

داروخانهٔ طبیعت

آشنایی با گیاهان دارویی

گیاهانی دارویی محسوب می‌شوند که برخی از اندام‌های آن‌ها محتوی مادهٔ تأثیرگذاری است که در درمان بعضی بیماری‌ها مؤثرند. در کشور ما حدود هشت هزار گونه گیاه موجود است که از این تعداد ۲۳۰۰ گونه جزو گیاهان معطر و دارویی‌اند و از این بین حدود ۴۵۰ گونه‌شان در عطاری‌ها به فروش می‌رسند. ناگفته نماند، در کشور ما محور بسته‌بندی گیاهان دارویی مختص واحدهای بسته‌بندی دارای مجوز از وزارت بهداشت، درمان و امور پزشکی است. بنابراین، واحدهای بسته‌بندی مجاز، پس از گرفتن مجوز از وزارت بهداشت و درمان، فقط می‌توانند آن دسته از گیاهان دارویی را بسته‌بندی کنند که نام آن‌ها در فهرست تأیید شدهٔ این وزارتخانه موجود است. گیاهان دارویی تلخ مزه، ضد التهاب، ضد نفخ، ملین، مدر، لعابدار، خلط‌آور، آرام‌بخش، ضد فشارخون، ضد دیابت و ضد انگل از جملهٔ این داروها هستند.

● اسپوخودوس



● دارچین

قدمت استفاده از گیاهان دارویی

مصریان باستان و بابلی‌ها از گیاهان دارویی استفادهٔ بسیاری می‌کردند. گیاه‌شناسی در ایران قبل از اسلام هم سابقه‌ای طولانی دارد. در کتاب اوستا آمده است، پزشکان ایرانی از خواص صدها گیاه دارویی با خبر بودند. در طب یونان باستان نیز دمنوش کاربرد فراوان داشته است. شروع استفادهٔ وسیع از گیاهان دارویی و رونق آن در کشورهای شرقی، به خصوص در دورهٔ اسلام، به زمانی مربوط می‌شود که شرقی‌ها به کارها و نوشته‌ها و ترجمه‌های آثار بقراط و جالینوس دسترسی یافتند. محمد زکریای رازی دایره المعارفی در درمان‌شناسی به نام کتاب «الحوای فی الطب» را نوشت. بوعلی سینا بیش از هشتصد گونه داروی گیاهی و

معدنی را در کتاب قانون، همراه با اثرات آن‌ها بر بدن انسان، شرح داده است. ظهور اسلام در ایران برکات بسیاری در حوزه‌های گوناگون برای ایرانیان داشت که یکی از آن حوزه‌ها طب سنتی است در این دوره طب سنتی ایران ارتقا پیدا کرد و به طب سنتی اسلامی تبدیل شد. اروپاییان نیز در ارتباط با مسائل پزشکی، دانش خود را از دانش‌آموختگان مدارس طب در کشورهای اسلامی به دست آوردند. در واقع، طب در اروپا رویکردی ارتقا یافته از طب ایرانی-اسلامی بود. طبق آمارهای نهادهای غربی، بیشترین تیراژ کتاب، پس از انجیل، متعلق به کتاب قانون ابن‌سیناست.

● زنجبیل





سازمان بهداشت جهانی

● نعنا

اکنون جامعه پزشکی جهان به اهمیت روش‌های درمان طبیعی و مکتب‌های طب سنتی و مکمل پی برده است. ستارگان طب سنتی ایران مانند ابن‌سینا، رازی و سید اسماعیل جرجانی حدود هشت قرن هدایت دانشگاه‌های طب در غرب و شرق را بر عهده داشتند. طب سنتی مجموعه‌ای از دانسته‌ها و مهارت‌ها و اعمال بر پایه نظریه‌ها، باورها و تجربه‌های بومی فرهنگ‌های متعدد است که در حوزه بهداشت، به منظور پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی یا روحی، استفاده می‌شود. سازمان بهداشت جهانی طی سه دهه گذشته استفاده از ظرفیت‌های طب سنتی و مکمل را در کنار طب مدرن و پیشرفته در دستور کار خود قرار داده است. ریشه‌دار بودن طب سنتی در فرهنگ مردم، کلی‌نگر بودن آن و سهولت دسترسی و ارزان‌تر بودن خدمات آن از جمله دلایلی هستند که باعث می‌شوند سازمان بهداشت جهانی در ترویج آن بکوشد.



«ما سردی را با گرمی و تری را با خشکی و خشکی را با تری درمان می‌کنیم و کار را به خداوند وا می‌گذاریم. در جهان ۷۵۰ هزار گونه گیاه وجود دارد که ده درصد آن‌ها خواص درمانی دارند. اکنون در تولید بسیاری از داروها از مواد شیمیایی موجود در گیاهان دارویی استفاده می‌شود. در واقع، تفاوت بین گیاهان دارویی و داروهای گیاهی در آن است که گیاهان دارویی شامل آن بخش از گیاه می‌شود که پس از خشکاندن، بدون ایجاد هر گونه تغییری، در عطاری‌ها عرضه می‌شود. اما داروهای گیاهی حاصل تبدیل برخی گیاهان به دارو در کارخانه و در طول فرایندی خاص و استریل است.

بنابراین، هر ماده غذایی که وارد بدن می‌شود، بسته به مزاج فرد، موجب تولید اخلاط چهارگانه می‌شود که البته میزان تولید یکی از آن‌ها بیشتر است. این اخلاط که به نام «اخلاط اربعه» هم معروف‌اند، عبارتند از: صفرا، خون، بلغم و سودا. این اخلاط باید در بدن فرد سالم متعادل باشند. اگر بر فردی صفرا غلبه کند، به او صفراوی مزاج و اگر بلغم غلبه کند بلغمی مزاج می‌گویند. در واقع، غذایی که می‌خوریم در کبد تغییر ماهیت می‌دهد و فعل و انفعالاتی روی آن صورت می‌گیرد که به چهار شکل در می‌آید. بنابراین داروهای گیاهی با توجه به مزاج انسان‌ها تجویز می‌شوند. امام‌جعفر صادق (علیه‌السلام) می‌فرمایند:

مزاج‌های چهارگانه

هر فردی در آغاز تولد با طبع و مزاج خاصی متولد می‌شود که همان طبیعت اولیه یا مزاج ذاتی نامیده می‌شود. در مورد سردی و گرمی مزاج انسان‌ها و روش تشخیص آن‌ها باید بگوییم، انسان‌های مزاج گرم با خوردن گرمی‌ها به شدت واکنش نشان می‌دهند؛ مثلاً زدن جوش. آدم‌های سرد مزاج هم با خوردن خوراکی‌های سرد دچار آشفتگی‌های گوارشی می‌شوند. انسان‌های معتدل در برابر خوردن مواد گرمی و سردی واکنش عادی دارند. سردی و گرمی که در طب جدید از آن‌ها با عنوان غذاهای پرکالری و کم‌کالری نام برده می‌شود، واقعیت غیرقابل انکاری است.