



وزارت جهاد کشاورزی
سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی
مؤسسه آموزش و ترویج کشاورزی

کاشت، داشت و برداشت سنجد

| | |
|---------------------|---|
| سرشناسه | : رجب‌زاده، محمد، ۱۳۵۰- |
| عنوان و نام پدیدآور | : کاشت، داشت و برداشت سنجد/نویسندگان محمد رجب‌زاده و محمدرضا هریوندی؛ ویراستاران ترویجی آیدا شهریاری، نصیبه پورفاتح؛ ویراستار ادبی سمیرا میرنظامی؛ تهیه شده در معاونت آموزش و ترویج کشاورزی، دفتر شبکه دانش و رسانه‌های ترویجی. |
| مشخصات نشر | : تهران: سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی، معاونت آموزش و ترویج کشاورزی، نشر آموزش کشاورزی، ۱۳۹۹. |
| مشخصات ظاهری | : ۲۴ ص. |
| شابک | : 978-964-520728-9 |
| وضعیت فهرست نویسی | : فیبا |
| موضوع | : سنجد |
| موضوع | : Elaeagnus |
| شناسه افزوده | : هریوندی، محمدرضا، ۱۳۴۷- |
| شناسه افزوده | : سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی. معاونت آموزش و ترویج کشاورزی. نشر آموزش کشاورزی |
| شناسه افزوده | : سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج کشاورزی. دفتر شبکه دانش و رسانه‌های ترویجی |
| رده بندی کنگره | : QK۴۹۵ |
| رده بندی دیویی | : ۵۸۳/۸۲ |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۷۳۵۸۰۷۱ |
| وضعیت رکورد | : فیبا |

ISBN:978-964-520-728-9

شابک: ۹-۷۲۸-۵۲۰-۹۶۴-۹۷۸



نشر آموزش کشاورزی

عنوان: کاشت، داشت و برداشت سنجد

نویسندگان: محمد رجب‌زاده و محمدرضا هریوندی

مدیر داخلی: شیوا پارسانیک

ویراستاران ترویجی: آیدا شهریاری، نصیبه پورفاتح

ویراستار ادبی: سمیرا میرنظامی

تهیه‌شده در: مؤسسه آموزش و ترویج کشاورزی، دفتر شبکه دانش و رسانه‌های ترویجی

ناشر: نشر آموزش کشاورزی

نمونه خوان: افسانه شایسته

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

قیمت: رایگان

مسئولیت درستی مطالب با نویسندگان است.

شماره ثبت در مرکز فن آوری اطلاعات و اطلاع رسانی کشاورزی ۵۸۲۴۰ به تاریخ ۹۹/۰۶/۲۹ است.

نشانی: تهران، خیابان آزادی، بین نواب و رودکی، پلاک ۲۰۵، مؤسسه آموزش و ترویج کشاورزی، طبقه ۱۲

تلفن: ۶۶۴۳۰۴۶۵ تلفکس: ۶۶۴۳۰۴۶۴

کد پستی: ۱۴۵۷۸۹۶۶۸۱



مخاطبان:

کشاورزان، تولیدکنندگان سنجد،
کارشناسان و مروجان مسئول پهنه‌های تولیدی.

اهداف آموزشی:

شما پس از مطالعه این نشریه با میوه سنجد و توصیه‌های فنی برای
کاشت و داشت و برداشت آن آشنا می‌شوید.

فهرست

| صفحه | عنوان |
|------|-------------------------------|
| ۷ | مقدمه |
| ۸ | خواص و موارد مصرف سنجد |
| ۸ | گیاه‌شناسی سنجد |
| ۱۱ | شرایط محیطی برای رشد سنجد |
| ۱۱ | درجه حرارت |
| ۱۱ | نور |
| ۱۲ | خاک |
| ۱۲ | باد |
| ۱۳ | روش‌های تکثیر سنجد |
| ۱۳ | تکثیر از طریق بذر |
| ۱۳ | تکثیر به وسیله قلمه |
| ۱۵ | تکثیر به وسیله خوابانیدن ساقه |
| ۱۶ | عملیات داشت |
| ۱۶ | آبیاری |
| ۱۷ | هرس |
| ۱۷ | آفات و بیماری |
| ۱۸ | برداشت |
| ۲۰ | خواص دارویی سنجد |
| ۲۳ | خلاصه مطالب |
| ۲۴ | خودآزمایی |

مقدمه

میوه سنجد از زمان‌های گذشته در سبد غذایی ایرانیان جا داشته و در اعیاد سنتی به آن توجهی خاص مبذول شده است. سنجد درختی است بومی آسیای غربی و از اروپا تا هیمالیا پراکنده شده است. در ایران نیز در نواحی استپی کشور به صورت خودرو یافت می‌شود. ویژگی‌های زیستی طرح توسعه کشت درخت سنجد عبارت است از: کم‌ترین میزان سرمایه‌گذاری، کم‌ترین نیاز آبی (یک‌سوم بادام دیم)، مقاومت کامل در برابر سرمازدگی، حاصلخیز کردن خاک بستر توسط ریشه درختان سنجد، رشد سریع. درخت «سنجد» می‌تواند هیولای خشک‌سالی را عقب براند. بنابراین توسعه کاشت گیاه دارویی سنجد، به دلیل نیاز آبی کم در شرایط دیم، با کم‌ترین هزینه نگهداری و برداشت موجب ایجاد اشتغال پایدار، افزایش درآمد کشاورزان و گسترش صنایع جنبی آن می‌شود. از ویژگی‌های درخت سنجد، قابلیت ایجاد کمر بند سبز به عنوان بادشکن است. احداث بادشکن‌های نواری چندمنظوره با گونه غالب سنجد پیرامون باغ‌ها، مزارع، مراتع، دیمزارها و دامداری‌ها هم برای کشاورزان آورده اقتصادی دارد و هم از جابه‌جایی و فرسایش خاک آن‌ها در اثر عوامل طبیعی و انسانی جلوگیری می‌کند که ویژگی بسیار ارزنده‌ای برای حفظ زیست‌بوم کشور است.

خواص و موارد مصرف سنجد

امروزه از درخت سنجد و میوه آن در صنایع غذایی، بهداشتی، دارویی، عطرسازی و صنایع چوب استفاده می‌شود. میوه سنجد شیرین و کمی گس است. طبیعت آن سرد و خشک و یبوست‌آور است. جوشانده برگ درخت سنجد خاصیت جمع‌کنندگی و ضداسهال دارد و بهترین دارو برای اسهال کودکان است. این میوه از نظر غذایی کم‌کالری است. علاوه بر تازه‌خوری میوه سنجد، با استخراج اسانس از گل سنجد، ارزش افزوده خوبی به دست می‌آید. وجود بازاری‌های هدف در خارج از کشور و نیز ۱۰ فراوری دارویی، ۳ صنعت آرایشی و ۷ صنعت غذایی از جمله موارد مصرف سنجد است.

گیاه‌شناسی سنجد

درخت سنجد بومی مناطق غربی و مرکزی آسیاست. رویشگاه این درخت به دلیل سازگاری آن با محیط‌های مختلف در اغلب نقاط کره زمین (به‌ویژه مناطق معتدل) از جمله آمریکای شمالی، اروپای شرقی و غربی، آسیای مرکزی و شمالی و... است. این گیاه در نواحی سرد و معتدل رشد می‌کند. سنجد درختی به ارتفاع ۵ تا ۷ متر است که بر روی ساقه‌های برخی گونه‌های آن خارهایی نیز وجود دارد. ساقه‌ها، جوانه‌ها و برگ‌ها از فلس‌هایی کوچک به رنگ نقره‌ای-خاکستری پوشانده شده‌اند و به همین دلیل برخی از قسمت‌های این گیاه به‌خصوص برگ‌ها سبز-خاکستری به نظر می‌رسند. برگ‌های درخت سنجد کاملاً کشیده و بدون دندانه هستند. قسمت زیرین برگ خاکستری است و سطح رویه آن سبز تیره است. گل‌های زرد، سفید و خاکستری‌رنگ این گیاه به قطر حدود

۱ سانتی متر و معطر است و در دسته‌های ۱ تا ۳ عددی از اواسط تا اواخر بهار شکوفا می‌شوند و فضا را به‌خصوص در عصرهنگام از عطر پر می‌کنند. گل‌ها به‌صورت نر، ماده یا حد واسط هستند، گل‌های نر ۴ پرچم دارند و گل‌های ماده دارای یک مادگی هستند. گل‌های نر و ماده توأمان دارای ۴ پرچم و یک مادگی هستند (شکل ۱).



شکل ۱- گل درخت سنجد

میوه‌های سنجد نارنجی-قرمز رنگ است و ۱ تا ۲ سانتی متر طول دارند و در پاییز می‌رسند. میوه‌ها خوراکی و شیرین هستند. این درختان نسبتاً دیرگل هستند و حدود دو ماه بعد از رفع سرمای بهاره گل می‌دهند (شکل ۲). به‌طور کلی ۳ نوع درخت سنجد در دنیا وجود دارد که ۲ نوع

هلاگنوس و هیپوفار در ایران موجود است. درخت سنجد هلاگنوس به دلیل درشتی میوه، قامت بلند، نداشتن خار و برگ‌های پهن به درخت سنجد هیپوفار برتری دارد. تنه‌ها و شاخه‌های درخت منعطف است و روی ریشه آن هم برجستگی‌های دارای میکوریزا وجود دارد که ازت جوی را تثبیت می‌کنند.



شکل ۲- درخت سنجد در مرحله گل‌دهی

شرایط محیطی برای رشد سنجد

درجه حرارت

درختان سنجد در زمستان سرما را تا ۳۴- درجه سانتی‌گراد به خوبی تحمل می‌کنند. اگر زمستان سردتر از این حد شود و به خصوص بادهای سرد و خشک وجود داشته باشند، احتمال آسیب دیدن سرشاخه‌های این گیاه و خشک شدن آنان وجود دارد؛ اما معمولاً خطر دیگری گیاه را تهدید نمی‌کند. این گیاه مشکلی با تابستان‌های گرم ندارد و تا دمای ۴۵ درجه سانتی‌گراد را در تابستان به خوبی تحمل می‌کند و در اکثر نقاط کشور بدون هیچ مشکلی قابل کشت و پرورش است. تنها محدودیت کشت درختان سنجد در کشور، وجود شرایط رطوبتی هوای بیش از ۶۵ درصد است که در این شرایط، گل‌های سنجد غالباً ریزش خواهند کرد و به میوه تبدیل نمی‌شوند. طبیعتاً در استان خراسان این محدودیت وجود ندارد. در مناطق بادخیز هم رشد و عملکرد مطلوبی دارد. به همین دلیل در مناطق بادخیز کاشت آن به‌عنوان بادشکن توصیه می‌شود.

نور

این گیاه به مکانی با نور کامل آفتاب یعنی حداقل ۶ تا ۸ ساعت نور مستقیم آفتاب نیاز دارند. سایه اندک را تا حدودی تحمل می‌کند. سایه‌بودن محیط و کمبود نور یکی از دلایل عدم گل‌دهی این گیاهان است. اگر سایه بیش از اندازه باشد، علاوه بر عدم گل‌دهی و میوه‌دهی، گیاه رشد خوبی نخواهد داشت و ساقه‌ها بلند و باریک می‌شوند و فاصله برگ‌ها بر روی ساقه افزایش می‌یابد.

خاک

درخت سنجد با انواع خاک‌ها مشکلی ندارد؛ اما عدم ماندگاری آب در خاک آنان مهم است، زیرا این مسئله می‌تواند موجب پوسیدگی و از بین رفتن گیاه شود. بنابراین خاک محل کاشت آنان باید از زهکش خوبی برخوردار باشد. از نظر نوع خاک، کاشت این گیاه در زمین‌های سنگین دارای بافت متوسط و در کوهپایه‌های دارای سنگ‌ریزه زیاد و شیب‌دار سنگلاخی و فقیر موفق بوده است. اصولاً این درختان نیاز به کوددهی ندارند؛ اما استفاده از ۱۰ تا ۲۰ تن کود حیوانی پوسیده و نیز کود شیمیایی به میزان محدود توصیه می‌شود. در مناطق کوهپایه‌ای که در آن‌ها امکان کشت بسیاری از گیاهان زراعی و درختان محدود است، این گیاه می‌تواند به‌عنوان یک گیاه راهبردی و اقتصادی مورد توجه قرار گیرد. درخت سنجد حتی در شرایط اراضی شور یا آبیاری با آب شور هم تولید اقتصادی داشته است. این گیاه به خشکی محیط و شوری و قلیایی خاک مقاوم است.

باد

درخت سنجد در برابر وزش باد کاملاً مقاومت دارد و اغلب به‌عنوان بادشکن به کار می‌رود.

روش‌های تکثیر سنجد

روش‌های تکثیر درختان سنجد عبارت‌اند از: ۱- بذر؛ ۲- قلمه نیمه‌خشبی و خشبی؛ ۳- خوابانیدن.

تکثیر از طریق بذر

از بذرهای این گیاه می‌توان برای تکثیر آن استفاده کرد. زمانی که میوه‌ها رسیدند و شروع به تغییر رنگ کردند می‌توان آن‌ها را از درخت چید و قسمت گوشتی میوه را از هسته جدا کرد و با آب شست. باقی‌مانده گوشت میوه که به سطح هسته چسبیده است، باید به‌خوبی پاک شود. اگر هسته‌های این گیاهان بدون هیچ‌گونه تیماری کاشت شود، جوانه‌زنی آن‌ها می‌تواند حدود ۱۸ ماه طول بکشد. بنابراین می‌توان در آبان‌ماه هسته آماده را در میان خاک اره یا پیت موس مرطوب قرار داد و ابتدا به مدت ۴ هفته در دمای معمولی اتاق نگه داشت و سپس به مدت ۱۲ هفته در میان همان خاک اره و پیت موس مرطوب، اما در دمای ۱ تا ۵ درجه سانتی‌گراد نگهداری کرد و سپس آن‌ها را در میان مخلوط خاک برگ و شن کاشت کرد. گلدان محتوی بذرها در مکانی روشن و با دمای حدود ۲۴ درجه سانتی‌گراد قرار داده و مراقبت شود که سطح خاک خشک نشود. معمولاً اگر تمامی مراحل به شکل مناسبی انجام شده باشد، جوانه‌زنی هسته‌ها حدود ۶ هفته طول می‌کشد.

تکثیر به وسیله قلمه

اوایل تا اواسط تابستان از چوب نیمه‌سبز و در دوران رکود گیاه از قلمه چوب سخت می‌توان برای قلمه و تکثیر استفاده کرد. قلمه چوب

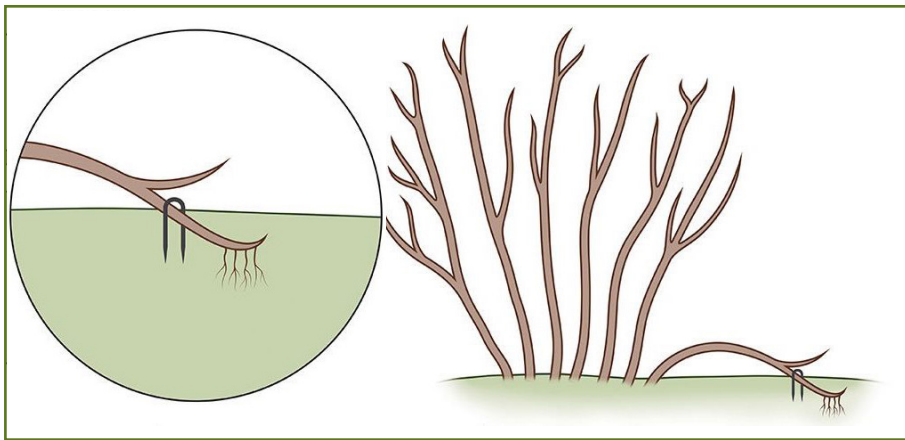
نیمه‌سبز به طول ۱۰ تا ۱۵ سانتی‌متر و قلمه چوب سخت تا حدودی بلندتر و در حد ۲۵ سانتی‌متر تهیه می‌شود. هر دو نوع قلمه از ساقه‌های حاصل از رشد سال جدید گرفته می‌شوند؛ اما اگر در قسمت پایین آن‌ها قطعه‌ای از چوب سال قبل نیز وجود داشته باشد، به ریشه‌زایی کمک می‌شود. عوامل دیگری که به ریشه‌زایی قلمه‌ها کمک می‌کند، استفاده از هورمون‌های ریشه‌زایی است. برای کاشت قلمه‌ها می‌توان از مخلوط خاک برگ (یک قسمت) و شن (دو قسمت با ذرات ۱ تا ۲ میلی‌متر) استفاده کرد. حداقل یک‌سوم از طول قلمه باید در مخلوط کاشت قرار گیرد. همچنین توجه کنید که در قلمه نیمه‌خشبی که برگ نیز دارد، برگ‌های قسمت پایین را حذف کنید و وجود ۱ تا ۲ برگ در بالای قلمه کافی است. در مورد این قلمه‌ها کشیدن پلاستیک شفاف بر روی قلمه‌ها به منظور افزایش رطوبت اطراف برگ‌ها یا اسپری آب به شکل روزانه به جلوگیری از پژمردگی قلمه‌ها کمک می‌کند و دمای مناسب حدود ۲۱ تا ۲۴ درجه سانتی‌گراد است (شکل ۳).



شکل ۳- تکثیر به وسیله قلمه

تکثیر به وسیله خوابانیدن ساقه

خوابانیدن ساقه‌های این گیاه به خصوص در انواعی که به شکل درختچه رشد می‌کنند، امکان‌پذیر است. ساقه‌ای که نزدیک به سطح زمین است، به شکلی خوابانده می‌شود که بخشی از طول آن در عمق حدود ۱۵ سانتی‌متری خاک قرار گیرد. اگر قبل از خوابانیدن ساقه بخشی از پوست ساقه را (حدود ۲ تا ۳ سانتی‌متر) از چوب جدا کنیم یا به بیان دیگر پوست را زخمی کنیم و بعد ساقه را در زیر خاک قرار دهیم، ریشه‌زایی سریع‌تر انجام می‌شود. به‌رحال این روش حدود ۱۲ ماه به طول می‌کشد و در دو نوبت از سال می‌توان آن را انجام داد: یکی اوایل بهار و دیگری اواخر تابستان و اوایل پاییز (شکل ۴). بعد از طی شدن این مدت زمان می‌توان ساقه‌های ریشه‌دار را از گیاه مادری جدا کرد و در مکانی جداگانه کاشت کرد. در حال حاضر بهترین روش تکثیر سنجد، ازدیاد به روش قلمه چوب سخت یا خشبی در دی‌ماه است.



شکل ۴- تکثیر به روش خوابانیدن

نکته

۱. ریشه تازه در اثر هوای سرد و خشک به سرعت آسیب می‌بیند و باید با خاک اره یا خاک برگ پوشانده شود. ریشه باید تا زمان کاشت مرطوب نگه داشته شود و اطراف نهال خوب نرم شود تا ریشه بتواند به خوبی داخل خاک نفوذ کند.
۲. درختانی که از طریق کشت بذر تکثیر می‌شوند، باید در اواخر زمستان پیوند شوند.
۳. تکثیر سنجد به صورت کاشت قلمه خشبی در زمین اصلی هم امکان‌پذیر است.
۴. کاشت نهال‌های ریشه‌دار معمولاً در اسفندماه در گودال‌هایی به عمق ۳۰ تا ۴۰ سانتی‌متر انجام می‌شود. رعایت فاصله کشت ۴ در ۵ متر، کمک شایانی به افزایش بازدهی محصول خواهد کرد.

عملیات داشت

آبیاری

درختان بالغ سنجد به کم‌آبی بسیار مقاوم هستند؛ ولی در سال اول بعد از کاشت نهال بهتر است که آبیاری را به شکل منظم و مرتب انجام داد تا توسعه سیستم ریشه به خوبی انجام گیرد. گیاهان بالغ شرایط خشکی خاک را به شکل قابل‌قبولی تحمل می‌کنند، به نحوی که می‌توان آبیاری آنان را هر ۳ هفته یک بار و حتی با مدت زمانی طولانی‌تر انجام داد. آبیاری بیش از اندازه و ماندگاری آب در محیط اطراف

ریشه‌ها از دلایل زردشدن و ریزش برگ‌ها و خزان زودرس این گیاه و در نهایت از بین رفتن تمامی گیاه است. آبیاری در ماه‌های تیر و مرداد برای تولید مطلوب درخت سنجد بسیار اهمیت دارد. در منطقه تبریز، به‌طور معمول، در سال اول و دوم طی فصل رشد هر ۱۵ روز یک بار آبیاری انجام می‌شود که این فواصل زمانی آبیاری از سال پنجم به بعد تا ۴۰ روز یک بار می‌تواند افزایش یابد. درخت سنجد در بین درختان مثمر کم‌ترین نیاز آبی را دارد و در مناطق دارای ۱۳۰ تا ۱۵۰ میلی‌متر بارندگی سبز می‌ماند و به‌خوبی رشد می‌کند.

هرس

درخت سنجد به هرس چندانی نیاز ندارد و تنها هرس این گیاه به‌منظور کنترل رشد تاج گیاه انجام می‌شود و برای میوه‌دهی درخت نیاز به هرس خاصی نیست. بهترین زمان هرس هنگامی است که گیاه در حال رکود زمستانی است. شاخه‌های بلند و شاخه‌هایی را که مرکز درخت را شلوغ و متراکم کرده‌اند، کوتاه می‌کنیم. توجه شود که بهتر است در هر مرتبه هرس بیش‌تر از ۳۰ درصد ساقه‌های گیاه کوتاه و حذف نشود؛ زیرا قطع شاخسار بیش از این مقدار می‌تواند موجب شوک‌شدن گیاه شود.

آفات و بیماری

آفات و بیماری چندان زیادی این گیاه را تهدید نمی‌کند. گاهی شپشک‌ها یا لاروهای حشرات خسارت محدودی وارد می‌کنند؛ لذا قابلیت تولید ارگانیک سنجد کاملاً فراهم است. از بیماری‌های این گیاه می‌توان

به لکه‌برگی، قانقاریا، پژمردگی ورتیسلیوم و سوختگی بلایت نیز اشاره کرد که معمولاً به‌دلیل شرایط نامساعد محیطی شیوع می‌یابند. سنجد جزو معدود درختانی است که آفت و بیماری خاصی نمی‌تواند در باغ‌ها ایجاد خسارت و محدودیت کند و می‌توان از بابت هزینه خرید سم و انجام عملیات سم‌پاشی آسوده‌خاطر بود.

ضمناً به‌علت مصرف‌نکردن سموم شیمیایی، می‌توان محصول سالم و ارگانیک به جامعه ارائه کرد.

برداشت

درخت سنجد در اواسط خردادماه شروع به گل‌دهی می‌کند و پس از یک دوره ۴ تا ۵ ماهه در فصل پاییز، از اواسط مهر تا اواخر آبان، زمان برداشت میوه این محصول است (شکل ۵). ولی معمولاً چون سنجدها متفاوت هستند، در زمان خرید آن می‌توان ملاحظه بیشتری کرد. افرادی که مایل به خرید عمده این محصول هستند باید در نظر داشته باشند محصولی که در اواسط مهر در بازار موجود است، ممکن است به‌طور کامل نرسیده باشد و رنگ کم‌تری نسبت به محصولی که در آبان می‌رسد، داشته باشد و طعم آن نیز گس است که زیاد موردپسند مشتریان نیست. بادهای پاییزی یکی از عوامل تأثیرگذار در شیرین‌شدن و قرمزی این میوه است.



شکل ۵- میوه سنجد رسیده و آماده برداشت

بهترین زمان برای خرید عمده سنجد آذرماه است؛ چون اکثراً بار از درختان جمع‌آوری شده و تمیز شده است (شکل ۶) و اگر این میوه کمی نمدار باشد، بعد از قراردادن یک یا دو هفته آن در انبار توسط باغداران از وزن ناخالص آن کم می‌شود. کسی که این محصول را به صورت عمده خریداری می‌کند، ضرر کاهش وزن آن را کم‌تر متحمل می‌شود.

این نکته نیز می‌تواند مورد توجه باشد که در آذرماه قیمت آن هم در بازار، ثابت شده است. برای بسته‌بندی این محصول بهترین روش، بسته‌بندی در پلاستیک‌های ۱۰ کیلویی است؛ زیرا از پوست‌شدن و خشک‌شدن آن جلوگیری می‌شود. گاهی دیده می‌شود که این محصول را در کارتن هم بسته‌بندی می‌کنند که این کار موجب خشک‌شدن محصول و بعد از مدتی پروانه‌گذاشتن محصول و خرابی آن می‌شود.



شکل ۶- برداشت سنجد

خواص دارویی سنجد

طبع میوه سنجد سرد و خشک است و میوه آن قابض است (شکل ۷). به سبب وجود ویتامین K در سنجد ضدخونریزی است. سنجد رفع کننده سموم معده و روده است. سردرد را تسکین می دهد. مصرف سنجد درمانگر ورم کیسه صفراست. سنجد باعث قوی شدن ساق پاها می شود، خصوصاً برای کودکان مصرف روزی ۲۰ تا ۵۰ دانه توصیه می شود. سنجد تب بر است. بهترین اثر سنجد، رفع کمبود ویتامین C بدن است. سنجد آنتی اسکلاتیک است و روند پیری را کند می کند.

همچنین سنجد برای ترمیم شکستگی، ترک استخوان و یوکی استخوان بی نظیر است؛ پودر هسته سنجد، غضروف ساز است و برای ترمیم مفاصل و کمردرد می توان آن را با شیر میل کرد. چون سرشار از فیبر و منبع غنی

از کلسیم است، خوردن آن به پیران و مادران شیرده توصیه می‌شود؛ زیرا از پوکی استخوان جلوگیری می‌کند، دستگاه گوارش را تقویت می‌کند، سردردهای میگرنی را درمان می‌کند، فراموشی و آلزایمر را کاهش می‌دهد و نیز موجب تیزهوشی نوزاد شیرخوار می‌شود.



شکل ۷- میوه سنجد رسیده

از دیگر فواید سنجد می‌توان به این موارد اشاره کرد :

- ✓ دارای خاصیت آنتی‌اکسیدانی قوی است.
- ✓ خاصیت ضدالتهابی دارد و التهابات معده و روده را می‌زداید.
- ✓ ضداسهال و قابض است؛ جوشانده برگ سنجد، بهترین دارو برای اسهال کودکان است.
- ✓ پودر هسته سنجد در درمان التهاب‌های حاد و مزمن کاربرد دارد و آرتروز را درمان می‌کند.
- ✓ ضدتب و درد است.
- ✓ بادشکن و ضدخ است.
- ✓ مقوی قلب است.
- ✓ از گل آن برای التیام زخم استفاده می‌شود.
- ✓ کم‌کالری و مقوی معده است.
- ✓ سنجد پخته‌شده در روغن زیتون، درد مفاصل و خارش پوست را درمان می‌کند و برای رشد مو مفید است.
- ✓ پودر هسته سنجد در درمان التهاب‌های حاد و مزمن کاربرد دارد و آرتروز را درمان می‌کند.

خلاصه مطالب

- ✓ در طب سنتی سنجد دارای خواص دارویی از جمله ضد تشنج، ضد درد، ضد التهاب، ضد نفخ، ضد استفراغ است. اثر شل‌کنندگی عضلات دارد و زخم معده را درمان می‌کند. همچنین سنجد برای ترمیم شکستگی، ترک استخوان و پوکی استخوان بی‌نظیر است؛ پودر هسته سنجد، غضروف‌ساز است و برای ترمیم مفاصل و کمردرد می‌توان آن را با شیر میل کرد.
- ✓ درخت سنجد بومی مناطق غربی و مرکزی آسیاست. رویشگاه این درخت به دلیل سازگاری آن با محیط‌های مختلف در اغلب نقاط کره زمین (به‌ویژه مناطق معتدل) از جمله آمریکای شمالی، اروپای شرقی و غربی، آسیای مرکزی و شمالی و... است.
- ✓ کاشت این گیاه در زمین‌های سنگین دارای بافت متوسط و دارای زهکش مناسب و در کوهپایه‌های دارای سنگریزه زیاد و شیب‌دار سنگلاخی و فقیر موفق بوده است. سنجد حتی در شرایط اراضی شور یا آبیاری درختان سنجد با آب شور هم تولید اقتصادی داشته است. این گیاه به خشکی محیط و شوری و قلیایی خاک مقاوم است.
- ✓ روش‌های تکثیر درختان سنجد عبارت‌اند از: ۱- بذر؛ ۲- قلمه نیمه‌خشبی و خشبی؛ ۳- خوابانیدن. در حال حاضر بهترین روش تکثیر سنجد، ازدیاد به روش قلمه چوب سخت یا خشبی در دی‌ماه است.

- ✓ کاشت نهال‌های ریشه‌دار معمولاً در اسفندماه در گودال‌هایی به عمق ۳۰ تا ۴۰ سانتی‌متر انجام می‌شود. رعایت فاصله کشت ۴ در ۵ متر، کمک شایانی به افزایش بازدهی محصول خواهد کرد.
- ✓ درختان بالغ سنجد به کم‌آبی بسیار مقاوم هستند؛ ولی در سال اول بعد از کاشت نهال بهتر است که آبیاری را به شکل منظم و مرتب انجام داد تا توسعه سیستم ریشه به خوبی انجام گیرد.
- ✓ آفات و بیماری‌های چندانی این گیاه را تهدید نمی‌کند. گاهی شپشک‌ها یا لاروهای حشرات خسارت محدودی وارد می‌کنند. لذا قابلیت تولید ارگانیک سنجد کاملاً فراهم است. از بیماری‌های این گیاه می‌توان به لکه‌برگی، قانقاریا، پژمردگی ورتیسلیوم و سوختگی بلایت نیز اشاره کرد که معمولاً به دلیل شرایط نامساعد محیطی شیوع می‌یابند.

خودآزمایی

۱. آب و هوا و خاک مناسب برای پرورش سنجد را بیان کنید؟
۲. روش‌های تکثیر سنجد را توضیح دهید؟
۳. نکات مهم در آبیاری سنجد که باید به آن توجه کرد، کدام است؟
۴. نحوه کوددهی به باغ سنجد را توضیح دهید؟
۵. درباره زمان برداشت سنجد توضیح دهید؟
۶. از خواص دارویی سنجد چند مورد را بیان کنید؟