

## هليله

به فارسی «هليله» و در کتب طب سنتی با نامهای «هلیح» و «هلج» آمده است. به فرانسوی Myrobalan یا Myrobolan و به انگلیسی نیز Myrobalan گفته می‌شود.

میوه خشک شده درختانی گرمسیری است که اغلب در مناطق حاره هند، برمه و سیلان و دامنه‌های هیمالیا می‌روید. درخت آن را به فرانسوی Terminalier نامند.

گیاهی است از خانواده Combretaceae جنس Terminalia دارای گونه‌های مختلفی است که معروف‌ترین آنها عبارت‌اند از:

1. «هليله کابلی» به نام علمی Terminalia chebula Retz. و مترادف آن Myriobalanops chebula Gaertn. و Terminalia gangelica Roxb. می‌باشد. به فرانسوی Myrobalam chebula و به انگلیسی Chebulic Myrobaan خوانده می‌شود.

## مشخصات

درخت ترمینالیه که میوه آن را هليله کابلی گویند درختی است بزرگ به ارتفاع حدود 25-20 متر. برگها متناوب، بیضی کشیده یا بعضی از آنها دایره‌ای با قاعده قلبی به ابعاد 7\*5 سانتی‌متر. گل‌های آن نر و ماده به رنگ زرد یا سفید کثیف با بوی نامطبوع است. میوه آن تخم‌مرغی شکل به رنگ زرد مایل به خاکستری یا زرد مایل به سرخی و این میوه است که هليله کابلی نام دارد و در طب سنتی به مصرف می‌رسد.

معارف گیاهی، ج 6، ص: 379

این درخت بومی هند است و در مناطق دیگر از جمله در هندوچین و برمه و تایلند کاشته می‌شود و میوه آن به سایر مناطق عالم صادر می‌شود. علت اینکه این میوه را هليله کابلی گویند آن است که این هليله از طریق افغانستان و خراسان به ایران وارد می‌شود و لذا مردم تصور می‌کنند که این درخت در افغانستان می‌روید.

## ترکیبات شیمیایی

در ترکیبات شیمیایی هليله کابلی تانن یافت می‌شود. در بررسی دیگری نشان داده می‌شود که در هليله کابلی در حدود 30 درصد ماده قابضی وجود دارد و قابض بودن این ماده مربوط به وجود ماده عاملی به نام کبولینیک اسید<sup>1</sup>

<sup>1</sup> (1) Chebulinic acid.

می‌باشد. بعلاوه هلیله کابلی دارای 40-20 درصد تانیک اسید<sup>2</sup>، گالیک اسید، رزین و ... است. علاوه بر موارد فوق در هلیله کابلی چند ماده عامل مسهلی با طبیعت مشابه آنتراکینون می‌باشد.

گزارش دیگری نشان می‌دهد که در هلیله کابلی چربی، کبولیک اسید<sup>3</sup>، تانن و الاجیک اسید وجود دارد [اروا].

### خواص - کاربرد

در هند هلیله کابلی به عنوان قابض، ملین مورد توجه است و در استعمال خارجی و کاربرد موضعی روی زخمها و جراحتهای کهنه و مزمن و به شکل غرغره در التهابهای عمومی مخاط دهان، مصرف می‌شود. گرد آن برای تقویت لثه‌ها مفید است و در موارد کرم‌خوردگی دندان و برای جلوگیری از خونریزی لثه‌ها به کار می‌رود [G. I. M. P.]. در برمه از هلیله کابلی که میوه درخت است به عنوان ملین [ماسون] و تونیک [راجر] استفاده می‌شود. در چین از آن به عنوان داروی مفتوح و بازکننده انسداد عروق، بادشکن [استوارت]، قابض [اروا]، نرم‌کننده سینه و برای افزایش ترشح بزاق [برت] استفاده می‌شود. از هندوچین هلیله کابلی به عنوان مسهل استفاده می‌شود [کروست و پتلو]. در شبه‌جزیره مالایا که هلیله کابلی را از هند وارد می‌کنند، علاوه بر موارد فوق از هلیله کابلی برای قطع اسهال و بند آوردن خونریزی [واتانابه] و به

معارف گیاهی، ج 6، ص: 380

عنوان ضد صفراوی [برکیل]. و ضد اسهال خونی [هوپر] استفاده می‌شود. در اندونزی هلیله کابلی نارس و نیم‌رس و همچنین گالهایی از درخت هلیله کابلی را وارد می‌کنند و به عنوان قابض مصرف می‌نمایند.

2. هلیله زرد *Terminalia citrina Roxb*. خواص آن کم‌وبیش مشابه خواص هلیله کابلی است. این درخت نیز در هند در مدرس روی تپه‌های خشک داخل جنگلهای پهن‌برگ تا ارتفاع 1500 متر از سطح دریا می‌روید.

3. *Terminalia arjuna W. A.* این گیاه هندی است و به ایران نیز وارد شده و در منطقه اهواز و آبادان کاشته شده است. به انگلیسی *Arjun tree* و به هندی نیز *Arjun* گفته می‌شود.

### مشخصات

درختی است نسبتاً بزرگ و سریع‌الرشد به‌طوری که 40-35 ساله آن در حدود 80 سانتی‌متر قطر دارد. میوه آنکه نوعی هلیله است قهوه‌ای درشت‌بالدار و حاشیه بالهای آن دنداندار است.

<sup>2</sup> Tannic acid.

<sup>3</sup> Chebulic acid.

## ترکیبات شیمیایی

در پوست درخت ماده متبلوری به نام آرژونین<sup>۴</sup>، یک لاکتون<sup>۵</sup>، آرژونتین<sup>۶</sup>، اسانس، مقدار زیادی تانن، کمی قند احیاکننده و ماده رنگی می‌باشد [G. I. M. P]. در گزارش دیگری آمده است که از پوست درخت مواد آرژونالییک اسید<sup>۷</sup>، ساپونین و لوکودلفینیدین<sup>۸</sup> جدا شده است [S. G. I. M. P].

## خواص - کاربرد

پوست این درخت قابض، تبر، تونیک است به عنوان تونیک قلبی در موارد بیماری‌های قلبی تجویز می‌شود و به علاوه برای رفع ناراحتی‌های صفراوی مصرف

معارف گیاهی، ج 6، ص: 381

می‌شود و به عنوان تریاق و ضد سم نیز کاربرد دارد. میوه آن تونیک و بازکننده انسداد است. از عصاره برگ‌های تازه آن برای رفع گوش درد استفاده می‌شود. از خاکستر پوست درخت برای عقرب‌زدگی تجویز می‌شود [G. I. M. P]. گرد پوست درخت فشار خون را کاهش می‌دهد و مدتر است و در موارد تشمع کبد اثر مدتر و تقویت دارد.

از نظر حکمای طب سنتی هلیله‌ها عموماً سرد و خشک هستند. و در موارد خواص و مشخصات انواع آن در کتب طب سنتی چنین آمده است: در بازار به‌طور کلی چند نوع هلیله با نامهای زیر عرضه می‌شود: هلیله کابلی، هلیله سبز، هلیله زرد، هلیله سیاه که به انگلیسی با نامهای Chebulic myrobalan، Black myrobalan و Yellow myrobalan نامیده می‌شوند.

طبق توضیحاتی که در کتب طب سنتی ایرانی آمده است انواع هلیله را مراحل مختلف رسیدن میوه هلیله می‌دانند و معتقدند که اگر میوه‌های بسیار کوچک درخت چیده و خشک شود به شکل زیره درمی‌آید. این نوع میوه در بازار با نام «هلیله زیره‌ای» عرضه می‌شود. وقتی که میوه بزرگتر و در ابعاد یک جو می‌شود. این نوع را پس از خشک شدن با نام «هلیله جوی» در بازار عرضه می‌کنند. در مرحله بعدی که کمی میوه بزرگتر و در ابعاد یک مویز و به رنگ سیاه درمی‌آید آن را هلیله سیاه یا هلیله هندی نامند. تا اینجا هیچ‌یک از انواع فوق هنوز دانه نبسته‌اند و میوه کامل نشده‌اند. در مرحله بعد که میوه نیم‌رس است، خشک شده آن به رنگ سبز مایل به زرد درمی‌آید و آن را «هلیله چینی» گویند. از آن به بعد که میوه بیشتر رسیده است و رنگ خشک‌شده آن به کلی زرد است آن را «هلیله اصفر»

---

Arjunine.(1) <sup>4</sup>

Lactone.(2) <sup>5</sup>

Arjunetin.(3) <sup>6</sup>

Arjunalic acid.(4) <sup>7</sup>

Leucodelphinidin(+).(5) <sup>8</sup>

نامند. و میوه کاملاً رسیده آن را که به رنگ زرد مایل به سرخ است هلیله کابلی گویند که دانه کوچکی در داخل آن قرار دارد.

از نظر خواص معتقدند که هلیله کابلی مسهل صفرا و بلغم رقیق است. مقوی معده و دماغ و حافظه و حواس است و بازکننده انسداد می‌باشد. در تمام این خواص دم‌کرده و خیسانده هلیله مؤثرتر از جرم خشک هلیله است. در موقع دم کردن نباید زیاد جوش بخورد زیرا در این صورت قدرت دارویی آن کاهش می‌یابد. چون هلیله‌ها مسهل اخلاط رقیق است و اخلاط غلیظ دفع نمی‌شود لذا لازم است که برای لینت بیشتر و کامل‌تر آن را با گیاهان مسهل اخلاط غلیظ مانند بنفشه و فلوس خیار شنبر ترکیب کنند. معمولاً نباید هلیله‌ها را کاملاً نرم و ساییده کرد و بهتر است که نیم‌کوفته

معارف گیاهی، ج 6، ص: 382

مصرف شود زیرا خاصیت آن به شکل نیم‌کوفته بیشتر حفظ می‌شود. نیم‌کوفته هلیله زرد علاوه بر خواص فوق برای مالش و شست‌وشوی دندانها به منظور جلوگیری از خونریزی بین دندان و تقویت لثه‌ها و رویانیدن گوشت لثه و در درمان بواسیر خونی نیز کاربرد دارد. مقدار خوراک هلیله در مورد خیس کرده یا دم‌کرده آن 40 گرم است.

گرد سوخته هلیله کابلی نیز برای تقویت دندان و لثه و جلوگیری از خونریزی نافع است.

هلیله کابلی چون مدر است در موارد عدم دفع ادرار و سنگ مثانه و آب آوردن شکم نیز مفید است. هلیله سیاه هندی که در ابعاد یک مویز بی‌دانه است، مسهل سودا می‌باشد و برای تصفیه خون از اخلاط سوداوی و تقویت روده‌ها و تسکین درد بواسیر مفید است. نگه داشتن و مکیدن آن در دهان برای تقویت لثه‌ها مفید است. در مورد مبتلایان به لقوه طبق نظر شیخ الرئیس ابو علی سینا، محمد بن زکریای رازی و عده‌ای از سایر حکما اگر هر روز یک عدد هلیله کابلی که دانه آن بیرون آورده شده باشد، در دهان گذارده شود و جویده شود تا تمام آن فرو رود و بلع شود و یا هلیله سیاه هندی را در دهان گذارده و بجوند و یا هلیله کابلی را نیم‌کوب کرده با عسل مخلوط و بخورند برای شفای لقوه بسیار مؤثر است. هلیله سیاه مضر کبد است، از این نظر باید با عسل خورده شود. مقدار خوراک از جرم هلیله سیاه تا 10 گرم و در دم‌کرده‌ها تا 35 گرم برای هر خوراک است.

مرتبای هلیله: معده را تقویت می‌کند و خملهای معده را محکم می‌کند و برای هضم غذا بسیار نافع است. اشتها را زیاد می‌کند و نفخ معده را تحلیل می‌برد و باقیمانده هضم نشده از غذاهای قبلی در معده را دفع می‌کند. در جلوگیری از سفید شدن مو مؤثر است. برای اشخاصی که سودای ناشی از بلغم دارند مفید است. مقوی دماغ و حافظه است. مداومت مصرف مرتبای هلیله برای سردردهای حادث از اختلال معده نافع است. مرتباً اگر با عسل درست شود، برای کاهش نسیان و فراموشی و افزایش دید چشم مفید است.

روش تهیه مرتبای هللیله: 100 عدد هللیله کابلی تازه را گرفته و اگر هللیله کابلی تازه در دسترس نباشد 100 عدد هللیله خشک را می‌گیرند و با روش زیر آن را تازه می‌کنند. هللیله‌ها را در ظرف آبی که غرقاب شوند می‌خیسانند و مقداری در حدود 200 گرم خاکستر چوب، اگر خاکستر چوب بلوط یا مو باشد بهتر است، در آن می‌ریزند و هر 3-2 روز یک‌بار آب و خاکستر را عوض می‌کنند که تازه شود. این عمل را تا 9 روز ادامه می‌دهند پس از 9 روز هللیله‌ها را که تازه شده است بیرون

معارف گیاهی، ج 6، ص: 383

آورده خوب می‌شویند و در دیگی با مقداری آب که روی آن را بگیرد ریخته و در حدود 60-30 گرم جو پوست گرفته در آن ریخته می‌جوشانند تا پخته شود. بعد هللیله‌ها را بیرون آورده و پهن می‌کنند تا خشک شود و رطوبت آنها گرفته شود و با چیز نوک‌تیزی سوراخهایی در هریک از هللیله‌ها ایجاد می‌کنند و آنها را با عسل صاف شده که قبلاً جوشانده و کف آن را گرفته باشد، مخلوط می‌کنند. عسل باید آن قدر باشد که روی هللیله‌ها را عسل بگیرد. در این مرحله باید اطمینان حاصل شود که در این مخلوط قطرات آب وجود ندارد در غیر این صورت پس از چند روز باید عسل آن را تعویض کنند. به این مخلوط هللیله و عسل در مقابل هر 100 عدد هللیله باید مخلوطی از دارچین، زنجبیل، هل، جوزبوا از هریک 15 گرم و 0/5 گرم مشک کوبیده و اضافه نمایند. مرتباً آماده است و باید بتدریج مصرف شود.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> میر حیدر، حسین، معارف گیاهی، 8 جلد، دفتر نشر فرهنگ اسلامی - تهران، چاپ: هفتم، 1385 ه.ش.