده شده باید جلوگیری کرد.

مقدار مصرف این واکسن نباید تزریق وریدی شود. برای کودکان ۱-۱۲ سال مقدار ۰/۵ میلی‌لیتری راه زیرجلدی (در سطح بیرونی عضله بازو) تزریق شود. برای افراد با سن بیش از ۱۳ سال واکسن در دو نوبت هر بار ۰/۵ میلی‌لیتر به فاصله ۴-۸ هفته از یکدیگر از راه زیرجلدی در سطح بیرونی عضله بازو تزریق شود.

اشکال دارویی

Powder for Injection in single dose vials

YELLOW FEVER VACCINE

موارد مصرف این فرآورده به منظور ایجاد ایمنی فعال بر علیه ویروس تب زرد برای مسافرنی که قصد عزیمت به مناطق آندمیک را دارند مصرف می‌شود. تکرار واکسیناسیون هر ۱۰ سال یکبار برای مسافرین دائمی ضروری است مکانیسم اثر: واکسن تب زرد حاوی ویروس‌های زنده ضعیف شده است که از کشت سویه ۱۷D ویروس در جنین جوجه‌زنده بدست می‌آید.

فارماکوکنتیک شروع مصونیت از ۷-۱۰ روز بعد از واکسیناسیون و مدت ابقای آن بیش از ۱۰ سال می‌باشد.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت نسبت به واکسن یا تخم مرغ یا پروتئین‌های جنین جوجه و هر نوع نقص سیستم ایمنی (مادرزادی یا اکتسابی از موارد منع مصرف این واکسن می‌باشند).

هشدارها: ۱- از تزریق به افراد حساس به تخم مرغ یا پروتئین جوجه خودداری شود. برای چنین افرادی آزمون داخل جلدی واکسن (و سرم نمکی بعنوان کنترل توصیه می‌شود. ۰/۰۲-۰/۰۳ میلی لیتر باید در سطح قدامی ساعد تزریق شود. آزمون مثبت با تورم قرمزی و عدم پاسخ به کنترل مشخص می‌شود. در موارد آزمون مثبت از مصرف واکسن باید خودداری شود.

۲- واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از ۶ ماه توصیه نمی‌شود، مگر اینکه مسافرت به مناطق آلوده اجتناب ناپذیر باشد. در هر صورت از واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از ۴ ماه اجتناب شود، بدلیل اینکه در این سن کودکان بعد از واکسیناسیون مبتلا به تورم مغز می‌شوند.

عوارض جانبی تب و ناخوشی (۷-۱۴ روز بعد از واکسیناسیون، سردرد و درد عضلانی جزء عوارض شایع می‌باشد.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان واکسن‌های وبا و تب زرد، پاسخ ایمنی به هر کدام از واکسن‌ها کاهش می‌یابد. بنابراین بین تزریق این دو واکسن باید حداقل ۳ هفته یا بیشتر فاصله انداخت واکسیناسیون همزمان با واکسن‌های تب زرد و هپاتیت ممکن است میزان پادتن مورد انتظار از واکسن تب زرد کاهش یابد. بنابراین بین تزریق این دو واکسن باید حداقل ۱ هفته فاصله انداخت

بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها یا پرتودرمانی ممکن است بیمار را به عفونت منتشر مستعد سازد یا موجب بروز یک پاسخ ناکافی گردد، بطوری که این افراد علیرغم واکسیناسیون مصون نخواهند شد. نکات قابل توصیه ۱- تا ۸ هفته بعد از تزریق واکسن تب زرد از انتقال خون یا پلاسما خودداری شود.

۲- به افراد واکسینه شده توصیه شود تا خود را از نیش پشه‌ها حفظ کنند.

۳- واکسن را در هنگام حمل و نقل باید در ظروف حاوی یخ خشک نگهداری نمود. واکسن را نباید مصرف کرد مگر اینکه ظرف حمل آن در هنگام تحویل حاوی یخ خشک باشد. واکسن را باید در -۳۰ تا ۵ درجه سانتیگراد نگهداری کرد. واکسن‌های استفاده نشده و ظروف مربوطه را باید به مدت یکساعت استریل کرده و سپس دور ریخت زمان نگهداری این واکسن ۱۲ ماه است

۴- برای رقیق کردن واکسن فقط باید از محلول همراه واکسن استفاده کرد. محلول رقیق کننده را باید به کمک یک سرنگ به آهستگی داخل ویال واکسن وارد کرد. ۱-۲ دقیقه آن را باید به همان حالت رها و بعد بادقت بصورت چرخشی مخلوط کرد تا سوسپانسیون به شکل یکسان درآید. بدلیل ایجاد کف باید از هم زدن شدید واکسن اجتناب کرد. بعد از آماده سازی واکسن تب زرد کمرنگ می‌شود. واکسن آماده شده را بلافاصله باید تزریق کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۶۰ دقیقه باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف تزریق ۰/۵ میلی لیتری از راه زیرجلدی برای تمام سنین توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Powder for Injection in single dose vials

BALANCED SALT

موارد مصرف این محلول با بافت چشم ایزوتونیک است و به منظور شستشو در جراحی‌های مختلف چشم گوش و بینی و گلو به کار می‌رود.

عوارض جانبی در مواردی که آندوتلیوم قرنیه غیرطبیعی است شستشو یا هر نوع ضربه دیگر ممکن است منجر به بروز بیماری غیرالتهابی و تاولی قرنیه گردد.

نکات قابل توصیه این محلول نباید

از راه تزریق یا انفوزیون وریدی به کار رود.

مقدار مصرف براساس نیاز بیمار تعیین می‌شود.

اشکال دارویی

Sterile Ophthalmic Solution: (۱۵, ۱۸, ۵۰۰ ml) (NaCl ۰/۴۹% or ۰/۶۴% + KCl ۰/۰۷۵% + MgCl₂ ۰/۰۳% + CaCl₂ ۰/۰۴۸% + Sodium Citrate ۰/۰۱۷% + Sodium Acetate ۰/۰۳۹%.

(GLYCINE (AMINOACETIC ACID

موارد مصرف محلولهای استریل ۱/۵ درصد گلیسین در آب که هیپوتونیک بوده و از نظر الکتریکی نارسا می‌باشند، ممکن است به عنوان محلولهای شستشوی مجاری ادراری تناسلی بخصوص مثانه در طول بعضی از اعمال جراحی مصرف شوند.

موارد منع مصرف محلول شستشوی گلیسین در بیماران مبتلا به بی‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- محلول شستشوی گلیسین در بیماران مبتلا به عیب کار کبد باید با احتیاط مصرف شود، زیرا جذب این دارو و متابولیسم دارو، ممکن است سبب بروز زیادی آمونیاک خون شود.

۲- در بیماران مبتلا به اختلال عملکرد کلیوی یا قلبی - ریوی به دلیل تأثیر احتمالی دارو بر تعادل مایع و الکترولیت دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی جذب سیستمیک محلول شستشوی گلیسین ممکن است منجر به بروز اختلالات در تعادل مایع الکترولیت و اختلالات قلبی - عروقی و ریوی شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف با توجه به سطح موضعی که باید شستشو داده شود و نیز نحوه جراحی تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

Sterile Solution for Irrigation: ۱.۵%.

HEMODIALYSIS CONCENTRATED

موارد مصرف این محلولها برای خارج کردن مواد اضافی و متابولیتها در بیماران مبتلا به اورمی که با کلیه مصنوعی دیالیز می‌شوند و همچنین در مسمومیتهای حاد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: محلولهای دیالیز، حاوی اوره کراتینین اسید اوریک فسفات یاسایر متابولیتهایی هستند که به طور طبیعی توسط کلیهها دفع می‌شوند از این رو، این مواد به سهولت از خون به داخل محلول دیالیز انتشار می‌یابند. که این امر باعث کاهش غلظت این مواد در

خون می‌شود. غلظت کلرورسدیم و پتاسیم اولیه در خون بیشتر از محلول دیالیز است و لذا این مواد نیز به داخل محلول دیالیز انتشار می‌یابند. حجم محلول دیالیز به مراتب بیشتر از حجم خون است و این امر به خروج کامل مواد اضافی از خون کمک می‌کند. نکات قابل توجهی ۱- قبل از مصرف محلول دیالیز، باید آن را با آب خالص رقیق نمود.

۲- احتیاطات لازم بهداشتی برای جلوگیری از آلودگی میکروبی محلول دیالیز باید صورت گیرد. مقدار مصرف بر حسب مقدار پتاسیم خون یکی از انواع محلولهای دیالیز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Solutions

محلول II محلول I محلول I

بدون دکستروز

+mEq_{۴۷۲۵} mEq_{۴۷۲۵} mEqNa_{۴۷۲۵}+mEq_{۳۵} mEq_{۳۵} mEqMg_{۲۳۵}+mEq_{۳۵} mEq_{۸۷.۵} mEqK_{۳۵}+mEq_{۸۷.۷} mEq_{۸۷.۵} mEqCa_{۲۸۷.۵}-mEq_{۳۶۵۷.۵} mEq_{۳۷۱۰} mEqCl_{۳۶۵۷}mEq_{۱۲۲۵} mEq_{۱۲۲۵} mEqAcetate_{۱۲۲۵}

۷۰g_۷۰gDextrose

.ml۱۰۰۰ ml۱۰۰۰ mlWater q.s ۱۰۰۰

PERITONEAL DIALYSIS

موارد مصرف محلولهای دیالیز،

محلولهای حاوی الکترولیت هستند که

با غلظتی مشابه با غلظت مایع خارج

سلولی یا پلاسما، تهیه می‌شوند. در این محلولها، گلوکز ممکن است به عنوان

عامل اسموتیک اضافه شود. محلولهای دیالیز در کنترل نارسایی کلیوی و مسمومیت مصرف می‌شود. با استفاده از این محلولها، امکان

برداشت انتخابی

مواد سمی الکترولیت‌های اضافی و مایعات بدن فراهم می‌شود. در دیالیز صفاقی تبادل یون‌ها بین محلولها و خون بیمار، از طریق

غشاءهای حفره صفاقی صورت می‌گیرد.

اشکال دارویی

هستند، نباید مصرف شوند.

هشدارها: ۱- جذب سیستمیک این محلول ممکن است موجب افزایش بار مایع

یا الکترولیت بدن و در نتیجه رقیق

شدن الکترولیت‌های سرم زیاد شدن
آب بدن حالات احتقانی یا خیز ریوی
شود.

۲- مصرف این محلول برای شستشوی مجاری ادراری در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا اختلال قلبی - ریوی باید با احتیاط صورت
گیرد.

۳- در صورت بروز عوارض جانبی
زیادی آب بدن یا افزایش بار الکترولیت بدن مصرف دارو باید قطع شود.
عوارض جانبی در صورت عدم رعایت روشهای دقیق و آلوده شدن محلول ممکن

Solutions

IIIIII

۵.۶۷۵.۶۷ g Sodium Chloride ۵.۶۷

۰.۲۵۷۰.۲۵-۷۰.۲۵g Calcium Chloride, ۲ H₂O

۰.۱۵۲g ۰.۱۵۲۰.۱۵۲g Magnesium Chloride, ۶H₂O

۳.۹۹۲۳.۹۹۲۳.۹۹۲g Sodium Lactate

۴۲.۵۲۵g ۱۵g Dextrose, H₂O

(ml) ۱۰۰۰ ml ۱۰۰۰ ml Water (Q.S. to ۱۰۰۰)

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف این محلول برای شستشوی حفرات بدن بافتها یا زخمها، کاتتر قرارداده شده در مسیر راه و لوله‌های درناژ در جراحی
مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف محلولهای حاوی الکترولیت در طول اعمال جراحی که مستلزم به کار بردن جریان الکتریکی
است عفونت ایجاد شود. همچنین در

صورتی که کاترها یا لوله‌های درناژ خوب کار گذاشته نشوند، ممکن است منجر به انفیلتراسیون اندامها یا حفراتی که مورد نظر
نبوده‌اند، شوند. به کار بردن حجم یا فشار بیش از حد هنگام شستن حفرات بسته ممکن است موجب اتساع یا پارگی بافتها شود.
نکات قابل توصیه از تزریق محلول شستشو دهنده باید خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف یک محلول شستشو دهنده به حجم یا سطح عضوی که باید شسته شود و نیز روش کار، بستگی دارد.
اشکال دارویی

For Irrigation: ۰.۹%

ATRACURIUM BESYLATE

موارد مصرف آتراکوریوم به‌عنوان داروی کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات و تسهیل کنترل بیمار طی تنفس
مصنوعی مکانیکی مصرف می‌شود. همچنین برای لوله‌گذاری داخل نای و جراحی‌هایی که نسبت طولانی مدت هستند و
شل شدن عضلات در آنها ضرورت دارد، به کار می‌رود. همچنین در درمان کاهش شدت انقباضات عضلانی ناشی از حملات تشنجی

مصرف شده است

مکانیسم اثر: آتراکوریوم با استیل کولین در اتصال به گیرنده‌های کولینرژیک صفحه‌محركه انتهایی رقابت و بامهار انتقال عصبی پاسخ صفحه محركه انتهایی به استیل کولین را کاهش می‌دهد و باعث فلج عضلات اسکلتی می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو ۲۰ دقیقه است زمان رسیدن به حداکثر اثر دارو ۱۰-۱۷ دقیقه است دفع دارو کلیوی و صفراوی است بعد از تزریق دارو در بیهوشی متعادل ۲۵ درصد پاسخ پرشی عضلات در ۴۵-۳۵ دقیقه و ۹۵ درصد پاسخ در ۷۰-۶۰ دقیقه به حالت عادی بازمی‌گردد. در بیهوشی متعادل ۳۰ دقیقه و در بیهوشی استنشاقی ۴۰ دقیقه بعد از شروع هوشیابی ۹۵ درصد پاسخ عضلانی به حالت عادی باز می‌گردد.

هشدارها: ۱- بامحلولهای قلیایی (مثل باربیتورات تزریقی مخلوط نشود چون غیرفعال شده و رسوب می‌نماید. همچنین بامحلول رینگر لاکتات رقیق نشود چون تخریب دارو سریعتر صورت می‌گیرد.

۲- در بیمارانی که آزادشدن هیستامین ممکن است خطرناک باشد، بیماری عصبی-عضلانی اختلالات شدید الکترولیت یا کارسینوما، مقدار مصرف دارو، به دلیل افزایش انسداد عصبی-عضلانی و مشکل در هوشیابی باید کاهش یابد. مصرف زیاد دارو ممکن است باعث آزادشدن ناگهانی هیستامین شود.

۳- تزریق سریع داخل وریدی و یا مقادیر زیاد دارو ممکن است باعث کاهش فشارخون شود.

۴- مصرف مقادیر بیش از حد دارو ممکن است منجر به ضعف مداوم تنفسی یا آپنه و کلاپس قلبی عروقی شود. برای به حداقل رساندن خطر مصرف بیش از حد، توصیه می‌شود از یک تحریک کننده اعصاب محیطی برای پیگیری پاسخ بیمار به دارو استفاده شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون قرمز شدن پوست گلودرد و لارنگواسپاسم از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند. تداخل‌های دارویی دارو با آمینو گلیکوزیدها، بی‌حس کننده‌های موضعی تزریقی کاپرئومایسین خون سیتراک کالیند اما ایسین لینکومایسین پلی میکسین‌ها، پروکائین آمید، کینیدین و اپیوئیدها تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو از راه وریدی تزریق شود چون از راه عضلانی ممکن است باعث تحریک بافت شود.

۲- دارو اثر شناخته شده‌ای روی هوشیاری یا آستانه درد ندارد بنابراین به عنوان داروی کمکی در جراحی باید مقدار کافی از داروی بیهوشی در دسترس باشد.

۳- در هیپوترمی طول و شدت اثر دارو افزایش می‌یابد.

۴- دارو نمی‌تواند مانع برادیکاردی ناشی از بیهوش کننده‌ها یا ضددردهای مخدر شود، لذا بامصرف توام آتراکوریوم برادیکاردی ممکن است بروز کند. مصرف دارو در بیمارانی قلبی مبتلا به تاکیکاردی کم خطر است

۵- مقدار مصرف دارو در صورت مصرف همزمان با بیهوش کننده‌های عمومی مثل اتر، انفلوران و ایزوفلوران باید به ۵۰-۳۳ درصد کاهش یابد یا مقدار مصرف آن باید توسط یک تحریک کننده اعصاب محیطی تعیین شود. میزان این کاهش با هالوتان کمتر است مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا به صورت وریدی 0.5 mg/kg - 0.4 یا در بیمارانی که آزادشدن هیستامین در آنها خطرناک

است 0.4 mg/kg - 0.3 تزریق آهسته و

یا در نوبتهای منقسم در یک دقیقه

مصرف می‌شود. در بیمارانی که بانفلوران یا ایزوفلوران بیهوش شده‌اند 0.35 mg/kg - 0.25 تزریق می‌شود. میزان این کاهش با هالوتان کمتر است در مورد بیمارانی که به منظور لوله گذاری داخل نای تحت بیهوشی متعادل سوکسینیل کولین دریافت کرده‌اند،

مقدار ۰/۴ mg/kg - ۰/۳ تزریق می‌شود. در صورت استفاده از بیهوش کننده قویتر مقدار کمتری دارو مورد نیاز است اثرات سوکسینیل کولین که با استفاده از یک تحریک کننده اعصاب محیطی اندازه گیری می‌شود، قبل از مصرف آتراکوریوم باید از بین رفته باشد. به عنوان مقدار مصرف مکمل به صورت وریدی ۰/۱ mg/kg - ۰/۰۸، ۴۵ - ۱۲ دقیقه بعد از مصرف اولیه بکار می‌رود. سپس هر ۲۵ - ۱۵ دقیقه بر حسب نیاز و یا انفوزیون وریدی به میزان ۰/۵ mg - ۰/۳ (پس از برطرف شدن اثر مصرف وریدی اولیه دارو) بکار می‌رود. در بیهوشی متعادل ۰/۱ mg/kg/min - ۰/۰۹ به کار می‌رود تا زمانی که میزان بلوک عصبی - عضلانی به دست آید، سپس سرعت انفوزیون بر اساس نیاز و پاسخ بیمار تنظیم

می‌شود. عموم؟ بیماران به مقدار ۰/۰۰۹ mg/kg/min - ۰/۰۰۵ پاسخ می‌دهند. در حالیکه بعضی بیماران به ۰/۰۰۲ mg/kg/min و یا ۰/۰۱۵ mg/kg/min نیاز دارند. در بیمارانی که با انفلوران یا ایزوفلوران بیهوش شده‌اند میزان انفوزیون به ۳۳٪ کاهش می‌یابد و در مواردی که از هالوتان استفاده شود این کاهش کمتر است در بای پس قلبی به دلیل هیپوترمی سرعت انفوزیون تا ۵۰ درصد کاهش می‌یابد.

کودکان در کودکان یک ماهه تا دو ساله که با هالوتان بیهوش شده باشند ابتدا ۰/۴ mg/kg - ۰/۳ و در کودکان دو ساله و بالاتر مقدار مصرف مثل بزرگسالان است دفعات مصرف مقدار نگهدارنده ممکن است بیشتر از بزرگسالان باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

BACLOFEN

موارد مصرف باکلوفن در درمان اسپاسم شدید و مزمن عضله ارادی و به منظور کاهش تعداد و شدت حملات درد عصب‌سه قلو در بیمارانی که قادر به تحمل کار با مازین نیستند یا به اثرات آن مقاوم می‌باشند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: باکلوفن احتمالاً - در سطح نخاع عمل کرده و عبور بازتاب تک سیناپسی و چند سیناپسی را مهار می‌کند و به وسیله هیپریپولاریزه کردن انتهای رشته عصبی آوران مانع از آزاد شدن واسطه‌های محرک احتمالی (اسید گلوتامیک و اسید آسپارتیک می‌گردد. این دارو بر نواحی فوق نخاعی نیز ممکن است اثر بگذارد.

فارماکوکینتیک جذب باکلوفن سریع و زیاد است سرعت و میزان جذب با افزایش مقدار مصرف ممکن است کاهش یابد. متابولیسم آن کبدی است و فقط حدود ۱۵ درصد مقدار مصرف متابولیزه می‌شود. دفع آن کلیوی است حدود ۴۰ درصد مقدار مصرف معمولاً طی ۶ ساعت و کل دارو طی ۳ روز از بدن دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در درمان بیماران مبتلا به مشکلات عروق مغزی پارکینسون فلج مغزی یا ترومای حاصل از مشکلات مغزی و زخم معده نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در طول درمان با باکلوفن خطر بروز مسمومیت CNS که منجر به توهمات اغتشاش شعور، افسردگی روانی یا سایر آشفته‌گی‌های روانی یا تسکین مفرط می‌شود، در سالمندان بیشتر است

۲ - در بیماران مبتلا به اختلالات کلیوی کبدی یا تنفسی این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی عوارضی مثل ادرار خون آلود و تیره رنگ درد قفسه سینه مسمومیت CNS، درماتیت واکنش‌های آلرژیک و غش کردن (سنگوپ با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با کلوفن با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای سبب افزایش اثر باکلوفن با داروهای ضد فشار خون منجر به افزایش اثر کاهنده فشار خون با خواب‌آورها باعث افزایش اثر سداتیو، با مهارکننده‌های ACE باعث افزایش اثر ضد

فشار خون بالیتیوم باعث افزایش اثر باکلوفن می‌گردد. با توجه به اینکه باکلوفن ممکن است سبب افزایش قند خون شود مقدار مصرف داروهای خوراکی پایین آورنده قند خون و انسولین در صورت مصرف همزمان با باکلوفن باید تنظیم گردد. نکات قابل توصیه در موقع مصرف دارو از مصرف سایر داروهای تضعیف CNS باید اجتناب شود.

مقدار مصرف در درمان اسپاسم و درد عصب سه قلو ابتدا ۵ میلی گرم سه بار در روز مصرف می‌شود. سپس هر ۳ روز یک بار ۱۵ mg/day به مقدار مصرف اضافه می‌شود (به هر نوبت مصرف دارو ۵ میلی گرم تا پاسخ مناسب به دست آید. بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان ۸۰ mg/day می‌باشد. در بعضی از بیماران ممکن است مقادیر بیشتری مورد نیاز باشد. اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg

DANTROLENE SODIUM

موارد مصرف دانترولن در درمان اسپاسم و به عنوان داروی کمکی در درمان هیپرترمی بدخیم سندرم نورولپتیک بدخیم کمبود فسفریلاز عضلات و رشد ناقص و ناهنجار عضلانی نوع Duchenne به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دانترولن در آزاد شدن یون کلسیم از رتیکولوم سارکوپلاسمیک دخالت کرده از افزایش غلظت یون کلسیم میوپلاسم جلوگیری یا آن را کاهش می‌دهد. با کاهش یون کلسیم فعالیت مسیرهای کاتابولیکی که همراه با سندرم بحران هیپرترمی بدخیم است کاهش می‌یابد. دانترولن همچنین به طور مستقیم بر روی عضلات اسکلتی عمل کرده و ارتباط بین تحریک عصبی و انقباض را، از طریق تداخل با آزاد شدن یون کلسیم از رتیکولوم سارکوپلاسمیک قطع می‌کند و انقباض عضلانی ناشی از بازتابهای چند سیناپسی و تک سیناپسی را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دانترولن کبدی است نیمه عمر تزریق وریدی ۴-۸ ساعت و از راه خوراکی ۷/۸ ساعت می‌باشد. شروع اثر آن در اسپاسم‌های ناشی از اختلال نرون‌های حرکتی یک هفته بعد یا بیشتر است دفع دارو کلیوی است موارد منع مصرف در بیماری فعال کبدی مثل هپاتیت یا سیروز به دلیل افزایش خطر بروز مسمومیت کبدی مگر در درمان بحران هیپرترمی بدخیم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت بروز هپاتیت یا آزمونهای غیرطبیعی کار کبد، مصرف دارو قطع شود، در صورت نیاز مجدد به دارو پس از بازگشت علائم به حال عادی بیمار بستری می‌شود و درمان با مقادیر کم شروع و به تدریج اضافه شود. در صورت بروز هرگونه ناهنجاری مجدد در آزمونهای کبد درمان باید قطع شود.

۲- مصرف طولانی مدت مقادیر زیاد در یک دوره زمانی خطر مسمومیت کبد را بالا می‌برد.

۳- در صورت بروز اسهال شدید مصرف دارو قطع شود. اگر پس از شروع مجدد مصرف اسهال شدید بروز کرد، ممکن است برای همیشه نیاز به قطع دارو باشد.

۴- در عیب کار قلب کبد، ریه میوپاتی بیماریهای عصبی - عضلانی که منجر به اختلال تنفسی می‌شود و زنان بالاتر از ۳۵ سال به ویژه زنانی که استروژن مصرف می‌کنند به دلیل افزایش خطر مسمومیت کبدی با احتیاط مصرف شود.

۵- در صورت بروز عوارضی مثل سرگیجه خواب آلودگی یا منگی اختلال بینایی یا ضعف عضلانی با احتیاط مصرف شود. ضمن؟ برای کاهش عوارض فوق و تحریک گوارشی باید درمان را ابتدا با مقادیر کم شروع کرد و مقدار مصرف راتا نتیجه مطلوب به تدریج افزایش داد.

۶- اگر بعد از ۴۵ روز پیشرفتی در درمان حاصل نشد، مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی اسهال شدید، ضعف تنفس سرگیجه یا منگی خواب‌آلودگی احساس بدحالی یا بیماری ضعف عضلانی تهوع و استفراغ و خستگی غیرعادی ادرار تیره یا خونی اغتشاش شعور، بی‌وست شدید، تشنج درماتیت حساسیتی دفع مشکل ادرار، مسمومیت کبدی ضعف مغزی فلیت و ترشحات در فضای جنب یا پریکاردیت از عوارض جانبی شایع دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دانترولن با داروهای مضعف CNS و سایر داروهای سمی برای کبد (در صورت مصرف طولانی مدت باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود).

نکات قابل توصیه ۱- اگر بیمار قادر به بلع کپسول نباشد، محتوی کپسول را با آب میوه یا سایر مایعات مخلوط و بلافاصله میل نماید.

۲- در تزریق وریدی محلول نباید به خارج رگ و بافت‌های اطراف نشت کند چون pH محلول شدیداً قلیایی است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در پیشگیری از بحران هیپوترمی بدخیم ۴-۸ mg/kg/day در سه یا چهار مقدار منقسم برای ۱-۲ روز قبل از جراحی مصرف می‌شود. آخرین مقدار مصرف دارو باید ۳-۴ ساعت قبل از شروع جراحی و با حداقل مقدار آب مصرف شود. برای ادامه درمان هیپوترمی پس از تزریق وریدی مقدار ۴-۸ mg/kg/day در چهار مقدار منقسم به مدت ۱-۳ روز مصرف می‌شود. به عنوان ضد اسپاسم ابتدا ۲۵ میلی‌گرم یک‌بار در روز مصرف می‌شود که هر ۴-۷ روز یک‌بار، مقدار ۲۵ میلی‌گرم به مقدار مصرف تام روزانه اضافه می‌شود تا زمانی که پاسخ مناسب درمانی به دست آید یا این که به مقدار مصرف ۱۰۰ میلی‌گرم چهار بار در روز برسد. در صورت امکان دارو در چهار مقدار منقسم در روز مصرف شود.

کودکان به عنوان ضد اسپاسم ابتدا ۰/۵ mg/kg دو بار در روز مصرف می‌شود که هر ۴-۷ روز ۰/۵ mg/kg به مقدار تام روزانه اضافه می‌شود تا زمانی که پاسخ درمانی مناسب به دست آید یا به مقدار مصرف ۳ mg/kg چهار بار در روز برسد. در صورت امکان دارو در چهار مقدار منقسم در روز مصرف شود. در کودکان مقادیر بیش از ۴۰۰ mg/day نباید مصرف شود.

تزریقی

به عنوان داروی کمکی در پیشگیری از هیپوترمی بدخیم ۲/۵ mg/kg از راه انفوزیون وریدی یک ساعت قبل از بیهوشی تجویز می‌شود. برای درمان ابتدا حداقل ۱ mg/kg به سرعت و به طور مداوم انفوزیون وریدی می‌شود که تا فروکش کردن علائم بیماری و یا رسیدن به مقدار تجمعی ۱۰ mg/kg ادامه می‌یابد. در صورت عود علائم این مقادیر را می‌توان تکرار کرد. در درمان عود هیپوترمی بدخیم مقادیر اولیه ۲/۵-۳ mg/kg نیز پیشنهاد شده است

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵ mg

For Injection: ۲۰ mg

DIAZEPAM

موارد مصرف در کوتاه مدت برای درمان اضطراب و بی‌خوابی و به عنوان داروی کمکی در درمان علائم حاد قطع مصرف داروها، حمله مداوم صرعی و تشنجات ناشی از تب و مسمومیت‌ها، گرفتگی عضلات اسکلتی مصرف قبل از جراحی به عنوان داروی پیش بیهوشی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر بر گیرنده اختصاصی درغشای سلولی عصبی اثر مهارگی گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش سیناپسی و پس سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی سریع و به‌خوبی جذب می‌شود. جذب آن از راه عضلانی به محل تزریق بستگی دارد و ممکن است آهسته و نامنظم صورت گیرد. اگر به عضله دلتوئید تزریق گردد جذب آن معمولاً سریع و کامل خواهد بود. اتصال آن به پروتئین‌های پلاسمايي تا ۹۹ درصد می‌باشد. در کبد متابولیزه شده و به متابولیت دزمتیل دیازپام و اگزازپام تبدیل می‌شود. نیمه عمر دیازپام در

پلاسما ۱-۲ روز است در حالی که نیمه عمر دزمتیل دیازپام حدود ۶۰ ساعت است متابولیت دارو از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در ضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی حالات فوییک نارسایی کبدی سایکوز مزمن دپرسیون و اضطراب همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماری تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف نابجای دارو یا افراد با اختلال شخصیتی با احتیاط مصرف شود.

۲- در افراد مسن نارسایی کبدی و کلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش داده شود.

۳- از مصرف طولانی مدت خودداری گردد.

۴- در صورت مصرف طولانی مدت برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید به تدریج قطع کرد.

۵- در موقع تزریق وریدی وسایل لازم برای برگرداندن ضعف تنفسی و تهویه مکانیکی باید در دسترس باشد.

۶- در موقع انفوزیون وریدی این دارو باید کاملاً احتیاط نمود چون کاملاً خطرناک است باید انفوزیون وریدی دیازپام درپخش مراقبت‌های ویژه انجام شود.

۷- تزریق سریع وریدی آن ممکن است منجر به بروز آپنه کاهش فشار خون برادی کاردی یا ایست قلبی شود. (تزریق هر پنج میلی گرم دارو حداقل باید یک دقیقه طول بکشد).

۸- تزریق وریدی دیازپام نباید در وریدهای کوچک (مانند مچ دست و پا) انجام شود و باید دقت نمود که داخل شریان تزریق نشده و سوزن تزریق نیز از رگ خارج نشود تا از بروز ترومبوز وریدی فلبیت تحریک موضعی ورم و بندرت صدمه عروقی جلوگیری شود.

۹- از تزریق عضلانی زمانی استفاده می‌شود که مصرف خوراکی و وریدی ممکن نیست

۱۰- در افراد کهنسال با احتیاط مصرف شود و مقادیر مصرف دارو با توجه به کارکرد کبد و کلیه تنظیم گردد.

عوارض جانبی خواب آلودگی روز بعد از مصرف گیجی و آتاکسی (به‌خصوص در افراد مسن فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری غیرعادی و در برخی موارد سردرد، سرگیجه افت فشار خون افزایش ترشحات بزاق کرامپ و درد در ناحیه شکم بشورات جلدی اختلال بینائی تغییر در میل جنسی احتباس ادرار، اختلالات خونی و یرقان از عوارض احتمالی این دارو است درد، ترومبوفلیت و ندرت؟ آپنه و افت فشار خون با تزریق این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان با داروهای تضعف CNS، ضد دردهای مخدر، بیهوش‌کننده‌های عمومی مهارکننده‌های مونوآمینوآکسیداز (MAO)، ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای پایین‌آورنده فشار خون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزیرین ممکن است اثر تضعف CNS این دارو را تشدید نماید. آنتی‌اسیدها جذب دیازپام را به تأخیر می‌اندازند، اماروی میزان جذب تأثیری ندارند. مصرف همزمان با تری‌متافان قبل از عمل جراحی باعث تشدید اثر پایین‌آورنده فشار خون شده و خطر سقوط شدید فشار خون شوک و کلاپس قلبی - عروقی را در طی جراحی افزایش می‌دهد. مصرف همزمان با کاربامازپین سبب افزایش متابولیسم و کاهش غلظت سرمی دیازپام می‌گردد. سایمتیدین متابولیسم دیازپام را مهار نموده سبب تأخیر دفع دیازپام و افزایش غلظت پلاسمايي آن می‌شود. ایزونیازید ممکن است از طریق مهار دفع دیازپام غلظت پلاسمايي آن را افزایش دهد. ریفامپین ممکن است دفع دیازپام را افزایش دهد و موجب کاهش غلظت سرمی آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- از آنجایی که این دارو ایجاد وابستگی می‌کند، بایستی بیش از مقدار توصیه شده مصرف نشود.

۲- اگر بعد از چند هفته اثر درمانی دارو کاهش یافت به پزشک مراجعه شود.

۳- دیازپام به عنوان ضد تشنج باید کامل و مرتب مصرف شود.

۴- در صورت بروز خواب‌آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت در انجام کار به خصوص در افراد مسن دارو با احتیاط

مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای درمان اضطراب

۲ میلی‌گرم سه بار در روز و در صورت نیاز تا ۳۰-۱۵ mg/day در مقادیر

منقسم مصرف می‌شود. در افراد کهنسال نصف این مقدار مصرف شود در درمان بی‌خوابی همراه با اضطراب ۵-۱۵ میلی‌گرم در موقع

خواب مصرف می‌شود. مقدار مصرف در افراد مسن نصف

مقدار تجویز شده برای افراد بالغ

است

کودکان در درمان راه رفتن در خواب و ترس بچه‌ها، ۱-۵ میلی‌گرم در موقع خواب مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان از راه تزریق وریدی در حمله مداوم صرعی ۱۰-۲۰ میلی‌گرم با سرعت ۰/۵ میلی‌لیتر (۲/۵ میلی‌گرم طی ۳۰ ثانیه تجویز

می‌شود و در صورت لزوم ۳۰-۶۰ دقیقه بعد تکرار می‌گردد. ممکن است پس از تزریق اول انفوزیون وریدی تا حداکثر ۳ mg/kg

در طول ۲۴ ساعت انجام شود. در درمان اضطراب حاد شدید، کنترل حملات پانیک حاد و درمان علائم حاد قطع مصرف دارو،

مقدار ۱۰ میلی‌گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز بعد از ۴ ساعت می‌توان آن را تکرار کرد.

کودکان مقدار ۳۰۰-۲۰۰ mcg/kg یا ۱ میلی‌گرم به ازای هر سال سن مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲mg, ۵mg

Injection: ۱۰ mg/۲ml

DICLOFENAC SODIUM

موارد مصرف دیکلوفناک سدیم در درد و التهاب ناشی از بیماری روماتیسمی شامل آرتریت جوانان و دیگر اختلالات عضلانی

اسکلتی دردهای بعد از جراحی و نیز نقرس حاد به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دیکلوفناک از مهارکننده‌های قوی آنزیم سیکلواکسیژناز است که تولید طی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی از فلج

ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی عوارض جانبی داروها ارسال شده است پروستاگلاندین

پروستاگلاندین و ترومبوکسان را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک دیکلوفناک از راه‌های خوراکی یا رکتوم به طور کامل جذب می‌گردد. حداکثر غلظت سرمی ۲ ساعت بعد از مصرف

خوراکی ایجاد می‌شود. اتصال پروتئینی دارو ۹۹ درصد بوده و متابولیت‌های دارو غیرفعال و نیمه عمر آن ۲ ساعت است دارو

عمدتاً از راه ادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در بیماران حساس به ASA یا دیگر داروهای NSAID در بیماران دچار پورفیری کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران دچار اختلالات کلیوی یا قلبی با احتیاط و با حداقل میزان ممکن به کار رود. در ضمن وضعیت عملکرد کلیه مرتباً کنترل گردد.

۲- در بیماران دچار زخم معده فعال از مصرف آن خودداری شود. همچنین بیماران با سابقه زخم بهتر است از مصرف این دارو پرهیز نموده و در صورت بروز صدمات معدی - روده‌ای مصرف آن قطع گردد.

۳- این دارو در افراد پیر و همچنین افرادی که سابقه حمله آسم و حساسیتی دارند با احتیاط مصرف شود. طی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی از فلج ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی عوارض جانبی داروها ارسال شده است

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل تهوع اسهال و نیز گاهی خونریزی یا زخم ممکن است بروز نماید. واکنش‌های آلرژیک بویژه آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی و نیز عوارضی نظیر سرگیجه سردرد، اختلالات شنوایی مانند وزوز گوش و دفع خون از ادرار ممکن است ایجاد گردد.

طی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی از فلج ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی عوارض جانبی داروها ارسال شده است

تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان با مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین (ACE)، سبب مهار اثر ضد فشار خون این داروها گردیده و احتمالاً خطر نارسایی کلیوی و هیپرکالمی را افزایش می‌دهد. مصرف داروهای ضد میکروبی از دسته کینولون‌ها همراه دیکلوفناک خطر بروز تشنج را افزایش می‌دهند. خطر سمیت کلیوی در صورت مصرف همزمان سیکلوسپورین و دیکلوفناک افزایش می‌یابد. دفع لیتیوم

و نیز احتمالاً متوترکسات به وسیله این دارو کاهش یافته سمیت آنها افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱- در سابقه زخم معده یا اختلالات شدید کبدی با احتیاط مصرف شود.

۲- در محل تزریق ممکن است درد و گاهی صدمات بافتی ایجاد گردد.

۳- مصرف شیاف ممکن است سبب تحریک موضعی گردد.

۴- شکل تزریقی این دارو در کودکان زیر ۱۳ سال نباید مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

از راه خوراکی ۷۵-۱۰۰ mg/day به صورت منقسم در ۲-۳ مقدار منقسم ترجیحاً؟ بعد از غذا مصرف می‌گردد.

تزریقی

تزریق در عمق عضلات سرین در حالات حاد و بعد از جراحی به میزان ۷۵ mg/day (یک بار و در حالات شدید دو بار در روز)

و حداکثر ۲ روز انجام می‌شود. در کولیک حالب‌ها، ۷۵ میلی گرم تزریق می‌شود که

در صورت لزوم ۳۰ دقیقه بعد تکرار می‌گردد.

شیاف

به میزان ۱۰۰ میلی گرم و معمولاً در شب استعمال می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg
Suppository: ۵۰ mg
Injection: ۷۵ mg/۳ml
Topical Gel: ۱٪

GOLD SODIUM THIOMALATE

موارد مصرف این دارو در درمان آرتريت روماتوئیدی که به سالیسیلات‌ها و ترکیبات گلوکوکورتیکوئیدها جواب نمی‌دهند به کار برده می‌شود و از پیشرفت ضایعات جلوگیری می‌کند.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر این دارو کاملاً مشخص نیست ولی احتمالاً با مهار کردن سیستم‌های حاوی گروه سولفیدریل باعث کاهش فعالیت آنزیمی و کاهش فعالیت فاگوسیتیک ماکروفاژها می‌گردد.

فارماکوکینتیک اتصال آن به پروتئین‌های پلاسما زیاد است اثر دارو حداقل بعد از ۶-۸ هفته ظاهر می‌شود. حدود ۶۰-۹۰ درصد دارو به آهستگی از طریق کلیه و ۱۰-۴۰ درصد آن از طریق مدفوع و از طریق ترشحات صفراوی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت سابقه ابتلای به آپاندیسیت مغز استخوان درماتیت فلسی آنتروکولیت نکروز دهنده مشکلات خونی و فیروز ریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- بیماران که نسبت به سایر فلزات سنگین عدم تحمل نشان می‌دهند ممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند.

۲- این دارو ممکن است باعث کاهش گویچه‌های سفید یا پلاکت‌های خون شود.

عوارض جانبی تحریک یا زخم زبان یا لته خارش پوست احساس طعم فلزی در دهان ایجاد زخم یا لکه‌های سفید در دهان یا گلو، عوارض خونی که گاهی می‌تواند کشنده باشد از عوارض جانبی شایع این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی استفاده همزمان با داروهای کاهنده فعالیت مغز استخوان و داروهای سمی برای کبد احتمال مسمومیت با این دارو را بالا می‌برد. مصرف همزمان پنی‌سیلامین با ترکیبات حاوی طلا ممکن است خطر بروز عوارض شدید خونی یا کلیوی را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان را کامل نمایند. زیرا اثر دارو گاهی اوقات دیررس می‌باشد.

۲- احتمال تشدید درد مفاصل پس از تزریق دارو وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان شروع درمان با ۱۰ میلی‌گرم در هفته اول ۲۵ میلی‌گرم هفته دوم و سپس ۲۵-۵۰ میلی‌گرم یک‌بار در هفته تزریق عضلانی می‌شود تا پاسخ مطلوب حاصل شده یا علائم مسمومیت بروز نماید. در هر صورت مقدار مصرف از ۸۰۰۰ میلی‌گرم تا ۱ گرم تجاوز نکند به عنوان مقدار مصرف نگهدارنده ۲۵-۵۰ میلی‌گرم هر دو هفته یک‌بار به مدت ۲-۲۰ هفته و سپس ۲۵-۵۰ میلی‌گرم هر سه یا چهار هفته یک‌بار تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۶ سال ابتدا ۱۰ میلی‌گرم هفته اول و سپس ۱۰ mg/kg (حداکثر تا ۵ میلی‌گرم در هر نوبت مصرف تزریق عضلانی می‌شود. فواصل مصرف در کودکان مانند بزرگسالان هست

اشکال دارویی

Injection: (۱۰ mg, ۲۰ mg, ۵۰ mg)/۰.۵ml

METHOCARBAMOLE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان درمان کمکی همراه با دیگر اقدامات مانند استراحت و فیزیوتراپی برای تخفیف اسپاسم عضلانی همراه با بیماریهای حادو دردناک عضلانی - استخوانی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: متوکاربامول به‌طور عمده بر روی سیستم عصبی مرکزی اثر کرده و به‌طور مستقیم بر روی عضلات اسکلتی اثر نمی‌کند. اثر شل‌کنندگی عضلاتی این دارو ممکن است ناشی از تضعیف CNS باشد.

فارماکوکینتیک جذب متوکاربامول از مجرای گوارشی سریع است متابولیسم این دارو احتمالاً کبدی است متوکاربامول به‌طور عمده از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در حالت اغماء نباید تجویز شود. در عیب کار کلیه یا بیماریهای آن مصرف شکل تزریقی این دارو که حاوی پایه پلی‌اتیلن گلیکول می‌باشد ممکن است باعث مسمومیت کلیه افزایش حساسیت اوره و اسیدوز شود.

هشدارها: در موارد ضعف CNS، صرع عیب کار کبد یا عیب کار کلیه با احتیاط فراوان تجویز شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان متوکاربامول با داروهای تضعیف CNS باعث تشدید اثرات دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه برای سهولت مصرف می‌توان قرص را خرد کرده و با غذا یا مایعات مخلوط کرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به‌منظور شل کردن عضلات اسکلتی ابتدا مقدار ۱/۵ گرم چهار بار در روز طی ۴۸-۷۲ ساعت اول درمان مصرف می‌شود. برای حالات شدید ممکن است در ابتدا تا ۸ g/day نیز مصرف شود. مقدار نگهدارنده این دارو ۷۵۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت یک گرم چهار بار در روز یا ۱/۵ گرم سه بار در روز می‌باشد.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان شل‌کننده عضلانی مقدار ۱-۳ g/day به مدت سه روز از راه عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود. به دنبال قطع مصرف دارو به مدت ۴۸ ساعت در صورت نیاز این مقدار می‌تواند تکرار شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱,۰۰۰ mg/۱۰ ml

Tablet: ۵۰۰ mg

PANCURONIUM BROMIDE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات و تسهیل کنترل بیمار طی تنفس مصنوعی مکانیکی مصرف می‌شود. همچنین برای لوله‌گذاری داخل نای و جراحی‌هایی که نسبتاً طولانی مدت هستند و شل شدن عضلات در آنها ضرورت دارد و کاهش شدت انقباضات عضلانی ناشی از حملات تشنجی مصرف شده است.

مکانیسم اثر: این دارو با استیل کولین در اتصال به گیرنده‌های کلینرژیک صفحه‌محركه انتهایی رقابت و با مهار انتقال عصبی پاسخ صفحه‌محركه انتهایی به استیل کولین را کاهش می‌دهد و باعث فلج عضلات اسکلتی می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی مقادیر جزئی است نیمه عمر دفع دارو ۱۱۴-۱۱۶ دقیقه است زمان رسیدن به حداکثر غلظت ۳-۴/۵ دقیقه و بسته به مقدار مصرف است دفع دارو کلیوی (۸۰ درصد) و صفاوی (۱۰ درصد) است بعد از تزریق دارو ۹۰ درصد

پاسخ پرشی عضلات در کمتر از ۶۰ دقیقه به حالت عادی باز می‌گردد.

هشدارها: ۱- به دلیل اثر واگولیتیک خطر برادی کاردی یا کاهش فشار خون ناشی از داروهای مخدر کاهش می‌یابد اما در بعضی بیماران خطر بروز تائیکاردی یا افزایش فشار خون بیشتر می‌شود. تائیکاردی با این دارو شایع‌تر از سایر داروهای مسدود عصبی - عضلانی است

۲- در عیب کار کبد و کلیه ممکنست اثر دارو طولانی‌تر شود.

۳- مصرف مقادیر بیش از حد آن ممکنست منجر به ضعف مداوم تنفسی یا آپنه و کلاپسی قلبی شود. برای به حداقل رساندن خطر مصرف بیش از حد، توصیه می‌شود از یک تحریک کننده اعصاب محیطی برای پیگیری پاسخ بیمار به دارو استفاده شود. عوارض جانبی افزایش فشار خون تاکی کاردی خارش پوست افزایش ترشح بزاق و راش پوستی از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی دارو با آمینو گلیکوزیدها، بی‌حس کننده‌های موضعی تزریقی کاپرئومایسین خون‌سیترا ته کلیندامایسین لینکومایسین پلی میکسین‌ها، گلیکوزیدهای دی‌تتالی پروکائین آمید و کینیدین تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱- در هیپوترمی طول و شدت اثر دارو افزایش و در هیپوترمی کاهش می‌یابد.

۲- دارو اثر شناخته شده‌ای روی هوشیاری یا آستانه درد ندارد لذا به عنوان داروی کمکی در جراحی باید مقدار کافی از داروی بیهوشی به کار رود.

۳- دارو به میزان کمتری از سایر داروهای مسدود عصبی - عضلانی باعث آزاد شدن هیستامین می‌شود.

۴- مقدار مصرف دارو در صورت مصرف همزمان با بیهوش کننده‌های عمومی مثل اتر، انفلوران و ایزوفلوران باید به ۳۳-۵۰ درصد کاهش یابد یا مقدار مصرف آن توسط یک تحریک کننده اعصاب محیطی تعیین شود. میزان این کاهش با هالوتان کمتر است مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۰/۱-۰/۰۴ mg/kg به صورت وریدی تجویز می‌شود. سپس مقدار ۰/۰۱ mg/kg هر ۲۰-۶۰ دقیقه به مقدار مصرف اولیه اضافه می‌شود. در صورت نیاز باید مقدار مصرف تنظیم شود. بعد از بیهوشی با ایزوفلوران یا انفلوران یا بیمارانی که به منظور لوله گذاری داخل نای سوکسینیل کولین دریافت کرده‌اند، ۰/۰۴ mg/kg ابتدا به صورت وریدی تجویز می‌شود و سپس براساس پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. به منظور لوله گذاری داخل نای مقدار ۰/۱-۰/۰۶ mg/kg، تزریق وریدی می‌شود. بعد از مصرف دارو برای لوله گذاری داخل نای شرایط مناسب برای لوله گذاری طی ۲-۳ دقیقه به دست می‌آید.

کودکان مقدار مصرف را می‌توان براساس پاسخ بیمار به مقدار مصرف تست به میزان ۰/۰۲ mg/kg تعیین نمود. در کودکان با سن یکماه و بیشتر مقدار مصرف مثل بزرگسالان است

اشکال دارویی

Injection: ۴ mg/۲ ml

SUCCINYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف سوکسینیل کولین به عنوان کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات و تسهیل کنترل بیمار طی تنفس مصنوعی از طریق مکانیکی مصرف می‌شود. همراه با مسدود کننده‌های عصبی غیر دپولاریزان با اثر نسبتاً کوتاه برای لوله گذاری داخل نای مصرف می‌شود. انفوزیون مداوم آن در جراحی‌های کوتاه مدت که شل شدن عضلات ضرورت دارد، استفاده می‌شود. در کاهش شدت انقباضات عضلانی ناشی از حملات تشنجی (الکتریکی یا فارماکولوژیکی یا واکنش‌های سمی به دیگر داروها) نیز به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: سوکسینیل کولین داروی مسدودکننده عصبی عضلانی دپولاریزان است که با استیل کولین در اتصال به گیرنده‌های کلینژیک صفحه محرکه انتهایی رقابت و با اتصال به گیرنده‌ها باعث دپولاریزاسیون می‌شود. اثر دپولاریزان به دلیل تمایل شدید آن به گیرنده کلینژیک و مقاومت به اثرات کولین استراز، طولانی‌تر از استیل کولین است این اثر ابتدا باعث انقباض گذرای عضلات می‌شود که معمولاً فاسیکوله شدن عضلات بروز می‌کند و بعد از آن انتقال عصبی عضلانی مهار می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو پلاسمایی است شروع اثر با تزریق وریدی ۰/۵-۱ دقیقه و با تزریق عضلانی طی ۳ دقیقه می‌باشد. زمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲ دقیقه بعد از تزریق وریدی می‌باشد. دفع دارو کلیوی است هسدارها: ۱- با محلولهای قلیایی (مثل تیوپنتال سدیم مخلوط نشود چون رسوب می‌نماید. ۲- تکرار مصرف دارو ممکن است باعث بروز مقاومت شود.

۳- مصرف دارو ممکن است باعث افزایش غلظت سرمی پتاسیم شود که منجر به ایست قلبی یا آریتمی در بیماران دچار سوختگی یا ضربه شدید و اختلالات نورولوژیک می‌شود که تا هفته‌ها و ماه‌ها بعد از ضربه این اثر باقی می‌ماند. برادی کاردی و آریتمی قلبی با این دارو از سایر مسدودهای عصبی - عضلانی شایعتر است

۴- در سوختگی شدید، سمیت با دیژیتال یا مصرف اخیر آن عیب کار قلب بیماری دژنراتیو یا دیستروپی عصبی - عضلانی فلج نیمه تحتانی بدن هیپرکالمی صدمات نخاعی ضربه شدید، کم‌خونی شدید، دهیدراتاسیون مصرف حشره‌کش‌های سمی برای عصب یا دیگر مهارکننده‌های کولین استراز، بیماری شدید کبد یا سیروز، سوء تغذیه صفات نهفته ارثی ضایعات چشمی گلوکوم جراحی چشم شکستگی یا اسپاسم عضله و هیپرترمی بدخیم با احتیاط مصرف شود.

۵- میزان و شدت بروز برادی کاردی و کاهش فشار خون ناشی از دارو همراه باضد دردهای مخدر بالا می‌رود. آزاد شدن هیستامین نیز که با بسیاری از ضد دردهای مخدر ایجاد می‌شود، افزایش می‌یابد.

۶- مصرف مکرر یا طولانی مدت دارو ممکن است انسداد عصبی - عضلانی شبیه به انسداد حاصل از داروهای مسدودکننده عصبی - عضلانی غیر دپولاریزان ایجاد کند که این حالت منجر به بروز ضعف مداوم تنفسی یا آپنه خواهد شد. برای به حداقل رساندن خطر مصرف بیش از حد توصیه می‌شود از یک تحریک‌کننده اعصاب محیطی برای پیگیری پاسخ بیمار به دارو استفاده شود.

عوارض جانبی برادی کاردی آریتمی قلبی گلوکوم تاکیکاردی سفتی و درد عضلات بعد از جراحی هیپرترمی بدخیم و افزایش ترشح بزاق از عوارض نسبت؟ شایع و مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با آمینو گلیکوزیدها، بی‌حس‌کننده‌های موضعی تزریقی کاپرئومایسین خون‌سیرانه کلیندامایسین لینکومایسین پلی میکسین‌ها، مهارکننده‌های کولین استراز، حشره‌کش‌هایی که سمیت عصبی دارند، گلیکوزیدهای دیژیتالی پروکائین آمید، کینیدین و فیزوستیگمین باعث تشدید و یا طولانی شدن اثرات و عوارض سوکسینیل کولین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- کودکان به خصوص به اثرات میوگلوبینمی میوگلوبینوری و قلبی دارو حساسترند. مصرف مقادیر کم تبوکورارین قبل از سوکسینیل کولین شیوع میوگلوبینمی را کاهش می‌دهد. همچنین با تکرار مصرف در صورت بروز عوارض قلبی ذکر شده ناشی از تحریک‌واگ با تیوپنتال سدیم و آتروپین مهار می‌شود. بعد از این اثرات تاکی کاردی و افزایش فشار خون ممکن است دیده شود.

۲- تقویت اثر بیهوش‌کننده‌های استنشاقی هیدروکربنه توسط سوکسینیل کولین کمتر از مسدودکننده‌های عصبی عضلانی غیر دپولاریزان است

۳- طول و شدت اثر دارو در هیپرترمی و هیپوترمی افزایش می‌یابد.

۴- مقدار تست ۱۰ میلی گرم برای تعیین حساسیت بیمار و زمان بازیابی به کار می‌رود. در بیمارانی که میزان فعالیت

آنزیم پسودو کولین استراز در آنها کم است به دلیل حساسیت غیر معمول به اثرات سوکسینیل کولین ممکن است به کاهش مقدار مصرف دارو نیاز باشد در این مورد مقدار تست ۵-۱۰ میلی گرم می باشد.

۵- برای کاهش فاسیکوله شدن عضلات مقدار کمی از داروی غیر دپولاریزان ممکنست قبل از مصرف سوکسینیل کولین به کار رود.
۶- دارو اثر شناخته شده‌ای روی هوشیاری یا آستانه درد ندارد لذا در جراحی باید مقدار کافی از داروی بیهوشی به کار رود.
مقدار مصرف

بزرگسالان در جراحی کوتاه مدت ابتدا مقدار ۱/۱-۰/۶ mg/kg به صورت وریدی تزریق می شود. در صورت نیاز به تکرار مصرف دارو، مقدار آن باید با توجه به پاسخ بیمار به مقدار مصرف اولیه تعیین شود. به صورت عضلانی ۳-۴ mg/kg تزریق می شود و میزان تام مقدار مصرف از ۱۵۰ میلی گرم بیشتر شود. در جراحی طولانی مدت ابتدا مقدار ۱/۱-۰/۶ mg/kg به صورت وریدی تزریق می شود. مقدار مصرف بعدی برای هر فرد جداگانه و با توجه به نیاز به میزان تداوم شل شدن عضلات تعیین می شود. تجویز مقادیر مصرف به صورت منقسم به دلیل امکان بروز مقاومت و آپنه مداوم توصیه نمی شود. در اعمال جراحی طولانی به کار بردن انفوزیون مداوم بهتر است

انفوزیون وریدی به صورت محلول ۰/۱-۰/۲ درصد در دکستروز ۵ درصد یا سدیم کلراید تزریقی و سایر رقیق کننده‌های مناسب و به میزان

۱۰-۰/۵ mg/min بر اساس پاسخ بیمار و شل شدن عضله به مدت یک ساعت تجویز می شود. در مصرف دارو به صورت انفوزیون پیگیری دقیق کار عصبی عضلانی با استفاده از تحریک کننده اعصاب محیطی برای جلوگیری از مصرف مقادیر زیاد و تعیین میزان انسداد داروی غیر دپولاریزان توصیه می شود.

در درمان با الکتروشوک مقدار ۱۰-۳۰ میلی گرم تقریباً یک دقیقه قبل از شوک تزریق وریدی یا حداکثر ۲/۵ mg/kg (مقدار مصرف تام از ۱۵۰ میلی گرم نباید بیشتر شود) تزریق عضلانی می شود.

کودکان برای لوله گذاری داخل نای حداکثر تا ۲/۵ mg/kg (مقدار مصرف تام از ۱۵۰ میلی گرم نباید بیشتر شود) تزریق عضلانی و یا ۲-۱ mg/kg تزریق وریدی می شود. در صورت نیاز به تکرار مصرف دارو، مقدار مصرف باید با توجه به پاسخ بیمار به مقدار مصرف اولیه تعیین شود. به نظر می رسد که انفوزیون مداوم وریدی دارو در کودکان و نوزادان باعث هیپوترمی بدخیم شود.
اشکال دارویی

For Injection: ۱۰۰ mg, ۵۰۰ mg, ۱۰۰۰ mg

ACETYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف استیل کولین برای ایجاد تنگی کامل و سریع مردمک چشم در مواردی مثل جراحی آب مروارید، پیوند قرنیه برداشتن عنبیه و سایر اعمال جراحی بخش قدامی چشم مصرف می شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر روی گیرنده‌های موسکارینی در عضلات صاف چشم موجب تنگی مردمک چشم و انقباض عضله مژگانی می شود.

فارماکوکینتیک چند ثانیه پس از مصرف اثر دارو ظاهر می شود و به مدت ۱۰-۲۰ دقیقه باقی می ماند.

موارد منع مصرف در مواردی که تنگی مردمک چشم نامطلوب باشد (مثل بعضی از اشکال گلوکوم و بیماری حاد التهابی اتاقک قدامی چشم نباید مصرف شود).

هشدارها: ۱- در مواردی مثل نارسایی حاد قلب آسم نایژه‌ای قرحه گوارشی پرکاری تیروئید، اسپاسم مجرای گوارشی انسداد مجاری

ادرار و بیماری پارکینسون باید با احتیاط مصرف شود.

۲- اگر محلول دارو با فشار به داخل چشم پاشیده شود، ممکن است موجب پارگی کاهش حجم زجاجیه و یا سوراخ شدن عنیه گردد.

عوارض جانبی عارضه جانبی قابل توجهی ندارد ولی با مصرف مقادیر زیاد، ممکن است آتروفی عنیه بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱- محلول این دارو ناپایدار بوده و باید بلافاصله پس از تهیه مصرف شود.

۲- این دارو ممکن است موجب سردرد، درد بالای حلقه چشم تغییر در دید دور و کاهش دید شبانه گردد.

۳- شستشوی داخل چشم با این دارو باید به آرامی صورت گیرد.

مقدار مصرف نیم تا ۲ میلی لیتر از محلول قبل یا پس از بستن یک یا چند بخیه به درون اتاقک قدامی ریخته می شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Solution: ۱٪

(ACICLOVIR (Ophthalmic

موارد مصرف پماد چشمی آسیکلوویر در درمان التهاب قرنیه ناشی از ویروس تبخال (HSV) مصرف می شود.

مکانیسم اثر: آسیکلوویر از طریق مهار ساخت DNA ویروس عمل می کند.

فارماکوکینتیک آسیکلوویر به سرعت از طریق بافت پوششی قرنیه و بافت سطحی چشم جذب می شود. غلظت این دارو در مایع زلالیه

به حد لازم برای اثر ضد ویروسی می رسد. پس از مصرف آسیکلوویر در چشم مقدار آن در خون قابل اندازه گیری نیست ولی ممکن

است در مقادیر بسیار ناچیز در ادرار یافت شود.

عوارض جانبی آسیب سطحی قرنیه همراه با نقطه دار شدن آن عارضه‌ای است که پس از قطع مصرف دارو بهبود می یابد.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان را باید کامل کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان به میزان ۱ سانتی متر از پماد را ۵ بار در روز (تقریباً هر ۴ ساعت یکبار) در فضای ملتحمه

پلک پایین قرار می دهند. درمان را باید برای حداقل ۳ روز پس از بهبود کامل علائم ادامه داد.

اشکال دارویی

Ointment: ۳٪

ARTIFICIAL TEAR

موارد مصرف این فرآورده در مواردی مانند کمبود اشک اختلال در ترشح طبیعی موکوس خشکی چشم در بیماری‌هایی نظیر التهاب

خشک قرنیه و ملتحمه مصرف می شود.

مکانیسم اثر: اشک مصنوعی ثابت و ضخامت لایه اشکی جلوی قرنیه را زیاد و زمان از بین رفتن این لایه را طولانی می کند. همچنین

این فرآورده موجب مرطوب ماندن قرنیه و چشم می گردد.

هشدارها: در صورت بروز حساسیت به این فرآورده مصرف آن باید قطع گردد.

عوارض جانبی به ندرت تحریک چشم تاری دید یا چسبندگی پلک‌ها با مصرف این فرآورده ممکن است دیده شود.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف بیش از

۳ روز، تنها با تجویز پزشک توصیه می شود.

۲- در صورت استفاده از لنز تماسی هنگام مصرف فرآورده باید مراقب بود تا لنز از چشم خارج نشود. مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان یک قطره از محلول ۳ یا ۴ بار در روز در چشم چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۵٪

(ATROPINE SULFATE (Ophthalmic

موارد مصرف آتروپین به عنوان فلج کننده جسم مژگانی برای اندازه گیری عیب‌های انکساری در کودکان به کار می‌رود. این دارو همچنین جهت درمان التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه و برای ایجاد گشادی مردمک چشم تجویز می‌شود تا چسبندگی جسم مژگانی به کپسول عدسی را برطرف کرده یا از بروز مشکلات ناشی از این بیماری جلوگیری گردد.

مکانیسم اثر: آتروپین یک داروی موسکارینی است که از پاسخ عضلات اسفنکتر به عنبیه و عضلات تطابقی جسم مژگانی به تحریک استیل کولین جلوگیری و باعث گشاد شدن مردمک چشم و فلج تطابق چشم (فلج جسم مژگانی می‌شود. فارماکوکینتیک مدت اثر این دارو طولانی است و ممکن است تا ۱۴ روز بعد از مصرف دارو باقی بماند.

هشدارها: ۱- بیماران سالخورده نسبت به آتروپین حساسیت بیشتری دارند و احتمال بروز واکنش‌های سیستمیک در آنها بیشتر است ۲- در بیماران مبتلا به گلوکوم اولیه یا بیماران که زمینه پیدایش گلوکوم با زاویه بسته در آنها وجود دارد، با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی افزایش حساسیت چشم به نور و تحریک چشم از عوارض این دارو است. تداخل‌های دارویی آتروپین ممکن است با اثر ضد گلوکوم پیلوکارپین تداخل کند.

این دارو هم می‌تواند اثر گشاد کننده مردمک آتروپین را خنثی کند. در صورت مصرف همزمان آتروپین با مهار کننده‌های کولین استراز چشمی ممکن است اثر ضد گلوکوم و تنگ کننده مردمک چشم این داروها خنثی شود.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو ممکن

است تاری دید یا حساسیت به نور ایجاد کند.

۲- برای جلوگیری از جذب سیستمیک در موقع مصرف قطره آتروپین و تا ۱-۲ دقیقه بعد از آن انگشت خود را روی مجرای اشکی (گوشه داخلی چشم فشار دهید.

مقدار مصرف

بزرگسالان در التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه ۰/۳-۰/۵ سانتی متر از پماد یک درصد یا یک قطره از محلول یک درصد ۱-۳ بار در روز بر روی ملتحمه مصرف می‌شود.

در درمان چسبندگی جسم مژگانی به کپسول عدسی در فواصل زمانی ۵ دقیقه‌ای هر بار یک یا دو قطره از محلول یک درصد آتروپین و یک قطره از محلول فنیل‌افرین به تناوب در چشم چکانده می‌شود. به عنوان گشاد کننده مردمک قبل از عمل جراحی چشم یک قطره از محلول یک درصد آتروپین و یک قطره از محلول فنیل‌افرین در چشم چکانده می‌شود و بعد از عمل جراحی یک یا دو قطره ۱-۳ بار در روز در چشم چکانده می‌شود.

کودکان به عنوان فلج کننده جسم مژگانی به منظور تعیین انکسار نور در چشم ۰/۳ سانتی متر از پماد ۳ بار در روز برای ۱-۳ روز قبل از معاینه چشم مصرف می‌شود. در درمان التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه یا به عنوان گشاد کننده مردمک بعد از جراحی ۰/۳-۰/۵ سانتی متر از پماد یک درصد ۱-۳ بار در روز بر روی ملتحمه مالیده می‌شود.

در کودکان پنج سال و بزرگتر، برای تعیین عیب انکسار در چشم یک قطره از محلول نیم یا یک درصد سه بار در روز به مدت ۱-۳ روز در چشم چکانده می‌شود. در التهاب مجموعه عنیه جسم مژگانی و مشیمیه یک قطره از محلول نیم یا یک درصد ۱-۳ بار در روز مصرف می‌شود. به‌عنوان گشادکننده مردمک چشم بعد از عمل جراحی یک قطره از محلول نیم درصد ۱-۳ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۵٪, ۱٪

Ointment: ۱٪

BACITRACIN

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از میکروارگانسیم‌های حساس مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: باستیراسین از طریق تداخل در ساخت دیواره سلولی بر علیه اغلب باکتری‌های گرم مثبت (از جمله استافیلوکوک و استرپتوکوک و کلستریدیا مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب موضعی (مخاطی این دارو ناچیز است

عوارض جانبی مواردی از بروز واکنش‌های حساسیت مفرط و حتی آنافیلاکسی مشاهده شده‌اند.

نکات قابل توصیه مصرف این دارو برای پیشگیری از بروز التهاب عفونی ملتحمه در نوزادان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف یک یا چند بار در روز در چشم استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Ointment: ۵۰۰ U/g

(BETAMETHASONE (Ophthalmic

موارد مصرف بتامتازون در درمان حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند، به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها با اثر مستقیم بر روی غشاء، آگزودای سلولی و فیبرینی و آنفیلتراسیون بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت تشکیل کلاژن و بافت‌همبند، تأخیر در تولید مجدد سلول‌های اپی‌تلیال کاهش تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگر اثرات این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حاد قرنیه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمی یا گوش‌ی و بیماری‌ویروسی در مرحله عفونی حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در کسانی که مبتلا به آب‌مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یا سابقه آن التهاب گوش میانی و سایر عفونت‌های قرنیه و ملتحمه چشم یا گوش هستند، باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی در اطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها و بزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش و آبریزش از عوارض جانبی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- اگر پس از

۵-۷ روز بهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یا گوش بدتر شد، به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت استفاده دارو در گوش می‌توان آن را به‌طور مستقیم در گوش ریخت و یا توسط گاز آغشته با دارو و یافتیله پنبه‌ای در سوراخ گوش گذاشت این فیتیله را هر ۱۲-۲۴ ساعت یک‌بار، باید تعویض نمود.

مقدار مصرف ابتدا ۱ تا ۲ قطره هر ۱ تا ۲ ساعت به داخل چشم و ۲ یا ۳ قطره هر ۲ تا ۳ ساعت به داخل مجرای گوش چکانده می‌شود و به تدریج در صورت تخفیف التهاب مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد. نیم تا یک سانتی‌متر از پماد، ۳ - ۲ بار در روز یا هنگام خواب داخل پلک قرار داده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic / Otic Ointment: ۰.۱٪

Ophthalmic / Otic Drops: ۰.۱٪

BETAXOLOL

موارد مصرف بتاکسولول به‌منظور کاهش فشار داخل چشم در مبتلایان به گلوکوم مزمن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن گیرنده‌های بتا آدرنرژیک موجب کاهش فشار داخل چشم می‌گردد.

موارد منع مصرف در مواردی چون برادی کاردی ایست قلبی نارسایی قلبی آسم و سابقه بیماری انسدادی راههای تنفسی نباید مصرف شود.

هشدارها: در مبتلایان به دیابت و میاستنی گراو با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خشکی چشم و التهاب ملتحمه آلرژیک از عوارض جانبی هستند.

تداخل‌های دارویی به‌دلیل احتمال جذب سیستمیک این دارو، تداخل‌های دارویی مربوط به داروهای مسدود کننده بتا آدرنرژیک در مورد بتاکسولول نیز صدق می‌کنند.

نکات قابل توصیه به‌منظور جلوگیری از جذب سیستمیک و بیش از حد دارو، باید به‌هنگام مصرف بتاکسولول و ۱-۲ دقیقه پس از مصرف آن گوشه داخلی چشم بانگشت فشار داده شود.

مقدار مصرف یک قطره از محلول دارو ۲ بار در روز در چشم چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops (as HCl): ۰.۵٪

(CHLORAMPHENICOL (Ophthalmic

موارد مصرف کلرآمفنیکل در درمان عفونت‌های ملتحمه یا قرنيه ناشی از باکتری‌های حساس به دارو مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرآمفنیکل یک آنتی‌بیوتیک متوقف کننده رشد باکتری با طیف اثر وسیع است و از طریق مهار ساخت پروتئین‌ها اثر می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه مخاط چشم به میزان کمی جذب می‌شود.

عوارض جانبی احساس سوزش یا گزش در چشم پس از مصرف دارو گزارش شده است

مقدار مصرف یک قطره هر ۱-۴ ساعت در چشم چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۲٪

(CIPROFLOXACIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های سطحی چشم به‌ویژه در زخم‌های قرنیه مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: سیپروفلوکساسین از مشتقات ۴-فلوروکینولون‌ها است که از طریق مهار دوباره سازی DNA اثر می‌کند. هشدارها: مصرف این دارو در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی احساس سوزش یا خارش پس از مصرف دارو و نیز قی کردن چشم گزارش شده است مقدار مصرف در درمان عفونت‌های چشم ابتدا هر ۲ ساعت یک قطره در چشم چکانده می‌شود و پس از کاهش شدت عفونت دفعات مصرف دارو نیز کاهش داده می‌شود. مصرف دارو را تا ۴۸ ساعت بعد از بهبودی باید ادامه داد.

در درمان زخم‌های قرنیه در روز اول هر ۱۵ دقیقه به مدت ۶ ساعت دو قطره در چشم چکانده می‌شود و سپس در طی طول روز هر ۳۰ دقیقه دارو مصرف می‌شود. در روز دوم هر ساعت ۲ قطره و در روزهای سوم و چهارم هر ۴ ساعت ۲ قطره مصرف می‌گردد. در صورت نیاز به ادامه درمان در روزهای بعد، فواصل مصرف دارو باید توسط پزشک تعیین شود حداکثر مدت زمان مصرف این دارو

۲۱ روز است

اشکال دارویی

Drops: ۰.۳٪

CYCLOPENTOLATE HCl

موارد مصرف سیکلپنتولات برای تعیین عیوب انکساری و در روشهای تشخیصی مانند افتالموسکوپی برای گشاد کردن مردمک چشم در روشهای تشخیصی و یاقبل و بعد از اعمال جراحی و درمان یوئوتیت استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: سیکلپنتولات بخاطر اثر آنتی کولینرژیکی پاسخ عضله اسفنکتر عنبیه و عضله تطابقی جسم مژگانی را به تحریکات استیل کولین بلوک می‌کند و باعث گشاد شدن مردمک چشم و فلج تطابق می‌شود.

فارماکوکینتیک شروع اثر دارو سریع می‌باشد. زمان رسیدن به حداکثر اثر سیکلپنتولاز ۲۵-۷۵ دقیقه و گشادی مردمک ۳۰-۶۰ دقیقه است طول اثر آن در بازگشت تطابق ۶-۲۴ ساعت می‌باشد ولی برطرف شدن گشادی مردمک در برخی افراد تا چند روز به طول می‌انجامد.

موارد منع مصرف این دارو در کودکان مبتلا به آسیب مغزی و فلج اسپاستیک افراد مبتلا به سندرم داون یا منگولیسم یا گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- عنبیه تیره رنگ به اثر گشاد کننده مردمک چشم این دارو مقاوم تر می‌باشد. در افزایش مقدار مصرف دارو در این افراد باید احتیاط کرد.

۲- در بیماران با افزایش فشار داخل چشم باید با احتیاط مصرف شود.

۳- افزایش حساسیت به سیکلپنتولات و داروهای مشابه در نوزادان و کودکان کودکان با موهای روشن و چشمان آبی و نیز در افراد مسن گزارش شده است

عوارض جانبی التهاب پلک و ملتحمه پر خونی التهاب قرنیه چسبندگی جسم مژگانی به عنبیه تاری دید، سوزش و افزایش حساسیت چشم به نور از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی سیکلپنتولات ممکن است اثرات ضد گلوکوم و تنگ کننده مردمک داروهای ضد گلوکوم از گروه داروهای کولینرژیک طولانی‌اثر مانند اکوتیوفات را خنثی کند. همچنین ممکن است با اثر ضد گلوکوم پیلوکارپین تداخل داشته باشد. این دارو نیز اثر گشاد کنندگی مردمک توسط سیکلپنتولات را خنثی می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- افزایش فشار داخلی بینی و دستگاه اشکی خصوصاً در کودکان باید کنترل شود.

۲- اگر تاری دید یا افزایش حساسیت به نور بیش از ۳۶ ساعت پس از قطع دارو ادامه یافت به پزشک مراجعه کنید. مقدار مصرف یک قطره در ملتحمه چشم چکانده می‌شود که در صورت نیاز ۵-۱۰ دقیقه بعد تکرار می‌شود. در شیرخواران کم وزن و نارس دارو تنها یک بار تجویز می‌شود. در درمان اوتیت یک قطره ۳-۴ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ٪۱

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون در درمان حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها اثر مستقیم بر روی غشاء دارند. کورتیکواستروئیدها، آگروادای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر در تولید مجدد سلولهای اپی‌تلیال کاهش تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگر اثرات این دارو می‌باشد. فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنبیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای قارچی چشم و گوش التهاب حاد قرینه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمی یا گوش‌ی و بیماری ویروسی در مرحله عفونی حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در کسانی که مبتلا به آب مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یا سابقه آن التهاب گوش میانی (به خصوص در کودکان ، و سایر عفونت‌های قرنیه و ملتحمه چشم یا گوش هستند، این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی در اطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها و بزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش و آبریزش از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- اگر پس از ۵-۷ روز بهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یا گوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود.

۲- در صورت استفاده دارو در گوش می‌توان آن را به‌طور مستقیم در گوش ریخت و یا توسط گاز آغشته با دارو و یافتیله پنبه‌ای در سوراخ گوش گذاشت این فیتیله را هر ۱۲-۲۴ ساعت یک بار باید تعویض نمود.

مقدار مصرف یک قطره هر ۳-۴ بار در روز در ملتحمه چکانده می‌شود. در بیماریهای شدید، درمان با ۱-۲ قطره هر یک ساعت شروع شده و به تدریج در صورت تخفیف التهاب مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Drops ۰.۱٪

DORZOLAMIDE HCl

موارد مصرف دورزولامید به تنهایی یا به همراه داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنرژیک برای کاهش فشار داخل چشم گلوکوم با زاویه

باز، گلوکوم پسادواکسفولیاتیو، در بیمارانی که مصرف داروهای مسدود کننده گیرنده بتا آدرنژیک در آنها ممنوع است یا به آنها فوق پاسخ نمی دهند، به کار می رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم انیدراز کربنیک در چشم و کاهش تولید بی کربنات در مایع اشکی و نیز آب ترشح شده به همراه آن فشار داخل چشم را کاهش می دهد.

موارد مصرف این دارو در نارسایی شدید کلیوی یا اسیدوز هیپرکلرمیک نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در نارسایی کبدی با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی احساس مزه تلخ سوزش و خارش چشم تاری دید، اشک ریزش التهاب پلک و بافت ملتحمه سردرد، تهوع ضعف ندرت؟ بثورات جلدی و التهاب عنبیه و عضلات مژگانی از عوارض جانبی این دارو هستند.

مقدار مصرف روزی ۳ بار هر بار یک قطره در چشم چکانده شود. در صورت استفاده همزمان از داروهای مسدود کننده بتا آدرنژیک روزی ۲ بار از این دارو استفاده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۲٪

ECHOTHIOPHATE IODIDE

موارد مصرف اکوتیوفات در درمان گلوکوم با زاویه باز، انسداد مجرای خروجی مایع زلالیه به دنبال برداشتن عنبیه لوجی تطابقی همگرا، بعضی از انواع گلوکوم ثانویه که با التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه همراه نباشد، به خصوص در گلوکوم بعد از جراحی آب مروارید مصرف می شود.

مکانیسم اثر: اکوتیوفات یک مهار کننده قوی و طولانی اثر آنزیم کولین استراز می باشد. با مهار این آنزیم که روزها تا هفته‌ها طول می کشد، باعث ایجاد میوز و فلج تطابقی چشم می شود.

فارماکوکینتیک پس از مصرف موضعی در چشم طی ۱۰-۳۰ دقیقه مردمک چشم تنگ می شود. این اثر به مدت چندین روز تا ۴ هفته ادامه می یابد. کاهش فشار داخل چشم پس از گذشت ۴-۸ ساعت از مصرف دارو قابل تشخیص است و طی ۲۴ ساعت به اوج خود می رسد. این اثر به مدت چندین روز تا ۴ هفته ادامه می یابد.

موارد منع مصرف التهاب عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه گلوکوم با زاویه بسته قبل از برداشتن عنبیه یا در بیماران مبتلا به گلوکوم با زاویه باریک گلوکوم همراه با التهاب عنبیه و جسم مژگانی نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

تحریک پذیری زیاد عصب واگ آسم نایژه‌ای اختلالات اسپاسمی گوارشی قرحه گوارشی کمی فشار خون برادی کاردی سابقه انفارکتوس میوکارد، صرع پارکینسون و سایر اختلالاتی که ممکن است به اثرات ناشی از افزایش تحریک پذیری عصب واگ پاسخ نامطلوبی دهند.

عوارض جانبی سردرد، خستگی عضلانی افزایش فعالیت (در کودکان مبتلا به سندرم داون، گر گرفتگی برادی کاردی اشک ریزش سوزش چشم تاری دید، حساسیت به نور، اسپاسم تطابقی تکان‌های عضله پلک قرمزی و ضخیم شدن ملتحمه اسهال کرامپ‌های شکمی افزایش ترشح بزاق تهوع استفراغ و تکرر ادرار از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان با دارو فونویم نئوستیگمین پیریدوستیگمین و سایر داروهائی که فعالیت سیستم کولینرژیک را افزایش می دهند، موجب تشدید اثرات فارماکولوژیک این دارو می شود. مصرف این دارو به همراه سوکسینیل کولین موجب بروز آپنه

طولانی مدت و کلاپس قلبی - عروقی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - به دلیل ایجاد تاری دید، هنگام مصرف این دارو از رانندگی در شب و انجام کارها در نور کم خودداری شود.

۲ - در صورت استفاده از دیگر قطره‌های چشمی باید حداقل ۵ دقیقه بین مصرف دودارو فاصله باشد.

۳ - بعد از چکاندن قطره چشمی پلک‌ها را بر روی هم نباید فشار داد و حتی الامکان باید از پلک‌زدن زیاد نیز خودداری کرد.

مقدار مصرف این دارو در درمان گلوکوم ۲ بار در روز استفاده می‌شود. در بعضی بیماران مصرف یک بار در روز یا حتی یک‌روز در میان کفایت می‌کند. در تشخیص لوچی تطابقی همگرا یک قطره از محلول ۰/۱۲۵ درصد دارو هنگام خواب در هر دو چشم چکانده می‌شود و این عمل به مدت ۲ یا ۳ هفته ادامه می‌یابد. اگر لوچی از نوع تطابقی باشد طی چند ساعت پاسخ مطلوب شروع می‌شود. برای درمان این بیماری مقدار مورد استفاده برای تشخیص را به یک روز در میان یک‌بار از محلول ۰/۱۲۵ درصد یا روزی یک‌بار از محلول ۰/۰۶ درصد کاهش می‌دهند. با پیشرفت درمان مقدار مصرف را می‌توان کاهش داد. حداکثر مقدار مصرف توصیه شده مصرف روزی یک‌بار از محلول ۰/۱۲۵ درصد است

اشکال دارویی

Drops: ۰.۰۶٪, ۰.۱۲۵٪, ۰.۲۵٪.

(EPINEPHRINE (Ophthalmic

موارد مصرف اپی‌نفرین در درمان گلوکوم با زاویه باز، به تنهایی یا همراه با سایر داروهای ضد گلوکوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اپی‌نفرین یک آمین مقلد سمپاتیک با عمل مستقیم می‌باشد که احتمالاً باعث کاهش تولید مایع زلالیه و تسهیل خروج این مایع از چشم می‌شود.

فارماکوکینتیک شروع اثر دارو حدود ۱-۲ ساعت است که بعد از ۴-۸ ساعت به حداکثر اثر خود می‌رسد و این اثر تا حدود ۲۴ ساعت ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف گلوکوم با زاویه باریک نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در افراد مبتلا به بیماری قلبی - عروقی بزرگی غده پروستات پرکاری تیروئید، سالخوردگان و کودکان زیر ۶ سال باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید یا کاهش بینایی و در مواردی درد چشم از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت جذب سیستمیک مصرف همزمان قطره چشمی اپی‌نفرین با هالوتان به دلیل اینکه میوکاردرها نسبت به اثر کاتکول آمین‌ها حساس می‌کند، باعث بروز آریتمی قلبی شدید می‌شود. این موضوع در مورد استفاده همزمان این دارو با گلیکوزیدهای قلبی نیز صادق است در صورت مصرف همزمان اپی‌نفرین با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای احتمال بروز آریتمی تاکی کاردی و افزایش فشار خون وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - در صورت استفاده از لنز قبل از ریختن قطره در چشم بهتر است لنز برداشته شود.

۲ - به منظور کاهش دادن جذب سیستمیک اپی‌نفرین بهتر است بعد از ریختن قطره به مدت ۱-۲ دقیقه گوشه داخلی چشم با انگشت دست فشار داده شود.

۳ - در صورت استفاده همزمان از قطره دیگر، بهتر است ۲-۱۰ دقیقه قبل از قطره اپی‌نفرین استفاده شود.

مقدار مصرف برای درمان گلوکوم ۱-۲ قطره دو بار در روز در چشم چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Drops : ۱٪

(ERYTHROMYCIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری یا درمان التهاب عفونی چشم نوزادان تازه تولد یافته ناشی از کلامیدیا تراکوماتیس یا نیسریا گونوره و نیز در درمان عفونت‌های سطحی چشم ناشی از میکروارگانیزم‌های حساس مصرف می‌شود. فارماکوکینتیک این دارو ممکن است از طریق مخاط چشم جذب شود. هشدارها: پس از مصرف پماد چشمی احتمال بروز تاری دید وجود دارد. مقدار مصرف یک نوار نازک از پماد (حدود ۱ - ۰/۵ سانتی‌متر) یک بار در روز یا بیشتر بر روی ملتحمه قرار می‌شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۰.۵٪

(GENTAMICIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در عفونت‌های سطحی چشم ناشی از میکروارگانیزم‌های حساس به دارو (مانند التهاب عفونی پلکها، ملتحمه قرنیه و مجرای اشکی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک جنتامایسین ممکن است از طریق مخاط چشم جذب سیستمیک شود.

عوارض جانبی احتمال بروز واکنش‌های حساسیتی مانند خارش قرمزی تورم یا سایر علائم تحریک در موضع مصرف وجود دارد.

نکات قابل توصیه از آنجا که مصرف

پماد چشمی ممکن است موجب تاری

دید، شود بهتر است از پماد در شب و

به عنوان داروی کمکی برای قطره چشمی استفاده شود.

مقدار مصرف حدود یک سانتی‌متر از پماد چشمی هر ۱۲ - ۶ ساعت بر روی ملتحمه گذاشته می‌شود. در مورد قطره جنتامایسین یک

قطره از دارو هر ۸ - ۴ ساعت در چشم چکانده می‌شود. در ابتدای درمان فواصل زمانی بین نوبت‌های مصرف دارو بهتر است کم باشد

و با بهبود نسبی عفونت فواصل زمانی افزایش داده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۳mg / g

Drops: ۳mg / ml

HOMATROPINE HBr

موارد مصرف هماتروپین برای اندازه‌گیری میزان خطای انکساری درمان التهاب عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه و نیز گشاد کردن مردمک چشم قبل یا بعد از عمل جراحی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن گیرنده‌های موسکارینی در عضله اسفنکتر عنبیه و عضله تطابق‌دهنده جسم مژگانی مانع از انقباض آنها توسط استیل کولین می‌شود و در نتیجه موجب گشاد شدن مردمک و فلج تطابق می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو به سهولت از ملتحمه چشم جذب و سریع؟ در بدن توزیع می‌شود. اثر این دارو در چشم ممکن است تا ۲۴

ساعت باقی بماند.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به گلوکوم مزمن با زاویه باریک یا زاویه باز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- طول اثر این دارو ممکن است طولانی شود.

۲- این دارو با گشاد کردن مردمک چشم ممکن است زمینه بروز گلوکوم با زاویه بسته به خصوص در افراد مسن را تسریع کند.

۳- این دارو در بیماری‌هایی که فشار داخل چشم آنها بالاست باید با احتیاط تجویز شود.

۴- افراد دارای چشم قهوه‌ای یا میشی به اثر گشاد کننده مردمک این دارو مقاومند. باید احتیاط نمود که در این افراد دارو بیش از حد تجویز نشود.

عوارض جانبی برافروختگی و خشکی پوست همراه با دانه‌های جلدی در کودکان درماتیت تماسی و ورم ملتحمه آلرژیک از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی هماتروپین ممکن است اثرات ضد گلوگوم و اثرات تنگ کننده مردمک داروهای آنتی کولین استراز چشمی یا پیلوکارپین را خنثی نماید. تجویز همزمان این دارو با داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای داروهای ضد پارکینسون کینیدین فنتیازین‌ها، پیریدین آمانتادین دیسوپیرامید و برخی آنتی هیستامین‌ها موجب تشدید عوارض ناشی از بلوک سیستم عصبی کولینرژیک می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- تا ۲ ساعت پس از گشاد شدن مردمک چشم توسط این دارو باید از رانندگی خودداری کرد.

۲- در صورت بروز تاری دید و افزایش حساسیت چشم‌ها بیش از ۳ روز، باید مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه نمود.

مقدار مصرف یک قطره در چشم چکانده می‌شود. در صورت لزوم می‌توان در فواصل ۵ دقیقه‌ای تا چند بار تجویز دارو را تکرار نمود.

اشکال دارویی

Drops: ۲٪

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هیدروکورتیزون در درمان حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها بر روی غشاء اثر مستقیم دارند. کورتیکواستروئیدها آگزودای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر در تولید مجدد سلولهای اپی تلیال کاهش تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش نفوذ پذیری مویرگ‌های متورم از دیگر اثرات این دارو است فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حاد قرینه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمی یا گوش‌ی و در مرحله عفونی حاد بیماری ویروسی نباید مصرف شود.

هشدارها: در کسانی که مبتلا به آب مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یا سابقه آن التهاب گوش میانی (به خصوص در کودکان، و سایر عفونت‌های قرنیه و ملتحمه چشم یا گوش هستند، مصرف این دارو باید با احتیاط انجام گیرد.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی در اطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها و بزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش و آبریزش چشم از عوارض جانبی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه اگر پس از ۵-۷ روز بهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یا گوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود. مقدار مصرف ابتدا یک لایه نازک ۳ یا ۴ بار در روز بر روی ملتحمه قرار داده می‌شود و سپس به تدریج در صورت تخفیف التهاب تعداد دفعات مصرف کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Ophthalmic Ointment: ۱٪

IDOXURIDINE

موارد مصرف آیدوکسوریدین در درمان کراتیت ناشی از ویروس هرپس سیمپلکس تبخال به صورت موضعی در چشم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به دلیل شباهت با تیمیدین به جای تیمیدین وارد DNA می‌شود و موجب نقصان DNA ویروس می‌گردد. این دارو در DNA سلولهای پستانداران نیز وارد می‌شود.

فارماکوکینتیک نفوذ این دارو در قرنیه خیلی کم است و از این رو در درمان عفونت بافتهای عمقی چشم (از جمله عنیبه بی‌تأثیر است عوارض جانبی بروز واکنشهای حساسیت مفرط (شامل خارش قرمزی تورم درد یا سایر علائم تحریک موضعی، افزایش حساسیت چشم به نور، تنگی یا انسداد مجرای خروج اشک و به ندرت تیرگی قرنیه با مصرف این دارو در چشم گزارش شده است) تداخل‌های دارویی به دلیل تداخل شیمیایی مصرف همزمان اسید بوریک با آیدوکسوریدین توصیه نمی‌شود. نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان با این دارو باید کامل شود.

۲- از مصرف این دارو بیش از مدت یادفغات تجویز شده باید خودداری کرد.

مقدار مصرف در طول روز هر ساعت یک قطره و طی شب هر ۲ ساعت یک قطره در چشم چکانده می‌شود یا اینکه در فواصل ۴ ساعت هر دقیقه یک قطره برای ۵ دقیقه در طول روز یا شب در چشم چکانده می‌شود. درمان باید تا بهبودی کامل ادامه یابد.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۱٪

NAPHAZOLINE

موارد مصرف نفازولین برای تسکین موقت احتقان خارش و تحریکات خفیف بینی و چشم ناشی از آلرژی به عوامل محیطی عدسیهای تماسی یا مطالعه و رانندگی زیاد استفاده می‌شود. این دارو برای تخفیف علائم رینیت و سینوزیت نیز به کار می‌رود. مکانیسم اثر: نفازولین یک مقلد سمپاتیک است که با تحریک مستقیم گیرنده‌های آلفای موجود در شریانچه‌ها، موجب تنگ شدن این عروق و رفع احتقان چشم یابینی می‌گردد.

فارماکوکینتیک اثر دارو بعد از حدود ۱۰ دقیقه شروع می‌شود و حدود ۲-۶ ساعت ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه باریک نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- استفاده از این دارو در کودکان و نوزادان به دلیل امکان بروز ضعف سیستم عصبی مرکزی و در نتیجه اغما و کاهش شدید دمای بدن توصیه نمی‌شود.

۲- مصرف مکرر قطره بینی این دارو به مدت چند روز، ممکن است باعث احتقان و آبریزش واجهشی بینی شود.

عوارض جانبی سوزش موقت چشم خشکی مخاط بینی واکنشهای افزایش حساسیت فشار داخل چشم قرمزی چشم سردرد،

تهوع خستگی تعریق و افزایش فشار خون از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم دارو با مهارکننده‌های آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) و ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای احتمال بالارفتن فشار خون را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- درمان با این دارو رانباید بیش از ۳-۴ روز ادامه داد، مگر اینکه پزشک دستور داده باشد.

۲- مصرف این دارو در کودکان و نوزادان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره از محلول چشمی دارو هر ۳-۴ ساعت و با توجه به نیاز بیمار، بر روی ملتحمه چکانده می‌شود. دو قطره از محلول ۰/۰۵ درصد آن حداکثر هر ۳ ساعت یکبار، در هر سوراخ بینی چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Drops : ۰.۱٪

Nasal Drops : ۰.۰۵٪

NAPHAZOLINE ANTAZOLINE

موارد مصرف این فرآورده به منظور تخفیف تحریک یا احتقان چشم یا درمان علائم آلرژیک التهاب یا عفونت چشم به کار می‌رود. مکانیسم اثر: نفازولین با تحریک مستقیم گیرنده‌های آلفای موجود در شریانچه‌ها، موجب تنگ شدن این عروق و رفع احتقان در چشم می‌گردد. آنتازولین یک مسدودکننده گیرنده H₁ هیستامین است که پاسخ عضلات صاف را نسبت به اثر هیستامین مهار می‌کند.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه باریک نباید مصرف شود.

هشدارها: در کودکان و نوزادان با مصرف این دارو ممکن است ضعف سیستم عصبی مرکزی که به اغماء و کاهش قابل توجه دمای بدن منجر می‌شود، بروز کند.

عوارض جانبی در صورت جذب سیستمیک دارو احتمال بروز افزایش فشار داخلی چشم به دلیل گشادشدن مردمک چشم بروز احتمال زیادی فشارخون آریتمی قلبی و زیادی قند خون ناشی از نفازولین و امکان ایجاد خواب‌آلودگی وجود دارد.

تداخل‌های دارویی همزمان مصرف این دارو با مهارکننده‌های آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) یا داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای احتمال بالارفتن فشار خون را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱- پس از هر بار مصرف در ظرف را خوب بسته و در جایی دور از نور نگهدار کنید.

۲- مصرف این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۱-۲ قطره بر روی ملتحمه چکانده می‌شود که بر حسب نیاز هر ۳-۴ ساعت تکرار می‌گردد.

اشکال دارویی

Drops: Naphazoline HCl ۰.۰۵٪ + Antazoline Phosphate ۰.۵٪

PHENYLEPHRINE

موارد مصرف قطره فنیل‌افرین به عنوان گشادکننده مردمک چشم و ضداحتقان چشمی و بینی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو مستقیم؟ گیرنده‌های آلفا - آدرنرژیک در عضله گشادکننده مردمک را تحریک می‌کند و این عضله را منقبض می‌کند. همچنین گیرنده‌های آلفا - آدرنرژیک در عروق ملتحمه و بینی را تحریک می‌کند و موجب تنگی عروق می‌شود.

فارماکوکینتیک با مصرف قطره چشمی حدود ۱۰-۹۰ دقیقه بعد، اوج اثر دارو در گشاد کردن مردمک چشم ظاهر می‌شود. طول اثر دارو ۳-۷ ساعت در چشم و در بینی ۳۰ دقیقه تا ۴ ساعت می‌باشد.

هشدارها: ۱- در افرادی که مستعد ابتلای به گلوکوم با زاویه بسته هستند (معمولاً سنین بالای ۶۰ سال فنیل‌افرین باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- مصرف مقادیر زیاد فنیل‌افرین در کودکان سالخورده‌گان و افراد مبتلا به بیماری قلبی می‌تواند باعث افزایش فشارخون گردد.

۳- مصرف مکرر دارو، به‌ویژه در سالخورده‌گان ممکن است موجب تنگی‌واجهشی مردمک و کاهش اثر گشادکننده مردمک این دارو شود.

عوارض جانبی این دارو در صورت جذب سیستمیک می‌تواند موجب افزایش فشارخون سرگیجه و افزایش غیرعادی تعریق و سایر علائم تحریک سمپاتیک گردد.

تداخل‌های دارویی در صورت جذب سیستمیک پس از مصرف توأم فنیل‌افرین همراه با داروهای ضدافسردگی مهارکننده آنزیم مونوآمینوآکسیداز، (MAO) ممکن است فشار خون افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱- برای جلوگیری از جذب سیستمیک دارو، به هنگام مصرف فنیل‌افرین و ۱-۲ دقیقه پس از مصرف آن با انگشت روی گوشه داخلی چشم فشار داده شود.

۲- به دلیل گشاد کردن مردمک ممکن است حساسیت به نور افزایش یابد. در صورت تداوم این اثر بیش از ۱۲ ساعت به پزشک مراجعه شود.

۳- به بیمار توصیه شود که تا ۱-۲ ساعت پس از مصرف قطره چشمی از رانندگی اجتناب نماید.

مقدار مصرف به‌عنوان تنگ‌کننده عروق چشم و گشادکننده مردمک چشم یک قطره از محلول دارو بر روی ملتحمه چکانده می‌شود. در صورت نیاز می‌توان این مقدار را طی یک ساعت تکرار کرد. برای گشاد کردن طولانی مدت مردمک چشم یک قطره از محلول دارویی ۲-۳ بار در روز بر روی ملتحمه چکانده می‌شود.

به‌عنوان ضداحتقان بینی یک یا دو قطره بینی در هر سوراخ بینی چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Drops: ۵٪

Nasal Drop: ۰.۲۵٪, ۰.۵٪

PHENYLEPHRINEZINC

موارد مصرف این دارو برای رفع احتقان چشم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فنیل‌افرین گیرنده‌های آلفا ۱ در نرژیک در عروق ملتحمه را تحریک می‌کند و موجب تنگی عروق می‌شود. سولفات روی با اثر قابض خود، ریزش اشک را کاهش می‌دهد و باعث افزایش طول اثر فنیل‌افرین می‌گردد.

هشدارها: ۱- این دارو در افرادی که مستعد ابتلا به گلوکوم با زاویه بسته (معمولاً سنین بالای ۶۰ سال یا مبتلا به این نوع گلوکوم هستند، باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- در صورت تداوم یا بدتر شدن تحریک مصرف دارو قطع گردد.

عوارض جانبی افزایش گرفتگی یا آبریزش بینی به‌ویژه پس از مصرف مکرر دارو ممکن است دیده شود. در صورت جذب سیستمیک فنیل‌افرین عوارضی مانند سردرد یا سرگیجه رعشه اشکال در به خواب رفتن افزایش غیرعادی تعریق یا ضربان نامنظم

و سریع قلب گزارش شده است

نکات قابل توصیه برای کاهش جذب سیستمیک دارو، بعد از مصرف گوشه داخلی چشم را باید به مدت چند دقیقه به آرامی فشار داد.

مقدار مصرف یک یا دو قطره سه بار در روز بر روی ملتحمه چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops: Phentlephrine HCl ۰.۱۲% + Zinc Sulfate ۰.۲۵%

PILOCARPINE

موارد مصرف پیلوکارپین در درمان گلوکوم و القاء تنگ شدن مردمک چشم پس از جراحی یا افتالموسکوپ به کار می‌رود. مکانیسم اثر: پیلوکارپین به طور مستقیم گیرنده‌های کولینرژیک را تحریک می‌کند. پیلوکارپین سبب انقباض عضله اسفنکتر عنبیه و در نتیجه کوچک شدن مردمک چشم می‌شود. انقباض عضله مژگانی سبب افزایش تطابق و کاهش فشار داخل کره چشم می‌شود. فارماکوکینتیک زمان شروع اثر تنگ‌کنندگی مردمک ۱۰-۳۰ دقیقه پس از مصرف وزمان رسیدن به حداکثر اثر (کاهش فشار داخل چشم ۷۵ دقیقه می‌باشد. طول مدت اثر دارو ۴-۸ ساعت در مورد تنگ شدن مردمک و ۴-۱۴ ساعت در مورد کاهش فشار داخل چشم می‌باشد.

موارد منع مصرف این فرآورده در آسم نایژه‌ای التهاب عنبیه یا دیگر شرایطی که انقباض مردمک چشم در آنها نامطلوب است و جداسازی لایه‌های داخلی شبکیه از لایه رنگدانه نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت تاری دید یا تغییر در دید دور یا نزدیک به پزشک مراجعه کنید.

عوارض جانبی درد چشم تاری یا تغییر در دید، کاهش دید در شب تحریک چشم و سردرد از عوارض جانبی مهم دارویی باشد. تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان با فرآورده‌های آنتی‌کولینرژیک چشمی مثل سیکلوپنتولات ممکن است با اثر ضد گلوکوم پیلوکارپین یا اثر گشاد شدن مردمک توسط این فرآورده‌ها تداخل ایجاد شود. مقدار مصرف مقدار مصرف یک قطره ۳-۶ بار در روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Drops: ۱%, ۲%, ۴%

POLYMYXIN-NH

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های ناشی از میکروارگانیزم‌های حساس در مجرای خارجی گوش و التهاب عفونی مزمن گوش و پس از عمل جراحی ماستوئیدکتومی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده ترکیبی از پلی‌میکسین B، نئومایسین و هیدروکورتیزون می‌باشد.

فارماکوکینتیک نئومایسین در صورت پارگی پرده گوش یا آسیب دیدگی بافت ممکن است جذب شود. احتمال جذب پلی‌میکسین B و هیدروکورتیزون نیز وجود دارد.

هشدارها: ۱- در صورت وجود التهاب پرده گوش یا وجود هرگونه عفونت قارچی یا ویروسی گوش این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲- مصرف این دارو برای مدتی بیش از ۱۰ روز توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی خارش قرمزی یا ورم که ممکن است علائم واکنش‌های حساسیت‌مفرط به دارو باشند، از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه برای راحتی

بیمار می‌تواند یک تکه گاز استریل

در مجرای گوش قرار داد و هنگام

مصرف دارو، آن را با محلول دارو

مرطوب ساخت

مقدار مصرف

بزرگسالان چهار قطره هر ۶-۸ ساعت در مجرای گوش چکانده شود.

کودکان سه قطره هر ۶-۸ ساعت در مجرای گوش چکانده شود.

اشکال دارویی

Otic Drops: (Polymyxin B Sulfate

+ U + Neomycin Sulfate ۵ mg ۱۰,۰۰۰

Hydrocortisone ۱۰ mg/ml

PREDNISOLONE ACETATE

موارد مصرف پردنیزولون در درمان حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها بر روی غشاء اثر مستقیم دارند. کورتیکواستروئیدها آگزودای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر در تولید مجدد سلولهای اپی‌تلیال کاهش تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگر اثرات این دارو می‌باشد. فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکه جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حاد قرنیه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمی یا گوش‌ی و بیماری ویروسی در مرحله عفونی حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: در کسانی که مبتلا به آب مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یا سابقه آن التهاب گوش میانی (به خصوص در کودکان، و سایر عفونت‌های قرنیه و ملتحمه چشم یا گوش هستند، مصرف این دارو باید با احتیاط انجام گیرد.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی در اطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها و بزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش و آبریزش از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه اگر پس از ۵-۷ روز بهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یا گوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف ۱-۲ قطره ۲-۴ بار در روز در ملتحمه چکانده شود. در بیماریهای شدید، درمان با ۱-۲ قطره هر یک ساعت شروع شده و به تدریج در صورت تخفیف التهاب مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Drops: ۱٪

SULFACETAMIDE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب عفونی ملتحمه و سایر عفونت‌های سطحی چشم ناشی از ارگانیزم‌های حساس تراخم و سایر عفونت‌های کلامیدیایی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفاستامید یک آنتی بیوتیک با طیف اثر گسترده و متوقف کننده رشد میکروارگانیزم‌های حساس است و از طریق مهار بیوسنتز فولات عمل می‌نماید.

فارماکوکینتیک مقدار کمی از دارو پس از مصرف موضعی در چشم ممکن است به داخل قرنیه جذب شود.

عوارض جانبی بروز واکنش‌های حساسیت مفراط شامل خارش قرمزی تورم درد یا سایر علائم تحریک موضعی با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سولفاستامید با فرآورده‌های چشمی حاوی نقره (از جمله محلول نیترات نقره به دلیل ناسازگاری دو دارو، توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه پس از چکاندن قطره در چشم ممکن است سوزش احساس شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره از دارو هر ۱-۳ ساعت در طول روز و در فواصل بیشتر در طول شب در ملتحمه چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ۱۰٪, ۲۰٪

(TETRACYCLINE HCl (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در درمان عفونت‌های سطحی چشم ناشی از گونه‌های مختلف باکتری‌ها، تراخم (ناشی از کلامیدیا تراکوماتیس و پیشگیری از بروز التهاب عفونی ملتحمه در نوزادان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تتراسایکلین یک آنتی بیوتیک وسیع‌الطیف است که از طریق مهار ساخت پروتئین رشد باکتری‌های حساس را مهار می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱- تاری دید بعد از مصرف این دارو در چشم طبیعی است

۲- دوره درمان تراخم با این دارو ممکن است چند ماه طول بکشد. در صورت شدید بودن عفونت ممکن است مصرف همزمان تتراسیکلین خوراکی ضروری باشد.

مقدار مصرف در درمان تراخم ۲ بار در روز به مدت ۵ روز در هر ماه و به مدت ۶ ماه در هر دو چشم مصرف می‌شود. در درمان سایر عفونت‌های چشمی هر ۲-۴ ساعت حدود یک سانتی متر از پماد در چشم مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۱٪

TIMOLOL

موارد مصرف تیمولول در درمان گلوکوم ساده مزمن و افزایش فشار داخلی چشم به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: تیمولول گیرنده‌های بتا آدرنرژیک را بلوک می‌کند و تولید مایع رادر چشم کاهش می‌دهد. این دارو ممکن است

موجب افزایش جریان خروج مایع از چشم شود.

فارماکوکینتیک زمان شروع اثر دارو ۳۰ دقیقه و زمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲ ساعت پس از مصرف می‌باشد. طول مدت اثر ۲۴ ساعت است

موارد منع مصرف در آسم نایژه‌ای بیماری انسدادی مزمن ریوی بیماری قلبی شوک کاردیوژنیک بلوک قلبی و برادیکاردی سینوسی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در التهاب برونشها، آمفیزم بیماریهای ریوی و دیابت باید با احتیاط تجویز شود.

۲- در صورت بروز حساسیت به نور از عینک آفتابی استفاده و از قرار گرفتن در معرض نور خودداری شود.

عوارض جانبی قرمزی چشمها یا پلک‌ها، التهاب پلک‌ها، التهاب ملتحمه چشم کراتیت افتادگی پلک کاهش حساسیت قرنیه دویینی و اختلالات بینائی از عوارض جانبی مهم دارو می‌باشد.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره دوبار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

۰.۵٪: Drops (As Maleate)

TRIFLURIDINE

موارد مصرف تری‌فلوریدین در درمان التهاب بافت پوششی ملتحمه از نوع اولیه و نیز التهاب عودکننده بافت پوششی قرنیه و ملتحمه ناشی از ویروس تبخال به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با نفوذ به ساختمان DNA ویروس و مهار کردن آنزیم‌های تیمیدیلالات سنتتاز و DNA پلیمراز موجب مهار ساخت DNA ویروس می‌گردد.

فارماکوکینتیک به دنبال مصرف موضعی در بافت قرنیه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه ملتهب نفوذ می‌کند و نیمه عمر آن حدود ۱۲-۱۸ دقیقه می‌باشد.

هشدارها: ۱- دوره درمان نباید بیش از ۲۱ روز بوده و یا ۳-۵ روز بعد از بهبودی کامل ادامه یابد.

۲- در صورت مصرف همزمان کورتیکواستروئیدها با این دارو، مصرف تری‌فلوریدین باید چند روز پس از قطع مصرف استروئید ادامه یابد.

۳- در صورت قطع مصرف قبل از بهبودی کامل احتمال عود التهاب قرنیه وجود دارد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی در چشم و التهاب پلک‌ها از عوارض دارو هستند.

مقدار مصرف پنج بار در روز هر بار یک قطره در چشم چکانده می‌شود. تا ۳ روز پس از بهبودی نیز تجویز دارو را باید ادامه داد.

اشکال دارویی

Drops: ۱٪

TROPICAMIDE

موارد مصرف تروپیکامید به منظور گشاد کردن مردمک چشم و فلج عضله جسم مژگانی در روشهای تشخیصی چشم پزشکی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: تروپیکامید یک داروی آنتی کولینرژیک است که با مهار گیرنده‌های موسکارینی در عضلات شعاعی عنبیه و عضله

جسم مژگانی به ترتیب باعث گشاد شدن مردمک چشم و ایجاد فلج عضله جسم مژگانی می‌گردد.

فارماکوکینتیک حداکثر اثر دارو

در گشاد کردن مردمک چشم بعد از ۲۰-۴۰ دقیقه و حداکثر فلج عضله جسم مژگانی بعد از ۲۰-۳۵ دقیقه مشاهده می‌شود. گشادی مردمک چشم به مدت ۶-۷ ساعت و فلج عضله جسم مژگانی به مدت ۱-۶ ساعت ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه بسته و در کودکان مبتلا به صدمات مغزی یا فلج اسپاسمی و سندرم داون نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورتی که بیمار مستعد ابتلا به گلوکوم با زاویه بسته باشد، این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های روانی اختلالات رفتاری در کودکان خواب‌آلودگی و سردرد از عوارض جانبی این دارو می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱- این دارو باعث تاری دید و افزایش حساسیت چشم به نور می‌گردد. در صورت تداوم این عوارض به مدت بیش از ۲۴ ساعت پس از قطع مصرف دارو به پزشک مراجعه شود.

۲- به دلیل ایجاد تاری دید از انجام فعالیت‌های بالقوه خطرناک نظیر رانندگی خودداری شود.

۳- احتمال بروز سوزش موقت چشم وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان فلج کننده تطابق برای اندازه گیری خطاهای انکساری یک قطره از محلول یک درصد بر روی ملتحمه چکانده می‌شود که هر ۵ دقیقه یک بار تکرار می‌گردد. برای معاینه انتهای چشم یک قطره از محلول ۰/۵ درصد، ۱۵-۲۰ دقیقه پیش از معاینه بر روی ملتحمه چکانده می‌شود.

کودکان به عنوان فلج کننده تطابق برای اندازه گیری خطاهای انکساری در کودکان یک قطره از محلول ۰/۵ درصد بر روی ملتحمه چکانده می‌شود که هر ۵ دقیقه تکرار می‌گردد.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۵٪، ۱٪

ADULT COLD

موارد مصرف این دارو برای تخفیف علائم سرماخوردگی و آنفلونزا، سینوزیت تبیونجه و یا عوارض آلرژیک قسمت فوقانی دستگاه تنفسی مانند احتقان بینی عطسه آبریزش از بینی تب و سردرد بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو حاوی استامینوفن فیل‌افرین و کلرفنیرآمین می‌باشد و اثرات ضد درد، منقبض کننده عروق و آنتی‌هیستامین دارد.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش به خوبی جذب می‌شود. طول اثر آن حدود ۳-۴ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در کودکان کمتر از ۶ سال نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱- به دلیل وجود استامینوفن در این دارو در موارد عیب شدید کار کبد با احتیاط مصرف گردد.

۲- در زیادی فشارخون و یا استعداد ابتلای به احتباس ادرار با احتیاط

استفاده گردد.

عوارض جانبی اسهال کاهش اشتها، تهوع یا استفراغ درد یا کرامپ معده و افزایش غیرعادی تعریق از عوارض مصرف بیش از حد استامینوفن است احتمال غلیظ شدن ترشحات ریوی به دلیل عوارض آنتی‌کلینرژیک وجود دارد.

تداخل‌های دارویی احتمال سمیت دارو در مصرف همزمان با سایر داروهای سمی برای کبد و القاء کننده آنزیمی افزایش می‌یابد.

مصرف همزمان و طولانی با سایر داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی احتمال بروز نکروز کلیوی را افزایش می‌دهد. این دارو همچنین با داروهای تضعیف CNS، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای داروهای ضد موسکارینی و پایین آورنده‌های فشارخون تداخل دارد.

- نکات قابل توصیه ۱ - با مصرف زیاد ممکن است عصبانیت سرگیجه یا بیخوابی بروز کند.
 ۲ - اگر علائم بیماری طی یک هفته بهبود نیافت و یا با تب بالا همراه شد، مصرف دارو باید قطع و به پزشک مراجعه شود.
 ۳ - برای کاهش عوارض گوارشی باغذا مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان هر ۶-۴ ساعت یک تا دو قرص مصرف می‌شود ولی کل مقدار از ۱۲ قرص در هر شبانه‌روز بیشتر نشود.
 کودکان در کودکان ۶-۱۲ سال هر ۶-۴ ساعت یک قرص مصرف شود و کل مقدار مصرف در شبانه‌روز از ۶ قرص تجاوز نکند.
 اشکال دارویی

+ Tablet: Acetaminophen ۳۲۵ mg

+ Phenylephrine HCl ۵ mg

Chlorpheniramine ۲ mg

AMINOPHYLLINE

موارد مصرف آمینوفیلین برای درمان انسداد برگشت‌پذیر راه‌های تنفسی و آسم حاد و به‌عنوان محرک تنفسی در آبنه‌نوزادان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آمینوفیلین در بدن تتوفیلین آزاد می‌کند. جذب آن بعد از تزریق عضلانی آهسته می‌باشد و ممکن است در محل تزریق رسوب نماید. متابولیسم دارو کبدی است و از طریق کلیه‌ها از بدن دفع می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود خیز حاد ریوی ناتوانی احتقانی قلب تب پایدار، بیماریهای کبدی پرکاری غده تیروئید، سپسیس و اختلالات صرعی باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی تاکیکاردی طپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد، فراموشی آریتمی و تشنجات بویژه در موارد تزریق سریع داخل وریدی ممکن است مشاهده شود. بعلاوه اتیلین دی‌آمین موجود در آمینوفیلین ممکن است باعث کپیر، تب یونجه بشورات جلدی یا التهاب پوست شود.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان سایمتیدین سیپروفلوکساسین اریتروماکسین پروپرانولول و تیابندازول با تتوفیلین احتمالاً باعث افزایش غلظت آن می‌شود. تجویز همزمان فنی توئین و ریفاکسیمین با تتوفیلین و کشیدن سیگار یا تنباکو احتمالاً باعث کاهش غلظت آن بواسطه تحریک متابولیسم می‌شود. تجویز همزمان مسددهای گیرنده بتا آدرنرژیک ممکن است اثرات گشادکنندگی نایژه‌ای دارو را مهار کند. مصرف همزمان با کتامین ممکن است آستانه حملات صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ - آمینوفیلین نباید در یک سرنگ با سایر داروها مخلوط شود.

۲ - تزریق داخل عضلانی دارو بسیار محرک است آمینوفیلین را باید خیلی آهسته داخل ورید (حداقل طی ۲۰ دقیقه تزریق نمود).

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان گشادکننده برونش ۷۰۰ mcg/kg در هر ساعت در افراد سیگاری و مقدار ۴۰۰ mcg/kg در هر ساعت برای

افراد غیرسیگاری انفوزیون می‌شود. برای بیماران مسن یا مبتلایان به نارسایی قلبی یا کبدی ۲۰۰ mcg/kg انفوزیون می‌شود.

کودکان در نوزادان نارس و کوچکتر از ۲۴ روز 1mg/kg هر ۱۲ ساعت انفوزیون می‌گردد. در نوزادان نارس و بزرگتر از ۲۴ روز $1/5\text{mg/kg}$ هر ۱۲ ساعت و برای نوزادان طبیعی تا سن ۵۲ هفتگی روزانه 5mg/kg (سن برحسب هفته $0/2$) X انفوزیون می‌شود. برای نوزادان طبیعی تا سن ۲۶ هفتگی مقدار مصرف تمام دارو در سه مقدار منقسم روزانه (هر ۸ ساعت، و برای نوزادان طبیعی با سن ۵۲-۲۶ هفتگی مقدار مصرف تمام دارو در چهار مقدار منقسم روزانه (هر ۶ ساعت تجویز می‌گردد). در کودکان ۹-۱ سال 800mcg/kg در هر ساعت و در کودکان ۱۶-۹ سال 700mcg/kg در هر ساعت انفوزیون وریدی می‌شود. در صورت تجویز طولانی مدت سنجش غلظت سرمی توفیلین و ارزیابی پاسخ بیمار به آن برای دستیابی به غلظت مناسب درمانی و به حداقل رسانیدن خطر سمیت توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/۱۰ ml

ANTIHISTAMINE DECONGESTANT

موارد مصرف این دارو برای بهبود موقت احتقان بینی و سینوس‌ها، عطسه و آبریزش از بینی ناشی از سرماخوردگی و رینیت آلرژیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرفنیرامین با اثر بر روی گیرنده‌های H_1 اثرات هیستامین را مهار می‌کند. اثرات ضد موسکارینی این دارو تا حدی سبب خشک شدن مخاط بینی می‌شود. فنیل‌افرین بر روی گیرنده‌های آلفا ۱ در نرژیک مجاری تنفسی اثر کرده و با ایجاد تنگی عروق موجب رفع احتقان می‌شود. فنیل پروپانولامین اثر تحریکی بر روی CNS دارد.

فارماکوکینتیک کلرفنیرامین و فنیل پروپانولامین از مجرای گوارشی به خوبی جذب می‌شوند. اما جذب فنیل‌افرین زیاد نیست متابولیسم دارو در مجرای گوارشی و کبد صورت می‌گیرد. دفع آن از کلیوی است

هشدارها: ۱- در خردسالان عوارض جانبی این دارو به خصوص اثر آنتی موسکارینی بیشتر دیده می‌شود. در سالخوردگان احتمال بروز واکنش‌های متناقض مثل تهیج پذیری نیز وجود دارد.

۲- در سالخوردگان احتمال بروز خشکی دهان عفونتهای کاندیدیاز دهانی و همچنین احتمال اسپاسم توهم و تشنج وجود دارد. عوارض جانبی عوارض شایع آن شامل غلیظ شدن ترشحات نایژه و بروز سرفه‌های خشک می‌باشد. احتمال بروز تاری دید، اغتشاش شعور، دفع دشوار یا دردناک ادرار، سرگیجه و خشکی دهان وجود دارد.

تداخل‌های دارویی احتمال بروز تداخل با گلیکوزیدهای قلبی (دیژیتال و وجود دارد که منجر به آریتمی قلبی می‌گردد. مسدودکننده‌های گیرنده‌های بتا می‌توانند باعث افزایش فشارخون ناشی از این دارو گردند. مصرف همزمان این دارو با رزپین اثر این دارو را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان داروهای مهارکننده مونوآمین اکسیداز (MAO) با این دارو می‌تواند باعث تشدید اثر موسکارینی و تضعف CNS داروهای ضدهیستامین شده و با افزایش اثر فنیل پروپانولامین

باعث طولانی شدن و تشدید تحریک قلبی گردد.

نکات قابل توصیه

۱- احتمال بروز خواب‌آلودگی یا سرگیجه وجود دارد.

۲- برای کاهش عوارض گوارشی با غذا، آب و یا شیر مصرف شود.

۳- این دارو ممکن است علائم مسمومیت گوشی ناشی از سالیسیلاتها را بپوشاند.

۴- استفاده طولانی مدت از این دارو می‌تواند منجر به وابستگی گردد.

مقدار مصرف در بزرگسالان سه تا چهار قرص در روز و در کودکان ۱۲-۶ سال حداکثر ۳-۲ قرص در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: Chlorpheniramine Maleate ۲.۵mg + Phenylephrine HCl ۵ mg + Phenylpropanolamine HCl ۲۰ mg

BECLOMETHASONE DIPROPIONATE

موارد مصرف بکلومتازون به عنوان درمان نگهدارنده در بیماران مبتلا به آسم نایژه‌ای مزمن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: بکلومتازون به خاطر مهار ترشح فاکتورهای رشد و سایتوکاین‌ها از لنفوسیت‌ها، ائوزینوفیل‌ها، ماکروفاژها، فیبروبلاست‌ها و ماست سل‌ها اثر ضدالتهابی قوی دارد. همچنین با کاهش ترشح موکوس در مجاری تنفسی مقدار ویسکوزیته خلط را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک بکلومتازون سریع؟ از ریه‌ها و مجرای گوارش جذب می‌شود. حدود ۱۰-۲۵ درصد داروی مصرفی به ریه‌ها می‌رسد و بقیه در دهان و گلورسوب کرده یا بلعیده می‌شود. متابولیسم دارو عمدتاً سریع و از طریق کبد می‌باشد ولی بخشی نیز در کلیه ریه یاسایر بافت‌ها متابولیزه می‌شود. دفع آن از طریق مدفوع یا کلیه‌ها صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف در آسم حاد یا مداوم به دلیل نیاز به درمان‌های خاص نباید مصرف شود.

عوارض جانبی در صورت استفاده از مقادیر زیاد (روزانه بیش از ۱/۵ میلی گرم امکان مهار غده فوق کلیوی وجود دارد. ایجاد کاندیدیاز دهانی تحلیل استخوان ائوزینوفیلی ریوی و ازدیاد حساسیت تاخیری نیز در مورد این دارو گزارش شده است نکات قابل توصیه ۱- نحوه صحیح مصرف آئروسول‌های استنشاقی باید به بیمار آموزش داده شود.

۲- جهت جلوگیری از خشن شدن صدا، التهاب گلو و ایجاد کاندیدیاز، بعد از هر بار مصرف دهان باید با آب شسته شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف معمول ۱۰۰-۸۴ میکروگرم (۲ پاف اسپری ۳ تا ۴ بار در روز و یا ۱۶۸-۲۰۰ میکروگرم

(۴ پاف اسپری ۲ بار در روز می‌باشد. در آسم‌های شدید ۸۰۰-۵۰۴ میکروگرم حدود ۱۲ تا ۱۶ پاف اسپری در روز تجویز می‌شود و براساس پاسخ بیمار، مقدار مصرف بتدریج کاهش داده می‌شود.

کودکان در کودکان زیر ۶ سال میزان مصرف دارو دقیق؟ تعیین نشده است در کودکان ۱۲-۶ سال ۱۰۰-۴۲ میکروگرم دارو (۱ تا ۲ پاف اسپری ۳ تا ۴ بار در روز استفاده شده و یا ۱۶۸-۲۰۰ میکروگرم (۴ پاف اسپری ۲ بار در روز استفاده می‌شود. در کودکان استفاده روزانه بیش از ۱۰ پاف اسپری (۵۰۰ میکروگرم توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

:Nasal / Oral Inhaler

۱۰ mg / container

BROMHEXINE HCl

موارد مصرف برم‌هگزین به عنوان خلط‌آور و رقیق‌کننده ترشحات موکوسی در مواردی مانند التهاب نایژه آسم برونشیکتازی و التهاب سینوس‌ها همراه با تجمع ترشحات موکوسی غلیظ و چسبنده در مجاری تنفسی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک غدد مخاطی نایژه و تغییر ترکیبات گلیکوپروتئینی موجود در ترشحات موجب کاهش چسبندگی و رقیق شدن ترشحات و خروج آنها می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو به خوبی از دستگاه گوارش جذب و پس از یک ساعت به حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد. دارو پس از متابولیزه شدن عمدتاً از راه ادرار

و به مقدار اندک از طریق مدفوع دفع می‌گردد.

هشدارها: در مبتلایان به زخم‌های گوارشی با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- برای جلوگیری از عوارض گوارشی دارو پس از غذا مصرف شود.

۲- بهتر است الگزیر دارو، ابتدا با آب رقیق شده و سپس مصرف شود.

۳- مصرف شکل تزریقی دارو در کودکان کمتر از ۱۲ سال توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۲۰-۱۰ میلی‌لیتر الگزیر یا ۲-۱ قرص ۳-۴ بار در روز، مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان کمتر از ۵ سال ۴ میلی‌گرم قرص یا ۵ میلی‌لیتر الگزیر، ۲ بار در روز و در کودکان ۱۰-۵ سال همین مقدار ۴ بار در روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بیش از ۱۲ سال روزانه به مقدار ۲۴-۸ میلی‌گرم به صورت تزریق آهسته داخل وریدی و یا تزریق عمیق داخل عضلانی مصرف می‌شود. همچنین می‌توان مقدار ۲۰-۴ میلی‌گرم دارو را به ۵۰۰-۲۵۰ میلی‌لیتر محلول دکستروز ۵ درصد اضافه کرد یا مقدار ۴۰-۴ میلی‌گرم آن را به ۵۰۰-۲۵۰ میلی‌لیتر محلول ۰/۹ درصد کلرورسدیم افزوده و آن را انفوزیون آهسته نمود.

اشکال دارویی

Elixir: ۴ mg/۵ml

Injection: ۴mg/۲ml

Tablet: ۸ mg

CHILDREN COLD

موارد مصرف این دارو برای تخفیف موقتی آبریزش بینی درد، تب و سایر علائم سرماخوردگی و التهاب سینوس‌ها مصرف می‌شود. موارد منع مصرف این دارو نباید در بیماران مبتلا به آسم گلوکوم اشکال در دفع ادرار، زیادی فشار خون بیماری قلبی دیابت یا اختلالات تیروئید مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی آسیب کبدی عصبانیت سرگیجه و زیادی فشار خون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو باعث کاهش اثرات درمانی داروهای پائین آورنده فشار خون می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف این دارو بیش از ۵ روز توصیه نمی‌شود.

۲- در صورت تداوم و یا عود تب مصرف دارو بیش از ۳ روز توصیه نمی‌شود.

۳- این دارو ممکن است باعث تحریک پذیری کودکان شود.

مقدار مصرف در کودکان بزرگتر از ۶ سال هر چهار ساعت ۲-۱ قرص مصرف می‌شود.
اشکال دارویی

+ Tablet: Acetaminophen ۸۰ mg
+ Phenylpropanolamine ۶.۲۵ mg
Chlorpheniramine ۱ mg

CLOBUTINOL HCl

موارد مصرف کلوبوتینول برای درمان علامتی سرفه‌های با علت نامشخص و نیز سرفه‌های ناشی از تحریکات مختلف بویژه در موارد نارسایی دستگاه تنفس به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب تضعیف مرکز سرفه در بصل النخاع می‌گردد.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از دستگاه گوارش سریع و تقریباً کامل بوده و پس از ۲ ساعت حداکثر غلظت پلاسمایی آن حاصل می‌گردد. نیمه عمر دارو حدود ۳۲-۲۳ ساعت می‌باشد. ۸۰-۹۰ درصد آن از طریق کلیه‌ها و حدود ۳ درصد آن از راه مدفوع دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در مبتلایان به صرع و یا سابقه بیماریهای تشنجی نباید مصرف شود.

هشدارها: قبل از شروع درمان باید علت بروز سرفه دقیقاً بررسی شود. چرا که سرفه عامل مهمی در دفاع از نایژه بوده و در برخی موارد، درمان علامتی آن به نفع بیمار نمی‌باشد.

عوارض جانبی اشکال در به خواب رفتن تهوع خواب‌آلودگی سرگیجه ناراحتی‌های گوارشی و یا کاهش میزان خلط از عوارض جانبی این دارو هستند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۴۰-۳۰ قطره یا ۲-۱ قرص ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۳ سال به میزان ۱ drop/kg و روزانه ۳ بار و در کودکان بیش از ۳ سال روزانه ۳ بار و هر بار ۲۰-۱۰ قطره مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان مقدار ۲۰ میلی‌گرم از طریق زیرجلدی داخل عضلانی یا داخل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

Oral Drops: ۶۰ mg/ml

Injection: ۲۰ mg/۲ml

CROMOLYN SODIUM

موارد مصرف کرومولین برای پیشگیری از آسم حساسیت غذایی و اسپاسم نایژه‌ای ناشی از حساسیت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد که دارو بادخال در انتقال کلسیم از غشای ماستوسیت‌ها و جلوگیری از عمل دگرانوله شدن وابسته به کلسیم مانع از آزاد شدن هیستامین لوکوترین‌ها و سایر موادی که موجب بروز واکنش‌های حساسیت مفرط می‌شوند، می‌گردد. کرومولین ممکن است مانع از فعال شدن سایر سلولهای التهابی از قبیل ائوزینوفیل‌ها شود.

فارماکوکینتیک تقریباً ۸۰-۱۰ درصد کرومولین استنشاق شده جذب سیستمیک می‌شود. هنگامی که به منظور درمان نگهدارنده به طور استنشاقی مصرف می‌شود، بهبودی علائم و عملکرد ریه معمولاً طی چهار هفته پس از شروع درمان ظاهر می‌شود. نیمه عمر دارو حدود ۸۰ دقیقه است و ۵۰ درصد آن از طریق کلیه و بقیه از راه صفرا و بدون تغییر دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در موارد عیب شدید کار

کبد یا کلیه باید با احتیاط تجویز

شود.

۲- در صورت بروز پنومونی ائوزینوفیلیک در طول مصرف دارو، درمان باید قطع گردد.

عوارض جانبی سرفه اسپاسم گذرای نایژه و تحریک گلو ناشی از استنشاق دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- این دارو تنها برای پیشگیری است و طی حملات آسم یا اسپاسم نایژه نباید مصرف گردد، زیرا ممکن است موجب تحریک و تشدید بیماری گردد.

۲- کپسول دارو از راه خوراکی بی‌اثر است

۳- مصرف همزمان کورتیکواستروئیدها در طول درمان با این دارو، بدون توصیه پزشک نباید قطع شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان بزرگتر از ۲ سال برای پیشگیری آسم نایژه‌ای مقدار

۲۰-۱۰ میلی‌گرم بر حسب نیاز و تحمل بیمار چهاربار در روز با فواصل

منظم استنشاق می‌شود. برای پیشگیری

از اسپاسم نایژه ناشی از عوامل حساسیت‌زا، مقدار ۲۰ میلی‌گرم تنها

یک بار و در حدود ۱۵-۱۰ دقیقه (حداکثر ۶۰ دقیقه قبل از تماس با ماده حساسیت‌زا استنشاق می‌شود. در صورت مصرف مداوم مقدار

۲۰ میلی‌گرم چهاربار در

روز با فواصل منظم بر حسب نیاز و تحمل بیمار تجویز می‌شود. بیشینه مقدار مصرف بزرگسالان تا ۱۶۰ میلی‌گرم در روز است

اشکال دارویی

Aerosol: ۱ mg/dose

Inhalation Capsule: ۲۰ mg

Nasal Spray: ۲۰ mg/ml

DEXTROMETHORPHAN HBr

موارد مصرف دکسترومتورفان برای درمان علامتی سرفه‌های بدون خلط ناشی از گلودرد ساده و سرماخوردگی یا محرک‌های استنشاق شده بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دکسترومتورفان با اثر مستقیم بر مرکز سرفه در بصل النخاع بازتاب سرفه را تضعیف می‌کند.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی بوده و سرعت و بمیزان وسیعی به متابولیت فعال دکسترومتورفان تبدیل می‌شود. اثر دارویی ۳۰

دقیقه شروع و برای ۶ ساعت باقی می‌ماند. دکسترومتورفان عمدتاً از کلیه‌ها و به صورت تغییر نیافته یا متابولیت دفع می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود آسم عیب کارکبد و یا سرفه خلطدار باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی سایکوزسمی (فعالیت مفرط، توهمات بینایی و شنوایی پس از مصرف ۳۰۰ میلی‌گرم یا بیشتر از دارو گزارش شده است با مصرف مقادیر خیلی زیاد دارو ضعف تنفسی گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان با فرآورده‌های حاوی الکل داروهای کاهنده فشارخون با اثر تضعیف CNS مانند کلونیدین و متیل دوپا، داروهای تضعیف CNS بویژه بیهوش‌کننده‌ها، باریتوراتها، داروهای مخدر شبه تریاک یا ضدافسردگی‌های سه‌حلقه‌ای ممکن است اثرات تضعیف CNS این داروها یا دکسترومتورفان تشدید شود. مصرف همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (MAO) از جمله فورازولیدون و پروکاربازین ممکن است باعث بروز بحران آدرنرژیک کلاپس اغماء، سرگیجه تهیج افزایش فشارخون افزایش دمای بدن خونریزی داخل مغزی بیحالی تهوع رفتار جنون‌آمیز، اسپاسم ولرزش شود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو ممکن است باعث اعتیاد شود.

۲- در صورتی که تا ۷ روز پس از مصرف دارو سرفه ادامه داشت یا در صورت تب شدید، بثورات جلدی یا سردرد مداوم همراه با سرفه به پزشک مراجعه گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۰-۱۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت یا ۳۰ میلی‌گرم هر ۶-۸ ساعت بر حسب نیاز مصرف می‌شود. بیشینه مصرف دارو برای بزرگسالان تا ۱۲۰ mg/day می‌باشد.

کودکان مصرف این دارو در کودکان کوچکتر از دو سال توصیه نمی‌شود. در کودکان ۶-۲ سال مقدار ۵ - ۲/۵ میلی‌گرم هر چهار ساعت یا ۷/۵ میلی‌گرم هر ۶-۸ ساعت بر حسب نیاز مصرف می‌شود که نباید از ۳۰ mg/day تجاوز نماید. در کودکان ۱۲-۶ سال مقدار ۱۰-۵ میلی‌گرم هر چهار ساعت بر حسب نیاز مصرف می‌شود که نباید از ۶۰ mg/day تجاوز نماید.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۵ mg

Oral Drops: ۴ mg/ml

Syrup: ۱۵ mg/۵ml

DEXTROMETHORPHAN – P

موارد مصرف این فرآورده در رفع حالات التهابی دستگاه تنفسی فوقانی از جمله رینیت آلرژیک التهاب حاد یا تحت حاد سینوس‌ها، خروسک التهاب حاد گوش میانی و التهاب نای و نایژه و نیز تسکین علامتی سرفه‌های خشک ناشی از گلو درد خفیف و تحریک ناشی از سرماخوردگی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دکسترومتورفان با اثر مستقیم بر مرکز سرفه در بصل النخاع موجب تضعیف رفلکس سرفه گردیده و پسودوافدرین با تحریک گیرنده‌های آلفا آدرنرژیک در مخاط دستگاه تنفسی موجب تنگی عروق کاهش تورم مخاط و احتقان بینی باز شدن بیشتر راههای هوایی و افزایش تخلیه ترشحات سینوس‌ها می‌گردد.

فارماکوکینتیک هر دو جزء دارو از راه خوراکی به خوبی جذب می‌شوند. دکسترومتورفان به میزان وسیعی در کبد متابولیزه و به متابولیت فعالی به نام دکستروفان تبدیل که از طریق کلیه‌ها دفع می‌گردد. اما متابولیسم کبدی پسودوافدرین ناقص بوده و حدود ۷۵-۵۵ درصد آن به صورت تغییر نیافته از ادرار دفع می‌گردد. شروع اثر دکسترومتورفان حدود ۱/۵ ساعت و در مورد پسودوافدرین ۳۰-۱۵

دقیقه می‌باشد. طول مدت اثر این دو جزء نیز به ترتیب ۶ و ۴-۳ ساعت می‌باشد.

هشدار: ۱- در مواردی مانند آسم وجود سرفه‌های توأم با خلط یا نارسایی عملکرد کبد باید با احتیاط مصرف شود.

۲- مصرف مقادیر بیش از حد دارو ممکن است موجب بروز سرگیجه تحریک بیقراری تهوع یا استفراغ شدید گردد.

۳- در مبتلایان به آسم ممکن است مقاومت راه‌های هوایی با تغییر میزان خلط افزایش یابد.

۴- مهار رفلکس سرفه توسط دارو، ممکن است موجب احتباس ترشحات در سرفه‌های ترشح‌دار گردد.

۵- بدلیل وجود پسودوافدرین در این ترکیب در مواردی مثل پرکاری تیروئید، دیابت بیماری‌های ایسکمیک قلب زیادی فشار خون عیب کار کلیه و بزرگی پروستات باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد دارو ممکن است موجب تضعیف تنفسی ایجاد وابستگی در شخص و یا سایکوز گردد. افزایش ضربانات قلب اضطراب بیقراری بیخوابی لرزش آریتمی خشکی دهان و سرد شدن انتهاها نیز ممکن است دیده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این دارو با ترکیبات مهارکننده مونوآمین اکسیداز (MAO) مثل فورازولیدون و پروکاربازین موجب تشدید اثرات آنها و نیز طولانی شدن تحریک قلبی و افزایش فشارخون ناشی از پسودوافدرین می‌گردد. تجویز توأم دارو با کینیدین عوارض جانبی آن را تشدید می‌کند. به دلیل وجود پسودوافدرین در صورت مصرف همزمان اثر داروهای کاهنده فشارخون مهارکننده‌های گیرنده بتا آدرنرژیک و اثرات ضد آثرین نیتراها کاهش می‌یابد. اما اثرات هورمونهای تیروئیدی و داروهای مقلد سمپاتیک افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه در صورتیکه تا ۷ روز پس از مصرف دارو، تب شدید، دانه‌های جلدی و یا سردرد مداوم همراه با سرفه وجود داشت باید به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱۰ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت مصرف می‌شود و بیشینه مقدار مصرف تا ۴۰ ml/day می‌باشد.

کودکان در کودکان ۶-۲ سال ۲/۵ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت و برای کودکان ۱۲-۶ سال ۵ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Dextromethorphan HBr ۱۵ mg + Pseudoephedrine HCl ۳۰ mg)/۵ml

DOXAPRAM

موارد مصرف دوکسپرام به عنوان محرک در درمان ضعف تنفسی تضعیف تنفسی پس از اعمال جراحی و یا آپنه‌ای که بدلیل مصرف شل‌کننده‌های عضلانی - اسکلتی ایجاد نشده باشد، نارسایی حاد تنفسی در مبتلایان به بیماری انسدادی مزمن ریوی و نیز برای تحریک تنفس عمیق بعد از اعمال جراحی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با تاثیر بر گیرنده‌های شیمیایی کاروتید در محیط موجب تحریک تنفس و در نتیجه افزایش حجم حیاتی و افزایش جزئی تعداد تنفس می‌گردد. بتدریج با افزایش میزان مصرف دارو، مراکز تنفس در بصل النخاع نیز تحریک شده که این خود به طور پیشرونده سایر قسمت‌های مغز و طناب نخاعی را نیز تحریک می‌کند.

فارماکوکینتیک اثر دارو طی ۴۰-۲۰ ثانیه شروع شده و پس از ۲-۱ دقیقه به حداکثر می‌رسد. اثر دوکسپرام ۱۲-۵ دقیقه به طول می‌انجامد. حدود ۵۵ درصد آن از طریق صفرا دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف دوکساپرام در مواردی چون صدمات عروق مغزی بیماری‌شریان کرونر، صرع ضربه به سر، نارسایی قلبی افزایش حاد فشار خون عدم کفایت تنفسی بدلالی از قبیل انسداد راه‌های هوایی دیسپنه شدید، پنوموتوراکس فلج عضلانی و نیز در بیماری‌های ریوی مثل آسم حاد نایژه‌ای آمبولیسم ریوی نارسایی تنفسی ناشی از اختلالات عضلانی - اسکلتی و فیبروز ریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - استفاده از دوکساپرام به منظور درمان آپنه در نوزادان ممکن است عوارضی چون تحریک اعصاب مرکزی صرع و احتمالاً زیادی فشارخون به همراه داشته باشد.

۲ - چنانچه سرعت انفوزیون بیش از مقدار توصیه شده باشد ممکن است باعث بروز همولیز شود.

۳ - در برخی موارد مانند سابقه آسم نایژه‌ای آریتمی قلبی یا تکیکاردی شدید، خیز مغزی پرکاری تیروئید، فتوکروموسیتوم عیب کار کبد یا کلیه‌ها باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بروز عوارض قلبی عروقی مانند درد قفسه سینه ضربانات سریع یا نامنظم قلب و یا همولیز و ترومبوفلیت گزارش شده است

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان داروهای مهارکننده آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) شامل فورازولیدون و پروکاربازین و نیز ترکیبات مقلد سمپاتیک موجب تقویت اثرات تنگ کننده عروقی این داروها و یادوکساپرام می‌گردد. مصرف توام محرک‌های CNS با دوکساپرام نیز موجب تحریک اضافی CNS خواهد شد. مصرف همزمان هوشبرهای هیدروکربن نیز با اثرات دوکساپرام به دلیل افزایش حساسیت میوکارد به کاتکول آمین‌ها به وسیله این ترکیبات تداخل دارد.

نکات قابل توصیه در مصرف طولانی مدت بهتر است محل تزریق را تغییر داد تا از بروز ترومبوفلیت یا تحریکات موضعی جلوگیری شود.

مقدار مصرف به منظور درمان تضعیف تنفسی پس از عمل جراحی ۰/۵ mg/kg به صورت تزریق وریدی تجویز می‌شود. میزان مصرف در یک تزریق نباید از ۱/۵ mg/kg تجاوز نماید. در صورت نیاز به تکرار مصرف تجویز دارو در فواصل ۵ دقیقه‌ای صورت می‌گیرد، تا حداکثر مقدار مصرف به ۲ mg/kg برسد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۵ml

EXPECTORANT

موارد مصرف اکسپکتورانت برای کاهش غلظت و چسبندگی خلط و تسهیل خروج آن از ریه‌ها، کاهش موکوس ریوی و تبدیل سرفه‌های خشک به سرفه ترش‌حی و خلط‌دار استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: اکسپکتورانت حاوی ترکیباتی است که موجب رقیق شدن خلط و خروج آن از ریه‌ها می‌گردند. کلرفنیرامین موجود در این فرآورده با اثرات ضدهیستامین فنیل پروپانول آمین با اثر مقلد سمپاتیک ضداحتقان و گایافنزین با کاهش چسبندگی خلط و تسهیل خروج آن در نهایت موجب تسکین سرفه‌های خشک و نرم شدن مخاطریه و تخلیه خلط می‌گردند.

عوارض جانبی اگرچه هر یک از اجزاء این فرآورده عوارض جانبی مشخص دارد ولی با مقادیر بکاربرده شده در این فرمولاسیون عارضه قابل توجهی ایجاد نمی‌کنند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این فرآورده با سایر ترکیبات تضعیف CNS موجب تشدید اثرات هر دو گروه دارویی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ - در صورت استفاده از سایر ترکیبات مقلد سمپاتیک احتیاط شود.

۲- این دارو ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نماید. بنابراین از انجام کارهایی که نیاز به هوشیاری دارند، پرهیز شود.

۳- قبل از هرگونه عمل جراحی و یادرمان‌های اضطراری پزشک را از مصرف دارو باید مطلع ساخت

۴- در صورت تداوم نشانه‌های بیماری بیش از ۷ روز یا وجود تب بالا، به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰-۵ میلی‌لیتر، حداکثر ۴ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان برای کودکان ۶-۲ سال ۲/۵-۱ میلی‌لیتر تا ۴ بار در روز تجویز می‌شود که در نهایت نباید بیش از ۱۰ میلی‌لیتر در روز مصرف

شود. در کودکان ۱۲-۶ سال ۵-۲/۵ میلی‌لیتر ۴ بار در روز تا حداکثر ۲۰ میلی‌لیتر در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup : (Guaifenesin ۱۰۰ mg +Chlorpheniramine Maleate ۲ mg +Phenylpropanolamine HCl)/۵ml

EXPECTORANT CODEINE

موارد مصرف این دارو به منظور تسکین سرفه و کاهش احتقان بینی ناشی از سرماخوردگی آلرژی و یا سایر عفونتهای تنفسی و نیز رفع سایر علائم عمومی ناشی از سرماخوردگی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ترکیباتی است که در جهت تقویت اثر یکدیگر به تسکین سرفه یا رفع احتقان کمک می‌کنند. گایافنزین با کاهش چسبندگی خلط و تسهیل خروج آن فنیل پروپانول آمین با تحریک سمپاتیک و تنگی عروق مخاطبینی و در نتیجه کاهش احتقان و ادم و کدئین با اثر مستقیم بر مرکز سرفه در بصل النخاع و تضعیف رفلکس سرفه موجب بروز اثرات درمانی این دارو می‌شوند.

موارد منع مصرف در مبتلایان به ضعف تنفسی شدید نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این ترکیب ممکن است علائم مسمومیت گوشه ناشی از مصرف مقادیر بالای سالیسیلات را پنهان سازد.

۲- به دلیل وجود کدئین در این فرآورده ممکن است وابستگی ایجاد شود.

۳- این فرآورده ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی یا سرگیجه نماید.

عوارض جانبی اگرچه هر یک از اجزاء دارویی این فرآورده دارای عوارض جانبی مشخص است ولی بامقادیر بکاربرده شده در این ترکیب عارضه قابل توجهی ایجاد نمی‌کنند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این فرآورده با سایر ترکیبات تضعیف‌کننده CNS موجب تشدید اثرات هر دو گروه دارویی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱- در صورت تداوم نشانه‌های بیماری بیش از ۷ روز یا وجود تب شدید، به پزشک مراجعه شود.

۲- برای به حداقل رسانیدن تحریک معده دارو همراه باغذا، آب یا شیر مصرف

شود.

۳- قبل از هرگونه اعمال جراحی و یادرمان‌های اضطراری باید پزشک را از مصرف دارو مطلع نمود.

۴- هنگام برخاستن ناگهانی از وضعیت خوابیده یا نشسته احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰-۵ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۶-۲ سال به میزان ۲/۵-۱/۵ میلی لیتر هر ۶-۸ ساعت و برای کودکان ۱۲-۶ سال به میزان ۵-۲/۵ میلی لیتر هر ۶-۸ ساعت تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Oral Solution: (Guaifenesin ۱۰۰ mg +Phenylpropanolamine HCl ۱۲.۵ mg +Codeine Phosphate ۱۰ mg)/۵ml

GUAIFENESIN

موارد مصرف گایافنزین به عنوان خلط‌آور برای درمان علامتی سرفه ناشی از سرماخوردگی و عفونت‌های خفیف دستگاه تنفس فوقانی مصرف می شود.

مکانیسم اثر: به نظر می رسد که اثر خلط‌آوری دارو از طریق افزایش حجم و کاهش چسبندگی ترشحات نای و نایژه‌ها عمل می شود. بنابراین گایافنزین ممکن است کارآیی بازتاب سرفه را افزایش دهد و خروج خلط را تسهیل نماید.

فارماکوکینتیک دارو به سهولت از دستگاه گوارش جذب و به شکل متابولیت‌های غیرفعال از طریق کلیه‌ها دفع می شود. هشدارها: ۱- این دارو در کودکان تا سن ۱۲ سالگی با سرفه مزمن یا پایدار (مشابه آسم و یاسرفه همراه با موکوس فقط با تجویز پزشک باید مصرف شود).

عوارض جانبی اسهال سرگیجه سردرد، تهوع یا استفراغ، بثورات جلدی درد معده و کهیر از عوارض نادر دارو هستند. نکات قابل توصیه ۱- برای کمک به رقیق شدن ترشحات ریه بعد از هر بار مصرف دارو حداقل یک لیوان آب نوشیده شود. ۲- اگر پس از هفت روز درمان با این دارو سرفه ادامه یافت یا تب بثورات جلدی سردرد مداوم یا گلو درد همراه با سرفه بروز کرد به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۴۰۰-۲۰۰ میلی گرم هر چهار ساعت مصرف می شود.

در کودکان ۶-۲ ساله مقدار ۱۰۰-۵۰ میلی گرم هر چهار ساعت و در کودکان ۱۲-۶ سال مقدار ۲۰۰-۱۰۰ میلی گرم هر چهار ساعت مصرف می شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰۰ mg/۵ml

IPRATROPIUM BROMIDE

موارد مصرف ایپراتروپیوم برای درمان انسداد برگشت پذیر راه‌های هوایی به ویژه درمان برونشیت مزمن و همچنین درمان التهاب غیر آلرژیک غشاء مخاطی بینی همراه با آبریزش بکار می رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار گیرنده‌های موسکارینی باعث گشادی برونش می شود.

فارماکوکینتیک ایپراتروپیوم جذب سیستمیک اندکی از طریق شش‌ها و دستگاه گوارش دارد. اثر دارو پس از ۱۵-۵ دقیقه شروع و طی ۹۰ دقیقه (۲-۱ ساعت به اوج خود می رسد. مدت اثر دارو معمولاً ۳-۴ ساعت (در برخی از بیماران ۶-۸ ساعت است راه اصلی دفع ایپراتروپیوم از طریق مدفوع است و تا ۹۰ درصد از داروی استنشاق شده خورده شده و بدون تغییر دفع می گردد. بخش جذب شده دارو از راه ادرار دفع می شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود گلوکوم

با زاویه بسته به دلیل احتمال بروز

حمله حاد در صورت پاشیده شدن ایپراتروپیوم به طور مستقیم به داخل چشم و یا ابتلای بیمار به هیپرتروفی پروستات این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی گهگاه خشکی دهان و بندرت احتباس ادرار و یبوست ممکن است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ایپراتروپیوم با فرآورده‌های حاوی عوامل آنتی‌کولینرژیک ممکن است منجر به بروز اثرات اضافی شود.

نکات قابل توصیه ۱- از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود و در صورت لزوم به‌هنگام استنشاق آئروسول چشم‌ها بسته شود. در صورت تماس اتفاقی با چشم‌ها ممکن است باعث تحریک یا تیرگی دید شود. در این صورت چشم‌ها باید با آب سرد شسته شوند.

۲- در صورت استفاده مستمر روزانه دارو باید در فواصل معین زمانی مصرف شود.

۳- در صورت عدم بهبودی و یا بدتر شدن علائم طی ۳۰ دقیقه پس از استفاده دارو، فوراً به پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱-۴ پاف هر ۶-۸ ساعت بر حسب نیاز، مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Inhale: ۲۰ mcg/dose

KETOTIFEN

موارد مصرف کتوتیفن برای پیشگیری از آسم به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: یک داروی ضد هیستامین با خواص ضد آنافیلاکسی است

فارماکوکینتیک از راه خوراکی به خوبی جذب می‌شود و اثرش تا ۱۲ ساعت باقی می‌ماند. شروع اثر پیشگیری کننده دارو آهسته می‌باشد. برای رسیدن به بیشینه اثر دارویی ۴-۶ هفته زمان لازم است

هشدارها: ۱- درمان با داروی قبلی ضد هیستامین حداقل باید تا دو هفته پس از شروع مصرف کتوتیفن ادامه یابد.

۲- خواب آلودگی ناشی از مصرف این دارو ممکن است مهارت‌های فردی از قبیل توانایی رانندگی را تحت تأثیر قرار دهد.

عوارض جانبی خواب آلودگی و تسکین شایع‌ترین عوارض مصرف دارو هستند که چنانچه شدت آنها با ادامه مصرف کم نشود، ممکن است کاهش مقدار یا قطع مصرف دارو ضروری باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو با آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی ممکن است باعث کاهش تعداد ترومبوسیت‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱- برای کاهش تحریک گوارشی دارو با غذا مصرف شود.

۲- در صورت بروز خواب آلودگی احتیاط لازم معمول گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک میلی گرم از دارو دو بار در روز همراه با غذا تجویز می‌شود. در صورت لزوم مقدار دارو تا دو میلی گرم دوبار در روز افزایش می‌یابد. در بیماران حساس به اثر تسکین دهنده در ابتدا ۱-۵ میلی گرم به‌هنگام شب تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱ mg

Syrup : ۱ mg/۵ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترونول در درمان علائمی آسم نایژه‌ای اسپاسم نایژه‌ای برگشت‌پذیر که همراه با التهاب نایژه‌های می باشد و نیز آمفیزم ریوی برونشیکتازی و سایر بیماری‌های ریوی انسدادی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق تحریک گیرنده‌های بتا - دو آدرنژیک در ریه‌ها، موجب شل شدن عضله صاف نایژه و در نتیجه کاهش اسپاسم نایژه افزایش ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره تنفسی و کاهش مقاومت راههای تنفسی می‌شود. متاپروترونول همچنین آزاد شدن هیستامین ناشی از تحریک آنتی‌ژن را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک حدود ۴۰ درصد مقدار مصرفی به صورت خوراکی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. شروع اثر دارو به دنبال تجویز خوراکی حدود یک ساعت و طول اثر دارو بیش از ۴ ساعت می‌باشد. متابولیسم دارو کبدی است

موارد منع مصرف این دارو در افراد مبتلا به آریتمی قلبی و یا با تاقیکاردی نارسایی احتقانی قلب بیماری عروق کرونر، زیاده فشار خون اختلالات تشنجی دیابت پرکاری تیروئید و فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - در مبتلایان به اختلالات تشنجی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ - مصرف مقادیر بیش از حد دارو، به ویژه در افرادی که زمینه اختلالات

ریتم قلب دارند و یا از دیورتیک و گلیکوزیدهای دیژیتال استفاده می‌نمایند، ممکن است موجب کاهش پتاسیم خون گردد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی یا درد در قفسه سینه احساس سرما و یا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سریع قلب سردرد، افزایش فشار خون تهوع و استفراغ اشکال در تنفس ضربانات آهسته قلب رعشه اضطراب غیر معمول عصبانیت بیقراری بزرگ شدن غیر طبیعی مردمک چشم تاری دید، سرد و رنگ پریدگی پوست ضعف ضربانات نامنظم قلب گرفتگی عضلانی تغییرات خلق و خو نیز احساس طعم ناخوشایند در دهان از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های دارویی چنانچه متاپروترونول با مقادیر زیاد، قبل و یا در مدت کوتاهی پس از بیهوشی با کلروفورم یا هالوتان تجویز گردد، خطر بروز آریتمی شدید بطنی را بالایی برد. انفلوران ایزوفلوران نیز چنین اثری دارند. ترکیبات ضد افسردگی سه حلقه‌ای اثرات متاپروترونول را بر روی سیستم عروقی تقویت می‌کنند. تجویز همزمان مسددهای گیرنده بتا آدرنژیک علاوه بر مهار متقابل اثرات درمانی دو گروه دارویی موجب ضدیت با اثر گشاد کنندگی نایژه‌ای متاپروترونول می‌شود. تجویز توام دارو با محرک‌های CNS موجب تحریک اضافی CNS و افزایش اثرات جانبی این داروها می‌گردد. استفاده همزمان از گلیکوزیدهای قلبی و لوودوپان نیز خطر آریتمی قلبی را افزایش می‌دهد. متاپروترونول اثرات ضد آنژین نیترات‌ها را کم می‌کند. تجویز توام ریتودرین و سایر مقلدهای سمپاتیک با این دارو، اثرات درمانی و عوارض جانبی هر دو گروه را زیاد می‌کند. هورمونهای تیروئیدی نیز اثر داخلی متقابل با متاپروترونول دارند. اثرات گزانتین‌ها در صورت مصرف همزمان با این دارو، بر CNS تشدید شده و آثار سمی اضافی بروز می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ - در صورت بروز اشکال در تنفس و تداوم یا بدتر شدن آن فوراً به پزشک مراجعه شود.

۲ - در صورت نیاز به استفاده همزمان از آئروسول‌های کورتیکواستروئیدی و یا ایپراتروپیوم بهتر است متاپروترونول مدتی قبل از داروی دیگر استفاده شود.

۳ - دارو باعث ایجاد طعم ناخوشایندی در دهان می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای گشاد کردن نایژه‌ها،

۲۰ میلی گرم ۳-۴ بار در روز تجویز می‌شود.

کودکان سنین ۶-۹ سال و یا در کودکانی با وزن کمتر از ۲۷ کیلوگرم ۱۰ میلی گرم ۳-۴ بار در روز و در کودکان ۹ سال به بالا با وزن ۲۷ کیلوگرم و بیشتر، مشابه افراد بالغ تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بالای سن ۶ سال ابتدا ۰/۵ میلی گرم به صورت داخل عضلانی تزریق می‌شود و در صورت نیاز، پس از نیم ساعت این مقدار تکرار می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۶ سال ۰/۲۵ میلی گرم به صورت داخل عضلانی تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۰ mg

Injection: ۰.۵ mg/ml

PEDIATRIC GRIPE

موارد مصرف این ترکیب به منظور کاهش احتقان بینی و شیپور استنشاق ناشی از سرماخوردگی التهاب سینوس‌ها و عفونت‌های شدید دستگاه تنفسی فوقانی درمان علامتی رینیت آلرژیک فصلی و رینیت وازوموتور و کاهش التهاب گوش میانی ناشی از سروز یا تغییرات فشار هوا بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: فنیل پروپانول آمین و فنیل افرین از ترکیبات مقلد سمپاتیک بوده که با اثر بر گیرنده‌های آلفا مخاط دستگاه تنفس موجب انقباض عضله صاف و در نتیجه کاهش تورم مخاط، کاهش پرخونی خیز و احتقان بینی می‌شوند. کلرفنیر آمین نیز با جلوگیری از اثرات هیستامین از بروز علائم آلرژیک جلوگیری می‌کند.

موارد منع مصرف در مبتلایان به گلوکوم با زاویه باریک احتباس ادرار، قرحه گوارشی زیادی فشارخون بیماری‌های شدید شریان کرونر و آسم شدید نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف این دارو در بیماران تحت درمان با داروهای مهارکننده آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) ممکن است موجب تشدید اثرات سمپاتیک تحریک سیستم عصبی مرکزی و ایجاد تشنج یا کلاپس قلبی - عروقی شود.

عوارض جانبی بیقراری لرزش رنگ پریدگی اشکال در تنفس بیخوابی تهوع تشنج آریتمی کلاپس قلبی - عروقی همراه با کمی فشارخون تسکین بیش از حد، سرگیجه خشکی دهان تهوع استفراغ و تاری دید، سردرد و بیقراری از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این فرآورده با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای و سایر داروهای تضعیف کننده CNS، موجب تشدید اثرات این داروهای مهارکننده مونوآمین اکسیداز (MAO) و مهارکننده‌های گیرنده بتا - آدرنرژیک نیز اثرات ترکیبات مقلد سمپاتیک موجود در این فرآورده را افزایش می‌دهند.

مقدار مصرف

در کودکان سنین ۶-۱۲ ماه ۲ میلی لیتر، کودکان سنین ۱-۶ سال ۴ میلی لیتر و در کودکان ۶-۱۲ سال ۸ میلی لیتر، حداکثر ۳-۴ بار در روز، مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Chlorpheniramine Maleate ۰.۵mg + Phenylephrine HCl ۱.۲۵ mg

+Phenylpropanolamine HCl ۵ mg/۵ml

PSEUDOEPHEDRINE HCl

موارد مصرف پسودوافدرین یک ترکیب ضد احتقان است که در درمان احتقان بینی یا سینوس‌ها، مجرای شیپور استتاس التهاب حاد شیپور استتاس التهاب سروزی گوش میانی رینیت وازوموتور و اختلال عملکرد گوش میانی بدلیل تغییرات فشارجو، استفاده می‌شود. مکانیسم اثر: پسودوافدرین با تاثیر بر گیرنده‌های آلفا آدرنژیک در مخاطدستگاه تنفسی موجب تنگ شدن عروق و کاهش تورم مخاط بینی می‌گردد و درحقیقت مجاری تنفسی بینی بازتر می‌شوند. دارو می‌تواند موجب افزایش تخلیه ترشحات سینوس‌ها و باز شدن شیپور استتاس مسدود شده گردد.

فارماکوکینتیک پسودوافدرین به‌طورناقص در کبد متابولیزه شده و شروع اثر آن پس از ۳۰-۱۵ دقیقه می‌باشد که طی ۶۰-۳۰ دقیقه به حداکثر می‌رسد. طول اثر دارو حدود ۴-۳ ساعت می‌باشد. دفع دارو از طریق کلیه‌ها صورت گرفته و در حدود ۷۵-۵۵ درصد مقدار مصرفی به‌صورت تغییر نیافته دفع می‌شود. سرعت دفع درادرار اسیدی افزایش می‌یابد. هشدارها: ۱- در مواردی چون بیماری‌های قلبی - عروقی از جمله بیماری‌های ایسکمیک قلبی یا بیماری‌های حاد شریان کرونر، زیاده فشار خون دیابت گلوکوم پرکاری تیروئید و بزرگ شدن پروستات باید با احتیاط فراوان تجویز شود. ۲- از آنجا که اغلب سالمندان به بزرگی پروستات مبتلا هستند، لذا مقدار مصرف دارو در این افراد بایستی تنظیم گردد.

۳- پسودوافدرین را نباید همزمان با ترکیبات مهارکننده مونوآمین اکسیداز (MAO) تجویز نمود و در صورت نیاز، حداقل ۲ هفته پس از قطع این ترکیبات باید تجویز گردد. عوارض جانبی تشنج ایجاد توهم ضربان نامنظم قلب بروز اشکال تنفسی آشفستگی بیقراری و اشکال در به خواب رفتن از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ترکیبات مسدود کننده بتا آدرنژیک با پسودوافدرین موجب مهار اثرات درمانی دو گروه دارویی می‌گردد.

انسداد گیرنده بتا ممکن است موجب افزایش فعالیت ناخواسته گیرنده آلفا و در نتیجه خطر بروز زیادی فشار خون برادیکاردی بیش از حد و احتمالاً وقفه قلبی گردد. مهارکننده‌های آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) نیز چنانچه توام با پسودوافدرین تجویز شوند،

موجب تقویت و تشدید آثار تحریک قلبی

و اثر تنگ کننده عروقی پسودوافدرین می‌گردند. در نتیجه احتمال بروز

سردرد، آریتمی قلبی استفراغ و

زیادی فشار خون حاد یا ناگهانی وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- برای جلوگیری از بیخوابی دارو با فاصله چند ساعت قبل از خواب مصرف شود.

۲- در صورت وجود تب یا عدم بهبود بیماری طی ۷ روز پس از مصرف به پزشک مراجعه گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به منظور رفع احتقان بینی ۶۰ میلی‌گرم هر ۶-۴ ساعت یکبار

تجویز می‌شود. حداکثر میزان مصرف ۲۴۰ mg/day است

کودکان در کودکان ۶-۲ سال ۱۵ میلی‌گرم هر ۶-۴ و در کودکان ۱۲-۶ سال ۳۰ میلی‌گرم هر ۶-۴ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Liquid: ۳۰ mg / ۵ ml

Tablet: ۳۰ mg

SALBUTAMOL

موارد مصرف سالبوتامول برای درمان آسم و سایر حالات همراه با انسداد برگشت‌پذیر راه‌های تنفسی و همچنین برای جلوگیری از زایمان زودرس مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی است و از طریق کلیه‌ها و مدفوع دفع می‌شود. از راه خوراکی اثر دارو پس از ۱۵-۳۰ دقیقه شروع می‌شود و طی ۲-۳ ساعت به حداکثر می‌رسد. مدت اثر آن ۸ ساعت یا بیشتر است از راه استنشاقی بتدریج از برونش‌ها جذب و بخشی از داروی بلعیده شده نیز از دستگاه گوارش جذب می‌گردد. غلظت سیستمیک دارو پس از استنشاق آن کم می‌باشد.

اثر دارو پس از ۱۵-۵ دقیقه شروع می‌شود و ۱-۱/۵ ساعت پس از دواستنشاق به حداکثر می‌رسد. مدت اثر دارو ۳-۶ ساعت است هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری‌های قلبی - عروقی شامل آریتمی قلبی عدم کفایت میوکارد و عروق کرونر، افزایش فشارخون بیماری ایسکمی قلبی طولانی شدن فاصله QT، پرکاری تیروئید و

دیابت باید با احتیاط فراوان تجویز

شود.

۲- درمان با محرک‌های گیرنده بتا و آدرنرژیک ممکن است باعث کاهش شدید پتاسیم سرم شود. این اثر در صورت مصرف همزمان تیوفیلین و مشتقات آن کورتیکواستروئیدها، داروهای مدر و بوسیله هیپوکسی ممکن است تشدید شود.

۳- مصرف خوراکی یا تزریقی دارویی تواند انقباضات رحم را مهار نماید.

۴- مصرف همزمان دارو با مسددهای بتا آدرنرژیک کدئین گلیکوزیدهای دی‌ژیتال مهارکننده‌های منوآمین اکسیداز (MAO) و ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی لرزش خفیف (معمولاً در دست‌ها)، فشارعصبی سردرد، گشادی عروق محیطی تپش قلب تاکیکاردی بندرت دردهای عضلانی کاهش پتاسیم سرم متعاقب تجویز مقادیر زیاد، واکنش‌های حساسیت مفرط شامل اسپاسم نایژه‌ای پارادوکسیمال کهیر و آنژیوادم گزارش شده است

تداخل‌های دارویی تجویز مقادیر زیاد سالبوتامول قبل یا اندکی پس از بیهوشی با کلروفورم یا هالوتان ممکن است خطر آریتمی شدید بطنی را بویژه نزد اشخاص با سابقه بیماری قلبی افزایش دهد. مصرف همزمان داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای و یا مهارکننده‌های منوآمین اکسیداز (MAO) (شامل فورازولیدون و پروکاربازین با سالبوتامول ممکن است باعث تشدید اثر دارو بر سیستم عروقی شود. مصرف همزمان این دارو با گلیکوزیدهای دی‌ژیتال ممکن است خطر آریتمی قلبی را افزایش دهد. مصرف همزمان سالبوتامول با کوکائین علاوه بر اثر افزایش تحریک CNS، ممکن است اثرات جانبی عروقی هر یک را نیز افزایش دهد. مصرف همزمان با مسددهای بتا ممکن است با اثر گشادکنندگی برونش سالبوتامول مقابله نماید.

نکات قابل توصیه ۱- از تماس آئروسول‌های استنشاقی با چشم‌ها باید اجتناب کرد.

۲- بیشتر از دو استنشاق در یک زمان با فواصل ۱-۲ دقیقه‌ای مصرف نشود.

۳- قرص‌ها را باید به‌طور کامل بلعید و ازله کردن شکستن و یا جویدن آنها خودداری نمود.

۴- در صورتیکه پس از مصرف دارو اشکال در تنفس باقی مانده یا بدتر شد، بلافاصله به پزشک اطلاع داده شود.

۵- در صورت بروز خشکی لب و گلو، پس از هر بار مصرف دارو دهان با آب شسته شود.

۶- در صورت ضرورت مصرف همزمان یک آئروسول استنشاقی کورتیکو استروئید با این دارو، بهتر است آئروسول سالبوتامول ۵ دقیقه زودتر مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۴ میلی گرم از دارو (افراد مسن و بیماران حساس در ابتدا ۲ میلی گرم ۳-۴ بار در روز تجویز می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دارو در یک نوبت ۸ میلی گرم می‌باشد.

کودکان تا سن دو سالگی ۱۰۰ mcg/kg چهاربار در روز، ۲-۶ سالگی ۱-۲ میلی گرم ۳-۴ بار در روز و ۶-۱۲ سالگی ۲ میلی گرم ۳-۴ بار در روز تجویز می‌شود.

تزریقی زیر جلدی یا داخل عضلانی - ۵۰۰ میکروگرم از دارو تجویز می‌شود که در صورت لزوم هر ۴ ساعت یکبار قابل تکرار است

تزریق آهسته وریدی - ۲۵۰ میکروگرم از دارو تجویز می‌شود که در صورت لزوم قابل تکرار است

انفوزیون داخلی وریدی - در ابتدا

۵ mcg/min تجویز می‌گردد که بر حسب پاسخ بیمار و ضربان قلب قابل تنظیم است و معمولاً در محدوده ۲۰ mcg/min و ۳-۴ یادر صورت لزوم بیشتر می‌باشد.

استنشاقی

بزرگسالان ۲۰۰-۱۰۰ میکروگرم (۲-۱ پاف تا حداکثر ۳-۴ بار در روز برای علائم پایدار تجویز می‌گردد. برای پیشگیری اسپاسم نایژه‌ای ناشی از ورزش مقدار ۲۰۰ میکروگرم (دو پاف مصرف می‌شود).

کودکان ۱۰۰ میکروگرم (یک پاف که در صورت لزوم تا ۲۰۰ میکروگرم (دو پاف قابل افزایش است برای پیشگیری اسپاسم نایژه‌ای ناشی از ورزش مقدار ۱۰۰ میکروگرم (یک پاف تجویز می‌شود).

اشکال دارویی

Aerosol: ۱۰۰ mcg/dose

Injection: ۰.۵ mg/ml

Syrup: ۲ mg/۵ml

Tablet: ۲ mg

TERBUTALINE SULFATE

موارد مصرف تربوتالین برای درمان آسم و سایر حالات توام با انسداد برگشت پذیر راههای تنفسی و همچنین برای پیشگیری از زایمان زودرس بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبیدی است و توسط کلیه‌ها از بدن دفع می‌شود. حدود ۷۰-۳۰ درصد از یک مقدار مصرف خوراکی جذب می‌شود. میزان جذب توسط غذا کاهش می‌یابد. اثر تربوتالین پس از ۲-۱ ساعت شروع و طی ۳-۲ ساعت به حداکثر می‌رسد و

مدت اثر آن ۸-۴ ساعت است از راه استنشاقی اثر دارو پس از ۳۰-۵ دقیقه شروع و طی ۲-۱ ساعت به حداکثر می‌رسد و مدت اثر آن

۳-۶ ساعت می‌باشد. از راه تزریقی اثر دارو پس از ۱۵ دقیقه شروع و طی ۶۰-۳۰ دقیقه به حداکثر می‌رسد و مدت اثر آن ۴-۱/۵ ساعت است. تریبولین از طریق زیرجلدی بخوبی جذب می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورت وجود بیماری‌های قلبی - عروقی شامل آریتمی قلبی عدم کفایت میوکارد و عروق کرونر، افزایش فشارخون دیابت پرکاری تیروئید، کتواسیدوز، فئوکروموسیتوم حملات صرع (یا سابقه آن و حساسیت به داروهای مقلد سمپاتیک این دارو با احتیاط مصرف شود.

۲- درمان با محرک‌های گیرنده بتا دو آدرنژیک ممکن است باعث کاهش شدید پتاسیم سرم شود. این اثر در نتیجه مصرف همزمان با تئوفیلین کورتیکواستروئیدها، داروهای مدر و بوسیله هیپوکسی ممکن است تشدید شود.

عوارض جانبی لرزش خفیف (معمولاً در دستها)، فشارعصبی سردرد، گشادی عروق محیطی تپش قلب تاکیکاردی بندرت دردهای عضلانی کاهش پتاسیم سرم متعاقب تجویز مقادیر زیاد، واکنش‌های حساسیت بیش از حد شامل اسپاسم برونشیا پارادوکسیمال کهیر و آنژیوادم از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تجویز مقادیر زیاد تریبولین قبل یا اندکی پس از بیهوشی با کلورفرم یا هالوتان ممکن است خطر آریتمی شدید بطنی را بویژه نزد اشخاص با سابقه بیماری قلبی افزایش دهد. مصرف همزمان داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز (MAO) با سالبوتامول ممکن است باعث تشدید اثر دارو بر سیستم عروقی شود. مصرف همزمان با گلیکوزیدهای دیژیتال ممکن است خطر آریتمی قلبی را افزایش دهد. مصرف همزمان با مسددهای گیرنده بتا ممکن است با اثر گشادکنندگی برونش دارو مقابله نماید.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲/۵ میلی‌گرم از دارو سه بار در روز، به مدت ۱-۲ هفته تا حداکثر ۵ میلی‌گرم سه بار در روز، تجویز می‌شود. کودکان تا سن هفت سالگی مقدار ۷۵ mcg/kg سه بار در روز و برای کودکان ۷-۱۵ سال ۲/۵ میلی‌گرم ۲-۳ بار در روز تجویز می‌گردد.

تزریقی

بزرگسالان مقدار ۵۰۰-۲۵۰ میکروگرم تا حداکثر چهاربار در روز بصورت زیرجلدی داخل عضلانی یا آهسته وریدی تزریق می‌شود. بعلاوه مقدار

۵ mcg/min - ۱/۵ از محلول ۵ mcg/ml - ۳ دارو به مدت ۱۰-۸ ساعت بصورت مداوم انفوزیون می‌گردد.

کودکان مقدار ۱۰ mcg/kg تا حداکثر ۳۰۰ میکروگرم برای کودکان ۲-۱۵ سال تجویز می‌گردد. در صورت لزوم انفوزیون مداوم مقدار دارو باید کاهش یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰۰ mcg/ml

Tablet: ۵mg

THEOPHYLLINE

موارد مصرف تئوفیلین برای درمان انسداد برگشت‌پذیر راه‌های تنفسی و آسم حاد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تئوفیلین از طریق

افزایش CAMP داخل سلولی به طور مستقیم سبب شل شدن عضلات صاف راههای تنفسی نایژه‌ای و عروق ریوی شده و موجب کاهش اسپاسم نایژه و افزایش سرعت جریان هوا و ظرفیت حیاتی می‌شود.

فارماکوکینتیک معمولاً از راه خوراکی بخوبی جذب می‌شود، اما جذب بر حسب شکل دارویی مورد استفاده ممکن است متغیر باشد. جذب قرص‌هایی که در روده باز می‌شوند با تاخیر بوده و احتمالاً متغیر است. تئوفیلین با سرعت در بافت‌های بدن و مایع مغزی - نخاعی توزیع می‌شود و براحتی از جفت عبور می‌کند. پیوند پروتئینی تئوفیلین متوسط (۴۰ درصد) بوده و به آلبومین متصل می‌شود. متابولیسم دارو کبدی است و به کافئین تبدیل می‌شود. میانگین نیمه عمر حذف تئوفیلین در کودکان ۳/۴ ساعت بزرگسالان ۸/۲ ساعت و افراد مسن ۹/۸ ساعت می‌باشد. زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت سرمی دارو با مصرف قرص معمولی ۱-۲ ساعت و با مصرف قرص‌های پیوسته رهش تقریباً ۴ ساعت می‌باشد. در اغلب افراد غلظت پلاسمایی ۲۰ mg/L برای کسب اثر رضایت بخش گشادکننده نایژه‌ای لازم است. عوارض جانبی در غلظت‌های بالاتر از ۴۰ mg/L ۳۰٪ بروز می‌کند لیکن ممکن است با مقادیر کمتر از ۲۰ mg/L نیز مشاهده شود.

هشدارها: در صورت وجود خیز حاد ریوی ناتوانی احتقانی قلب تب پایدار، بیماری‌های کبدی زخم معده پرکاری تیروئید یا سپسیس و اختلالات صرعی باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی تاکیکاردی تپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد، فراموشی آریتمی و تشنجات بویژه در صورت تزریق سریع داخل وریدی ممکن است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان سایمتیدین سیپروفلوکساسین اریتروماکسین داروهای ضد بارداری خوراکی پروپرانولول و تیابندازول با تئوفیلین احتمالاً باعث افزایش غلظت آن می‌شود. تجویز همزمان فنی توئین کاربامازپین باربیتوراتها و ریفامپیسین با تئوفیلین و کشیدن سیگار یا تنباکو، احتمالاً باعث کاهش غلظت آن بواسطه تحریک متابولیسم می‌شود. تجویز همزمان مسددهای گیرنده بتا آدرنرژیک ممکن است اثرات گشادکنندگی نایژه‌ای تئوفیلین را مهار کند. مصرف همزمان تئوفیلین با کتامین ممکن است آستانه حملات صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- دوره درمان کامل و هیچ یک از نوبت‌های مصرف دارو فراموش نگردد.

۲- از جویدن و خرد کردن اشکال دارویی پیوسته رهش خودداری شود.

۳- دارو با معده خالی و یک لیوان آب مصرف شود تا جذب آن سریعتر انجام گیرد. در صورت بروز تحریک گوارشی دارو با غذا یا بلافاصله پس از آن مصرف شود.

۴- تئوفیلین از جفت عبور می‌کند، لذا در صورت مصرف طی سه ماهه سوم بارداری سطح خونی آن باید مکرراً اندازه‌گیری شود. مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا درمان با مقدار ۳۰۰ mg/day از دارو شروع می‌شود و در صورت تحمل بیمار، پس از سه روز به ۶۰۰ mg/day قابل افزایش است. افزایش مجدد مقدار دارو در صورت تحمل بیمار پس از سه روز دیگر به ۶۰۰ mg/day بدون اینکه به اندازه‌گیری غلظت پلاسمایی نیاز باشد، امکانپذیر است. مقدار مصرف روزانه معمولاً در ۳-۴ مقدار منقسم هر ۸-۶ ساعت تجویز می‌شود.

کودکان برای کودکانی که وزن بدنشان کمتر از ۴۵ کیلوگرم می‌باشد، مقدار

۱۲-۱۴ mg/kg تا حداکثر ۳۰۰ mg/day، در مقادیر منقسم تجویز می‌شود. در صورت تحمل بیمار، مقدار دارو را می‌توان پس از سه روز به ۱۶ mg/kg تا حداکثر ۴۰۰ mg/day افزایش داد. افزایش مجدد مقدار دارو، مشروط به تحمل بیمار، پس از سه روز دیگر به ۲۰ mg/kg تا حداکثر ۶۰۰ mg/day، در ۴-۶ مقدار منقسم (هر ۴-۶ ساعت، ممکن می‌باشد).

در صورت تجویز طولانی مدت مقدار 600mg/day یا بیشتر از دارو به کودکان یا بزرگسالان سنجش غلظت سرمی تئوفیلین و ارزیابی پاسخ بیمار به آن برای دستیابی به غلظت مناسب درمانی و به حداقل رسانیدن عوارض سمی دارو توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Retard Tablet: ۲۰۰ mg

Tablet: ۲۰۰ mg

THEOPHYLLINE-G

موارد مصرف تئوفیلین جی برای جلوگیری یا تخفیف بروز علائم آسم نایژه‌ای و اسپاسم برگشت پذیر نایژه همراه با برونشیت مزمن و آمفیزم ریوی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: تئوفیلین از طریق افزایش CAMP داخل سلولی به طور مستقیم سبب شل شدن عضلات صاف راه‌های تنفسی و عروق ریوی شده و موجب کاهش اسپاسم نایژه و افزایش سرعت جریان هوا و ظرفیت حیاتی می‌شود. به نظر می‌رسد که اثر خلط‌آوری گایافنزین بواسطه افزایش حجم و کاهش چسبندگی ترشحات تراشه و برونش‌ها اعمال می‌شود.

هشدارها: ۱- مقدار مصرف تئوفیلین را باید برای هر فرد بطور جداگانه تنظیم نمود و غلظت سرمی دارو، بویژه در درمان طولانی مدت پیگیری شود.

۲- بیماران سالخورده نوزادان یا بیماران مبتلا به نارسایبی احتقانی قلب انسداد مزمن ریوی بیماریهای قلبی - ریوی عفونتهای ویروسی و تب‌زای تنفسی یا عیب کار کبد، ممکن است به دلیل کاهش کلیرانس تئوفیلین به مقادیر کمتری از دارو نیاز داشته باشند.

۳- بیماران سیگاری بدلیل احتمال افزایش متابولیسم تئوفیلین ممکن است به مقادیر بیشتری از دارو نیاز داشته باشند. عوارض جانبی تاکیکاردی تپش قلب تهوع اختلالات گوارشی سردرد، بی‌خوابی آریتمی و تشنج با مصرف تئوفیلین گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- دارو باید با معده خالی همراه با یک لیوان آب مصرف گردد تا جذب آن تسریع شود.

۲- در صورت بروز تحریک گوارشی دارو همراه با غذا یا بلافاصله پس از آن مصرف شود.

۳- طی درمان با این دارو، از مصرف مقادیر زیاد فرآورده‌ها یا نوشابه‌های حاوی گزانتین اجتناب گردد و در صورت بروز نشانه‌های آنفلونزا، تب یا اسهال بلافاصله به پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان بعنوان گشادکننده نایژه در درمان حاد برای بیمارانی که اخیراً فرآورده‌های حاوی تئوفیلین مصرف نکرده‌اند، مقدار حمله‌ای 6mg/kg - 5mg/kg مصرف می‌شود. در درمان طولانی مدت ابتدا 6mg/kg (تا حداکثر 400 میلی‌گرم در $3-4$ مقدار منقسم) هر $6-8$ ساعت مصرف می‌شود. در صورت تحمل دارو، مقدار مصرف ممکن است هر $2-3$ روز بمیزان 25% (تا حداکثر 13mg/kg یا 900mg/day ، هر کدام که کمتر باشد) افزایش یابد.

کودکان بعنوان گشادکننده نایژه

برای درمان حاد کودکان تا

سن 16 سالگی که اخیراً فرآورده‌های حاوی تئوفیلین مصرف نکرده‌اند، مقدار حمله‌ای 6mg/kg - 5mg/kg مصرف می‌شود. مقدار نگهدارنده براساس سن کودکان بمیزان 3mg/kg - 0.7 هر $6-8$ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

+ Syrup: (Theophylline ۵۰ mg
Guaifenesine ۹۰ mg)/۵ml

AMINO ACID

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری از دفع ازت یا درمان تعادل منفی آن (در مواردی که تغذیه از راه خوراکی مقدور نباشد، در اختلال جذب معدی - روده‌ای پروتئین و در موارد نیاز شدید به پروتئین و از راه ورید مرکزی همراه با دکستروز هیپرتونیک در بیماران مبتلا به فقر غذایی شدید یا در موارد نیاز دراز مدت به تغذیه تزریقی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اسیدهای آمینه تولید

پروتئین مورد نیاز برای تشکیل اجزای ساختمانی بدن را افزایش میزان تجزیه پروتئین را کاهش و التیام زخم را نیز تسریع می‌کنند. موارد منع مصرف این فرآورده در بیماران مبتلا به نارسایی شدید کلیوی امراض شدید کبدی آنسفالوپاتی یا اغمای کبدی و زیاده آمونیاک خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- کاربرد این فرآورده در صورت وجود عیب کار کبد ممکن است سبب برهم خوردن تعادل اسیدهای آمینه آلکالوز متابولیک از تمی پیش کلیوی زیاده آمونیاک خون بیحسی و اغماء گردد.

۲- انفوزیون خیلی سریع مخلوط اسید آمینه - کربوهیدرات ممکن است موجب بروز زیاده قند خون وجود گلوکز درادرار و سندرم هیپراسمولار گردد.

۳- در صورتی که مقدار BUN از حد طبیعی بعد از مصرف غذا بیشتر شد، باید انفوزیون را قطع نمود.

۴- در بیماران مبتلا به نارسایی قلب از تحمیل بار اضافی بر گردش خون باید خودداری نمود.

عوارض جانبی فلبیت و ترومبوز ممکن است در محل تزریق یا در طول رگ پیش آید. تهوع تب و برافروختگی پوست و بندرت سرگیجه عرق مفرط، بثورات پاپولار، اسیدوز و آلکالوز متابولیک کمی فسفات و کلسیم خون پوکی استخوان وجود گلوکز در ادرار، دیورز اسموتیک از دست رفتن آب بدن زیاده حجم خون کمی واجهشی قند خون کمی یا زیاده ویتامین‌ها و زیاده آمونیاک خون و عدم تعادل الکترولیت با مصرف این فرآورده گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این فرآورده با تتراسیکلین باعث کاهش اثر آمینواسید می‌شود. این دارو را نباید بطور همزمان و همراه با خون انفوزیون نمود.

نکات قابل توصیه ۱- بمنظور تزریق در ورید محیطی محلول آمینواسید را باید با محلول رقیق دکستروز (۵ یا ۱۰ درصد) مخلوط نمود و همراه امولسیون چربی بکار برد.

مقدار مصرف به منظور حفظ پروتئین ۱/۷ ۱-g/kg/day همراه با الکترولیت‌ها از راه ورید محیطی تزریق می‌گردد. در صورت نیاز به تزریق در ورید مرکزی معمولاً نیم لیتر از محلول آمینواسید و نیم لیتر محلول تزریقی دکستروز ۵۰ درصد با الکترولیت‌ها و ویتامین‌ها در مدت ۸ ساعت تجویز می‌شود. سرعت انفوزیون وریدی حدود ۲ ml/min می‌باشد.

اشکال دارویی

۱۰٪/۵٪ Infusion

g—Acetic acid ۵.۲۹۷

gAcetyltirosine ۰.۴۳—

g۶.۵۸ gAlanine ۱۵

gAminoacetic acid	۳.۹۵	---
gArginine	۱۲	۴.۶۰
gAsparagine	۱.۸۶	---
gAspartic acid	۰.۶۵	---
gCysteine	۰.۳۶	---
gGlutamic acid	۲.۳۰	---
gGlycine	۱۴	---
gHistidine	۳.۰	۲.۶۰
gIsoleucine	۵.۰	۲.۵۵
gLeucine	۷.۴	۴.۴۵
gLysine	۶.۶	۳.۵۰
gMethionine	۴.۳	۱.۹۰
gOrnithine	۱.۶۰	---
gPhenylalanine	۵.۱	۲.۵۵
gProline	۱۵	۴.۴۵
gSerine	۱.۲۰	---
gThreonine	۴.۴	۲.۰۵
gTotal nitrogen	۱۶.۴	---
gTryptophane	۲.۰	۰.۹۰
gTyrosine	۰.۳۰	---
gValine	۶.۲	۲.۴۰
Water(Q.S. to	۱۰۰۰ml	۱۰۰۰ml)

ARGININE HCl

موارد مصرف آرژینین بصورت تزریق وریدی برای تحریک آزادسازی هورمون رشد از هیپوفیز و همچنین بعنوان کمک تشخیصی در مواردی نظیر کم کاری هیپوفیز، عمل برداشتن هیپوفیز، کوتولگی بامنشاء هیپوفیزی و آکرومگالی مصرف می شود. مکانیسم اثر: انفوزیون وریدی این دارو اغلب موجب افزایش بارز سطح پلاسمایی هورمون رشد در افرادی می شود که عملکرد هیپوفیز آنها طبیعی است

موارد منع مصرف این دارو در بیمارانی که احتمال بروز واکنش های آلرژیک در آنان زیاد است نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- آرژینین یک داروی تشخیصی است و نباید برای مقاصد درمانی بکار رود.

۲- احتمال بروز تحریک و برافروختگی موضعی تهوع یا استفراغ با انفوزیون سریع وریدی دارو وجود دارد.

۳- در بیماران مبتلا به اختلالات الکترولیتی مصرف دارو باید با احتیاط صورت گیرد.

۴- تجویز مقادیر ناکافی یا طولانی کردن دوره انفوزیون ممکن است باعث کاهش تحریک هیپوفیز و بی اعتبار شدن آزمون گردد.

عوارض جانبی تهوع سردرد، استفراغ برافروختگی بیحسی و تحریک موضعی وریدی و بندرت کاهش پلاکت‌های خون و واکنشهای آلرژیک با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- هنگام انفوزیون این دارو، یک داروی ضد هیستامینی مناسب باید در دسترس باشد.

۲- آزمون باید صبح و پس از خواب طبیعی شبانه انجام شود و در هنگام آزمون بیمار باید ناشتا باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰۰ میلی لیتر از محلول ۱۰ درصد تزریق وریدی می شود.

کودکان مقدار ۵ ml/kg از محلول ۱۰ درصد تزریق وریدی می شود.

اشکال دارویی

Injection

BETACAROTENE

موارد مصرف بتاکاروتن بمنظور کاهش شدت واکنش‌های حساسیت به نور در بیماران مبتلا به پروتوپورفیری اریتروپویتییک مصرف می شود.

مکانیسم اثر: بتاکاروتن یک کاروتنوئید و پیش ساز ویتامین A است

عوارض جانبی شل شدن مدفوع و زردرنگ شدن پوست از عوارض جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱- دارو ترجیحاً باید همراه با غذا مصرف شود.

۲- معمولاً ۲-۶ هفته درمان با بتاکاروتن لازم است تا حداکثر زمانی که بیمار می تواند در معرض نور خورشید قرار گیرد، مشخص گردد.

مقدار مصرف

در بزرگسالان ۳۰۰ mg/day - ۳۰ و در کودکان ۱۵۰-۳۰ mg/day در یک نوبت یا در مقادیر منقسم براساس شدت بیماری مصرف می شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۳۰ mg

CALCIUMPANTOTHENATE

موارد مصرف کلسیم پانتوتنات برای پیشگیری و درمان کمبود این ویتامین بکار می رود.

مکانیسم اثر: اسید پانتوتنیک پیش ساز کوآنزیم A است و برای اعمال متابولیک مختلف مانند متابولیسم کربوهیدراتها، پروتئین ها و چربی ها ضروری است این ویتامین در ساخت استروئیدها، پورفیرین ها، استیل کولین و سایر مواد استفاده می شود.

فارماکوکینتیک ویتامین های گروه B سهولت از مجرای گوارش جذب می شوند (حتی در سندرهای سؤجذب . اسید پانتوتنیک

عمدتاً بصورت کوآنزیم در بافتهای بدن توزیع می شود. بیشترین غلظت در کبد، غدد فوق کلیوی قلب و کلیه ها یافت می شود. اسید

پانتوتنیک متابولیزه نمی شود. این دارو بمیزان ۷۰ درصد به صورت تغییر نیافته از طریق ادرار و

۳۰ درصد از طریق مدفوع دفع می شود.

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبود ویتامین های B به تنهایی شایع نیست معمولاً ترکیبی از این ویتامینها مورد استفاده قرار می گیرد.

مقدار مصرف بر اساس نیاز بیمار تا ۱۰۰ mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg

CALCIUM SUPPLEMENTS

موارد مصرف کلسیم تزریقی برای درمان کمی کلسیم خون در بیماریهایی که نیاز به افزایش سریع غلظت یون کلسیم در سرم دارند، مانند تتانی ناشی از کمی کلسیم خون در نوزادان تتانی ناشی از کمبود هورمون پاراتیروئید، تتانی ناشی از کمی کلسیم خون به علت نیش حشرات یا واکنش‌های حساسیتی نشانه‌های حاد دردهای کولیک ناشی از مسمومیت با سرب کمبود ویتامین D و آکالوز، بمنظور تنظیم الکتروولت در احیای قلبی بویژه پس از عمل جراحی قلب باز، بمنظور تقویت قدرت انقباضی میوکارد پس از خاتمه فیبریلاسیون دهلیزی و بطنی یا زمانی که پاسخ کافی به اپی نفرین تزریقی وجود ندارد، بمنظور کاهش یا برطرف نمودن اثرات مضعف قلبی ناشی از زیادی پتاسیم خون و همچنین بعنوان پادزهر در درمان مسمومیت با منیزیم مصرف می‌شود. فرآورده‌های خوراکی حاوی کلسیم بمنظور جبران کمی کلسیم در بیماریهایی مانند کم کاری مزمن پاراتیروئید، نرمی استخوان راشی تیس و کمی ثانویه کلسیم خون پس از مصرف داروهای ضد تشنج مصرف می‌شوند. اگر کمی مزمن کلسیم خون ناشی از کمبود ویتامین D باشد، املاح کلسیم خوراکی ممکن است همزمان با مشتقات ویتامین D مصرف شوند. املاح خوراکی کلسیم بعنوان مکمل غذایی در افرادی که مقادیر کافی کلسیم دریافت نمی‌کنند و همچنین بعنوان داروی کمکی برای پیشگیری و درمان پوکی استخوان مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: کلسیم برای عملکرد صحیح دستگاه عصبی عضلانی و اسکلتی ضروری است کلسیم در عملکرد طبیعی قلب کلیه تنفس انعقاد خون و نفوذپذیری مویرگها و غشاء سلولی نقش مهمی را ایفا می‌کند. کلسیم همچنین به تنظیم آزادسازی و ذخیره ناقله‌های عصبی و هورمونها، برداشت و اتصال اسیدهای آمینه جذب ویتامین B₁₂ و ترشح گاسترین کمک می‌کند.

فارماکوکینتیک تقریباً ۳۰ - ۲۰ درصد کلسیم در روده کوچک جذب می‌شود. که این امر به حضور متابولیت‌های ویتامین D، pH روده و فاکتورهای رژیم غذایی مانند پیوند کلسیم به فیتاتها و فیبرها بستگی دارد. جذب کلسیم در صورت وجود کمبود کلسیم یا در بیمارانی که رژیم غذایی با کلسیم کم دریافت می‌کنند، افزایش یافته و در بیمارانی مبتلا به فقدان یا کمبود اسید معده کاهش می‌یابد. پیوند کلسیم به پروتئین پلاسما تقریباً ۴۵ درصد است ۲۰ درصد کلسیم از راه کلیه و ۸۰ درصد آن از راه مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف فرآورده‌های حاوی کلسیم در زیادی اولیه یا ثانویه کلسیم خون افزایش کلسیم ادرار، سنگهای کلسیمی در کلیه سارکوئیدوز و مسمومیت با دیژیتال نباید مصرف شود.

هشدارها: فرآورده‌های حاوی کلسیم در موارد دهیدراسیون یا عدم تعادل سایر الکتروولیتها، سابقه سنگهای کلیوی عیب مزمن کار کلیه عیب کار قلب و فیبریلاسیون بطنی در طول احیای قلب با احتیاط مصرف شوند.

عوارض جانبی اختلالات خفیف گوارشی با مصرف خوراکی و برادیکاردی آریتمی و تحریک پس از تزریق وریدی از عوارض جانبی مهم املاح کلسیم می‌باشند. کاهش فشارخون برافروختگی یا احساس گرما، ضربان نامنظم قلب تهوع یا استفراغ قرمزی پوست درد یا سوزش در محل تزریق تعریق گرگز و کاهش فشارخون با تزریق املاح کلسیم گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سایر فرآورده‌های حاوی کلسیم با این داروهای ممکن است سبب افزایش غلظت کلسیم سرم بویژه در بیمارانی مبتلا به عیب کار کلیه شود. مصرف همزمان املاح تزریقی کلسیم با دیگوکسین ممکن است خطر بروز آریتمی قلبی را

افزایش دهد. املاح تزریقی کلسیم ممکن است اثرات سولفات منیزیم تزریقی را خنثی نمایند. همچنین در صورت مخلوط نمودن ملح کلسیم با سولفات منیزیم امکان رسوب سولفات کلسیم وجود دارد. فراهمی زیستی فنی توئین و کلسیم بعلت تشکیل تشکیل احتمالی یک کمپلکس غیرقابل جذب کاهش می‌یابد. جذب تتراسیکلین‌های خوراکی بعلت تشکیل کمپلکس‌های غیرقابل جذب و افزایش pH داخل معده ممکن است کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ - قرصها باید ۱/۵-۱ ساعت پس از غذا مصرف شوند.

۲ - در صورت امکان از مصرف این داروها طی ۲-۱ ساعت پس از مصرف سایر داروهای خوراکی باید خودداری شود.

۳ - از مصرف همزمان سایر فرآورده‌های حاوی کلسیم فسفات منیزیم یا ویتامین D باید خودداری شود.

۴ - از مصرف همزمان فرآورده‌های خوراکی این داروها با مواد غذایی حاوی فیبر و غلات باید خودداری شود.

۵ - بمنظور تامین نیاز روزانه به کلسیم رژیم غذایی مناسب بر مصرف فرآورده‌های حاوی کلسیم ترجیح داده شود.

۶ - در صورت نیاز، مصرف ویتامین D بمیزان کافی و قرار گرفتن در معرض نور خورشید بمنظور افزایش جذب کلسیم توصیه می‌شود.

۷ - بمنظور جلوگیری از افزایش غلظت کلسیم در خون و ایست قلبی دارو باید به آهستگی تزریق وریدی شود.

۸ - بروز عوارض جانبی اغلب بعلت تزریق سریع وریدی است با ظهور اختلالات دردالکتروکاردیوگرام و اظهار ناراحتی از سوی بیمار، تزریق دارو باید بطور موقت قطع شود و پس از طبیعی شدن امواج و رفع ناراحتی بیمار، ادامه یابد.

مقدار مصرف

مقدار مصرف مجاز کلسیم در روزه ترتیب زیر می‌باشد:

شیرخواران و کودکان باسن کمتر از ۳ سال ۸۰۰-۴۰۰ میلی گرم کودکان بین ۱۰-۴ سال ۸۰۰ میلی گرم نوجوانان و بزرگسالان ۱۲۰۰-۸۰۰ میلی گرم زنان باردار و شیرده ۱۲۰۰ میلی گرم

خوراکی

برای پیشگیری از کمی کلسیم خون از راه خوراکی مقادیر فوق مورد استفاده قرار می‌گیرد. بعنوان درمان کمی کلسیم خون مقدار مصرف براساس شدت کمبود کلسیم در هر بیمار توسط پزشک باید تعیین شود.

تزریقی

برای پیشگیری از کمی کلسیم خون مقدار مصرف براساس نیاز بیمار تعیین و انفوزیون وریدی می‌شود. در درمان کمی کلسیم خون و تامین الکترولیت حدود ۱ گرم گلوکونات کلسیم بطور آهسته و با سرعت حداکثر تا ۵ میلی لیتر در دقیقه تزریق وریدی می‌شود و در صورت نیاز، تا زمانی که تتانی کنترل شود، مصرف آن را می‌توان تکرار نمود.

بعنوان پائین آورنده پتاسیم یا منیزیم خون مقدار ۲-۱ گرم بطور آهسته و با سرعت حداکثر تا ۵ میلی لیتر در دقیقه تزریق وریدی می‌شود. در طول درمان مقدار مصرف دارو باید براساس پیگیری منظم وضعیت بیمار توسط الکتروکاردیوگرام تنظیم شود.

اشکال دارویی

+Effervescent Tablet: ۱۵۰۰ mg Ca₂

Injection: ۱۰٪

Tablet: Calcium ۵۰۰ mg + Vit D ۲۰۰ IU

DEXTROSE

موارد مصرف محلولهای ۵ و ۱۰ درصد کستروز از طریق انفوزیون وریدی محیطی برای تامین کالری در مواردی که درمان جانشینی مایع و کالری لازم است مصرف می‌شوند. محلولهای ۲۰ درصد کستروز در مواردی که تامین کالری کافی در حداقل حجم آب ضروری باشد، مصرف می‌شود. محلولهای ۵۰ درصد کستروز در درمان کمی قند خون ناشی از مصرف مقدار زیاد انسولین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: محلولهای تزریقی دکستروز بعنوان منبع کالری و مایعات مصرف می‌شوند (هر گرم گلوکز مونوهیدرات ۳/۴ کالری انرژی آزاد می‌کند). دکستروز تزریقی ممکن است دیورز ایجاد کند. این ماده براحتی متابولیزه می‌شود و ممکن است از دست رفتن پروتئین و نیتروژن را کاهش داده و تشکیل گلیکوژن را تسریع نماید.

فارماکو کینتیک گلوکز تزریقی براحتی متابولیزه می‌شود و در اثر اکسیداسیون به آب و دی‌اکسید کربن تبدیل می‌شود. هشدارها: ۱- محلولهای دکستروز در صورت وجود دیابت بدون علائم بالینی یا آشکار یا عدم تحمل کربوهیدراتها و همچنین در نوزادان مادران مبتلا به دیابت باید با احتیاط مصرف شوند.

۲- محلولهای هیپرتونیک دکستروز ممکن است در صورت مصرف از راه انفوزیون وریدی محیطی موجب بروز ترومبوز شوند. بنابراین این محلولها باید از طریق کاتتر به آهستگی در وریدهای مرکزی تزریق شوند.

عوارض جانبی واکنش‌های تب‌زا، عفونت در محل تزریق نکرز بافتی ترومبوز وریدی یا فلیبیت اغتشاش شعور یا عدم هوشیاری و تحریک ورید با مصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- وضعیت بیمار از نظر تعادل مایع و غلظت الکترولیتها و تعادل اسید و باز باید پیگیری شود.

۲- محلول دکستروز را باید طوری تزریق نمود که دارو به بافتهای اطراف رگ نشت نکند.

۳- محلولهای غلیظ دکستروز را نباید بصورت عضلانی یا زیرجلدی تزریق نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان بمقدار ۲۵-۱۰ گرم از محلول ۲۰ درصد در هر نوبت تزریق می‌شود. حداکثر سرعتی که می‌توان دکستروز را انفوزیون نمود، بدون آنکه قند در ادرار دیده شود، ۰/۵ g/kg/hr است

کودکان در کودکان بمنظور کنترل علائم حاد کمی قند خون ۵۰۰ mg/kg - ۲۵۰ از محلول ۲۰ درصد تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion Souttion: ۱۰٪, ۲۰٪, ۵۰٪.

Infusion Souttion: ۳.۳۳٪ in NaCl ۰.۳٪. Infusion Souttion: ۵٪ in NaCl ۰.۴۵٪. Infusion Souttion: ۵٪ in NaCl ۰.۹٪.

DEXTROSE AND ETHANOL

موارد مصرف این ترکیب برای افزایش مقدار کالری دریافت شده و تامین مایعات بدن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده منبع تامین کربوهیدرات - کالری است و سطح گلوکز خون را بهبود می‌بخشد. هر میلی‌لیتر از الکل ۵/۶ کالری و هر گرم دکستروز ۳/۴ کالری انرژی تولید می‌نماید.

فارماکو کینتیک اتیل الکل با سرعت

۲۰ ml/hr ۱۰ متابولیزه می‌شود. اگر سرعت انفوزیون بیش از سرعت متابولیسم باشد، اثر تسکین بخش الکل ظاهر می‌شود. الکل عمدتاً در کبد به استات یا استالدئید متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب در افراد مبتلا به صرع عفونت مجاری ادرار، الکلیسم و اغمای دیابتی نباید مصرف شود. هشدارها: ۱- این ترکیب در موارد عیب کار کبد، شوک بعد از جراحی جمجمه خونریزی بعد از زایمان یا احتمال بروز آن و عیب بارز کار کلیه باید با احتیاط مصرف شود.

۲- تزریق وریدی این محلول ممکن است منجر به افزایش مایعات بدن و در نتیجه کاهش غلظت الکترولیت‌های سرم زیادی آب بدن حالت‌های احتقانی یا خیز ریوی شود.

۳- در صورت بروز مسمومیت ناشی از الکل یا حالت تسکین باید سرعت انفوزیون را کاهش داد یا انفوزیون را بطور موقت قطع کرد.

عوارض جانبی تب عفونت در محل تزریق ترومبوز یا فلیبیت وریدی نشت محلول به بافت‌های اطراف رگ و افزایش حجم خون با مصرف این محلول گزارش شده است با تزریق سریع به علت مسمومیت ناشی از الکل سرگیجه برافروختگی عدم درک زمان مکان و ارتباط‌های فردی یا تسکین نیز ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف همزمان این فرآورده با باربیتوراتها، بنزودیازپین‌ها، متوکلوپرامید و فنوتیازین‌ها ضعف CNS ناشی از این داروها تشدید خواهد شد. اثرات فارماکولوژیک انسولین در صورت مصرف همزمان با این فرآورده ممکن است افزایش یابد و منجر به بروز کمی قندخون گردد. سایتمیدین ممکن است غلظت پلاسمایی اتانل را افزایش دهد. نکات قابل توصیه ۱- وضعیت بیمار از نظر تعادل مایع و غلظت الکترولیتها و تعادل اسید و باز باید پیگیری شود. ۲- محلول باید به آهستگی تزریق گردد و بیمار باید از نظر بروز بیقراری یا خواب‌آلودگی تحت نظر قرار گیرد. ۳- هنگام تزریق باید دقت نمود تا دارو به بافت‌های اطراف رگ نشت نکند.

مقدار مصرف

بزرگسالان میزان ۱-۲ لیتر در ۲۴ ساعت تزریق می‌شود. معمولاً بزرگسالان قادر به متابولیزه کردن ۱۰ میلی لیتر الکل در ساعت می‌باشند.

کودکان بسته به وزن کودک و پاسخ بالینی تا ۴۰ ml/kg یا ۱۰۰۰-۳۵۰ میلی لیتر در ۲۴ ساعت تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

(Infusion Solution: Dextrose ۵% and Ethanol ۵% (۱۰۰۰ ml

FLUORIDE

موارد مصرف فلوریدر بعنوان مکمل رژیم غذایی برای پیشگیری از فساد دندان کودکان در نواحی که میزان فلوریدر آب آشامیدنی کافی نیست مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: یون فلوریدر باعث پایداری کریستال‌های آپاتیت استخوانها و دندان می‌شود. فلوراید ممکن است مانع رشد و نمو باکتری‌های ایجادکننده پلاک دندان شود. رسوب فلوراید روی سطح مینای دندان سبب افزایش مقاومت آن در مقابل اسید و گسترش فساد دندان می‌شود.

فارماکوکینتیک فلورایدها بسهولت و تقریباً بطور کامل از مجرای گوارش جذب می‌شوند. محل ذخیره این یون در استخوانها می‌باشد. این دارو از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ۱- این دارو در مناطقی که آب آشامیدنی حاوی میزان کافی فلوراید است نباید مصرف شود.

۲- این دارو در بیماران مبتلا به درد مفاصل و قرچه گوارشی و بی‌کفایتی شدید کلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف بیش از حد یون فلئوئورطی دوره نمو دندان در کودکان ممکن است سبب بروز فلئوئوروز دندان شود. عوارض جانبی سفیدشدن دندانها و بندرت ایجاد رنگ قهوه‌ای متمایل به زرد روی دندانها گزارش شده است نکات قابل توصیه در صورت لک شدن دندانها، مراجعه به پزشک یا دندانپزشک ضروری است مقدار مصرف در کودکان برای پیشگیری از فساد دندان و همچنین بعنوان مکمل غذایی در مناطقی که میزان فلوراید در آب آشامیدنی کمتر از ۰/۷ ppm است بر مبنای میزان فلوراید آب آشامیدنی و سن کودک مقدار ۱ mg/day - ۰/۲۵ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱mg, ۲۰mg

Mouthwash: ۰.۲٪

FOLIC ACID

موارد مصرف اسید فولیک بمنظور پیشگیری و درمان حالات مرضی ناشی از کمبود این ویتامین مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: اسید فولیک پس از تبدیل به اسید تراهدرو فولیک برای تولید گویچه‌های قرمز، سنتز پورین و تیمیدیلات‌ها، متابولیسم اسیدهای آمینه از قبیل گلیسین و متیونین و هیستیدین ضروری است فارماکوکینتیک اسید فولیک حتی در موارد سوء جذب تقریباً بطور کامل از مجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم این دارو کبدی است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت سرمی ۶۰-۳۰ دقیقه است دفع اسید فولیک کلیوی است موارد منع مصرف ۱- این دارو در بیماریهای بدخیم مگر در مواردی که کم‌خونی مگالوبلاستیک به علت کمبود فولات عارضه مهمی باشد، نباید مصرف شود.

۲- این دارو در درمان کم‌خونی پرنیسوز آدیسونی و سایر حالات مرضی ناشی از کمبود ویتامین B۱۲ به تنهایی نباید مصرف شود. زیرا ممکن است سبب تحلیل رفتن تحت حاد طناب نخاعی شود.

نکات قابل توصیه ۱- فقط زمانی از راه تزریقی مصرف شود که مصرف خوراکی آن بدلیل مشکلاتی مانند تهوع استفراغ شرایط پیش از عمل یا بعد از عمل یاسنرمهای سوء جذب یا پس از برداشت قسمتی از معده امکان‌پذیر نباشد.

مقدار مصرف

خوراکی

به عنوان مکمل غذایی در بزرگسالان و کودکان ۰/۱ mg/day (تا ۱ mg/day دربارداری، مصرف می‌شود که این مقدار رami توان براساس نیاز بیمار تا ۱-۵ میلی‌گرم افزایش داد. در درمان کمبود این ویتامین ابتدا بعنوان مقدار شروع ۱ mg/day - ۰/۲۵ تا زمان حصول پاسخ هماتولوژیک مصرف می‌شود. مقدار نگهدارنده در بزرگسالان ۰/۴ (۰/۸) mg/day میلی‌گرم دربارداری و شیردهی، در نوزادان ۰/۱ mg/day، در کودکان تا سن ۴ سال تا ۰/۳ mg/day و در کودکان با سن بیش از ۴ سال ۰/۴ mg/day است

تزریقی

به عنوان مکمل غذایی در درمان کمبود ویتامین ۱ mg/day - ۰/۲۵ تا حصول پاسخ هماتولوژیک بصورت وریدی عضلانی یا زیرجلدی عمیق تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱ mg

Injection: ۵۰ mg/۱۰ ml

HEMATINIC

موارد مصرف هماتینیک برای درمان و کنترل کم خونیهای ناشی از کمبود آهن کم خونی مگالوبلاستیک کم خونی دوران بارداری و کم خونیهای ناشی از سوء تغذیه مصرف می شود.

هشدارها: ۱- بعضی از بیماران که به کم خونی پرنیسیوز مبتلا هستند، ممکن است به مصرف ویتامین B۱۲ بصورت خوراکی پاسخ ندهند.

۲- در صورت بروز علائم عدم تحمل دارو، مصرف آن باید بطور موقت یا دائم قطع شود.

۳- اسید فولیک با مقادیر بیش از ۰/۱ mg/day ممکن است علائم کم خونی پرنیسیوز را پوشاند. نکات قابل توصیه این دارو باید همراه با غذا یا بعد از آن مصرف شود.

مقدار مصرف روزانه یک کپسول برای درمان و کنترل کم خونی بدون عواقب مصرف می شود.

اشکال دارویی

Capsule: Vit B۱۲ ۱۵ mcg + FerrousFumarate ۳۵۰ mg + Vit C ۱۵۰ mg + Folic Acid ۱ mg

FERROUS SULFATE

موارد مصرف این دارو در کم خونی ناشی از فقر آهن مصرف می شود.

مکانیسم اثر: آهن یک عنصر اساسی و لازم برای ساخت هموگلوبین است آهن بمقدار مناسب برای خونسازی و در نتیجه تامین ظرفیت انتقال اکسیژن خون ضروری است این عنصر در ساخت میوگلوبین نیز عملی مشابه به عهده داشته و همچنین به عنوان کوفاکتور چندین آنزیم اساسی مانند سیتوکروم نقش دارد. آهن برای متابولیسم کاتکول آمین و عملکرد صحیح نوتروفیلها نیز ضروری است آهن موجود در غذا یا مکملهای غذایی پس از مصرف خوراکی بشکل آهن دو ظرفیتی از سلولهای مخاطی عبور کرده و به ترانسفرین پیوند می یابد. در این حالت آهن برای ساخت گلبولهای قرمز، به مغز استخوان منتقل می شود.

فارماکوکینتیک جذب آهن در صورت تخلیه ذخایر آن یا افزایش ساخت گلبولهای قرمز افزایش می یابد. آهن از دوازدهه و ابتدای رژنوم جذب می شود. جذب آهن با شدت فقر آهن متناسب می باشد. جذب آهن دو ظرفیتی با معده خالی بیشتر است نیمه عمر سولفات آهن ۶ ساعت می باشد. آهن عمدتاً در سلولهای کبدی و سیستم رتیکولو آندوتلیال ذخیره می شود. هیچ نوع مکانیسم فیزیولوژیک برای دفع آهن وجود ندارد.

موارد منع مصرف سولفات آهن در هموسیدروز، هموکروماتوز و سایر کم خونیها (مگر اینکه همراه فقر آهن باشد)، نباید مصرف شود.

عوارض جانبی تحریک مجرای گوارش با مصرف این دارو گزارش شده است تهوع و درد اپی گاستریک وابسته به مقدار مصرف است مصرف آهن از راه خوراکی در بیماران مبتلا به بیماری التهابی روده ممکن است سبب تشدید اسهال شود. مصرف آهن از راه خوراکی ممکن است سبب بروز یبوست به ویژه در سالخوردگان شود.

تداخل های دارویی مصرف همزمان آهن با تراسیکلین های خوراکی ممکن است سبب کاهش جذب و اثرات درمانی تراسیکلین ها شود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو باید با معده خالی یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از غذا مصرف شود، اما به منظور کاهش احتمال بروز دل آشوبه این دارو را می‌توان همراه با غذا مصرف نمود.

۲- برای جلوگیری از لکه‌دار شدن دندانها و پوشاندن طعم دارو، محلول خوراکی دارو را باید همراه با آب یا آبمیوه و با استفاده از نی مصرف نمود. هنگام مصرف قطره خوراکی قطرات دارو باید بر روی زبان ریخته شوند.
مقدار مصرف

بزرگسالان بمنظور پیشگیری از کم‌خونی فقر آهن ۳۰۰ mg/day و در درمان کم‌خونی فقر آهن ۳۰۰ میلی‌گرم دوبار در روز مصرف می‌شود و سپس بر حسب نیاز و تحمل بیمار، بتدریج تا ۳۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز افزایش می‌یابد.

کودکان مقدار ۵ mg/kg/day بمنظور پیشگیری از کم‌خونی فقر آهن و مقدار ۱۰ mg/kg، سه بار در روز در درمان کم‌خونی مصرف می‌شود. به‌عنوان مکمل غذایی مقدار مصرف توصیه شده عنصر آهن در روز بین ۱۵-۶ میلی‌گرم و برای زمان بارداری ۳۰ میلی‌گرم است
اشکال دارویی

Tablet: Eq. to ۵۰ mg Iron

Syrup: ۲۰۰ mg (۴۱ mg Iron)/۵ml

Oral Drops: ۱۲۵ mg (۲۵ mg Iron)/ml

MULTIVITAMIN

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که از تغذیه کافی برخوردار نبوده یا رژیم غذایی آنها فاقد مواد غذایی ضروری و کافی است و همچنین در بیمارانی که نیاز به این مواد بطور موقت در آنها افزایش یافته است مانند زنان باردار و در دوران شیردهی مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱- در بیماران دیالیزی مصرف مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح معدنی ممکن است نیاز باشد.

۲- بعضی از ویتامین‌ها به‌خصوص ویتامین‌های A و D و بسیاری از مواد معدنی در مقادیر زیاد سمی هستند. بنابراین مقدار مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین باید بر اساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم شود.

۳- مقدار مصرف ویتامین A، به منظوری اجتناب از هیپر ویتامینوز، باید محدود شود.

مقدار مصرف روزی یک قرص یا کپسول

۵ میلی‌لیتر از شربت یا ۱/۶ میلی‌لیتر از قطره یا طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Oral Drops Syrup Effervescent Coated Tablet

ml) (۵ml) Tablet or Capsule (/)

IU ۲۵۰۰ IU ۳۰۰۰ IU ۵۰۰۰ IU Vit A ۱۵۰۰

mg ۱ mg ۲ mg ۱.۵ mg Vit B ۱ ۰.۵

IU ۴۰۰ IU ۴۰۰ IU Vit D ۴۰۰

mg ۱.۲ mg ۲.۵ mg ۱.۷ mg Vit B ۲ ۰.۶

IU ۱۵ IU ۲.۵ mg ۱۵ IU Vit E ۵

۰.۴	B ₆ Vit	۱ mg
۴۰۰	Folic Acid	mcg
۱.۵	B ₁₂ Vit	۵ mcg
۸	Nicotinamide	۲۰ mg
۳۵	C Vit	۶۰ mg
۸	Calcium	mg
	Pantothenate	
۳۰	Biotin	mcg

MULTIVITAMIN PLUS IRON

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که از تغذیه کافی برخوردار نبوده یا رژیم غذایی آنها فاقد مواد غذایی ضروری و کافی است و همچنین در بیمارانی که نیاز به این مواد بطور موقت در آنها افزایش یافته است مانند زنان باردار و در دوران شیردهی مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱- در بیماران دیالیزی مصرف مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح معدنی ممکن است نیاز باشد.

۲- بعضی از ویتامین‌ها بخصوص ویتامین‌های A و D و بسیاری از مواد معدنی در مقادیر زیاد سمی هستند. بنابراین مقدار مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین باید براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم شود.

۳- مقدار مصرف ویتامین A، بمنظور اجتناب از هیپر ویتامینوز، باید محدود شود. مقدار مصرف بر حسب نیاز و طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup Oral Drops

(/ml) (ml)

IU ۵۰۰۰ IU Vit A ۲۵۰۰

mg ۰.۵ mg Vit B₁ ۱۰.۵

IU ۴۰۰ IU Vit D ۴۰۰

mg ۰.۶ mg Vit B₂ ۱.۲

IU ۵ IU Vit E ۱۵

mg ۰.۴ mg Vit B₆ ۱

mg ۳۵ mg Vit C ۶۰

(mg ۱۰ mg Iron (as sulfate) ۱۰

mg ۸ mg Nicotinamide ۱۳.۵

mcg—Vit B₁₂ ۴.۵

MULTIVITAMIN PLUS MINERAL

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که از تغذیه کافی برخوردار نبوده یا رژیم غذایی آنها فاقد مواد غذایی ضروری و کافی است و همچنین در بیمارانی که نیاز به این مواد به طور موقت در آنها افزایش یافته است (مانند زنان باردار و در دوران شیردهی مصرف می‌شود).

هشدارها: ۱- در بیماران دیالیزی مصرف مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح معدنی ممکن است نیاز باشد.

۲- بعضی از ویتامینها به خصوص ویتامین‌های A و D و بسیاری از

مواد معدنی در مقادیر زیاد سمی

هستند. بنابراین مقدار مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین باید

براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم شود.

۳- مقدار مصرف ویتامین A، به منظور اجتناب از هیپر ویتامینوز، باید محدود شود.

مقدار مصرف روزی یک کپسول یا طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule or Tablet: Vit A ۵۰۰۰ IU + Vit D ۴۰۰ IU + Vit E ۳۰ IU + Vit B_۱ ۱.۵ mg + Vit B_۲ ۱.۷ mg +
Nicotinamide ۲۰ mg + Vit B_۶ ۲ mg + Vit B_{۱۲} ۶ mcg + Vit C ۶۰ mg + Folic Acid ۰.۴ mg + Calcium
۱۲۵ mg + Iodine ۱۵۰ mcg + Iron ۱۸ mg + Magnesium ۱۰۰ mg

MULTIVITAMIN THERAPEUTIC

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی

ویتامین تراپوتیک ممکن است در

بیماران مبتلا به کمبود ویتامینها

مفید باشند. این فرآورده‌ها در حالات مرضی که نیاز به مواد غذایی و

ویتامینها افزایش می‌یابد، مانند

اعتیاد به الکل پرکاری تیروئید،

آسیب یا بیماری شدید یا در مواردی

که جذب مصرف و دفع ویتامینها غیرطبیعی است مانند سندرم سؤجذب مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱- در بیماران دیالیزی

مصرف مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها

و املاح معدنی ممکن است نیاز

باشد.

۲- بعضی از ویتامینها به خصوص ویتامین‌های A و D و بسیاری از مواد معدنی در مقادیر زیاد سمی

هستند. بنابراین مقدار مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین باید

براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم شود.

۳- مقدار مصرف ویتامین A، به منظور اجتناب از هیپرویتامینوز، باید محدود شود.

۴- فرآورده‌های مولتی‌ویتامین تراپوتیک نباید به عنوان مکمل غذایی مصرف شوند. در صورت مصرف این فرآورده‌ها، مراقبت دقیق از بیمار ضروری است

مقدار مصرف روزی یک قرص یا یک کپسول یا طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: Vit A ۲۵۰۰۰ IU + Vit B_۱ ۲۰mg + Vit B_۲ ۵mg + Nicotinamide ۵۰mg + Vit B_۶ ۱۰mg + Vit B_{۱۲} ۵mcg + Vit C ۱۵۰mg + Biotin ۰.۲۵mg + Vit D ۱۰۰۰ IU + Vit E ۱۰mg + Folic Acid ۱mg + Dexpanthenol ۱۰mg + Ca ۱۰۰mg + Mg ۵mg + Mn ۰.۵mg + Mo ۰.۱mg + Fe ۱۰mg + Zn ۰.۵mg + Phosphorous ۷۷.۵mg + Cu ۱mg

NIACINAMIDE

موارد مصرف نیاسین آمید برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین B_۳ مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک به استثنای سندرم سوء جذب در سایر موارد ویتامین‌های گروه B، از جمله نیاسین آمید، بخوبی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. متابولیسم این دارو کبدی است و نیمه عمر آن در حدود ۴۵ دقیقه می‌باشد. دفع نیاسین آمید کلیوی است و مقادیر بیش از حد مورد نیاز روزانه بدون تغییر از طریق ادرار دفع می‌شود.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر زیاد این دارو، سرگیجه یا از حال رفتن خشکی پوست یا چشمها، افزایش قندخون تهوع یا استفراغ قرحه گوارشی خارش پوست درد مفاصل و افزایش اوره خون گزارش شده است

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه B به تنهایی شایع نیست به طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌ها تجویز می‌شود.

مقدار مصرف به عنوان مکمل ویتامین در پیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف توصیه شده در روز بصورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۹-۵ میلی گرم سن ۶-۴ سال ۱۲ میلی گرم سن ۱۰-۷ سال ۱۳ میلی گرم پسران و مردان بالغ ۲۰-۱۵ میلی گرم دختران و زنان بالغ ۱۵-۱۳ میلی گرم زنان باردار ۱۷ میلی گرم در دوران شیردهی ۲۰ میلی گرم در درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف براساس شدت کمبود تعیین می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

NICOTINIC ACID

موارد مصرف اسید نیکوتینیک (نیاسین برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین B_۳ و همچنین در درمان زیادی چربی خون مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک به استثنای سندرم سوء جذب در سایر موارد ویتامین‌های گروه B، از جمله نیاسین به خوبی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. متابولیسم این دارو کبدی است و نیمه عمر آن حدود ۴۵ دقیقه می‌باشد. اثر دارو در کاهش غلظت کلسترول پس از چند روز و در کاهش غلظت تری گلیسرید پس از چند ساعت شروع می‌شود. دفع نیاسین کلیوی است و مقادیر بیش از نیاز روزانه بدون تغییر از طریق ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد خونریزی شریانی دیابت بیماری کبدی نقرس وقرحه گوارشی باید با احتیاط مصرف شود. عوارض جانبی برافروختگی سرگیجه سردرد، تپش قلب خارش تهوع استفراغ و بندرت نقص کار کبد و بثورات جلدی بامصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه B به تنهایی شایع نیست به طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌ها تجویز می‌شود.

۲- به عنوان پائین آورنده چربی خون بمنظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک ضروری است مقدار مصرف به عنوان مکمل ویتامین در پیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف روزانه به صورت زیر می‌باشد:

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۹-۵ میلی گرم سن ۴-۶ سال ۱۲ میلی گرم سن ۷-۱۰ سال ۱۳ میلی گرم پسران و مردان بالغ ۲۰-۱۵ میلی گرم دختران و زنان بالغ ۱۳-۱۵ میلی گرم زنان باردار ۱۷ میلی گرم و در دوران شیردهی ۲۰ میلی گرم در درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف براساس شدت کمبود تعیین می‌شود. به عنوان پائین آورنده چربی خون در بزرگسالان ابتدا ۱ گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود که بر حسب نیاز هر ۲-۴ هفته ۵۰۰ mg/day بمقدار مصرف اضافه می‌شود. بعنوان نگهدارنده ۱-۲ گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

ORS

موارد مصرف این فرآورده برای جبران املاح از دست رفته در اسهال‌های متوسطو برای پیشگیری از تشدید دهیدراتاسیون مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک بخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود. وجود گلوکز جذب املاح را افزایش می‌دهد. عوارض جانبی در صورت مصرف بیش از اندازه ممکن است در نوزادان کمتر از یکسال منجر به تشنج گردد. پف کردن پلکها و تشنگی بیش از حد نیز از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱- ضمن تامین املاح و آب در کودکان مصرف غذاهای دیگر ضروری است

۲- محتوی پاکت ORS را در یک لیتر آب جوشیده سرد شده حل کرده و استفاده گردد.

۳- برای جلوگیری از استفراغ در نوزادان دارو به آهستگی به آنها خوراندن شود.

۴- محلول ORS باید بلافاصله قبل از مصرف تهیه شود.

مقدار مصرف در شیرخواران حداکثر یک لیتر در ۲۴ ساعت و در کودکان بزرگتر حداکثر یک لیتر در مدت ۸-۲۴ ساعت بسته به سن بیمار تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Powder: NaCl ۳.۵ g + KCl ۱.۵ g + Trisodium Citrate ۲.۹ g + Dextrose ۲۰ g

PHOSPHATE

موارد مصرف فسفات برای جبران کمبود فسفر خون مصرف می‌شود. اسیدی شدن ادرار ناشی از این دارو، اثر داروهایی که برای بروز اثر ضدباکتری خود به محیط اسیدی نیاز دارند (مانند متنامین را افزایش می‌دهد. این دارو غلظت کلسیم ادرار را کم می‌کند و

مانع رسوب کلسیم در مجاری ادرار می‌شود.

مکانیسم اثر: در توبول دیستال کلیوی هیدروژن ترشح شده در سلول توبول از طریق تعویض با سدیم نمک‌های فسفات‌دی‌بازیک را به مونوبازیک تبدیل می‌کند. بنابراین مقدار زیادی از اسید ترشح می‌شود، بدون آنکه pH ادرار را بمقداری پائین آورد که انتقال هیدروژن را بوسیله شیب زیاد غلظت بین سلول توبول و مایع لومن توبول مهار کند. این دارو با اسیدی کردن ادرار، حلالیت کلسیم را افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک فسفات از مجرای گوارش جذب می‌شود. اما مقادیر زیاد کلسیم یا آلومینیوم ممکن است باعث ایجاد فسفات نامحلول و در نتیجه کاهش جذب آن شود. فسفات به مقدار ۹۰ درصد از کلیه و ۱۰ درصد از مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران مبتلا به زیادی فسفات خون عیب شدید کار کلیه و سنگهای ادراری فسفات منیزیم- آمونیم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

مواردی که ممکن است با غلظت‌های زیاد فسفات همراه باشند (مانند کم کاری پاراتیروئید و بیماری مزمن کلیه و رابدومیولیز)، حالتی که ممکن است با غلظت‌های کم کلسیم همراه باشند (مانند کم کاری پاراتیروئید، نرمی استخوان التهاب حاد لوزالمعده بیماری مزمن کلیه رابدومیولیز، راشی‌تسم و حالتی که ممکن است با غلظت‌های زیاد پتاسیم همراه باشند (مانند بی‌کفایتی شدید غده فوق کلیه دهیدراسیون شدید، التهاب لوزالمعده تمرینات فیزیکی بی‌کفایتی کلیه رابدومیولیز، آسیب وسیع بافت).

عوارض جانبی احتباس مایع زیادی پتاسیم خون زیادی سدیم خون زیادی فسفات یا کلسیم خون با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای حاوی کلسیم با فسفات‌ها ممکن است خطر رسوب کلسیم در بافت نرم را افزایش دهد. مصرف همزمان داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی کاپتوپریل سیکلوسپورین مدرهای نگهدارنده پتاسیم انالاپریل هپارین و سایر داروهای حاوی پتاسیم با فسفات پتاسیم ممکن است سبب افزایش پتاسیم خون شود. مصرف همزمان این دارو با سایر فرآورده‌های حاوی فسفات ممکن است خطر بروز زیادی فسفات خون به ویژه در بیماران مبتلا به بیماری کلیوی را افزایش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان بعنوان تامین کننده الکترولیت میزان ۱۰ mmol/day فسفر (۳۱۰ mg/day) مصرف می‌شود. در درمان زیادی کلسیم خون حداکثر تا ۶ قرص (۳ گرم فسفر) مصرف می‌شود.

کودکان ۲ mmol/day - ۱/۵ فسفر (۴۶/۵ - ۶۲ mg/day) تا حداکثر ۳ قرص تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Effervescent. Tablet: NaH₂PO₄ ۱۹۳۶ mg

NaHCO₃ ۳۵۰ mg + KHCO₂ ۳۱۵ +

(mg phosphorus ۵۰۰)

POTASSIUM CHLORIDE

موارد مصرف این دارو در درمان کمی پتاسیم خون همراه یا بدون آلكالوز متابولیک در مسمومیت مزمن بادیگوکسین و در بیماران مبتلا- به فلج دوره‌ای همراه کمی پتاسیم خون مصرف می‌شود. مکملهای پتاسیم بمنظور پیشگیری از بروز کمی پتاسیم خون

در بیمارانی که کاهش پتاسیم خون در آنان مخاطره آمیز است و همچنین در بیماران مبتلا به سیروز کبدی همراه آسیت زیادی آلدوسترون همراه کار طبیعی کلیه اسهال استفراغ طولانی و نفروپاتی تخلیه کننده پتاسیم و در کودکان تحت درمان طولانی مدت با آدرنو کورتیکوئیدها مصرف می شود.

فارماکو کینتیک دفع املاح پتاسیم از کلیه ۹۰ درصد و مدفوع (۱۰ درصد) می باشد.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

اسهال طولانی یا شدید اختلال در عملکرد مری طولانی بودن زمان تخلیه معده انسداد روده یا قرحه گوارشی فلج دوره ای خانوادگی انسداد شدید یا کامل قلب و زیاده پتاسیم خون یا حالاتی که منجر به زیاده پتاسیم خون می شود.

۲- در بیماران سالخورده خطر بروز زیاده پتاسیم خون به علت تغییر در توانایی کلیه این بیماران در دفع پتاسیم وجود دارد.

۳- مصرف این دارو برای تصحیح کمی پتاسیم خون باید با احتیاط صورت گیرد تا از زیاده پتاسیم خون همراه با آریتمی قلبی اجتناب شود.

۴- غلظت های پلاسمائی بیش از

$5/5 \text{ mEq/L}$ بعلت احتمال بروز آریتمی خطرناک است

۵- پیگیری دقیق وضعیت بیمار، بررسی الکتروکاردیوگرام و اندازه گیری غلظت پتاسیم ممکن است ضروری باشد.

۶- در صورت بروز اختلال در عملکرد کلیه کم ادراری یا افزایش کراتینین سرم، انفوزیون کلرور پتاسیم باید فوراً قطع شود.

عوارض جانبی اغتشاش شعور، ضربان نامنظم یا آهسته قلب بیحسی یا گزگز در دستها، پا یا لب اشکال در تنفس اضطراب خستگی یا ضعف ضعف یا احساس سنگینی در پاها با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل های دارویی مصرف همزمان داروهای مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین ضد التهاب های غیر استروئیدی مسدودکننده های گیرنده بتا - آدرنرژیک مدرهای نگهدارنده پتاسیم و هپارین با مکمل های پتاسیم ممکن است سبب افزایش غلظت پتاسیم سرم و در نتیجه ایست قلبی شود. مصرف همزمان داروهای آنتی کولینرژیک با شکل خوراکی کلرور پتاسیم ممکن است شدت ضایعات دستگاه گوارش ناشی از مصرف این دارو را افزایش دهد. مصرف همزمان کلرور پتاسیم با دیگوکسین در بیماران دیژیتالیزه یا در بیماران مبتلا به بلوک شدید یا کامل قلب توصیه نمی شود.

نکات قابل توصیه ۱- دارو بلافاصله پس از غذا یا همراه با آن مصرف شود.

۲- دوره درمان باید کامل شود، بویژه اگر از داروهای مدر یا دیگوکسین استفاده می شود.

۳- در صورت بروز علائم خونریزی گوارشی مراجعه فوری به پزشک ضروری است

مقدار مصرف

هر گرم کلرور پتاسیم معادل $13/41$ میلی اکی والان پتاسیم است

خوراکی

بزرگسالان بمنظور پیشگیری یا درمان کمی پتاسیم خون ۲۰ میلی اکی والان پتاسیم (تقریباً معادل $1/5$ گرم کلرور پتاسیم در ۱۸۰ میلی لیتر آب سرد، ۵-۱ بار در روز یا $20-6/7$ میلی اکی والان پتاسیم معادل $1/5-0/5$ گرم کلرور پتاسیم از قرص پیوسته رهش ۳ بار در روز مصرف می شود.

تزریقی

بزرگسالان بعنوان جانشین شونده الکتروولیت یا درمان کمی پتاسیم خون مقدار مصرف و سرعت انفوزیون باید بر حسب نیاز بیمار تعیین گردد (حداکثر تا 400 mEq/day). پس از انفوزیون اولیه ۶۰-۴۰ میلی اکی والان پاسخ بیمار باید با سنجش غلظت پتاسیم سرم

والکتروکاردیوگرام مشخص گردد و سرعت انفوزیون بعدی تعیین شود.

کودکان برای درمان کمی پتاسیم خون تا 3 mEq/kg انفوزیون وریدی می‌شود. درپیشگیری از کمی پتاسیم خون مقدار مصرف براساس نیاز هر بیمار تعیین می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: $20 \text{ mEq} / 10 \text{ ml}$, $100 \text{ mEq} / 50 \text{ ml}$

Sustained Release Tablet: 500 mg

RINGER

موارد مصرف این فرآورده بعنوان محلول ایزوتونیک بصورت انفوزیون وریدی در درمان جانشینی آب و نمک و در مواردی که پتاسیم بین سلولی کاهش یافته است مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو در بیماران

مبتلا به زیادی سدیم خون ناشی از آسیب کلیوی و قلبی یا ۶-۵ روز پس از عمل جراحی یا ضربه شدید، نباید مصرف شود.

نکات قابل توصیه ۱- توصیه می‌شود که انفوزیون وریدی این دارو از طریق یک ورید سطحی صورت گیرد. استفاده از عروق پا ممکن است شیوع عواقب ترومبوتیک را افزایش دهد.

۲- طی انفوزیون وریدی بیمار باید بدون حرکت بماند.

۳- رفع علائم کاهش آب بدن بهبود فشارخون بهبود غلظت خون و طبیعی شدن میزان ادرار، نشان‌دهنده تصحیح کاهش آب بدن است

مقدار مصرف سرعت انفوزیون و میزان آن باید با توجه به نیاز هر بیمار جداگانه تعیین شود.

اشکال دارویی

Infusion: $(\text{Na}^+ 147 \text{ mEq} + \text{Ca}^{2+} 4.5 \text{ mEq} + \text{K}^+ 4 \text{ mEq} + \text{Cl}^- 156 \text{ mEq}) / \text{L}$

RINGER LACTATE

موارد مصرف این فرآورده بمنظور برقرار کردن مجدد تعادل آب و الکترولیت بدن بخصوص قبل و بعد از جراحی مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: رینگر لاکتات یک محلول یونی است که حجم خون را افزایش می‌دهد و تعادل آب و الکترولیت را برقرار می‌سازد. یون لاکتات موجود در این فرآورده که بسرعت به یون بی کربنات متابولیزه می‌شود، در تنظیم تعادل اسید و باز دخالت دارد. موارد منع مصرف این فرآورده در بیماران مبتلا به خیز، آلکالوز متابولیک اسیدوز ناشی از اسید لاکتیک و افزایش پتاسیم و کلسیم خون نباید مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این فرآورده با توجه به شرایط بالینی بیمار و پاسخ آزمایشات تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion: $(\text{Na}^+ 130 \text{ mEq} + \text{Ca}^{2+} 3 \text{ mEq} + \text{K}^+ 4 \text{ mEq} + \text{Cl}^- 109 \text{ mEq} + \text{Lactate} 28 \text{ mEq}) / \text{L}$

SACCHARIN SODIUM

موارد مصرف ساخارین بعنوان شیرین کننده مصرف می‌شود و قدرت شیرین کنندگی آن در حدود ۳۰۰ برابر سوکروز است

فارماکوکینتیک ساخارین بهسولت از مجرای گوارش جذب می‌شود و تقریباً بصورت دست نخورده طی ۲۴-۴۸ ساعت از طریق ادرار دفع می‌شود.

عوارض جانبی بندرت واکنش‌های حساسیت مفرط و حساسیت به نور با مصرف ساخارین گزارش شده است
اشکال دارویی

Pellet: ۱۳-۱۶ mg

SODIUM BICARBONATE

موارد مصرف بی‌کربنات سدیم برای کنترل اسیدوز متابولیک به‌عنوان داروی کمکی در اسهال‌های شدید (که مقدار زیادی بی‌کربنات از دست رفته است، در درمان مسمومیت با داروها از جمله باری‌تورانت‌ها یا سالیسیلات‌ها و همچنین به‌عنوان قلیائی‌کننده ادرار برای افزایش حلالیت سولفونامیدها و پیشگیری از تشکیل کریستال و آسیب احتمالی کلیوی مصرف می‌شود. بی‌کربنات سدیم برای کنترل زیادی پتاسیم خون در موارد اضطراری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: بی‌کربنات سدیم غلظت بی‌کربنات پلاسما را افزایش داده زیادی یون هیدروژن را بافره می‌نماید و pH خون را افزایش می‌دهد و در نتیجه تظاهرات بالینی اسیدوز را برطرف می‌کند. به‌عنوان قلیایی‌کننده ادرار، این دارو دفع یونهای بی‌کربنات آزاد را افزایش داده و بنابراین pH ادرار را بالا می‌برد.

فارماکوکینتیک دفع این دارو کلیوی است دی‌اکسید کربن ایجاد شده ناشی از دارو توسط ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در آلکالوز متابولیک یا تنفسی کاهش یون کلرور ناشی از استفراغ یا تخلیه مداوم دستگاه گوارش و کمی کلسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

بی‌ادراری یا کم‌ادراری حالات مرضی احتباس سدیم همراه با خیز (مانند سیروز کبدی نارسایی احتقانی قلب عیب کار کلیه و توکسمی آبستنی و زیادی فشارخون

۲- از آنجا که اسیدوز متابولیک با تخلیه سدیم همراه است بهتر است ابتدا با انفوزیون وریدی کلرور سدیم ایزوتونیک کاهش سدیم خون را جبران نمود، مشروط بر اینکه کلیه‌ها تحت تاثیر قرار نگرفته و اسیدوز نیز آنقدر شدید نباشد که سبب بروز عیب کار کلیه شود. در چنین شرایطی استفاده از محلول ایزوتونیک کلرور سدیم به‌تنهایی می‌تواند مؤثر باشد و سبب برقراری مجدد توانایی کلیه برای ایجاد بی‌کربنات شود.

۳- در اسیدوز کلیوی یا اسیدوز متابولیک شدید (به‌عنوان مثال در حالتی که pH خون کمتر از ۷/۱ است، محلول بی‌کربنات سدیم همراه با کلرور سدیم انفوزیون می‌شود.

۴- درمان دراز مدت با بی‌کربنات سدیم توصیه نمی‌شود، زیرا خطر بروز آلکالوز متابولیک یا افزایش بیش از حد سدیم وجود دارد.

۵- مصرف مقادیر بیش از حد ممکن است موجب بروز کمی پتاسیم خون شود و بیمار را در معرض خطر آریتمی قلبی قرار دهد.

۶- تزریق سریع دارو، ممکن است موجب بروز آلکالوز شدید و احتمالات تحریک‌پذیری زیاد یا تتانی شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان بی‌کربنات سدیم با متنامین به‌علت قلیایی شدن ادرار ناشی از بی‌کربنات سدیم ممکن است اثر بخشی متنامین را با مهار تبدیل این دارو به فرمالدئید کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- از آب مقطر استریل برای تزریق محلول تزریقی کلرور سدیم یا محلول تزریقی دکستروز ۵٪ می‌توان برای رقیق نمودن محلول بی‌کربنات سدیم استفاده نمود.

۲- محلول بی‌کربنات سدیم را می‌توان از راه وریدی یا پس از رقیق کردن تا حد ایزوتونیک (۱/۵ درصد) از راه زیرجلدی تزریق نمود. غلظت مناسب برای تزریق وریدی برحسب نیاز و وضعیت بالینی بیمار، از ۱/۵ درصد تا ۷/۵ درصد می‌باشد. مقدار مصرف به‌عنوان قلیایی‌کننده سیستمیگ در بزرگسالان و کودکان ۱ mEq/kg تزریق وریدی می‌شود که در صورت نیاز هر ۱۰ دقیقه ۰/۵ mEq/kg تزریق می‌شود. در مواردی که درمان اضطراری اسیدوز متابولیک ضروری نباشد، ۵ mEq/kg - ۲ طی ۴-۸ ساعت انفوزیون وریدی می‌شود. به‌عنوان قلیایی‌کننده ادرار، ۵ mEq/kg - ۲ طی ۴-۸ ساعت تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: ۷.۵%

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول ایزوتونیک (۰/۹ درصد کلرورسدیم یا محلول نمکی نرمال به‌عنوان جانشین شونده در حالاتی که با ازدست رفتن کلرورسدیم یا آب بدن همراه است مصرف می‌شود. محلول هیپرتونیک پنج درصد کلرورسدیم در کمی سدیم و کلرور خون به‌علت از دست رفتن الکترولیت‌ها، رقیق شدن مایعات بدن به‌علت مصرف بیش از حد آب و همچنین در درمان فوری تخلیه شدید نمک بدن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: کلرورسدیم نمک اصلی در نگهداری فشار اسموتیک مؤثر پلاسما است

موارد منع مصرف در صورت افزایش طبیعی بودن یا حتی کم شدن جزئی غلظت سرمی سدیم یا کلرور، محلول پنج درصد این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در موارد زیر، مصرف این دارو باید با احتیاط صورت گیرد:

نارسایی احتقانی قلب بی‌کفایتی شدید کلیه و خیز همراه با احتباس سدیم

۲- انفوزیون مقادیر بیش از یک لیتر از محلول ایزوتونیک ممکن است غلظت سرمی سدیم و کلرور را بیش از حد طبیعی افزایش دهد و منجر به بروز زیادی سدیم خون شود. همچنین می‌تواند باعث از دست رفتن یونهای بی‌کربنات و در نتیجه بروز اسیدوز گردد.

۳- تجویز محلول ایزوتونیک هنگام جراحی یا بلافاصله پس از آن ممکن است باعث احتباس مقادیر بیش از حد سدیم شود.

۴- تزریق محلولهای وریدی می‌تواند سبب افزایش بار مایع یا مواد موجود در محلول و در نتیجه رقیق شدن الکترولیت‌های سرم افزایش بیش از حد آب بدن حالات مرضی همراه با احتقان یا خیز ریوی شود.

عوارض جانبی تب عفونت در محل تزریق ترومبوز وریدی یا التهاب ورید در محل تزریق زیادی سدیم یا کلرور خون نشت محلول تزریقی به بافت‌های اطراف رگ و زیادی حجم خون با تزریق این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- ارزیابی بالینی و انجام آزمونهای آزمایشگاهی به‌طور منظم برای پیگیری تغییرات در تعادل مایع بدن غلظت الکترولیت‌ها و تعادل اسید - باز ضروری است

۲- محلول انفوزیون پنج درصد باید به آرامی و با احتیاط تزریق شود تا از بروز خیز ریوی جلوگیری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف معمول برای بزرگسالان از محلول ۰/۹ درصد برای جبران کمبود الکترولیت‌ها مقدار ۱ lit/day یا برحسب نیاز بیمار، می‌باشد. برای استفاده از محلول پنج درصد، ابتدا مقدار سدیم ازدست رفته را باید محاسبه و پس از آن نصف مقدار محاسبه شده را طی ۸ ساعت تجویز نمود. سرعت تجویز نباید از ۱۰۰ ml/hr تجاوز کند. درمان تا زمانی که غلظت سدیم سرم به ۱۳۰ mEq/lit برسد یا علائم عصبی بهبود یابد، ادامه داده می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: ۰.۴۵٪, ۰.۹٪, ۵٪

VITAMINA

موارد مصرف ویتامین A فقط برای پیشگیری یا درمان حالات مرضی کمبود این ویتامین مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: ویتامین A برای عملکرد طبیعی شبکه ضروری است این ویتامین به شکل رتینال در شبکه با اسپین ترکیب می‌شود و ردوپسین ایجاد می‌نماید که برای تطبیق بینایی در تاریکی مورد نیاز است ویتامین A برای رشد استخوان کاریبزه و تخمدان تکامل جنین تنظیم رشد و تمایز بافت پوششی نیز ضروری است

فارماکوکینتیک ویتامین A به سهولت از مجرای گوارش سالم جذب می‌شود. ویتامین اضافی و جذب نشده از طریق مدفوع دفع می‌گردد. ویتامین A به مقدار زیاد در کبد و به مقدار ناچیز در کلیه و بافت ریه ذخیره می‌شود. این ویتامین در کبد متابولیزه شده و از طریق مدفوع و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در هیپرویتامینوز A نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در نارسایی مزمن کلیه باید با احتیاط مصرف شود.

۲- این دارو در کودکان به دلیل حساسیت بیشتر آنها و احتمال بروز مسمومیت با مصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت دارو و همچنین در بزرگسالان به دلیل احتمال بروز تجمع دارو در بدن با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی با مصرف بیش از حد این دارو، زبر شدن پوست خشک شدن مو، بزرگ شدن کبد و افزایش سرعت سدیمانتاسیون گلبولهای قرمز (ESR) و افزایش غلظت کلسیم و آلکالین فسفاتاز سرم گزارش شده است مقادیر زیاد دارو یا مصرف طولانی آن ممکن است سبب بروز خونریزی لته خشکی یا زخم دهان یا ترک خوردگی و خشکی لبها شود.

نکات قابل توصیه به دلیل خطر بروز مسمومیت دارو را نباید بیش از مقدار مصرف توصیه شده مصرف نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

به منظور پیشگیری از کمبود ویتامین A مقدار مصرف توصیه شده در روز برای ویتامین A، بر اساس سن و شرایط بیمار به صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۱۳۳۰-۱۲۵۰ واحد رتینول سن ۴-۶ سال ۱۶۶۵ واحد، سن ۷-۱۰ سال ۲۳۳۰ واحد، پسران و مردان بالغ ۳۳۳۰ واحد، دختران و زنان بالغ ۲۶۶۵ واحد، زنان باردار ۲۶۶۵ واحد، در دوران شیردهی ۴۳۳۰-۴۰۰۰ واحد. برای درمان کمبود ویتامین A، مقدار مصرف توسط پزشک بر اساس شدت کمبود تعیین می‌شود.

تزریقی

از راه عضلانی در بزرگسالان

۱۰۰۰/۰۰۰ u/day - ۵۰۰/۰۰۰ به مدت ۳ روز و سپس ۵۰۰/۰۰۰ u/day واحد به مدت ۲ هفته تزریق می‌شود.

در کودکان تا سن یکسال ۱۰/۰۰۰-۵۰۰۰ u/day به مدت ۱۰ روز

(۱۵۰۰۰ u/day - ۷۵۰۰ به مدت ۱۰ روز برای حالات کمبود شدید ویتامین و در کودکان ۱-۸ سال ۱۵/۰۰۰ u/day - ۵۰۰۰ به مدت

۱۰ روز (۳۵۰۰۰ u/day - ۱۷۵۰۰ به مدت ۱۰ روز برای حالات کمبود شدید ویتامین تزریق می‌شود. در کودکان بزرگتر از ۸ سال

مقدار مصرف مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰۰۰ U, ۵۰۰۰۰ U

Oral Drops: ۵۰۰۰۰ U/ml

Injection: ۵۰۰۰۰ U/ml

Ophthalmic Ointment: ۲۵۰ u/g

(VITAMIN A + D (Oral

موارد مصرف این فرآورده به‌عنوان مکمل ویتامینی در رژیم غذایی شیرخواران با سن کمتر از چهار سال مصرف می‌شود. مقدار مصرف مقدار ۱ ml/day یا طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Oral Drop: (Vit. A ۱۵۰۰ IU/ml + Vit.D۴۰۰ IU)/ml

VITAMIN B COMPLEX

موارد مصرف این فرآورده برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین‌های گروه B مصرف می‌شود. مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ویتامین‌های محلول در آب است که تقریباً هر یک به‌عنوان کوآنزیم اساسی در متابولیسم پروتئین کربوهیدرات یا اسیدچرب عمل می‌نمایند.

هشدارها: ۱- تزریق مکرر فرآورده‌های حاوی ویتامین B۱ بندرت ممکن است منجر به بروز شوک آنافیلاکتیک شود. ۲- مقدار مصرف این دارو به مقدار ویتامین‌های گروه B موجود در رژیم غذایی وضعیت بیمار و اینکه فرآورده جهت درمان یا پیشگیری بکار می‌رود، بستگی دارد.

عوارض جانبی در بعضی موارد، حساسیت غیرطبیعی به فشار یا لمس و سفتی عضلانی در محل تزریق (پس از تزریق عضلانی، برافروختگی عمومی بثورات جلدی و خارش با مصرف این فرآورده گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- رعایت رژیم غذایی مناسب بمنظور پیشگیری از بروز مجدد بیماری پس از کاهش مقدار مصرف یا قطع درمان ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان بمنظور پیشگیری ۱-۳ قرص یا ۵-۱۵ میلی‌لیتر شربت در روز و برای درمان ۲-۳ قرص در روز مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان پیشگیری ۱۰-۵ میلی‌لیتر از شربت و برای درمان ۱-۳ قرص در روز و در شیرخواران ۵ میلی‌لیتر شربت در روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۲ میلی‌لیتر از محلول تزریق

عضلانی یا وریدی (ترجیحاً عضلانی می‌شود).

اشکال دارویی

Injection Syrup Tablet

(mg/۲ml)(mg/۵ml)or Capsules)

۱۰۵۵VitB_۱۴۲۲VitB_۲۴۲۲VitB_۶

۴۰۲۰۲۰Nicotinamide

Dexpanthenol--۶۳

(VITAMIN B_۱) (THIAMINE HCl)

موارد مصرف تیامین برای پیشگیری و درمان کمبود این ویتامین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تیامین با آدنوزین تری فسفات (ATP) ترکیب شده و تیامین پیروفسفات را که یک آنزیم ضروری برای متابولیسم کربوهیدراتها است ایجاد می‌کند.

فارماکوکینتیک به استثنای سندرم سؤ جذب در سایر موارد، ویتامین‌های گروه B به راحتی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. متابولیسم این ویتامین کبدی و دفع آن کلیوی است (تقریباً به طور کامل به صورت متابولیت). مقادیر بیش از حد مورد نیاز روزانه بدون تغییر از طریق ادرار دفع می‌شود.

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه B به تنهایی شایع نیست به طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌ها تجویز می‌شود. مقدار مصرف به عنوان مکمل ویتامین

در پیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف توصیه شده در روز، به صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۰/۳ میلی گرم سن ۴-۶ سال ۰/۹ میلی گرم سن ۷-۱۰ سال ۱ میلی گرم پسران و مردان بالغ ۱/۲-۱/۵ میلی گرم دختران و زنان بالغ ۱-۱/۱ میلی گرم زنان باردار ۱/۵ میلی گرم در دوران شیردهی ۱/۶ میلی گرم در درمان کمبود ویتامین مقدار ۲۵mg/day - ۱۰ و در موارد شدید کمبود تیامین ۳۰۰mg/day - ۲۰۰ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg, ۳۰۰ mg

(VITAMIN B_{۱۲}) (CYANOCOBALAMIN)

موارد مصرف ویتامین B_{۱۲} در درمان کم‌خونی پرئیسوز ناشی از فقدان یا مهار فاکتور داخلی مصرف می‌شود. این دارو در پیشگیری و کمبود ویتامین B_{۱۲} و برای پیشگیری از بروز کمبود آن پس از برداشت تمامی معده و قسمت زیادی از ایلئوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ویتامین B_{۱۲} به صورت کوآنزیم در اعمال متابولیک مختلفی مانند متابولیسم کربوهیدراتها و چربیها و ساخت پروتئین دخالت می‌کند و عمدتاً به دلیل تأثیر در متابولیسم متیونین اسید فولیک و مالمونیک برای رشد و تکثیر سلولی خونسازی و ساخت نوکلئوپروتئین و میلین ضروری است

فارماکوکینتیک پیوند این ویتامین به پروتئین خاصی به نام ترانس کوبالامین زیاد است ۹۰ درصد دارو در کبد ذخیره می‌شود. متابولیسم آن کبدی و نیمه عمر آن تقریباً ۶ روز (۴۰۰ روز در کبد) است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمايي از راه تزریق عضلانی ۶۰ دقیقه است ویتامین B_{۱۲} از طریق صفرا دفع می‌شود. مقادیر بیش از حد مورد نیاز روزانه بدون تغییر از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری لبر (Leber) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- پیش از شروع درمان با ویتامین B_{۱۲}، تشخیص کمبود آن باید با بررسی‌های آزمایشگاهی تأیید شود. تجویز این ویتامین ممکن است کمبود اسیدفولیک را پنهان سازد.

۲- ویتامین B_{۱۲} را نباید از راه وریدی تزریق کرد. هر چند که مقادیر کمی از آن در محلولهای تهیه شده برای کسانی که فقط از راه تزریقی تغذیه می‌کنند، وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱- در کم‌خونی پرنیسوز یا متعاقب برداشت تمامی معده و برداشت قسمت وسیعی از ایلئوم مصرف دارو برای تمام دوره زندگی باید ادامه یابد.

۲- از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامینها تجویز می‌شود.
مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف ۰/۱ mg/day به مدت ۶-۷ روز مقدار مصرف نگهدارنده این ویتامین در بزرگسالان ۰/۱-۰/۲ میلی گرم هر ماه یک بار است که از راه عضلانی تزریق می‌شود.

کودکان برای درمان کمبود ویتامین مقدار شروع ۰/۰۵-۰/۳ mg/day است که به مدت دو یا چند هفته تزریق عمیق زیر جلدی یا عضلانی می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده این ویتامین ۰/۱ میلی گرم هر ماه یک بار است که تزریق عمیق زیر جلدی یا عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mcg/ml

(VITAMIN B_۶ (PYRIDOXINE HCl

موارد مصرف پیریدوکسین در پیشگیری و درمان کمبود این ویتامین مصرف می‌شود. مقادیر زیاد پیریدوکسین در درمان بعضی از اختلالات متابولیک از قبیل زیادی اکسالات ادرار مصرف می‌شود. این دارو همچنین ممکن است در کم‌خونی سیدرو بلاستیک نیز مصرف می‌شود. پیریدوکسین برای پایان دادن به حملات تشنجی و جلوگیری از نوروپاتی ناشی از مسمومیت با ایزونیاژید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پیریدوکسین در گویچه‌های قرمز خون به فسفات پیریدوکسال تبدیل می‌شود که به‌عنوان یک کوآنزیم در اعمال متابولیک گوناگون مؤثر بر مصرف پروتئین کربوهیدرات و چربی عمل می‌کند. پیریدوکسین در تبدیل تریپتوفان به نیاسین یا سروتونین تجزیه گلیکوژن تبدیل اکسالات به گلیسین سنتز گاما آمینوبوتیریک اسید در سیستم اعصاب مرکزی نیز دخالت دارد.

فارماکوکینتیک ویتامین‌های گروه B، به راحتی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. پیریدوکسین عمدتاً از ژرونوم جذب می‌شود. فسفات پیریدوکسال به‌طور کامل به پروتئین‌های پلاسما پیوند می‌یابد، در حالیکه پیریدوکسین به پروتئین‌های پلاسما پیوند نمی‌شود. پیریدوکسین به‌طور عمده در کبد ذخیره می‌شود. متابولیسم این ویتامین کبدي است و نیمه عمر آن ۲۰-۱۵ روز است این دارو تقریباً به‌طور کامل به صورت متابولیت از طریق کلیه دفع می‌شود.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بیش از ۲۰۰ mg/day به مدت بیش از ۳۰ روز، ایجاد سندرم وابستگی به ویتامین B_۶ گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ویتامین B_۶ با لوودوپا توصیه نمی‌شود، زیرا اثر ضد پارکینسون لوودوپا، حتی با مصرف خوراکی ۵ میلی گرم ویتامین B_۶ معکوس می‌شود.

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌ها تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

به‌عنوان مکمل ویتامین در پیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف توصیه شده در روز به‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن

۳ سال ۰/۳-۱ میلی‌گرم سن ۴-۶ سال ۱/۱ میلی‌گرم سن ۷-۱۰ سال ۱/۴ میلی‌گرم پسران و مردان بالغ ۲-۱/۷ میلی‌گرم دختران و زنان

بالغ ۱۳-۱۵ میلی‌گرم زنان باردار ۲/۲ میلی‌گرم در دوران شیردهی ۲/۱ میلی‌گرم

در درمان کمبود ویتامین مقدار

مصرف براساس شدت کمبود تعیین می‌شود.

تزریقی

برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین B₆، به‌عنوان بخشی از تغذیه تام وریدی مقدار مصرف برحسب نیاز بیمار تعیین می‌شود. در

درمان سندرم وابستگی به‌پیرویدکسین در بزرگسالان ابتدا ۶۰۰ mg/day و در شیرخواران ابتدا ۱۰-۱۰۰ میلی‌گرم تزریق عضلانی

یا وریدی می‌شود.

در درمان کمبود این ویتامین ناشی

از مصرف داروها در بزرگسالان

مقدار ۲۰۰-۵۰ mg/day به‌مدت ۳ هفته مصرف می‌شود که در صورت نیاز با مقدار ۱۰۰-۲۵۰ mg/day درمان ادامه می‌یابد. در

درمان مسمومیت ناشی از ایزونیازید در بزرگسالان ابتدا ۴ گرم

از راه وریدی تزریق می‌شود و سپس ۱ گرم پیرویدوکسین هر ۳۰ دقیقه تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۲ ml, ۳۰۰ mg/۲ml

Tablet: ۴۰ mg

(VITAMIN C (ASCORBIC ACID

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین C مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید آسکوربیک برای تشکیل کلاژن و ترمیم بافت‌های بدن ضروری است این ویتامین ممکن است در بعضی

ازواکنش‌های اکسیداسیون و احیاء دخالت نماید. همچنین این ویتامین در متابولیسم فنیل آلانین تیروزین اسید فولیک نوراپی نفرین

هیستامین آهن و بعضی از سیستم‌های آنزیمی دارو، مصرف کربوهیدراتها، ساخت لپیدها، پروتئین‌ها و کارنی‌تین دخالت داشته و

برای عملکرد سیستم ایمنی و جلوگیری از شکنندگی عروق خونی ضروری است

فارماکوکینتیک اسید آسکوربیک به‌راحتی از مجرای گوارش (ژژونوم جذب می‌شود. پیوند این دارو به پروتئین کم است (۲۵

درصد). متابولیسم اسید آسکوربیک کبدی است ویتامین C توسط تمام سلول‌های بدن جذب می‌شود. این ویتامین از کلیه عمدتاً

به‌صورت متابولیت و مقدار خیلی کم نیز به‌صورت تغییر نیافته دفع می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دفروکسامین با ویتامین C، ممکن است سبب افزایش مسمومیت با آهن گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار مصرف توصیه شده در روز برای به صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۳۰-۴۰ میلی گرم سن ۴-۱۰ سال ۴۵ میلی گرم نوجوانان و بزرگسالان ۶۰-۵۰ میلی گرم زنان باردار ۷۰ میلی گرم در دوران شیردهی ۹۵-۹۰ میلی گرم

تزریقی

بزرگسالان برای پیشگیری از کمبود ویتامین C، به عنوان بخشی از تغذیه

تام وریدی مقدار مصرف بر حسب نیاز بیمار تعیین و انفوزیون وریدی می شود. در کمبود ویتامین C، از راه انفوزیون وریدی مقدار مصرف بر حسب نیاز بیمار تعیین می شود. از راه عضلانی ۵۰۰-۱۰۰ mg/day به مدت حداقل ۲ هفته مصرف می شود.

کودکان در درمان کمبود ویتامین C، از راه انفوزیون وریدی مقدار مصرف بر اساس نیاز هر بیمار تعیین می شود. از راه عضلانی ۳۰۰ mg/day-۱۰۰ به مدت حداقل ۲ هفته مصرف می شود.

اشکال دارویی

Effervescent Tablet: ۱۰۰۰ mg

Powder: ۵۰۰ mg/sachet

Tablet: ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

Injection: ۵۰۰ mg/۵ ml

VITAMIN D

CALCITRIOL

DIHYDROTACHYSTEROL

VITAMIN D_۳

ویتامین D به ترکیباتی مانند دی هیدروتاکی سترول ارگو کلسیفرول ویتامین D_۲ و کوله کلسیفرول (ویتامین D_۳) و کلسیتریول که دارای اثر پیشگیری کننده یا درمان کننده راشی تیسیم و نرمی استخوان هستند، اطلاق می شود.

ویتامین D برای جذب و مصرف کلسیم و فسفات و برای کلسیفیه شدن طبیعی استخوان ضروری است در صورت نیاز، ویتامین D همراه با هورمون پاراتیروئید و کلسی تونین غلظت کلسیم سرم را از طریق افزایش غلظت کلسیم و فسفات سرم تنظیم می کند. ویتامین D جذب کلسیم و فسفات را از روده کوچک تحریک می کند و باعث به حرکت درآمدن کلسیم از استخوان می شود. به نظر می رسد کلسیتریول بایوند به گیرنده های اختصاصی در سیتوپلاسم مخاط روده و متعاقب آن ترکیب شدن با هسته اثر خود را اعمال می کند. این امر احتمالاً منجر به تشکیل پروتئینی می شود که با کلسیم پیوند می یابد و در نتیجه جذب کلسیم از روده افزایش می یابد. همچنین همراه با هورمون پاراتیروئید، کلسیتریول انتقال یون کلسیم از استخوان به مایع خارجی سلول را تنظیم می نماید. بنابراین هورمون استاز کلسیم در مایع خارج سلولی را تحت تأثیر قرار می دهد.

CALCITRIOL

موارد مصرف کلسیتریول برای پیشگیری و درمان راشی تیسیم و درمان کمی کلسیم خون همراه با کم کاری پاراتیروئید مصرف می شود.

مکانیسم اثر: این ویتامین به سهولت از ابتدای انتهای روده کوچک جذب می‌شود. نیمه‌عمر پلاسمایی کلسیتریول از راه خوراکی ۲-۶ ساعت است. زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت سرمی از راه خوراکی تقریباً ۳-۶ ساعت است. طول اثر کلسیتریول ۳-۵ روز است. این ویتامین از راه صفرا و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیاده‌کسیمی خون یا ویتامین D و استئودیسترفنی کلیوی همراه با زیاده‌فسفات خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا در صورت مصرف مقادیر زیاد ویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسمای ضروری است.

۲- در صورت وجود تصلب شرائین یا عیب کار قلب زیاده‌فسفات خون یا عیب کار کلیه باید با احتیاط مصرف شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم با کلسیتریول ممکن است منجر به زیاده‌منیزیم خون به ویژه در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیوی گردد. مصرف همزمان کلسیتریول با مقادیر زیاد فرآورده‌های حاوی کلسیم یا مدرهای تیازیدی ممکن است خطر زیاده‌کسیمی خون را افزایش دهد. مصرف همزمان سایر مشتقات ویتامین D با این دارو ممکن است باعث بروز مسمومیت گردد.

عوارض جانبی با مصرف بیش از حد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ اسهال کاهش وزن تکرار ادرار، تعریق سردرد، تشنگی سرگیجه و افزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلازما و ادرار گزارش شده است.

نکات قابل توصیه ۱- خطر بروز مسمومیت با مصرف طولانی مدت مقادیر زیاد این ویتامین وجود دارد.

۲- از مصرف همزمان داروهای ضد اسید حاوی منیزیم با این دارو باید خودداری شود.

۳- در صورت مصرف این دارو به عنوان افزاینده کلسیم خون به منظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک ضروری است.

۴- از آنجائیکه کمبود ویتامین D به تنهایی شایع نیست معمولاً ترکیبی از چند ویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۰/۲۵ mcg/day مصرف می‌شود و سپس بر حسب نیاز بیمار هر ۲-۴ هفته ۰/۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد. در کمی کلسیم خون ناشی از دیالیز ۳ mcg/day - ۰/۵ و در کم کاری پاراتیروئید ۰/۲۷ mcg/day - ۰/۲۵ مصرف می‌شود.

کودکان ابتدا ۰/۲۵ mcg/day مصرف می‌شود و سپس بر حسب نیاز بیمار هر ۲-۴ هفته ۰/۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد. در کمی کلسیم خون ناشی از دیالیز ۲ mcg/day - ۰/۲۵ و در کم کاری تیروئید ۰/۰۸ mcg/kg/day - ۰/۰۴ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۰.۲۵ mcg

DIHYDROTACHYSTEROL

موارد مصرف این دارو برای درمان کمی کلسیم خون همراه با کم کاری پاراتیروئید و درمان حالات مزمن و پنهان تتانی پس از عمل جراحی و تتانی ایدیوپاتییک مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ویتامین D به سهولت از ابتدا یا انتهای روده کوچک جذب می‌شود. این ویتامین عمدتاً در کبد و بافت‌های چربی ذخیره می‌شود. دی‌هیدروتاکیسترول در کبد فعال می‌شود. اثر این ویتامین چندین ساعت پس از مصرف شروع می‌شود. طول اثر این ویتامین تا ۹ هفته است. این ویتامین از راه صفرا و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیاده‌کسیمی خون یا ویتامین D و استئودیسترفنی کلیوی همراه با زیاده‌فسفات خون نباید مصرف

شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

تصلب شراین یا عیب کار قلب زیادی فسفات خون و عیب کار کلیه

۲- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا در صورت مصرف مقادیر زیاد ویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسما ضروری است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم بادی‌هیدروتاکسترول ممکن است منجر به زیادی منیزیم خون به ویژه در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیوی گردد. مصرف همزمان دی‌هیدروتاکسترول با مقادیر زیاد فرآورده‌های حاوی کلسیم یا مدرهای تیازیدی ممکن است خطر زیادی کلسیم خون را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان سایر مشتقات ویتامین D با این دارو ممکن است باعث بروز مسمومیت افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بیش از حد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ اسهال کاهش وزن بدن تکررادرار، تعریق سردرد، تشنگی سرگیجه و افزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلاسما و ادرار گزارش شده است.
نکات قابل توصیه ۱- خطر بروز مسمومیت با مصرف طولانی دراز مقادیر زیاد این ویتامین وجود دارد.

۲- از مصرف همزمان داروهای ضد اسید حاوی منیزیم با این دارو باید خودداری شود.

۳- در صورت مصرف این دارو به عنوان افزاینده کلسیم خون به منظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک ضروری است

۴- از آنجائیکه کمبود ویتامین D به تنهایی شایع نیست معمولاً ترکیبی از چند ویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتداء ۰/۱۲۵-۲mg/day مصرف می‌شود. در درمان تتانی

ناشی از کمبود حاد کلسیم خون

مقدار شروع ۰/۷۵-۲/۵ mg/day به مدت

۳ روز و در تتانی نسبت؟ حاد، ۰/۲۵-۰/۵ mg/day به مدت ۳ روز مصرف می‌شود. مقدار نگهدارنده برحسب نیاز، ۰/۲۵ میلی‌گرم در هفته تا ۱ mg/day است در کم‌کاری پاراتیروئید، مقدار شروع ۰/۷۵-۲/۵ mg/day به مدت چند روز و مقدار نگهدارنده ۰/۲-۱ mg/day است

کودکان در کم‌کاری پاراتیروئید

مقدار شروع ۵-۱ mg/day به مدت ۴ روز است سپس این مقدار مصرف ادامه یافته یا کاهش می‌یابد. مقدار نگهدارنده ۰/۵-۱ mg/day است

اشکال دارویی

Oral Solution: ۰.۲۵ mg/ml

(VITAMIN D₃) (CHOLECALCIFEROL)

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین D، راشی‌تسم و درمان کمی کلسیم خون همراه با کم‌کاری پاراتیروئید مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این ویتامین به سهولت از ابتدا یا انتهای روده کوچک جذب می‌شود. این ویتامین عمدتاً در کبد و بافت‌های چربی ذخیره می‌شود. فعال شدن متابولیک کوله‌کلسیفرول طی دو مرحله در کبد و کلیه صورت می‌گیرد. دفع این ویتامین از طریق صفرا و کلیه صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی کلسیم خون یا ویتامین D و استئودیسروپی کلیوی همراه با زیادی فسفات خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- این دارو در موارد زیر باید با احتیاط مصرف شود:

تصلب شرایین یا عیب کار قلب زیادی فسفات خون و عیب کار کلیه

۲- در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا در صورت مصرف مقادیر زیاد ویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسما ضروری است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم با کوله کلسیفرول ممکن است منجر به زیادی منیزیم خون به‌ویژه در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیوی گردد. مصرف همزمان کوله کلسیفرول با مقادیر زیاد فرآورده‌های حاوی کلسیم یا مدرهای تیازیدی ممکن است خطر زیادی کلسیم خون را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان سایر مشتقات ویتامین D با این دارو توصیه نمی‌شود، زیرا امکان بروز مسمومیت افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بیش از حد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ اسهال کاهش وزن بدن تکررادرار، تعریق سرد، تشنگی سرگیجه و افزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلاسما و ادرار گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱- خطر بروز مسمومیت با مصرف دراز مدت مقادیر زیاد این ویتامین وجود دارد.

۲- از مصرف همزمان داروهای ضد اسید حاوی منیزیم با این دارو باید خودداری شود.

۳- در صورت مصرف این دارو به‌عنوان افزاینده کلسیم خون به‌منظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک ضروری است

۴- از آنجائی که کمبود ویتامین D به‌تنهایی شایع نیست معمولاً ترکیبی از چند ویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف برای پیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف توصیه شده در روز، به‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد

تا سن ۳ سال ۳۰۰-۴۰۰ واحد، سن ۴-۶ سال ۴۰۰ واحد، سن ۷-۱۰ سال ۴۰۰ واحد، بزرگسالان ۲۰۰-۴۰۰ واحد،

زنان باردار و در دوران شیردهی ۴۰۰ واحد.

هر واحد از ویتامین D، معادل ۰/۰۲۵ میکروگرم کوله کلسیفرول است

در درمان راشی‌تیس مقاوم به ویتامین D، در بزرگسالان ۱۲۰۰۰-۱۵۰۰۰ u/day و در کودکان ۳۰۰۰-۱۰۰۰۰ u/day

مصرف می‌شود. در درمان کم‌کاری غده پاراتیروئید در بزرگسالان ۵۰۰۰-۱۵۰۰۰ u/day و در کودکان ۵۰۰۰-۵۰۰۰۰ u/day

۲۰۰۰۰۰ u/day مصرف می‌شود.

از راه تزریقی به‌عنوان پیشگیری و درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف برحسب نیاز هر بیمار تعیین می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰,۰۰۰ U

Injection: ۳۰۰,۰۰۰ U

VITAMIN E

موارد مصرف ویتامین E برای پیشگیری و درمان کمبود این ویتامین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ویتامین E به‌عنوان یک عنصر اساسی در تغذیه و به‌عنوان یک آنتی‌اکسیدان همراه با سلنیم موجود در رژیم غذایی اسیدهای چرب غیر اشباع موجود در غشاء و سایر ساختمانهای سلولی را از حمله رادیکال‌های آزاد محافظت نموده و گویچه‌های قرمز

خون را در مقابل همولیز حفظ می‌کند. ویتامین E به‌عنوان یک کوفاکتور در بعضی از سیستم‌های آنزیمی عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک ۵۰-۸۰ درصد ویتامین E

از مجرای گوارش (دوازدهه جذب می‌شود. برای جذب کافی این ویتامین وجود املاح صفراوی و چربی موجود در رژیم غذایی ضروری است این ویتامین در تمام بافت‌های بدن به ویژه بافت‌های چربی ذخیره می‌شود. متابولیسم آن کبدی است و از طریق صفرا و کلیه دفع می‌شود.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بین ۴۰۰-۸۰۰ u/day به مدت طولانی تاری دید، اسهال سرگیجه سردرد، تهوع یا کرامپ معده خستگی یا ضعف غیر معمول گزارش شده است نکات قابل توصیه از آنجا که کمبود ویتامین E به تنهایی شایع نیست معمولاً ترکیبی از چند ویتامین تجویز می‌شود. مقدار مصرف

خوراکی

به عنوان پیشگیری از کمبود ویتامین E، مقدار مصرف توصیه شده در روزه صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن ۳ سال ۵-۱۰ واحد، سن ۴-۱۰ سال ۱۲ واحد، پسران و مردان بالغ ۱۷ واحد، دختران و زنان بالغ ۱۳ واحد، زنان باردار ۱۷ واحد، در دوران شیردهی ۱۸-۲۰ واحد. برای درمان کمبود این ویتامین مقدار مصرف بر حسب شدت کمبود تعیین می‌شود.

در شیرخواران نارس که فرمول‌های غذایی حاوی مقادیر زیاد اسیدهای چرب غیر اشباع دریافت می‌کنند، ۲۵-۱۵ u/day تجویز می‌گردد.

تزریقی

برای درمان در بزرگسالان کمبود ویتامین ۷۵-۶۰ u/day و در کودکان ۱ u/kg/day تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ IU

Oral Drops: ۵۰ IU/ml

Injection: ۱۰۰ IU

(VITAMIN K (PHYTONADIONE

موارد مصرف این ویتامین برای پیشگیری و درمان اختلالات انعقادی شامل اختلالات در ساخت فاکتورهای IX، VII، II و X ناشی از کمبود ویتامین K یا اختلال در فعالیت متابولیک آن مصرف می‌گردد. فیتونادیون به منظور جلوگیری از بیماری خونریزی دهنده در نوزادان به هنگام تولد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این ویتامین تشکیل پروترومبین فعال در کبد (فاکتور II)، پروکانورتین (فاکتور VII)، جزء ترومبوپلاستین پلازما یا فاکتور کریسمس (فاکتور IX) و فاکتور استوارت فاکتور X را که برای انعقاد طبیعی خون لازم هستند، تسریع می‌کند.

فارماکوکینتیک ویتامین K به سهولت از مجرای گوارش (دوازدهه جذب می‌شود. فیتونادیون برای جذب به املاح صفراوی نیاز دارد. متابولیسم این ویتامین کبدی است زمان شروع اثر فیتونادیون از راه خوراکی ۶-۱۲ ساعت و از راه تزریقی ۱-۲ ساعت است غلظت طبیعی فیتونادیون طی ۱۲-۱۴ ساعت پس از مصرف به دست می‌آید. ویتامین K از راه صفرا و کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- ویتامین K در بیماران مبتلا به عیب کار کبد باید با احتیاط مصرف شود.

۲- به دلیل خطر بروز واکنش‌های شدید شبه حساسیت مفرط در تزریق وریدی ویتامین K، تجویز این دارو از راه وریدی توصیه نمی‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان ویتامین K با داروهای ضد انعقاد خوراکی ممکن است اثرات این داروها را به علت افزایش ساخت کبدی فاکتورهای پیش‌انعقادی کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱- به منظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک و انجام آزمون زمان پروترومبین ضروری است

۲- از مصرف سایر داروها بدون دستور پزشک باید خودداری شود، زیرا ممکن است اثرات ویتامین K را تغییر دهند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در کمی پروترومبین خون ناشی از مصرف داروهای ضد انعقاد، مقدار ۲/۵-۱۰ میلی گرم (حداکثر ۲۵ میلی گرم مصرف می‌شود که در صورت نیاز می‌توان پس از ۱۲-۴۸ ساعت این مقدار را تکرار نمود.

کودکان به عنوان ویتامین و در کمی پروترومبین خون ناشی از دارو مقدار ۵-۱۰ میلی گرم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در کمی پروترومبین خون ناشی از داروهای ضد انعقادی (به غیر از هپارین، مقدار ۲/۵-۱۰ میلی گرم (حداکثر ۲۵ میلی گرم تزریق عضلانی یا زیر جلدی می‌شود که در صورت نیاز، می‌توان پس از ۶-۸ ساعت این مقدار را تکرار نمود. در کمی پروترومبین خون ناشی از سندرم سؤ جذب یا ناشی از داروها، مقدار ۲-۵ میلی گرم تزریق عضلانی یا زیر جلدی می‌شود.

برای جلوگیری از کمی پروترومبین خون در بیمارانی که به مدت طولانی فقط از راه تزریقی تغذیه می‌شوند، مقدار ۵-۱۰ میلی گرم یکبار در هفته تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان به عنوان ویتامین مقدار ۱ میلی گرم در ماه تزریق عضلانی یا زیر جلدی می‌شود. برای جلوگیری از کمی پروترومبین خون ناشی از تغذیه تام وریدی به مدت طولانی ۲-۵ میلی گرم یکبار در هفته تزریق عضلانی می‌گردد.

در درمان کمی پروترومبین خون ۱-۲ میلی گرم در شیرخواران و ۵-۱۰ میلی گرم در کودکان و برای جلوگیری از بیماری خونریزی دهنده نوزادان مقدار ۰/۵-۱ میلی گرم بلافاصله پس از زایمان تزریق عضلانی یا زیر جلدی می‌شود. در صورت نیاز این مقدار پس از

۶-۸ ساعت تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/۰.۵ml, ۱۰ mg/ml

Tablet: ۱۰ mg

ZINC SULFATE

موارد مصرف سولفات روی به عنوان مکمل در پیشگیری و درمان کمبود روی مصرف می‌شود. نیاز به این ماده معدنی در حالاتی از قبیل سوختگی‌ها، سیروز کبدی دیابت بی‌اشتهایی گاستروکنتومی اختلالات ژنتیکی نوزادان نارس عفونت‌های مزمن بیماری‌های روده

بیماری لوزالمعده بیماری کلیوی اختلالات پوستی استرس و ضربه ممکن است افزایش یابد.

مکانیسم اثر: روی برای حفظ ساختمان اسیدهای نوکلئیک پروتئین‌ها و غشاهای سلولی ضروری است به علاوه رشد طبیعی و تقسیم سلولی ترمیم بافتی بلوغ جنسی و دستگاه تولید مثل عادت به تاریکی و دید در شب التیام زخمها، دفاع ایمنی بدن ادراک چشایی و

احتمالاً بویایی از اعمال فیزیولوژیک وابسته به روی می‌باشند.

فارماکوکینتیک جذب نمک‌های روی از مجرای گوارش ناچیز می‌باشد. تقریباً ۲۰-۳۰ درصد از روی موجود در رژیم غذایی از طریق دوازدهه و ایلئوم جذب می‌شود. این عنصر اساساً در گلبولهای قرمز و سفید و همچنین در عضلات استخوان‌ها، پوست کلیه‌ها، کبد، لوزالمعده شبکیه و پروستات ذخیره می‌شود. راه اصلی دفع روی (تقریباً ۹۰ درصد) از طریق مدفوع است و میزان کمی نیز از راه ادرار و عرق دفع می‌شود.

هشدارها: ۱- در صورتی که بیمار دچار کمبود مس باشد، مصرف روی ممکن است کمبود مس را تشدید کرده یا سطح سرمی آن را کاهش دهد.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد داروندردت؟ ممکن است باعث بروز مشکلات گوارشی به‌ویژه اشکال در هضم و دردابی گاستریک تهوع و مشکلات هماتولوژیک شود.

تداخل‌های دارویی مقادیر زیاد روی ممکن است جذب مس از طریق روده را مختل نماید. نمک‌های روی ممکن است جذب تتراسیکلین‌ها را از طریق ایجاد شلاتهای غیرمحلول کاهش دهند. از اینرو فاصله زمانی حداقل ۲ ساعت بین تجویز مکمل‌های روی و تتراسیکلین‌ها ضروری می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱- دارو حداقل یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از غذا (مگر در صورت تحریک گوارشی مصرف شود).

۲- در صورت لزوم می‌توان محتویات کپسول را روی غذای سرد ریخته و مصرف کرد.

۳- از مصرف غذاهای حاوی کلسیم فسفرو فیتات با این دارو باید خودداری گردد.

۴- در صورت ایجاد تهوع اسهال بثورات پوستی استفراغ شدید، از دست رفتن آب‌بدن و بیقراری مقدار مصرف دارو باید کاهش یافته یا تا کنترل علائم فوق مصرف نشود.

مقدار مصرف به‌عنوان مکمل غذایی روزانه ۲۵-۵۰ میلی‌گرم روی (۱۱۰-۲۲۰ میلی‌گرم سولفات روی مصرف می‌شود. در درمان کمبود روی ابتدا تا ۷۵ mg/day روی (درمان کوتاه مدت تجویز می‌شود و سپس برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد).

اشکال دارویی

Capsule: ۲۲۰ mg

ALTHADIN

موارد مصرف آلتادین در التهاب و تحریکات مخاط گلو بکار می‌رود. همچنین به‌عنوان خلط‌آور در سرفه‌های ناشی از افزایش ترشحات مجاری تنفسی فوقانی استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: آلتادین با داشتن موسیلاژ و سایر مواد مؤثر دارای خاصیت نرم‌کننده و کاهش دهنده تحریکات و التهابات خفیف در مخاط دهان و گلو می‌باشد. احتمالاً این اثر با ایجاد یک غشا و مانع فیزیکی برای جلوگیری از گسترش تحریکات ظاهر می‌شود.

اجزاء فرآورده قرص آلتادین حاوی

۲۲۰ میلی‌گرم پودر گل ختمی

(۱۵)، *Althaea officinalis* میلی‌گرم عصاره تام ریشه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) و ۲ میلی‌گرم اسانس نعناع (*Mentha piperita*) می‌باشد.

مواد مؤثره موسیلاژ، پکتین آسپاراژین لسیتین منتول فلاونوئیدها و گلیسیریزین

هشدارها: ایمنی مصرف آلتادین در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

نکات قابل توصیه آلتادین در التهاب‌های ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی مؤثر نمی‌باشد. بنابراین توصیه می‌گردد طبق نظر پزشک همراه با آنتی بیوتیک مناسب مصرف شود.

مقدار مصرف طبق دستور پزشک یا هر ۲-۳ ساعت یک قرص مکیده شود.

اشکال دارویی

Losong: ۷۰۰ mg

ALTIB

موارد مصرف آلتیب در درمان اضطراب بی‌خوابی و سردردهای با منشاء عصبی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این فرآورده به عنوان داروی مضعف سیستم عصبی مرکزی (CNS) عمل می‌کند، ولی جایگاه و مکانیسم دقیق اثر آن به طور کامل شناخته نشده است. مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالاً باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم گابا (GABA) می‌شود. طبق بررسی‌های انجام شده عصاره هیدروالکلی بادرنجبویه دارای اثر آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می‌باشد. بابونه واسطوخودوس موجود در این فرآورده احتمالاً دارای اثرات سدا تیو است اجزاء فرآورده پودر آلتیب از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- ریزوم و ریشه سنبل الطیب ۳۲٪

Valeriana officinalis

۲- برگ بادرنجبویه ۱۷٪

Melissa officinalis

۳- سرشاخه‌های گلدار گاوزبان ۱۷٪

Borago officinalis

۴- گل‌های بابونه ۱۷٪

Matricaria chamomilla

۵- برگ اسطوخودوس ۱۷٪

Lavandula stoechas

مواد مؤثره کامازولن والرینیک اسید، والپوتریات‌ها، لینالیل استات سیترال و سیترونال

هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نماید. بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزار که به هوشیاری کامل نیاز دارند احتیاط شود.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی به دلیل وجود بابونه در این فرآورده امکان بروز واکنش‌های آلرژیک درماتیت آنافیلاکسی در افراد حساس به این گیاه وجود دارد.

تداخل‌های دارویی مصرف این فرآورده می‌تواند موجب تشدید اثر سایر داروهای آرام‌بخش گردد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، صبح و شب هر بار ۱-۲ قاشق مرباخوری از پودر آلتیب را در یک لیوان آب‌جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف کردن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۴۰ g

ANETHUM

موارد مصرف آنثوم در زیادهای چربی خون کلسترول و تری گلیسیرید، پیشگیری و درمان آرترواسکلروز و کولیکهای صفراوی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: کورستین و لاکتوکوپیکرین موجود در این فرآورده احتمالاً باعث مهار آنزیمهای لیپوژناز می‌شوند. ترکیبات موجود در آنثوم موجب افزایش ترشحات صفرا می‌شود. عصاره شاهتره احتمالاً مانع تشکیل سنگهای صفراوی می‌گردد. اجزاء فرآورده آنثوم از عصاره گیاهان زیر تهیه شده است

۱- دانه و برگ شوید ۶۸٪

Anethum graveolens

۲- ریشه کاسنی ۵٪

Cichorium intybus

۳- سر شاخه‌های گلدار شاهتره ۵٪

Fumaria parviflora

۴- لیمو عمانی ۴٪

Cirtus sp

مواد مؤثره روغنهای فرار نظیر کارون لیمونن گلیکوزید تلخ لاکتوکوپیکرین آلکالوئید، پروتوپین و هیسپیریدین

هشدارها: ۱- در بیماران مبتلا به دیابت باید تحت نظر پزشک مصرف گردد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در زنان باردار و شیرده به اثبات نرسیده است

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر بار

۲-۳ قرص با آب یا آب میوه مصرف می‌شود.

روزی ۲-۳ بار، هر بار یک قاشق مرباخوری از گرانول را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از ۱۰ دقیقه مصرف شود.

اشکال دارویی

Granule: ۱۰۰ g

Tablet: ۶۵۰ mg

ANTI-DIABETIC

موارد مصرف آنٹی دیابتیک در درمان زیادهای قندخون به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: مطالعات انجام شده نشان داده است که داکسی نوجری مایسین موجود در برگ توت سیاه در واکنشهای آنزیمی به جای قند مورد مصرف آنزیمها قرار گرفته و آنها را غیرفعال می‌کند. همچنین با ایجاد وقفه در عمل آنزیم گلیکوزیداز می‌تواند از شکسته شدن زنجیره قندها جلوگیری نماید.

اثرات پایین آورنده قندخون دانه

شنبلیله ممکن است به علت نیکوتینیک

اسید، کومارین و تریگونلین موجود در آن باشد.

اجزاء فرآورده آنتی دیابتیک از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. برگ توت سیاه ۲۰٪

Morus nigra

۲. دانه شنبلیله ۶۰٪

Trigonella foenum-graecum

۳. برگ زیتون ۱۰٪

Olea europea

۴. ریشه شیرین بیان ۵٪

Glycyrrhiza glabra

۵. پونه ۵٪

Mentha pulegium

مواد موثره تری گونلین کومارین نیکوتینیک اسید، داکسی نوجری مایسین و اولئوروپتین

هشدارها: ۱- مصرف همزمان این فرآورده با داروهای پایین آورنده قند و چربی خون داروهای ضدانعقاد، داروهای هورمونی و وقفه دهنده‌های مونوآمین اکسیداز (MAOI) باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده

است

نکات قابل توصیه از آنجا که شنبلیله موجود در آنتی دیابتیک (به دلیل داشتن فیبرهای موسیلاژی ممکن است باعث جلوگیری از جذب سایر داروها گردد. لذا توصیه می شود این فرآورده با فاصله زمانی مناسب از سایر داروها مصرف گردد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، هر بار ۲ قاشق غذاخوری از فرآورده را در یک لیوان آب جوش دم کرده و پس از صاف کردن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

ANTIMIGRAINE

موارد مصرف قطره آنتی میگرن به عنوان پیشگیری کننده و برطرف کننده حملات میگرنی و سردردهای با منشأ عصبی بکار می رود. مکانیسم اثر: آنتی میگرن به دلیل داشتن سنبل الطیب و بادرنجبویه دارای اثرات تضعف سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می باشد. سالیسین موجود در پوست بیدار ضد دردی مشابه سالیسیلاتها ایجاد می نماید.

اجزاء فرآورده قطره آنتی میگرن از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه می شود:

۱. دانه رازیانه ۳۰٪

Foeniculum vulgare

۲. ریشه سنبل الطیب ۳۰٪

Valeriana officinalis

۳. پوست ساقه بید ۲۰٪

Salix alba

۴. برگ بادرنجبویه ۲۰٪

Melissa officinalis

مواد موثره والرینیک اسید، والپوتریات‌ها، سالیسین روغنهای فرار نظیر آنتول فنکون سیترا و سیترونال هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی نماید، بنابراین هنگام رانندگی یا کار باابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد، احتیاط شود.

۲- در افراد حساس به اسید استیل سالیسیلیک مبتلا- به آسم زخمهای حاد گوارشی هموفیلی نقرس کمی پروترومین خون با احتیاط مصرف شود.

۳- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

تداخل‌های دارویی از مصرف همزمان این فرآورده با سالیسیلات‌ها باید خودداری شود. مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می‌گردد.

مقدار مصرف به محض شروع اولین آثار حمله میگرنی ۴۰ - ۳۰ قطره در یک فنجان آب سرد ریخته و میل شود. در صورت لزوم می‌توان بعد از یک ساعت مصرف دارو را تکرار نمود. جهت پیشگیری از حمله میگرنی و سردرد می‌توان صبح و شب مطابق دستور فوق مصرف نمود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

BABOONEH

موارد مصرف قطره بابونه برای درمان التهاب بافت مخاطی دهان و سایر قسمت‌های دستگاه گوارش به کار می‌رود. علاوه بر این دارای اثرات ضد اسپاسم و ضد نفخ می‌باشد.

مکانیسم اثر: فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر به واسطه ترکیبات ماتریسین پیتاز کامازولن، بیزابولول و اکسیدهای آن می‌باشد. عصاره بابونه احتمالاً- موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیبواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندینها و لوکوترین‌ها را متوقف می‌نماید. آپی‌ژنین موجود در عصاره بابونه موجب مهار آزادسازی هیستامین نیز می‌گردد. اثرات آنتی اسپاسمودیک بابونه به آپی‌ژنین نسبت داده می‌شود.

اجزاء فرآورده قطره بابونه از عصاره هیدروالکلی گیاه بابونه (*Matricaria chamomilla*) تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی‌لیتر آن حاوی ۱۰ میلی‌گرم کامازولن و حداقل ۲ میلی‌گرم آپی‌ژنین می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر کامازولن آلفا- بیزابولول و فلاونوئید آپی‌ژنین منع مصرف این فرآورده در بیماران مبتلا به آسم نباید مصرف شود.

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک (در ماتیت تماسی آنافیلاکسی وجود دارد).

نکات قابل توصیه ۱- در کاربرد دارو به عنوان ضد التهاب و سوزش مخاط معده و روده باید مقدار مصرف توصیه شده نیم ساعت قبل از غذا میل شود.

۲- در کاربرد قطره بابونه به‌عنوان ضداسپاسم و ضدنفخ باید دارو یک ساعت بعد از غذا میل گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان روزی ۳ بار، هر بار ۳۰ قطره مصرف شود.

کودکان روزی ۳ بار، هر بار ۲۰-۱۰ قطره در یک فنجان آب ولرم مصرف شود.

به‌عنوان دهان شویه روزی ۳ بار هر بار ۱ قاشق مرباخوری از قطره همراه با نصف لیوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود.

اشکال دارویی

Drop: ۱۵ ml

BRAN

موارد مصرف برن در اختلالات دستگاه گوارش نظیر یبوست بیماریهای دیورتیکولار روده بزرگ و سندرم روده تحریک پذیر بکار می‌رود. ملین‌های حجیم‌کننده مدفوع برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیمارانی که زخم برش فرج (episiotomy) دارند، هموروئید ترومبوزه دردناک شقاق یا آبسه پرینه‌ای فتق دیافراگم و تنگی آنورکتال مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: برن احتمالاً از طریق جذب و نگهداری آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات پرستالتیک و در نتیجه کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می‌گردد.

اجزاء فرآورده پودر برن از پوسته خارجی گندم تهیه شده است

مواد موثره پلی‌ساکاریدها (سلولز، همی‌سلولز و پکتین، پروتئین چربی و املاح

منع مصرف این فرآورده مانند سایر داروهای ملین در آپاندیسیت و یانسانه‌های آن خونریزی رکتوم باعث نامشخص نارسایی احتقانی قلب انسداد روده و در صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- ملین‌ها در کودکان تا سن ۶ سال به‌جز بادستور پزشک نباید مصرف شوند. از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد.

۲- پودر برن باید با مقادیر زیاد مایعات مصرف شود. زیرا در صورت عدم مصرف کافی مایعات احتمال بروز انسداد مری و تراکم مدفوع در روده وجود دارد.

عوارض جانبی در شروع درمان ممکن است سنگینی و نفخ موقتی در بیمار ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می‌شود. مصرف مقادیر زیاد از پودر برن باعث انسداد روده و مری (معمولاً به‌دلیل مصرف کم مایعات می‌گردد. همچنین واکنش‌های آلرژیک بامصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی پودر برن باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم منیزیم مس و روی، ویتامین B۱۲، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است

۲- مصرف طولانی مدت این داروها که به‌صورت عادت درآمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده‌ها به این داروها شود.

۳- داروهای ملین نباید بیشتر از یک هفته مگر با دستور پزشک یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف گردد.

۴- از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری نمایید.

مقدار مصرف روزانه ۳-۲ بار، یک یا

دو قاشق غذاخوری همراه با یک لیوان

آب میوه شیر و یا سایر نوشیدنیها،

۳۰-۱۵ دقیقه قبل از غذا مصرف

شود.

اشکال دارویی

Powder: ۲۵۰ g

.BRONCHO T.D

موارد مصرف شربت برونکوتیدی به عنوان ضد سرفه و خلط آور به کار می رود.

مکانیسم اثر: اثرات ضد سرفه و خلط آور آویشن شیرازی احتمالاً مربوط به روغن‌های فرار (تیمول و کارواکرول آن می باشد).

اجزاء فرآورده هر ۱۰۰ میلی لیتر شربت حاوی ۲۵ گرم عصاره هیدروالکلی ۲۰٪ آویشن شیرازی *Zataria multiflora* می باشد.

مواد مؤثره روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

منع مصرف به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود.

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشاء مخاطی گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک قاشق غذاخوری ۳ تا ۴ بار در روز

کودکان یک قاشق مرباخوری ۳ تا ۴ بار در روز

اشکال دارویی

Syrup: ۱۲۰ ml

CALENDULA

موارد مصرف پماد کالاندولا در درمان‌های آلرژیک پیشگیری و تسکین التهاب و تحریک پوست بدن شیرخواران بر اثر تماس با

ادرا، آزدگی‌های جلدی ناشی از خراش‌ها و بریدگی‌های سطحی خشکی و ترک‌های پوست گزیدگی حشرات پیشگیری و درمان

آفتاب سوختگی مصرف می شود.

مکانیسم اثر: فلاونوئیدهای موجود در گل همیشه بهار از آزاد شدن هیستامین و تولید پروستاگلاندین‌ها جلوگیری

می نمایند. ساپونین‌های گل همیشه بهار از آزاد شدن هیستامین برادی کینین و بعضی از آنزیم‌های پروتولیتیک جلوگیری کرده و با

کاهش نفوذپذیری مویرگها مانع ترشح پلازما به داخل بافتها گردیده و مهاجرت گویچه‌های سفید را به ناحیه ملتهب کاهش می دهند.

کارتنوئیدهای گل همیشه بهار و بخصوص بتاکاروتن پیش ساز ویتامین A بوده و به اثرات ضدالتهاب و التیام بخش فلاونوئیدها و

ساپونوزیدهای آن کمک می کنند. کاروتنوئیدها همچنین همراه باتانن موجود در گیاه ممکن است در پیشگیری و بهبود حالت

سرخ‌ی ادم و

درد ناشی از آفتاب سوختگی که در اثر اشعه ماوراء بنفش ایجاد می‌شود مؤثر باشند.

اجزاء فرآورده پماد کالاندولا

از عصاره تام گل‌های همیشه بهار (*Calendula officinalis*) به میزان ۱/۵٪ (معادل ۱۰۰ میلی گرم کاروتنوئید) تهیه شده است
مواد مؤثره فلاونوئیدهایی نظیر کورستین ایزو کورستین استرولها، کاروتنوئیدها و ساپونین
مقدار مصرف روزی چندبار پس از تمیز کردن پوست به مقدار کافی از پماد روی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۱۵g

CARMINATIVES

موارد مصرف این فرآورده‌ها جهت برطرف نمودن سوءهاضمه نفخ و دردناشی از آن مصرف می‌گردند.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در این فرآورده‌ها با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکترتحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌گردد. ترکیبات فلاونوئیدی ویزابولول بابونه دارای اثرات آنتی اسپاسمودیک می‌باشند.
به علاوه منتول موجود در نعناع احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می‌شود.

اجزاء فرآورده‌ها: - *Caramin* از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. دانه انیسون ۲۰٪

Pimpinella anisum

۲. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۳. دانه زیره سیاه ۲۰٪

Carum carvi

۴. گل بابونه ۲۰٪

Matricaria chamomilla

۵. برگ نعناع ۲۰٪

Mentha piperita

Caraway Mixture

از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. عرق زیره سیاه ۳۲/۳۲٪

Carum carvi

۲. عرق رازیانه ۳۲/۳۳٪

Foeniculum vulgare

۳. عرق نعناع ۴۳/۸٪

Mentha arvensis

۴. عرق پونه ۳۳/۸٪

Mentha longifolia**Carmint**

از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. برگ نعناع ۵۰٪

Mentha spicata

۲. برگ بادرنجبویه ۲۵٪

Melissa officinalis

۳. دانه گشنیز ۲۵٪

Coriandrum sativum**Dineh Carminatif**

از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. دانه زیره سیاه ۱۵٪

Carum carvi

۲. دانه زیره سبز ۱۰٪

Cuminum cyminum

۳. دانه انیسون ۱۵٪

Pimpinella anisum

۴. برگ نعناع ۲۰٪

Mentha piperita

۵. برگ بادرنجبویه ۵٪

Melissa officinalis

۶. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۷. دانه گشنیز ۱۵٪

Coriandrum sativum**Dillsun**

از اسانس شوید به میزان ۲٪ تهیه گردیده است

Gripewater

از اسانس طبیعی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. اسانس شوید ۰/۱۵٪

Anethum graveolens

۲. اسانس دانه رازیانه ۰/۱۵٪

Foeniculum vulgare

۳. اسانس برگ نعناع ۰.۱۵٪

Mentha piperita**Supermint**

از اسانس نعناع به میزان ۲٪ تهیه گردیده است

مواد موثره

Caramin: روغنهای فرار مانند کارون آنتول فنکون منتول کامازولن وفلاونوئید آبی ژنین**Caraway Mixture:** روغنهای فرار مانند کارون آنتول فنکون منتول و منتون**Carmint:** روغنهای فرار نظیر سیترا لینالول کارون و منتول**Dineh Carminatif:** روغنهای فرار نظیر آنتول فنکون سیترا لینالول کارون کومینالدئید و منتول**Dillsun:** روغنهای فرار نظیر منتول**Gripe water:** روغنهای فرار مانند کارون آنتول فنکون منتول و منتون**Supermint:** روغنهای فرار نظیر منتول

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده‌ها در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است
عوارض جانبی در افراد حساس امکان بروز واکنش‌های آلرژیک (در ماتیت تماسی وجود دارد).

مقدار مصرف

Caramin: روزی دو بار، هر بار ۲ - ۱ قاشق مرباخوری از پودر کارامین را در یک لیوان آب جوش دم کرده نیم ساعت بعد از غذا مصرف می‌شود.

Caraway Mixture: کودکان تا ۶ ماه یک قاشق مرباخوری کودکان ۶ ماهه تا ۲ ساله دو قاشق مرباخوری و در کودکان بالاتر از ۲ سال سه قاشق مرباخوری مصرف می‌شود. در صورت لزوم این مقادیر را تا ۶ بار در روز می‌توان تکرار نمود.

Carmint: بزرگسالان ۳۰ قطره و کودکان زیر ۱۲ سال ۱۵ قطره با نصف استکان آب اضافه شده و بعد از هر غذا مصرف می‌شود.

Dineh Carminatif: بزرگسالان ۲ - ۱ قاشق مرباخوری از پودر کارمیناتیف

را با نصف لیوان آب جوش دم کرده پس از غذا مصرف می‌شود. پودر کارمیناتیف را می‌توان مستقیم؟ به غذا یا ماست نیز افزود.
کودکان زیر ۱۲ سال نصف مقدار بزرگسالان مصرف می‌شود.

Dillsun ۱۰: ۷ قطره در یک استکان آب حل شده مصرف می‌شود. در صورت لزوم پنج بار در روز می‌توان تکرار کرد.

Gripe water: نوزادان یک قاشق چایخوری کودکان یک قاشق مرباخوری و بزرگسالان یک قاشق سوپخوری مصرف می‌گردد.
در صورت لزوم چهار تا شش بار در روز می‌توان تکرار کرد.

Supermint ۱۰: ۷ قطره در یک استکان آب حل شده مصرف می‌شود. در صورت لزوم پنج بار در روز می‌توان تکرار کرد.

اشکال دارویی

Caramin: powder ۴۰ g**Caraway mixture: Solution ۱۲۰ ml****Carmint: Drop ۳۰ ml****Dineh Carminatif: Powder ۵۵ g****Dillsun: Drop ۱۵ ml**

Gripe water: Solution ۱۲۰ ml

Supermint: Drop ۱۵ ml

CRATAEGUS

موارد مصرف کراتاگوس با داشتن اثرات کاردیوتونیک گشادکننده عروق کرونر و پایین آورنده فشارخون در درمان نارساییهای خفیف قلبی و زیادی فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات قلبی - عروقی این فراورده به ترکیبات فلاونوئیدی موجود در کراتاگوس بخصوص پروسیانیدین هانسبت داده شده است کراتاگوس باعث افزایش جریان خون کرونر، افزایش جریان خون محیطی (در سر، عضلات اسکلتی و کلیه، کاهش جریان خون محیطی) (در پوست و دستگاه گوارش، کاهش مقاومت محیطی و کاهش فشارخون می‌گردد. ترکیبات فلاونوئیدی و پروآنتوسیانیدین این گیاه احتمالاً دارای اثرات کرونوتروپ منفی و اینوتروپ مثبت می‌باشند.

اجزاء فرآورده قطره کراتاگوس

از عصاره هیدروالکلی گیاه سرخ و لیک (Crataegus microphylla) تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی‌لیتر آن حاوی ۰/۲ گرم ماده مؤثره فلاونوئید می‌باشد.

مواد مؤثره فلاونوئیدها، پروسیانیدین‌ها و پروآنتوسیانیدین‌ها.

هشدارها: ۱- بیماران تحت درمان با داروهای قلبی - عروقی به اثرات فارماکولوژیک کراتاگوس حساس ترمی‌باشند. بنابراین مصرف این فرآورده در افراد فوق باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی با مصرف فرآورده‌های حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع خستگی تعریق و بشورات جلدی (روی دست گزارش شده است مصرف مقادیر زیاد این فراورده ممکن است ایجاد مسمومیت (برادیکاردی دپرسیون تنفسی نماید.

مقدار مصرف مقدار مصرف اولیه ۷۰-۶۰ قطره ۳ بار در روز به مدت ۳-۴

روز است مقدار مصرف نگهدارنده روزی ۳ بار هر بار ۲۵ قطره است توصیه

می‌شود قطره با کمی آب رقیق و مصرف گردد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

DIURETIC

موارد مصرف دیورتیک در تخفیف نشانه‌های خیز در نارسایی احتقانی قلب و کم‌کاری کلیه عفونتهای دستگاه ادراری و کمک به دفع سنگهای مجاری ادرار و افزایش فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: احتمالاً یونها و قندهای موجود در این فرآورده مشابه مدرهای اسموتیک سبب تسهیل دفع آب و مهار جذب مجدد آب و املاح می‌گردد. روغنهای فرار موجود در پونه به علت داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک موجب شل شدن عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج سنگ می‌گردد.

اجزاء فرآورده پودر مخلوط گیاهی دیورتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. دم آلبالو ۵۷/۴٪

Prunus cerasus

۲. کاکل ذرت ۸/۸٪

Zea mays

۳. میوه خارخاسک ۲۵٪

Tribulus terrestris

۴. برگ پونه ۸/۸٪

Mentha longifolia

مواد موثره پتاسیم کلسیم گلوکز، لولز، مانیتول روغنهای فرار و فلاونوئیدها.

هشدارها: ۱ - مصرف مقادیر زیاد این فراورده ممکن است منجر به اختلال آب والکترولیتها گردد.

۲ - ایمنی مصرف این فراورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک درماتیت تماسی و کهیر) وجود دارد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، هر بار یک قاشق غذاخوری از مخلوط گیاهی را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۰ دقیقه دم نموده و

پس از صاف کردن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

ENOXOLONE

موارد مصرف انوکسولون در درمان التهابات پوستی نظیر قرمزی پوست نوزادان ناشی از ادرار سوختگی قرمزی پوست در اثر آفتاب سوختگی اگزماهای ملایم در سطح صورت پلکها و اطراف دهان و خارش ناشی از نیش حشرات خارشهای انگلی یا خارش دستگاه تناسلی در زنان به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: گلیسیریتینیک اسید تمایل نسبی به اتصال با گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی و مینرالوکورتیکوئیدی را دارد و احتمالاً با تأثیر بر این گیرنده‌ها، روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تأثیر می‌گذارد و در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون جلوگیری می‌کند.

اجزاء فرآورده پماد انوکسولون حاوی ۲٪ اسید گلیسیریتینیک می‌باشد.

مواد موثره اسید گلیسیریتینیک انوکسولون .

منع مصرف این فرآورده در بریدگیها، سوختگیها، زخمهای عفونی و عفونتهای پوستی باکتریایی قارچی و ویروسی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - به علت امکان حساسیت در موقع تماس با این دارو به مدت طولانی روی سطح وسیعی از پوست استفاده نشود.

۲ - در مورد پوست نوزادان روی مخاط و پوستی که هنوز لایه خارجی آن تشکیل نشده استفاده شود.

۳ - از استعمال پماد در چشم خودداری شود.

عوارض جانبی در صورت مصرف دارو به مدت طولانی در سطح وسیع و آسیب دیده پوست احتمال بروز علائم مینرالوکورتیکوئیدی وجود دارد.

مقدار مصرف پس از تمیز کردن پوست روزی ۴ - ۲ بار، لایه نازکی از پماد روی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۱۵g

EUCALYPTUS INHALERS

موارد مصرف این فراورده‌ها برای برطرف نمودن نشانه‌های سرماخوردگی سرفه و احتقان بینی به کار می‌روند.

مکانیسم اثر: اسانسهای موجود در

این فراورده‌ها دارای اثرات ضدالتهاب خلط‌آور و آنتی‌باکتریال می‌باشند.

به نظر می‌رسد اثرات ضدباکتریایی اوکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده و باسیلوس ساب تیلیس و میکروکوکوس گلوتامیوس به آن حساس تر می‌باشند. کورستین و هایپروزید موجود در اکالیپتوس ممکن است اثرات ضد ویروس آنفلوانزاتیپ A داشته باشند.

اجزاء فرآورده

Dineh Eucalyptus Inhaler:

۱. اسانس اکالیپتوس ۰/۱٪

Eucalyptus sp

۲. اسانس آویشن ۰/۱٪

Thymus serpyllum

۳. اسانس رازیانه ۰/۱٪

Foeniculum vulgare

۴. اسانس نعناع ۰/۴٪

Mentha piperita

۵. تنتور اکالیپتوس تا ۱۰۰٪

Eucalyptus sp

Dineh Inhaler:

۱. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۲. برگ مورد ۳۰٪

Myrtus communis

۳. برگ اکالیپتوس ۳۰٪

Eucalyptus globulus

۴. برگ آویشن ۱۵٪

Thymus serpyllum

۵. گل بابونه ۵٪

Matricaria chamomilla**Gol Daru Liquid Eucalyptus Inhaler:**

۱. تنتور اکالیپتوس ۲۰ گرم

Eucalyptus globulus

۲. تنتور بنژوئن ۲۰ گرم

Styrax benzoin tincture

۳. پودر منتول ۱ گرم

Menthol**Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler:**

۱. تنتور اکالیپتوس ۴۹٪

Eucalyptus globulus

۲. تنتور مورد ۲۵٪

Myrtus communis

۳. تنتور پوتار ۲۵٪

Cymbopogon sp

۴. منتول ۱٪

Menthol**Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler:**

۱. برگ اکالیپتوس ۵۵٪

Eucalyptus globulus

۲. برگ مورد ۱۰/۷٪

Myrtus communis

۳. برگ پوتار ۸/۳٪

Cymbopogon sp

۴. برگ آویشن باریک ۱۳٪

Ziziphora regia

۵. برگ آویشن صغیر ۱۳٪

Thymus kotshyanus

مواد موثره روغنهای فرار نظیر سینئول اکالیپتول ، منتول تیمول کورستین

منع مصرف این فرآورده‌ها در بیماران مبتلا به تب بالا، سرفه‌های مداوم و خون‌ریزی دستگاه تنفس نباید مصرف شوند.

عوارض جانبی تیمول موجود در برخی از این فرآورده‌ها ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد.

نکات قابل توصیه ۱- این داروها باید به صورت بخور مصرف شود و از خوردن آن اکیداً خودداری گردد.

۲- در طی بخوردادن چشمها باید بسته باشند.

۳- سرفه‌های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد. در صورت تداوم نشانه‌های بیماری باید به پزشک مراجعه شود. مقدار مصرف روزانه چندبار، هر بار یک‌قاشق سوپخوری از محلول را در یک ظرف مناسب آب داغ (در حال جوشیدن نباشد) ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه درحالی‌که چشمها بسته است بخور داده شود.

اشکال دارویی

Dineh Eucalyptus Inhaler: Solution ۶۰ ml

Dineh Inhaler: Powder ۵۰g

Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler: Solution ۶۰ ml

Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler: Powder ۷۰ g

GARLIC PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها در زیادی فشار خون زیادی چربی خون تصلب شرایین و پیشگیری از ترومبوز به کار می‌روند.

مکانیسم اثر: سیر احتمالاً با اثر

مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاتاسیون عروق محیطی می‌گردد. همچنین ممکن است از طریق فعال کردن

نیتریک اکساید سنتتاز

باعث افزایش تولید نیتریک اکساید

و در نتیجه پایین آمدن فشارخون

گردد.

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری‌گلیسیرید احتمالاً- از طریق مهار آنزیم‌های کلیدی سنتز کلسترول و اسیدهای چرب مانند هیدروکسی متیل گلو تاریل کوآنزیم (HMG - COA) (A) و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می‌شود. سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان VLDL, LDL و افزایش میزان HDL می‌گردد. سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می‌نماید.

اجزاء فرآورده‌ها:

Alicom حاوی ۱۰۰ میلی گرم پودر سیر (Allium sativum) می‌باشد.

Allium - S حاوی ۵۰۰ میلی گرم پودر سیر (Allium sativum) می‌باشد. و میزان آلیسین آن در هر قرص معادل ۱/۲

میلیگرم است

Garlet حاوی ۴۰۰ میلی گرم پودر سیر (Allium sativum) می‌باشد و میزان آلیسین و آلیسین آن در هر قرص معادل ۱ میلی گرم

است

Garlic هر ۱۰ قطره آن حاوی ۰/۲۵ گرم عصاره سیر (Allium sativum) می‌باشد.

Garlicap حاوی ۳۳۰ میلیگرم پودر سیر (Allium sativum) می‌باشد.

مواد موثره تیو آلیل‌ها و مشتقات آنها نظیر آلیسین آلیسین آجوئین دی آلیل‌دی سولفاید و دی آلیل تری سولفاید.

منع مصرف این فرآورده‌ها در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم‌های حاد دستگاه گوارش نباید مصرف شوند.

هشدارها: ۱- مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد.

۲- سیر ممکن است موجب انقباضات رحمی گردد. این موضوع در صورت مصرف سیر در زنان باردار باید مورد توجه قرار گیرد.

عوارض جانبی مصرف این فرآورده‌ها با معده خالی و یا مقادیر زیاد، ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید. همچنین در افراد حساس واکنش‌های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزراش شده است

تداخل‌های دارویی در بیمارانی که تحت درمان با آسپرین و یا سایر داروهای ضدانعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می‌باشند باید با احتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف

Alicom روزی ۳ بار، هر بار ۲-۱ قرص بعد از غذا مصرف می‌شود.

Allium - S ۳ - ۱ قرص در روز، بعد از غذا مصرف می‌شود.

Garlet روزی ۳ بار، هر بار ۲-۱ قرص بعد از غذا مصرف می‌شود.

Garlic روزی ۳-۱ بار، هر بار ۱۰ قطره به همراه غذا یا آب میوه مصرف می‌شود.

Garlicap روزی ۳ بار هر بار ۲-۱ کپسول با یک لیوان آب بعد از غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Alicom: Coated Tablet ۲۶۰ mg

Allium - S: Tablet ۷۰۰ mg

Garlet: Tablet ۵۷۰ mg

Garlic: Drop ۱۵ ml

Garlicap: Capsul ۳۳۰ mg

HYPIRAN

موارد مصرف هایپیران در درمان افسردگی بی‌خوابی اضطراب سردردهای عصبی سر دردهای دوران قاعدگی و میگرن به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: گیاه هایپریکوم به دلیل داشتن هایپریسین و فلاونوئیدها دارای اثرات آرام‌بخش مسکن و ضد اضطراب می‌باشد. هایپریسین از طریق مهار آنزیم منوآمین اکسیداز موجب بروز اثر ضد افسردگی می‌گردد. عصاره گیاه هایپریکوم می‌تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش دهد.

اجزاء فرآورده هایپیران از عصاره هیدروالکلی گیاه علف چای

(*Hypericum Perforatum*) تهیه شده است که هر میلی‌لیتر آن حاوی ۰/۲۵ میلی‌گرم هایپریسین می‌باشد.

مواد موثره هایپریسین پزودوهایپریسین و فلاونوئیدهای هایپیرین کورستین ایزو کورستین و روتین

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و حساسیت به نور وجود دارد.

تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر بیش از مقدار مصرف درمانی ممکن است با سایر داروهای مهارکننده منوآمین اکسیداز تداخل نماید.

نکات قابل توصیه ۱- رنگ دارو پس از افزودن آب به علت تغییر حلالیت تغییر می‌کند.

۲- پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور و یا آفتاب شدید خودداری گردد.

۳- بهتر است دارو قبل از غذا مصرف

شود.

۴- مصرف دارو در روزهای اول ممکن است باعث ایجاد ناراحتیهای گوارشی و یاتشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دو تا چهار هفته از بین می‌رود.

مقدار مصرف بزرگسالان روزی ۳-۲ بار، هر بار ۳۰-۲۰ قطره و در کودکان بالاتر از سه سال روزی ۲ بار، هر بار ۱۵-۱۰ قطره در نصف لیوان آب و یا آب میوه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

KAMIL

موارد مصرف کرم کامیل در درمان التهابات پوستی آزردهای جلدی ناشی از خراشها و بریدگیهای سطحی خشکی و ترکهای پوست به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: فعالیت ضدالتهابی عصاره بابونه بیشتر به واسطه ترکیبات ماتریسین پیشتاز کامازولن، بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می‌دهند. این فعالیت به عمل آنتی اکسیدان آنها نسبت داده شده است عصاره بابونه احتمالاً موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیپواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندینها و لوکوترینها را متوقف می‌نماید. آپی ژنین موجود در عصاره بابونه احتمالاً موجب مهار آزادسازی هیستامین نیز می‌گردد.

اجزاء فرآورده کرم کامیل حاوی ۵٪

عصاره آبی و ۰/۵٪ اسانس بابونه (*Matricaria chamomilla*) می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر

کامازولن آلفا - بیزابولول و فلاونوئید

آپی ژنین

موارد منع مصرف این فرآورده در افراد حساس به بابونه منع مصرف دارد.

عوارض جانبی در افراد حساس احتمال بروز واکنشهای آلرژیک (در ماتیت تماسی وجود دارد).

نکات قابل توصیه از تماس دارو با چشم و سایر مخاط خودداری شود.

مقدار مصرف روزی ۴-۲ بار در موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Cream: ۳۰ g

LAXARICIN

موارد مصرف لاگزاریسین به عنوان مسهل جهت آماده سازی کولون و رکتوم برای انجام مطالعات رادیوگرافی و آمادگی قبل از اعمال جراحی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: روغن کرچک در روده کوچک توسط آنزیمهای لیپاز پانکراس هیدرولیز شده و به گلیسرول و ریسینولئیک اسید تبدیل می‌شود. ریسینولئیک اسید مانند سایر سورفکتانت‌های آنیونیک با اثر مستقیم روی عضلات صاف روده کوچک باعث افزایش حرکات

پریستالتیک روده و کاهش جذب آب و الکترولیت‌ها می‌شود. این اثر احتمالاً ناشی از تحریک شبکه عصبی داخل دیواره‌ای می‌باشد. اجزاء فرآورده لاگزاریسین حاوی روغن کرچک می‌باشد که با اسانسهای مختلف اسانس پرتقال و وانیلین معطر شده است مواد مؤثره تری گلیسرید ریسینولئیک‌اسید و ایزوریسینولئیک‌اسید.

مع مصرف ۱- این فرآورده مانند سایر ملین‌ها، در دردهای شکمی با علت نامشخص انسداد روده آپاندیسیت و یانسانه‌های آن تهوع استفراغ و حساسیت به روغن کرچک نباید مصرف شود.

۲- روغن کرچک طی بارداری به علت ایجاد پرخونی در ناحیه لگن که ممکن است باعث شروع واکنش‌های تحریکی رحم شود منع مصرف دارد.

هشدارها: ۱- لاگزاریسین در دوران قاعدگی باید با احتیاط مصرف شود.

۲- ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶ سالگی به جز بادستور پزشک نباید مصرف شوند.

عوارض جانبی کرامپ اسهال آروغ زدن تهوع تحریک پوست اطراف ناحیه مقعد و بثورات جلدی از عوارض جانبی داروهستند. نکات قابل توصیه مصرف حداقل ۸ - ۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است

مقدار مصرف ابتدا محتوی شیشه را با آب جوش پر کرده خوب تکان داده و امولسیون شیری رنگ حاصل مصرف می‌شود. بزرگسالان ۶۰ - ۱۵ میلی لیتر و در کودکان بالاتر از دو سال ۱۵ - ۵ میلی لیتر مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Oil For Emulsion: ۶۰ ml

LICOPHAR

موارد مصرف قرص مکیدنی لیکوفار به عنوان ضد التهاب فارنژ، خلط آور و ضدسرفه به کار می‌رود. مکانیسم اثر: گلیسیریزین و گلیسیریتینیک‌اسید موجود در عصاره شیرین بیان احتمالاً با تاثیر بر گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تاثیر می‌گذارند و در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون جلوگیری می‌کنند. همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان احتمالاً- موجب وقفه لیپواکسیژناز، سیکلواکسیژناز و کاهش فعالیت اسیدآراشیدونیک می‌گردند. اسانسهای موجود در فرآورده دارای اثرات ضد سرفه ضد درد و آنتی سپتیک می‌باشند.

اجزاء فرآورده قرص مکیدنی لیکوفار حاوی

۱. عصاره خشک شیرین بیان ۵۱/۲ میلی گرم

Glycyrrhiza glabra

۲. اسانس اکالیپتوس ۱/۰۷ میلی گرم

Eucalyptus sp

۳. فلفل قرمز ۰/۱۴ میلی گرم

Capsicum sp

۴. منتول ۶/۳ میلی گرم

Menthol

مواد مؤثره گلیسیریزین گلیسیریتینیک‌اسید، روغنهای فرار (نظیر منتول اکالیپتول و کاپسی سین

منع مصرف به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی شیرین بیان توصیه نمی‌گردد).

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی مصرف طولانی مدت و مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات مینرالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم و افزایش دفع پتاسیم گردد. به دلیل وجود منتول و کاپسی سین در این فرآورده احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک و تحریک مخاط در افراد حساس وجود دارد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان فرآورده‌های حاوی شیرین بیان با کورتیکوئیدها و داروهای هورمونی با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی باید با احتیاط صورت گیرد.

نکات قابل توصیه لیکوفار در التهاب‌های ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی موثر نمی‌باشد. بنابراین توصیه می‌گردد طبق نظر پزشک همراه با آنتی بیوتیک مناسب مصرف شود.

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر باز ۲ - ۱ قرص مکیده می‌شود.

اشکال دارویی

Lozenge: ۷۰۰ mg

LIQUID MENTHOL

موارد مصرف منتول مایع به عنوان ضد احتقان بینی و جهت برطرف نمودن دردهای موضعی به خصوص در ناحیه سر، صورت و گردن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: منتول در غلظت‌های کم به طور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوطه سرما را تحریک کرده و بنابر این باعث احساس سرما می‌شود.

این دارو دارای اثر ضد درد موضعی می‌باشد. منتول در غلظت‌های زیاد علاوه بر این اثر نه تنها باعث تحریک حس گرما و درد می‌شود، بلکه ممکن است سبب تحریک موضعی نیز شود. مصرف دارو بر روی پوست باعث گشاد شدن عروق و ایجاد احساس سرما می‌شود و به دنبال آن اثر ضد درد ظاهر می‌گردد.

اجزاء فرآورده منتول مایع از اسانس گیاه نعناع (*Mentha spicata*) به میزان ۵٪ تهیه شده است

مواد موثره روغن‌های فرار نظیر منتول و کارون

هشدارها: مصرف این فرآورده در بینی نوزادان خطرناک است و ممکن است باعث کلاپس شود.

عوارض جانبی احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک در افراد حساس وجود دارد.

نکات قابل توصیه از استنشاق بیش از حد این فرآورده اجتناب گردد.

مقدار مصرف به عنوان ضد احتقان بینی ۲-۳ قطره در پشت لب و به عنوان ضد دردموضعی ۱۰ - ۵ قطره در موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۱۵ ml

LIQUORICE PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها در زخم معده و اثنی عشر، گاستریت و درد معده به کار می‌روند.

مکانیسم اثر: ترکیبات فلاونوئیدی گیاه شیرین بیان احتمالاً با تأثیر بر مخاط معده سد مخاطی را نسبت به تأثیر اسید معده تقویت می‌نماید. به نظر می‌رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستاگلندین معده موجب افزایش تولید مخاط و جریان خون مخاطی می‌گردد.

گلیسریریزین و گلیسریریتیک اسید تمایل نسبی به اتصال به گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی و مینرالوکورتیکوئیدی را دارند و احتمالاً با تأثیر بر این گیرنده‌ها، روی فعالیت استروئیدهای آندوژن تأثیر می‌گذارند (در فرآورده‌های د-گلیسریریزین شده این احتمال کمتر می‌باشد).

همچنین این ترکیبات با مهار آنزیمی

در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون جلوگیری می‌کنند. ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان احتمالاً موجب وقفه لیپواکسیژناز، سیکلواکسیژناز و کاهش فعالیت اسیدآراشیدونیک می‌گردند.

گل بابونه و بومادران موجود در شیرینوش با خاصیت ضدالتهابی در بهبود زخم معده و اثنی عشر موثر می‌باشند.

روغنهای فرار و ترکیبات موجود در رگلیس معطر با داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب کاهش انقباضات روده و تسهیل خروج گازها از معده می‌شوند.

گل همیشه بهار و ختمی موجود در رگلیسیدین با داشتن موسیلاژ، فلاونوئید و سایر مواد موثره دارای اثرات نرم کننده کاهش دهنده تحریکات ضد التهاب خفیف و التیام بخش می‌باشند.

اجزاء فرآورده‌ها:

Shirinoosh: از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. ریشه شیرین بیان ۵۰٪

Glycyrrhiza glabra

۲. گل بابونه ۳۳٪

Matricaria chamomilla

۳. سر شاخه‌های گلدار بومادران ۱۷٪

Achillea millefolium

Reglis Moattar: از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. عصاره خشک شیرین بیان ۸۳/۳٪

Glycyrrhiza glabra

۲. پودر ریشه شیرین بیان ۱۵/۲٪

Glycyrrhiza glabra

۳. زیره سبز ۰/۳۴٪

Cuminum cyminum

۴. رازیانه ۰/۶۹٪

Foeniculum vulgare

۵. گل ختمی ۰/۳۴٪

Althaea officinalis

D - Reglis: حاوی ۳۸۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) می‌باشد که مقدار گلیسرین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است

Reglisidin: حاوی ۴۰۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) (که مقدار گلیسرین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است، ۵۰ میلی گرم عصاره گل همیشه‌بهار (*Calendula officinalis*) و ۵۰ میلی گرم پودر ریشه ختمی (*Althaea officinalis*) می‌باشد.

مواد موثره

Shirinoosh: فلاونوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین، گلیسرین گلیسیریتیک اسید، آکالوئید آکیلین و روغنهای فرار نظیر کامازولن

Reglis Moattar: گلیسرین و گلیسیریتیک اسید، فلاونوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین، روغنهای فرار (آنتول کومینیک آلدئید).

D - Reglis: فلاونوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین.

Reglisidin: فلاونوئید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین فلاونوئید، فیتوسترول و موسیلاژ.

منع مصرف فرآورده‌های د - گلیسرینه‌نشده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی نباید مصرف شود. هشدارها: ۱ - این فرآورده‌ها در بیماران کلیوی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ - عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروئیدی بوده و باعث افزایش فشارخون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانات آزمایشگاهی می‌گردد، بنابراین مصرف این فرآورده‌ها دارو در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی‌گردد. عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد و طولانی مدت (بیش از ۶ هفته و بیش از ۶۰ گرم در روز) فرآورده‌های حاوی شیرین بیان سبب بروز علائم زیادی آلدوسترون می‌شود.

عصاره توتال شیرین بیان به علت داشتن اثرات مینرالو کورتیکوئیدی سبب احتباس برگشت پذیر آب و سدیم شده دفع پتاسیم را افزایش می‌دهد. عصاره د - گلیسرینه شیرین بیان معمولاً - این اثرات را نداشته ولی توصیه می‌گردد این فرآورده‌ها در افرادی که مشکلات قلبی عروقی و یا فشارخون بالا دارند با احتیاط مصرف شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان فرآورده‌های حاوی شیرین بیان با کورتیکوستروئیدها و داروهای هورمونی با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی باید با احتیاط صورت گیرد.

مقدار مصرف

Shirinoosh: روزی ۳ بار، هر بار ۲ - ۱ قاشق مرباخوری از پودر را در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف نمودن نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود.

Reglis Moattar: روزی ۳ بار، قبل از غذا هر بار یک قاشق چایخوری از فرآورده در یک فنجان آب جوش ریخته و پس از سرد شدن مصرف شود.

D - reglis: در زخم معده ۲ قرص ۳ بار در روز مصرف شود. در زخم اثنی عشر این مقدار را می‌توان در صورت لزوم تا ۲ قرص ۶ بار در روز افزایش داد.

Reglisidin: ۲ - ۱ قرص ۳ بار در روز قبل از هر وعده غذایی مصرف می‌شود. این مقدار را می‌توان با نظر پزشک تا ۱۲ قرص در

روز افزایش داد.

اشکال دارویی

A: Liquorice Products

Shirinoosh: Powder ۴۰ g

Reglis moattar: Powder ۷۰ g

B: D – Glycyrrhizinated Products

D – Reglis: Tablet ۶۵۰ mg

Reglisidin: Tablet ۶۰۰ mg

MASUMINT & MENTHAZIN

موارد مصرف این فرآورده‌ها در حساسیت و خارش گلو، سرفه و نفخ معده به کار می‌روند.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در قرص ماسومینت و منتازین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌شود. منتول موجود در اسانس نعناع در غلظتهای کم به طور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده بنابراین باعث احساس سرما می‌شود. به علاوه دارای اثرات ضد دردموضعی نیز می‌باشد. اثر ضد درد موضعی منتول علت احتمالی مصرف آن به عنوان داروی ضدسرفه می‌باشد. همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان دارای اثرات نرم کننده و خلط‌آور می‌باشند.

اجزاء فرآورده‌ها:

Masumint: حاوی ۰/۵٪ اسانس نعناع (*Mentha piperita*) و ۵٪ عصاره شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) می‌باشد.

Menthazin: حاوی ۰/۲۵٪ اسانس نعناع (*Mentha piperita*)، ۰/۲۵٪ اسانس رازیانه (*Foeniculum vulgare*) و ۵٪

عصاره شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) می‌باشد.

مواد موثره

Masumint: روغنهای فرار (نظیر منتول، گلیسیریزین فلاونوئید گلیکوزیدهای لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین

Menthazin: روغنهای فرار نظیر منتول آنتول و فنکون گلیسیریزین فلاونوئید گلیکوزیدهای لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین

منع مصرف به دلیل داشتن ساکاروز، در افراد مبتلا به دیابت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - مصرف مقادیر زیاد این فرآورده‌ها در بیماران قلبی - عروقی به دلیل اثرات مینرالوکورتیکوئیدی توصیه نمی‌گردد.

۲ - ایمنی مصرف این فرآورده‌ها در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی به دلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده‌ها، احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد. مصرف

طولانی مدت این فرآورده‌ها ممکن است سبب بروز اثرات مینرالوکورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم گردد.

مقدار مصرف هر ۲-۳ ساعت یک قرص جویده یا مکیده می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

MELLISAN

موارد مصرف ژل ملیسان به عنوان ضدویروس در درمان تبخال بکار می‌رود.
 مکانیسم اثر: گیاه فرنجمشک دارای اثر متوقف کننده فعالیت ویروسها (Virustatic) می‌باشد.
 اجزاء فرآورده ژل ملیسان حاوی ۱٪ عصاره خشک فرنجمشک (*Melissa officinalis*) می‌باشد.
 مواد موثره روغن‌های فرار (نظیر سیترونال سیترال و ژرانیال، پلی فنلها) نظیر اسید رزمارینیک و اسید کافئیک.
 عوارض جانبی با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.
 نکات قابل توصیه از تماس دارو با داخل چشم خودداری شود.
 مقدار مصرف روزی ۴-۳ بار به موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical gel: ۵ g

MENTHA

موارد مصرف قرص منتا در اسپاسم‌های دستگاه گوارش نفخ معده و به عنوان خوشبوکننده دهان به کار می‌رود.
 مکانیسم اثر: منتا با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌گردد. به علاوه منتول موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می‌شود.

اجزاء فرآورده هر قرص منتا حاوی ۲/۵ میلی گرم اسانس و ۳۵ میلی گرم پودر برگ نعناع (*Mentha piperita*) است
 مواد موثره روغنهای فرار نظیر منتول و منتون
 منع مصرف به دلیل داشتن ساکاروز در افراد مبتلا به دیابت نباید مصرف شود.
 عوارض جانبی در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.
 مقدار مصرف در صورت لزوم یک قرص جویده شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۷۰۰ mg

MINTAGEL

موارد مصرف مینتاژل در درمان کچلی انگشتان پا و کشاله ران بکار می‌رود. این فرآورده همچنین برای از بین بردن خارش و سوزش محل گزیدگی حشرات و سوختگیهای سطحی مصرف می‌شود.
 مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در این فرآورده دارای اثرات ضدقارچی و ضدباکتریایی می‌باشند. منتول در غلظتهای کم به طور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده همچنین باعث گشادشدن عروق و ایجاد احساس سرما شده و به دنبال آن اثر ضددردی ظاهر می‌گردد.

اجزاء فرآورده مینتاژل حاوی ۱/۵٪ اسانس نعناع (*Mentha piperita*) می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر منتول و منتون

عوارض جانبی در افراد حساس به دلیل وجود منتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.
 مقدار مصرف پس از تمیز کردن موضع روزی ۳-۲ بار بر روی موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Gel: ۱۵ g

MYRTOPLEX

موارد مصرف میرتوپلکس دارای خاصیت ضد ویروس هرپس سیمپلکس نوع ۱ و ۲ می‌باشد و در درمان تبخالهای پوست نواحی مختلف بدن و اطراف واژن بکار می‌رود.

اجزاء فرآورده پماد میرتوپلکس حاوی اسانس گیاه مورد (*Myrtus communis*) به میزان ۱۰٪ است. مواد موثره تانن پلی فنلها، روغنهای فرارو فلاونوئیدها.

هشدارها: ۱- با مصرف این فرآورده بیش از مدت توصیه شده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است.

نکات قابل توصیه از تماس دارو با داخل چشم و دهان خودداری شود.

مقدار مصرف روزی ۵-۳ بار، هر بار پوشش نازکی از پماد بر روی ضایعه مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۵ g

OLEA-CRAT

موارد مصرف اولئاکرات در درمان زیادی فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات قلبی - عروقی این فرآورده به ترکیبات فلاونوئیدی موجود در کراتاگوس آن بخصوص پروسیانیدینها نسبت داده شده است اولئاکرات احتمالاً باعث افزایش جریان خون کرونر، افزایش جریان خون محیطی در سر، عضلات اسکلتی و کلیه، کاهش جریان خون محیطی (در پوست و دستگاه گوارش، کاهش مقاومت محیطی و کاهش فشارخون می‌گردد).

اجزاء فرآورده اولئاکرات از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. برگ زیتون ۳۲/۵٪

Olea europea

۲. میوه سرخ ولیک ۳۲/۵٪

Crataegus microphilla

۳. میوه قره‌قات ۲۰٪

Vaccinium arctostaphylos

۴. میوه عناب ۱۰٪

Zizyphus vulgaris

۵. برگ پونه ۵٪

Mentha pulegium

مواد موثره فلاونوئیدها، پروسیانیدینها و اولئوروپتین

هشدارها: ۱- بیماران تحت درمان با داروهای قلبی - عروقی به اثرات فارماکولوژیک کراتاگوس حساس تر می‌باشند. بنابراین مصرف

این فرآورده در افراد فوق باید با احتیاط صورت گیرد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی با مصرف فرآورده‌های حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع خستگی تعریق و بثورات جلدی (روی دست گزارش شده است مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد مسمومیت (برادیکاردی دپرسیون تنفسی نماید.

مقدار مصرف روزی ۳-۲ بار، هر بار یک قاشق غذاخوری از اولناکرات را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده پس از صاف نمودن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

PASIPAY

موارد مصرف قطره پاسی پی به عنوان آرامبخش و خواب آور در تنش‌های عصبی و بی خوابی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: مالتول و اتیل مالتول گل ساعتی احتمالاً دارای اثر آرامبخشی روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می‌باشند.

اجزاء فرآورده پاسی پی از عصاره هیدروالکلی گیاه گل ساعتی *Passifloraincarnata* به میزان ۲۰٪ تهیه شده است

مواد موثره مالتول و اتیل مالتول آلکالوئیدهای هارمان و هارمالین فلاونوئیدهای ویتکسین و ساپونارین

هشدارها: ۱- این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی) تاثیر گذارد.

۲- در مطالعات حیوانی هارمان و هارمالین موجود در گیاه گل ساعتی اثر تحریک‌فعالیت رحم نشان داده‌اند. بر این اساس بایستی از مصرف مقادیر زیاد این دارو در دوران بارداری و شیردهی اجتناب شود.

تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است باعث ایجاد خواب‌آلودگی و افزایش اثر داروهای مهارکننده منوآمین اکسیداز (MAOI) شود.

مقدار مصرف در کودکان ۶-۲ سال

۶ قطره سه بار در روز و ۱۰ قطره هنگام خواب

بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال ۱۰ قطره ۳ بار در روز و ۲۵-۳۰ قطره شب هنگام خواب

در افراد بالای ۶۵ سال بهتر است مصرف دارو را از مقادیر کم آغاز کرده و مقدار آن را به تدریج افزایش داد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PERSICA

موارد مصرف قطره پرسیکا در پیشگیری از افزایش جرم روی دندانها، پوسیدگی دندان و خونریزی و امراض لثه و به عنوان ضد عفونی کننده دهان و مسکن درد دندان و لثه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استفاده مداوم از گیاه مسواک به دلیل میزان بالای کلراید موجب کاهش تشکیل پلاک دندان جلوگیری از رنگی شدن دندانها و التهاب لثه می‌گردد. بعلاوه میزان بالای کلسیم موجود در این گیاه موجب استحکام دندان شده و ترکیبات ایزوتیوسیانات

آن مانع رشد باکتریهای دهان می‌شود.

عصاره اتانولی بومادران به دلیل داشتن ترکیبات سزکویی ترین لاکتون دارای اثرات ضدباکتریایی می باشد. عصاره آبی بومادران دارای اثرات ضدالتهابی است و به دلیل داشتن آکیلین موجب کاهش زمان انعقاد خون شده و در خونریزی لثه موثر می باشد. نعناع به دلیل داشتن منتول موجب ایجاد اثر ضد درد و ضد عفونی کننده این فرآورده می گردد.

اجزاء فرآورده قطره پرسیکا از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. گیاه مسواک ۳۰٪

Salvadora persica

۲. بومادران ۲۵٪

Achillea millefolium

۳. نعناع ۴۵٪

Mentha spicata

مواد موثره کلسیم فلوراید، کلراید، ترکیبات ایزوتیوسیانات تانن روغنهای فرار (نظیر منتول آزلن و آکالوئید آکیلین

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

نکات قابل توصیه ۱- از رقیق کردن بیش از حد قطره خودداری گردد.

۲- پس از مصرف دارو از شستن دهان خوردن و آشامیدن حداقل به مدت ۲۰-۱۰ دقیقه خودداری گردد.

۳- برای حصول حداکثر نتیجه حداقل یک نوبت مصرف این دهانشویه بعد از مسواک شب و یا قبل از خواب صورت گیرد.

مقدار مصرف جهت جلوگیری از پوسیدگی دندان و بیماریهای دهان روزی دو نوبت هر بار ۱۵-۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و دور ریخته شود.

در درمان ناراحتی های دهان و دندان و جلوگیری از خونریزی لثه روزی ۵-۳ نوبت هر بار ۱۵-۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود.

جهت جلوگیری از خونریزی و عفونت بعد از کشیدن دندان و جراحی ها به مدت ۴-۲ روز، هر روز ۵-۴ نوبت هر بار ۴۰-۳۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PROSTATAN

موارد مصرف قطره پروستاتان در موارد التهاب حاد و مزمن پروستات سوزش و تکرر ادرار بکار می رود.

مکانیسم اثر: سیتوسترول موجود در این فرآورده با مهار آنزیم ۵-آلفا-ردوکتاز باعث کاهش غلظت دی هیدروتستوسترون (DHT) می گردد و در نتیجه رشد غده پروستات را متوقف می نماید.

ایزولکتین موجود در گزنه با رقابت در اتصال به گیرنده های تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هیپرپلازی پروستات می گردد. همچنین ترکیبات موجود در این فرآورده دارای اثرات ضدالتهاب محرک سیستم ایمنی و کاهش دهنده تونیسیتة عضلات صاف پروستات می باشد و موجب تسهیل جریان ادرار و بهبود حال بیمار می گردد.

اجزاء فرآورده قطره پروستاتان از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. ریشه گزنه ۲۰٪

Urtica dioica

۲. اندام هوایی گزنه ۱۰٪

Urtica dioica

۳. تخم کدوی بدون پوست ۲۰٪

Cucurbita pepo

۴. گل بابونه ۲۰٪

Matricaria chamomilla

۵. میوه خارخاسک ۲۰٪

Tribulus terrestris

۶. میوه انیسون ۱۰٪

Pimpinella anisum

مواد موثره استروئیدها (سیتوسترول، اسکوپولتین فنیل پروپان ایزولکتین پلی ساکاریدها و فلاونوئیدها، روغنهای فرارو اسیدهای چرب (اسید لینولئیک).

منع مصرف این فرآورده نباید در کودکان مصرف شود.

عوارض جانبی بامصرف این فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشی (تحریک معده و واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

مقدار مصرف روزی ۳ بار هر بار ۴۰ - ۳۰ قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذا مصرف شود. قطره پروستاتان را می توان برای مدت ۱۲ - ۶ ماه مصرف نمود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PSYLLIUM PRODUCTS

موارد مصرف پسیلیوم در درمان یبوستهای مزمن برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران با زخم برش فرج (episiotomy)، هموروئید ترومبوزه دردناک شقاق یا آبسه پرینه‌ای فتق دیافراگم تنگی آنورکتال و در رفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر (spastic colon) مصرف می شود.

مکانیسم اثر: اثر درمانی پسیلیوم

به واسطه تورم موسیلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر می گردد. موسیلاژ احتمالاً از طریق جذب آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات پرستالتیک و کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد.

اجزاء فرآورده‌ها:

Musylum: حاوی پوسته دانه اسفرزه (*Plantago psyllium*) به میزان ۳/۴ گرم در هر ساشه می باشد.

Psyllium Mosiloid: حاوی پوسته دانه اسفرزه (*Plantago psyllium*) به میزان ۳/۴ گرم در هر ساشه می باشد.

Psyllium: حاوی دانه اسفرزه

(*Plantago psyllium*) به میزان ۶۰٪ می باشد.

مواد موثره موسیلاژ.

منع مصرف این فرآورده‌ها در آپاندیسیت و یا نشانه‌های آن خونریزی رکتوم با علت نامشخص نارسایی احتقانی قلب و انسداد روده دیابت و در صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شوند.

هشدارها: ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶ سال به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند. از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد به این طریق می‌توان از عواقب بیماری (مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدیدتر، جلوگیری کرد.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد پسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولاً به دلیل مصرف کم مایعات می‌گردد. همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است در شروع درمان ممکن است موقتاً سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می‌شود.

تداخل‌های دارویی پسیلیوم باعث

کاهش جذب برخی از مواد معدنی

(نظیر کلسیم منیزیم مس و روی

ویتامین B۱۲، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می‌گردد. مصرف همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم

موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و

وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می‌شود. پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود.

نکات قابل توصیه ۱ - مصرف حداقل

۶-۸ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به دلیل

خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد.

۲ - مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت درآمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده‌ها به این داروها شود.

۳ - داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک یا در موارد غیر ضروری (مانند اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود.

۴ - از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود.

۵ - داروهای حجیم‌کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند، این موضوع در مورد بیماران مبتلا به دیابت و

افزادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد.

مقدار مصرف ۳-۱ بار در روز هر بار یک تادو ساشه یا یک قاشق سوپخوری (حدود ۱۰ گرم از پسیلیوم را در یک لیوان آب ریخته مصرف شود.

اشکال دارویی

Musyllium : ۱۰g / Sachet

Psyllium mosiloid: ۷g / Sachet

Psyllium: Box ۷۰ g

RASIN

موارد مصرف رازین در نفخ معده سرفه حساسیت و خارش گلو بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در قرص رازین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌شوند.

همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان دارای اثرات نرم کننده و خلط‌آور می‌باشند.

اجزاء فرآورده قرص رازین حاوی ۰.۵٪ اسانس رازیانه (*Foeniculum vulgare*) و ۵٪ عصاره ریشه شیرین بیان (*Glycyrrhiza glabra*) می‌باشد.

مواد مؤثره روغنهای فرار (نظیر آنتول و فنکون، گلیسیریزین فلاونوئید گلیکوزیدهای لیکوئی رتین و ایزولیکوئی رتین منع مصرف به دلیل داشتن ساکاروز در افراد مبتلا به دیابت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوئیدی توصیه نمی‌گردد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات مینرالو کورتیکوئیدی (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم گردد.

مقدار مصرف هر ۳-۲ ساعت یک یا دو قرص میکده یا جویده شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

SANKOL

موارد مصرف قطره سنکل برای دفع سنگهای مجاری ادرار، تسکین دردهای کلیوی و عفونتهای مجاری ادراری بکار می‌رود. مکانیسم اثر: مواد مؤثره موجود در این فرآورده به علت داشتن اثرات مدر و آنتی اسپاسمودیک موجب شل شدن عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج سنگ می‌گردد.

اجزاء فرآورده قطره سنکل از عصاره گیاهان دارویی زیر تهیه شده است

۱. دانه رازیانه ۲۵٪

Foeniculum vulgare

۲. دانه زیره سبز ۱۲/۵٪

Cuminum cyminum

۳. برگ بو ۱۲/۵٪

Laurus nobilis

۴. دم گیلان ۱۲/۵٪

Cerasus avium

۵. کاکل ذرت ۱۲/۵٪

Zea mays

۶. میوه خارخاسک ۱۲/۵٪

Tribulus terrestris

۷. تخم خربزه ۱۲/۵٪

Cucumis melo

مواد موثره املاح پتاسیم اسیدهای چرب فلاونوئیدها و روغنهای فرار نظیر آنتول فنکون سینتول و کارون هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب والکترولیتها گردد.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است عوارض جانبی در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک درماتیت تماسی و کهیر) وجود دارد. نکات قابل توصیه ۱- نوشیدن مقادیر زیاد آب و مایعات همزمان با مصرف این دارو توصیه می‌شود. ۲- این دارو در افراد با معده حساس باید بعد از غذا میل شود.

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر بار ۶۰ - ۵۰ قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذا مصرف شود. در موارد حاد، درمان با سنکل می‌تواند تا مدت یک ماه ادامه یابد. در درمان مزمن و به منظور پیشگیری از تشکیل مجدد سنگ مقدار مصرف ۳۰ قطره ۳ - ۲ بار در روز برای مدت یک هفته توصیه می‌گردد که این رژیم درمانی باید هر ماه تکرار گردد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

SENNA PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها برای درمان کوتاه مدت یبوست مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: سنوزیدهای **B** و **A** توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیزه شده و تبدیل به مشتقات فعال - Rhein anthrone می‌گردند. این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پرستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاطافزایش می‌دهند. اثرات فوق احتمالاً ناشی از افزایش بیوسنتز و آزادسازی پروستاگلاندین‌ها است روغنهای فرار موجود در گشنیز و زیره (موجود در بعضی از این فرآورده‌ها) به علت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ شکمی ناشی از مصرف سنمی گردد.

اجزاء فرآورده‌ها:

C-Lax: حاوی ۶۰۰ میلی گرم برگ سنا (*Cassia obovata*) (معادل ۱۵ میلی گرم سنوزید **B**) و ۱۰۰ میلی گرم دانه گشنیز (*Coriandrum sativum*) می‌باشد.

Herbilax: حاوی ۲۹۰ میلی گرم پودر برگ سنا (*Cassia acutifolia*) (معادل ۲/۵٪ سنوزید **A** و **B**) می‌باشد.

Senalin: از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. برگ سنا ۵۰٪

Cassia angustifolia

۲. دانه زیره سبز ۲۵٪

Cuminum cyminum

۳. گل سرخ ۲۵٪

Rosa damascena۵. **Senalin v**: حاوی

۱. عصاره خشک برگ و میوه سنا ۳۴/۲٪

Cassia obovata

۲. پودر گلبرگ گل سرخ ۱۵/۱٪

Rosa damascena

۳. اسانس رازیانه ۰/۴۵٪

Foeniculum vulgare

Sennamed: از عصاره خشک الکلی برگ سنا (*Cassia angustifolia*) (معادل ۹ میلی گرم سنوزید A و B) تهیه شده است

مواد موثره

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزیدها (سنوزید A و B) و روغن‌های فرار (نظیر لینالول کوریناندروول کومینالدئید و سیترال . موارد منع مصرف این فرآورده‌ها مانند سایر ملین‌ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم دردهای شکمی ناشناخته خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ - استفاده طولانی مدت از ملین‌های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می‌نماید.

۲ - به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیرمادر، مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی‌گردد.

۳ - دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییررنگ ادرار (زرد قهوه‌ای به قرمز) همراه با افزایش pH آن می‌گردد.

۴ - مصرف این فرآورده‌ها در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می‌گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین‌های فیبری موثر واقع نشده‌اند.

۵ - ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شوند.

عوارض جانبی مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ‌های شکمی می‌نماید ولی فرآورده‌های حاوی دانه گشنیز و یا زیره احتمالاً این عارضه را ایجاد نمی‌نمایند.

مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده‌ها موجب از بین رفتن کارایی روده‌ها، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (به ویژه پتاسیم ، آلبومینوری و هماتوری می‌گردد. مقادیر زیاد سناممکن است ایجاد نفریت نماید. در افرادی که به مدت طولانی از ملین‌های آنتراکینونی استفاده نموده‌اند، پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (*Melanosis coli*) مشاهده شده است البته ۱۲ - ۴ ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

تداخل‌های دارویی این داروها به دلیل تغییر رنگ و افزایش pH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نمایند. فرآورده‌های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی آدرنو کورتیکو استروئیدها، ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاً ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می‌نمایند.

نکات قابل توصیه ۱ - با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰ - ۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می‌گردد، بهتر است این فرآورده‌ها در هنگام خواب مصرف شوند.

۲ - مصرف حداقل ۸ - ۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد.

مقدار مصرف **C-Lax**: به عنوان ملین در بزرگسالان ۲ - ۱ قرص در روز و در کودکان بالا-تر از ۶ سال ۱ - ۰/۵ قرص طبق دستور پزشک به عنوان مسهل ۳ - ۲ قرص یکجا قبل از خواب

Herbilax: به عنوان ملین در بزرگسالان ۲ کپسول در روز و در کودکان بالاتر از ۶ سال ۱ کپسول در روز. برای تخلیه معده ۱۰ کپسول یکجا با دو لیوان آب

Sennamed: بزرگسالان ۲ - ۱ قرص و در کودکان ۱۲ - ۶ سال یک قرص هنگام خواب مصرف شود.

Senalin: یک قاشق غذاخوری از مخلوط سنالین را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از نیم ساعت آن را صاف نموده قبل از صبحانه مصرف می‌شود. برای اجابت مزاج و تخلیه سریع روده‌ها تا دو برابر مقدار فوق را می‌توان مصرف نمود.

Senalin ۷.۵: به عنوان ملین در بزرگسالان ۴ - ۱ قرص و در کودکان بالاتر از ۶ سال ۲ - ۱ قرص در روز.

اشکال دارویی

C-Lax: Tablet ۷۵۰ mg

Herbilax: Capsul ۲۹۰ mg

Senalin: Powder ۴۰ g

Senalin ۷.۵: Dragee ۵۰۰ mg

Sennamed: Tablet ۶۵۰ mg

SHIRAFZA

موارد مصرف قطره شیرافزا جهت افزایش شیر مادر بکار می‌رود و همچنین باعث برطرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش طفل می‌گردد.

مکانیسم اثر: آنتول موجود در شیرافزا احتمالاً به عنوان آنتاگونیست رقابتی دوپامین عمل کرده و موجب افزایش ترشح شیر می‌شود. قطره شیرافزا با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده شده در نتیجه سبب برطرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش طفل می‌گردد.

اجزاء فرآورده قطره شیرافزا از

عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. دانه رازیانه ۵۰٪

Foeniculum vulgare

۲. دانه زیره سبز ۲۰٪

Cuminum cyminum

۳. دانه شنبلیله ۲۰٪

Trigonella foenum – graecum

۴. اندام هوایی شوید ۱۰٪

Anethum graveolens

مواد موثره تریگونلین نیکوتینیک اسید و روغنهای فرار. نظیر آنتول فنکون کارون و پاراسیمن

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

تداخل‌های دارویی شنبلیله موجود در این فرآورده باعث کاهش قندخون می‌گردد. بنابراین احتمال دارد با داروهای پایین آورنده قندخون تداخل نماید.

مقدار مصرف روزانه ۳ نوبت هر بار

۳۰ - ۲۰ قطره در یک فنجان آب سرد با کمی قند بعد از غذا مصرف شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

TANAMIGRAIN

موارد مصرف کپسول تانامیگرن به عنوان پیشگیری کننده حملات میگرنی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: گیاه موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق مهار آزادسازی گرانولهای حاوی سروتونین از پلاکتها و گلبولهای سفید خون اثر پیشگیری از میگرن را ظاهر می‌سازد. همچنین در آزمایشات **Invitro** عصاره این گیاه موجب مهار آزادسازی پروستاگلاندینها (بامکانیسمی متفاوت از مکانیسم مهارسیکلوکسیژناز) می‌گردد.

اجزاء فرآورده کپسول تانامیگرن حاوی ۱۲۵ میلی گرم پودر گیاه **Chrysanthemum parthenium** (معادل حداقل ۰/۲٪ پارتنولید) می‌باشد.

مواد موثره سزکوییترین لاکتونها (بوئزه پارتنولید).

منع مصرف در حاملگی و شیردهی و کودکان زیر دو سال و افرادی که به گیاهان تیره کاسنی (**Compositae**) نظیر بابونه حساسیت دارند نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱- در صورت بروز زخمهای دهانی مصرف دارو قطع گردد.

۲- این فرآورده نباید بیشتر از ۴ ماه مصرف گردد (مگر با دستور پزشک).

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده احتمال بروز خشکی و زخم دهان ناراحتیهای گوارشی (درد شکمی سوءهاضمه تهوع و...) و درماتیت تماسی وجود دارد.

نکات قابل توصیه

از آنجایی که تانامیگرن به طور پروپیلاکتیک عمل می‌نماید، بایستی به طور مرتب و روزانه یک کپسول مصرف گردد.

مقدار مصرف روزانه ۲ - ۱ کپسول بعد از غذا مصرف شود (اثرات مثبت دارو ۸ - ۴ هفته بعد از مصرف ظاهر می‌گردد).

اشکال دارویی

Capsul: ۱۲۵ mg

THYMIAN

موارد مصرف شربت تیمیان به عنوان ضدسرفه و خلط آور بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات خلط‌آور و ضدسرفه آویشن احتمالاً مربوط به فلاونوئیدها

و روغنهای فرار (تیمول و کارواکرول

آن می‌باشد. همچنین برای روغنهای

فرار اکالیپتوس (اکالیپتول، رازیانه آنتول، مرزه (کارواکرول نیز

اثرات خلط‌آور و ضدسرفه گزارش شده است

اجزاء فرآورده شربت تیمیان از عصاره هیدورالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. برگ آویشن ۱۹٪

Thymus vulgaris

۲. برگ اکالیپتوس ۵٪

Eucalyptus globulus

۳. برگ مرزه ۷٪

Satureja hortensis

۴. دانه رازیانه ۰/۵٪

Foeniculum vulgare

مواد موثره فلاونوئیدها و روغنهای فرار نظیر تیمول اکالیپتول آنتول فنکون و کارواکرونل منع مصرف به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود. هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است عوارض جانبی تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشامخاطی گردد. به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت تماسی در افراد حساس وجود دارد).

مقدار مصرف

بزرگسالان ۲ - ۱ قاشق سوپخوری ۳ بار در روز مصرف شود.

کودکان یک قاشق سوپخوری و در اطفال زیر ۶ سال یک قاشق مرباخوری ۳ بار در روز مصرف شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۲۰ ml

VALERIAN PRODUCTS

موارد مصرف

فرآورده‌های حاوی والرین در تنش‌های عصبی اضطراب و بی خوابی بکار می‌روند. مکانیسم اثر: والرینک به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی (CNS) عمل می‌کند. والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالاً باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم گابا (GABA) می‌شود. همچنین مالتول و اتیل مالتول گل ساعتی احتمالاً دارای اثرات آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می‌باشند. اجزاء فرآورده‌ها:

Valeric: از عصاره ریشه وریزوم سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*) به

میزان ۱۵٪ و عصاره برگ بادرنجبویه (*Melissa officinalis*) به میزان ۵٪ تهیه شده است

Valiflor: از عصاره ریشه وریزوم

سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*)

به میزان ۳۳٪ و عصاره گل ساعتی (*Passiflora incarnata*) به میزان ۹/۹٪ تهیه شده است

Valerian: از پودر ریشه وریزوم سنبل الطیب (*Valeriana officinalis*) به میزان ۳۵۰ میلی گرم تهیه شده است

مواد موثره Valeric: والرینیک اسید، والپوتریات‌ها، روغنهای فرار نظیر سیترال و سیترونال
 Valiflor: مالتول و اتیل مالتول والرینیک اسید، والپوتریات‌ها، آلکالوئیدهای هارمان و هارمالین
 Valerian: والرینیک اسید، والپوتریات‌ها.

هشدارها: ۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده‌ها ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نماید. بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارند، احتیاط شود.

۲- ایمنی مصرف این فرآورده‌ها در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است
 تداخل‌های دارویی مصرف این فرآورده‌ها موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می‌گردد.
 مقدار مصرف Valeric: یک پیمانه (۱۵ میلی‌لیتر) نیم ساعت قبل از خواب و در صورت لزوم یک تا دو پیمانه در روز مصرف شود.

Valiflor: به عنوان آرامبخش روزی ۳ بار، هر بار ۲-۱ قرص و به عنوان خواب آور
 ۲-۱ قرص قبل از خواب

Valerian: روزی سه بار هر بار ۲-۱ کپسول
 اشکال دارویی

Valeric: Syrup ۱۲۰ ml

Valiflor: Tablet ۶۰۰ mg

Valerian: Capsul ۳۵۰ mg

VITAGNUS

موارد مصرف ویتاگنوس جهت رفع اختلالات قاعدگی و اختلالات یائسگی به کار می‌رود.
 مکانیسم اثر: مکانیسم اثر دقیق این فرآورده به اثبات نرسیده است ولی به نظر می‌رسد گیاه پنج انگشت با اثر بر محور هیپوتالاموس - هیپوفیز اثر خود را اعمال می‌کند. این گیاه باعث کاهش آزاد شدن FSH و افزایش آزاد شدن LH و پرولاکتین از هیپوفیز می‌گردد.
 مطالعات نشان داده است که گیاه پنج انگشت حاوی ترکیبات استروژنیک نمی‌باشد و مستقیم؟ بر روی تخمدانها تاثیر نمی‌گذارد.
 اجزاء فرآورده ویتاگنوس حاوی ۹۰-۸۰ میلی گرم عصاره خشک گیاه پنج انگشت Vitex agnus - castus می‌باشد.
 مواد موثره مواد موثره گیاه پنج انگشت به طور دقیق تعیین نگردیده است ولی عصاره این گیاه حاوی فلاونوئیدها (کاستیسین ، ایریدوئید گلایکوزیدها) آکوبین و آگنوزید) و روغنهای فرار می‌باشد.

منع مصرف این فرآورده با توجه به اثرات هورمونی آن در دوران بارداری ممنوعیت مصرف دارد.
 عوارض جانبی در اکثر مطالعات انجام

شده عوارض جانبی با مصرف این دارو مشاهده نگردیده است ولی به صورت نادر گزارشاتی مبنی بر بروز واکنشهای آلرژیک سردرد و افزایش خونریزی در دوران قاعدگی وجود دارد.

تداخل دارویی این دارو ممکن است با داروهای ضد بارداری خوراکی و هورمونی تداخل نماید.
 مقدار مصرف روزانه ۴۰ قطره از دارو رادر کمی آب یا آبمیوه ریخته و نیم ساعت قبل از صبحانه (با معده خالی مصرف شود).

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

ZINGIBER PRODUCTS

موارد مصرف این فراورده‌ها در پیشگیری از بیماری مسافرت مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر زنجبیل در پیشگیری از بیماری مسافرت مشخص نیست به نظر می‌رسد که با تاثیر موضعی بر مجاری گوارشی اثر خود را اعمال می‌کند.

اجزاء فراورده‌ها: **Gingitone**: حاوی

۳۶۵ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل **Zingiber officinale** می‌باشد.

Zintoma: حاوی ۲۵۰ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل **Zingiber officinale** می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر زینجیرن و بتایزابولن اولئورزین‌هایی نظیر همولوگهای جینجروول و شوگال

هشدارها: ایمنی مصرف این فراورده‌ها در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

تداخل‌های دارویی از آنجا که گزارش

شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و

پایین آورنده قند خون می‌باشد، لذا مصرف مقادیر زیاد این فراورده‌ها ممکن است با درمانهای قلبی پایین آورنده قندخون و ضد انعقاد تداخل نماید.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال ۲ کپسول نیم ساعت قبل از شروع مسافرت و سپس هر ۴ ساعت یکبار ۲ کپسول مصرف شود.

اشکال دارویی

Gingitone: cap ۳۶۵ mg

Zintoma: cap ۲۵۰ mg

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحيم

جَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)

با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی) آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می‌کنند

بنادر البحار- ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹

بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهل بیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می‌دهند.

مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف

مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

اهداف: دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل بیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز:

الف) چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی

ب) تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن همراه

ج) تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما، انیمیشن، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و ...

د) ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر

ه) تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای

و) راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)

ز) طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و ...

ح) همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...

ط) برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه

ی) برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضور و مجازی) در طول سال

دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت: ۲۳۷۳ شناسه ملی: ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی:

www.eslamshop.com

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳-(۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور

کاربران (۰۳۱۱)۲۳۳۳۰۴۵

نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشالله.

شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳، شماره کارت: ۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳ و شماره حساب شبا: -۰۶۲۱-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۱۸۰-۰۹۰ IR

۵۳-۰۶۰۹ به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان - خیابان مسجد سید

ارزش کار فکری و عقیدتی

الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام - هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنتِ غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می‌فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کرم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».

التفسیر المنسوب إلی الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست تر می‌داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می‌رهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، اما تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بدان، نگاه می‌دارد و با حجت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟».

[سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».

مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».



مرکز تحقیقات و ترجمه

اصفهان

گامگاه

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

