

نام عرق	طبع	خواص	نحوه مصرف
عرق آویشن	گرم	رفع علائم سرما خوردگی، خلط آور	بعد از هر غذا یک استکان
عرق آلوئه ورا	معتدل	تقویت سیستم ایمنی بدن - مواد معدنی	بعد از هر غذا یک استکان
آرتیشو	گرم	برطرف کننده چربی کبد، دفع سنگ، دفع ادرار	بعد از هر غذا یک استکان
عرق انیسون	گرم	تقویت کننده دهانه معده، مسکن دردها	بعد از هر غذا یک استکان
عرق اترج	گرم	تقویت معده و رفع حالت تهوع	بعد از هر غذا یک استکان
عرق اسطوخودوس	گرم	آرامش بخش، خواب آور، ضد اضطراب	روزی سه وعده، نصف استکان
عرق به لیمو	گرم	تقویت اعصاب، هوش و حافظه، نشاط آور	قبل از هر غذا یک استکان
عرق بید کاسنی	سرد	تصفیه کننده خون، خنک کننده بدن، مقوی معده	قبل از هر غذا یک استکان
عرق بابا آدم	گرم	تصفیه خون، تقویت کبد	روزی ۳ فنجان قبل از غذا
عرق بومادران	گرم	درمان ورم روده، مقعد و بواسیر، درمان ضعف قلب	بعد از هر غذا یک استکان
عرق بوقناق	گرم	رفع دیابت و کاهش قند خون	بعد از هر غذا یک استکان
عرق بولاغ اوتی	گرم	پاک کننده کبد، تصفیه کننده خون	بعد از هر غذا یک استکان
عرق بابونه	گرم	تقویت قلب و اعصاب، ضد عفونت	قبل از هر غذا یک استکان
عرق برگ چنار	سرد	چاق کننده، ضد آسم	قبل از هر غذا یک استکان
عرق برگ زیتون	سرد	پایین آورند فشار خون، تقویت قلب	قبل از هر غذا یک استکان
عرق برگ گردو	گرم	ضد قند، نقرس، درد مفاصل	قبل از هر غذا یک استکان
عرق بهار نارنج	گرم	ضد اضطراب، ضد افسردگی	قبل از هر غذا یک استکان
عرق بید		تب بر، مسکن، خنک کننده بدن	قبل از غذا نصف لیوان
عرق بیدمشک	معتدل	تقویت کننده قلب و اعصاب	قبل از غذا یک استکان یا به صورت شربت
عرق بادرنجبویه	گرم	تقویت بدن و اعصاب، کم خونی، کمبود آهن	یک فنجان در یک لیوان آب سرد
عرق پونه	گرم	تقویت مثانه، شب ادراری، ضد عفونت بدن و کلیه	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق پنیرک	معتدل	تسکین درد و رفع التهاب و عفونت های شدید بدن	روزی سه فنجان بعد از هر غذا
عرق چهل گیاه	گرم	تقویت معده، هضم غذا، ضد نفخ	بعد از هر غذا نصف استکان
چهار عرق	گرم	تقویت قلب و اعصاب، تقویت معده، آرامبخش	بعد از هر غذا نصف استکان
چهار عرق	سرد	تقویت پوست و کلیه و کبد، دارای ویتامین ث، تب بر	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق خارشتر	سرد	دفع سنگ کلیه و مجاری ادراری	قبل از هر غذا نصف استکان
عرق خار مریم	گرم	سم زدای کبد، رفع سرطان پروستات، رحم و سینه	روزی سه مرتبه قبل از غذا
عرق خارخاسک	سرد	رفع سنگ کلیه و مثانه، رفع سنگ کیسه صفرا	قبل از هر غذا نصف استکان

عرق دارچین	گرم	مقوی قلب، خلط آور و رفع عفونت گلو، کاهنده فشار خون	همراه با چای یا بعد از هر غذا نصف استکان
عرق رازیانه	گرم	تنظیم عادات ماهیانه، تقویت تخمدان	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق رزماری	گرم	انرژی زا، تقویت کبد، حجم آور	قبل از هر غذا با یک استکان آب سرد
عرق ریحان	گرم	مقوی معده، رفع سردرد عصبی، تب بر، معرق	قبل از هر غذا نصف استکان
عرق زنجبیل	گرم	تقویت قوای جنسی، رفع حالت تهوع	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق زنیان	گرم	دفع سموم بدن، ضد نفخ، ضد دردهای مفاصل	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق زیره	گرم	ضد چاقی، رفع ضعف اعصاب، قاعده آور، رفع کم خونی	قبل از هر غذا نصف استکان
عرق بیدشاهتره	معتدل	رفع صفرا، اشتها آور، ضد اسهال، ضد تهوع	بعد از هر غذا یک استکان
عرق افسنطین	گرم	رفع مشکلات گوارشی، کاهش تب، افزایش اشتها و درمان ریزش مو	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق زنبق	گرم	درمان گرفتگی رگ ها و تصفیه خون و تنظیم فشار خون	بعد از هر غذا نصف استکان
زیره سبز	گرم	ضد چاقی، رفع ضعف اعصاب، نیرو دهنده و هضم کننده	قبل از هر غذا یک استکان
زول	گرم و خشک	کاهش دهنده قند خون، پاکسازی سلول های کبدی، دافع اوره و کلرور	قبل از هر غذا یک استکان
عرق فراسیون	گرم و خشک	تنظیم کننده عادت ماهیانه، پاک کننده رحم و تخمدان از کیست و عفونت	قبل از هر غذا یک استکان
عرق کاسنی شاهتره	معتدل	درمان التهابات معده، رفع مشکلات صفراوی، رفع ضعف اعصاب	قبل از هر غذا یک استکان
عرق کندر	گرم	نرم کننده، تقویت حافظه، اشتها آور	بعد از هر غذا یک استکان
عرق بارهنگ	معتدل	درمان اختلالات تنفسی، ضد سرطان، درمان دیابت و یبوست، کمک به سلامت پوست و مو	نحوه مصرف با مشورت پزشک
عرق گل زوفا	گرم و خشک	درمان درد عضلانی و التهاب، دفاع از بدن در برابر عفونت	بعد از هر غذا یک استکان
عرق مرزنجوش	گرم	آرام بخش اعصاب، مقوی قلب، مقوی قوای جنسی، انرژی زا	بعد از هر غذا یک استکان
عرق یونجه	گرم	چاق کننده، مولد خون، تقویت استخوان بندی اطفال، نیرو دهنده قوای جنسی	بعد از هر غذا یک لیوان
ترکیبی خون ساز		درمان کم خونی و فقر آهن، تسریع بهبود زخم های گوارشی و سطحی بدن	بعد از هر غذا یک لیوان
ترکیبی چربی خون		بهبود غلظت خون، تقویت معده، تنظیم چربی خون، درمان کلسترول	بعد از هر غذا یک لیوان
ترکیبی سرما خوردگی		رفع گلو درد و درمان سرفه، درمان خشکی صورت حلق و گلو، درمان تب و زکام	بعد از هر غذا یک لیوان

ترکیبی آسم و آلرژی	درمان آلرژی های فصلی، درمان سرفه های خشک درمان آبریزش چشم و بینی	بعد از هر غذا یک لیوان
ترکیبی فشارخون	کاهش فشار خون، کاهش کلسترول، کمک به سلامت قلب	بعد از هر غذا یک لیوان
عرق سنبل الطیب	گرم تقویت عضلات قلب، تپش قلب، خواب آور	بعد از هر غذا یک استکان و شب قبل از خواب
عرق شوید	گرم پایین آورنده کلسترول، ضد چربی	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق شاهتره	معتدل تقویت کبد، رفع جوش و آکنه	قبل از هر غذا یک استکان
عرق شنبلیله	گرم ضد قند خون و ضد چربی	بعد از هر غذا نصف استکان
عرق شلتوک	گرم تقویت مو، ضد ریزش مو	یک استکان صبح ناشتا
عرق شیرین بیان	گرم رفع التهاب دستگاه گوارش، زخم معده و اثنی عشر	قبل از هر غذا یک استکان بعد از هر غذا نصف استکان
عرق شاهسپرم	گرم مقوی معده، باد شکن، ضد عفونی کننده	قبل از هر غذا نصف استکان
عرق طارونه	گرم تقویت اعصاب، ضد درد مفاصل، نیرو دهنده قوای جنسی	قبل از هر غذا یک لیوان
عرق عناب	سرد آرامبخش، ملین، تنظیم فشار خون، درمان جوش، نرم کننده	قبل از هر غذا نصف استکان
عرق کرفس	معتدل ضد چربی، ضد بواسیر و خون ریزی	یک فنجان در یک لیوان آب سرد
عرق کاکوتی	گرم ضد عفونی کننده مجاری تنفسی	بعد از هر غذا همراه با نصف لیوان آب
عرق کلپوره	گرم تقویت ایمنی بدن، ضد عفونت	بعد از هر غذا یک استکان
عرق کاسنی	سرد تب بر، خنک کننده بدن، تصفیه خون، تقویت کبد	قبل از هر غذا یک استکان
عرق کیالک	سرد تقویت قلب، تصفیه خون، تنظیم جریان خون	قبل از هر غذا با یک لیوان آب
عرق گل گاو زبان	گرم آرامبخش، ضد سرما خوردگی	بعد از غذا، یک فنجان در یک لیوان آب سرد
عرق گشنیز	سرد ضد حساسیت فصلی، رفع تنبلی کبد، آگزما	بعد از هر غذا یک استکان
عرق گزنه	گرم ضد پروستات، تکرر ادرار و سوزش	بعد از هر غذا یک استکان
عرق گل ختمی	ضد عفونت، سوزش ادرار، عفونت ادرار	بعد از غذا، یک فنجان در یک لیوان آب سرد
گلاب	گرم رفع سردرد، تقویت سیستم اعصاب، تقویت میل جنسی، تقویت قلب	قبل از هر غذا یک استکان
عرق مرزه	گرم رفع اسهال، رفع التهاب روده، ضد انگل	بعد از هر غذا یک استکان

عرق مورد	سرد	تقویت مو، ضد ریزش مو، رفع سفیدی مو	قبل از هر غذا یک استکان به صورت شربت
عرق میخک	گرم	کاهش درد دندان، کاهش استرس و آرام کردن تنش های روانی	یک استکان در زمان دلخواه
عرق مخلصه	گرم	دفع سموم بدن، ضد درد مفصل، تقویت اعصاب، ضد مسمومیت	یک فنجان در یک لیوان آب سرد بعد از هر غذا
ترکیبی لاغری		کاهش اشتها، پاکسازی بدن، مدر، چربی سوز	قبل از هر غذا
ترکیبی اعصاب		کاهش استرس، رفع بی خوابی، رفع افسردگی، تقویت اعصاب	یک استکان در زمان دلخواه
ترکیبی قلب		آرام بخش، رفع خستگی و درد، خنک کننده بدن	قبل از هر غذا یک استکان
ترکیبی قند خون		پایین آورنده قند خون	قبل از هر غذا یک استکان
ترکیبی چاق کننده		افزایش سیستم ایمنی بدن، رفع کم خونی، اشتها آور	قبل از هر غذا یک استکان
ترکیبی چربی خون		کاهش کلسترول و تری گلیسیرید، رقیق کننده خون، رفع چربی بدن و خون	بعد از هر غذا نصف استکان
ترکیبی سنگ شکن		دفع سنگ کلیه و کیسه صفرا	روزی سه استکان قبل از غذا
ترکیبی معده		کمک به هضم غذا، بادشکن، ضد سردی، تقویت معده	بعد از هر غذا یک استکان
ترکیبی تقویت کبد		درمان نارسایی کبد، رفع بیماری های کبد، خنک کننده بدن، تقویت کبد	قبل از هر غذا یک استکان
ترکیبی زنان		درمان انواع ناراحتی های خانم ها، اختلالات هورمونی، کیست	روزی یک لیوان
عرق نعنا	گرم	ضد نفخ، اشتها آور، باد شکن، هضم غذا	بعد از هر غذا یک استکان
عرق نسترن	گرم	تقویت قلب و گرفتگی عروق، ضد سرما خوردگی	به صورت شربت
عرق هل	گرم	مقوی معده، نیرو بخش	به عنوان چاشنی همراه با غذا