

گیاه نعنا

نام‌های دیگر: نعناع - نعنع - زیرفون - رافویه - مانت - تیول - سبزی هزارپا - هزارپا.

Mint- Menthe- Menthe Verte- Spearmint.

مشخصات: گیاهی است از خانواده Labiatae و از تیره نعناع علفی و چندساله که بطور کلی دو نوع ساقه دارد، ساقه هوایی و ساقه زیرزمینی و شکل ساقه چهارگوش است. برگهای آن با بوی معطر و کرکهای بسیار ریز و متقابل و دندانان دارند. گل‌های آن بسته به گونه‌اش، قرمز، ارغوانی و یا سفید می‌باشد که گرد و کوچک است. این گیاه در ایران در آذربایجان نزدیک تبریز و در بلوچستان به‌طور خودرو می‌روید و به‌عنوان سبزی خوردن نیز کاشته می‌شود.

برگ نعنا

طبیعت آن: گرم و خشک است.

خواص درمانی: 1- آب دم‌کرده آن را بنوشید.

تونیک، قابض، محرک، بادشکن، تب‌بر، قاعده‌آور، ادرارآور و عرق‌آور است، خون را

اسرار گیاهان دارویی، ص: 1072

رقیق می‌کند و چربی خون را برطرف می‌سازد، سرماخوردگی و آنفلوانزا و سرفه و سردرد را درمان می‌کند، بی‌اشتهایی بعد از بیماری و نقاهت را برطرف می‌سازد، درد شکم را تسکین می‌دهد، نفس را سریع و بدن را گرم می‌کند، ضد سم در موارد گزیدگی و نیش حشرات است، دردهای چهره و ناراحتی‌های اعصاب در کودکان را درمان می‌کند، خستگی را برطرف می‌سازد، از خونریزی بینی و بیماریهای بینی و گلو جلوگیری می‌کند.

2- هر شب موقع خواب آن را بخورید. تقویت کننده است و جوانی را حفظ نموده و از پیری جلوگیری می‌کند.

3- کسانی که خون استفراغ می‌کنند (از شش‌ها یا از معده)، در صورتی که زیاد شدید نباشد، همچنین زنهایی که خونریزی غیر طبیعی دارند می‌توانند نعنا را تازه را بکوبند و عصاره آن را اخذ نموده بنوشند.

بهبودی حاصل خواهد شد.

4- جویدن نعنا باعث ساکت شدن درد دندان می‌گردد.

5- آن را با مویز مخلوط بکوبید و روی ورم بیضه ضمد کنید چنانچه ورم قرمز رنگ نباشد و خارش شدید نداشته باشد یعنی جزء ورم‌های گرم نباشد آن را تحلیل می‌برد.

6- بیست تا سی گرم گل خشک آن را در یک لیتر آب جوش ده دقیقه دم کنید بعد آب آن را صاف و با عسل شیرین سازید و روزی سه فنجان به نوبت بنوشید. تشنجات عصبی یا پرش موضعی و تصلب شرائین را درمان می کند، بی خوابی را برطرف می سازد.

7- آب جوشانده آن را با 6 گرم تخم شلغم کوبیده مخلوط کنید و بخورید. سنگ کلیه و مثانه را برطرف می سازد.

8- هر روز آن را با پرسیاوش به اندازه مساوی بجوشانید و آب صاف کرده آن را بنوشید. دستگاه هاضمه را تقویت و سوءهاضمه را برطرف می سازد و معده را تمیز می کند و از نفخ معده و آروق زدن جلوگیری می نماید، حناق و ورم قلب را درمان می کند.

9- آن را با چای سفید به اندازه مساوی دم کنید و آب آن را بنوشید، اسهال را متوقف می سازد.

10- آن را با رب انار ترش یا آب انار ترش بخورید، سکسکه یا فواق را آرام می سازد و از استفراغ جلوگیری می کند.

11- آن را با مسطکی مخلوط بکوبید و بخورید. آسم یا تنگی نفس را درمان می کند.

12- آب جوشانده آن را در آب وان مخلوط کنید و در آن استحمام نمایید. پوست بدن را زیبا می کند.

13- اگر سر را با آب نعناع تازه یا آب جوشانده نعناع بشویید. رشک و شپش سر را نابود می سازد.

14- تازه آن را بکوبید و ضماد کنید، پوستی که گاه گاهی سرخ می شود و خارش پیدا می کند و اگزما و

اسرار گیاهان دارویی، ص: 1073

بواسیر را درمان می کند، درد بیضه را تسکین می دهد.

15- هر روز با آب جوشانده آن موضع را سه بار بشویید. زخمی که در آن کرم گذاشته باشد را درمان می کند، قرمزی چشم را برطرف می سازد.

16- تازه آن را بکوبید و با آرد جو خمیر کنید و ضماد نمایید. سرسوزه را باز می کند.

17- برای درمان خنازیر برگهای تازه آن را بکوبید و با کمی روغن گل سرخ مخلوط کنید و از خارج روزی سه بار ضماد نمایید.

18- آب تازه آن را با کمی عسل مخلوط کنید و در گوش بچکانید. درد آن را ساکت می کند.