

## طب الأعشاب

### «الأُمُّ لكلِّ الطبِّ»

إن طب الأعشاب هو الأقدم والأكثر تجربةً من بين أشكال الطب المختلفة. إننا نغمط هذا الطبَّ حقَّه حين ندعوه بالبديل فهو يشكِّل الأساس لكل أنواع الطب - الأدوية التقليدية، الطب المثلي، الطب الصيني التقليدي . . إلخ. إنه الطب الأصلي وأُمُّ كلِّ الخلطات التي تُستخدم اليوم. لقد استُخدم طب الأعشاب من قبل كُُلِّ الثقافات وما زال الشكل الرئيسي من العلاج الذي يستخدمه 80٪ من سكان العالم. من المحزن أن نسمع بعض الأطباء يصفون طب الأعشاب على أنه دجل. إذ إنَّ كثيراً من الأدوية التي توصف اليوم (الكوينين، الرزربين، الإيفدرين، الإيبيكاك) تأتي مباشرةً من النباتات في حين أن معظم الأدوية الاصطناعية تعتمد على مواد كيماوية مشتقة من النباتات. لماذا لا تُعجب الأوساط الطبية بالعلاج بالأعشاب بنفس الدرجة التي تُعجب فيها بالأدوية المُصنَّعة؟ أعتقد أن الجواب له علاقة

بالمال والسلطة على الرغم من أن أساليب التعليم في المدارس الطبية تلعب دوراً أيضاً.

أولاً لا يوجد أرباح كثيرة في طب الأعشاب. فالأعشاب لا يمكن المطالبة ببراءة اختراع لها لذلك هي لا تشجع على إنتاجها بكميات كبيرة. أما الأدوية فسواء صُنِّعتْ أو استُخرجت من الأعشاب يمكن المطالبة بحقوق براءة الاختراع وتعليبها وبيعها وتحقيق أرباح طائلة من وراء ذلك. هذا ما تفعله شركات الأدوية وهذا السبب لماذا تعتبر شركات غنية ولديها القدرة على تمويل الكثير من المشاريع الطبية.

الطريقة التي يُعلَّم بها الأطباء في مدارس الطب هي سبب آخر لعدم إعجاب العاملين في مهنة الطب بطب الأعشاب. إن التعلم الطبي يهتم فقط بالجانب المادي. حتى حينما نتعامل مع مواضيع عاطفية حساسة فالشكل الرئيسي من العلاج هو الأدوية. لا يوجد محاولة لتعليم الأطباء مواضيع أساسية كال تغذية. يكفي أن تنظر إلى الأطعمة التي تُباع في مطابخ المستشفيات ومحالّ القهوة لترى الجهل الكبير بين الأطباء بهذا الخصوص. ومن العجيب أن مهمتهم غالباً ما تكون علاج أشخاص يعانون عدم توازن في الغذاء.

إن العلاج بالأعشاب يجب أن يشكل حجر الأساس في العلاج الطبي، إذا أراد الناس أن (يُشفوا) بدل أن (يُعالجوا) في الوقت الحاضر. إن الشكل الوحيد من العلاج الذي يُدرّس لطلاب الطب هو الأدوية الكيماوية. إن مهنة الطب يجب أن تختار بين المال والسلطة من جهة وبين مصلحة البشرية من جهةٍ أخرى. حينما ترى تقريراً

سلياً في الإعلام عن طب الأعشاب تذكر أن هذا النوع من الطب هو الأهم للعدد الأكبر من الناس على هذا الكوكب وخصوصاً أولئك الذين لا يستطيعون دفع ثمن الأدوية الغالي.

إن نظرة المؤسسات الطبية المعاصرة إلى طب الأعشاب تتضح تماماً في موقف المعهد القومي للسرطان في الولايات المتحدة. ففي حين ينشر تقارير تؤكد أن 60٪ من السرطانات عند الإنسان يمكن أن تُمنع بتحسين التغذية وتقليل الشدة النفسية في نمط الحياة، فإن هذا المعهد ينفق 1٪ فقط من ميزانيته لأبحاث تتعلق بالتغذية على الرغم من الأموال الهائلة التي ينفقها لإيجاد علاج للسرطانات. بل إن الأمر يذهب أبعد من ذلك فالمعهد ذاته ينفق الكثير من المال لاستخراج مواد كيميائية من أعشاب تنبت في حوض الأمازون في أمريكا الجنوبية. إن استخدام الأعشاب نفسها لن يحقق نفس الأرباح وهذا هو الأمر الضروري!

ذكرتُ في الفصل الثامن الذي يتناول موضوع التغذية أن صانعي الطعام المعالج يهتمون بتحقيق الأرباح وليس بصحتك. لسوء الحظ نفس الكلام يمكن أن يُقال في حق الطب المعاصر وصنّاع الأدوية. تُنفقُ أموالٌ طائلة على فصل المواد الكيميائية من الأعشاب وذلك لخواصها المضادة للسرطان. ثم تُنتج هذه الكيماويات بكميات كبيرة وتُعلّب وتباع لتحقيق أرباحاً هائلة. إن استخدام الأعشاب الطبيعي هو أكثر أماناً وصحةً. إذا استُخدمت الأعشاب الطبيعية مع العلاج الغذائي والتغيير في نمط الحياة يستطيع المريض أن يشارك في العناية بنفسه

ويستخدم أقل قدر ممكن من المواد السّمية لعلاج جسمه . إنّ حميّة جيرسون<sup>(5)</sup> على سبيل المثال تحقق نسبة من النجاح أعلى من تلك التي يحققها العلاج الكيماوي أو الجراحة أو العلاج بالأشعة لعلاج السرطان .

### الأعشاب - جزء من دورة الطاقة في الطبيعة

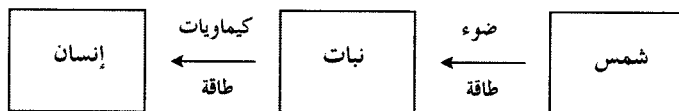
تعتمد الحياة على هذا الكوكب على الشمس . تمدّنا الشمس بالضوء والحرارة . تستخدم النباتات طاقة الضوء لصنع الطعام بطريقة مُذهلة تدعى التصنيع الضوئي . هذه الطريقة تحوّل الطاقة إلى مادة (طعام) .

إضافة إلى كونها أساسية لبقائنا فإن عملية التصنيع الضوئي تمثّل بشكل مبسّط إحدى نظريات ألبرت أنشتاين - وهي أنّ الطاقة والمادة هما شيء واحد وأنّ أحدهما يمكن أن يتحوّل إلى الآخر . في حين أن التصنيع الضوئي - يبيّن لنا كيف تتحول الطاقة إلى مادة . يوجد عملية أخرى تحوّل المادة (الطعام) إلى طاقة مرّة أخرى . هذه العملية تُدعى التنفس ، حينما نأكل الطعام يتحوّل إلى وحدات أصغر (يُهضم) وينتهي أخيراً باستخدامه في التنفس لإعطاء طاقة للجسم . معظم أشكال الطب البديل تستخدم كلاً من المادة (الأعشاب مثلاً) والطاقة (العلاج المثلي) لشفاء الناس . إنّ العلماء الذين يجدون صعوبة في

---

(5) حميّة جيرسون: حميّة مكوّنة من عصير الفواكه والخضروات المستنبّنة عضوياً لمساعدة المريض على هزيمة السرطان وقد حققت قبولاً واسعاً خصوصاً في الولايات المتحدة .

فهم الطريقة التي يعمل بها الطب المعتمد على الطاقة كالعلاج المثلي والوخز بالإبر يحتاجون فقط إلى مراجعة أساسيات علم الحياة والفيزياء .



الصور 6 - 1

الصورة 6 - 1 تبين نقطة مهمة وهي أنك حين تستخدم الأعشاب أو النباتات فأنت جزء من نقل الطاقة وبالتالي جزء من الطبيعة. إن الطاقة واحدة المصدر (الشمس في هذا المثال) وهي تناسب إليك عبر الطبيعة. باستخدامك الأعشاب تكون جزءاً من شيء أعظم منك بكثير. تكون مربوطاً إلى شيء يحدث على بعد ملايين الأميال من الأرض. ولذلك يعتبر الطب الطبيعي رائعاً لأنه يعمل على عدة مستويات في داخلك وليس على المستوى الجسدي فقط.

### مقارنة بين طب الأعشاب والأدوية المصنّعة :

في سنة 1874 صُنعتْ سالييلات الصوديوم (الإسبرين المصنع) في المختبرات لأول مرة. أدّى هذا إلى ازدياد في استخدام الأدوية المصنّعة وتناقص في استخدام الأعشاب. لقد افترضنا أن كل الأدوية يمكن صنعها في المختبرات وأنها ستنجح في غنى عن الطبيعة. لكن هذا الافتراض ثبت خطأه بالتدريج. إن كارثة الثاليدوميد في الخمسينات كانت تحذيراً كبيراً من مخاطر استخدام الأدوية المصنّعة.

في الثمانينيات أدى استخدام الأوبرين - مضاد للالتهاب يُستخدم لعلاج التهاب المفاصل - إلى قتل عدد من المرضى الذين يُعانون هذه الحالة. في حزيران / يونيو سنة 1986 سُحبت من الأسواق كل أدوية الأطفال التي تحوي على الأسبرين لأنها سببت موت عدد من الأطفال بإصابة في الدماغ والكبد (متلازمة ري). إن مشكلة الآثار الجانبية أضعفت بشدة موقف الداعمين لاستخدام الأدوية المصنّعة واليوم يبدي معظم الناس قلقاً من استخدام هذه الأدوية.

ليس كل ما يتعلق بالتحاليل الكيماوية وأبحاث المخابر سلبياً فقد حصلنا على معلومات قيمة بفضل هذه الأبحاث إذ أثبتت على سبيل المثال وبشكل قاطع قيمة بعض النباتات التي استخدمها الأطباء القدماء. إن الأطباء التقليديين (الشامان) من هنود شمال أمريكا ادّعوا أنّ بعض النباتات كالإيكناكيتا بوريوريا والبتيزيا تنكوريا يمكن استخدامها لعلاج الإنثانات. لقد عزل الباحثون العلميون مواد كيماوية معينة من تلك النباتات (تُدعى البروتينات السكرية وعديدات السكريات) ووجدوا أنها تحرّض الجهاز المناعي وتدمّر الجراثيم الغازية.

إذن أثبتت التقنيات الحديثة ما كان يقوله المعالجون «البدايون» لفترة طويلة - وهو أن الأعشاب فعالة في علاج الإنثانات. هاتان العشبتان ستناقشان فيما بعد في هذا الفصل.

حلّل العلماء أيضاً عشبة تُدعى إكليلية المروج (فيلييندولا أولماريا) ووجدوا أنها تحوي على إسبرين طبيعي - أي أنه يمكن استخدامها كمسكّن للألام.

إنَّ جمال هذا التحليل يكمن في أنه أظهر أن إكليلية المروج تحتوي أيضاً على حمض التنيك والهلام النباتي وكلاهما يحمي بطانة المعدة. إذن إن إكليلية المروج لا تُحدث التأثيرات الجانبية التي يحدثها الإسبرين المصنع.

إن الخلطات التي تعتمد على المواد الكيماوية لا يمكن مقارنتها بجمال وذكاء الأدوية الطبيعية. إن كتاب دانييل موريس الممتاز «التقييم العلمي لطلب الأعشاب» سوف يقنع أكثر المتشككين بقيمة هذا الطب.

#### الجدول 6 - 1 الأدوية التقليدية مقابل أدوية الأعشاب

| الأدوية التقليدية                                                  | أدوية الأعشاب                                             |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| ● تعتمد على كيماويات معزولة                                        | ● تعتمد على كل النبات                                     |
| ● معظمها يحضّر صناعياً                                             | ● كلها طبيعية                                             |
| ● لا تشكل جزءاً من دورة الطاقة وبالتالي تنقصها الطاقة              | ● كلها غنية بالطاقة إذ أنها تستخدم طاقة الشمس             |
| ● تستخدم تراكيز عالية غير طبيعية                                   | ● تستخدم تراكيز طبيعية وبالتالي أكثر أماناً بالنسبة للجسم |
| ● يمكن أن تضر الجهاز الطبيعي بما في ذلك الجسم مسببة أضراراً جانبية | ● أبطأ في عملها                                           |
| ● تدخل مجرى الدم بسرعة                                             | ● تزيد حيوية الجسم وتمدّه بالمواد المعدنية والفيتامينات   |
| ● تنقص حيوية الجسم وتزيد عملية الطرح                               |                                                           |

## طب الأعشاب والفطرة

إذا أكلت الكلاب لحماً فاسداً فإنها تستخدم نبات العِكرش (أغروبايرون ريبنيز) لتحمل نفسها على التقيؤ. إنها تعرف بفطرتها أي نبات يجب أن تأكل لتعالج نفسها. وبنفس الطريقة يعرف الأشخاص البدائيون أي النباتات يجب أن يستخدموا ليشفوا أنفسهم من الأمراض. كان لدى أجدادنا نفس الثروة من المعلومات التي توارثوها أباً عن جد. هذه المعرفة الفطرية يجب احترامها. لقد حاول العلم أن يقلل من أهميتها وأن يستبدل التحليل بالفطرة. إننا نعرف بفطرتنا أن علينا أن نُبقي أجسادنا صحيحة. على كل حال إن الثقة بهذه الفطرة ليست أمراً سهلاً. لقد رُئينا منذ الطفولة على عدم الثقة لذا يصعب إيجادها ونحن كبار.

إن الطب الطبيعي هو فنُّ أكثر من كونه علماً. يجب أن يكون لدى الأطباء والمعالجين والشافين حاسة فطرية متميِّزة إذا أرادوا العمل في هذا المجال. والعكس صحيح في الطب التقليدي الذي أصبح علمياً إلى حدٍّ كبير. إن التزاوج بين الاثنين سينتج عنه انسجام بين الفن والعلم، بين القابلية الفطرية والمهارات العلمية.

لنلقِ نظرة على بعض الأعشاب التي استُخدمت منذ قرون لعلاج الأمراض الإنتانية. وسوف أبدأ بواحدة من أشهر الأعشاب وهي الإيكيناكيا.



## الإيكيناكيا بوريبوريا - عشبة المناعة

تشتهر الإيكيناكيا بقدرتها على مقاومة الإنتان وتقوية جهاز المناعة. إنها واحدة من أكثر الأعشاب التي توصف في العالم وخصوصاً في الولايات المتحدة وألمانيا مع أنها غير معروفة كثيراً في باقي أوروبا. ربما لأن موطنها الأصلي هو أمريكا الشمالية حيث استُخدمت لمدة قرون في علاج الإنتانات والجروح ولدغات الأفاعي. قام طبيب ألماني يدعى الدكتور ماير بتعلّم استخدام هذه العشبة من قبيلة باوني وأنتج دواء يُدعى «منقّي دم ماير» وفي بداية القرن كان عدد من الأطباء يستخدمون الإيكيناكيا. وبحلول سنة 1907 أصبحت أكثر الأعشاب استخداماً في الطب. وبتأثير من الدكتور ماير أصبحت العشبة شائعة في ألمانيا ويوجد اليوم أكثر من 250 مستحضراً طبياً في ألمانيا يحتوي على الإيكيناكيا.

## كيف تعمل الإيكيناكيا

تنشط الإيكيناكيا الكريات البيض التي تقاوم الإنتانات في الجسم. أظهرت الأبحاث الحديثة أنها تنشط فعالية نوع معين من الكريات البيض يُدعى البالعات. في كانون الأول / ديسمبر سنة 1984 ذكرت المجلة الطبية الإنتان والمناعة أنه توجد مواد معينة في الإيكيناكيا تزيد قدرة البالعات على قتل الخلايا الورمية.

## لماذا تُستخدم الإيكيناكيا:

بما أن الإيكيناكيا تساعد وسائل الدفاع في الجسم، فهي تفيد في

السيطرة على الإنتانات الفيروسية والجراثومية والفطرية . كما تُستخدم أيضاً في علاج جروح الجلد والأكزيما .

#### الجدول 6 - 2 استخدامات الإيكييناكيا

| إنتانات                                                                                                                                                                                                       | جروح                                                                                                       | أمور أخرى                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● الرشح والانفلونزا</li> <li>● التهاب الجيوب</li> <li>● آلام الحلق</li> <li>● إنتانات الأذن</li> <li>● الإنتان بالعنقوديات</li> <li>● إنتانات الجهاز البولي</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● حروق</li> <li>● قرحات الجلد</li> <li>● اللدغات والعضات</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● الحساسية</li> <li>● الأكزيما</li> <li>● انخفاض عدد الكريات البيض</li> </ul> |

#### كيف تأخذ الإيكييناكيا؟

إن أفضل طريقة لأخذ الإيكييناكيا هي على شكل سائل أو صباغ حيث تُمتص بسهولة إلى مجرى الدم . وكدواء تظل في الجسم لفترة أطول . لقد وجدت أن النتائج أفضل باستخدامها كسائل كحولي من استخدامها بشكلها الجاف (كبسولات أو حبوب) . من المهم جداً حين استخدام أي عُشْب أي يكون من نوعية جيدة وطازجاً . بشكل عام أستخدم جذور الإيكييناكيا بوروبوريا وفي بعض الحالات أخلطها مع الإيكييناكيا أنغو ستيفوليا، إذ يوجد دليل الآن على أن الاثنين معاً هما أفضل علاج لبعض الحالات . تستخدم الإيكييناكيا على شكل كبسولات أو حبوب عند المرضى الذي لا يتحملون طعم الشكل السائل وهذا أمر نادر .

نادراً ما أستخدم الإيكييناكيا لوحدها وغالباً مع أخلطها مع أعشاب أخرى. على سبيل المثال في علاج التهاب الجيوب أخلطها مع الخاتم الذهبي أو الخطميّة. في بعض إنتانات الجهاز التنفسي أخلطها مع النيلة البرية. ولتقوية المناعة أخلطها مع الاستدالاجس والنيلة البرية والمُرّ. ولمعالجة الوزمة اللمفاوية أخلطها مع الكليفرز وعنب الثعلب.

### هل الإيكييناكيا آمنة؟

هي من أكثر الأعشاب سلامةً. أظهرت عدة اختبارات أنها غير سامة. في السنوات الخمس الأخيرة لم تصادفني أي تأثيرات جانبية نتيجةً لاستخدامها.

### خلاصة:

تُعتبر الإيكييناكيا واحدة من أهم الخلطات الطبيعية التي تُستخدم لعلاج الإنتانات الحادة والمتكررة. وهي تؤثر في طيف واسع من الأحياء الدقيقة بما فيها الفيروسات والجراثيم والفطور. يمكن استخدامها عن طريق الفم لعلاج أيّ إنتانٍ في الجسم كما يمكن استخدامها للعلاج الخارجي كمرهم أو دهنون. إنها توصف بالدواء الذي سيقنع أكثر الأطباء تشككاً. وقد ساهم بتحول العديد من الأطباء التقليديين إلى الطب الطبيعي.

### النيلة البرية (بابتيسيا تنكتوريا)

وهي نبات آخر من شمال أمريكا استخدمه الناس الفطريون منذ

قرون. فقد استخدمه على سبيل المثال هنود الكريك وكانوا يعطون الأطفال الذين يبدون علامات الإنتان خلاصة جذوره لمساعدتهم على مقاومة الإنتان. كذلك استُخدمت النيلة البرية من قبل قبائل أخرى لمعالجة الإنتانات بشكل رئيسي ولعلاج الجروح والكدمات أيضاً.

لم تكن النيلة البرية معروفة كعشبة طبية في أوروبا على الرغم من أنها استُخدمت في العلاج المثلي الألماني منذ منتصف القرن التاسع عشر. وكما هو الحال في الإيكييناكيا بوريوريا فإن المكوّنات الفعالة تكمن في الجذور. إن المواد الكيماوية التي تحرّض الجهاز المناعي تكوّن من الغليكوبروتينات وبدرجة أقل من عديدات السكريات وهي مركّبات كيماوية تمّ تحديد بنيتها بواسطة الأبحاث العلمية.

### كيف تعمل النيلة البرية؟

يوجد لدى النيلة البرية خواص تشبه المضاد الحيوي تؤثر في طيف واسع من الأحياء الدقيقة بما فيها العديد من الجراثيم والفيروسات حيث تقتل هذه الأحياء الدقيقة وتمنعها من التكاثر في الجسم. كما تتمتع أيضاً بخواص مقوِّية للمناعة ويوجد فيها مواد كيماوية ذات خواص قوية مضادة للسليلان الأنفي. من المثير للاهتمام أن نلاحظ أن كثيراً من الأعشاب المضادة للإنتان لها أيضاً خواص مقوِّية للمناعة وهذا هو جمال استخدام الخلطات الطبيعية.

إنَّ أخذ النيلة البرية عن طريق الفم يزيد عدد الكريات البيض

بنسبة 30٪ خلال ساعتين أو ثلاثة وهي الكريات التي تقاوم الإنتان وقد دُعِمَتْ هذه المعلومات بأبحاث إضافية تضمّنتها دراسات أخرى كما أن استخدام المستحضر العلاجي المثلي من هذه العشبة ينتج تأثيراً مماثلاً.

وتشير أبحاث جديدة على النيلة البرية أن الغليكوبروتينات الموجودة فيها تؤثر بشكل خاص على نوع معيّن من الكريات البيض هي اللمفاويات.

### لماذا تُستخدم النيلة البرية؟

بسبب تأثيراتها المضادة للجراثيم وللسيلان الأنفي تُستخدم في إنتانات الجهاز التنفسي. إن النيلة البرية فعّالة في علاج العديد من الإنتانات الحادة والمزمنة للجيوب والأنف واللوزتين والبلعوم والجهاز التنفسي السفلي (التهاب الحنجرة والرعامن والقصبات). ولقد وجدتها مقيّدة خصوصاً في معالجة الإنتانات المترافقة مع إفراز كمية كبيرة من المفرزات في الأذن أو الأنف أو الحلق أو الجيوب (الجهاز التنفسي العلوي) كما استخدمتها كغسول فموي لشفاء القرحات الفموية وعلاج التهاب اللثة.

ومثل الإيكيناكيا يمكن استخدام النيلة البرية خارجياً بتطبيقها كمرهم أو دهن لعلاج إنتانات الجلد والجروح وحلمة الثدي المؤلمة عند المرضعات.

### الجدول 6 - 3 استخدامات النيلة البرية

إنتانات الجهاز التنفسي

إنتان الجيوب

إنتان اللوزتين

إنتان الأنف

إنتان القصبات

إنتانات الجلد

الجروح

الأكريمة المصابة بإنتان

الحلمات المؤلمة

غسولات فموية للإنتانات

مقوية للمناعة

### كيف تأخذ النيلة البرية؟

لتحقيق الفائدة القصوى تُستخدم النيلة البرية كصباغ أو سائل مثل الإيكييناكيا. ويمكن استخدامها ككبسولات أو بودرة أو حبوب.

تحصد جذور هذه العشبة في الخريف عادة ثم تنظف وتجفف وتطحن إلى بودرة. ويمكن أن يُستخدم هذا الشكل لصنع المستحضر السائل الذي يمكن أخذه فمويًا.

إن كون العشبة طازجة هو من الأهمية بمكان. إن المستحضر السائل يظل صالحاً للاستعمال لفترة أطول تراوح من سنة إلى سنتين

بينما تذهب فعالية الحبوب والكبسولات في فترة أقصر بكثير لذلك يجب أن تتأكد عند استخدامها من تاريخ الانتهاء .

لعلاج الإنتانات غالباً ما أجمع بين النيلة البرية والإيكيناكيا أو المرّ .

### هل النيلة البرية عشبة آمنة؟

مثل الإيكيناكيا لدى عشبة النيلة البرية سجلُ أمانٍ رائع يمكن استخدامها بثقة للإنتانات المذكورة سابقاً عند الأطفال والبالغين حتى الأطفال الصغار جداً إذا استخدمت بالعيارات الصحيحة . العيارات الكبيرة جداً قد تكون أقل أماناً .

### خلاصة :

للنيلة البرية خواص المضادات الحيوية وهي محرّضة للمناعة ومضادة للمفرزات . إنها تستخدم لعلاج الإنتانات التنفسية التي تزيد فيها المفرزات وكذلك إنتانات الجلد والفم . يفضل أخذها على شكل سائل وهي آمنة جداً حين استخدامها عند الكبار والصغار وإن كانت العيارات الكبيرة أقل أماناً .

### أوسنيا بارباتا - المضاد الحيوي العشبي *usnea barbata*

إن الأوسنيا بارباتا هي أشنة تنمو من الأشجار في الغابات والأجمات في أوروبا الشمالية . ولأنها تتدلى على شكل حزم طويلة رمادية من أغصان أشجار كالصنوبر والبلوط والتنوب والتفاح تدعى

«لحية الرجل المسن» أو طحلب الأرز. إن الأشنات ليست نباتات حقيقية. بل تتكون من كائنات مشابهة للنباتات هي الفطور والطحالب تعيش مع بعضها. يتداخل الاثنان مع بعضهما إلى درجة أنهما يصبحان كنبات واحد. بعض الأشنات تكون صفراء فاقعة أو حمراء وتستخدم لصناعة صباغ للأصواف الاسكوتلندية والإيرلندية.

### كيف تعمل الأوسنيا؟

إن الأوسنيا بارباتا هي مضاد حيوي فعال جداً ويستحق بجدارة تسميته بالمضاد الحيوي العشبي. فهي تنتج مادة تدعى حمض الأوسنيك وقد ثبت أنها فعالة أكثر من البنسلين ضد بعض الجراثيم. إن عملها قريب من البنسلين فهي تخرب أو تدمر الخلايا الجرثومية والفطرية لذا يمكن القول بأن للأوسنيا تأثيراً مشابهاً للبنسلين.

### في أي الحالات تستخدم الأوسنيا؟

أثبتت الأبحاث أن الأوسنيا أفضل ما تؤثر في بعض الجراثيم كالمكورات العنقودية والعقدية والمتفطرات السلية التي تسبب السل. وفي بعض الحالات تكون أكثر فاعليةً من البنسلين. أظهرت الأوسنيا أنها أكثر فعالية من الأدوية التقليدية كالمتروتيدازول (فلاجيل) في علاج الإنتانات بالمشعرات في المهبل وعنق الرحم.

ولأن لها فعالية قوية كمضاد حيوي فهي مفيدة خصوصاً في علاج الإنتانات بالجراثيم أو الفطور كإنتانات الجيوب واللوذين



وذاث الرئة الجرثومية وإنتانات الجلد الجرثومية كالدمامل التي تسببها المكورات العنقودية والخراجات والسعفة الفطرية ومرض قدم الرياضي . من المثير للانتباه أن نلاحظ أن عدداً من الدهون المضادة للفتور في الأسواق تحتوي على الأوسنيا ضمن مكوناتها .

لا تفيد الأوسنيا في علاج إنتانات الجهاز البولي التي يسببها نوع آخر من الجراثيم يُدعى الإي كولاي E. coli .

### كيف نأخذ الأوسنيا؟

إن أفضل طريقة لاستخدام الأوسنيا هي استخدامه بشكل صباغ . خذ عشر قطرات من الصباغ مع قليل من الماء من مرتين إلى ثلاث مرات يومياً في حالات الإنتان الحاد . ويمكن استخدامه كسائل غرغرة لآلام الحلق وخصوصاً تلك التي يسببها الإنتان بالمكورات العقدية ، في حال التهاب الجيوب يقطر منه في الأنف عدة مرات في اليوم . ويمكن استخدامه كغسل لعلاج الإنتانات المهبلية .

بما أن الأوسنيا لا ينحل جيداً في الماء لذا يفضل حله في محلول كحولي ويجب تمديده قبل استخدامه لكيلا يسبب تخريشاً للمعدة .

الجرعات الكبيرة منه قد تكون سامة . إذا أخذَ ضمن سائل كحولي لا داعي إلى القلق لأنه يُمتصُّ ببطءٍ وأنا دائماً أنصح المرضى ألاَّ يستخدموه بدون إشراف طبي .

## خلاصة :

إن الأوسنيا بارباتا هو أشنة يُعثر عليه متدلياً من الأشجار غالباً ما يُدعى «الحية الرجل المسن أو طحلب الأرز. مركّبه الأساسي هو حمض الأوسنيك وهو مضاد حيوي فعال جداً. يستخدم الأوسنيا لعلاج بعض الإنتانات الجرثومية والفطرية والإنتانات المهبليّة. إن الأوسنيا آمن تماماً ولكن يفضل استخدامه تحت إشراف طبي.

يمكن أن يكون الأوسنيا في بعض الحالات أكثر فاعليّة من المضادات الحيوية كالبنسلين.

## المُرّ (كوميفورا مول مول)

يأتي المُرّ من جزءٍ مختلفٍ تماماً من العالم وهو عالم (الذهب والبخور والمُرّ) ينمو هذا النبات على شكل مجموعات من الأشجار في المناطق القاحلة في بلاد العرب والشرق الأوسط وشمال شرق أفريقيا. اعتاد سكان هذه المناطق أن يجمعوا السائل الصمغي من هذا النبات ويستخدموه لعلاج الإنتانات منذ قرون. وتدعى شجرته في بعض الأحيان (غغولو) يستخدمه العرب لآلام المعدة وإنتانات الجهاز التنفسي. المناخ الجاف قاسٍ تماماً على الجهاز التنفسي!

## كيف يعمل المُرّ؟

أثبت المُرّ أنه يقوّي قدرة الكريات البيض على ابتلاع الجراثيم وقتلها نتيجة لذلك فيفيدك المُرّ في مساعدة جسمك على محاربة طيف

واسع من الإنتانات - الفيروسية والجراثومية والفطرية . ومثل الإيكيناكيا أثبتت الأبحاث الحديثة أنَّ له خواص مباشرة مضادة للجراثيم .

### في أيِّ الحالات يُستخدم المُرّ؟

من بين الأعشاب التي ذكرت حتّى الآن يُعتبر المُرّ الأقوى في معالجة إنتانات الجلد .

#### الجدول 6 - 4 استخدامات المُرّ

إنتانات الجهاز التنفسي العلوي

التهاب الجيوب

إنتانات الجهاز التنفسي السفلي

التهاب القصبات

الإنتانات بالمكورات العقدية

التهابات الحلق

الإنتانات بالمكورات العنقودية

الدمامل

الخراجات

الإنتانات الفيروسية

الأنفلونزا

الرشح

الحلأ البسيط

## كيف تأخذ المرّ؟

بما أن الصمغ لا ينحل جيّداً بالماء فأفضل طريقة لاستخدامه هي السائل الكحولي (صباغ). الجرعة التي يوصى بها هي من 2 - 4 مل من الصباغ تؤخذ ثلاث مرات يومياً. يفضل أخذها مع أعشاب أخرى وغالباً ما تُخلط مع النيلة البرية لعلاج إنتانات الجهاز التنفسي أو مع الإيكييناكيا لعلاج الإنتانات الأخرى.

## هل المرّ عشبة آمنة؟

إن المرّ آمن جداً ولم تُسجل أي آثار سميّة أو جانبية.

## خلاصة

يوجد المرّ في بلاد العرب وشمال شرق أفريقيا وله تأثيرات مضادة للجراثيم مباشرة كما أنه يقوّي قدرة الكريات البيض على القتل. يستخدمه العرب بشكل رئيسي لعلاج إنتانات الجهاز التنفسي ولكن يمكن استخدامه لعلاج طيف واسع من الإنتانات.

إن السائل الصمغي ينحل قليلاً في الماء لذا يستخدم ضمن محلول كحولي وهو يُخلط مع النيلة البرية لعلاج الإنتانات التنفسية ومع الإيكييناكيا لعلاج الإنتانات الأخرى.

## أعشاب طبية أخرى

تحدثنا حتى الآن عن أربعة أعشاب نستخدمها لعلاج الإنتانات. يوجد العديد من الأعشاب الأخرى التي تُستخدم بشكل أقل كالميرمية

والزعرتر والقطيفة والأفسنتين والثوم . أما شجرة الحياة Thuja فسأتحدثُ عنها بشكل منفصل إذ إنّ لها خواص مؤكّدة مضادة للفيروسات .

الميرمية *Salvia officinalis* ، والزعرتر *Thymus Vulgaris* إنّ كلاّ من الميرمية والزعرتر هو مطهّر ويُمكن أن يُستخدم كسائل للغرغرة في حالات آلام الحلق والتهابات اللوزتين الجرثومية (بالمكورات العقدية) يمكن استخدامها عن طريق الفم لعلاج إنتانات الجهاز التنفسي العلوية والسفلية وخارجياً لإنتانات الجلد .

إن الميرميّة هي خلطة ممتازة للحالات الالتهابية في الفم والحلق ويمكن استخدامها كغسول فموي في حالات التهاب اللثة والتهاب الفم وهي ممتازة في حالة القرحات الفموية .

يُعتبر الزعرتر ممتازاً لعلاج السعال إذا كان منتجاً للقشع إذ يُساعد على إخراجهِ من الجسم . إذا كان السعال جافاً ومخرّشاً فإنّه يهدئ من حدّته . يُعتبر الزعرتر أحد أفضل المطهرات المفيدة لعلاج الإنتانات .

#### القطيفة *Calendula officinalis* .

للقطيفة خواص مضادة للفطور وقد تُستخدم عن طريق الفم وخارجياً . وهو الدواء الأفضل لعلاج مشاكل الجلد - حالات الجلد الالتهابية ، إنتانات الجلد ، الجروح بطيئة الاندمال وقرحات الجلد .

#### الثوم *Allium Sativum* .

إن الثوم معروف جيداً بخواصه المضادة للإنّتان وقد استُخدم من

قبل المصريين القدماء لعلاج الإصابة بالديدان، ومن قبل الإغريق والرومان لعلاج الأورام والجروح والانتانات العامة، ومن قبل الصينيين لعلاج الضعف والتعب والانتانات والأورام. في عام 1858 بيّن لويس باستور روعة الخواص المضادة للجراثيم الموجودة في الثوم. في الحربين العالميتين أنقذ الثوم ألوفاً مؤلفة من الأرواح بحماية الجروح من الإنتان. كان يُستخدم في حال عدم وجود مطهرات أخرى فتُدهن به الجروح السطحية ثم تُضمّد.

أثبتت الأبحاث مؤخراً أنّ الثوم يقتل أو يوقف نمو نحو ستين نوعاً من الفطور وعشرين نوعاً من الجراثيم بعضها شديد السميّة. ومن المثير للاهتمام أن الأوساط الطبية بدأت تنبّه إلى الثوم وخواصه الخافضة للكولسترول والمضادة للسرطانات.

إن الزيت الذي يحتويه الثوم هو المادة الفعّالة المسؤولة عن خواصه المضادة للجراثيم. يحتوي هذا الزيت على مركّب كبريتي يُدعى الآليسين يقتل الجراثيم والفطور.

حينما يؤكل يدخل هذا الزيت الجهاز الهضمي ثم يُمتص إلى مجرى الدم حيث يفرز عن طريق الرئتين ولذلك تكون رائحة النَّفس قوية ومشبعة بالكبريت. لذلك أفضل ما نستخدم الثوم لعلاج إنتانات الجهازين الهضمي والتنفسي.

### الأفستين *Artemisia Absinthum*

كما يوحي اسمها فإن هذه العشبة جيدة لعلاج الإصابة بالديدان

وخصوصاً الديدان الخيطية . ولأنَّ طعمها مرٌّ يفضل أخذها على شكل حبوب .

## خلاصة

يوجد العديد من النباتات التي لها خواص المضادات الحيوية وخواص مقوِّية للمناعة . عندما تؤخذ بشكل صحيح فإنها تشكّل الأساس لكل المضادات الحيوية الطبيعية . من المذهل أن نعلم أن معظم المواد الكيماوية المفيدة في تلك الأعشاب غير مفيدة للأعشاب ذاتها . إن العديد من هذه المواد قد أنتجت النباتات لتساعد بقيّة الطبيعة . إن جمال وحكمة العالم الطبيعي تدعو إلى الدهشة ! .

## شجرة الحياة *Thuja occidentalis*

تنتمي هذه النبتة إلى الفصيلة الصنوبرية وهي تعود إلى الجزء الشمالي الشرقي من أمريكا الشمالية وتزرع في أوروبا كنبات للحدائق وخصوصاً للتسييج ، لذا قد تكون مألوفة بالنسبة لك .

استُوردت شجرة الحياة إلى أوروبا خلال القرن السادس عشر وأصبحت معروفة طبياً كمستحضرٍ يُستخدم في العلاج المثلي . في بلد المنشأ استُخدمت بشكل رئيسي كمستحضرٍ عشبي وهي عندما تؤخذ عن طريق الفم بكميات كبيرة أو بكميات قليلة لفترة طويلة تسبب آثاراً جانبية شديدة . هذا لا يحدث عندما تُطبّق شجرة الحياة على الجلد أو عندما تُستخدم كعلاج مثلي . لذا من الآمن استخدامها كمستحضرٍ مثلي وليس كمستحضرٍ عشبي ويمكن استخدام الأخير على الجلد فقط .

إن التأثير الإيجابي لشجرة الحياة حين تُطبَّق موضعياً على الحالات الجلدية والتآليل وثآليل المناطق التناسلية وُصِف في عدة مقالات . فمنذ عام 1838 ذكر الدكتور وارناتز أن مريضاً لديه ثآليل مستعصية على العلاج استجابت لعلاج شجرة الحياة .

وقد سُجِّلَت نتائج جيّدة من قبل عدة باحثين منذ ذلك الوقت . معظم الأبحاث المتعلقة بشجرة الحياة ركّزت على علاج ثآليل الجلد واستخدامها خارجياً أكثر من استخدامها كدواءٍ يؤخذ عن طريق الفم . في عام 1949 وصف هالتر علاج الثآليل باستخدام شجرة الحياة دون تطبيقها خارجياً على الإطلاق . يُعتقد الآن أن لشجرة الحياة تأثيراً مثبطاً للفيروسات ، لذا يمكن تناولها لعلاج طيف واسع من الأمراض الفيروسية التي تصيب الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي والجلد خصوصاً .

### كيف تعمل شجرة الحياة؟

تمّ البحثُ غالباً عن خصائصها المضادة للفيروسات . وتوجد أدلة قاطعة على ذلك في الأبحاث التي قدّمها كورانا عام 1971 والذي درس تأثيرات هذه العشبة على مجموعة من الفيروسات . وقد أكّد آخرون هذا التأثير المضاد للفيروسات على الرغم من أن الكيماويات الفعّالة لم تُحدّد بعد . وفقاً لبعض الباحثين فإن شجرة الحياة تحوي بعض الخواص المضادة للجراثيم أيضاً لذا من الممكن أن تفيد في



علاج الجروح السطحية المصابة بإنتان والحروق . على الرغم من استخدامها لعدة قرون في الطب الشعبي والعلاج المثلي لم تحظَ شجرة الحياة بالأبحاث الطبية التي حظيت بها أعشاب أخرى كالإيكيناكيا على سبيل المثال .

### في أيِّ الحالات تُستخدم شجرة الحياة؟

إنها تُستخدم بشكل رئيسي لعلاج الإنتانات الفيروسية إذا كان لديك رشح أو أنفلونزا أو ألم حلق فيروسي أو التهاب حنجرة فيروسي أو التهاب قصبات فيروسي . ويجب أن تؤخذ عن طريق الفم كعلاجٍ مثلي .

في حالات إنتان الجلد الفيروسي كالثآليل وثآليل المناطق التناسلية يمكن تطبيقها مباشرةً على الثآليل .

عندما تطبَّق مباشرةً على الجلد يمكن استخدامها كمستحضرٍ عشبي . لهذه العشبة خواص مضادة للفطور أيضاً لذلك من المفيد استخدامها في الإنتانات الجلدية الفطرية الخارجية كالسعفات . يوجد خاصية لهذه العشبة تمَّ ذكرها في الأدب الطبي وهي قدرتها على منع مرض استوائي شائع يدعى البلهارسيا وهو مرض تسببه ديدانٌ تقوم يرقاتها باختراق جلد الإنسان حين يصبح بتماس مع الماء العذب . حينما تطبَّق شجرة الحياة تبين أنها تمنع اليرقات من اختراق الجلد . كما ذكرت تقاريرٌ أنَّ شجرة الحياة يمكن أن تقاوم الآثار السلبية للقاح الجدري .

## كيف تأخذ شجرة الحياة؟

يمكن أن تؤخذ شجرة الحياة عن طريق الفم كنقاطٍ من العلاج المثلي أو يمكن أن تطبَّق خارجياً على شكل مستحضر عشبي سائل . يمكن أن تؤخذ عن طريق الفم كمستحضر عشبي وخصوصاً لعلاج الإنتانات الفيروسية التي تصيب الجهاز التنفسي ولكن ذلك يجب أن يتم تحت الإشراف الطبي .

## هل شجرة الحياة عشبة آمنة؟

إن أفضل طريقة لأخذ شجرة الحياة هي أن يكون ذلك بواسطة طبيب أو معالج للأعشاب مؤهل وخصوصاً إذا تمَّ استخدامها عن طريق الفم . وقد أظهرت الأبحاث أنه إذا استُخدمت طريقة الماء البارد والكحول في تحضير الدواء العشبي تكون الآثار الجانبية معدومة مما يجعل أخذ الدواء بهذه الطريقة عن طريق الفم أكثر أماناً .

## خلاصة :

استُخدمت شجرة الحياة في الطب الشعبي الأمريكي منذ قرون وفي أوروبا كعلاج مثلي منذ بداية القرن التاسع عشر . إن فعاليتها الرئيسية هي ضد الإنتانات الفيروسية ، لذلك تُستخدم لعلاج التهاب القصبات والتهاب الحنجرة وآلام الحلق ذات المنشأ الفيروسي . يمكن تطبيقها موضعياً لعلاج ثآليل الجلد وثآليل المناطق التناسلية وكذلك الإنتانات الفطرية كالسعفة . يمكن استخدامها بأمان كعلاجٍ مثلي على شكل قطرات ولكن يجب أن لا تستخدم كمستحضر عشبي عن طريق الفم إلا تحت إشرافٍ طبيّ .

## إيسبيريتوكس - مقوٍ للمناعة مثير وجديد

إن الإيسبيريتوكس دواء عشبي جديد نسبياً يحتوي على مستخلصات من الإيكييناكيا والنيلة البرية وشجرة الحياة وهو ينتج الآن في أسواق أوروبا على شكل قطرات وحبوب .

لقد ابتهجْتُ بهذا المنتج عندما سمعت به أول مرة، إذ أنني ارتحتُ لوجود شخصٍ ما في مكانٍ ما يفكرُ معي على نفس الخط . خلال السنوات الخمس الماضية وجدت حاجة خاصة لاستخدام الإيكييناكيا والنيلة البرية بين مرضاي، لذلك كان أمراً جيّداً أن نستخدم مستحضراً يجمع الخواص المقوية للمناعة في هاتين العشبتين مع شجرة الحياة المعروفة بخواصها المضادة للفيروسات .

## ما الذي يحويه الإيسبيريتوكس؟

إنه يحتوي مستخلصات من ثلاث أعشاب مختلفة: الإيكييناكيا والنيلة البرية وشجرة الحياة وكلها لديها خواص مقوية للمناعة .

## كيف يعمل الإيسبيريتوكس؟

إن المواد الكيميائية الفعّالة في الإيسبيريتوكس (الغليكوبروتينات وعديدات السكر) لديها القدرة على الالتصاق بسطوح بعض الخلايا في الجهاز المناعي (البالعات الكبيرة)، وبالتالي تفعّل الجهاز المناعي وتحمي من الإنتان وتقصّر فترة الإنتان الموجود. إن صانعي الإيسبيريتوكس يوصون باستخدامه مع المضادات الحيوية لعلاج

الانتانات الجرثومية الشديدة. إنني أوافق على ذلك ولكن كما ذكرت سابقاً إن معظم الانتانات - وخصوصاً إنتانات الجهاز التنفسي عند الأطفال - هي فيروسية وبالتالي فإن المواد العشبية لوحدها كافية لعلاجها.

### في أي الحالات يُستخدم الإيسبيريتوكس؟

يمكن استخدام الإيسبيريتوكس في الحالات المبيّنة في الجدول التالي:

#### الجدول 6 - 5 استخدامات الإيسبيريتوكس

- إنتانات الجهاز التنفسي الحادة والمزمنة
- الإنتانات الجرثومية الحادة (يؤخذ مع مضاد حيوي)
- إنتانات الحلق بالعقديات
- إنتانات الأذن الوسطى
- إنتانات الجلد الجرثومية
- الدمامل
- الخراجات
- القوباء
- إنقاص القابلية للإنتان (بسبب نقص المقاومة)
- زيادة عدد الكريات البيض بعد العلاجات المضادة للسرطان.

## هل توجد أي آثار جانبية؟

لم تُسجَل أيُّ آثار جانبية للاستخدام الفموي للإيسبيريتوكس إذا طبّق عن طريق الوريد، وهو أمرٌ نادر، قد تحدث ارتكاسات مؤقتة أحياناً. وتعتبر هذه الارتكاسات في الطب الطبيعي إيجابية أي أنها ليست آثاراً جانبية بالمعنى المستخدم والذي يعني آثاراً سلبية أو مؤذية. على كل حال يحتوي الإيسبيريتوكس على شجرة الحياة التي تسبّب تقلّص الرحم، لذا من الأفضل تجنّبه خلال الحمل.

## خلاصة

يلعب الإيسبيريتوكس دوراً مهماً في الإنتانات الجرثومية والفيروسية وهو لا يحمل صفات مقيّية للمناعة فقط وإنما له خواص مضادة للفيروسات أو الجراثيم. وهو مفيد جداً لمرضى السرطان الذين يعالجون كيميائياً أو إشعاعياً كما أنه مهم في علاج المرضى ذوي المناعة المتدنية.

### قصة سريرية رقم (6)

#### **جينيفر - الحمى الغدية**

شُخّص لجينيفر وهي فتاة في الثالثة عشرة من عمرها إصابتها بالحمى الغدية من قبل طبيب العائلة وهو مرض فيروسي يسبّب ارتفاعاً في الحرارة وتضخّماً وألماً في العقد اللمفاوية في المراحل المبكرة وقد يسبّب ضخامة في الكبد والطحال.

إن الحمى الغدّية مرضٌ شديدُ الوطأة وقد يأخذ المريض أشهراً ليتعافى منه تماماً. وقد يستمرّ ليسبّب للمريض تعباً مزمناً. أظهرت تحاليل الدم لجينيشر أن الفيروس ما زال فعّالاً في جسدها.

في البداية وصفتُ لجينيشر علاجين هما مقوٌ للمناعة وكميات كبيرة من الفيتامين C (يزداد احتياج الجسم إلى الفيتامين C خلال الإلتان). أدّى ذلك إلى تحسّن ملحوظ في حالتها وتمكّنت من العودة إلى المدرسة.

خلال ستة أسابيع رجعت تحاليل الدم عند جينيشر إلى الوضع الطبيعي ولكنّها ظلّت تعاني من عدم ارتياح في الجزء العلوي الأيمن من بطنها وبالفحص تبين أن كبدها ما زالت كبيرة ومؤلمة، أعطيتها حليب ثيستل *Silybum Marianum* وهو عشبة رائجة لعلاج مشاكل الكبد. بعد شهرين تعافت جينيشر تماماً.

### الإيمونول - مقوٌ ومدّش للمناعة

وهو مركّب مثير آخر بدأت حديثاً باستخدامه وهو يختلف عن الإيسبيريتوكس في أنّ له تأثيراً أكبر على الجهاز المناعي. ويُعتبر أكثر إثارةً لأنّ الأعشاب المستخدمة في هذا المستحضر تُستنبت عضوياً وهي غنية بالطاقة. إن صانعي هذا المستحضر يفهمون جيّداً خواصه الفيزيائية والطاقة التي يحتويها.

على سبيل المثال تُحصَد النباتات التي تُستخدم في الإيمونول في

وقتٍ معيّنٍ من الشهر وتعرّض للشمس عند الشروق والغروب لمدة أسبوعين لشحنها بالطاقة .

يعتقد كثيرٌ من منتجي الأدوية العشبية وأدوية العلاج المثلي أن هذين الوقتين من النهار يحتويان على قدرٍ عالٍ من الطاقة لكنّ صانعي الأدوية لا يستفيدون من هذه الحقيقة . من الرائع أن الانتباه إلى هذا الأمر قد سخر أخيراً لصناعة أدوية أفضل لنا جميعاً .

لقد كان الإيمونول هو مقوّي المناعة الذي استخدمته لعلاج جينيشر الفتاة الصغيرة التي ذكرتها في القصة السريرية رقم (6) ولقد استخدمته بعدها مع عدد من مرضاي وأستطيع أن أشهد أنه في الحقيقة دواء مذهش .

### ما الذي يحتويه الإيمونول؟

يحتوي الإيمونول على مستخلصات من الإيكييناكيا بوربيوريا والإيكييناكيا أنغوستيفوليا والبابتيسيانتكتوريا وشجرة الحياة وكل هذه المكونات تُعرّض لأشعة الشمس كما ذكرنا سابقاً . أثبتت الأبحاث أن نوعين من الإيكييناكيا (إيكييناكيا بوربيوريا والإيكييناكيا أنغوستيفوليا) يملكان تأثيراً أقوى على الجهاز المناعي حينما يخلطان معاً . مما يجعل الإيمونول مركباً فريداً وهو الوحيد الذي يحوي العشبتين معاً إضافة إلى أنه يحوي شجرة الحياة والبابتيسيانتكتوريا وقد ذكرنا فوائد هاتين العشبتين سابقاً .

ما هي الحالات التي يُستخدم فيها الإيمونول؟

إن الإيمونول يفيد بشكل خاص في علاج الحساسية والإنتانات المتكررة وبشكل عام له الكثير من الاستخدامات.

#### الجدول 6 - 6 استخدامات الإيمونول

لعلاج إنتان جرثومي أو فطري أو فيروسي

لمنع عودة الإنتان

لمساعدة المرضى الذين يعانون الحساسية (الربو، الأكزيما، حمى القش، التهاب الجيوب).

للمساعدة على النقاهة بعد مرض خطير

لحماية الجهاز المناعي خلال فترات الشدة

لتقوية الجهاز المناعي خلال فترة العلاج ضد السرطان (الشعاعي أو الكيماوي).

#### هل توجد آثار جانبية؟ .

لم تُسجَل آثار جانبية نتيجة لاستعمال الإيمونول سواء كسائل أو كحبوب . ولكن بسبب احتوائه على شجرة الحياة يجب اتخاذ نفس الاحتياطات الذي تحدثنا عنه في الإيسبيريتوكس وهو تجنب استخدامه أثناء الحمل لما قد يسببه ذلك من تقلصات رحمية .

#### خلاصة :

بما أن المكونات العشبية للإيمونول تنمى بشكل عضوي وتُشعب بالطاقة بطريقة خاصة فإن هذا المنتج له خاصية فريدة تتميز بقدرته



على تقوية دفاعات الجسم . وهو فريد أيضاً لأنه يحتوي على نوعين من عشبة الإيكيناكيا معروفتين بتآزرهما في التأثير .

يأتي على شكل حبوب أو قطرات وهو آمن جداً لدى استخدامه عند الكبار والصغار . يجب أن لا يستخدم عند الحوامل إذ قد يسبب تقلص الرحم وهو ذو استخدامات كثيرة وإن كان مفيداً بشكل خاص في علاج الإنتانات المتكررة والحساسية . إنه دواء أوّيده بقوة لأنني أدمم الطرق العضوية في الزراعة والأفكار والطاقة التي تستخدم في تصنيعه .

### الخلاصة :

حينما كنتُ في كلية الطب تعلّمتُ كيف يُثبّط جهاز المناعة بالأدوية كالستيروئيدات والأزاثيوبرين والسيكلوسبورين التي تُستخدم في علاج مرضى نقل الأعضاء وبعض أمراض المناعة الذاتية . لم أتعلّم كيف تُقوّى مناعة الإنسان . وقد استغرق الأمرُ سنينَ لأدرك أنّ هناك طرقاً لتقوية الجهاز المناعي . من المشجّع أن ترى أعشاباً كالإيكيناكيا والنيلة البريّة وشجرة الحياة وقد أصبحت أكثر استعمالاً من قبل المرضى لحماية أنفسهم وعائلاتهم . شجّع طبيب عائلتك أن يتعلّم أكثر عن هذه الأعشاب فلعلّه يصفها لك أيضاً . بسبب درجة الأمان العالية التي يتمتّع بها كلّ من الإيكيناكيا والنيلة البريّة يمكنك أن تستخدمها بدون وصفة طبية . إذا وقعت في شكّ من أمرك استشرّ معالجا بالأعشاب أو صيدلياً أو طبيباً تدرب على العلاج بالأعشاب .