الفصل الثامن
الأعشاب والنباتات الطبية
تعالج أمراضًا أخرى

الأعشاب لعلاج أمراض الجهاز التنفسى

النزلة الشعبية

شمر: مغلى الشمرة علاج مفيد جداً لمعالجة النزلة الشعبية، ويعمل مغلى حبيبات الشمرة بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الحبيبات المهروسة، واستحلابها لمدة (١٠) دقائق، ويشرب منه مقدار (٢ـ٣) فناجين يوميا.

ويلاحظ أن طعم المغلى قد يسبب الاشمئزاز عند بعض الأشخاص، فلهؤلاء يتسحسن تخفيف المغلى بكمية أكبر من الماء المغلى.

خبازه برية (خبيزة): يشرب مغليها لمعالجة النزلة الصدرية (سعال مصحوب بقشع) ويعمل المغلى كالمعتاد، وبنسبة ملعقة كبيرة من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء، ويشرب منه ساخنا (٢ـ٣) فناجين فى اليوم.

كتان: إن بذور الكتان بما تحتويه من زيت ومادة هلامية تلطف التهابات الجهاز المخاطى، وتسكن الآمه، ففى الجهاز التنفسى تزيل الآم السعال الجاف (نزلة شعبية خصوصا بعد الحصبة) وتحد من شدة نوباته. وذلك بشرب فنجان إلى فنجانين من مغلى بذر الكتان فى اليوم بجرعات صغيرة، ويعمل المغلى من ملعقة كبيرة من بذر الكتان فى ربع لتر من الماء (كوب)، يغلى لمدة (٣) دقائق، ثم يترك لمدة عشر دقائق ويستعمل.

إلتهاب الرئة

حلبة: مغلى الحلبة أو مسحوقها يستعمله الأطباء الفرنسيون بنجاح كبير لمعالجة الإلتهابات الرئوية. ويعمل المغلى بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوقها إلى نصف لتر ماء وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلى ويشرب بجرعات متعددة (ملعقة كبيرة كل ساعة).

أما مسحوق بذر الحلبة فلاستعماله بالفم. . يمزج منه مقدار (١٠) جرامات، مع كمية معادلة من زيت الزيتون، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات فى اليوم.

الـــــربـــو

توت الأرض (فراولة ـ كريز): يستعمل مستحلب الأوراق الحديثة . . في مايو (آيار) الغضة أو المجففة لتسكين السعال ونوبات الربو ، ويشرب من المستحلب ثلاثة فناجين يوميا ، وهو يحضر كالمعتاد : ملعقة كبيرة من الأوراق (ويلاحظ أن الأوراق القديمة خشنة ومرة المذاق) ، لكل فنجان من الماء المغلى ثم يصفى بعد تخميره لمدة (٥) دقائق ويشرب فاترا .

شمر: كما سبق فى «النزلة الشعبية» .

جاوى: يستعمل مستحلب الجذور أو مسحوقها لمعالجة الربو ، وهو مفيد جداً . ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة ، وبنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان ؛ ويشرب منه فنجان واحد فى اليوم .

وأما مسحوق الجذور . . فيعطى منه مقدار جرام واحد ممزوجا مع العسل (النحل) ثلاث مرات فى اليوم .

ينسون: يفيد الينسون فى معالجة نوبات الربو ، ويستعمل مستحلبا بنسبة ملعقة صغيرة من بذوره فى فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان ، ويؤخذ فنجان واحد فى اليوم .

بصل: تعالج نوبات الربو بإعطاء ملعقة صغيرة ، كل ثلاث ساعات ، من مزيج عصير البصل مع العسل بأجزاء متساوية .

كرنب: يستعمل مخللا مختمراً لمعالجة الربو ، حيث يعطى المخلل مع الأكل أو يطبخ على طرق متنوعة ، ويستعمل على المائدة كخضار . ولمعرفة طريقة تخضيره . . انظر علاج عرق النسا .

الســـــعال

بصل: يعالج السعال عند الأطفال بجرعات صغيرة ومتعددة (ملعقة صغيرة) من البصل المطبوخ بالعسل أو سكر النبات .

فراولة (توت الأرض ـ كريز): انظر علاج الربو .

عرق السوس (سوس): يشرب مغلى الجذور أو مستحلبها لمعالجة السعال المصحوب

بفقدان الصوت (بحة). ويعمل المغلى أو المستحلب من الجذور بالطرق المعروفة وبنسبة ملعطة صغير لكل فنجان من الماء، ويشرب منه وهو ساخن فنجان واحد مرتين فى اليوم.

جزر: يعالج السعال عند الأطفال بشراب الجزر أو ملبسه، ويعمل الشراب بطبخ العصير مع السكر. ولعمل الملبس.. يطبخ السكر أولا إلى أن تنكسر النقطة منه فى الماء البارد كالزجاج، ثم يضاف إليه عصير الجزر ويغلى (إلى درجة انكسار النقطة) مرة أخرى، يصب بعدها فوق بلاطة مدهونة بالزبدة، ويفرد ويقطع بسرعة قطعا صغيرة بسكين مطلى بالزبدة، ويحفظ بعد أن يبرد ويجمد فى إناء زجاجى.

السعال الديكى

احم طفلك من السعال الديكى باعطائه الطعم الواقى الثلاثى (ضد السعال الديكى والدفتيريا والتتانوس) وهو إجبارى يعطى للطفل حقنه فى سن شهرين، وأربعة شهور وستة شهور، وهذه الحقنة شديدة الفعالية فى كل الحالات، وتستمر المناعة لمدة ٢ ـ ٣ سنوات، يتم خلالها إعطاء الطفل جرعة منشطة عند سن ١٨ شهراً، ويمكن الاستعانة بالوصفات التالية فى العلاج:

شمر: مغلى الشمرة مفيد جداً لعلاج السعال الديكى. كما سبق فى النزلة الشعبية.

زعتر: يستعمل مستحلب الزعتر لمعالجة نوبات السعال الديكى، ويعمل بنسبة ملعقة صغيرة من الزعتر لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ـ٢) فنجان فى اليوم ـ ويمكن تحليته بالعسل.

بصل: تعالج نوبات السعال الديكى وغيرها من التشنجات بمعقود البصل، وذلك بطبخ شرائح من البصل فى سكر النبات لعمل (شراب)، يعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين.

الصـــــــرع

١ ـ فاوانيا (عود الصليب): تطحن الفاوانيا، وتؤخذ منه نصف ملعقة صغيرة بماء محلى بالعسل عليه قطرات من الخل، ويشرب ذلك على الريق يوميا.

٢ ـ حرمل: يطبخ ٥٠٠جم حرمل فى (٥) لتر ماء حتى يبقى (٤) لتر، ثم يعبأ فى قنينة زجاج، ويشرب المصروع فنجانين صباحا ومساء.

٣ـ عاقرقرحا + عسل : يسحق العاقر قرحا، ويعجن بالعسل، ويؤخذ منه على الريق مقدار ملعقة.

علاج الحزازه: تنقع كمية من الصمغ العربى بالخل وتُخض جيداً حتى التجانس، ويدهن بها مكان الإصابة مرتين كل يوم، مع مراعاة عدم بل المنطقة بالماء، ما أمكن، ويستمر فعل ذلك حتى الشفاء.

* يحرق غصن زيتون أخضر فيخرج من طرفه سائل يشبه الماء، يدهن بهذا السائل وهو ساخن مكان الإصابة، ويكرر مرتين فى اليوم لحين حدوث الشفاء.

الصدفية (Psoriasis)**:** هى مرض مزمن يصيب الجلد فى الجزع والأطراف فيصبح غليظا يفرز قشوراً صغيرة كقشور السمك يستعصى على العلاج. ويفيد فيه استعمال اللفات الرطبة بمحلول ملح الطعام يوميا مع دهن الجلد بالزيت، كما يشاهد فيه تأثيرا حسنا لاستعمال الماء البارد بالدلق.

• المعالجة بالصوم.. والأعشاب والماء والغذاء: أمراض الجلد الرئيسية هى: الإكزيما، الصدفية، الحساسية (الارتيكاريا) والقروح والدمامل، والجمرة، ويندر أن تشفى هذه الإصابات بالعلاج الموضعى، بالمراهم أو الدهانات أو بغيرها، ولو أنها تخفف من شدتها. وذلك لأن العلاج الموضعى علاجا للأعراض وليس علاجا للسبب.

والصوم وحده القادر على أن يعالج المسببات نفسها، وقد لا يشفى المريض من أول مرة، ولكنه يجد كثيراً من شدته وأعراضه إلى أن تزول هذه غالبا زوالا كليًا، بعد تكرار الصوم بضع مرات.

ونشير هنا إلى فائدة بعض الأعشاب الطبية كحمامات؛ (كنباث الحقول) الساخنة ـ راجع ما سبق، ولإزالة (خشونة الجلد، وحب الشباب وغيرها من الطفوح الجلدية. . .) تعمل إلى جانب الصوم حمامات ساخنة مع إضافة من الأعشاب الآتية:

١/ ٤ كيلو جرام (ردة القمح)، (قشر) البلوط، ١٠٠ جرام، خبازة برية، ١٠٠ جرام خطمى مخزنى، ١٠٠ جرام زهر البابونج، تغلى أولا النخالة مع اللحاء، ثم يضاف إليهما باقى الأعشاب (وهذه لا يجوز غليها) وتترك لمدة عشر دقائق، ثم يصفى مغليها (الماء) ويضاف إلى الحمام الساخن بدرجة (٣٨) درجة مئوية، ويدلك الجلد داخل الحمام بفرشاة خشنة، ويدهن بعد الحمام بقليل من الزيت النباتى، على أن تكون حركات التدليك بالفرشاة والدهن بالزيت متجهه دائما من الأبعد نحو القلب وليس بعكس الاتجاه.

مقويات المنـــاعة

ثوم: يقوى مناعة الجسم ويكسبه نشاطا، لذلك . . يوصى بأكله للوقاية من الأوبئة (التيفوس، الكوليرا . . إلخ)، والأمراض المعوية العفنة (التيفود، الدوسنتاريا، الزحار) ولتنشيط الجسم عند تعرضه لمجهود كبير بالعمل أو السير الطويل، ويعتقد البعض أنه يقى من الإصابة بالسرطان.

جنين القمح: يقوى المناعة، ويعالج الأمراض الخطرة كما ثبت فى الطب الحديث.

عرعر: يستعمل مستحلب ثمار العرعر أو مطبوخها لتقوية مناعة الجسم؛ خصوصا عند المصابين بمرض البول السكرى، أو مرض داء الخازير أو السل، وعند الذين يشكون من الهزال وضعف الشهية لتناول الطعام، ولكنه لا يستعمل ابداً فى حالة وجود أمراض فى الكلى وإلا عرضها للنزيف.

ويعمل المستحلب بإضافة فنجان من الماء الساخن - بدرجة الغليان - إلى مقدار ملعة صغيرة من الثمار المهروسة، ويشرب منه مقدار فنجانين فى اليوم بجرعات متعددة.

حبة البركة: ١ - ٢ جم يوميا، ويمكن إضافتها للأكل، علاج فعال لتقوية مناعة الجسم ولكن لا ينبغى الإكثار منها. ولا تنسى عسل النحل وصمغه والغذاء الملكى.

الجهاز البولى

حصوة الكلى:

كتان: تعالج نوبات المغص الناتج عن وجود حصوة فى الكلى أو المثانة، وذلك كله بشرب فنجان إلى فنجانين من مغلى بذر الكتان فى اليوم بجرعات صغيرة. وطريقة عمل المغلى مذكورة فى «علاج النزلة الشعبية».

عليق دغلى (العليق المعروف): يستعمل مغلى الجذور (ملعقة صغيرة من فنجان ماء (٣-٤) مرات يوميا لمعالجة حصوة الكلى ورملها، أو يستعمل مسحوقه، وذلك بمقدار ربع ملعقة صغيرة (٣-٤) مرات فى اليوم.

رمل الكلى (أملاح):

توت الأرض (فراولة): تنقع الثمار لمدة (٢٤) ساعة فى الكحول النقى؛ ليمتص

عصيرها، ثم تصفى ويشرب منها ملعقة كبيرة ثلاث مرات فى اليوم؛ لمعالجة الرمل فى الكلى.

فاصوليا: تشرب بضعة فناجين فى اليوم من مستحلب زهور الفوصوليا لمعالجة الرمل فى الكلى.

المغص الكلوى

فاصوليا: تشرب بضعة فناجين فى اليوم من مستحلب زهور الفوصوليا.

ويفيد فى العلاج أيضا مستحلب (شاى) الحلفا بر، والخله، والدمسيسه.

إلتهاب حوض الكليه

شمر: مغلى الشمرة علاج مفيد جداً لمعالجة إلتهاب الجهاز البولى؛ حوض الكلى والمثانة والمسالك البولية. ويعمل المغلى بأضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الحبيبات المهروسة واستحلابها لمدة (١٠) دقائق، ويشرب منه مقدار (٢-٣) فناجين يوميا.

«متفرقات»

تثليج الأصابع:

بصل: يقطع البصل شرائح مستديرة أو يفرم، وتسخن الشرائح أو المفروم تسخينا جافا (دون أن يصفر لونها) وتستعمل للتلبيخ فوق أصابع القدمين لمعالجة الاحتقان فيها (التثليج).

تفاح: يفيد التفاح فى شفاء أصابع القدمين المحتقنة والموجعة من البرد فى الشتاء (تثليج) وذلك بدق وهرس تفاحة مشوية - دون تقشير - ومزجها مع قليل من زيت الكتان، وتغطية الأصابع المصابة بهذا المزيج ولفها طيلة الليل.

حلبة: مرهم الحلبة الذى ذكرت طريقة عمله فى معالجة الزكام؛ حيث يطلى به باطن القدمين. بغلظ شفرة السكين، مساء عند النوم، ويربط فوقهما قماش أصم ليظل المرهم حتى الصباح، وتكرر العملية بضع مرات حسب اللزوم.

الشلل (النقطة، الفالج)

جاوى: يستعمل مستحلب الجذور أو مسحوقها، بفائدة كبيرة فى معالجة الشلل بعد انفجار شريان من شرايين الدماغ (النقطة، الفالج)، ولتحضيره وطريقة الاستعمال انظر معالجة الربو.

شلل الأطفال:

ثوم: دلت التجارب الطبية على أن الثوم يقى - إلى حد كبير - من الإصابة بمرض شلل الأطفال.

تقيح العظام

حلبة: لا يفضل على لبخ بذور الحلبة أى دواء فى معالجة تقيح العظام، ولتحضيرها انظر علاج الروماتيزم العضلى والمفصلى.

لين العظام

جزر: يعطى الطفل الرضيع بعد الشهر الثالث من عمره بضع ملاعق من عصير الجزر لتقوية عظامه.

النزلات المعوية

حلبة: يستعمل الأطباء الفرنسيون مغلى الحلبة ومسحوقها بنجاح كبير فى معالجة النزلات المعوية، ولتحضيره وطريقة الاستعمال انظر «علاج إلتهاب الرئة».

جاوى: يستعمل مستحلب الجذور أو مسحوقها لمعالجة النزلات المعوية المزمنة. ولتحضيره وكيفية الاستعمال.. انظر «علاج الربو».

جزر: يعالج الإسهال عند الأطفال بإعطائهم يوميا كمية من الجذر المبشور، وأما الأطفال الرضع فيعطى لهم حساء الجزر، ويعمل بتقطيع نصف كيلو من الجزر إلى مكعبات صغيرة، وطبخها لمدة ساعة وربع الساعة فى الماء، ثم هرسها فى منخل دقيق وإضافة الماء المغلى إلى ما يسقط منها تحت المنخل إلى أن يصل حجمها إلى اللتر، فيضاف إليها (٣) جرامات من ملح الطعام وتخفق جيداً.

المغص المعوى

ينسون: يسكن المغص المعوى عند الرضع والأطفال والكبار معا، الناتج عن تخمر اللبن (الحليب) فى الأمعاء، وكل من يصاب بالإسهال من أكل اللبن أو مشتقاته يمكن أن يتجنب ذلك برش مسحوق بذور الينسون فوقه قبل أكله. كما أن الينسون طارد للغازات المعوية ومسكن للمغص الناتج عنها. ويستعمل الينسون مستحلبا بنسبة ملعقة صغيرة من بذوره فى فنجان ماء، ساخن بدرجة الغليان. ويؤخذ فنجان واحد فى اليوم أو مقدار ملعقتين فى اليوم، من شراب الينسون، أو بضع مرات فى اليوم (٥-٧) نقط من الصبغة فى الحليب أو الماء (يباع الشراب والصبغة فى الصيدليات).

كرويا (كراوية): تستعمل البذور الساخنة لمعالجة المغص المعوى؛ خصوصا عند الأطفال، وذلك بأن يملأ كيس صغير من قماش كتانى بالبذور ويسخن، ثم يوضع فوق البطن ويثبت برباط. ويدلك جدار البطن بزيت البذور؛ لتسكين المغص المعوى وطرد الغازات، ولتسكين الآم أسفل البطن (رحم، مبيض... إلخ). ويعمل الزيت من كمية من البذور، مع ضعفها من زيت الزيتون أو القطن، وجزء معادل لها من الكحول، ثم يغلى المزيج إلى أن تتبخر منه كمية الكحول. ويدلك موضع الألم بهذا الزيت ويغطى بضماد دافئ (صوفى).

نعناع: (نعنع): يعتبر مستحلب النعناع من أنجح الأدوية لتسكين المغص المعوى، ومغص أسفل البطن (الآم الحيض)، ومغص حصوة المرارة. وطرد الغازات المعوية. ويعمل بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (٢-٣) فناجين فى اليوم، ويمكن مزجها مع الحليب.

ويلاحظ عدم شرب المستحلب فى الحميات، وعند الاستعداد للقىء، لأنه يثير القىء، ويزيد فى جفاف الفم والشعور بالعطش.

غازات الأمعاء (انتفاخ البطن)

(ينسون - كراوية - نعناع) كما سبق فى المغص المعوى.

شمر: مغلى حبيبات الشمرة، كما ذكرنا سابقا فى الحمل.

بصل: تؤكل بصلة متوسطة الحجم فى اليوم لتحسين الهضم، وطرد الغازات المعوية، وتليين الباطنة.

البواسير

بصل: تستعمل حقن البصل الشرجية لمعالجة البواسير، وذلك بغلى نصف بصلة متوسطة الحجم لمدة (٣) دقائق فى لتر ماء وتصفيته بعد ذلك لحقنه فاترًا فى الشرج.

حلبة: مغلى الحلبة يستعمله الأطباء الفرنسيون أو مسحوقها لمعالجة البواسير، وذلك بحقن المغلى فاترًا فى الشرج، ويعمل بإضافة ملعقة صغيرة من مسحوق الحلبة إلى نصف لتر ماء، وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلى ويترك حتى يصبح فاترًا ثم يستعمل. أما مسحوق بذور الحلبة فيستعمل للشرب، حيث يمزج منه مقدار (١٠) جرامات، مع كمية معادلة من زيت الزيتون، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات فى اليوم.

كمون (سنوت): يستعمل مغلى الحبوب الذى يحضر بغلى مقدار (٣) جرامات من الحبوب فى فنجان من الماء، حيث يحقن هذا المغلى فى الشرح لمعالجة البواسير.

نبق: يستعمل منقوع اللحاء (قشور) عند المصابين بالبواسير؛ للوقاية من الإمساك لمدة طويلة، كما يمكن استعماله كملين للأطفال. وللنساء أثناء الحمل وبعد الولادة؛ إذ لا ينتج عنه أى ضرر.

ويعمل المنقوع من ملعقة كبيرة من اللحاء فى كوبين (نصف لتر) من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة، ويشرب منه فنجان فى الصباح، وفنجان ثان فى المساء.

هندباء برية: يشرب عصير الجذور الغضة فى الربيع لمعالجة البواسير، ويعطى منه (٣) ملاعق صغيرة يوميا فى مقدار من الحليب، وفى غير أوقات الربيع يستعمل مستحلب العشبة كلها، ويعمل بالطرق المعروفة وبنسبة (٢٠) جرام من العشبة الجافة (أوراق، أزهار) لكل فنجانين من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب بجرعات متعددة فى اليوم.

وفى الحالات الشديدة.. يفضل شرب مغلى الجذور السالف الذكر على مستحلب الأوراق والزهور.

عباد الشمس: استعمال المغلى والمسحوق بالفم يوقف نزيف البواسير، ولتحضيره واستعماله.. انظر نزيف الرحم.

الناسور الشرجى

غافث (شوكه منتنه، شجرة البراغيث): Agrimonia Eupatoria تعالج الأمراض الجلدية المزمنة والقروح والنواسير الشرجية المستعصية بتلبيخها بالعشبة الغضة المهروسة.

حلبة: لا يفضل على لبخ بذور الحلبة أى دواء فى معالجة خراجات الشرج الناتجة عن انسداد الناسور، أما كيفية عمل لبخة الحلبة كما ذكرنا سابقا. انظر «تقيح غدة الثدى».

سقوط الشرج

بلوط: يعالج سقوط الشرج والرحم بحمامات مقعدية ساخنة (٣٠) درجة مئوية لمدة عشر دقائق من مغلى لحاء (قشر) البلوط، وفى سقوط الشرج عند الأطفال تستعمل مكمدات فى الشرج من مغلى لحاء البلوط فى الكحول الأحمر، أو تعمل من المغلى حقنة صغيره داخل الشرج.

ناعمة مخزنية (قصعين): تعمل حمامات مقعدية[1] بمغلى الأوراق لمعالجة سقوط الشرج ولا تزيد مدة الغلى عن دقيقة واحدة.

الأكزيما

بلوط: تعالج الأكزيما وغيرها من إصابات الجلد بذر مسحوق اللحاء فوقها.

ثوم الدببة: أول ما لفت النظر إلى فائده هذه العشبة الطبية، الدببة التى تبحث عنها بعد الشتاء فى كل مكان، فتأكلها وتجدد بها نشاطها. ويقول عنها قدماء الأطباء: إنها نعمة من السماء تنقى الدم، وتنشط الجسم كله، وتطرد منه السموم، وفائدتها لا تقدر بالذهب للأشخاص الذين يشكون من الضعف وأمراض الروماتيزم، وأمراض الجلد المستعصية كالأكزيما، وداء الخنازير.. إلخ، فإنها على حد قولهم «تخرجهم من القبور لتعيد إليهم الحياة والصحة». وتستعمل أوراق ثوم الدببة الغضة بفرمها واستعمالها كالبقدونس مع الأكل أو سلطة وحدها أو مع خضر آخر، وكذلك بصيلاتها، كما أنه من الممكن استعمال عصير الاثنين معا بإضافته إلى أنواع الطعام. أما الأوراق المجففة.. منه فهى قليلة الفائدة. ومن

(١) طريقة عمل المغلى واستعماله فى علاج «نزيف الرحم» كما ذكرنا سابقا.

الممكن الاحتفاظ بالبصيلات لعصرها فيما بعد، ومزج عصيرها مع كمية مساوية لها من الكحول النقى، لعمل صبغة تؤخذ منها عشر نقط ثلاث مرات فى اليوم.

حلبة: لبخ الحلبة السابق ذكرها فى «تقيح غدة الثدى»، لا يفضل عليها دواء فى معالجة الأكزيما.

بابونج: يستعمل مسحوق الأزهار بذره فوق إلتهابات الجلد الرطبة (أكزيما) فهو يساعد على شفائها.

فاصوليا: يُذرّ مسحوق بذور الفوصوليا، فوق الإصابات الجلدية المثيرة للحك كالأكزيما .. إلخ؛ فهو يساعد على شفائها.

علاج الجرب بالأعشاب

ثوم: يعالج الجرب بدلك الجسم كله بمزيج من الثوم والشحم مرة واحدة فى اليوم، لمدة (٣) أيام، يعقبها حمام ساخن وغلى الملابس الداخلية.

أقحوان (أراوله، زهرة الغريب): Chrysanthemum Vulgare يدلك الجلد بزيت الأزهار لمعالجة الجرب (باحتراس)، ولعمل الزيت يضاف إلى كمية من رءوس الأزهار الصفراء ما يكفى لغمرها من زيت الزيتون فى زجاجة محكمة السد، وتوضع فى الشمس لمدة أسبوعين مع خضها يوميا، وتصفى بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة من القماش.

راش: Inula Helenum يعالج الجرب وذلك بتدليك الجسم المصاب بمرهم يعمل من (٢٠) جراما من مسحوق الجذور، و(١٠) جرامات من الدهن أو شحم الحيوان، وإبقاء المرهم فوق الجسم لمدة (٢٤) ساعة، يستحم بعدها المصاب بالماء الساخن والصابون وتطهر ملابسه، وملاءة سريره بالغلى والغسيل.

مراهم الحروق

جرجير: يستعمل مرهم الجرجير لمداواة الحروق، وذلك بسحق - دق - كمية من الجرجير مع بصلة متوسطة الحجم، وكمية من ورق توت الأرض (فريز - سيلك - فراولة)، وطبخها بزيت الكتان وتصفيه المزيج وهو ساخن بقطعة من الشاش.

كتان: يستعمل مرهم زيت الكتان لمعالجة الحروق. ويعمل المرهم بمزج زيت الكتان مع ماء الكلس أو زلال البيض ويدهن به الحرق بريشة طائر أو فرشاة.

كرنب: يستعمل مخللا مختمراً لمعالج القروح والحروق، أما كيفية عمله وطريقة الاستعمال. . انظر علاج مرض البول السكرى.

علاج الدمل[1] بالأعشاب

كتان: تستعمل لبخ بذر الكتان الساخنه لمعالجة وتسكين الآم الدمامل والقروح الصلبة وأمراض الجلد التى تفرز القيح والقشور، وتعمل اللبخ من البذور المسحوقة أو دقيقها، وذلك بمزجه مع الماء الساخن حتى يصبح عجينه مرنه تفرد بين طبقتين من الشاش، وتوضع فوق الموضع المراد معالجته، وتغطى بقطعة أكبر من نسيج صوفى.

حلبة: لا يفضل على لبخ بذور الحلبة أى دواء فى معالجة الدمامل فتسرع بفتحها وشفائها، والدحاس المتقيح فى الأصابع. ولعمل اللبخة وطريقة الاستعمال انظرى «تقيح غدة الثدى».

جرجير: عصير الجرجير فى الربيع علاج ناجع لتنقية الدم والإصابة بالدمامل والآفات الجلدية المزمنة، ويجب التنبيه إلى أن الحوامل والمصابين بتضخم الغدة الدرقية يجب أن يمتنعوا عن استعمال الجرجير، وأن الإفراط فى استعماله بأى شكل كان غير صحى، ويسبب اضطراب الهضم، وحرقانا فى المثانة والبول.

بصل: توضع لبخة البصل فوق الدمامل والجمرات (وهى مجموعة دمامل تصيب مؤخرة الرقبة غالبا) للإسراع فى تقيحها (طبخها) وشفائها. وتعمل اللبخة بتغطية الموضع المراد معالجته بشرائح أو مفروم البصل الساخنين تسخينا جافا (دون أن يصفر لونها) وتغطيتها، وتثبيتها بقطعة من قماش كتانى (ولا يجوز استعمال نسيج أصم أو الورق وغيره لهذا الغرض) ومن فوقها قطعة أكبر من نسيج صوفى لحفظ الحرارة وتجدد اللبخة عند اللزوم بعد (١٢) ساعة. ولقد أهملت متعمداً ذكر (دحاس الأصابع) بين الإصابات التى تعالج بلبخ البصل الساخن، لأن التلبيخ الساخن؛ للأصابع قد يسبب امتداد الالتهابات إلى أوتارها، وضياع الحركة فيها بعد الشفاء. ولا يجوز معالجة الأصابع فى التهاباتها (دحاس) باللبخ الساخنة

(١) الجمع دمامل.

بالبصل أو غيره، إلا إذا كان الالتهاب فيها قد وصل إلى درجة لا يمكن بعدها الحيلولة دون حدوث التقيح. وقد درجت العامة على معالجة الدحاس بلبخ البصل الساخن مما قد لا تحمد عقباه، وأفضل ما يمكن أن يعمل العامة فى معالجة الدحاس هو لف الأصبع المصابة بقطعة قطن مشبعة بالكحول، وتثبيتها فوق قطعة من الخشب مبطنة بالقطن (جبيرة) لمنع كل حركة فيها، وتثبيت الساعد كله إلى أعلى (فوق الصدر بالقماش المثلث أو بإسناده إلى وسادة فى السرير)، ويعاد ترطيب الضماد بالكحول ليظل رطبا باستمرار. فإذا لم تجد هذه الطريقة بعد يومين أو ثلاثة من استعمالها.. أصبح الشق المبكر بمعرفة جراح خبير أفضل ما يمكن أن يعمل لشفاء الدحاس، والمحافظة على سلامة الأوتار وحركتها.

عقصة (عضة) الحشرات

زنبق أبيض (السوس): Lilium Candidum يستعمل زيت أزهار الزنبق الأبيض، لمعالجة الجروح والحروق والهرش والدمامل، والتهاب غدد جفن العين الدهنية (شحاد)، وعقصات (عضة) الحشرات السامة، ولتنقية جلد الوجه من النمش وغيره. ولعمله تقطع أوراق الأزهار (تفرم)، وتغمر فى زجاجة بيضاء محكمة السد، بزيت الزيتون النقى الخالى من الحموضة، وتوضع الزجاجة فى الشمس لمدة عشرة أيام، يصفى بعدها الزيت، وتعصر فيه الأزهار بقطعة من الشاش.

حرشف السطوح: Sempervium Tectorum يستعمل عصير الأوراق الغضة لمعالجة الحروق وعقصات (عضة) الحشرات (نحل، دبور.. إلخ).

فجل الخيل (خردل الألمان): Cochlearia Armoracia تزول الآم عقصة (عضة) الحشرات (نحل، دبور.. إلخ)، حالا بوضع قطعة مهروسة من أوراق فجل الخيل فوق موضع الإصابة.

عضة الكلب

زهرة العطاس: Arnica Montana إن التكميد بصبغة زهرة العطاس من أنجح الأدوية فى معالجة الجروح ولسعة الحشرات وعضة الكلب أو غيره من الحيوانات، وذلك بإضافة نصف ملعقة صغيرة من الصبغة إلى ربع لتر من الماء الفاتر، (صبغة الأزهار أو صبغة الجذور)، ثم التكميد بها.

ويمكن عمل صبغة الأزهار من أزهارها بأن يضاف إلى جزء من الأزهار الجافة خمسة أجزاء من الكحول النقى، فى زجاجة بيضاء توضع مسدودة فى الشمس لمدة عشرة أيام، مع خض الزجاجة مرة واحدة على الأقل فى كل يوم، ويستحسن أن يظل استعمالها مقتصراً على التداوى الخارجى، لأن استعمالها بالفم قد يسبب بعض أعراض التسمم. لذلك يُفضَّل للاستعمال بالفم شربا أن تصنع صبغة زهرة العطاس من جذورها وليس من الأزهار! ولصنع الصبغة من الجذور يضاف إلى كل جزء من الجذور المسحوقة (٢٠) جزءًا من الكحول، وتترك الزجاجة محكمة السد، وفى مكان ظليل لمدة أسبوع واحد، ثم تصفى بعد ذلك وتكون معدة للاستعمال.

لسان الحمل (آذان الجدى) السنانى: Plantago lanceolata لسان الحمل يحوى هرمونا جراحيا يجعله مفيداً جداً فى معالجة جميع أنواع الجروح (قطعية، وخزية، هرش، تسلخات، جروح عضة الحيوانات كالكلاب وغيرها، وعقص (عض) الحشرات (كالنحل والدبور... إلخ). ولهذا الغرض تغسل الأوراق الغضة جيدا، ثم تهرس (تدق) وتوضع فوق موضع الإصابة (لبخ) فتسكن الألم والحرقان وتساعد على الشفاء السريع.

لسعة الأفعى (الثعبان)

بابونج: تعالج لسعة الأفعى وغيرها من الحشرات السامة بمكمدات مستحلب زهرة البابونج. ويعمل المستحلب بنسبة ثلاث ملاعق كبيرة من الأزهار لكل لتر من الماء الساخن، (ويستحسن ألا تصل حرارته إلى درجة الغليان) بالطرق المعروفة، ثم تصفيته بعد خمس دقائق للاستعمال.

التسمم بالغذاء الفاسد

جاوى: يستعمل مستحلب الجذور أو مسحوقها لتنقية الجسم من التسمم الغذائى (تناول أطعمة فاسدة)، أما طريقة العمل وكيفية الاستعمال.. انظر «معالجة الربو».

التسمم بالنيكوتين (الإفراط فى التدخين) والمسكرات

حشيشة الملاك: Angelica Officinalis إن مغلى الجذور أو مستحلبها يطهر الجسم من تأثير التسمم المزمن بالنيكوتين من جراء التدخين، أو الكحول (شرب المسكرات)، أو أى تسمم من أسباب أخرى، وتطهر الأمعاء من الديدان. أما مغلى أو مستحلب جذور حشيشة الملاك.. فيستحسن لعملها نقع (مقدار ٥ جرامات) من الجذور المقطعة إلى أجزاء صغيرة فى قليل من الماء فى المساء، وعند الصباح يضاف إليها مقدار فنجان كبير من الماء الساخن بدرجة الغليان، ثم يصفى بعد (١٥)، دقيقة ويشرب على دفعات متعددة طيلة النهار.

وختاما.. يحذر من الخلط والاشتباه بين حشيشة الملاك وحشيشة أخرى سامة تشبهها فى شكلها، ولكنها أصغر منها حجما، كما يلاحظ أن حشيشة الملاك الغضة تحوى سائلا لبنيا قد يسبب لجلد بعض من يلمسونه من الأشخاص طفحا جلديا مصحوبا بانتفاخ، وفقاقيع، لا تشكل خطراً على الصحة، ولكنها لا تشفى بسهولة. ومثل هؤلاء من ذوى الحساسية المفرطة يجب أن يمتنعوا عن مس العشبة والعمل بها.

ناردين مخزنى: Valeriana Officinalis الناردين المخزنى علاج شامل للحالات العصبية بجميع أنواعها وموضعها من الجسم؛ فهو يستعمل لتسكين الصداع الناتج عن الإفراط فى تعاطى المسكرات أو التدخين (النيكوتين).

ولهذا الغرض.. يؤخذ فنجان واحد يوميا من مغلى الجذور أو منقوعها فقط، ويستحسن أن يكون ذلك فى المساء عند النوم.

ويحضر المغلى من ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور، تغلى لمدة قصيرة فى مقدار فنجان كبير من الماء، وبعد انتهاء الغلى يترك لمدة خمس دقائق، ثم يصفى. ويفضل منقوعه على المغلى. ولتحضيره.. يضاف إلى ملء فنجان كبير من الماء البارد، ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور، ويترك لمدة (١٢) ساعة قبل تصفيته واستعماله.

معالجة الحمى بالأعشاب

خيار: الخيار المفروم مع الحليب أو اللبن يسكن العطش فى الحميات.

بندق: التوتات الصغيرة التى تظهر على الأشجار أول ما تظهر فى بداية الربيع، والمستحلب منها معرِّق، ويستعمل لمعالجة الإنفلونزا وتخفيض درجة الحرارة فيها.

نجيل: يستعمل منقوع الجذور البارد كشراب منشط فى أيام الصيف الحارة وفى الحميات.

الحصبة

خير طريقة لوقاية الطفل من الحصبة هى تطعيم الطفل وهو فى السنة الأولى من العمر بالطعم الواقى من الحصبة ولكن إذا التقط العدوى بالحصبة طفل لم يتناول الطعم اللازم، فمن الممكن الحيلولة دون ظهور المرض عليه، أو على الأقل تخفيفه، إذا أعطى الطفل «الجاماجلبيولين» فى الوقت المناسب، وميزة هذه المادة هى أن المناعة التى يكتسبها لطفل تبدأ من وقت حقنها، فيكتسب الطفل مناعة مؤقتة مدتها ٣ أسابيع وتحت إشراف الطبيب، ويمكن الاستعانة بالوصفات التالية فى العلاج.

كتان: مغلى بذر الكتان يزيل الآم السعال الجاف (نزلة شعبية خصوصا بعد الحصبة) ويحد من شدة نوباته، وذلك بشرب فنجان إلى فنجانين من مغلى بذر الكتان فى اليوم، بجرعات صغيرة. ويعمل المغلى من ملعقة كبيرة من بذر الكتان، فى ربع لتر من الماء (كوب) يغلى لمدة (٣) دقائق، ثم يترك لمدة عشر دقائق.

بنفسج عطرى: يفضل استعمال مستحلب الأزهار، ويمكن تحليته بسكر النبات أو العسل أو الاستعاضة عنه بشراب البنفسج، ويستعمل مستحلب البنفسج أو شرابه للأطفال والأحداث؛ لتسكين نوبات السعال الديكى، والإسراع فى ظهور طفح الحصبة، وتخفيض درجة الحرارة فيها.

ويعمل المستحلب بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويترك قبل استعماله بضع ساعات ليتم تخمره، ثم تشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة للكبار، وملعقة صغيرة فى المساء للصغار، وهذا ما يعادل مقدار (٢-٣) فناجين يوميا للمسنين، ونصف ذلك للأحداث والأطفال.

أما شراب البنفسج فإنه يعمل بصب الماء المغلى فوق كمية من أزهار البنفسج، وتركها لمدة (٧) ساعات للتخمر، يصفى بعدها ويعاد غليه، وصبه ثانية. وتكرر هذه العملية نفسها (٣ـ٤) مرات. يغلى بعدها المستحلب مع كمية من السكر إلى أن يصبح لزجا كالعسل، ويحفظ فى زجاجات محكمة السد، ويعطى مخففا بالماء العادى كسائر المشروبات المنعشة.

خردل أسود: من المعروف عن مرض الحصبة أن درجة الحرارة فيها تنخفض بظهور الطفح. وللإسراع فى ظهوره.. يلف الجسم لمدة (٥ـ١٠) دقائق بفوطة مغطسة بماء ساخن أضيف إليه مقدار (٢ـ٣) ملاعق من مسحوق بذور الخردل.

مضاد للتعُرق

خل التفاح: ضعى قليلا من الخل فى حفنة يدك، ودلكى به الجسم كله قبل النوم.. فسوف يحول دون ظهور العرق الليلى المعتاد.

كنباث الحقول (ذنب الخيل): Equisetum Arvense يعالج عَرق القدمين الغزير (أو غيرهما من أجزاء الجسم) بتجفيف العرق بفوطة جافة، وطليهما ـ خصوصا بين الأصابع ـ بصبغة الكنباث. ولعمل الصبغة.. يضاف إلى (١٠) جرامات من الكنباث فى زجاجة محكمة السد (٥٠) سم٣، من الكحول المركز (٩٥٪)، وتترك الزجاجة فى مكان دافئ لمدة (١٤) يوما، مع خضها يوميا مرة واحدة على الأقل وتصفيتها بعد ذلك، ثم حفظها للاستعمال.

ناعمة مخزنية (قصعين، مريمية، قويسة): لمكافحة العرق الغزير عند المسلولين، ولعمل المستحلب. ولمعرفة طريقة استعماله انظرى «اعشاب تساعدك على الفطام».

النقاهــة

فراولة (توت الأرض ـ كريز): أكل الثمار الطازجة يزيد فى القابلية لتناول الطعام، ويفيد كذلك الناقهين.

شوفان: تستعمل صبغة الشوفان للتقوية فى دور النقاهة من أمراض مضنية، أو بعد الإجهاد الجسمانى. وتعمل الصبغة بالطرق المعروفة من نقع الشوفان الغض ـ قبل

الجفاف وتكون الحبوب ـ المدقوق، فى الكحول فى إناء محكم السد لمدة بضعة أسابيع ثم تصفيته، ويؤخذ من الصبغة مقدار (١٠ ـ ٢٠) نقطة ـ فى قليل من الماء الساخن ـ ثلاث مرات فى اليوم.

تم بحمد الله تعالى وتوفيقه.

المؤلـــف

دكتور موسى الخطيب