الأراك

في الصحيحين عن الرسول صلى الله عليه وسلم قال:: "لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة". وفيهما أنه صلى الله عليه وسلم كان إذا قام من الليل يشوص فاهه بالسواك، وفي صحيح البخاري تعليقاً عنه صلى الله عليه وسلم "السواك مطهرة للفم مرضاة للرب"، وفي صحيح مسلم "أنه صلى الله عليه وسلم كان إذا دخل بيته بدأ بالسواك" وصح عنه من حديث أنه استاك عند موته بسواك عبد الرحمن بن أبي بكر، وصح عنه أنه قال: "أكثرت عليكم في السواك"، واصلح ما اتخذ السواك من خشب الأراك، ولا ينبغي أن يؤخذ من أشجار مهجورة فربما كانت سامة.

الأراك هو ما يعرف بالسواك، أما من الناحية العلمية فيعرف باسم Salvadonra Penrsica من الفصيلة الأراكية ونبات الأراك عبارة عن شجيرة معمرة ذات أغصان غضة تتدلى عادة إلى الأسفل أو تكون زاحفة في بعض الأحيان، لا يزيد ارتفاع الشجرة عن أربعة أمتار وهي دائمة الخضرة. لشجرة الأراك أوراق مفردة زاهية الاخضرار وأزهار صغيرة بيضاء اللون وثمار توجد على هيئة عناقيد عنبية الشكل تكون في البداية بلون أخضر ثم تتحول إلى اللون الأحمر الفاتح، وعند النضج يكون لونها بنفسجياً إلى أسود وتسمى ثمار الأراك بالكباث، يجمع الكباث عادة في أوان معدنية ويباع في الأسواق التي يكثر فيها نبات الأراك ويقبل الناس على شرائه والتلذذ بأكله.

لنبات الأراك جذور طويلة تمتد عرضاً تحت سطح الأرض والجذور هي الجزء المستعمل في السواك، حيث يقوم تجار الأراك بحفر الأرض وتجميع الجذور على مختلف أحجامها ثم تقص إلى أحجام مختلفة حسب سمكها؛ حيث يوجد السميك والنحيل وتباع على هيئة حزم في الأسواق وعند أبواب المساجد والمدارس.

ينمو الأراك في منطقة جازان على نطاق واسع، وفي نجران وفي الحجاز ويختلف نوعه باختلاف منطقة نموه.

قبل أن أتحدث عن مسواك الأراك ومحتوياته وتأثيراته أحب أن أعطي نبذة موجزة عن فم الإنسان الذي توجد فيه الأسنان، يعتبر الفم المدخل الرئيس للقناة الهضمية، ويمكن إدراك المخاطر التي يمكن أن تتعرض لها أجهزة الجسم وبالأخص الجهاز التنفسي العلوي والرئتان والجهاز الهضمي إذا ما أصيب الفم، كما أن الجهاز العصبي المتصل بالأسنان وبمنطقة الوجه يشكل خطورة كبيرة في الأسنان إذ هو أقرب المناطق للجهاز العصبي المركزي الرئيس لذا فإن آلامه لا تحتمل، من هنا يتضح الأهمية القصوى لاهتمام الرسول صلى الله عليه وسلم بتنظيف الفم والعناية به، تتسبح الأسنان دوماً في اللعاب وتغلف

كل سن طبقة رقيقة من اللعاب وتلتصق بها فإذا ما اتسخت هذه الطبقة اللعابية فإن السن يكسوه الكلس والأوساخ التي تضم بداخلها أنواع الجراثيم. لقد وجد الباحثون أنه حتى بعد تلميع الأسنان وتنظيفها تتكون هذه الطبقة في أقل من ساعة ولا يزيد سمكها عن ميكرون وعندما تتكون هذه الطبقة تبدأ الجراثيم الموجودة في الفم بشكل طبيعي في الالتصاق بها، وإذا لم يتم إزالة هذه المادة الرخوة باستمرار لمدة ٢٤ ساعة فيتضح بمجرد النظر إلى الأسنان وجود رواسب رخوة عند اتصال اللثة بأعناق الأسنان، ولقد أثبت الباحثون على الحيوانات أن ترسب هذه المادة الرخوة لا يتأثر بمرور الطعام من عدمه في أفواه الحيوانات التي تتغذى بطريقة الأنابيب المعدية وعليه ثبت أن مضغ الطعام للمواد الليفية لا يمنع تكون هذه الرواسب الرخوة ولم يتمكن الباحثون حتى الآن من معرفة كيفية التصاق هذه الرواسب الجرثومية على أسطح الأسنان ولكنه ثبت أن هذه الالتصاقات تزداد داخل أفواه الأشخاص غير القادرين على تنظيف أسنانهم باستمرار وسرعان ما تبدأ الجراثيم الفمية بتكوين مستعمراتها الاستيطانية وحينئذ تبدأ احتلالها للأسنان وتسمى باللويحة السنية Dental Plaque واعتبرها العلماء أنها العامل الأساسي لنخر الأسنان وأمراض اللثة التي تصيب الأنسجة المحيطة بالأسنان، لقد أثبتت البحوث الحديثة أن الجراثيم المستوطنة في اللويحة السنية تغير شكلها وكميتها دوماً وكذلك طرق التصاقها بأسطح الأسنان ويزداد عنادها ويتمركز تأثيرها على كل الأسنان ويزداد معدل تكوين هذه الالتصاقات بتأثير وقوام المواد الغذائية التي يتعاطاها الشخص وكذلك التركيب الكيميائي والفيزيائي للعاب الأسنان، ولقد تمكن الباحثون بإصابة بعض من المرضى بأمراض اللثة عندما طلبوا منهم الامتناع عن استعمال الفرشاة لمدة ٣ أسابيع وهكذا وصلوا للاستنتاج أن السبب المباشر لالتهابات اللثة ونخر الأسنان هو اللويحة الجرثومية Bacterial Plaque حيث ثبتت العلاقة بين وجود الجراثيم وأمراض الفم والأسنان.

أما من حيث علاقة المواد الغذائية وتكوين اللويحة الجرثومية، فقد أثبتت الأبحاث أن المواد السكرية (جلوكوز وسكروز) تسهم في تكوين هذه الطبقة وذلك

بتغذي الجراثيم عليها، كما أنها تساعد على سرعة وقوة التصاق الجراثيم بسطح الأسنان، وتتحكم الظروف المحيطة باللويحة السنية وما تحتويه من جراثيم في قوة تأثير هذه الترسبات على الأنسجة المجاورة، فمثلاً نسبة الحموضة وتركيز السكر في اللعاب وكذلك الأحماض الأمينية والفيتامينات كما تقوم المواد السامة التي تفرزها هذه الجراثيم بتنظيم ديناميكية الأنزيمات المطلوبة في عملية التمثيل والنمو الجرثومي للويحة، ويلاحظ أنه كلما زاد سمك اللويحة السنية ازداد تمثيلها الغذائي، وقاومت قوة الإزاحة باستعمال أي آلة لإزالتها كالمسواك أو الفرشاة مثلاً وإذا ما أردنا تطبيق هذه المعلومات على ما أوصى به الرسول صلى الله عليه وسلم من وجوب اهتمام الإنسان بنظافة الفم حين قال: "**السواك مطهرة للفم مرضاة للرب**" وقوله صلى الله عليه وسلم: "**لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة**" حيث يتضح من ذلك تكرار إزالة اللويحة بتكرار استعمال السواك في اليوم.

وجذور نبات الأراك عبارة عن أليف ناعمة كثيفة كالفرشاة، ويفضل الجذور الطرية المستقيمة حيث تنظف بعد جمعها من التربة ثم تجفف وتحفظ في مكان بعيد عن الرطوبة وقبل استعمالها يقطع رأس المسواك بسكين حادة ثم يهرس بالأسنان حتى تظهر الألياف، وحينئذ يستعمل على هيئة فرشاة، وأحياناً يغمس رأسه في الماء من أجل ترطيبه ويستعمل حتى تضعف الألياف ثم يقطع الجزء المستعمل ويستعمل جزء جديد منه وهكذا. وفي الآونة الأخيرة صنعت أقلام خاصة يوضع فيها المسواك من أجل سهولة حمله في الجيب ومن أجل المحافظة على طراوته.

قال أبو حنيفة عن الأراك: "هو أفضل ما استيك به لأنه يفصح الكلام ويطلق اللسان ويطيب النكهة ويشهي الطعام وينقي الدماغ وأجود ما استعمل مبلولاً بماء الورد". ويروى عن ابن عباس مرفوعاً: "في السواك عشر خصال: يطيب الفم ويطهره ويشد اللثة ويذهب البلغم ويذهب الحفر ويفتح المعدة ويوافق السنة ويرضي الرب ويزيد في الحسنات ويفرح الملائكة". وقال حذيفة: كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا قام من الليل يشوص فاه بالسواك. ويروى أن السواك يزيد الرجل فصاحة.

وفي العادات التراثية في منطقة نجد أن يستاك الشيخ الكبير في السن حتى ولو لم يكن له أسنان على الإطلاق وذلك اتباعاً للسنة وتطييباً لرائحة الفم، كما أن النساء يقمن بربط المسواك في طرف غطاء الرأس (الشيلة) أو رداء الصلاة حتى يتذكرن استخدامه وقت الصلاة، كما أن كثيراً من الأسر تعوِّد أبناءها الذكور والإناث على حد سواء استخدامه منذ الصغر مستغلين الرغبة الفطرية لدى الأطفال في التقليد.

وقد قال الحافظ ابن حجر صاحب فتح الباري في شرح صحيح البخاري عن الأراك:

ومرغم الشيطان والعدو

والعقل والجسم كذا يقوي

ومـورث لسـعة مـع الغنـى

ومذهـب الآلام حتـى للعنـا

وللصـداع وعـرق النسـا

مسـكن وجـع الأضـراس

مطهـر للقلـب جـال للصـدأ

ويقال عن الأراك أيضاً:

أما خفت مني يا أراك أن أراك

لـو كان غـيرك يـا أراك قتلته

المحتويات الكيميائية:

تحتوي جـذور الأراك على فلوريدات أهمها مركب سـلفارورين وتراي ميثايل أمين ونسـبة عالية من الكلوريد والفلوريد والسيليكا، كبريت وفيتامين ج وكميات قليلة من الصـابونين والعفص والفلافونيدات، كما يحتوي على كميات كبيرة من السيتوسترول ومن المواد الراتنجية.

الاستعمالات:

ثبـت علمياً أن للمسـواك تأثير علـى وقف نمو البكتيريا بالفم: وذلك بسـبب وجود المادة التي تحتوي على كبريت.

ثبت أيضاً أن مادة الترامیثايل أمين تخفض من الأس الأيدروجيني للفم (وهو أحد العوامل المهمة لنمو الجراثيم) وبالتالي فإن فرصة نمو هذه الجراثيم تكون قليلة جداً.

يحتوي الأراك على فيتامين ج ومادة السيتوستيرول وهاتان المادتان من الأهمية بمكان في تقوية الشعيرات الدموية المغذية للثة، وبذلك يتوفر وصول الدم إليها بالكمية الكافية، علاوة على أهمية فيتامين ج في حماية اللثة من الالتهابات.

يحتوي الأراك على الكلوريد والفلوريد والسيليكا، وهي مواد معروفة بأنها تزيد من بياض الأسنان.

طلاء الأسنان بمسحوق الأراك يجلو الأسنان ويقويها ويصلح اللثة وينقيها من الفضلات والجراثيم.

أما بالنسبة للكباث (ثمار الأراك) فتقوي المعدة وتحسن الهضم ويخرج البلغم ومفيد لآلام الظهر.

إذا جفف الكباث وسحق وسف مع الماء أدر البول ونقى المثانة ومضاد للإسهال.

يستعمل منقوع جذور الأراك شرباً لقتل أنواع البكتيريا في الأمعاء.

أدخل الأراك في مستحضرات معاجين الأسنان.

وهكذا يتضح أن للسواك فوائد صحية للفم تفوق ما استحدث من أدوات وأدوية تستعمل في نظافة الفم، وأن أول من أخبرنا باستعماله هو نبينا محمد صلى الله عليه وسلم الذي عاش في القرن السابع الميلادي.

الإرثد
Chast tree

الإرثد عبارة عن شجرة معمرة يصل ارتفاعها إلى حوالي ٨ أمتار، ذات أوراق تشبه إلى حد ما أوراق النخيل وأزهار ليلكية صغيرة على هيئة عنقود في قمم الأغصان.

يعرف الإرثد باسم آخر هو "حب الفقد"، وأما من الناحية العلمية فيعرف باسم Agnus castus من الفصيلة الفربونية. والجزء المستعمل من نبات الإرثد هو الثمار الطازجة أو الجافة.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي على زيت طيار وأهم مكونات هذا الزيت مركب السنيول (Ciniol) وقلويدات، وأهم مركب في هذه المجموعة هو المركب فيتيسين، كما يحتوي على فلافونيدات، وأهم مركباتها كاستسين، كما يحتوي على إيريدويدات وأهمها أوكيوبين وأغنوسيد وبوروستوسيد.

الاستعمالات:

كان الإرثد معروفاً منذ الأزمنة القديمة، وقد ذكر في ملحمة الإلياذة لهوميروس في القرن السادس قبل الميلاد كرمز للعفة القادرة على دفع الشر، وكان الناس يعتقدون كما يوحي اسم النبات باللغة الإنجليزية (شجرة العفة Chaste Tree) بأنه يخفض الرغبة الجنسية، وكان الرهبان يمضغونه من أجل خفض الرغبة أو الغريزة الجنسية غير المرغوب فيها.

كان يستخدم الإرثد على نطاق واسع، وهو من أهم الأعشاب لتنظيم الهرمونات النسائية فبزيادة توليد البروجستيرون يساعد الإرثد في موازنة إنتاج المبيض للبروجستيرون والإستروجين في أثناء الدورة الحيضية.

ويصف كثير من العشابين الأوروبيين والأمريكيين الإرثد لعلاج المشكلات الحيضية التي تتراوح بين المتلازمة السابقة للحيض وكثير من الأعراض التي تصاحبها وبين عدم انتظام دورة الحيض أو غيابها.

ومتلازمة الحيض السابقة للحيض يجب أن تؤخذ العشبة لعدة أشهر للحصول على الفائدة المرجوة التي غالباً ما تكون مهمة، حيث ينخفض انتفاخ البطن وتورم الثديين وآلامهما والهيوجية والاكتئاب.

وحديثاً قامت الأبحاث على نبات الإرثد منذ أكثر من ثلاثين سنة وبالأخص في ألمانيا وبريطانيا، وقد اتضح من هذه الأبحاث أن للثمار أو عنبات الإرثد تأثيراً هرمونياً مميزاً في الجسم، ويعتقدون أن عنبات الإرثد مضادة لتوليد الأنتروجين وتثبط الأندروجينات لهرمونات الجنس الذكرية. ولقد أفادت تجربة أجريت في ألمانيا سنة ١٩٨٩م أن لعنبات نبات الإرثد تأثيراً مولداً للبروجستيرون وتعمل على الغدة النخامية التي تنظم دورة الحيض لدى المرأة، وقد أوضحت بعض التجارب أن لنبات الإرثد أهمية كبرى في علاج المتلازمة السابقة للحيض، وكذلك في زيادة الخصوبة، وتساعد العشبة في تنظيم دورة الحيض غير المنتظمة حيث تميل إلى تقصير الدورة الطويلة وإطالة الدورة القصيرة.

ونبات الإرثد قيم في علاج المشكلات الأخرى التي يمكن أن ترتبط بدورة الحيض مثل الشقيقة وحب الشباب، كما يمكن أن يساعد الإرثد بعض النساء اللاتي يسعين إلى الحمل إذا كان العقم ناتجاً عن تدني مستويات البروجستيرون.

كما أفادت الأبحاث أن الإرثد يستخدم لإدرار الحليب عند المرضعات كما يساعد على الحمل.

لاتوجد هناك أعراض جانبية إذا تقيد الشخص بالجرعات المحددة، كما يجب على المرأة الحامل أو المرأة التي تخطط للحمل أو المرضع عدم استخدام نبات الإرثد.

توجد كبسولات تحتوي كل واحدة منها على ٢٠ ملجم كما توجد أكياس شاي من العشبة وكذلك صبغة حيث يؤخذ ما بين ٢٠ إلى ٤٠ نقطة مرة واحدة في اليوم.

الأرطة
Calligonum

الأرطة أحد نباتات البيئة السعودية المشهورة ولها استعمالات شعبية وتدخل في عدة مستحضرات شعبية، وأثبتت الدراسات العلمية تأثيراتها ضد البكتيريا وبعض الديدان المستوطنة.

للأرطة عدة أسماء شعبية مثل: العبل أو عبلي وأرطي وأرطا ورمو ورسمة وتيب.

وتعرف الأرطة علمياً باسم Calligonum comosum من فصيلة الحماضيات.

والأرطة نبات شجيري يتراوح ارتفاعه ما بين متر إلى ثلاثة أمتار تقريباً، أوراقه قليلة ويبدو شكل النبات خشبياً نظراً لقلة أوراقه، للنبات أزهار زاهية جميلة المنظر ذات لون أحمر وردي، ثمرة النبات مفلطحة ومغطاة بزوائد متفرعة.

الموطن الأصلي للأرطة المملكة العربية السعودية وتتركز في شمال الحجاز وشرق نجد وفي شمال وشرق وجنوب المملكة العربية السعودية.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي جميع أجزاء نبات الأرطة على فلافويندات وقلويدات واسيترولات وتربينات ثلاثية وانثراكينونات ومواد عفصية وكومارينات، وقد فصل قسم العقاقير بكلية الصيدلة عدة مركبات فلافوندية مثل: كامبيفرول، لورستين،

ايزوكويرسترين، بروسيانيدين، فايو لاكسانثين ونيو إكسانثين، كما يحتوي النبات على مواد صابونينية. ونبات الأرطة يعطي كميات كبيرة من المواد العفصية خلال شهر مايو وأكتوبر: وأعلى كمية وأقل كمية من العفص كانت من ٩ر٦ – ٨ر١٠٪ وبين تلك الفترة يسيل من نبات الأرطة سائل لزج يتجمع تحت النبات على هيئة مادة تشبه الدبس أو العسل ذات لون بني إلى قرمزي ويقوم الناس بجمعه واستعماله كعلاج للكحة.

الاستعمالات:

لقد عرفت استعمالات الأرطة الدوائية منذ أزمنة طويلة حيث استعملها قدماء المصريين منذ نحو ٤٠٠٠ سنة في علاج الأمراض، وقد ورد ذكر ثمار نبات الأرطة في وصفة طبية في "قرطاس هيرست" لعلاج الرعشة في أي عضو وذلك بطبخه مع غيره من الأعشاب ليعطي مرهماً تدهن به الأعضاء المريضة. وفي دولة الإمارات حيث يكثر هذا النبات يقوم المواطنون بقطف الأفرع الطرفية الغضة للنبات ويضعونها مع الأرز أو تخلط مع اللبن أو تطبخ مع السمك والأرز ليزين رائحته. كما تدق الأفرع الغضة مع قليل من الماء ويشرب لعلاج المعدة. ويقول الأنقر في كتاب الطب الشعبي: إن النساء في دولة الإمارات كن يدققن العروق اليابسة ثم ينخلنها لإزالة الألياف، والجزء الناعم من المسحوق يعجن ويوضع على شعر المرأة فيعطيه رائحة فواحة ولوناً جميلاً. وفي المملكة العربية السعودية تستخدم الأرطة في دباغة الجلود نظراً لاحتوائها على كميات كبيرة من المواد العفصية "الدابغة"، كما تستخدم الأرطة في صبغ الملابس والأقمشة حيث تسحق الأغصان اليابسة وتغلى مع الماء وتغسل به الملابس فيكسبها لوناً أشبه بلون الحليب، كما تستعمل الأرطة في بعض مناطق المملكة لعلاج الأسنان، حيث تغلى جذور النبات ويستعمل كمضمضة، كما تستعمل الأزهار في الحصول على البروتين.

أما الاستعمالات الحديثة لنبات الأرطة فقد أثبت علماء قسم العقاقير بكلية الصيدلة بجامعة الملك سعود أن مستخلص نبات الأرطة أوقف نشاط عدة أنواع

من البكتريا هي: استافيلوكوكس أوريس، وبروتيس فلوجاريس، كانديدا البيكانز وبسـودمونس أريجينوزا. كما أثبتت الدراسـات المخبرية أن الخلاصة الكحولية لنبـات الأرطـة لها تأثير قاتـل على نوعين مـن الديدان هما فاشـيولا جيجانتكا والإسـكارس، كما وجـد أن لهذا النبات تأثـيراً منبهاً وتأثيراً مقبضـاً، وقد ثبت بشكل مبدئي أن هذا النبات يخفض السكر والدراسة مازالت قيد البحث.

الأرقطيون

Burdock

نبات يعيش مدة سنتين يصل ارتفاع سيقانه إلى حوالي متر ونصف المتر، أوراقه بيضاوية معكوفة إلى الداخل ورؤوس أزهاره محمرة. للنبات جذر مغطى بلحاء بنية إلى بيضاء وهي إسفنجية تصبح قاسية بعد تجفيفها. يعرف الأرقطيون علمياً بإسم Arctium lappa.

الجزء المستعمل من النبات:

الأوراق والجذور والثمار التي تحتوي البذور.

الموطن الأصلي لنبات الأرقطيون:

موطنه الأصلي أوروبا وآسيا، وينمو الآن في الأقاليم المعتدلة في كل أنحاء العالم بما في ذلك الولايات المتحدة، ويزرع الأرقطيون في الصين. وتوجد أنواع من الأرقطيون مثل: الأرقطيون الصغير الذي يعرف علمياً باسم Arctium minus والأرقطيون الوبري والمعروف علمياً باسم Arctium tomentosum وهما متماثلان في استعمالهما.

المكونات الكميائيه لنبات الأرقطيون:

يحتوي الأرقطيون على جلوكوز يرات مره أهمها المركب المعروف باسم أرقتيو

بيكريـن وكذلك يحتوي علـى فلافونيدات أهـم مركباتها أرقتيـين، كما يحتوي على أحماض عفصـيه وزيت طيار ومتعددات الأسيتيلين وكذلك تربينات أحادية نصفه وأينولين.

الأرقطيون في الطب القديم:

قيل عن الأرقطيون في طب الأعشاب الغربي والصيني على حد سواء إنه أكثر الأعشاب المزيلة للسمية. وكان الأرقطيون علاجاً تراثياً للنقرس وأنواع الحمى وحصى الكلى. وفي القرن السابع عشر كتب العالم كليبر يوحي تأرجح الأرقطيون صعوداً ونزولاً عبر مسيرته العلاجية، فحيناً كان الناس ينعتونه بالشتائم وحيناً آخر يوصون به لمعالجة كافة أنواع الأمراض، حتى إن الراهبة وعالمة النباتات الألمانية هيلد جارد دوبنجان كانت تستخدمه كعلاج للأورام السرطانية. وكان الأطباء الصينيون المراعون للتقاليد وكذلك أطباء الهند القدماء يعتبرون الأرقطيون علاجاً جيداً لمكافحة الرشح والنزله الوافده وإنتانات الحلق والتهاب الرئه. في أوروبا وخلال القرن الرابع عشر كانوا ينقعون أوراق الأرقطيون للحصول على خمر يفيد في معالجة البرص. وفي القرن السابع عشر كان عالم الأعشاب البريطاني نيكولاس كوبير ينصح باستخدام الأرقطيون لمعالجة هبوط الرحم، أي انخفاض الأربطه الداعمه للرحم مما يؤدي إلى هبوطه في المهبل.

وكان كولبير يوصي بعلاج غريب لمعالجة المرض يتلخص بوضع تاج من نبات الأرقطيون على الرأس: وذلك لجعل الرحم يصعد ثانية إلى مكانه.

بدأ أطباء الأعشاب فيما بعد بوصف جذور الأرقطيون لعلاج الحمى والسرطان والأكزيما والصدفية وحب الشباب والقشور الجلدية والنقرس والأمراض الجلدية التي تسببها النباتات والإنتانات الجلدية والزهري والسيلان والمشاكل المرتبطه بالولادة.

وكان الأطباء الانتقانيون في أمريكا الشمالية يعترفون بمزاياه العلاجية ويصفونه لعلاج الإنتانات الجلدية والتهاب المفاصل. خلال الثلاثينيات والخمسينيات كان الأرقطيون أحد المكونات الرئيسة لعلاج السرطان الذي كان عامل المناجم السابق هاري هوكسي قد أنزله إلى الأسواق.

الأرقطيون في الطب الحديث:

اكتشف باحثون ألمان أن الأرقطيون يحتوي على عناصر كيميائيه هي متعددات الأستيلين (Poly acetylene) يمكن أن تطرد الجراثيم المسؤولة عن الإنتانات والفطور. كما قام اليابانيون عام ١٩٦٧م باكتشاف أن متعددات الأسيتلين في الجذور الطازجة لها مفعول مضاد للجراثيم وللفطور ومواد مدررة للبول ومخفضة لمستوى السكر في الدم ويبدو أيضاً أن له عملاً مضاداً للأورام. كما أن مركب الأرقتيين مرخ لطيف للعضلات.

يعتبر الأرقطيون من الأدوية التي تحتل مكانة عالية في علاج السرطان على صعيد العالم، وقد بينت عدة دراسات أن المواد الموجودة فيه تؤثر على الأورام.

وتذكر مقالة نشرت في مجلة (Chemotherapy) أن العنصر الكيمائي الموجود في النبات أركتيجين Arctigenine مضاد لنمو الأورام، وكذلك بينت دراسة أخرى منشورة في Mutation research أن الأرقطيون يخفض حدوث الطفرات التي تسببها العناصر الكيماويه في الخلايا (معظم المواد التي تسبب الطفرات الوراثيه يمكنها أيضاً أن تسبب السرطان). ويملك الأرقطيون تأثيراً مضاداً للسموم، فقد أجريت اختبارات على حيوانات مخبرية أعطيت الأرقطيون فتبين أنه حصل لديها تحمل للمواد الكيمائية السامة.

ولتحضير فعلي من الأرقطيون يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق الجذر ويضاف إلى ملء كوب ماء مدة ٣٠ دقيقة، يترك حتى يبرد ويشرب على أن لا يتجاوز الشخص ثلاثة فناجين يومياً.

تحذير:

لا يعطى الأرقطيون للأطفال دون سن الثانية من العمر. كما يجب على الحوامل عدم استخدام الأرقطيون لأنه منبه للرحم.

الآس
Myrtle

نبات الآس عبارة عن شجيرات صغيرة دائمة الخضرة تنمو غالباً في الأماكن الرطبة والظليلة. وللنبات أفرع كثيرة تحمل أوراقاً متقاربة جلدية القوام ذات رائحة عطرية فواحة. تحمل الأغصان أزهاراً بألوان بيضاء إلى زهرية، وله ثمار لبية سوداء اللون تؤكل عند النضج وتجفف فتكون من التوابل.

للآس عدة أسماء شعبية؛ فيعرف بالفرعونية باسم خت آس، وهذه تعني "ريحان القبور" ويعرف باليونانية باسم "أموسير" واللاتينية "مؤنس" والفارسية "مرزباج" والسريانية "هوسن" والعبرية "أخمام" والعربية "ريحان" وفي مصر "مرسين" وفي الشام "البستاني" وكذلك "قف وانظر" والنوع البري باليونانية "مرسي آغربا" وفي اليمن "هدس وحلموش ومرد وأحمام".

يعرف الآس علمياً باسم Myrtus Communis وهو من فصيلة الآسيات.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي الآس على زيوت طيارة وأهمها السينيول، الفاباينين، مارتينول وليمونين، والفاثربينول وجيرانيول ومايرتول وكذلك يحتوي على مواد عفصية.

لقد عرف الفراعنة الآس حيث يعد من النباتات المصرية القديمة التي رسمت فروعه على جدران المقابر في أيدي الراقصات، كما عثر العلماء على فروع النبات في بعض المقابر الفرعونية بالفيوم وهواره، وقد عرف الرومان والإغريق

الآس وكان الإغريق يرمزون به إلى الأمجاد والانتصارات. وحظي بالتعظيم، وكان يستعمل في الحفلات والمجامع الدينية، ولا زال المسلمون يستعملون أغصان الآس في بعض البلدان لتزيين قبور الموتى وبالأخص في الأعياد والمواسم، ويضعون أوراقه اليابسة مع الكافور في القبر.

الاستعمالات:

لقد جاء نبات الآس ضمن العديد من الوصفات العلاجية في البرديات الفرعونية لعلاج الصرع والتهاب المثانة وتنظيم البول وإزالة آلام أسفل البطن على شكل جرعات عن طريق الفم، وكذلك كدهان لعلاج آلام أسفل الظهر وضد حمرة البطن والصداع والسعال ولزيادة نمو الشعر والتهابات الرحم، واستخدام الزيت المستخرج من النبات في عمليات التدليك لحالات الشلل.

وقال أبو بكر الرازي عن الآس إنه يستخدم لإزالة الأورام الحارة كدهن الأماكن المصابة بالاحمرار بزيت الآس ثم بوضع فوقها قطعة من الصوف وتربط.

وقال ابن سينا: "زيت الآس وعصارته يقوي الشعر ويمنع تساقطه ويطيله ويسوده.. ورقه الجاف يمنع البقع تحت الإبطين وبين الفخذين ورماده ينقي الكلف والنمش ويسكن الأورام والبثور والقروح، مشروبه مقو للقلب ويذهب الخفقان والسعال".

أما ابن البيطار فقال: "حب الآس حار مجفف تجفيفاً قوياً ولحاء أصوله أقل حدة وحرافة وأشد مرارة، وفيه قبض، وهو يفتت الحصى وينفع من أمراض الكبد ويسكن المغص وإذا طبخ بالخل نفع من وجع الأسنان".

وقال داود الأنطاكي: "الآس ينفع من الصداع والنزلات مطلقاً، ويحبس الإسهال والدم كيفما استعمل ويحلل الأورام والعرق ويفتت الحصى شراباً ويضعف البواسير ويزيل الهواء بخوراً".

لقد أثبتت الدراسات الحديثه على حيوانات التجارب أن لأوراق الآس تأثيراً

مضـاداً للبكتيريا وضـد التهاب الغدة. كما ثبت أن له تأثيراً في دورة النوم حيث يزيـد فترة النوم. كما ثبت أنـه يخفف من أعراض البرد والإنفلونزا. ويسـتعمل زيـت الآس على نطاق واسـع لعـلاج مشـاكل الجهاز التنفسـي، بالإضـافة إلى استعمال الأوراق لحالات سوء الهضم وعسر البول ونزلات البرد والتهاب المجاري البولية. أما الثمار فتفيد لحالات الإسـهال والغازات المعوية، حيث تؤكل خضـراء أو جافة. كما يستخدم زيت الآس لتطهير الجروح السطحية ويستخرج من أوراق الآس وزهره ماء مقطر يسمى "ماء الملائكة" ويستعمل مطهراً للأنف.