الفستق
Earth nut

هو أحب المكسرات لدى الإنسان وأغلاها ثمناً، والفستق ثمرة لوزية ذات قشرة خشبية صلبة مكونة من فلقتين، والبذرة ذات لون مخضر مغطاة بغشاء بني رقيق، ويستحصل على الفستق من أشجار الفستق وهي نوعين ذكر وأنثى، والشجرة الأنثى هي التي تنتج ثمار الفستق بعد التطعيم. لقد زرعت أشجار الفستق في بلدان حوض البحر المتوسط منذ أربعة آلاف سنة. ويزرع الفستق بكثرة في سورية وتركيا وإيران، وأفضل أنواع الفستق هو العاشوري ذو المحصول الوفير المنتشر في حلب والذي ينشق طولياً في الليالي الرطبة بعكس التعليمي فثمرته كبيرة لكنه لا يتشقق.. وهناك أنواع أخرى متعددة مثل ناب الجمل والقرش والمرواحي والباتوري. وقد عرف العرب الفستق في عصورهم الزاهرة واستعملوه في أطعمتهم المترفة، ووصفه شعراؤهم في أبيات كثيرة منها قول أبي بكر الصنوبري:

وحظي من نقل إذا ما نعته
نعت لعمري منه أحسن منعوت

من الفستق الشامي كل مصونة
تصان عن الأحداق في بطن تابوت

زبرجدة ملفوفة في حريرة
مضمنة درّاً مغشى بياقوت

الطب القديم والفستق:

يقول ابن سينا: "طبعه أشد حرارة من الجوز.. وهو يفتح سدد الكبد لمرارته وعطريته وفيه عقوصة وغذاؤه يسير جدا. وهو جيد للمعدة خصوصا الشامي الشبيه بحب الصنوبر وهو يفتح منافذ الهواء، ودهنه ينفع من وجع الكبد الحادث من الرطوبة والغلط ويمنع الغثيان، وتقلب المعدة ويقوي فمها". اما ابن البيطار فقال: "الفستق ثمرة طيبة، تنقي الكبد وتنفع من علل الصدر والرئة والذي ينال البدن منه من الغذاء يسير جدا. وهو أشبه ان يكون مفرحا مقويا للقلب، ومن خاصيته تطيب النكهة، ويمنع أبخرة المعدة التي ترقى إلى الفم، ويزيل المغص أكلاً، وقشره الخارج الرقيق إذا نقع في الماء وشرب قطع العطش والقيء وعقل البطن ودهنه مضرة بالمعدة".

أما ابن جزلة فقال فيه "اجوده الحديث الكبار، فهو جيد للمعدة ويزيد في الباءة وينفع من السعال البلغمي، وقيل ان لبه يزيل الخفقان ويولد الدم الجيد ويخصب البدن ويزيد في العقل والحفظ والذكاء، ويصلح الصدر، ويزيل السعال المزمن والطحال واليرقان".

أما داود الأنطاكي فقال: "الفستق مزيل للاحتقان ومولد للدم وزيادة العقل والفهم ومصلح الصدر، ومزيل السعال ومقوي للطحال والكبد والكلى، ولبه يزيل الخفقان. قشره اليابس محرقا يفتت الحصى شربا، يطيب النهكة ويشد اللثة ويزيل قروح الفم، يقول المعدة، يشد البدن ويزيل العرق ضمادا، قشر شجرته يقتل القمل نطولا ويحبس النزلات وكذلك يفعل ورقه، يزيل جميع أوجاع المعدة والرحم والحكة والجرب وتساقط الشعر إذا أديم استعماله، مزيل الوسواس ويقاوم السموم".

محتويات الفستق الكيميائية:

يحتوي الفستق على حوالي ٨٪ ماء وحوالي ٢٣٪ بروتين، ٤٥٪ زيت ثابت، ٤٪ نشا، وسكاكر، كما يحتوي على فيتامين ب١، ب ٢وكذلك يعد من أغنى المكسرات

بالمعادن حيث يحتوي على الحديد والفسفور والكالسيوم والنحاس. ويستخرج من الفستق زيت ثابت كثير التغذية ولكنه غالي الثمن وسريع الفساد.

الطب الحديث والفستق:

يفيد في تقوية الأعصاب والدم وتحمل المتاعب العقلية والعصبية. قشرته الخارجية تقطع العطش إذا نقعت في ماء ثم شربت، كما تقطع القيء وتشفي الإسهال. إذا خلط بالمسك وتسعط به أزال اللقوة وقوى الذهن ونقى الرأس. لا ننسى أن الفستق يستخدم على نطاق واسع في تحضير أنواع الحلوى والمعجنات حيث تزين به، وتُعدُّ الحلوى التي يدخل في تراكيبها من أغلى وأجود الحلويات.

الفشاغ
Sarsaparilla

ويعرف أيضاً بالقشغ أو بالعشبة الرومية، والفشاغ شجيرة متسلقة ومتخشبة معمرة يصل ارتفاعها إلى ٥ أمتار، أوراقها بيضية عريضة ومحاليق وأزهار صغيرة ذات لون مخضر، يعرف الفشاغ علمياً باسم Smilax spp. حيث يوجد منه عدة أنواع. الموطن الأصلي للنبات في الغابات المطيرة المدارية وفي المناطق المعتدلة في آسيا وأستراليا. والجزء المستخدم من النبات هو الجذر الذي عادة ما يقلع في أي وقت خلال العام. وهناك نوعان من الفشاغ، نوع به أشواك ويعرف بالشائك وأوراقه مستديرة وأزهاره على هيئة سنابل أو عناقيد وثماره مدورة ويتحول إلى اللون الأحمر عند النضج، والنوع الثاني غير شائك ناعم وثماره تشبه إلى حد ما الترمس شكلاً لكنه أصفر وشديد السواد يحيط به بياض.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي جذر الفشاغ على ١٠ إلى ٣٠٪ مواد صابونية ستيرويدية وستيرولات نباتية وتشمل بيتا وستجما سيتو ستيرول، وتحتوي على حوالي ٣٠٪ نشاء ومواد راتنجية وحمض السارسابيك ومعادن كما يحتوي على كوريسيتين.

الاستعمالات:

لقد أحضر الفشاغ إلى إسبانيا عام ١٥٦٣م وقد احتفي به كدواء للزهري، ويقال إنه سبق وأن استخدم في منطقة الكاريبي ولقي نجاحاً كبيراً هناك غير

أن المزاعم كان مبالغاً فيها؛ ثم بدأت تختفي شيئاً فشيئاً، وقد استخدم الفشاغ في المكسيك لعلاج كثير من المشاكل المرضية وبالأخص الأمراض الجلدية، وفي الأزمنة القديمة كان المصاب بالزهري يوضع في غرفة مظلمة يمكث بها أربعين يوماً يشرب خلالها عصير جذور الفشاغ وهو محاط بأجواء سحرية، وما زال بعض الأقباط في مصر يدخلون العشبة في موسم معين في السنة، يصومون أسبوعاً أو أسبوعين عن كل طعام سوى القليل من الفاكهة ويشربون عشبة الفشاغ، ويعتقدون أن هذا يشفي من كل مرض، وبعضهم كان يكتفي بمرق الأرنب وبتناول العشبة سبعة أيام ويعتقد أنها تشفي.

وقد حازت عشبة الفشاغ التي يستخرج من جذورها المجففة الخلاصات الطبية التي كان لها شهرة كأنها السحر.

وأجود أنواع الفشاغ هو النوع الجمايكي والمعروفة باسم العشبة الحمراء أو ذات اللحية الحمراء.

وحديثاً قيل: إن الفشاغ مضاد للالتهابات ومنظف ويمكن أن يفرج المشكلات الجلدية مثل الأكزيما والصدفية والحكة بشكل عام، كما أنه يساعد كثيراً في علاج أمراض الروماتيزم والتهاب المفاصل وكذلك النقرس، كما أثبتت الدراسات أن الفشاغ يحتوي على مفعول مولد للبروجسترون مما يجعله مفيداً في المشاكل السابقة لدورة الحيض وفي حالات سن اليأس وبالأخص الضعف والاكتئاب الذي يحدث عند بعض النساء عند سن اليأس. والمكسيكيون لا زالوا يستعملون جذر الفشاغ على نطاق واسع لمشاكل الحيض ولخصائصه المقوية المزعومة للجنس، أما شعوب الأمازون فيستعملون الفشاغ لتحسين النشاط وعلاج مشكلات الأياس.

وقد قامت دراسات على الفشاغ في الصين وأشارت هذه الدراسات إلى أن الفشاغ له قدرة مضادة لداء البريمياء وهو مرض نادر ينتقل إلى الإنسان عن طريق الجرذان، وقد اختبر الجذر ممزوجاً ببعض الأعشاب الأخرى لعلاج الزهري واستعمله عدد من المرضى المصابين بالزهري وثبت نجاحه في شفاء ٩٠٪ من الحالات الحادة التي شفيت فيما بعد. كما ثبت أن الفشاغ يحسن الشهية والهضم وكذلك يحسن ويحضر من جذر الفشاغ خلاصة طبية جرعتها ما بين ١٠ إلى ٣٠ نقطة، ولذلك فغلي مركب من ٢ إلى ١٠ أوقيات مع لتر من الماء ويؤخذ منه نصف كوب ثلاث مرات في اليوم.

يتداخل الفشاغ مع أدوية أخرى مثل جلوكوزيدات الديجتاليس التي تستخدم لعلاج ضعف عضلات القلب؛ إذ إن الفشاغ يزيد امتصاص هذه الجلوكوزيدات، كما أن الفشاغ يتداخل مع بعض الأمراض مثل الربو حيث إن غبار مسحوق جذر الفشاغ يؤثر على الأشخاص المصابين بهذا المرض.

يوجد مستحضر في الأسواق المحلية تحت اسم SARSAPARILLA في محلات الأغذية التكميلية يستخدم كمقاوم للعجز الجنسي وعدم الإنجاب ويفيد لحالات الروماتيزم وكذلك للصدفية الجلدية، ويؤمن الحيوية والنشاط للجسم وينظم نشاط الهرمونات ومدر للبول.

فطر الأرغوت

Ergot

ويسمى فطر مهماز الشيلم Ergot of rye وجاءت هذه التسمية "مهماز" لأن شكله يشبه الأصبع الخلفية للديك، أما الشيلم فهو نبات من الفصيلة النجيلية ذو سنابل تشبه الشعير والشوفان وهو من الغلال المعروفة الغذائية.

وفطر الأرغوت عبارة عن مهماز متصلب ذو شكل أسطواني محدب قليلاً ذو لون أسود بنفسجي تظهر على سطحه عدة شقوق طولية أوضحها الثلم الذي يوجد في الوجه المقعر منه، كما تظهر على سطحه بعض الشقوق المستعرضة الصغيرة، يتراوح طوله ما بين ١-٢ سم أما قطره فلا يزيد عن ٥ – ٨ ملم دقيق في نهايته، ينكسر بسهولة، مقطعه أبيض في المركز وبنفسجي في الأطراف، له رائحة خاصة غير مقبولة تظهر واضحة عند طحنه مع قليل من البوتاس، طعمه مر قليلاً وهو سريع الفساد، يجب حفظه بمعزل عن الهواء ويجب وضع مواد ماصة للرطوبة بجانبه ويوصي دستور الأدوية العالمي استعمال الكلس لحفظ هذا العقار.

ويعد فطر الأرغوت من أهم الفطور الدوائية ويندر أن توجد مستشفى في العالم خالية من مستحضرات الأرغوت.

ونظراً لأهمية فطر الأرغوت ولسد حاجة المستشفيات ومعامل الأدوية فقد حاول فريق من العلماء زراعة الفطر بصورة اصطناعية، أي أنهم لجؤوا إلى زراعة نبات الشيلم على مساحات واسعة ثم عمدوا إلى عدوى هذا النبات بواسطة أبواغ الفطر الذي استنبت في أوساط خاصة معدة لهذا الغرض.

المحتويات الكيميائية :

يحتوي فطر الأرغوت على معادن بنسبة ٢ – ١٠٪ وتتكون من الفوسفات وكالسيوم ومغنيسيوم وبوتاسيوم والسيليس، وكذلك مواد سكرية عبارة عن سكر الجلوكوز والثري هالوز والمانيتول، ومواد سيترولية مثل أرغو سيترول وهذا يتحول إذا عرض للأشعة فوق البنفسجية إلى فيتامين (D2) أو كالسيفرول، كما يحتوي على أحماض أمينية وأهمها حمض الأسبارتين والفلوتامين والألاثين والنيروزين والتربتوفان والأرجنين والكويرسين وفنيل الانين وكذلك كحولات أمينية أشهرها الكولين.

والمكونات المهمة في فطر الأرغوت التي يرجع لها التأثير الدوائي هي القلويدات وأهم تلك القلويدات أرغومترين Ergometrine وأرغوتامين Ergotamine

وأرغوزين Ergosine وأرغوكورنين Erggorinine وأرغوكرستين Ergoceistine والأرغوكريتين Ergopypine وأرغوتينين Ergotinine وتشتق هذه القلويدات من الصيغة الكيميائية لحمض الليزرجيك Lysergic Acid وحمض الليزرجيك يشتق منه المهلوس الشهير المعروف باسم L.S.D (ثنائي ايثايل اميل) حمض الليزرجيك وقد فصله العالم السويدي هوفمان وكتب قصته الشهيرة حول هذا المركب الخطير الذي أصبح مؤخراً أحد أخطر المهلوسات في العالم وجرعته عادة بالميكروجرام.

الاستعمالات:

لقد استعمل فطر الأرغوت في الصين من مئات السنين من قبل القابلات لمساعدة الحوامل في الولادات الصعبة، أما في أوروبا فقد شوهدت آثاره في فترات متباعدة من الزمن بشكل أوبئة سريعة الانتشار فيصاب الناس بأمراض تشنجية أو بموات يظهر في بعض الأعضاء وبالأخص في الأطراف، ولم يكن هذا المرض الغامض إلا انسماماً حاداً أو مزمناً بالخبز المصنوع من طحين قمح أو شيلم أو شعير مصاب بهذا الفطر، وقد اهتدت القابلات الشعبيات أيضاً في أوروبا إلى بعض خصائص هذا الفطر قبل أن يهتدي إليه الأطباء بمائتي سنة تقريباً.

وتستعمل مستحضرات الأرغوت المفصولة على هيئة بلورات نقية لعلاج بعض الأمراض المهمة حيث يستعمل الأرغومترين على هيئة ملح الماليت كمادة مسهلة للولادة مقوية لعضلة الرحم، ويستعمل المشتق المثيلي من هذا القلويد الذي يتميز بفعالية فسيولوجية أشد من القلويد نفسه، حيث يستعمل في حالات النزف ويعد من أفضل موقفات النزيف وخاصة نزف ما بعد الولادة.

أما قلويد الأرغوتامين فيستعمل على هيئة ملح الطرطرات كمادة مسهلة للولادة أيضاً، كما يستعمل على هيئة أقراص لعلاج آلام الصداع النصفي (الشقيقة) كما تعطي أملاح الأرغوتامين أيضاً كمادة مسكنة في آلام الجهاز العصبي الودي.

فطر الأرغـوت لا يستعمل إلا تحت إشراف طبي نظراً لتأثيره السـام، حتى إن الدقيق عندما يستورد من البلدان التي ينمو فيها فطر الأرغـوت مثل الصين وروسيا وإسبانيا وبولونيا والنمسا وهنـجاريا يختبر في الجمارك قبل دخوله للتأكد من خلوه من فطر الأرغـوت الـذي ينمو على سنابل القمح والشيلم والشوفان والشعير، حيث إن تناول الدقيق الملوث بالفطر يحدث التسمم، ويتميز التسمم بعلامات مختلفة مثل تنميل الأطراف والشعور باحتراقها مع تقبض الأصابع واضطرابات وهذيان وكزز واختناق، وينتهي هذا التسمم بشكل حوادث تشنجية أو موات (غرغرينا) قد يؤدي للوفاة، أما التسمم الحاد فيظهر بشكل آلام معدية معوية وتقيؤات وإسهال مع حس ضيق وغم شديدين وتشوش في الحواس والحركة والذهن وإجهاضات متوالية (يعتبر الأرغوت من أكثر المجهضات) عند الحوامل في الإنسان أو الحيوان.

توجد مستحضرات مهمة جداً من فطر الأرغـوت ولكنها لا توجد إلا في المستشفيات وهي موجودة على هيئة حقن وأقراص.