

بسمه تعالی



معاونت غذا و دارو

جایگاه سیر در طب سنتی

نام عربی ثوم

نام علمی Allium Sativum

نام عمومی Garlic

## ماهیت و گیاه شناسی:

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد . برگهای آن باریک و نواری شکل به رنگ سبز تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که به صورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود . در منابع طب سنتی ایران دارای ۳ نوع برّی و بستانی و جبلّی می باشد . برّی آن را به یونانی اسقوردیون (سقوردن) و به عربی ثوم الحیه نامند . بستانی آن دو قسم می باشد: یکی بسیار دانه یعنی چند دانه به هم متصل و یکی منحصر بر یک دانه و به قدر پیاز کوچکی و این نسبت به آن کمتر است . جبلّی آن را به فارسی موسیر نامند . بهتر از همه بستانی مشهور بزرگ دانه آنست و جبلّی آن از جهت مخلل نمودن (پروراندن آن با سرکه) بهتر و بدون مخلل این قسم کم مستعمل و تازه همه اقسام بهتر از کهنه آن است .

## طبیعت (مزاج)

در سوم گرم و خشک و با رطوبت فضیله و حرارت او شبیه حرارت غریزی است و برّی آن در درجه چهارم گرم و خشک است .

## افعال و خواص در منابع طب سنتی ایران:

خوردن آن با مراعات زمان و مزاج و حد اعتدال حافظ صحت مزاج است .

موجب پاکسازی معده و مفاصل از رطوبات می باشد .

رقیق کننده خون

مدر (جاری کننده) ادرار و خون قاعدگی و عرق

دافع مضرت آب‌های مختلف و تعفن خصوصاً با سرکه آن

جهت تصفیه حلق و صوت و تنگی نفس

جهت فراموشی و فالج و رعشه و اکثر امراض عصبانی

جهت دردهای مفاصل و سیاتیک و نقرس

در افراد دارای مزاج مرطوب محرک قوای جنسی و مولد منی

در افراد دارای مزاج گرم کاهنده میل جنسی و معطش

جهت تب‌های کهنه و درد معده و رفع تشنگی ناشی از بلغم

لطیف کننده غذاهای غلیظ و تحلیل اورام و سنگ کلیه

نیکوکننده رنگ چهره و مداومت خوردن آن باعث ریزش موی سفید و روئیدن

موی سیاه .

پختن آن با شیر گوسفند و بریان کردن با روغن گاو تازه و با عسل شیرین نموده

حلوا ساخته در تحریک قوای جنسی و انعاظ بسیار مفید است.

جویدن برگ آن کاهنده بوی آن است .

اخوینی در کتاب هدایت‌المتعلمین در موارد متعددی از سیر نام برده است و در

کاهش اشتها، و یار بانوان حامله به گل خوردن، اسهال بلغمی، کم شدن خون

قاعدگی زلق الامعاء، بهق و برص آن را تجویز کرده است.

## مضرت ها:

زیاده روی در مصرف آن:

موجب سردرد (مصدع) و سوزاننده خون و مضر چشم و ریه و بواسیر است.

برای زنان حامله و مبتلایان به زحیر (اسهال) مضر است

موجب تولید صفرای بسیار تند شده و گاهنده قوای جنسی و مهیج بیماری های

دارای دوره (امراض نأبه) است.

اخوینی در موارد: آب مروارید چشم، بواسیر، زیادی خون قاعدگی و زردی چشم

که علت آن مربوط به یرقان نباشد مصرف آن را منع نموده است.

## مصلح:

پختن آن در آب با کمی نمک و اضافه نمودن روغن بادام و یا کره و استعمال آن با

گشنیز و سکنجبین و پس از خوردن آن، آشامیدن آب انار ترش و شیرین.

رازی در کتاب الحاوی از قول دیسقوریدوس می نویسد: سیر خاصیت گرم کنندگی

دارد، نفخ شکم را برطرف می سازد و معده را خشک کرده و به همین سبب عطش

زا است. جالینوس معتقد است سیر برای اهالی مناطق سردسیر و زمستان سودمند

است زیرا اخلاط سرد را گرم کرده و اخلاط غلیظ و چسبنده را که حضور آنها در

بدن هنگام فصل زمستان افزایش می یابد قطعه قطعه می نماید.

همچنین از قول روفس می گوید: سیر خاصیت گرم کننده دارد و اخلاط غلیظ و

چسبناک را قطعه قطعه کرده ، برای چشم مضر است زیرا به علت دربرداشتن

خاصیت گرم کننده از دیوارهای نازک آن عبور می کند و وارد مایعات موجود در

آن می شود و بدین ترتیب باعث تاری دید می شود. گرچه برخی از حکما از جمله

حنین، سیر را برای چشم مرطوب سودمند می دانند.

رازی در کتاب منافع اغذیه در مورد سیر می نویسد: بدن را به مقدار زیاد گرم می کند، در بدن زیاد نمی ماند و حرارت آن شبیه به گرمی تب نیست بلکه یک حرارت مطبوع شبیه به حرارت غریزی است و این بزرگ ترین مزیت اوست. بادها را در بدن پراکنده می سازد و از هر غذایی بیشتر این خاصیت را داراست به طوریکه مانع قولنج می شود و اگر به خوردن آن ادامه دهند عطش را برطرف می کند. دردهای پشت و همچنین دردهای کهنه و مزمن را برطرف می کند و مانند پیاز سبب صعود بخار به سر نمی گردد. خون را رقیق و خوراک های غلیظ مانند کشکبه را لطیف می نماید.

همچنین برای مزاج های بلغمی و سرد، نیازی به خوردن مصلح پیدا نمی شود اما اشخاصی که مزاجشان گرم است باید از خوردن آن اجتناب کنند مخصوصاً در فصول گرم سال و چنانچه میل به خوردن آن داشتند و برای نفخ شدیدی که احياناً عارض مزاج ایشان شده است ناچار به خوردن آن بودند، باید آن را با سرکه میل نمایند و یا با قریص و ماست و امثال اینها مصرف کنند و روی آن قدری سکنجبین بنوشند یا انار ترش بمکند و از آب بسیار خنک بنوشند.

کسانی که برای معالجه نفخ ناچارند سیر مصرف کنند، نباید در مدت یک شبانه روز از آنچه برای اصلاح آن شرح دادیم میل نمایند تا فرصتی باشد که سیر اثر خود را بخشیده و بادها را دفع کند. بعد از آن چنانچه حرارت سیر آزاردهنده بود از مصلحات به تدریج و کم کم استفاده نمایند.

## اثرات بررسی شده سیر در منابع جدید:

مطالعات انجام شده بر روی سیر نشان دهنده:

اثرات ضد میکروبی (آنتی میکروبیال)، ضد قارچ، کاهش چربی خون، اثرات آنتی

اکسیداتیو و فیبرینولیتیک است. دارای قدرت مهار تجمع پلاکتی بوده و موجب

افزایش زمان انعقاد خون می شود. اثر کاهندگی سیر بر روی چربی خون به واسطه

مهار سنتز استرول و بیوسنتز کلسترول در سلول های هیپاتوسیت انجام می

شود. همچنین با افزایش سطح داخل سلولی گلوکوتایون موجب اثرات آنتی اکسیدانی

می شود.

موارد مصرف مورد پذیرش کمیسیون E :

آترواسکلروزیس، فشار خون بالا، افزایش سطح کلسترول خون، همچنین جهت

جلوگیری از تغییرات ایجاد شده در عروق به واسطه افزایش سن مصرف می

شود. همچنین در طب افواهی (folk medicine) از سیر به صورت خوراکی در

مواردی مانند بیماری های التهابی تنفسی، برونشیت، اختلالات هضمی، اسپاسم های

دستگاه گوارش، برخی اختلالات قاعدگی، قند خون بالا استفاده می شود.

یکی از کاربردهای سیر در طب سنتی ایران، تشخیص علت نازایی است به این

صورت که با تجویز و راهنمایی پزشک از خانم خواسته می شود که حبه سیر را با

شرایط خاص داخل واژن نگاه دارند و با بررسی نمودار زمانی پیدایش بوی سیر

در دهان، علت ایجاد نازایی تشخیص داده می شود. لازم به ذکر است افراد مبتلا به

بیماری مانند فشار خون، چربی خون، دیابت، اختلالات عروقی و گوارشی در مورد

مصرف سیر با پزشک خود مشورت کرده و از مصرف خودسرانه و بی رویه این گیاه پرهیز نمایند.

### منابع:

-محمدحسین عقیلی، مخزن الادویه، تصحیح دکتر شمس اردکانی و همکاران،

۲۷۴

-اسمعیل بن الحسن بن محمدالحسینی الجرجانی، الاغراض الطیبه و المباحث العلالیه، تصحیح و تحقیق دکتر حسن تاج بخش، انتشارات دانشگاه تهران، جلد

اول: ۲۶۷

-ابوعلی سینا، قانون فی الطب، نسخه خطی، فصل فی ادویه المفرده حرف الثاء،

ذیل نوم: ۲۴۰

-دکتر ابولقاسم سلطانی، دایره المعارف طب سنتی گیاهان دارویی، موسسه

مطالعات تاریخ پزشکی طب اسلامی و مکمل، جلد اول: ۱۰۴-۱۰۷

-محمدبن زکریای رازی، الحاوی، ترجمه دکتر سلیمان افشاری پور، انتشارات

فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران، جلد بیستم: ۱۳۴-۱۳۷

-محمدبن زکریای رازی، منافع الاغذیه و دفع مضارها، تصحیح دکتر فرزانه

غفاری، انتشارات المعی: ۱۴۳-۱۴۴ و ۱۶۲-۱۶۳

-حکیم محمدحسین عقیلی خراسانی، قرابادین کبیر، نسخه خطی، ذیل نوم: ۶۲۱

- PDR for herbal medicine, 2000, :327