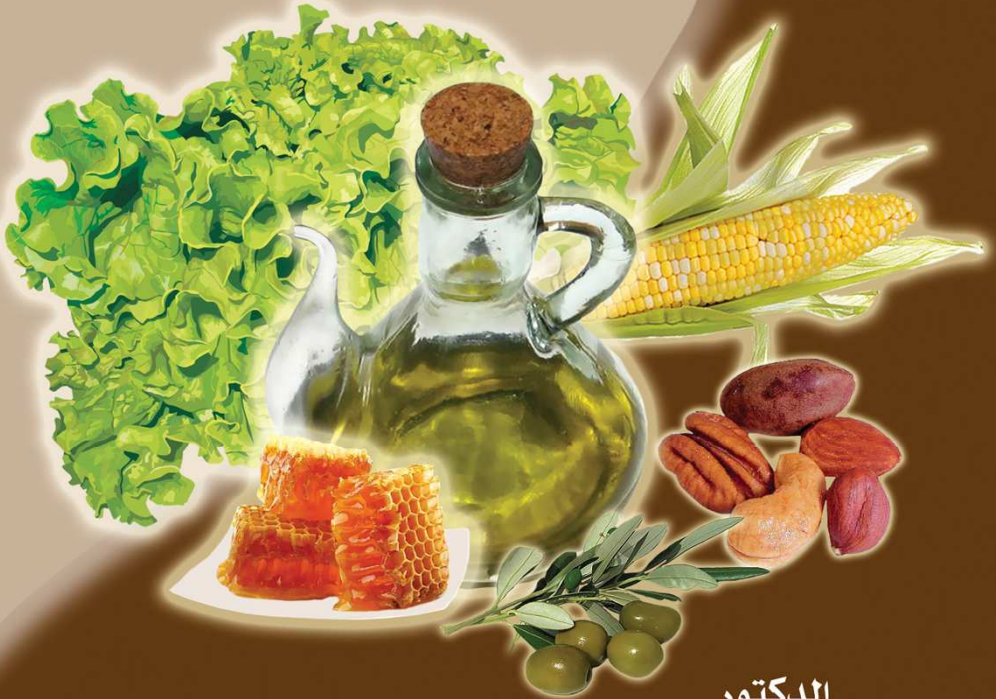




الميدلية العلاجية

معجزات العلاج بالغذاء



الدكتور
جوده محمد عواد
دكتوراه التغذية العلاجية



نكر بفتح حارة

الكتاب: الصيدلانية العلاجية / جودة محمد عواد

المؤلف: جودة محمد عواد

النوع: الطب الشعبي

تصميم الغلاف: جيهان متولي

إخراج داخلي: بثينة فرج

الطبعة: الأولى/ القاهرة ٢٠١١

عدد الصفحات: ٨٨ صفحة

المقاس: ٢٤×١٧

تدمك:

١- الطب الشعبي

٢- العلاج النباتي

صرح للنشر والتوزيع

المدير العام: عيود مصطفى عيود

كورنيش المعادي، بجوار مستشفى السلام الدولي، أبراج المهندسين (أ) برج (٢) الدور العاشر

ت: (٢٥٢٤٠١٦٦)(+٢)

البريد الإلكتروني: darsarh@gmail.com

الموقع الإلكتروني: www.dar-sarh.com

رقم الإيداع: ٢٠١٠/٢٤٤٤٠

الترقيم الدولي: 978-977-6382-60-2

ديوي ٦١٥.٨٨٢

حقوق النشر محفوظة للناشر

لا يجوز طبع أو نشر أو تصوير أو تخزين أي جزء من هذا الكتاب بأية وسيلة إلكترونية أو ميكانيكية أو

بالتصوير أو خلاف ذلك إلا بإذن كتابي صريح من الناشر

الصيدلية العلاجية

الصيدلية العلاجية

دكتور

جودة محمد عواد

دكتوراه المناعة والتغذية – جامعة عين شمس



مقدمة

لم أكن أعلم أنني على موعد مع فتح كنوز علمية للبشرية ليست للمرضى فقط، لكنّها لجميع البشر.. للحفاظ على المناعة الطبيعية، وللوقوف بقوة أمام شراسة الفيروسات، وباقي الميكروبات..

ولما كان العلم وحده لا يكفي... وأن الافتقار إلى فضل الله ورحمته هو أساس البركة في العلم.. فقد كنت دائم الافتقار إلى توفيق الله ﴿قُلْ يَفْضَلِ اللَّهُ وَرَحْمَتَهُ فَيُذَكِّكَ فَالْيَقْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (يونس: ٥٨).

وكانت هذه الحشرة المباركة التي ذكرها الله في القرآن هي منبع التفكير والإلهام.. والذين كتبوا في النحل ومنتجاته كثير.. من حيث التربية، العناية، الوقاية من الآفات، الفوائد الاقتصادية، والتصدير والاستيراد، وفوائد النحل بالنسبة لزيادة المحاصيل الزراعية. ولكن المراجع في الفوائد العلاجية، والأبحاث العلمية الدوائية لمنتجات النحل قليلة.. وأدعو الله ﷻ أن يجعل في هذا المؤلف البسيط (فاتح شهية) للقراء، ومحبي العلم، والباحثين لمزيد من البحث والتعاون.

وهذه الأبحاث ليست ثمرتي وحدي، إنما هي ثمرة المئات من الباحثين المخلصين، والتي نسأل الله ﷻ أن يجعل فيها النفع، والبركة لكل من قرأها، وبلغها.

الباب الأول

دور العبادات

فى علاج الأمراض

أبحاث طبية

أولاً:- الفوائد الصحية العشرة للوضوء: (والغسل الشرعي)

- ١- في علاج الكسل؟ (صدمة كهربية للأطراف العصبية لتجديد النشاط)
 - ٢- لسلامة العيون من الأمراض؟ (أكثر من ٩٠٪ من أمراض العيون يمكن الوقاية منها بالوضوء المتكرر بالماء النقي يومياً)
 - ٣- لعلاج الجيوب الأنفية؟ (وذلك بالاستنشاق الصحيح والاستنثار الصحيح؟ مع سد أحد الفتحتين؟)
 - ٤- لسلامة الأسنان واللثة من الأمراض؟ (مع السواك أو الفرشاة) وعدم تراكم البكتريا في الفم.. حيث تحلل الطعام باستمرار وتتغير رائحة الفم كل ساعتين.. وأثر ذلك على الفرد وعلى الجماعة؟)
 - ٥- لسلامة الدورة الدموية في الأطراف مع التدليك بقوة لإذابة الجلطات أولاً بأول (لاحظ أن الجلطات تبدأ عادة من القدمين ثم لأعلى)
 - ٦- لجمال الوجه واختفاء التجاعيد والحبوب والبقع؟
 - ٧- الوقاية من جميع الميكروبات الجلدية (وحتى الميكروبات الأخرى).
 - ٨- الوضوء علاج للغضب وثورة النفس (من غضب فليتوضأ) - كيف؟ وكافة الذنوب؟ من أذنب فليتوضأ.
 - ٩- الوضوء وانسجام الألوان المنبعثة من الجسم (تجارب روبرت كنزي).
 - ١٠- المدة المحددة للوضوء؟ وفائدة التكرار؟ في اعتدال هرمونات الجسم.
- ثانياً:- الفوائد الصحية لقصّ الأظافر وخصال الفطرة:**
- ١- الوقاية من نقل الأمراض - والعدوى الذاتية .
 - ٢- التجميل .
 - ٣- طيب الرائحة (وخاصة للإبط والعانة).

٤- الاستبراء والاستجاء، وفوائدها..

٥- فهم معاني المذي والودي والمنى وكيفية التصرف الصحي معها - حتى لا تنتشر الأمراض.

ثالثاً:- الأمور التي نهى رسول الله ﷺ عن مدافعتها وما هي الأضرار الصحية التي تنتج؟

١- المنى إذا غلب (القذف المرتد.. وآلام شديدة في الخصية والحوض)

٢- القيء إذا غلب (تسمم غذائي)

٣- البول إذا غلب (ارتداد في الكلية وتورم وتسمم Back Pressure)

٤- البراز عند الحاجة (إمساك مزمن وفساد القولون وتسمم)

٥- رعاف الأنف (إذا بلع ضرر المعدة والقولون)

٦- الريح (مغص شديد)

٧- النوم إذا غلب (فساد العقل والتفكير وأعضاء الجسم كلها، فساد المناعة)

رابعاً:- ماهي أضرار النجاسات؟ ولماذا؟ وكيف تتصرف مع النجاسة؟

❖ أضرار أكل الميتة، ولماذا الذبح الحلال؟

❖ أضرار أكل الخنزير، أمراض كثيرة ظهرت الآن في أوروبا.. وهذه أمثلة

❖ أضرار أكل الدم، وماذا حدث عندما أضافته أوروبا إلى علائق البقر؟ جنون البقر

وإعدام الملايين..

❖ أضرار الكلب، ما هي الأمراض التي تنقلها الكلاب للبشر؟

❖ أضرار الخمور على المعدة والكبد والمخ.. وأبحاث كثيرة جداً

❖ أضرار أكل اللحوم المحرمة (السباع والجوارح والخيل والبغال والحمير والقرود

والكلاب والقطط)

❖ هل يجوز وضع اليد في الدم وتلطيف الحوائط؟

خامساً: ما هي الأشياء التي أمر الله بدفنها والتخلص منها؟ وما هي خطورة بقائها دون التخلص منها؟ (صحة البيئة والطب الوقائي)

القلفة، الحیضة، النخامة، الشعر، الخلاص (المشيمة)، الدم، قلامة الأظافر، وما انفصل

من جسم الإنسان.

سادساً: الفوائد الصحية لغض البصر، ولماذا قال تعالى (قل للمؤمنين يغضوا من أبصارهم ويحفظوا فروجهم)؟

الهرمونات الجنسية التي تزيد في الجسم نتيجة الإثارة تصل بالإنسان إما إلى الاعتداء

(الاغتصاب) حيث تفصل العقل عن الغرائز، وإما يحدث خمول تام وضعف جنسي.. وهذا

ما حدث الآن مع أكثر الرجال.

سابعاً: الفوائد الصحية لحديث الوقاية قبل النوم لعلاج أمراض كثيرة..

(أغلقوا الباب، وأوكوا السقاء، وخمروا الآنية، واطفئوا النار؛ فان الشياطين لا تفتح

بأباً.. ولا تفكّ وكاء ولا تكشف غطاء- ولا تشعل ناراً، وأنه في ليلة يكون فيها الوباء لا يمر

على أثناء ليس عليه غطاء إلا نزل فيه من ذلك الوباء.

ثامناً: النوم الصحي (وستر العورات) علاج ووقاية من الأمراض

١- أن يكون بالليل (وجعلنا الليل لباساً) إلا لضرورة

٢- أن يكون معه غطاء (ستر) ولو ملاءة.

٣- أن يكون بعيداً عن جميع الأجهزة الكهربائية والمراوح والكمبيوتر والمحمول والراديو

والتلفزيون والثلاجة فكل هذه الأجهزة تسبب السرطان وفساد الجهاز العصبي.

٤- أن يكون على وضوء ونظافة .

٥- أن لا يكون بعد الأكل مباشرة (بعد الأكل بساعتين على الأقل).

٦- أن لا يكون على البطن (يؤدى لفساد الهضم وضيق النفس).

٧- الانفصال - ممنوع تلامس الأجساد (إلا المتزوجين فقط، وفرقوا بينهم في المضاجع).

٨- أن يكون بعد احتياطات أمان النوم .

٩- أن ينام على ذكر الله (لترتاح النفس ويذهب الهم ويخف المرض) وتفويض جميع الأمور

إليه .

١٠- وتصفية النفس حديث أهل الجنة (يدخل عليكم رجل من أهل الجنة).

أهمية النوم..

١- النوم ضروري لتثبيت المعلومات.

٢- وضروري لتقوية جهاز المناعة.

٣- والشفاء من الأمراض

٤- وضروري لنمو الأطفال.

٥- وضروري لسلامة العقل (وقلة النوم تؤدي للجنون)

تاسعاً:- الفوائد الصحية العشرة للسجود: فوائد صلاة الفرد، وفوائد صلاة الجماعة..

١- علاج ضعف الذاكرة (النسيان) وقلة التركيز (واذكر ربك إذا نسيت) يتدفق الدم بقوة

فيغذي خلايا المخ..

٢- تصريف المواد الضارة التي تنتج عن التفكير والخوف، أكثر من أربعين ألف مادة...

تتراكم فإذا سجد الإنسان وقام.. حدثت سرعة لتصرف هذه النفايات الضارة.. وحديث

(إنكم تحترقون تحترقون.. فإذا صليتم أطفئتم، ثم تحترقون تحترقون.. فإذا صليتم أطفئتم)

والسجود يصرف هذه النفايات.. حتى يصبح المصلي أكثر تركيزاً، فإذا لم يتحسن أداء المخ..

وشك الإنسان في صلاته (هل صلى ثلاثاً أم أربعاً مثلاً) فإنه يسجد سجدي سهو.. لتصحيح

الصلاة، وتصحيح المخ الذي لم يعتدل بعد!

٣- علاج الخوف والحزن والقلق والأرق وضيق الصدر.. وإدخال السرور على نفس

المصلي (ولقد نعلم أنك يضيق صدرك بما يقولون فسبح بحمد ربك وكن من الساجدين).

٤- علاج الجيوب الأنفية المزمنة.. وعلاج مشكلات الحنجرة والصوت..

٥- علاج نقص الكورتيزون الطبيعي وهي مشكلة عصرية.. حيث ثبت أن السجود يزيد

الدم إلى الغدة النخامية.. فيزيد إفرازها الهرمونات المنشطة للغدة الجاركلوية.. (بدلاً من حقن

أقراص الكورتيزون) وفي زيادة الكورتيزون الطبيعي علاج للكحة المزمنة والربو وآلام

المفاصل وأمراض كثيرة.

٦- حلّ مشكلة هضم الطعام .. وآلام المعدة والقولون وفي حديث النبي ﷺ لأبي هريرة، هل دردت (عندك آلام في البطن) قال نعم؟ .. قال : قم فصلي ففي الصلاة شفاء.

٧- علاج المشكلات الجنسية.. وضعف الحيوانات المنوية والضعف الجنسي .. وضعف التبويض .. وانسداد الأنابيب. فالصلاة بسجودها مقوِّ جنسي حيث يزداد إفراز الغدة النخامية الى الغدد الجنسية في الخصيتين والمبايض فيزيد إفرازها والتتائج كثيرة والأحاديث كثيرة أيضًا.

٨- تصريف الشحنات الكهربائية الزائدة إلى الأرض (الأرض سالب) وهذه الشحنات تتراكم على الرأس من كثرة الأجهزة الكهربائية حولنا والتي تصيبنا، والكآبة والأرق والخوف .. وآخرها السرطان..

٩- ذوبان الجلطات الدموية أوّلاً بأول .. وخاصة التي يمكن أن توجد في منطقة البطن.. أو الفخذين نتيجة القيام والسجود المتكرر... وتنشيط جهاز اذابة الجلطات في الجسم

Fibrinolytic system

١٠- ضبط جهاز المناعة.. والذي يتكوّن نتيجة لاعتماد الدورة الدموية واعتماد التفكير.. فانسجام الأعصاب مع الدم يؤدي إلى وجود خلايا وأجسام مناعية تقضي على الفيروسات والسرطان ومسببات الأمراض، وقد اكتشف فريق بحثي فرنسي أن بعض الأعصاب يخرج منها أهداب تنشط الخلايا الدموية البيضاء.. فينشط جهاز المناعة... وأن هذه الخلايا البيضاء.. قد تكون أوعية دموية تغذي السرطان الجديد!! بالإضافة الى نور الوجه نتيجة تدفق الدم فيه.

عاشراً: الفوائد الصحية لصلاة الجماعة ..

١- صلاة الجماعة علاج لأمراض القلوب وضيق الشريان التاجي والذبحة الصدرية والضربات الزائدة وضيق الصمامات.. التجارب التي أجريت باستخدام رسم القلب الكهربائي ECG على المصلين قبل الصلاة.. وأثناء صلاة الجماعة.. وبعد الصلاة أبحاث موجودة عندنا. التوصيل الكهربائي أثناء صلاة الجماعة يحسن أداء القلوب بشرط التلامس (بالقدم والكتف بالكتف) وعدم التلامس .. يضعف فائدة الجماعة. وأحاديث «لا تختلفوا فتختلف قلوبكم»..

٢- صلاة الجماعة علاج للمشكلات الاجتماعية والنفسية وزيادة الحب والتألف بين المتلامسين حديث «تماسوا تحابوا» «تزاحموا تراحموا» أفضل علاج جماعي للأمراض النفسية بدلاً من المستشفيات.

٣- صلاة الجماعة.. تواصل بين الأجيال في المساجد، وفي الحرم اتصال برسول الله، وبالسلف الصالح والصحابة..

٤- هرم الطاقة في الجماعة.. رأسه الامام وصفوفة الرجال ثم الأطفال وقاعدته النساء.. وإلا قلت الفائدة..

٥- صلاة الجماعة علاج العقم والضعف الجنسي للرجال والنساء «يا مريم أقتني لربك واسجدي واركعي مع الراكعين»..

الحادي عشر: عمى القلوب، أم عمى العقول التي في الرؤوس؟

الآية: (إنها لا تعمى الأبصار ولكن تعمى القلوب التي في الصدور) والحديث (ألا إن في الجسد مُضغّة إن صلحت صلح سائر الجسد! وإن فسدت فسد سائر الجسد، ألا وهي القلب)

ما هو الجديد؟

١- ثبت في بعض العجائز الذين نقل إليهم قلوب الشباب.. تغيرات هامة منها: تغير لون شعر الرأس من المشيب إلى الأسود؟ ومنها اختفاء تجاعيد الجلد؟؟

٢- هل المخ هو الذي يسيطر على الجسم؟ أم القلب؟ وإذا كان المخ هو الذي يرسل الإشارات العصبية لتشغيل الأعضاء المختلفة. فالقلب هو الذي يمدّه بالطاقة اللازمة لذلك وإلا تعطل؟ والقضية القديمة.. إذا قطعت التوصيل العصبي عن القلب.. هل يعمل؟ وإذا قطعت الإمداد الدموي عن المخ.. هل يعمل؟ وموضوع الموت الإكلينيكي..

٣- موضوع pulse pressure وإحساس القلب بحاجة الأعضاء المختلفة وتوجيه الدم إلى المكان حسب الحاجة. فمثلاً عند التفكير (والامتحانات) يتوجه الدم بكمية كبيرة إلى المخ على حساب الأعضاء الأخرى لدرجة التراجع أو الإسهال! وعند الشبع يتوجه الدم إلى

منطقة الهضم والامتصاص لدرجة سحب الدم من المخ فيؤدي إلى النوم؟ وعند الجماع يتوجه الدم إلى منطقة الحوض.. ويضره وجود طعام في المعدة.. فلا بد من الجوع. وعند الرياضة يتوجه الدم إلى العضلات.. فيجب أن تكون المعدة خالية وهكذا..

٤- أمراض القلوب المعنوية (الحقد والحسد والكراهية والتشاؤم والحزن الشديد والنفاق لها تأثير حقيقي مادي على القلوب، تؤدي لارتفاع الضغط أو انخفاضه، وتؤدي للذبحة الصدرية والجلطات والشلل والعمى.. فيجب الاهتمام بسلامة القلب المعنوية ليعافى من المرض؟

٥- يمكن علاج القلب عن طريق علاج الجلد؟

الجلد مرآة القلب والدورة الطرفية أسرع علاج بالكاسات وعلاج ضيق الصمامات والذبحة وضيق الأوعية التاجية..

٦- التعامل مع المريض على أنه جسد بلا قلب أفسد الطب.. والتتائج مدمرة (عادة ينتج عن علاج المرض عدة أمراض أخرى..

٧- الفشل والإحباط يؤديان إلى كارثة جسدية لا علاج لها إلا بعلاج السبب (كارثة نفسية و كارثة طيبة) ونحن ندور في دوامة ورسم القلب ورسم المخ ورسم الأوعية والتحليل الغالية ولا نريد أن نعالج علاجاً حقيقياً.. والعلاج الحقيقي يبدأ بالأمل وإيجاد حلول قريبة للمشكلات المزممة فيبدأ الشفاء: (التفاؤل له تأثير سحري على عضلة القلب ويجب أن نخلق أملاً)..

٨- نقطة خطيرة وهي تمثل صورة المرض؟ «لا تمارضوا فتمرضوا فتموتوا» أم تمثل صورة الشفاء.. (من تمثل الشفاء شفي بإذن الله) ولا بد أن نعلم المرض ذلك..

الباب الثاني

معجزة في العلاج

بمنتجات النحل

طائفة النحل

ما هي؟

يعيش النحل في مملكة شديدة النظام، سريعة التكاثر.. وتتكون الخلية من مملكة واحدة وهي الأكبر حجمًا، والأكثر خصوبة لإنتاج البيض، وعشرات من الذكور التي ليس لها وظيفة معروفة في الخلية سوى تلقيح الملكة في حفل طيران الزفاف، حيث يلحق بالملكة أقوى الذكور، وإذا عاد الذكور إلى الخلية (بعد تلقيح الملكة) فإن «الشغالة» تقوم بطردهم.

أما «الشغالة» فهو النوع العامل في الخلية، وهي التي تبني الخلية، وتنظفها، وتحرسها، وتفرز الشمع، وتجمع الرحيق فتصنع منه العسل وسم النحل، وتجمع حبوب اللقاح، وتفرز الغذاء الملكي من غدد خاصة لإنتاج ملكات جديدة.

و«الشغالة» فيها آلة اللسع التي تدافع بها عن الخلية، أما الذكور فلا يوجد بهم آلة اللسع، وعليه فإن ذكر نحل العسل لا يلسع.

والملكة لا تلسع إلا ملكة مثلها فقط، وإذا نظرنا إلى تركيب حشرة النحل وجدناها مثل باقي الحشرات؛ يتكون جسمها من رأس به عيون مركبة، وقرون استشعار، وصدر به أجنحة شفافة، وبطن مكوّن من حلقات ينتهي بألة اللسع.. وللحشرات ستُّ أرجل، تتميز الأرجل الخلفية في النحلة بأنها مخزن لحبوب اللقاح، والعجيب أن النحلة تموت إذا لسعت حيوانًا، أو إنسانًا؛ لأن أحشاءها تخرج مع آلة اللسع (الزبان).

ويتغير تركيب سم النحل حسب سعي النحلة، وكلما طار النحل وجمع الرحيق من أماكن بعيدة كان سُمُّ النحل أقوى علاجياً، وبقاء النحل في البيوت وتغذيته بمحلول السكر فقط يضعف القوة العلاجية لسم النحل.

أنواع نحل العسل

▪ نحل العسل له أنواع كثيرة منها جنس **Apis** ويحتوي على خمسة أنواع:

١- نحل العسل العالمي Mellibra

٢- نحل العسل الهندي Cerana

٣- نحل العسل البري الصغير Florea

٤- نحل العسل البري الكبير Dorsata

٥- نحل عسل الصخور Laboriosa

ويُقسَم نحل العسل العالمي Mellibera إلى سلالات:

منها النحل الأوربي الأسود، ونحل شمال أفريقيا، والنحل القوقازي، والنحل الإيطالي والنحل الكرينولي، وهناك أنواع من نحل شمال أفريقيا منها النحل المغربي، والنحل المصري، والنحل الأفريقي القاتل.. وأنواع كثيرة من النحل الأوربي، والقوقازي.

والذين درسوا سلوك النحل سَجَّلوا ملاحظات رائعة منها:

١- أن النحل الحارس يفحص النحل القادم للخلية، ويتعرف على أفراد الخلية، فيطرد النحل الغريب الذي لا يتميز بالرائحة الخاصة بالخلية، وليس هذا فقط، لكنَّ الحارس يشم «الشغالات» صاحبة الخلية، وإذا وجد فيها رائحة غريبة كالمبيدات الحشرية مثلاً؛ فإنه يقتلها، ولايسمح لها بالدخول حفاظاً على سلامة العسل، وحفاظاً على الحضنة والصغار من التلوث... وإذا اشتدت شراسة الدخيل (دبور مثلاً) محاولاً دخول الخلية فإن «الشغالات» قد تموت دفاعاً عن الخلية، وتطلق كمية من (الفرمونات) المتطايرة تشمل باقي «الشغالات» فتشعر بالخطر، وتخرج بسرعة للدفاع عن الخلية حتى تموت.

٢- إن النحلة العائدة من أماكن الأزهار وجمع الرحيق تدل باقي «الشغالات» على مكان الأزهار برقصات معينة يفهم النحل منها عنوان الأزهار بالتفصيل (لغة النحل).

٣- أن حاسة الشم في «شغالات» النحل أقوى من الإنسان، بل وتستطيع أن تميز أكثر من ألف رائحة مختلفة للزهور دون أن يفسد الشم عندها.. بل وتستطيع التمييز بين الرائحة المفيدة، والرائحة الضارة في أغلب الأحيان.

ما هو تركيب جسم النحلة؟ وكيف تفرز هذه المركبات الستة؟

لو نظرنا للمعجزة الربانية في هذا المصنع الصغير الدقيق لوجدنا أن النحلة تنتج ستة مركبات كما في الشكل السداسي للشمع.

١- هناك غُدَّة لإفراز الشمع سائلاً (أسفل البطن) ثم يجفّ، فيصبح صلباً.

٢- وهناك غُدَّة في الرأس لإفراز الغذاء الملكي.

٣- والنحلة تحمل حبوب اللقاح من الأزهار في القدم الخلفية الكبيرة (سلة الحبوب).

٤- وهي تعد العسل في فمها بغير خاصة بالعسل.

٥- أما آلة اللسع (الزبان) فهي في آخر البطن.

٦- وأما (البروبيليز) أو صمغ النحل فهي تجمعها من قلف الأشجار بغرض تعقيم الخلية، وسد الشقوق، وتحنيط أي مخلوق يدخل الخلية (فار أو صرصور مثلاً).

هذا غير الأجهزة الأخرى المعرفة في الحشرات.. ومعروف أن طريق إنتاج عسل النحل غير طريق الإخراج، بمعنى أن النحلة لا تخرج العسل كفضلات.

لكن العسل له مصنع خاص.. والجهاز الهضمي، والإخراج في النحلة مثل أية حشرة أخرى، لكنها لا تبرز أبداً داخل الخلية... سبحان الله.

أولاً: عسل النحل

عندما تطير شغالة النحل، وتجمع رحيق الأزهار تحوِّله غدّدٌ خاصة إلى سائل غليظ القوام، وعندما تضعه في عيون الشمع السداسية تظل ترفرف عليه حتى يتبخّر منه الماء، وعندما ينضج العسل، ويتبخّر منه أكثر الماء يختمه النحل (الرحيق المختم) ويصبح عسلاً علاجياً، ولا بد من مساحة مزروعة لا تقل عن خمسة أفدنة فيها أزهار (نباتات مزهرة) لكي يتكون عسل طبي، وقد تختلف الأزهار من نبات إلى نبات عبر فصول السنة؛ فتتنقل خلايا النحل إلى مناطق مختلفة حسب تواريخ أزهار كل نبات، وتختلف أنواع العسل عن بعضها باختلاف مصدر الرحيق من حيث اللون، والمذاق، والرائحة، والقابلية للتبلور... وهناك عوامل كثيرة تؤثر على صفات العسل مثل نوع التربة، والعوامل الجوية، ومن النادر تشابه عيّنين من العسل تماماً ولو كان المصدر الحقيقي واحداً.

وقد ثبت أن العسل يستطيع أن يحتفظ بمكوناته من الفيتامينات أكثر من الفاكهة والخضراوات... ويتّجّح اللون الأساسي للعسل من مكونات ذائبة في الماء من أصل نباتي مفرزة في الرحيق، ويصبح لون العسل داكناً إذا اشتدت درجة الحرارة في موسم الرحيق كما في العسل الجبلي، وعسل السدر، وحبّة البركة.. وقد دارت حوارات كثيرة في مؤتمرات العلاج بمنتجات النحل منها:

١- أن الأهمية الكبرى في إنتاج عسل النحل هو الرحيق، وليس الماء المذاب فيه سكر، وذلك لأن النحل يحوّل الرحيق السام -بتوفيق الله- إلى موادّ طبية علاجية، ولو كانت الفائدة في الأزهار وحدها؛ لكان من الممكن أن نأكل الأزهار فتتداوى.

٢- أن العسل التجاري - الذي يتغذى فيه النحل على الماء المذاب فيه سكر- إنما هو عسل غير ناضج، وغير مختوم حيث لا يحتوي على أية موادّ علاجية فضلاً على أنه يسبب مشاكل صحية منها قرحة المعدة، ورفع سكر الدم.. وغيرها، ويهدد صدق موضوع (التداوي بمنتجات النحل) ولا يمثل سوى (السكر المعقود) للحلويات مثلاً.

٣- أن العسل الحقيقي مختلف ألوانه -كما وصفه الخالق سبحانه- ومعنى وجود عسل أبيض فقط دليل على الغش.. وفي بحث ياباني نشر سنة ١٩٨٥ وُجِدَ أن عسل النحل يضم ٢٩٤ مركّباً وأنه أقوى المضادات الحيوية التي توقف نمو البكتريا، والفطريات، وأن حوالي ٣٪ من مكونات النحل الفعّالة لم تُعرَف طبيعتها حتى الآن.

٤- الفصل في معرفة نوع العسل، ودرجة نقاوته هي التحاليل الدقيقة، والتي تسمى (المواصفات القياسية العالمية لعسل النحل) والتي توضع على كل عبوة عسل بالتفصيل الآتي:-

أولاً: الاختبارات الفيزيائية properties physical

١- اللون color

٢- الرائحة odour

٣- الطعم taste

٤- القوام viscosity

٥- النقاوة Purity

٦- التبلّر Crystal

يشترط أن يكون العسل خالياً من الشوائب، وخالياً من أية رائحة كريهة، ويختلف لونه، ورائحته، وطعمه حسب نوع الأزهار، كما يختلف القوام حسب فصول السنة.

ثانيًا: الاختبارات الكيميائية Chemical Properties

- ١- الرطوبة Moisture (نسبة الماء في العسل) (١٨ - ٢٠٪)
- ٢- السُّكريات الأحادية: (جلوكوز - Glucose - Fructose) (٦٥ - ٧٥٪)
- ٣- السُّكريات الثنائية: مثل سكر القصب sucrose (٥ - ١٠٪)
- ٤- السكر الصناعي المحول (صفر) والذي يكشف الغش الصناعي والذي ينتج من تسخين السُّكريات الثنائية لتحويلها إلى عسل؟
- ٥- هيدروكسي ميثيل فورفورال (٨٠ ملجم/كجم) HMF ولو زاد يسبب السرطان والذي ينتج عن تسخين العسل، أو تعرضه لحرارة شديدة.

ثالثًا: الفحوص الميكروسكوبية Microscopic

- ١- الجراثيم Molds & Yeast, Bacteria, Microbes
- ٢- المصدر الزهري Flower source وهو فحص نوع وعدد حبوب اللقاح، ويوجد أطلس ملون لكل نوع من حبوب اللقاح لجميع النباتات المعروفة.
- ومن النادر أن تجد عينة عسل فيها نوع واحد من حبوب اللقاح.. هذه هي حدود المواصفات القياسية العالمية لنحل العسل، والذي يختلف لونه، ورائحته، وقوامه، وحبوب اللقاح فيه حسب نوع الرحيق في الأزهار؛ أما الفحوص الآتية وهي التي تمثل نسبة ٥ - ١٠٪ من محتويات العسل - فهي لا تقاس بالتحاليل العادية المعروفة، إنما يلزمها تحاليل دقيقة جدًا، وشهور طويلة للتحليل وقد تتكلف العينة الواحدة عدة آلاف من الجنيهات للوقوف على بعض هذه المواد، ولكنها هي المواد المهمة في العلاج.

■ أولاً: مجموعة الفيتامينات:

- وتشمل الثيامين ب ١ - وريبوفلافين ب ٢ - والبانثوثينيك ب ٣ - والنيكوتينيك ب ٤ - والنياسين ب ٥، ب ٦، ب ٧، ب ٨ - وفيتامين سي (الأسكوربيك) - والكاروتين الذي يتحول في الكبد إلى فيتامين أ وغيرها.

■ ثانيًا: مجموع الإنزيمات:

- ١- مثل الإنفرتيز Invertase والأميليز Amylase
- ٢- والفوسفاتيز Phosphatas والجلوكوسيديز Glucosidase.. وغيرها

▪ ثالثًا الأملاح المعدنية Minerals:

مثل الحديد Fe - والنحاس Cu - والفوسفور P - والمغنسيوم Mg - والصوديوم Na والبوتاسيم K - والكالسيوم Ca - واليود I.. وغيرها.

▪ رابعًا: الأحماض Acids:

مثل الستريك Citric، واللاكتيك Lactic، والخليك Acetic.

▪ خامسًا: البروتينات Proteins:

مثل ببتونات Peptones - البيومين Albumin - جلولين Globuline .. وغيرها.

▪ سادسًا: المواد المتطايرة Volatiles:

وهذه المركبات تكثر في الأعسال الجبلية، والبرية. وعند تحليل عينة عسل جبلي واحد؛ وجدنا أكثر من مائة مركب غير معروف لنا Unknown Curves تحتاج لأبحاث طويلة لاكتشافها، والعسل الطبيعي النقي يميل إلى التبلور عند انخفاض درجة الحرارة.

▪ ملاحظات هامة

١- يوجد أكثر من مائة نوع من العسل، كل نوع منها يعالج أمراضًا محددة حسب المواد الفعالة في كل نوع؛ فمثلًا عسل حبة البركة لعلاج الأنيميا، وعسل الصدر لعلاج الكبد، وعسل الحَبَّان لعلاج ضعف عضلة القلب، وعسل البردقوش لضبط ضغط الدم.. وهكذا.
٢- يزيد عسل النحل من امتصاص الكالسيوم، والزنك، والمغنسيوم في الإنسان بنسبة ٢٥٪ في حين أن السكر العادي (السكروز) يقلل من امتصاصهم.

٣- يحتوي العسل على موادَّ مضادة للأكسدة، ومضادة للسرطان Flavinoids، وعند تخفيف العسل بالماء عند الاستعمال تظهر في الحال.. بل ويتكون H₂O₂ الذي يقتل الميكروبات أيضًا، ولذلك يفضل استخدام العسل مخففًا بالماء.

٤- تتأثر الإنزيمات، وبعض الفيتامينات بتسخين العسل ويضيع النشاط الإنزيمي عند التسخين أكثر من خمسين درجة مئوية أو إذا تعرض لضوء الشمس القوي مدة ١٨ يومًا.

وعند التسخين لأكثر من ٨٠°م يتكون مركب سام داكن اللون Hydroxyl Methyl Furfural Hmf ووجوده دليل على فساد العسل.

٥- استخدام العسل للأطفال، وحديثي الولادة صحي وغير ضار، وإن كانت الدراسات الطبية القديمة توصي بعدم استخدامها للأطفال قبل سن ٦ شهور، وذلك لوجود بكتيريا Cl.Butilinum في العسل الأميركي، وعدم وجودها في الأعسال الأخرى.

٦- العسل النقي لا يتخمر إلا إذا زادت نسبة الماء فيه، والعسل مادة طاردة لآية إضافات لذلك فهي تطفو دائماً على سطحه، ولهذا مدة صلاحية العسل قد تمتد لعشرات السنين بشرط عدم تعرّضه للضوء والحرارة.

٧- أفضل استخدام للعسل أن يكون عسلاً خاماً Crude Honey وذلك يعني احتواءه على غذاء الملكات، وجيوب اللقاح، والصمغ، والشمع، وفصل هذه المواد على حدة يقلل القيمة العلاجية للعسل، ولذلك نحن نضيف إليه هذه المكونات عند الاستعمال بكميات محددة، ودقيقة.

٨- الحديث عن تلوث النحل غير صحيح فالله - سبحانه - أخبرنا أنه (فيه شفاء للناس) وتقوم «الشغالات» الحارسة على باب الخلية بِشَمِّ «الشغالات» حاملات الرحيق، وإذا وجدت رائحة غريبة (مبيدات مثلاً) فإنها تقتلها، ولا تسمح لها بدخول الخلية.

ملخص الأبحاث العلمية المنشورة عن العلاج بالعسل الطبي ❖ أمراض العيون

١- الرمذ الصيدي، وجفاف المتحمة Xerophthalmia قطرة عسل موالح مخففة بهاء مُقَطَّر فقط كل ٤ ساعات (٧-١٠ أيام) ونسبة الشفاء ١٠٠٪.

٢- قرحة العين الفيروسية Corneal Ulcers قطرة عسل موالح مخففة بهاء مقطر فقط كل ٤ ساعات (١٤ يوماً) ونسبة الشفاء ١٠٠٪ + مرهم Adenine Arabinose كل مساء

(٣ رسائل جامعية نوقشت سنة ١٩٨٦ بالتعاون مع بلجيكا ..د/ محمد عمارة وآخرون)

٤- المياه البيضاء Conaract وعتامة العدسة: قطرة عسل مخفّف ٢٠٪.. كل ٦ ساعات في جميع حالات أمراض العيون، ويؤخذ العسل كشراب ٣ مرات يومياً مع القطارة.

٥ - عتامة القرنية Corneal Opacity وحساسية العين: ٢٠٪ عسل + حامض بوليك
 ١٪، و ٨٠٪ محلول ملحي (٣٥ يوم) ١٠٠ حالة ونسبة الشفاء ٦٠٪ (تجارب د. عبد الباسط
 محمد) العسل يحرق جداً في العين ..- ثم يحمر العينين جداً.. ثم تُشفى تماماً بإذن الله.
 ٧- ضغط العين المرتفع (المياه الزرقاء) Glaucoma ١٠٪ مستخلص ماء
 الكمأة.. ١٠٪ عسل موالح.. ٨٠٪ محلول ملحي قطارة ٣ مرات يومياً.. نسبة الشفاء ٧٠٪
 رسالة منشورة بطب الأزهر .

ملاحظات

أ- أُجريت عشرات التجارب على أعين حيوانات التجارب أولاً قبل علاج البشر.
 ب- يُفضّل تخفيف العسل عند الاستعمال، وعدم تخزينه حتى لا يتخمر العسل، ويفسد،
 ويحفظ في الثلاجة مدة الاستعمال.
 ج- يُفضّل استعمال قطرة مسكّن (كورتيزون) قبل قطارات العسل حتى يستطيع المريض
 تحمّل آلام قطارات العسل في العين.

❖ الجيوب الأنفية المزمنة Sinusitis وضياع حاسة الشم

قطارة عسل نحل ٢٠٪ + سم نحل ١ ملجم كل ٣ ساعات في الأنف.. لمدة شهر -
 ١٠٠ حالة ونسبة الشفاء ٨٠٪.

❖ حروق الجلد Burns

دهان عسل نحل نقي (كل ٣ ساعات.. حسب حجم الحروق) أسرع علاج لحروق
 الجلد إذا استعمل فور حدوث الحرق وخاصة عسل الصدر خلال دقائق.. ولذلك يجب
 وجوده في كل بيت (تختلف المدة من دقائق إلى أيام حسب نوع الحروق) حالات كثيرة -
 ونسبة الشفاء ١٠٠٪.

❖ قرحُ الجلد والفراس Skin وأرجل مريض السكر Diabetic Foot

دهان عسل نحل نقي كل ٦ ساعات بعد تطهير القرح بمغلي القرنفل الساخن (الغيار
 ٣ مرات).. ويستخدم للقدم السكري (مع العسل).. مع ضبط سكر الجسم، ونظام الكاسات

(لمنع حدوث الغرغرينا.. وقطع الأطراف) كل يومين.. نجحت عشرات الحالات في أسبوعين فقط.. أثبتت التجارب على ٥٠٠ حالة سرعة الشفاء بالمقارنة بالأدوية الأخرى والمطهرات.. أ.د/ إبراهيم شامخ (طب عين شمس) وبإضافة البروبليس للعسل كانت النتائج أسرع.. أ.د/ مصطفى إبراهيم (طب طنطا).

❖ الجروح والعمليات

ذكر أ.د/ إبراهيم خليل (طب عين شمس) - في بحث أجراه- أنه استخدام العسل قبل وبعد خياطة الجرح في ٢١١ حالة... وأثبتت التجارب أن تخفيفات العسل مفيدة في العلاج حتى ٢٪، وحتى بعد تسخينه على النار عند الاستعمال، وأن الجروح المعاملة بالعسل أقل التهاباً وأسرع التئاماً، وأن الجروح المتقيحة التي عولجت بالعسل التامت بعد خمسة أيام فقط من العلاج (الغيار ٣ مرات يومياً).

❖ تسوس العظام

جاء في أبحاث د. محمد مزيد (طب عين شمس) - الذي يحشو العظام بالعسل الطبي فيوقف نمو الميكروبات العنيدة، ويساعد على التئام العظام- أن استخدام (مغلي المحلول الملحي) ساخناً، أو (مغلي القرنفل) ساخناً لتطهير الجروح ثم إضافة صمغ النحل على عسل النحل يعطي نتائج أفضل وأسرع في التئام الجروح من المضادات الحيوية، وذلك في حالات قرح الفراش، والقدم السكري، وحالات الغرغرينا، وغيرها من آلام، والتهابات، وتورمات... وغيرها.

❖ أورام الثدي

في أبحاث الفريق الجراحي.. أ.د/ إبراهيم شامخ وآخرين (في طب عين شمس) تم استئصال أورام الثدي الخبيثة (دون قطع الثدي) مع استئصال الغدد الليمفاوية المصابة، وحشو مكان الورم بعسل النحل الطبي، وبمتابعة الحالات وجد عدم عودة الورم مرة ثانية مقارنة بالعلاج الموجود والذي يتم قطع الثدي، والعضلات التي تحته، والغدد

الليمفاوية، ثم تعريض المريض للإشعاع والعلاج الكيماوي، وبعد ذلك يعود الورم مرة ثانية، وكذلك استخدام المحلول المائي للعسل مع خل الأعشاب في علاج جميع مشكلات الثدي من آلام، والتهابات، وتورمات... وغيرها.

❖ علاج الفيروسات

باستخدام أنواع من الأعسال الطبيعية مثل (عسل الكزبرة- عسل السدر- عسل حبة البركة) و صمغ النحل ١٠ جم للكيلو... والجرعة ملعقة كبيرة تذاب في ١ / ٢ كوب ماء خمس مرات يوميًا، وُجِدَ أن هذه الجرعة توقف نشاط الفيروسات، وخاصة فيروسات الكبد HAV HBV-HCV-EBV وكذلك فيروسات البرد، وأنفلونزا الطيور Influenza Virus وفيروسات حمى الوادي المتصدع Raft Vally وغيرها... تراوحت مدة العلاج من أسبوع (فيروسات البرد) إلى ستة أشهر (فيروسات الكبد)، وقد وجد أن ملعقة كبيرة (من مركب كيلو عسل نحل مضاف إليه ملعقة حبة البركة+ملعقة زنجبيل) تذاب في ١ / ٤ كوب ماء كل صباح تقوي المناعة الطبيعية مع قطرات عصير الليمون للوقاية من نزلات البرد المتكرر، وأيضًا تقوي الذاكرة، وتعالج الأنيميا، وضعف عضلة القلب.

❖ علاج الاضطرابات الهرمونية

أثبتت الأبحاث أن المستخلص المائي لعسل النحل يعالج المرض، ونقيضه؛ فهو يعالج حالات الإسهال المزمن، وقرح القولون Chronic Diseases كما في علاج الفيروسات، كما يعالج الإمساك المزمن، وينشط حركة الأمعاء وإفراز الكبد (وخاصة في الماء الدافئ)، ويعالج الضغط المرتفع، كما يعالج الضغط المنخفض.. وأثبتت التجارب التي أجريت على حيوانات التجارب أن العسل له تأثير يشبه الهرمون الأنثوي (استراديول) الذي يزيد خلايا البيض، والأرحام في الإناث، وبالتالي يمكنه علاج ضعف التبويض، وعدم انتظام البويضات؛ وأيضًا له تأثير يشبه الهرمون الذكري (التستستيرون) الذي يزيد وزن الحويصلات المنوية، وعدد الحيوانات المنوية (في الذكور)، وهذه خاصية رائعة لاستخدام

عسل النحل في زيادة الحيوانات المنوية في الرجال، وفي علاج الضعف الجنسي.. وقد لوحظ أن العسل المركز قد يسبب بعض آلام المعدة، والأسنان، ولكن هذا التأثير يختفي إذا خُفِّف العسل بالماء قبل الأكل مباشرة، أو ترك العسل في الماء مع الليمون.

❖ أهم النتائج البحثية في استخدام العسل المخفَّف

سُجِّلت نتائج بحثية هامة في استخدام العسل المُخفَّف في وقاية الأطفال من نزلات البرد (ملعقة عسل واحدة+ قطرة من عصير الليمون يوميًا)، وكذلك علاج الحصوات، والتهاب، وتورُّم الكبد، وعلاج ضعف عضلة القلب، وعلاج الأنيميا مع الزبادي، والبلح؛ وأهم النتائج البحثية هو استخدام عسل النحل المخفَّف مع الليمون في علاج نوبات الصرع، حيث وجدت علاقة بين نوبات الصرع، ونقص السكر الواصل للمخ، وبإعطاء الأطفال ملعقة عسل نحل صباحًا ومساءً قلَّت النوبات الصرعية، بل وأمكن إعطاء العسل ليلاً لينام الأطفال نومًا هادئًا، حتى وأن يؤخذ عسل النحل (ثلاث مرات يوميًا) ضمن البرنامج العلاجي لآلام الأعصاب، والمفاصل، والعضام، وكذلك البرنامج العلاجي لعلاج الكحة، والتهاب الحلق واللوزتين، وكذلك البرنامج العلاجي لسيولة الدم، وبرنامج تغذية الحوامل، والمرضعات؛ وهذه البرامج مطبوعة ضمن كتاب (الصيدلية الغذائية) للمؤلف.

ثانيًا: حبوب اللقاح Pollens

وُجِدَ أنها تحتوي على كل ما يحتاجه أي كائن حي من أحماض أمينية، وفيتامينات، وإنزيمات... وقد قُورِنَت القيمة الغذائية لمائة جرام من حبوب اللقاح بما يعادل نصف كيلو لحم بقري، وأن ملعقة صغيرة من حبوب اللقاح في اليوم تكفي لمتطلبات الشخص البالغ، وهي الغذاء المناسب للأشخاص الذين يحتاجون إلى مجهود عقلي، وذهني، وليس إلى المجهود العضلي فقط، والجرعة منها لا تزيد عن ملعقة صغيرة فقط في اليوم، وإلا تسببت في زيادة حموضة المعدة.. وحبوب اللقاح يجمعها النحل من الزهور خلال تجوُّله لجمع الرحيق، ويخلطها النحل بالرحيق والعسل وتُسمَّى خبز النحل حيث يتغذى عليه صغار النحل.

وقد وجد أن كتل حبوب اللقاح بعد تخزينها في الخلية تحدث بها بعض التحوُّلات الحيوية، وتكتسب خواصَّ أعلى من حبوب اللقاح الطازجة من حيث القيمة الغذائية؛ ولذلك يستخدم في حالات الأمراض، ونقص الفيتامينات، ونقص البروتينات.

أثبتت التحاليل الدقيقة لحبوب اللقاح احتوائها على النسب الآتية

بروتينات ٢٥٪	سكريات ٤٠٪
الرطوبة ٨٪	الدهون المشبعة ٥٪
إنزيمات ٥٪	فيتامينات ١٠٪
هرمونات و مواد متطايرة	أملاح معدنية ٢٪
	أجسام مضادة ٥٪

أولاً: الفيتامينات (مقدّرة بالملي جرام)

٦٠٠ ب١ - ١٦٧٠ ب٢ - ٩٠٠ ب٦ - ٢٧٠٠ ب٣ - حمض الأسكوربيك (فيتامين C).

توكوفيرول (فيتامين E)، والبيوتين (فيتامين H).

ثانياً: الإنزيمات

٢٤ إنزيم مجموعة Oxidoreductases

٣٣ إنزيم مجموعة Hydrolases

٥ إنزيم مجموعة Isomerases

٢١ إنزيم مجموعة Transferases

١١ إنزيم مجموعة Lyases

٣ إنزيم مجموعة Ligases

وهذه هي الإنزيمات الضرورية لعمليات التحويلات الغذائية داخل جسم الإنسان.

ثالثاً: العناصر المعدنية

(بوتاسيم - كالسيوم - ماغنسيوم - حديد - فوسفور - صوديوم -..... إلخ)

رابعاً: نسبة المواد الدهنية

في حبوب اللقاح (٥ - ١٠٪)، ونسبة ٢٠٪ منها دهون غير مُشبعة تمنع تصلّب الشرايين

(مع الفيتامينات الموجودة).

أهم الأبحاث العلمية التي أُجريت باستخدام حبوب اللقاح

▪ في العلاج - (الجرعة: ملعقة صغيرة كل يوم مع ملعقة عسل نحل)

- ١- تحسين القدرة على الإنجاب، وعلاج الضعف الجنسي، ومساعد في علاج العقم.
- ٢- علاج مشكلات الجلد (دهان وشراب).
- ٣- علاج حالات الهزال، والنحافة، والأنيميا، وضعف المناعة.
- ٤- تقليل نسبة الدهون في الدم و(الكوليسترول).
- ٥- علاج الآثار الجانبية للعلاج الإشعاعي، والكميائي؛ ويجب أن يستخدمها فنيو الأشعة، وحتى الذين يستخدمون أجهزة الكمبيوتر، والتليفزيون لفترة طويلة حيث يُنقى الدم من آثار الإشعاع، والكيماويات السامة.
- ٦- تُصافُ ملعقة كبيرة من حبوب اللقاح إلى نصف كيلو عسل نحل، ويقلب جيداً، ويؤخذ منه ملعقة ٣ مرات يومياً (في الماء) لعلاج الكبد، وأمراض الجهاز التنفسي، والأطفال الذين يعانون من اضطراب النوم، والصرع، والتبول (الإرادي)

ثالثاً: غذاء الملكات Royal Jel

هو السائل الهلامي الذي تفرزه «شعّالات» النحل صغيرة السن من غدد في مقدمة رأسها، وهو الغذاء الرئيسي للملكة النحل، وسر نشاطها وطول عمرها عن باقي أفراد الخلية، وهي تضع في اليوم حوالي ٢٠٠٠ بيضة، ويحتوي الغذاء الملكي على المكونات الآتية:

٢٠٪ مواد لم تحدد حتى الآن..

٢٥٪ بروتين، وأحماض أمينية.

١٥٪ دهون (أحماض دهنية).

٢٠٪ سكريات.

١٥٪ رطوبة (ماء) .. ٥٪ فيتامينات.

في سنة ١٩٦٤ أعلن Mrco أنه فصل أدنوسين فوسفات وجوانين ويوراسيل AdenoseneGuanine&Uracil وأن هذه المواد هي مكونات أنوية الخلايا، والحامض النووي... وفي سنة ١٩٧٢ ذكر Beak&Cho أنها اكتشفا الأحماض الأمينية في غذاء الملكات في كل ١٠٠ جم غذاء ملكات

150Aspartic - 200Serene - 50Glycene - 90Valine - 45Alanine-
850Prolene

وهذه الكميات مقدار بالمليجرام..

وفي سنة ١٩٧٥ أعلن Jacoli & Sanguinetti أنها فصلا مادة ADP & ATP

من الغذاء الملكي، وهي المواد الضرورية لمركبات الطاقة في جسم الإنسان.
ويختلف غذاء الملكات عن العسل، والشمع، وحبوب اللقاح في أنه منتج سريع التلف
على صورته الطبيعية حيث يتأثر بالحرارة، والضوء، والهواء، ويتدهور بسرعة في درجات
الحرارة العُلْيَا، ويتغير لونه الأبيض نتيجة تحلل البروتين إلى الأصفر، أو البني؛ ويعتبر الغذاء
الملكي هو أهم مادة غذائية على وجه الأرض، والتي لا يحتاج الإنسان منها إلى أكثر من جرام
واحد فقط في اليوم، ونظرًا لغلاء ثمنه (الجرام الواحد بخمسة جنيهات) وتأثيره الشديدة فإنه
يستخدم في حالات الضعف الشديد، وأمراض القلب، وعلاج حالات الإرهاق.. وهو من
أفضل وأهم علاجات الضعف الجنسي، وقلة عدد الحيوانات المنوية، وضعف التبويض.. كما
أثبتت الأبحاث أنه يزيد عدد كرات الدم الحمراء، والصفائح في حالات الأنيميا.

والطريقة المثالية لاستعمال غذاء الملكات هو إضافة عدد (٥ إلى ١٠ جرام) إلى نصف
كيلو عسل نحل، ويقَلَّب جيدًا، ويؤخذ منه ملعقة (تذاب في قليل من الماء صباحًا ومساءً)..
وزيادة غذاء الملكات عن ٢٠ جرامًا للنصف كيلو قد يتسبب في اضطرابات هضمية؛ نظرًا
لأنه يزيد حركة الأمعاء... والتزام الجرعة العلاجية مهم جدًا سواء في العسل، أو حبوب
اللقاح، أو غذاء الملكات.

أهم الأبحاث العلمية على غذاء الملكات

١- زيادة النشاط الجنسي، والذهني، وعلاج حالات الضعف، وتقليل الإجهاد، والإرهاق،
والأرق.

٢- علاج الأنيميا، والتهاب الأعصاب حتى التهاب العصب البصري.

٣- علاج الأمراض الجلدية، ومنع تجاعيد الوجه لاحتوائه على الكولاجين.

٤- علاج تصلب الشرايين، وزيادة الدهون.

رابعاً: شمع النحل

وهو أيضاً إفراز غُدِّي لـ «شغالات» النحل موجود على السطح السفلي لحلقات بطن «الشغالة»، ويتركب الشمع من ١٧٪ هيدروكربونات - ٣٤٪ كحولات أحادية، وثنائية - ٣١٪ أحماض طويلة السلسلة - ١٣٪ أحماض هيدروكسية - ٦٪ مواد غير معروفة. وتحتوي على مواد مضادة للالتهابات، ومواد ملطفة، ومليئة، ومواد مانعة لنمو البكتريا؛ وإذا كان النحل يفرز العسل، وغذاء الملكات، ويجمع حبوب اللقاح لتغذية الصغار؛ فإنه يفرز الشمع لبناء الخلية سداسية العيون، ويعيد صياغة ما تهدم منها لتضع فيه الملكة البيض، وقد دخل شمع النحل في حوالي ١٢٥ صناعة مثل مواد التجميل، والدهانات الطبية، ومزيلات الشعر، واللاصقات الطبية، والمراهم، والصابون لعلاج الأمراض الجلدية. ويستخدم (مضغاً) لعلاج الزكام الحاد، وانسداد الأنف (الجيوب الأنفية)، ووقاية الجهاز التنفسي والتهاب الحلق، والأذن، والتهاب اللثة، وتسوس الأسنان، وعند صهر الشمع يستخدم لعلاج آلام المفاصل.

خامساً: صمغ النحل

وله أسماء متعددة منها البروبليس، والعكبر، وغراء النحل.. وهو عبارة عن مواد صمغية يجمعها النحل من قلف الأشجار، وبراعم بعض النباتات، ويستخدمها في تضيق مداخل الخلايا، ولصق الإطارات الشمعية، كما يُغْلَفُ بها الكائنات الميتة داخل الخلية لمنع تعفنها، ويقوم النحل بطلاء العيون السداسية من الداخل بهذه المادة المطهرة قبل أن تضع الملكة البيض؛ أي أنه يستعمل أساساً في لصق الخلايا، وسد الثقوب بها (تثيت خلايا النحل).. وقد قُدِّمت عدة رسائل جامعة عن صمغ النحل، والتي قامت بتحليل محتوياته كالاتي ٣٠٪ شموع - ٥٥٪ مواد راتنجية Flavonoids ١٠٪ كالسيوم، وزيت عطرية - ٥٪ فيتامينات، ومعادن.

ويختلف صمغ النحل حسب نوع الأشجار في منطقة تواجد النحل لوئاً، ولزوجة، ورائحة حيث يتدرج اللون من الأصفر، وحتى البني القاتم، ونظراً لقلّة إنتاجه فنحن نرى

غلاء ثمنه مثل غذاء الملكات، كذلك يستخدم بكميات قليلة جداً.. لا تزيد عن جرام واحد في اليوم، وهو -أيضاً- مثل حبوب اللقاح، وغذاء الملكات متوفر في الصيدليات في صورة أقراص (نصف جرام) مثل الأسبرين مرتين يومياً لعلاج قرحة المعدة، والقولون، وأمراض الكبد، وضعف المناعة، وغيرها كما.

وعموماً فقد وُجد أن صمغ النحل يضبط الحالة المناعية للجسم، وهو بهذا يستخدم في علاج الفيروسات، والأورام، وهو مخدر موضعي يساعد في التئام الجروح، وعلاج الصدفية، وحب الشباب.

أهم الأبحاث العلمية في استخدام صمغ النحل (البروبوليس)

▪ في العلاج مضافاً إليه كشراب (٣٠ جرام لكيلو عسل) وأيضاً للعسل كدهان.

١- علاج الأورام الخبيثة

تم استخدام مادة Selrodane Dityrpere-S من صمغ النحل، وحقنها في حيوانات التجارب المصابة بأورام سرطانية فأدّت إلى تقليل حجم الورم السرطاني دون تأثير على الأنسجة المجاورة للسرطان.. كما وجد أن المستخلص المائي لصمغ النحل له تأثير قاتل على البكتيريا، والفطريات، والفيروسات؛ فيمنع العدوى، ويعالج المرض.. وهو أيضاً مضاد للالتهابات حيث يعمل كمثبط لإفراز البروستاجلاندين؛ فيخفف الآلام الشديدة، وفي تجارب وحدة الحساسية بطب عين شمس أجريت أبحاث كثيرة على مستخلص سم النحل (في حقن) تحت الجلد لعلاج الأزمات النفسية، وقد أدى ذلك إلى تحسين وظائف الرئة كما أدى إلى تقليل حدة ومرة تكرار الأزمات النفسية، ويرجع ذلك إلى وجود الفلافونات، وإلى ضبط المناعة في حالات أمراض الزيادة المناعية Hyper Sensitivity

٢- علاج الكالو

▪ يوضع صمغ النحل، والأسبرين على الكالو، ويربط طوال الليل.

١- علاج الأمراض الجلدية، والفطريات

وذلك بعمل مرهم من عسل، وبروبوليس، وكذلك إضافة البروبوليس إلى الزيوت، ودهان ٣ مرات يومياً.

٢- علاج القدم السكري

مع ضبط سكر الدم يمكن علاج القرحة خلال أسبوعين (غيار ٣ مرات يوميًا).

٣- علاج أمراض الغدة الدرقية

وقد تم علاجها باستخدام أقراص صمغ النحل (١ جرام يوميًا) مع ملعقة عسل نحل ٣ مرات لمدة شهر.

٤- علاج قرحة المعدة، والاثني عشر، والقولون

وقد تم ذلك مع النظام الغذائي الصارم، واستخدام أقراص البروبليس (١ جرام) مرتين، والنتائج رائعة.

٥- علاج التهاب الجيوب الأنفية المزمن، ومشكلات التهاب الحلق

وقد تم عمل قطارة من المستخلص المائي لصمغ النحل توضع في الأنف ٣ مرات يوميًا مع استعمال أقراص صمغ النحل مرتين يوميًا.

وكانت التوصيات التي ذكرها الباحثون في أن مركبات صمغ النحل لها القدرة على ليونة، وترطيب الجلد، ولكنها تتطلب إضافة مواد أخرى، ووجد أن تركيز ٣٥٪ لصمغ النحل له تأثير فعّال على فطريات الجلد، والرأس (الثعلبة)، أما الجلد المتقطع فإن تركيز ٢٠٪ فقط من الصمغ له تأثير قاتل للبكتيريا، وأن أكثر حساسية لصمغ النحل هي البكتيريا موجبة الجرام.. بينما أقلها حساسية هي البكتيريا سالبة الجرام.

تُجرى الأبحاث الآن لاستخدام مستخلص صمغ النحل في علاج آلام المفاصل، والحمى الروماتيزمية (حقن تحت الجلد) واستخدام -مع الشمع- مضغًا لعلاج اللثة، والأسنان، والتهاب الحنجرة.

سادسًا: سُمّ النحل Bee Venum

يعتبر سم النحل هو الأقوى والأعلى بين منتجات النحل، وقد أجريت عليه آلاف الأبحاث، وظهرت عدة كتب لاستخدام سم النحل في علاج الأمراض التي لا علاج لها... وإذا كان جرام غذاء الملكات، أو صمغ النحل لا يتعدى خمس جنيئات، فإن الجرام من سم النحل النقي قد يصل إلى ألف جنية للجرام الواحد، أو يزيد!

وسم النحل: عبارة عن سائل أبيض شفاف تفرزه غدة السم في «شغالة» النحل، ويتم تخزينه في كيس السم حيث يتم حقنه في جسم الضحية من خلال آلة اللسمع (الزبان) حيث تحوي النحلة الواحدة ٠.١ مليجرام فقط من السم (في اللسعة) والتي قد تموت النحلة بعدها... بينما تحوي الملكة حوالي ٠.٧ مليجرام من سم النحل، ولكن الملكة لا تلسع إلا ملكة مثلها.

سم النحل: ذو رائحة نفاذة، وطعم حاد المرارة، وتزداد كمية السم في النحل بزيادة تغذية على حبوب اللقاح، ولهذا فمحتوى السم في «الشغالة» يختلف من سلالة لأخرى، كما يختلف من أول النهار عن آخره؟ ومن فصل إلى فصل، ولهذا فاقتناء النحل في البيوت لاستخدامه في اللسع فيه خطورة حيث تقل كمية السم، ويصبح عديم الفائدة، ويجف سم النحل بسرعة في درجة حرارة الغرفة، ويتحمل الإنسان حوالي ٢٠٠ لسعة، ويموت إذا زاد اللسع عن ٥٠٠ لسعة، بينما الجرعة العلاجية تبدأ من لسعة واحدة يومياً، ولا تزيد عن عشر لسعات في اليوم (وخاصة لمرضى الروماتويد والأورام الخبيثة).

ويتعرض مُرَبُّو النحل للسمع طوال حياتهم أكثر من أربعين سنة متصلة، والنتيجة ضبط ضغط الدم عندهم، وقوة الذاكرة، وقوة الأسنان، والعضلات، وسلامة المفاصل؛ أي أنهم يتمتعون بصحة جيدة، وحيوية عالية.. ويرجع التأثير العلاجي لسم النحل إلى مفعوله المباشر -في مكان اللسع-، وكذلك تأثيره غير المباشر المنشط لمناعة الجسم حيث ينبّه جهاز المناعة في سلسلة من التفاعلات داخل الجسم تقوى بتعرضها للشمس بعد اللسع photo sensitization.

ولنا بحث دقيق من ثلاثين صفحة يشمل الدراسات على السُمِّيَّة والمكونات، وتفاعل الجسم مع سم النحل، وكيفية علاج آثار السم، والحساسية للمكونات، واستعراض تاريخي للأبحاث العلمية التي تناولت سم النحل، وكذلك المواد المستخدمة، والجرعات، وطريقة إعطاء السم.. وتركزت نتيجة البحث الذي استمر عشر سنوات على حوالي خمسة آلاف مريض حول علاج الآلام الشديدة في الجسم في الحال، وعلاج الحمى الروماتيزمية للأطفال

في ٣ شهور، وعلاج الضغط المرتفع، وعلاج الجيوب الأنفية، وعلاج التهاب أوعية الشدي (بدل الجراحة)، وعلاج التهابات الكبد الفيروسيّة، وكذلك علاج الجلطات الدموية، ومشكلات الأوعية الدموية.

أولاً: مكونات سم النحل (على أساس الوزن الجاف)

- ١- بروتين الميليتين Mellitin ٥٠٪، وله خصائص أقوى من الكورتيزون مائة مرة.
- ٢- إنزيمات كثيرة أهمها الفوسفوليبيز Phospholipase ١٠٪ لإذابة الجلطات، والأورام، والتجمعات النسيجية.
- ٣- الهيالورينيداز Hyaluronidase.
- ٤- بيتيدات عديدة أهمها أدولابامين، وأبامين Apamin وبيتيدات صغيرة ١٥٪ وهي مواد مضادة للالتهابات، وتنشيط الإنزيم الحلقي، ومسكن للألم.
- ٥- فوسفوليبيدات ٥٪ Phospholipids
- ٦- أمينات نشطة ٢٪ لها تأثير الهيستامين، والدوبامين، والنورأدرينالين

ثانياً: التأثير

- يتركز تأثيره في
- ١- تقطيع التجمعات، والتليفات اللزجة إلى جزئيات صغيرة.
 - ٢- تكسير أغشية الخلايا.
 - ٣- تحلل الأغشية بين الخلوية مثل تحلل الجلطة الدموية كما يؤدي إلى إرتخاء الأوعية الدموية، وانخفاض ضغط الدم حتى في الحوامل، وتقوية الاتصالات العصبية، ومناطق اتصال الأعصاب بالعضلات، وقتل بعض أنواع البكتيريا، والفطريات.
- وهو أقوى في تأثيره ألف مرة من البنسيلين، ومائتي مرة من الكورتيزون، ويبدأ التفاعل مع سم النحل موضعياً (تأثير موضعي) وهو تفاعل مناعي يؤدي إلى إفراز عدد كبير من Specific Immunoglobulins E فيؤدي إلى زيادة نفاذية الشعيرات الدموية للسوائل (التورم) ثم ينتقل التفاعل إلى الجسم كله.

ثالثاً: الجرعة والإعداد

قد يتحمل الإنسان عددًا كبيرًا من لسعات النحل (حسب السن والوزن)، ولكن توجد حساسية لدى بعض الأفراد بنسبة واحد في الألف.

والجرعة التي نوصي بها لا تزيد عن عشر لسعات في اليوم، ويمكن الاعتماد على اللسع المباشر للنحل (بشرط مراعاة اللسع الصحيح بعد موت النحلة، وبقاء الزبان في الجلد فترة) ثم التقاطه بملقاط، أو استخدام حقن سم النحل المخفف بجرعة قدرها ٠.١ مليجرام في المكان، وهو ما يساوي المادة الفعالة في لسعة واحدة.

رابعاً: المحاذير

- ١- يلتزم بعمل اختيار حساسية الجلد أولاً.
- ٢- يراعى الجراحة التدريجية بزيادة يومية، أو أسبوعية. (مثلاً ٠.٢ - ٠.٤ - ٠.٦ - ٠.٨ - ١.٠ مليجرام/%) حتى تصل إلى الجرعة العلاجية.
- ٣- الجرعة القصوى عشر نحللات في الجلد موزعة على مفاصل الجسم.
- ٤- العلاج المكثف (يوميًا) - أو المتباعد (أسبوعيًا) يحدد حسب المرض والحالة.
- ٥- اللسع أو الحقن يكون في أماكن الألم المفصلية، أو حولها ليستفاد من الفعل المنعكس.
- ٦- لا تزيد في المكان الواحد عن ٠.٢ مركز، وإلا حدثت تفاعلات زيادة الحساسية، والالتهاب الشديد (حقنة الأنسولين توزع على عشرة أماكن).
- ٧- مدة اللسع ٣-٦ شهور حسب المرض، ودرجة التحسن.
- ٨- إذا حدث التهاب شديد في مكان فلا تحقن في هذا المكان وابتحث عن مفصل آخر حتى يعود لطبيعته.

٩- الدراسات كلها أكدت فائدة لسع النحل حقن في الجلد - والدراسات تجرى الآن لاستخدام سم النحل عن طريق الفم وعن طريق نقط الأنف ودهان للجلد وقطارة للعين، وحتى الحقن في الورم نفسة (د. على فريد).

١٠- إذا تغير محتوى الحقنة (بالتعكير، أو تغيير اللون) فلا تأخذ منها شيئاً.

١١- إذا لم يحدث أي تحسن مع لسع النحل فيجب أن توقف العلاج، وترجع الطبيب.

خامساً: الأمراض التي عولجت بسم النحل

١- الأمراض المناعية مثل الروماتويد، والذئبة الحمراء SLE، ويكفي أن تعرف أن الحمى الروماتيزمية للأطفال تُعالجُ بسم النحل في مدة من ٣-٦ شهور فقط بجرعات مختلفة بدلاً من حقنة البنسلين ٢٥ سنة.

٢- التهاب، وآلام الأعصاب، والمفاصل، والعظام، والشلل النصفي (وهو علاج للآلام الشديدة).

٣- تَلَيُّفُ المَخِ المنتشر M.S.

٤- مرض الضغط المرتفع (حتى في الحوامل).

٥- مرض السكر (تحسين سريع في جميع الأنواع).

٦- الأمراض الجلدية المزمنة مثل الصدفية، والبهاق، والثعلبة، وتقرن الجلد Scleroderma.

٧- أمراض العيون الفيروسيّة، وأورام العيون، والتهاب الشبكية، وضمور العصب البصري.

٨- التهابات الجيوب الأنفية المزمنة.

٩- الغدة الدرقية المتضخّمة.

- ١٠- التهاب الكبد الوبائي Hepatitis C.B، والفيروسات الأخرى.
- ١١- علاج أمراض النساء (الإجهاض المتكرر، وتكيس المبيض، وانسداد الأنابيب، وضعف التبويض) أبحاث د/ على فريد (طب عين شمس).
- ١٢- سرطان الثدي، والتهابات الثدي.
- ١٣- التهابات القولون المتقرح Ulcerative Colitis.
- ١٤- الصداع المزمن، ومشكلات الأذن الوسطى.
- ١٥- الجلطات العميقة DVT، ومشكلات نزف الدم المستمر.
- إذا أردت الحصول على حقن سم النحل فاتصل بالمؤلف.

الباب الثالث

الصيدلية الغذائية

مرض السكر

تعليقات

تدهور صحة مريض السكر بسبب الجهل بطبيعة المرض، وقد يحدث اضطراب هرموني بسبب الحمل (سكر الحمل) أو بسبب مشكلة (سكر عصبي)، أو بسبب الإسراف والسمنة. والذي استقر عليه العلم أن السكر نوعان..

- نوع يعتمد على الحقن بالإنسولين IDD
- نوع لا يعتمد على الإنسولين NIDD ولا بد من تحليل للسكر في البول والدم إن لم يكن يومياً ففي كل أسبوع مرة.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
الإسراف في الأكل.. والسمنة.. فهي من أهم أسباب مرض السكر! ويجب علاج السمنة أولاً وربما عولج السكر دون علاج	١- تحاليل البول والدم كل أسبوع مرة للوقوف على مستوى السكر في الدم! ٢- الحلبة الحصى.. مغلي ملعقة كبيرة ويؤكل الحب.
٢- الاعتماد على الدواء وحده في علاج السكر، فالجسم يتعود عليه ويفقد تأثيره بعد فترة ولا بد من تغيير الدواء.. حسب التحاليل	٣- البردقوش + الروز ماري (ضبط الهرمونات). ٤- السلطة العلاجية: فيها رأس فجلة وبصلة يومياً وكرنب وكرفس وثوم وبقدونس وجزر وقرنبيط.. وملعقة خل + زيت.
٣- مشاكل الإنسولين كثيرة.. وممنوع الاعتماد عليه وقد ظهرت الآن مقاومة الجسم للإنسولين Ins. Resist.	٥- غسل المرحنون - ٢ ملعقة صباحاً ومساءً.

٤ - ممنوع صيام مريض السكر بحجة
تقليل السكر.. فهذا يؤدي إلى نتائج عكسية
(ربما الغيوبة).

٥ - ممنوع إهمال مرض السكر؛ لأنه يضر
جميع أعضاء الجسم.. من أول المخ وشبكية
العين والأسنان والكلى وحتى الأوعية
الدموية والأعصاب.. ويمكن يعمل
(غرغرينا في الأطراف وتقطع) والسكر
يعلم صاحبة الأدب والانتظام والحذر.

٦ - مع أخذ هذه الأشياء لابد من الرجوع
للطبيب للاستشارة.. ولا بد من متابعة
توابع السكر.. ومرضى كثيرون تحولوا من
الأدوية إلى هذه النباتات الطبيعية والنظام
الغذائي الصحيح.

٦ - ليمون الأضاليا (جريب فروت)
كوب عصير.

٧ - مغلي الشعير + البقدونس

٨ - القرفة + ورق العرعر + بذور قطونا.

٩ - جرام بروبليس في العسل يومياً.

١٠ - مغلي الصموة - والجعدة - والللال.

١١ - حبوب القمح + حبوب الشعير +

لبان دكر + حبة البركة (كميات

متساوية) + ٦ كوب ماء تسخن ١٠

دقائق - وتصفى.. وتوضع في إناء زجاجي

يشرب منها كل يوم فنجان على الريق.

١٢ - مغلي ورق التوت (أو أكله)

١٣ - تناول بصله مسلوقة متوسطة يومياً.

١٤ - برتقالة بقشرها في الخلط تعالج

السكر!

١٥ - العدس غير المبشور!

١٦ - ١ جرام حب الرشاد (خردل + قسط

بحري)

١٧ - حمام مائي ساخن للقدمين بالخردل

والقرنفل والزنجبيل من أهم علاجات

آلام القدمين

أمراض الكلى وزيادة الأملاح

المنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - اللحوم الحمراء والدهون	السعد والقنطريون والدمسية وبذر خلة
٢ - الأطعمة المحفوظة والمعلبات	وحلفاء بُرّ..
٣ - منتجات الألبان (ما عدا الزبادي واللبن الرايب)	١ - كوب ماء مغلي ساخناً على الريق ومن الممكن أن يُضاف إليه ملعقة خلّ أو ملعقة حلبة حصى أو نعناع بدون سكر.
٤ - الطعام المسبّب والمحشي	٢ - (٢) ملعقة كبيرة من عسل حلفاء بر
٥ - الحلويات والفطائر	+ غذاء الملكات ٣ مرات يومياً تذاب في نصف كوب ماء.
٦ - الليمون والفراولة والبرتقال والزيتون	٣ - مغلي ملعقة كبيرة من الشعير +
٧ - المخلاتات كلها والمشّ والشطة والسّمك المملح والرنجة..	حزمة بقدونس في ٢ كوب ماء لمدة خمس دقائق يشرب ساخناً ٣ مرات يومياً.
٨ - الشاي والقهوة والكولا والشيكولاته (كلها تسبب الأملاح)	٤ - منقوع التين (٣ + ٧) في الماء.
٩ - الأعشاب المجهولة!	٥ - مريميه + زعتر + ورق روزماري +
والأدوية التي تضرّ الكلى!	كوب ماء مغلي.. مرة واحدة (مغلي الزعتر مع الكرفس يفتت الحصى).
١٠ - السهر والتدخين.. فالتدخين يدمر الكلى تماماً ولا ينفع معه أي علاج!	

- ٦ - ضبط الهرمونات: ملعقة بابونج +
البردقوش + كوب ماء مغلي.
- ٧ - لتقوية العضلات:
 $\frac{1}{4}$ قرفة + $\frac{1}{4}$ ملعقة جنزبيل + $\frac{1}{4}$ حبة
البركة + كوب ماء مغلي.
- ٨ - مغلي الحلبة + الشمر (مثل الشاي
الكشري)
- ٩ - منقوع الدوم إذا كان الضغط
مرتفعًا.
- ١٠ - سلطة الخضروات والحبوب
النابتة والشورية الخفيفة والزيوت
والخضار المسلوق لمرة واحدة والتفاح
والرمان واللبن الرايب أو الزبادي.

قرحة المعدة والاثنا عشر والحموضة

تعليمات

نحذر أولاً من الأدوية المضادة للحمض والحموضة؛ فهي تسبب سوءاً، والإمساك الشديد

المنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - التدخين.. فهو أهم سبب للقرحة وممنوع الجلوس مع التدخين!	١ - مضغ الطعام جيداً والتمهّل وإعادة المضغ مهم أجرام مسحوق الخولنجان+ كوب زبادي أو محلول العسل.
٢ - اللحوم الحمراء والدهون واللحوم المصنّعة والكبدة والسجق.	٢ - الأسماك والفراخ الصغيرة بدون جلد.
٣ - المخللات والشطة والمسبّك والبسطرمة واللائشون والرنجة.	٣ - السلطة الخضراء الطازجة مع كل وجبة + 1/2 ملعقة خميرة تذاب في ماء أو عصير أو زبادي.
٤ - القهوة والكولا والشيكولاته.	٤ - 1/2 كوب ماء مغلي ساخناً على الريق مذاق فيه ملعقة عسل جبلي فهو أسرع علاج للقرحة وسوء الهضم.
٥ - البقوليات والأطعمة المحفوظة.	٥ - عصير الرمان بشحمه - بدون بذر (مخفف بالماء) وبدون سكر! والفواكه الطبيعية غير الحمضية.
٦ - الغطاء والمخبوزات حتى البقساط.	٦ - الحلويات والسكر المعقود وخاصة بعد الأكل!
٧ - الماء المثلج والمياه الغازية.	
٨ - كثرة الأدوية والمسكّنات والمضادات الحيوية، فهي من أهم أسباب قرحة المعدة ونزيف المعدة.	
٩ - الحلويات والسكر المعقود وخاصة بعد الأكل!	

- ٦ - مغلي الشعير + الكرفس + البقدونس! منقوع الجنزبيل في العسل يسرع بالهضم.
- ٧ - الحبوب النابتة: شعير، حلبة، قمح، وفول..
- ٨ - مغلي الحلبة + الشممر. عرقسوس + كثيرا بيضاء.
- ٩ - شراب البردقوش + ورق حصا لبان + زهر الليمون + البابونج.
- ١٠ - الينسون - القرفة - الكراوية - النعناع.
- ١١ - مغلي بذر الكتان يُصبّ على $\frac{1}{4}$ ملعقة رواند.
- ١٢ - مغلي لبان دكر + ملعقة خل يعالج نزيف المعدة والأمعاء.
- ١٠ - الفواكه الحمضية.. كالفراولة والليمون والبرتقال.
- ١١ - المقلبات والمشويات.

الأنيميا وسوء التغذية وسوء الهضم

تعليمات:

من أعراضها الدوخة والزغلة والنهجان والكسل وعدم التركيز في المذاكرة واصفرار الوجه وهتان لون الشفتين من الداخل وقد تؤدي إلى زيادة ضربات القلب وآلام المفاصل وأمراض أخرى، ويخطئ من يظن أن علاج الأنيميا هو أقراص الحديد أو الفيتامينات فقط.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
كل أسباب قرحة المعدة وسوء الهضم من التدخين والدهون والمسبك والمخللات والشاي الثقيل والقهوة والكولا.	١ - ٢ ملعقة عسل جبلي +غذاء ملكات+ حبوب لقاح صباحًا ومساءً.
- الفطائر والمخبوزات والحلويات - المحشي والمكرونه (بكميات كبيرة) - الماء المثلج وهواء المروحة المباشر. - كثرة الأدوية والمسكنات.	٢ - ٣ - ٥ بلحات أو عجوة يوميًا . ٣ - مغلي الحلبة والشمر صباحًا ومساءً مع أكل الحب بعد الغليان. مع ضبط الهرمونات!
- الإمسك المزمن.. لا بد من علاجه (راجع علاج الإمساك)	٤ - سلاطة خضراء مرتين يوميًا فيها بقدونس وخس وكرفس وجرجير وجزر وبصل وملعقة خلل وملعقة زيت.
- النزف المستمر من أي عضو في الجسم! (ولو كانت البواسير). - الكسل وقلة الحركة وكثرة النوم!	٥ - بروتين - بيض مسلوق يوميًا شريحة سمك أو فراخ! أو لحوم صغيرة بدون دهن بدون جلد.
- الإهمال وتأخير العلاج فهو يؤدي إلى أمراض خطيرة.	٦ - شوربة خضار أو خضار مسلوق نصف تسوية - خفيف سهل الهضم.

- ٧ - زبادي بلدي أو لبن (كوب واحد
يوميًا)
- ٨ - مغلي الشعير (ملعقة كبيرة) يوميًا فهو
هاضم.
- ٩ - فواكه طازجة أو عصير فاكهة -
يوميًا - تين - عنب - تفّاح - رمان -
كمثرى - توت.

ضغط الدم

تعليمات

بعد علاج عشرات المرضى.. اكتشفت أنه لا يوجد مريض ضغط إلا ومعه ارتفاع نسبة الأملاح (في البول والدم) أو ارتفاع الدهون في الدم أو معه خلل هرموني (في الغدة الدرقية مثلاً) أو التدخين المستمر أو حتى كثرة اللحوم الحمراء وبمجرد علاج السبب (كالتقليل من المخدرات والدهون مثلاً) ينتظم الضغط، ولا أعرف من الذي قال لمن يعاني انخفاض الضغط (كُل مخلل)!

الممنوعات (أسباب الإمساك)	المسموح به أو العلاج
١ - الدهون - وكثرة النشويّات.	١ - قياس الضغط يومياً وتسجيل القراءات
٢ - والمخللات والأطعمة المملحة.	(بعض المرضى يتعاطون أدوية الضغط منذ سنوات دون قياس الضغط وضغطهم منخفض)!
٣ - التدخين والجوزة.	٢ - تحليل أملاح البول والدم كل شهر مرة على الأقل!
٤ - الأدوية.. وخاصة الأدوية العصبية	٣ - تحليل صورة دهون الدم كل شهر مرة على الأقل!
٥ - ترك الغدة الدرقية بدون علاج!	٤ - مذيبيات الدهون إذا كانت هي السبب مثل: مهروس ٣ فصوص ثوم في كوب زبادي.
٦ - ممنوع الاستسلام لأدوية الضغط فهي تفقد عملها بعد فترة لتعود الجسم! وممنوع زيادة الجرعة (أضرارها كثيرة) أو أخذ دواء دون استشارة طبيب!	٧ - ترك السلطة الخضراء والفواكه الطازجة وأطعمة الهدوء والوقاية (لازم

<p>تعود إلى وجبة الغذاء).</p> <p>٨ - ممنوع استعمال المخللات والأملاح والحوادق على أنها ترفع الضغط المنخفض فهذا اعتقاد خاطئ يؤدي للأمراض! وهناك نظام غذائي لعلاج الأنيميا والضغط المنخفض فارجع إليه.</p>	<p>- ومسلق البصل في شوربة الخضار.</p> <p>- والسلاطة الخضراء مع الخل والزيت.</p> <p>وعسل البردقوش (٢ ملعقة صباحا ومساء)</p> <p>تذاب فيه.</p> <p>٥ - منقوع الدوم - ملعقة كبيرة في كوب ماء تنقع ١٢ ساعة صباحًا ومساءً.</p> <p>٦ - مغلي ٥ فصوص قرنفل ثم تصب على ملعقة بردقوش أو روزماري أو نعناع.</p> <p>٧ - شوربة الخرشوف - والجزر والشعير تخفف الضغط.</p> <p>٨ - مغلي الكرفس - والبقدونس.</p> <p>٩ - منقوع الكركدية (وليس المغلي)</p> <p>١٠ - مغلي أوراق الزيتون.</p>
---	---

أمراض القلب

الذبحة الصدرية - والجلطة - وفشل عضلة القلب - وكثرة الدهون حول الأوعية

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - التدخين فهو أهم عدو للقلب.. والكسل هو العدو الأكبر.	١ - الحركة والمشي بما لا يقل عن ساعة يوميًا.. فالحركة بركة وحيوية.
٢ - والدهون.. فهي التي تسد الأوعية وتسبب الجلطات - وكذلك الزبدة والقشدة والسمن الصناعي..	٢ - حمام ماء ساخن للقدمين بالجنزبيل والخردل.. يومياً ينشط الدورة الدموية ويذيب الجلطات (نصف ساعة كل يوم)
٣ - القهوة والشاي والكولا.. والمكيفات..	٣ - القسط - الخردل - ملعقة صغيرة + كوب ماء مغلي.
٤ - كثرة ممارسة الجنس.. فهي التي تضعف عضلة القلب.. والسهر.. والإجهاد.. وقلة النوم.. (مطلوب الاعتدال).	٤ - عسل النحل + غذاء الملكات + حبوب اللقاح + ٢ ملعقة كبيرة صباحًا ومساءً.
٥ - السهر وعدم النوم الكافي بالليل يدمر عضلة القلب.	٥ - الطعام المسلوق - قليل الملح - مع الثوم والبصل والكرنب والجزر والشعير (معًا)
٦ - الانفعالات المستمرة.. والخوف والقلق.. وكثرة التفكير.. فكلها تضعف عضلة القلب.	٦ - الأسماك المقلية (٣ مرات أسبوعيًا). ٧ - زيت الزيتون مضافاً إلى سلطة خضراء طازجة يوميًا.

<p>٧- الطعام المسبّب والمشوى (المحروق) - وكثرة النشويات (الأرز والمحشي والمكرونه) فكلها تتحول إلى دهون ترسب حول الأوعية.</p> <p>٨- الطعام المملح.. كثير الملح مثل المخللات - والسّمك المملح والجبنه المملحة - وأي طعام حادق!</p> <p>٩- الإكثار من اللحوم الحمراء.. فيكفي مرة واحدة طعام اللحم في الأسبوع.</p> <p>١٠- الأدوية.. فكثرة الأدوية تدمر عضلة القلب. فيجب التخلص من الأدوية المزمته واستبدالها بنظام غذائي طبيعي!</p> <p>١١- ممنوع تمامًا الأكل الدسم في العشاء والنوم بعده.. فهو أهم أسباب أمراض القلب (النوم بعد العشاء بثلاث ساعات).</p>	<p>٨- البصل المشوي أو المسلوق أهم علاج للقلب والأوعية!</p> <p>٩- التفاح يخفض الكوليسترول</p> <p>١٠- الزبادي البلدي + فصوص الثوم.</p> <p>١١- القرفة + الجنزبيل + حبة البركة.</p> <p>١٢- القرنفل + الريحان + الراوند + جبهان مضغاً + من أقوى الأدوية.</p>
--	---

المشكلات الجنسية

ضعف الانتصاب - سرعة القذف - ضعف الحيوانات المنوية وقتها - وضعف التبويض ومشكلات الدورة الشهرية.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
<p>ممنوع إهمال حالة الضعف وعدم العلاج فهذه خيانة وإضرار بالزوج! وكذلك الالتهابات المزمنة عند المرأة ممنوع إهمال علاج أي مرض مزمن.. ممنوع الاعتماد على حبوب إثارة الجنس فهي مؤقتة.. وتفقد تأثيرها تمامًا بعد فترة! ويجب عدم ممارسة أي عادة سرية خاطئة فثمنها الضعف العام، وممنوع الدواجن البيضاء، والكبد والسكر والهامبرجر والبسطة والانشون.. والأسماك أفضل بديل.</p> <p>ممنوع ملئ البطن بالطعام.. وكثرة السهر والإجهاد فكلها تضعف الجنس.. وممنوع اللقاء على شبع أو بعد مجهود العمل..</p>	<p>مسحوق بذور الأنجرتة Nettla أو الزربيح مع الزيت أو العسل يطلى به فيزيد الشهوة + الجرجير + حب الرشاد والخبثان.</p> <p>١ - ضرورة عمل تحليل بول بصفة دورية وكذلك تحليل حيوانات منوية (سائل منوي).</p> <p>٢ - استبعاد الأمراض المزمنة.. أي علاجها أولاً مثل السكر والضغط والأزمة التنفسية والأنيميا وغيرها وأمراض الكبد والكلية فكلها تضعف الجنس.</p> <p>٣ - تصحيح العادات الغذائية كلها. ومراعاة آداب اللقاء.. فالأكثرية تجهلها.. وبفساد السلوك يأتي الضعف.</p> <p>٤ - العسل الجبلي + غذاء الملكات + حبوب اللقاح - صباحًا هو أهم منشط ومقوٍ للجنس والعضلات والذاكرة.</p>

<p>ممنوع إهمال النظافة والتجمل.. فمطلوب من الرجل والمرأة دوام الوضوء والتعطر وفرشاة الأسنان كل يوم، والله يجب التواين ويجب المتطهرين المتجملين..</p>	<p>٥ - مشروب القرفة + الجنزبيل + حبة البركة + القرنفل (مثل الشاي الكشيري) يوميًا.</p>
<p>يجب المحافظة على خصال الفطرة من قصّ الأظافر وجزّ الشارب والإبط والعانة، والاكتمال والعناية بالشعر.. ودهان البشرة يوميًا بزيت الزيتون مع التدليك!</p>	<p>٦ - السلاطة الخضراء يوميًا وفيها بصل وثوم وجرجير وفجل وكرفس وجزر وبقدونس + خل + زيت زيتون من أهم المقويات الجنسية.</p>
<p>يجب الاهتمام بالفواكه الطازجة وعصير الجزر والبلح والتفاح والمان والتين.. مع دوام الحركة والنشاط والتفاؤل.. والثقة في رزق الله.</p>	<p>٧ - لضبط الهرمونات مشروب يومي من البردقوش + روز ماري + المريمية.</p>
<p>٨ - الحلبة حصى + الشمر (مشروب يومي)</p>	<p>٩ - الأسماك الطازجة ثلاث مرات (أسبوعيًا)..</p>
<p>١٠ - ملعقة مطحون القسط والخردل يوميًا وكمادات الجنزبيل والحمام المائي الساخن للقدمين</p>	

المشكلات النفسية

الأرق - والخوف - والحزن - والإحباط - والقلق - والإجهاد النفسي

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
<p>* الابتعاد تمامًا عن المخبوزات كلها - والفطائر - والحلويات - والتدخين - والشاي - والقهوة والكولا - والمسبك والمحشي وجميع الدهون والمخللات .. الكبدة والسجق واللاتشون والبسطرمة والمكرونه والأطعمة صعبة الهضم! واللحوم الحمراء (إذا كنت في مشكلة نفسية فلا تأكل الطيخ) وإياك أن تفرغ همك في كثرة الطعام! * ممنوع إهمال أي مرض مزمن فهو يزيد الحالة النفسية سوءًا * دوام الوضوء والصلاة وكثرة ذكر الله .. فهي تخفف من حدة الألم النفسي .. وتصرف النفس إلى الرضا بالقضاء والتعامل مع الواقع بشكل سليم دون انفعال زائد.</p>	<p>١ - الاهتمام بأغذية الهدوء أو الأغذية المفرحة مثل عسل النحل - حبوب اللقاح - غذاء الملكات - التفاح - الكمثرى - مغلي الشعير (ملعقة واحدة و الغلي لمدة خمس دقائق فقط) - البليلة - نصف ملعقة خميرة في كوب زبادي بلدي - البلح أو العجوة - التين منقوعًا (٧ + ٣) في الماء أو اللبن! - عصير البرتقال الطازج أو الليمون - شوربة الخضار الصحية - خفيفة والمكونة من: (بنجر + كرنب + جزر + كوسة + بطاطس واحدة فقط + كرفس + بقدونس + بصل + خرشوف + ملعقة شعير). - السلطة الخضراء الصحية - وفيها المحتويات السابقة عدا البطاطس والكوسة والشعير مع إضافة الخل + زيت الزيتون.</p>

- المشروبات الدافئة: ورق حصى لبنان + بردقوش + حلبة + شمر + نعناع + أو ريحان + قرفة + جنزبيل + حبة البركة.

السرطان!

* توجد أطعمة تجلب النوم سريعاً لمن أراد منها:

- كوب لبن دافئ فيه ٣ بلحات محلى بملعقة عسل نحل.

- بصلة كبيرة مسلوقة أو مشوية + كمون وملح (حاف).

- ٢ ملعقة كبيرة عسل جبلي + غذاء ملكات وحبوب اللقاح.

لا تنسى الصديق العاقل الأمين.. فربما نصحك بما غاب عنك فوفر عليك طول التفكير والوساوس وإذا استحال الحال بعد كل هذا فعليك بالطبيب.

حساسية الصدر (الربو - ومشكلات الجهاز التنفسي)

تعليمات

من أعقد الأمراض العصرية.. ولها أسباب كثيرة.. منها التدخين وأتربة المنزل وحساسية الفرش والسجاجيد والحشرات وغبار الطريق.. وحتى بعض الأطعمة.. والناس تتغاضى عن الأسباب وتبحث في البخاخات. ولا بد من تعديل جهاز المناعة!! وقد تكون السمنة وزيادة الوزن هي السبب أو العكس قد تكون النحافة والضعف.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - الاستمرار في التدخين! أو الجلوس مع المدخنين!!	١ - عسل النحل الجبلي + غذاء الملكات + حبوب اللقاح.. يعالج الجيوب الأنفية المزمنة التي تسبب الربو (٢ ملعقة كبيرة صباحًا ومساءً) تذاب في نصف كوب ماء.
٢ - البقاء في المنزل أو المكان الذي يسبب الحساسية!	٢ - طعام خفيف مسلووق (شوربة خضار علاجية)
٣ - تناول الطعام الذي حدثت بعده نوبة الكحة!	٣ - المشروبات الساخنة كل ساعتين:
٤ - تناول طعام مسبك أو صعب الهضم!	مثل:
٥ - التعرّض لنوبات البرد.. وكثرة تغييره الملابس! والخروج من الحمام الدافئ في جو بارد أو العكس!	١ - (حبة البركة + لبان دكر + عرقسوس) يتقّ الصوت
والمياه المثلّجة.. وهواء المروحة والتكييف.	٢ - (قرفة + جنزبيل + حبة البركة + قرنفل) قوي جدًا.
٦ - إهمال الفواكه الطازجة!	٣ - (الحلبة + الشمر) + قطرة من زيت

كالتفاح والبلح والتين البرشومي

والبرتقال وعصير الليمون والجزر..

وكذلك السلطة الخضراء فهي مهمة

جداً جداً

٧- الاستمرار مع المضادات الحيوية

وأدوية الأزمة التنفسية - إن كانت لا

تؤثر فيها (فكل هذه الأدوية تدمر

الجسم دون فائدة!)

٨- الحلويات والدهون والشيكولاته

واللحوم المحفوظة.. والأطعمة

الجاهزة كلها تضعف المناعة!

٩- منتجات الألبان.. لأنها تزيد إفراز

المخاط!!

١٠- مطلوب تسجيل كل ما يأكل

المريض أو يشرب أو يشم في صفحة -

وفي الصفحة المقابلة الأعراض التي

تظهر بعدها؛ لاستبعاد أي طعام يشتهه

فيه!

حبة البركة!

٤- (الشعير + البقدونس + القنطريون)

٥- (ورق التليو + ورق جوافة +

حبّهان)

٦- (البردقوش + روز ماري + مريميه)

٧- مغلي أوراق الآس + أوراق الكافور

(للجيوب الأنفية)

٨- وصفات علاجية: مطحون الكثيرا

البيضا + عرق جناح + مطحون بذور

الحرمل + الجنزيبيل منقوعاً في العسل +

زيت السمسم (أقوى علاج)

(حب الرشاد + بذر فجل + بذر جرجير

+ خردل) + ماء ساخن + ملعقة كبيرة

عسل + ملعقة خل يتغرغره به ويبلع..

ينقى الرئة ويقطع الربو.

٣- حمام مائي ساخن للقدمين بمغلي

الخردل والجنزيبيل والقرنفل مع التدليك

لمدة نصف ساعة.

٤- شوربة خضار فيها شعير + ثوم +

بصل + ليمون + كرفس + بقدونس +

حبّهان.

أمراض الكبد

تعليقات

الكبد هو مصفاة الجسم، ومرشح الطعام من السموم والدهون وهو الذي يحتجز الطعام الزائد ويحوّله إلى دهون كما يخزن بعضها حوله ويسمح ببعض الدهون فترسّب في الأنسجة وحول الأوعية الدموية فتسبب الجلطات!

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - الأدوية الكيماوية.. فكلها تضرّ الكبد.. والكبد المريض لا يتخلص من الأدوية!	١ - القنطريون أهم علاج في حالات الاستسقاء وحصوات المرارة والقرح المزمنة - ملعقة كبيرة + ملعقة شعير.
٢ - المسبك والدهون والحلويات والمخللات.. والحوادق.. تضر الكبد والكلّي!	٢ - مغلي الشعير + البقدونس + الكرفس
٣ - اللحوم الحمراء.. والكبدة والسجق واللانثون والهامبرجر والشاورمة.. وجميع اللحوم المصنّعة!	٣ - مضغ الخروب.. ومضغ الجبهان يساعد على الهضم.. ويقوى القلب ويمتص السموم من المعدة والأمعاء!
٤ - المخبوزات كلها والفتائر والكيك.	٤ - البردقوش + ورق حصا اللبان.
٥ - البقوليات والفاصوليا والطعمية والبطاطس المقلية..	٥ - مغلي الكرفس + الراوند + ملعقة خل.
٦ - ممنوع الإهمال.. والكسل.. فلا بد من المتابعة المستمرة.. والتحليل الطبية..	٦ - العسل الجبلى + غذاء الملكات + حبوب اللقاح + البروبوليس (عسل المر إذا كان مريض سكر).
الحمد لله فنسبة الشفاء أكثر من ٨٠٪ حتى مع التورّم المائي، حتى لو لم يبق سوى ¼ كبد	٧ - حلبة حصي + شمر.
	٨ - بذر السفرجل = بذر القطونا منقوع ١ جم فقط في ٥٠ سم ماء يعالج الأغشية

المخاطية.

فقط (الكبد يجدد خلاياه إذا حافظنا عليه).

٩ - بذور الحرمل + زيت السمسم + عسل
جبلي أقوى علاج للكبد.

١٠ - حقنة شرجية يومية بالزيوت مع الماء
الساخن.

١١ - بذور السعد وحب الإرشاد يعالج
المعدة والقرح.

١٢ - البنجر المسلوق يعالج مشكلات المرارة
والخرشوف المسلوق مهم جداً مع باقي
شوربة الخضار - الكرنب والكرفس
والحبهان..

١٣ - ملعقة زيت زيتون نقي ٣ مرات تنشط
الكبد وتعالج الإمساك المزمن!

١٤ - البلح والتفاح والرمان والتين والعنب
والقمح النابت والبقول النابت.

١٥ - حمام مائي ساخن للقدمين مهم جداً
يوميًا بمغلي الخردل والجنزبيل - لتنشيط
الدورة الدموية.

أغذية الحوامل والمرضعات

تعليقات

يوميًا (بلح وعسل وحلبة ولبن وسلاطة خضراء) صحة الطفل وقوته وذكاؤه كل ذلك يبدأ أثناء الحمل.. وتؤكد أثناء الرضاع وفساد الغذاء للأم يفسد الجنين.. ويسبب الأمراض للرضيع وبالعلاج الأم - وليس الرضيع.. يشفى بإذن الله!

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
الكسل أو طول النوم - أو النشاط العنيف!	١ - نشاط حركي خفيف - ومشي يوميًا.
طعام كثير - صعب الهضم - مرة أو مرتين في اليوم!	٢ - طعام قليل - خفيف - كل ٣ ساعات (مطلوب ٤ وجبات يوميًا على الأقل).
ممنوع الدهون والسمن الصناعي - والفتائر والمخبوزات والمسيك.. والشاي الثقيل والقهوة - والكولا فكلها تسبب الإمساك (الأسماك أفضل).	٣ - ٢ ملعقة عسل النحل قبل النزول من السرير (صباحًا).. وقبل النوم.
الرنجة والملوحة والسّمك المدخن والمخللات والمشّ فكلها تسبب أضرارًا للجنين والرضيع!	٤ - عدد ٣ - ٧ بلحات يوميًا.
البسطرمة واللانшон والسجق والكبدية والهامبرجر وجميع اللحوم المحفوظة والمصنعة!	٥ - كوب لبن أو زيادي أو قطعة (جبين قريش حاف) يوميًا.
	٦ - بيضة مسلوقة (نصف تسوية) يوميًا أو شريحة سمك أو فراخ بدون جلد.
	٧ - سلطة الخضروات مهمة جدًا وجزر وبصل وجرجير وكرفس وبقدونس وبنجر + ملعقة خل أو ليمون + ملعقة زيت زيتون.

<p>(شورية اللحم البلدي الخفيفة أفضل) ممنوع أخذ أدوية أثناء الحمل أو أثناء الرضاعة فكلها تصل إلى الرضيع وتفسد صحتة! ممنوع الاعتماد على الأدوية في علاج الرضيع.. فإذا عاجلت الأم بنظام غذائي سليم.. ويشفى الرضيع دون أية أدوية بإذن الله.</p>	<p>٨ - ملعقة زيت زيتون كبيرة صباحًا ومساءً (لعلاج الإمساك المزمن). ٩ - المشروبات الهاضمة كل ساعتين، عصير تفاح - مغلي الشعير - عنب نصف ملعقة خميرة + لبن أو زبادي أو عصير رمان + بصل نصف مسلووق أو مشوي.</p>
--	--

حب الشباب ومشكلات الجلد

تعليمات

قد تكون الأملاح أو الدهون أو الاضطراب الهرموني هو السبب فابدأ بهذه التحاليل لتتقف على السبب الحقيقي فيسهل العلاج.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
منتجات الألبان المطبوخة مثل: الجبنة الرومي - (النتو) - الجبن المملح.. اللحوم الحمراء والدهون.. والمسبك الشطة والحوادق والمخللات القهوة والشاي والكيولا والمياه الغازية! المشويات والمقليّات.	١ - أغذية الهدوء والجمال: عسل نحل جبلي + غذاء ملكات + حبوب لقاح. عصير جزر + بذور نابتة: قمح نابت + شعير نابت + حلبة نابتة + الحلبة الحصى + الشمر.
المكرونه والمحشي والبسطرمة واللانشون ممنوع الاعتماد على الدهان الخارجي وحده أو أدوية تقليل الحساسية فإنها مؤقته. سندوتشات الكبدة والسجق والهامبرجر والبيتزا.. فكلها تزيد من التهابات الجلد.	٢ - فواكه طازجة: بلح - تفاح - عنب - تين - توت. مغلي بذر قطونا + مغلي القرنفل + مغلي البقدونس.
إهمال الوضوء ودوام نظافة الجلد.. وتحفيفه	٣ - خضروات طازجة: يومياً كرنب قرنبيط - بقدونس - كرفس - نصف ملعقة خميرة في نصف كوب زبادي بلدي.

<p>الإسراف في استخدام الشامبوهات والصابون السائل الذي أفسد الجلد وكذا مواد التجميل الصناعية.. فإنها تسبب الحساسية والتهابات الجلد!</p>	<p>٤ - مراعاة الفترات التي تزداد فيها المشكلات الجلدية.. مثل زمن الدورة الشهرية وفترات المراهقة.</p> <p>مشروب ضبط الهرمونات (البردقوش + روز ماري)</p> <p>٥ - الالتزام بالنظام الغذائي وتسجيل الأطعمة التي يصحبها التهاب الجلد والابتعاد عنها!</p> <p>٦ - علاج اضطرابات الهضم والإمساك ببقاء الفضلات في الأمعاء يسبب الالتهابات الجلدية وسقوط الشعر.</p> <p>٧ - زيت الزيتون والجلسرين - العسل الجبلي مع صفار بيضة (نيّه) + زبادي + بعد غسيل الجلد بالماء الدافئ والخل الأهم شرباً ودهاناً.</p> <p>٨ - ماء الخميرة - والنشا - وماء ورد بلدي.</p>
--	--

السمنة وزيادة الوزن والدهون

تعليقات

السمنة من أخطر ما يهدد الصحة.. وهي السبب في آلام المفاصل وأمراض القلب والأوعية والجلطات وأمراض الكبد والكلى والأورام.

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
١ - الصيام بدون نظام.. يؤدي إلى أمراض كثيرة.	١ - غذاء يومي لا يزيد عن ٥٠٠ سعر حراري يتلخّص في كوب ماء ساخن + ملعقة خلّ على الريق إن أمكن + ٧ بلحات أو ٣ للإفطار + عسل نحل + غذاء ملكات النحل..
٢ - الكسل والنوم وقلة الحركة. (يبدأ حرق الدهون بعد ٣٥ دقيقة من المشي المستمر)	٢ - مشروب ساخن قليل السكر كل ساعتين لضبط الهرمونات - وإذابة الدهون! غير القهوة والشاي.
٣ - النشويات والدهون والمسبكات والمياه الغازية والسندوتشات والمكرونه والفطائر والحلويات.	٣ - شوربة التخسيس: كرنب أو قرنبيط + كرفس + ثوم + بصل + جرجير + شريحة بروتين بدون جلد وبدون دهن + سلطة خضراء (كثير) + خل!
٤ - اللب والسوداني والتسالي - بغير حساب.	٤ - المسموح به (نشويات + سلطة) أو (بروتين + سلطة) لكن ممنوع البروتين + النشويات في وجبه (مع علاج الأنيميا).
٥ - استخدام أعشاب التخسيس غير المدروسة تؤدي إلى آلام في المعدة وفشل كلوي!	

<p>٦ - استخدام أدوية الغدة الدرقية أو أدوية السكر أو أي عبث في النظام الهرموني.</p>	<p>٥ - زيت الزيتون صباحًا ومساءً.. أو زيت بذر التفاح.</p>
<p>٧ - الانخداع بإعلانات مراكز التجميل والأوهام، فاللصقات الجلدية - وأجهزة الذبذبات لتحريك الدهون.. والإبر الصينية - والشمع المنصهر وغيرها..</p>	<p>٦ - استخدام ميزان يومي وتسجيل القراءات.</p>
<p>وقتيه.. سرعان ما تنعكس والنظام الأبقى هو تقليل الطعام مع التنظيم (حتى لا تصاب بالأنيميا) مع كثرة الحركة والنشاط.</p>	<p>٧ - كوب زيادي + ٣ فصوص ثوم مهروس قبل النوم.</p> <p>٨ - المشي لمدة ساعة يوميًا (بالتدرج) على الأقل.</p>
<p>والخماسي الشهير (المشي والعسل والخل وشورية التخسيس والحزام العريض) وسياسة النفس الطويل (كل أسبوع ٢ كيلو فقط هو الأفضل والأضمن)</p>	<p>٩ - استخدام حزام البطن العريض طول الليل!</p>
<p>١٠ - استخدام التدليك القوي وحمامات البخار</p>	<p>١٠ - استخدام التدليك القوي وحمامات البخار</p>

علاج النحافة وسوء الهضم والإسهال

تعليمات

تشكل النحافة وقلة الوزن مشكلة كبيرة عند الأطفال والبالغين - خاصة إذا كان معها أعراض أخرى كالهزال والضعف والتعب المستمر والدوخة والصداع والزلغلة! أما إذا كانت النحافة لا يصحبها أية أعراض مرضية فلا خوف منها!

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
١- كثرة الطعام.. فأكثره ضار (الطعام القليل المتكرر أفضل)	١- تحاليل صورة دم وسكر في الدم وتحليل بول كامل وبرايز كل شهر مرّة على الأقل للتعرف على السبب.
٢- أعشاب علاج النحافة غير المدروسة فأغلبها ضار مجهول	٢- تحاليل هرمونات الغدة الدرقية للاطمئنان!
٣- خلطة المغات (الحلبة + المغات + المكسرات + الزبيب + السمسم + التوابل) إلا لمن يحتملها فقط!!	٣- مسحوق جرام من الخولنجان + 1/4 ملعقة من الراوند + كوب لبن أو زيادي أو محلول العسل في الماء يهضم ويقضي على الغازات.
٤- الكسل والنوم وقلة الحركة (فشرط الهضم والامتصاص كثرة الحركة!)	٤- السحلب وبذور السعد (جرام واحد) ونصف جرام حسب إرشاد يعالج قرح المعدة والأمعاء ويعالج المغص الشديد
٥- التقيد بمواعيد الطعام! أو بعدد الوجبات! فكل إنسان له ظروفه ونشاطه المختلف والقاعدة (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع)	٥- مخلوط عسل النحل الجبلي أو الزبيب وجوز الهند وحبوب اللقاح يحسن الهضم والامتصاص.

<p>٦- عدم علاج الأنيميا (ارجع للجدول) أو عدم علاج الإمساك المزمن (ارجع</p>	<p>٦- السلاطة الخضراء المنوعة - يوميًا - هاضمة.</p>
<p>للجدول) أو قرحة المعدة (ارجع للجدول) أو النزيف الزمن! أو سوء التغذية! أو علاج السبب.</p>	<p>٧- المشروبات التي تسهل الهضم والامتصاص مثل: مغلي الشعير والبقدونس والكرفس مغلي الحلبة والشمر - البردقوش والروز ماري.</p>
<p>٧- الشيبسي وساندوتشات الشوارع (تيك أوي)</p>	<p>٨- الفواكه الهاضمة: تفاح - رمان - عنب - بطيخ - وتين برشومي - وبلح.</p>
<p>٨- الحلويات والمصّاصات فكلها تعطى شبعًا كاذبًا ضارًا.</p>	<p>٩- ن صف ملعقة خميرة + زبادي يوميًا.</p>

الإمساك المزمن وعلاج القولون

تعليمات

من أشد أعداء الإنسان.. ولا بد من إخراج الفضلات مرة واحدة يوميًا على الأقل، وبقاء الفضلات عدة أيام يؤدي لأمراض خطيرة منها الأنيميا والأمراض الجلدية وتساقط الشعر وآلام المفاصل والبواسير والصداع المزمن وغيرها.

الممنوعات (أسباب الإمساك)	المسموح به أو العلاج
١- الشطة والتوابل والدهون والمكرونات والفطائر والمسبك.. والفيونو.	١ - سلاطة خضروات مليئة ٣ مرات يوميًا (جاف) فيها بصل وجزر وبقدونس وخس وجرجير وخل وحب البركة وزيت.
٢- الكسل وكثرة النوم وقلة الحركة - فالكسل أشد أعداء القولون المخللات والأطعمة المملحة.	٢ - ملعقة كبيرة زيت زيتون قبل الأكل ٣ مرات
٣- كثرة الشاي الثقيل.	٣ - فواكه مليئة: بلح أو عجوة تفاح - تين برشومي - بطيخ - توت - عنب
٤- الفواكه ذات البذور مثل الجوافة - والتين الشوكي (خطر) والخضروات ذات البذور (الفلفل والباذنجان).	٤ - مشروبات مليئة/ الراوند ومغلي الحلبة+ الشمر (ويؤكل الحب) مغلي تين ناشف - تفاح - بلح - بذر قطونا أو بذر سفرجل.
٥- كثرة الأدوية.. حتى المليّنات وحتى أدوية المعدة فإنها تتسبب في النهاية في شلل حركة الأمعاء..	٥ - نصف ملعقة خميرة بيرة في كوب زبادي.

<p>٦- والإمساك الدائم الذي لا يعالج إلا بالحقنة الشرجية. إذا لم ينفع الزيت والملينات والمشهي والاستحمام والحقنة الشرجية اليومية - فلابد من الجراحة؟ فربما حدث انسداد معوي.</p>	<p>٦- المشي لمدة ساعة على الأقل يوميًا وتدليك البطن دائريًا في اتجاه عقارب الساعة. الساعة.</p> <p>٧- حقنة شرجية بـ ١٠ سم زيت زيتون + ماء ساخن يوميًا.</p>
--	---

آلام المفاصل وخشونة العظام

تعليمات

إذا عاجلت السبب خفت الآلام وإياك وإياك والمسكنات لازم تبحث عن السبب.. فقد تكون زيادة الأملاح وقد يكون زيادة السكر.. وقد تكون زيادة الدهون؟ وقد تكون الأنيميا وسوء الهضم والإمساك وسوء التغذية وقد يكون السبب هو الكسل وقلة الحركة!!

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
حسب نوع السبب! فإذا كانت الأملاح الزائدة فارجع إلى علاج الكلى والأملاح. وإذا كانت الدهون.. فارجع إلى أمراض القلب والأوعية الدموية وإذا كان السبب مرض السكر..	١- الاستمرار في علاج السبب حتى يختفي.. ٢- كثرة السوائل الساخنة قليلة السكر مثل: القرفة - والحلبة - والعرعر ومغلي الشعير + البقدونس هو الأهم مع مشروبات ضبط الهرمونات وتقوية العضلات.
فلا بد من ضبط السكر.. وأرجع إلى علاج السكر	٣- الحبوب النابتة (شعير - قمح - حلبة - فول)
وإذا كان السبب هو زيادة الوزن (السمنة) فلا بد من نظام غذائي للتخسيس وانقاص الوزن	٤- الخضروات الطازجة: (خرشوف - جزر - كرنب - بصل - ثوم - بنجر - بقدونس - كرفس.
وإذا كان السبب هو الأنيميا وسوء التغذية فارجع إلى علاج الأنيميا.	٥- الفواكه الطازجة: (تفاح - توت - كمثرى - عنب - تين - رمان - منقوع التين الجاف)

٦ - العلاج الموضعي: كالتدليك بالزيوت ولفافة صوف بعدها.. طول الليل. والقرب الساخنة أو الكمادات الساخنة والحمام الساخن للقدمين بمغلي الجنزبيل والخردل لمدة نصف ساعة قبل النوم.

وإذا كان السبب في كثرة الاجهاد والمجهود الزائد وقلة النوم.. فلا بد من الاعتدال. وعمومًا ابتعد عن الأملاح والمخللات وجميع المخبوزات واللحوم الحمراء والشاي والقهوة والكولا والشيكولاته والتدخين والفلفل ومنتجات الألبان.

دوالي الساقين

الممنوعات	المسموح به أو العلاج
- إطالة الوقوف..	١ - النشاط العضلي المعتدل..
- كثرة الدهون..	٢ - تدليك بالخلّ ثم مجموعة الزيوت
- كثرة الأدوية والمسكنات فهي تزيد المشكلة..	- المضادة للالتهاب..
- الإهمال الذي يؤدي للزيادة..	٣ - تناول كوب ماء مغلي + ملعقة خلّ منزلي كل صباح..
- الغضب وكثرة الانفعالات فقد تؤدي لتمزق الأوعية الطرفية وظهور مناطق زرقاء تحت الجلد وكدمات..	٤ - ٢ ملعقة عسل نحل جبلي + حبوب اللقاح صباحا ومساءً..
(لاتنم غضباناً)	٥ - مغلي عشر فصوص قرنفل فقط يشرب نصفها ويدلك الجلد بنصفها..
	٦ - حمام مائي ساخن للقدمين بمغلي الخردل والجنزبيل
	٧ - شراب ضاغط للساقين يضمن عدم تمدد الأوعية..
	٨ - مشروبات ضبط الهرمونات وتقوية العضلات.

قواعد استعمال الأعشاب والتوابل

الأعشاب في بيوتنا جميعاً.. نضعها على الشوربة والسلطة والطبخ وهذه الأعشاب لها

أيضاً استعمالات طبية علاجية فهي:

- إما فواتح شهية (الينسون والكرامية والنعناع والشمر..)
 - وإما مهضمت (مثل ورق اللورو والحبهان والكزبرة.. مضغاً أو غلياً).
 - وإما لعلاج البرد (القرفة والجنزيب وحبّة البركة).
 - وإما العلاج الجهاز الهضمي (الحلبة والشمر - أو الشعير والبقدونس).
- والبحوث العلمية الحديثة تثبت أن هذه الأعشاب والتوابل فوائد علاجية أخرى
- بشروط:

- ١- يجب أن تكون سليمة غير مطحونة.. وغير مخلوطة بغيرها.. (أطحن في بيتك).
- ٢- الأفضل وضع كل عشب أو تابل في برطمان منفصل.. حتى لا يفسد بعضها بعضها.
- ٣- ممكن وضع محسن للطعم أو الرائحة.. مثل النعناع أو الينسون أو القرنفل.
- ٤- الأوراق العشبية والأزهار والبذور يفضل أن تنقع في ماء مغلي (لا تغليها).
- ٥- الجرعة: ملعقة شاي أو أقل للكوب - ولا تزيد عن ثلاثة أكواب في اليوم وتناولها قبل الطعام أفضل ومدة العلاج طويلة لا تقل عن شهر.
- ٦- لابد من التأكد أنك غير حساس لهذه الأعشاب.. احترم تجربتك الشخصية فالعرقسوس يفيد البعض ولا يفيد الآخر - والشطة لها من يتحملها.. ولكنها تسبب آلاماً كثيرة للبعض.. وهكذا.

٧- إياك أن تأكل الحلويات بعد الأكل.. فهي تسبب عفونة المعدة والأمعاء عليك بشيء
هاضم مثل الرمان أو مغلي الشعير أو الخميرة - وإياك والمشروبات الغازية.. فهي تعطيك
بشعور كاذب

إجراءات الوقاية الغذائية (الأمن الغذائي)

■ العناصر

- ١- المبيدات الحشرية خطر.. والحشرات اكثر خطورة فكيف نتخلص منها؟
- ٢- السموم تتركز في الدهون والجلود.. فلماذا الابتعاد عن الاطعمة المغلية في الزيت عدة مرات؟ وكذلك مشهيات ال(تيك أوإى)؟
- ٣- خطورة الأطعمة المحفوظة - والمملحة والمدخنة والمعلبات والمربات والعصائر؟
- ٤- مقتنات منظمة الصحة العالمية للطعام؟
- ٥- الشنط البلاستيك في تعبئة الخضار والفاكهة خطأ - لماذا؟
(الثمار تتنفس - فيجب أن نعطيها الهواء)
- ٦- أوراق الجرائد في لف طعام (السندوتشات والجبن) خطأ؟
- ٧- المياه الغازية ليست هاضمة وكثرتها تهري الكبد والكلى (أملاح الاكسالات)
- ٨- شروط إعداد السلاطة الخضراء؟
- ٩- خطورة الخضروات الورقية (سبانخ - رجلة - ملوخية - خبيزة - سلق..) في تكرار الغلي.
- ١٠- الأواني الفخار هي الأفضل يليها الاستنلس ثم الصاج المطلي ثم البيركس وهذه أكثر أماناً من الألومنيوم والتيفال والبلاستيك والنحاس.
- ١١- أي مصدر للنار أفضل في الطهي؟ وهل يؤثر مصدر النار في طعم الأكل؟ وأيها أفضل؟ الاسرع نضجاً أو الأبطأ (على نار هارئة)
- ١٢- خطورة تربية الحيوانات والطيور والنباتات وعش الغراب وغيرها داخل البيوت؟
(اكثر من ٢٠٠ مرض تنقلها هذه الحيوانات للإنسان)

١٣- النظافة المستمرة للفرش والسجاد والتهوية وتعريضها للشمس (يعالج حساسية الجلد وحساسية الصدر وحساسية الأمعاء).

١٤- ٦ آداب للنوم تكمل فائدة الطعام - المشي والرياضة أهم للهضم والتدليك الذاتي أيضًا.

إرشادات هامة للصحة الغذائية

كيف تقوي جهاز المناعة؟

- ١- أضع طعامك جيّدًا- وأعد المضغ - وتناول طعامك وأعصابك هادئة - ولا تختلق المشكلات والشكوى على الطعام حتى لا تفسد الأمعاء!
- ٢- تناول وجبة متوازنة - كاملة العناصر - قليلة.. وإياك والشبع.. فهو ليس من فطرة عادات البشر التي فطرهم الله عليها.
- ٣- تناول طعام العشاء قبيل النوم بـ ٣ ساعات وتجنب الحمام بعد الأكل..
- ٤- ذلك جسمك جيّدًا في الصباح والمساء.. حتى يجمّر الجلد ومارس رياضة المشي ساعة كل يوم حتى يهضم الطعام ويمتصّ.. والإسيرك ولا يتحرّك من الأمعاء!
- ٥- البس ثيابا قطنية.. وتجنّب المجوهرات وخاصة الأساور والخواتم لأنها تعوق مسارات الطاقة.. ولا تلبسها إلا لضرورة ثم اخلعها!
- ٦- حاول أن تنام قبل منتصف الليل والاستيقاظ مبكرًا.. فالنوم بالليل يقوم جهاز المناعة
- ٧- حاول أن تمشي حافي القدمين على العشب أو الرمل لأن ملامسة الأرض تقوي مسارات الطاقة..
- ٨- حافظ على نظافة بيتك ومطبخك وترتبية واحرص على عرض السجاد والبساطين في الشمس..
- ٩- اعتمد في حياتك على الأشياء الطبيعية (القطن والخشب والفخار) والأرضيات الخشب (البركية) أفضل من السراميك والمطبخ على الفحم والغاز أفضل من الكهرباء والميكروويف.

١٠- تجنب استعمال ماكينات الحلاقة الكهربائية ومجفف الشعر وفرشاة الأسنان الكهربائية وتجنب الجلوس أمام التلفزيون والكمبيوتر.. وابتعد ما أمكن عن المحمول وجميع مصادر الإشعاع.

١١- زيّن بيتك وشرفتك وسطح بيتك وحولة بالنباتات الخضراء والأزهار وافتح النوافذ للشمس والهواء النقي.

١٢- مغلي القرنفل والشبة ومضغ شمع النحل واللبان أفضل في علاج الأسنان من المعاجين الكيماوية.

١٣- حمام مائي ساخن للقدمين والتدليك حتى احمرار الجلد حتى مع الضوء يقوي المناعة

١٤- ننصحك بالتفكير في السماء والكون والنجوم، وتفاءل دائماً ولا تياس، ولا تحسد!

ولا تنسى الظن!

١٥- اشكر جميع الناس الذين تتعامل معهم، واعتذر عن أي خطأ بلا تكبر ولا حساسية وحاول أن تصالح من خاصمته مهما كانت مدة الخصام وكن شجاعاً فالكراهية أخطر من السرطان.

١٦- ساعد الناس جميعاً.. وأكثرهم المرضى.. فربما تشارك في علاج شخص يكون سبباً في علاجك، ولا تنسى أن تسلم على المرضى جميعاً.. وتشكر الله على العافية.

١٧- أثبتت الأبحاث العلمية أن معلقة كبيرة من عسل النحل الجلي صباحاً ومساءً وبيضة مسلوقة نصف تسوية - وفصّ ثوم مهروس ومنقوع في الزبادي لمدة ساعة ونصف ملعقة حبة البركة مع السلاطة الخضراء و٣ بلحات يومياً تقوي جهاز المناعة.

تركيب سم النحل وخصائصه Bee Venum

المكونات البروتينية

إنزيم الهيالورونيد Hyaluronidase وهو يقوم بتحليل Hyaluronic Acid

اللزج الذي يوجد في الأنسجة الضامة والسوائل ويزداد أثناء الالتهابات.

بروتوكول

- ١- اللدغ يكون في الأماكن المؤلمة أو حولها.
- ٢- لا تعد الحقن إلا إذا اختفى الورم السابق.
- ٣- لا تزدد في المكان عن ٠.٢ مللي فقط..
- ٤- لا تحقن أسفل الركبتين، إذا كان قد سبق لسعه.
- ٥- الجرعة تزايدية يوم بعد يوم حتى يتم الشفاء بإذن الله.
- ٦- مدة العلاج تختلف من مرض لمرض ولكن اللسع أو الحقن حتى يتم الشفاء.
- ٧- الحقن في الجلد مع إدخال السن كله.
- ٨- اللسع أو الحقن لا بد معه من نظام علاجي شامل وغذائي صارم وليس اللسع فقط.
- ٩- لا تحدد مدة اللسع بستة أسابيع اجعل اللسع حتى يتم الشفاء إن شاء الله.

الأمراض التي عولجت بسم النحل

- ١- الحمى الروماتيزمية Rh. Fever
- ٢- التهاب ولام الأعصاب والمفاصل والعظام
- ٣- تليف المخ المتشتر M.S.
- ٤- علاج الأمراض الجلدية المزمنة مثل الصدفية والبهاق والثعلبة وسقوط شعر المرضى وتقرن الجلد Sclero derma
- ٥- أمراض العيون الفيروسية وأورام العيون والتهاب الشبكية وضمور العصب البصري

- ٦- الصلع المرضى وسقوط الشعر والثعلبة
- ٧- الضغط المرتفع (من أهم العلاجات وخاصة تسمم الحمل)
- ٨- علاج الغدة الدرقية المتضخمة Hyper Thyodism
- ٩- علاج الشلل النصفي والملاريا
- ١٠- العجز الجنسي والتهاب البروستاتا (حقن أسفل القضيب).
- ١١- علاج الالتهاب الكبدي الوبائي Hepatitis
- ١٢- علاج أمراض النساء والإجهاض المستمر (حقنة لتثبيت الحمل)
- ١٣- التهاب القولون المزمن Colitis
- ١٤- الأزمات التنفسية Bronochial Asthma
- ١٥- الأورام السرطانية الخبيثة والليفية
- ١٦- الصداع المزمن والتهاب الأذن الوسطى
- ١٧- ضعف التبويض وعدم انتظام الدورة الشهرية
- ١٨- التهاب الثدي..

السيرة الذاتية

للدكتور/ جودة محمد عواد

- ١- مواليد بنها - القليوبية - ١ / ٤ / ١٩٦٠ .
- ٢- شهادة بكالوريوس العلوم - عين شمس (جيد جدًا) - مايو ١٩٨٢ .
- ٣- شهادة الخدمة العسكرية (قدوة حسنة) ١ / ١ / ١٩٨٤ .
- ٤- شهادة دبلوم الدراسات الإسلامية (عامين - جيد) ١٩٨٥ .
- ٥- شهادة ماجستير العلوم (فسيولوجيا الدم) ١٩٩٠ .
- ٦- شهادة دكتوراه العلوم (فسيولوجيا المناعة والتغذية) ١٩٩٦ .
- ٧- شهادة بكالوريوس الطب والجراحة - طب القاهرة - يونيو ٢٠٠١ .
- ٨- شهادة دبلوم الباثولوجي (تشخيص الأمراض) ٢٠٠٦ .
- ٩- شهادة الجزء الأول (باطنة) - ٢٠٠٥، والجزء الثاني ٢٠٠٩ .
- ١٠- (رخصة / عيادة خاصة - ٢٠٠٤، ترخيص أخصائي تحاليل ٢٠٠٧ بميدان رمسيس ٣٥ شارع الجلاء - القاهرة - مصر).

▪ صاحب مدرسة علاجية للعلاج بالغذاء، والكاسات، ومنتجات النحل، ومؤلف

كتب علمية:-

- ١- التغذية العلاجية.
- ٢- الهندسة الوراثية.
- ٣- حقوق الطفل.
- ٤- العلاج بمنتجات النحل.
- ٥- العلاج بالكاسات.
- ٦- له موقع على الإنترنت - تابع لمركز سوزان مبارك للعلوم، وله برامج طبية ثابتة على القنوات الفضائية.

الفهرس

رقم الصفحة	الموضوع
٥المقدمة
الباب الاول	
٧أبحاث طبية جديدة لتأكيد دور العبادات في علاج الأمراض
الباب الثاني	
١٧معجزة في العلاج بمنتجات النحل
١٩طائفة النحل
الباب الثالث	
٤١الصيدلية الغذائية
٤٣مرض السكر
٤٥أمراض الكلى وزيادة الأملاح
٤٧قرحة المعدة والإثنا عشر والحموضة
٤٩الأييميا وسوء التغذية وسوء الهضم
٥١ضغط الدم
٥٣أمراض القلب
٥٥الأمراض الجنسية
٥٧المشكلات النفسية
٥٩حساسية الصدر (الربو - ومشكلات الجهاز التنفسي)
٦١أمراض الكبد

٦٣أغذية الحوامل والمرضعات.
٦٥حب الشباب ومشكلات الجلد.
٦٧السمنة وزيادة الوزن والدهون.
٦٩علاج النحافة وسوء الهضم والإسهال.
٧١الإمساك المزمن وعلاج القولون.
٧٣آلام المفاصل وخشونة العظام.
٧٥دوالي الساقين.
٧٧قواعد استعمال الأعشاب والتوابل.
٧٩إجراءات الوقاية الغذائية (الأمن الغذائي).
٨١إرشادات هامة للصحة الغذائية.
٨٣تركيب سم النحل وخصائصه.
٨٥السيرة الذاتية.
٨٧الفهرس.



في هذا الكتاب

- * بكالوريوس الطب والجراحة - طب القاهرة.
- * دبلوم الباثولوجي - طب الأزهر.
- * دكتوراه التغذية العلاجية - جامعة عين شمس.

صدر للمؤلف :-

- ١- الصيدلية الغذائية ٢٠٠٢.
- ٢- العلاج بالغذاء ٢٠٠٦.
- ٣- العلاج بالكاسات (تحت الطبع).
- ٤- معجزات العلاج بمنتجات النحل ٢٠٠٨.
- ٥- المطبخ الطبي لمريض السكر (تحت الطبع).
- ٦- المطبخ الطبي لعلاج السممنة (تحت الطبع).

- ١- الفوائد العلاجية للوضوء.
 - ٢- الأمراض العشر التي يعالجها السجود.
 - ٣- الفوائد الصحية لصلاة الجماعة.
 - ٤- الأمراض التي عولجت بعسل النحل الطبي.
 - ٥- البروبوليس والأبحاث الطبية.
 - ٦- العلاج بسم النحل.
 - ٧- الجداول الغذائية لجميع الأمراض.
- ماذا تأكل؟ وماذا ترفض؟