

مطالعه مردم‌شناختی کاربرد گیاهان دارویی در طب سنتی مطالعه موردی (شهرستان محلات)

مریم عباسی قراچه نرلو*، مریم پهلوان شریف

کارشناس ارشد مردم‌شناسی، پژوهشگاه میراث فرهنگی، پژوهشکده مردم‌شناسی، تهران، ایران

چکیده

سابقه و هدف: از روزگاران گذشته طب سنتی نوعی روش زندگی بوده که ریشه در فرهنگ اقوام و ملت‌ها داشته است. طب سنتی مجموعه‌ی علمی است که در تشخیص و پیشگیری بیماری‌ها به کار می‌رود و از رهگذر گفتار یا نوشتار از نسلی به نسل دیگر انتقال می‌یابد. استفاده از گیاهان دارویی که یکی از اشکال درمان‌های طب سنتی است از هزاران سال قبل از وقوع انقلاب صنعتی و عصر اکتشافات و اختراعات به عنوان یک الگو در درمان بیماری‌های مختلف مورد توجه بوده است. با شروع عصر جدید در پزشکی نوین و کشف داروهای شیمیایی استفاده از طب سنتی و گیاهان دارویی رفته رفته کم رنگ‌تر شد. اما به مرور زمان وقتی انسان با مضرات داروی شیمیایی و ناتوانی آن در پیشگیری و درمان برخی بیماری‌ها آشنا شد توجه دوباره انسان به سمت طب سنتی و گیاهان دارویی جلب شد. امروزه استفاده و کاربرد از گیاهان نیاز به اطلاعات جامع و کامل در مورد شناخت خواص و ویژگی‌های آن دارد. در این رابطه دانش بومی در صورت مکتوب شدن می‌تواند به عنوان راهکاری جهت انتقال و بهره‌گیری کاربرد گیاهان و خواص آن‌ها که توسط مردم محل طی نسل‌های متمادی بارها آزموده و به کار گرفته شده است در اختیار مردم و متخصصین طب سنتی قرار دهد. هدف تحقیق حاضر مطالعه مردم‌شناختی کاربرد گیاهان دارویی در طب سنتی شهرستان محلات است. شهرستان محلات با موقعیت خاص و اقلیمی خود دارای تنوع گونه‌های گیاهان دارویی است که علاوه بر برخورداری از گیاهان دارویی که در مناطق دیگر رویش می‌یابند از گونه‌های گیاهی برخوردار هستند که در مناطق دیگر به صورت ناشناخته است. مردم این منطقه علاوه بر استفاده تغذیه‌ای از آنها، برای درمان بیماری‌های خاصی مورد استفاده قرار می‌دهند.

مواد و روش‌ها: اجرای این پژوهش به روش میدانی - اسنادی از ابزار پرسشنامه، مشاهده همراه با مشارکت و مصاحبه و استفاده از اسناد و کتاب‌ها بوده است. همچنین به وسیله مراجعه و مصاحبه با افراد بومی، نام محلی گیاهان، نحوه برداشت و نوع مصرف این گیاهان، نسبت به تکمیل اطلاعات اقدام شد که به صورت جوشانده، ضماد، دم کرده و چاشنی برای درمان استفاده می‌کردند.

نتیجه‌گیری: بنظر می‌رسد که حفظ تجربیات و جمع‌آوری و مکتوب آن در کنار پیشرفت‌های طب مدرن موجب احیا این علم می‌شود و مطالعات در زمینه گیاه‌شناسی می‌تواند نقش عمده‌ای را برای همگان داشته باشد و اهمیت این علم و کاربرد آن در زندگی انسان به صورتی است که حتی در دانشگاه‌ها و دانشکده‌ها نیز تدریس می‌شود.

کلیدواژه‌ها: طب سنتی، گیاهان دارویی، درمان، دانش بومی.

تاریخ دریافت: تیر ۹۵

تاریخ پذیرش: خرداد ۹۶

مقدمه:

عقل و دانش و به کمک کار و کوشش و به یاری تجارب تلخ و شیرین برای رفع آلام و ناخوشی‌های خود کوشیده است و بی‌تردید اندیشه رفع ناخوشیها و فن پزشکی و درمان به عنوان ابزاری لازم برای حفظ سلامتی انسان همراه و همگام وی بوده است. در گذشته در میان طبقه عامه به علت عدم امکانات و عدم دسترسی به حکیم و پزشک، روش‌ها و طریقه‌های گوناگونی برای درمان بیماری‌ها در پیش گرفته می‌شده است.

از زمان پیدایش بشر تاکنون، دغدغه درمان و غلبه بر بیماری‌ها و حفظ سلامت از مهم‌ترین مولفه‌های جوامع بشری بوده و همواره بشر سعی بر رفع این معضل داشته است. بنابراین در طول تاریخ، انسان با داشتن قوه تفکر و اندیشه در راه‌های مختلف و به شیوه‌های گوناگون کوشید تا در مقابل این مشکل که گریبانگیر او شده بود، مقاومت کند. لذا به پیروی از

سعی نمودند تا دانش خود را در زمینه‌های شناخت و چگونگی استفاده از آنها را افزایش دهند تا بتوانند به نسلی دیگر انتقال دهند. از آنجایی که کشور ما دارای تنوع اقلیمی گسترده‌ای است، گونه‌های گیاهی فراوانی در طبیعت اطراف ما رویش دارند. طبیعت بکر و وجود گیاهان دارویی متنوع در شهرستان محلات باعث شده این منطقه به عنوان یکی از رویشگاه‌های طبیعی به شمار رود. این منطقه سرشار از گیاهان دارویی است که علاوه بر برخورداری از گیاهان دارویی که در مناطق دیگر رویش می‌یابند از گونه‌های گیاهی دیگری برخوردار هستند که در مناطق دیگر به صورت ناشناخته است. مردم این منطقه علاوه بر استفاده از گیاهان به عنوان تامین کننده خوراک، به عنوان دارو و درمان کننده نیز استفاده می‌کنند.

مواد و روش‌ها:

اجرای این پژوهش به روش میدانی- اسنادی از ابزار پرسشنامه، مشاهده همراه با مشارکت و مصاحبه و استفاده از اسناد و کتاب‌ها بوده است. همچنین به وسیله مراجعه و مصاحبه با افراد بومی، نام محلی گیاهان، نحوه برداشت و نوع مصرف این گیاهان، نسبت به تکمیل اطلاعات اقدام شد که به صورت جوشانده، ضماد، دم کرده و چاشنی برای درمان استفاده می‌کردند. بنابراین هدف این تحقیق بررسی شناخت میزان اطلاعات و آگاهی مردم منطقه از گیاهان دارویی و روش-های طب سنتی است و حفظ و احیا دانش بومی مربوط به استفاده از گیاهان دارویی در درمان که با گسترش زندگی شهرنشینی در حال نابودی است.

بنابراین گردآوری داده‌ها در چنین پژوهشی مستلزم حضور در میدان تحقیق و تماس با جامعه مورد مطالعه، توصیف، گردآوری و ثبت اطلاعات از خلال چهارچوب‌های ذهنی افراد محلی بوده است. این پژوهش با استفاده از روش کیفی انجام شده است و بخش عمده داده‌های این پژوهش را یافته‌های شفاهی تشکیل می‌دهد که گردآوری این داده‌ها یکی از اصلی‌ترین رویکردهای روش شناختی در تحقیق کیفی می‌باشد. جهت گردآوری اطلاعات از تکنیک‌های مختلفی

این روش‌ها بیشتر حاصل تجربه پیشینیان بوده که نسل به نسل استمرار پیدا کرده و باقی مانده است. (۱) همین امر سبب شد که بشر برای بقا و بهبود شرایط خود راه کارهای درمانی متفاوتی را با توجه به نوع شرایط آب و هوایی، جغرافیای گیاهان موجود در منطقه اتخاذ کند که همین تلاش طب سنتی را پایه ریزی نمود.

«به تعبیری عمیق‌تر طب سنتی مجموعه‌ای از دانستنی‌های علمی، تجربی و باورهای عامیانه در باب علت بیماری‌ها، شناخت طبایع، شیوه‌های معالجه، ابزار و داروهای گیاهی و غیرگیاهی، اوراد و اذکار و ... را شامل می‌شود و در نگاهی جهانی از زاویه‌ای دیگر طب سنتی شامل اعمال، روش‌ها، دانش و اعتقادات مربوط به سلامتی، ترکیب داروهای گیاهی، حیوانی و معدنی، درمان روحی، فنون و کارهای دستی که به صورت منفرد و یا ترکیبی جهت معالجه، تشخیص و پیش-گیری از بیماری‌ها و یا حفظ سلامتی می‌شود» (۲)

اساس طب سنتی بر روی عمل و مشاهدات و نوشته‌ها و کتاب‌هایی قرار دارد که از یک نسل به نسل دیگر منتقل می‌شوند. بنابراین می‌توان آن را آمیزه‌ای از دانش و شناخت مسائل پزشکی و تجربیات علمی و موروثی و باورهای فرهنگی دانست که در طول تاریخ شکل گرفته‌اند و گسترش یافته‌اند (۳)

درمان‌های طب سنتی شامل دارو درمان (استفاده از گیاهان دارویی، اجزای حیوانی و معدنی) و روش‌های غیر دارویی (مانند طب سوزنی، ماساژ و حجامت) است. در طب سنتی، مباحثی که وابسته به گیاهان دارویی و داروهای گیاهی بوده از بحث انگیزترین و پرجاذبه‌ترین موضوعات مربوط به علوم پزشکی در دهه‌های اخیر بوده است. گستره عقاید در این زمینه هر فرد را دچار شگفتی می‌کند. از سویی افرادی وجود دارند که درمان هر بیماری را در داروهای گیاهی یافته و با این استدلال که داروها منشا "طبیعی" داشته، لذا با بدن "طبیعی" انسان هم‌خوانی دارند از مصرف هیچ گیاهی دریغ نمی‌کنند. (۴) مصرف گیاهان دارویی به قدمت حضور انسان بر روی کره خاک است و تقریباً در تمام اقوام و قبایل، انسان‌ها از گیاهانی که در طبیعت اطراف آنها روئیده‌اند، بهره گرفتند و همواره

منطقه مورد مطالعه

به عنوان جامعه آماری، شهرستان محلات انتخاب شده است. محلات یکی از شهرستان‌های استان مرکزی که از شمال به شهرستان قم، از شمال باختری به شهرستان تفرش، از باختر به شهرستان‌های اراک و خمین، از خاور به شهرستان دلیجان، از جنوب به شهرستان گلپایگان و از جنوب خاوری به بخش میمه اصفهان محدود می‌شود. مرکز شهرستان محلات از نظر جغرافیایی در ۵۰ درجه و ۲۷ دقیقه در ازای خاوری و ۳۳ درجه و ۵۴ دقیقه پهنای شمالی و ارتفاع ۱۷۵۰ متری از سطح دریا واقع شده است. بر طبق سرشماری عمومی سال ۱۳۸۵ دارای ۴۹۲۴۶ نفر جمعیت گزارش شده است. این شهرستان در امر کشاورزی فعال بوده است. در این تحقیق سعی شده است که برخی از مصارف محلی و عامیانه گیاهان دارویی شهرستان محلات مورد بررسی قرار گیرد.

یافته ها و بحث:

کاربردهای گیاهان دارویی

گیاهان نه تنها به مانند خوان گسترده و پر برکت الهی هستند که انسان ها روزی خود را از آنها می گیرند. بلکه می توانند داروی بسیاری از دردها را نیز در خود جای دهند. گیاهان از زمره منابع طبیعی خدادادی و ارزشمندی در تاریخ زندگانی بشر بوده اند. روی آوردن انسان به مواد طبیعی و گیاهی به حکم تجربه و علم و دانش او به منظور کسب خواص گیاهان در تسکین آلام و بهبود بیماری ها بود. استفاده از گیاهان با تاریخ زندگانی انسان هم زمان بوده است. افرادی که در زمینه طب و طبابت کار می کردند، می توانستند در طی تحقیقات خود و یا بر حسب اتفاق به تدریج اطلاعاتی در مورد چگونگی مصرف گیاهان و اثرات درمانی آن در طول سالیان متمادی به صورت تجربه از نسلی به نسل دیگر منتقل دهند. بنابراین انتقال این اطلاعات از دو طریق صورت می گیرد:

از طریق استفاده از کتب قدیم

چون مشاهده، مشاهده همراه با مشارکت، مصاحبه‌های عمیق و غیر رسمی با اطلاع رسانی‌های کلیدی و پرسشنامه مقدماتی جهت ثبت اطلاعات پایه‌ای گیاهان استفاده شده است. همچنین از مطالعات اسنادی جهت تکمیل مطالب نیز بهره گرفته شده است.

جدول شماره ۱: نمونه پرسشنامه جهت جمع آوری اطلاعات

مربوط به گیاهان دارویی در منطقه مورد مطالعه

*نام گیاهان به زبان فارسی:
*این گیاه در چه زمانی دیده می شود؟
*محل رویش این گیاه:
خشک زی آب زی صحرایی کوهپایه باغ جوی آب
*این گیاه تا چه حد در دسترس است:
بسیار در دسترس کم و بیش کمیاب
*چه بخشی از گیاه مورد استفاده قرار می گیرد؟
*این گیاه چه استفاده هایی دارد:
خوراکی - دارویی / خوراکی / دارویی
*این چگونه استفاده می شود:
خام سرخ شده چاشنی خشک انواع غذا دم کردن جوشانده شیره ضماد
*این گیاه اگر خاصیت درمانی دارد برای درمان چه بیماری هایی مفید است و چگونه مصرف می شود؟
*کاربردهای غیر خوراکی این گیاه را بیان نمایید؟

جدول شماره ۲: مشخصات مربوط به افراد بومی پرسش شونده

در منطقه مورد مطالعه

تعداد افراد پرسش شونده					
سطح تحصیلات	بی سواد	سیکل	دیپلم	فوق دیپلم	لیسانس
جنسیت	زن	۳۰	۱۴	۹	۷
	مرد	۱۸	۶	۱۱	۴
محدوده سنی	۵۱-۷۰	۵۰-۶۴	۴۶-۵۲	۳۵-۴۵	۲۸-۴۰

از طرق بیان شفاهی و انتقال سینه به سینه تجربیات در مورد گیاهان گیاهان از جمله عناصر موجود در طبیعت هستند که انسان‌ها آن‌ها را به طور مستقیم از طبیعت به دست می‌آورند. برخی از گیاهان خاصیت دارویی و برخی دیگر خاصیت غیر دارویی دارند.

در محلات، مردم از گذشته‌های دور از منابع گیاهی و گیاهان خوراکی برای تامین خوراک خود استفاده می‌کرده‌اند. همه ساله با شروع فصل بهار، انواع گیاهان خوراکی و دارویی شروع به رشد و نمو می‌کنند و سفره‌های خانوارهای این منطقه با انواع غذاهای تهیه شده از این نوع سبزی‌ها رنگین می‌شود. البته تشخیص اینکه کدام گیاه خوردنی است و کدام گیاه خوردنی نیست در میان فرهنگ‌های مختلف به نحو چشم گیری تفاوت دارد. زیرا بسیاری از گیاهان شاید در یک جامعه خوردنی نباشد اما همان گیاه در جامعه و فرهنگ دیگر خوردنی به شمار رود. اما با توجه به شرایط اقلیمی این منطقه، گیاهان خوراکی و دارویی فراوانی در این منطقه رشد می‌کنند و از آنجا که بین زندگی روستایی و طبیعت رابطه تنگاتنگی وجود دارد، افراد از دیرباز موفق به کشف خاصیت درمانی و نیز خوراکی این گیاهان گشته و اطلاعات آنها در این زمینه از قدیم تا به امروز باقی مانده است. از طرفی گیاهانی دیگر در این منطقه یافت می‌شود که خاصیت خوراکی را ندارد. این گیاهان اکثرا به صورت علف‌های هرز و خارها می‌باشند که کشاورزان منطقه در فصل زمستان برای خوراک دام و برای سوخت استفاده می‌شود.

چگونگی تهیه داروهای گیاهی

تجربه ارزشمند گذشتگان جستجوگر ما نشان می‌دهد که هر دردی را درمانی و هر درمانی دارویی است. دم کردن، جوشاندن و تهیه شیره و تهیه نرمه و ضماد از روش‌های شناخته شده در طب سنتی است که اثر گیاهان دارویی را به شکلی ثمر بخش نمایان می‌سازد:

دم کردن گیاهان

یکی از روش‌های آماده کردن گیاهان دارویی که در این منطقه رشد کرده و توسط اهالی بومی مورد استفاده قرار می‌

گیرد، دم کردن گیاهان است. در این عمل مقداری از قسمت مورد نظر گیاه را که ممکن است ریشه ساقه، برگ، گل یا دانه، پوست گیاه باشد را به مقدار مورد نظر که معمولا بر حسب نوع بیماری و شدت بیماری متغیر می‌باشد را به همراه یک تا دو لیوان آب به داخل قوری ریخته و بر روی حرارت غیر مستقیم، گذاشته و به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه بعد مخلوط دم کشیده و استفاده می‌کنند.

جوشاندن گیاهان دارویی

جوشاندن نیز یکی دیگر از روش‌های تهیه گیاهان دارویی جهت درمان بیماری‌ها می‌باشد. در این روش نیز مقداری از قسمت مورد استفاده گیاه را که ممکن است ریشه، ساقه، برگ، گل، دانه باشد را به صورت تازه خشک کرده (تا بتوان از آن در فصل کمیاب و یا نایاب جهت درمان مورد استفاده قرار گیرد) را با آب جوش مخلوط نموده و بر روی حرارت می‌گذارند تا بجوشد. جوشانده به دست آمده را پس از مدت بیست دقیقه توسط الک صاف کرده و جهت معالجه امراض به بیمار خوراند می‌شود.

تهیه عصاره گیاهان

در این روش گیاه مورد نظر را که حتما می‌بایست تازه باشد را به مقدار یک تا دو مشت را داخل هاون سنگی که در منازل اهالی بومی منطقه یافت می‌شود. ریخته و کوبیده، پس از کوبیدن، عصاره و آب گیاه از آن جدا شده و توسط تنظیف تفاله گیاه را فشرده تا آب آن از گیاه کوبیده شده گرفته شود.

تهیه شیره گیاهان

یکی دیگر از روش‌های تهیه و آماده کردن گیاهان دارویی جهت درمان است. برای تهیه شیرابه گیاهان دارویی، باید گیاه تازه را در هاون به خوبی کوبیده و سپس آن را در داخل یک پارچه تمیز فشرده تا شیرابه از آن خارج شود. از مزایای این شیوه در آن است که شیره گیاه را برای مدت طولانی می‌توان در جای خنک نگهداری کرد.

تهیه نرمه گیاه

جهت تهیه نرمه گیاه، ابتدا می‌بایست گیاه مورد نظر خشک کرد. سپس خشک شده گیاه را در هاون‌های سنگی کوبیده شود تا گیاه کاملا به صورت پودر شده و خاکه در آید. نرمه

در این بخش به شیوه های درمان که در آن از گیاهان استفاده می شود، اشاره می کنیم:

اسفند: گیاهی علفی، پایا که تا ارتفاع ۵۰ سانتیمتر می رسد. دارای ریشه های رونده کوتاه، ساقه راست و منشعب و صاف، در قاعده چوبی می گردد. درمانگران این منطقه، اسپند، سیاه-دانه، میخک، پوست گردو و پسته را مخلوط و به صورت ضماد برای درمان روماتیسم استفاده می کنند. برگ تازه اسفند برای عقرب زدگی استفاده می شود. برای هضم غذا دانه های این گیاه را کوبیده و در آب حل می کنند و می خورند.

برای ضد عفونی خانه، هر روز مقداری اسپند دود می کنند. بر این باورند که دود کردن اسپند در خانه باعث دفع اجنه نیز می شود. برای درمان گوش درد، دود سیگار، موی بز و اسپند را دود داده، دود حاصل از آن را به گوش می رسانند. جهت رفع چشم زخم اسپند را دود داده، تار نخی از لباس و یا مژه شخصی که شور چشم است، جدا نموده (البته بدون آن که فرد بداند)، با اسپند دود می دهند. دانه های اسپند را به اشکال سه-گوش یا چهارگوش رنگین درست کرده و از آستانه در آویزان می کنند.

از ضماد دانه اسفند برای کمپرس در کوبیدگی و زخم استفاده می شود. مصرف دانه های اسفند در دوران بارداری منع شده است» (۵)

آرتیشو: گیاهی است چند ساله دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن به حدود یک متر می رسد. برگ های آن پهن و دراز مانند برگ های کاهو است که به رنگ سبز تیره است. در گویش محلاتی آن را کنگر می نامند. این گیاه به دلیل نقش کمکی در هضم مواد غذایی مورد توجه قرار گرفته است. سرگل های این گیاه به عنوان سبزی مصرف می شود که برای دستگاه گوارش مقوی بوده و به هضم مواد غذایی کمک می کند. ضماد کنگر برای خوشبو کردن عرق استفاده می شود. جوشانده ریشه این گیاه تب بر است و لرز را از بین می برد. از ضماد این گیاه برای درمان ترک دست و پا استفاده می شود. آب این گیاه برای درمان خونریزی معده این گیاه تجویز می شود. جوشانده این گیاه برای معالجه رعشه بسیار موثر است. خوردن این گیاه برای درمان روماتیسم

گیاه مورد نظر به شکل های مختلف جهت درمان مورد استفاده قرار می گیرد. ممکن است نرمه گیاه به صورت مستقیم بر روی محل و موضع قرار گیرد و یا به صورت دم کرده و به صورت جوشانده مورد استفاده قرار گیرد و یا می توان نرمه گیاه را به همراه سایر گیاه دارویی و یا به همراه آب به صورت خمیر در آورده و بر روی موضع قرار داد.

تهیه ضماد گیاه

برای تهیه ضماد از گیاهان دارویی، ابتدا باید گیاه خشک را دم نموده و سپس آن را صاف کرده و به صورت کمپرس مورد استفاده قرار داده شود. در مواردی که کمپرس مرطوب تجویز شده است باید گیاه دارویی را در داخل کیسه پارچه ای کرده و آن را در آب جوش قرار داده و به صورت کمپرس مورد استفاده قرار گیرد. اما اگر کمپرس گرم و خشک توصیه شده است باید گیاه خرد شده را در داخل کیسه پارچه ای نمود و خشک خشک حرارت داده و به صورت کمپرس روی عضو قرار گیرد.

ابزار و وسایل جمع آوری گیاهان دارویی

در این منطقه ابزار و وسایلی که برای جمع آوری گیاهان مورد استفاده قرار می گیرند به شرح زیر می باشند:

داس: این ابزار در اندازه های مختلف و برای جمع آوری گیاهان دارویی مورد استفاده قرار می گیرد. از این ابزار برای جمع آوری گیاهانی استفاده می شود که ریشه آنها مورد استفاده نمی باشد.

چاقو: یکی از وسایل عمده در جمع آوری گیاهان چاقو است و در مورد گیاهانی که ساقه ضخیم ندارند مورد استفاده قرار می گیرد.

سیخ: این ابزار در مواردی که لازم است گیاه از ریشه بیرون آورده شود مورد استفاده قرار می گیرد. با این وسیله خاک اطراف ریشه گیاه را کنار زده و بعد با احتیاط گیاه را در می آورند.

بسیار مفید است. ضماد این گیاه بر روی سر مانع از ریزش مو می شود.

این گیاه برای درمان زخم های عمیق کاربرد دارد. پاشیدن پودر کنگر خشک شده باعث درمان زخم و قطع شدن خونریزی می شود. برای درمان زخم روده، پودر کنگر خشک شده را با پودر بلوط کوبیده و مخلوط کرده و هر روز به صورت ناشتا مصرف می کنند. کنگر خواب آور خوبی است. از ساقه این گیاه برای درمان و کاهش اوره خون استفاده می شود.

مالیدن ضماد با عصاره آن برای رفع چربی مفید است. (۶)
 آنغوزه: آنغوزه گیاهی است طبی که درمانگران بومی این گیاه را در ارتفاعات منطقه یافت می کنند. این گیاه ساقه بلندی دارد. درمانگران برای استفاده از شیره آن، ساقه آن را کمی خراش می دهند، شیرابه ساقه در چند مرحله قابل برداشت است، شناسایی بوته های قابل بهره برداری که از اوایل بهار شروع می شود. مرحله پلاسیدن (پیچاندن برگ ها)، اواخر اردیبهشت ماه که مرحله شادابی برگ ها سپری شده برگ های آنغوزه را پیچانده و بر روی محل خروج شیره برگردانده سنگی روی آن قرار می دهند. تا برگ ها به همین حالت خشک شوند. هدف از این مرحله این است که شیرابه تولید شده در برگ ها به ریشه برگردد. مرحله کشتن، برگ های خشک شده را کنار زده و با تیشه مخصوصی اطراف یقه را به عمق ۱۰-۱۵ سانتی متر خالی می کنند و سپس با وسیله مخصوصی الیاف یقه را برداشت و پاک می نمایند. سپس مقدار خاک نرم روی ریشه و یقه گیاه می ریزند و برگ ها را روی محل بوته قرار می دهند تا ریشه در معرض نور مستقیم خورشید قرار نگیرد. بعد از مرحله کشتن با بیلچه خاک را کنار زده منطقه یقه را نمایان می کنند و سپس به وسیله کاردک مخصوص برشی به ضخامت ۱-۱/۵ سانتی متر به صورت مقطعی و در قسمت فوقانی ریشه زده می شود. سپس مقداری از همان برگ ها را با استفاده از سایر بوته های مجاور و در محل زخم قرار می دهند تا ریشه در معرض نور خورشید قرار نگیرد. چند روز پس از تیغ زدن، برگ ها و خاشاک را کنار زده و سپس با کاردک شیرابه را جمع آوری می کنند. از شیرابه این گیاه برای درمان دندان درد، دل درد، معده درد و زخم

استفاده می شود. جوشانده این گیاه برای درمان بیماری های درد استخوان مفید است. این گیاه اگر با عسل مخلوط و به چشم مالیده شود برای تقویت بینایی چشم مفید است. اگر در روغن زیتون جوشانیده شود و چند قطره از آن را در گوش ریخته شود برای تسکین درد گوش و کاهش کری کهنه و رفع طنین و صدا در گوش مفید است. اگر بر دندان کرم خورده گذارده شود درد آن را تسکین می دهد. اگر با زرده تخم مرغ خورده شود برای تسکین سرفه خشک موثر است.

بلوط: ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می رسد. برگ های درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می باشد. مردم این منطقه برای درمان اسهال از جوشانده پوست بلوط استفاده می کنند. و اگر اسهال بسیار شدید باشد آن را همراه با ماست می خورند. مصرف میوه خرد شده بلوط همراه با عسل و آب را نیز برای بند آوردن اسهال مفید دانسته اند. این گیاه برای درمان بواسیر مورد استفاده قرار می گیرد. بدین طریق که بلوط را تفت داده را به صورت آرد در می آورند بعد از آن یک قاشق چایخوری از آن را در یک لیوان آب جوش ریخته و به صورت دم کرده می خورند. از جوشانده پوست این گیاه برای شستشو و درمان خونریزی بینی استفاده می شود. محلول گرد شاخه های جوان بلوط را برای رفع ترشحات داخلی استفاده می کنند. در این منطقه برای ضد عفونی کردن چشم از سرمه ای که از پوست رویی بلوط تهیه می شد، استفاده می کردند.

بارهنگ: گیاهی علفی و خودرو به ارتفاع ۱۰ تا ۴۵ سانتی مترو بدون ساقه، می باشد. ریشه، برگ و دانه گیاه اثر نرم کننده دارد و از آنها به عنوان تصفیه کننده خون، آرام کننده و رفع تحریکات در دستگاه هضم، رفع ناراحتی های آسم مرطوب استفاده می شود. جوشانده آن برای درمان سرماخوردگی و رفع گرفتگی صدا مفید است.

- دم کرده تخم بارهنگ زخم های دستگاه گوارش را التیام می بخشد، سینه را نرم می کند، برای درمان ناراحتی های ریه و آسم موثر است و تقویت کننده کلیه، کبد و طحال می باشد.

- برگ تازه بارهنگ که چند ساعت در آب جوشانده شود ، اگر بر روی زخمهای باز گذارده شود نه تنها زخمها را از خطر آلودگی حفظ می کند بلکه سرعت التیام آنها را باعث می شود .
- برگ تازه و له شده بارهنگ اگر در محل خارش و تحریکات پوستی یا سوختگی سبک قرار داده شود در رفع ناراحتی های مذکور مفید ظاهر می شود .

وسط یک پیاز را خالی می کردند و تعدادی از دانه ها را داخل آن می ریختند، سپس در آن را با یک نکه چوب نازک می بستند و آن را داخل تنور قرار می دادند تا خوب پخته شود سپس آن را بیرون آورده و پس از سرد شدن روی دمل می گذاشتند تا چرک از آن خارج شود .

بنگ دانه: این گیاه دارای خاصیت ضد تشنج و آرام کننده و مخدر بوده . از این جهت است که افراد معتاد هنگام عدم دسترسی به مواد مخدر دانه های این گیاه را پودر کرده و در خمیرنان گذاشته فرو می برند و به حالت نشاط در می آیند . این گیاه بازکننده مردمک چشم بوده و خواب آور نیز هست و افرادی که به عللی نمی توان برای آنان مرفین تجویز نمود مانند بعضی بیماران عصبی و اختلالات دماغی از این گیاه استفاده می گردد . در سرفه های تشنجی ، دردهای عصبی ، نقرس ، ، حمله ، ترس ، هیجانانگ و بی خوابی می توان از این گیاه استفاده نمود . برای تسکین دندان درد ، تعدادی از دانه های گیاه را می جوند . هنگام بروز گل مژه صورت را با آن بخور می دهند . «بنج مخدر است و به وسیله تخدیرش درد ضربانی را آرام بخشد و خونریزی را باز دارد . مخلوط آن با عسل آب درد نقرس را تسکین می دهد . افشره و تخم آن مسکن درد گوش و درد چشم است . بنگ خواب آور است . ضماد برگ آن بر آماس های پستان می گذارند . بنگ سمی است که عقل را موشوش می کند ، فراموشی آورد و دیوانگی در پی دارد» (۷) .

پنیرک: برای رفع امراضی چون عفونت ، نازایی ، قند ، فشارخون ، سینه درد ، زخم ، دل درد ، کمردرد بسیار مفید است . میوه آن را با نوعی انگور وحشی برای سینه درد دم می کنند و کوبیده برگ آن را روی زخم می گذارند . عرق آن را می گیرند و به صورت خشک نیز مصرف می کنند . معتقدند مواد آن مانند پنی سیلین است . از این گیاه برای درمان اسهال خونی استفاده

می شود . ضماد برگ های این گیاه برای آگزما که نوعی ناراحتی پوستی است موثر است . از این گیاه برای رفع کم خوابی استفاده می شود . گذاشتن این گیاه همراه عسل باعث برطرف شدن پینه های دست و پا می شود . ضماد این گیاه بر روی پوست باعث برطرف شدن خشکی پوست می شود . مخلوط کوبیده دو گیاه پنیرک و ختمی برای معالجه زکام مصرف می شود . جوشانده این گیاه برای رفع سنگ کلیه مفید است . ضماد این گیاه جهت درمان سوختگی با آتش مفید است . دم کرده این گیاه باعث ازدیاد شیر مادر می شود . برای سلامتی در کوکو و آش نیز استفاده می شود . جوشانده این گیاه برای هضم غذا استفاده می شود . از این گیاه به صورت جوشانده برای کاستن درد پا و دفع دل درد و تب استفاده می شود .

پونه: پونه معطر متعلق به خانواده ی نعناع و به شکل بوته های کوتاهی در روی زمین می روید و ساقه مستقیم آن تا ۳۰ سانتیمتر هم رشد میکند ، این گیاه برای دفع حشرات و تسهیل هضم کاربرد دارد . برگ های پونه برای ایجاد طعم و مزه ، درست کردن چای و به عنوان ادویه استفاده می شود . دم کرده پونه و عرق آن را برای دل درد و رفع باد معده ، هضم غذا ، تهوع ، اسهال و سکسکه استفاده می کنند . برگ پونه به دلیل طبع گرم برای استخوان درد استفاده می شود . از گل پونه برای معطر کردن ماست یا دوغ استفاده می شود . پودر پونه برای درمان دل دردهای زن زائو کاربرد دارد . برای درمان گلودرد پونه را جوشانده و به صورت ضماد بر روی گردن می مالند . آب ، آرد و دم کرده پونه را خمیر کرده و بر دهان می بندند تا چرک دندان خارج شود . برای درمان سل دم کرده پونه و کاکوتی را می نوشند . اگر فردی دچار گرمزدگی شود تن او را با پونه می شویند تا بهبود یابد .

«پونه و عرق حاصل از تقطیر با بخار آب آن ، به عنوان برطرف کننده نفخ و دردهای معدی مصرف سنتی دارد . به علاوه پونه دفع کننده حشرات است و اثر آرام بخشی دارد» (۸) .
پیاز کوهی: پیاز و شلغم را پخته و در هنگام گوش درد بر روی محل می گذارند . برای درمان تب شدید ، پیاز را در روغن حیوانی سرخ کرده و به بدن بیمار می مالند یا یک پیاز کامل را

خارشتَر: خارشتَر گیاهی است علفی و چند ساله. دارای شاخه‌هایی انبوه و در هم، ساقه سبز رنگ است. از این گیاه برای رفع رودل کودکان استفاده می‌شود. مخلوط این گیاه با عناب، شیرخشت و گل بنفشه به صورت دم کرده برای درمان زردی استفاده می‌کنند. این گیاه را دود داده در درمان آبله استفاده می‌کردند. خارشتَر را جوشانده، آب آن را برای نرم کردن شکم مصرف می‌کنند. جوشانده این گیاه و گل بنفشه را برای سرماخوردگی مصرف می‌کنند، مدر و مسهل، برای سینه بسیار خوب و جوشانده آن معرق و مالیدن روغن برگ‌های آن برای روماتیسم خیلی نافع و گل‌های آن برای بواسیر بسیار مفید است. عرق خارشتَری برای رفع سنگ کلیه مفید است. خارشتَر و کاکل ذرت را مخلوط و دم می‌کنند و برای درمان قند خون به مصرف می‌رسانند. خاری از گیاه خارشتَر را برای چند روزی بر روی زگیل قرار می‌دهند. ترنجبین را برای درمان یرقان و به عنوان غذای مفید برای زائو مورد استفاده قرار می‌دهند. امروزه ترنجبین را از عطاری تهیه می‌کنند. شیرینی این گیاه به قدری است که قبلاً به جای قند یا نبات برای شیرین کردن داروها به کار می‌رفته است.

همچنین از این گیاه «به عنوان نرم‌کننده سینه و خلط‌آور به کار برده می‌شود» (۱۰).

«خوردن ترنجبین برای بیماران مبتلا به حصیه، اسهال خونی، بواسیر و خون‌ادراری و آبله جایز نیست. ترنجبین برای طحال و اشخاص گرم مزاج مضر است» (۶).

ختمی: گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می‌رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می‌باشد پوشیده شده است. این گیاه برای درمان درد سینه و سرفه، بیماری‌های پوستی، سرماخوردگی مفید است. حرارت بدن را با جوشانده گل ختمی تنظیم می‌کنند. از دم کرده این گل برای رفع سینه درد می‌خورند. دم کرده این گیاه با پونه برای رفع آسم استفاده می‌شود. گل ختمی را کوبیده با شیر زن مخلوط کرده و برای رفع چشم درد به موضع می‌مالند. ریشه‌های این گیاه در این منطقه جهت درمان زخم‌های عفونی، دررفتگی مفاصل و رگ به رگ شدن پا و نیز در شکسته‌بندی برای بهبود سریع‌تر و جوش خوردن سریع

روی آتش می‌پزند و به بیمار می‌خورانند. پیاز را دو نیمه کرده و بر روی زخم چرکی یا بریدگی می‌گذارند. پیاز و بیضه گوسفند را جوشانده و برای رفع سستی کمر (شب ادراری) مصرف می‌کنند. آب پیاز را برای درمان سوختگی بر روی موضع می‌گذارند. برای درمان گل‌مژه پیاز پخته را روی آن می‌گذارند. برای درمان زکام، پیاز پخته یا برشته را به بیمار می‌دهند. همچنین به عنوان سبزی خوراکی به فراوانی در منطقه مصرف می‌گردد. نوعی پیاز که در منطقه رشد می‌کند و به آن پیاز کوهی می‌گویند را کوبیده و برای درمان روماتیسم به صورت موضعی استفاده می‌کنند. این پیاز به صورت خوراکی در تهیه آش و پلو استفاده می‌شود و برای آن خواص زیادی قائل هستند. پیازکوهی را خرد می‌کنند، نمک می‌زنند تا زرد نشود. در روش دیگری آن را با نمک آن قدر می‌سایند که آب بیندازد و مثل رشته شود. سپس روی طناب خشک می‌کنند و در سایر فصول آن را سرخ کرده درون دمی یا اشکنه می‌ریزند. آن را اکثراً با تخم مرغ و قارچ کوهی می‌خورند.

پیاز پخته نرم‌کننده و برطرف‌کننده ناراحتی‌های عادی سینه است. صرف مداوم پیاز پخته ترشحات دستگاه هضم را منظم می‌کند، اشتها را زیاد کرده و ناراحتی‌های ناشی از نفخ و دل‌درد را درمان می‌کند. پیاز اثر کم‌کننده فشار خون دارد. در استعمال خارجی، له شده پیاز جهت رفع عدم دفع ادرار در زیر شکم اثر داده می‌شد. شیر تازه پیاز را اگر در گوش بچکانند، ناراحتی ناشی از صداهای مبهم در گوش را برطرف می‌کند. در محل گزش زنبور درد را به‌طور محسوس تسکین می‌دهد» (۹).

ثعلب: در گذشته جهت تقویت کودکان همراه شیر به آن‌ها می‌دادند، جهت درمان رعشه (تشنج) از ثعلب به صورت دم کرده می‌توان استفاده کرد، برای درمان سرماخوردگی به صورت دم کرده استفاده شود، جهت رفع کم‌خونی از دم کرده ثعلب می‌توان استفاده کرد. از دم کرده این گیاه برای رفع خستگی نیز استفاده می‌شود. مالیدن آرد این گیاه برای موقوی بوده و از ریزش آن جلوگیری می‌کند. در این منطقه باور دارند که چنانچه زنان نازا برگ ثعلب و زعفران و کمی مشک را ساییده و حمول کنند ممکن است زن نیز آبستن شود.

آیورودا به عنوان ضد ورم استفاده می شده است. مردم این منطقه برای تسکین درد دندان جویدن آن را مفید می دانند. ساقه زیرزمینی این گیاه به رنگ لیمویی مخلوط با برگ های آن برای معالجه اضافه وزن و چربی زاید بدن خورده می شود. زردچوبه و پی بز را در هنگام کورک زدگی بر روی موضع می مالند. زردچوبه و تخم مرغ را در محل در رفتگی مالیده و با پارچه ای می بندند. با ساییده زردچوبه، خاکه قند و روغن مرهمی تهیه کرده و برای درمان بر روی زخم می گذارند. چوب زردچوبه و زاغ را خیسانده و می چلانند و برای درمان چشم می ریزند. به عنوان ادویه در غذا استفاده می شود. در زخم هایی که به دنبال شکستگی در سر ایجاد می شود، یک تکه موی سر یا پشم گوسفند یا بز را سوزانده، پودر کرده و در داخل زخمی که خونریزی کرده می گذارند. سپس با روغن زرد و زردچوبه مکرراً آن را چرب می کنند.

زرشک: زرشک درختچه ای است خاردار به ارتفاع ۱ تا ۳ متر و دارای شاخه های شکننده است. دارند. آنچه از نظر درمانی قابل ارزش است پوست ثانوی ریشه و ساقه می باشد که اثر ضد عفونی کننده دارند. در این منطقه درمانگران زرشک، ریشه کاسنی، شاه تره را جوشانده و در سرماخوردگی به کار می برند. زرشک کوهی هسته دار را در آب جوشانده و برای درمان اسهال استفاده می کنند. ریشه درخت زرشک را جوشانده و در کوفتگی استفاده می کنند. جوشانده زرشک را در هنگام شب ادراری به کمر و زیر ناف می مالند. زرشک را برای درمان زردی به کار می برند. میوه زرشک صاف کننده خون، کم کننده فشار خون می باشد. همچنین دم کرده برگش برای برطرف کردن ترک لب مورد استفاده قرار می گیرد. زرشک را دم کرده و له می کنند. سپس آبش را می گیرند. آب یا میوه اش را در آش می ریزند. جوشانده زرشک برای درمان آسم استفاده می شود. درمانگران بومی ریشه درختچه زرشک را در آب می جوشانند تا شیر غلیظی از آن به دست آید. شیر به دست آمده را بر روی یک پارچه می مالند و پارچه را در محل شکستگی قرار می دهند.

زیره کوهی: با توجه به خواص درمانی آن، از زیره در معالجه بیماریهای مختلف مانند ضعف عمل دستگاه هضم، نفخ

استخوان و همچنین جهت درمان نازایی، کاهش خونریزی و رفع عفونت های رحمی در ناحیه زیرشکمی مورد استفاده موضعی قرار می گیرد. دم کرده این گیاه برای برطرف کردن بیماری های مثانه استفاده می شود. ریشه گل و برگ این گیاه برای معالجه زکام مورد استفاده قرار می گیرد. ضماد مخلوط این گیاه و سرکه خمیری درست می شود که برای درمان سر درد روی سر و پیشانی موثر است. استفاده از این گیاه برای درمان شوره سر مفید است. برای برطرف کردن لک و پیس از مخلوط این گیاه با جوش شیرین و مالیدن آن بر روی موضع استفاده می کنند. برخی نیز برای درمان دمل چرکی، گل ختمی را در آب خیس می کنند تا به لعاب بیافتد، سپس لعاب را بر روی دمل می گذارند و با دستمال روی آن را می بندند.

ریواس: گیاه ریواس از گذشته دور تا به امروز بعنوان گیاه خوراکی و دارویی از کاربردهای فراوانی برخوردار بوده است. بخش خوراکی ریواس همان ساقه های گل دهنده گیاه است که همزمان با باز شدن گلها به مصرف می رسند. ساقه ها در این مرحله ترد و تازه بوده و توسط روستاییان جمع آوری و وارد بازار می گردند. خام خواری ریواس متداول ترین نوع مصرف این گیاه معجزه گر است. از ساقه های آن در تهیه انواع خورشت ها، کمپوت، مربا و شربت استفاده های فراوان می شود. ریواس دارای ویتامین های A و C فراوان می باشد. بهترین شیوه مصرف ریواس، گرفتن آب ریواس است. آب ریواس هم به صورت جدا و هم به صورت مخلوط با آب هویج، کرفس، خیار و سیب استفاده می نمایند ریواس به علت خاصیت اسیدی، برای پاک کردن ظروفی که آثار سوختگی مواد غذایی در آنها به جای مانده باشد، مورد استفاده قرار می گیرد. از برگ های ریواس می توان به عنوان حشره کش موثر برای دفع حشرات به کار برد.

شربت ریواس مفرح، مقوی معده و روده، اشتها آور و جلوگیری از استفراغ است. ریواس علاوه بر مصرف خوراکی در طب سنتی در موارد درمان یبوست، یرقان و نارسائی کبد و درمان سرطان مورد استفاده قرار می گیرد. (۱۱).

زردچوبه: زردچوبه از قدیم به عنوان هضم کننده غذا و صرفاً آور مصرف می شده. زرد چوبه از زمان قدیم در طب

، تاخیر وقوع قاعدگی زنان جوان، ضعف اعصاب و غیره استفاده بعمل می‌آید. از این گیاه برای درمان دل درد استفاده می‌شود. زیره را همراه با گوشت می‌کوبند که برای درمان کوفتگی مفید است. از این گیاه برای رفع اسهال و سینه تنگی نیز استفاده می‌شود. خوردن این گیاه باعث برطرف شدن اختلالات قاعدگی می‌شود. مخلوط زیره با روغن زیتون برای بادهای معده کودکان بسیار مفید است. دم کرده این گیاه برای درمان برطرف کردن بوی عرق استفاده می‌شود. از مخلوط مغز گردو و زیره و عسل خمیری به دست می‌آید که برای برطرف کردن درد پا از آن استفاده می‌شود. چکاندن عصاره این گیاه برای درمان درد چشم موثر است. ضماد مخلوط زیره و مرزه و بابونه برای درمان درد دندان بسیار مفید است. خوردن مخلوط زیره و کمی قند برای درمان شکم موثر است. از گرد زیره به عنوان ادویه و چاشنی، در تهیه برخی اغذیه مانند سوپ، نان، پنیر و غیره استفاده بعمل می‌آید. اسانس زیره در تهیه صابون‌های عطری و در قنادی مصرف دارد

سیرکوهی: سیر و نمک را در هنگام دندان‌درد به صورت موضعی مصرف می‌کنند. برای درمان هاری، تنظیم چربی خون و نیز تنظیم عملکرد دستگاه گوارش مورد استفاده قرار می‌گیرد. سیر را کوبیده و آب آن را گرفته و سپس پنبه‌ای را به آب آن آغشته کرده و در هنگام گوش درد داخل گوش قرار می‌دهند. از سیر برای فشارخون استفاده می‌شود. به صورت خام برای درمان روماتیسم می‌خورند. مقداری سیر را کوبیده و با روغن حیوانی مخلوط نموده، سپس روی زخم قرار می‌دهند. برای درمان طبع صفراوی سیر و ماست را با هم مخلوط کرده مصرف می‌کنند. برای درمان سردرد سیر را کوبیده و به پیشانی می‌مالند. گوش درد، سیر را داغ کرده و داخل لاله گوش می‌گذارند. برای درمان اسهال دوغ و سیر را مخلوط کرده و به شخص می‌خورانند. برای درمان روماتیسم سیر کوبیده شده را روی موضع درد می‌گذارند. سیر را کوبیده و بر روی میخچه می‌گذارند. برای درمان زردی، سیر را نخ کشیده و به گردن می‌آویزند.

جهت تسکین درد دندان سیر رنده شده را با کره مخلوط کرده و در محل ضایعه قرار می‌دهند و نیز جهت درمان ریزش

مو مقداری سیر کوبیده را با ماست مخلوط کرده و به سر می‌مالند.

«سیر اثر ضد عفونی کننده، ضد باکتری، هضم کننده غذا، اشتها آور، صفرابر، خلط آور، نیرو دهنده، دفع کرم و کم کننده فشارخون دارد. اثر ضد سرطان و معالج بیماری قند نیز دارد. در استعمال خارجی اثر از بین برنده التهاب و التیام دهنده زخم جراحات را دارد. در زمان قدیم از سیر برای پیشگیری از انتقال بیماری‌های واگیردار مانند وبا، تیفوس، حصه و غیره استفاده می‌کردند. سیر در رفع اسهال‌های ساده، دیسانتری، ورم عصبی روده، سوء هضم، سنگینی معده موثر است. ضماد سیر در درمان روماتیسم مفصلی مفید است. زیاده روی در مصرف سیر علاوه بر بوی بد آن، باعث سردرد، تشنگی زیاد، ضعف بینایی می‌گردد» (۹).

شاهتره: شاهتره گیاهی و علفی و دارای ساقه نسبتاً قوی است. برگ‌های کم و بیش سبز همراه با بریدگی‌های نازک، باریک و کوتاه دارد. گل‌های آن سفید و به ندرت صورتی است (۱۲). این گیاه را خوب پخته و کاملاً له می‌کنند، سپس با مقداری ماست مخلوط کرده و روی زخم بسته تا التیام پیدا کند. عرق شاه تره را برای گرمی می‌خورند و پودر آن را برای جلوگیری از گرمادگی به پوست می‌زنند. دم کرده شاه تره برای رفع سردرد و تب استفاده می‌کنند. شاه تره پخته شده را با حنا برای درمان دید بهتر چشم استفاده می‌کنند. جهت رفع خارش عرق شاهتره را می‌خورند. شاهتره و چند گیاه دیگر را کوبیده و مانند حنا بر روی سر می‌مالند که برای درمان کچلی مفید است. دم کرده شاهتره، ریشه کاسنی، و چند گیاه دیگر را در درمان زردی استفاده می‌کنند. برای رفع میگرن گیاه را در کاغذ پیچیده و مانند سیگار می‌کشند. همچنین خوردن این گیاه برای رفع مسمومیت موثر است.

شاه تره زیادکننده ادار، ملین و پایین آورنده فشار خون است. در خونریزی ناشی از ازدیاد فشارخون، خوردن عرق شاه تره با کنترل فشارخون موثر است. مصرف خوراکی یا موضعی عرق شاه تره ضد آلرژی است و در آگزمای مزمن موثر است. شاه تره تعداد گلبول قرمز را کاهش داده و خاصیت چسبندگی و انعقاد خون را می‌کاهد. بنابراین برای تصفیه خون

و رقیق کردن خون بیماران تجویز می‌شود. لذا در بیماران کم-خون نباید استفاده گردد. در مصرف فرآورده‌های شاه‌تره نباید زیاده‌روی شود» (۲).

«عرق شاه‌تره برای التیام جراحات کام دهان و زبان و استحکام لثه و ضماد آن با حنا برای معالجه جرب و خارش پوست موثر است. شاه‌تره مضر ریه است از این نظر باید با کاسنی خورده شود. مخلوط عصاره کاسنی، عصاره شاه‌تره، سکنجبین و عسل برای رفع اختلالات کبدی و تب‌های نوبه‌ای بدون آن‌که عارضه‌ای برای ریه داشته باشد» (۶)

کاسنی: کاسنی را دم کرده و برای درمان دل‌درد همراه با نبات مصرف می‌کنند. کاسنی را به‌عنوان ضد یرقان، دل‌درد و برای قلب مفید دانسته‌اند. عرق کاسنی، ترنجبین، شاه‌تره و گشنیز را دود داده و در درمان آبله استفاده می‌کردند. کاسنی، گل‌گاوزبان، عناب را دم کرده و در سرماخوردگی استفاده می‌کنند. کاسنی را سردی دانسته، آن‌را خیسانده و به‌عنوان تب-بر استفاده می‌کنند. کاسنی را جوشانده سپس کوبیده و بر دهانه رحم می‌گذارند. این نحوه درمان برای باروری و فرزندآوری موثر واقع می‌شود. ریشه کاسنی را جوشانده و در درمان سرماخوردگی استفاده می‌کنند. دم کرده این گیاه برای افرادی که دچار آبله شده‌اند موثر است. از این گیاه برای بند آوردن اسهال استفاده می‌شود. برای درمان بواسیر از ضماد این گیاه استفاده می‌شود. خوردن تخم کاسنی برای درمان تنگی نفس مفید است. برای درمان خونریزی‌های ریه از این گیاه استفاده می‌شود. ضماد این گیاه برای درمان چشم درد تجویز می‌شود. ضماد ریشه برگ این گیاه همراه با آرد جو برای درمان درد مفاصل مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای درمان افرادی که دچار تشنج می‌شوند مورد استفاده قرار می‌گیرد بدین طریق که ریشه کاسنی را بعد از خشک شدن آن را دود کرده و در مقابل بینی بیمار قرار می‌دهند و بیمار دود را چندین بار استنشام می‌کند درمانگران اعتقاد دارند که با این کار این بیماری درمان پیدا می‌کند.

گزنه: گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می‌رود.

این گیاه در خرابه‌ها، باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می‌کنند بحالت خودرو می‌روید. ریشه این گیاه خزننده بوده و در ناحیه ای که سبز می‌شود کم‌کم تمام منطقه را فرا می‌گیرد.

برای رفع موخوره درون شامپو به صورت پودر مخلوط می‌شود. برای فشارخون برگ آن را به پا می‌مالند. برای دردهای موضعی برگ آن را می‌کوبند و ابتدا یک لایه پارچه روی پا می‌بندند سپس کوبیده گزنه را در لایه بعدی می‌گذارند که پا را نسوزاند. آب آن را برای رفع بیماری قند مصرف می‌کنند. ریشه و ساقه و برگ آن را به صورت تازه و خشک دم می‌کنند، دم‌کرده آن را با نبات مصرف می‌کنند. ترشح شیر را در زنان شیرده زیاد می‌کند. همچنین از این گیاه برای درمان مرض قند استفاده می‌شود که با پوست گردو مخلوط کرده و دم می‌کنند و می‌خورند. گذاشتن برگ کوبیده گزنه در سوراخ بینی خون دماغ را بند می‌آورد. دم کرده این گیاه برای رفع خونریزی‌های زنانه مفید است. مصرف جوشانده این گیاه برای تسکین و درمان رماتیسم موثر است. از مخلوط الکل و ریشه این گیاه یک مایعی به دست می‌آید که برای ریزش مو بسیار مفید است. از جوشانده این گیاه جهت تقویت لثه‌ها استفاده می‌کنند. جوشانده این گیاه برای افرادی که دچار کم‌خونی هستند بسیار مفید است. دم کرده این گیاه برای زنانی که دچار دل‌درد در زمان عادت ماهیانه می‌شوند موثر است. ضماد این گیاه برای درمانی افرادی که سگ‌هار آنها را گاز گرفته موثر است. گزنه برای افرادی که مرض قند دارند موثر است.

از این گیاه به سبب فوایدی که دارد در تهیه برخی غذاها مانند آش و بورانی استفاده می‌کنند. و یا با آن نوعی ترشی تهیه می‌کنند.

عناب: درختی است کوتاه به ارتفاع ۶ تا ۸ متر بسیار مقاوم به خشکی. برگهای آن زیبا، کوچک، متناوب و دندانه دار است. استفاده از جوشانده عناب تازه برای تصفیه خون استفاده می‌کنند. عناب را دم کرده و یا به صورت خام برای رفع کمردرد، پادرد، سرماخوردگی و آسم استفاده می‌کنند. میوه و برگ‌های گیاه در منطقه جهت تنگی نفس، تصفیه خون، سردرد، درد

لباس، حصار، ظرف، وسیله و ابزار شکار همچون نیزه و تیر و کمان و ساخت ابزارهای خانگی و ابزار موسیقی و غیره را فراهم ساخته است.

استفاده از گیاهان به عنوان شفا بخشی و درمان در زندگی بشر سابقه طولانی دارد. کسب دانش استفاده از این گیاهان در میان مردم این منطقه از تجارب افراد به خصوص سالخوردگان است که در این خصوص تخصص دارند و با شرح تجارب خود افراد را از خاصیت این نوع گیاهان با خبر می‌سازند. این تجارب در طی نسل‌ها سینه به سینه انتقال یافته و هر نسلی توانسته تجارب جدیدی بر آن افزوده کند. عده‌ای دیگر هم نیز از طریق چشیدن مزه آن و یا استفاده دام‌ها از آن بی‌خطر بودن و امکان استفاده آن آگاه می‌شدند. بنا بر اعتقاد افراد بومی هر گیاهی را که زنبور عسل بر روی آن می‌نشیند دارای خواص گیاهی می‌باشد.

یکی از موارد بحث برانگیز پیرامون گیاهان دارویی، دانش بومی است. وضعیت این دانش با توجه به میزان استفاده از گیاهان می‌تواند متفاوت باشد. با توجه به این که مطالعات در شهرستان محلات صورت گرفته به علت نزدیکی به استان مرکزی، دسترسی به پزشکان متخصص و فوق تخصص جهت معالجات پیشرفته کار ساده‌ای است اما باز بسیاری از افراد ترجیح می‌دهند تا تحت درمان سنتی قرار گیرند. که دلیل این امر در سه عامل اعتقادی، اقتصادی و ترس از داروهای شیمیایی می‌توان بیان کرد. بسیاری از افرادی که با استفاده از گیاهان دارویی تحت درمان قرار گرفته بودند معتقد بودند که بهبود چشمگیری داشته‌اند. از نظر اقتصادی با توجه به هزینه‌های بالای درمان مدرن و داروهای شیمیایی افراد ترجیح می‌دهند تا از مزایای گیاهان دارویی با هزینه کمتر استفاده کنند و آن را جایگزین استفاده از داروهای شیمیایی با هزینه بالا و عوارض جانبی نمایند. ترس از درمان‌های پزشکی مدرن ناشی از همین عوارض داروهای شیمیایی و یا ترس از عمل جراحی است.

در مورد بیماری‌های اعصاب و روان اغلب افراد منطقه از اینکه تحت نظر پزشک روان‌شناس یا مشاوره درمان شوند واهمه دارند و از برچسبی که ممکن است با نام بیماری روانی

اعضای بدن، دندان‌درد و کم‌خونی به صورت خوراکی و جوشانده مصرف می‌شوند. عناب، سه پستان و گل زوفا را همگی با هم دم کرده و برای درمان سرماخوردگی استفاده می‌کنند. از جوشانده مخلوط عناب، انجیر، خرما و کشمش به عنوان داروی مفید برای درمان بیماری‌های سینه استفاده می‌شود. برای رفع سردرد برگ عناب را که در سایه خشک کرده باشند، در هاون کوبیده و مانند حنا با اندکی آب مخلوط کرده بر سر می‌گذارند.

«عناب به‌حالت تازه مانند میوه‌های دیگر مصرف می‌شود و اثر ملین دارد. مصرف آن چون هیچ‌گونه تحریکی در دستگاه هضم ایجاد نمی‌کند، از این جهت برای اشخاصی که دستگاه هضم حساس دارند، مناسب است. عناب در مصرف پزشکی به صورت خشک استفاده می‌شود. جوشانده آن در آب یا شیر اثر ملین، آرام‌کننده و ضد نزله دارد. ضمناً به‌طور خفیف ادرار را زیاد می‌کند. جوشانده مخلوط عناب، انجیر، خرما و کشمش به‌عنوان داروی مفید برای درمان بیماری‌های سینه استفاده می‌شود. چوب درخت عناب دارای تانن فراوان و اثر قابض است. در مثبت‌کاری نیز از آن استفاده می‌شود» (۹).

وسمه: وسمه گیاهی است بوته مانند، به ارتفاع ۲ تا ۳ متر و پوشیده از کرک‌های نقره‌ای. برگ‌های آن مرکب و هر برگ به طور معمول شامل ۹-۱۳ برگچه کوچک متقابل، نازک و غشایی به رنگ سبز روشن است. از گل‌های آن در درمان یرقان و تب‌یر، از برگ‌های آن به عنوان خنک‌کننده حرارت خون و برای معالجه سرخک و آنفلونزا تجویز می‌شود. مالیدن آن به سر برای زکام مناسب است و مو را تقویت می‌کند و آب برگ آن برای گزیدن سگها مفید است. روغن وسمه برای رفع بواسیر موثر بوده و برای جذب آب مروارید سفید است. ضماد این گیاه برای بند آوردن ادرار اطفال مورد استفاده قرار می‌گیرد.

انسان‌ها در طی سالیان زندگی خود، دائماً با گیاهان سر و کار داشته‌اند، بنابراین در این مدت طولانی بایستی شناخت عظیمی در فرهنگ بشری حاصل شده باشد. گیاهان هر آنچه را که مورد استفاده و علاقه آدمی بوده است را به طور مستقیم و غیر مستقیم برای او فراهم می‌ساخته است. گیاه برای آدمی غذا،

از مراجعه به این مراکز از سوی نزدیکان و اطرافیان بخورند می ترسند و ترجیح می دهند به جای مراجعه به این مراکز درمانی از طریق جوشانده گیاهان دارویی نظیر آویشن و سنبل الطیب تحت معالجه قرار گیرند.

نتایج حاصل پیرامون جمع آوری گونه های دارویی نشان داد زنان علاوه بر دانشی که در راستای امور روزمره زندگی در زمینه کاربرد گیاهان دارند، آماده کردن گیاهان برای مصارف گوناگون مانند درمان و خوراک را بر عهده دارند. زنان در گردآوری بسیاری از گیاهان دارویی یا خوراکی مشارکت دارد (البته این کار در برخی موارد توسط مردان نیز انجام می گیرد) و هم چنین آنان را برای نگهداری در زمان طولانی آماده می کند، خشک کردن انواع گیاهان دارویی یکی از این روش ها است که منحصراً توسط زنان انجام می گیرد. کار نگهداری و انبار این گیاهان نیز بر عهده زنان است و آنها هستند که محل نگهداری گیاهان را برای مصرف در طول سال می دانند. در نهایت، تبدیل گیاه خام به داروی شفابخش را زنان از طریق روش هایی مانند جوشاندن می دانند و معمولاً کار ترکیب گیاهان دارویی به منظور درمان را نیز انجام می دهد.

نکته دیگری که در این تحقیق با آن برخورد شد این است که امروزه دانش استفاده از گیاهان در میان مردم این منطقه در موقعیتی متفاوت از گذشته قرار دارد. بنابر مصاحبه های انجام شده اغلب افراد کهنسال گیاهان دارویی بیشتری را نسبت به جوان ترها می شناسند، آن ها گیاهان را به عنوان منبع اصلی درمان و از مهمترین منابع تامین خوراک خود در گذشته عنوان می کنند. اما امروزه در میان نسل های جوان با توجه به تغییر در محیط و شرایط زندگی و زیستی باعث شده از گیاهان تنها نامی باقی مانده باشد و اطلاعات زیادی در مورد گیاهان نداشته باشند.

References:

- ۱ . جعفر بیگی، خسرو، مردم‌شناسی قوم کرد با تکیه بر ایل کلهر، کرمانشاه، انتشارات زانیار، ۱۳۸۲، ص ۱۲۸
- ۲ . رجحان، محمد صادق، کتاب شفا با گیاهان دارویی، تهران، خیام، ۱۳۷۳، ص ۵، ۱۰۹
- ۳ . مجیدی خامنه، فریده، بررسی مردم‌شناختی طب عامیانه در میان زنان ارومیه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران، دانشکده علوم اجتماعی، ۱۳۷۴، ص ۷
- ۴ . شمس‌اردکانی، محمدرضا و [دیگران]، مروری بر تاریخ و مبانی طب سنتی اسلام و ایران، تهران، صهبای دانش، ۱۳۸۹، ص ۱۶۲
- ۵ . ماهوان، احمد، فرهنگ گیاهان ایران، مشهد، دفتر جغرافیایی و انتشارات ماهوان (ماه‌نشر)، ۱۳۸۱، ص ۶۵
- ۶ . میرحیدر، حسین، معارف گیاهی (۸ جلدی)، چاپ سوم، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۲، ص ۲۴۱، ۱۲۶، ۲۲۶
- ۷ . سینا، ابوعلی، قانون در طب، ترجمه عبدالرحمن شرفکندی (هم‌ژار)، تهران، سروش، ۱۳۶۸، ص ۹۵
- ۸ . امین، غلامرضا، متداول‌ترین گیاهان دارویی سنتی ایران، تهران، دانشگاه علوم پزشکی تهران، مرکز تحقیقات اخلاق و تاریخ پزشکی، ۱۳۸۴، ص ۹۲
- ۹ . زرگری، علی، گیاهان دارویی، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۷۶، ص ۶۲۷، ۶۲۲، ۶۰۳
- ۱۰ . فلوک، هانس، گیاهان دارویی، ترجمه دکتر محمدرضا توکلی صابری، تهران، روزبهان، ۱۳۷۹، ص ۱۸۱
- ۱۱ . فلاح‌تگریش، آریا، سبزی درمانی، تهران، نیلوفرانه، ۱۳۸۵، ص ۸۶
- ۱۲ . افشار سیستانی، ایرج، پزشکی سنتی مردم ایران، تهران، ناشر مولف، ۱۳۷۰، ص ۲۸۰