

آبدانان

سلیم سلیمی مؤید

محمد دامیار

شهرستان آبدانان از شهرستان‌های استان ایلام در غرب کشور است. مرکز این شهرستان شهر آبدانان است. این شهرستان در جنوب شرقی استان قرار گرفته و با شهرستان‌های دهلران و دره‌شهر و نیز اندیمشک در استان خوزستان و پلدختر در استان لرستان همسایه است.

بهداشت عمومی

غالب مناطق حوزه پژوهش اصطلاح مالو (mâlû) را برای استحمام به کار می‌برند. مالو کردن می‌تواند داخل خانه، حمام، و یا رودخانه انجام گیرد.

در گذشته زرده تخم‌مرغ تمیزکننده و تقویت‌کننده موی سر بوده است. چنانچه نقل می‌شود در گذشته‌های دور وقتی تخم‌مرغ نیز در منطقه کمتر یافت می‌شد دوغ محلی یا اندکی زرده یا سفیده تخم‌مرغ را با گل حاشیه رودخانه مخلوط به جای سرشوی استفاده می‌کردند.

برای نظافت و شستن ظروف منزل گاه از خاکستر اجاق و گاهی از ماسه‌های دانه‌ریز بستر رودخانه بهره می‌گرفتند. بومیان منطقه برای معطر کردن لباس و بدن خود یا از نوعی عصاره درختان جنگلی معروف به ژوی (žwei) استفاده می‌کردند و یا اینکه شاخه‌های نازک گیاه میخک را چیده سپس در بقچه بین لباس‌ها یا رختخواب قرار می‌دادند. با این کار عطر گل میخک آن‌ها را معطر کرده. علاوه بر آن از دانه‌های اسپند برای ضدعفونی کردن اتاق‌ها بهره می‌گیرند که در اصطلاح محلی به آن دی دی (didi) می‌گویند.

مشاغل مربوط به طب سنتی

آهنگر کسی که علاوه بر شغل اصلی خود یعنی چلنگری و آهنگری اقدام به کشیدن دندان‌های فاسد نیز می‌کند.

بطار (betâr): کسی که شغل او طبابت و درمان امراض اهالی است.

جرا (jarâ): شخصی که کار شکسته‌بندی را انجام می‌دهد.

گیاهان طبی

ازبوه (azbuya): بوته این گیاه کوچک بوی مطبوعی دارد. برگ ازبوه کوچک و سوزنی است. این گیاه خاصیت گرمی دارد. برای رفع گلودرد، سردرد، سرماخوردگی برگ‌های گیاه ازبوه را می‌کوبند و همانند چای دم کرده و مصرف می‌کنند. علاوه بر زمستان، که بیشترین مصرف را دارد، در فصول دیگر نیز از آن بهره می‌گیرند.

انشک (anešk): گیاهی محلی که آن را همراه با تره مصرف می‌کنند تا سنگ کلیه را دفع نماید.

بابونه به آن باوینه (bawina) نیز می‌گویند. این گیاه دارای برگ‌هایی سبزرنگ با گل زرد است. از دم کرده برگ بابونه برای رفع دل‌درد و سردرد استفاده می‌کنند.

برپنومه (bar - penoma): این گیاه در ارتفاعات کبیر کوه می‌روید. هنگامی که تازه و سرسبز است ساقه آن را جدا کرده و پوست ساقه آن را همانند میوه موز جدا ساخته و مصرف می‌کنند. دانه برپنومه برای رفع بیماری کسانی که در دفع ادرار ناتوان هستند به صورت دم کرده به مصرف می‌رسانند. دانه گیاه برپنومه خاصیت گرمی دارد و بیش از همه در زمستان مصرف می‌شود.

بلوط دانه درخت بلوط را بعد از کوبیدن برای رفع اسهال می‌خورند.

بنجک ماشینه (benjek - mâšina): بوته آن بر روی تپه‌های گچی می‌روید. بوته این گیاه خاصیت گرمی داشته و هنگام جوشاندن از بخار آن به عنوان ضد عفونی کننده منزل استفاده می‌کنند. علاوه بر آن محل زخم و جوش‌های روی لب را به خصوص در فصل تابستان به وسیله آن بخور می‌دهند تا زودتر بهبود یافته و دچار عفونت نگردد.

بوداری (bu - dâri): این گیاه در گویش محلی به میره نخه (meyra - naxa) معروف است. میره به معنی مهره و نخه به معنی نخود است. بوداری گیاهی وحشی و خودرو است که از آن در فصل بهار برای نوزادانی که دچار هر نوع بیماری باشند مقداری از این گیاه در داخل آب به مقدار زیاد جوشانده سپس آب را خنک کرده و نوزاد را با آب آن استحمام می‌کنند. نکته قابل توجه اینکه زمانی که این گیاه را در خانه‌ای می‌جوشانند نوزاد همسایه اگر در منزل باشد می‌میرد و اگر کودک دو یا سه ساله داشته باشند، دندان‌های او می‌ریزد برای رفع این مشکل بعد از جوشاندن بوداری مقداری از آب آن را به نوزاد همسایه می‌خورانند تا دچار مشکل نشود.

بومارو (bu - mâro): این گیاه همان بومادران بوده و بیش از همه در فصل بهار می‌روید. بومارو علاوه بر خاصیت طبی عطر خوبی دارد. برای بهبود زخم بوته آن را بعد از خشک کردن می‌کوبند و بر موضع زخم نظر می‌بندند. گاه برگ آن را بعد از خشک کردن می‌کوبند و همراه با آرد گندم خمیر درست می‌کنند، بعد خمیر را به وسیله پارچه‌ای بر گلوی فردی که گلودرد دارد می‌بندند.

پونه در آبدانان دو نوع پونه یافت می‌شود:

پونه‌ای که در کنار رودخانه یا آب و چشمه سبز می‌شود.

پونه وحشی که در کوه و جنگل‌ها یافت می‌شود. این نوع به پنیه قیله (pina - qila) معروف است. نوع وحشی پونه بسیار خوب و دارای بوی تند است. هر دو پونه خاصیت گرمی داشته و بیش از همه در فصل زمستان برای درمان دل‌درد و شکم‌درد خرد شده یا دم کرده مصرف می‌شود.

پید لایه‌ای نازک است که زیر پوست بیرونی درخت پید قرار دارد، آن را بیرون آورده و آن را کوبیده، دم کرده و به بیمار می‌خورانند تا تب او فروکش کند.

پیاز آب پیاز را گرفته، همراه با زرده تخم‌مرغ و تنباکو خیس شده مخلوط می‌کنند. آن‌گاه بر جوش‌های چرکین و یا جوش‌های خونی در صورت و بدن می‌بندند.

پیمانہ (pey - mâne): پیمانہ بوته گیاه وحشی است که هم‌اکنون نسل آن از بین رفته، در گذشته برای رفع کمردرد و عوارض آن به کار می‌رفته است. این گیاه بیشتر در ارتفاعات منطقه یافت می‌شد. بعد از چیدن آن را کوبیده و داخل پارچه‌ای می‌ریختند. سپس بر موضع درد می‌بستند.

تنباکو را خیسانده همراه با آب پیاز و زرده تخم‌مرغ بر جوش‌های خونین می‌بندند تا بهبودی حاصل شود.

توت در گویش محلی تی (ti) نامیده می‌شود، برگ آن را چیده و خشک می‌کنند، بعد آن را کوبیده و با ماست مخلوط کرده بر سر بیماری که دچار کجلی شده است می‌بندند تا بهبود یابد.

جاتره (jâ - tera): این گیاه همانند ازبوه است. با این تفاوت که عطر و بوی بسیار دلپذیر و خوبی دارد. مزه آن نیز کمی از ازبوه تلخ‌تر است. جاتره نیز مانند ازبوه خاصیت گرمی داشته، و در فصل زمستان از آن برای رفع سرماخوردگی و سردرد بهره می‌گیرند.

حنا را برای جلوگیری از ریزش مو و تقویت آن استفاده می‌کنند.

ختمی نوعی گل شیبوری به رنگ سفید است. دم کرده گل ختمی را برای درمان بیماری‌های عفونی، سرماخوردگی، سردرد، و بیماری‌های واگیردار استفاده می‌کنند.

خرزهره را جوشانده و آب آن را می‌گیرند و محلی که زگیل دارد به وسیله آن می‌شویند تا خوب شود.

دارچین برای رفع سردرد جوشانده زنجبیل و دارچین را می‌خورند تا خوب شوند. گاه مخلوط؛ هل، زنجبیل، دارچین و کل کنه (kol - kena) را جوشانده و می‌خورند.

دارکله ون (dâr - kalawan): ون عنوان دیگر بنک (banak) یا بنجک (benjak) است. دانه‌ریز آن را نرمه ون (narma - wan) و دانه‌درشت آن را کلهون (kalawan) می‌نامند.

برگ کلهون را جوشانده و شیر آن را برای بهبود زخم‌های سطحی و نیمه‌عمیق به کار می‌برند. گاه برگ درخت بنه را و می‌کوبند تا حالت پودر به خود بگیرد بعد آن را بر روی زخم می‌گذارند تا بهبود یابد. علاوه بر آن سقز به عمل آمده از کلهون را مستقیماً بر زخم قرار می‌دهند. گاهی مقداری از سقز را روی دندان پوسیده قرار می‌دهند یا برای رفع درد گلو سقز می‌چونند. کلهون خاصیت گرمی داشته و بیش از همه در فصل زمستان استفاده می‌شود.

روارزک (roâ - razak): درختچه یکساله است و دانه‌های همانند دانه انگور آن را همراه با دانه اسپند جوشانده و از بخور آن برای رفع عفونت دندان استفاده می‌کنند.

زنجبیل بیمار مبتلا به شکم‌درد دم‌کرده آن را همانند چای مصرف می‌کند تا بهبود یابد. گاه مخلوطی از هل، زنجبیل، دارچین و کل‌کنه دم‌کرده به کسی که سردرد دارد می‌دهند، خاصیت گرمی مخلوط فوق باعث می‌شود بیماری سردرد بهبود یابد.

روغن زیتون را برای رفع یبوست مصرف می‌کنند.

سدر برای جلوگیری از ریزش مو خنای سدر را مخلوط کرده و به سر می‌گذارند.

سیر کوهی بیش از همه در ارتفاعات دینار کوه و کبیر کوه می‌روید. هنگامی که شخصی دچار طبع سردی می‌شود از آن مصرف می‌کند.

شومی شیطونی (šomi - šetoni) یا (šumi - šituni): بوته آن مثل بوته کدو بوده و میوه آن به اندازه انار، گاه بزرگتر و اندازه طالبی می‌باشد. «شومی شیطونی» دارای خاصیت گرمی بوده و بیش از همه در فصل زمستان مورد مصرف دارد. از «شومی شیطونی» برای رفع یبوست نیز استفاده می‌کنند.

ریشه بوته شیرین بیان را جوشانده و برای درمان درد مفاصل استفاده می‌کنند. این گیاه در گویش محلی بلیگ (balig) نام دارد.

عدس را همراه با دل و جگر بزغاله یا بره می‌پزند و همانند سوپ به کسی که دچار سرخک شده می‌دهند.

روغن کرچک را برای رفع یبوست مصرف می‌کنند. یا برگ آن را برای رفع خارش بر محل خارش می‌گذارند.

کرف (kerf): برگ درخت کرف را جوشانده آب آن را غرغره می‌کنند تا دندان‌درد خوب شود.

برگ درخت کنار را به سر می‌گذارند تا باعث تقویت مو شود.

کل کنه (kol - kena): جوشانده؛ هل، زنجبیل، دارچین و کل‌کنه را به کسی که قسمتی از بدن بیمار درد دارد می‌دهند تا بهبود یابد.

گل‌پر خاصیت گرمی دارد و مصرف آن همانند چای دم‌کرده است. گل‌پر در گویش محلی به کل‌پر (kol par) معروف بوده و از آن برای بهبود بیماری‌هایی که دچار سرماخوردگی یا سردرد هستند بهره می‌گیرند.

گل‌گاوزبان در گویش غالب نقاط آن را گل‌گازو (glo - gazo) نامیده‌اند، اما در گویش لری به آن بره‌جی جی (bere - jiji) گفته می‌شود. گل‌گاوزبان برگی سبز و خارهایی ریز در ساقه قهوه‌ای رنگ گیاه همراه با گل‌های آبی رنگ دارد. این گیاه چون خاصیت گرمی دارد. از آن برای تسکین دل‌درد، سردرد، تب، درد معده و دیگر امراض بهره می‌گیرند. گاهی گل‌گاوزبان را در آب پخته سپس با آرد گندم خمیر درست می‌کنند. بعد آن را روی دمل، زخم زیر پوستی، و جوش‌های ریز قرار داده می‌بندند. گاه شیر گل‌گاوزبان را برای بهبود زخم و دمل نی بر روی آن می‌بندند. در گویش منطقه سیاه گل شیر گل‌گاوزبان کیزه (kize) معروف است.

گورزگو (gora-zgo): ساقه گیاه گورزگو را جوشانده و شیر آن را بر محل کوفتگی یا ورم و نقطه‌ای که درد می‌کند قرار می‌دهند.

گی درده (gei - derda): بعد از جداسازی دانه گیاه خودروگی درده یک عدد از دانه آن را داخل چشم گذاشته و پلک را مدتی بسته نگه می‌دارند تا دانه‌گی درده به مرور مواد اضافی داخل چشم را به بیرون هدایت کند.

نخود را جوشانده آب آن را به بیماری که تپش قلب دارد، می‌خورانند تا تپش قلب او بهبود یابد.

هل، دارچین، کل کنه و زنجبیل را جوشانده و آب آن را فرد مبتلا به سردرد می‌خورانند تا خوب شود.

هیسسه مل (heise - mel): هیسه مل پیازچه‌ای در ریشه دارد. پس از یافتن پیازچه آن را بر خمیر گندم گذاشته و مقداری به آن نمک اضافه و می‌پزند بعد از پخت پیازچه را همراه با خمیر بر دمل می‌بندند.





پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی