

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا^۱

(تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۷/۱، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۳۰)

ژیلا مشیری^۲

چکیده

این پژوهش به بررسی نسخه ۸۰ عطاری شهر زاهدان برای درمان و یا کم کردن اثرات ناشی از ویروس کرونا بر مراجعه‌کنندگان به این عطاری‌ها پرداخته است. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه و مصاحبه باز با عطاران و کسب اطلاعات از ایشان درباره نحوه درمان این بیماری با گیاهان دارویی بوده است.

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که ۸۵ درصد از عطاری‌ها به معرفی و تجویز گیاهان دارویی و یا داروهای گیاهی برای کم کردن اثرات این بیماری پرداخته‌اند. گیاهان دارویی تجویز شده شامل زوفا، آویشن، پونه، کاکوتی، مستار، زنیان و... بوده است.

با توجه به ناشناخته بودن ویروس کرونا، اثرات استفاده از گیاهان دارویی و یا گیاهان استفاده شده برای کاهش اثرات ویروس در بدن می‌تواند به پزشکان طب سنتی در درمان این ویروس و یا ویروس‌های ناشناخته دیگر کمک کند. همچنین شناخت سلیقه و رویکرد جوامع به مصرف گیاهان دارویی و توجه به دیدگاه‌ها و پیشنهادهای مصرف‌کنندگان می‌تواند راهنمای خوبی برای برنامه‌ریزان و سیاستگذاران صنعت دارویی کشور باشد.

کلیدواژه‌ها: عطاری، کرونا، گیاهان دارویی، زاهدان، طب سنتی.

۱. این مقاله برگرفته از پژوهشی است که با عنوان «بررسی مردم‌شناسی مصرف گیاهان دارویی براساس اطلاعات عطاری‌های شهر زاهدان» در مهر، ۱۴۰۰ در پژوهشکده مردم‌شناسی پژوهشگاه میراث فرهنگی انجام گرفته است.

۲. دکترای سیاستگذاری فرهنگی و مدیرگروه مردم‌شناسی اسطوره و آیین پژوهشکده مردم‌شناسی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، رایانامه: jilamoshiri@gmail.com

۱. مقدمه

گیاه‌درمانی یک نظام طبی است که در آن از گیاهان برای پیشگیری، درمان و حفظ و تقویت تندرستی استفاده می‌شود و در بین مردم جایگاه ویژه‌ای دارد. مردم معتقدند که طبیعت، داروی گیاهی مناسب هر بیماری را خلق کرده است و به رابطه بین انسان و گیاهان محیط زندگی او در درمان بیماری باور دارند. درمان با گیاهان، دارای پیشینه‌ای بسیار کهن است و قرن‌هاست که مردم از گیاهان برای بهبود و سلامت خویش استفاده می‌کنند. «در طول تاریخ گیاهان به‌عنوان غذا یا دارو جهت درمان و یا پیشگیری استفاده شده‌اند. چنانچه اولین نوشته‌ها در زمینه گیاهان دارویی در ایران به حدود ۵۰۰۰ سال پیش در زمان سومری‌ها بازمی‌گردد» (امیری عقدایی و دیگران، ۱۳۹۳: ۱۹۶). استفاده از گیاهان دارویی به‌عنوان طب مکمل، سال‌هاست که در ایران رایج است و عطاری‌ها که عرضه‌کنندگان اصلی گیاهان دارویی هستند، به‌عنوان یک شغل و منبع درآمد، برای بسیاری از مردم شناخته شده‌اند. «طب سنتی ایران با پیشینه چند صد ساله، ظرفیت‌های بالایی در زمینه پیشگیری و درمان بیماری‌ها دارد که در تعامل با طب نوین می‌تواند بسیاری از مشکلات بهداشتی و پزشکی را حل نماید. از آنجایی که طب سنتی ایران عمده‌تأ بر پایه استفاده از گیاهان دارویی می‌باشد، بسط و توسعه آن در کشور، علاوه بر گسترش صنعت گیاهان دارویی به توصیه سازمان بهداشت جهانی مناسب‌ترین راه برای دسترسی عموم به طب مطمئن و ارزان قیمت می‌باشد» (رضایی، ۱۳۷۶: ۳۹)

شیوع ویروس کرونا در جهان و ایران، پیامدهای اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی زیادی به همراه داشت و درمان این بیماری با مرگ و میرهای فراوان، به یکی از چالش‌های اساسی تبدیل شد. در ابتدای شیوع بیماری، با توجه به ناشناخته بودن ویروس کرونا و ناتوانی علم پزشکی در کنترل و درمان آن، بسیاری از مردم برای درمان به طب سنتی روی آوردند. تأثیر طب سنتی بر درمان و یا کاهش اثرات ویروس کرونا در بدن از ابتدای شیوع این بیماری مطرح شد و بسیاری از مبتلایان به استفاده از گیاهان مؤثر برای درمان این بیماری پرداختند، البته در ابتدا، مناقشات بسیاری بر سر این موضوع بین متخصصان طب سنتی و مخالفان آن صورت گرفت ولی با این حال، بعد از گذشت یک سال از شیوع این ویروس، هنوز هم استفاده از گیاهان دارویی برای درمان و پیشگیری از آن

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۹۹

متداول است. عطاری‌ها از مراکزی هستند که برای خرید گیاهان دارویی به آنها مراجعه می‌شود و اغلب نیز نسخه‌هایی برای درمان و یا پیشگیری از این بیماری دارند. شهر زاهدان از شهرهایی است که مغازه‌های عطاری در آن به وفور دیده می‌شود. این عطاری‌ها علاوه بر فروش گیاهان دارویی به فروش ادویه، داروهای ترکیبی و داروهای پاکستانی نیز مشغول‌اند. با شیوع ویروس کرونا دلتا در استان سیستان و بلوچستان که مرگ و میر فراوانی را باعث شد، علاوه بر درمان‌های پزشکی، بسیاری از مردم برای درمان سنتی نیز به عطاری‌ها روی آوردند. به همین دلیل، بررسی گیاهان تجویز شده از سوی عطاران برای درمان این بیماری، مهم و قابل توجه است. این پژوهش، نسخه عطاری‌ها را برای درمان کرونا ویروس از طریق گیاهان دارویی، بررسی می‌کند.

۲. پیشینه پژوهش

درباره طب سنتی در مناطق مختلف ایران، پژوهش‌های متعددی انجام شده است. از جمله در گزارش‌های مردم‌نگاری پژوهشکده مردم‌شناسی بخشی جداگانه با عنوان طب سنتی وجود دارد. در حوزه استان سیستان و بلوچستان نیز سه مقاله مستخرج از این مردم‌نگاری‌ها در فصلنامه پیام بهارستان چاپ شده است. در این فصلنامه، در مقاله‌ای که طب سنتی زاهدان را بررسی می‌کند، به داروهای گیاهی و غیرگیاهی و درمان بیماری‌های جسمی و روحی از طریق طب سنتی پرداخته شده است. (برآبادی و مزارعیان، ۱۳۹۰) جانب‌اللهی (۱۳۹۰) نیز در طب سنتی ایرانشهر، بیماری‌های مختلف را به همراه درمان آنها با طب سنتی بیان کرده است. در طب سنتی چابهار هم، گیاهان دارویی و درمان بیماری‌ها از طریق آنها، به همراه مراسم گواتی و زار و بادهایی که در منطقه وجود دارد، توضیح داده می‌شود (ضمیر، ۱۳۹۰). همچنین در مقاله‌ای با عنوان بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی سیستان، گیاهان دارویی زابل مورد پژوهش اتنوبوتانی قرار گرفته‌اند. (گنجعلی و خاک‌سفیدی، ۱۳۹۴) در این پژوهش ۲۵ گونه از گیاهان دارویی شناسایی شده‌اند. تعدادی از گیاهان دارویی از قبیل هندوانه ابوجهل، رازیانه، اوکالیتوس، زنیان و خرفه را افراد زیادی شناخته‌اند و به خواص درمانی آنها اشاره کرده‌اند. اکثر این گیاهان در طب سنتی منطقه به‌عنوان مدر، مقوی معده و التیام‌دهنده

۱۰۰ فصلنامه فرهنگ مردم ایران

زخم‌ها به کار می‌روند. در پژوهش دیگری با عنوان مطالعه اتنوبوتانی و مصارف سنتی برخی از گیاهان دارویی شهرستان خاش (میرشکار و دیگران، ۱۳۹۷) به مطالعه مقطعی ۲۲ گونه دارویی در دو روستای «ایرندگان» و «کارواندر» در جنوب شهرستان خاش پرداخته شده است. این مطالعه شایع‌ترین کاربرد گیاهان دارویی را در رفع مشکلات گوارش، درد مفاصل، امراض زنانه و بیماری‌های عفونی می‌داند. مردم این دو روستا گیاهانی نظیر گز، درمنه، پنیرباد و مواردی از این دست را با هم ترکیب می‌کنند و می‌سوزانند و از خاکستر و دود حاصل، به‌عنوان یک مسکن خوب و قوی برای تسکین درد مفاصل استفاده می‌کنند. با جستجو در کتاب‌ها و مقالات، پژوهش دیگری در حوزه طب سنتی در شهر زاهدان به دست نیامد و با توجه به اینکه کرونا و درمان و پیشگیری از این بیماری، به دلیل شیوع آن در دو سال گذشته، موضوعی جدید بوده است، منبعی درباره درمان کرونا با گیاهان دارویی در این شهر یافت نشد.

۳. روش پژوهش

این پژوهش در واقع برگرفته از طرح پژوهشی با نام «بررسی مردم‌شناسی مصرف گیاهان دارویی بر اساس اطلاعات عطاری‌های شهر زاهدان» در پژوهشکده مردم‌شناسی پژوهشگاه میراث فرهنگی است. در این طرح پژوهشی، به بررسی مردم‌نگارانه نقش عطاری‌ها و فروش گیاهان دارویی در شهر زاهدان در دو بازه زمانی اسفند ماه ۱۳۹۹ و مهر ماه ۱۴۰۰ پرداخته شده است. با توجه به اینکه عطاری‌ها اصلی‌ترین محل مراجعه برای تهیه داروهای گیاهی هستند، انتظار می‌رفت که اطلاعات مربوط به نوع گیاهان مورد مصرف در درمان، پیشگیری و یا کم کردن اثرات ناشی از بیماری کوید ۱۹ در شهر زاهدان نیز از این طریق به دست آید. بر اساس اطلاعات اتحادیه خواربارفروش‌ها، ۱۳۰ عطاری در شهر زاهدان مشغول به کار هستند که اکثر^۱ آنها مجوز دارند. بر این اساس ۸۰ عطاری^۲ به‌عنوان نمونه، انتخاب و بررسی شدند. اطلاعات، از طریق مصاحبه

۱. لازم به توضیح است از ۱۳۰ عطاری شهر زاهدان ۱۰۰ عطاری حائز شرایط بوده و نمونه تصادفی از ۱۰۰ عطاری واجد شرایط انتخاب شده.

۲. در این پژوهش عطاری‌های شهر زاهدان همکاری بسیار خوبی داشتند. از آنها و دو عطار گرانقدر آقایان تشکری و رضایی در پاسخگویی و همکاری صمیمانه‌شان سپاسگزارم.

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۰۱

با فروشندگان عطاری‌ها ثابت شده است. در این مطالعه، عطاری‌هایی واجد شرایط ورود به مطالعه بودند که حداقل یک سال از تأسیس آنها گذشته باشد و سؤالات از فردی پرسیده شده که حداقل یک سال سابقه فعالیت در آن عطاری را داشته است. پرسشگران نام داروهای گیاهی و همچنین گیاهانی را که برای درمان بیماری کرونا از سوی آنان تجویز می‌شود، در پرسشنامه‌ای که حاوی این سؤال و سؤالات دیگر بود، ذکر کردند و از طریق مصاحبه چگونگی استفاده از گیاه را برای درمان بیماری شرح دادند. روش این پژوهش، توصیفی بوده است. روش پژوهش توصیفی، شامل مجموعه روش‌هایی است که هدف آنها توصیف کردن شرایط یا پدیده‌های مورد بررسی است. اجرای پژوهش توصیفی می‌تواند صرفاً برای شناخت شرایط موجود و یا یاری دادن به فرآیند تصمیم‌گیری باشد. (بازرگان، ۱۳۸۷: ۷۲)

مصاحبه‌شوندگان این پژوهش، ارائه‌کنندگان خدمات درمان گیاهی یا عطاریها بودند که به صورت نمونه‌گیری تصادفی ۸۰ نفر آنان از شهر زاهدان انتخاب شدند و مورد بررسی قرار گرفتند. ۹۸ درصد از مصاحبه‌کنندگان مرد بودند و از این تعداد ۴۲ نفر مدرک پایین‌تر از دیپلم، ۲۲ نفر دیپلم، ۴ نفر دارای مدرک کاردانی و کارشناسی و ۲ نفر کارشناسی ارشد (در رشته علوم گیاهی و کشاورزی) داشتند. در مجموع اطلاعات مربوط به ۸۰ عطاری مورد تحلیل قرار گرفت. میانگین سنی عطاران بین ۲۵-۳۵ سال و میانگین تجربه کاری آنها در این حرفه ۱۰ سال بوده است.

۴. بحث و بررسی

۴-۱. نحوه مصرف گیاهان دارویی

بر اساس اطلاعات عطاری‌های زاهدان، دانش استفاده از گیاهان دارویی علاوه بر عطاران، در بین خانواده‌ها نیز وجود دارد. نحوه مصرف گیاهان، متنوع است و با توجه به نوع خاصیت آنها از ریشه، ساقه، گل و قسمت‌های دیگرشان برای درمان بیماری‌های مختلف استفاده می‌شود. در مورد درمان بیماری‌ها بویژه بیماری کرونا، بیشترین نوع استفاده از گیاهان دارویی به شرح زیر است.

۱۰۲ ❖ فصلنامه فرهنگ مردم ایران

جوشانده: مقداری از اندام مورد مصرف گیاه را در آب می‌ریزند و می‌جوشانند تا به غلظت مورد نظر برسد.

دم کرده: مقداری از اندام مورد مصرف گیاه را در آب جوش می‌ریزند و برای مدتی می‌گذارند تا عصاره آن وارد آب جوش شود و بعد مصرف می‌کنند.

کپه‌ای خوردن: اندام خوراکی گیاه را می‌سایند و به صورت خشک و کپه‌ای با کمی آب یا مایع دیگر می‌بلعند.

عرق گیری: اندام‌های مورد مصرف گیاه را در آب می‌خیسانند و بخار ایجاد شده را با دستگاهی که به آن گلاب‌گیر یا عرق‌گیر می‌گویند سرد می‌کنند و در یک ظرف جمع‌آوری و مصرف می‌کنند.

بخور: برخی از گیاهان صرفاً برای بخور استفاده می‌شوند و برخی دیگر، هم مصرف خوراکی دارند و هم به صورت بخور قابل استفاده‌اند. برای بخار کردن اندام مورد مصرف را در داخل بخوردان در مجاورت آتش می‌سوزانند و یا انتهای شاخه گیاه مورد نظر را آتش می‌زنند و اجازه می‌دهند تا ضمن سوختن ایجاد دود کند.

تدخین: در این روش، اندام‌هایی از گیاه در مجاورت گرما و آتش ایجاد دودی می‌کند که برای استفاده دارویی آن را وارد دستگاه تنفس می‌کنند. شیره گیاه خشک‌شده که به آن تریاک می‌گویند، یکی از رایج‌ترین گیاهان برای تدخین است» (ناصری‌نیا و دیگران، ۱۳۹۲: ۶۰).

۴-۲. گیاهان تجویز شده برای درمان و یا پیشگیری از کرونا

با شیوع بیماری کرونا و پیک پنجم آن که از شهر زاهدان شروع شد، مرگ و میر و میزان ابتلا به این بیماری، به شدت افزایش یافت. به همین دلیل، بر اساس اطلاعات عطاری‌های این شهر، مراجعه به آنان برای درمان با گیاهان دارویی بیشتر شد و عطاران نیز بر اساس تجربه و دانشی که از گیاهان داشتند، به تجویز آنها پرداختند. لازم است توضیح داده شود که این گیاهان به تنهایی و یا بر اساس نظر عطار با مخلوط چند گیاه دیگر استفاده می‌شده‌اند و به گفته عطاران، اثرات بسیار خوبی در درمان و یا پیشگیری از بیماری داشته‌اند. در زیر به گیاهان دارویی تجویز شده بر اساس علم عطاران در این شهر پرداخته می‌شود.

زوفا

زوفا گیاهی با نام علمی *Hyssopus officinalis* از تیره نعناعیان است که به حالت خودرو می‌روید. ریشه‌اش ضخیم و منشعب و ساقه‌هایش به نسبت چوبی و برگ‌هایش کوچک و نوک‌تیز و بسیار معطر است. گل‌هایش نیز زیبا و معطر است. این گیاه چند ساله است و تا ۶۰ سانتی‌متر رشد می‌کند. (مختارپور، ۱۳۹۸: ۸). زوفا بیشترین استفاده گیاهی را در دوران کرونا در زاهدان داشته است. خاصیت درمانی این گیاه ضدویروس، ضدعفونت و نافع برای سرفه است. روش استفاده از این گیاه جوشاندن و دم کردن آن بوده است.

- مقداری از گیاه را داخل لیوانی از آب جوش می‌ریزند و به مدت ۵ دقیقه می‌گذارند تا دم بکشد.
- یا آن را در آب درحال جوشیدن می‌ریزند و بعد از چند دقیقه استفاده می‌کنند.

دارچین

دارچین گیاهی است با نام علمی *Cinnamomum zelanicum* که از گذشته در دنیا مورد استفاده بوده است. این درخت ۵ تا ۷ متر ارتفاع دارد و همیشه سبز است. از تمام قسمت‌های آن بویی مطبوع به مشام می‌رسد. (سلطانی، ۱۳۸۴، ۲۵۶) دارچین یکی از گیاهان دارویی است که در عطاری‌های زاهدان به وفور یافت می‌شود و به دلیل طبع گرمی که دارد، از پرفروش‌ترین گیاهان دارویی در این عطاری‌هاست. دارچین در پیشگیری و درمان کرونا، بسیار مؤثر و در صورت بی‌اشتهایی بیمار، بسیار نافع است. دارچین را به صورت ادویه مورد استفاده قرار می‌دهند. روش‌های دیگر استفاده از دارچین برای درمان کرونا به شرح زیر است:

- نوشیدن چای دارچین، که برای تهیه آن با جوشاندن یک تکه دارچین با آب، چای دارچینی تهیه می‌شود. این دم‌کرده را می‌توان یک تا سه بار در روز نوشید.
- افزودن مقدار کمی دارچین به قهوه
- افزودن مقدار کمی دارچین به آب جوشانده شده و دم کردن آن

زنجبیل

زنجبیل از گیاهی زردرنگ دارای رگه‌های بنفش با نام علمی *Zingiber officinale* به دست می‌آید. به‌طور معمول از زنجبیل به‌عنوان ریشه آن گیاه نام برده می‌شود ولی در اصل قسمت مورد استفاده گیاه، ساقه متورم شده زیرزمینی آن است که «ریزوم» نام دارد. جنس زنجبیل سرده‌ای از تیره زنجبیلیان علفی ایستاده چندساله با حدود ۷۰ گونه بومی آسیای جنوب شرقی است با ساقه باریک و نی‌مانند و برگ‌های سرنیزه‌ای سبز براق که از زمین ساقه‌ای غده‌ای می‌رویند؛ گل‌های آنها سبز مایل به زرد با لبه‌ای ارغوانی و لکه‌های کرم‌رنگ و گل‌آذین مخروطی و کوچک و سنبله‌ای متراکم است که در تابستان از زمین ساقه بیرون می‌زند (قاسمی دهکردی، ۱۳۸۱: ۳۸۷). بر اساس اطلاعات عطاران، زنجبیل به دلیل طبع گرمی که دارد، در درمان کرونا بسیار مؤثر است. زنجبیل یا چای زنجبیل با تولید گرما در بدن، مواد سمی و زائد را به صورت عرق از آن خارج می‌سازد. خاصیت آنتی‌اکسیدانی زنجبیل حتی می‌تواند از ابتلا به این بیماری نیز جلوگیری کند. برای این منظور، زنجبیل به صورت زیر مورد استفاده قرار می‌گیرد.

● زنجبیل تازه را رنده و در آب‌جوش دم می‌کنند و به تنهایی یا با عسل و آویشن می‌نوشند.

● در صورت گلودرد می‌توان دم کرده زنجبیل را از صافی گذرانند و با آن قرقره کرد.

● در صورت سینه درد، دستمالی را با دمنوش زنجبیل خیس می‌کنند و روی سینه می‌گذارند.

پونه

پونه با نام محلی پورچینگ^۱ و با نام علمی *Mentha pulegium* گیاهی است معطر با برگ‌هایی شبیه به گیاه نعناع، اما گردتر از آن و معمولاً در زمین‌های مرطوب بویژه کنار جویبارها می‌روید. گل‌های ارغوانی خوشه‌ای و برگ‌های پرکُرک از مشخصه‌های بارز این گیاه در کنار بوی خاص آن است. (گل‌گلاب، ۱۳۸۶: ۲۴۷) پونه از گیاهانی

1. porčing

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۰۵

است که به دلیل خاصیت ضدویروسی و ضدعفونی‌کنندگی در زمان شیوع کرونا از سوی عطاران بسیار تجویز می‌شود. پونه همان طور که برای آنفلوانزا بسیار مفید است، برای کرونا نیز نافع و ضد تب و سرفه است. این گیاه، خشک‌کننده عفونت‌های ریه است و برای ناراحتی‌های گوارشی ناشی از کرونا نیز دمنوش آن مؤثر است.

- مقداری از برگ پونه را در آب‌جوش می‌ریزند و برای مدت ۵ یا ۱۰ دقیقه دم می‌کنند.
- پونه اگر به همراه زنجبیل استفاده شود، تب و لرز را در بیمار کرونایی التیام می‌دهد.

آویشن

آویشن با نام محلی ازگن^۱ و با نام علمی Thymes گیاهی بوته‌ای، پایا و کوتاه از خانواده نعناع است که طول ساقه آن به ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد. دارای ساقه مستقیم، چوبی و بسیار منشعب و کرکدار است. برگ‌ها دارای دمبرگ کوچک به شکل خطی یا لوزی و افقی، دارای غدد ریز حاوی اسانس و حاشیه پیچ‌دار هستند که در سطح زیرین پرز دارند و به صورت متقابل بر روی ساقه قرار می‌گیرند. (مظفریان، ۱۳۸۸: ۵۴۷) این گیاه در استان سیستان و بلوچستان به وفور یافت می‌شود، و برای درمان سرفه‌های ناشی از کرونا و تنگی نفس، دم‌کرده یا جوشانده آن را مصرف می‌کنند. براساس اطلاعات عطاران این گیاه خلط‌آور است.

- دم‌کرده گل آویشن برای سرفه‌های ناشی از کرونا بسیار نافع است.
- جوشانده گل آویشن بویژه با گیاهانی مانند مستار و کاکوتی و زوفا، خلط‌آور و برای اسهال و استفراغ ناشی از کرونا بسیار سودمند است.
- بیماران کرونایی می‌توانند آن را به چای سیاه هم اضافه کنند و بنوشند.
- مصرف زیاد این گیاه برای خانم‌های بارداری که به کرونا مبتلا شده‌اند، جایز نیست.

مستار^۱

مستار با نام علمی *s.leptoclada Rech.f.* گیاهی چندساله و ایستا به ارتفاع ۱۰۰-۱۵۰ سانتی متر دارای ریزوم عمودی ضخیم، مولد برگ‌های طوقه‌ای بن‌رست و ساقه‌های گل‌دهنده بدون برگ است. این گیاه در نواحی صخره‌ای و به طور معمول در ارتفاع حدود ۱۷۰۰ متری از سطح دریا می‌روید. (Rechinger, 1986: 279) یکی از خواص مستار در درمان کرونا، تب‌بر بودن آن است. دم‌کرده مستار در از بین بردن درد و تب ناشی از کرونا مؤثر است.

● مقداری از گیاه مستار را در آب جوش می‌ریزند و می‌گذارند کمی دم بکشد و بعد می‌خورند. بعد از خوردن مستار، بیمار عرق می‌ریزد و بعد از آن سبک می‌شود.

کندر

کندر با نام محلی کندرک^۲ و با نام علمی *Boswellia thurifera* صمغ نوعی درخت خاردار با ارتفاع تقریبی ۲ متر است که در آب و هوای گرم و خشک رشد می‌کند. با ایجاد خراش در تنه این درخت، صمغ آن که همان قسمت خوراکی است، ترشح و جمع‌آوری می‌شود. این شیرابه را که در مجاورت هوا به تدریج سفت شده است، به صورت کندر خوراکی در بازار عرضه می‌کنند. حاجی علیمحمدی و دیگران، ۱۳۸۵: ۹۰) کندر دارای طعمی تلخ و معطر و تا حدی گس است. همچنین خواص زیادی دارد و در درمان کرونا نیز بسیار مؤثر است. کندر در دو نوع خوراکی و دودکردنی در عطاری‌ها موجود است. و از آن برای درمان سرفه‌های کرونا، سردردهای ناشی از این بیماری، تنگی نفس و دل‌درد ناشی از کرونا استفاده می‌کنند. در استفاده بیشتر از ۳ گرم از کندر در روز باید احتیاط کرد. برای درمان کرونا از کندر، روش‌های زیر را به کار می‌برند:

1. mastâr

2. kondork

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۰۷

- دمنوش کندر: یک قاشق چایخوری کندر را در یک لیوان آبجوش می‌ریزند و بعد از ده دقیقه استفاده می‌کنند. از آنجا که این دمنوش بسیار تلخ است برای اینکه کمی مزه‌اش بهتر شود، یک قاشق عسل اضافه می‌کنند. عسل را باید بعد از اینکه آب کمی سرد شد، اضافه کرد. این دمنوش در صورتی که سه بار در روز استفاده شود، در بهبود سرفه‌های ناشی از کرونا مؤثر است و ریه را نیز تمیز می‌کند.
- کندر را به صورت تکه‌های کوچک برای از بین بردن تب ناشی از کرونا استفاده می‌کنند.
- برای پاکسازی محیطی که بیمار کرونایی در آن حضور دارد، اسفند و کندر را دود می‌کنند. کندر و اسفند خاصیت ضدعفونی کننده دارند.
- در صورت تنگی نفس، مقداری کندر را در آب سرد می‌ریزند و هم می‌زنند و اجازه می‌دهند کاملاً حل شود. استفاده دو بار صبح و شب باعث می‌شود تنگی نفس برطرف شود.

گوآنچک^۱: شیره درخت بنه یا آدامس کوهی

بنه یا پسته کوهی یا پسته وحشی، با نام علمی *Pistacia atlantica*، درختی از زیرمجموعه انواع پسته است. درخت سقز از تیره پسته‌بیان بوده با ارتفاع ۲ تا ۷ متر یا حتی گاه ۹ است که به طور معمول در کوهستان‌های با آب و هوای نه چندان سرد می‌روید. عمر درخت سقز طولانی است چنان که در بعضی مناطق ایران درخت‌هایی با عمر ۱۵۰۰ سال یافت می‌شود. (ابریشمی، ۱۳۷۳: ۲۱۷) سقز یا آدامس کوهی از صمغ یا شیره غلیظ درخت بنه به دست می‌آید. به طور معمول از تنه این درخت در فصل پاییز به طور طبیعی یا با ایجاد شکاف، صمغی خارج می‌شود که در فارسی به آن سقز می‌گویند. این صمغ اغلب به صورت جویدنی استفاده می‌شود و در زبان بلوچی به آن گوآنچک می‌گویند.

1. goājank

- گوانجک خاصیت ضد عفونی کننده دارد و در زمان ابتلا به کرونا با جویدن آن می توان به درمان بیماری کمک کرد.
- جویدن گوانجک می تواند از ابتلا به کرونا نیز پیشگیری کند.
- نرم کردن سینه و تسکین دردهای ریوی، از خواص گوانجک است و به این منظور از پودر سقز به صورت خوراکی استفاده می شود.

شیکر تیغال

شیکر تیغال با نام علمی Echinops گیاهی است خاردار به شکل خارخسک که گل هایش به شکل گلوله ای خاردار و آبی رنگ در انتهای ساقه قرار دارند. در ساقه بوته ای به نام کنوره، حشره ای از راسته قاب بالان به نام خزوکک برای نگه داری تخم ها و نوزاد خود، پيله ای ایجاد می کند که به اندازه یک فندق سفید رنگ است. جنس پيله این حشره از ترشحات گیاه کنوره^۱ است و شکر تیغال نام دارد. (امین، ۱۳۸۴: ۱۹۰) شکر تیغال برای ریه و سرفه های ناشی از کرونا بسیار مؤثر است. در واقع این گیاه خشک کننده عفونت است. برای درمان آن را به صورت جوشانده استفاده می کنند. طریقه استفاده به شرح زیر است.

● پس از خارج کردن پروانه داخل شکر تیغال، آن را می کوبند و مقدار یک قاشق مرباخوری از آن را به همراه یک قاشق غذاخوری بارهنگ آرام آرام با شعله ملایم در ۲ لیوان آب می جوشانند. جوشانده را تا زمانی که مقدار آب به یک لیوان کاهش یابد و جوشانده به اصطلاح لعاب اندازد، ادامه می دهند. سپس آن را با کمی عسل شیرین مصرف می کنند. تا سه روز از این جوشانده استفاده می کنند.

● دم کرده شکر تیغال، زوفا و آویشن برای درمان کرونا بسیار مؤثر است. با شروع کرونا سه بار در روز مصرف شود.

کاکوتی

کاکوتی با نام علمی *Ziziphora* گیاهی چند ساله از تیره نعنائیان است که ارتفاع بوته‌های پرپشت آن معمولاً به ۲۰ تا ۵۰ سانتی‌متر می‌رسد. کاکوتی بیشتر در نواحی کوهستانی می‌روید و دارای طبیعتی گرم و خشک است. محل رویش آن استان‌های خراسان شمالی، سمنان، سیستان و بلوچستان، آذربایجان و ... است. (مظفریان، ۱۳۸۸: ۵۹۲) این گیاه برای تنگی نفس و تقویت سیستم ایمنی بدن بسیار نافع است. همچنین در صورت ابتلا فرد کرونایی به بیمارهای گوارشی، استفاده از چای کاکوتی بسیار سودمند است و اکسیژن خون مبتلایان را بالا می‌برد. برای درمان به صورت زیر از کاکوتی استفاده می‌کنند.

مقداری کاکوتی را در آب جوش می‌ریزند و به مدت ۱۰ دقیقه دم می‌کنند تا آماده مصرف شود.

کاکوتی را به همراه آویشن و زوفا دم می‌کنند. مصرف آن برای تقویت سیستم ایمنی بدن نافع است.

گل نیلوفر

گل نیلوفر با نام علمی *Ipomoeatricolor* گیاهی چند ساله، پیچنده و رونده است که ارتفاعی در حدود ۲ تا ۴ متر، برگ‌هایی ماریچ، ساقه‌هایی نرم و شکننده و گل‌هایی شیپوری‌شکل به رنگ آبی یا بنفش دارد. گل‌های این گیاه در فصل تابستان و اوایل پاییز شکوفا می‌شوند و اغلب به رنگ آبی با مرکز سفیدند. (حاجی‌علیمحمدی و دیگران، ۱۳۸۵: ۵۹) این گیاه، اکسیژن‌ساز و برای بیماران کرونایی که تنگی نفس دارند، بسیار نافع است.

● گل نیلوفر را ابتدا با گل لاله، آویشن و زوفا مخلوط و سپس در آب جوش دم می‌کنند.

● جوشانده گل نیلوفر در درمان بیماری‌های گوارشی ناشی از کرونا مؤثر است.

انزروت

انزروت با نام محلی گنجت^۱ و با نام علمی *Astragalus sarcocolla* گونه‌ای از سرده^۲ گون و درختچه بومی ایران است. این گیاه دارای ارتفاعی بین ۱ تا ۲ متر، خاردار و یک‌ساله است. انزروت به‌طور عمده در جنوب ایران می‌روید. برگ آن شبیه برگ مورد و کندر است و صمغی دارد که بهترین نوع آن، به رنگ سفید است. این گیاه معمولاً در اواخر زمستان و فصل بهار به گل می‌نشیند و گل‌های آن به رنگ صورتی و سفیدند. (امین، ۱۳۸۴: ۵۲) گیاه گنجت در بهبود سرفه‌های ناشی از کرونا بسیار مؤثر است. این گیاه تقویت‌کننده سیستم ایمنی بدن نیز هست. گیاه انزروت خاصیت ضدویروسی دارد و به همین دلیل در درمان کرونا بسیار نافع است.

● مقداری از گیاه انزروت را در آب جوش دم می‌کنند و بعد از ۱۰ دقیقه می‌نوشند. یکی از موارد بسیار مهمی که عطاران بر آن تأکید داشتند، این بود که استفاده بیش از ۳ گرم از این گیاه باعث مسمومیت شدید یا حتی مرگ می‌شود.

خشخاش

خشخاش با نام محلی کوکنار^۳ و نام علمی *Papaver somniferum* گیاهی است علفی که ارتفاع آن به ۲ متر هم می‌رسد. برگ‌های سبز غبارآلود، گل‌های درشت و زیبا به رنگ‌های سفید تا صورتی، میوه‌های درشت و کپسول‌مانند با یک تاج مشخص در بالا از مشخصات بارز گیاه است. گیاه خشخاش از تیر تا مرداد گل می‌دهد. بخش‌های مختلف خشخاش بویژه شیره خشک‌شده کاسبرگ آن به تریاک معروف است (مظفریان، ۱۳۸۸: ۳۹۲) میوه شکسته شده خشخاش را کوکنار می‌گویند. ترکیب کوکنار با گیاهان دیگری که در درمان کرونا مؤثر هستند، بسیار نافع است. کوکنار

1. gonjet

۲. رده، دسته.

3. koknâr

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۱۱

خاصیت ضد درد دارد و برای بدن درد مفید است. همچنین برای درمان سردرد ناشی از کرونا بسیار نافع است.

- آویشن، زوفا و کوکنار را در آب جوش دم و مصرف می‌کنند.
- یکی از درمان‌های رایج در منطقه زاهدان بویژه در زمان شیوع گسترده کرونا، استفاده از شیره تریاک برای درمان بیماری کرونا بود، حتی باور داشتند که در پیشگیری از ابتلا به کرونا نیز بسیار مؤثر است. به همین دلیل استفاده از شیره در زمان شیوع این بیماری و ازدیاد مرگ و میر بر اثر کرونا در این منطقه به شدت افزایش یافت و حتی سن استفاده از شیره به کمتر از ۱۰ سال هم رسید.

برگ گل لاله

لاله گیاهی است از تیره سوسنیان که دارای پیاز و برگ‌هایی طویل است و ساقه گل‌دهنده آن از وسط برگ‌ها خارج می‌شود. گل آن که در انتهای ساقه قرار دارد، اغلب منفرد است ولی ممکن است معدودی از گونه‌ها ۲ تا چندین گل نیز داشته باشند. (لبو و رونه‌مارک، ۱۳۵۵: ۱۸). برگ گل لاله برای آسم و تنگی نفس نافع است. به همین دلیل نیز به همراه گیاهان دیگر برای بیماران مبتلا به کرونا تجویز می‌شود.

- برگ گل لاله را به همراه برگ گل نیلوفر و آویشن و زوفا، دم و استفاده می‌کنند.

زنیان

زنیان با نام محلی ازتیک^۱ و با نام علمی *Trachyspermum* نام یک سرده از تیره چتریان شامل گیاهان یک‌ساله با برگ‌های شانه‌ای مرکب و گلبرگ‌های سفید است. (امین، ۱۳۸۴: ۱۶۸) این گیاه برای ناراحتی‌های گوارشی بسیار نافع است. برای بیماران کرونایی که به اسهال و استفراغ دچار می‌شدند، عطار زنیان تجویز می‌کرد.

- مقداری زنیان را با تخم کرفس مخلوط می‌کنند، در آب جوش می‌ریزند و برای ۱۰ دقیقه دم می‌کنند و می‌خورند.

قسط شیرین^۱

قسط شیرین ساقه زیرزمینی گیاهی چندساله است که ارتفاع آن به دو متر می‌رسد. تخم‌های گیاه قسط، سیاه، براق و تقریباً مکعب‌شکل‌اند و انتهای آنها کرمی‌رنگ است. ساقه زیرزمینی گیاه قسط شیرین، کرمی‌رنگ، روشن‌مایل به زرد و به نسبت کلفت است، قسط شیرین، رایحه‌ای خوش و طعمی به نسبت شیرین دارد. (حاجی علی‌محمدی و دیگران، ۱۳۸۵: ۴۲) این گیاه را در زمان شیوع کرونا بسیار تجویز می‌کردند. قسط شیرین خاصیت ضد عفونی‌کننده دارد و برطرف‌کننده سرفه و ضد تنگی نفس است.

● برای تهیه دمنوش ۲ قاشق از پودر گیاه را به مقداری آب می‌افزایند و ۱۵ دقیقه صبر می‌کنند، سپس ترکیب را از صافی عبور می‌دهند و استفاده می‌کنند.

جدول ۱. گیاهان مورد استفاده در درمان کرونا

ردیف	نام گیاه	نام محلی	اندام مورد استفاده	نحوه استفاده	مصارف درمانی
۱	پونه	پورچینگ (porčing)	برگ	جوشانده دم‌کرده	ضد تب و سرفه، خشک‌کننده عفونت‌های ریه، بیماری‌های گوارشی ناشی از کرونا
۲	زوفا	زوفا	برگ گیاه	جوشانده دم‌کرده	ضد ویروس، ضد عفونت و نافع برای سرفه
۳	زنجبیل	زنجبیل	ساقه	جوشانده و دم‌کرده	ضد ویروس، درمان گلودرد و سینه‌درد و بیماری‌های گوارشی ناشی از کرونا
۴	آویشن	ازگن (ezgen)	برگ و گل	جوشانده و دم‌کرده	نافع در درمان سرفه و چرک سینه
۵	مستار	مستار (mastâr)	برگ	جوشانده و دم‌کرده	تب‌بر و ضد درد

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۱۳

۶	کندر	کندرک (kondork)	صمغ	جوشانده، دم کرده، دودکردنی	درمان سرفه‌های کرونا، سردردهای ناشی از این بیماری، تنگی نفس و دل‌درد ناشی از کرونا
۷	آدامس کوهی	گوانجک (goânjak)	صمغ	جویدنی، دم کرده	ضد عفونی کننده گلو
۸	اسفند	دودنی (dudni)	دانه	جوشانده، پودر دانه	ضد عفونی کننده، پودر آن برای درمان معده
۹	شیکرتیغال	شیکرتیغال	گل	دم کرده، جوشانده	خشک کردن عفونت ریه، درمان سرفه
۱۰	کاکوتی	کاکوتی	برگ	دم کرده، جوشانده	تنگی نفس و تقویت سیستم ایمنی، بالا بردن اکسیژن خون
۱۱	گل نیلوفر	گل نیلوفر	گل	جوشانده و دم کرده	اکسیژن ساز و ضد تنگی نفس
۱۲	گل پنیرک	پنیرک	گل، برگ	جوشانده، ضماد	سرفه، گلودرد، ناراحتی‌های پوستی
۱۳	انزروت	گنجت (gonjet)	برگ	جوشانده و دم کرده	ضد ویروس، بالا بردن سیستم ایمنی بدن
۱۴	خشخاش	کوکنار (koknâr)	برگ ودانه	دم کرده، جوشانده	رفع سردرد، آرام‌بخش، پیشگیری از کرونا
۱۵	برگ گل لاله	گل لاله	برگ	جوشانده، دم کرده	آسم و تنگی نفس
۱۶	دارچین	دارچین	پوست	دم کرده، چاشنی	درمان سرفه، ضد کرونا
۱۷	زنیان	ازبتک (ezbotk)	برگ	دم کرده، جوشانده	جلوگیری از اسهال و استفراغ ناشی از کرونا
۱۸	قسط شیرین	قسط شسیرین (qeste) (širin)	ساقه	دم کرده	ضد عفونی کننده و برطرف کننده سرفه و ضد تنگی نفس

۳-۴. گیاهان ترکیبی برای درمان کرونا

- ترکیب گیاهان گل آویشن، پونه، کاکوتی، زوفا، گل لاله، گل نیلوفر و مستار، سه‌پستان و تخم گشنیز را برای بیمارانی تجویز می‌کنند که تازه به کرونا مبتلا شده باشند.

۱۱۴ ❖ فصلنامه فرهنگ مردم ایران

- عرق بید و یا دم کرده برگ بید برای بیماران کرونایی بسیار نافع است. این گیاه از لخته شدن خون در بیماران کرونایی پیشگیری می‌کند و در واقع آسپیرین گیاهی است. چون طبع بید سرد است، به‌طور طبیعی نباید برای کرونا استفاده شود ولی چون تنها گیاهی است که خاصیت جلوگیری از لخته شدن خون را دارد برای بیماران تجویز می‌شود.
- دم کرده شکر تیغال، زوفا و آویشن برای درمان کرونا بسیار مؤثر است.
- گل لاله، گل نیلوفر و گل آویشن را مخلوط و برای رفع تنگی نفس استفاده می‌کنند.
- جوشانده سرماخوردگی برای بیماری کرونا نیز مفید است. جوشانده سرماخوردگی شامل گیاهان دارچین، زنجبیل، آویشن، جوزهندی، هل باد، جدوا، پرسیاوش، عناب، سه‌پستان، پونه، ختمی خبازی، نیلوفر و تاج‌خروس است. جوشانده سرماخوردگی در بسته‌های پلمپ شده در عطاری‌ها به فروش می‌رسد.
- میخک را در چای سیاه می‌اندازند و می‌خورند. میخک برای زنان مفید نیست چون باعث ناباروری می‌شود.
- در چای، میخک، آویشن و گل محمدی می‌ریزند و می‌نوشند.
- در چای دارچین و زنجبیل می‌ریزند و می‌نوشند.
- داخل قلیان به جای آب، عرق نعنا و دو قاشق روغن سیاه‌دانه می‌ریزند و می‌کشند؛ برای پاکسازی ریه بسیار مؤثر است.
- هل^۲ و میخک را در چای می‌ریزند و می‌نوشند. برای پیشگیری از کرونا بسیار نافع است.

۵. جمع‌بندی

داروهای گیاهی که در هر منطقه استفاده می‌شوند، با اقلیم و فرهنگ آن منطقه در ارتباط اند و به‌طور حتم در درمان یا پیشگیری بیماری مؤثر بوده‌اند. با توجه به این موضوع پژوهش حاضر با نگاهی انسان‌شناسانه به نقش عطاران در پاندمی کرونا

1. jadvâ

۲. با نام محلی ال

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۱۵

پرداخته است. میانگین سنی عطاران در این پژوهش ۲۵-۳۵ سال محاسبه شده است. این میانگین سنی می‌تواند نشان دهنده آمادگی بیشتر این گروه برای پذیرش و دریافت برنامه‌ریزی‌های آموزشی باشد. برای مثال، اکثر عطاران سنی که در رده سنی یاد شده بوده‌اند، نیاز به آموزش طب سنتی و عطاران سنین بالاتر، تجربه و دانش بومی را لازم دانسته‌اند. اکثر کسانی که برای درمان کرونا به عطاری‌ها رفته‌اند، کسانی بوده‌اند که در مراحل اولیه بیماری قرار داشته‌اند و یا برای پیشگیری مراجعه کرده‌اند. در این مرحله کنترل با داروهای گیاهی راحت‌تر صورت می‌گیرد. هر چند خود عطاری‌ها معتقدند که استفاده از داروهای گیاهی برای کنترل بیماری به بهبود آن کمک بهتری خواهد کرد. از نظر عطاران، بیمارانی که برای درمان کرونا به آنان مراجعه می‌کنند، افرادی هستند که به درمان گیاهی اعتقاد دارند، یا دست کم مایل‌اند که با توجه به نبود اطلاعات کافی و ساخت داروهای شیمیایی درباره این بیماری، طب سنتی را تجربه کنند که اثرات جانبی کمتری دارد. به نظر می‌رسد بررسی گیاهان دارویی و دانش بومی و سنتی که اکثر عطاران از آن بهره دارند، گنجینه‌ای عظیم در هر منطقه از کشور است، که با بررسی و پژوهش بیشتر می‌تواند راهگشای متخصصان طب سنتی قرار گیرد.

منابع

- ابریشمی، محمدحسن (۱۳۷۳). پسته ایران، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- امیری عقدایی، سید فتح‌اله؛ زارع زردبینی، حسین (۱۳۹۳). «بررسی عوامل مؤثر بر بهبود و توسعه بازار گیاهان دارویی در ایران (مطالعه موردی شهر اصفهان)». تحقیقات بازاریابی نوین. س چهارم، ش اول، صص ۲۱۴-۱۹۵.
- امین، غلامرضا (۱۳۸۴). متداول‌ترین گیاهان دارویی سنتی ایران. تهران: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران.
- بازرگان، عباس (۱۳۸۷). روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته، رویکردهای متداول در علوم رفتاری. تهران: دیدار.
- برآبادی، احمد؛ مزارعیان، خداداد (۱۳۹۰). «زاهدان». پیام بهارستان. ویژه‌نامه طب سنتی، دوره دوم س سوم، صص ۲۲۲-۲۱۵.
- جانب‌اللهی، سعید (۱۳۹۰). «ایران‌شهر». پیام بهارستان. ویژه‌نامه طب سنتی. دوره دوم س سوم، صص ۷۶-۷۱.
- حاجی علیمحمدی، هما؛ تقوی شیرازی، مریم؛ قربانی، عبدالباسط؛ کارپسند، سعید؛ امامی، خدیجه (۱۳۸۵). «اطلس مردم‌گیاه‌درمانی ایران». گزارش پژوهشی. آرشیو پژوهشکده مردم‌شناسی.
- رضایی، زهرا (۱۳۷۶). «بررسی داروهای آرام‌بخش و خواب‌آور پزشکی گذشته ایران و ارایه فرمولاسیون دارویی مناسب». پایان‌نامه دکترای داروسازی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. دانشکده داروسازی.
- سلطانی، ابوالقاسم (۱۳۸۴). دایرة‌المعارف طب سنتی (گیاهان دارویی). تهران: ارجمند.
- ضمیر، امان‌گلدی (۱۳۹۰). «چاه‌بهار»، پیام بهارستان. ویژه‌نامه طب سنتی. دوره دوم س سوم، صص ۱۷۶-۱۶۹.
- قاسمی دهکردی، نصرالله (۱۳۸۱). فارماکوپه گیاهی ایران. تهران: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی.

نسخه عطاری‌های شهر زاهدان برای درمان و پیشگیری از کرونا ❖ ۱۱۷

- گل گلاب، حسین (۱۳۸۶). *گیا (راهنمای گیاهی)*. تهران: دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- گنجعلی، علیرضا؛ خاک‌سفیدی، عباس (۱۳۹۴). «شناسایی برخی گیاهان دارویی شهرستان زابل (استان سستان و بلوچستان) و کاربرد آنها در طب سنتی». *طب سنتی اسلام و ایران*. ش ۱، ۹۶-۸۹.
- لبو، پروند؛ رونه‌مارک، هانس (۱۳۵۵). *لاله‌ها و زنبق‌های ایران و گونه‌های مجاور*. تهران: مؤسسه گیاه‌شناسی ایران.
- مختارپور، تورج (۱۳۹۸). *زوفا گیاه دارویی مقاوم به خشکی و سرما*. کرج: سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی.
- مظفریان، ولی‌الله (۱۳۸۸). *فرهنگ نام‌های گیاهان ایران*. تهران: فرهنگ معاصر.
- میرشکار، مهلا؛ ابراهیمی، مهدیه؛ آجورلو، مجید (۱۳۹۷). «مطالعه اتنوبوتانی و مصارف سنتی برخی گیاهان دارویی شهرستان خاش». *طب سنتی اسلام و ایران*. ش نهم، ۳۷۰-۳۶۱.
- ناصری‌نیا، محمدرضا؛ ناظریان، نورمحمد؛ ناصری‌نیا، ایمان (۱۳۹۲). «بررسی انواع درمان‌های سنتی رایج در سیستان و بلوچستان»، *مجله طب سنتی اسلام و ایران*. ش چهارم، ش اول، صص ۶۶ - ۵۵.
- Echinger KH. 1986. "Sclerorhachis leptoclada (Asteraceae-Anthemideae), a new species from southern Khorasan". **Plant Systematics and Evolution**. 138: 297-299.

