

خبر

- ۳ - اخبار دانشگاه
- ۱۵ - اخبار دانشجویی - فرهنگی

گزارش

- ۲۰ - برگزاری همایش "از کتابداری تا دانش شناسی" در دانشکده علوم تربیتی
- ۲۱ - گزارش سفر علمی دانشجویان کارشناسی ارشد جغرافیای سیاسی
- ۲۲ - معرفی گیاه خرفه
- ۲۳ - گزارش حضور بسیجیان حفاظت فیزیکی دانشگاه در کاروان رکابزنی جاده ولایت

مصاحبه

- ۲۴ - گفتگو با ربه اول رشته دعاخوانی بیست و هفتمین جشنواره دانشجویان کشور

گوناگون

- ۲۶ - به مناسبت ۱۴ مهر ماه روز دامپزشکی
- ۲۷ - به مناسبت ۲۰ مهر ماه روز کاهش اثرات بلایای طبیعی
- ۲۸ - نگاهی به سیره و زندگی امام جواد (ع)
- ۲۹ - سفر به روستای آبگرم
- ۳۰ - آبان ماه در یک نگاه
- ۳۱ - انتصاب و ابقاء
- ۳۲ - ارتقا
- ۳۳ - بازنشستگان
- ۳۴ - تسلیت

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

پیک دانشگاه

پیک دانشگاه - شماره ۱۲۷ مهر ۹۱

صاحب امتیاز: روابط عمومی دانشگاه فردوسی مشهد  
زیر نظر: دکتر سید حسین سیدموسوی مدیر دفتر ریاست و  
روابط عمومی دانشگاه

تنظیم و تدوین: صدیقه عشقی

گرافیک: محمد یعقوبی

همکاران این شماره: محمد علی عبدی زاده، ماشاءاله فیضی  
معصومه کربلایی، الهام محمدی و جواد روحانی نژاد

رابطان خبری: محمد آمار - داود اسدیان - شیرزاد امیری - سید محمد  
بینش - مجید پازوکی - حامد پژواک مقدم - حسن پرسا - اعظم جنتی فر  
زهرا جمشیدی - حسین حاجتمند - مسعود حکیمی - رضا دانایی -  
مهدی زرگران - احسان سالاری - منیر طاهری - حبیب اله غفوریان  
نصرتی - حسین فرمانی - غلامحسین نوعی

پیک دانشگاه در گزینش، ویرایش و خلاصه نمودن مطالب  
دریافتی آزاد است

نشانی: مشهد - میدان آزادی - پردیس دانشگاه - سازمان

مرکزی دانشگاه فردوسی مشهد

تلفن سازمان مرکزی: ۸۸۰۲۰۰۰

تلفن و نمابر روابط عمومی: ۸۳۶۰۳۰

کد پستی: ۹۱۷۷۹۴۸۹۷۴

نسخه الکترونیکی پیک را در بخش نشریات سایت دانشگاه  
فردوسی مشهد ببینید

پست الکترونیکی پیک دانشگاه: [rabet@staff.um.ac.ir](mailto:rabet@staff.um.ac.ir)





نگاه دوباره به علف‌هایی که هرزنیستند؛

### بازخوانی خواص چشمگیر گیاهان اطراف ما: خرفه

امروزه، دانشمندان بسیاری معتقدند که هر گیاهی ممکن است اثرهای مثبت و خواص دارویی داشته باشد؛ بنابراین، اطلاق "گیاهان دارویی" تنها برای دسته خاصی از گیاهان، ناشی از ناآگاهی و احاطه‌نداشتن ما به گستره حوزه شناخت و خواص گیاهان است. به گفته نظامی گنجوی:

نروید بر زمین هر گز گیاهی که نتوشته است بر برگش دوایی  
محققان پژوهشکده علوم گیاهی بر آن شدند تا با بهره‌گیری از تجربه بیش از سی سال مطالعه و تحقیق درباره گیاهان، به ویژه پوشش گیاهی استان‌های خراسان، بخشی از آگاهی‌های موجود را درباره گنجینه‌های گیاهی محیط اطراف‌مان در اختیار جامعه دانشگاهیان قرار دهند. نتایج حاصل از طرح جمع‌آوری و شناسایی گیاهان پردیس دانشگاه فردوسی مشهد به عنوان یکی از این مطالعات، نشان از غنای پوشش گیاهی پردیس دانشگاه داشت به نحوی که با کمی دقت در این پوشش، می‌توان نحوه رشد و نمو و ویژگی‌های بسیاری از گونه‌های گیاهی از جمله گیاهان دارویی را از نزدیک مشاهده کرد. یکی از همین گیاهان، خرفه است که در این بخش به معرفی اجمالی آن می‌پردازیم.

#### ۱- معرفی گیاه و زیستگاه آن

خرفه، گیاهی یکساله و خودرو است که معمولاً به صورت علف‌هرز در باغچه‌ها و باغ‌ها، فضاهای سبز شهری و بوستان‌ها می‌روید. به دلیل نیاز آبی زیاد و جذب فراوان آب، ساقه‌ها و برگ‌های گوشتی و پُرآبی دارد. گل‌های این گیاه، کوچک و زردرنگ و تخم‌های آن بسیار ریز، انبوه و سیاه‌رنگ است. نام علمی آن *Portulaca oleracea* و تیره آن نیز خرفه است. این گیاه به سرما حساس است و در پردیس دانشگاه فردوسی مشهد به فراوانی می‌روید.

#### ۲- ترکیبات شیمیایی

خرفه دارای مواد معدنی مانند آلومینیم، آهن، پتاسیم، سدیم، کلسیم، فسفر و منگنز است. وجود پروتئین، چربی، مواد قندی و انواع ویتامین‌های A، B و C، نیز بر ارزش غذایی آن افزوده است.

#### ۳- خواص و کاربردها

از دیدگاه طب سنتی، طبیعت خرفه بسیار سرد و تر است. این گیاه، قابض، مُدر و صفرابر است. استفاده از خرفه برای شهرنشین‌های امروزی که عمدتاً به غلظت خون مبتلا هستند، بسیار مفید است؛ چرا که حرارت خون، کبد و معده را تعدیل کرده و در کاهش شدت تب‌های گرم و صفراوی مؤثر است. مصرف این گیاه، سبب تسکین عطش و نیز کنترل ترشح ادرار بیماران دیابتی می‌شود و نیز سردردهای گرم را رفع می‌کند. از دیگر خواص این گیاه، می‌توان به اثر قطع‌کنندگی خونریزی‌های داخلی و سطحی بدن و نیز خردکنندگی سنگ‌های مثانه اشاره کرد. همچنین برای رفع سوزش مجاری تنفسی، تناسلی، ادراری و گوارشی از جمله سوزش ناشی از بواسیر نیز استفاده می‌شود. مصرف تازه این گیاه برای درمان بیماری اسکوربوت (کمبود ویتامین C)، بسیار سودمند است. از آنجا که مصرف آن به شکل تازه‌خوری، مانع تشکیل سنگ‌های صفراوی شده و در رفع و دفع سنگ‌های کیسه صفرا بسیار مؤثر است، افراد گرم‌مزاج و صفراوی به خصوص در فصول گرم حتماً باید مصرف تازه آن را در رژیم غذایی خود بگنجانند. لِهیده برگ تازه خرفه همانند آلونهورا، برای التیام و تسکین زخم‌های ناشی از انواع سوختگی، بسیار مفید است. همچنین پانسمان زخم‌ها و ورم‌ها با لِه‌شده برگ تازه خرفه موجب التیام و بهبود آن‌ها می‌شود. تخم خرفه نیز مانند گیاه خرفه، تصفیه‌کننده خون و رفع‌کننده التهابات داخلی و سرفه است. همچنین تشنگی و انواع اسهال را از بین برده و ضد اسکوربوت است.

#### ۴- روش مصرف

خرفه تازه را به صورت سالاد، کوکو و آش استفاده می‌کنند. خشک‌شده برگ آن نیز به شکل دم‌کرده، قابل مصرف است. تخم خرفه در طب سنتی کاملاً شناخته شده است و آن را به منظور تزئین در پخت نان برنجی به کار می‌برند. از آنجا که آرد برنج پخته شده تشنگی می‌آورد، با بهره‌گیری از تخم خرفه، اثرات این تشنگی را کم می‌کنند.

#### ۵- احتیاط

افراد سردمزاج و بانوان باردار باید از خوردن خرفه خودداری کنند. محمدرضا جوهرچی؛ عضو هیات علمی بازنشسته گروه پژوهشی گیاه‌شناسی پژوهشکده علوم گیاهی

حسن پُرسا؛ کارشناس ارشد پژوهشی، پژوهشکده علوم گیاهی، porsa@um.ac.ir