

قابلیت‌های گیاهان دارویی ایران با تأکید بر جغرافیای پزشکی^۱ علیرضا استعلاجی^۲

استاد جغرافیا و برنامه‌ریزی روستایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام (ره)، تهران، ایران

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۰۶/۰۸

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۰۳/۰۵

چکیده

اصطلاح جغرافیای پزشکی عمری کمتر از یک قرن دارد و این شاخه از جغرافیا جزء یکی از رشته‌های جدید و کاربردی محسوب می‌گردد. گیاهان دارویی یکی از مفاهیم کاربردی در مطالعات و برنامه‌ریزی جغرافیای پزشکی محسوب می‌گردد. بررسی ساختار وضع موجود نشان می‌دهد که در نواحی مختلف روستایی قابلیت‌های زیادی از نظر امکان رشد و تولید گیاهان دارویی دارا می‌باشیم ولی متأسفانه از این قابلیت‌ها استفاده بهینه بعمل نیامده است و در زمینه خواص گیاهان دارویی نیز اطلاع رسانی علمی انجام نشده است؛ با این دیدگاه در این مقاله محل رویش، قابلیت تولید و خواص برخی از گیاهان دارویی ایران از دیدگاه جغرافیای پزشکی تشریح شده است. نوع تحقیق از نظر هدف کاربردی و از نظر روش و ماهیت توصیفی-تحلیلی می‌باشد و در آخر نیز راهبردهای پیشنهادی برای برنامه‌ریزی توسعه با تأکید بر گیاهان دارویی ارائه شده است.

واژگان کلیدی: توسعه پایدار، گیاهان دارویی، تنوع اکولوژیکی، جغرافیای پزشکی

۱- مقاله مذکور استخراج شده از طرح تحقیقاتی "قابلیت‌های تولید گیاهان دارویی در مناطق روستایی ایران با تأکید بر جغرافیای پزشکی و اشتغالزایی تحت حمایت مالی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز می‌باشد که بدین وسیله از آن واحد تشکر و قدردانی می‌گردد.

۲- علیرضا استعلاجی (نویسنده مسئول) al_estelaji@yahoo.com

مقدمه

در حال حاضر شناسایی قابلیت‌های گیاهان دارویی کشور و اولویت‌بندی برنامه‌های توسعه با تأکید بر قابلیت‌های محیطی یکی از ضرورت‌های اساسی و اصلی در برنامه‌های توسعه کشورمان می‌باشد. در این راستا به قابلیت‌های هرمنطقه در سطوح محلی، منطقه‌ای و بین‌المللی باید توجه نمود. توسعه پایدار محلی با تأکید بر قابلیت‌های محیطی، در پیشبرد برنامه‌ها و فعالیت‌های اقتصادی و اجتماعی یکی از سیاست‌های محوری، مدیریت برنامه‌ریزی توسعه می‌باشد.

بر این اساس، توجه به مشارکت و مدیریت برنامه‌ریزی توسعه با تأکید بر قابلیت‌های محیطی، می‌تواند نقش مهمی در پیشرفت نظام مدیریتی کشور و توسعه پایدار روستایی داشته باشد. در این زمینه سالانه در جهان قریب ۴۳ میلیارد دلار ارزش صادرات گیاهان دارویی است و سهم کشور ما در فرآوری، تولید و تجارت این محصول چشم‌گیر نیست که جهت پیشرفت در این موضوع توجه به منابع طبیعی، حفظ پوشش گیاهی، جلوگیری از چرای بی‌رویه عرصه‌های منابع طبیعی و بهره‌برداری اصولی از گیاهان دارویی و صنعتی ضروری به نظر می‌رسد. مقاله مذکور استخراج شده از طرح تحقیقاتی "قابلیت‌های تولید گیاهان دارویی در مناطق روستایی ایران با تأکید بر جغرافیای پزشکی و اشتغالزایی" تحت حمایت مالی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز می‌باشد که بدین وسیله از آن واحد تشکر و قدردانی می‌گردد.

بیان مسأله

اصطلاح جغرافیای پزشکی عمری کمتر از یک قرن دارد و این شاخه از جغرافیا جزء یکی از رشته‌های جدید و کاربردی محسوب می‌گردد. بی‌شک می‌توان گفت یکی از شاخه‌های جوان جغرافیا، جغرافیای پزشکی است. یکی از شاخص‌های مورد بررسی از دیدگاه جغرافیای پزشکی با دیدگاه رابطه بین انسان و محیط، استفاده از قابلیت‌های محیطی در بهبود شرایط زندگی و رفع بیماری‌ها می‌باشد. با این دیدگاه گیاهان دارویی یکی از مفاهیم کاربردی در مطالعات و برنامه‌ریزی جغرافیای پزشکی محسوب می‌گردد. بررسی ساختار وضع موجود نشان می‌دهد که در نواحی مختلف روستایی ایران دارای قابلیت‌های زیادی از نظر امکان رشد و تولید گیاهان دارویی می‌باشیم ولی متأسفانه از این قابلیت‌ها استفاده بهینه بعمل نیامده است و در زمینه خواص گیاهان دارویی نیز اطلاع‌رسانی علمی انجام نشده است لذا جهت‌گیری تحقیق پاسخ به این سوال است که قابلیت‌های رشد برخی از گیاهان دارویی و خواص پزشکی آن‌ها در ایران چیست؟

متد و روش

نوع تحقیق از نظر هدف کاربردی و از نظر روش و ماهیت توصیفی تحلیلی می‌باشد.

محدوده مورد مطالعه

محدوده مورد مطالعه پهنه مناطق روستایی کشور براساس پراکنش زیست منطقه در ایران می‌باشد.

مبانی نظری

مفهوم جغرافیای پزشکی

اصطلاح جغرافیای پزشکی عمری کمتر از یک قرن دارد و این شاخه از جغرافیا جزء یکی از رشته‌های جدید و کاربردی محسوب می‌گردد. بی شک می‌توان گفت یکی از شاخه‌های جوان جغرافیا، جغرافیای پزشکی است که به علت جوانی آنطور که باید هنوز نتوانسته است در بین دیگر رشته‌های جغرافیا جا باز کند، لذا بسیاری از جغرافیدانانی که در این رشته کار کرده‌اند هنوز تعریف واحد و جامعی از آن ارائه نداده‌اند. با این توصیف همه آن‌ها در یک دیدگاه، نظری مشترک دارند و آن این است که پدیده‌های جغرافیایی و عوامل طبیعی و اقلیمی نقش حساسی در سلامت و بیماری دارند.

شناخت کم و کیف عوامل یاد شده و پیوند دادن آن با بیماری‌های شایع در منطقه، هدف و وظیفه جغرافیای پزشکی است. وقتی به این مطلب توجه می‌کنیم که علل وجود یک بیماری با چه عوامل متنوعی در ارتباط است و برای شناخت کم و کیف آن چه مطالعاتی باید انجام بگیرد به نقش جغرافیایی آن پی می‌بریم. اگرچه هر انسانی ممکن است بیمار گردد اما باید بدانیم که بیماری دارای ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی و غیره نیز هست و این اشکال زمانی پیچیدگی بیشتری پیدا می‌کند که عناصر و پدیده‌های جغرافیایی در این زمینه تأثیرگذار بوده باشد و در این حالت است که مطالعه بیماری، بینش جغرافیایی خاصی می‌خواهد. (هوشور، ۱۳۶۵، ص ۳۲)

دکتر ژاک می جغرافیای پزشکی را مطالعه روابط بین پدیده‌های پاتولوژیکی و عوامل محیطی می‌داند. (شکوئی، ۱۳۵۴، ص ۳۹۹)

جمز بنتا، جغرافیای پزشکی را چنین توضیح می‌دهد: در ادبیات جغرافیایی به مفاهیم مختلفی از جغرافیای پزشکی برخورد می‌کنیم که اکولوژی پزشکی، پاتولوژی جغرافیایی، اپیدمیولوژی سیاره‌ای، اپیدمیولوژی کره زمین، اکولوژی امراض و گاهی اکولوژی انسانی از آن جمله‌اند. (شکوئی، ۱۳۵۴، ص ۳۴۲)

مک گلاشن می‌گوید جغرافیای پزشکی از تأثیرات عوامل محیط در سلامتی و بیماری انسان بحث می‌کند. دکتر احمد مستوفی در این زمینه چنین توضیح می‌دهد مناطق مختلف زمین هر یک بر حسب شرایط طبیعی برای دریافت برخی از امراض مناسب هستند در این زمینه جغرافیای پزشکی با شناسایی کامل وضع آب و هوا و پستی و بلندی‌های زمین و نوع معیشت می‌تواند می‌تواند محیط انتشار بیماری را معلوم نماید. (مستوفی، ۱۳۳۲، ص ۴۷)

ملوین هو می‌گوید: امراض معینی در نواحی خاص جغرافیایی انتشار می‌یابد که از پدیده‌های جغرافیایی تأثیر می‌پذیرد.

با توجه به تعاریف گوناگونی که ذکر شد جغرافیای پزشکی شاخه‌ای از جغرافیای انسانی است که متأثر از جغرافیای طبیعی و در ارتباط متقابل با آن نیز می‌باشد. شاید کمتر رشته‌ای از جغرافیا به اندازه جغرافیای پزشکی و امراض نیاز به بینشی همه جانبه از محیط و ارتباط انسان با محیط داشته باشد. زیرا در این رشته از جغرافیا شناخت تأثیر عوامل طبیعی (آب و هوا، شدت و جهت وزش باد، تابش آفتاب، تشعشعات رادیواکتیو طبیعی، ارتفاع منطقه،

بافت و جنس و ترکیبات و اجزاء متشکله خاک، پوشش گیاهی و منابع آب و کیفیت آن و انواع موجودات زنده بر پیکر انسان مورد نظر است و این نگرش سیستمی از ویژگی‌های بارز جغرافیاست.

در جغرافیای پزشکی بهره‌گیری از بسیاری از علوم مانند علم آمار، علوم طبیعی، جمعیت‌شناسی، جامعه‌شناسی، مردم‌شناسی، علوم دینی، هواشناسی، علوم پزشکی، علوم بهداشتی، اپیدمیولوژی، اقتصاد و غیره ضروری می‌باشد. این بدان معنا نیست که جغرافیدان باید به تمامی علوم احاطه کامل داشته باشد بلکه منظور آگاهی و آشنایی و بکاربردن علوم با نگرش سیستمی در مطالعات خود و در ارتباط با یکدیگر می‌باشد. (هوشور، ۱۳۶۵، ص ۱۸)

اهداف جغرافیای پزشکی

- ۱- شناخت کامل ویژگی‌های جغرافیایی هر منطقه
- ۲- ارائه داشتن نگرش سیستمی و برقراری ارتباط نگرش سیستمی در مطالعه و بررسی همه پدیده‌های جغرافیایی
- ۳- شناخت بیماری‌ها در ابعاد مختلف شاخه‌های پزشکی
- ۴- شناخت بیماری‌های ویژه هر منطقه جغرافیایی
- ۵- ارائه راهکارهای مبارزه با بیماری‌های مربوط به هر منطقه
- ۶- ارائه اقدامات امنیتی برای نابودی کانون‌های بیماری و محدود کردن آن‌ها
- ۷- شناخت پاتولوژی جغرافیایی هر منطقه و آسیب‌هایی که از هر محیط و عوامل طبیعی متأثر می‌گردد.
- ۸- برنامه‌ریزی بهداشتی و پزشکی برای هر منطقه
- ۹- مطالعه رابطه بین انسان و محیط با نگرش سیستمی
- ۱۰- داشتن نگرش جغرافیای ادراک - رفتاری و محیطی در برنامه‌ریزی بهداشتی و پزشکی هر منطقه

جغرافیای پزشکی و پاتولوژی جغرافیایی:

پاتولوژی جغرافیایی معنا و کاربردی مشابه جغرافیای پزشکی دارد. زیرا؛ پاتولوژی جغرافیایی را می‌توان آسیب‌شناسی جغرافیایی دانست. یعنی آسیب‌هایی که محیط می‌تواند بر انسان ساکن آن محیط وارد سازد. بنابراین تعریف، مطالعه و بررسی بیماری‌ها و آسیب‌هایی که متأثر از سرما و گرمای بیش از حد ارتفاع، باد، باران و طوفان و غیره و بسیاری از عوامل طبیعی دیگرند همگی در حیطه کار پاتولوژیست جغرافیایی است و این درست منطبق است با نیمی از وظایف و مسئولیت‌های جغرافیای پزشکی، زیرا نیمی دیگر از وظایف جغرافیدان پزشکی، یافتن عوامل سلامت، نشاط و شادی و خوب زیستن در محیط طبیعی و بهره‌گیری از محیط‌های پر طراوت و سالم که در مفهوم پاتولوژی جغرافیایی این دیدگاه نیست.

با این دیدگاه جغرافیای پزشکی را مطالعه روابط بین پدیده‌های پاتولوژیکی و عوامل محیطی می‌دانند. (هوشور، ۱۳۸۱، ص ۳۷)

گیاهان دارویی

یکی از شاخص‌های مورد بررسی از دیدگاه جغرافیای پزشکی با دیدگاه رابطه بین انسان و محیط، استفاده از قابلیت‌های محیطی در بهبود شرایط زندگی و رفع بیماری‌ها می‌باشد. با این دیدگاه گیاهان دارویی یکی از مفاهیم

کاربردی در مطالعات و برنامه ریزی جغرافیای پزشکی محسوب می‌گردد. ضرورت دارد در مطالعات جغرافیای پزشکی به این شاخص مهم توجه گردد.

یافته‌های تحقیق

پراکنش - محل رویش و خواص پزشکی برخی از گیاهان دارویی در ایران
با توجه به اینکه در یک مقاله امکان ارائه تمامی نتایج یک تحقیق وجود ندارد لذا در این قسمت محل رویش و خواص پزشکی برخی از مهمترین گیاهان دارویی در ایران توضیح داده میشود.

نام: اسطوخودوس

محل رویش: آذربایجان-علمدار-کوه‌های میانه-مرند-هشترود و...

مقوی قلب و اعصاب: اسطوخودوس تأثیری تقویت‌کننده (Tonic) و آرام بخش (Sedative) بر عضلات قلب دارد. به همین علت برای درمان تپش قلب (Palpitation) و کاهش فشار خون مفید است. **رفع سردرد (صداع):** در رفع دردهای عضلانی ناشی از ورزش و کشیدگی، کاهش درد به طور موضعی و کاهش واکنش سیستم عصبی مرکزی نسبت به درد و انواع سر دردها موثر است.



نام: بابونه

محل رویش: بابونه بیشتر در چمن زارها، زمین‌های شنی و استخرهای طبیعی رشد می‌کند. بابونه در برخی مناطق ایران از جمله آذربایجان یافت می‌شود.

خواص بابونه

به دلیل دارا بودن خاصیت آرام بخش، جوشانده گیاه بابونه برای ناراحتی‌های معده نظیر سوزش سر دل، تهوع و استفراغ مورد استفاده قرار می‌گیرد.

- جوشانده گل بابونه را می‌توان به عنوان محلول شستشوی دهان برای درمان سرطان‌های دهانی استفاده کرد.

- این گیاه برای تسکین درد و بهبود زخم‌ها مفید است.

- مصرف گیاه بابونه سیستم ایمنی بدن را بالا می‌برد و از بروز بسیاری از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند.

- گیاه بابونه بر روی فعالیت‌های مغزی تأثیرات مثبت بسیاری، نظیر تقویت حافظه و درمان تشنج‌های عصبی و صرع دارد.

مضرات بابونه

- مصرف این گیاه در دوز زیاد می‌تواند باعث خواب آلودگی شدید با استفراغ شود.
- بابونه در بعضی از افراد می‌تواند باعث بروز آگزما یا حساسیت چشمی شود.
- افرادی که باید مورد عمل جراحی قرار گیرند به دلیل احتمال تداخل این گیاه با داروهای بیهوشی، باید دو هفته قبل از عمل جراحی مصرف این گیاه را متوقف کنند.
- به دلیل اینکه بابونه با داروهایی مثل آرامبخش‌ها، آنتی پلاکت‌ها، اسپرین‌ها و داروهایی از خانواده ایبوپروفن تداخل دارد، در صورت مصرف منظم هر گونه دارو قبل از مصرف این گیاه با پزشک خود مشورت کنید.
- مصرف بابونه به زنان باردار و شیرده توصیه نمی‌شود.



نام: بادرنجبویه

محل رویش: اطراف تبریز در ۱۲۰۰ تا ۱۴۰۰ متری بیشه لرستان-اطراف رشت-حسن بگلو آذربایجان- در ۷۰۰ متری جنگل گلستان-قزوین-کرج-گنبدطاووس-اطراف تهران و ...



خواص درمانی بادرنجبویه

بادرنجبویه داروی مورد علاقه پزشک بزرگ ایرانی، ابوعلی سینا بود که جهت تقویت قلب و انبساط روح تجویز می‌کرده است. استفاده از این گیاه به عنوان یک داروی ضد افسردگی تا قرن هفدهم ادامه داشت. آزمایش‌های جدید بر روی حیوانات آزمایشگاهی نشان می‌دهد که این گیاه همانند یک داروی مسکن بر روی دستگاه عصبی مرکزی عمل می‌کند و به همین دلیل آرام بخش است. مطالعات جدید اثر بخشی عصاره بادرنجبویه را در درمان موضعی ضایعات ویروسی تبخال براساس کاربردهای جدید تأیید نموده است. بادرنجبویه دارای طبیعت گرم و خشک است. خواص آن عبارتند از:

* آرام بخش اعصاب

*ضد بیماری‌های قلب، معده و روده

*مفرح و نشاط آور

*خوشبوکننده دهان

*اسانس این گیاه در آرام کردن درد معده با منشاء عصبی، احساس چنگ‌زدگی در معده، تپش قلب، سردردهای یک طرفه، سرگیجه، عصبانیت، بی‌خوابی، استفراغ‌های دوران بارداری، درد عصبی دندان و رفع تندخویی در دختران جوان و زنان موثر است.

*بالا برنده فشار خون

*ضد اسپاسم، ضد درد، نیرودهنده، ضد تشنج

*برای رفع احساس صداهای مبهم در گوش، هیستری، مالیخولیا

جوشانده یا شربت باد رنجبویه

جوشانده یا شربت آن برای تقویت معده، کبد و ازدیاد هوش و حافظه تجویز می‌شود. همچنین برای تنگی نفس و برای استحکام لثه و دندان‌ها مفید است و سکسکه را آرام می‌کند.



نام: آویشن

محل رویش: دارای ۳۵۰ گونه در سطح جهان می‌باشد که در مناطق معتدله اوراسیا پراکنده شده است که ۱۴ گونه از این جنس در ایران می‌روید.

خواص آویشن

از آویشن برای درمان مشکلاتی نظیر، برونشیت، سیاه سرفه، گلو درد، ناراحتی معده، اسهال، نفخ شکم و اختلالات پوستی استفاده می‌شود.

- در صورتی که آویشن را به صورت مستقیم در دهان قرار دهید، این عمل به رفع زخم دهان، تورم لوزه‌ها و بوی بد دهان کمک می‌کند.

- روغن آویشن در درمان عفونت‌های باکتریایی و قارچی گوش تأثیر دارد.

- یک لیوان جوشانده آویشن حاوی میزان بسیار زیادی از آنتی اکسیدان‌ها می‌باشد.

- جوشانده آویشن تا حد زیادی در درمان و التیام سرفه‌ها کمک می‌کند.
- جوشانده آویشن برای درمان سوءهاضمه مفید است.
- آویشن حاوی میزان بسیار بالای مواد معدنی ضروری برای بدن می‌باشد.

مضرات

استفاده مداوم و بلند مدت آویشن می‌تواند باعث بروز ناراحتی‌های دستگاه گوارش شود. احتمال بروز حساسیت نسبت به آویشن در افرادی که به پونه حساسیت دارند زیاد است. مصرف آویشن ممکن است موجب سرعت لخته شدن خون شود. به همین دلیل افرادی که باید تحت عمل جراحی قرار گیرند، حداقل ۲ هفته قبل از عمل جراحی، از مصرف آویشن خودداری کنند.



نام: گل گاوزبان

محل رویش: گاو زبان احتمالاً از شمال آفریقا بناوخی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه، نواحی شمال آفریقا و قسمت‌هایی از خاورمیانه می‌روید.

خواص و مضرات گل گاو زبان

گل گاو زبان گیاهی طبی است که تقریباً تمامی اجزاء آن، اعم از گل‌ها و برگ‌ها و دانه‌های آن به عنوان دارو استفاده می‌شود. همچنین دانه‌های این گیاه را برای تهیه روغن مورد استفاده قرار می‌دهند.



- روغن گل گاو زبان، برای درمان اختلالات پوستی از جمله اگزما، درماتیت سبورئیک که اغلب باعث خارش، قرمزی و پوسته ریزی مخصوصاً در ناحیه سر می‌شود و درماتیت عصبی که واکنش پوست نسبت به فشارهای عصبی است که منجر به پوسته ریزی و خارش پوست می‌شود، مورد مصرف قرار می‌گیرد.
- جوشانده گل گاو زبان دارای اسیدهای چرب ضروری مورد نیاز بدن است که می‌توانند بر روی وضعیت روحی، روانی یا التهاب داخلی اثر مستقیم داشته باشند. در صورتی که فرآیند متابولیک بدن مانند موارد وابسته به قلب و عروق به درستی کار نکند، مصرف این داروی گیاهی می‌تواند مفید واقع شود.

- این جوشانده برای بهبود وضعیت مو، ناخن و پوست تاثیر فراوانی دارد.
- گل گاوزبان به دلیل داشتن سطح بالای کلسیم و آهن و مواد مغذی نظیر پتاسیم، روی، ویتامین‌های C و B و بتاکاروتن برای زنانی که اغلب دچار کمبود این مواد ضروری هستند مفید است.
- جوشانده گل گاو زبان باعث تصفیه خون می شود.
- در بسیاری از کشورها، برگ‌های تازه این گیاه را در انواع سالاد استفاده می کنند.
- جوشانده گل گاو زبان دارای خواص دیگری از جمله تقویت کلیه‌ها به دلیل ادرار آور بودن و آرامبخش بودن می باشد.

مضرات

- مصرف این گیاه در دوز زیاد یا دراز مدت، به دلیل داشتن موادمشیمیایی خطرناکی به نام آلکالوئیدهای پیرولیزیدینی (PAS) می تواند باعث بروز سرطان کبد و یا آسیب به این عضو حیاتی شود.
- به دلیل داشتن آلکالوئیدهای پیرولیزیدینی (PAS) زنان باردار باید حد الامکان از مصرف این گیاه خودداری کنند زیرا این ماده شیمیایی ممکن است باعث شود که نوزاد در زمان تولد ناقص به دنیا بیاید. همچنین مادرانی که در حال شیردهی به نوزاد خود هستند، حدالامکان از مصرف گل گاو زبان خودداری کنند زیرا احتمال انتقال این ماده شیمیایی خطرناک از طریق شیر مادر به نوزاد وجود دارد.
- مصرف روغن گل گاو زبان ممکن است باعث افزایش و طولانی شدن مدت زمان خونریزی شود به همین دلیل استفاده از آن بر روی زخم‌ها باید بسیار با احتیاط انجام شود.
- مصرف گل گاو زبان ممکن است در بعضی از افراد باعث بروز بیماری‌های کبدی شود.
- افرادی که بر روی آن‌ها عمل جراحی انجام شده است در صورت مصرف گل گاو زبان، احتمال خونریزی در آن‌ها افزایش می یابد به همین جهت حداقل تا ۲ هفته پس از جراحی باید از مصرف این گیاه خودداری کنند زیرا این گیاه تا حدی خون را رقیق می کند.

نام: شیرین بیان

محل رویش: در نواحی مختلف ایران مانند گرگان، آذربایجان، کردستان، فارس، کرمان، بلوچستان، خراسان و تهران می‌روید.

ریشه شیرین بیان بطور خیلی عمیق در زمین فرو می رود. پوست ریشه قهوه ای سیر و سیاه است. مغز ریشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغییر می کند. مثلا شیرین بیان اسپانیا طعم ملایم دارد در حالیکه شیرین بیان یونان دارای طعم تلخ است.

خواص دارویی:

شیرین بیان از منظر طب قدیم ایران معتدل است. درمان‌کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد.

- * برای تقویت عمومی بدن مفید است.
- * خوردن آن از پیری جلوگیری می‌کند.
- * برای نرم کردن سینه موثر است.
- * زخم‌ها و تاول‌های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود.
- * ملین است و معمولاً آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می‌کنند که انقباضات را کم می‌کند.
- * مدر و عرق آور است.
- * برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید.
- * سرفه را برطرف می‌کند.
- * ورم معده را برطرف می‌کند
- * تنگی نفس را تسکین می‌دهد
- * برای درمان سوءهاضمه مفید است
- * برای از بین بردن نفخ شکم مفید است
- * چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می‌کند برای این منظور از فرمول زیر استفاده کنید:
گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید.
- * برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید.
- * برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ‌های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت‌ها بگذارید.
- * شیرین بیان را اگر قبل از غذا مصرف کنید برای لاغری موثر است.



نتیجه‌گیری و پیشنهادات

با توجه به تنوع اکولوژیکی و قابلیت‌های موجود در زیست مناطق ذکر شده، قابلیت‌های پوشش گیاهی و رشد گیاهان دارویی دارای تنوع زیادی در پهنه مناطق روستایی ایران می‌باشد و به منظور اشتغالزایی میتوان از این قابلیت‌ها به نحو بهینه در تولید و فرآوری از دیدگاه جغرافیای پزشکی استفاده نمود

سرزمین ایران کشوری ممتاز و با رتبه بالا از نظر غنای گیاهی و تنوع‌زیستی و دارای ۱۱ اقلیم از ۱۳ اقلیم شناخته شده جهانی است. بر اساس نظر گیاه‌شناسان و پژوهشگران، تعداد گونه‌های گیاهی ایران در حدود ۸ هزار گونه است که از نظر تنوع گونه‌ای حداقل دو برابر قاره اروپاست.

تحقیقات نشان داده است که بیش از ۲۳۰۰ گونه از گیاهان کشور دارای خواص دارویی، عطری، ادویه‌ای و آرایشی - بهداشتی هستند. به علاوه ۱۷۲۸ گونه از این گیاهان به‌عنوان گیاهان بومی ایران هستند. منحصرأ در سرزمین ایران رویش کرده و به‌عنوان یک ظرفیت انحصاری در کشور محسوب می‌شوند.

حجم تجارت جهانی گیاهان دارویی از ۶۰ میلیارد دلار در سال ۱۹۹۶ به ۱۰۰ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۰ افزایش یافته است و بر اساس پیش‌بینی بانک جهانی در سال ۲۰۵۰ گردش مالی و تجارت جهانی متمرکز و مبتنی بر گیاهان دارویی و داروهای گیاهی به حدود ۵۰۰۰ میلیارد دلار خواهد رسید.

پیشنهادات

۱- در اکثر کشورهای توسعه‌یافته، طب سنتی در ابعاد مختلف تحت حمایت دولت قرار گرفته و سهم خوبی از تأمین سلامت مردم را در سیستم سلامت کشور به‌عهده گرفته است. طب سنتی در کشور چین ۴۰ درصد خدمات بهداشتی - درمانی را در این کشور بر عهده دارد؛ پوشش بیمه‌ای هزینه‌ی درمان، دارو و خدمات طب سنتی در ژاپن، چین، کره و ویتنام به صورت کامل است و در کشورهای آلمان، استرالیا، نروژ، انگلستان، کانادا و آمریکا قسمتی از هزینه‌ها توسط سازمان‌های بیمه پرداخت می‌شود و ضرورت دارد در ایران نیز در برنامه‌ریزی‌های توسعه نیز این الگو مورد توجه قرار گیرد.

۲- سالانه در جهان قریب ۴۳ میلیارد دلار ارزش صادرات گیاهان دارویی است و سهم کشور ما در فرآوری، تولید و تجارت این محصول چشم‌گیر نیست که جهت پیشرفت در این موضوع توجه به منابع طبیعی، حفظ پوشش گیاهی، جلوگیری از چرای بی‌رویه عرصه‌های منابع طبیعی و بهره‌برداری اصولی از گیاهان دارویی و صنعتی ضروری به نظر می‌رسد.

۳- در بخش کشاورزی توجه خاص به کاشت گیاهان دارویی و تربیت نیروهای متخصص این رشته در سطح ملی، تدوین یک برنامه مدون ملی، عدم ترویج موادخام، کسب تکنولوژی لازم جهت فراوری گیاهان ویسته بندی مناسب و توجه لازم به صادر کنندگان موضوعی از ارکان اساسی برنامه‌ریزی توسعه با تأکید بر گیاهان دارویی می‌باشد.

۴- اهتمام به مدیریت دانش در بخش گیاهان دارویی و طب سنتی در ایران؛

۵- خودتکایی، اشتغال‌زایی و استفاده حداکثری از توان داخلی در بخش گیاهان دارویی و طب سنتی؛

۶- مشارکت حداکثری بخش خصوصی، تعاونی‌ها، نهادهای غیردولتی و سرمایه‌گذاران خارجی و تأکید بر هماهنگی و انسجام بین نهادها؛

۷- استفاده حداکثری از طبیعت و فرآورده‌های طبیعی در راستای سلامت انسان و رفاه اجتماعی با حفظ چرخه‌های اکوسیستمی طبیعت ایران؛

۸- توجه به بنیان‌های فلسفی طب سنتی با تقدم نگرش پیشگیری در برابر درمان؛

۹- کاهش تصدی‌گری دولت، تقویت بخش خصوصی و حمایت از ایجاد و توسعه کمی و کیفی شرکت‌های دانش‌بنیان؛

۱۰- تخصص‌گرایی و اجتناب از نسخه‌پردازی عامیانه و اجتناب از خرافات و خرافات‌زدگی در طب سنتی و گیاهان دارویی؛

- ۱۱- حفظ ذخایر ژنتیکی گیاهان دارویی بومی و انحصاری کشور؛
- ۱۲- کاربردی‌سازی آموزش‌های طب سنتی در رشته‌های مختلف گروه پزشکی و دامپزشکی؛
- ۱۳- استفاده از کم‌عارضه‌ترین روش‌ها در درمان‌های گیاهی و طب سنتی؛
- ۱۴- توجه به بسته‌بندی مناسب و بهداشتی گیاهان دارویی در تولیدات داخلی و صادرات خارجی؛
- ۱۵- ترویج کشت گیاهان دارویی در مناطق روستایی با توجه به قابلیت‌سنجی کشت گیاهان دارویی در مناطق روستایی کشور؛
- ۱۶- آگاهی‌سازی آشنایی عمومی با خاصیت‌های پزشکی گیاهان دارویی و همچنین آشنایی با امکان رشد این گیاهان در مناطق جغرافیایی ایران؛
- ۱۷- ایجاد انسجام و همکاری‌های مستمر و مؤثر میان مؤسسات، شرکت‌ها و تشکل‌های مرتبط با حوزه گیاهان دارویی اعم از دولتی یا خصوصی؛

منابع

- آسایش، حسین. علیرضا استعلاجی. (۱۳۹۰) اصول و روش‌های برنامه‌ریزی ناحیه‌ای، تهران: انتشارات دانشگاه شهر ری.
- آینه‌چی، یعقوب (۱۳۸۱) مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- استعلاجی، علیرضا (۱۳۹۰) اصول تحقیق و برنامه‌ریزی توسعه. تهران: انتشارات سمیع.
- استعلاجی، علیرضا (۱۳۸۰) آشنایی با توسعه یکپارچه و پایدار. تهران: انتشارات جهاد کشاورزی.
- امید بیگی، رضا. ۱۳۷۹. رهیافت‌های تولید و فراوری گیاهان دارویی. ققنوس.
- سفیدکن، فاطمه. ۱۳۸۰. تحقیقات گیاهان دارویی و معطر ایران. موسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع.
- ۷- شکویی، حسین (۱۳۵۴) جغرافیای پزشکی و روش تحقیق در آن. نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی تبریز. شماره تابستان.
- مظفریان، ولی‌الله. ۱۳۷۵. گیاهان ایران. موسسه فرهنگ معاصر.
- ۹- هوشور، زردشت (۱۳۸۱) پاتولوژی جغرافیایی ایران. جلد اول. مشهد: انتشارات جهاد دانشگاهی مشهد.
- ۱۰- هوشور، زردشت (۱۳۶۵) مقدمه‌ای بر جغرافیای پزشکی ایران. مشهد: انتشارات بخش فرهنگی دفتر مرکزی جهاد دانشگاهی.

Schultz V. Hansel R. Tyler U. . Rational phytotherapy. A physician`s guide to herbal medicine، NY:

Springer – verlag ،1998.

<http://en.wikipedia.org>

www.irteb.com/herbal

<http://daneshnameh.roshd.ir>

<http://www.iana.ir>