

## خود درمانی با گیاه به روش سنتی

**آویشن :** سبب تقویت هوش درمان بیماریهای عفونی و ضعف آرامش بخش دردهای عضلانی ....

**آفتاب گردان :** رفع بوی و سرفه و درد مفاصل سیاتیک و نقرض تقویت معده و کبد ...

**اسپند :** ضد عفونی کننده رفع امراض کبد و سل، استسقا و سیاتیک .....

**اسفناج :** ناراحتیهای ریوی درمان یرقان و گواتر و ویتامین فراوان .....

**اوکالپتوس :** اسهالهای مزمن، درمان بیماری قند، زکام و شستشوی زخمهای چرکین ....

**بابونه :** رفع سوء هاضمه، ضعف اعصاب و میگرن ضد عفونی کننده و فراری دهنده حشرات ...

همچنین: تورم معده، روماتیسم، ضد تشنج .

**بنفشه :** معالجه سرطان، درمان بیماریهای عفونی، تسکین درد میگرن ....

**بابا آدم :** تصفیه کننده ی خون، درمان کننده ی سرخک، مخملک، آنژین ....

**پامچال :** تنگی نفس، سایه سرفه، ذات الریه، هیستری و میگرن .....

همچنین: ضد عارضه هایی چون تشنج، فشارهای عصبی، اختلالات کلیوی و ایجاد خلط .

**پنبه :** بیماریهای قلب و عروق، زیاد شدن عق و هوش برای زنان شیرده ....

**کدو :** جهت معالجه قند و چربی خون – ملین معرق، سوزش ادرار و بواسیر .....

**چای :** گشاد کننده ی عرق، مقوی مغز، ضد عفونی کننده و بوبر .....

**زیتون :** تقویت معده و می سر و برطرف کننده شوره سر، خارش و سوزش چشم

**گزنه :** جهت اسهال و استفراغ قاطع و جهت زخمهای سرطانی نافع، رفع ریزش مو

همچنین: ضد مسایلی چون خونریزی، مرض قند، افسردگی، اختلالات گوارشی .

## آویشن [ Thyme ] :

سبب تقویت هوش درمان بیماریهای عفونی و ضعف آرامش بخش دردهای عضلانی. آویشن یا سرپوله گیاهی است دارویی از تیره نعناعیان. نام فارسی آویشن می باشد که در غرب به آن آذر و به ترکی به آن کلیک اوتر می گویند.

بوته ای کوتاه و پرشاخه است که شاخه های علفی آن پوشیده از برگهای نازک می باشد. از بغل این برگها در قسم فوقانی ساقه گل‌های سفید ریزی بطور چتری سبز می شوند. تمام اندامها ی این گیاه معطر است. محل رویش اولیه آن منطقه مدیترانه بوده و در حال حاضر در باغها و مزارع کشت می شود. مصریهای قدیم از اسانس آویشن برای مومیایی کردن مردگان خود استفاده می کردند. در آویشن مواد چرب، مواد رنگی، رزین، یک ماده تلخ، منگنز فراوان و ویتامینهای A و B و E وجود دارد همچنین دارای اسانس موسوم به اسانس سرپوله می باشد که یک ماده ضد عفونی کننده قوی است. خواص درمانی این گیاه عبارتند از: دشمن سم است و جریان خون را از سموم پاک می کند. آویشن اعمال اعضای جنسی و تناسلی را در بدن تحریک و تقویت می کند و سبب تقویت هوش و قوه ادراک می گردد. در درمان بیماریهای عفونی، ضعف معده، تشنج و میگرن مجرب است. در درمان بیماریهای کبد فوق العاده موثر است و می تواند جوشانده رقیق آن را جانشین چای ساخت. ماساژ پوست سر با جوشانده آویشن از ریزش مو جلوگیری کرده و مداومت بر این کار باعث رویش مجدد آن می گردد. حمام با جوشانده آویشن دردهای عضلانی، مفاصل و روماتیسم را تسکین می دهد نوشیدن جوشانده آویشن انگل‌های دستگاه گوارشی را از بین می برد.

### آفتاب گردان [Flea Wort]:

رفع بوی و سرفه و درد مفاصل سیاتیک و نقرس تقویت معده و کبد. آفتاب گردان که به نامهای آذریون و آفتاب پرست نیز معروف است گیاهی از تیره کاسنی می باشد. گیاهی با ساقه های بلند راست و شاخه دار است. این گیاه را جهت استفاده های روغنی علفه ای و تزئینی تقریباً در تمام دنیا می کارند. وطن اصلی این گیاه آمریکای شمالی است. دانه هایش به سبب روغنی که در آن موجود است دارای ارزش اقتصادی و دارویی می باشد. از تخم آفتابگردان روغنی تهیه می شود که حاوی ماده ای بنام سرلوتین است. بعضی خواص درمانی این گیاه به شرح زیر است: جوشانده تخم آفتابگردان اختلالات ریوی و سرفه را درمان می کند و جهت سرماخوردگی و گلودرد بسیار نافع است. ضماد برگ آفتاب گردان درد مفاصل، سیاتیک و نقرس را تسکین می دهد. جهت تقویت معده، کبد، رفع قولنج و یرقان اثر شفا بخش دارد. ریشه اش دارای هورمون جنسی است بطوری که ضماد آن به ناحیه کمر باعث تحریک قوای جنسی می شود. خوردن تخمه ی آفتاب گردان قوه را تحریک نموده، سبب درمان بیماری گال می گردد. این گیاه حشرات را فراری می دهد تا جائیکه مگس هرگز بر روی گل آفتاب گردان نمی نشیند.

### اسپند [Harme]:

ضد عفونی کننده رفع امراض کبد و سل، استسفاء و سیاتیک گیاه اسپند از تیره سداب می باشد. اسپند با اسپند که در زبان عربی حرمل نامیده می شود همان دانه هایی سیاهی است که در خنچه عقد می نشیند و برای رفع چشم زخم آن را در آتش می ریزند تا چشم خود را ترکانده باشند در تمام نواحی ایران به شچم می خورد و فراوان است. دانه، اسپند دارای آلكالوئیدهایی به اسم هارمالینو هارمالین و هارمالون می باشد. بعضی از خواص آن به شرح زیر است: اسپند خاصیت ضد عفونی کننده دارد و دود آن میکروبهای موجود در هوا را از بین می برد جوشانده ریشه اش عفونت های پوستی را معالجه می کند. مصرف دانه های اسپند شب ادراری و سرعت اترال را دفع می کند. اگر با کمی محلول جوشانده ی اسپند چشم را شستشو دهند قرمزی و پرخونی چشم را درمان نوشیدن جوشانده اسپند کرمهای دستگاه

گوارش را دفع می کند. برای رفع استسقاء و سیاتیک سودمند است به طوری که اگر مداومت بخوردن آن کنند پس از مدتی بیماری سیاتیک را شفا بخشد.

## اسفناج [Spinage] :

ناراحتیهای ریوی، درمان یرقان و گواتر و ویتامین فراوان دارد. اسفناج یک گیاه اصیل ایرانیست که اعراب بعد از غلبه بر ایران آن را با خود بردند و پس از آن به اروپا رفت و در آن جا کشت اسفناج معمول شد. در بسیاری از کشورهای اروپایی نامش را اسپناج گرفته و با کمی تغییر تلفظ می کنند. از جمله سبزیجات معتدل است و با هر مزاجی سازگار می باشد. سرشار از ویتامین های A و B1 و B2 و C است و همچنین دارای مقدار زیادی آهن است و از این نظر هیچ سبزی دیگری به مرتبه ی اسفناج نمی رسد. خواص درمانی اسفناج عبارتند از : اسفناج ناراحتیهای ریوی را از قبیل سرفه، آسم، و سرماخوردگی را درمان می کند. مداومت بر خوردن آن باعث نیکویی رنگ صورت می شود. باعث تشدید حرکات دودی شکل روده می شود. و از این طریق یبوست را درمان نموده، هضم و جذب غذا را تسریع می بخشد. به سبب وجود املاح معدنی و ویتامیل سبب رشد بافت استخوانی مس شود. به علت وجود آهن بیماری کم خونی را درمان نموده و کم خونی کودکان و دختران جوان را رفع می کند. همچنین باعث افزایش شیر زنان شیرده می شود و اختلالات قاعدگی را بهبود می بخشد. عصاره اسفناج توأم با شکر جهت در مان یرقان بسیار مؤثر است. اسفناج رعشه را معالجه می کند و برای نرم کردن غشاء معده و روده ها مفید است و بوی بد دهان را رفع می کند.

اگر برگهای اسفناج را در روغن زیتون بپزند و بر روی زخمها قرار دهند زخمهای سخت را التیام می بخشد اصفناج دارای ید فراوان است و به همین علت گواتر را درمان می کند.

## اوکالیپتوس [Eucalyptus] :

اسهالهای مزمن، درمان بیماری قند، زکام و شستشوی زخمهای چرکین. نام درختیست که به آن کافور هم می گویند. این درخت از تیره موز می باشد. اوکالیپتوس درختی است بسیار زیبا که در نواحی مدیترانه یافت می شود. همه اجزای آن شامل جوهری است مایع و زرد رنگ بابونه شبیه به کافور که در 170 درجه به جوش می آید و به علاوه مقدار متناسبی تانن در آن موجود است. اوکالیپتوس حاوی مواد رزینی، یک ماده تلخ و اسانس می باشد که به آن اسانس اوکالیپتوس می گویند و دارای موادی همچون آلوئیک و الیک، بوتیریک پینوکارئول، اودسمول، الکل اتیلیک و غیره می باشد. برخی خواص درمانی این گیاه پر ارزش عبارتند از: مصرف دم کرده آن اسهالهای مزمن را درمان می کند. در درمان بیماری قند موثر بوده و قند خون را کاهش می دهد. بخور برگ اوکالیپتوس زکام، آبریزش بینی و تنگی نفس را درمان می نماید. جویدن برگ این گیاه لثه را محکم نگه می گرداند و بوی بد دهان را زایل می کند. محلول جوشانده غلیظ برگش جهت شستشوی زخمهای چرکین تجویز می شود. برگهای او کالیپتوس یک ضد عفونی کننده قوی هستند و از رشد په آنوفل ناقل مالاریا جلوگیری می کنند.

## بابونه [Chamomille] :

رفع سوء هاضمه، ضعف اعصاب و میگرن ضد عفونی کننده و فراری دهنده حشرات گیاه بابونه که به نامهای بابونج و گل گلو چشم نیز معروف است گیاهی از تیره کاسنی می باشد. گیاهی علفی، سالانه با ساقه بلند که برگهای بسیار منقسم داشته و گلها در رأس ساقه و شاخه ها قرار دارد. این گیاه در نقاط مختلف اروپا، آسیا و امریکای شمالی می روید. نوع اصلاح شده آن بخاطر خواص دارویی کشت می شود. از گل بابونه اسانسی گرفته می شود که از آزلن، یک نوع الکل به اسم کامومیلول اترهای کاپربلیک و مواد تلخ ترکیب یافته است. خواص دارویی و درمانی این گیاه عبارتند از: موی اعصاب مدرو با قوت. چنانچه گل بابونه را دم کرده و بنوشند دستگاه گوارش را تقویت نموده، سوء هاضمه را معالجه می کند و ورم معده را از میان می برد همچنین اختلالات ریوی را درمان می کند. نوشیدن جوشانده برگ بابونه مقوی اعصاب و شهوت بوده، ضد سم و مدر است و شیر زنان شیرده را افزایش می دهد. مصرف این جوشانده جهت مبتلایان به ضعف اعصاب و میگرن اثر شفا بخش دارد. خوردن ریشه او توأم با عسل و شراب حلال، محرک و مقوی قوه باه است. افرادی که مایلند موی سرشان برنگ طلایی در آید باید با جوشانده بابونه موی سر خود را شستشو و ماساژ دهند. چنانچه برگ و گل بابونه را با مقداری آب در اطاق بجوشانند هوا را ضد عفونی کرده و حشرات را فراری می دهد.

### بنفشه [Violet]:

معالجه سرطان – درمان بیماریهای عفونی، تسکین درد میگرن. گیاهیست با گلهای بنفش که بنفشه معطر هم گفته می شود. تیره این گیاه بنفشه می باشد. گیاهی علفی با جوانه های ریشه دار بلند است. برگهای آن دارای دم برگ بلند و پهنک برگه به شکل قلب هستند. این گیاه از قدیمی ترین گیاهان دارویی است که از آن برای مداوای ورم ها و صرع استفاده می کرده اند. بنفشه از اسید سالیسیلیک، موسیلاژ، و یولین و اسانس ترکیب یافته است. خواص درمانی این گیاه دارویی به شرح زیر می باشد: این گیاه در معالجه سرطان اثر قابل توجهی دارد. تسکین دهنده تندی خون و عطش است و جهت رفع سرفه و خشونت سینه و حلق بسیار مفید می باشد.

جوشانده این گیاه درمان کننده بیماریهای عفونی و بیماریهای دهان و دندان است. مصرف دم کرده بنفشه اختلالات دستگاه گوارش و یبوست را معالجه می نماید. برای تسکین درد میگرن مالیدن روغن بنفشه بر پیشانی توصیه می گردد. برگ این گیاه دارای اثر نرم کنندگی بوده و اگر آن را با روغن مخلوط کرده بر پوست بمالند آن را نرم و لطیف می نماید. ضماد روغن بنفشه از ریزش موی سر جلوگیری می کند. جهت التیام درد سینه و سرفه های خشک مالیدن روغن بنفشه بر سینه اثر شفا بخش دارد.

### بابا آدم [Burduck Root]:

تصفیه کننده خون، درمان کننده سرخک، مخملک، آنژین ... گیاه بابا آدم یا باردان گیاهی از تیره کاسنی است. گیاهی است علفی با ریشه ای دوکی شکل و قهوه ای رنگ. در سال اول بوته ای با برگهای بزرگ و سال دوم ساقه بلندی که دارای برجستگی هایی بوده و برگهایی متناوبی دارد می دهد. گل آذین آن گرد و به رنگ قرمز و بنفش است که انتهای ساقه و شاخه ظاهر می شود. این گیاه در اطراف نقاط مسکونی، در خارابه ها و میان خارها می روید در قدیم از آن به عنوان مدر و تصفیه کننده خون و بر ضد بیماریهای جهاز تناسلی زنان بکار می رفته است. گیاه بابا آدم حاوی موادی همچون لاپوزند، پتاسیم، مواد چرب و رزین های مختلف می باشد. خواص درمانی آن به شرح زیر می باشد: مدر، تصفیه کننده خون و دفع کننده سموم بدن است. ادراک آور است و از این طریق سبب دفع آب زیادی جمع شده در بدن

می شود. جهت تسکین دردهای مفصله ی، نقرس و روماتیسم می بایست ضماد این گیاه را بکار برد گیاه بابا آدم بیماریهای سرخک، مخملک و آنژین را درمان می کند. برای تقویت پوست سر و جلوگیری از ریزش مو توصیه می شود با جوشانده غلیظ این گیاه پوست سر را ماساژ دهند.

## پامچال [Cowslir] :

تنگی نفس، سیاه سرفه، ذات الریه، هیستری و میگرن نام دیگر آن گل نرروز است این گیاه از تیره پامچال می باشد. نام عربی آن زهرالربیع است. گیاهی علفی با بوته ای برگ دار و تنه ای کوتاه و پر از ریشه های کوچک است. در اوایل بهار خوشه ای از گل‌های زرد دورنوک یک شاخه بدون برگ می روید این گیاه در مراتع و جنگلهای آسیا و اروپا می روید. پامچال در باغها چه به صورت خودرو یا کشت شده وجود دارد. در بعضی از کشورها این گیاه مورد حفاظت قرار گرفته است. خواص درمانی آن بشرح زیر است : یک گیاه داروئی مؤثر در معالجه بیماریهای عصبی، تنفسی، کلیوی و خونی است.

تب بر است و حالت تهوع را بر طرف می کند این گیاه داروی ضد تشنج است و حالات تند عصبی را رفع می کند. مصرف جوشانده ریشه پامچال اختلالات تنفسی را از قبیل تنگی نفس، سیاه سرفه و ذات الریه را معالجه می کند. جهت درمان هیستری تشنج، میگرن و لرزش اندامها، جوشانده گل پامچال توصیه می گردد.

## پنبه [Cotton] :

بیماریهای قلب و عروق، زیاد شدن عقل و هوش برای زنان شیرده ... گیاه داروئی از تیره پنبه می باشد. که بجز مصرف دراوئی از آن در بافت پارچه استفاده می شود. ترکی آن پنبوق است و اعراب به آن قملن می گویند. گیاه پنبه به ارتفاع 0/5 الی 1/5 متر است برگهای این گیاه پنجه ای و دارای 3 تا 5 بریدگی تیز است. سطح برگهای پنبه پوشیده از کرک است. گل‌هایش دارای رنگ زرد روشن و لکه های ارغوانی است. میوه پنبه غوزه نام دارد و دارای جدار خشک و 3 تا 5 خانه است. خواص درمانی آن عبارتنداز : تب بر است و از بروز بیماریهای قلب و عروق جلوگیری می کند. قوای جنسی را تقویت می نماید و جهت زیاد شدن نطفه مردان داروئی بی نظیر است. جوشانده ریشه پنبه قاعده آور است. و سیکل قاعدگی زنان را تنظیم می کند. نوشیدن جوشانده شکوفه پنبه سبب نشاط و شادی می شود. داروسازان سنتی ایران را عقیده بر آن بود که مصرف جوشانده این گیاه عقل و هوش را زیاد می کند. ضماد شکوفه و برگش همراه با پنبه سوخته ورمها را فرو می برد و از تاول زدن پس از سوختگی جلوگیری می نماید. مغز دانه های پنبه برای زنان شیرده بسیار مفید است و باعث افزایش شیر آنان می گردد. چنانچه زخمهای گود شده از پنبه سوخته پر کنند چرک آنان را جذب کرده و زخم را خشک می کند. پزشکان قدیمی ایران به تن کردن البسه پنبه ای جهت سلامتی جسم و روح مفید می دانستند.

## کدو [Squash] :

جهت معالجه قند و چربی خون، ملین معرق، سوزش ادرار و بواسیر ..... کدوی سبز میوه گیاهی از تیره کدومی باشد. قرع نان عربی کدو است. گیاهی یک ساله و پرورشی است که دارای ساقه خزنده می باشد و طول آن تا پنج متر

می رسد برگهایش به شکل قلب و دندانه دار است. موطن اصلی این گیاه آمریکای مرکزی بوده که از آنجا به تمام نقاط دنیا گسترده شد. امروزه انواع مختلف آن را برای مصارف غذایی، علفه ای و به عنوان روغن دار می کارند. کدو حاوی پروتئین، چربی، قند، کلسیم، آهن، و ویتامینهای A-B1-B2-PP کدو دارای خواص درمانی به شرح زیر می باشد:

ملین، معرق، مرز، مقوی معده و کبد و مرهم زخمها و جراحات است. دستگاه گوارش را تقویت کرده و ناراحتیهای کلیه و مثانه را رفع می کند. سوخته پوست کدو سبز خونریزی را قطع نموده، درد و سوزش ناشی از جراحات را تسکین می دهد. تخم کدو جهت مداوای اختلالات کلیه و سوزش ادرار و زخم معده و سرفه های مزمن و خشونت سینه و بی خوابی تجویز می گردد. جهت معالجه مرض قند و چربی خون کافیت آب نوع مسمایی گرفته رویش کمی آب لیمو ریخته و روزی یک لیوان بنوشند. استشمام و چکاندن آب کدو و چنانچه به صورت خام فشرده شود در بینی و گوش برای رفع سردرد، سرسام، هذیان و بی خوابی نافع است.

خوردن پوست خشک شده کدو برای بواسیر و خونریزی معده و سینه سودمند است و پاشیدن کوبیده اش در محل بریدگی و زخم از خونریزی جلوگیری می کند.

## چای [Tea]:

گشاد کننده عروق، مقوی مغز و ضد عفونی کننده و بوبر ..... برگ گیاهی به همین نام و تیره چای می باشد. این گیاه به صورت خودرو ممکن است درختی به بلندی 10 متر را بوجود آورده اما به این دلیل که جوانه هایش را هر سال می چینند، نوع پرورشی آن بیش از دو متر بلند نمی شود. چای بومی هندوستان و چین است. چای در قرن سیزدهم میلادی برای اولین بار توسط مارکوپولو سیاح ونیزی به اروپا وارد شد. مدتها به دلیل گذانی کمیاب بود و در ردیف مشروبات لوکس طبقات بالای جامعه اروپا و اشراف بوده است. در ایران هم تخم چای توسط کاشف السلطنه از چین به ایران وارد شد و در سواحل دریای خزر که دارای خاک غیرآهکی است و از نظر خاک تا اندازه ای درجه حرارت مناسب چای می باشد کاشته شد. چای حاوی عناصر و موادی مانند آب ماده ازته مواد چرب و تانن و کافئین و اسید اکسالیک و کسانتیک و اسانس معطر و املاح معدنی و یک اکسید از به اسم تناز وجود دارد. خواص داروئی: گیاهی محرک و در عین حال آرامش بخش و گشاد کننده عروق و هضم کننده غذا است. مقوی مغز و معده و قوه پا است و ادرار را زیاد می کند. به علت داشتن عنصر فلئوئور دندان و استخوانها را تقویت نموده و از پوسیدگی دندان جلوگیری می کند. نوشیدن دم کرده چای به شخص آرامش داده و حالت نمادی را برطرف می کند و باعث تقویت سیستم عصبی و فکری می شود. به سبب عامل ضد عفونی شدن و تقویت بصر می شود. خاصیت بوبری و بوی بد دهان را که در اثر خوردن سیر یا پیاز به وجود می آید رفع می کند. مصرف مداوم آن موجب اعتیاد و باعث عوارضی همچون یبوست، کم شدن اشتها و بی خوابی و عصبانیت و پیری زود رس می گردد.

## زیتون [Olive]:

تقویت معده و موس سر و برطرف کننده شوره سر و خارش و سوزش چشم .... زیتون میوه خوراکی درخت زیتون از تیره زیتون است. ارتفاع درخت زیتون معمولاً بین 7 تا 8 متر و محیط تنه اش به 3 تا 4 متر می رسد برگهایش دائمی و متقابل و بیضون و دراز و نوک تیز و چرب و چرمی شکل است. زیتون درختی است همیشه سبز با عمر طولانی که گاه بالغ بر 1000 تا 2000 سال می شود. در مورد زادگاه اولیه این درخت عقاید متفاوتی وجود دارد. بعضی معتقدند ایتالیا

موطن اصلی این درخت است و از آنچه به ایران رسیده است. خواص درمانی زیتون عبارتند از : ملین مزاج و مقوی دستگاه گوارش است و یبوست های طولانی و گرفتگی روده را معالجه می نماید. مصرف خیسانده زیتون در آب و نمک که به زیتون پروده معروف است معده را تقویت نموده و باعث زیاد شدن اشتها و هضم آسان غذا خواهد شد. ماساژ پوست سر با روغن زیتون پوست و موی سر را تقویت کرده و شوره سر را بر طرف می کند و به علت داشتن عنصر منگنز سبب سیاه شدن موهای سفید می شود. کسانی که مبتلا به خارش و سوزش چشم هستند با ریختن چند قطره از روغن زیتون در چشم خود این عارضه را درمان نموده و قوه بینایی خود را تقویت می کنند.

## گزنه [Mettle] :

جهت اسهال و استفراغ قاطع و جهت زخمهای سرطانی نافع و رفع ریزش مو ... گزنه گیاهی داروئی متعلق به تیره گزنه می باشد. گیاهی علفی با ساقه منشعب است. ساقه های آن راست بوده و دارای مقطع چهارگوش هستند برگهای آن به طور متقابل و دو به دو قرار گرفته اند.

تمام گیاه پوشیده از کرکهای گزنه ای است که در صورت تماس شکسته شده و محتویات خود را روی محل تماس می ریزند. این مواد سبب تحریک و ایجاد کیسه های خارش روی پوست می شوند. این گیاه در خار و خاشاک و باغها روییده و علف سرسختی است. گزنه دارای خواص در مانی به شرح زیر است : تصفیه کننده خون و کاهش دهنده قند خون است و کم خونی و روماتیسم را درمان می کند. گزنه کلیدها را فعال کرده و سبب رفع ناراحتیهای مجاری ادراری می گردد. جوشانده برگ و ساقه گزنه جهت اسهال و استفراغ اثر قاطع دارد و ضعف معده را در قبال هضم بر طرف کرده به روده در جذب غذا کمک می کند. پاشیدن تخم و برگ خشک شده اش جهت درمان زخمهای سرطانی و خورده نافع است. مضمضه جوشانده گزنه جهت تقویت لثه و غرغره با آن برای ورم لوزه و ورم زبان کوچک سودمند است. چنانچه ریشه گزنه را در الکل شصت درجه بخیسانید و آن را پانزده روز در آفتاب قرار دهند سپس صاف کنند مایعی بدست می آید که اگر سه قاشق آنرا با آب مخلوط کرده و بر سر بمالید در رفع ریزش مو فوق العاده مؤثر است.