

موانع استعمال حبوب اللقاح

والآثار الجانبية غير المرغوبة

ليس هناك موانع لتعاطي حبوب اللقاح بالمعنى الذي تدل عليه كلمة موانع الاستعمال (Contra-indications) إلا في حالة الأشخاص الذين يشكون من فشل كلوي (Renal failure) مما يحتم عليهم الاستشارة الطبية قبل استعمال حبوب اللقاح. إلا أنه يمكن القول بأن هناك بعض الموانع النسبية مثل :

السمنة (Obesity) :

لا نستطيع أن نجزم القول باعتبار السمنة من موانع تعاطي حبوب اللقاح وذلك لأن هذه الحبوب تسمن الأشخاص النحاف أو الذين يعانون من سوء التغذية، حيث أنها نشط عملية التمثيل الغذائي ، ولها فاعلية في علاج حالات الضعف الجسماني والالتهابات الخلوية كما سبق الكلام عن ذلك آنفاً .

هل يمكن تناول حبوب اللقاح أثناء فترة الحمل ؟

يمكن تناول حبوب اللقاح أثناء فترة الحمل بدون أية سلبيات ، بل على عكس ما نتصور فهو يوفر للحامل الغذاء الكامل والضروري في حالة نقصان هذا الغذاء، كما أنه ينظم الحركة الدودية للأمعاء في هذه الفترة، حيث تصاب الأمعاء بنقص في حركتها وكسل في نشاطها، ولذلك نجد الإمساك يصاحب دائماً وجود الحمل ، ومن هذا المنطلق تعتبر حبوب اللقاح مفيدة جداً للحوامل .

هل هناك علاقة بين استعمال حبوب اللقاح وحساسية الجهاز التنفسي ؟

يعتقد كثير من الناس أن حب الطلع مصدر لأعراض حساسية الجهاز التنفسي (Allergy) ، وخاصة رشح الأنف ، وهذا الاعتقاد مصدر لكثير من المغالطات وسوء الفهم ، ولذلك وبدون الدخول في تفاصيل لا تهم إلا المتخصصين ، سنوضح في إيجاز بعض المعلومات الضرورية حول هذه المشكلة :

- كل ظواهر حساسية الجهاز التنفسي لا تأتي من حب الطلع المتأني من خلية النحل كما هو معروف في الوقت الحالي .
- إن حبوب الطلع المتأتية عن طريق النحل ، وهي التي تمنا في هذا البحث ، لا يمكن أن تكون مصدرًا لظواهر حساسية الجهاز التنفسي .
- إن حبوب الطلع المحمولة عن طريق الريح هي التي تكون مصدرًا لمرض الحساسية ضد الطلع (Pollinosis) ، وفي حالات استثنائية فقط .

هل هناك ما يمنع من استخدام حبوب الطلع مع أدوية أخرى ؟

ليس هناك تفاعلات سلبية أو مضادة في استعمال حبوب الطلع مع أدوية أخرى مهما يكن نوعها في الوقت الحالي ، وحسب المعلومات المتوافرة لدينا عن هذه المادة .

هل يحدث إدمان من تعاطي حبوب اللقاح لفترة طويلة ؟

إن تعاطي حبوب الطلع لفترة طويلة سواء كان بغرض علاجي أو وقائي، لا يحدث قطعاً عملية الإدمان .

هل تحتوي حبوب الطلع على مواد سامة ؟

حبوب الطلع خالية تماماً من المواد السامة حتى لو كانت تؤخذ بجرعات كبيرة .

هل هناك آثار غير مرغوبة في حبوب اللقاح ؟

سنذكر فيما يلي بعض الآثار غير المرغوبة والبسيطة والتي يمكن حدوثها من تناول حبوب اللقاح :

- عدم تقبل طعم حبوب الطلع مما يؤدي إلى غثيان وقيء (Nausea and vomiting) ، ونلاحظ حدوث هذه الآثار غير المرغوبة خصوصاً عند تناول الحبوب في الفترة الصباحية مع عدم تناول كمية كافية من الفطور .
- وقد نصحن أنفاً بخلط حبوب اللقاح مع مواد حسنة المذاق حتى يسهل تقبلها . وفي حالة استمرار هذه الآثار غير المرغوبة ، ننصح بالتوقف عن تعاطيها .
- قد يحدث بعض الاضطرابات المعوية كالإسهال (Diarrhoea) ، وقد تظهر في الأيام الأولى من تعاطي حبوب اللقاح . وهذه الأعراض مؤقتة ولا تدعو للقلق ، ولا

تجعلنا نتوقف عن العلاج . وفي حالة استمرار هذه الأعراض أكثر من ٥ - ٦ أيام ،
يكفي أن نخفف الجرعات تدريجياً إلى أن يتقبل الشخص الجرعة الأساسية من حبوب
اللقاح .

- قد تظهر بعض الآلام وإحساس بالثقل في المعدة والتي تظهر خصوصاً عند
استعمال أو تعاطي حبوب اللقاح غير المضغوطة، وخصوصاً عندما تكون المعدة
ضعيفة، مما يؤدي إلى حدوث إجهاد للمعدة حينما تقوم بمضغ هذه الحبات . وفي هذه
الحالة ننصح بالمضغ الجيد لحب الطلع قبل ابتلاعه ، والتقليل البسيط من الجرعات،
وهذا يكفي لإزالة هذه الأعراض .

كيف يمكن التغلب على حدوث الآثار الجانبية لحبوب الطلع ؟

يمكننا التغلب على الآثار الجانبية وغير المرغوبة عقب تناول حبوب اللقاح وذلك
بذكر القاعدة الأساسية والطريقة السليمة لتناول حبوب الطلع عند حدوث مثل هذه
الأعراض السابق ذكرها :

- يمكن تقسيم وتقليل الجرعات اليومية على فترات .
- يمكن أخذ حبوب الطلع في صورة مسحوق .
- يمكن تناول حبوب الطلع في بداية الوجبة (الغداء أو العشاء) .
- إن استعمال حبوب اللقاح الجيدة والمحفظة بدقة تمنع حدوث هذه
الأعراض .

إن عدم وجود موانع الاستعمال الأساسية (Contraindications) وكذلك عدم
وجود تفاعلات سلبية جانبية (Side-effects) ، بالإضافة إلى خلو هذه الحبوب من
المواد السامة، كل ذلك يجعل من حب الطلع من أفضل وأهم العلاجات، ويجعل له
وضعا خاصا وقيمة متميزة تجعله يأخذ المكان أو المركز الأول في معالجة كثير من
الحالات ، وذلك بالمقارنة ببعض الأدوية الموصوفة لنفس الحالة .

تعقيب :

"ليس المقصود إضافة سنوات للحياة ، ولكن المقصود هو إضافة الحياة للسنوات" .
"أليكس كارول" .

يقول أبقراط :

"على الإنسان أن يسعى دائماً لإضافة المعلومة النافعة في فن العلاج والتطبيب" .
وبعد أكثر من ٢٠٠٠ سنة نستطيع كتابة هذه الجملة بدون خوف من المغالطة .
وبالتأكيد ما زال يوجد الكثير من المجهول في العديد من التفاعلات الموجودة في عمل
حبوب اللقاح وخصوصاً في استعماله العلاجي للإنسان ، وهذا المجهول شغل العقل في
إطار البحث العلمي البحث ، فالنتائج موجودة وملموسة وحقيقية سواء منها ما يخص
المريض أو الطبيب .

خلاصة ما سبق :

- إن حبوب اللقاح مواد طبيعية ، تم جنيها بطريقة طبيعية .
- حبوب اللقاح مجردة من أي من السموم والتفاعلات الجانبية إذا أعطيت بالجرعة المناسبة .
- حبوب اللقاح مقبولة الطعم وليست لها تفاعلات جانبية .
- لا توجد هناك موانع لدواعي الاستعمال .
- يمكن استخدام حبوب اللقاح مع الأدوية الأخرى ، وليس لها تفاعلات مضادة مع هذه الأدوية .
- سهولة الاستخدام يوميا بدون أي صعوبة في هضمها .
- تؤخذ في جميع مراحل العمر بجرعات دقيقة وسهلة القبول .
- لحبوب اللقاح وظائف دفاعية وتحمي الجسم ضد المؤثرات الخارجية .
- حبوب اللقاح تحفظ للجسم حيويته وتحسن من مستوى الصحة العامة للإنسان وتزيد من طاقته .
- تصلح من اضطرابات التمثيل الغذائي (Metabolism) للجسم .

- حبوب اللقاح تمنع وتداوي عدة أمراض .
 - ثمنها معقول مما يجعلها في متناول الجميع .
- ونظراً لكل هذه المميزات ، فإن حبوب الطلع تستحق أن تأخذ مكاناً مرموقاً في خزانة الأدوية وقاموس العلاجات ، وتكون هي المسئول الأول عن حفظ نشاط الجسم وحمايته من المؤثرات الخارجية .

العلاج باستخدام المواد التي يفرزها النحل Apithérapie

سنذكر في هذا الفصل بعض المعلومات الهامة والأساسية في طرق المعالجة باستخدام المواد المفزة عن طريق النحل (Apithérapie) ، وسنخصص بالذكر دور حبوب اللقاح الزهرية في هذه الشعبة من العلاج .

وهذه الشعبة الجديدة من العلاج تحتل مكانها البارز بين أنواع العلاجات التي ظهرت في السنوات الأخيرة في مجال الطب والعلاج ، ومهما تكن فهي طبيعية ، وعلى الرغم من أنها مختلفة عن بقية أنواع العلاج المعروف والمتداول ، إلا أنها تسير جنباً إلى جنب مع هذه الطرق المعروفة .

وليس هناك أي تعارض بين أنواع الطرق المختلفة ، ولكن على العكس فكل منها يكمل الآخر ، حتى يصب الجميع في مصب واحد وهدف واحد وهو تغذية وتقوية الطرق التي تؤدي إلى الشفاء. وكل ذلك يوفر للطبيب إمكانات كبيرة ، وقدرة على اختيار العلاج الأكثر تأثيراً والأكثر ملاءمة وذلك حسب الأشخاص الذين يتم علاجهم وحسب حالتهم المرضية أيضاً .

إن هناك تصدياً وتحدياً الآن لطرق العلاج التقليدية ، وقد ألفت العلوم الحديثة الأضواء على طرق جديدة للعلاج ، كالعلاج بالأعشاب (Homeopathie) ، والعلاج بالنباتات (Phytotherapie) ، والعلاج بالكيماويات (Chimiotherapie) .

L'Apithérapie

اصطلاح فرنسي معناه معالجة الأمراض عن طريق المواد الجينية والمحوّلة والمفرزة عن طريق النحل . وكلمة (Apithérapie) كثيراً ما استعملت في علاج بعض الأمراض الروماتيزمية غالباً عن طريق سم النحل. ومنذ سنوات اتسع حقل استعمال هذه الطريقة وذلك بمساعدة وتحت تأثير عدة بحوث علمية في أماكن مختلفة من العالم، والتي أثبتت نتائجها وفوائدها ، كما أثبتت الفوائد العديدة والمهمة للمواد الكثيرة الموجودة في خلية النحل مما يعطي للإنسان أيضاً فوائد جمة إذا استخدمها في ميدان الصحة.

إن اكتشاف العلاج بحب الطلع والعسل الملكي اكتشاف قيم ، إلا أن التوسع في استعماله واستغلاله لكل شيء وأي شيء أعطاه سمعة غير حسنة .

وكما سبق أن ذكرنا فإن (L'Apithérapie) تعني معالجة الأمراض عن طريق المواد الجينية والمحوّلة والمفرزة عن طريق النحل ، وخصوصاً حب الطلع ، والعسل ، والعسل الملكي ، وسم النحل (Dr. Donnadifu) .

وللتذكرة فقط فإننا نود أن نوضح النقاط الآتية :

حبوب اللقاح : مواد مجنية .

العسل : مواد محلاة ومحوّلة .

العسل الملكي وسم النحل : مواد مفرزة .

Propolis : مواد مجمعة ومحوّلة بطريقة خفيفة .

مكانة الـ L'Apithérapie بين أنواع العلاجات الأخرى :

إن العديد من المواد المستعملة في هذه الشعبة هي أساساً مواد علاج ميدانية (حيث تعمل على جميع الوحدات البيولوجية في الجسم) ، وتجدها مكافئها الكبير في الطب الوقائي ، ولو أن لكثير من هذه المواد خصائص ووظائف تجعلها فعالة ومؤثرة في العديد من الأمراض الحادة أو المزمنة ، سواء كان استخدامها استخداماً مفرداً أو مع غيرها من الأدوية الأخرى الضرورية. وبناء على ذلك فإنه يمكن تقسيم أو تصنيف المواد الموجودة في الخلية إلى الآتي :

- مواد لها خصائص غذائية في المقام الأول ثم خصائص دوائية في المقام الثاني .
- مواد لها خصائص علاجية دوائية في المقام الأول ثم خصائص غذائية في المقام الثاني.

- مواد لها خصائص دوائية بحتة .

وبذلك يمكن استخدام هذه المواد حسب دواعي الاستخدام التي تتطلبها .
والجدول الآتي يبين الفرق بين هذه المواد السابق ذكرها وتقييمها من الناحية العلاجية أو الغذائية :

المادة	الأهمية العلاجية	الأهمية الغذائية
١ - العسل الملكي	دواء +++	غذاء +
٢ - العسل	دواء ++	غذاء +++
٣ - حب الطلع	دواء +++	غذاء +++
٤ - Propolis	دواء +++	غذاء -
٥ - سم النحل	دواء +++	غذاء -

أهمية قصوى	
أقل أهمية	
ضعيف الأهمية	
بلا أهمية	

إن هذا الجدول يبين الأهمية الكبرى والفاعلية الفعلية لهذه العناصر (كل على حدة)، والمستعملة في العلاج بمنتجات النحل (Apitherapie) ، كما أنه يوضح ويفسر بالكامل فرص استعمالها ، ويمكن تلخيصها في الآتي :

حبوب اللقاح : وتأتي في رأس القائمة ، فهي غذاء ودواء أكثر من كونها دواء وغذاء، أي أنها غذاء في المقام الأول ودواء في المقام الثاني .

العسل : ويأتي في المرتبة الثانية ، فهو غذاء ودواء ، ولكن العنصر الغذائي يحتل المكان الأول ويطغى على العنصر العلاجي الذي يأتي في المرتبة الثانية .

العسل الملكي (الغذاء الملكي) : هو دواء وغذاء ، ولكن العنصر العلاجي يطغى بوضوح على العنصر الغذائي الذي يأتي في المرحلة التالية .

البروبوليس (Propolis) وسم النحل : هما دواء فقط .

وبدون الدخول في بيان تفاصيل هذه المواد ، فإننا نستطيع أن نعطي أو نوضح الاتجاهات الكبرى لكل من هذه المواد في شكل جدول آخر ، وذلك من أجل المقارنة ، وعلى أثر ذلك يتضح أمام أعيننا مجموعة المواد الهامة التي تقع في مجال بحثنا .

والجدول الآتي يوضح الخصائص الهامة للمواد المستخلصة من خلية النحل ، وكذلك دواعي استخدامها الهامة :

المادة	الخصائص الهامة	دواعي الاستخدام الهامة
١ - العسل الملكي	- تقوية المناعة البيولوجية . - تنبيه الذهن مع إحداث نشوة ، وتقلل الاضطرابات النفسية . - يساعد على فتح الشهية . - منشط عام .	- كل حالات الضعف الجسماني والنفسي . - أمراض الجهاز الهضمي بدون استثناء .
٢ - العسل	- الحيوية الجسمانية مع تنبيه القلب . - يساعد على الهضم . - مدر للبول .	- حالات التعب والإرهاق الجسماني . - فقدان الشهية . - التهابات الحلق والأنف والأذن والسعال .
٣ - حب الطلع	- له قيمة غذائية مكتملة كبيرة . - مقوي ومنبه عام . - معين ومساعد لكل الوظائف الطبيعية .	- كل حالات التعب الجسماني والنفسي . - أمراض الجهاز البولي والتناسلي وتضخم البروستاتا . - فقدان الشهية .

٤ - Propolis - مضاد حيوي واسع المدى . - مخدر قوي . - مضاد للالتهابات .	- أمراض الحلق والأنف والحنجرة . - التهابات الفم والأسنان . - عديد من الأمراض الجلدية .
٥ - سم النحل - يوفر للجسم مناعة ضد الأمراض التي تصيب الخلايا .	- للأمراض الروماتيزمية الحادة والمزمنة .

وحتى تكون الصورة أوضح وأكمل ، فإن هذا الجدول (الجدول الثالث) يبين بطريقة سهلة وبسيطة الأهمية النسبية لكل العناصر الموجودة في خلية النحل والمشكلة في الإطار العلاجي لهذه المنظومة (في المجال الطبي البحث) :

المادة	حقل الفاعلية	القوة العلاجية
Propolis	++++	++++
حب الطلع	+++	++++
العسل الملكي	++	+++
العسل	++	++
اسم	+	++

هام جدا : +++++ هام : +++ متوسط الأهمية : ++ محدود : +