

مطالعه دانش بومی گیاهان مورد استفاده بهره‌برداران در

مواقع گوغر بافت استان کرمان

امیررضا امراللهی جلال‌آبادی* ، محمدرحیم فروزه**

حسین بارانی*** ، حسن یگانه****

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۵/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۲/۵

چکیده

دانش بومی بخشی از فرهنگ هر سرزمین است که از طریق تجربه به‌دست‌آمده و به‌مرور به بخشی از فرهنگ اجتماعی و تولیدی آن جامعه تبدیل شده است و کاربرد صحیح آن می‌تواند به توسعه درون‌زا منجر شود. اتنوبوتانی به‌عنوان شاخه‌ای از دانش بومی به مطالعه چگونگی استفاده افراد یک قوم، یک فرهنگ و یا یک ناحیه خاص از گیاهان بومی موجود در آن منطقه می‌پردازد. این مطالعه باهدف معرفی گیاهان خوراکی و دارویی که توسط مردم بومی گوغر استفاده می‌شوند، انجام گردیده است. به همین منظور، طی فصول تابستان ۱۳۹۸ و بهار ۱۳۹۹، گیاهان خوراکی و دارویی مورد استفاده افراد بومی در منطقه شناسایی شد. اطلاعات کسب شده در این پژوهش، در قالب مصاحبه آزاد، مصاحبه نیمه ساختاریافته و مشاهده مشارکتی گردآوری گردید. مصاحبه‌ها به‌صورت هدفمند از خبرگان محلی صورت پذیرفت. در مجموع ۳۶ گونه با استفاده‌های خوراکی و دارویی شناسایی گردید؛ که دانش مردم محلی در ارتباط با آن‌ها بسیار وسیع می‌باشد. این دانش شامل شناسایی گیاهان، زمان مناسب برداشت، اندام مورد استفاده، خواص دارویی، کاربردهای خوراکی، نحوه استفاده و همچنین در ارتباط با اکولوژی گیاهان می‌باشد. نتایج حاصل نشان می‌دهد که اندام برگ بیشترین استفاده خوراکی و دارویی را دارا می‌باشد. گیاهان خوراکی به‌صورت پخته و گیاهان دارویی به شکل خام بیشترین شکل مصرف را دارند و بیشترین استفاده دارویی از گیاهان منطقه جهت معالجه بیماری‌های گوارشی می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: دانش بومی، گیاهان دارویی، کرمان، مراتع گوغر

* دانشجوی کارشناسی ارشد گیاهان دارویی و صنعتی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، گرگان، ایران.
amrollahiamirreza@gmail.com

** استادیار مدیریت مرتع دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، گرگان، ایران (نویسنده مسئول).

rfroozeh@yahoo.com

*** دانشیار مدیریت مرتع دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، گرگان، ایران.. baranihosein@yahoo.com

**** استادیار مدیریت مرتع دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، گرگان، ایران. yeganeh@yahoo.com

مقدمه

در بسیاری از نقاط دورافتاده که مردم حتی قادر به استفاده از امکانات معمول معیشت نیستند، ناگزیر به درک و شناختی عمیق از جزئیات و پیچیدگی‌های محیط پیرامون خود می‌باشند تا از این طریق بتوانند نیازهای خود را از طبیعت اطراف خود و محصولات آن مرتفع سازند (مردانی نژاد و وزیر پور، ۱۳۹۱: ۱۲۹-۱۱۱). این دانش از زمان‌های بسیار دور، از نیاز گروه‌های اولیه انسانی برخاسته و به‌مرورزمان طی آزمون‌وخطاهای گوناگون در راستای تطابق با محیط‌زیست و بقا انسان شکل گرفته و توسط نسل‌های بعدی تکامل یافته و تاکنون ادامه یافته است (رضوی، ۱۳۹۳: ۱۵۲-۱۲۵). این دانش اصطلاحاً دانش بومی نام گرفته است. با توجه به این‌که این دانش منحصراً در اختیار افراد محلی هر منطقه قرار دارد و آن‌ها نیز حاملان این دانش هستند، مدیریت آن در سطح محلی صورت می‌پذیرد و به‌کارگیری و استفاده اصولی از آن در یک جامعه، مانع از روند زوال تدریجی آن می‌گردد (کریمیان و همکاران، ۱۳۹۵: ۵۲-۲). در واقع می‌توان چنین گفت که دانش بومی، بخشی از فرهنگ منحصربه‌فرد هر سرزمین است که از طریق تجربه به‌دست آمده و به‌مرور به بخشی از فرهنگ اجتماعی و تولیدی آن جامعه تبدیل شده است (بارانی و همکاران، ۱۳۹۰: ۸۶-۶۱) و کاربرد صحیح آن می‌تواند به توسعه درون‌زا که در واقع توسعه منطبق با فرهنگ مردم و محیط آن جامعه می‌باشد، منجر شود (هزارجریبی و صفری شالی، ۱۳۹۴: ۶۵-۳۷). شیوه فراگیری این دانش به‌صورت تجربی بوده و انتقال آن نیز به‌صورت شفاهی از نسلی به نسل دیگر صورت پذیرفته است و این دانش به‌صورت مکتوب در جایی ثبت نگردیده است؛ لذا این دانش ارزشمند و گران‌بها در معرض فراموشی و نابودی قرار گرفته است (صادقلو و عزیزی دمیرچیلو، ۱۳۹۴: ۴۱۰-۳۸۹). بنابراین ثبت و مکتوب کردن این دانش از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. به‌صورت کلی به‌منظور توسعه دانش بومی، بایستی مانند دانش رسمی مکتوب شود و استناد شده و ارزیابی علمی شود و در

آرشیوهای ملی، ناحیه‌ای و بین‌المللی طبقه‌بندی گردد (پژوهان و حبیبی قهفرخی، ۱۳۹۱: ۱۰-۱). از نظر پژوهشگران، یکی از دلایل مهم روی آوردن به دانش بومی، شکست بسیاری از طرح‌ها در جامعه امروزی می‌باشد و علت آن عدم استفاده از افراد محلی و دانش آن‌ها می‌باشد (شاه‌حسینی، ۱۳۹۳: ۱۸۰-۱).

انسان‌ها از بدو تولد در این کره خاکی، همواره با گیاهان موجود در محیط اطراف خود ارتباط تنگاتنگی داشته‌اند و این فرهنگ نیز از جمله قدیمی‌ترین ویژگی‌های تمامی فرهنگ‌های بشری است. این وابستگی بشر به گیاهان با اهداف مختلف در همه زمان‌ها شکل گرفته و از ضروریات زندگی انسان‌ها بوده است. چنانکه گیاهان همیشه در ابعاد مختلف مادی و معنوی زندگی انسان‌ها نقش داشته‌اند؛ به‌عنوان مثال همیشه بخشی از غذای انسان‌ها بوده‌اند، در ساخت ابزارها مورد استفاده قرار گرفته‌اند و همچنین در درمان انواع بیماری‌ها، در اعتقادات مذهبی و ماورا طبیعی نقش ایفا کرده‌اند. احتمالاً به همین علت عادی انگاشتن این رابطه بوده است که این موضوع در بسیاری از مواقع مورد توجه پژوهش‌های علمی قرار نمی‌گرفته است. (مقصودی و پارسا پژوه، ۱۳۹۰: ۱۶۱-۱۳۷).

اتنوبوتانی یا گیاه مردم‌نگاری، یک از شاخه‌های دانش بومی است که به بررسی نحوه استفاده‌های متنوع افراد ساکن در یک منطقه خاص، از گیاهان بومی موجود در آن منطقه می‌پردازد (قربانی، ۱۳۸۴: ۹۸-۱). این علم از طریق جمع‌آوری اطلاعات از افراد بومی ساکن در آن ناحیه به دست می‌آید (حیدری و همکاران، ۱۳۹۳: ۳۳۹-۳۳۰). به عبارتی بخش بسیار مهمی از منابع اطلاعاتی این دانش مربوط به داده‌هایی از زندگی یک قوم در ارتباط با نگرش و شیوه استفاده آن‌ها از گیاهان است که به‌صورت معمول در ذهن و زبان مردم ساختاری روایی و بکر دارند (فروزه و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۳۹-۱۳۱). با توجه به این‌که نتایج حاصل از مطالعات اتنوبوتانی در نقاط مختلف متفاوت می‌باشد؛ این امکان نیز وجود دارد که در این‌گونه از تحقیقات، گیاهانی را شناسایی کرد یا خواصی از گیاهان را معرفی نمود که در منابع تاکنون به آن‌ها اشاره‌ای نشده است و

این نکته‌ای می‌باشد که انجام مطالعات اتنوبوتانی را حائز اهمیت می‌کند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۷: ۹۶-۴۳). از زمانی که اتنوبوتانی به‌عنوان یک نظام علمی به وجود آمده است، محققان به فواید زیاد این علم پی برده‌اند (حیدری و همکاران، ۱۳۹۳: ۳۳۹-۳۳۰). به‌عنوان مثال محققان گیاهان دارویی توانسته‌اند با استفاده از نتایج حاصل از مطالعات اتنوبوتانی پیشرفت قابل‌توجهی در تحقیقات و یافته‌های خود داشته باشند و این امر نقش قابل‌توجهی در پیشبرد گیاه‌درمانی داشته است و در حال حاضر این‌گونه از مطالعات جهت کشف داروهای جدید و بهبود و توسعه داروهای جدید در برخی از کشورها به‌کاربرده می‌شود (Hayat et al, 2008: 35-62). همچنین کارشناسان امور تغذیه پیرامون گیاهان خوراکی و متولیان اصلاح و احیای مراتع در شناسایی گونه‌های مطلوب با ارزش‌های چندمنظوره نیز توانسته‌اند از این مطالعات به‌عنوان قدم‌های اولیه تحقیق بهره ببرند.

اتنوبوتانی در سراسر جهان به‌عنوان شاخه‌ای از دانش بومی به‌خوبی تثبیت شده و تحقیقات زیادی در این زمینه در دنیا و همچنین ایران به انجام رسیده است. جیما و همکاران (۲۰۱۸) در بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی مورد استفاده در منطقه بربره واقع در جنوب شرقی اتیوپی، ۷۰ گونه گیاهی را شناسایی نمودند که توسط مردم محلی برای درمان ۴۲ بیماری مورد استفاده قرار می‌گرفتند. نتایج این تحقیق نشان داد که مردم محلی از اندام ریشه گیاهان بیشترین بهره دارویی را می‌برند. در همین زمینه تونکتی و همکاران (۲۰۱۹) در منطقه جازان واقع در کشور عربستان سعودی نیز ۱۲۴ گونه دارویی را شناسایی کردند که مشخص گردید گیاهان تیره Asteraceae دارای بیشترین مصرف دارویی در بین مردم محلی می‌باشند. همچنین تسیتسیو و همکاران (۲۰۱۹) به بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی در منطقه اِدسا و نائوسا در کشور یونان پرداختند که یافته‌های حاصل از این تحقیق حاکی از آن است که بیشترین استفاده درمانی مردم محلی از گیاهان دارویی به ترتیب در جهت درمان بیماری‌های تنفسی و

پوستی می‌باشد و اصلی‌ترین روش مصرف گیاهان دارویی به‌صورت جوشانده یا دم‌کرده می‌باشد.

ایرانمنش و همکاران (۱۳۸۹) به بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی منطقه سیستان پرداختند که ۳۰ گونه گیاهی دارویی را شناسایی کردند. یافته‌های به‌دست‌آمده از این تحقیق نمایانگر آن است که بیشترین شکل مصرف دارو در این منطقه به‌صورت جوشانده و دم‌کرده می‌باشد. علوی و همکاران (۱۳۹۰) به بررسی استفاده سنتی و بومی از گیاهان دارویی در شمال کشور پرداختند. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که ۱۹ تیره دارای ۷۷ گونه دارویی می‌باشند که مورد بهره‌برداری و استفاده سنتی اهالی قرار می‌گیرد. همچنین این بررسی مشخص کرد که بومیان از این گیاهان بعد از تبدیل قسمت‌های مورد استفاده به شربت، مربا، ترشی و رب یا به‌صورت جوشانده استفاده می‌نمایند، ضمناً استفاده از قسمت‌های سبز گیاه به‌عنوان سبزی خوراکی یا معطر کننده غذا نیز دارای کاربرد فراوانی است. در همین زمینه ذوالفقاری و همکاران (۱۳۹۱) در بررسی مصارف سنتی گیاهان شهر بابل در استان مازندران به این نتیجه دست یافتند که از میان گیاهان جمع‌آوری‌شده، ۱۵ گونه دارای کاربرد محلی و سنتی بوده و ۴ گونه نیز مصرف خوراکی داشتند. قلی‌پور و همکاران (۱۳۹۳) به مطالعه اتنوبوتانیکی گیاهان دارویی دهستان زارم رود نکا در استان مازندران پرداختند. در این تحقیق ۶۴ گونه گیاهی دارویی شناسایی گردید. یافته‌های به‌دست‌آمده از این تحقیق نشان‌دهنده آن است که تیره‌های Rosaceae و Lamiaceae بااهمیت‌ترین تیره‌های کاربردی منطقه محسوب می‌شوند. از نظر زمینه مصرف، بیشتر گیاهان منطقه برای درمان بیماری‌های مربوط به سیستم‌های گوارشی به کار می‌روند. بیشترین بخش گیاهی مورد مصرف نیز مربوط به برگ، میوه و بخش‌های هوایی می‌باشد. همچنین متداول‌ترین شیوه مصرف گیاهان دارویی منطقه مطالعه شده به‌صورت دم‌کرده و جوشانده می‌باشد. بی‌باک و مقبلی هنزائی (۱۳۹۵) مطالعه‌ای را در شهرستان جیرفت انجام دادند که نتایج نشان داد که بیشترین مصرف گیاهان دارویی در منطقه، مربوط به درمان بیماری‌های گوارشی

می‌باشد. همچنین ابطحی (۱۳۹۷) در مطالعه اتنوبوتانی برخی از گیاهان دارویی شهرستان شازند در استان مرکزی، تعداد ۵۶ گونه گیاهی را شناسایی نمود که بعضی از گونه‌ها علاوه بر خاصیت دارویی دارای خواص خوراکی و سایر کاربردها بودند.

متأسفانه به دلیل از بین رفتن سنت‌ها و عدم علاقه نسل جوان به فراگیری این دانش بخش بسیار زیادی از دانش، نزد افراد مسن و خبرگان محلی جوامع قرار دارد و با درگذشت هر یک از خبرگان بومی، کتاب عظیمی از دانسته‌ها و تجارب محلی که حاصل قرن‌ها تجربه و منطبق بر اقلیم و فرهنگ منطقه است بسته می‌شود و حجم بسیار زیادی از دانش بومی گیاه‌شناسی از بین می‌رود. بنابراین محققان این حوزه از دانش می‌توانند نقش به‌سزایی در حفظ این دانش ایفا کنند. اهمیت این دانش را می‌توان از ارتباط نقش وسیع و گسترده گیاهان در برطرف نمودن نیازهای تغذیه‌ای و درمانی بشری درک کرد. ثبت کردن این دانش در کتاب‌ها و انتشار آن‌ها از طرفی باعث بالا بردن غرور ملی و ایجاد خودباوری شده و از طرف دیگر می‌تواند دستمایه‌ای غنی برای محققان در زمینه‌های مطالعات دارو، درمان، بهداشت و سایر زمینه‌ها باشد. با توجه به شرایط جغرافیایی مراتع گوغر که امکان رویش گیاهان خوراکی و دارویی متعددی را فراهم آورده است و همچنین وجود عشایری از دو طایفه اقطاع و افشار که سال‌ها در مرتع مذکور سکونت داشته و به کاربردهای گوناگون گیاهان آشنا هستند؛ مطالعات بیشتر در این منطقه می‌تواند دریچه‌ای جدید از کاربردهای گیاهان را از دیدگاه بهره‌برداران در این ناحیه بگشاید و زمینه‌ساز تحقیقات و پژوهش‌های آتی باشد.

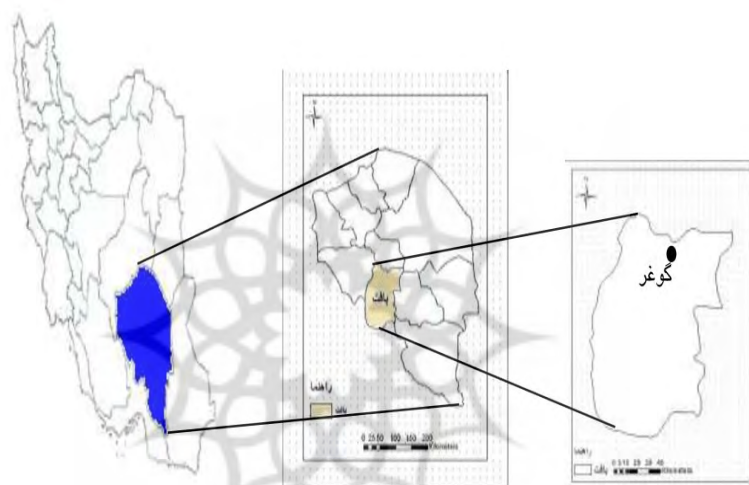
با توجه به موارد ذکرشده و همچنین با توجه به اینکه تاکنون مطالعه‌ای در زمینه اتنوبوتانی در منطقه گوغر که از هر دو منظر تنوع گیاهان خوراکی و دارویی و دانش بومی غنی می‌باشد به انجام نرسیده است، در این مطالعه به بررسی اتنوبوتانی گیاهان خوراکی و دارویی مراتع گوغر بافت در استان کرمان پرداخته شده و لذا هدف از انجام این تحقیق مطالعه و بررسی شناخت دانش بومی بهره‌برداران نسبت به گیاهان خوراکی و دارویی منطقه و همچنین چگونگی استفاده از آن‌ها به‌عنوان خوراک، دارو، ساخت ابزار و... می‌باشد.

مواد و روش‌ها

معرفی منطقه مورد مطالعه

مراتع گوغر در زمره مراتع کوهستانی و سردسیر شمالی بخش مرکزی شهرستان بافت در استان کرمان می‌باشند. این منطقه در جنوب شرقی ایران و در جنوب غربی استان کرمان واقع شده است. روستاهای چهارطاق، جفریز، چشمه سبز، گودال، بزنگ و بندر از جمله روستاهای اطراف آن هستند و مرکز این دهستان روستای امیرآباد است. جمعیت این منطقه بالغ بر ۱۵۰۰ نفر می‌باشد و دارای ۶۰۰ بهره‌بردار است. مردم منطقه به دو طایفه اقطاع (فارس زبان) و افشار (ترک‌زبان) تقسیم می‌شوند که طایفه اقطاع جمعیت غالب منطقه را تشکیل می‌دهد. تکوتیره^۱ صادقی از طایفه اقطاع و تکوتیره شهسواری از طایفه افشار نیز اصلی‌ترین بهره‌برداران منطقه می‌باشند که اغلب کهنسالان، چوپانان و طبیبان محلی آن از دانش بومی مرتبط با طبیعت مانند دامداری، زراعت و شناسایی و بهره‌برداری از گیاهان خوراکی و دارویی برخوردارند. ساکنان گوغر عمدتاً از راه کشاورزی، دامداری و باغداری امرار معاش کرده و اقتصاد خود را بر پایه آن‌ها می‌گذارند که این شیوه‌ها از زمان قدیم در بین مردم منطقه رواج داشته است. مساحت مراتع این منطقه حدود ۲۰ هزار هکتار می‌باشد که در ارتفاع حدود ۲۹۰۰ - ۲۷۵۰ متری از سطح دریا قرار گرفته است (شکل ۱). سیمای گیاهی عرصه به صورت علفی، بوته‌ای، درختی و درختچه‌ای است که با فراوانی نسبتاً متفاوت، گیاهان در آن پراکنده می‌باشند. گیاهان بومی و غالب منطقه، درمنه کوهی *Artemisia aucheri* و گون کتیرایی *Astragalus gospinus* می‌باشند (خسروی مشیزی و همکاران، ۱۳۹۳). میانگین بارندگی سالانه این منطقه ۲۷۳/۸۸ میلی‌متر است؛ که غالباً در فاصله ماه‌های دی تا اسفند ریزش می‌نماید (خسروی مشیزی و همکاران، ۱۳۹۳: ۵۷۹-۵۷۲). اقلیم منطقه طبق روش آمبرژه، نیمه‌خشک سرد است. متوسط درجه حرارت در این

دهستان ۱۲ تا ۱۴ درجه سانتی‌گراد می‌باشد. بر اساس تحقیقات انجام‌شده در خصوص منطقه گوغر، تاکنون گزارشی در زمینه اتنوبوتانی علیرغم تنوع و فراوانی گیاهان خوراکی و دارویی و همچنین دانش بومی بالای مردم منطقه در ارتباط با استفاده‌های متنوع از آنها انجام نگرفته است. لذا در این مطالعه به معرفی گیاهان خوراکی و دارویی مراتع گوغر و نحوه استفاده سنتی از آنها پرداخته می‌شود.



عکس ۱- موقعیت منطقه مورد مطالعه

روش بررسی

در این تحقیق جهت آشنایی با منطقه و انجام مصاحبه و دستیابی به داده‌های بعدی، در ابتدا مشخصات کلی منطقه، مسیرهای دستیابی به مناطق مختلف منطقه، عوارض طبیعی و روستاهای منطقه مورد نظر مورد مطالعه و شناسایی قرار گرفت تا اطلاعات جامعی از منطقه به دست آید. در نهایت، طرح مناسبی جهت بررسی‌های میدانی، مصاحبه‌ها و جمع‌آوری نمونه‌های گیاهی تهیه شد. در همین راستا، طی فصول تابستان ۱۳۹۸ و بهار ۱۳۹۹، به منطقه مراجعه شد. از آنجایی که مردم می‌توانند یک منبع اطلاعاتی مهم برای به

دست آوردن اطلاعات در مورد گیاهان منطقه باشند، در این مطالعه باورها و دانسته‌های سنتی مردم که دارای اطلاعاتی در زمینه گیاهان خوراکی و دارویی بودند، در قالب مجموعه‌ای از شیوه‌های جمع‌آوری اطلاعات شامل مصاحبه آزاد، مصاحبه نیمه ساختاریافته و مشاهده مشارکتی گردآوری گردید. در اوایل حضور در منطقه، غالب داده‌ها از طریق مصاحبه آزاد جمع‌آوری شد تا اطلاعات اولیه‌ای در مورد موضوع تحقیق به دست آید. پس از گذشت از این مرحله، غالب مصاحبه‌ها شکل نیمه ساختاریافته به خود گرفت. مصاحبه‌ها به صورت هدفمند از خبرگان محلی ساکن روستاها و عشایر منطقه در ارتباط با گیاهان خوراکی و دارویی صورت پذیرفت؛ که این افراد غالباً جزء افراد سالخورده، طبیبان، عطارها، کشاورزان، دامداران و چوپانان بودند. شناسایی این افراد نیز به صورت روش گلوله برفی صورت می‌گرفت که این نمونه‌گیری با داشتن تعداد اولیه‌ای از افراد مطلع شروع می‌شد. مطلعین اولیه توسط برخی از ادارات مانند اداره منابع طبیعی و اداره کل امور عشایر معرفی شدند. سپس از آن‌ها خواسته می‌شد تا کسانی را که فکر می‌کنند برای این تحقیق مناسب هستند، به محقق معرفی کنند. این روال کار تا آخرین خبره محلی معرفی شده ادامه یافت. در مصاحبه‌ها اطلاعات مربوط به جنبه‌های مختلف گیاهان خوراکی و دارویی از قبیل نام محلی، اندام مورد استفاده، خواص دارویی، نحوه استفاده، نحوه مصرف، نحوه آماده‌سازی و فرم رویشی گیاهان طرح شد. مصاحبه‌ها، هم به صورت گروهی و هم به صورت انفرادی صورت می‌پذیرفت و تا جایی ادامه پیدا می‌کرد که مطلب جدیدی به موارد قبلی اضافه نشود. این کیفیت در اثر تکرار پاسخ‌های مشابه از طرف مصاحبه‌شوندگان مختلف برای محقق محرز می‌شد. در این تحقیق به جز مصاحبه آزاد و نیمه ساختاریافته، از مشاهده مشارکتی نیز جهت گردآوری اطلاعات استفاده شد. در مشاهده مشارکتی در حقیقت محقق نه تنها یک مصاحبه‌گر بوده بلکه خود نیز با مصاحبه‌شوندگان همراه شده و به صورت ملموس با اجزاء تحقیق که همان انسان‌ها و گیاهان بودند آشنا شده و مأنوس می‌شد. هم‌زمان با مشاهده مشارکتی، نمونه‌های

هرباریومی از گیاهان خوراکی و دارویی مورد استفاده افراد بومی از مناطق مختلف برداشت شد و نام محلی، اندام مورد استفاده، محل رویش و فرم رویشی گیاهان یادداشت گردید. در نهایت از اطلاعات کسب‌شده از مصاحبه‌های گروهی و انفرادی، فیش‌برداری شده و استخراج مفاهیم کلیدی از دانش بومی آن‌ها صورت پذیرفت. گیاهان را پس از جمع‌آوری و خشک‌کردن به هرباریوم دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان منتقل کرده و با استناد به کتاب‌های معتبر گیاه‌شناسی ایران و توسط اساتید متخصص گیاه‌شناسی و گیاهان دارویی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان، نام فارسی و نام علمی آن‌ها تعیین شد (اسدی و همکاران، ۱۳۹۸-۱۳۶۷). در مجموع در این پژوهش با ۷۷ نفر مصاحبه شد که از این تعداد ۴۶ نفر مرد و ۳۱ نفر زن بودند. در مجموع مصاحبه‌هایی که صورت پذیرفت ۳۸ مصاحبه فردی و ۱۱ مصاحبه جمعی در گروه‌های ۳ تا ۵ نفره انجام شد. سطح تحصیلات افراد مصاحبه‌شونده در جدول ۱ آورده شده است. همان‌گونه که در این جدول مشاهده می‌گردد، سطح تحصیلات افراد پرسش‌شونده از بی‌سواد تا دکتری متغیر می‌باشد و اکثر مصاحبه‌شوندگان بی‌سواد بوده و یا کم‌سواد می‌باشند.

جدول ۱- میزان تحصیلات افراد پرسش‌شونده

سطح تحصیلات	بی‌سواد	سیکل و پایین‌تر	بالا‌تر از سیکل	دیپلم	فوق‌دیپلم	لیسانس	فوق‌لیسانس	دکتری
مرد	۲۱	۹	۶	۳	۲	۳	۱	۱
زن	۱۲	۱۱	۲	۴	۰	۱	۱	۰

یافته‌های پژوهش

در تحقیق انجام شده در مراتع گوغر، ۳۶ گونه خوراکی و دارویی شناسایی گردید؛ که از این تعداد، ۱۷ گونه دارویی، ۶ گونه خوراکی و ۱۳ گونه خوراکی - دارویی بودند.

گونه‌های شناسایی شده شامل ۱۸ گونه علفی، ۱۰ گونه بوته‌ای، ۵ گونه درختچه‌ای و ۳ گونه درختی هستند که دانش بومی مربوط به آن‌ها در ادامه آورده شده است. گونه‌های یادشده از جمله گیاهانی هستند که از نظر مصرف خوراکی و دارویی در زمره پرمصرف‌ترین گونه‌ها قرار دارند؛ این گونه‌ها علاوه بر مصارف خوراکی و دارویی دارای مصارف صنعتی مانند تهیه ابزار و همچنین قابل استفاده در تهیه علفه دام می‌باشند. لذا بهره‌برداران منطقه از گونه‌های نامبرده در این تحقیق آگاهی کافی دارند و دانش استفاده‌های متنوع از آن‌ها را به خوبی می‌دانند.

دانش بومی پیرامون نحوه کاربرد گیاهان

گیاهان دارویی

زارچ^۱ (Zārc̣)، زرشک زرافشانی

رویشگاه این گیاه غالباً مناطق صعب‌العبور می‌باشد. این گیاه که دارای فرم رویشی درختچه‌ای می‌باشد؛ به لحاظ ظاهری مشابه زرشک است؛ با این تفاوت که میوه این گیاه دارای هسته می‌باشد درحالی‌که زرشک هسته ندارد. این گیاه ظاهری خوشه مانند، نظیر خوشه‌های انگور دارد اما خوشه‌های آن کوچک‌تر و پر از خار است و رنگی قرمز دارد. فصل گلدهی گیاه زارچ تابستان است و دانه‌های آن در فصل پاییز در ماه مهر می‌رسند و قابل برداشت می‌شوند. چنانچه میوه‌های آن تا دی‌ماه چیده نشوند، خشک می‌شوند و بر روی زمین می‌ریزند و سبز می‌شوند. بومیان جهت برداشت از گیاه زارچ، در ابتدا پارچه‌ای پهن کرده و با چوب به درختچه می‌زنند تا میوه‌ها بر روی پارچه بریزند؛ البته با دستکش‌های بلندی که به دست می‌کنند هم می‌توان میوه‌ها را دست‌چین کرد و سپس برای نگهداری، آن‌ها را در سبد ریخته، شستشو می‌دهند و خوشه‌ها را جدا می‌کنند و نهایتاً یا خشک می‌کنند یا از آن شیره می‌گیرند و به صورت شربت از آن

1. Berberis integerrima

استفاده می‌کنند. زارچ گیاهی است که به صورت دارویی در میان مردم محلی کاربرد دارد. این گیاه هم به صورت سبز و هم به صورت خشک و همچنین به صورت خام و شربت استفاده می‌شود. مصرف میوه این گیاه بین مردم محلی بدین شکل است که آن را جوشانده و شیره آن را می‌گیرند و سپس شربت آن را درست می‌کنند یا آن را در آب می‌خیسانند و آب آن را استفاده می‌کنند. قدیمی‌ترها معتقدند مصرف شربت آن جهت پاک‌سازی کبد، رفع قُروش^۱ و همچنین رفع گرمی بدن مفید است و در ارتباط با میزان مصرف آن هم می‌گویند که یک لیوان در هر روز و به صورت ناشتا کفایت می‌کند. افراد مسن محلی می‌گویند مشکلی که برای دوغ به کار می‌برند را با زارچ دود می‌دهند؛ زیرا موجب محکم شدن دیواره مشک و همچنین رفع بوی بد آن می‌شود. برای این کار چوب زارچ را روی آتش می‌گذارند تا به دود بیاید و شروع به سوختن کند، سپس آن را خاموش می‌کنند و با آن مشک را دود می‌دهند تا دیواره مشک هم ضخیم گردد و هم ضد عفونی شود.

قوسک^۲ (Qosk)، بادام کوهی

گیاهی که در دشت‌ها، مراتع دامنه‌ای و دامنه‌های کوه‌ها می‌روید. این درختچه چندساله که در فصل بهار سبز می‌شود، علاوه بر برگ‌های کوچک و سوزنی شکل دارای خارهای بسیار بزرگ و ضخیم به صورت شاخه می‌باشد؛ که شاخه‌های جوان آن بسیار محکم و نوک‌تیز هستند. میوه این گیاه رنگی خاکستری دارد که کاملاً از کرک پوشیده شده است و توسط بومیان به صورت خام برای تقویت حافظه مصرف می‌گردد. در شیوه رایج استفاده درمانی از این گیاه، بومیان ریشه این گیاه را جدا کرده و آن را به مدت طولانی می‌جوشانند که از جوشانده آن ماده قهوه‌ای رنگی با غلظت بالا به دست می‌آید که در راستای التیام زخم‌ها و سوختگی‌ها به کار برده می‌شود. جوامع محلی بیان

۱- جوش ناشی از غرور جوانی

می‌کنند که از این گیاه به دلیل بوی خوشی که دارد و بسیار معطر است در عطرسازی نیز بهره گرفته می‌شود.

گل چنگمالو یا بادرنج کوهی^۱ (Gol čangmālu, Bādrang-e kuhi)، خیارک

گیاهی که به گفته مردم محلی در مراتع و همچنین مجاور تل‌ها^۲ و جاده‌ها می‌روید. این گیاه بوته‌ای و چندساله، دارای گل‌هایی بزرگ به رنگ بنفش است که کمی خمیده هستند و برگ‌هایی بلند دارد که از اوایل تابستان شروع به سبز شدن می‌کند و رشد آن آغاز می‌شود و در همین زمان به گل می‌نشیند. طبق صحبت‌های مردم محلی، این گیاه تا اواخر مهرماه در طبیعت منطقه وجود دارد. هنگامی که این گیاه به گل نشست، گل‌های آن را می‌چینند که به دو صورت خشک و سبز قابل استفاده می‌باشد و برای تهیه دمنوش از آن‌ها استفاده می‌شود. میزان استفاده رایج از آن به میزان یک قاشق غذاخوری در یک قوری می‌باشد. این شیوه مصرفی از نظر افراد محلی دارای خواص درمانی از جمله درمان درد پهلو و کلیه است و همچنین به عنوان آرام‌بخش می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد. این گیاه به عنوان علوفه هم توسط دام‌ها استفاده می‌شود و از گیاه جاز^۳ می‌توان به عنوان گیاه همراه آن در منطقه نام برد.

کنتون^۴ (Kentun)، کرچک

گیاهی که در دامنه‌های رو به آفتاب و زمین‌هایی که دارای خاک آهکی هستند، رویش دارد. به گفته افراد محلی این گیاه درختچه‌ای و چندساله، رویش خود را از اواخر اسفند شروع می‌کند و تا اواخر اردیبهشت در این مناطق رویش دارد. برگ‌های

1. *Ixiolirion tataricum*

۲- کوه‌ها

3. *Artemisia persica*

4. *Ricinus communis*

کتون بزرگ و پنجه‌ای شکل و همچنین میوه‌های آن خاردار هستند. میوه‌های این درختچه دارای سه دانه قهوه‌ای درون پوسته‌ای قهوه‌ای‌رنگ می‌باشند که بسیار سمی هستند و نباید جویده شوند. قسمت مورد استفاده این گیاه همان دانه‌های آن است که به دو صورت مورد استفاده قرار می‌گیرند. در شیوه رایج استفاده توسط مردم محلی، دانه را درون یک شیء نوک‌تیز مانند قلاب یا یک سیخ باریک فرو برده و آن را به‌صورت کامل روی شعله گاز می‌سوزانند. سپس آن را در داخل یک پنبه قرار داده و از سیخ جدا می‌کنند و در مرحله بعد پنبه را با دست فشار می‌دهند تا دانه باز شود و در نهایت پنبه را به‌صورت گلوله درآورده و درون گوش اطفال قرار می‌دهند تا عفونت و درد گوش را از بین ببرد. در شیوه استفاده دیگر، برای رفع یبوست و همچنین استفاده به‌عنوان ملین از دانه آن روغن گرفته می‌شود.

ملنگو^۱ (Melangu)، بالنگوی شیرازی

گیاهی که غالباً در دامنه‌های کوه‌ها و همچنین مناطق سنگلاخی رویش دارد. این گیاه علفی و یک‌ساله در زمره گیاهان معطر قرار می‌گیرد و دارای کرک‌های سفید و بلند و همچنین گل‌های صورتی مایل به سفید می‌باشد. برگ‌های گیاه ملنگو مشابه گیاه نعنا می‌باشد. این گیاه حدود دو ماه در منطقه قابل‌رؤیت است که رویش آن از اواخر فروردین آغاز می‌شود و تا اواخر خردادماه ادامه دارد و بعدازآن دیگر اثری از آن یافت نمی‌شود. هنگامی که میوه‌های بیضی‌شکل به رنگ سیاه این گیاه رسیدند، مردم محلی آن‌ها را چیده و تمیز می‌کنند. سپس آن‌ها را داخل لیوان ریخته و روی آن‌ها آبجوش می‌ریزند و مقداری شکر هم به آن اضافه می‌کنند و به مدت ده دقیقه روی لیوان را می‌پوشانند تا دم بکشد و برای تسکین درد سینه، کاهش سرفه‌های خشک، رفع تک‌سرفه و درمان سرماخوردگی آن را مصرف می‌کنند. اگر میوه این گیاه با میوه‌های

1. *Lallemantia royleana*

دیگری مانند بالنگو، تخم سفید (اسفرزه) و قدومه مخلوط گردد به آن چهارتخمه گفته می‌شود که از نظر زنان محلی اثرگذاری بیشتری دارد.

گزگزو یا گزک^۱ (Gez gezu, Gezak)، گزنه

این گیاه از نظر مردم محلی در مجاورت رودخانه‌ها به صورت علفی و پایا رویش دارد. گزگزو دارای برگ‌هایی کرک دار می‌باشد که هنگام دست گرفتن به آن‌ها حالتی گزنده و سوزش‌آور ایجاد می‌شود و در اصطلاح محلی بیان می‌شود که "دَس که بهش بگیری دَسِت گزگز می‌کنه" و با توجه به همین موضوع نام گزگزو را بر روی آن گذاشته‌اند. عشایر منطقه جهت استفاده از خواص درمانی این گیاه، برگ‌های آن را می‌چینند، سپس آن‌ها را شستشو داده و برای کاهش مرض قند، کاهش چربی و درمان سنگ کلیه در قوری دم می‌دهند و استفاده می‌کنند. از برگ این گیاه عرق هم گرفته می‌شود که از نظر محلیان تفاوتی در اثرگذاری آن با حالت دم‌کرده وجود ندارد. همچنین در موارد معدودی نیز مشاهده گردید که جوشانده برگ این گیاه به منظور تصفیه خون نیز مصرف می‌گردد. گزگزو از جمله گیاهان علوفه‌ای منطقه نیز محسوب می‌گردد.

کسرک^۲ (Keserk)، ترتیزک

به گفته بهره‌برداران محلی این گیاه در زمین‌هایی که خاک سبک دارند مانند خاک رس، در دامنه‌های رو به آفتاب و در چراگاه‌ها قابل مشاهده است. این گیاه یک‌ساله و معطر نیز دارای فرم رویشی علفی می‌باشد. برگ‌های گیاه کسرک دارای بریدگی‌هایی عمیق و گل‌هایی کوچک به رنگ سفید می‌باشد. از ابتدای اردیبهشت‌ماه تا اواسط خردادماه کسرک در منطقه وجود دارد که می‌توان از آن بهره‌برداری کرد. قسمت مورد

-
1. *Urtica pilulifera*
 2. *Lepidium vesicarium*

استفاده این گیاه میوه آن است که مردم محلی عرق آن را می‌گیرند و استفاده می‌کنند و اعتقاد دارند که به‌عنوان بادشکن عمل کرده و برای هضم بهتر غذا و درمان دل‌درد مفید است. می‌توان میوه این گیاه را برای درمان دل‌درد، پس از چیدن پودر کرده و درون کف دست ریخته و سپس آن را به ته حلق انداخت که به‌اصطلاح محلی به آن کپ کردن^۱ گفته می‌شود. بعدازاین کار، یک لیوان آب خورده می‌شود.

کُریک^۲ (Korik)، نسترن

محل رویش این گیاه مجاورت رودخانه‌ها و همچنین بوته‌زارها می‌باشد. این گیاه درختچه‌ای و خاردار دارای گل‌های سفیدرنگ و معطری می‌باشد که از خردادماه تا اواخر شهریور در منطقه قابل‌رؤیت می‌باشد و در تمام این بازه زمانی دارای گل است. افراد محلی در خصوص شناسایی این گیاه برای محققین بیان می‌کنند که بوی گل‌های سفیدرنگ آن بسیار مطبوع است و شکلی چتر مانند دارد. بومیان اظهار می‌دارند که فقط اندام گل آن قابل‌استفاده است و خاصیت دارویی دارد. بدین منظور بومیان گل‌های آن را به دلیل آن‌که گیاهی خاردار است با دستکش می‌چینند و آن‌ها را درون ظرفی یا داخل پلاستیک خشک می‌کنند. نحوه استفاده از گل این درختچه جهت درمان فقط به‌صورت شربت است که برای درمان درد کلیه و درمان ناراحتی قلبی مصرف می‌شود. بومیان اذعان می‌دارند که این گیاه در زنبورداری نیز ارزش زیادی دارد؛ زیرا زنبور از شهد آن استفاده می‌کند.

آزارکُش^۳ (Azārkoš)، آزارچوب

گیاهی که در مناطق مرطوب از اوایل تیرماه شروع به رشد می‌کند. ریشه این گیاه علفی دارای رنگ قهوه‌ای سوخته، گل‌های آن بنفش‌رنگ و برگ‌های آن دارای رنگ

۱- به‌اندازه یک‌کف‌دست از مواد خوراکی یا دارویی که به‌صورت پودر به انتهای حلق انداخته می‌شود.

2. *Rosa beggeriana*

3. *Solenanthes circinnatus*

سبز مایل به خاکستری می‌باشند. این گیاه در تیرماه نیز به گل می‌نشیند و تا پایان مهرماه در منطقه وجود دارد. مشخصه بارز این گیاه به برگ‌های این گیاه اختصاص دارد زیرا برگ‌های آن بسیار بزرگ هستند و پهنای زیادی دارند که غالباً در انتهای ساقه مشاهده می‌شوند. ریشه این گیاه که تنها اندام مورد استفاده این گیاه است، از سطح زمین بالا می‌آید که بومیان آن را جدا کرده و به دو صورت عمل می‌کنند. عده‌ای آن را خشک نمی‌کنند و آن را بعد از جدا کردن، شستشو داده و سپس پوست‌های اضافی روی ریشه را جدا می‌کنند. سپس ریشه را جوشانده و شیره آن را می‌گیرند و روی محل شکستگی دست یا پا قرار می‌دهند. در حالت دیگر مصرف، بعد از این‌که ریشه را جدا نمودند آن را جهت خشک کردن، در داخل پارچه گذاشته و در سایه قرار می‌دهند. پس از آن‌که خشک شد آن را می‌کوبند و به صورت ضماد با مواد دیگری چون خرما، روغن گوسفند و آپشن مخلوط کرده و روی شکستگی قرار می‌دهند تا آزار و درد محل شکستگی را کاهش داده و منجر به کاهش تورم شود.

کوچک یا قارنویاروخ^۱ (Kowčak, Gārnoyārox)، بارهنگ سرنیزه‌ای

این گیاه را می‌توان در مجاورت رودخانه‌ها و جوی‌های آب و همچنین در باغ‌ها مشاهده کرد. از دیدگاه مردم محلی این گیاه علفی و چندساله می‌باشد و همچنین طبعی سرد دارد. زمان رویش این گیاه از اردیبهشت آغاز می‌شود و حدود اواخر مهرماه عمر آن پایان می‌یابد و دیگر اثری از آن یافت نمی‌شود. از خصوصیات بارز آن، برگ‌های آن است که شبیه به برگ‌های تره می‌باشند؛ اما وجه تمایز آن‌ها در این است که برگ‌های کوچک هم قدبلندتر و هم پهنای بیشتری دارند. برگ‌های این گیاه به صورت خوابیده و نیزه‌ای رشد می‌کنند. عشایر منطقه هنگامی که این گیاه سر از خاک بیرون آورده و رشد می‌کند، برگ‌های آن را چیده و به صورت تازه برای درمان سردرد، سینوزیت و همچنین

1. *Plantago lanceolata*

رفع گرمی بدن بر روی سر می‌گذارند. غالب مادران منطقه، برگ‌های آن را در آفتاب خشک می‌کنند و به جهت درمان سرماخوردگی درون سایر مواد گیاهی خردشده که در درمان سرماخوردگی مؤثر می‌باشند، ریخته و دم می‌دهند. این گیاه به‌عنوان علوفه دام‌ها و همچنین در زنبورداری نیز قابلیت استفاده دارد.

چشم کبکی^۱ (Češm kabki))، چشم‌گره‌ای خزری

گیاهی که در جوی‌ها و دامنه‌های کوه‌ها از ماه اردیبهشت تا اواسط خردادماه یافت می‌شود. این گیاه علفی و یک‌ساله دارای گل‌هایی کوچک به رنگ قرمز تیره شبیه دانه‌های انار و چشم کبک می‌باشند که به همین دلیل چنین نام‌گذاری شده است. این گیاه دارای غنچه‌هایی است که در داخل آن‌ها چهار دانه سفیدرنگ وجود دارد که هنگام رسیدن کامل، سیاه می‌باشند. این دانه‌ها به‌صورت دم‌کرده ملین هستند و برای درمان بیماری‌های گوارشی استفاده می‌شوند. شیوه دم کردن آن‌ها چنین است که محلیان هنگامی که دانه‌های این گیاه رسیدند آن‌ها را دانه‌دانه جدا کرده و سپس آن‌ها را داخل لیوان ریخته و روی آن‌ها آبجوش می‌ریزند و مقداری شکر هم به آن اضافه می‌کنند. در نهایت به مدت ده دقیقه روی لیوان را می‌پوشانند تا دم بکشد.

اشترک یا دَوَه تیکان^۲ (Ešterk, Dava tikāno)، کندل کوهی

محل رویش این گیاه در مراتع می‌باشد که به‌صورت درختچه‌ای چندساله همراه با ساقه‌هایی بزرگ از اواخر فصل زمستان شروع به سبز شدن می‌کند. ساقه‌های این گیاه در زمانی که این گیاه در حال رشد است، سبزرنگ هستند اما در اواخر شهریور که زمان خشک شدن آن می‌باشد تغییر رنگ داده و قهوه‌ای‌رنگ می‌شوند. محلیان طی بازه زمانی خردادماه تا مردادماه در چندین نوبت صمغ آن را که در اصطلاح محلی جدی

1. *Nonea caspica*
2. *Dorema aucheri*

نامیده می‌شود، برداشت می‌کنند. برخی از خانواده‌ها که اقدام به فروش این صمغ می‌کنند، گه گاه در این بازه زمانی هرروز دو بار صمغ این درختچه را در صبح و عصر جمع‌آوری می‌کنند. نحوه استفاده افراد محلی از صمغ آن در راستای درمان چنین است که صمغ را به صورت خام در آب حل کرده و به منظور نرم شدن سینه و رفع یبوست استفاده می‌کنند. همچنین محلیان در شیوه دیگری صمغ را پس از تمیز کردن، داخل یک استکان ریخته و آبجوش را بر روی آن می‌ریزند و صبر می‌کنند تا صمغ در آن حل گردد. سپس آن را از صاف کن عبور داده و برای درمان زردوکی^۱، روان شدن شکم و همچنین کاهش سرفه به نوزادان می‌کنند.

بید تلخ یا آجُو سید^۲ (Bid-e talx, Ajjo seyed)، بید

گیاهی که فقط در مناطقی که خاک مرطوب دارند مانند کنار رودخانه‌ها رویش دارد. این درخت دارای برگ‌های کشیده، شاخه‌هایی باریک و چوب‌هایی زردرنگ می‌باشد. گلدهی این گیاه در فصل بهار است. بومیان اعتقاد ویژه‌ای به طبع سرد این گیاه دارند و برگ و سرشاخه‌های گلدار آن را می‌چینند و از آن‌ها عرق تهیه می‌کنند و مصرف یک استکان آن را برای برطرف کردن گرمی بدن مؤثر می‌دانند. همچنین زمانی که فردی گرمی زیادی دارد یا ناگهان حرارت بدن آن فرد بالا می‌رود، برگ‌های این گیاه را روی تشک ریخته و فرد را روی آن می‌خوابانند و مجدداً روی فرد برگ می‌ریزند تا فرد عرق کرده و پس از مدتی حرارت بدن او کاهش یابد. از تنه این درخت در راستای تهیه دسته بیل، دسته اوشین^۳ و همچنین تهیه آفن^۴ بهره برده می‌شود.

شیفکو یا شِفکو^۵ (šyfkū, šefku)، خاکشیر ایرانی

۱- یرقان

2. Salix pycnostachya

۳- ابزار باد دادن کاه مخلوط با دانه برای تفکیک آن.

۴- پارو

5. Descurainia sophia

این گیاه در مناطق مختلفی رویش دارد که از جمله آن‌ها می‌توان مراتع، دشت‌ها، مجاورت جاده‌ها، کنار جوی‌های آب و رودخانه‌ها و همچنین مزارع و باغ‌ها را نام برد. عشایر منطقه آن را گیاهی علفی و چندساله می‌دانند که دارای گل‌های زردرنگ و ساقه‌ای بلند است. تخم‌های این گیاه، ریز و زردرنگ می‌باشند که در درون برگ‌ها قرار دارند. میوه این گیاه که در مرداد و شهریور جمع‌آوری می‌گردد؛ نارنجی‌رنگ و بیضی‌شکل می‌باشد. مردم محلی شیفتکو را به‌صورت کلی دارای طبع گرم می‌دانند؛ اما اعتقاد بر این است که اگر دانه‌های آن را بر روی آب سرد بریزند و با شکر مخلوط کنند، طبع آن سرد می‌شود. این روشی بسیار رایج در بین مردم و خصوصاً چوپانان و کشاورزان در فصل تابستان می‌باشد؛ زیرا در رفع گرمی بدن، رفع گرم‌زدگی و درمان اسهال مؤثر است. روش‌های دیگری هم در استفاده از دانه‌های این گیاه وجود دارد. مانند این‌که برای درمان یبوست آن‌ها را بر روی آب جوش ریخته و سپس با شکر مخلوط می‌کنند و به‌صورت ناشتا مصرف می‌کنند یا اینکه دو قاشق غذاخوری از دانه‌های آن را با دو لیوان آب مخلوط کرده و روی شعله مستقیم اجاق قرار می‌دهند تا بجوشد. پس از آن‌که آب آن نیمه شد، آن را برداشته و با شکر مخلوط می‌کنند و مصرف می‌نمایند.

آلاله یا آلاله داغاً^۱ (Alāle, Alāle dāgā), آلاله

گیاهی که در مناطق کوهستانی و اغلب در دامنه کوه می‌روید. به گفته افراد محلی این گیاه علفی و چندساله از فروردین‌ماه رشد خود را آغاز می‌کند و تا اواخر شهریور در منطقه وجود دارد. آلاله در تیرماه به گل می‌نشیند که دارای گلی به رنگ زرد می‌باشد. مردم در ارتباط با راه شناسایی آن در طبیعت می‌گویند که دارای بوی مطبوع و تندی است. افراد محلی هنگامی که این گیاه رشد کرد آن را می‌چینند، سپس شسته و نهایتاً آن را خشک می‌کنند و روی چای می‌ریزند و دم می‌دهند. این گیاه داری طبع

1. Ranunculus sp.

گرم و طعم گس همانند چای است. آلاله در دانش بومی مردم محلی دارای خواص دارویی می‌باشد که از جمله آن می‌توان به درمان دل‌درد اشاره کرد که در این راستا از برگ و گل این گیاه می‌توان استفاده کرد. به گفته دامداران محلی، گوسفندان که به چرا برده می‌شوند از آن به‌عنوان علوفه استفاده می‌کنند. طبق گفته اهالی محلی در سال‌های اخیر به دلیل کاهش بارندگی‌ها از فراوانی این گیاه در طبیعت کاسته شده است.

چلا یا کتیره^۱ (Čellā, Katare)، گون

این گیاه بر روی تپه‌های کوچک، مراتع و مناطق شیب‌دار رویش دارد. گیاه چلا، گیاهی بوته‌ای، چندساله و خاردار است که با شکافتن ریشه آن توسط کاردک، صمغی به نام کتیره از آن خارج می‌گردد. ریشه آن در ماه‌های تیر و مرداد در چندین نوبت تیغ زده می‌شود که کمترین میزان صمغ در آخرین نوبت تیغ زدن خارج می‌گردد. صمغ خارج‌شده از ریشه علاوه بر چسبندگی زیادی که دارد بدون بو و مزه است و هنگامی که در مجاورت هوا قرار گیرد سخت می‌شود. بومیان به ریشه این گیاه که به علت داشتن چربی به تدریج و بدون دود می‌سوزد و مختصر روشنایی ایجاد می‌کند چراغو می‌گویند. مردم بومی صمغ به دست‌آمده را در آب حل می‌کنند و برای رفع گرم‌زدگی و همچنین به‌عنوان ملین مورد استفاده قرار می‌دهند. چلا غالباً مورد چرای دام‌ها هم قرار می‌گیرد.

تلخه^۲ (Talxe)، پیچک

گیاهی که طبق گفته‌های مردم محلی در دشت‌ها و دامنه‌های کوه‌ها به صورت بوته‌ای و یک‌ساله می‌روید. این گیاه از اوایل فروردین تا اواخر تیرماه در منطقه یافت می‌شود. محلیان در ارتباط با خصوصیات ظاهری تلخه بیان می‌کنند که دارای ساقه‌های متعدد برگ‌دار، برگ‌های باریک، گل‌های بنفش‌رنگ و ریشه‌ای بسیار محکم است.

1. *Astragalus myriacanthus*
2. *Convolvulus chondrilloides*

درمانگران و عطاران محلی عرق ساقه و برگ آن را برای درمان بیماری‌های گوارشی و تقویت معده مؤثر می‌دانند. همچنین طبق گفته ایشان این عرق مدر است. عشایر منطقه برگ آن را که مزه تلخی دارد، داخل پارچه‌ای نازک که در اصطلاح محلی به آن چارقدا^۱ نیز گفته می‌شود، ریخته و آن را خیس می‌کنند. سپس پارچه را به صورت بقچه جمع کرده و درون یک پارچ آب فشار می‌دهند تا آب آن خارج گردد. این آب را به منظور کاهش دل‌درد، کاهش نفخ شکم و درمان ناراحتی‌های معده مصرف می‌نمایند.

گیاهان خوراکی

مُکو^۲ (Moku)، ازمک

گیاهی که در فصل تابستان در کنار جوی‌های آب، داخل مزارع گندم و باغ‌های میوه به همراه گیاه یونجه و علف‌های هرز به صورت خودرو می‌روید. این گیاه علفی و یک‌ساله دارای رنگ سبز و گل‌های سفید کوچکی می‌باشد. در دانش بومیان محلی، مکو به عنوان یک گیاه خوراکی با طبع گرم شناخته می‌شود که از اندام‌های برگ و ساقه‌های جوان آن استفاده می‌شود. محلیان آن را پس از برداشت، شستشو داده و ریز ریز کرده و در روغن تفت می‌دهند. هنگامی که قصد دم دادن برنج‌ها را دارند، مکو را با آن مخلوط می‌کنند و سپس دم می‌دهند که به این ترتیب غذایی محلی با نام مکو پلو طبخ می‌گردد. مکو قابلیت اضافه شدن به غذاهای دیگری مانند اُماچو^۳ را هم دارد. این گیاه علاوه بر موارد ذکر شده مورد استفاده دام‌ها هم قرار می‌گیرد.

اسفنگ^۴ (Esfang)، شنگ

۱- پارچه‌های نازک چهارگوش از جنس نخ که برای کاهش رطوبت سبزیجات مورد استفاده قرار می‌گیرند.

2. *Cardaria draba*

۳- نوعی آش تهیه شده از آرد و سبزی.

4 *Scorzonera sp.*

گیاهی خودرو و سبزرنگ که در مزارع رویش دارد. این گیاه علفی که به صورت دوبرگی رشد می‌کند، دارای برگ‌های بلندی مانند تره می‌باشد که نوک‌تیز هستند. اسفنگ از اول فروردین تا اواخر بهار در منطقه وجود دارد و فاقد گل است. طبع این گیاه سرد است و مزه شیرینی دارد. افراد محلی این گیاه را می‌چینند، می‌شویند و سپس به آن نمک‌زده و می‌خورند. این گیاه قابلیت اضافه شدن به برنج را هم دارد و از آن به‌عنوان یک غذای کامل به نام اسفنگ پلو یاد می‌شود. نحوه تهیه اسفنگ پلو این است که گیاه اسفنگ را شستشو داده و آن را خرد می‌کنند. بعد از آنکه برنج‌ها را آبکش کردند، اسفنگ را تفت می‌دهند و با برنج‌ها مخلوط می‌کنند که از نظر روستاییان غذایی بسیار خوشمزه می‌باشد. تمام اندام‌های این گیاه، هم توسط دام و هم توسط انسان مصرف می‌شود.

ریواج^۱ (Rivāj)، ریواس

گیاهی که در مراتع دامنه‌ای و همچنین در میان تخته‌سنگ‌ها به صورت خوابیده رشد می‌کند. طبق گفته اهالی محلی این گیاه علفی و چندساله از اوایل فروردین‌ماه تا اوایل فصل تابستان در منطقه وجود دارد. گیاه ریواج دارای برگ‌های پهن و ضخیم و ریشه بسیار ضخیم و گوشتی می‌باشد. میوه‌های قرمز رنگ آن در اواخر اردیبهشت می‌رسند و قابلیت جمع‌آوری پیدا می‌کنند. ساقه‌های این گیاه به دلیل ترش و آب‌دار بودن در انواع سالادها و خورش‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند. زنان محلی در طبخ غذایی با نام خورش^۲ ریواج، پس از جدا کردن ساقه از برگ‌های ریواج، لایه نازک روی ساقه را جدا کرده و ساقه را خرد می‌کنند. سپس آن را شستشو داده و در آبکش قرار می‌دهند تا آب آن گرفته شود. در قابلمه‌ای گوشت، نمک، زردچوبه و فلفل را با روغن تفت داده و روی آن آب می‌ریزند تا پخته شود. هنگامی که نیمه‌پز شد مقداری

1 Rheum ribes

جعفری خردشده همراه با ریواج و کمی رب گوجه به آن اضافه می‌کنند. در حدود ده دقیقه قبل از آماده شدن کامل خورشت، مقداری آبلیمو یا آبغوره به آن افزوده و همراه با برنج مصرف می‌شود.

دهک^۱ (Dehak)، کور

رویشگاه دهک غالباً دشت‌ها و دامنه‌های کوه‌ها می‌باشد که از اول فصل بهار تا انتهای فصل تابستان در این مناطق رویش دارد و سپس خشک می‌شود. این گیاه که به صورت بوته‌ای رشد می‌کند و یک‌ساله می‌باشد، دارای برگ‌هایی به رنگ سبز تیره و گل‌هایی سفیدرنگ است. در طول شش ماه حضور در منطقه، برگ و ساقه‌های جوان آن توسط بومیان برداشت می‌شود؛ که نحوه استفاده از آن در بین زنان محلی در غذا بدین شکل است که ابتدا برگ‌ها و ساقه‌های جوان را شستشو داده و خرد می‌کنند و بعد از آنکه آب را جوش آوردند آن‌ها را داخل آب می‌ریزند تا بجوشد. جوشاندن تا زمانی به طول می‌انجامد که برگ‌ها و ساقه‌ها شیرین شوند. سپس آن‌ها را درون آبکش ریخته تا آب آن کاملاً گرفته شود. در مرحله بعد آن‌ها را درون روغن تفت داده و بعد با برنج مخلوط می‌کنند و صبر می‌کنند تا طبخ شود.

کنگر^۲ (Kangar)، کنگر

این گیاه که در مراتع و دامنه‌های کوه‌ها قابل مشاهده است؛ به صورت بوته‌ای و چندساله رشد می‌کند و از نظر محلیان دارای طبعی گرم می‌باشد. کنگر را می‌توان در بازه زمانی اواسط فروردین تا مردادماه در منطقه مشاهده نمود. این گیاه دارای ویژگی‌های ظاهری می‌باشد که از سایر گیاهان متمایز است. از بارزترین ویژگی‌های این گیاه می‌توان به تیغ‌های ریز و نوک‌تیز برگ‌های آن اشاره کرد. اندام مورد استفاده

-
1. Capparis spinosa
 2. Gundelia tournefortii

آن ساقه می‌باشد که به صورت پخته و خام مورد استفاده قرار می‌گیرد. در استفاده خام، آن را در سالاد و ماست ریخته و مصرف می‌کنند. گهگاه مشاهده می‌گردد که پخته ساقه هم، در کنگر ماست استفاده شده است. عموماً پخته شده اندام ساقه، در طبخ غذایی محلی به نام خوروش^۱ کنگر استفاده می‌شود؛ که در این شیوه کنگر را با کارد تمیز کرده و پوست آن را جدا می‌کنند و آن را خرد می‌نمایند. در مرحله بعد آن را در آبکش می‌گذارند تا آب خود را از دست بدهد. سپس پیازداغ را درست کرده و گوشت را داخل آن ریخته و تفت می‌دهند. بعد از آنکه گوشت‌ها نیمه‌پز شدند؛ کنگر را به آن اضافه کرده و در مرحله بعد نمک، آبلیمو و رب گوجه را افزوده و زمانی را صبر کرده تا به اصطلاح محلی غذا برکُند^۲.

شیرین شکر^۳ (širin šekar)، زول

گیاهی که در مراتع و دشت‌ها رشد می‌کند. این گیاه بوته‌ای در زمره گیاهان یک‌ساله قرار دارد و در اوایل فروردین‌ماه شروع به رشد می‌کند و عمر آن در اواخر خردادماه به پایان می‌رسد. برگ‌های این گیاه مانند گیاه کنگر می‌باشد و تیغ‌دار هستند. طول ساقه شیرین شکر در هنگام رشد کامل، به ۱/۵ تا ۲ متر می‌رسد. از آنجایی که ساقه این گیاه مزه شیرینی دارد و خوش طعم است، بومیان هنگامی که ساقه‌های آن رشد کردند، پوست ساقه‌ها را جدا می‌کنند و به‌عنوان سبزی در کنار غذاهای مختلف مصرف می‌کنند. بوته این گیاه برای خوراک دام هم استفاده می‌گردد.

گیاهان خوراکی - دارویی

بِنَه^۱ (Bene)، بِنَه

۱- خورشت

۲- کاملاً پخته شود.

محل رویش این گیاه عموماً دامنه‌های کوه‌ها می‌باشد یا به عبارتی رویشگاه آن مکان‌هایی است که زیاد در معرض باد نباشند. طبق صحبت‌های مردم محلی این گیاه که عمری طولانی دارد؛ به لحاظ ظاهری درختی تنومند و بزرگ است که زمان گلدهی آن اواخر بهار یا اوایل تابستان می‌باشد. میوه آن در اواسط فصل بهار می‌رسد و زمان برداشت از این گیاه فصل پاییز است؛ زیرا عمر میوه آن در اوایل فصل زمستان به اتمام می‌رسد. میوه این درخت که سبزرنگ می‌باشد، دارای پوستی ظریف و چرب است که طعمی گس و طبیعی گرم دارد. مغز میوه آن شبیه به پسته می‌باشد؛ با این تفاوت که بسیار کوچک‌تر از آن است. بومیان معتقدند که اگر در هنگام رسیدن میوه‌ها بارندگی رخ دهد، باعث افزایش مرغوبیت میوه این گیاه می‌شود. شیوه مصرف میوه این گیاه به دو صورت خام و پخته می‌باشد. میوه گیاه علاوه بر خاصیت دارویی که در بین مردم محلی دارد و در کاهش سردرد مؤثر است، در تهیه غذایی محلی هم کاربرد دارد که به آب بنه معروف است و شیوه طبخ آن بدین شکل می‌باشد که بنه را با جوغن^۱ می‌کوبند و در داخل ظرفی می‌ریزند. سپس مقدار کمی آب و همچنین نمک روی آن ریخته و روی گاز قرار می‌دهند. وقتی داخل ظرف و روی گاز قرار دارد با گوشت‌کوب آن را می‌مالند تا به اصطلاح محلی «مَژش در بیاد»^۲. سپس آن را داخل صاف کن قرار می‌دهند و پس از آن که کمی خنک شد، با دست آن را می‌مالند و صاف می‌کنند. در نهایت آبلیمو یا تلف به آن اضافه می‌کنند و آن را مصرف می‌کنند. به صورت کلی مردم محلی معتقدند که این غذا برای درمان کمردرد، درمان سردرد و درمان کم‌خونی مؤثر است. همچنین میوه آن در حالت سبز جهت تهیه ترشی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

1. Pistacia atlantica

۲- هاون

۳- لعاب آن خارج شود و غلیظ گردد.

همچنین مردم محلی بیان می‌کنند که از کُنده^۱ آن‌که مانند درخت گردو سفید است؛ شیره‌ای خارج می‌شود که در اصطلاح محلی سَیَز یا آدامس کوهی نامیده می‌شود و در درمان درد مفاصل مورد استفاده قرار می‌گیرد.

بُن جازی^۲ (Bon jāzi)، گاو چاق کن

رشد این گیاه در اردیبهشت‌ماه در مراتع و دامنه‌های کوه‌ها آغاز می‌شود. این گیاه بوته‌ای و یک‌ساله که دارای خارهای بسیار زیادی است؛ از دیدگاه مردم محلی طبعی سرد دارد و به‌صورت خوراکی و دارویی مورد استفاده قرار می‌گیرد. بومیان هنگام رویش این گیاه، تیغ‌های آن را درآورده و برگ و ساقه آن را شستشو می‌دهند. برگ و ساقه‌های این گیاه به‌عنوان سبزی به‌صورت خام در کنار غذاهای دیگر مصرف می‌شود. متعادل ساختن طبع کسانی با طبیعت گرم از ویژگی‌های دارویی برگ آن است و همچنین به‌عنوان ملین هم استفاده می‌شود. این اندام‌ها به‌صورت پخته هم مصرف می‌شوند؛ بدین شکل که آن‌ها را می‌پزند و آبکش کرده و سپس سرخ می‌کنند و آن را با تخم‌مرغ قاطی می‌کنند که به آن تُخْم بن جازی گفته می‌شود؛ همچنین آن را با کشک هم قاطی می‌کنند که به آن کشک بن جازی گفته می‌شود. در بعضی موارد آن را با ماست و آش هم ترکیب می‌کنند. از این گیاه غذای دیگری هم طبخ می‌شود که به آن کوکو بن جازی گفته می‌شود که طرز تهیه آن به این صورت است که بن جازی را شستشو داده و آن را آبکش می‌کنند و در مرحله بعد آن را در مَجْمِه^۳ قرار داده و ریز کرده و سپس نمک، زردچوبه، فلفل و تخم‌مرغ را به سبزی اضافه می‌نمایند. سپس روغن را داخل ماهی‌تابه ریخته و قاشق قاشق داخل روغن می‌ریزند و پس از مدتی آماده‌شده و صرف می‌شود. به گفته خانم‌های محلی به لحاظ میزان مصرف برای ۴ نفر، بین ۱ تا ۲ کیلوگرم از این گیاه استفاده می‌شود.

۱- در زبان محلی به تنه گفته می‌شود.

2. Scariola orientalis

۳- به سینی بزرگ گفته می‌شود.

آپشن یا آبیشن^۱ (Apšan, Abišan)، آویشن شیرازی

این گیاه که رویشگاه آن دامنه‌های کوه‌ها می‌باشد، به صورت علفی و چندساله از اواخر اسفند تا اواخر خردادماه در این مناطق رویش دارد. برگ‌های آپشن دارای بویی بسیار مطبوع می‌باشند و همچنین ساقه‌های آن کرک دار و برگ‌های آن کوچک و نوک‌تیز هستند. گل‌های این گیاه کوچک بوده و دارای رنگ سفید مایل به صورتی می‌باشند. از نظر مردم محلی طبع این گیاه بسیار گرم است. سرشاخه‌های گلدار و برگ‌های آپشن قابلیت استفاده را دارند که مردم محلی از اواخر ماه اسفند تا اواسط خردادماه آن‌ها را برداشت می‌نمایند. مردم محلی به طرق مختلفی از خشک‌شده برگ و گل آن استفاده می‌کنند. شیوه اول بدین صورت است که برگ‌های آپشن را پودر کرده و بر روی دوغ، روغن حیوانی و همچنین غذاهای مختلفی مانند مرغ، انواع خورشت و کشک می‌ریزند که منجر به خوش‌بو و خوش‌طعم شدن آن‌ها می‌شود. در شیوه دوم برگ و گل را بر روی آب قرار می‌دهند، که این عمل به منزله شستشو آن‌ها می‌باشد. سپس آن‌ها را از روی آب برداشته و داخل قوری می‌ریزند و در مرحله بعد روی آن‌ها آبجوش ریخته و دم می‌دهند؛ زیرا بومیان معتقدند دم‌کرده آپشن جهت هضم بهتر غذا، درمان سرماخوردگی، کاهش سرفه، کاهش فشارخون و همچنین درمان گلودرد کارایی دارد. شیوه دیگری هم جهت استفاده از گل و برگ این گیاه در میان محلیان رایج است که جهت رفع برفک دهان و رفع بوی بد دهان آن‌ها را به مدت ده دقیقه می‌جوشانند و سپس کمی صبر می‌کنند تا دمای آن کاهش یافته و ولرم شود. در نهایت آن را غرغره می‌کنند که این عمل دو تا سه مرتبه در روز تکرار می‌شود تا خاصیت درمانی آن مؤثر واقع شود.

کل کوهی^۱ (Kal-e kuhi)، ولیک

گیاهی که در خاک‌های مرطوب مانند جنگل‌ها و اطراف رودخانه‌ها رویش دارد. این درخت خاردار دارای گل‌هایی بسیار معطر می‌باشد که رنگی سفید دارند و میوه‌های آن کوچک و قرمز رنگ هستند. میوه‌های این گیاه در فصل پاییز توسط بومیان برداشت می‌شوند و به سه طریق مصرف می‌شوند. در شیوه اول، میوه آن به صورت خام برای کاهش فشارخون، لاغری و درمان کبد چرب به صورت روزانه مصرف می‌شود. در شیوه دوم، از میوه کل کوهی در جهت تهیه ترشی بهره برده می‌شود که در این حالت میوه‌ها را شسته و درون شیشه‌ای می‌ریزند. سپس شیشه را از سرکه پر می‌کنند و به اندازه دو قاشق به آن نمک می‌افزایند. در مرحله بعد درب شیشه را بسته و آن را چهار روز بیرون از یخچال نگه‌داری می‌کنند و بعد آن را درون یخچال می‌گذارند و قابل استفاده می‌باشد. در شیوه سوم از میوه آن مربا تهیه می‌کنند. نحوه تهیه مربا طی مراحل صورت می‌پذیرد که در ابتدا میوه‌ها را می‌شویند. سپس میوه‌ها را درون قابلمه‌ای که از قبل از آب پر شده می‌ریزند و می‌جوشانند. هنگامی که آب جوشید و به نیمه رسید، مقداری شکر، گلاب و آبلیمو به آن اضافه می‌کنند و صبر می‌کنند تا بجوشد و در انتها پخته شود. زمانی که غلیظ شد، آن را از روی گاز برمی‌دارند و زمان می‌دهند تا کاملاً خنک شود. در مرحله آخر آن را درون شیشه ریخته و مربا تهیه می‌شود.

زیره^۲ (Zire)، زیره کرمانی

گیاهی که در مناطق صعب‌العبور و مرتفع می‌روید. این گیاه که به صورت بوته‌ای و چندساله رویش دارد؛ بسیار معطر بوده و دارای میوه‌ای به رنگ قهوه‌ای تیره و همچنین گل‌های چتری و سفیدرنگی می‌باشد که این گل‌ها در خردادماه ظاهر می‌شوند. از دیدگاه مردم محلی، ماه‌های خرداد و تیر مناسب‌ترین زمان‌های برداشت از این گیاه

1. Crataegus meyeri
2. Bunium persicum

می‌باشد. مردم محلی علاوه بر خواص درمانی که برای این گیاه در نظر دارند، از آن برای تهیه غذاهای مختلفی بهره می‌برند. عطاران و درمانگران محلی، عرق آن را برای کاهش نفخ و کاهش درد معده بسیار مقوی می‌دانند. محلیان، پودر شده میوه (دانه) آن را بر روی ماست ریخته و یا آن را با لیموترش و آب مخلوط کرده و قبل از صرف غذا برای کاهش وزن مصرف می‌نمایند. زنان محلی زیره را به برنج اضافه کرده و به آن زیره‌پلو می‌گویند که برای متعادل ساختن طبع سرد برنج این عمل انجام می‌گیرد. علاوه بر موارد ذکر شده زیره به مرغ و کوفته نیز اضافه می‌شود تا منجر به خوش طعم شدن غذا و همچنین هضم بهتر آن و تقویت معده نیز گردد. غذایی با نام آبگوشت زیره در منطقه طبخ می‌شود که در این آبگوشت، برخلاف سایر آبگوشت‌ها از نخود، لوبیا و سیب‌زمینی استفاده نمی‌شود. برای تهیه این غذا، گوشت را به همراه پیاز در کماجدن^۱ یا دیگ تفت داده و نمک، فلفل و زردچوبه را اضافه می‌کنند. زردچوبه به کاربرده شده باید بیشتر از حد معمول باشد تا رنگ آبگوشت بهتر شود؛ زیرا از زمان‌های گذشته رایج بوده است که در تهیه این آبگوشت از رب گوجه استفاده نشود. سپس به آن آب اضافه کرده و بعد از آن به اندازه یک قاشق به آن زیره اضافه می‌کنند تا هم طعم بهتری پیدا کند و هم به لحاظ دارویی مؤثر باشد. اگر کارهای انجام شده در کماجدن انجام گرفته باشد آن را درون تنور گذاشته و مقداری از ذغال‌های آتش گرفته را روی قابلمه می‌ریزند و بعد از یک ساعت پخته می‌شود. در حالی که اگر در دیگ باشد، آن را روی اجاق می‌گذارند.

ازگینو^۲ (Ezginu)، آویشن دناپی

با توجه به صحبت‌های مردم محلی رویشگاه این گیاه دامنه‌های کوه‌ها و همچنین دشت‌ها می‌باشد. این گیاه که به صورت پایا و علفی رویش دارد در فاصله ماه‌های تیر

۱- قابلمه‌ای بسیار بزرگ

تا شهریور به گل می‌نشیند. برگ‌ها و ساقه‌های جوان این گیاه اندام‌های مورد استفاده آن هستند؛ که در فصل بهار و در ماه‌های اردیبهشت و خرداد جمع‌آوری می‌گردند. جهت خشک کردن از گینو، بومیان آن را پس از چیدن، شستشو داده و در آبکش قرار می‌دهند تا آب آن گرفته شود و سپس آن را درون پارچه‌ای گذاشته و در سایه قرار می‌دهند. با توجه به طبع گرم این گیاه، خشک‌شده برگ‌های آن را به صورت پودر، روی ماست و دوغ می‌ریزند تا طبع آن‌ها نیز متعادل گردد و همچنین منجر به خوش طعم شدن آن‌ها گردد. برگ‌ها و ساقه‌های جوان آن به صورت تازه (خام) به عنوان سبزی در کنار انواع غذا به منظور هضم بهتر غذا و همچنین به عنوان ضد نفخ استفاده می‌شوند. از برگ‌ها و ساقه‌های آن عرق هم گرفته می‌شود زیرا محلیان معتقدند مصرف عرق این گیاه در کاهش وزن و رفع عفونت گلو تأثیرگذار است و به عنوان ضد نفخ هم عمل می‌کند.

تریاکو^۱ (Teryāku)، خشخاش هرز

گیاهی که در دشت‌ها به صورت خودرو و یک‌ساله با فرم رویشی علفی می‌روید. این گیاه علاوه بر برگ‌های پهن، نوک‌تیز و دندان‌دار، دارای گل‌های درشت و قرمز تیره‌رنگی می‌باشد که در تابستان ظاهر می‌شوند. از تیغ زدن میوه آن که کلاهکی قهوه‌ای‌رنگ است، شیرابه‌ای به نام تریاک خارج می‌گردد که در صورت استفاده زیاد سمی می‌باشد؛ لذا در استفاده از آن باید مراعات کرد. برخی از محلیان شیرابه حاصل از این گیاه را به مقدار بسیار کمی در آب حل کرده و برای تسکین درد مفاصل یا آن را بر روی محل درد می‌مالند یا می‌خورند و همچنین جهت رفع بی‌خوابی از آن استفاده می‌کنند. دود این شیرابه برای کاهش درد سینه، سرفه‌های خشک و درمان درد گوش مورد استفاده قرار می‌گیرد. به صورت کلی مردم محلی، تریاک را به عنوان یک مرفین بسیار قوی در نظر دارند.

همچنین یکی از باارزش‌ترین مواد تقویت‌کننده که مورد استفاده مردم محلی قرار می‌گیرد، پودری به نام قُوْتُو^۱ خشخاش می‌باشد که در گذشته در شب ششم پس از زایمان به دلیل این‌که مادر و مهمانان طی مراسمی باید تا صبح بیدار می‌مانند به‌عنوان شیرینی اصلی استفاده می‌شده است؛ تا توان آن‌ها برای برگزاری این مراسم بالا باشد. این پودر که از دانه‌های پودر شده خشخاش، شکر پودر شده و مقدار قابل توجهی هل ساییده شده تهیه‌شده، امروزه غالباً برای تقویت ذهن و همچنین تقویت قوای جسمانی خورده می‌شود.

چاوه^۲ (Čāve)، بادرنجبویه کرمانی

گیاهی که در مناطق سردسیر از جمله در دامنه‌های کوه‌ها قابل مشاهده است. این گیاه که طبق گفته‌های محلیان به‌صورت بوته‌ای و یک‌ساله می‌روید؛ گیاهی سبزرنگ است که برگ‌های آن ریز هستند. این گیاه به مدت حدود یک ماه عمر دارد و می‌توان از آن برداشت نمود؛ که این یک ماه از اوایل اردیبهشت‌ماه شروع می‌شود و اوایل خردادماه خاتمه می‌یابد. نحوه برداشت از آن بدین‌صورت است که بوته را قبل از خشک شدن می‌چینند و سپس برگ‌های ریز آن را جدا می‌کنند. به دلیل این‌که این گیاه طبع گرمی دارد، به‌عنوان بادشکن، برگ‌های آن را پودر کرده و بر روی لبنیات مانند دوغ و کشک می‌ریزند.

پیدنه یا یارپُز^۳ (Pidone, Yārpōz)، آویشنک

این گیاه اغلب در مجاور رودخانه‌ها و جوی‌های آب یا به عبارتی مکان‌هایی که خاک نرم و مرطوب دارند، رویش دارد. با توجه به گفته‌های مردم محلی فصل رویش

۱- قاووت

2. *Dracocephalum polychaetum*
3. *Acinos graveolens*

این گیاه بوته‌ای و چندساله از یک ماه پس از عید (اردیبهشت‌ماه) آغاز شده و تقریباً تا اواخر مهرماه در منطقه وجود دارد. زمانی که گیاه پیدنه سر از خاک بیرون می‌آورد، سبز پررنگ است اما پس از گذشت چند روز کمرنگ‌تر می‌شود. گل‌های پیدنه کوچک می‌باشند که به صورت گروهی از گل‌های بنفش‌رنگ هستند. این گیاه دارای طبعی گرم است. به گفته افراد محلی این گیاه در اواخر تیرماه به گل می‌نشیند و باید در همان تیرماه هم برداشت شود. مردم در ارتباط با راه شناسایی آن در طبیعت می‌گویند که بوی آن و طعم تند آن کاملاً از گیاهان دیگر متمایز است. برای برداشت این گیاه در دو زمان می‌توان اقدام کرد؛ که زمان اول زمانی است که این گیاه به ارتفاع حدود ۲۰ سانتی‌متر می‌رسد و زمان دوم هنگامی می‌باشد که به ارتفاع بیش از ۳۰ سانتی‌متر می‌رسد و سپس آن را با داس می‌برند. بعد از بریدن، آن را می‌شویند و در معرض آفتاب قرار می‌دهند تا خشک شود و بیشتر از اندام‌های هوایی آن استفاده می‌کنند. مردم محلی معتقدند از این گیاه به دو صورت می‌توان استفاده کرد. یک شکل آن این است که عرق آن را می‌گیرند و در شیوه دیگر می‌توان گل و برگ آن را چید و برای تعادل طبع به صورت پودر، روی دوغ و ماست ریخته و مصرف کرد. بومیان برای این دو شیوه مصرف گیاه، خواص دارویی قائل هستند و از آن‌ها برای رفع اسهال، درمان عفونت، درمان دل‌درد و همچنین درمان ناراحتی معده بهره می‌برند.

میٹخم کوهی^۱ (Meytoxm-e kuhi)، شاهتره فرنگی

این گیاه که به طور غالب در کناره‌های سنگ‌ها رویش دارد؛ گیاهی علفی و یک‌ساله است که دارای گل‌های زردرنگ و برگ‌های سوزنی شکل می‌باشد. از دیگر خصوصیات بارز این گیاه می‌توان به میوه آن اشاره کرد که بیضی شکل بوده و رنگ آن قهوه‌ای روشن است. مردم محلی از اندام‌های دانه، ساقه و برگ آن به طرق مختلفی و با

اهداف متفاوتی سود می‌برند. پودر دانه میتخم را در قوری دم می‌دهند و روزانه دو تا سه استکان را برای افزایش شیر مادر، کاهش درد بیماری‌های زنان و درمان کم‌اشتهایی مورد استفاده قرار می‌دهند. مردم محلی از برگ و ساقه این گیاه عرق تهیه می‌کنند و آن را برای لاغری و چربی سوزی مفید می‌دانند. برگ این گیاه به صورت سبزی همراه با غذاهای مختلف به صورت خام مصرف می‌گردد. همچنین پودر شده برگ آن به دلیل طبع گرمی که دارد به لبنیات اضافه می‌گردد تا علاوه بر متعادل ساختن طبع آن‌ها، در خوش‌طعم کردن آن‌ها و هضم بهتر غذا اثر بگذارد. زنان محلی اندام‌های برگ و ساقه‌های جوان موجود در این گیاه را جهت تهیه کوکو با تخم‌مرغ قاطی می‌کنند. همچنین خردشده برگ آن را به برنج هم اضافه می‌نمایند. زنان محلی در طبخ غذایی با نام مُجور کدو از برگ آن سود می‌برند؛ که نحوه پختن این غذای محلی بدین شرح است که ابتدا کدوها را می‌شویند و با پوست آن‌ها را رنده می‌نمایند. به ازای هر نفر، دو تخم‌مرغ در نظر گرفته می‌شود. سپس تخم‌مرغ‌ها را در ظرف جداگانه‌ای شکسته و به‌عنوان مثال برای چهار نفر، دو قاشق آرد گندم به آن‌ها اضافه می‌کنند. سپس برگ‌های خردشده میتخم را همراه با فلفل، نمک و زردچوبه به تخم‌مرغ‌ها اضافه می‌کنند. در مرحله بعد مواد ترکیب‌شده را کاملاً هم می‌زنند و به کدوی رنده شده می‌افزایند و با قاشق آن‌ها را مخلوط می‌کنند. در این مرحله ماهیتابه را روی اجاق نهاده و داخل آن روغن می‌ریزند. پس از داغ شدن مواد را به صورت یک جا داخل روغن می‌ریزند تا هر دو طرف آن پخته شود.

نعنا^۱ (Nanā)، مریم‌گلی

گیاهی که در مجاورت جوی‌های آب و همچنین مناطقی که در ارتفاع متوسطی واقع شده‌اند پراکنش دارد. مردم محلی این گیاه معطر را دارای فرم رویشی علفی و

چندساله می‌دانند و اظهار می‌دارند که ساقه‌ها و برگ‌های بیضی‌شکل آن را نیز طی ماه‌های اردیبهشت و خرداد جمع‌آوری کرده و به دو صورت دارویی و خوراکی مورد استفاده قرار می‌دهند. این گیاه از نظر مردم محلی دارای طبعی گرم است؛ لذا برگ آن پس از خشک شدن به صورت پودر، روی کشک، دوغ و ماست ریخته می‌شوند؛ تا طبعی متعادل در آن‌ها ایجاد نمایند. این عمل منجر به خوش‌طعم شدن آن‌ها می‌شود. برگ نعنا جهت هضم بهتر غذا به صورت سبزی همراه با غذاهای مختلف مصرف می‌شود. همچنین دم‌کرده برگ آن برای رفع اسهال و نرم کردن سینه مفید است. بومیان از برگ و ساقه آن عرق می‌گیرند و در درمان دل‌درد، رفع اسهال و کاهش نفخ از آن بهره می‌جویند. علاوه بر موارد ذکرشده، برگ خردشده آن به‌عنوان ادویه (طعم‌دهنده) به انواع آش‌ها مانند آش گندم شیر و کشک‌ها اضافه می‌شود.

هوریشو یا سریشو^۱ (Horišu, Serišu)، سریش ایرانی

مردم محلی هوریشو را گیاهی می‌دانند که در ارتفاعات بالا و مراتع به صورت علفی و چندساله رویش دارد. ریشه این گیاه بسیار ضخیم و برگ‌های آن باریک و بلند می‌باشند. رشد این گیاه از اوایل فروردین آغاز می‌شود و زمان گلدهی آن از اواسط اردیبهشت تا اوایل خرداد می‌باشد که گل‌های آن شیرین‌رنگ هستند و در اواسط خردادماه دیگر اثری از گیاه یافت نمی‌شود. مردم محلی از اندام‌های برگ، ساقه، ریشه و گل این گیاه به صورت‌های مختلفی بهره می‌برند. برگ این گیاه به صورت خام و به‌عنوان سبزی در کنار انواع غذاها به مصرف می‌رسد. زنان محلی با توجه به طعم خوب آن و همچنین با توجه به این‌که هوریشو را سرشار از آهن می‌دانند؛ پخته‌شده برگ آن را در تهیه آشی محلی به نام اُماچو^۲ استفاده می‌نمایند و همچنین آن را جهت تهیه کوکو با تخم‌مرغ مخلوط می‌کنند. عشایر منطقه برگ و پیازچه این گیاه را قبل از

1. *Eremurus persicus*

۲- نوعی آش تهیه‌شده از آرد و سبزی.

گلدهی برداشت کرده و سپس خشک می‌نمایند و بر روی آش و آبگوشت می‌ریزند؛ زیرا بر این باورند که این گیاه در درمان سردرد و درمان درد مفاصل بسیار تأثیرگذار می‌باشد. در برخی موارد مشاهده گردید که مردان محلی گل این گیاه را به صورت خام به منظور تسکین درد مفاصل مصرف می‌نمایند. به صورت کلی تمام خبرگان و سالخوردگان محلی معتقدند که این گیاه با توجه به طبع بسیار گرمی که دارد، خاصیت درمانی مشابه آبگرم را دارد و نقشی مؤثر در درمان و تسکین درد مفاصل ایفا می‌کند.

بابونه^۱ (Babune)، بابونه

اراضی شنی، مزارع و کنار جاده‌ها محل رویش این گیاه است. بابونه از نظر مردم محلی گیاهی علفی، معطر و چندساله است که دارای گلبرگ‌های سفید، گلی زردرنگ و همچنین ساقه‌ای که رنگ آن سبز مایل به سفید است، می‌باشد. این گیاه از اواسط اسفندماه تا اواخر خردادماه در این منطقه یافت می‌شود. مردم محلی در خصوص رشد بابونه معتقدند که اگر اواخر سال سرد هم باشد، این گیاه قادر به رویش می‌باشد و می‌تواند سرما را تحمل کند. از دیدگاه بومیان گیاه بابونه طبعی متعادل دارد و اندام گل آن دارای خاصیت درمانی است؛ لذا اندام گل آن را دم می‌دهند و بر این باورند که به عنوان ضد نفخ، آرام‌بخش و همچنین تقویت معده و روده مثر ثمر است. از این گیاه در طبخ غذایی محلی استفاده می‌شود که در آن پس از آن که آرد را بدون روغن تفت دادند و رنگی زرد به خود گرفت، ادویه را اضافه کرده و بعد از آن گل بابونه را اضافه می‌کنند. سپس روی آن آب ریخته و شعله را کم می‌کنند تا زمانی که به اصطلاح جا بیفتد^۲ و در این مدت هرچند دقیقه یک‌بار آن را هم می‌زنند. زمانی که آب آن غلیظتر شد تخم‌مرغ را سوراخ کرده و ذره ذره داخل آن می‌ریزند و بعد از پنج دقیقه پختن تخم‌مرغ، غذایی کامل تهیه می‌شود که به آن قاتق بابونه گفته می‌شود.

1. *Anthemis altissima*

۲- مزه دار شود.

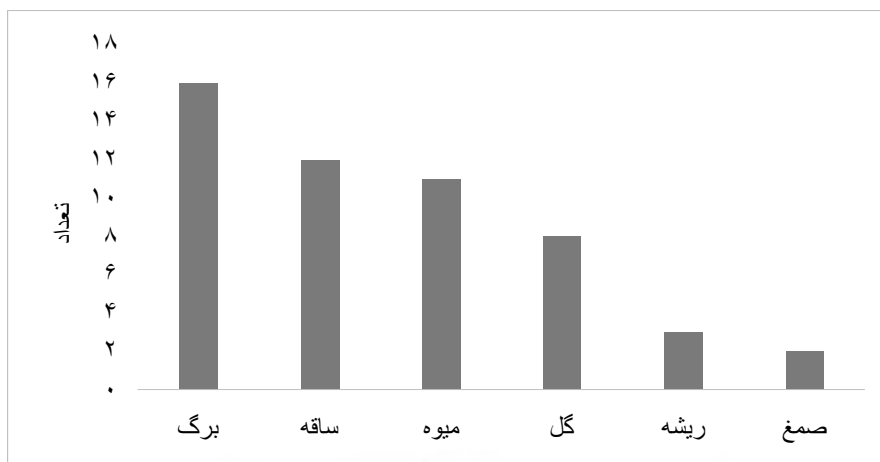
بحث

انسان‌ها به جهت این‌که بتوانند نیازهای اولیه زندگی خود را مانند خوراک، پوشاک و مسکن تهیه نمایند، بیشتر از راه شناسایی گیاهان به طبیعت وابستگی پیدا کرده‌اند (حاجی علی محمدی و همکاران، ۱۳۸۵: ۱۹۸-۱۷۵). بنابراین می‌توان از طریق شناخت و مکتوب نمودن دانشی که مردم محلی در اقصی نقاط دنیا در زمینه ویژگی‌ها و کاربردهای متفاوت گونه‌های مختلف گیاهی در طی زمان‌های بسیار طولانی به دست آورده‌اند هم از نابودی این دانش جلوگیری کرد و هم با این اقدام در زمینه معرفی گیاهان جدید برای بهره‌برداری مؤثر واقع شد (وجدانی، ۱۳۸۲: ۹۲-۸۹). اما متأسفانه به دلیل آن‌که این اطلاعات به‌عنوان منابع مکتوب ثبت نگردیده‌اند، این دانش رو به انحطاط گذاشته است و با از دست دادن هر پیر محلی، قسمت عمده‌ای از اطلاعات که در سینه این افراد قرار دارد، از دسترس خارج می‌گردد (شهرکی و همکاران، ۱۳۹۵: ۶-۱).

گیاهان شناسایی شده در این بررسی در زمره تمامی فرم‌های رویشی قرار داشتند؛ که در این میان بیشترین فراوانی به فرم رویشی علفی اختصاص داشت. یافته‌های این تحقیق نمایانگر آن است که عشایر مراتع گوغر از تمام ۳۶ گونه شناسایی شده در زمینه‌های مختلفی بهره می‌بردند؛ به‌گونه‌ای که از ۱۷ گونه استفاده دارویی، از ۶ گونه استفاده خوراکی و از مابقی گونه‌ها به هر دو شکل استفاده می‌کردند.

اندام مورد استفاده

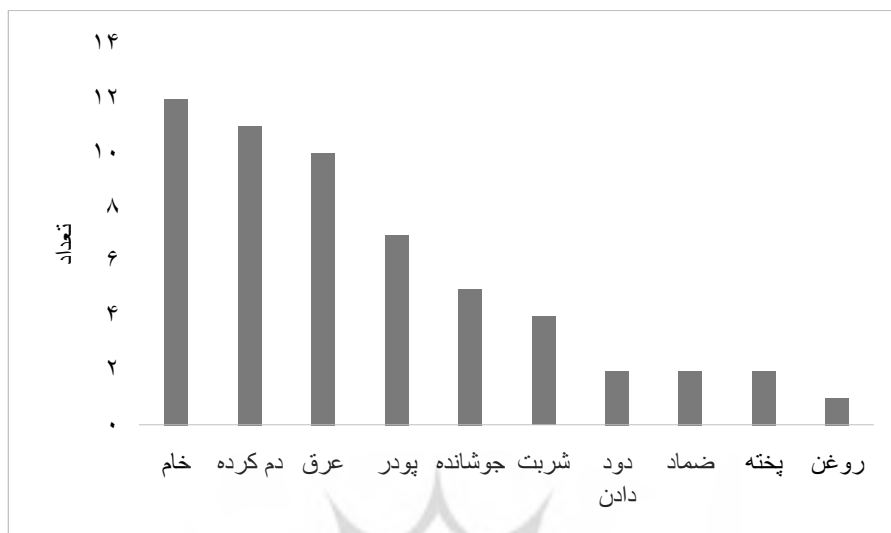
مردم محلی جهت بهره بردن از خواص دارویی و کاربردهای خوراکی گیاهان از اندام‌های مختلفی سود می‌برند. به‌صورت کلی از میان اندام‌های مختلف، بیشترین استفاده به اندام‌های برگ و ساقه تعلق دارد. در نمودار ۱ میزان استفاده از اندام‌های مختلف گیاهان در مقایسه با یکدیگر نشان داده شده است که مشخص می‌گردد پس از اندام‌های برگ و ساقه، بیشترین استفاده به اندام میوه تعلق دارد.



نمودار ۱- اندام‌های گیاهی مورد استفاده مردم محلی برحسب تعداد

نحوه مصرف

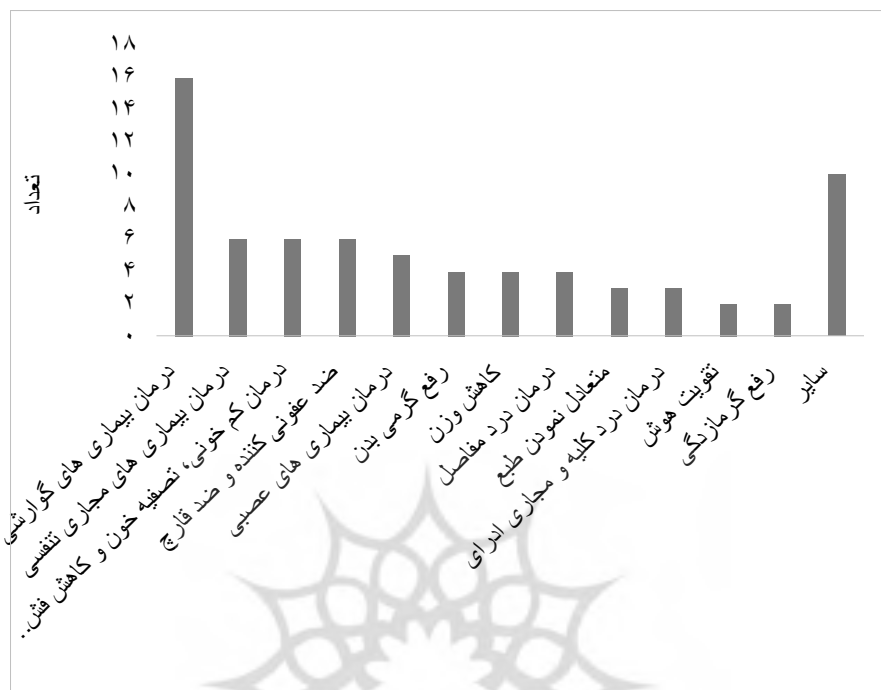
به لحاظ نحوه مصرف بین گیاهان تفاوت‌هایی وجود دارد. این تفاوت در گیاهان دارویی محسوس‌تر است؛ زیرا از نظر افراد محلی شیوه مصرف یک گیاه دارویی بر اثرگذاری آن بسیار تأثیرگذار می‌باشد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که بیشترین نحوه مصرف گیاهان دارویی توسط مردم بومی به صورت خام می‌باشد و سایر اشکال مصرف از قبیل دم‌کرده، عرق، پودر، جوشانده، شربت، دود دادن، ضماد، پخته و روغن در رتبه‌های بعدی قرار دارند. با توجه به این که تعداد زیادی از گیاهان دارویی به چندین شکل مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرند، برای ارائه بهتر داده‌ها نمودار ۲ ارائه گردیده است که در آن میزان استفاده از روش‌های گوناگون مصرف برحسب تعداد بیان گردیده است.



نمودار ۲- نحوه استفاده از گیاهان دارویی توسط مردم محلی

مصارف دارویی

نتایج حاصل از این پژوهش نمایانگر آن است که مردم محلی از گیاهان دارویی موجود در اطراف خود برای درمان انواع بیماری‌ها به صورت سنتی سود می‌برند و از هر گیاه استفاده‌های دارویی متعددی می‌کنند. مطابق با نتایج به دست آمده، بیشترین استفاده از گیاهان دارویی منطقه در جهت درمان بیماری‌های گوارشی می‌باشد. پس از آن استفاده از گیاهان مؤثر در درمان بیماری‌های مرتبط با مجاری تنفسی، درمان کم‌خونی، تصفیه خون و تنظیم فشارخون و همچنین گیاهان ضد عفونی‌کننده در اولویت قرار دارد (نمودار ۳).



نمودار ۳- نمودار کاربردهای درمانی گیاهان دارویی در منطقه گوغر

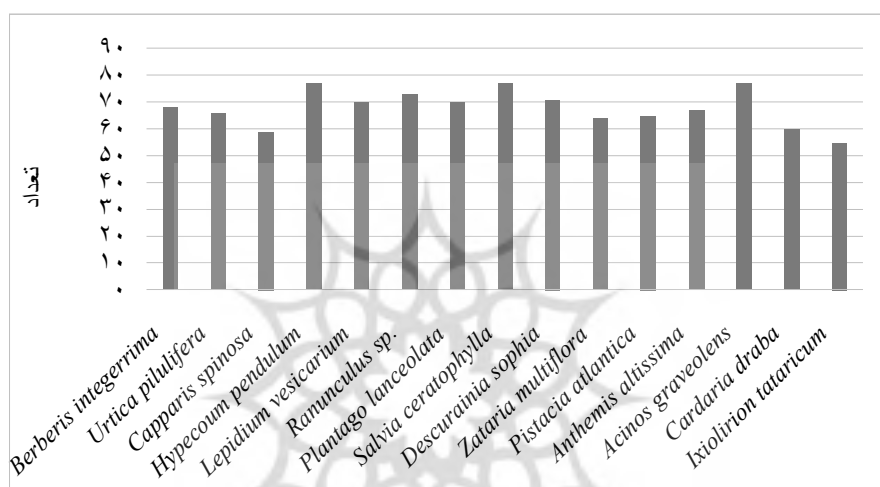
فراوانی نقل قول (FC^۱) و فراوانی نسبی نقل قول (RFC^۲) گیاهان منطقه

در این پژوهش، افراد آگاه بومی در مجموع به کاربردهای ۳۶ گونه گیاهی اشاره کردند. در تحقیق صورت گرفته فراوانی ثبت و شاخص فراوانی ثبت نسبی برای هر گیاه به دست آمد. منظور از فراوانی ثبت، تعداد افراد آگاه بومی می‌باشد که کاربرد گونه گیاهی را بیان کرده باشند. همچنین از تقسیم فراوانی ثبت بر تعداد افراد آگاه بومی در مطالعه، شاخص کمی فراوانی ثبت نسبی به دست می‌آید که مقدار آن بین صفر تا یک متغیر می‌باشد. این مقدار بستگی به تعداد افراد آگاه بومی دارد که برای گیاه مدنظر

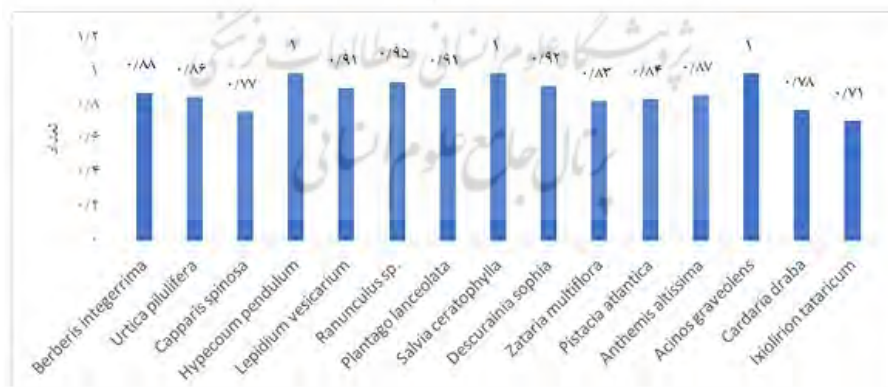
1. Frequency of citation
2. Relative frequency of citation

کاربردی بیان کرده باشند و هر چه تعداد افراد آگاه بومی که برای گیاه کاربرد بیان کرده باشند بیشتر باشد؛ این مقدار به یک نزدیک تر می شود.

نمودارهای ۴ و ۵ به ترتیب فراوانی مثبت و فراوانی مثبت نسبی را نشان می دهند؛ که بیانگر آن است که گیاهانی از قبیل میتخم کوهی، نعنا، پیدنه، آلاله و شیفکو دارای بالاترین فراوانی مثبت و مثبت نسبی در بین گیاهان منطقه می باشند.



نمودار ۴- فراوانی مثبت (FC) گیاهان منطقه



نمودار ۵- فراوانی مثبت نسبی (RFC) گیاهان منطقه

در این پژوهش مشخص گردید که گیاهان میتخم کوهی (*Hypecoum pendulum*)، نعنا (*Salvia ceratophylla*)، پیدنه (*Acinos graveolens*)، آلاله (*Ranunculus sp.*) و شیفکو (*Descurainia Sophia*) در دانش مردم محلی گوغر دارای بالاترین فراوانی ثبت و فراوانی ثبت نسبی در بین گیاهان منطقه می‌باشند. نتایج مطالعات مرادی و همکاران (۱۳۹۳) در بندر گناوه چنین نشان می‌دهد که گیاهان بنگو (*Plantago psyllium*)، خاکشیر (*Descuraninia Sophia*) و آویشن (*Zataria multiflora*) بالاترین فراوانی ثبت و فراوانی ثبت نسبی را دارا می‌باشند. همچنین زیرایی و همکاران (۱۳۹۴) در تحقیقی که در زمینه گیاهان دارویی در جلگه دشتستان استان بوشهر انجام دادند به این نتیجه دست یافتند که بالاترین فراوانی ثبت و همچنین فراوانی ثبت نسبی به گیاهان چشم بغیض (*Ducrosia anethifolia*)، سیاه‌دانه (*Nigella sativa*)، هلپه (*Teucrium polium*) و آویشن (*Zataria multiflora*) تعلق دارد.

بررسی خواص درمانی گیاهان دارویی منطقه مورد مطالعه حاکی از آن است که بیشترین استفاده دارویی بومیان از این گیاهان، جهت معالجه بیماری‌های گوارشی می‌باشد. این نتایج با یافته‌های تحقیقات برخی از محققین دیگر مانند دولتخواهی و همکاران (۱۳۹۱) و بی‌باک و مقبلی هنزائی (۱۳۹۵) مطابقت دارد. همچنین قلی پور و همکاران (۱۳۹۳) در تحقیقات خود اظهار داشتند که از نظر زمینه مصرف، بیشتر گیاهان منطقه برای درمان بیماری‌های مربوط به سیستم‌های گوارشی استفاده شدند.

همچنین طبق بررسی‌های صورت گرفته مشخص گردید که گیاهان تیره *Lamiaceae* دارای بیشترین کاربرد در بین مردم محلی می‌باشند. گیاهان این تیره به شیوه‌های متفاوت و با اهداف مختلفی مورد استفاده قرار می‌گرفتند. بیشترین اندام مورد استفاده در بین گیاهان این تیره مانند گیاهان آپشن^۱ و نعنا^۱، اندام برگ می‌باشد. غالب

-
1. *Zataria multiflora*
 2. *Salvia ceratophylla*

گیاهان این تیره مانند گیاهان ازگینو^۱، نعنا، آپشن و پیدنه^۲ در جهت درمان بیماری‌های گوارشی به‌کاربرده می‌شدند. چنانچه برگ‌ها و ساقه‌های جوان گیاه ازگینو به‌صورت تازه (خام) به‌عنوان سبزی در کنار انواع غذا به‌منظور هضم بهتر غذا و همچنین به‌عنوان ضد نفخ استفاده می‌شدند یا در مثال دیگری دم‌کرده برگ گیاه نعنا برای رفع اسهال مورد استفاده قرار می‌گرفت. همچنین عرق گیاه پیدنه به‌منظور رفع اسهال و درمان ناراحتی‌های معده مورد استفاده قرار می‌گرفت. نتایج مطالعات ابطحی (۱۳۹۷) در شهرستان شازند استان مرکزی نیز مؤید این مطلب است. همچنین در تحقیق دیگری که قلی پور و همکاران (۱۳۹۳) در دهستان زارم رود نکا به انجام رساندند این نتیجه به دست آمد که تیره Lamiaceae از پرکاربردترین تیره‌های مورد استفاده منطقه می‌باشد که اولویت مردم محلی در خصوص استفاده از گیاهان این تیره، درمان بیماری‌های گوارشی قرار می‌باشد. چنانچه گیاهان *Ajuga chamaecistus* و *Mentha longifolia* در همین زمینه استفاده می‌شدند. همچنین مشخص گردید که در میان تمام اندام‌های دارویی مورد استفاده گیاهان این تیره، اندام برگ غالب‌ترین اندام مصرفی بود که در این زمینه می‌توان به گیاهان *Teucrium polium* و *Origanum vulgare* اشاره کرد.

از دیگر تیره‌های گیاهی که مورد استفاده مردم محلی منطقه مورد مطالعه می‌باشد، می‌توان به تیره Brassicaceae اشاره کرد که با توجه به بررسی‌های صورت پذیرفته، مشخص گردید که گیاهان این تیره گیاهی غالباً در بین مردم محلی در جهت درمان بیماری‌های گوارشی مورد استفاده قرار می‌گیرند که در این راستا بیشتر از اندام میوه آن‌ها بهره برده می‌شود. به‌عنوان نمونه اندام میوه گیاه کسک^۳ به دو صورت عرق و پودر شده توسط مردم محلی برای درمان بیماری‌های گوارشی استفاده می‌شود که در شیوه اول از آن برای درمان دل‌درد و هضم بهتر غذا بهره برده می‌شود و در شیوه دوم

-
1. *Thymus daenensis*
 2. *Acinos graveolens*
 3. *Lepidium vesicarium*

آن را برای درمان دل‌درد مفید می‌دانند. همچنین در خصوص گیاه شیفکو^۱ نیز مشخص گردید که مردم محلی دانه‌های آن را بر روی آب سرد ریخته و با شکر مخلوط می‌نمایند که به صورت شربت درمی‌آید و آن را برای رفع اسهال به کار می‌برند. یافته‌های حاصل از مطالعات دولتنخواهی و نبی پور (۱۳۹۲) که به بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی حوزه آبریز شمال شرقی خلیج فارس پرداختند، نمایانگر آن است که تیره Brassicaceae از جمله پرجمعیت‌ترین خانواده‌های گیاهی موجود در منطقه می‌باشد که بیشترین کاربرد آن‌ها در درمان بیماری‌های گوارشی می‌باشد. همچنین در تحقیقات بی‌باک و مقبلی هنزائی (۱۳۹۵) در شهرستان جیرفت نیز مشخص گردید که اندام دانه گیاهان تیره Brassicaceae پرمصرف‌ترین بخش مورد استفاده آن‌ها می‌باشد. نتایج حاصل از این تحقیق مبین آن است که مردم محلی جهت نام‌گذاری برخی از گیاهان وجه‌تسمیه خاصی دارند که برگرفته از خصوصیات گیاه مورد استفاده مانند شکل ظاهری، شکل رویش و خواص دارویی آن می‌باشد. برای مثال به گیاهی مکو گفته می‌شود؛ زیرا این گیاه به هنگام رشد، به صورت دایره‌ای و کوچک رشد می‌کند و مکو در زبان محلی به معنی دایره‌ای کوچک می‌باشد؛ همچنین به گیاه دیگری نام گل چنگمالو داده شده است؛ که دلیل این نام‌گذاری بر اساس شکل گل آن گیاه است که به صورت چنگ و پنجه دست می‌باشد. اسفنگ را با توجه به زمان رویش آن نام‌گذاری کرده‌اند؛ زیرا این گیاه در اسفندماه در منطقه رویش دارد. نام‌گذاری گیاهی به نام آزارکش، دال بر وجود خاصیت درمانی موجود در آن است که در از بین رفتن آزار درد یا شکستگی به کاربرده می‌شود. گیاهی با نام چشم کبک با توجه به شکل گل آن که مانند چشم کبک می‌باشد چنین نام گرفته است و همچنین گیاه شیرین شکر را با توجه به مزه ساقه آن که مانند شکر بسیار شیرین است این‌گونه نام‌گذاری کرده‌اند. روکایا و همکاران (۲۰۰۵) نیز به مواردی از این قبیل اشاره کردند. مثلاً japo گیاهی از تیره

1. Descurainia sophia

Amaranthaceae با نام محلی japo به معنی خروس است؛ چون این گیاه شبیه تاج خروس می‌باشد، مردم غرب نپال بدان این نام را داده‌اند. همچنین سعادت پور (۱۳۹۶) در بررسی دانش بومی مهم‌ترین گیاهان علوفه‌ای و غیر علوفه‌ای در منطقه سجاسرود در استان زنجان، اشاره می‌کند که نام‌گذاری گیاهان توسط مردم بومی دارای وجه تسمیه می‌باشد؛ چنانکه گیاه کاکوتی با نام ایستی قودوز خوانده می‌شود که در زبان محلی ایستی به معنای گرما و قودوز به معنی ضد می‌باشد. بنابراین علت نام‌گذاری این گیاه، خاصیت آن می‌باشد که در رفع گرمادگی اثرگذار است.

در طب سنتی ایران اعتقاد بر این است که همه موجودات اعم از انسان و غیر انسان از چهار ماده اولیه تشکیل شده‌اند که در اصطلاح ارکان اربعه نامیده می‌شوند که عبارت‌اند از آتش که گرم و خشک است، هوا که گرم و تر است، آب که سرد و تر است و خاک که سرد و خشک است. به عبارتی قوای اولیه عناصر عبارت‌اند از عنصر گرمی، سردی، تری و خشکی که مزاج‌ها نیز نتیجه واکنش متقابل این عناصر هستند. منظور از مزاج، کیفیتی است که از واکنش‌های متقابل اجزای ریز مواد متضاد به وجود می‌آید که در این واکنش متقابل، بخش زیادی از یک یا چند ماده با بخش زیادی از یک یا چند ماده مخالف آمیخته می‌شود و بر یکدیگر اثر می‌گذارند و از این آمیزش کیفیت نهایی به وجود می‌آید که آن را مزاج می‌نامند. مزاج‌ها به دو بخش مزاج معتدل و مزاج نامعتدل تقسیم می‌گردند. مزاج معتدل مزاجی است که در آن مقادیر کیفیات متضاد در ترکیبی مساوی باشند درحالی‌که مقصود از مزاج نامعتدل مزاجی است که در حد وسط بین کیفیات متضاد قرار نداشته باشد و به یکی از دو کیفیت متضاد سردی و گرمی یا تری و خشکی یا به‌سوی دو تا از آن‌ها گرایش داشته باشد. با توجه به موارد ذکرشده می‌توان گفت که در افراد ۹ نوع مزاج وجود دارد که شامل مزاج معتدل، مزاج سرد، مزاج گرم، مزاج تر، مزاج خشک، مزاج گرم و تر، مزاج گرم و خشک، مزاج سرد و تر و مزاج سرد و خشک می‌باشد (ابن‌سینا، ۱۳۸۹: ۵۲۴-۱).

هنگامی که خوراک یا نوشیدنی به بدن وارد می‌شود گرم یا سرد می‌گردد. اگر غذا و نوشیدنی گرم باشد به بدن گرمی می‌دهد و اگر سرد باشد به آن سردی می‌بخشد. یعنی قبل از آن که هم مزاج بدن شده باشد تأثیری دارد (ابن سینا، ۱۳۸۹: ۲۱۹). طبیبان محلی معمولاً سعی بر این دارند تا خوراک، نوشیدنی و داروهای گیاهی را برای بیماران خود تجویز کنند که بتوانند تا حدی در بدن آن‌ها ایجاد تعادل نمایند. به‌عنوان مثال در منطقه گوغر برای افرادی که دارای مزاج سرد هستند بیان می‌شود که گل و برگ گیاه پیدنه را که دارای طبع گرم می‌باشند برای تعادل طبع به‌صورت پودر، روی انواع لبنیات که دارای طبعی سرد هستند ریخته و مصرف نمایند.

یکی از مواردی که در دانش شفاهی مردم محلی مشاهده گردید؛ آن بود که ایشان در هنگام ذکر خواص درمانی گیاهان، بیان می‌داشتند که خواص گیاه بسته به طبع افراد و منطقه زیست آن‌ها متفاوت می‌باشد. با توجه به همین موضوع، درمانگران محلی پیش از تجویز، از محل زندگی مراجعه‌کننده سؤال می‌پرسیدند. به‌عنوان مثال مصرف شربت زارچ را فقط برای افرادی که دارای طبع گرم بودند تجویز می‌کردند. همچنین در ارتباط با مصرف شربت شیفکو بیان می‌کردند که افرادی که در مناطق سردسیر هستند، باید دانه‌های آن را بر روی آب سرد ریخته و مصرف کنند درحالی که مصرف آن برای افراد ساکن در مناطق گرمسیر به این شیوه چندان جالب نیست و آن‌ها ترجیح می‌دهند که آن را بر روی آب جوش ریخته و مصرف نمایند. در همین زمینه در تحقیقاتی که فروزه (۱۳۹۳) در بین عشایر مرتع دیگان واقع در استان کهگیلویه و بویراحمد به انجام رساند بیان می‌کند که عشایر منطقه پس از ذکر خواص درمانی گیاهانی که مورد مصرف قرار می‌دادند طبع افراد و محل زندگی آن‌ها را در مصرف گیاه مؤثر می‌دانستند. به‌عنوان مثال آب ریواس را افرادی که در گرمسیر ساکن بودند به‌عنوان یک نوشیدنی گوارا در فصول گرم میل می‌نمودند اما افراد ساکن در سردسیر آن را استفاده نکرده و می‌گفتند این شربت باب طبع افراد ساکن در گرمسیر است.

از نکات دیگری که در این پژوهش مشخص گردید این مطلب است که مردم محلی گوغر تمام گیاهان را دارای ۲ نوع طبع سرد و گرم می‌دانند که با نتایج به‌دست‌آمده از تحقیق سعادت پور (۱۳۹۶) در منطقه سجاسرود واقع در استان زنجان مطابقت دارد. درحالی‌که نتایج مطالعات طباطبایی (۱۳۹۵) در بین مردم محلی شمال شهرستان نائین، بیانگر آن است که مردم محلی گیاهان را از نظر طبع به ۵ دسته گیاهان با طبع گرم، سرد، خنک، ثقیل و معتدل طبقه‌بندی می‌کردند. همچنین نتایج تحقیقات دیف رخس (۱۳۹۱) در بین عشایر ایل طیبی در استان کهگیلویه و بویراحمد حاکی از آن است که بومیان گیاهان را بر اساس طبع یا خاصیت گیاه به سه دسته گیاهان با طبع سرد، گیاهان با طبع گرم و گیاهان طبع ساز (به معنی دارای طبعی متعادل) تقسیم می‌کردند.

همچنین یافته‌های این تحقیق نمایانگر آن است که یکی از جلوه‌های مهم روابط متنوع مردم محلی با گیاهان پیرامون محیط ایشان، رابطه بسیار نزدیک و عجین شده بین تهیه غذاهای سنتی و استفاده از گیاهان بومی می‌باشد؛ که توسط گذشتگان علی‌الخصوص مادران به نسل‌های امروزی منتقل شده است. بدین معنی که عشایر منطقه گوغر، جهت تهیه و طبخ خوراکی‌های محلی و سنتی، از قسمت خاصی یا از تمام قسمت‌های یک گیاه استفاده می‌کردند. به‌عبارتی‌دیگر گیاهان نقش غیرقابل‌انکاری در تهیه غذاهای محلی دارند؛ چنانکه گاهی به‌عنوان بخش اصلی غذا (مکو)، گاهی به‌عنوان ادویه جهت طعم دادن به غذا (آیشن) و در مواردی به‌عنوان سبزی (شیرین شکر) در کنار غذاهای مختلف مورد استفاده قرار می‌گرفتند. نتایج علوی و همکاران (۱۳۹۰) در بررسی استفاده سنتی و بومی گیاهان دارویی در شمال کشور نشان داد که بومیان منطقه از گیاهان موجود بعد از تبدیل اندام‌های مورد استفاده به شربت، مربا، ترشی و رب یا به‌صورت جوشانده استفاده می‌نمایند و همچنین استفاده از قسمت‌های سبزی گیاه به‌عنوان سبزی خوراکی یا معطر کننده غذا نیز دارای کاربرد فراوان است. در دهه‌های اخیر توجه به غذا در پژوهش‌های انسان‌شناختی جایگاه مهمی داشته است

(Katz, 2003: 1-1800). از نظر برخی پژوهشگران نظیر ساتن (۲۰۱۰) تمرکز بر غذا به ما اجازه می‌دهد تا برخی از بنیادی‌ترین رمزهای درون و بیرون، خصوصی و عمومی و فردی و جمعی را در عرصه حیات روزمره بررسی کنیم. در واقع از طریق پژوهش مردم نگارانه غذاها می‌توان یک فرهنگ را از خلال حس چشایی و امور مرتبط درک کرد. زیرا فرهنگ خود را در تمامی ادراک حسی، با شدت‌های متفاوت منتشر و بیان می‌کند. همچنین ایزدی جیران (۱۳۹۲) معتقد است که فرهنگ از طریق یکی شدن با خوردنی‌ها در داخل بدن اعضایش نفوذ می‌کند. شاید خوردنی‌ها از جمله موارد بسیار نادری باشند که قدرت آن را دارند تا فرهنگ را در داخل بدن تک‌تک افراد جامعه زیست دهند. افراد با خوردن یک‌چیز، هم غذای مورد تأیید فرهنگ را می‌خورند (غذاهای فرهنگی)، هم واجد تجربه چشایی مخصوص فرهنگ خود می‌شوند (چشیدن فرهنگ) و هم معانی موجود در خوراکی‌ها را به‌صورت خودآگاه یا ناخودآگاه به کار می‌اندازند و وارد فرایندهای ذهنی می‌کنند.

بررسی یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد که برخی از گیاهان علاوه بر این‌که در تهیه خوراکی‌های مختلف نقش ایفا می‌کنند، دارای خواص درمانی متعددی نیز هستند. چنانکه از گیاه بُن جازی علاوه بر تهیه کشک، کوکو و آش به‌عنوان ملین هم استفاده می‌شد. از گیاه کل کوهی به‌جز نقش آن در تهیه ترشی و مربا، در کاهش فشارخون، لاغری و درمان کبد چرب سود برده می‌شد؛ همچنین از گیاه میتخم که آن را به برنج اضافه می‌کردند و در تهیه کوکو هم نقش داشت، در جهت چربی‌سوزی و کاهش وزن مورد استفاده قرار می‌گرفت. بنابراین نگاه مردم بومی به غذا تنها از جنبه سد جوع و رفع گرسنگی نیست، بلکه از منظر درمانگری نیز به غذاها نگریسته می‌شود. سهم گیاهان خوراکی و غذاهای گیاهی در کاهش خطرات بیماری‌ها و افزایش سلامت به‌عنوان بخشی از میراث فرهنگی جوامع محلی موردپذیرش همگان است (Hadjichambis et al, 2007: 11-32). تحقیقات می‌تواند ثابت کند که بسیاری از این

گیاهان دارای ریزمغذی‌ها، مواد معدنی و ویتامین‌های ضروری برای سلامت انسان هستند (Bnouham et al, 2005: 33-50).

از مهم‌ترین اطلاعات کاربردی به‌دست‌آمده در دانش بومی مردم محلی، شناسایی و معرفی زیستگاه‌های گیاهان می‌باشد. به‌گونه‌ای که قادر به پیش‌بینی حضور یا عدم حضور گیاهان می‌باشند. استفاده از این روش برای سرعت دادن به روند یافتن گیاه بسیار مهم و ارزشمند بود. به‌عنوان مثال بیان می‌کردند که «قوسک در کنار جاز رشد می‌کند، گزگز را فقط می‌توانی در اطراف رودخانه‌ها ببینی و اسفنگ را در مزارع می‌توانی پیدا کنی». استفاده از این بعد دانش گیاه‌شناسی جوامع محلی، زمینه تحقیقات پیشرو و آغازگر را جهت دسترسی آسان‌تر و ارزان‌تر به پیش‌بینی زیستگاه گونه‌های مطلوب و حفاظت و تقویت این مکان‌ها فراهم می‌آورد؛ چرا که یکی از اولویت‌های مهم در استفاده بهینه از منابع موجود در اکوسیستم‌های مرتعی و اصلاح آن‌ها آگاهی از حضور واقعی گونه‌های گیاهی و پیش‌بینی حضور پتانسیل آن‌ها در مقیاس‌های متفاوت است. نتایج ژائو و همکاران (۲۰۱۰) نیز مؤید آن است که محل جمع‌آوری و توزیع جغرافیایی نیز از موارد مورد توجه در مطالعات دانش بومی بوده که مردم محلی قادر به یافتن پاسخ صحیح آن هستند.

یافته‌های این تحقیق چنین نشان می‌دهد که دانش بومی مردم محلی در ارتباط با گیاهان خوراکی و دارویی به خواص و نحوه طبخ آن‌ها محدود نمی‌شود؛ بلکه دانش آن‌ها در مورد اکولوژی گیاهان بسیار وسیع می‌باشد، به‌گونه‌ای که در مورد شناسایی گیاه، زیستگاه گیاه، فرم ظاهری گیاه و ... آگاهی کافی دارند. به بیانی دیگر دانش بومی پیرامون گیاهان خوراکی و دارویی بسیار گسترده است و جنبه‌های مختلف اتنوبوتانی، اتنوفارماکولوژی و اتنواکولوژیکی را در برمی‌گیرد. دیگر تحقیقات به‌عمل‌آمده در این زمینه در حوزه کچیک استان گلستان نیز مؤید این مطلب است که دانش بومی در ارتباط با گیاهان، تنها در مورد خواص و کاربرد سنتی آن‌ها نمی‌باشد؛ بلکه تجربیات اکولوژیکی آن‌ها، نیز اطلاعات ذی‌قیمتی می‌باشد (میردیلیمی، ۱۳۹۰: ۱۱۷) و در مورد

فنولوژی، زیستگاه و وضعیت گیاه دارای آگاهی کافی می‌باشند. از این رو با توجه به اطلاعات به دست آمده از مردم بومی می‌توان پراکنش تقریبی و نیازهای اکولوژیکی گونه‌های مورد استفاده مردم را برآورد نمود (Lama et al, 2001: 1-151). به صورت کلی از دیدگاه بومیان، یکشی یا یک تجربه را نمی‌توان در انزوا از محیط اطرافش درک کرد. شناخت آن‌ها از اشیا و پدیده‌ها کلی است، پس تمرکز دانش بومی گیاه‌شناسی تنها بر گیاه نیست بلکه مشتمل بر روابط بین گیاه و سایر عوامل محیطی مرتبط با آن نیز هست و شاید به همین دلیل است که اغلب می‌گویند "گیاه را باید در صحرا ببینیم تا بشناسیم" (دیفرخش، ۱۳۹۱: ۱۶۸). سایر بررسی‌های انجام شده در نواحی عشایر نشین و روستایی در سایر نقاط کشور نیز گواه آن است که در این نواحی، دانش بومی پیرامون گیاهان بسیار غنی است و جنبه‌های متفاوتی از شناسایی و کاربرد گیاهان را در برمی‌گیرد؛ به طوری که با استفاده از دانش بومی می‌توان به آسانی و در کوتاه‌ترین زمان به اطلاعات ارزشمندی پیرامون خواص دارویی، اندام دارویی، زمان رویش، تعیین بهترین زمان جمع‌آوری و مناطقی که پتانسیل رویشی این گیاهان را دارند، دست‌یافت (میردیلمی و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۵۴-۱۳۰)، (مقصودی و پارسا پژوه، ۱۳۹۰: ۱۶۱-۱۳۷)، (ذوالفقاری و همکاران، ۱۳۹۱: ۱۱۳-۱۲۴)، (سجادی و همکاران، ۱۳۹۰: ۳۶-۲۹).

بررسی نتایج حاصل از این پژوهش بیانگر آن است که مردم محلی منطقه مورد مطالعه از دانش بومی غنی و ارزشمندی در خصوص استفاده‌های متعدد خوراکی و دارویی از گونه‌های گیاهی موجود در محیط پیرامون خود برخوردارند و به صورت کلی از گیاهان به صورت وسیع و گسترده‌ای به شیوه‌های مختلف و با اهداف متفاوت استفاده می‌نمایند. دانش استفاده از این گیاهان، معمولاً در اختیار سالخوردگان محلی می‌باشد و فرصت چندانی برای ثبت آن‌ها وجود ندارد. با مکتوب کردن این اطلاعات ارزشمند و گران‌بها می‌توان آن‌ها را در دانش رسمی نیز مورد ارزیابی و بررسی قرار داد و از آن‌ها به عنوان بستری برای انجام تحقیقات بعدی استفاده کرد.

منابع

- ابطحی، فائزه السادات. (۱۳۹۷)، «مطالعه اتنوبوتانی برخی گیاهان دارویی شهرستان شازند، استان مرکزی»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال هجدهم، دوره ۲: ۱۹۷-۲۱۱.
- ابن سینا، حسین بن عبدالله. (۱۳۸۹)، *قانون*، ترجمه: عبدالرحمن شرفکندی (هه ژار)، تهران: سروش (انتشارات صداوسیما جمهوری اسلامی ایران، جلد اول).
- اسدی، مصطفی؛ جم زاد، زیبا؛ معصومی، علی اصغر؛ مظفریان، ولی الله؛ صفوی، سید رضا؛ طاهری، ژیلدا؛ آزادی، رحمان؛ خاتم‌ساز، محبوبه؛ مظهری، نادره؛ شاهسواری، عباس؛ همتی، احمد؛ اخیانی، خدیجه و همکاران. (۱۳۶۷-۱۳۹۸)، *فلور ایران*. انتشارات موسسه تحقیقات جنگل‌ها و مراتع کشور، جلد‌های ۳، ۶، ۱۴، ۳۳، ۳۶، ۳۹، ۴۰، ۴۷، ۵۴، ۵۹، ۶۴، ۷۴، ۷۶، ۷۷، ۱۲۵، ۱۲۷، ۱۴۳.
- ایران‌منش، محبوبه؛ نجفی، شهلا و یوسفی، مهدی. (۱۳۸۹)، «بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی منطقه سیستان»، *فصلنامه داروهای گیاهی*، سال اول، شماره ۲: ۶۱-۶۹.
- ایزدی جیران، اصغر. (۱۳۹۲)، «چشیدن مناسک: مردم‌نگاری حسی غذای نذری در تهران»، *پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران*، سال سوم، شماره ۲: ۲۵-۴۵.
- ارانی، حسین؛ بهمنش، بهاره و شهرکی، محمدرضا. (۱۳۹۰)، «دانش بومی گیاه‌شناسی گیاهان دارویی منطقه چهارباغ از مراتع استان گلستان»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، شماره ۲: ۶۱-۸۶.
- بی‌باک، حسین و مقبلی هنزائی، فاطمه. (۱۳۹۵)، «جمع‌آوری، شناسایی و استفاده سنتی و بومی گیاهان دارویی در شهرستان جیرفت»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال شانزدهم، دوره ۴: ۱۱۶-۱۴۰.
- پژوهان، علی و حبیبی قهفرخی، نوید. (۱۳۹۱)، «مدیریت منابع آب و نقش آن در توسعه پایدار کشاورزی»، *اولین همایش ملی توسعه پایدار کشاورزی و محیط‌زیست سالم*، ۱-۱۰.
- حاجی علی محمدی، هما؛ تقوی شیرازی، مریم و قربانی، عبدالباسط. (۱۳۸۵)، «اطلس مردم گیاه‌درمانی ایران»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، دوره سیزدهم، شماره ۳۴-۳۵: ۱۷۵-۱۹۸.
- حسینی، مروارید؛ فروزه، محمدرحیم و بارانی، حسین. (۱۳۹۷)، «دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی خودرو در مراتع زبرخان نیشابور»، *دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران*، سال چهارم، شماره ۹: ۴۳-۹۶.

- حیدری، عاطفه؛ زالی، سید حسن و حیدری، قدرت الله. (۱۳۹۳)، «گیاه مردم‌نگاری منطقه بیلاقی نمارستاق، شهرستان آمل (استان مازندران)»، *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، سال پنجم، شماره ۴: ۳۳۰-۳۳۹.
- خسروی مشیزی، اعظم؛ حشمتی، غلامعلی و فاریابی، نجمه. (۱۳۹۳)، «تأثیر آشفته‌گی‌های محیطی بر تعامل بین بوته و گونه‌های علفی مراتع نیمه‌خشک گوغر بافت در استان کرمان»، *فصلنامه علمی-پژوهشی تحقیقات مرتع و بیابان ایران*، سال بیست و یکم، شماره ۴: ۵۷۱-۵۷۹.
- دولتخواهی، مهدی؛ قربانی نهوجی، مجید؛ مهرآفرین، علی؛ امینی نژاد، غلامرضا و دولتخواهی، علی. (۱۳۹۱)، «مطالعه اتنوبوتانیکی گیاهان دارویی شهرستان کازرون: شناسایی، پراکنش و مصارف سنتی»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال یازدهم، دوره ۲: ۱۶۳-۱۷۸.
- دولتخواهی، مهدی و نبی پور، ایرج. (۱۳۹۳)، «بررسی اتنوبوتانی گیاهان دارویی حوزه آبریز شمال شرقی خلیج فارس»، *فصلنامه گیاهان دارویی*، سال سیزدهم، شماره ۲: ۱۲۹-۱۴۳.
- دیفرخش، سیده معصومه. (۱۳۹۱)، بررسی دانش بومی مهم‌ترین گونه‌های غیر علوفه‌ای منطقه دلی کما، استان کهگیلویه و بویراحمد، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد* رشته مرتع‌داری، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.
- ذوالفقاری، بهزاد؛ صادقی، مسعود؛ تیری، ایمان و یوسف علی تبار، مقداد. (۱۳۹۱)، «جمع‌آوری، شناسایی و بررسی مصارف سنتی منتخبی از گیاهان شهر بابل»، *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، سال سوم، شماره ۱: ۱۱۳-۱۲۴.
- رضوی، منصوره. (۱۳۹۳)، «مروری بر دانش بومی گیاه‌شناسی، تاریخچه و اهمیت آن»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، سال بیست و یکم، شماره ۶۷: ۱۲۵-۱۵۲.
- زیرایی، محمدعلی؛ ارشدی، سمیرا؛ دولتخواهی، مهدی؛ دارابی، حسین و نبی پور، ایرج. (۱۳۹۴)، «اتنوفارماکولوژی گیاهان دارویی جلگه دشتستان در منطقه زیرراه (توز) استان بوشهر»، *دوماهنامه طب جنوب*، سال هجدهم، شماره ۴: ۸۲۷-۸۴۴.
- سجادی، سید ابراهیم؛ بتولی، حسین و فنبیری، علی. (۱۳۹۰)، «جمع‌آوری و بررسی مصارف سنتی منتخبی از گیاهان شهرستان کاشان»، *مجله طب سنتی اسلام و ایران*، سال دوم، شماره ۱: ۲۹-۳۶.

مطالعه دانش بومی گیاهان مورد استفاده...، امرالهی و همکاران | ۴۲۱

- سعادت پور، مسلم. (۱۳۹۶)، بررسی دانش بومی (اتنوبوتانی و اتنواکولوژی) مهم‌ترین گونه‌های علوفه‌ای و غیر علوفه‌ای (خوراکی، دارویی و صنعتی) منطقه سجاسرود (استان زنجان)، **پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مرتع‌داری**، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.
- شاه‌حسینی، علیرضا. (۱۳۹۳)، **مستندسازی دانش بومی حوزه آبخیز حبله رود**، تهران: انتشارات عمران.
- شهرکی، محمدرضا؛ بهمنش، بهاره و کوسه غراوی، یازمرد. (۱۳۹۵)، «دانش بومی گیاه‌شناسی گیاهان دارویی و خوراکی در بین روستاییان مراتع ییلاقی هزارجریب مازندران»، **نخستین همایش ملی گیاهان دارویی معطر و ادویه‌ای**، ۱-۶.
- صادقلو، طاهره و عزیزی دمیرچیلو، عبدالله. (۱۳۹۴)، «ارزیابی میزان تأثیرگذاری دانش بومی بر پایداری توسعه کشاورزی (مطالعه موردی، روستاهای دهستان گوک تپه شهرستان بيله سوار)»، **پژوهش‌های روستایی**، سال ششم، شماره ۲: ۳۸۹-۴۱۰.
- طباطبایی، سید محمود. (۱۳۹۵)، دانش بومی مردم محلی شمال شهرستان نائین در استفاده از گیاهان دارویی، **پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته جنگل‌شناسی و اکولوژی جنگل**، دانشگاه تربیت مدرس.
- علوی، سید زکریا؛ ربیعی، الهه؛ سعیدی گراغانی، حمیدرضا و قوردویی میلان، قهرمان. (۱۳۹۰)، «استفاده سنتی و بومی از گیاهان دارویی در شمال کشور (مطالعه موردی: سری ۸۱ و ۸۳ طرح جنگل‌داری اداره کل منابع طبیعی مازندران-ساری)»، **فصلنامه داروهای گیاهی**، سال دوم، شماره ۲: ۱۱۳-۱۲۰.
- فروزه، محمدرحیم. (۱۳۹۳)، بررسی اتنوبوتانی و پیش‌بینی زیستگاه مطلوب برخی از گونه‌های مهم مرتعی (مطالعه موردی: مرتع دیلگان، استان کهگیلویه و بویراحمد)، **پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته علوم مرتع**، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.
- فروزه، محمدرحیم؛ حشمتی، غلامعلی و بارانی، حسین. (۱۳۹۳)، «جمع‌آوری و بررسی اتنوبوتانی منتخبی از گیاهان استان کهگیلویه و بویراحمد»، **مجله طب سنتی اسلام و ایران**، سال پنجم، شماره ۲: ۱۳۱-۱۳۹.
- قربانی، عبدالباسط. (۱۳۸۴)، **گیاهان دارویی ترکمن صحرا**، تهران: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی.

- قلی پور، عباس؛ قربانی نهوجی، مجید؛ رسولی، نسیم و حبیبی، میثم. (۱۳۹۳)، «مطالعه اتنوبوتانیکی گیاهان دارویی دهستان زارم رود نکا (استان مازندران)»، **فصلنامه گیاهان دارویی**، سال سیزدهم، دوره ۴: ۱۰۱-۱۲۱.
- کریمیان، وحید؛ سپهری، عادل و بارانی، حسین. (۱۳۹۵)، «واکوی دانش بومی پیرامون گیاه گنبو (آغوزه) در مراتع زاگرسی (مطالعه موردی: تنگسرخ، استان کهگیلویه و بویراحمد)»، **دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران**، سال چهارم، شماره ۶: ۲-۵۲.
- مرادی، لیلا؛ دولتخواهی، مهدی؛ دارابی، حسین و نبی پور، ایرج. (۱۳۹۳)، «اتنوفارماکولوژی گیاهان دارویی بندر گناوه»، **دوماهنامه طب جنوب**، سال هفدهم، شماره ۵: ۹۵۹-۹۷۳.
- مردانی نژاد، شاهین و وزیر پور، منصوره. (۱۳۹۱)، «اتنوبوتانی گیاهان دارویی توسط مردم مبارکه اصفهان»، **فصلنامه داروهای گیاهی**، سال سوم، شماره ۲: ۱۱۱-۱۲۹.
- مقصدی، منیژه و پارسا پژوه، سپیده. (۱۳۹۰)، «گیاه قوم‌شناسی منطقه پس قلعه در شمال شهر تهران»، **پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران**، سال اول، شماره ۲: ۱۳۷-۱۶۱.
- میردیلمی، سیده زهره. (۱۳۹۰)، بررسی اکولوژی، اتنوبوتانی و اتنوفارماکولوژی مهم‌ترین گونه‌های دارویی حوزه کچیک، **پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مهندسی منابع طبیعی- مرتع‌داری**، دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان.
- میردیلمی، سیده زهره؛ حشمتی، غلامعلی و بارانی، حسین. (۱۳۹۳)، «مطالعه اتنوبوتانی و اتنواکولوژی گونه‌های دارویی کچیک (مطالعه موردی مراتع کچیک در شمال شرق استان گلستان)»، **دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران**، سال اول، شماره ۲: ۱۳۰-۱۵۴.
- میرشکار، مهلا؛ ابراهیمی، مهدیه و آجرلو، مجید. (۱۳۹۷)، «مطالعه اتنوبوتانی و مصارف سنتی برخی گیاهان دارویی شهرستان خاش»، **مجله طب سنتی اسلام و ایران**، سال نهم، شماره ۴: ۳۶۱-۳۷۰.
- وجدانی، حمیدرضا. (۱۳۸۲)، «اهمیت ذخایر ژنتیک گیاهی و دانش بومی مربوط به گیاهان، در توسعه پایدار»، **دوماهنامه جهاد**، سال بیست و سوم، شماره ۲۶۱: ۸۹-۹۲.
- وزیری، آتوسا. (۱۳۹۷)، «شناسایی و مصارف سنتی برخی از گیاهان دارویی در بخش جعفرآباد استان قم»، **مجله دانشگاه علوم پزشکی قم**، سال دوازدهم، شماره ۳: ۸۷-۹۵.
- هزارجریبی، جعفر و صفری شالی، رضا. (۱۳۹۴)، «کاربست نظریه بنیانی در شناخت دانش بومی»، **دو فصلنامه دانش‌های بومی ایران**، سال دوم، شماره ۳: ۳۷-۶۵.

- Bnouham, Mohamed., Hassane Mekhfi., Legssyer Abdelkhaleq. and Abderrahim Ziyat. (2005). "Ethnopharmacology Forum Medicinal plants used in the treatment of diabetes in Morocco." *Journal of Diabetes & Metabolism*, 10(1), 33-50.
- Hadjichambis, Andreas., Demetra Paraskeva-Hadjichambi., Anthena Della., Maria Elena Giusti., Caterina De Pasquale., Cinzia Lenzarini., Elena Censorii., Maria Reyes Gonzales-Tejero., Cristina Patricia Sanchez-Rojas., Jose Ramiro-Gutierrez., Melpomeni Skoula., Chris Johnson., Anaya Sarpaki., Mohamed Hmouchi., Said Jorhi., Mohamed El- Demerdash., Mustafa El-Zayat, and Andrea Pioroni. (2007). "Wild and semidomesticated food plant consumption in seven circum Mediterranean areas." *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 99999, 11-32.
- Hayat, Muhammad Qasim., Mir Ajab Khan., Mushtaq Ahmad., Nighat Shaheen., Ghazalah Yasmin, and Shamim Akhtar. (2008). "Ethnotaxonomical approach in the identification of useful medicinal flora of Tehsil Pindigheb (District attock) Pakistan." *Ethnobotany Research and Applications*, 6, 35 -62.
- Jima, Tilahun Tolossa, and Moa Megersa. (2018). "Ethnobotanical Study of Medicinal Plants Used to Treat Human Diseases in Berbere District, Bale Zone of Oromia Regional State, South East Ethiopia." *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1-16.
- Katz, Solomon H, and William Woys Weaver, (Eds.). (2003). *Encyclopedia of Food and Culture*. New York: Scribner.
- Lama, yeshi choden., Suresh kumar Ghimire, and Yildiz Aumeeruddy-Thomas. (2001). *Medicinal plants of Dolpo: Amchis' knowledge and conservation*. Nepal: WWF Nepal Program.
- Rokaya, Maan B., Mani Shrestha, and Suresh kumar Ghimir. (2005). "Ethnoecology of natural environment in trans-himalyan region of west nepal. Banko Jankari." *Journal of Forestry Information for Nepal*, 15(2), 33-38.
- Sutton, David. (2010). "Food and the Senses." *In Annual Review of Anthropology*, 39, 209-223.
- Temam, Tamru, and Asalfew Dillo. (2016). "Ethnobotanical study of medicinal plants of Mirab – Badwacho district, Ethiopia." *Journal of BioSci and Biotechnology*, 5(2), 151–158.

- Tounekti, Taieb., Mosbah Mahdi, and Habib Khemira. (2019). "Ethnobotanical Study of Indigenous Medicinal Plants of Jazan Region, Saudi Arabia." *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1-45.
- Tsioutsiou, Efthymia Eleni., Paolo Giordani., Effie Hanlidou., Marco Biagi, Vincenzo De Feo, and Laura Cornara. (2019). "Ethnobotanical Study of Medicinal Plants Used in Central Macedonia, Greece." *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1-22.
- Zhao, Zhil., Gaawe Dorje, and Z. T Wang. (2010). "Identification of medicinal plants used as Tibetan Traditional Medicine Jie-Ji." *Journal of Ethnopharmacology*, 132, 122-126.

