

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

پانیذ

نام علمی : Saccharum officinarum

طبیعت: در اول گرم و تر .

مهمترین افعال کلی: صالح الغذاء، مسمّن و جالی

مهمترین افعال جزئی: ملین طبع و اعضاي تنفس و مقوی ارواح و قوا و جگر و محلّ ریاح و امعاء و مبّهی و سریع النّفوذ به عمق بدن و مانع پیری و مولّد خون صالح و باعث استحکام اعصاب و استخوانها و رافع خلط سودایی و امراض آن است .

مضّر: صاحبان سل و اسهال و مغص صفراوی مزاج و مولّد خون صفراوی خصوصاً که در حین گرسنگی مفرط استعمال کنند و اقسام کهنه او محرقّ خون و مفسد اخلاط

مصلحش: بادام و شیر تازه و ترشیاها و آب انارین و شیر به

بنفشه معطر

نام علمی : Viola Odorata

طبیعت: سرد و تر

افعال کلی: مسهل سفرا , بخصوص صفرای معده و احشاء – مسکن حدت خون

افعال جزئی: اسهال صفراوی – امراض حار معده و کبد – خواب آور – - سردرد حار –

نزله و زکام گرم - -سرفه و خشونت سینه و حلق – تبهای گرم و مرکب -

مضر: مصرف زیاد آن باعث ضعف دل , کرب , ثقل معده , و تهوع میشود. **مصلح** آن:

انیسون . بوئیدن آن باعث زکام میشود ,در این مورد مصلح آن شب بو و مرزنجوش است.

یافته جدید : ریشه خاط آور است. گل ضد باکتری و ضد ترشح برونش است .

ادامه بنفشه

میزان مصرف : از جرم آن تا پنج مثقال و در مطبوخ تا ده مثقال
در پیوست کودکان موثر است.

روغن آن سرد و تر و در دردهای گرم و در خشکی بینی بسیار معثر است
داروی موجود در بازار: شربت بنفشه – پماد کالاندولا – و روغن آن
عوارض : گزارش نشده میزان مصرف

پنیر

نام انگلیسی: Cheese

طبیعت: تازه آن در دوم سرد و تر و نمکسود در دوم گرم و خشک.

مهمترین افعال: تازه آن مغزی معده و روده و مقوی کلیه و ملین طبع و مولد خلط صالح و خون و دیر هضم. نمکسود آن قاطع بلغم و مقوی اشتها و امعاء و مجفف رطوبت می باشد.

پنیر تازه **مضر** سرد مزاجان و رافع اشتهاي طعام و هضم نشده او باعث قولنج و سده و ظلمت بصر. **مصلحش** عسل و نعناع و صعتر است

پنیر نمکسود مولد اخلاط مراری و معطش و مولد حگه و جرب و مضر گرم مزاجان و صاحبان سده احشاء و بسیار کهنه و متعفن او به سمیت نزدیکتر است. **مصلحش** مغز گردو و در گرم مزاجها میوه ها و ترشیاها است.

پیاز

نام علمی : Allium cepa

نام انگلیسی : Onion

طبیعت: در سوم گرم و خشک و با رطوبت فضلیه.

مهمترین افعال: مفتّح سدّه و مقوّی شهوتین و رافع عوارض ناشی از اختلاف آبها و مدرّ بول و حیض و مفتّت حصاه می باشد و مانع غثیان ادویه بدبو و دافع سموم و به صورت موضعی در چشم **ابتدای نزول آب** و بوییدن او جهت رفع سدّه دماغی و چکانیدن آب و گذاشتن پخته او در گوش جهت ثقل سامعه و طنین و پاک کردن چرک و تحلیل ریاح نافع و بر پوست جاذب خون به ظاهر جلد و نیکویی رنگ رخسار.

مضرات: مضرّ گرم مزاجان و اگر زیاد مصرف شود باعث قي و نسیان و ریاح غلیظه و مولّد کرم و خلط غلیظ در جرم معده و موجب تشنگی است و سردرد گرم مزاجان و **مصلحش** شستن او با آب نمک و با سرکه خوردن و بعد از آن آب انار و کاسنی تناول نمودن و رافع بوی او باقلی و نان سوخته و گردو مشوی است.

نقش پیاز خام

یافته های جدید: اثرات آنتی باکتریال، کاهش چربی و **فشار خون** و مهار تجمع ترمبوسیتها را دارد. در بی اشتهایی و پیشگیری از آترواسکلروز به کار می رود.
میزان مصرف: 50 گرم پیاز تازه یا 20 گرم خشک.

❖ در دیابت

❖ در فشار خون

❖ در اضطراب و تپش قلب

❖ در کاتاراکت

ترخون (طرخون)

نام علمی : *Artemisia dracunculus* L.

نام انگلیسی : French Tarragon

طبیعت: در سوم گرم و خشک.

مهمترین افعال کلی: 1- مجفف 2- مقوی معده 3- مخدر 4- مغیر ذائقه 5- مشهوی 6- محلل ریاح و اخلاط لزجه 7- مفتح سدد

مهمترین افعال جزیی: خوشبو کننده دهان - جویدن آن جهت قلاع

مصلح: بقولات بارد

مضرات: محرق خون

مضر محرورین و قاطع باه

مصلح: عسل

مخشن سینه

مصلح: کرفس

بطی الهضم

تفاح (سیب)

نام علمی : Malus orientalis Ugl.
نام انگلیسی : Apple

طبیعت: شیرین : در اول گرم و در دوم تر **ترش**: سرد و خشک در اول معتدل و در اول خشک

مهمترین افعال کلی: مفرح و ملطف روح حیوانی (سیب شیرین) - سریع الاستحاله به خلط صفراوی (سیب شیرین) - آب سیب در معجون های مفرح باعث تقویت فعل آن می شود - مولد خلط صالح (سیب مز) - مقوی دل و دماغ و جگر - دفع خلط حار معده (انواع سیب) - جهت غلبه صفرا و غلیان (رب سیب) -

مهمترین افعال جزیی: سرفه خشک - تقویت فم معده - افزایش اشتها - تسکین قی - دفع وسواس سوداوی و غم و الم (درد) سودایی (رب سیب)

- ابتدای اورام حار - رادع در ابتدای اورام حار (ضماد برگ سیب).

ضرر: خوردن خام نارس باعث تبهای مرکب - نیسان، و مولد ریاح، درد مفاصل و اختلاج

مصلح: دارچین و اغذیه لطیف

زیاده روی **سیب ترش** مضر سینه و باعث ذات الریه و باعث ریاح عروق

مصلح آن: گلقتد و دارچین و عسل

نکات بالینی سیب

- ❖ آب سیب مفرح و ملطف روح حیوانی است. 10 صبح 1 لیوان آب سیب تازه زرد
- ❖ اب سیب سریع الاستحاله به صفر است.
- ❖ بهترین سیب، سیب مز است خون صالح تولید میکند.
- ❖ دافع غم و درد و وسواس سوداوی است.
- ❖ ضماد برگ آن رادع ورم گرم در ابتداست.
- ❖ سیب ترش و نارس فراموشی میدهد

جعفري

Petroselinum crispum (Miller).

نام علمي :

Parsley

نام انگليسي :

طبيعت: گرم و خشک در دوم.

مهمترين افعال : هاضم و مدرّ بول و قاعده آور و کاهنده رياح و عطش آور و **خشک کننده مني** است و جهت رفع سمّ بارد و سم حشرات و بدبويي دهان نافع مي باشد.

مضرات: سردردآور و موجب ورم ملتحمه و جرب و بثور در گرم مزاجان. **مصلحش** سويق و آب سرد و کاسني و ترشيتها و بقول بارده است.

عوارض جانبي: واکنش هاي آلرژيک پوستي يا مخاطي گاهاً ديده شده است.

هشدارها : در دوران بارداري، التهابات کليه منع مصرف دارد.

میزان مصرف: 6 گرم روزانه

جو (شعير)

Hordeum vulgare L.
Barley

نام علمي :
نام انگليسي :

طبيعت: سرد و خشک در اول

ماءالشعير ، آب جو مقشر مطبوخ مي باشد سرد وتر محسوب مي شود.

شيره جو که غليظ تر از ماءالشعير و سرد ماييل به خشک ميباشد کشک الشعير نام دارد.

مهمترين افعال کلي: جو قليل غذا جالي- مسکن غليان صفرا و خون- مولد خون صالح(ماءالشعير)

مهمترين افعال جزئي: سعال يابس - اسهال صفراوي و امزجه حاره (کشک الشعير) - درد و ورم گلو

(کشک الشعير) - صداع حار - رادع و محلل اورام صلبه (ضماذ آرد جو) - حکه - شري - گشاينده دمل

هاي گرم - استحکام عضو شکسته - درد سينه و سرفه و اخراج بلغم لزج (مطبوخ جو) -

ترکيبي از آرد جو از بهترين غذا هاي اطفال

جو **مضر** مثانه است مصلحش روغنها . انيسون و ماء الشعير مضر احشاء بارد و نفاخ و مصلحش گل قند است.

گشنیز (کزبره)

نام علمی : *Coriandrum sativum* L.

نام انگلیسی : Coriander

طبیعت : در دوز سرد و خشک و مرکب القوا

مهمترین افعال کلی : منوم - مانع صعود ابخره به دماغ -

مهمترین افعال جزئی : گشنیز جهت سرفه ، تنگی نفس گرم و رطب و خفقان استفاده می شود. اشتها آور و مسکن صفراء و التهاب معده و حابس قي است.

ضرر : مصرف بیش از حد آب گشنیز مورث نسیان، اختلال ذهن، سدر و سبات، تاری صوت و تقلیل منی و قوت باه و تقلیل حیض می شود.

مصلح : زرده تخم مرغ عسلی با دارچین یا فلفل

یافته های جدید : در موارد مشکلات عدم هضم غذا و فقدان اشتها به کار می رود.

میزان مصرف : 3 گرم روزانه

گندم (حنطه)

نام علمی : *Triticum aestivum* L.

نام انگلیسی : Wheat

طبیعت: در اوّل گرم و در خشکی و رطوبت معتدل.

مهمترین افعال کلی:

1. کثیرالغذا 2. مسمن 3. آرد گندم که پخته باشند و نان فطیر قابض اند.

مضر: مسدد و مضر صاحبان سده عروق و احشاء **مصلح:** سرکه کهنه

مضر زنان حامله و پخته او نقاخ و دیر هضم و مولد ریاح.

خوردن آب بر بالای او مورث قولنج ریحي

گردو (جون)

نام علمي : Juglans regia

نام انگلیسی : Walnut

طبیعت: مغز: گرم و خشک و با رطوبت فضلیه.

مهمترین افعال کلی:

مغز: 1. ملین طبع 2. محلل 3. مبهی 4. مقوي اعضاي ريبسه خصوصا مغز 5.
مقوي حواس باطني 6. مسکن دلپیچه 7. مصلح زخمها

مهمترین افعال جزئی: مغزگردو: تخمه

مضر: ورم حلق و بثور دهان مصلح آن آب انارین

مضر: گرم مزاجان مصلح: تخم خشخاش

یافته های جدید: در التهاب پوستی و تعریق بیش از حد به کار می رود.

قنبیط (کلم)

نام علمی Brassica oleracea var. botrytis
نام انگلیسی: Cabbage

طبیعت: مرکب القوي گرم در اول و خشک در دوم

مهمترین افعال کلی: غذائیت آن بد است (ردی) - مولد خون سوداوي - مسدد - نفاخ -

مهمترین افعال جزئی: نطول طبیخ در دردهای مفاصل - زیاد کننده منی (تخم کلم)

مولد خون سوداوي امراض سوداوي افکار رديه و خیالات فاسده و خواب مشوش و

ضعف مغز و چشم - مفسد منی

مصلح: جوشاندن آن در آب - مهرا پختن آن در روغن بادام وزیتون

قدومه (تودري)

نام علمي : Alyssum homalocurpum Boiss.

نام انگليسي : Alyssum

طبيعت: در دوم گرم و در اول تر

مهمترين افعال كلي: 1. مبهّي 2. مشهّي 3. مسمّن

مهمترين افعال جزيي: جهت برودت احشاء - سرخ کردن رخسار - صاف نمودن پوست -

رفع مواد سودايي - تصفيه صوت - سرفه خشک و سرفه خونی -

مطبوخ او در شير جهت چاق کردن اعضاء و رنگ رخسار

چاي سبز

نام علمي : *Thea sinensis* Link

نام انگليسي: Tea Green

طبيعت: گرم و خشک (چاي سفيد از همه بهتر و قوي تر است سپس چاي سبز و چاي سياه از همه ضعيف تر و زبون تر است.)

مهمترين افعال كلي: 1. مقوي قوي و ارواح و معده و باه سرد مزاجان و مرطوبين 2. منشط 3. منقي معده و دماغ 4. ملطف 5. مقطع 6. مفتح 7. منضج 8. مرقق مواد 9. معرق 10. مدر بول 11. مسکن عطش کاذب

مهمترين افعال جزئي:

صاف کننده خون و رنگ رخسار .مبدرق ادويه به قعر معده و عمق بدن . ازاله بدبويي دهن و سیر و پیاز . خفقان و امراض قلب . بواسير

حبس البول و تقطير حادث از برودت - ضعف کلیه - ضماذ پخته آن جهت اورام صلبه و تسکین درد بواسير - صداع بارد - التهاب معده - جشاء دخاني -

براي تقويت باه و دفع مضرت کثرت جماع با خصيه الثعلب و دارچيني و عنبر و نبات و شیر

با تربد و ریوند چيني بجوشانند و بیاشامند صفرا و بلغم لزج را اخراج نماید

ادامه چای

ناشتا آشامیدن آن **مضر** و باعث حدوث امراض حاره است. استعمال آن بی شیرینی مضر. آشامیدن بسیار گرم مضر است

مصلح آن: در محرورین فوفل و شیر بز و در مبرودین مشک و قرنفل و بادیان خطایی و زنجبیل و دارچینی و جهت انعاش حرارت غریزی عود هندی و عنبر و زعفران و دارچینی

یافته های جدید: برای پیشگیری از پوسیدگی دندان و سرطان

عوارض جانبی: بیوست در افراد حساس – هایپر اسیدیتیه – تحریک معده – کاهش اشتها – عموماً این عوارض جانبی با اضافه کردن شیر بر طرف میشود.

هشدارها و موارد منع مصرف: مصرف بیش از حد آن به علت وجود کافئین زیاد باعث بی قراری، لرزش و افزایش تحریک پذیری می شود

میزان مصرف: 2 گرم 3 بار در روز

کدایک از خصوصیات چای در طب سنتی ایران نیست.؟

1. -طبع آن گرم و خشک است
2. بر طرف کردن بد بویی دهان و خفقان و امراض قلب است
3. پوسیدگی دندانها
4. بهترین آن چای سفید و بدترین آن چای سبز است.

خاکشی (خبه)

نام علمی *Sisymbrium Sophia L*

نام انگلیسی: Fix weld

طبیعت: گرم و تر.

مهمترین افعال کلی: 1. افزایشده باه 2. افزایشده اشتها 3. مقوی معده و هاضمه

مهمترین افعال جزئی: جهت رنگ رخسار - گرفتگی آواز - ضمادش جهت اورام صلبه و نفرس و ورم بن گوش -

یافته های جدید:

به طور عمده به عنوان ملین و کاهش دهنده دمای بدن به صورت مخلوط با کمی آب سرد مورد استفاده قرار می گیرد .

هشدارها: گزارش نشده است.

میزان مصرف: سه بار در روز هر بار 4 تا 8 گرم بصورت خیسانده .

نکات بالینی

- خاکشی منقی **نخاع** است لذا در بیماریهای نخاع و تنگی کانال کاربرد دارد.
- صبح ناشتا 1 قاشق غ غ خ با 1 لیوان عرق شاهتره درمان کمکی **آکنه** است.
- با شیر **چاق کننده** و نیکو کننده رنگ رخسار است.
- و محرك **باه** خصوصاً با دو وزن آن شکر که ده روز بنوشند
- و به دستور چون ده روز هر روز 5 گرم آن را با 10 گرم شکر سفید کف نمایند و صاحبان **سوداوی مزاج** را نیز نافع است
- 8 گرم آن جهت رفع سمیت ادویه سمی مفید است
- ضماد آن جهت زخم چشم و **ورم** بناگوش و پستان و بیضه و تخمدان و نقرس و ورم صلب سرطان مفید است
- و مشوي آن در خمیر جهت **سرفه مزمن** مفید است.

خبازي (پنيرک)

نام علمي : Malva sylvestris L

نام انگلیسی: High Mallow

طبیعت: سرد و تر

مهمترین افعال کلی: بورقیت، متضادالقوي، متعدل الهضم، ملین، منفخ و رادع و مفتوح و مدر

مهمترین افعال جزئی: مفتوح سده جگر و مدر بول و زیاد کننده، شیر می باشد. در بیماریهای چشم، شکستگی اعضا و تحلیل اورام حار کاربرد دارد. در سوختگی آتش و بادسرخ به کار می رفته است. در درمان بیماریهای طحال، یرقان، قرحه امعاء، زحیر، قرحه مئانه، سوزش بول، صلابت رحم و تلین اورام معتدله نیز استفاده می کند.

مضرات: مرخي معده ضعيف و افراد سرد و تر.

مصلح: در محرورین ترشیها و در مبرودین فلافلی و معجون کمونی

یافته های جدید: در سرفه، برونشیت، التهاب دهان و گلو به کار می رود.

اثر محافظ در لایه مخاط دارد و به علت مقدار بالای مواد موسیلاژی تحریک این لایه را کم می کند.

میزان مصرف: مقدار شربت از آب آن تا 50 درم

پنیرک از دیدگاه سراج اوغلو

وقتی گیاه سلوی (مریم گلی) و پنیرک باهم مخلوط میشوند یک داروی بسیار موثر در مقابل التهابات مزمن گلو و لوزه است. قرقره سلوی و پنیرک گاهگاهی در زمستان باید انجام شود. توصیه: خانمهای حامله از مصرف آن خوداری کنند چون میتواند تخمک را کیستی کند.

فرمول شماره 1: در یک لیوان آب در حال جوش 200 میلی لیتر حدود 4-5 گرم سلوی و 2 عدد برگ پنیرک افزوده و در ظرف در بسته در شعله ملایم 10 دقیقه بجوشانید بعد آبکشی نمایید. بعد از خنک شدن آماده قرقره است. حد اقل 3 بار قرقره کنید. اگر لوزه عفونی باشد تا 7 مرتبه قرقره کنید. تا یک ماه بعد آن یک روز در میان باشد. میتوان طی یک ماه گیاه سلوی را هر روز 2 قاشق غ خ بصورت چایی دم کرد و نوشید.

رازیانه (رازیانج)

نام علمی: *Foeniculum vulgare* Mill.

نام انگلیسی: Fennel

طبیعت: در اوّل سوم گرم و در آخر اوّل خشک.

مهمترین افعال کلی: 1. مولد شیر 2. مدرّ بول و حیض 3. مفتّح سدّه جگر وطحال و کلیه
مثانه و سینه 4. مقوّی معده و باصره 5. محلّ ریاح و اخلاط غلیظه 6. تریاق سموم
حیوانی 7. مجفّف قوی 8. با قوه قابضه

مهمترین افعال جزئی: ربو (آسم) - تنگی نفس - ریاح غلیظه - قولنج - رفع رطوبات -
اسهال مزمن - غثیان - رفع بلغم حامض - مسکن درد احشاء که از برودت باشد .

مضر گرم مزاجان و مصلح آن: صندل و سکنجبین

هشدار ها : در دوران بارداری و همچنین در کودکان خرد سال نباید به کار رود

مصرف رازیانه عموماً 5 تا 7/5 گرم در روز به صورت فراورده های جالینوسی می باشد

نکات بالینی رازیانه

- مولد شیر و زیاده کننده آن خصوصاً تازه آن مدر بول و حیض و تریاق سموم حیوانی
- و مجفف قوی و با قوت قابضه
- و آشامیدن طبیخ تخم آن جهت خفقان و غشی با گل گاوزبان مجرب است.
- و با پرسیاوشان و انجیر جهت سرفه و ربو و عسر نفس و با ادویه مناسبه
- و به تنهایی نیز جهت تحلیل ریاح غلیظه و درد پهلو و تهیگاه و قولنج
- و رفع رطوبات رقیقه و غلیظه و چسبنده به معده و غثیان و دفع بلغم حامض
- و بدرقه قوت ادویه و ایصال آنها به اطراف بدن
- رفع اسهال مزمن و به دستور با زیره سبز جهت رفع اسهال و تقویت معده
- با عسل و یا با سکنجبین جهت تبهای کهنه مفید.
- با آب سرد در هنگام تبها مسکن غثیان و التهاب معده

زرشک (امبرباریس)

نام علمی : Berberis vulgaris

نام انگلیسی : Barberry

طبیعت: دوم سرد و خشک و با قوّة قابضه

مهمترین افعال کلی: مقوّی معده و جگر و دل - قاطع صفرا - مانع ریختن مواد به اعضاء - مسکن غلیان خون -

رادع اورام حارّه

مهمترین افعال جزئی: مسکن حرارت معده و جگر - مفتح و مقوّی جگر سرد - مانع قي و غثیان - جهت صلابت جگر - قرحة امعاء - اسهال ناشی از ضعف احشاء - ضعف اشتها

مضر: مولد ریح - مصلح آن قرنفل

قابض طبع - مصلح آن شکر و شیرینی ها

برای مبرودالمزاج، مبتلایان به قولنج و ریح و اعتقال بطن ضرر دارد.

ریشه، اثبات نشده اما در سندروم قطع مصرف تریاک یا مرفین به کار می رود

سنا

نام علمی: Cassia italica

طبیعت: گرم و خشک.

افعال کلی:

1. مسهل بلغم و سودا و صفرا و اخلاط سوخته 2. منقی دماغ 3. شدیداً به عمق بدن نفوذ میکند 4. جالی جلد

افعال جزئی: جهت مفاصل - درد سر و شقیقه - درد کمر و ورکین - بواسیر - به صورت موضعی جهت حکه و جرب و کلف و بهق و منع ریختن موی

ضرر: اضطراب و دل پیچه - غثیان - **مصلح:** آلودن به روغن بادام و ترکیب باهلبله زرد و انیسون و بنفشه

عوارض جانبی: اسپاسم دستگاه گوارش و مصرف طولانی مدت آن باعث آرتیمی قلبی، نفروپاتی، ادم و تسریع پوکی استخوان می شود. مصرف نادرست سنا همچنین باعث ایجاد تشنج عضلانی می شود.

مصرف طولانی مدت سنا باعث کاهش الکترولیت ها بویژه پتاسیم و در نتیجه آن باعث هیپرآلدوسترونیزم، آلبومینوری، هماتوری، مهار حرکات روده و ضعف عضلانی می شود. افزایش اثر گلیکوزیدهای مقوی قلب و ضد آریتمی نیز در اثر هیپوکالمی رخ می دهد. مصرف طولانی آن موجب finger clubbing می شود که با قطع مصرف قابل بازگشت است. تغییرات آناتومیک پیرو مصرف طولانی سنا دیده شده که نتایج آن فقدان چین های haustral روده می باشد.

هشدارها : در موارد انسداد روده، التهاب حاد روده و آپاندیست نباید به کار رود. در دوران بارداری، شیردهی به کار نرود. همچنین در کودکان زیر دو سال منع مصرف دارد.

یا در مورد مصرف داروهای ضد آریتمی باعث افزایش آریتمی می شود. در مصرف همزمان سنا با داروهای استروژنی سطح سرمی این داروها کاهش می یابد. مصرف همزمان سنا با داروی ایندومتاسین موجب کاهش اثر سنا می شود. همچنین از میان داروهای مهار کننده کانال کلسیمی با نیفدیپین تداخل دارد. در افراد کهنسال شروع مصرف دارو با نصف مقدار معمول مصرف باشد.

میزان مصرف: جوشانده نیم تا 2 گرم گیاه به مدت 10 دقیقه یا خیساندن در آب سرد به مدت 10 تا 12 ساعت.

شوید (شبت)

نام علمی : *Anethum graveolens* L.

نام انگلیسی : Dill

طبیعت: گرم و خشک.

مهمترین افعال کلی: 1. محلل 2. منضج 3. مدرّ بول و حیض و شیر و تخم او در این فعل قویتر 4. مسکن مغص 5. مفتّح سدد 6. هاضم 7. با تریاقیت

افعال جزئی:

ضعف معده و جگر - آسم - سنگ کلیه و مثانه - قولنج - منع فساد اطعمه - رافع تهوع که از جوشیدن طعام باشد -

تخم : اصلاح معده - بعد از طعام قی آور قوی

ضرر: ضعیف کننده بینایی - قاطع منی - مضر گرم مزاجان - مبخّر - تهوع آور

مصلح: آب لیمو و سکنجبین و آبغوره و در مبرودین قرنفل و دارچین و عسل

میزان مصرف: از دانه ها تا 3 گرم

: کاسنی (هندبا)

نام علمی : Cichorium intybus L.

نام انگلیسی : Chicory

طبیعت: گیاه کامل در اوّل سرد و تر. - تخم آن در دوم خشک و مایل به حرارت.

ریشه آن در اوّل گرم و در دوم خشک.

افعال کلی: گیاه کامل: 1. مفتّح سدد 2. مقویّ جگر 3. مسکن حرارت و خون و تشنگی و صفرا و التهاب معده 4. منقّی مجاری بول و کرده

بیخ کاسنی: 1. بغایت مفتّح 2. ملطف اخلاط 3. منقّی مجاری غذا 4. مدرّ بول

افعال جزئی:

گیاه کامل:

موافق جگر حارّ و بارد و رافع سده آن - آب برگ آن با آب رازیانه بهترین ادویه یرقان سدّی - جهت تبهای کهنه - تقویت معده - رفع تعفن رطوبات - آب آن به صورت موضعی جهت اورام حاره - عرق کاسنی نسبت به آب آن بسیار ضعیفتر است.

تخم کاسنی:

جهت تبهای صفراوی - یرقان - خفقان - صداع - امراض جگر

بیخ کاسنی: جهت رفع ورم احشاء - درد مفاصل - نضح و تحلیل مواد

کرفس

نام علمی : *Apium graveolens*

نام انگلیسی : celery

طبیعت: گرم و خشک

مهمترین افعال کلی: مفتح سده جگر و طحال-محلل ریاح و نفخ

افعال جزئی: آسم و ضیق النفس -برودت احشاء -کمک کننده ادویه مسهله-تنقیه کلیه و مثانه -امراض بارده بلغمیه (مانند وجع و رک ، عرق النساء و نقرس) -دفع سموم

ضرر: محرک صرع گرم مزاج -خفت عقل -مضر زنان بارده و شیرده (اخراج جنین) -
نفاخ (کرفس تازه)

مصلح: انیسون

یافته جدید: در ارتریت روماتوئید بکار میرود و ضد التهاب است.

گردو (جوز)

نام علمی : Juglans regia

نام انگلیسی : Walnut

طبیعت: مغز: گرم و خشک و با رطوبت فضلیه.

مهمترین افعال کلی:

مغز: 1. ملین طبع 2. محلل 3. مبهی 4. مقوی اعضای ریسه خصوصا مغز 5. مقوی حواس باطنی 6. مسکن منص 7. مصلح قروح

مهمترین افعال جزئی: مغز: -تخمه -بریان کرده او با پوست جهت سرفه ای که از هوای سرد باشد

ضرر: ورم حلق و بثور دهان-مضر گرم مزاجانمصلح آن : آب انارین

مضر گرم مزاجان مصلح : خشخاش

یافته های جدید: در التهاب پوستی و **تعریق** بیش از حد به کار می رود. به علت وجود تانن دارای

اثرات قابض و متوقف کننده رشد قارچ (به علت وجود مشتقات نفتالن و روغن فرار)

لیمو عمانی

نام علمی : Citrus aurantifolia (christm) swingle

نام انگلیسی: Lime

طبیعت: پوست گرم و خشک - گوشت آن سرد و تر - ترش سرد و خشک
تخم آن گرم و خشک.

افعال کلی: پوست آن: مقوی معده و دل 2. قابض 3. مشهی 4. معین هضم غذا 5. مفتح سدّه گرده
محلّ قولنج ریحي 7. مصلح کیفیت اخلاط ردیه 8. پادزهر سموم مشروبّه و ملذوعه 9. مفرح 10
معطش 11. مسکن قي صفاوي

(بخش ترش آن): 1. مقوی معده حار 2. لطیف 3. بسیار جالی 4. قاطع اخلاط غلیظه و لزجه 5.
ملطف آن 6. جالی بهق سیاه و کلف و قوبا 7. مسکن غلیان خون و صفرا و التهاب معده

افعال جزئی: پوست: آروغ آورنده - جویدن آن جهت خوشبو کردن دهان
ترشی (بخش ترش آن):

جهت ورم حلق و لهات - قی صفاوی و تهوع-سرد رد که از بخارات باشد