

مقاله علمی

بررسی طب سنتی در میان عشایر لار دماوند

ژیلا مشیری^۱، یعقوب جباریان^۲

(تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۲۰، تاریخ تأیید: ۱۴۰۱/۰۶/۲۶)

چکیده

طب سنتی، طبی پویا و عمیق است که بر پایه دانش بومی و محلی شکل گرفته است و گیاهان دارویی در آن جایگاه ویژه‌ای در تأمین بهداشت، سلامت جوامع، پیشگیری و درمان بیماری دارند. هدف پژوهش حاضر بررسی طب سنتی عشایر لار دماوند است. این تحقیق با بررسی شیوه‌های درمان با استفاده از گیاهان بومی و سایر شیوه‌های رایج، به مطالعه و بررسی پزشکی مردمی و کاربرد آن در درمان بیماری‌های مردم منطقه لار پرداخته است. پژوهش با روش کیفی انجام شده و رویکرد آن مردم‌نگاری است و از مصاحبه میدانی برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است. یافته‌های پژوهش گونه‌های متعدد گیاهان بومی و محلی را در درمان بیماری‌ها نشان می‌دهد. به غیر از این گیاهان برای درمان‌های بومی از شیوه‌های دیگری نیز استفاده می‌شود. اغلب کاربردهای دارویی گزارش شده برای سرفه و سرماخوردگی، مشکلات گوارشی، نفخ شکم، دل‌درد، بیماری‌های زنان، سنگ کلیه و شکستگی‌ها و... است. گیاهان دارویی به صورت دم‌کرده، جوشانده، شربت و مرهم استفاده می‌شود. به جز گیاهان دارویی، داروهای دیگری نیز در درمان مورد استفاده قرار می‌گیرد. توجه به درمان سنتی و دانش درمانگران، ادامه حیات طب سنتی است و در صورت عدم ضبط و ثبت آن، دانش بومی درمانگران سنتی از بین خواهد رفت.

کلیدواژه‌ها: بیماری، دماوند، طب سنتی، گیاه دارویی، لار

۱ پژوهشکده مردم‌شناسی، وزارت میراث فرهنگی و گردشگری، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

jilamoshiri@yahoo.com

virtual1347@yahoo.com

۲ مردم‌شناس، اداره کل دیپلماسی عمومی سازمان انرژی اتمی، تهران، ایران

مقدمه

قرن‌ها است که مردم از گیاهان برای تغذیه، بهبود و سلامت خویش بهره برده‌اند. «وجود رابطه عمیق بین مردم و گیاهان از قدیمی‌ترین ویژگی‌های تمامی فرهنگ‌های بشری است، رابطه‌ای که همیشگی و ضروری بوده است و شاید به دلیل بدیهی دانستن این رابطه در بسیاری از اوقات مورد توجه پژوهش‌های علمی قرار نمی‌گرفته است. گیاهان همواره بخشی اساسی از غذای انسان‌ها را تشکیل داده‌اند، سهم بسیار مهمی در ساختن انواع ابزارها و به تبع در فرهنگ مادی بشر داشته‌اند و نیز در سطحی دیگر دارای نقش قابل توجهی در انواع درمانگری‌ها، اعتقادات مذهبی و ماوراءطبیعی هستند و بنابراین بخش قابل توجهی از فرهنگ معنوی بشر نیز در ارتباط با گیاهان شکل گرفته است» (مقصودی و پارسا‌پژوه، ۱۳۹۰: ۱۳۸). علاوه بر تغذیه، درمان به وسیله این گیاهان نیز قدمتی دیرینه دارد. «چنانچه اولین نوشته‌ها در زمینه گیاهان دارویی در ایران به حدود ۵۰۰۰ سال پیش در زمان سومری‌ها بازمی‌گردد» (امیری عقدایی و زارع زردینی، ۱۳۹۳: ۱۹۶). سیریل الگود درباره پیشینه گیاهان دارویی در ایران معتقد است «ریشه‌های طب سنتی ایران به بیش از ۸۰۰۰ سال قبل از میلاد می‌رسد. طبق نظر او، پزشکی قبل از طب یونانی وجود داشته است. ایرانیان اصول آن چیزی را که طب یونانی نامیده شد، به یونانیان تعلیم دادند» (الگود، ۱۳۷۱: ۲۲).

بسیاری از نیازهای انسان در محیط اطرافش به طور طبیعی یافت می‌شده و یکی از شرایط لازم برای معالجه بیماری‌ها و مراقبت‌های اولیه بهداشتی، مصرف داروهای مناسب است. گیاهان از منابع عمومی داروها بوده و هستند و از آنجایی که کشور ما تنوع اقلیمی گسترده‌ای دارد، گیاهان دارویی نیز از این ویژگی برخوردارند و هر قوم با توجه به منطقه زندگی خود از گیاهانی برای مداوا استفاده می‌کند. «ایران تقریباً دارای اقلیم‌های حیاتی جهان است. بنابراین از نظر تنوع اقلیمی و آب و هوا می‌توان آن را جزء غنی‌ترین بخش‌های جغرافیایی جهان دانست. تعداد گونه‌های گیاهی کشور ما بیش از پنج برابر همه گونه‌های گیاهی اروپاست و این پدیده توجه بیش از حد پژوهشگران کشورهای جهان را به کشور ما جلب کرده است. بی‌تردید در میان فلور گیاهی متنوع ایران، گونه‌های منحصر به فردی وجود دارند که در تمام جهان متعلق به ایران است. به طور کلی، تاکنون یازده هزار گونه گیاهی از ایران معرفی، شناسایی و جمع‌آوری شده است که در هر بار یوم‌های بزرگ ایران به صورت موزه نگهداری می‌شود... شرایط جغرافیایی متنوع و

رویشگاه‌های گوناگون از سوئی و فرهنگ مردم کهنسال ایرانی (مانند هر فرد کهنسال دیگر) از سوی دیگر، گنجینه‌ای از آفرینندگی‌های مردمی را در زمینه گیاه‌شناسی سنتی فراهم کرده است» (فرهادی، ۱۳۸۵: ۴۳ و ۴۴).

گیاه‌شناسی و گیاه‌درمانی شاخه‌ای از طب سنتی است که در آن از گیاهان برای پیشگیری، درمان، حفظ و تقویت تندرستی استفاده می‌شود. این طب نه تنها برای پیشگیری، تشخیص و درمان بیماری‌ها به کار می‌رود، بلکه برای مراقبت از سلامت و بهبود کیفیت زندگی نیز کارایی دارد. بنابراین رهیافتی جامع‌نگر درباره فرد و جامعه دارد. در مقدمه کتاب نهضت پزشکی در این باره آمده است: «حکمای قدیم ایران و یونان قوانینی صحیح برای حفظ سلامت بشر وضع کرده بودند که مردم به آن‌ها عمل می‌کردند و اجرای این دستورات بهداشتی به تدریج جزء عادات و آداب اجتماعی درآمد و در نتیجه مردم مزاجی سالم داشتند و استعداد ابتلا به انواع بیماری‌ها اصولاً کم بوده است» (مصطفوی کاشانی و پاکدامن، ۱۳۵۸: ۸). «پزشکی کهن ایران و تاریخ آن گوهری ناسفته و دری نیافته است. طب جدید که در حقیقت ارائه تکمیل شده طب کهن است، با پشتوانه شیوه‌ها و منطق جدید در این سرزمین و سایر کشورها جای خود را باز کرد و همچون صخره‌ای بر پیکر بی‌توانشده طب سنتی سرازیر شد و آن را هم درنوردید. در صورتی که به موازات طب جدید و خوبی و شفافبخشی‌های آن، طب سنتی نیز به حق می‌توانست جایگاه خود را داشته باشد» (تاج‌بخش، ۱۳۷۲: ۱۸۰). جایگاهی که در سالیان اخیر بیشتر به آن توجه شده و استفاده از آن به عنوان درمان بعضی از بیماری‌ها بیشتر مورد توجه قرار گرفته است.

طب سنتی ایران برگرفته از دانش بومی مردمی است که سالیان سال طبق تجربه و آزمون و خطا، گیاهی را یافته‌اند که در درمان یک بیماری یا پیشگیری از آن مؤثر است. این طب بر اساس چارچوب فرهنگ هر منطقه، سنت‌ها و آداب مرسوم درمان افراد آن قوم شکل گرفته و وجود این چارچوب باعث شده که طب بومی رایج آن منطقه منطبق بر فرهنگ، آداب و عقاید مردم باشد. برای تأمین سلامت جهانی، مطالعه، بررسی و بکارگیری دانش بومیان در استفاده از گیاهان و بهره‌مندی از آن در صنایع پیشرفته امروز مورد نیاز است. در حالی که با وجود تغییرات ایجادشده از طریق فناوری در زندگی مدرن و تأثیرات به ظاهر فریبنده این عصر، دانش محلی به عنوان علمی کهن و کارآمد برای آشنایی و حفظ منابع طبیعی برای آیندگان بسیار مورد توجه است. شاید این گونه باشد که بخش بزرگی از راه رسیدن به این هدف، بر دوش کسانی است

که با این علم کهن ارتباط مستقیم دارند. امروزه با مرگ کهنسالان، بسیاری از دانسته‌ها و دانش بومی این حوزه به سمت نابودی خواهد رفت؛ همچنان که بسیاری از گونه‌های گیاهی، در حال نابود شدن هستند و هنوز متخصصان از جمله مردم‌شناسان کمتر توانسته‌اند با دیدگاه و روش خود به جستجو و کشف مهم‌ترین‌ها از سهم انسان در طبیعت بپردازند. بر همین اساس مقاله حاضر با بررسی شیوه‌های رایج درمان با استفاده از منابع طبیعی، به مطالعه طب سنتی در میان عشایر منطقه لار دماوند می‌پردازد.

روش پژوهش

بررسی باورها و آداب و رسوم جاری در زمینه پزشکی در بین مشارکت‌کنندگان تحقیق و شناخت داروهای گیاهی مورد استفاده از نکات حائز اهمیت در بررسی‌های مردم‌شناختی است و برای این منظور در این پژوهش از روش کیفی با رویکرد مردم‌نگاری استفاده شده است. در این مطالعه سعی شده است اطلاعات از طریق مصاحبه با افرادی جمع‌آوری شود که به طبابت محلی می‌پردازند و روش کار آنها مورد بررسی قرار گرفت.

میدان تحقیق و افراد مورد مطالعه

در این تحقیق عشایر منطقه لار، از توابع شهرستان دماوند مورد بررسی قرار گرفتند. لار روستایی در ۷۵ کیلومتری شرق تهران از توابع دماوند است. بر اساس سرشماری ۱۳۹۰، جمعیت این روستا ۲۰۷۵ نفر است (مرکز آمار و اطلاعات ایران، ۱۳۹۰). این روستا در دهستان ابرشویه قرار دارد. زمان انجام این تحقیق، سال ۱۳۹۳ بوده است. سریندان از سمت شرق، آینه‌ورزان از غرب، هویر از شمال و سرخده و مغانک از جنوب محدوده این دهستان را تشکیل می‌دهند. شغل اصلی مردم این روستا کشاورزی و دامداری است. در این تحقیق، افراد محدودی که دارای غنی‌ترین اطلاعات در زمینهٔ مورد بحث بودند، برای مطالعه در نظر گرفته شدند. با توجه به جمعیت منطقه لار، مشارکت‌کنندگان این تحقیق ۲۶ نفر هستند که زنان و مردان ساکن در منطقه لار را شامل می‌شوند که بین ۳۰ تا ۹۰ سال سن دارند. از آنجایی که زنان سالخورده بیشتر کار طبابت محلی را انجام می‌دهند، سعی شده است که مشارکت‌کنندگان از بین آنها انتخاب شوند. ولی از مردانی هم که کار پزشکی سنتی را انجام داده‌اند، درباره موضوع تحقیق سؤال پرسیده شد.

جدول (۱): ویژگی‌های افراد مورد مطالعه

تعداد شرکت‌کنندگان	شغل
۲	درمانگران بومی
۶	زنان
۱۴	زنان سالمند
۴	مردان سالمند

پیشینه پژوهش

درباره طب سنتی ایران، در دوره‌های مختلف تمدن این مرزوبوم چه پیش از اسلام و چه بعد از آن طبیبان و دانشمندان بزرگی چون برزویه طبیب (حکیم دوره ساسانی) و ابن سینا بزرگ‌ترین دانشمند ایرانی پا به عرصه پزشکی گذاشتند و سهمی بسزا در ترقی و تعالی علوم در جهان داشتند و با آثاری گرانقدر چون قانون در طب که حاوی گران‌بهارترین دانش‌ها در شناخت خواص گیاهان و درمان بیماری‌ها است، نه تنها در ایران بلکه در دنیا شناخته شده‌اند (سلامی، ۱۳۸۱: ۹).

کتاب‌هایی نیز در حوزه گیاهان دارویی و طب سنتی به چاپ رسیده است که از مهمترین آنها می‌توان کتاب دایره‌المعارف مصور گیاهان دارویی را نام برد. در این کتاب، انواع بیماری‌های انسان و درمان آن با استفاده از گیاهان دارویی به ترتیب الفبا بیان شده است (حاجی شریفی و زدی‌زاده، ۱۳۹۵). کتاب پزشکی سنتی مردم ایران، نوشته ایرج افشار سیستانی در سال ۱۳۷۰ به نگارش درآمده و درباره طب سنتی و پزشکی سنتی مردم ایران است. گزارش‌های پژوهشی، مقالات و پایان‌نامه‌های بسیاری نیز در حوزه طب سنتی ایران و گیاهان دارویی نوشته شده است. گزارش‌های پژوهشی درباره طب سنتی مناطق مختلف ایران در مردم‌نگاری‌های انجام شده که در مرکز اسناد پژوهش‌کده مردم‌شناسی نگهداری می‌شود، از این نمونه است. مرتضی فرهادی نیز در سال ۱۳۸۵ در پژوهشی به بررسی گیاه مردم‌نگاری گیاهان خودروی کمره پرداخته است. او در این کتاب ضمن بیان ویژگی‌های گیاه‌شناسی مردمی، گیاه‌شناسی عامیانه در چند روستای کمره را بررسی کرده است. منیژه مقصودی و سپیده پارساپژوه نیز در تحقیقی با روش کیفی و با استفاده از مصاحبه و مشاهده، به اطلاعاتی درباره دانش بومی اهالی روستای پس‌قلعه، واقع در شمال تهران دست یافتند. در این تحقیق سعی شده است گیاهان

خودرویی شناسایی شوند که اهالی به جمع‌آوری آنها می‌پردازند. این گیاهان طی سال‌های متوالی در حوزه‌های خوراک و دارو، مورد استفاده انسان و دام بوده و در زندگی روزمره و باورهای مردمی کاربرد داشته‌اند. نحوه و میزان استفاده از این گیاهان و به‌طور کلی جزئیات نقش آن‌ها در زندگی اهالی در جریان پژوهش بررسی شده است. در مقالات دیگری نیز خالقی و همکاران، ۱۳۹۴، رضوی، ۱۳۹۴، میردیلیمی و همکاران، ۱۳۹۳، مقصودی و صالحی، ۱۳۹۳ به بررسی گیاهان دارویی در مناطق مختلف پرداخته‌اند. منیژه مقصودی و صدیقی (۱۳۹۹) نیز پژوهشی درباره درمان‌های بومی در جامعه زرتشتیان یزد انجام داده و درمان‌های بومی، سنتی و جایگاه آن در دنیای مدرن را بررسی کرده‌اند. در مجله پیام بهارستان (ویژه‌نامه طب سنتی) نیز در مقالات متعدد طب سنتی مناطق مختلف ایران بررسی شده است. درباره عشایر لار منبع مستندی یافت نشد که طب سنتی این منطقه را مورد مطالعه قرار داده باشد.

درمان بیماری‌های جسمی

- تب

- بیمار را در زیر آفتاب می‌خوابانند، رویش را می‌اندازند تا عرق کند و استخوان و رگ‌هایش نرم شود.
(حال اگر زمستان هم بود و آفتاب نبود، بیمار را کنار آتش بخوابانند، عرق کند تب تمام خواهد شد) (مرد، ۷۲ ساله، لار).
- دم‌کرده چهارگل به بیمار می‌دهند. چهارگل شامل گل هندوانه، گل طالبی، گل کدو و گل ختمی است.
- بیمار را با آب نمک ولرم پاشویه می‌کنند.
- جوشانده آب عناب را چند بار می‌خورند.
- وقتی تب شدید باشد، دست و پای بیمار را در آب نمک مالش می‌دهند.
- دم‌کرده زرنگو، آویشن و بارهنگ برای تب مفید است.
- آش داغ آماج برای بیمار می‌پزند.
- برگ یا پوست بید را می‌جوشانند، آب آن را می‌خورند.
(برگ بید استامینوفن گیاهی است، تا جوشانده آن را بخوری تب پایین خواهد آمد) (مرد، ۴۵ ساله، لار).

- اگر فرد بیمار را زیر درخت بید بخوابانند، تب او پایین می‌آید.
- کتف‌ها را چرب می‌کنند، حوله داغ روی آن‌ها می‌اندازند یا آجری را داغ می‌کنند، داخل پارچه و در پشت بیمار می‌گذارند.

- سرماخوردگی

- بیمار را با آب و سرکه بخور می‌دهند. سرکه را در آب در حال جوشیدن می‌ریزند. سپس حوله‌ای بر سر بیمار می‌اندازند و او را بخور می‌دهند.
- بخور با آویشن یا شلغم برای درمان سرماخوردگی مؤثر است.
- یک شلغم بزرگ را توخالی و آن را پر از شکر می‌کنند. یک ساعت روی آتش می‌ماند تا آب بیندازد، بعد می‌خورند. برای عفونت سینه و گلو بسیار خوب است
- دم‌کرده چهارگل برای درمان سرماخوردگی مفید است.
- مخلوط بارهنگ، تخم به و چهارتخم نیز برای درمان این بیماری مفید است.
- دم‌کرده آویشن برای این بیماری بسیار خوب است.
- جوشانده عناب، گل ختمی و بارهنگ به بیمار می‌دهند.

- چشم‌درد

- برای درمان چشم‌درد، روغن زرد را با آرد خمیر می‌کردند، کمی زردچوبه به آن می‌زدند و روی چشم می‌گذاشتند.
- شستشو با چای پررنگ یکی از راه‌های درمان چشم‌درد در منطقه مورد مطالعه است.
- شستشوی چشم با شیر زنی که فرزند دختر دارد، برای درمان چشم‌درد مفید است.
- برای درمان درد چشم از پی بز سورمه تهیه می‌کنند و به چشم می‌کشند.
- «قدیم‌ها پیرزنی بود که از پیه بز سورمه درست کرد، سرمه‌هاش بسیار خوب بود. خیلی زود چشم‌درد را دوا می‌کرد» (زن، ۴۹ ساله، لار).
- گوشت خام را روی پارچه می‌گذارند و شب چشم را با آن می‌بندند. صبح آن را برمی‌دارند و یخ می‌گذارند.
- چشم را با مدفوع الاغ دود می‌دهند یا مدفوع الاغ را در آتش می‌گذارند، پنبه‌ای بالای آن می‌گیرند، سپس پنبه دودگرفته را روی چشم می‌بندند.

- مخلوط زرده تخم مرغ و روغن حیوانی را در دستمالی قرار می‌دهند و بر روی چشم می‌گذارند.

- بیماری اعصاب

- جوشانده چهارگل، آویشن و پونه برای تقویت اعصاب مؤثر است.
- جوشانده لیمو خشک عمانی، سنبل‌الطیب و گل‌گاوزبان به بیمار می‌دهند.
- عسل موم‌دار برای تقویت اعصاب مؤثر است.
- چای کوهی به بیمار می‌دهند.
- دم‌کرده گل زرد برای بیماری اعصاب و درمان آن مؤثر است.
- برای تقویت اعصاب، جعفری خام را مؤثر می‌دانند.

- کمردرد

- برای رفع کمردرد ضماد روغن حیوانی و زیره به کمر می‌مالند.
- کوهان شتر یا روغن گرم به موضع می‌مالند.
- قرص کمر را در آتش چال می‌کنند، پوست آن را درمی‌آورند و مغزش را می‌کوبند و بر روی کمر می‌گذارند.
- ضماد مورت و تخم مرغ برای درمان کمر مفید است.
- گیاه گوش خر را می‌پزند، زمانی که ولرم شد، بر روی محل درد می‌گذارند.

- آسم

- شیر مادبان برای درمان آسم مفید است.
- برای درمان آسم به بیمار شیر الاغ می‌دهند.
- عنبر نسارا (پشکل الاغ) که آن را در یک ظرف می‌ریزند و مریض را با آن بخور می‌دهند.
- گردوی تازه برای درمان آسم مؤثر است.
- ادراش شتر برای درمان آسم مفید است و باید دو بار صبح ناشتا یک استکان بخورد.
- تخم لاک‌پشت نیز برای درمان آسم مؤثر است.

- پادرد

- با سوخته تریاک پا را مالش می‌دهند تا پا عرق کند و درد رفع شود.

- خون حواصل (پرنده سیاه با کله سفید) را می‌گیرند و خونس را به پا می‌مالند.
- مخلوط نمک و اسفند روی پا می‌بندند.
- بر روی قسمتی که درد می‌کند، کوهان شتر می‌بندند.
- زرده تخم لاک‌پشت را خشک می‌کنند، با روغن مخلوط می‌کنند یا با آب جوش به پا می‌مالند.
- مخلوط دارچین و روغن پاک را به پا می‌مالند و آن را گرم نگه می‌دارند.
- گیاه گوش خر را می‌پزند و وقتی ولرم شد، روی محل درد می‌گذارند.
- نمک داغ می‌کنند و درون پارچه روی محل درد می‌بندند.
- به محل درد پشم شتر می‌بندند.
- آب‌غوره می‌خورند یا به موضع می‌مالند.
- به محل درد نفت می‌مالند.

- ترک پا

- بر روی ترک پا حنا می‌گذارند.
- پی گوسفند را داغ می‌کنند، به آن زردچوبه اضافه می‌کنند و به محل ترکیبگی می‌زنند.
- «زن‌های ایل که جوراب و کفش به آن شکل که در زن‌های شهری هست، استفاده نمی‌کنند، این پی گوسفند و زردچوبه نمی‌گذارد پاها قاچ بخورد» (زن، ۴۹ ساله، لار).
- مخلوط موم یا شمع و روغن یا پی بز و روغن را گرم می‌کنند و می‌مالند.
- گیاه گزگزوله به پا می‌زنند.

- زانودرد

- پوست زیر دنبه را با نمک گرم می‌کنند و به زانو می‌بندند.
- شیره باریجه می‌خورند.
- روغن آریشه به محل درد می‌مالند.
- آجر داغ می‌کنند و بر روی زانو می‌گذارند.
- خوراکی‌های گرم مانند عسل به بیمار می‌دهند.
- روغن تشی یا کوهان شتر به زانو می‌مالند.

- اگر شدید باشد، چاله‌ای می‌کنند، پا را در آن می‌گذارند و خاک داغ تنور روی آن می‌ریزند.
- ضماد حنا، روغن حیوانی، تخم‌مرغ و عسل را به پا می‌مالند.

- آب زانو

- حجامت می‌کنند و تیغ می‌زنند.
- گیاه گوش خر پخته را روی آن می‌بندند.
- ماسه بادی گرم می‌کنند و روی آن می‌گذارند.
- زالو می‌اندازند.
- دو روز در میان یک دانه سیر خام می‌خورند.
- پوست زیر دنبه گوسفند را دور زانو می‌پیچند.
- نمک داغ به زانو می‌بندند.

- تهوع

- آب خیس کرده نعنا و کولک را روی سر بیمار می‌ریزند.
- خوراکی‌های گرم مانند نبات داغ، عرق نعنا، انجیر خشک، خرما و حلوای خانگی به بیمار می‌دهند.
- یک دانه گلپر در دهان بیمار می‌اندازند.
- آتش دوغ و چیزهایی که ترشی دارد به بیمار می‌دهند.
- اگر از دل‌درد باشد، به بیمار کشک می‌دهند.
- از سردی باشد، آویشن را دم می‌کنند و با نبات به بیمار می‌دهند.
- جوشانده پونه و شربت آب‌لیمو برای تهوع مؤثر است.
- هل کوبیده و نبات را با آب سرد یا گرم به بیمار می‌دهند.

- اسهال

- شاه‌دانه به بیمار می‌دهند.
- کشک را زیر آتش نیم‌پخت و سپس خرد می‌کنند و به بیمار می‌دهند.
- گیاه برنجک (تلخ است و بوته کبودرنگ و گل زرد دارد) به بیمار می‌دهند.
- پونه، آب دوغ و تخم‌مرغ آب‌پز برای درمان اسهال مفید است.

- با پی بز پشت او را می مالند و با پارچه گرم می بندند.
- نعنا و کولک را در آب خیس می کنند و به بیمار می دهند.
- فضولات سفت شده گوسفند را روی آتش می گذارند و پارچه ای روی آن می اندازند و مریض روی آن می نشیند.

– مسمومیت

- گنه گنه به بیمار می دهند.
- قره قروت یا کشک برای مسمومیت نافع است.
- آب لیمو برای رفع مسمومیت مؤثر است.
- جوشانده آویشن و چای کوهی به بیمار می دهند.
- فلفل سیاه در ماست می ریزند و به بیمار می دهند.
- در صورت مسمومیت شدید، شیر در گلوی مسموم می ریزند تا بالا بیاورد.

– دندان درد

- برای رفع دندان درد، سیخ را داغ می کنند و روی آن می گذارند.
- شیره باریجه روی دندان می گذارند.
- سیر یا روغن ترمز روی دندان می گذارند.
- پودر توری چراغ توری که سوخته باشد، بر روی دندان می گذارند.
- پی را با زردچوبه مخلوط می کنند و روی دندان می گذارند.
- مخلوط نشاسته و پی را روی دندان می گذارند.
- نفت روی پنبه می ریزند و در محل درد می گذارند.
- جویدن دو دانه گلپر برای دندان درد مؤثر است.
- فیلتر سیگار روی دندان می گذارند.
- آرد خام روی محل درد می گذارند.

– گوش درد

- زهره گاو یا گوساله ای را به پشت گوش یا زیر گلو می مالند.
- شیر یک زن را نمک می زنند، دور گوش بچه می مالند، بعد با پارچه گرم می بندند.

- در اطراف گوش تریاک می‌مالند.
- ادرار سنگ را روی پارچه می‌ریزند و روی گوش می‌بندند.
- باریجه را لای پنبه در گوش می‌گذارند.
- باریجه را با شیر مادری که دختر دارد، مخلوط می‌کنند و به گوش می‌مالند.
- باریجه را با روغن پاک در پشم می‌گذارند و درون گوش قرار می‌دهند.
- روغن نباتی را در پوست پیاز می‌ریزند، آن را بر روی آتش می‌گذارند، سپس روغن آب‌شده را در گوش می‌ریزند.

– سنگ کلیه

- دم‌کرده هسته گیلاس برای رفع سنگ کلیه مفید است.
- آب چشمه‌های لار، برای سنگ کلیه مفید است.
- دم‌کرده آویشن برای سنگ کلیه مفید است.
- جوشانده پوست هندوانه برای دفع سنگ کلیه مفید است.
- جوشانده گزنک به بیمار می‌دهند.
- آب چشمه آب اسک برای درمان این بیماری مفید است.
- جوشانده گزنه یا پیکل که گیاهی شبیه پنیرک و تیغ‌دار است، به بیمار می‌دهند.
- خربزه و کنگر (پوست‌کنده ساقه خاردار) برای سنگ کلیه خوب است.
- ساقه و برگ تربچه نیز مفید است.
- ترب سیاه به بیمار می‌دهند.
- کفتر چاهی را با روغن زیتون می‌پزند و به بیمار می‌دهند.

– درمان چربی خون

- آب نجوشیده قره‌قروت را به بیمار می‌دهند.
- آب ماست نیز برای درمان چربی مؤثر است.
- کدو مسمایی و ریواس برای درمان بیمار مبتلا به چربی مفید است.
- خوردن ترشی برای چربی خوب است. خوردن لیمو نیز تأثیر دارد.
- گیاه گزنک نیز برای دفع چربی مؤثر است.

- زگیل

- سنگ یا برنج به تعداد زگیل‌ها در پارچه می‌گذارند و در جاده می‌اندازند. اگر کسی بردارد و باز کند و آن‌ها زمین بریزد، زگیل هم می‌ریزد.
- اول ماه هفت بار سوره حمد و هفت بار قل‌هوا الله می‌خوانند. جارو را همزمان روی زگیل‌ها می‌کشند.
- قورباغه را گوشه آغل می‌بندند. وقتی خشک شود، زگیل می‌ریزد.
- قلوه گوسفند آفتاب‌نندیده را می‌گیرند و سر زگیل می‌مالند. سپس قلوه را داخل زمین چال می‌کنند، زگیل می‌افتد.
- جو را به تعداد زگیل می‌شمرند، به زگیل می‌زنند و داخل کهنه چال می‌اندازند. می‌پوسد و زگیل خوب می‌شود.
- از ریشه با نخ می‌بستند تا بیوسد و بیفتد.
- زگیل را می‌سوزانند.
- شیره برگ انجیر بر روی زگیل می‌مالند.
- پوست مار را روی زگیل دود می‌دهند.
- یک بادمجان را به زگیل‌ها می‌مالند و بعد بادمجان را در خاک چال می‌کنند.
- زگیل را می‌بریدند و جای آن را با سوزن خال‌کوبی می‌کردند و روی آن زردچوبه یا زغال می‌ریختند.
- زگیل را داغ می‌کنند.
- پشکل شتر را داغ می‌کنند و روی آن می‌گذارند.
- ضماد پی‌بز، زردچوبه و پیاز روی آن می‌گذارند.

بیماری‌های زنانه

عشایر را می‌توان پرکارترین و تلاشگرترین قشر اجتماعی کشور به حساب آورد. آن‌ها از زن و مرد و کودک همواره از سنین کم تا زمانی که توان حرکت نداشته باشند، دست از تلاش و دست‌وپنجه نرم کردن با طبیعت و زندگی برنمی‌دارند و زنان عشایر وظایف متعددی از خانه‌داری، تربیت فرزندان، دوشیدن شیر، رسیدن به امور دام و... را بر عهده دارند. همین تلاش‌ها آن‌ها را از بسیاری بیماری‌ها مصون داشته است. آن‌ها درحالی‌که از طب سنتی غنی

برخوردارند، کمتر مریض می‌شوند. از طرف دیگر حجب و حیای سنتی آنها مانع از صحبت مستقیم درباره بیماری‌های زنان می‌شود. آنچه در این تحقیق به دست آمد، کلیاتی به شرح زیر است:

- درمان عفونت زنان

- برای درمان عفونت‌های زنانه، پشگل الاغ (خسول) را دود می‌دهند یا اینکه در زیر دامن‌شان، کاه گندم را بخور می‌دهند.

- زایمان

- برای درد بعد از زایمان، سرخ دارو را همراه با پی خام بز به محل زخم می‌مالیدند.
- برای تقویت زائو تا سه روز جوش جوشک (حلوای خانگی با زیره، بادیه، آرد و شکر) به او می‌دادند.
- برای درمان جای زخم زایمان، آن را با روغن خوب می‌مالند و برای جلوگیری از عفونت با خسول (پشگل الاغ) دود می‌دهند.

- درمان نازایی

نازایی در میان زنان ایل که فرزندآوری یکی از ارکان زندگی آنها است، بیماری است که ممکن است شیرازه زندگی آنان را از هم بپاشد. به همین خاطر از روش‌های سنتی و مدرن برای درمان نازایی استفاده می‌کنند.

- برای درمان نازایی معجون کنجد، صبر زرد و شیر، صبح ناشتا تا ۴۰ روز خورده می‌شود.
- آب پنیرک می‌خورند. معتقدند آب پنیرک بچه خوره را که مثل سنگ پا است، می‌اندازد.
- برای اینکه مردان قدرت باروری داشته باشند، ۴۰ روز هر روز یک گنجشک نر را کباب می‌کنند و می‌خورند.
- مخلوط خون قربانی و آب را روی سر نازا می‌ریختند.
- معتقدند برای جلوگیری از نازایی دختر شب زفاف نباید خریزه بخورد.
- قرص کمر (گیاه) را در آتش می‌انداختند، مغز آن را می‌کوبیدند و با زیره، بادیه و روغن حیوانی کاچی درست می‌کردند و به زن نازا می‌دادند.

«دو سال بعد از ازدواج هنوز بچه‌دار نشده بودم. مادرم نگران بود و خانواده همسرم مدام از باردار شدنم می‌پرسیدند. مادرم چند هفته پیاپی این معجون را به من و همسرم داد و باردار شدم» (زن، ۳۰ ساله، لار).

- برای باروری بیشتر، زن و مرد ناشتا صبح به صبح تخم‌غاز می‌خورند.
- جوشانده پونه برای باروری مؤثر است.
- خاویار ماهی لار برای باروری مؤثر است.

– سقط جنین

- برای جلوگیری از سقط جنین، زن باید روغن مومیایی یا روغن خوب را سر پا بخورد.
- اودوم^۱ می‌کردند. یک نخ بلند را ۴۱ گره می‌زدند و به گردن زن می‌انداختند.
- «قدیم‌ها که مثل الان دکتر دم دست نبود. زن آگه بچه‌ش نمی‌شد، شوهر زود طلاقش می‌داد، دوا و دکتر هم که نبود، مخصوصاً تو بیلاق، زن‌ها به هر چیزی متوسل می‌شدند که بچه‌شون بمونه و نیفته. اودوم کردن یکی از اونا بود. نخ پشمی را کسی که بلد بود، دعا بهش می‌خواند و گره می‌زد. وقتی چهل گره شد، آن را برگردن زن حمله می‌انداختند تا بچش نیفته» (زن، ۷۵ ساله، لار).
- در صورتی که زن بعد از حاملگی خون‌ریزی داشته باشد، مایه پنیر گوسفندی را در آب حل می‌کنند و به او می‌دهند تا خون‌ریزی را بند آورد.
- اگر خون‌ریزی زیاد باشد، با نخ موی گوسفند بالای پاها و بازوهای زن را می‌بندند.
- برای جلوگیری از سقط جنین پیش دعانویس می‌روند و دعا می‌گیرند.
- با کوزه کمر زن را بادکش می‌کنند.

بیماری‌های کودکان

– افتادن ناف نوزاد

- مخلوط روغن چراغ و خاکستر روی ناف می‌گذارند.
- از داخل تنور مقداری خاک نرم درست می‌کردند و دور ناف می‌ریختند.
- مخلوط روغن و خاکستر را تمیز می‌زدند، دو روز بعد ناف می‌افتاد.

- «نوهام بچه‌دار شده بود. بچش نافش نمی‌افتاد، چند بار بهش گفتم از این روغن و خاکستر بزن، گوش نمی‌داد، تا اینکه یک شب بدون اینکه مادر بچه بفهمه، به نافش روغن و خاکستر زدم، دو روز بعد ناف بچه افتاد. این‌ها قدر دوا و درمون قدیمی‌ها رو نمی‌دونند» (زن، ۷۵ ساله، لار).
- خاک تربت، دوده مطبخ یا ته قزقون (دیگ بزرگ مسی) روی زخم ناف می‌پاشیدند، خوب می‌شد.

- ترس کودک یا مضرتی شدن

- اگر بچه‌ای از جایی بیفتد یا بترسد، رگ هول او را می‌گرفتند. از بینی تا پنجه پا را روغن گوسفندی می‌مالیدند.
- زهره، جگر یا دست گرگ را آب می‌کشند و می‌دهند بخورد.
- سیخ را داغ می‌کنند و سه بار در آب نمک می‌زنند و سپس آب را به بچه می‌دهند.
- حلوای ترس می‌پختند، بدین ترتیب که آرد را در روغن سرخ و مقداری شیره به آن اضافه می‌کردند.
- آب طلا می‌دهند و موی بز به بازویش می‌بندند.
- ترحلوا درست می‌کنند. آن را روی سنگ کبودی می‌گذارند که داغ کرده‌اند. کودک باید آن را تند و سریع بخورد.

- زبان باز کردن

- تخم کفتر یا گنجشک به صورت آب‌پز یا خام به کودک می‌دهند.
- «همین پسر من تا ۳ سالگی نمی‌تونست حرف بزنه، این قدر بهش تخم کفتر دادم تا زبون وا کرد. همه می‌گفتند این خوب نمیشه و نمی‌تونه هیچ وقت درست و حسابی صحبت کنه» (زن، ۶۰ ساله، لار).
- تخم کبک را آب‌پز می‌کنند و به کودک می‌دهند.

- شب‌اداری

- دنبان گوسفند را کباب می‌کنند و به کودک می‌دهند.
- نبات‌داغ تهیه می‌کنند و به بچه می‌دهند. نبات را در ظرفی بر روی آتش می‌گذارند و کمی که رنگ آن تغییر کرد، در آن آب می‌ریزند و آن را به کودک می‌دهند.

- مخلوط حنا، عسل و نبات کوبیده را به تن بچه می مالند.
- عسل به کودک می دهند و چون گرم است، برای شب‌ادراری مفید است.

- برای افزایش هوش

- به کودک مغز ماهی می دهند.
- تخم کبک یا تخم یک پرنده وحشی برای افزایش هوش کودک مؤثر است.
- خوردن عدس، کندر، کشمش، گردو و عدس به افزایش هوش کمک می کند.

- انگل

- مقعد بچه را خیلی کم تیغ می زنند.
- باریجه و قارچ به کودک می دهند، برای رفع انگل مفید است.
- انجیر خشک را خیس می کنند و ناشتا به کودک می دهند.
- انجیر تازه را در آب چنگ می زنند و به کودک می خوراند.

- تل^۱

- تل بیماری است که وقتی کودک به آن مبتلا گردد، کم غذا می شود و آرامش ندارد. گاهی به اسهال و استفراغ نیز دچار می شود. برای درمان باید تل او را دریاورند. برای این کار، زیر گلو را چرب و در بینی فوت می کنند. وقتی تل پایین می رود، گلوی بیمار صدایی می دهد. بعد از گرفتن تل، زرده تخم مرغ به کودک می دهند تا جایش پر شود.
- «بیچم یک هفته مریض بود، تب کرده بود و کم/اشتها شده بود. حتی بردمش دکتر، هیچ تأثیر نداشت. به خانمی اینجا هست که تل می گیره. بردمش پیش اون، زیر گلوشو چرب کردن و در بینی اش فوت کرد و یه استخوان کوچک از دهانش خارج شد. مثل آبی که بر روی آتش ریخته باشند بود. بچه از فردای آن روز خوب و سرحال شد» (زن، ۳۵ ساله، لار).

- سینه درد

- نعلبکی چینی را می شکستند، روی آتش داغ می کردند، درون شیر می گذاشتند و شیر را به بچه می دادند.
- مقداری پشم گوسفند روی سینه بچه می گذارند.

1 Tol

- آجر یا کلوخ را گرم می‌کردند، مقداری آب می‌زدند. پارچه‌ای روی سینه بچه می‌انداختند و آن را روی سینه می‌گذاشتند.
- به کودک دم‌کرده بارهنگ می‌دهند.
- تخم‌مرغ آب‌پز برای سینه‌درد مفید است.
- نشاسته را در آب گرم خیس می‌کنند و به کودک می‌دهند.
- مخلوط زردچوبه و کره محلی را به سینه می‌مالند.
- دم‌کرده آویشن برای کودک مفید است.
- جوشانده گل ختمی، چهار گل، بارهنگ و به‌دانه برای سینه‌درد مفید است.
- به کودک کشکک یا پنیرک می‌دهند تا خلط برطرف شود.
- ناشتا به بیمار شیر جوشیده گاو می‌دهند.
- آرد گندم را با روغن خیلی کم روی آتش تاب می‌دهند، آب، کمی نمک و زردچوبه می‌زنند و به مریض می‌دهند.
- تخم لاک‌پشت برای سینه‌درد مفید است.
- جوشانده اسفند و گلپر را به بیمار می‌دهند.
- پهن الاغ ماده را مانند توتون با قلیان دود می‌کنند، سینه گرفته باز می‌شود.
- سیمنج (مثل خاکشیر است) و بارهنگ را می‌جوشانند و به بیمار می‌دهند.

– دل‌درد

- برگ شاه‌دانه برای دل‌درد مفید است.
- معجون خاسین (آویشن) و نبات یا نبات داغ و عرق نعناع برای دل‌درد مفید است.
- جوشانده نبات و آویشن چای کوهی به بیمار می‌دهند.
- خاکشیر و شیرخشت برای دل‌درد مفید است.
- جوشانده شیرخشت و فلوس یا گیاه ترنجبین به بیمار می‌دهند.
- عرق نعنا برای دل‌درد مفید است.
- پی انار که لابه‌لای دانه‌های انار قرار دارد، مفید است.
- ریشه ملیم را می‌کوبند و روی غذا می‌ریزند.

- سردرد

- اگر سردرد از سردی باشد، مربای گل سرخ می‌خورند.
- حوله داغ می‌کنند و بر روی پیشانی می‌گذارند.
- نمک را روی کهنه‌ای می‌ریزند که خیس است و سپس به پیشانی می‌بندند.
- اگر سردرد از گرمی باشد، سدر یا مخلوط ماست و سدر به سر می‌مالند.
- بادکش کردن پیشانی یکی از راه‌های درمان سردرد است.
- با روغن حیوانی پشت چشم و ابرو و سر را می‌مالند.
- اگر از کم‌خونی باشد، مخلوط تخم‌مرغ، حنا، مورت، نخود کال و بابونه را به مدت چهار یا پنج ساعت روی سر می‌گذارند.
- حنا بر سر می‌بندند.
- زنجفیل را آب می‌کنند و به پیشانی می‌مالند.
- بخور کاه گندم می‌دهند.
- مخلوط مورت، تخم‌مرغ، نخود خام، خاکه ماش، لیموترش، و خاکه چای را روی سر می‌بندند.
- سر را می‌تراشند و روغن گوسفند می‌مالند.
- جوشانده گزگزک (گزنه) یا بابونه را می‌گیرند و با آن سر را می‌شویند.

شکسته‌بندی

شکسته‌بندی در بین عشایر لار بر عهده فردی است که به شکسته‌بند معروف است و کار او جا انداختن استخوان و تهیه ضماد و مرهم است.

- شکستگی

- پی و زهره مار با مقداری زردچوبه را به محل شکستگی می‌زنند.
- مورت، زرده تخم‌مرغ و نبات را مخلوط می‌کنند و محل شکستگی را می‌بندند.
- بیماری را که شکستگی دارد، در پوست بز نر می‌کنند.
- با خمیر، پارچه و چوب آتل می‌بندند.
- ضماد مومیایی و روغن گوسفند را به محل شکستگی می‌بندند.

- ضماد مورت و تخم‌مرغ را به محل می‌بندند.
- واروم و مقداری زردچوبه روی زخم می‌بندند.
- نمک یا پشم گوسفند را داغ می‌کنند و روی شکستگی می‌بندند.
- به محل شکستگی زفت می‌اندازند.
- ضماد خرما و دنبه روی محل شکستگی می‌بندند.
- سوزانده پشم گوسفند را روی محل می‌گذارند.
- با چوب آتل‌بندی می‌کردند.

- دررفتگی

- قبل از جا انداختن، دنبه می‌بندند تا نرم شود. سپس ضماد زرده تخم‌مرغ و زردچوبه می‌بندند.
- ابتدا با آب گرم شستشو می‌دهند و سپس موضع را چرب می‌کنند، با روغن جا می‌اندازند و روی آن آرد گندم می‌ریزند.
- پس از جا انداختن، ضماد تخم‌مرغ و روغن خوب روی آن می‌بندند.
- محل را جا می‌اندازند، سپس ضماد دنبه و خرما می‌بندند.
- پس از جا انداختن تا سه روز مورت و تخم‌مرغ می‌بندند.
- یک تکه نمک یا پشم گوسفند با شیر گوسفند جوش می‌دهند، نمک می‌زنند و روی دررفتگی می‌گذارند.

- کوفتگی

- گل ارمنی (خاک سرخ) روی محل می‌مالند.
- ضماد نمک و خاکستر بر روی محل کوفتگی می‌گذارند.
- ضماد نمک و خاکستر گرم‌شده بر روی محل می‌مالند.
- چرب کردن با روغن حیوانی برای کوفتگی مفید است.
- ضماد مومیایی و روغن خوب می‌مالند.
- کود گوسفند را گرم می‌کنند و در کیسه‌ای روی ضرب‌دیدگی می‌گذارند.
- به محل کوفتگی پی بز می‌مالند.

نتیجه گیری

عقاید و باورداشت‌های هر قومی در زمینه‌های گوناگون با توجه به شیوه زندگی در عمق فکر و ذهن آن قوم ریشه دارد. هنگامی که با دید باز و تفکری ژرف به مفاهیم و باورهای عامیانه در حوزه گیاهان دارویی توجه داشته باشیم، درخواهیم یافت که در این دستورات راز و رمزی پنهان وجود دارد که جلوه‌هایی از اندیشه‌ها و گرایش‌های نیاکان ماست. ریشه‌یابی و تحلیل این باورها در زمان‌های طولانی، دچار تغییراتی شده و در اثر پیشرفت روزافزون بشر فراموش شده است. بسیاری از این باورها نشان‌دهنده عدم شناخت کامل بشر اولیه از محیط و طبیعت اطرافش بوده است که امروزه به دلیل افزایش علم و آگاهی او به صورت پندار و خرافه درآمده است. ولی بررسی شیوه‌های درمانی و باورهای مرتبط با آن به‌عنوان گنجینه‌های مسیر تکاملی و پیشرفت اندیشه‌های بشری، نمونه‌هایی از میراث معنوی و ناملموس ما هستند. نمونه‌ای از این باورها، برخی از کاربردهای درمانی است که گاهی برای ما عجیب هستند و در علم پزشکی کهن و جدید نیز تأیید نمی‌شود، اما این باورها به‌سبب ریشه داشتن در فرهنگ مردم، دارای عمیق‌ترین بن‌مایه‌های عقیدتی، انسانی و اجتماعی هستند. در شکل‌گیری آن‌ها اراده مستقیم و رویکرد عامرانه‌ای در کار نبوده و حاصل تبیین ذهنی و عاطفی مردم و نوع ارتباط و نگرش آنان به‌هستی و محیط زندگی‌شان است. این باورها متناسب با قوم‌ها و ملیت‌های گوناگون علت‌ها و شاکله‌های متفاوتی دارند. برخی از آن‌ها زمینه‌های مذهبی دارند و بعضی هم با نوع زندگی، شرایط اقلیمی و فرهنگ خاص مردم یک منطقه ارتباط مستقیم دارند. در حوزه‌های متفاوت جغرافیایی و فرهنگی روش‌های گوناگونی برای درمان به کار برده می‌شود. این روش‌ها که در همه مناطق ایران وجود دارد، راهکاری برای مبارزه با بیماری و با استفاده از منابع طبیعی و در دسترس بوده است. در این مقاله بیماری‌های موجود در بین عشایر لار و درمان‌های گیاهی و غیرگیاهی مورد استفاده برای این بیماری‌ها مورد بررسی قرار گرفت. دانش بومی بزرگی که با توجه به کهنسال بودن حاملان آن و تغییرات آب و هوایی و از بین رفتن گونه‌های گیاهی در حال نابودی است. باور مربوط به تأثیر این گیاهان در درمان بیماری‌ها یا درمان با مواد غیرگیاهی در اعتماد مردم و مؤثر بودن طب سنتی ریشه دارد و از آنجایی که برگرفته از فرهنگ و هویت مردم است، بررسی این دانش بومی و سنتی، گنجینه‌ای عظیم در هر منطقه از کشور است که می‌تواند راهگشای متخصصان طب سنتی قرار گیرد.

منابع

- الگود. سیریل (۱۳۷۱). **تاریخ پزشکی ایران**. ترجمه محسن جاویدان. تهران: اقبال.
- امیری عقدایی. سید فتح‌اله، زارع زردینی. حسین (۱۳۹۳). **بررسی عوامل مؤثر بر بهبود و توسعه بازار گیاهان دارویی در ایران (مطالعه موردی شهر اصفهان)**. تحقیقات بازاریابی نوین. ۱. ۲۱۴-۱۹۵.
- تاج بخش. حسن (۱۳۷۲). **تاریخ دامپزشکی و پزشکی ایران: دوران اسلامی**. تهران: دانشگاه تهران.
- حاج شریفی. احمد، زدی‌زاده. محمدرضا (۱۳۹۵). **دایره‌المعارف مصور گیاهان دارویی**. تهران: حافظ نوین.
- خالقی. باقر، عواطفی همت. محمد، شامخی. تقی، شیروانی. انوشیروان (۱۳۹۴). **دانش اکولوژیک سنتی مردم محلی از خواص دارویی گیاهان علفی و بوته‌ای در حوزه ایلگنه چای ارسباران**. دانش‌های بومی. ۴. ۲۰۱-۲۳۴.
- رضوی. منصوره (۱۳۹۴). **دانش بومی استفاده از گیاهان خودرو در شمال شرق خوزستان: مطالعه موردی شهرستان ایده**. دانش‌های بومی ایران. ۲(۱۰۲). ۳-۱۴۰.
- سلامی. عبدالنبی (۱۳۸۱). **طب قدیم ایران (طب سنتی روان)**. تهران: کازرونیه.
- فرهادی. مرتضی (۱۳۸۵). **گیاه مردم‌نگاری با چکیده و نمونه‌هایی از گیاه مردم‌نگاری گیاهان خودرو کمره**. علوم اجتماعی. ۳۴ و ۳۵. ۴۱-۹۶.
- مرکز آمار و اطلاعات ایران (۱۳۹۰). **سالنامه آماری استان تهران**. تهران: مرکز آمار و اطلاعات ایران.
- مصطفوی کاشانی. سید جلال، پاکدامن. ابوالقاسم (۱۳۵۸). **مقایسه طب قدیم ایران با پزشکی نوین**. تهران: دانشگاه تهران.
- مقصودی. منیژه، پارسا پژوه. سپیده (۱۳۹۰). **گیاه قوم‌شناسی منطقه پس قلعه در شمال تهران**. پژوهش‌های انسان‌شناسی. ۱(۲). ۱۳۷-۱۶۱.
- صالحی. پروین (۱۳۹۳). **گیاه قوم‌شناسی منطقه اوان**. علوم اجتماعی. ۲۷۲. ۶۷-۲۴۴.
- صدیقی. فریبا (۱۳۹۹). **درمان‌های بومی، سنتی و جایگاه آن دنیای مدرن: مطالعه موردی مانتره‌درمانی در میان زرتشتیان**. دانش بومی ایران. ۱۳. ۱۴۵-۱۸۸.
- میردیلمی. زهره، حشمتی. غلامعلی، بارانی. حسین (۱۳۹۳). **مطالعه اتنوبوتانی و اتنواکولوژی گونه‌های دارویی کچیک: مطالعه موردی مراتع کچیک در شمال شرق استان گلستان**. دانش‌های بومی. ۱۵۴. ۲-۱۲۹.