

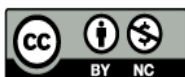
Ethnopharmacological Documentation of Koma (*Ferula* spp.) and Its Traditional Medicinal Uses in Sheshtamad, Razavi Khorasan, Iran

Mosareza Gharbi^{1,2}  | Fariba Sedighi³

1. Corresponding Author, Department of Social Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran. E-mail: mr.gharbi@hsu.ac.ir
2. Ethnobiology Core, Research Center for Geographical Sciences and Social Studies, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.
3. Department of Anthropology, Faculty of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran. E-mail: Seddighi.fariba@yazd.ac.ir

Article Info	ABSTRACT
Article type Research Article	Objective: <i>Ferula</i> (Koma) is an important medicinal plant in Iran, particularly in the arid and semi-arid regions of Razavi Khorasan Province. This study documented the indigenous knowledge and traditional medicinal uses of Koma in Sheshtamad County.
Article history Received: 2 November 2025 Revised: 11 December 2025 Accepted: 13 December 2025 Published: 22 December 2025	Methods: An ethnographic approach was employed using semi-structured interviews, participant observation, and focus group discussions in several villages of Sheshtamad County. Data were collected from 47 participants and analyzed qualitatively.
Keywords Ethnopharmacology Indigenous Knowledge Koma (<i>Ferula</i> spp.) Sheshtamad	Results: The study documented the medicinal uses of four Koma species. Traditional preparation methods included facilitating techniques such as burying in hot ash, forming into small pellets, and mixing with yogurt, as well as therapeutic methods including heating, frying in animal fat, and preparing topical ointments. According to local knowledge, Koma is used to treat ailments associated with the traditional concept of "cold temperament," including Lakhchak, Nimbolghareh, and sexual weakness. It is also widely used for gastrointestinal disorders, including diarrhea, indigestion, and acid reflux, as well as physical injuries such as cracked hands and feet, bruises, and infected wounds.
	Conclusion: Indigenous knowledge of Koma in Sheshtamad reflects a close relationship between local communities and their environment. Documenting this knowledge is essential for preserving cultural heritage and supporting future pharmacological research and the sustainable use of <i>Ferula</i> species.

Cite this article: Gharbi, M., & Sedighi, F. (2025). Ethnopharmacological documentation of Koma (*Ferula* spp.) and its traditional medicinal uses in Sheshtamad, Razavi Khorasan, Iran. *Ethnobiology and Biodiversity Conservation*, 2(4), 73-95. <https://doi.org/10.22091/ethc.2026.13427.1065>



©The Author(s).

DOI: <https://doi.org/10.22091/ethc.2026.13427.1065>

Publisher: University of Qom

ثبت اتنوفارماکولوژیک گیاه کما و روش‌های سنتی مصرف دارویی آن در ششتمد، خراسان رضوی

موسی‌الرضا غربی^۱، فریبا صدیقی^۲

۱- نویسنده مسئول، گروه علوم اجتماعی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران. Mr.gharbi@hsu.ac.ir

۲- هسته میان رشته‌ای زیست قوم‌شناسی، مرکز پژوهشی علوم جغرافیایی و مطالعات اجتماعی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

۳- گروه مردم‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد. Seddighi.fariba@yazd.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله

پژوهشی

تاریخچه

دریافت: ۱۴۰۴/۰۸/۱۱

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۲۰

پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۲۲

انتشار: ۱۴۰۴/۱۰/۰۱

کلیدواژه‌ها

اتنوفارماکولوژی

دانش بومی

ششتمد

گیاه کما

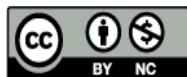
هدف: گیاه کما از گیاهان دارویی مهم در ایران است که به‌ویژه در مناطق خشک و نیمه‌خشک مانند خراسان رضوی رویش دارد. این مطالعه به بررسی دانش بومی و روش‌های سنتی استفاده دارویی از این گیاه در شهرستان ششتمد واقع در استان خراسان رضوی می‌پردازد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش با رویکرد مردم‌نگاری و با استفاده از ابزارهای مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، مشاهده مشارکتی و گروه‌های متمرکز در روستاهای مختلف ششتمد انجام شد. داده‌ها از ۴۷ مشارکت‌کننده جمع‌آوری و به‌روش کیفی تحلیل شدند.

نتایج: مطالعه حاضر متمرکز بر کاربردهای دارویی چهار گونه گیاه کما در شهرستان ششتمد است. روش‌های سنتی مصرف دارویی شامل شیوه‌های سهولت‌بخش (کپه کردن، حبه کردن، ترکیب با ماست) و شیوه‌های اثربخش (حرارت دادن، پیاده‌داری، مرهم) است. بر مبنای دانش بومی ششتمد، گیاه کما در درمان ناخوشی‌های ناشی از سردی مزاج (الخچک، نیمبولغره، ناتوانی جنسی)، اختلالات گوارشی (شکم‌روا، تخمه، ترش کردن) و آسیب‌های بدنی (ترک دست و پا، کوفتگی، زخم چرک‌کرده) کاربرد دارد.

نتیجه‌گیری: دانش بومی ششتمد در مورد گیاه کما نشان‌دهنده تعامل عمیق انسان و محیط است. این مطالعه بر ضرورت مستندسازی و حفظ این دانش در مواجهه با تغییرات فرهنگی و اکولوژیک تأکید دارد. همچنین، پژوهش‌های آینده می‌توانند بر ارزیابی علمی خواص فارماکولوژیک و بهره‌برداری پایدار از این گیاه متمرکز شوند.

استناد: غربی، موسی‌الرضا؛ و صدیقی، فریبا (۱۴۰۴). ثبت اتنوفارماکولوژیک گیاه کما و روش‌های سنتی مصرف دارویی آن در ششتمد، خراسان رضوی. زیست قوم‌شناسی و حفاظت تنوع زیستی، ۲(۴)، ۷۳-۹۵. <https://doi.org/10.22091/ethc.2026.13427.1065>



مقدمه

از دیرباز، انسان‌ها از لحاظ زیستی- فرهنگی رابطه‌ای بسیار غنی با جهان گیاهی اطراف خود داشته‌اند (Fakouhi, 2006). بخشی از این ارتباط به شناخت گیاهان دارویی و نقش آن‌ها در حفظ سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها و درمان آن‌ها مربوط می‌شود (Lavari et al., 2017). امروزه، با وجود پیشرفت‌های چشمگیر پزشکی نوین، استفاده از گیاهان دارویی در سراسر جهان روندی رو به افزایش دارد. عواملی مانند نگرانی از عوارض جانبی برخی داروهای شیمیایی، افزایش هزینه‌های درمان، گرایش روزافزون به فرآورده‌های طبیعی و دسترسی نسبتاً آسان به گیاهان دارویی، از مهم‌ترین دلایل گسترش استفاده از این منابع درمانی به شمار می‌روند (Ekor, 2014).

تنوع اقلیمی و آب و هوایی ایران، که زمینه پیدایش گونه‌های گیاهی متنوع را فراهم آورده است، رابطه انسان و گیاه را در این جغرافیا تحت تأثیر قرار داده است. مطابق فلورهای جدید و با پیشرفت علم گیاه‌شناسی مدرن، تعداد گونه‌های شناخته‌شده در ایران هشت‌هزار گونه گزارش شده است (Mozaffarian, 2012). این تنوع گیاهی یکی از غنی‌ترین منابع طبیعی قابل استفاده از نظر درمانی و اقتصادی را برای ایرانیان فراهم آورده است. بنابراین، دور از انتظار نیست که ایرانیان، هزاران سال پیش از دوران گردآوری خوراک، در هر منطقه از ایران صدها نوع گیاه خوراکی را شناسایی کرده در رژیم غذایی خود قرار داده باشند. این موضوع حاکی از آن است که انسان ایرانی، به مدد غرایز، تجربه و انباشت فرهنگی، رفته رفته به خواص شگفت‌آور گیاهان پی برده و گنجینه عظیمی را در زمینه گیاه‌شناسی سنتی فراهم آورده است (Farhadi, 2006). درباره اهمیت گیاهان دارویی و طب گیاهی در ایران می‌توان به این نکته اشاره کرد که از میان هشت‌هزار گونه گیاهی موجود، حدود ۲۰۰ گونه دارای ارزش دارویی و اقتصادی هستند (Mozaffarian, 2012). با توجه به تنوع گونه‌های گیاهی دارویی، شناخت رابطه انسان-گیاه یکی از راه‌های اصلی شناخت چگونگی پدیدار شدن فرهنگ‌های انسانی و رشد و تکامل آن‌ها قلمداد می‌شود (Fakouhi, 2006).

با توجه به اهمیت ارتباط انسان-گیاه در شناخت فرهنگ انسانی، نقش گیاهان در درمان، و نیز تنوع فلور ایرانی، این مطالعه قصد دارد با تمرکز بر گیاه کما در شهرستان ششتمد، واقع در استان خراسان رضوی، نقش آن را در درمان بیماری‌ها و فرهنگ انسانی بررسی کند. پیش از این، Vaddadhir و همکاران (2016) در مقاله‌ای به اهمیت گیاه کما در تأمین مواد غذایی و تنوع غذایی در ششتمد پرداخته‌اند. نتایج آن مطالعه حاکی از آن است که مردم محلی برای حفظ این گونه گیاهی، به سازوکار نامقدس‌سازی آن دست زده‌اند (Vaddadhir et al., 2016). نگاه مردم ششتمد نشان‌دهنده اهمیت شناخت رابطه انسان-گیاه و رویکرد بومی در حفظ منابع محیطی است. با این حال، هنوز مطالعه‌ای مستقل در گیاه قوم‌شناسی درباره جنبه‌ها و کاربردهای سنتی گیاه کما در حوزه درمان انجام نشده است.

گیاه کما، گیاهی چند ساله و مونوکارپیک است؛ بدین معنا که در طول حیات خود فقط یک‌بار به گل می‌نشیند و پس از آن، اندام هوایی آن خشک می‌شود. در سال نخست زندگی، این گیاه فقط رشد رویشی دارد و برگ‌های قاعده‌ای تولید می‌کند. در سال پایانی زندگی، گیاه وارد مرحله رشد زایشی می‌شود و ساقه‌ای از آن ظاهر می‌گردد که گل و میوه بر روی آن تشکیل می‌شود. در همین سال، ریشه گیاه پوسیده و گیاه از بین می‌رود. این گیاه از خانواده چتریان و از جنس *Ferula* است. جنس *Ferula* نخستین بار در سال ۱۷۵۳ توسط گیاه‌شناسی به نام لینه شرح شده است (Mozaffarian, 2012).

جنس مذکور دارای گونه‌های متعددی است؛ به طوری که تا کنون بیش از ۱۳۰ گونه از این جنس در جهان و بیش از ۳۰ گونه از آن در ایران شناسایی شده است. در ایران ۳۳ گونه از این جنس وجود دارد که ۱۶ گونه آن انحصاری ایران است (Mozaffarian, 2020). همه گونه‌های این جنس با داشتن برگ‌های مرکب با بریدگی‌های فراوان و قطعاتی بزرگ یا بسیار کوچک با اشکال مختلف، گل آذین‌هایی با گل‌های بارور و عقیم به رنگ زرد تا سفید و بویی خوشایند تا بدبو شناخته می‌شوند (Mozaffarian, 2012).

گیاه کما به طور گسترده در مناطق خشک و نیمه خشک ایران، به ویژه در استان‌های خراسان رضوی، خراسان جنوبی، کرمان، سیستان و بلوچستان، فارس، یزد، اصفهان و سمنان، به صورت خودرو رشد می‌کند. این گیاه، با توجه به سازگاری با شرایط سخت اقلیمی، از اهمیت زیست محیطی و اقتصادی برخوردار است (Mohammadi and Aliha, 1989; Amooaghaie, 2006; Yousefi Sarhadi and Yeganeh Badrabadi, 2015).

مطالعات کیفی، به طور اعام و مردم‌نگاری، به طور خاص، بی‌نیاز از بررسی پژوهش‌های پیشین نیستند؛ به عبارتی دیگر، بررسی و مرور پژوهش‌های پیشین چشم‌اندازی جامع برای مطالعه فراهم می‌آورد همان‌گونه که استروس و کوربین مطرح می‌کنند، میان یک ذهن باز و یک ذهن خالی تفاوت وجود دارد (Dey, 1993). از این رو، مرور مطالعات پیشین، ذهنیت پژوهشگر را برای انجام مطالعه گسترش می‌دهد. در این چارچوب، این بخش به مرور دانسته‌های پیشین درباره موضوع مورد نظر اختصاص یافته است.

بر اساس بررسی حاضر، مطالعات پیشین در حوزه اتنوبوتانی یا گیاه‌قوم‌شناسی را می‌توان در پنج گروه دسته‌بندی کرد. گروه نخست، شامل مطالعاتی است که به بررسی یک گیاه خاص در منطقه‌ای مشخص پرداخته و موارد استفاده آن را در میان مردم همان منطقه بررسی کرده‌اند. گروه دوم، به مطالعاتی مربوط می‌شود که نقش گیاهان بومی را در مراقبت از دام‌های عشایر بررسی می‌کنند. گروه سوم، شامل پژوهش‌هایی است که تمامی گیاهان یک منطقه خاص را بررسی کرده و به شناسایی علمی و بومی آن‌ها می‌پردازند. گروه چهارم، به اهمیت گیاهان یک منطقه و نقش آن‌ها در تأمین خوراک مردم اشاره دارد. گروه پنجم نیز به کاربرد گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها می‌پردازد. در ادامه، تلاش می‌شود به صورت مختصر و گذرا به برخی از این آثار اشاره شود.

در مطالعات تک‌گیاهی، پژوهشگران کوشیده‌اند یک گونه خاص و جایگاه آن را در ادبیات شفاهی و باورهای مردم به طور عمیق بررسی کنند (Farhadi, 2026; Yousefvand et al., 2023; Karimian et al., 2017; Khaleghi et al., 2016; Komaki et al., 2015; Bazgir et al., 2015). برای نمونه، Farhadi (2026) در پژوهشی با عنوان «نگاهی گیاه‌مردم‌شناختی در قلمروی رویشی گیاه جی‌غال‌اسمک (جوغاسم) در ایران» به بررسی قلمروی رویشی این گیاه و جایگاه آن در ادبیات شفاهی، باورها و هنجارهای مردم در استان‌هایی همچون آذربایجان، کرمانشاه و لرستان پرداخته است.

همچنین، Yousefvand و همکاران (2023) در مطالعه‌ای با عنوان «مطالعه اتنوبوتانی گیاه گل میمونی، سازوئی و گاوزبان با استفاده از دانش سنتی» نشان داده‌اند که دامداران دارای دانش غنی درباره ویژگی‌های مورفولوژیکی و اکولوژیکی این گیاهان و اثرات درمانی آن‌ها هستند.

گروه دوم مطالعات گیاه‌مردم‌شناسی را می‌توان تحت عنوان «مطالعات با تأکید بر استفاده از گیاهان برای دام» دسته‌بندی کرد (Behmanesh et al., 2022). این گروه از مطالعات عموماً معطوف به بررسی شناخت گیاهان سمی و دارویی از دیدگاه بهره‌برداران دامی است. در این دسته، برای نمونه، می‌توان به مطالعه Behmanesh و همکاران (2022) با عنوان «دانش بومی گیاهان سمی و دارویی برای دام در بین بهره‌برداران ترکمن مراتع قشلاقی مراوه تپه، استان گلستان» اشاره کرد. پژوهشگران این مطالعه با مصاحبه با بهره‌برداران محلی، ۴۶ گیاه سمی و ۲۴ گیاه دارویی برای دام را شناسایی کرده‌اند. به باور عشایر، گیاهان سمی در ابتدای دوره رویش و در زمان سبز بودن، سمیت بیشتری دارند و گوسفند و گاو حساس‌ترین دام‌ها نسبت به این گیاهان هستند.

گروه دیگر از مطالعات در این زمینه را می‌توان تحت عنوان «مطالعات مردم‌نگارانه با تأکید بر همه گیاهان یک منطقه» صورت‌بندی کرد. این گروه از مطالعات عموماً به شناسایی طیف وسیعی از گونه‌های گیاهی در یک منطقه جغرافیایی خاص پرداخته‌اند (Hosseini et al., 2018; Bazgir and Pourhashemi, 2021; Amrollahi Jalalabadi et al., 2020; Kiasi et al., 2019; Alimirzaei et al., 2017; Razavi, 2015; Mirdeilami et al., 2014; Deifrahsh et al., 2014; Maghsoudi and Salehi, 2014; Maghsoudi and Parsapajouh, 2011; Farhadi, 2006). در این دسته از پژوهش‌ها معمولاً بر تنوع گونه‌ای و کاربردهای چندمنظوره گیاهان تمرکز شده است. برای مثال Hosseini و همکاران (2018) در مطالعه‌ای با عنوان «دانش بومی گیاهان دارویی کوهستان و دهستان آبدر سندر» ۲۰۰ گونه دارویی متعلق به ۴۸ خانواده را شناسایی کردند که در میان آن‌ها خانواده‌های کاسنیان و چتریان بیشترین فراوانی را داشتند. همچنین، در این پژوهش مشخص شد که برگ‌ها بیشترین میزان مصرف را دارند و تهیه دمنوش رایج‌ترین شیوه استفاده از گیاهان است. در نمونه‌ای دیگر، Bazgir و Pourhashemi (2021) در پژوهشی با عنوان «گیاه مردم‌نگاری گیاهان خودروی منطقه بسطام از شهرستان سلسله، استان لرستان» به تنوع کاربردی ۵۹ گونه خوراکی، ۴۹ گونه علفه‌ای و ۳۴ گونه دارویی در منطقه اشاره کرده‌اند.

گروه دیگری از مطالعات، موضوع گیاه‌مردم‌شناسی را با رویکرد بررسی نقش گیاهان در تأمین مواد غذایی دنبال کرده‌اند (Omid et al., 2016; Nobijar et al., 2026; Forouzeh et al., 2016; Vaddadhir et al., 2016). این دسته، که می‌توان آن را «مطالعات با تأکید بر نقش گیاهان در تأمین مواد غذایی» نامید، عموماً معطوف به شیوه‌های پردازش، نگهداری و طبخ گیاهان در نظام غذایی سنتی

است. در این چارچوب، می‌توان به مطالعه Forouzeh و همکاران (2016) اشاره کرد. این پژوهش با عنوان «دانش سنتی بهره‌برداری از گیاهان خودرو در تهیه خوراک (نمونه موردی: عشایر مرتع دیلگان)» به بررسی ۲۱ گیاه خوراکی و ثبت ۲۴ نوع غذا پرداخته است. چنان‌که نتایج این مطالعه مردم‌نگارانه نشان می‌دهد، در زندگی عشایری از گیاهان مختلف برای تهیه غذاهای سنتی استفاده می‌شود و این دانش، توسط مادران ایل، نسل به نسل منتقل می‌شود.

گروه پایانی مطالعات در حوزه گیاه‌مردم‌شناسی، با تأکید بر کاربرد درمانی گیاهان انجام شده است (Door and Ghavam, 2016; Ghavam et al., 2015; Salimi Moayed, 2011). این گروه از پژوهش‌ها به بررسی خواص دارویی گیاهان و روش‌های درمان سنتی اختصاص دارند. برای مثال Ghavam و همکاران (2015) در پژوهشی با عنوان «دانش سنتی و بومی کاربرد گیاهان دارویی در شهرستان ناین» با توزیع پرسشنامه و تحلیل داده‌ها نشان دادند که بیشترین موارد مصرف گیاهان دارویی مربوط به دل‌درد، سرماخوردگی و ناراحتی اعصاب است و گیاهانی همچون خاکشیر، گل‌گاوزبان و بابونه بیشترین کاربرد را دارند. همچنین Door و Ghavam (2016) در مطالعه‌ای با عنوان «بررسی دانش بومی کاربردهای درمانی-مومنائی (مطالعه موردی شهرستان بهمان)» به کاربردهای خوراکی و موضعی مومنائی برای درمان شکستگی استخوان، ضرب‌دیدگی و زخم‌های جلدی اشاره کرده‌اند. مرور مجموعه مطالعات پیشین نشان می‌دهد که پژوهش‌های انجام شده در حوزه گیاه‌قوم‌شناسی از تنوع موضوعی و گستردگی جغرافیایی قابل‌توجهی برخوردارند و طیف وسیعی از ابعاد دانش بومی را پوشش می‌دهند. اگرچه این مطالعات به شناسایی گونه‌های گیاهی و کاربردهای درمانی، خوراکی و دام‌پروری در مناطق مختلف کشور پرداخته و گنجینه‌ای از دانش سنتی را ثبت کرده‌اند، اما بیشتر آن‌ها با رویکردی توصیفی و با تمرکز بر فهرست‌برداری از گیاهان انجام شده‌اند. با این حال، بررسی دقیق‌تر این آثار نشان می‌دهد که هنوز خلأهایی در فهم عمیق‌تر سازوکارهای انتقال این دانش، نقش تعاملات اجتماعی در حفظ آن، و نیز تحلیل پیچیدگی‌های فرهنگی-معنایی مرتبط با گیاهان وجود دارد؛ خلأهایی که نیازمند توجه بیشتر در پژوهش‌های آتی هستند. در امتداد این ملاحظات، پژوهش حاضر با اتخاذ رویکردی مردم‌نگارانه و با تکیه بر تجربه زیسته و روایت‌های کنشگران محلی، فراتر از رویکردهای توصیفی رایج حرکت می‌کند. این مطالعه، افزون بر پرداختن به کارکردهای گیاهی و درمانی، به بررسی معانی فرهنگی، شیوه‌های انتقال دانش بومی و نقش ساختارهای اجتماعی در استمرار این دانسته‌ها می‌پردازد و از این حیث، نسبت به مطالعات پیشین، گامی تحلیلی‌تر و عمیق‌تر برمی‌دارد.

مواد و روش‌ها

در مطالعاتی با محوریت موضوعات مرتبط با گیاه قوم‌پزشکی، به دلیل آشنایی اندک نسل جوان با این دانش، همواره مشکل کم بودن تعداد مشارکت‌کنندگانی که از این اطلاعات آگاه باشند وجود دارد؛ از این رو، انجام مصاحبه‌ها و گفت‌وگوهای عمیق با مردم محلی از ملزومات این گونه مطالعات است (Luczaj, 2023). با توجه به این ملاحظه و نیز محدود بودن شمار افراد آگاه، در این پژوهش از روش مردم‌نگاری استفاده شد. روش مردم‌نگاری مستلزم حضور طولانی‌مدت در میدان و گفت‌وگو با مردم محلی است. این روش برای پژوهش حاضر امکان آن را فراهم آورد تا اطلاعاتی کامل و جامع درباره گیاه کما در باور مردم ششتمد، شیوه‌های مصرف آن و بیماری‌های قابل درمان با آن به دست آید.

از سوی دیگر، روش مردم‌نگاری با اهداف مطالعات گیاه‌قوم‌شناسی، یعنی حفظ دانش بومی و کمک به حل مسائل زیست‌محیطی، سازگاری دارد. در این باره می‌توان به سخن تسینگ اشاره کرد. به باور او، برای یادگیری هر چیز باید به آن توجه کرد؛ زیرا مردم‌نگاری هنر توجه کردن است (Luczaj, 2023). در این چارچوب، پژوهشگر میدانی با حضور در منطقه مورد مطالعه، در مسیر احصای دانش بومی مربوط به کاربردهای دارویی گیاه کما در این منطقه کوشیده است.

با توجه به اینکه پژوهشگر میدانی در جامعه مورد مطالعه زندگی نمی‌کرد، از ظرفیت راهبران محلی برای دسترسی به روستاهای مختلف استفاده شد. حضور راهبران، و نیز نبود حساسیت فرهنگی نسبت به موضوع تحقیق، در موفقیت پژوهشگر میدانی برای دسترسی به میدان نقش مهمی ایفا کرد. مشاهده، مشاهده مشارکتی، مصاحبه و گروه متمرکز، مهم‌ترین ابزارهای گردآوری داده در تحقیق حاضر بوده‌اند. پرسش‌های مصاحبه‌های فردی و گروهی معطوف به احصای گونه‌های دارویی گیاه کما، خواص آن، انواع بیماری‌های قابل درمان با مصرف کما و شیوه‌های مصرف آن در فرهنگ مردم منطقه بوده است.

مصاحبه‌ها عمدتاً به گویش محلی^۱ انجام شد و سپس به فارسی معیار برگردانده شد. با این حال، برخی تعابیر و اصطلاحات محلی با توجه به اهمیت آن‌ها در نشان دادن تنوع زبانی منطقه، در برخی بخش‌های مقاله و به ویژه در نقل قول‌های مشارکت‌کنندگان بازتاب یافته است.

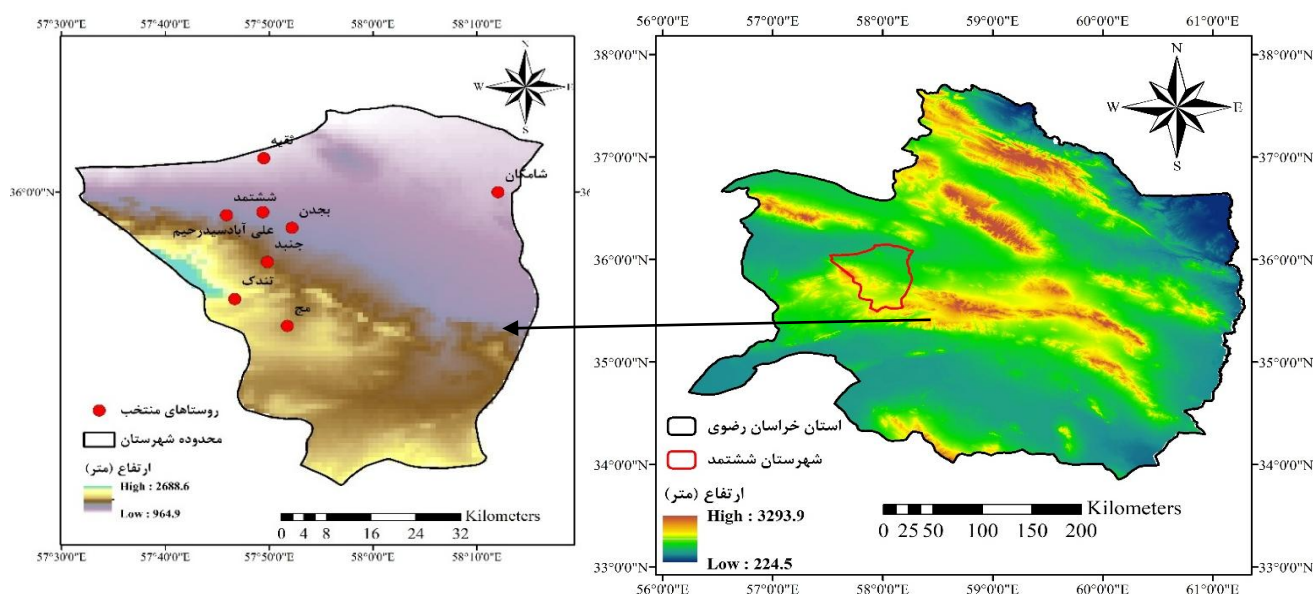
منطقه مورد مطالعه

ششتم نام منطقه‌ای است که در نخستین تقسیمات کشوری به عنوان یکی از بخش‌های شهرستان سبزوار در نظر گرفته شد. یکی از آخرین تقسیمات کشوری در استان خراسان رضوی، بخش ششتم از شهرستان سبزوار منتزع شد و شهرستانی تازه تاسیس با همین نام شکل گرفت. براساس نتایج سرشماری عمومی نفوس و مسکن سال ۱۳۹۵، جمعیت شهرستان ششتم ۲۴۲۶۱ نفر در قالب ۷۷۸۶ خانوار گزارش شده است (Jamshidi et al., 2021).

شهر ششتم از نظر جغرافیایی بین طول‌های جغرافیایی ۳۰° ۳۶' تا ۵۸° ۳۵' شرقی و عرض‌های جغرافیایی ۳۵° ۳۰' تا ۳۶° شمالی قرار دارد و در فاصله ۳۵ کیلومتری شهر سبزوار واقع شده است. از نظر زمین‌شناسی، شهر ششتم بخشی از زون ایران مرکزی محسوب می‌شود و در سازندهای افیولیتی سبزوار قرار دارد. واحدهای پیوسته و هم شیب مارنی، آهکی و آتشفشانی رسوبی، قدیمی‌ترین واحدهای سنگی رخنمون یافته در ورقه ششتم را تشکیل می‌دهند (Salavati et al., 2020).

بر اساس نقشه خاک‌شناسی تهیه شده برای کشور ایران، خاک‌های شهرستان ششتم در دو گروه عمده طبقه‌بندی می‌شوند. گروه نخست شامل خاک‌های عصر حاضر، رسوبات خاکستری آتشفشانی، ماسه‌های جدید و دشت‌های سیلابی رودخانه‌های جوان است. گروه دوم نیز شامل خاک‌های مناطق با شرایط آب و هوایی خشک است که با تجمع ژپس یا آهک و وجود لایه‌های نمکی می‌شوند (Salavati et al., 2020).

منطقه مورد مطالعه در ارتفاع ۱۹۳۷ متر از سطح دریا قرار دارد و از نظر پوشش گیاهی، بخش عمده آن دارای مراتع ضعیف است. و تنها یک ناحیه در شمال و دو ناحیه در مرکز منطقه مطالعاتی دارای مراتع مناسب و بدون محدودیت هستند. از نظر اقلیمی، شهرستان ششتم دارای میانگین دمای سالانه ۹/۴ درجه سانتی‌گراد و میانگین بلندمدت بارندگی سالانه ۳۲۳/۷ میلی‌متر است. بر اساس روش طبقه‌بندی دوماستن، اقلیم منطقه در محدوده نیمه‌خشک تا نیمه‌مرطوب قرار می‌گیرد (Dadrasi Sabzevar and Nikkami, 2017). موقعیت منطقه مورد مطالعه و روستاهای منتخب در سطح شهرستان ششتم و استان خراسان رضوی در شکل ۱ نشان داده شده است.



شکل ۱. موقعیت منطقه مورد مطالعه و روستاهای منتخب

^۱ . گونه زبانی رایج منطقه مورد مطالعه گویش سبزواری است. این گویش برای پژوهشگر میدانی پژوهش حاضر کاملاً قابل فهم است.

جدول ۱. میدان و مختصات روش‌شناختی

ردیف	نام	موقعیت توپوگرافیک	ایزارهای گردآوری داده	تعداد مشارکت کننده
۱	ششتمد	کوهپایه‌ای	مشاهده، مشاهده مشارکتی، مصاحبه، گروه متمرکز	۱۰
۲	شامکان	دشتی	مشاهده، مشاهده مشارکتی، مصاحبه، گروه متمرکز	۱۰
۳	تندک	کوهپایه‌ای	مصاحبه، گروه متمرکز	۱۰
۴	علی‌آباد سید رحیم	کوهپایه	مصاحبه، گروه متمرکز	۱۰
۵	بجدن	دشتی	مشاهده، مصاحبه	۴
۶	مج	کوهپایه‌ای	مشاهده، مشاهده مشارکتی، مصاحبه	۴
۷	گنبد	کوهپایه‌ای	مشاهده، مصاحبه	۲
۸	ثقیه	دشتی	مصاحبه	۱

در سند توسعه ششتمد، به ظرفیت گیاهان دارویی به عنوان یکی از نقاط قوت شهرستان اشاره شده است (Jamshidi et al., 2021). گرچه، به ویژه در دهه‌های اخیر، کشاورزی در منطقه رونق بیشتری یافته است، با این حال به نظر می‌رسد بدنه اصلی اقتصاد منطقه همچنان مبتنی بر دامداری باشد. لازم به تأکید است آنچه وجه مشترک فعالیت‌های اقتصادی منطقه را، چه در حوزه کشاورزی و چه در حوزه دامداری، شکل می‌دهد، سنتی بودن آن است (Arefzadeh et al., 2011). روستاهای استان خراسان رضوی از نظر موقعیت مکانی و ارتفاع به سه دسته روستاهای دشتی، کوهپایه‌ای و میان‌دره‌ای تقسیم شده‌اند. با توجه به اینکه رویش گونه‌های مختلف گیاه کما بسته به متغیرهایی مانند ارتفاع و جنس خاک متفاوت است، به منظور احصای کامل‌تر دانش بومی مردم منطقه درباره کاربردهای دارویی این گیاه، دو گروه از روستاهای دشتی و کوهپایه‌ای برای مطالعه انتخاب شدند. جدول ۱، روستاهای انتخاب شده و موقعیت توپوگرافیک آن‌ها را نشان می‌دهد.

نتایج

گیاه‌شناسی بومی گیاه کما

چنانکه پیش‌تر نیز اشاره شد، با توجه به موقعیت توپوگرافیک منطقه مورد مطالعه، گونه‌های متنوعی از گیاه کما در مراتع منطقه قابل مشاهده است. این موضوع در دانش بومی مردم منطقه درباره گیاه کما نیز انعکاس یافته است. جلوه‌ای از این تنوع دانش بومی را می‌توان در تعدد نام‌ها و شیوه‌های نامگذاری این گیاه می‌توان مشاهده کرد. این تنوع به اندازه‌ای است که پرداختن به گونه‌شناسی بومی گیاه کما در سطح منطقه، خود مستلزم مقاله مستقلی است.

در این چارچوب، در فرهنگ منطقه و در ارتباط با گیاه کما، می‌توان به نام‌ها و تعابیری مانند کُمای قرنه^۱، کُمای قونه^۲، کُمای لَشه^۳، کُمای بویه^۴، کُمای انغازه^۵، کُمای بیرجه^۶، کُمای بزی^۷، کُمای نخچیر^۸، کُمای لیکلیکی^۹، کُمای مشق^{۱۰}، کُمای کُغز^{۱۱} و غیره اشاره کرد. برخی از این تعابیر ناظر بر گونه‌های مختلف گیاه کما هستند و برخی دیگر، مانند «کُمای قرنه» و «کُمای لَشه» به دو مرحله متفاوت از رشد این گیاه اشاره دارند.

^۱. komây qorna

^۲. komây qonna

^۳. Komây laša

^۴. komây buya

^۵. komây anqâze

^۶. komây biriġa

^۷. komây bozi

^۸. komây nexċir

^۹. komây leykleyki

^{۱۰}. komây mašq

^{۱۱}. komây koqz



شکل ۲. گونه‌های کوهی گیاه کما

در این زمینه، یکی از مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر از روستای ثقیه چنین بیان کرد:

«همین که تخم کما در زمین سبز شد، تا سه سال کُغز کما^۱، کُما لسه می‌دهد و بعد، وقتی کُغز کما به رشد کافی رسید، کما^۲ قونه می‌دهد و سپس خشک می‌شود، اگر نم و نو^۳ رطوبت^۴ خوب باشد، از آن گبلگ و پلنگو در می‌آید؛ البته اگر موش ریشه آن را از بین نبرد.»

علی‌رغم وجود این تنوع فرهنگی در شناسایی گونه‌های گیاه کما، با توجه به اهداف مقاله حاضر، می‌توان گونه‌شناسی کلی و مقدماتی‌ای از دانش بومی مربوط به کما در منطقه ششتمد ارائه کرد. در این گونه‌شناسی مذکور، گونه‌های موجود گیاه کما در منطقه به دو دسته کلی «کماهای جلگه‌ای» و «کماهای کوهی» تقسیم می‌شوند. «کما^۱ قونه» و «کما^۲ کغز» در گروه کماهای جلگه‌ای قرار می‌گیرند و «کما^۳ انگازه» و «کما^۴ بریجه» در گروه کماهای کوهی دسته‌بندی می‌شوند. شکل ۲ دو مورد از گونه‌های کوهی گیاه کما را نشان می‌دهد.

دانش بومی مربوط به گیاه کما در منطقه ششتمد، دما، نوع خاک و ارتفاع را مهم‌ترین مؤلفه‌های مؤثر بر رویش گونه‌های مختلف گیاه می‌داند. با گرم‌تر شدن هوا در اواسط اسفند ماه، کماهای گروه جلگه‌ای در دشت‌های منطقه می‌رویند. این در حالی است که گونه‌های کوهی، با تأخیری حدود یک ماه، از اواخر فروردین ماه در ارتفاعات منطقه آغاز به رویش می‌کنند. در این ارتباط، حاج علی عابدی، یکی از مشارکت‌کنندگان از روستای بجدن، چنین گفت:

«از ده پانزده روز مانده به عید، کما^۱ قونه در دشت‌ها سر از زمین برمی‌دارند، اما کما^۲ انگازه و بویه و پین^۱، یعنی دیرتر از کما^۳های جلگه‌ای شروع به رشد می‌کنند و از بیست روز بعد از عید در کوه‌ها سبز می‌شوند.»

چنانکه اشاره شد، تغییرات دمایی سالانه عامل مهمی است که زمان رویش گیاه کما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در اواخر زمستان، با گرم شدن نسبی هوا، گونه‌های جلگه‌ای کما در دشت‌های منطقه قابل مشاهده‌اند. در سال‌هایی که در پایان زمستان و هنگام نوروز، هوا به اندازه مورد انتظار گرم نشود، شرایط آب و هوایی سال، به علت طولانی شدن فصل سرما، از نظم معمول خود خارج می‌شود. در این موارد، در اصطلاح محلی گفته می‌شود «سال و پیه^۲» است؛ به این معنا که سال و طبیعت از روند معمول خود عقب‌تر هستند. در نتیجه گونه‌های مختلف گیاه کما همانند سایر گیاهان، دیرتر از زمان معمول آغاز رویش می‌کنند.

علاوه بر اقلیم مناطق و تغییرات دمایی، دانش بومی موجود در منطقه برای خاک مناسب رشد دو نوع اصلی کما، یعنی کما^۱ کوهی و کما^۲ جلگه‌ای ویژگی‌های متفاوتی قائل است. در این چارچوب، خاک «قُم» مناسب‌ترین خاک برای رویش گونه‌های جلگه‌ای

^۱ . Vepayen

^۲ . Vepaye

جدول ۲. مختصات چهار گونه گیاه کما بر مبنای دانش بومی

ردیف	نام محلی	نام فارسی	نام علمی	نوع خاک	محل رویش	زمان رویش
۱	کُمای کُز	کما کندل	<i>Ferula ammoniacum</i>	قُم	دشت	پیش از نوروز
۲	کُمای قرنه	کما بیابانی	<i>Ferula foetida</i>	قُم	دشت	پیش از نوروز
۳	کُمای انگازه	انقوزه	<i>Ferula assa - foetida</i>	شَخ	کوه	بعد از نوروز
۴	کمای بیربچه	باربچه	<i>Ferula gummosa</i>	شَخ	کوه	بعد از نوروز

کما دانسته می‌شود. خاک قُم به خاکی با بافت نرم، شامل شن و ماسه نرم، اشاره دارد. همچنین در دانش بومی منطقه، نوعی خاک رسی قرمز رنگ، موسوم به خاک «شَخ» برای رشد گونه‌های کوهی گیاه کما مناسب تلقی می‌شود. این نوع خاک، به اعتبار آنکه در تپه‌ماهورها، یا به اصطلاح محلی در «کلوت‌ها» یافت می‌شود، با عنوان «خاک کلوتی» نیز شناخته می‌شود. در جدول ۲، ویژگی‌های چهار گونه از گیاه کما که در مقاله حاضر مورد توجه قرار گرفته‌اند، ارائه شده است.

شیوه‌های مصرف دارویی گیاه کما

منابع طب سنتی، خوردن و آشامیدن را به دلیل قابلیت برنامه‌ریزی، یکی از اصول اساسی حفظ سلامت فرد می‌دانند (Akbarzadeh et al., 2016). در این چارچوب، برای بخش قابل توجهی از غذاها و خوردنی‌ها در نظام تغذیه سنتی مردم ایران می‌توان کارکردهای خوراکی- دارویی در نظر گرفت. گیاه خودروی کما و غذاهایی که به واسطه آن تهیه می‌شود، در نظام تغذیه مردم خراسان به طور عام و مردم ششتمد به طور خاص، جایگاهی هم‌زمان خوراکی و دارویی دارند. بدین معنا که تأکید عمومی در تهیه و مصرف غذاهای مبتنی بر کما، تا حد زیادی ناشی از خواص دارویی و درمانی آن است. به بیان دیگر، مردم خراسان به کما به مثابه غذایی شفابخش می‌نگرند؛ از این رو درباره غذاهای تهیه‌شده از کما می‌توان از تعبیر «غذا- دارو» استفاده کرد.

با این حال، در دهه‌های اخیر و در پی برخی تغییرات اجتماعی و فرهنگی، دلالت‌های دیگری در مصرف کما و غذاهای مبتنی بر آن در سطح خراسان شکل گرفته است که تاحدی از مرکزیت و محوریت کارکرد «غذا-دارو» در این غذاها کاسته است. لازم به تأکید است که گونه‌های کوهستانی کما، از گذشته تا امروز، در پیوسته غذا- داور بیشتر به سوی کارکرد دارویی گرایش داشته‌اند. بنابراین، علی‌رغم ماهیت غذا- دارویی گیاه کما، می‌توان از جایگاه قابل توجه آن در نظام بومی دوا و درمان منطقه مورد مطالعه سخن گفت.

به نظر می‌رسد، هم‌زمان با بهره‌گیری انسان از گیاهان برای درمان دردها و ناخوشی‌ها، تدابیر و چاره‌اندیشی‌هایی نیز درباره باب چگونگی و کم و کیف مصرف آن‌ها در نظام‌های بومی دوا و درمان شکل گرفته است. توجه به این تدابیر برای توصیف و فهم نظام‌های درمانی بومی و محلی ضروری به نظر می‌رسد. از این رو، در بررسی نقش گیاه کما در نظام دوا و درمان منطقه ششتمد، در گام نخست تلاش می‌شود، به شیوه‌های کلی مصرف این گیاه به مثابه دارو در چارچوب تجربه فرهنگی مردم ششتمد پرداخته شود.

بررسی داده‌های میدانی نشان می‌دهد که شیوه‌های مصرف گیاه کما در نظام بومی دوا و درمان ششتمد را می‌توان بر اساس کارکرد آن‌ها در دو دسته کلی طبقه‌بندی کرد: شیوه‌های سهولت‌بخش مصرف دارو و شیوه‌های افزایش اثربخشی دارو.

دسته نخست شامل روش‌هایی است که با هدف آسان‌تر کردن مصرف گیاه دارویی، به‌ویژه برای کودکان، بیماران و افراد حساس به طعم دارو، به کار می‌روند؛ در حالی که دسته دوم، روش‌هایی را در بر می‌گیرد که با تغییر در نحوه آماده‌سازی یا مصرف گیاه، به افزایش اثربخشی درمان کمک می‌کنند. جدول ۳ خلاصه‌ای از این طبقه‌بندی را نشان می‌دهد.

در نظام بومی دوا و درمان مردم ششتمد، برای استفاده از گیاهانی مانند کما، تمهیداتی در قالب مجموعه‌ای از روش‌ها و فنون وجود دارد. این تمهیدات عمدتاً با هدف تسهیل مصرف گیاهانی با طعم و مزه نامطلوب و نیز افزایش اثر بخشی آن‌ها شکل گرفته‌اند. در این چارچوب، شیوه‌ها و روش‌های مصرف گیاه کما در نظام درمانی بومی ششتمد را می‌توان با توجه به هدف، در دو دسته کلی «شیوه‌های سهولت‌بخش» و «شیوه‌های اثربخش» طبقه‌بندی کرد.

جدول ۳. روش های مصرف دارویی گیاه کما

ردیف	نام روش	هدف روش	گستره روش	توضیحات
۱	کُپه کردن	سهولت در مصرف	همه گیاهان دارویی	-
۲	حپ انداختن	سهولت در مصرف	همه گیاهان دارویی	-
۳	ترکیب با ماست	سهولت در مصرف	همه گیاهان دارویی	-
۴	محلول در آب	سهولت در مصرف	همه گیاهان دارویی	-
۵	حرارت دادن	اثر بخشی	منحصر به گیاه کما	-
۶	پیه داغ	اثر بخشی	منحصر به گیاه کما	ویژه ترکیب دست و پا
۷	مرهم	اثر بخشی	کما کندل و برخی گیاهان دارویی دیگر	-

شیوه های سهولت بخش

با توجه به بو و طعم خاص بسیاری از گیاهان دارویی، از جمله گونه های مختلف گیاه کما، مصرف آن ها برای برخی افراد دشوار است. از این رو، در نظام بومی دوا و درمان ششتمد روش هایی مانند «کپه کردن» و «حبه کردن» برای تسهیل مصرف دارو، به ویژه برای افراد بیمار و ناخوش احوال، به کار گرفته می شود. برای استفاده از این روش های، گیاه ابتدا خشک شده و سپس، در اصطلاح طب سنتی، به «سفوف» تبدیل می شود. برای تهیه سفوف، که در گویش مردم منطقه «سیفیف^۱» تلفظ می شود، گیاه یا گیاهان دارویی مورد نظر را پس از خشک کردن آسیاب کرده و سپس الک می کنند. در نظام دوا و درمان ششتمد، سیفیف به دو صورت «تلخ» و «شیرین» تهیه می شود. در نوع شیرین، همراه با مواد گیاهی و دارویی، مقداری نبات نیز آسیاب می شود؛ در حالی که در نوع تلخ از نبات یا هر نوع ماده شیرین کننده استفاده نمی شود و سفوف صرفاً از گیاهان دارویی تشکیل می شود. در ادامه، به دو روش «کپه کردن» و «حبه کردن» که در زمره شیوه های سهولت بخش قرار می گیرند، پرداخته می شود. شکل ۳ این دو شیوه را به تصویر کشیده است.

الف) کُپه کردن

در توضیح این روش، توجه به معنای لغوی آن راهگشاست. «کپه» در لغت به معنای برآمدگی چیزی، روی هم انباشتن و هر آنچه روی هم ریخته و از سطح زمین برآمده باشد آمده است (Amid, 1993). در اصطلاح نظام دوا و درمان مردم ششتمد، همان گونه که از معنای لغوی آن نیز برمی آید، «کپه کردن» به معنی جمع کردن مقداری داروی سفوف شده در کف دست و ریختن یک باره آن در دهان و بلعیدن آن است. در این چارچوب، برای کپه کردن کما، مقداری کمای پودر شده را روی کف دست به صورت یک توده ای کوچک (کُپه) می ریزند و سپس آن را یک باره در دهان می ریزند و می بلعند. برخی افراد پس از بلعیدن کما یا سایر گیاهان دارویی، برای از بین بردن تلخی مزه باقی مانده در دهان، یک لیوان آب می نوشند.

ب) حپ انداختن

حپ^۲ در واقع همان واژه «حَبّ» به معنای دانه گندم، نخود و مانند آن است (Amid, 1993). در اصطلاح نظام دوا و درمان مردم ایران به طور عام و مردم ششتمد به طور خاص، «حپ» به دارویی گفته می شود که به شکل دانه نخود یا دانه ای کوچک در آورده شده باشد (Mohtasham, 1994). حپ ها معمولاً از مواد دارویی مختلف، از جمله پودرهای گیاهی، املاح معدنی، املاح آلی، عصاره ها و صمغ ها ساخته می شوند.

برای حپ کردن گیاهان دارویی، از جمله کما، ابتدا گیاه مورد نظر را به سفوف تبدیل می کنند. سپس مقداری از پودر به دست آمده را روی کف دست ریخته و برای ایجاد قوام و امکان شکل دهی، مقدار اندکی آب به آن می افزایند. در مرحله بعد، با استفاده از انگشتان دست دیگر، تلاش می شود مواد به شکل دانه های کوچک و گرد در آیند. پس از آنکه ماده دارویی به شکل دانه و در اصطلاح محلی «حپ» درآمد، آن را یک باره در دهان انداخته و می بلعند.

^۱ . Siff

^۲ . Happ



شکل ۳. مرد روستایی در حال کپه کردن و حپ کردن کما، روستای مج

مزیت روش حپ کردن نسبت به کپه کردن در آن است که در این شیوه، گیاهان دارویی آسان تر بلعیده می شوند؛ زیرا ماده گیاهی به صورت گلوله درآمده و بدون آنکه مدت زیادی در دهان باقی بماند، فرو داده می شود. در نتیجه، مزه نامطبوع گیاه کمتر در دهان فرد باقی می ماند. افرادی که در اصطلاح محلی «بد دوا» یا «بد علف» هستند — یعنی نسبت به مصرف گیاهان دارویی حساسیت بیشتری دارند و خوردن این مواد برایشان دشوار است — معمولاً از روش حپ کردن استقبال بیشتری می کنند.

(پ) سایر روش ها

برخی روش ها و فنون نیز وجود دارد که معمولاً برای کودکان یا افرادی که در اصطلاح محلی «بد دوا» یا «بد علف» نامیده می شوند، به کار می رود. یکی از این روش ها، مصرف دارو همراه با ماست است. در این شیوه، معمولاً مواد دارویی پودر شده، از جمله کما، را روی یک قاشق ماست می ریزند و سپس آن را می خورند. گاهی نیز کمای پودر شده را به صورت حب در می آورند و آن را به گونه ای با ماست مخلوط می کنند که از دید کودک پنهان بماند؛ سپس قاشق ماست را به او می خوراند. البته افراد بد دوا نیز از این شیوه استفاده می کنند.

روش دیگری نیز برای این افراد وجود دارد که در آن داروی گیاهی را در آب حل می کنند. بدین گونه که ماده گیاهی پودر شده، مانند کما، را در یک لیوان ریخته، به آن آب اضافه می کنند و با قاشق هم می زنند و سپس می نوشند. گاهی نیز برای کودکان، این محلول را از صافی عبور می دهند تا ذرات جامد دارو، که در اصطلاح محلی «درد» نامیده می شود، جدا شود و نوشیدن آن آسان تر گردد.

برای کودکانی که به هیچ عنوان حاضر به مصرف دارو نیستند، روش دیگری نیز وجود دارد. والدین، با آگاهی از سودمند بودن دارو برای کودک، آن را به اجبار به وی می خوراند. این عمل در اصطلاح محلی «حلقش ریختن» نامیده می شود. در این شیوه، یک نفر دست ها و پاهای کودک را نگه می دارد و نفر دیگر دهان او را به زور باز کرده و دارو را در اصطلاح «به حلق او می ریزد».

شیوه های اثر بخش

در میان روش ها و شیوه های مصرف گیاه کما در نظام بومی دوا و درمان مردم ششتمد، شیوه هایی نیز وجود دارد که با هدف افزایش اثربخشی دارو به کار می رود. از جمله این شیوه ها می توان به «حرارت دادن» و «پیه داغ کردن» اشاره کرد.

(الف) روش حرارت دادن

این روش معمولاً برای درمان دردهای ناشی از نفخ معده به کار می رود. در این شیوه، شیره کمای انقوزه را همراه با روغن زرد حرارت می دهند و سپس آن را مصرف می کنند. به نظر می رسد، این شیوه، از ویژگی های مصرف گیاه کمای انقوزه باشد. در این باره، یکی از مشارکت کنندگان ما چنین بیان کرد:

«در این روش، مقداری شیره انگازه را با مقداری روغن زرد در یک دوری می‌ریزیم و در زیر روی شعله قرار می‌دهیم و تا حرارت ببیند و شیره را با روغن سرخ شود. سپس آن را از روی شعله بر می‌داریم و کنار می‌گذاریم تا سرد شود. بعد آن را یک نفس و با سرعت می‌خوریم».

ب) پیه داغ کردن

این روش عمدتاً برای درمان ترک‌خوردگی‌های دست و پا به کار می‌رود. ترک برداشتن دست و پا، به‌ویژه در گذشته و در زمستان‌های سرد و خشک منطقه، امری شایع بوده است. یکی از متداول‌ترین روش‌های درمان این عارضه، استفاده از شیوه‌ای موسوم به «پیه‌داغ» است. همان‌گونه که از نام این روش برمی‌آید، پیه در آن نقش اساسی دارد. منظور از پیه، چربی‌های اطراف امعا و احشای دام است. برای درمان ترک پوست، بر استفاده از پیه بز تأکید می‌شود و باور بر این است که پیه گوسفند برای این منظور چندان مؤثر نیست.

در این روش، مقداری پیه را بر سر سیخی فلزی یا چوبی قرار داده و حرارت می‌دهند. به محض ذوب شدن پیه، سیخ را به سمت محل ترک‌خوردگی هدایت کرده و چربی را به صورت قطره‌چکانی درون شکاف‌ها می‌ریزند. مردم منطقه برای افزایش اثربخشی و تسریع روند درمان، از شیرابه نوعی گیاه کما نیز استفاده می‌کنند. بدین منظور، پس از ریختن پیه ذوب‌شده در محل ترک، نوبت به شیرابه کمای کغز می‌رسد. این شیرابه را نیز همانند پیه حرارت داده و بر روی چربی ریخته‌شده در محل شکاف می‌ریزند. در نهایت، برای افزایش اثربخشی درمان، پس از ریختن پیه و شیرابه کما، یک یا دو کوک با نخ و سوزن بر محل ترک‌خوردگی می‌زنند.

پ) مرهم

در این شیوه، چنان‌که از نام آن نیز برمی‌آید، گیاه کما در تهیه نوعی مرهم به کار می‌رود. برای تهیه این مرهم از کمای کندل یا، به تعبیر محلی، «کمای کغز» استفاده می‌شود؛ از این رو، این فرآورده عموماً با عنوان «مرهم کغز» شناخته می‌شود. از این مرهم برای درمان برخی آسیب‌های بدنی، از جمله کوفتگی‌ها و زخم‌های چرکی، استفاده می‌کنند. برای تهیه مرهم کغز، مقداری از صمغ ساقه کمای کغز را با مقداری روغن زرد مخلوط کرده و سپس آن را بر موضع آسیب‌دیده قرار می‌دهند.

ایده‌آل فرهنگی تغذیه در ششتمد و جایگاه کما

نقشه شناختی مردم منطقه ششتمد، کما را در درجه نخست یک گیاه دارویی می‌داند و بر همین اساس، توصیه‌هایی درباره نحوه مصرف آن مطرح است. نخستین توصیه، مصرف گیاه کما دست‌کم سه مرتبه در سال و دومین توصیه، رعایت تعادل در مصرف آن است. به عبارت دیگر، مردم منطقه کما را بیش از آنکه یک گیاه خوراکی بدانند، گیاهی دارویی تلقی می‌کنند. در این ارتباط، حاج ابراهیم عزیزی از ششتمد چنین بیان کرد:

«عده‌ای از مردم، به‌ویژه افراد سالخورده ساکن در روستاها، بر این باورند که خوردن کما دست‌کم سه بار در سال برای از بین بردن بیماری‌ها و انگل‌های درونی انسان مفید است؛ به همین دلیل، از اواخر اسفندماه تا اواسط فروردین آن را تهیه کرده و به شکل‌های مختلف، مانند بارانی، شالی، کوکو و ... مصرف می‌کنند.»

دوگانگی توصیه‌های مطرح‌شده درباره مصرف گیاه کما، ریشه در مهم‌ترین ویژگی‌های درمانی آن دارد. دانش بومی مردم منطقه درباره این گیاه را می‌توان در دو محور کلی خلاصه کرد: خاصیت پاک‌کنندگی و خاصیت گرمی و سردی آن. در ادامه تلاش می‌شود نشان داده شود که چگونه این دو ویژگی، مبنای شکل‌گیری توصیه‌های فرهنگی مربوط به مصرف کما شده‌اند.

با وجود اهمیت دارویی گیاه کما، در نظام تغذیه سنتی منطقه ششتمد تنوع قابل‌توجهی از غذاهای تهیه‌شده با این گیاه مشاهده می‌شود (Vaddadhir et al., 2016). با این حال، در نقشه شناختی مردم منطقه، این غذاها صرفاً خوراک محسوب نمی‌شوند، بلکه در زمره «غذا-دارو» یا غذاهای شفابخش قرار می‌گیرند. از این رو، در بسیاری از موارد، افراد برای بهره‌مندی از خواص درمانی گیاه، آن را در قالب غذا مصرف می‌کنند. مردم منطقه مورد مطالعه، مهم‌ترین خاصیت دارویی گیاه کما را توانایی آن در پاکسازی بدن می‌دانند. در این باره قای جان‌علی مجی از روستای مج چنین می‌گوید:

«کمای خیلی خاصیت داره؛ وقتی سبز است آن را جمع می‌کنند و سه چهار وعده می‌خورند، چون خیلی خاصیت داره. می‌گن برای کُخ کِلَخ اندرون {انگل‌های درونی} خوبه.»

این باور با توصیه رایج مردم منطقه مبنی بر مصرف سه وعده کما در طول سال همخوانی دارد. این همخوانی در چارچوب رویکرد کل‌گرایانه انسان‌شناسی بهتر قابل درک است. بازاندیشی‌های مالینوفسکی درباره جزایر تروبریانند نشان می‌دهد که عناصر گوناگون هر جامعه با رفع نیازهای اساسی اعضای آن پیوند دارند (Bates and Plog, 2006). بر این اساس، باورها و توصیه‌های مربوط به مصرف گیاه کما را نیز باید در بستر شرایط زیست‌محیطی و فرهنگی منطقه تحلیل کرد.

در این راستا، توجه به اقلیم خشک و نیمه یابانی ششتمد که منجر به کم آبی قنوات و چشمه‌ها شده ضروری است. کمبود آب، شرایط مناسبی برای رشد برخی میکروب‌ها و انگل‌ها فراهم در معرض آلودگی قرار داشت. از این رو، بخش قابل توجهی از منابع آب آشامیدنی منطقه در معرض آلودگی قرار داشت. از این رو، تا پیش از ایجاد شبکه لوله‌کشی، دسترس مردم به آب آشامیدنی سالم و بهداشتی چندان میسر نبود. در چنین شرایطی، وجود مواد غذایی با کارکرد پاکسازی بدن در جیره غذایی مردم ضرورتی انکارناپذیر به شمار می‌رفت. به نظر می‌رسد گیاه کما یکی از مهم‌ترین عناصری بوده است که در دانش بومی مردم، این نقش را ایفا می‌کرد. توصیه دوم درباره مصرف گیاه مورد بررسی، بر حفظ تعادل در مصرف آن تأکید دارد. این توصیه ریشه در خواص و کیفیت‌هایی دارد که مردم منطقه برای انواع مختلف گیاه کما قائل هستند. مردم منطقه کمای جلگه‌ای را عمدتاً با خاصیت پاک‌کنندگی یا، به اصطلاح محلی، «کرم‌کشی» آن می‌شناسند و فراتر از این، خواص درمانی چندان برای آن قائل نیستند. از این رو، می‌کوشند سالانه دست‌کم دو یا سه وعده از این گیاه را به منظور بهره‌مندی از خاصیت پاک‌کنندگی آن مصرف کنند.

در مقابل، برای کمای کوهی خواصی فراتر از قدرت پاکسازی بدن قائل‌اند. ششتمدی‌ها به دلیل طبع بسیار گرم این گیاه، آن را برای درمان بسیاری از ناخوشی‌ها و بیماری‌ها مفید می‌دانند. در نظام طبقه‌بندی بومی مردم ششتمد، کمای جلگه‌ای و کمای کوهی به ترتیب دارای طبع سرد و گرم هستند. از دیدگاه آنان، کمای جلگه‌ای «سرد» و کمای کوهی «گرم» است. همین باور به تفاوت طبع دو نوع کما، ضرورت رعایت اعتدال در مصرف آن‌ها را توجیه می‌کند؛ زیرا زیاده‌روی در مصرف هر یک می‌تواند تعادل بدن را بر هم زند.

در این ارتباط، یکی از مشارکت‌کنندگان از روستای ثقیه چنین بیان داشت:

«کمای جلگه‌ای خوش خورنده {لذیذ است} و بد لقد {پیامد نامطلوبی دارد} هم هست؛ بدن انسان رو شل می‌کنه، چون سرده. اما کمای کوهی بوش خیلی بیشتره، ولی خاصیت‌های خیلی خوبی داره، چون گرمه.»

هنجارهای فرهنگی تغذیه و پرهیزهای غذایی

افراد معمولاً در انتخاب خوراک و مواد غذایی از چارچوب‌های شناختی و هنجارهایی پیروی می‌کنند که فرهنگ جامعه در اختیار آنان قرار می‌دهد. از دیدگاه مردم، عدول از این چارچوب‌ها می‌تواند به بروز بیماری و ناخوشی بینجامد. در جامعه ششتمد نیز الگوهای شناختی مشخصی درباره تغذیه وجود دارد که رعایت آن‌ها برای حفظ سلامت ضروری تلقی می‌شود. بر اساس این الگوها، برخی ناخوشی‌ها نتیجه مصرف بیش از اندازه یا مصرف نادرست بعضی از مواد غذایی هستند.

به باور مردم بومی منطقه، مصرف هم‌زمان یا، به اصطلاح محلی، «درهم‌خوری» برخی مواد غذایی، مانند جگر با هندوانه، کله‌پاچه با هندوانه، یا تخم‌مرغ همراه با جگر، می‌تواند موجب مسمومیت غذایی شود. این وضعیت معمولاً با دل‌درد شدید، تهوع و در نهایت اسهال همراه است. در چنین شرایطی، در اصطلاح محلی گفته می‌شود فرد «شکمش مره^۱»؛ یعنی دچار اسهال شده است. همچنین این حالت را «شکم‌روا^۲» نیز می‌نامند.

از سوی دیگر، بی‌نظمی در مصرف مواد غذایی می‌تواند به عارضه‌ای موسوم به «تُخمه» بینجامد. مهم‌ترین علائم این عارضه، دل‌درد شدید و بوی نامطبوع دهان است. به گفته مردم، در این وضعیت دهان فرد بوی تخم‌مرغ گندیده می‌دهد. برخلاف شکم‌روا، فرد مبتلا به تُخمه معمولاً دچار یبوست می‌شود و به اصطلاح محلی، «شکمش کار نمی‌کند.»

^۱ . Mera

^۲ . šekemrevā

در دانش بومی منطقه، هر دو عارضه ناشی از سوءهاضمه و ضعف عملکرد دستگاه گوارش دانسته می‌شوند؛ وضعیتی که در اثر مصرف غذاهای سنگین ایجاد می‌شود و معده توان هضم مناسب و به‌موقع آن‌ها را ندارد. برای رفع این مشکلات، مردم از خاصیت تقویت‌کنندگی معده گیاه کما بهره می‌گیرند. در این موارد، از ریشه خشک‌شده کما یا باریجه یا ساقه و برگ‌های خشک کما یا انقوزه استفاده می‌شود. این مواد پس از آسیاب شدن و تبدیل به پودر (سفوف)، به شکل‌هایی مانند کُپه، حبه و سایر اشکال دارویی، با امید به بهبود و درمان مصرف می‌شوند.

کاربردهای کما در نظام دوا و درمان ششتمد

با توجه به آنچه درباره گیاه کما، ویژگی‌های آن و جایگاهش در نظام تغذیه و دوا و درمان منطقه ششتمد بیان شد، این گیاه و گونه‌های مختلف آن در درمان طیف متنوعی از ناخوشی‌ها و بیماری‌ها کاربرد دارد. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، بیش از ده نوع ناخوشی و حالت نامطلوب جسمانی از طریق مصرف گیاه کما قابل درمان یا مدیریت است. این ناخوشی‌ها را، بر مبنای منشأ بروز آن‌ها و کارکرد درمانی گیاه کما، می‌توان در سه دسته کلی طبقه‌بندی کرد: ۱) ناخوشی‌های ناشی از سردی مزاج، ۲) ناخوشی‌های مرتبط با ضعف معده و دستگاه گوارش، و ۳) آسیب‌های بدنی. جدول ۴ خلاصه‌ای از این ناخوشی‌ها و کاربردهای درمانی گیاه کما را نشان می‌دهد.

ناخوشی‌های حاصل از سرد مزاجی

منظور از «سردی» و «گرمی»، کیفیات یا طبع مواد غذایی است. بر اساس نظریه اخلاط، غذاهای گرم، موجب تقویت مزاج گرم و بنیادین، یعنی خون می‌شوند؛ در مقابل غذاهای سرد انرژی کمتری دارند و از غلبه خون می‌کاهند و باعث ایجاد بلغم می‌شوند (Bromberger, 2016). بر این اساس، رعایت تعادل در مصرف غذاهای سرد و گرم ضروری است؛ زیرا برهم خوردن این تعادل می‌تواند به بروز بیماری بینجامد. در نظام مبتنی بر طبقه‌بندی سردی و گرمی، سلامت در گرو حفظ تعادل میان این دو کیفیت در بدن است و غلبه هر یک از آن‌ها موجب بروز ناخوشی می‌شود. بدن از دو طریق در معرض سردی و گرمی قرار می‌گیرد: نخست از طریق درونی، یعنی مصرف مواد غذایی و نوشیدنی‌ها، و دوم از طریق عوامل بیرونی، مانند فعالیت‌های بدنی، قرار گرفتن در معرض شرایط محیطی و تعامل با دیگران. از این رو، حفظ تعادل فرایندی پویاست که فرد باید با انتخاب متعادل غذاهای گرم و سرد و نیز کنترل هیجانات و حالات روانی، به طور مستمر آن را دنبال کند تا سلامت خود را حفظ نماید (Eriksen, 2018). در ادامه، ناخوشی‌هایی که در نظام دانشی مردم ششتمد ناشی از برهم خوردن تعادل سردی و گرمی بدن تلقی می‌شوند، بررسی خواهد شد.

جدول ۴. ناخوشی‌های قابل درمان با گیاه کما

ردیف	نام ناخوشی	علت ناخوشی	نوع کما	شیوه مصرف
۱	لخچک	سرد مزاجی	انقوزه و باریجه	اشکال خوراکی مانند شروا و دارویی مانند کپه، حبه و ...
۲	نیمبولره	سرد مزاجی	انقوزه و باریجه	اشکال خوراکی مانند شروا و دارویی مانند کپه، حبه و ...
۳	ناتوانی جنسی	سرد مزاجی	انقوزه و باریجه	اشکال خوراکی مانند شروا و دارویی مانند کپه، حبه و ...
۴	دردهای خشک	باد بدن	انقوزه و باریجه	اشکال خوراکی مانند شروا؛ مالشی و موضعی
۵	دندان درد	سرد مزاجی	انقوزه	اشکال دارویی مانند حرارت دادن
۶	شکم‌روا	تنبلی دستگاه گوارش	انقوزه و باریجه	اشکال دارویی مانند کپه، حبه و ...
۷	تخمه	تنبلی دستگاه گوارش	انقوزه و باریجه	اشکال دارویی مانند کپه، حبه و ...
۸	ترش کردن	تنبلی دستگاه گوارش	باریجه	اشکال دارویی مانند کپه، حبه و ...
۹	قولنج	باد بدن	انقوزه و باریجه	اشکال دارویی مانند کپه، حبه و ...
۱۰	ترک دست و پا	سردی و خشکی هوا و ...	کما کندل	پیه داغ
۱۱	کوفتگی بدن و زخم‌ها	سقوط از ارتفاع و ...	کما کندل	مرهم کغز
۱۲	زخم چرک کرده	عدم رسیدگی به زخم‌ها و ...	کما کندل	مرهم کغز

الف) لَخچَک^۱

لَخچَک عارضه‌ای است که به باور مردم منطقه، در اثر مصرف بیش از حد غذاهای سردمزاج ایجاد می‌شود. در این حالت، دهان فرد پر از آب دهان یا، به اصطلاح محلی، «لِر» می‌شود و آب دهان از گوشه‌های لب او جاری می‌گردد. همچنین موهای سطح بدن راست شده و فرد احساس ناراحتی می‌کند. برای درمان این عارضه، هم از فرآورده‌های خوراکی کما و هم از اشکال دارویی آن استفاده می‌شود. در شکل خوراکی، غذاهای تهیه‌شده از کما، به‌ویژه شِروای کمایی، توصیه می‌شود. در غیر این صورت، از فرآورده‌های دارویی، به‌ویژه کمای انقوزه، به صورت کُپه یا دیگر شیوه‌های مصرف استفاده می‌کنند.

ب) نیمبولغره^۲

نیمبولغره نیز، همانند لَخچَک، از مصرف بیش از حد غذاهای سردمزاج ناشی می‌شود. در این حالت، فرد هنگام صحبت کردن به‌طور ناگهانی و غیرارادی توانایی تکلم روان خود را از دست می‌دهد و به نوعی دچار لکنت موقت می‌شود. از آنجا که این وضعیت از دیدگاه مردم منطقه ناشی از غلبه سردی است، مصرف شِروای کمایی، به عنوان غذایی با طبع گرم، برای برطرف کردن آن توصیه می‌شود. در صورت تداوم این حالت، مصرف کمای انقوزه، چه به صورت کُپه و چه به شکل محلول در آب، توصیه می‌شود.

ج) ناتوانی جنسی

بسیاری از افراد، به دلایل گوناگون، در تجربه جنسی خود به رضایت مطلوب دست نمی‌یابند. در نظام دانشی مردم ششتمد، یکی از مهم‌ترین علل این وضعیت، سردمزاجی افراد است. از این رو، مصرف غذاهای تهیه‌شده از کما، به‌ویژه غذاهایی که با گونه‌های کوهی این گیاه تهیه می‌شوند، برای رفع این مشکل توصیه می‌شود. افزون بر این، مصرف شیرابه کمای انقوزه و، به اصطلاح محلی، «حَب انداختن» آن نیز به دلیل اثربخشی بیشتر و سریع‌تر، مورد توصیه قرار می‌گیرد.

د) دردهای خشک

مردم منطقه برخی از دردهای بدن را با عنوان «دردهای خشک» می‌شناسند. به باور آنان، این دردها در اثر وجود «باد سرد» در بدن ایجاد می‌شوند. از جمله این دردها می‌توان به درد در ناحیه پا یا کمر اشاره کرد. از آنجا که گونه‌های کوهی گیاه کما دارای طبع گرم و خاصیت «بادبری» هستند، از آن‌ها برای درمان این دردها استفاده می‌شود. در این موارد، مصرف خوراکی کمای انقوزه یا غذاهای تهیه‌شده از آن، مانند بارانی و شِروای کمایی، رایج‌تر است. افزون بر این، در برخی از روستاهای منطقه، از کمای انقوزه به صورت موضعی نیز استفاده می‌کنند. بدین منظور، معمولاً دو تا سه مشت از کمای انقوزه، اعم از تازه یا خشک، را در آب می‌جوشانند. هنگامی که محلول به اندازه کافی غلیظ شد و به اصطلاح محلی، «زَفَت» گردید، آن را از روی شعله برمی‌دارند. پس از آنکه محلول اندکی خنک شد، در چند نوبت بر محل درد مالیده می‌شود و مردم معتقدند این کار به بهبود درد کمک می‌کند.

ه) دندان درد

به باور مردم منطقه ششتمد، برخی از دندان‌دردها منشأ سردمزاجی دارند. در این موارد، مقدار اندکی از صمغ ریشه کمای انقوزه، در حدود یک‌چهارم عدس، روی دندان دردناک قرار داده می‌شود. در برخی از روستاهای منطقه، پیش از استفاده، صمغ را اندکی حرارت می‌دهند و سپس بر روی دندان می‌گذارند. بر اساس دانش بومی منطقه، این روش حتی در مواردی که دندان درد ناشی از پوسیدگی دندان باشد نیز می‌تواند مؤثر واقع شود.

ناخوشی‌های مرتبط با ضعف معده و دستگاه گوارش**الف) ترش کردن**^۱ . Lexčak^۲ . Nimbulqara

یکی دیگر از عوارض معده، ترش کردن است. در این حالت، به دلیل پرخوری یا عوامل دیگر، ترشحات اسیدی معده افزایش می‌یابد و گاه بخشی از این ترشحات به مری بازمی‌گردد. بازگشت این مواد اسیدی موجب احساس سوزش در پشت استخوان جناغ سینه می‌شود.

مردم منطقه علت اصلی ترش کردن را ضعف معده می‌دانند. از این رو، مصرف صمغ باریجه را برای درمان این عارضه بسیار سودمند تلقی می‌کنند و معتقدند اگر فرد به اندازه یک چهارم یک دانۀ عدس از این صمغ را بلعد، این عارضه به‌طور کامل برطرف می‌شود و به اصطلاح محلی، «از سر او بدر می‌رود».

ب) قولنج

قولنج اصطلاحی است که در دانش بومی منطقه به دردهای مبهم برخی نواحی بدن، به‌ویژه شکم، اطلاق می‌شود؛ دردهایی که به باور مردم، گاه می‌توانند بسیار شدید بوده و حتی جان فرد را به خطر اندازند. یکی از علل این عارضه، از دیدگاه مردم، وجود «باد» در بدن است. از آنجا که گیاه کما دارای خاصیت «بادبری» دانسته می‌شود، از آن برای درمان قولنج استفاده می‌کنند. در این موارد، مقداری از صمغ کما یا انقوزه یا ریشه خشک‌شده کما باریجه، به صورت کُپه، حبه یا دیگر اشکال دارویی مصرف می‌شود.

در این باره، محمدحسین داوطلب، یکی از مشارکت‌کنندگان پژوهش، چنین بیان کرد:

«بعضی از دواهای گیاهی، مثل کما، خاصیت بادبری دارند و باد بدن را از طریق بادگلو یا راه‌های دیگر از بین می‌برند.

قولنج هم چون به علت باد بدن ایجاد می‌شود، خوردن کما مشکل را حل می‌کند.»

آسیب‌های بدنی

الف) جراحات و کوفتگی‌ها

در دانش بومی منطقه، استفاده از گیاه کما برای درمان برخی آسیب‌های بدنی نیز توصیه می‌شود. این دسته از آسیب‌ها عمدتاً با گونه‌ای از کما که با نام «کمای کُغز» شناخته می‌شود، درمان می‌شوند. از ساقۀ این گیاه صمغی به دست می‌آید که در اصطلاح محلی «کُغز» نام دارد. این صمغ، به‌ویژه در گذشته، کاربردهای متعددی در زندگی روستایی مردم منطقه داشته است. در اینجا، کاربرد آن در درمان برخی آسیب‌های بدنی، از جمله ترک‌خوردگی دست و پا، کوفتگی‌های بدن و زخم‌های چرکی، مورد نظر است.

ب) ترک دست و پا

مردم روستاهای منطقه، به‌ویژه در گذشته، به دلیل فعالیت بدنی فراوان، استفاده نکردن از کفش‌های مناسب و نیز سرما و خشکی هوای زمستان، دچار ترک‌خوردگی کف دست و پا می‌شدند. این ترک‌ها، افزون بر ایجاد درد و سوزش، گاه انجام فعالیت‌های روزمره را نیز با دشواری مواجه می‌کردند. از این رو، در نظام دوا و درمان بومی منطقه، برای درمان این عارضه راهکارهایی پیش‌بینی شده است.

در این چارچوب، از فن «پیه‌داغ» که پیش‌تر شرح آن ارائه شد، استفاده می‌شود. در برخی از روستاهای منطقه، برای افزایش اثربخشی درمان، صمغ ساقۀ کمای کُغز را نیز با پیه‌داغ ترکیب می‌کنند. بدین‌گونه که صمغ را بر روی پیه‌داغ می‌چکانند، آن را بر روی ترک یا شکاف پوست می‌مالند و سپس محل آسیب‌دیده را با نخ و سوزن می‌دوزند.

ج) کوفتگی بدن و زخم‌ها

در مواردی که بدن بر اثر سقوط از ارتفاع یا حوادث مشابه دچار کوفتگی شود، از صمغ ساقۀ کمای کُغز استفاده می‌کنند. این روش، به‌ویژه در گذشته، هنگام سقوط از چارپایان رواج داشته است. در چنین مواردی، مرهمی که در اصطلاح محلی «مرهم کُغز» نامیده می‌شود، به کار می‌رفته است. برای تهیه این مرهم، حدود دو تا سه گرم از صمغ کمای کُغز را با روغن زرد مخلوط کرده و بر محل کوفتگی می‌مالند.

د) زخم چرک کرده

گاهی برخی زخم‌های سطحی، در اثر بی‌توجهی و رسیدگی نکردن به موقع، و به باور مردم منطقه، به‌ویژه در اثر قرار گرفتن در معرض هوای سرد، دچار چرک، التهاب و ورم می‌شوند. در اصطلاح محلی، این وضعیت را «زخم سیم کرده» می‌نامند. یکی از روش‌های درمان این عارضه، استفاده از مرهم کغز است.

در دایرةالمعارف بزرگ سبزواری به روش‌های دیگری نیز برای درمان زخم‌های سیم‌کرده اشاره شده است. در روش مرهم کغز، که در اینجا مورد نظر است، صمغ کغز را بر روی زخم قرار داده و محل را با پارچه‌ای محکم می‌بندند. مردم منطقه معتقدند این کار، افزون بر خارج کردن چرک از زخم، موجب تسریع روند بهبود آن نیز می‌شود. به بیان دیگر، این مرهم سبب تخلیه چرک زخم‌های باز و ترمیم سریع‌تر آن‌ها می‌شود.

در این باره، غلامحسین عجمی از روستای مچ چنین بیان کرد:

«چند سال قبل، موقع چوپانی در صحرا، پایم زخمی شد. زخم چرک کرده بود و درد شدیدی داشت. مقداری از کغز کما پیدا کردم و روی زخم گذاشتم. حدود ساعت دوازده شب احساس کردم درد پایم کمتر شده است. وقتی پا را نگاه کردم، دیدم جوراب و رختخوابم پر از چرک و کثافت شده است. زخم باز شده بود. کم‌کم زخم خشک شد و خوب شد».

بحث

در قوم‌پزشکی^۱ ایران، گیاهان افزون بر کاربرد در درمان بیماری‌ها و ناخوشی‌ها، در آیین‌ها و دوره‌های گذار زندگی نیز نقش دارند. برای نمونه، در بوشهر دختران در دوران بلوغ از مصرف غذاهای تند منع می‌شوند و در گیلان نیز این دوره با توصیه به مصرف نعناع و جوشانده آن همراه است (Malekrah, 2006). این نمونه‌ها نشان می‌دهد که گیاهان در خرد درمانی ایرانیان جایگاهی بنیادین دارند. به بیان دیگر، ایرانیان در طول تاریخ همواره بخشی از راز تندرستی و درمان را در گیاهان و درختان بومی جست‌وجو کرده‌اند. این تجربه تاریخی، طی نسل‌های متمادی، به انباشت دانش و تجربه در شناخت گیاهان و کاربردهای درمانی آن‌ها انجامیده و گنجینه‌ای ارزشمند از گیاه‌شناسی قومی و دانش بومی را در فرهنگ ایرانی پدید آورده است.

پژوهش حاضر، با تمرکز بر گیاه کما در منطقه ششتمد استان خراسان رضوی، بخشی از این گنجینه فرهنگی را مستندسازی کرده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که کما، با برخورداری از تنوع گونه‌ای قابل توجه، نه تنها یک «غذا - دارو» با کاربردهای گسترده درمانی است، بلکه نمادی از تعامل هوشمندانه و پایدار انسان با اکوسیستم‌های محلی نیز به شمار می‌آید.

در کنار اهمیت زیست‌محیطی گیاه کما، بهره‌برداری مستمر جوامع محلی از این گیاه، آن را به عنصری با ارزش‌های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی نیز تبدیل کرده است. این موضوع بیانگر وجود دانشی بومی و غنی درباره این گیاه در فرهنگ ایرانی است. با وجود این، مطالعات انجام‌شده درباره ابعاد فرهنگی و مردم‌شناختی گیاه کما در ایران همچنان محدود است. از جمله پژوهش‌های موجود می‌توان به مطالعه Vaddadhir و همکاران (2016) درباره کاربردهای کما در نظام غذا و تغذیه ششتمد و نیز پژوهش Karimian و همکاران (2017) درباره دانش بومی یکی از گونه‌های کما در منطقه تنگ‌سرخ استان کهگیلویه و بویراحمد اشاره کرد. پژوهش حاضر، در راستای پر کردن این خلأ، به بررسی کاربردهای درمانی گونه‌های مختلف گیاه کما در طب بومی منطقه ششتمد پرداخته است.

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که کما در نظام دوا و درمان ششتمد، نقشی فراتر از یک گیاه دارویی ساده ایفا می‌کند و به عنوان یک «غذا - دارو» در درمان طیف گسترده‌ای از ناخوشی‌های ناشی از سردی مزاج، اختلالات گوارشی و آسیب‌های بدنی به کار می‌رود. همچنین، تنوع شیوه‌های مصرف، از روش‌های تسهیل‌کننده مصرف، مانند کُپه و حبه، تا روش‌های افزایش‌دهنده اثربخشی، مانند پیه‌داغ و مرهم، بیانگر غنای دانش بومی و خلاقیت جوامع محلی در بهره‌گیری از این منبع طبیعی است.

دستاوردهای این پژوهش، فراتر از ارزش‌های اتنوبوتانیکی، واجد دلالت‌هایی در حوزه حفاظت از تنوع زیستی و توسعه پایدار نیز هست. مستندسازی انجام‌شده نشان می‌دهد که میان حفاظت از دانش بومی، صیانت از تنوع زیستی و توسعه پایدار محلی، پیوندی عمیق و دوسویه برقرار است. در تعامل جامعه ششتمد با گیاه کما، این سه حوزه در قالب یک نظام یکپارچه عمل می‌کنند. شناخت

^۱ . Ethnomedicine

دقیق گونه‌های گیاهی و دانش اکولوژیک بومی، از جمله آگاهی درباره نوع خاک، ارتفاع مناسب رویش و زمان مطلوب برداشت، نمونه‌ای از نظامی خودتنظیم و مبتنی بر خرد جمعی است که طی نسل‌های متوالی، بهره‌برداری پایدار از این منبع طبیعی را ممکن ساخته است.

این الگو نشان می‌دهد که همزیستی انسان و طبیعت نه تنها امکان‌پذیر، بلکه می‌تواند مبنایی برای طراحی الگوهای توسعه‌ای سازگار با محیط‌زیست باشد؛ الگوهایی که به جای تقابل با اکوسیستم، بر ظرفیت‌های طبیعی و دانش بومی برای ارتقای رفاه جوامع محلی تکیه دارند. از این منظر، پژوهش حاضر با آشکار ساختن ارزش‌های اقتصادی، غذایی، درمانی و فرهنگی گیاه کما، می‌تواند مؤید رویکردی باشد که توسعه اقتصادی را در پیوند با حفاظت از منابع طبیعی و میراث فرهنگی دنبال می‌کند. به نظر می‌رسد هرچه یک منبع گیاهی بیش از پیش به عنوان سرمایه‌ای فرهنگی، اقتصادی و زیست‌محیطی شناخته شود، انگیزه جوامع محلی برای حفاظت از آن نیز افزایش خواهد یافت. چنین نگرشی، زمینه را برای طراحی و اجرای برنامه‌های حفاظتی مشارکتی فراهم می‌سازد؛ برنامه‌هایی که در آن، جوامع محلی نه مخاطبان، بلکه شرکای اصلی حفاظت محسوب می‌شوند.

از سوی دیگر، یافته‌های پژوهش نسبت به دو تهدید هم‌زمان، یعنی فرسایش دانش بومی و تخریب زیستگاه‌های طبیعی، هشدار می‌دهد. این دو روند، نه تنها به از میان رفتن بخشی از میراث فرهنگی منجر می‌شوند، بلکه الگوهای آزموده‌شده سازگاری با محیط و توسعه پایدار را نیز تضعیف می‌کنند. از این رو، حفاظت و احیای دانش بومی را باید نه صرفاً اقدامی فرهنگی، بلکه راهبردی مؤثر برای تقویت پایداری اکولوژیک و افزایش تاب‌آوری اجتماعی در برنامه‌ریزی توسعه دانست.

در نهایت، پژوهش حاضر نشان می‌دهد که دانش بومی می‌تواند به منزله نقشه راهی برای تحقق توسعه درون‌زا و همه‌جانبه عمل کند. تلفیق این دانش با فناوری‌های نوین، از جمله پژوهش‌های داروشناختی درباره ترکیبات مؤثر گیاهان دارویی یا بهره‌گیری از شیوه‌های پایدار کشت و بهره‌برداری، می‌تواند زمینه‌ساز شکل‌گیری اقتصادی محلی، سبز و تاب‌آور باشد. در چنین چشم‌اندازی، توسعه اقتصادی در گرو حفاظت از محیط‌زیست، تنوع زیستی و میراث فرهنگی خواهد بود. از این رو، مستندسازی کاربردهای سنتی گیاه کما تنها بازخوانی گذشته نیست، بلکه ترسیم چشم‌اندازی برای آینده‌ای پایدار است؛ آینده‌ای که در آن حفاظت از طبیعت، دانش بومی و توسعه پایدار، سه مؤلفه مکمل و جدایی‌ناپذیر یک نظام توسعه‌محور را تشکیل می‌دهند.

منابع

- آیرین، پاملا اریکسن (۱۳۹۷). *قوم‌پژشکی: مروری بر فرهنگ‌ها و خرده‌فرهنگ‌های پزشکی*. ترجمه انیس صائب. تهران: نشر فرهنگه.
- اکبرزاده، تهمینه؛ شمس اردکانی، محمدرضا؛ کریمپور رزکناری، الهه؛ واحدی مزدآبادی، نیره؛ سعیدی، مینا؛ جهانبخش، شکوفه؛ و همکاران (۱۳۹۵). بررسی آش‌ها و شورباها جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها از دیدگاه طب سنتی ایران. *طب مکمل*، ۶ (۲)، ۱۵۳۵-۱۵۴۸.
- امرالهی جلال‌آبادی، امیررضا؛ فروزه، محمدرحیم؛ بارانی، حسین؛ و یگانه، حسن (۱۳۹۹). مطالعه دانش بومی گیاهان مورد استفاده بهره‌برداران در مراتع گوگر بافت استان کرمان. *دانش‌های بومی ایران*، ۷ (۱۴)، ۳۶۹-۴۲۴.
- امیدی نوییجار، مائده؛ بارانی، حسین؛ فروزه، محمدرحیم؛ و عابدی سروستانی، احمد (۱۴۰۵). دانش پردازش و نگهداری خوراک در نظام غذایی سنتی استان گیلان. *پژوهش‌های زیست‌قوم‌شناسی و توسعه پایدار*، ۱ (۱)، ۳۰-۱.
- بارت، استنلی (۱۳۸۷). *نظریه و روش در انسان‌شناسی برای دانشجویان*. ترجمه شاهده سعیدی. تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- بازگیر، احمد؛ نمیرانیان، منوچهر؛ و عاطفی همت، محمد (۱۳۹۴). گیاه‌مردم‌نگاری برودار در منطقه کاکاشرف شهرستان خرم‌آباد. *دانش‌های بومی ایران*، ۲ (۳)، ۱۷۹-۲۲۲.
- بازگیر، احمد؛ و پوره‌اشمی، مهدی (۱۴۰۰). گیاه‌مردم‌نگاری گیاهان خودروی منطقه بسطام از شهرستان سلسله، استان لرستان. *دانش‌های بومی ایران*، ۸ (۱۵)، ۸۵-۱۵۸.
- برومرژه، کریستین (۱۳۹۳). عادات غذایی و مرزهای فرهنگی در شمال ایران. در *مهرداد عربستانی (مترجم)*، ما همانی هستیم که می‌خوریم: فرهنگ‌های آشپزی در خاورمیانه (صص. ۳۱۲-۳۴۲). تهران: فرهنگه.
- بهمنش، بهاره؛ محبی، رجبعلی؛ میردیلیمی، زهره؛ حاجیلی دوجی، آیسین؛ و توان، منیژه (۱۴۰۱). دانش بومی گیاهان سمی و دارویی برای دام در بین بهره‌برداران ترکمن مراتع قشلاقی مراوه تپه، استان گلستان. *دانش‌های بومی ایران*، ۹ (۱۷)، ۲۸۹-۳۲۰.
- بیتس، دانیل؛ و پلاگ، فرد (۱۳۸۵). *انسان‌شناسی فرهنگی*. ترجمه محسن ثلاثی. تهران: نشر علمی.

- جمشیدی، رضا؛ نجاری مقدم، احمد؛ و پرورنده، حسن (۱۴۰۰). سند توسعه شهرستان ششم. مشهد: سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان خراسان رضوی.
- حسینی، مروارید؛ فروزه، محمدرحیم؛ و بارانی، حسین (۱۳۹۷). دانش بومی جوامع محلی پیرامون گیاهان خوراکی خودرو در مراتع زبرخان نیشابور. *دانش های بومی ایران*، ۵ (۹)، ۴۳-۹۶.
- خالقی، باقر؛ عاطفی همت، محمد؛ شامخی، تقی؛ و شیروانی، انوشیروان (۱۳۹۴). دانش اکولوژیک سنتی مردم محلی از خواص دارویی گیاهان علفی و بوته ای در حوزه ایلگنه چای ارسباران. *دانش های بومی ایران*، ۲ (۴)، ۲۰۳-۲۳۴.
- دادرسی سبزواری، ابوالقاسم؛ و نیک کامی، داود (۱۳۹۶). اثر اجرای کاربری بهینه اراضی و اعمال شیوه های صحیح مدیریتی در حوزه آبخیز ششم خراسان رضوی بر کاهش فرسایش خاک و افزایش درآمد. *مهندسی و مدیریت آبخیز*، ۹ (۱)، ۷۱-۸۶.
- دهخدا، علی اکبر (۱۳۳۶ الف). *لغت نامه* (حرف ق). تهران: نشر سیروس.
- دهخدا، علی اکبر (۱۳۳۶ ب). *لغت نامه* (حرف ک- کاخ هشت بهشت). تهران: نشر سیروس.
- دیفرخش، سیده معصومه؛ بارانی، حسین؛ و پوررضایی، جواد (۱۳۹۳). قوم گیاه شناسی گیاهان غیر علوفه ای منطقه دلی کما (دره ای کوهستانی در زاگرس مرکزی). *فصلنامه علوم اجتماعی*، ۲۱ (۶۷)، ۱۵۳-۲۰۵.
- دور، سمیه؛ و قوام، منصوره (۱۳۹۵). بررسی دانش بومی کاربردهای درمانی مومنائی (مطالعه موردی: شهرستان بهبهان). *دانش های بومی ایران*، ۳ (۵)، ۱۵۳-۱۷۲.
- رضوی، منصوره (۱۳۹۴). دانش بومی استفاده از گیاهان خودرو در شمال شرق خوزستان: مطالعه موردی شهرستان ایذه. *دانش های بومی ایران*، ۲ (۳)، ۱۰۲-۱۴۰.
- سلیمی مؤید، سلیم (۱۳۹۰). نقش گیاهان در درمان بیماری های انسانی بین کرمانج های خراسان. *تاریخ پزشکی*، ۳ (۶)، ۱۶۱-۱۹۲.
- عارف زاده، محمدامین؛ عباسی، حسین نژاد؛ و خورشیدی، محمدتقی (۱۳۹۰). *استان شناسی خراسان رضوی*. تهران: شرکت چاپ و نشر کتاب های درسی ایران.
- عموآقایی، ریحانه (۱۳۸۵). تأثیر نور، مدت زمان سرمادهی و سن بذر بر جوانه زنی بذرهای کما (*Ferula ovina*). *مجله تولید و فرآوری محصولات زراعی و باغی*، ۱۰ (۳)، ۲۸۹-۲۹۷.
- عمید، حسن (۱۳۷۲). *فرهنگ عمید* (جلد اول). تهران: نشر امیرکبیر.
- فرهادی، مرتضی (۱۳۸۵). گیاه مردم نگاری با چکیده و نمونه هایی از گیاه مردم نگاری گیاهان خودروی کمره. *فصلنامه علوم اجتماعی*، ۱۳ (۳۴)، ۹۶-۴۱.
- فرهادی، مرتضی (۱۴۰۵). نگاهی گیاه مردم شناسی در قلمروی رویشی گیاه جی غال اسمک (جوگاسم) در ایران. *پژوهش های زیست قوم شناسی و توسعه پایدار*، ۱ (۱)، ۱-۴۰.
- فکوهی، ناصر (۱۳۸۵). *پاره های انسان شناسی*. تهران: نشر نی.
- فکوهی، ناصر (۱۳۹۳). *تاریخ اندیشه و نظریه های انسان شناسی*. تهران: نشر نی.
- فروزه، محمدرحیم؛ حشمتی، غلامعلی؛ و بارانی، حسین (۱۳۹۵). دانش سنتی بهره برداری از گیاهان خودرو در تهیه خوراک (نمونه موردی: عشایر مرتع دیلگان). *دانش های بومی ایران*، ۳ (۵)، ۲۳-۵۸.
- قوام، منصوره؛ جیحونی نایینی، حدیثه؛ و کیانی سلمی، صدیقه (۱۳۹۴). دانش سنتی و بومی کاربرد گیاهان دارویی در شهرستان نایین. *دانش های بومی ایران*، ۲ (۴)، ۱۷۷-۲۰۱.
- کریمیان، وحید؛ سپهری، عادل؛ و بارانی، حسین (۱۳۹۵). واکاوی دانش بومی پیرامون گیاه گنبو (آنگوزه) در مراتع زاگرس (مطالعه موردی: تنگ سرخ، استان کهگیلویه و بویراحمد). *دانش های بومی ایران*، ۴ (۶)، ۵۲-۱.
- کمکی، امان محمد؛ بارانی، حسین؛ و شریفیان بهرمان، ابوالفضل (۱۳۹۴). دانش بومی مردم ترکمن درباره قارچ دنبان صحرایی. *دانش های بومی ایران*، ۲ (۳)، ۶۷-۱۰۱.
- کیاسی، یاسمن؛ فروزه، محمدرحیم؛ میردیلیمی، سیده زهره؛ و نیک نهاد، حمید (۱۳۹۸). گیاه مردم نگاری گونه های خوراکی، دارویی و صنعتی مرتع خوش ییلاق استان گلستان. *دانش های بومی ایران*، ۶ (۱۱)، ۱۵۱-۲۰۴.
- لاوری، نرگس؛ قاسمی، مجتبی؛ و نبی پور، ایرج (۱۳۹۶). اتنوفارماکولوژی گیاهان دارویی جنوب غربی کوه مند. *طب جنوب*، ۲۰ (۴)، ۳۸۰-۳۹۸.
- محتشم، حسن (۱۳۷۳). *فرهنگ نامه بومی سبزوار*. سبزوار: دانشگاه آزاد اسلامی واحد سبزوار.

- محمدی، غلامرضا؛ و علیها، مسعود (۱۳۶۸). *مطالبی پیرامون باریجه*. تهران: انتشارات مؤسسه تحقیقات جنگل ها و مراتع.
- مظفریان، ولی الله (۱۳۹۱). *شناخت گیاهان دارویی و معطر ایران*. تهران: فرهنگ معاصر.
- مظفریان، ولی الله (۱۳۹۹). *نگاهی به گیاهان تیره چتریان در ایران و ارزش و اهمیت آن ها (جنس های تک گونه، کاربردها و مصارف، پراکندگی جغرافیایی، گونه های انحصاری)*. *طبیعت ایران*، (۴۴)، ۶۷-۴۳.
- مقصودی، منیژه؛ و پارسا پزوه، سپیده (۱۳۹۰). *گیاه قوم شناسی منطقه پس قلعه در شمال شهر تهران. پژوهش های انسان شناسی ایران*، (۲)، ۱۶۱-۱۳۷.
- مقصودی، منیژه؛ و صالحی، پروین (۱۳۹۳). *گیاه قوم شناسی منطقه اوان. فصلنامه علوم اجتماعی*، (۶۷)، ۲۴۳-۲۷۳.
- میردیل می، سیده زهره؛ حشمتی، غلامعلی؛ و بارانی، حسین (۱۳۹۳). *مطالعه اتنوبوتانی و اتنواکولوژی گونه های دارویی کچیک (مطالعه موردی: مراتع کچیک در شمال شرق استان گلستان)*. *دانش های بومی ایران*، (۲)، ۱۲۹-۱۵۴.
- صلواتی نیک، صدیقه؛ سعادت، سعید؛ و علامه، سیدمحسن (۱۳۹۹). *بررسی زیست محیطی پراکنش آلودگی فلزات سنگین در خاک های منطقه ششتمد (شمال شرق ایران)*. *آب و خاک (علوم و صنایع کشاورزی)*، ۳۴ (۳)، ۷۲۱-۷۳۵.
- ملک راه، علیرضا (۱۳۸۵). *آیین های شفا: مباحثی در مردم شناسی پزشکی؛ جنگ، قدرت و بیماری*. تهران: نشر افکار.
- میرزایی، علی؛ بهمنش، بهاره؛ محمدی استاد کلاویه، امین؛ و شهرکی، محمدرضا (۱۳۹۶). *دانش بومی گیاهان دارویی از دیدگاه بهره برداران عشایری در مرتع چهل کمان استان خراسان رضوی*. *دانش های بومی ایران*، (۷)، ۱۵۷-۲۰۱.
- ودادهیر، ابوعلی؛ غربی، موسی الرضا؛ مقصودی، منیژه؛ و امیدوار، نسرين (۱۳۹۵). *کما؛ پیوستاری از کاربرد و طرد: معنای فرهنگی یک تغذیه گیاهی در منطقه ششتمد سبزوار*. *دانش های بومی ایران*، (۵)، ۱۰۷-۱۵۱.
- یوسفوند، سهیلا؛ شریفیان، ابوالفضل؛ و قطب الدینی، حمیدرضا (۱۴۰۲). *مطالعه اتنوبوتانی گیاه گل میمونی سازوئی (Scrophularia striata Boiss) و گاوزبان (Anchusa italica) با استفاده از دانش سنتی*. *دانش های بومی ایران*، (۲۰)، ۳۱۹-۳۵۲.
- یوسفی سرحدی، سجاد احمد؛ و یگانه بدرآبادی، حسن (۱۳۹۴). *معرفی برخی خصوصیات مورفولوژیکی و دارویی گیاه باریجه (Ferula gummosa Boiss) در ایران*. *همایش بین المللی پژوهش های کاربردی در کشاورزی، تهران*.

References

- Akbarzadeh, T., Shams Ardekani, M., Karimpour-Razkenari, E., Vahedi Mazdabadi, N., Saeedi, M., Jahanbakhsh, S., et al. (2016). Investigation of some Iranian foods known as “Ash” and “Shourba” for disease prevention from the viewpoint of Iranian traditional medicine. *Complementary Medicine Journal*, 6(2), 1535–1550.
- Alimirzaei, F., Mohammadi Kalayeh, A., & Shahraki, M. (2017). Local knowledge of medicinal plants from the viewpoint of nomads in the rangelands of Chehel-Kaman, North Khorasan Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 4(7), 157–201. <https://doi.org/10.22054/qjik.2018.29799.1092> (in Persian)
- Amid, H. (1993). *Amid Dictionary* (Vol. 1). Amir Kabir Publishing. (in Persian)
- Amooaghaie, R. (2006). The effect of light, cold duration and seed age on seed germination of *Ferula ovina*. *Journal of Crop Production and Processing*, 10(3), 289–298.
- Amrollahi Jalalabadi, A., Frouzeh, M. R., Barani, H., & Yeganeh, H. (2020). Study of indigenous knowledge of plants used by exploiters in Ghooghar rangelands of Baft, Kerman Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 7(14), 369–424. (in Persian)
- Arefzadeh, M. A., Abbasi-Hosseinejad, H., Khorshidi, M. T., et al. (2011). *Provincial Studies of Khorasan Razavi*. Iran Textbook Publishing Company. (in Persian)
- Ayreen, P. E. (2018). *Ethnomedicine: A review of medical cultures and subcultures* (A. Saeb, Trans.). Farhameh Publishing. (in Persian)
- Barth, F. (2008). *Theory and method in anthropology for students* (Sh. Saeedi, Trans.). Cultural Research Office. (in Persian)
- Bates, D., & Plog, F. (2006). *Cultural anthropology* (M. Salasi, Trans.). Elmi Publishing. (in Persian)
- Bazgir, A., Namiranian, M., & Atefi Hemmat, M. (2015). Ethnobotany of Oak (Baroodar) in Kakasharaf region, Khorramabad city. *Indigenous Knowledge of Iran*, 2(3), 179–222. (in Persian)
- Bazgir, A., & Pourhashemi, M. (2021). Ethnobotany of wild plants in Bestam region of Selseleh County, Lorestan Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 8(15), 85–158. <https://doi.org/10.22054/qjik.2021.60367.1265> (in Persian)
- Behmanesh, B., Mohebbi, R., Mirdeilami, S. Z., Hajili-Davaji, A., & Tavan, M. (2022). Local knowledge of poisonous and medicinal plants for livestock among nomadic Turkmen pastoralists in the winter rangelands of Maraveh-Tappeh, Golestan Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 9(17), 289–320. <https://doi.org/10.22054/qjik.2023.56952.1264> (in Persian)
- Bromberger, C. (2014). Food habits and cultural boundaries in northern Iran. In *We are what we eat: Culinary cultures in the Middle East* (M. Arabestani, Trans., pp. 312–342). Farhameh Publishing. (in Persian)
- Dadrasi Sabzevar, A., & Nikkami, D. (2017). Effect of land use optimization and application of proper management practices in Shashtamad watershed of Khorasan Razavi on soil erosion reduction and income increase. *Journal of Watershed Engineering and Management*, 9(1), 71–86. <https://doi.org/10.22092/ijwmse.2017.108789> (in Persian)
- Dehkhoda, A. A. (1957a). *Dictionary (Letter K)*. Sirus Publishing. (in Persian)
- Dehkhoda, A. A. (1957b). *Dictionary (Letter Q)*. Sirus Publishing. (in Persian)
- Dey, I. (1993). *Qualitative data analysis: A user-friendly guide for social scientists*. Sage.
- Deifrahsh, S. M., Barani, H., & Pourrezaei, J. (2014). Ethnobotany of non-forage plants in Deli Koma region (a mountainous valley in the Central Zagros). *Journal of Social Sciences*, 21(67), 153–205. (in Persian)
- Door, S., & Ghavam, M. (2016). Indigenous knowledge of therapeutic applications of Mominai: A case study of Behbahan. *Indigenous Knowledge of Iran*, 3(5), 153–172. <https://doi.org/10.22054/qjik.2016.7928> (in Persian)
- Ekor, M. (2014). The growing use of herbal medicines: Issues relating to adverse reactions and challenges in monitoring safety. *Frontiers in Pharmacology*, 4, 177. <https://doi.org/10.3389/fphar.2013.00177>
- Eriksen, T. H. (2018). *Medical anthropology: A review of cultures and medical subcultures* (A. Saeb, Trans.). Farhameh Publishing. (in Persian)
- Fakouhi, N. (2006). *Fragments of anthropology*. Ney Publishing. (in Persian)
- Fakouhi, N. (2014). *History of thought and anthropological theories*. Ney Publishing. (in Persian)

- Farhadi, M. (2006). Ethnography with examples of wild plants of Kamareh. *Social Sciences*, 13(34–35), 41–96. (in Persian)
- Farhadi, M. (2026). An ethnobotanical view on the phytogeography of Jighalsmak (Joghasem) in Iran. *The Research in Ethnobiology and Sustainable Development*, 1(1), 1–40. <https://doi.org/10.22034/jresd.2025.549919.1006> (in Persian)
- Forouzeh, M. R., Heshmati, G., & Barani, H. (2016). Traditional knowledge of wild plant use in food preparation: A case study of nomads in Deylgan rangelands. *Indigenous Knowledge of Iran*, 3(5), 23–58. <https://doi.org/10.22054/qjik.2017.7748.1011> (in Persian)
- Ghavam, M., Jeyhoni, H., & Kiani Salmi, S. (2015). Status and factors associated with the use of medicinal plants in Nain. *Indigenous Knowledge of Iran*, 2(4), 179–204. <https://doi.org/10.22054/qjik.2017.11036.1018> (in Persian)
- Hosseini, M., Forouzeh, M. R., & Barani, H. (2018). Indigenous knowledge of local communities about edible plants in Zebarkhan rangelands, Neyshabur. *Indigenous Knowledge of Iran*, 5(9), 43–96. <https://doi.org/10.22054/qjik.2019.39847.1143> (in Persian)
- Jamshidi, R., Najari Moghadam, A., & Parvarandeh, H. (2021). *Development document of Sheshtamad County*. Khorasan Razavi Management and Planning Organization. (in Persian)
- Karimian, V., Sepehry, A., & Barani, H. (2017). Analysis of indigenous knowledge on Ganaboo plant (*Ferula assa-foetida* L.) in the rangelands of Zagros. *Indigenous Knowledge of Iran*, 3(6), 1–52. <https://doi.org/10.22054/qjik.2017.18826.1050> (in Persian)
- Khaleghi, B., Atefi Hemat, M., Shamkhi, T., & Shirvani, A. (2016). Traditional ecological knowledge of medicinal shrubs and herbaceous plants in Arasbaran Forest. *Indigenous Knowledge of Iran*, 2(4), 205–236. <https://doi.org/10.22054/qjik.2017.14392.1035> (in Persian)
- Kiasi, Y., Forouzeh, M. R., Mirdeilami, S. Z., & Niknahad, H. (2019). Ethnobotany of edible, medicinal and industrial plant species in Khosh Yeylagh rangelands, Golestan Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 6(11), 151–204. <https://doi.org/10.22054/qjik.2020.50142.1192> (in Persian)
- Komaki, A. M., Barani, H., & Sharifian, A. (2015). Indigenous knowledge of desert truffles among Turkmen people. *Indigenous Knowledge of Iran*, 2(3), 73–103. <https://doi.org/10.22054/qjik.2015.5307> (in Persian)
- Lavari, N., Ghasemi, M., & Nabipour, I. (2017). Ethnopharmacology of medicinal plants in the southwest of Mond Mountain. *Iran South Medical Journal*, 20(4), 380–398. (in Persian)
- Łuczaj, Ł. (2023). Descriptive ethnobotanical studies are needed for the rescue operation of documenting traditional knowledge. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 19, Article 37.
- Maghsoudi, M., & Parsapajouh, S. (2011). Ethnobotany of the Pas-Qaleh region in northern Tehran. *Iranian Journal of Anthropological Research*, 1(2), 137–161. (in Persian)
- Maghsoudi, M., & Salehi, P. (2014). Ethnobotany of the Ovan region. *Journal of Social Sciences*, 21(67), 243–273. <https://doi.org/10.22054/qjss.2015.1239> (in Persian)
- Malekrah, A. (2006). *Healing rituals: Topics in medical anthropology, war, power and disease*. Afkar Publishing. (in Persian)
- Mirdeilami, S. Z., Heshmati, G., & Barani, H. (2014). Ethnobotanical and ethnoecological study of medicinal species of Kechik (Case study: Kechik rangelands in the northeast of Golestan province). *Indigenous Knowledge of Iran*, 1(2), 129–154. <https://doi.org/10.22054/qjik.2016.1567> (in Persian)
- Mirzaei Ali, B., Bahmanesh, B., Mohammadi Ostad Kalayeh, A., & Shahraki, M. R. (2017). Indigenous knowledge of medicinal plants from the perspective of nomadic exploiters in Chehel-Kaman rangelands, North Khorasan Province. *Indigenous Knowledge of Iran*, 4(7), 157–201. (in Persian)
- Mohammadi, G., & Aliha, M. (1989). *Topics about Barijeh* [Topics about Barijeh]. Research Institute of Forests and Rangelands Publications. (in Persian)
- Mohtasham, H. (1994). *Local Encyclopedia of Sabzevar*. Islamic Azad University of Sabzevar. (in Persian)
- Mozaffarian, V. (2012). *Identification of medicinal and aromatic plants of Iran*. Farhang-e Moaser Publications. (in Persian)
- Mozaffarian, V. (2020). A short survey of the plants of the Umbelliferae (Apiaceae) family in Iran and their value and importance: Monospecific genera, geographical distribution, endemism, medicinal and other uses. *Iran Nature*, 5(5), 43–67. <https://doi.org/10.22092/irn.2020.122851> (in Persian)

- Omidi Nowbijar, M., Barani, H., Forouzeh, M. R., & Abedi Sarvestani, A. (2026). The knowledge of food processing and preservation in the traditional food system of Gilan Province. *Research in Ethnobiology and Sustainable Development*, 1(1). <https://doi.org/10.22034/jresd.2025.229007>
- Razavi, M. (2015). Indigenous knowledge of using wild plants in northeastern Khuzestan: A case study of Izeh County. *Indigenous Knowledge of Iran*, 2(3), 108–146. <https://doi.org/10.22054/qjik.2015.5308> (in Persian)
- Salavati Nik, S., Saadat, S., & Allameh, S. M. (2020). Environmental study of the distribution of heavy metals contamination in soils of Sheshtamad area (Northeast of Iran). *Journal of Water and Soil (Agricultural Sciences and Technology)*, 34(3), 721–735. (in Persian)
- Salimi Moayed, S. (2011). The role of plants in the treatment of human diseases among the Kurds (Kurmanj) of Khorasan. *History of Medicine*, 3(6), 161–192. <https://doi.org/10.22037/mhj.v3i6.10238> (in Persian)
- Vaddadhir, A., Gharbi, M., Maghsoudi, M., & Omidvar, N. (2016). Koma: A spectrum of use and exclusion; cultural meanings of a food plant in the Sheshtamad region of Sabzevar, Khorasan Razavi Province, Iran. *Indigenous Knowledge of Iran*, 3(5), 107–151. (in Persian)
- Yousefi Sarhadi, S. A., & Yeganeh Badrabadi, H. (2015). Introducing some morphological and medicinal properties of *Ferula gummosa* Boiss. plant in Iran [Conference presentation]. International Conference on Applied Research in Agriculture, Tehran, Iran. (in Persian)
- Yousefvand, S., Sharifian, A., & Qotbaldini, H. R. (2023). An ethnobotanical study of *Scrophularia striata* Boiss. and *Anchusa italica* Retz. using traditional knowledge. *Indigenous Knowledge of Iran*, 10(20), 319–352. <https://doi.org/10.22054/qjik.2023.71036.1342> (in Persian)