

معرفی و روش های کاشت، داشت و برداشت مهمترین گیاهان دارویی

اهداف

در پایان فصل، دانشجو با مفاهیم زیر آشنا می شود:

1. معرفی برخی از مهمترین گیاهان دارویی در ایران و جهان
2. بررسی کاشت، داشت و برداشت گیاهان دارویی معرفی شده
3. ترکیبات و اثر کاربرد گیاهان دارویی معرفی شده

مقدمه

در این کتاب، به بررسی روش های کاشت، داشت و برداشت چهل گیاه دارویی که در کشور اهمیت بیشتری دارند پرداخته می شود. اهمیت این گیاهان در صنایع داروسازی، گیاه شناسی مردمی یا درمان های سنتی در مناطق مختلف کشور مورد تأکید قرار گرفته است. علاوه بر این، خاستگاه بسیاری از این گونه ها، ایران است و این گیاهان سازگاری مناسبی با شرایط اقلیمی و زراعی کشور دارند.

باریجه (قسنی)

Ferula gummosa

Galbanum

Apiaceae

معرفی و گیاه شناسی

باریجه گیاهی چند ساله، یک پایه، با ریشه غده ای و حجیم که پوست ریشه قهوه ای رنگ و ضخامت آن یک تا سه میلی متر است. قطر غده آن 6 تا 17 سانتی متر می باشد. برگ های اولیه باریجه، باریک و ضخیم و شبیه برگ گندمیان است، ولی برگ های گیاه کامل آن دارای بریدگی های زیاد و به رنگ سبز مایل به خاکستری و پوشیده از کرک های ریز و کوتاه است. برگ ها به طول 20 تا 30 سانتی متر و به صورت رزت قرار گرفته اند. برگ ها عطر و بوی خاصی دارند.

باریجه گیاهی است مونوکارپیک است یعنی تنها یک بار گل می دهد. در چند سال اول

رویش، برگ های طوقه ای تولید می کند و در سال آخر رویش، به ساقه می رود و گل و میوه تولید می کند. گل های آن زرد رنگ و به صورت چتر مرکب است. میوه آن 5 برابر عرض دانه، / شیزوکارپ) دوفندقه ای (است. بذور، بیضوی کشیده با طول 2 تا 1 به رنگ زرد روشن که در قسمت میانی به رنگ قهوه ای روشن است، دارای بذور سبک که در قسمت داخلی کمی فرو رفته و در قسمت پشتی دارای 4 تا 5 نوار طولی کمی برجسته است. از تمام اندام های گیاه بوی تند و مخصوصی به استشمام می رسد. گیاهی روز بلند است و دوره خواب فیزیولوژیک این گیاه از تیره ماه تا اواسط اسفند ماه است قسمت های مورد استفاده: شیرابه ریشه

زیستگاه و پراکنش

به طور کلی در مناطق کوهستانی که بیشتر نزولات به صورت برف است، رویش دارد. خاک مناسب برای کشت باریجه خاک هی عمق کافی، نرم و قابل نفوذ است. در مناطق مرتفع و در ارتفاعات 1300 تا 3300 متر از سطح دریا رویش دارد و در اکثر نقط ایران می روید.

کاشت، داشت و برداشت

با توجه به نیاز سرما و استراتیفیکاسیون برای جوانه زدن و تأثیر توأم سرما و رطوبت زمستانه در تغییرات شیمیایی مواد هورمونی بذر، فصل پاییز در ماه های آبان و آذر بهترین زمان کاشت بذر باریجه است. بذر گیاه باریجه در خاک هی نیمه سبک در عمق 5 تا 7 سانتی متر باید کاشته شود. البته این گیاه کمتر مورد کشت و کار قرار می گیرد و بیشتر در مراتع و کوهستان ها مورد بهره برداری قرار می گیرد.

گیاه باریجه یکی از مهمترین گیاهان دارویی ایران است که در مناطق کوهستانی می روید. قبل از عملیات کاشت بذر این گیاه نیاز به بهاره سازی و شکستن دوره خواب دارد. این گیاه در حرارت زیر 5 درجه سانتی گراد جولنه می زند و برای جوانه زدن نیاز به یک دوره سرمای حداقل 14 تا 21 روزه بین صفر تا 15 درجه سانتی گراد دارد. در بررسی سازگاری کاشت باریجه اطلاعات آماری سال های 1366 تا 1368 نشان می دهد که منطق والسانات نسبت به منطقه دماوند برای کاشت و زراعت باریجه مناسبتر می باشد و بهترین زمان کاشت در این مناطق ماه های مهر و آبان است. بررسی تیمارهای مختلف مواد شیمیایی نشان می دهد که خیساندن بذر باریجه به مدت 72 ساعت در

اسید جیبرلیک به غلظت بیش از 500 پی پی ام باعث شکستن دوره خواب می شود.
ترکیبات و اثر کاربرد

بیشترین میزان بهره برداری از این گیاه در استان های سمنان، خراسان و تهران انجام می شود. ابتدا خاک پای گیاه را کنار زده، گودالی به عمق 20 سانتی متر دور آن حفر می کنند، سپس گیاه را از قسمت طوقه زخمی می کنند به این ترتیب شیرابه گیاه به سرعت خارج شده داخل گودال جمع می شود. هر هفته یک بار لایه ای به قطر نیم سانتی متر پایین تر از محل بریده شده قبلی، اصطلاحاً زخم را تازه می کنند و موجب خروج شیرابه بیشتری می شوند. این عمل تا خشک شدن کامل شیرابه ادامه می یابد

زیره سیاه ایرانی (کرمانی)

Bunium persicum

Black cumin – Black caraway

Apiaceae

معرفی و گیاه شناسی

زیره سیاه ایرانی گیاهی است چند ساله با ارتفاع تقریباً 60 سانتی متر، دارای ریشه غده ای سیاه رنگ، ساقه تو خالی، برگ های سبز رنگ با بریدگی بسیار که به صورت نوار نخ ماندی درآمده اند. معمولاً برگ های پایین شامل دو بار تقسیمات شانه ای عمیق دارای دم برگ و برگ های بالایی بدون دم برگ و دارای قطعات سیخک مانند می باشند. گل ها به رنگ سفید یا کرم رنگ که در انتهای ساقه های اصلی و فرعی به صورت چتر مرکب ظاهر می شوند. گرده افشانی توسط حشرات صورت می گیرد. میوه اش به شکل *B. persicum* دارای 14 گونه می باشد که *Bunium* فندقه دو قسمتی است. جنس فراوان ترین گونه می باشد. در کاوش های باستانی در شهر سوخته زابل مشخص شده (است که مردم آن در پنج هزار سال پیش زیره سیاه را می شناختند قسمت مورد استفاده: میوه رسیده.

زیستگاه و پراکنش

در مناطق کوهستانی و مرتفع (ارتفاع 1710 تا 3500 متری) می روید. سایه را بیشتر

ترجیح می دهد و بیشتر در زیر سایه گیاهان و در شیب های تند و کمتر آفتاب گیر مشاهده می شود. خاک های سبک شنی تا شنی لومی را می پسندد و بیشتر در خاک های دیده می شود. اکثر رویشگاه های زیره سیاه دارای $pH = 4/5-8$ (اسیدی تا خنثی بارندگی سالیانه بیشتر از 300 میلی متر هستند و مقدار ماده آلی در این مناطق بین 5/2 درصد است. این گیاه به طور وحشی در استان های سمنان، قزوین، هرمزگان، خراسان، یزد، فارس، مرکزی و کرمان دیده می شود. از نظر پراکنش در سطح جهان در شمال آفریقا، جنوب شرقی اروپا، روسیه، قفقاز، افغانستان، هندوستان و دامنه های کم ارتفاع هیمالیا دیده می شود. در اکثر مناطق در کنار گیاهانی مانند بادام، گون و بنه مشاهده می شود. جالب است بدانیم که سالانه 10 تا 25 تن زیره سیاه از حدود صد هزار هکتار مناطق زیره خیز استان کرمان برداشت می شود

ترکیبات و اثر کاربرد

3 تا 9 اسانس زیره به صورت تقطیر با آب حاصل می گردد. بذرهای سیاه زیره حاوی 5 درصد اسانس هستند. عمده ترین ترکیبات تشکیل دهنده اسانس زیره سیاه عبارتند از پ-سیمن، کومین آلدهید، گاماترپینن، آلفاپینن، بتاپینن و لیمونن. اشتها آور، مدر، ضد نفخ، مقوی معده، افزایش شیر مادران و در صنایع غذایی به عنوان چاشنی و طعم دهنده غذاها و نوشیدنی ها کاربرد دارد

رازیانه

Foeniculum vulgare

Fennel

Apiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی است علفی و چند ساله، بومی نواحی مدیترانه و جنوب اروپا، دارای ارتفاع 150 تا 200 سانتی متر، دارای برگ های بریده، گل ها کوچک و زرد رنگ به صورت چتر مانند، دارای میوه فندقه دو قسمتی (شیزوکارپ (است که به رنگ سبز تا قهوه ای روشن دیده می شود. وزن هزار دانه 4 تا 8 گرم و ریشه ای دوکی شکل شبیه هویج دارد که سفید رنگ است.

قسمت های مورد استفاده: میوه رسیده خشک و بندرت ریشه خشک شده زیستگاه

رازیانه گیاهی بومی مناطق مدیترانه است به مقدار زیاد در مناطق گرم کاشته می شود و گیاهی خشکی پسند است و به خاک های لومی رسی و آب و هوای گرم سازگار 4 تا 8 می باشد. همچنین به شکل وحشی نیز / می باشد. اسیدپته مناسب برای این گیاه 8 یافت می شود. این گیاه در ایران در نواحی شمالی و نواحی مختلف رشته کوه البرز می روید.

کاشت، داشت و برداشت

کاشت بذور در اواخر اسفند ماه صورت می گیرد. بذور در ردیف هایی با فاصله ی 40 تا 50 سانتی متر کشت می شوند. در این روش، 8 تا 10 کیلوگرم بذر برای یک هکتار مزرعه استفاده می شود. درجه حرارت مطلوب برای جوانه زنی بذور 15 تا 16 درجه سانتی گراد است. در مورد کودهی، توصیه بر این است که 40 کیلوگرم نیتروژن، 80 کیلوگرم اکسید فسفر و 40 کیلوگرم اکسید پتاس در هکتار مورد استفاده قرار گیرد. استفاده بیش از حد نیتروژن سبب کاهش کیفیت اسانس رازیانه بخصوص کاهش میزان آنتول در اسانس می شود. در مورد عملیات داشت، وجین علف هرز در سال اول ضروری است و علف کش های مرکازین و آفالون کاربرد دارد. سم دیتریفون در صورت حمله سن های لکه دار استفاده می شود.

برداشت در زمانی است که بذور رسیده باشند. البته بطور همزمان نمی رسند و حتماً قبل از ریزش بذور از روی گیاه، عملیات برداشت صورت گیرد. معمولاً سرشاخه های دارای بذر را جمع آوری می کنند و سپس بذرها را از شاخه ها جدا می کنند. ترکیبات و اثر کاربرد

میوه رازیانه دارای 2 تا 6 درصد اسانس است. اسانس رازیانه دارای ترکیباتی مثل آنتول، فنکون، استراگول و متیل کلوپیکول است. اسانس رازیانه به وسیله تقطیر با بخار آب حاصل می شود و در آب به مقدار بسیار کم حل می شود.

برای مداوای سرفه، هضم غذا و افزایش شیر مادران به کار برده می شود. ریشه آن دارای اثر ادرار آور قوی است و سبب دفع اوره و اسید اوریک می گردد و گاهی برای درمان سنگ کلیه هم کاربرد دارد. رازیانه دارای خاصیت بادشکن، محرک اشتها و

پیشاب آوری ملایم است .مقادیر بسیار زیاد مصرف این گیاه سبب مسمومیت می شود

بومادران

Achillea millefolium

Yarrow

Asteraceae

معرفی و گیاه شناسی

در کتب طب سنتی با نام های بومادران و بوماران نامبرده شده است .نام لاتین آن برگرفته از نام آشیل، قهرمان افسانه ای یونان است.

بومادران گیاهی است از تیره کاسنی، چند ساله با ارتفاع 30 تا 90 سانتی متر، دارای ساقه ساده، برگ ها پوشیده از کرک، با قطعات متعدد خطی نوکدار هستند .رنگ برگ ها سبز تیره، بدون دمبرگ و کشیده هستند .گل آذین آن از نوع دیپهیم خوشه مرکب .و گل ها آن بیشتر سفید است .میوه آن فندقه و وزن هزار دانه آن 15 قسمت های مورد استفاده :ریشه و ریزوم خشک شده.

زیستگاه

این گیاه بومی اروپا و آسیا است و تا ارتفاع 2700 متری از سطح دریا قادر به رشد -کردن می باشد .گیاهی است روز بلند که مناسب ترین دما برای رشد و گل دهی آن 26-18درجه سانتی گراد است .بنابراین در مناطق گرم و آفتابی بهتر رشد می کند .خاک سبک و شنی را بیشتر ترجیح می دهد .اسدیته مناسب برای رشد بومادران 7 می باشد .در سرتاسر مزارع، پرچین ها، جاده ها و زمینهای بایر و مراتع پراکنده است .این گیاه در آذربایجان، کردستان، اراک و لرستان می روید کاشت، داشت و برداشت

کشت و تکثیر بومادران به وسیله بذر و به شکل رویشی تقسیم بوته انجام می گیرد . در سال دوم ، برداشت قبل از تشکیل بذر و تغییر رنگ گل برگ ها صورت می گیرد . 3سانتی متر برداشت - هنگام جمع آوری گل ها باید آن ها را به همراه دمگل به طول 4 کرد .دوران گلدهی اواخر فروردین تا اواخر خرداد ماه است . اندام مورد استفاده

قسمت عمده پیکره رویشی (گل، ساقه و برگ جوان) است . عملکرد به طور میانگین 2-4 تن در هکتار، اندام هوایی خشک می باشد

ترکیبات و اثر کاربرد

بومادران گیاهی است که از گل های آن اسانس روغنی فرار به رنگ آبی روشن 100 میلی گرم ماده آزلون - استخراج می گردد . در هر 100 گرم از گل های آن 120 3 کیلوگرم در - وجود دارد . مقدار اسانس گیاه بومادران به روش تقطیر با آب و بخار، 5 هکتار برآورد شده است.

گل تازه بومادران که سرشار از مواد شیمیایی است، برای درمان حساسیت های همراه با آبریزش، مانند تب یونجه استفاده می شود . عصاره روغنی بومادران به رنگ آبی تیره، دارای اثر ضد التهاب است و به صورت پماد در درمان سرما خوردگی روی سینه مالیده می شود . ترشحات معده را تحریک می کند . بهبود ناراحتی های قاعدگی و ضد اسپاسم دارد . مصرف زیاد آن سبب سردرد و سرگیجه می شود

آویشن

Thymus vulgaris

Thyme

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

آویشن یکی از قدیمی ترین گیاهان دارویی و ادویه ای است . به طوری که مصریان و یونانیان باستان از آویشن برای درمان بیماری ها خود استفاد ه می ک رده اند . در کتب مذهبی از آویشن به عنوان گیاه مورد علاقه حضرت موسی (ع) یاد شده است . آویشن در سال 2006 میلادی به عنوان گیاه دارویی منتخب سال برگزیده شد . همچنین گیاه دارویی منتخب سازمان بهداشت جهانی می باشد.

د ارای گون ه های مختلفی است که *Thymus* گیاهی است از خانواده نعنائیان که جنس 14 گون ه ی آن بو می ا یران است . آویشن گیاهی است چند ساله با بوت ه ها ی متراکم و پرشاخه، ریش ه ی مستقیم و کم و بیش چوبی با انشعابات فراوان، ساقه مستقیم و چهار گوش دارد که ارتفاع بوته معمولاً بین 20 تا 50 سانتی متر است . پایین ساقه چوبی است

در حالی که قسمت های فوقانی آن سبز رنگ بوده و انشعابات فراوانی دارد. برگ ها کوچک، متقابل و کم و بیش نیزه ای شکل و بدون دم برگ هستند. برگ ها پوشیده از کرک های خاکستری رنگ و حاوی اسانس هستند. گل ها کوچک، کامل و به رنگ های سفید، صورتی و ارغوانی مشاهده می شوند. سه جنس در خانواده نعنائیان به نام آویشن معروف هستند که بهتر است با آنها بیشتر آشنا شویم.

1- *Zateria* جنس

2- *Ziziphora* جنس

3- *Thymus* جنس

است، و به آویشن شیرازی یا *Z. multiflora* که گونه ی معروف آن *Zataria* جنس برگ پهن معروف است. گیاهی است که در جهان پراکندگی محدودی دارد و بیشتر در T. ایران، افغانستان و پاکستان می روید. شکل گل و برگ ها یش با آویشن باغی متفاوت است. آویشن شیرازی برگ های پهن تری دارد و کاسه گل اش تخم *vulgaris* دارای سه دندان ه *T. vulgaris* مرغی شکل با 5 دندانه ی مساوی است) در حالی که کوتاه در لب ه ی بالایی کاسه گل و دو دندانه بلند در لب ه ی پائینی کاسه گل است. (جنس T. که به کاکوتی یا آویشن برگ باریک معروف است شباهت زیادی به *Ziziphora* دارد. (*vulgaris* 13)

قسمت های مورد استفاده :جوانه های گلدار.

زیستگاه

آویشن گیاهی است بومی مناطق مدیترانه ای و در طول رویش به هوای گرم و نور کافی نیاز دارد. گاهی نیز به صورت وحشی یافت می شود. این گیاه خشکی دوست بوده و به سهولت قادر به تحمل کم آبی و خشکی است. آویشن به حالت غرقابی حساس است و این امر موجب خشک شدن گیاه می شود. خاک ه ای سبک حاوی ترکیبات کلسیم، خاک های مناسبی جهت کشت آویشن است. اسیدپته مناسب خاک برای کاشت آویشن 5 تا 8 می باشد

کاشت، داشت و برداشت

کشت آویشن از طریق بذر یا اندام های رویشی امکان پذیر است. کاشت بذر به صورت

مستقیم و غیر مستقیم) نشایی (صورت می گیرد. زمان مناسب برای کشت مستقیم بذر، فروردین ماه است. عمق کاشت حداکثر 5 هر هکتار زمین 5 تا 6 کیلوگرم بذر نیاز است. کشت غیر مستقیم بذر در نیمه دوم اسفند ماه در خزان ه ی هوای آزاد صورت می گیرد. بذور در ردیف هایی به فاصله 25 تا 30 سانتی متر کشت می شوند. هنگامی که ارتفاع نشاء به 10 تا 15 سانتی متر رسید، آنها را می توان به زمین اصلی) به فاصل ه ی ردیف 50 سانتی متر و فاصله ی بوته ها روی ردیف 25 سانتی متر (منتقل کرد.

تکثیر رویشی آویشن از طریق تقسیم بوته است. به این صورت که پس از خارج کردن بوته های دو ساله و عاری از هر گونه آلودگی قارچی، آنها را به 2 یا 3 قسمت تقسیم می کنند و در زمین اصلی کشت می کنند. فصل پاییز یا بهار زمان مناسبی برای این کار است. بهترین روش برای ازدیاد و تکثیر آویشن، تقسیم بوته است.

وجین علف های هرز در زراعت این گیاه ضروری است. در صورت آبیاری زیاد، پوسیدگی ریشه و بیماری های قارچی مشاهده می شود. علف هرز سس 1 در مواردی به مزارع حمله می کند که با وجین کردن یا استفاده از محلول پاشی سولفات آهن می توان با آن مبارزه کرد.

در سال اول رویش، فقط یک بار محصول را می توان برداشت کرد. در حالی که از سال دوم رویش به بعد، 2 تا 3 بار می توان اقدام به برداشت پیکر رویشی آویشن کرد. اولین برداشت همزمان با آغاز گل دهی) اواسط بهار(، دومین برداشت در آغاز دومین مرحله ی گل دهی) اواسط تابستان (و سومین و آخرین برداشت نیز در اوسط پاییز) آب ان ماه) صورت می گیرد. گیاهان از فاصل ه ی 10 تا 15 سانتی متر ی از سطح زمین برداشت می شوند. تحقیقات نشان می دهد، اگر پیکر رویشی آویشن در ظهر) هنگام تابش افتاب) برداشت شود، نسبت به برداشت آنها در روزهای غیر آفتابی، دارای اسانس بیشتری (خواهد بود.

ترکیبات و اثر کاربرد

اسانس آویشن از گیاه تازه و به روش تقطیر با آب استخراج می شود. طی یک پژوهش، خشک کردن گیاه آویشن در دمای 35 درجه سانتی گراد موجب کاهش میزان اسانس آن می شود. اسانس آویشن از سرشاخ ه های گل دار گیاه استحصال می شود. آویشن دارای اثرات ضد قارچی و ضد باکتریایی قوی است و این خاصیت به دلیل وجود تیمول و کارواکرول در

اسانس آویشن است . مشخص شده است که اسانس آویشن دارای اثرات ضد اسپاسم، ضد سرفه و خلط آور است . پماد حاصل از اسانس

آویشن برای درمان برخی بیماری های پوستی کاربرد دارد . شستن سر با محلول رقیق اسانس آویشن سبب افزایش جریان خون در پوست سر و قوی شدن غده های مو و در نتیجه جلوگیری از ریزش مو می شود . در علم آروماتراپی (رایحه درمانی یا عطر درمانی) (از اسانس آویشن استفاده می شود . داروهای گیاهی زیر از گیاه آویشن هستند) . که در بازار موجود می باشند

- 1- شربت توسیان : ضد سرفه و خلط آور، محصول شرکت گل دارو
- 2-قطره توسیون : ضد سرفه و خلط آور، محصول شرکت باریج اسانس
- 3-قطره توسیگل : ضد سرفه و خلط آور، محصول شرکت گل دارو
- 4-قطره تیم آرتا : ضد سرفه و خلط آور، محصول شرکت ایران داروک
- 5-شربت و قرص تیمکس : ضد سرفه و خلط آور، محصول شرکت ایران داروک
- 6-محلول دهان شویه پرسیکا : محصول شرکت پور سینا

زیره سیاه اروپایی (دوساله)

Carum carvi

Caraway

Apiaceae

معرفی و گیاه شناسی

زیره سیاه دارای شکل های یکساله، دو ساله و چند ساله است . که در این میان گیاه دو ساله اش به صورت گسترده ای در جهان کشت و کار می شود . دارای ریشه دوکی شکل به ضخامت یک بند انگشت، برگ های بریده بریده، که برگ های تحتانی دارای بریدگی های بیشتر هستند . دارای گل های سفید یا صورتی که به فرم چتر مرکب دیده می شوند . (میوه آن فندقه شیزوکارپ است که دارای 5 خط طولی می باشد

قسمت های مورد استفاده : میوه یا دانه گیاه .

زیستگاه

گیاهی است که در سال اول به نور و حرارت زیاد نیاز ندارد و در سال دوم در دمای

16-20 درجه سانتی گراد به گل می رود و میوه می دهد .نیازمند آب فراوان بخصوص

در مرحله ی ساقه دهی و تشکیل گل است .

کاشت، داشت و برداشت

اوایل بهار) یا اواخر اسفند ماه (کشت می شود .بذور با فواصل 30 تا 40 سانتی متر کشت می شوند 10 . تا 20 کیلوگرم بذر برای یک هکتار زمین مناسب است . چون گیاه در سال دوم مورد بهره برداری قرار می گیرد، می توان در سال اول گیاهان یکساله ای مثل شوید یا زیره سیاه یک ساله را در بین ردیف ها کشت نمود.

در مورد عملیات داشت، کولتیواتور زدن بین ردیف ها و مبارزه با آفات و علف های هرز ضروری است . علف کش مرکازین قبل از کاشت و آفالون بعد از رویش می توانند مورد استفاده قرار گیرند . در صورت هجوم علف هرز سس، می توان از علف کش رگلول استفاد ه کرد ولی کنترل شیمیایی این علف هرز چندان موفقیت آمیز نیست . کنه هم آفت مهم زیره سیاه می باشد که خسارت سنگینی ب ه این گیاه می رساند و بایستی با این آفت مبارزه شیمیایی نمود.

برداشت در زمان رسیدن بذور) اوایل مرداد ماه (صورت می گیرد .شاخه های دارای بذر را جمع آ وری نموده سپس بذور را از آنها جدا می کنند .عملکرد به طور متوسط 1 تا 1/5 تن در هکتار است

ترکیبات و اثر کاربرد

اسانس گیاه بیشتر در میوه وجود دارد . اسانس در حفره های شیزوژن ذخیره می شود و میزان اسانس در بذرها 3 تا 7 درصد است . ترکیبات اسانس زیره سی اه عبارتند از: کارون 50 (تا 70 درصد) ، لیمونن 25 (تا 30 درصد) ، دی هیدرو کارون، کاروئول و... اسانس ا ین گیاه بوسیله ی تقطیر با بخار آب حاصل می شود و قبل از این عمل بایستی میوه را به خوبی له نمود . اسانس زیره مایعی بی رنگ یا متمایل به زرد، دارای اسیدیتة خنثی که به میزان ک می در آب حل می شود . نگهداری اسانس در محلی خنک در (شیشه های در بسته و دور از نور روشنای صورت می گیرد ضد نفخ، شیر افزا) برای مادران شیرده(، هضم کننده غذا، ضد کرم، ضد تشنج و طبق (یافته های علمی جدید مانع رشد برخی باکتری ها می گردد

بابونه

Matricaria Chamomilla Chamomil Asteraceae

معرفی و گیاه شناسی

یکی از پرمصرفترین گیاهان دارویی جهان است. گیاهی یک ساله علفی با ارتفاع 30 تا 70 سانتی متر دارای برگ های بریده بریده و سوزنی شکل که بطور متناوب بر روی ساقه قرار دارند گل ها بصورت گل آذین کاپیتول که دو نوع گلچه در گل آذین دیده می شود. در مرکز آن گل ها لوله ای متعدد و زرد رنگ بر روی یک نهنج مخروطی کاملاً مشخص قرار گرفته اند. گل دو جنسی هستند میوه این گیاه فندقه خاکستری رنگ (است).

قسمت های مورد استفاده: گل های خشک شده و بندرت گیاه گلدار. زیستگاه

در مزارع و زمین های بایر جنوب اروپا بسیار فراوان و به عنوان یک گیاه زینتی نیز کاشته می شود. بابونه بومی انگلستان و ولز است و به طور گسترده در انگلستان و ولز کشت می شود. این گیاه در بعضی نواحی شمالی ایران و نیز در خورستان می روید کاشت

کشت بابونه به شکل بهاره و پاییزه است) کشت پاییزه در نیمه دوم شهریور و کشت بهاره در نیمه دوم اسفندماه است. بذور به فاصله بین ردیف 40 تا 50 سانتی متر و روی ردیف 15 سانتیمتر کشت می گردند و از آن جایی که بذرها جهت رویش نیاز به نور دارند کشت سطحی آنها در خاک توصیه می شود. بذرها از دمای 6 درجه شروع به جوانه زنی می کنند. رشد و نمو بابونه در دمای 19 تا 21 درجه به خوبی صورت می گیرد ولی بیشترین مقدار اسانس در دمای 20 تا 25 درجه در گل ها ساخته می شوند. داشت

آبیاری منظم و نور فراوان و مبارزه با علفهای هرز در ابتدای رشد گیاهچه ها نقش مهمی در افزایش عملکرد دارد.

برداشت

برداشت بابونه کمی مشکل است چون در فصل برداشت گل ها به صورت غیر همزمان می رسند و بوته ها هم دائماً گل می دهند و هر چند روز یکبار بایستی برداشت صورت گیرد. علامت رسیدن گل ها باز شدن کامل گل هاست که در این حالت گلچه های زبانه ای سفید به صورت افقی قرار می گیرند. دستگاه برداشت گل های بابونه و سایر گیاهان خانواده کاسنی توسط تعدادی از اساتید دانشگاه های تهران و همدان طراحی شده است.

هنگام برداشت، گل ها به همراه 5 سانتیمتر از دمگل برداشت می شوند. اگر دمگل بیشتر باشد کیفیت مواد مؤثره کم می شود. برداشت گل ها در ساعت 12 ظهر نقش عمده ای در افزایش کمیت و کیفیت مواد مؤثره دارد. و گل ها پس از برداشت به سرعت بایستی خشک شوند.

ترکیبات و اثر کاربرد

گل های این گیاه حاوی اسانس فرار، موسیلاژ و یک ماده ضد اسپاسم، بابونه وحشی بیشتر به عنوان ضد التهاب و گندزا مصرف می شود. خاصیت ضد اسپاسم و معرق ملایم هم دارد. این گیاه از راه خوراکی معمولاً به شکل تیزان به کار می رود (یک قاشق غذا خوری از گیاه را در یک لیتر آب سرد می ریزند، البته بدون دادن حرارت) برای اختلالات معدی همراه با درد، دیر هضمی، اسهال و تهوع و بندرت برای التهاب مجاری ادرار و قاعدگی دردناک) که زیاد هم مؤثر نیست (مصرف می شود. همچنین گرد این گیاه به عنوان التیام دهنده ی زخمها، بشورات پوستی و عفونتهای نظیر جوش، کورک، تبخال و همچنین برای بواسیر و التهاب دهان، گلو و چشمها مصرف می شود

مرزه

Satureja hortensis L.

Summer savoury

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی یکساله، کوتاه و خودرو است. شاخه های آن نازک و به رنگ سبز مایل به کبود و مخلوط با قرمز است. برگ های آن نازک و متقابل است از بغل برگ ها، گل های کوچک زرشکی رنگ با دم گل های کوتاه می رویند. میوه آن فندقه دارای دانه های قهوه ای تیره است.

قسمت های مورد استفاده: برگ ها و سرشاخه ها.

زیستگاه

این گیاه بومی اروپای جنوبی است و محیط های گرم و خشک با نور زیاد را ترجیح می دهد. خاک لومی با اسیدیته 7 را می پسندد. این گیاه به ایران نیز آورده شد و در سطح وسیع کشت می شود

کاشت

در اواخر فروردین ماه پس از گذشت سرمای بهاره کشت می شود. کشت از طریق بذر انجام می شود 6 تا 8 کیلوگرم بذر در هکتار به فاصله 40 تا 45 سانتی متر کشت می شود پس از کشت غلتک مناسبی زده می شود زیرا این عمل لایه سطحی خاک را متراکم می کند پس از کشت زمین را آبیاری می کنند.

داشت

در طول رویش مرزه مبارزه با علف های هرز ضرورت دارد. قبل از کاشت بذور از علف کش آرزین 1 و پس از کاشت بذور از محلول 1% گراماکسون 2 استفاده می شود. مرزه کم و بیش به آفات و بیماریهای مقاوم است و تاکنون آفت یا بیماری خاصی برای این گیاه گزارش نشده است.

برداشت

زمان برداشت سرشاخه ها خرداد تا شهریور ماه است چون در این زمان گیاه در مرحله گل دهی است و حاوی حداکثر مقدار اسانس می باشد. اولین برداشت همواره در آغاز گلدهی (یعنی خرداد و تیر و مرداد (و دومین برداشت اواخر شهریور ماه تا اوایل مهرماه است برداشت با کمک ماشین یا با داس انجام می شود. پس از جمع آوری محصول را (خشک و سپس بسته بندی می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

اسانس مرزه از تقطیر با بخار آب از برگ ها و سرشاخه های برگدار حاصل می شود. این

اسانس مایعی بی رنگ و یا مایل به زرد است و دارای 30 درصد کارواکرول و 25 درصد سیمن است. اسانس گیاه مرزه دارای اثر مقوی معده، تسهیل کننده عمل هضم، ضد نفخ و مدر است. برای معالجه اسهال بسیار مناسب است و ضد عفونی کننده قویی می باشد. این گیاه را به عنوان چاشنی و ادویه به همراه گوشت به کار می برند. دارویی به نام تیمیان 3 که از مرزه، آویشن، رازیانه و اکالیپتوس ساخته شده است در

داروخانه های کشور موجود است و دارای اثر ضد سرفه و خلط آور می باشد

نعناع

Mentha spicata Spearmint, Gar mint Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی و چند ساله است که اندامهای هوایی آن در سرمای زمستان خشک می شوند. ولی اندامهای زیرزمینی زنده و فعالیت دارند. ریشه نعناع چندان عمیق نیست ساقه آن چهارگوش و به دلیل داشتن آنتوسیانین به رنگ بنفش می باشد. برگ ها بلند و بیضی شکل و گل ها بنفش روشن هستند. میوه آن کپسولی شکل کوچک است و حاوی (بیش از 20 نوع اسانس است که مهمترین آنها منتول است قسمت های مورد استفاده: برگ های خشک شده. برای مصارف خانگی از جوانه های گلدار و برگدار نیز استفاده می شود.

زیستگاه

معمولاً در سراسر جهان کشت می شود. مناطق مرطوب و درجه حرارت های کمتر از 35 درجه را ترجیح می دهد. این گیاه در نواحی شمالی ایران و اطراف تهران به حالت وحشی می روید.

کاشت

تکثیر نعناع از طریق رویشی به روشهای زیر انجام می شود:

1- از طریق ریشه رست ها: مناسب ترین روش تکثیر نعناع است. پس از آبیاری یا

بارندگی پایه های مادری 2 تا 3 ساله را از زمین خارج می کنند. پایه های انتخابی باید عاری از عوامل بیماری زای قارچی یا باکتریها یا علفهای هرز باشد.

2- تکثیر از طریق قلمه های ساقه: در زمان مناسب از شاخه های جوان 2 تا 3 قلمه که حداقل 2 جفت برگ داشته باشند، جدا می کنند. سپس در خزانه هوای آزاد ساقه را در خاک نرمی می کارند

3- تکثیر از طریق پاجوشها: در فصل بهار پس از آبیاری، پاجوش ها را از پایه های مادری به ارتفاع 8 تا 10 سانتیمتر جدا می کنند این کار با دست یا به وسیله ماشین نشاء کار انجام می شود.

داشت

در زراعت نعنای آبیاری کافی، مواد غذایی مناسب و مبارزه با علفهای هرز ضرورت دارد. برای توسعه سطح برگ ها کاربرد مواد غذایی محلول به صورت محلول پاشی توصیه می شود. مقدار آبیاری به شرایط آب و هوایی و نوع خاک بستگی دارد. مبارزه با علفهای هرز به دو روش شیمیایی و مکانیکی صورت می گیرد. پس از اولین برداشت می توان از هر دو علف کش مرکازین و آرزین به مقدار 2 تا 3 کیلوگرم در هکتار استفاده نمود.

برداشت

در سال 2 تا 3 بار محصول را می توان برداشت کرد. مرحله گلدی زمان مناسب برای برداشت محصول است اگر سطح وسیعی زیرکشت نعنای رفته باشد برداشت اندامها توسط ماشین انجام می گیرد. گیاه از فاصله 4 تا 5 سانتی متری از سطح زمین بریده 40 درصد رطوبت آن تبخیر شوند-

ترکیبات و اثر کاربرد

دارای یک اسانس فرار است که اختلاف قابل ملاحظه ای با اسانس نعنای فلفلی دارد و دارای مانتول نیست ولی مانند زیره دارای کارون است. تانن هم دارد.

نعناع ترشح معده را زیاد می کند و گفته می شود که بر روی ترشح صفرا اثر داد. برای ناراحتی های معده و نیز برای اسهال و تحریک ترشح صفرا در یرقان و سایر بیماری های کبدی به کار می رود. در ایلات متحده مقدار زیادی از آن برای تولید اسانس های (فرار مصرفی در ساخت آدامس کشت می شود

رازک

Humulus lupulus

Hops

Cannabaceae

معرفی و گیاه شناسی

رازک گیاهی است با قدمت بیش از هزار سال که از گذشته دارای کاربرد های دارویی و نوشابه ای بوده است و از قدیم الایام در اروپا در باغچه های منازل کشت می شده که یکساله *H. japonicus* است. رازک گیاهی است دوپایه، علفی، چندساله (بجز گونه ای می باشد)، بالا رونده) ساقه ای این گیاه در جهت عقربه های ساعت به دور قیم می پیچد، دارای رشدی بسیار سریع (20 تا 50 سانتی متر رشد در هر هفته) که تا 10 متر می تواند ارتفاع داشته باشد. برگ های این گیاه سه تا پنج لوبه می باشند که بصورت متقابل بر روی ساقه قرار می گیرند. گل های ماده بصورت مخروطی شکل و گل های نر بصورت خوشه در کنار برگ ها آویزان می باشند. مخروط های ماده که اصطلاحاً به میوه ای رازک مشهور می باشند. رازک دارای ارقام مختلف و فراوانی است که هر یک از این ارقام دارای کاربرد متفاوتی می باشند

قسمت های مورد استفاده: گل های خشک شده

زیستگاه و رویش

از لحاظ نیاز های اکولوژیکی به آب و هوایی نسبتاً خنک و متوسط دمای 15 تا 18 درجه سانتی گراد نیاز دارد. رازک در مناطقی می روید که دارای حداقل 550 تا 600 میلی متر بارندگی می باشند و توصیه می شود که در مناطق بادخیز و همچنین دارای سطح آب زیرزمینی بالا از کشت این گیاه خودداری شود. رازک به خاک هی دارای بافت لومی و غنی از ترکیبات کلسیمی و دارای اسیدیته تقریباً خنثی احتیاج دارد. این گیاه در مناطق شمالی کشورمان بصورت خودرو یافت می شود

کاشت، داشت و برداشت

رازک از نظر بیولوژیکی گیاهی بالارونده است و در صورت عدم استفاده از داربست، کاهش چشمگیر محصول مشاهده خواهد شد. در تهیه داربست، تیرک های اصلی را از

جنس چوب یا سیمان با فاصله 12 متر نصب می نمایند . در فواصل 3 متری دو ردیف
(سیم فولادی با ضخامت شش میلی متر جهت کشت گیاهان قرار می گیرد
روش های تکثیر رازک به سه شکل انجام می گیرد:

1-بذر -2- قلمه ساقه -3- قلمه ریشه

کشت قلم ه ها در فصل پائیز یا بهار صورت می گیرد .در گودال هایی به عمق 30 تا 40
سانتی متر، قلم ه ها طوری در گودال قرار می گیرند که ریش ه ی آنها در عمق 15
سانتی متری عمق زمین قرار بگیرد.

رازک در آغاز رویش نیاز به نیتروژن و پتاس فراوانی دارد ولی در مرحله گلدهی به
فسفر زیادی نیاز دارد . وجین علف های هرز، حذف گیاهان بیمار، حذف شاخ ه ها ی
عقیم، مبارزه با آفات و بیماری ها از دیگر اعمال مهم در مرحله ی داشت می باشند.
برداشت گل های ماده زمانی است که گل ها به رنگ زرد مایل به سبز تغییر می کنند د.
رنگ زرد ناشی از حضور لوپولون در مجاری ترشحاتی است . این رنگ 5 تا 8 روز
مشاهده می گردد و بایستی به سرعت گل ها در این زمان برداشت گردند . زمان مناسب
برداشت معمولاً در اواسط مرداد یا اواخر شهریور است و برداشت این گیاه همواره با
دستگاه های مخصوص صورت می گیرد

ترکیبات و اثر کاربرد

در ناحی ه ی تحتانی فلس های گل های ماده حفرات حاوی مواد مؤثره وجود دارند . مواد
مؤثره ی موجود در گل های ماده، ترکیبات رزینی و اسانس می باشند که در این میان
ترکیبات رزینی دارای اهمیت فوق العاده ای هستند . ترکیبات رزینی موجود در گل ها ی
ماده ی رازک به دو دست ه ی آلفا اسید های تلخ و بتا اسید های تلخ تقسیم بندی می شوند
عمده ترین خواص درمانی این گیاه عبارتند از : آرام بخش و خواب آور، آنتی بیوتیک
ملازم) بر علیه باکتریهای گرم مثبت (و ... از عصاره ی حاصل از گل های ماده ی رازک
در صنایع نوشابه سازی بصورت بسیار گسترده استفاده می گردد . رازک ویژگی های
خاصی به ماء الشعیر می دهد . با رسوب پروتئین ها باعث شفافیت آن شده و عطر
خاصی به آن می بخشد

پامچال (پنج انگشت، پنج برگ)

Potentilla reptans L.

Creeping cinquefoil

Rosaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی، پایا با بوت ه ای برگ دار و تنه ای کوتاه و پر از ریشه های کوچک است. در اوایل بهار، خوشه ای از گل ها در انتهای ساقه ای به نام هامپ ظاهر می شود. گل ها مقدار کمی اسانس ساپونین و ترکیبات فلاونوئیدی دارند. میوه از نوع کپسول و محتوی بذور کوچکی است

قسمت های مورد استفاده: گیاه شکوفه دار خشک شده.

زیستگاه و گردآوری

پامچال روی دیوارها، در مراتع، محل های بایر و حاشیه جاده های اروپا می روید. به طور عمده در خاک های قلیایی و خنثی یافت می شود. این گیاه به وفور در نواحی جنوب ایران، اطراف تهران، تفرش، خوی، بروجرد، الوند، شیراز و بندر گز یافت می شود.)

کاشت

توسط کاشت بذور و به طریق رویشی انجام می گیرد. گرچه تکثیر پامچال از طریق بذر امکان پذیر است ولی رشد و نمو گیاه به کندی صورت می گیرد. تکثیر رویشی از طریق تقسیم بوته ها انجام می گیرد. زمان مناسب برای این کار در اوایل بهار است. و آنها را در ردیف هایی به فاصله 40 سانتیمتری می کارند. اگر گیاه از این طریق تکثیر یابد در پاییز سال بعد می توان محصول را برداشت کرد.

برداشت

در اوایل بهار قبل از رویش گیاه و همین طور در فصل پاییز ریشه ها حداکثر ماده مؤثره را دارا هستند. بهترین زمان برداشت ریشه فصل پاییز است. از برگ و ریشه و گل این گیاه می توان استفاده نمود. بهترین زمان برداشت زمانی است که گل ها کاملاً باز شده باشند. گل ها باید بدون کاسبرگ برداشت شوند.

ترکیبات و اثر کاربرد

تنها ماده ی شناخته شده پامچال تانن است .به عنوان یک داروی قابض، ضد اسهال و ضد التهاب مصرف می شود .همچنین از محلول دم شده این گیاه برای شستشوی زخمها و به عنوان دهان شویه جهت رفع تحریکات گلو و لثه ها استفاده می شود

تاتوره

Datura stramonium L.
Thornapple, Jimson weed, Stink weed
Solanaceae

معرفی و گیاه شناسی

120سانتی متر، با ساقه ای ستبر، گرد، شاخه - گیاهی علفی، یک ساله قوی به ارتفاع 30 دار و برگ های متناوب بیضی یا مثلثی شکل با حاشیه های کنگره ای و گاهی بزرگتر از 20سانتی متر است .از بغل شاخه ها یا قسمت های انتهایی شاخه گل های بزرگ منفرد و قیفی شکل به رنگ سفید یا بنفش می روید .میوه آن به صورت یک کپسول خاردار و حاوی دانه های سیاه رنگ بسیاری است .تمام قسمت های گیاه یک بوی نامطبوع و (تهوع آور دارند .زمان گل دادن بین خرداد تا شهریور است قسمت های مورد استفاده :برگ و دانه خشک شده .

زیستگاه

بومی خاور نزدیک است اما به حالت وحشی در سراسر مناطق بایر و مزارع اروپا می روید، تاتوره در اطراف تهران، کرج، آذربایجان، بلوچستان، گیلان و خراسان یافت (می شود

کاشت

روش تکثیر گیاه با کمک بذر انجام می گیرد .قبل از کشت، بذرها را به مدت 24 تا 28 ساعت در دمای 35 تا 40 درجه سانتیگراد در آب خیس می کنند .کاشت تاتوره به دو

روش مستقیم و غیر مستقیم صورت می گیرد. کاشت مستقیم در اواخر اسفند ماه انجام می شود. کاشت به صورت ردیفی و به فاصله ی 50 سانتی متر از همدیگر می باشد. بلافاصله پس از کشت دانه ها باید زمین را آبیاری کرد. داشت

شخم عمیق در فصل پاییز برای تهویه خاک و از بین بردن علف های هرز ضرورت دارد. در طول رویش استفاده از علف کش های مناسب سبب افزایش محصول می شود. استفاده از علف کش های مناسب مانند: ترفلان و اولیترف توصیه می گردد. استفاده از ارتوسید یا محلول دیتان 1 برای از بین بردن قارچ عامل لکه برگی ضرورت دارد. برداشت

در مرحله گل دهی بیشترین مقدار الکالوئید را دارند. اولین برداشت اوایل تیر و دومین برداشت ماه های مرداد و شهریور و سومین برداشت اواخر پاییز انجام می گیرد. معمولاً زمان برداشت برگ ها در خرداد تا مهر و زمان برداشت دانه ها مهر و آبان است. دانه ها را هنگامی که کپسول باز و سیاه می شوند جمع آوری می کنند. ترکیبات و خواص و کاربرد

تاتوره دارای آلکالوئید است. اثر آن بر روی دستگاه گوارش، غدد تعرق، گوارشی و مردمک چشم ثابت شده است. برای تسکین آسم از سیگارهای ضد آسم که حاوی تاتوره است، استفاده می شود. تاتوره به علت دارا بودن خاصیت سمی حتماً تحت نظارت پزشک مصرف شود

ترخون (تلخون)

Artemisia dracunculus L.

Tarragon

Astraceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی، پایا، ریزوم دار، با ساقه افراشته و برگ های نازک و متناوب است. ساقه ها منتهی به خوشه ای از گل های گرد و زرد رنگ می شوند. میوه این گیاه فندقه است. ترخون در منطقه وسیعی از اروپای شرقی، آمریکای شمالی و آسیا به عنوان سبزی

(معطر کشت می شود)

قسمت های مورد استفاده: برگ و ساقه.

زیستگاه

برخی از محققین منشا این گیاه را شمال و مرکز آسیا معرفی کرده اند ولی عده ای دیگر منشا آن را شمال و غرب آمریکا می دانند. در مناطق گرم و آفتابی دارای رشد و میزان مواد مؤثره مطلوبی است و همچنین قادر است سرمای زمستان را بخوبی تحمل نماید. اگرچه برخی از منابع علمی این گیاه را به عنوان یک گیاه بسیار رطوبت دوست معرفی نموده اند ولی برخی منابع دیگر خلاف این موضوع را نشان می دهند. خاک هایی با بافت متوسط را می پسندد و در خاک هی شور بسختی رشد می نماید

کاشت

اوایل بهار زمان مناسبی برای تکثیر رویشی ترخون) از طریق قلمه و یا پاجوش (و فصل پاییز زمان مناسبی برای تکثیر از طریق تقسیم ریشه است. تکثیر ترخون با استفاده از قلمه ساقه روش مناسبی نیست، زیرا امکان ریشه دار شدن قلمه ها کم است. از طریق پاجوش نیز گیاه را زیاد می کنند. معمولاً اطراف هر پایه مادری 20 تا 40 پاجوش به وجود می آید که معمولاً بیشتر از 10 تا 20 پاجوش از گیاه مادر جدا نمی کنند. پس از انتقال پاجوش ها به زمین اصلی بلافاصله گیاه را آبیاری می کنند. در بسیاری از کشورها تکثیر ترخون از طریق تقسیم ریشه صورت می گیرد. ریشه را به 5 تا 10 قطعه تقسیم می کنند و هر قطعه باید دارای حداقل 1 تا 2 جوانه رویشی باشد.

داشت

در طول رویش مبارزه مکانیکی و شیمیایی با علف های هرز ضرورت دارد. قبل از رویش گیاه در سال دوم علف کش مرکازین یا سنسور به کار می برند. اگر تراکم علف زیاد باشد از علف کش آفالون 1 و آرزین به طور مخلوط استفاده می شود. در طول رویش، ترخون توسط عوامل مختلف بیماری زای قارچی آسیب می بینند که از این قارچ ها می توان قارچ عامل زنگ و قارچ عامل لکه برگگی را نام برد که از علف کش زینب برای نابودی آنها استفاده می شود.

برداشت

ترخون را می توان یک یا دو بار در سال برداشت کرد. اولین برداشت در دوران گل

دهی صورت می گیرد. گیاه در این مرحله بیشترین مقدار اسانس را دارد. اولین برداشت از اوایل تابستان تا اواخر شهریور صورت می گیرد. از اواخر شهریور تا قبل از بروز سرما می توان دومین برداشت را انجام داد. پس از برداشت، اندام ها را جمع (آوری و سپس خشک می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

خشک کردن این گیاه در محل سایه سبب حفظ رنگ و میزان مواد مؤثره آن می گردد. البته استفاده از خشک کن های صنعتی در مورد این گیاه رونق فراوانی دارد و بدین منظور از دمای 40 درجه سانتی گراد استفاده می شود. مهمترین ماده مؤثره این گیاه اسانسی به رنگ زرد کم رنگ است که میزان آن بین 1 تا 3 درصد گزارش شده است. مهمترین اجزای اسانس ترخون عبارتند از استراگول (40 تا 70 درصد)، آلفا پینن، بتا (پینن، لیمونن، میرسن و ... است

ترخون یکی از گیاهان معطر پر استفاده در صنایع غذایی می باشد و این گیاه بطور گسترده در صنعت تولید مواد اولیه آشپزی و همچنین کنسروسازی کاربرد دارد. ترخون بدلیل افزایش ترشح اسید معده و خاصیت اشتها آوری از قدیم الایام به عنوان ادویه مخصوص گوشت مورد توجه بوده است و سبب کاهش فشارخون هم می شود. در قدیم به عنوان ضد طاعون استفاده می شد. همچنین در منابع علمی از این گیاه به عنوان (کاهش دهنده درد دندان و دارای خاصیت ضد کرم یاد شده است

سنبل الطیب (علف گربه)

Valeriana officinalis L

Setwall

Valerianaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی، پایا با ریشه ای بزرگ و ساقه ای کوتاه است. ساقه آن گوشه دار و برگ هایش متقابل با بریدگی های شانه ای است. در نوک شاخه ها خوشه ای از گل های کوچک سفید یا قرمز کم رنگ می رویند. میوه آن فندقه است. قسمت های مورد استفاده: ریشه و ریزوم خشک شده یا تازه.

زیستگاه

این گیاه در آسیا، اروپا و آمریکا می روید. در کنار رودخانه ها و نهراها در مکانهای باتلاقی، در بیشه زارها و مراتع مشاهده می شود. در ایران در نواحی شمالی و نواحی رشته کوه البرز یافت می شود

کاشت

1 کیلوگرم بذر در هکتار نیاز / در بذر پاشی مستقیم با فاصله ردیف 30 سانتی متر 35

است. در تکثیر رویشی، هر هکتار به 60 80 هزار نشاء نیاز دارد. نشاء کاری در نیمه دوم تیرماه و انتقال نشاء ها به زمین اصلی در بهار و پاییز صورت می گیرد. داشت

در اوایل بهار غلتک مناسب و مبارزه مکانیکی و شیمیایی با علف های هرز انجام می شود مبارزه با بیماری های مختلف مانند: سفیدک سطحی سفیدک دروغی و قارچ لکه بری در این گیاه ضروری است.

برداشت

در سال دوم و بین شهریور تا آبان ریشه آن را از خاک بیرون می آورند و پس از تمیز کردن به سرعت می شویند و در حداکثر دمای 35 درجه سانتیگراد خشک می کنند. 25 کیلوگرم در 100 متر مربع است. پس از خشک - میانگین عملکرد ماده خشک 40 کردن آن ریشه عطر نافذی متصاعد می کند که حتی از فاصله دور نیز گربه ها را به (هیجان و می دارد. زمان برداشت ریشه از مرداد تا مهر ماه است 7 و 29

ترکیبات و اثر کاربرد

ماده مؤثره آن بتازگی کشف شده است و حاوی ترکیباتی از والپوتریات ها 1، اسانس فرار و یک ترکیب ضد اسپاسم می باشد. ریشه تازه و دم کرده سنبل الطیب فعالیت دستگاه اعصاب مرکزی را کاهش می دهد. و به عبارتی برای حالات عصبی، بیخوابی (ملایم و اختلالات عصبی قلب مصرف می شود

علف لیمو

Cymbopogon spp

Lemongrass

poaceae

معرفی و گیاه شناسی

علف لیمو یکی از گیاهان دارویی است که از 60 یا 70 سال پیش اهمیت زیادی پیدا کرده و در کشورهایی مانند هندوستان، چین و در قسمت های وسیعی از آفریقا و آمریکای جنوبی در سطوح وسیع کشت می گردد. علف لیمو گیاهی است چندساله از خانواده ی گندمیان که گونه های متعددی دارد و ارتفاع این گیاه بسته به شرایط محیطی بین یک تا دو متر می باشد. ریشه های این گیاه به صورت افشان و کوتاه هستند و برگ های این گیاه طویل و به رنگ سبز روشن می باشند. مهمترین گونه های جنس علف می باشد. گونه ای از جنس *C.flexuosus* و *C.citratus* لیمو عبارتند از در مناطق جنوبی و غرب کشور بصورت (*C.olivieri*) با نام کاه مکی *Cymbopogon* خودرو می روید که بوی معطری داشته و ترکیبات اسانس این گیاه با علف لیمو تفاوت زیادی دارد

قسمت های مورد استفاده :برگ ها و ساقه ها.

زیستگاه

علف لیمو بومی نواحی گرمسیری و نیمه گرمسیری جهان است. این گیاه بومی ایران نیست ولی اخیراً در مناطق شمالی کشور و در برخی گلخانه ها کشت و کار می گردد. علف لیمو به درجه حرارت زیاد، آبیاری منظم و نور فراوان نیاز دارد .

کاشت

تکثیر این گیاه به دو روش جنسی) کشت غیر مستقیم بذر (و غیرجنسی) تقسیم بوته ها (صورت می گیرد. در تکثیر جنسی بذر این گیاه را در اواخر اسفندماه در خزانه زیر پلاستیک کشت می کنند. نشاء ها در اواخر بهار و یا در اوایل پاییز به زمین اصلی منتقل می شوند. تکثیر غیر جنسی این گیاه تقسیم بوته های 3 تا 4 ساله در پاییز می باشد. گیاهان در مزرعه در ردیف هایی با فاصله 50 سانتیمتری از یکدیگر کشت می شوند. داشت

در هنگام تولید نشاء در طول رویش مبارزه با علف های هرز ضروری می باشد. کاربرد کودهای نیتروژنه و پتاسه و فسفره در طول رویش این گیاه نقش مهمی در افزایش

عملکرد این گیاه دارد. کاربرد محلول های غذایی مناسب سبب افزایش و توسعه برگ ها و نیز سبب عملکرد اسانس آنها می شود. کاربرد مالچ یا گیاهان خرد شده در فاصله بین ردیف ها سبب کاهش تبخیر خاک و در نتیجه افزایش رشد گیاه می شود.

برداشت

پیکر رویش گیاه را می توان در سال یک یا چند بار در سال برداشت کرد. میانگین عمر گونه های مختلف علف لیمو 5 سال است. ولی فقط تا 3 سال بازدهی اقتصادی دارند.

مقدار محصول پیکر رویشی در سال های دوم و سوم به حداکثر می رسد. همه

قسمت های گیاه حاوی اسانس است از این رو هنگام برداشت همه اندام ها را جمع

آوری و سپس خشک می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

برگ ها و ساقه های جوان این گیاه دارای اسانسی زرد رنگ) به میزان یک تا سه درصد)

می باشد که بوسیله ی تقطیر با بخار آب استحصال می گردد. اسانس این گیاه دارای بویی

شبیه لیمو است و به اسانس بادرنجبویه شباهت زیادی دارد. مهمترین اجزای اسانس

علف لیمو عبارتند از: سیترال (80 درصد)، سیترونلول، ژرانیول و ... اسانس این گیاه

دارای خواصی مانند آنتی باکتریال قوی، اشتها آور، ضد کرم و ضد نفخ است. مصرف

موضعی این اسانس سبب کاهش دردهای روماتیسمی و عصبی می گردد. اسانس این

گیاه دارای کاربرد بسیار وسیع در صنایع آرایشی و بهداشتی است و سالانه 6000 تن از

(اسانس علف لیمو در جهان تولید می گردد

گل انگشتانه

Digitalis Lanata

Foxglove

Scrophulariaceae

معرفی و گیاه شناسی

1متر می باشد. در سال اول دارای برگ های طوقه ای با / گیاهی دو ساله با ارتفاع 1 تا 5

طول 30 تا 40 سانتیمتر است که در سال دوم از میان این برگ های طوقه ای یک ساقه

گل دهنده خارج می شود. گل ها به رنگ قرمز و ارغوانی اند. داخل کاسه ی گل ها،

لکه های قهوه ای رنگ مشاهده می شود. میوه اش از نوع کیسول است و دارای تعداد زیادی بذور قهوه ای رنگ می باشد.

قسمت های مورد استفاده : برگ های خشک شده سال اول و گیاه سال دوم. زیستگاه

بومی اروپای غربی، گل انگشتانه خاک های اسیدی را ترجیح می دهد. در بیشه زارها در خلنگ زارها و صخره های کوهستانی به فراوانی یافت می شود. در ایران این گیاه در منطقه وسیعی از نواحی شمالی، غربی و مرکزی می روید.

کاشت

تکثیر گیاه انگشتانه توسط بذور صورت می گیرد. حدود 4 تا 5 کیلوگرم بذر را روز در آبی در دمای 30 درجه خیس می کنیم. سپس آن را در ردیف هایی با فاصله 50 سانتیمتر و در روی ردیف ها با فاصله 10 سانتی متر کشت می کنیم. اول فقط برگ های طوقه ای تولید می شود. ولی در سال دوم ساقه گل دهنده گیاه ظاهر می گردد.

داشت

1 تا 2 ماه پس از سبز شدن / افزودن کود دامی پوسیده و 50 کیلوگرم کود نیتروژنه 5 بذور و 100 کیلوگرم اکسید فسفر در سال دوم سبب افزایش قابل توجه محصول می گردد. کاربرد بیش از حد فسفر با اینکه ممکن است سبب افزایش سطح برگ ها شود اما از میزان مواد مؤثره آن می کاهد.

برداشت

رشد اولیه گیاه در سال اول بسیار کند است. بنابراین مبارزه با علف های هرز در این زمان ضروری می باشد. برگ های گل انگشتانه مورد برداشت قرار می گیرند که میزان برداشت برگ ها در سال اول کمتر است تا گیاه در سال بعد قادر به ادامه زندگی باشد. برگ های طوقه ای از نظر گلیکوزید غنی تر هستند.

ترکیبات و اثر

تمام قسمتهای گیاه دارای گلیکوزیدهای فعالی است که فعالیت قلب را تنظیم می کند. کار قلبی را تحریک می کند و به عنوان یک مدر عمل می کند. از راه خارجی به التیام زخم ها کمک می کند. اما مقادیر بالای گل انگشتانه سمی است. گل انگشتانه باید فقط با

نسخه ی پزشک برای بیماری های قلبی به کار رود .جوشانده ی آن در کمپرسها برای
درمان زخم ها به کار می رود

گشنیز

Coriandrum sativum

Coriander

Ammiaceae

معرفی و گیاه شناسی

از قدیمی ترین گیاهان دارویی است گیاهی یک ساله و ریشه آن انشعابات زیادی دارد.
ساقه مستقیم، منشعب و گل های کوچک سفید یا صورتی به صورت چتر مرکب در
بالای ساقه مجتمع است .برگ ها متناوب و سبز روشن است 60 .تا 80 درصد اسانس
در پیکر رویشی گیاه ساخته می شود
قسمت های مورد استفاده :برگ، ساقه، دانه و ریشه.

زیستگاه

این گیاه بومی جنوب غرب آسیا و شمال آفریقا است .در تمام نقاط ایران دیده می شود
کاشت

گشنیز معمولاً به صورت بهاره و پاییزه کشت می شود .برای افزایش قوه رویشی
12ساعت در آب خیسانده شوند .بذر ها را به - پیشنهاد می شود بذور به مدت 24
صورت دستی در خاک نرم می کارند یا به کمک ردیف کار غلات بذر ها را در
ردیف های مورد نظر کشت می کنند .پس از کاشت، زمین را آبیاری می کنند.
داشت

مبارزه با علف های هرز ضرورت دارد .در زمین های کشت وسیع می توان از علف

کش های شیمیایی کم خطر استفاده کرد .از مهمترین بیماری های گشنیز، قارچ لکه برگی است .که موجب خسارت به محصول می شود .قارچ فورازیوم سبب پوسیدگی گیاه گشنیز می شود که از سموم اگروسان یا هگزاسان 1 بر علیه بیماری های قارچی می توان استفاده کرد.

برداشت

برداشت محصول در یک یا دو مرحله توسط ماشین برداشت صورت می گیرد. برداشت طی دو مرحله مناسب تر است .بهترین زمان برداشت هنگامی است که 30 تا 40 درصد میوه ها می رسند و ساقه ها سبز هستند .ابتدا ساقه های حامل چتر را به طول 20 تا 25 سانتیمتر می برند سپس اندام های بریده شده را روی زمین قرار می دهند 4 . تا 5)روز بعد آنها را جمع آوری و بوجاری می نمایند

ترکیبات و اثر کاربرد

تخم گشنیز به عنوان طعم دهنده، زیاد کننده شیر مادران، ضد نفخ و ضد عفونی کننده مصرف سنتی دارد .در هند از تخم گشنیز به عنوان ادویه استفاده می شود . در ایران علاوه بر مصرف دانه در کیک و شیرینی پزی از دانه و برگ آن در تهیه ترشیجات استفاده می شود .ریشه گشنیز نیز در آشپزی به خصوص در غذاهای تایلندی کاربرد دارد

گلپر

Heracleum persicum

Cow parsnip

Ammiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گل پر گیاهی چند ساله دارای ریشه مخروطی، ساقه ای مستقیم و استوانه ای شکل، گل ها به رنگ سفید، گل آذین چتری و دارای براکته های رشته ای و کشیده، میوه آن (فندقه و پهن می باشد .ریشه گلپر محتوی کومارین های مختلف است قسمت های مورد استفاده :برگ و دانه های گلپر.

زیستگاه

در نقاط مختلف جهان خصوصاً مناطق مرطوب و باغها رویش می کند. در ایران در نواحی نمناک و کوهستانی و مناطق پیرامونی همچون نواحی شمالی البرز، جواهرده (رامسر، شمیرانات، توچال، غرب ایران و کوه های بختیاری رشد می کند)

کاشت، داشت و برداشت

گلپر از طریق کاشت بذر تکثیر می یابد. بذرهاى تازه به علت گذراندن دوره خواب قوه نامیه ضعیفی دارند و چون بذرهاى تازه قوه نامیه ضعیفی دارند، نباید از بذر تازه

2درجه 6 - هفته در دمای 5 - استفاده نمود. قبل از کاشت، بذرها را به مدت 8

سانتیگراد نگهداری می کنند. بذرها در مخلوطی از کود حیوانی، خاک برگ و ماسه نرم کشت می شوند. در اواخر اردیبهشت ماه نشاء ها را به زمین اصلی منتقل می کنند. از طریق رویشی نیز گیاه را تکثیر می دهند. برای این منظور ریشه گلپر را در اواخر پاییز (تقسیم و هر یک را در زمین مناسب می کارند

جمع آوری علف های هرز و آبیاری منظم و به موقع نقش عمده ای در توسعه و رشد گیاه دارد.

چون مقدار کومارین ریشه ها در مراحل مختلف رشد گیاه متفاوت است. لذا برداشت

ریشه در اواخر فصل پاییز که بیشترین مقدار ماده مؤثره را خواهد داشت صورت

می گیرد. ریشه ها ترد و آبدار هستند. هنگام برداشت باید دقت نمود که ریشه ها را

سالم از خاک خارج کنیم. ریشه ها را پس از برداشت شسته سپس قطعه قطعه کرده و در تارپولین (پارچه ها ی مخصوص و عایق از آب (قرار می دهند و سرانجام در سایه خشک می کنند

اثر کاربرد

گلپر بعنوان ضد عفونی کننده، ضد نفخ، هضم کننده، و عطر و طعم دهنده غذا مصرف سنتی دارد.

گلرنگ (کافشه، کاجیره)

Carthamus tinctorius

Safflower

Asteraceae

معرفی و گیاه شناسی

گلرنگ یا زعفران قلبی عبارت از گل های لوله ای شکل به رنگ قرمز متمایل به نارنجی پررنگ است که در مجاورت با آب، رنگ قرمز رنگ خود را پس می دهد. گیاهی یک ساله و علفی است با ساقه های چوبی شده و زرد رنگ و برگ هایی با کناره های تیغ دار کم و بیش بیضی شکل، فاقد دمبرگ و ریشه مستقیم و مخروطی شکل است. گل آذین کروی دارای براکته های زرد رنگ و تیغ دار می باشد. گل ها دو جنسی نر ماده و میوه آن فندقه می باشد

قسمت های مورد استفاده: گلبرگ و دانه.

زیستگاه

گلرنگ در مناطق گرمسیر به عنوان یک محصول پاییزه کشت می شود. ولی در مناطق سرد به صورت بهاره کشت می شود. گلرنگ در جنوب شرق، شرق و مرکز و شمال غرب ایران کشت می شود.

کاشت، داشت و برداشت

کشت گلرنگ با کمک بذر و به صورت ردیفی انجام می گیرد. بلافاصله پس از کاشت بذر باید آبیاری انجام گیرد.

6 روز سبز می شوند. اگر تراکم بوته ها در ردیف - بذر ها در شرایط مناسب پس از 8 کاشت زیاد باشد باید آنها را تنک کرد.

با تناوب کشت مناسب و رعایت فواصل مناسب بوته ها و ضد عفونی کردن بذر ها می توان مانع گسترش و شیوع بیماری های قارچی شد.

مواد مؤثره در گل ها وجود دارند. گل ها را با دست می چینند. گل های برداشت شده را سریع خشک می کنند سپس در کیسه های نایلونی یا پاکت های مخصوص بسته بندی می کنند. محصول را در سطوح کوچک با داس برداشت می کنند و دانه ها را با خرمن کوب جدا می کنند. پس از پاک کردن بذر ها آنها را بسته بندی و در مکان مناسبی انبار می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

این گیاه از زمان های بسیار دور مصرف دارویی داشته است و تسکین حاصل از نیش زدگی، پالایش سینه ها، صاف کردن صدا و آرم بخش اعصاب و روان از جمله

مصارفی است که در کتاب قانون بوعلی سینا برای آن آمده است. همچنین روغن آن در کاهش چربی خون، تسکین پیچ خوردگی روده، تسکین روماتیسم و همچنین کاهش (دهنده قند خون نیز مورد استفاده قرار می گیرد

با در شبی(با در شبو)

Dracocephalum moldavica L.

Moldavian balm

Lammiaceae

معرفی و گیاه شناسی

بادر شبی یک نام آذری بوده و گاهی اوقات با بادرنجبویه اشتباه گرفته می شود. گیاهی علفی یک ساله از خانواده نعناع با ریشه ای مستقیم به طول 20 سانتیمتر است. ساقه ای مستقیم دارد که در اواخر دوره رویشی قسمت تحتانی ساقه کم و بیش چوبی می شود. گل ها در قسمت فوقانی ساقه های گل دهنده روی چرخه هایی قرار می گیرند که هر چرخه 6 گل دارد. میوه فندقه و رنگ آن قهوه ای تیره مایل به سیاه است. گل و پیکر رویشی با در شبی معطر هستند

قسمت های مورد استفاده :کلیه سرشاخه ها مورد استفاده قرار می گیرد.

زیستگاه

گیاهی بومی استان آذربایجان غربی) مراغه و اومیه (بوده و در سطح وسیع این مناطق (کشت می شود. آب و هوای سرد و مرطوب را ترجیح می دهد

کاشت

زمان مناسب برای کشت با در شبی اواسط فروردین ماه است. تکثیر از طریق بذر به صورت ردیفی در زمین اصلی انجام می گیرد. جهت تسریع در رویش بذر باید غلتک سبکی در بستر سطحی خاک زده شود.

داشت

در طول رویش مبارزه با علف های هرز ضرورت دارد. قبل از کشت می توان از علف کش اولیترف 1 استفاده نمود. آبیاری تأثیر مطلوبی در رشد، عملکرد و کیفیت و کمیت مواد مؤثره بادرشبی دارد. اگر خاک کمبود نیتروژن نداشته باشد می توان 2 یا حتی 3 بار محصول را برداشت نمود. با درشبی کم و بیش به آفات و بیماری ها مقاوم است. برداشت

در مرحله گل دهی بیشترین مقدار ماده مؤثره را دارد. زمان مناسب برای برداشت محصول اواخر مرحله گل دهی است. محصول را می توان با داس یا با ماشین برداشت نمود. اندام های برداشت شده را در سایه و یا با استفاده از خشک کن های الکتریکی در (دمای 40 تا 50 درجه سانتیگراد خشک می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

استفاده مستقیم از بادرشبی معمول نبوده و کلاً جهت تهیه عرق بادرشبی که مقوی (قلب و آرام بخش می باشد مصرف سنتی دارد

اسفرزه

Plantago psyllium

Fleawort

Plantaginaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی، یک ساله، بدون ساقه) دارای ساقه کاذب (یا دارای ساقه کوتاه، برگ های 10 سانتی متر، از خانواده - باریک و دراز با سه رگبرگ سراسری است. ارتفاع گیاه 35 بارهنگ است. برگ ها باریک، دراز، نوک تیز و مجتمع به شکل متقابل یا سه تایی بر 1/ روی ساقه قرار دارد. گل ها کوچک به صورت سنبله ای و استوانه ای شکل به طول 5 تا 3 سانتیمتر در رأس دمگل است. دانه ها قهوه ای مایل به زرد و ارتفاع گیاه 10 تا 35 سانتیمتر می باشد. میوه آن پوشینه و شکوفاست، دوخانه ای و محتوی یک دانه کوچک (لغزنده و به رنگ قهوه ای در هر خانه است

قسمت های مورد استفاده: برگ و به ویژه دانه ی آن برای مصارف پزشکی به کار می

رود.

زیستگاه

این گیاه به حالت خودرو در نواحی وسیعی از اروپا و آسیا، نواحی مدیترانه، شمال آفریقا و جنوب غربی آسیا می روید. اراضی شنی را بیشتر ترجیح می دهد. این گیاه در منطقه وسیعی از شمال ایران، بین منجیل و پاخیار، مسجد سلیمان و بوشهر می روید.

کاشت

کاشت توسط دانه و در زمین های شنی قابل نفوذ، شخم زده و عاری از علف های هرز صورت می گیرد. برای این کار ابتدا شیارهایی به عمق 4 تا 5 سانتیمتر و به فواصل 60 سانتیمتر در زمین ایجاد می کنند. سپس دانه ها را هنگام بهار در این شیارها می کارند و غلتک ملایمی بر روی آنها زده می شود تا دانه ها از قشر نازک خاک پوشیده گردند. طول مدت جوانه زنی 7 تا 10 روز است. مقدار بذر مورد نیاز 5 تا 7 کیلوگرم در هکتار است.

برداشت

8 روز بعد آماده برداشت است 60 - روز پس از کاشت بذر گیاه به گل می رود و 17 هنگامی که سنبله ها به رنگ قهوه ای مایل به قرمز در آیند و برگ های پایینی خشک شده (و می افتد و برگ های بالایی قهوه ای رنگ گردند بهترین زمان برداشت است 7) ترکیبات و اثر کاربرد

اسفرزه دارای اسید گالیک و تانیک و نیز گلیکوزیدی به نام اوکوبین 1 در قسمتهای مختلف و مقدار فراوانی لعاب است. به طوری که با قرار گرفتن دانه در آب پوسته ی خارجی آن متورم می شود و پس از پاره شدن، لعاب آن خارج می گردد. دانه اسفرزه به خاطر داشتن لعاب اثر ملین دارد. همچنین سبب التهاب پوست می شود. همچنین لعاب (اسفرزه پخته برای التیام زخمها و آبه ها به کار می رود

شیرین بیان

Glycyrrhiza glabra L.
Liquorice

Papilionaceae

معرفی و گیاه شناسی

1 متر و دارای یک سیستم ریشه ای بسیار وسیع، خشبی 1/ - گیاهی علفی پایا به ارتفاع 5-4 و خزنده است. ساقه راست و شاخه دار آن دارای برگ های متناوب تک شانه ای با 8 جفت برگچه بیضوی است. حاوی 20 تا 30 گل به رنگ آبی متمایل به بنفش و به صورت خوشه ای است که روی یک پایه از کنار برگ ها می روید. میوه آن نیام است. (این گیاه خیلی زود به محیط خود سازگار می شود 13)

قسمت های مورد استفاده: ریشه و ساقه های خزنده خشک.

زیستگاه

شیرین بیان به ندرت به طور وحشی یافت می شود. بیشتر در اطراف مدیترانه پراکنده است. منبع اصلی تولید این گیاه کشورهای اسپانیا، روسیه و هند است. در ایران این گیاه دارای واریته های مختلفی است که بعضی از آنها به حالت خودرو در بعضی از نقاط ایران از جمله آذربایجان، شمال، جنوب و مشرق می روید

کاشت

آماده سازی زمین برای کشت این گیاه شامل شخم عمیق در ابتدای فصل پاییز به 30 تن کود کاملاً پوسیده است. تکثیر رویشی) تقسیم ریزوم و - همراه افزودن 40 ریشه (روش تجاری تکثیر شیرین بیان است. این گیاه توسط بذر نیز تکثیر می یابد. اما 3 ساله را - تکثیر رویشی اهمیت بیشتری دارد. در فصل پاییز) آبان ماه (ریزوم گیاه 4 15 سانتیمتری تقسیم می کنند. این قطعات را در - پس از خروج از خاک به قطعات 25 ردیف هایی با فاصله 30 تا 40 سانتی متر از یکدیگر کشت می نمایند. پس از کاشت باید به سرعت آبیاری صورت گیرد. شیرین بیان یکی از گیاهان دارویی است که بیشتر به صورت بهره برداری از طبیعت به بازار مصرف می رسد و کمتر مورد کشت و کار قرار می گیرد. ریشه این گیاه به صورت خشک شده یکی از مهمترین اقلام صادراتی کشورمان است.

داشت

شامل مبارزه مکانیکی با علف های هرز و قطع ساقه های این گیاه از فاصله 10 سانتیمتری خاک در ابتدای فصل رویش است.

برداشت

برداشت ریشه های این گیاه در فصل پاییز سال سوم یا چهارم صورت می گیرد این عمل در سطوح کوچک با استفاده از بیل و در سطوح وسیع توسط ماشین های 1تن در -5/ مخصوص انجام می یگیرد .میزان عملکرد ریشه به صورت خشک شده 2 (هکتار پیش بینی می شود 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

، مهمترین ماده فعال این گیاه گلیکوزیدی است از دسته ی ساپونین ها به نام گلیسیریزین 1 که شیرینی آن پنجاه برابر قند است و ریشه ی آن همچنین حاوی یک فلاونوئید گلیکوزیدی به نام لیکویریتوزید 1 ، یک ماده ی تلخ، یک اسانس فرار و احتمالاً ساپونین های دیگر است .شیرین بیان آرام بخش و خلط آور است .همچنین یک مسهل ملایم، پیشاب آور، ضد التهاب و ضد اسپاسم است .در طب سنتی از آن جهت درمان اسپاسم، عضلات و تورم، برونشست، روماتیسم و ورم مفاصل استفاده می شود .حاوی مواد ضد پوسیدگی دندان است که در ساخت بیشتر خمیر دندان ها کاربرد دارد .به عنوان شربت سرفه در داروخانه ها استفاده می شود .اثر آن در زخم های هنوز مورد بحث است .

مصرف بی رویه شیرین بیان یا سایر فرآورده های آن به سبب تحریک غدد فوق کلیوی و ترشح بیش از اندازه هورمون آلدسترون ممنوع اعلام گردیده است .این حالت سبب عوارضی چون اختلال در فعالیت متابولیسمی و بالا رفتن فشار خون می گردد .در صورت مصرف بیش از 20 گرم آن در روز باعث بروز عوارض نامطلوب می شود . استفاده بیش از حد از شیرین بیان برای طحال نیز مضر است .در برخی افراد مشاهده می شود با مصرف زیاد شیرین بیان دچار درد عضله و عده ای دیگر با کرخت شدن دست و پا مواجه می شوند .گزارش شده است که مصرف شیرین بیان سبب افزایش وزن نیز می شود .پزشکان توصیه می کنند افرادی که دچار فشارخون یا ناراحتی های 12)و 36 ، کلیه، قلب یا کبد هستند از مصرف شیرین بیان جداً خودداری کنند

گل راعی (علف چای، هوفاریقون)

Hypericum Perforatum L.

St John s Wort

Hypericaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی پایاست که در نقاط خشک، مرغزارها و مراتع آفتاب گیر می روید. گل های فراوان آن به رنگ زرد طلایی در اواسط تابستان شکفته می شود. این گیاه را می توان از فراوانی شاخه های راست آن و برگ های متناوب و بی پایه و لکه های قرمز شفاف که روی 20-برگ هایش قرار دارد شناسایی نمود. گل های آن به رنگ زرد طلایی به قطر 25 سانتی متر و به شکل دیهیم انتهایی است. در پنج گلبرگ بیضوی آن نقاط ترشحات سیاه رنگ مشاهده می شود که در موقع فشار دادن روغن قهوه ای تیره رنگی از آن تراوش می شود. میوه آن به شکل کپسول است (13)

قسمت های مورد استفاده: سرشاخه های گلدار تازه یا خشک و نیز گل های تازه. زیستگاه

این گیاه در آسیا و اروپا به وفور یافت می شود. علف چای در جنگل ها، پرچین ها، بیشه ها و کنار جاده های اروپا مشاهده می شود. این گیاه در نواحی مختلف رشته کوه البرز، کرج، جاده چالوس، رضائیه، شمال ایران، گیلان، لاهیجان، طالش، خراسان، (مغرب ایران، بروجرد، کوه الوند و نهاوند می روید (13)

کاشت

این گیاه عمدتاً توسط بذر و گاهاً توسط ساقه های رونده تکثیر می یابد. بذور ریز این گیاه بایستی در عمق کم کشت شود. معمولاً از کشت غیر مستقیم بذور استفاده می شود. برداشت

برداشت این گیاه زمانی است که 50 درصد گل ها باز شده اند. این عمل شامل قطع پیکره رویشی این گیاه از نزدیکی سطح زمین انجام می شود. برداشت روزهای آفتابی صورت می گیرد و محصول را به سرعت در محلی تاریک خشک می کنند. زمان (برداشت سر شاخه ها تیرماه و مرداد ماه است)

ترکیبات و اثر کاربرد

علف چای حاوی تانن، مقدار کمی آسانس فرار، فلاونوئیدها و رنگدانه قرمزی به نام هیپرسین 1 است. این گیاه اثر ضد اسپاسم، ادرار آور ملایم و تحریک ترشحات دستگاه

گوارش بخصوص صفرا را دارد. اگر حیوانات آن را بخورند هیپریسین موجود در آن سبب ایجاد حساسیت به نور در آنها می شود. باعث بهبود زخم ها، بریدگی ها و (سوختگی ها می شود

گالکا(علف شیر آور)

Galega Officinalis L.

Geitenkruid

Fabaceae - Papilioaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی است پایا با ساقه ای افراشته و گوشه دار و برگ های متناوب تک شانه ای که از بغل آنها گل های سفید، صورتی یا بنفش خوشه ای می رویند. میوه آن نیام و قهوه ای رنگ است. این گیاه را به صورت خودرو در مناطق گرم و مرطوب می توان یافت. در (زمان قدیم از این گیاه علیه طاعون و تب استفاده می کردند 12 و 13 قسمت های مورد استفاده: برگ ها و سرشاخه های گلدار.

زیستگاه

منشأ اصلی گالکا مشخص نیست ولی در مرکز، جنوب و غرب اروپا گسترش فراوانی دارد. در کشورمان این گیاه به طور تقریباً وسیع در استان گلستان و ... کشت می گردد. گالکا به خاک هایی دارای بافت متوسط و عمیق و دارای رطوبت مناسب نیازمند است کاشت

در ابتدای کار عمل آماده سازی زمین شامل شخم عمیق برای شکستن لایه های سخت اعماق خاک جهت افزایش زهکشی خاک، افزودن کودهای فسفره و پتاسه در صورت کمبود این عناصر در خاک و افزودن کود دامی پوسیده، اهمیت فراوانی دارد. عملیات آماده سازی در فصل پاییز صورت می گیرد. در اوایل فروردین ماه سطح خاک مسطح و

25 سانتیمتری صورت می گیرد. بذور را با فاصله 25 سانتیمتر بر - ایجاد شیارهای 30
30 کیلوگرم - روی این پشته ها کشت می دهیم. میزان بذر مورد نیاز یک هکتار زمین 35
است. بذور در دمای 5 درجه سانتیگراد شروع به جوانه زنی می کنند.

داشت

عملیات داشت مبارزه با علف های هرز داخل جوی ها و پشته ها و افزودن 50 کیلوگرم
در هکتار نیتروژن در سال اول رویش می باشد. این گیاه دارای سیستم تثبیت نیتروژن در
ریشه ها است و نیاز کمی به کودهای نیتروژنه دارد. ولی افزودن 60 کیلوگرم در هکتار
فسفر و 300 کیلوگرم در هکتار پتاس در هر سال باعث افزایش چشمگیر عملکرد
می شود.

برداشت

در مرحله گل دهی کامل، برداشت صورت می گیرد و پیکر رویشی گیاه از ارتفاع 40
سانتیمتری با داس یا ماشین برداشت قطع می گردد. در سال اول یک بار می توانیم
2 بار می توانیم برداشت داشته باشیم - برداشت را انجام دهیم. ولی از سال دوم به بعد 3
مقدار عملکرد رویشی بسته به شرایط اقلیمی خصوصیات خاک و متفاوت است.
4 تن در 2 - تن در هکتار و از سال دوم به بعد - 8 ولی به طور متوسط در سال اول 4
هکتار می توانیم برداشت نمائیم. خشک کردن پیکره رویشی در سایه و یا در خشک
5- کن های الکتریکی در دمای کمتر از 50 درجه سانتیگراد صورت می گیرد و از هر 6
(. کیلوگرم اندام تازه، یک کیلوگرم اندام خشک حاصل می گردد 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

دارای ترکیباتی مانند تانن، فلاونوئید، ساپونین و مواد مؤثری چون گوانیدین، گالگین و
هیدروکسی گالگین می باشد. پیکر رویشی این گیاه سبب افزایش تولید شیر و کاهش
قند خون می گردد. این گیاه از قدیم به علف شیر معروف بوده و کاربرد فراوانی در
(. طب سنتی دارد

افسنطین

Artemisia absinthum L.

Wormwood

Asteraceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی پایا، پر شاخه با ساقه ای افراشته، برگ های بریده بریده و متناوب است. تمام گیاه پوشیده از گردی به رنگ خاکستری نقره ای می باشد. در انتهای ساقه، خوشه گلی به رنگ زرد قرار دارد که شاخه های گلدار آن گاهی به یک متر هم می رسد. بسیار پربرگ (و کرک است، دارای ریشه چوبی و بسیار سخت می باشد. میوه آن فندقه است 13) قسمت مورد استفاده :برگ و سرشاخه های گلدار.

زیستگاه

موطن اصلی آن اروپا آسیا و آفریقا است. در زمینهای بایر، بر روی دیوارها و صخره های خشک در سراسر اروپای مرکزی به ویژه در مناطق گرم می روید. این گیاه (در اطراف دماوند، آستارا و سواحل دریای خزر نیز یافت می شود 13)

کاشت

افسنطین به دو صورت مستقیم) بذر (و غیر مستقیم) تقسیم بوته (کشت می شود. در تکثیر مستقیم بذر را معمولاً در اوایل بهار در خزانه هوای آزاد کشت می کنند و نشاء های حاصله را در پاییز به زمین اصلی منتقل می نمایند .

داشت

از مهمترین مراحل داشت مبارزه با علف های هرز این گیاه است. گیاهی است که به اکثر علف کش ها حساس است. مبارزه با علف های هرز تنها به روش مکانیکی صورت می گیرد. مهمترین آفات این گیاه مگس افسنطین 1 و نوعی شته به نام شته ایوپتریکس افسنطین 2 می باشد. که استفاده از سموم مناسب نقش عمده ای در کنترل آنها دارد.

برداشت

در سال اول رویش، یک بار و در سال های بعدی دو و یا سه بار می توان محصول را برداشت کرد. زمان برداشت شاخه برگ دار از تیرماه تا شهریور ماه است. هنگام برداشت و یا خشک کردن محصول نباید بر اندام ها فشار وارد کرد چون این گیاه به فشار حساس است و رنگ گیاه تغییر می یابد. این تغییر رنگ بر کمیت و کیفیت مواد (مؤثره آن تأثیر نامطلوبی می گذارد 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

دارای مواد تلخ) آبسینتین و آستابسین (و اسانس فرار است که هر دو به طرز قابل ملاحظه ای ترشحات معده را تحریک کرده و برای افزایش اشتها مصرف می شود. همچنین حاوی ویتامین های ب و پ و ... می باشد. از دوران قدیم از این گیاه برای درمان سوء هاضمه استفاده می کردند. این گیاه به عنوان تنظیم کننده ی قاعده گی، ضد بیانگر این خاصیت است (و اشتها آور Worm wood کرم) نام انگلیسی این گیاه می باشد. اسانس فرار این گیاه به مقدار زیاد یک ماده سمی است و سبب سرگیجه، تشنج، مسمومیت و هذیان و نیز افزایش شدید جریان خون می شود. مصرف مداوم آن منجر به اختلالات روانی و دیوانگی می شود. در دوران آبستنی مادران با احتیاط زیاد مصرف شود.

گاوزبان

Borago officinalis L.

Borage, Burrage

Boraginaceae

معرفی و گیاه شناسی

گاو زبان یا لسان الثور گیاهی علفی و یک ساله با شاخه های متعدد و برگ های متناوب و بیضی شکل است. ارتفاع آن تا 60 سانتی متر می رسد و از تارهای خشن جهت مقابله 3 سانتی متر طول و - با نور خورشید و تشنگی پوشیده شده است. برگ های آن بین 11 تا 2 سانتی متر عرض دارند. برگ ها در هر دو سطح پوشیده از کرک هستند / تا 5 خوشه های گل به رنگ بنفش مایل به قرمز در انتهای شاخه ها قرار دارد. گل های آن (معمولاً معلق، به شکل خوشه های کم گل در نوک ساقه است 11 و 12 قسمت های مورد استفاده: معمولاً از گیاه گلدار خشک شده و بندرت گل یا برگ های تازه آن استفاده می شود.

زیستگاه

موطن اصلی گاوزبان کشورهای منطقه مدیترانه است و از آنجا به بقیه نقاط دنیا برده شده است. سازگار به خاکهای مختلف جهان و کم توقع به حاصلخیزی خاک می باشد. (این گیاه بومی نواحی شمال ایران و در آذربایجان به وفور یافت می شود

کاشت

گاوزبان در خاک های معمولی رشد می کند تکثیر این گیاه به سه طریق انجام می شود.

(1) تقسیم زیرزمینی در فصل بهار (2) . کاشت قلمه در ماسه در هنگام پاییز.

(3) کاشت بذر گیاه در خاک نسبتاً حاصلخیز و آفتاب گیر.

تاریخ کاشت بذر از اواخر اسفند ماه تا خرداد ماه است

برداشت

عمل گل چینی در اوایل خرداد صورت می گیرد و گل های چیده شده را در کنار

2 سانتی متر پهن می کنند و برای - مزرعه روی پارچه یا سفره های پلاستیکی به ارتفاع 3

آنکه آفتاب نخورد روی آن را پارچه می اندازند .البته خشک کردن محصول در سایه

بهتر بوده و محصول مرغوب تری خواهد داد .به هم زدن گل ها در حین خشک کردن

ضروری است .گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ های بنفش باشد.

1000 کیلوگرم گل تازه می باشد .که از این میزان - میزان عملکرد آن حدود 1100

(.حدود 250 300 کیلوگرم گل خشک بدست می آید 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

گاوزبان حاوی ترکیبات فعالی است که کمتر شناخته شد است .موسیلاژ، تنان و مقدار

کمی اسانس فرار تاکنون از این گیاه استخراج شده است .یک پیشاب آور ملایم است و

اثر مسهلی و معرق خفیف دارد .همچنین برای از بین بردن التهابات کلیه ها و مثانه از آن

استفاده می شود .گاو زبان به عنوان معرق، افزایش دهنده فشار خون و آرام بخش

(.مصرف سنتی دارد .گاهی از برگ های آن برای تهیه سالاد هم استفاده می شود

بادرنجبویه (گل حنا، بلسان، ترنجان)

Melissa officinalis L.

Balm, Bawm, Lemon Balm

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی است پایا پر شاخه و پر پشت به ارتفاع 30 تا 80 سانتیمتر و بسته به شرایط

اقلیمی بیشتر و یا کمتر هم می شود .برگ ها قلبی شکل، متقابل و دندانه دار با

داندانه های فاصله دار از هم است. ساقه مانند سایر گیاهان خانواده نعنائیان چهارگوش و مستقیم است. ریشه ها به رنگ قهوه ای و از روی استولون ها خارج می شوند. گل ها به رنگ سفید و به تعداد 6 تایی درمحور برگ ها ظاهر می شوند. میوه چهار فندقه ای و به (رنگ قهوه ای است 13)

قسمت های مورد استفاده: برگ های خشک شده، گاهی نیز از پاجوشهای گلدار آن به طور خانگی استفاده می شود.

زیستگاه

گیاه بومی مناطق شرقی است. در اروپای جنوبی به عنوان گیاه زینتی و گاهی نیز در مناطق سنگلاخی مشاهده می شود. این گیاه اطراف تهران، نواحی شمالی و شرقی ایران (و آذربایجان می روید 13)

کاشت

کشت به دو صورت از طریق بذر و تکثیر رویشی صورت می گیرد. کشت بذر به دو صورت مستقیم در زمین اصلی و غیر مستقیم به صورت نشاءکاری انجام می شود. بذرها قوه نامیه ضعیفی دارند حدود 20 سانتی متر در آب خیس شده و یا اینکه 48 ساعت در دمای صفر درجه سانتی گراد نگهداری و سپس کاشته می شوند. در روش غیر مستقیم بذر بادرنجبویه را به صورت ردیفی در خزانه زیر پلاستیک می کارند سپس نشاءها را از خزانه خارج به زمین اصلی انتقال می دهند. داشت

چون رشد اولیه بادرنجبویه بسیار کند است علف های هرز باید مرتباً وجین شوند جهت مبارزه با علف های هرز از علف کش مرکازین استفاده می شود. از مهمترین آفات این گیاه کک نباتی و زنجیره سبز است. اگرچه بادرنجبویه قادر به تحمل خشکی است ولی کم آبی و خشکی طولانی سبب خشک شدن آن می شوند. آبیاری باید به طور مرتب هر یک هفته تا 10 روز انجام شود.

برداشت

در سال اول یک مرحله و در سال های بعد دو تا سه بار می توان محصول بادرنجبویه را 4سانتیمتری - برداشت کرد. برای این کار باید کلیه پیکره رویشی گیاه از فاصله حدود 5 زمین چیده شود. برای برداشت اول بهترین زمان مرحله گل دهی است. برای برداشت

دوم اواسط شهریور ماه و برداشت سوم اواخر مهرماه انجام می گیرد. برگ ها پس از برداشت برای جلوگیری از خشک شدن در دمای 50 درجه خشک می شوند. ترکیبات و اثر کاربرد

گل حنا حاوی اسانس فرار است. با مقادیر کم به عنوان داروی باد شکن است ولی مقادیر زیاد آن خاصیت خواب آور ملایم دارد. فشار خون را کمی پایین می آورد و تعداد نبض را کاهش می دهد. برای اختلالات معده، تهوع، درد شکم و تسکین حالات عصبی و در برونشیت به عنوان خلط آور مصرف می شود

سداب

Ruta grareolens

Ruta

Rutaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی چند ساله از خانواده مرکبات است. دارای 50 تا 100 سانتیمتر ارتفاع، برگ ها دارای بریدگی های نسبتاً عمیق، گل ها به رنگ زرد می باشند. میوه آن کپسول، دارای چندخانه و در سطح کپسول ها برجستگی های دایره ای شکلی دیده می شود. بذورش (لوبیایی شکل و به رنگ قهوه ای تیره تا سیاه هستند 13) قسمت های مورد استفاده: کل اندام رویشی گیاه.

زیستگاه

بومی نواحی جنوب مدیترانه است. به هوای گرم و تابش آفتاب زیاد و آبیاری منظم -5/5 نیازمند است. خاکهای شنی دارای کربنات کلسیم را ترجیح می دهد. اسیدیته 8- (برای رشد این گیاه مناسب است 13)

کاشت

به دو صورت مستقیم و غیر مستقیم کشت می گردد. کشت مستقیم در اواخر زمستان 4 کیلوگرم بذر برای یک هکتار مزرعه مورد نیاز است .

داشت

چون گیاهی مقاوم است کمتر به بیماری های باکتریایی و مبتلا می شوند و تنها

توصیه در مورد عملیات داشت این گیاه این است که در سال اول رویش وجین علف های هرز به خوبی صورت گیرد.

برداشت

2 مرتبه در سال می توان برداشت نمود - . برداشت از سال دوم صورت می گیرد
بهترین زمان برداشت در هنگام گل دهی است که دارای حداکثر مواد مؤثره می باشد
ترکیبات و اثر کاربرد

مهمترین ترکیبات این گیاه عبارت است از : روتین، کومارین، فورانو کومارین،
آلکالوئیدها (سمی) کینولین و اکریدون (و اسانس است . اسانس سداب، روغن روئل 1 نام
دارد و دارای 90 درصد متیل نونیل ستون است و دارای مقدار کمی از استرها و فنل ها
است . پیکر رویشی و برگ های این گیاه دارای خاصیت کاهش فشار خون، سقط جنین، قاعده
آور، التیام دهنده زخم ها، درمان گزش مار و ... است .

آنیسون (بادیان رومی)

Pimpinella anisum L.

Aniseed, Anise

Ammiaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی علفی و یک ساله از خانواده چتریان است . ارتفاع گیاه 30 تا 70 سانتیمتر که
گل های سفید رنگ آن به صورت گل آذین چتر مرکب دیده می شوند . میوه آن فندقه ای
است با 5 خط طولی که به رنگ های سبز تیره تا قهوه ای روشن دیده می شود . گیاه
(. کامل آن بوی معطر مشخص دارد 13)

قسمت های مورد استفاده : میوه ی خشک شده .

زیستگاه

منشأ این گیاه مشرق زمین است ولی در حال حاضر به طور تجاری در کشورهای
مدیترانه پرورش می یابد . این گیاه در نواحی شمال غربی ایران از جمله تبریز و جنوب
(. غرب می روید 13)

کاشت

تکثیر این گیاه توسط بذر صورت می گیرد. و بدین منظور معمولاً جوی و پشته هایی با فاصله 30 سانتیمتر در مزرعه ایجاد می نمایند و بذور را با فاصله 3 سانتیمتر و در عمق 2 سانتیمتری کشت می کنند.

داشت

مبارزه با علف های هرز در اوایل رشد گیاه اهمیت فراوانی دارد. زیرا این گیاه رشد کندی دارد. آنیسون از مرحله ساقه دهی تا گل دهی دارای نیاز آبی بالایی است و این موضوع بایستی در برنامه آبیاری مزرعه مورد توجه قرار گیرد.

برداشت

زمانی که بذرها به رنگ قهوه ای در آمدند و هنوز به طور کامل خشک نشده اند بهترین زمان برای برداشت این گیاه است. زیرا تأخیر در برداشت بذور سبب ریزش آنها می گردد. نحوه برداشت به این صورت است که پیکر رویشی گیاه را از نزدیکی گل آذین ها قطع می کنند و پس از مدت زمان کوتاهی که آنها خشک شدند با خرمن کوب 100 کیلوگرم در - بذور را از شاخه ها جدا می کنند. میزان عملکرد محصول بین 400 (هکتار می باشد که با توجه به رعایت مسائل زراعی و شرایط اقلیمی متفاوت است 7) ترکیبات و اثر کاربرد

بادیان رومی حاوی اسانس فراری با مزه ی شیرین و بویی معطر است. قسمت اعظم این اسانس را آنیتول تشکیل می دهد. بادیان رومی مانند رازیانه یک داروی خلط آور و تضعیف کننده ی سرفه است. سایر خواص آن شبیه رازیانه است. مقادیر زیاد آن سبب مسمومیت می شود. همچنین برای رفع نفخ و دیگر اختلالات معده استفاده می شود. خاصیت مسهلی ملایم نیز دارد. از اثرات مثبت دیگر آنسیون افزایش دهنده شیر مادران، کمک به هضم غذا، ضد انگل، درمان سرماخوردگی، رفع بوی بد دهان و ... می باشد. مصرف این گیاه در دوران بارداری منع شده و اسانس این گیاه نباید مورد مصرف کودکان قرار گیرد

زوفا

Hyssopus officinalis L.

Hyssop

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

یکی از قدیمی ترین گیاهان دارویی است که در آثار تئوفراست، بقراط و دیوسکورید آمده است گیاهی چند ساله و خشبی با ارتفاع 40 تا 70 سانتی متر دارای برگ های باریک و کوچک که به صورت متقابل بر روی ساقه ای چهار گوش قرار دارند .هر بوته دارای انشعابات فراوان ساقه است که گل های آبی، سفید ، یا صورتی رنگ در کنار برگ ها ظاهر می شوند .میوه آن یک فندقه ای چهار قسمتی است که بذور سیاه رنگی در (آن وجود دارد .تمام قسمت های این گیاه بویی معطر و مزه گس و گاهی تلخ دارد(13) قسمت های مورد استفاده :سرشاخه های گلدار خشک شده .

زیستگاه

این گیاه بندرت به حالت وحشی و گاهی در اطراف باغچه ها در اروپا می روید .سابقاً بیشتر به شکل علف کاشته می شود و هنوز نیز گاهی آن را به عنوان یک گیاه زینتی (می کارند .این گیاه در شمال غربی ایران و بلوچستان می روید

کاشت

بهترین زمان کاشت زوفا در نیمه دوم اسفند ماه و به صورت کشت مستقیم بذور در 3کیلوگرم بذر در این روش کاشت مورد نیاز است .کشت - مزرعه می باشد .در حدود 5 آن بوسیله تقسیم ریشه ها با فواصل 30 سانتی متری نیز انجام می گیرد .این گیاه را باید پس از 4 سال محصول برداری احیاء کرد .
داشت

استفاده از کودهای حیوانی برای این گیاه مناسب نیست و کودهای شیمیایی نظیر 60کیلوگرم در هکتار (در 60 - کیلوگرم در هکتار (اکسیدپتاس - 80) اکسید فسفر 80) 40کیلوگرم در هکتار (در اسفند ماه قبل از کاشت - فصل پاییز و کودهای نیتروژنه 50) توصیه شده است .استفاده از کودهای نیتروژنه به صورت سرک در فصل بهار سبب افزایش عملکرد و مواد مؤثره در گیاه می شود .مبارزه مکانیکی و شیمیایی با علف های هرز در طول دوره رویشی بسیار مفید است .
برداشت

در مورد برداشت زوفا اگر هدف ما استخراج اسانس باشد بایستی گیاه را از ناحیه

فوقانی ساقه های چوبی، در زمان گل دهی کامل) تابستان (جمع آوری کنیم و اگر هدف ما استفاده از پیکر رویشی گیاه باشد برداشت محصول در اوایل گل دهی صورت 30درجه سانتی گراد خشک می شوند - می گیرد .پس از برداشت قطعات در دمای 35 6تن در هکتار 2 - تن در هکتار و در سال دوم - 10 عملکرد محصول تر در سال اول، 3 (است 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

زوفا حاوی اسانس های فرار، فلاونوئیدها و مقدار کمی تانن است . ترکیبات مهم اسانس زوفا شامل پینوکمفن، آلفاپینن و بتاپینن هستند . اسانس زوفا برای تحریک ترشحات معده و افزایش اشتها استفاده می شود . همچنین یک داروی پیشاب آور و ضد اسپاسم است و در برونشیت و آسم به عنوان یک ضد التهاب مصرف می شود . به عنوان ضد اسهال و از بین بردن نفخ به کار می رود . ضد آبریزش بینی و محرک تعریق است . اساساً زوفا دارای خاصیت ضد باکتریایی و قارچی است . مصرف این گیاه در دوران بارداری ممنوع است . در آشپزی به عنوان چاشنی مصرف دارد)

بنگ دانه (بذر البنج)

Hyoscyamus niger L.
Henbane, Hogbean,
Solanaceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی یک ساله تا دو ساله با ساقه ای راست و برگ های متناوب، دندانه دار و چسبناک است . از بغل این برگ ها گل های خاکستری متمایل به زردی با رگه های بنفش می روید . میوه آن به صورت کیسول پر از دانه های قهوه ای رنگ است . تمام گیاه پوشیده از پرز و کرک و بسیار سمی است . در قدیم از آن به عنوان گیاهی جادویی و خواب آور استفاده (می شد 13)

قسمت های مورد استفاده : برگ ها خشک شده و گاهی تمامی گیاه گلدار و دانه های خشک شده .

زیستگاه

در مناطق بایر، کنار جاده ها و پرچین ها می روید. خاک شنی را بیشتر ترجیح می دهد به همین دلیل بیشتر در کنار رودخانه ها و دریاها یافت می شود. این گیاه در تهران، کرج، (نواحی شمال ایران، آذربایجان، اراک و تفرش می روید

کاشت

بذر گیاه دو ساله قوه رویشی بسیار کمی دارد. بذرها باید یک دوره سرما را سپری کنند. بذرها سه هفته در دمای - 8 تا - 10 درجه سانتیگراد قرار داده می شوند. در این مدت دو یا سه مرتبه و هر مرتبه به مدت 10 تا 12 ساعت به دمای آزمایشگاه انتقال می یابند. بذرها یک ساله از قوه رویشی مناسبی برخوردارند. بذر البنج به اکثر علف کش ها حساس است. به همین دلیل وجین علف های هرز توصیه می گردد.

داشت

20 روز پس از کاشت سبز می شوند. رشد اولیه گیاه بسیار کند است. در این فاصله علف های هرز رشد می کنند و می توانند سراسر مزرعه را بپوشانند. در مبارزه با علف های هرز، استفاده از علف کش ها و وجین جهت افزایش عملکرد گیاه، بسیار مفید است. در طول رویش، به سوسک سیب زمینی بسیار حساس است، که در این مواقع از سموم دیمکرون 1 و سافیدان 2 استفاده می کنند.

برداشت

برگ های گیاهان را می توان از سال اول رویش برداشت کرد. برداشت برگ ها اواسط تابستان آغاز می شود یک یا چند بار برگ ها برداشت می شوند. اگر برداشت محصول یک مرتبه انجام گیرد بهتر است زمانی باشد که گیاه کاملاً سطح زمین را پوشانده و برگ ها از رشد کامل برخوردار شده باشند. آخرین برداشت برگ ها اواخر مهر ماه تا 50 درجه 60 اوایل آبان ماه است. بهترین درجه حرارت برای خشک کردن برگ ها (سانتی گراد است

ترکیبات و اثر کاربرد

بنگ دانه حاوی آلکالوئیدهای بسیار سمی است که بیشتر آن هیوسیامین است. تمام قسمت های این گیاه سمی است. از روغن بنگ دانه (عصاره برگ های آن (به عنوان (مرهم دردهای عضلانی استفاده می شود

شابیزک (بلادن، تاجریزی قاتل)
Atropa belladonna L.
Belladonna, Deadly nightshade
Solanaceae

معرفی و گیاه شناسی

1متر هم می / شابیزک یا مردم گیاه، گیاهی خشبی و چند ساله است که ارتفاع آن تا 5متر رسد. دارای ریشه ای مخروطی شکل و ساقه ای مستقیم و استوانه ای شکل می باشد. برگ ها متناوب و بیضی شکل و گل ها از بغل برگ ها ظاهر می شود. و پس از تلقیح به (میوه های سیاه رنگی تبدیل می شوند. تمام قسمت های گیاه شدیداً سمی است 13) قسمت های مورد استفاده: میوه، ریشه و شاخ و برگ.

زیستگاه

شابیزک بومی اروپا، شمال آفریقا و جنوب آسیا می باشد. در بیشه ها و مراتع بیشتر اروپا و غرب آسیا می روید. و بیشتر خاکهای آهکی و کچی را ترجیح می دهد. این گیاه در (ایران در نواحی شمال ایران مانند گیلان، طوالش و چالوس می روید 13)

کاشت

در فصل پاییز پس از شخم زدن و مسطح کردن زمین آن را آماده می کند. تکثیر شابیزک به دو روش رویشی و تکثیر توسط بذر صورت می گیرد. تکثیر رویشی از 3-4ساله برای این کار انتخاب می شوند. - طریق تقسیم ریشه انجام می گیرد. و گیاهان هر قطعه ریشه باید تعداد مناسبی جوانه رویشی داشته باشد. سپس آنها را در فاصله 50-60سانتیمتر می کارند. بذر شابیزک قوه نامیه ضعیفی دارد. به همین منظور ابتدا 18ساعت در دمای 30 درجه سانتی گراد در آب قرار - بذور شابیزک را به مدت 20 24ساعت به دمای انجماد منتقل می کنند. بذرها ی - می دهند. پس از آن به مدت 48 تیمار شده در خزانه زیر پلاستیک کشت می شوند. پس از رشد، نشاء ها را به زمین اصلی منتقل می کنند.

داشت

شخم عمیق در فصل پاییز موجب تهویه خاک و رشد و توسعه ریشه ها می شود.

آبیاری مرتب و مبارزه با علف های هرز در محیط خزانه برای رشد و نمو گیاهان شایبzk اهمیت دارد.

برداشت

اگر تکثیر از طریق بذر انجام شود ریشه را پس از 4 برداشت کرد. برداشت برگ ها در همان سال اول رویش انجام می گیرد. گیاه در مرحله گل دهی بیشترین مقدار الكالوئید را در برگ ها دارد. اگر مقدار برگ ها زیاد باشد برای خشک کردن آنها از خشک کن های الکتریکی استفاده می شود.

ترکیبات و اثر کاربرد

این گیاه به عنوان سمی ترین گیاه موجود در نیمکره غربی محسوب می شود میوه های شایبzk دارای ماده سمی به نام آتروپین می باشند. ماده سمی آن در ریشه ها و برگ ها هم جمع می شود و در میان تمام ملل در موضوع ریشه های سمی، افسانه هایی در کتب تاریخی نوشته شده است. و بیشترین خطر برای کودکان دارد چون این گیاه دارای میوه های جذاب و شیرین می باشد. مصرف 2 تا 5 و 10 میوه از آن به ترتیب برای کودکان و بزرگسالان کشنده است. همچنین مشخص شده است که مصرف یک برگ آن نیز برای بزرگسالان کشنده است. در آمریکا تلفات بیشماری به علت مصرف میوه شایبzk و اشتباه گرفتن میوه های آن با زغال آخته و توت گزارش شده است. اثرات مسمومیت آن می تواند باعث حساسیت به نور، تاری دید، عدم تعادل، سردرد، خشکی دهان و گلو، احتباس ادرار، یبوست، هذیان، تشنج، از دست دادن حافظه و اختلال در سیستم عصبی باشد. همچنین مصرف این گیاه برای حیوانات) به استثناء گاو و خرگوش (سمی می باشد و باعث بی حالی، کم اشتها و فلج شدن می شود. با این حال استفاده از ترکیبات این گیاه و تحت نظارت پزشک می تواند در درمان بسیاری از بیماری های لاعلاج بی همتا باشد. استفاده از ترکیبات شایبzk در درمان سردردهای طولانی و شدید، دردهای قاعدگی، زخم های گوارشی، بیماری های چشم، التهاب و 34). و 36، 17، دردهای روده بزرگ به اثبات رسیده است

مریم گلی

Salvia officinalis L.
Sage, Garden sage, red sage
Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

ریشه این گیاه ضخیم و انشعابات فراوانی دارد. برگ ها بلند و نیزه ای و سطح فوقانی و تحتانی برگ ها پوشیده از کرک های ظریف است. گل ها به رنگ بنفش و به صورت مجتمع (می باشند. میوه این گیاه کپسول و به رنگ قهوه ای روشن یا تیره است قسمت های مورد استفاده: برگ های تازه یا خشک.

زیستگاه

بومی نواحی شمالی مدیترانه است و در زمینهای سنگی می روید. این گیاه بومی کشور ما نیست ولی به خاطر اهمیت دارویی آن در کشورمان کشت و کار م ی شود. مریم گلی (گیاهی است که به گرما و هوای خشک برای رشد مطلوب نیاز دارد13)

کاشت

مریم گلی را می توان از طریق بذر یا از طریق رویشی کشت نمود. کشت بذر به صورت مستقیم یا غیر مستقیم انجام می شود. در کشت مستقیم بذرها را در اواخر پاییز 60 سانتی متری کشت می کنند. در کشت غیر مستقیم بذور - به صورت ردیف های 70 را در خزانه هوای آزاد کشت می دهند. با آبیاری منظم و وجین علف ها های هرز، نشاء ها را در فصل پاییز در زمین اصلی می کارند.

3 سال رسید - تکثیر رویشی از طریق بوته ها صورت می گیرد. وقتی عمر بوته ها به 4 بوته را از زمین خارج می کنند و هر یک را به 3 تا 4 قسمت تقسیم می کنند. تکثیر رویشی مریم گلی وقت گیر و هزینه زیادی دارد.

داشت

در طول رویش گیاه علف های هرز را وجین می کنند. علاوه بر مبارزه مکانیکی مبارزه شیمیایی علف های هرز صورت می گیرد. قبل از انتقال نشاء ها از علف کش های آرزین، آنالون و مرکازین استفاده می کنند. استعمال قارچ کش های مناسب در کنترل بیماری های قارچی مؤثر است.

برداشت

بعد از یک سال م میتوان محصول را برداشت کرد .سه بار در سال می توان برداشت محصول داشت .اولین برداشت قبل از گل دهی و اوایل خرداد ماه صورت می گیرد. پیکر رویشی گیاه به وسیله داس و یا با ماشین، برداشت می شود .دومین و سومین برداشت به ترتیب در تابستان و پاییز انجام می گیرد .سومین برداشت از نواحی تحتانی و نزدیک به سطح زمین صورت می گیرد .گیاه در مرحله گل دهی بیشترین مقدار (اسانس را دارد .ظهر، زمان مناسبی برای برداشت محصول مریم گلی است 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

برگ ها و سرشاخه های مریم گلی دارای اسانس، موسیلاژ، ترکیبی به نام سالوین، فلاونوئید، ساپونین و ... است .اسانس این گیاه دارای ترکیباتی چون توبون، سینئول، کامفور، پینن و ... است و به رنگ زرد بسیار کم رنگ می باشد .این گیاه دارای اثر ضد التهاب، بویژه بر روی مخاطها است .ترشح عرق بدن را کنترل می کند .همچنین تشنج، کمک به هضم غذا، کاهش دهنده قند خون، ضد نفخ، گردش خون را در اندام های شکم افزایش می دهد .مصرف آن در زمان بارداری ممنوع و فرآوردهای حاصل از این گیاه سبب کاهش ترشح غدد شیری در مادران می شود

مرزنجوش بستانی(مرزنگوش بستانی، مرزنگوش تر)

Origanum majorana

Majoram

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

20سانتی متر که در بالا منشعب و غالباً سرخ رنگ - گیاهی است پایا و به ارتفاع 50 است .تمامی گیاه تارهای غده ای دارد .برگ ها متقابل، از نظر اندازه بسیار متغیر و در پایین گیاه بسیار بزرگتر است .اما هرچه به طرف رأس گیاه می رویم کوچکتر شده و به شکل تخم مرغی یا بیضوی در می آید قسمت های مورد استفاده :گیاه گلدار خشک شده.

زیستگاه و گردآوری

بومی اروپای مرکزی است و در خاک های آهکی یا سیلیسی، در نواحی گرم، مراتع فقیر یا کنار جاده ها می روید. این گیاه در اصفهان، لرستان، خوزستان، فارس، بلوچستان، (خراسان و یزد می روید

کاشت

زمان مناسب برای کاشت مستقیم بذر در زمین، نیمه دوم اسفند ماه است. کاشت بذر به دو صورت مستقیم و غیرمستقیم انجام می شود. در کاشت مستقیم بذرها به صورت ردیفی در سطوح وسیعی از زمین اصلی کاشته می شوند. در کاشت غیر مستقیم ابتدا بذور در خزانه زیر پلاستیک کشت شده پس از 8 تا 10 روز بذرها سبز می شوند. مقدار آبیاری و زمان آن باید با دقت کامل انجام شود وقتی نشاء ها به 6 تا 8 سانتی متر رسیدند آنها را به زمین اصلی منتقل می کنند.

داشت

در پاییز و بهار خاک را برای کاشت آماده می کنند. آبیاری به موقع و منظم نقش به سزایی در افزایش محصول دارند. در طول رویش مبارزه مکانیکی و شیمیایی بر علیه علف های هرز ضرورت دارد. قبل از انتقال نشاء ها به زمین اصلی از علف کش مرکازین 1 و رونسار 2 استفاده می کنند. مرزنگوش تر ممکن است در طول رویش مورد حمله بعضی آفات یا عوامل بیماری زا قرار گیرد. عامل بیماری لکه برگ یا ساقه قارچ آلترناریا 3 است و در صورت گسترش باعث نابودی محصول می گردد. برای مبارزه با بیماری های قارچی از سموم کوپروسان 4 و دتیان استفاده می کنند. جهت افزایش سطح گیاه از محلول غذایی واکسال می توان استفاده کرد.

برداشت

می توان در طول رویش گیاه چند بار محصول را برداشت کرد. اولین برداشت در آغاز 8 هفته پس از کاشت صورت می گیرد. دومین برداشت اواخر - گل دهی یعنی 10 شهریور و اوایل مهرماه می باشد. اگر شرایط مناسب باشد تا چهار بار می توان پیکر رویشی گیاه را برداشت کرد. پس از برداشت پیکر رویشی باید آنها را خشک کرد. برای خشک کردن از خشک کن های الکتریکی دمای 35 تا 40 درجه سانتی گراد استفاده می شود.

ترکیبات و اثر کاربرد دارای

اسانس فرار و تانن است. خواص گندزدایی دارد. از راه خوراکی برای دستگاه گوارش و از راه خارج به شکل مالیدنی بر روی زخم ها مالیده می شود. این گیاه مانند آویشن خلط آور، مسکن سرفه، ضد اسهال و ضد التهاب است. از راه خارج به شکل لوسیون (آرام کننده مصرف می شود

گل همیشه بهار *Calendula officinalis* Marigold, Calendula Asteraceae

معرفی و گیاه شناسی

گیاهی است یک ساله و بندرت دوساله با ساقه منشعب و سخت. برگ های پایینی گیاه 5-قاشقی شکل و برگ های بالایی بیشتر به شکل نیزه ای یا بیضوی به طول 12-3 سانتی متر و کم و بیش در هر دو طرف کرکدار است. گل آذین آن بزرگ و به قطر 5 سانتی متر است. گل های وسط کاپیتول لوله ای که دور تا دور آن چندین ردیف گل (زبانی قرار گرفته است. گل ها زرد رنگ یا نارنجی رنگ می باشد 13) قسمت های مورد استفاده :گل های لوله ای و زبانه ای بدون برگه های گریبان یا تمامی سرشاخه های گلدار و بندرت تمام گیاه گلدار.

زیستگاه

بومی منطقه مدیترانه است اما اکنون به شکل وحشی یافت نمی شود، غالباً به عنوان گیاه زینتی کاشته می شود. اما گونه هایی در آن یافت می شود که در مصارف دارویی کاربرد دارد. این گیاه در نواحی غربی ایران، جنوب غربی و مسجد سلیمان یافت می شود
داشت

قبل از کاشت برای مبارزه با علف های هرز از علف کش مالوران 1 به صورت محلول پاشی استفاده می شود. در مرحله ساقه دهی نیز می توان از علف کش دوآل 2 استفاده نمود. اگر قسمت های پایینی گیاه زرد و گل ها کوچک باشند گیاه را از فاصله 15 سانتیمتری می برند. سپس نیتروژن یا همزمان با آبیاری به خاک اضافه می کنند. رعایت فاصله کشت، وجین علف های هرز و مبارزه شیمیایی با لارو حشرات به ویژه لارو سن ها نقش عمده ای در مبارزه با آنها دارد.

برداشت

از دوران گل دهی گیاه یعنی از اردیبهشت تا اواخر تیرماه قابل برداشت است. پس از چیدن گل ها، همواره گل های جدیدی به وجود می آیند. پس از چیدن گل ها کاسبرگ ها را جدا می کنند و برای اینکه گلبرگ ها رنگ خود را از دست ندهند گل ها را به سرعت خشک می کنند. گل دهی را می توان در سایه خشک نمود یا از خشک کن های الکتریکی برای خشک کردن استفاده می کنند. سپس بلافاصله پس از خشک کردن در کیسه های مناسب بسته بندی می کنند

ترکیبات و اثر کاربرد

حاوی مقادیر کمی اسانس های فرار، رزین، یک ماده تلخ و ساپونین هاست. اثر آن کاملاً شناخته شده نیست ولی به ترشح صفرا کمک می کند. التیام زخم ها را تسریع و بر روی قاعدگی اثرات مثبت دارد

به لیمو

Lippia citriodora

Veveine

Verbenaceae

معرفی و گیاه شناسی

1 تا 2 متر. برگ های ساده، خشن، کامل، فراهم، به لیمو درختچه ای است ب مجتمع به تعداد 3 تا 4 تایی و به رنگ سبز روشن دارد. گل های آن کوچک و جامی شکند که از خارج سفید و از داخل آبی مایل به بنفش است. مجموعه ی گل های آن به شکل سنبله متعدد در طرفین قسمت انتهایی محور ساقه به وضع زیبایی ظاهر می گردد.

میوه اش شفت مانند و محتوی دو دانه است
قسمت های مورد استفاده : برگ تازه یا خشک.

زیستگاه

این گیاه بومی امریکای جنوبی، نواحی شیلی، پرو و آرژانتین است ولی امروزه به علت
زیبایی و عطر دلپذیری که دارد در بیشتر نواحی جهان پرورش می یابد. این گیاه در
(ایران نیز پرورش می یابد

کاشت، داشت و برداشت

در زمینه ی کشت و کار این گیاه اطلاعات بسیار محدودی موجود است. تکثیر به لیمو
به آسانی در تابستان بوسیله ی قلمه صورت می گیرد و بهتر است جهت ریشه دار شدن
قلمه ها، آنها را مدتی در زیر سایبان قرار دهیم. نیاز این گیاه به عناصری چون نیتروژن و
(پتاسیم بیشتر از سایر عناصر می باشد 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

برگ به لیمو حاوی اسانسی است که از سه ترکیب لیمونن، سیترال و ژرانیول تشکیل
شده است و تنها ماده مؤثره ی این گیاه است. اثر مقوی بر روی معده دارد و از این نظر
باید آن را در ردیف بهترین داروها قرار داد. همچنین برگ و سرشاخه های گلدار آن
(دارای خواص ضد تشنج، ضد نفخ روده و آرام بخش هستند

جین سنگ

Panax ginseng

Ginseng

Araliaceae

معرفی و گیاه شناسی

جین سنگ یکی از قدیمی ترین گیاهان دارویی می باشد که از دیرباز در نزد مردم چین
مورد توجه بوده است. نام این گیاه به معنی ریشه آدم نما می باشد که بدلیل شباهت
زیاد ریشه آن به انسان است. در چند دهه اخیر توجه فراوانی به این گیاه شده است و
یکی از گیاهان دارویی می باشد که در زمینه های تحقیقاتی بیوتکنولوژی بسیار مورد
توجه قرار گرفته است. در این کتاب همواره سعی بر معرفی گیاهان دارویی موجود در

کشورمان ایران بوده است ولی در این مطلب با رویکردی دیگر در نظر است یک گیاه دارویی پرمصرف و مهم در سطح جهان معرفی گردد.

جین سنگ گیاهی است علفی و چندساله که ارتفاع آن گاهی به 80 سانتی متر هم می رسد. برگ های این گیاه بصورت مرکب پنج برگچه ای بوده و گل های سفید تا کرم رنگ آن در سال سوم ظاهر می گردند. ریشه جین سنگ سفید تا زرد کم رنگ می باشد و طول آن تا 20 سانتی متر گزارش شده است.

قسمت های مورد استفاده: ریشه گیاه.

زیستگاه

گیاهی است بومی شرق آسیا (چین (که امروزه کشور کره جنوبی بهترین جین سنگ را در دنیا تولید می کند. جین سنگ گیاهی است سایه پسند و رطوبت دوست که در محدوده دمایی 9 تا 15 درجه بخوبی رشد می نماید. این گیاه متأسفانه در ایران کشت نمی شود

کاشت، داشت و برداشت

تکثیر این گیاه بوسیله بذر صورت می گیرد، لیکن بایستی توجه داشت که بذره های این گیاه دارای نیاز سرمایی می باشند و قبل از کاشت بایستی تیمارهای مورد نیاز جهت رفع نیاز سرمایی آنها انجام پذیرد. تولید جین سنگ کار دشواری است زیرا بایستی سایبان های مورد نیاز را برای پرورش این گیاه فراهم نمود. برداشت ریشه ها در سال (پنجم یا ششم صورت می گیرد7)

ترکیبات و اثر کاربرد

مهمترین ترکیبات موجود در ریشه جین سنگ عبارتند از: ترکیبات ساپونینی (ترپن گلیکوزیدها)، اسانس (مهمترین ترکیب موجود در اسانس پاناسن می باشد)، مواد معدنی، ویتامین ب 12 و ... ریشه ها را پس از شستشو در دمای 35 درجه خشک می نمایند. خواص درمانی متعددی برای ریشه جین سنگ معرفی شده است ولی مهمترین آنها عبارتند از: افزایش قدرت فکری و عضلانی بدن، افزایش مقاومت به بیماری ها، تقویت کننده، درمان اعتیاد و افزایش دهنده نیروی جنسی و ... ریشه جین سنگ بطور گسترده در درمان بسیاری از بیماری ها بصورت فرموله شده در داروها بکار می رود و هر روز استفاده ای نوین ی برای این گیاه یافت می شود (34) و (36) امید است تولید این

گیاه در مناطق مستعد کشور مورد بررسی قرار گیرد.

زرشک (یاقوت سرخ)

Berberis Vulgaris

Barberry

Berberidaceae

معرفی و گیاه شناسی

زرشک درختچه ای است که بو می کشورمان بوده و بدلیل خواص متعددی خوراکی میوه ها و کاربرد های درمانی ریشه، ساقه و برگ آن دارای اهمیت فراوانی است. درختچه ای 1متر و دارای شاخه های شکننده است. شاخه های کوتاه یا جوان - خاردار به ارتفاع 3 آن دارای برگ هایی به شکل متناوب یا تقریباً فراهم است. کنار برگ آن دندان های منتهی به خارهای ریز و نازک دارد. گل های آن دو جنسی و به رنگ زرد بوده و بصورت گل آذین خوشه مشاهده می شوند. میوه ها به شکل سته و به رنگ قرمز (می باشند که بقایای کلالة و خامه در انتهای آنها مشاهده می شود 13).

قسمت های مورد استفاده: از تمام قسمت های این گیاه (پوست، ریشه، ساقه و میوه) برای درمان استفاده می شود.

زیستگاه

زرشک بو می ا ایران است اما این درختچه در جن گل های اروپا و آسیا به شکل وحشی دیده می شود. به دلیل سازگاری خوب این گیاه به اراضی با حاصلخیزی کم و تقریباً شور، نقش مهمی در طول تاریخ کشاورزی ایران دارد. زرشک درختچه ای مقاوم به سرما و خشکی، دارای نیاز نوری بالا و خاک های نسبتاً سبک لومی - شنی دارای زهکش خوب را ترجیح می دهد و در ارتفاعات بالاتر از 1000 متر از سطح دریا بهتر رشد می نماید. گونه های مختلف جنس زرشک در سطح جهان پراکنده می باشند ولی گونه های مذکور در ایران پراکنش زیادتری داشته و در استان های آذربایجان، مازندران، تهران، (خراسان و ... مشاهده می شود).

ترکیبات و اثر کاربرد

شاخه ها و برگ ها دارای آلکالوئید بربرین، بربامین، تانن و ... بوده و میوه ها حاوی اسید است که از لیمو ترش بیشتر است C . تارتاریک، اسید سیتریک، اسید مالیک، ویتامین (فرآوری میوه ها برای تهیه مواد غذایی چون شربت، مربا و ژله صورت می پذیرد 17) میوه زرشک دارای خواصی چون صفرا بر، قابض و مقوی است . برگ ها و شاخه ها بدلیل داشتن آلکالوئیدهایی همچون بربرین، بربامین و ... در پزشکی نوین کاربردهای گسترده ای پیدا نموده اند که می توان به مواردی چون ضد باکتری، درمان اسهال، درمان کبد و ناراحتی های صفراوی، درمان اعتیاد، کاهش پوسیدگی دندان و ... اشاره نمود. یکی از مهمترین خواص میوه زرشک خاصیت انقباض عروق بخصوص عروق رحمی است . در خونریزی های که در فواصل قاعدگی رخ می دهد بسیار مفید است

رزماری (اکیل کوهی، رومارن)

Rosmarinus officinalis L.

Remero, Rosemary

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

1متر که بر روی 5/ رزماری درختچه ای است با شاخه های انبوه چوبی و ارتفاع 20 شاخه های قدیمی تر، پوست فلس ماندنی دارد . پاجوش های آن کرک دار است و 15سانتی متر دارد . این برگ ها برگشته، با سطح - برگ های سوزنی شکل به طول 35 فوقانی سبز رنگ و سطح تحتانی خاکستری تیره مشاهده می شود . گل های آن به رنگ 2تایی در محور برگ ظاهر می شود . از - آبی روشن و به شکل دسته های 10 خصوصیات این گیاه بوی فراوان برگ ها است که آن را به عنوان یک گیاه معطر معرفی (می کند 13)

قسمت های مورد استفاده : از برگ های خشک و بندرت برگ های تازه این گیاه) به عنوان چاشنی (استفاده می شود.

زیستگاه

رزماری گیاهی است مقاوم به سرما و شرایط خشکی و این خصوصیت ها سبب شده است که در اکثر مناطق قابل کشت باشد . رزماری بومی مناطق مدیترانه است و در اکثر

مناطق کشورمان به صورت محدود یا وسیع کشت می گردد. رزماری در بسیاری از (کشورهای اروپایی به صورت وسیع کشت می شود

کاشت، داشت و برداشت

رزماری بندرت و در شرایط خاصی تولید بذر می نماید و روش مرسوم تکثیر این گیاه قلمه می باشد. سرشاخه ها و برگ های این گیاه در اوایل دوره گلدهی برداشت می شوند که این عمل در سطوح کوچک به کمک داس و در سطوح وسیع بوسیله ماشین ها ی برداشت مخصوص صورت می گیرد.

ترکیبات و اثر کاربرد

رزماری حاوی اسانس فرار و تانن است. برگ های این گیاه دارای اسانس، تانن، فلاونوئیدها، ساپونین و آلکالوئید (رزماریسین) می باشند. اسانس این گیاه دارای اهمیت فراوانی است و کاربردهای فراوانی نیز دارد (17)

از راه خوراکی، با مقدار دیر دارویی کم جریان خون را در اندامهای شکمی افزایش می دهد و ترشح شیرهای گوارشی و صفرا را تحریک می کند. همچنین یک داروی مدر است. اثر ضد عفونی کنندگی و معرق دارد. دمکرده ی برگ های این گیاه به عنوان ضد نفخ، ضد اسپاسم دستگاه گوارش و ... کاربرد دارند و این دمکرده در مصرف خارجی برای تقویت موی سر کاربرد دارد. اما مقادیر آن باعث ایجاد اسپاسم و سرگیجه می شود. اسانس گیاه بطور گسترده در صنایع آرایشی و بهداشتی استفاده می گردد و داروهایی از این گیاه در کشورمان تولید می گردد (مانند قطره رزمارینوس) که اکثرا برای تقویت موی سر و جلوگیری از ریزش مو می باشد

اسطوخودوس

Lavandula angustifolia

Laveder

Lamiaceae

معرفی و گیاه شناسی

اسطوخودوس بوته کوچکی دارد که ارتفاع آن به 70 سانتی متر می رسد و در قاعده حالت چوبی پیدا می کند. پاجوش های سبز و چهار گوش دارد. برگ های آن نیزه ای،

باریک، به رنگ نقره ای تا خاکستری، کرک دار و لب برگشته است. گل دهی به شکل (سنبله و به رنگ آبی متمایل به بنفش روی پایه قرار دارد 13)

قسمت های مورد استفاده: گل های خشک بدون پایه، از پاجوش های گلدار و اغلب (از برگ های آن اسانس فرار تهیه می شود 7)

زیستگاه

بومی ایران نیست ولی بطور تقریباً گسترده ای برای استفاده های دارویی و زینتی در کشورمان کشت می شود. این گیاه بومی مناطق خشک و نیمه خشک جنوب اروپا است. اسطوخودوس به صورت وحشی فقط در نواحی مدیترانه می روید ولی به وفور در مناطق گرم اروپا از جمله انگلستان در باغچه ها کاشته می شود.

کاشت، داشت و برداشت

تکثیر این گیاه به دو صورت انجام می گیرد

الف (تکثیر بوسیله بذر و به روش غیر مستقیم) کشت در خزانه و سپس انتقال نشاء ها به زمین اصلی: (که نشاء ها را به فواصل 50 سانتی متر از هم می کارند.

ب (تکثیر به روش غیرجنسی) قلمه: (که قلمه ها را از ساقه های سبز و جوان گیاهان 4 ساله تهیه می کنیم - یک ساله و یا از ساقه های خشبی گیاهان 5 در مرحله داشت مبارزه با علف های هرز، افزودن کود، برگرداندن خاک بین ردیف ها و هرس بوته ها در سال اول و دوم برای افزایش کمیت و کیفیت محصول ضروری می باشد.

برداشت شامل جمع آوری ساقه های گل دهنده ی دارای گل می شود که توسط داس یا (ماشین های برداشت انجام می گیرد 7)

ترکیبات و اثر کاربرد

اسانس اسطوخودوس از تقطیر سرشاخه های گل دار با بخار آب حاصل می گردد. اگر این عمل در محل برداشت محصول صورت بگیرد، بازدهی بیشتری خواهد داشت.

1 اسانس، کومارین، فلاونوئید، استرول و 0 / تا 5 برگ ها و گل های این گیاه دارای 5 تانن هستند. اسانس این گیاه دارای خواصی چون آنتی باکتریال قوی، آرام بخش، مسکن سیستم اعصاب مرکزی، دستگاه تنفس و مؤثر در درمان رماتیسم است. یک پیشاب آور ملایم است و خاصیت بادشکن دارد. همچنین با تأثیر بر روده کوچک نفخ

را برطرف می کند. در استعمال خارجی، اسانس آن محرک پوست است. اسانس این گیاه بطور بسیار گسترده در فرآورده های آرایشی و بهداشتی کاربرد دارد.