

## البابونج Camomile



هو نبات عشبي حولي يبلغ ارتفاعه نحو ١٥-٣٥ سم، ساقه سريعة النمو كثيرة التفرع ويزهر بعد ٦-٨ أسابيع من إنباته، وأوراقه متناوبة ريشية ومجزأة إلى أقسام صغيرة ومتطاولة خيطية، وللنبات رائحة منعشة مميزة، والنورة والأزهار المحيطة اللسينية بيضاء اللون والأزهار الداخلية أنبوبية ولونها أصفر، يعيش البابونج في الحقول وعلى أطراف الأودية وحول المنازل وعلى أسطح المنازل في بعض البلدان.

يعرف البابونج علمياً باسم *Matricaria Chamomilla* وهو النوع البري، بينما يوجد نوع آخر يعرف باسم *Anthemis nobelis* وشكله مختلف عن النوع الأول وكلاهما يحتويان على المواد الفعالة أو المؤثرة.

الجزء المستخدم من نبات البابونج الأزهار المتفتحة. والبابونج يعد أشهر النباتات البطنية على الإطلاق، ولا يكاد يخلو منه منزل من منازلنا، فإليه يعود الناس فور شعورهم بألم في البطن، مفضلاً كان سببه أم شيئاً آخر.

## المحتويات الكيميائية :

تحتوي أزهار البابونج على زيت طيار تصل نسبته إلى ١,٥٪ من الأزهار الجافة ويستخرج الزيت باستخدام طريقة التقطير بالبخار، وزيت البابونج سائل لزج ثقيل القوام لونه أزرق ويتجمد بالتبريد في درجة الصفر المئوي وله رائحة البابونج المعروفة، وأهم محتويات الزيت الطيار الفابايسابولول (Alpha bisabolol) وبايسابولول أو أكاسيد (A) Bisabolol oxide A) وبايسابولول أو أكاسيد (B) Bisabolol oxide B) وبايسابولون أو أكاسيد (Bisabolone) A (oxide A) وبيتا ترانس فارنسين (Bveta-trans-farnesene) وكمازولين (Chamaxulene) ويتميز هذا المركب بلونه الأزرق وهو الذي يضيف لونه على زيت البابونج وسباثولينول (Spathulenol) كما تحتوي الأزهار على فلافونيدات أهمها فلافون جلايكوزيد (Flavone glycosides) وأجلايكون ايجنين (Aglycones apigenin) وليوتولين (Luteoline) وكريزوريول (Crysoeriol) ، وفلانونول جلايكوزيد (Flavonol glycosidec) وكويرستين (Quercetin) وايزورهافتين (Isorhamntin) وروتين (Rutin) . كما تحتوي الأزهار على هيدروكسي كومارين (Hydroxycoumarins) وأهم مركباتها امبيليفيرون (Umbeliferone) وهيرنيارين (Herniarin) وكذلك مواد هلامية بنسبة ١٠٪.

## الاستعمالات :

يقول ابن البيطار في جامعه "البابونج ينفع من الإعياء أكثر من كل دواء، ويسكن الوجع ويرخي في الأعضاء المتمددة ويلين الأشياء الصلبة إذا لم تكن صلابتها كثيرة ويخلخل الأشياء الكثيفة، ويذهب الحميات التي تكون من ورم الأحشاء، يسقى طبيخه للنفخ والقولون ويصلح أنزيمات الكبد، مدر للبول نافع من الصداع البارد".

أما ابن سينا في القانون فيقول: "يسكن الأورام الحارة بتحليله، ويلين



الصلابات التي ليست بشديدة، يقوي الأعصاب، يدر البول ويخرج الحصة".

أما داود الأنطاكي في تذكرته فيقول: "لا شيء مثله في تفتيح السداد وإزالة

الصداع والحميات

والنافض، يقوي

الباءة والكبد

ويفتت الحصى

مطلقاً، يدر

الفضلات، وينقي

الصدر من نمو

الربو ويقلع البثور

ويذهب الإعياء والتعب والصلابات والنزلات وفساد الأرحام وينفع من السموم. دخانه يطرد الهوام، وهو يفتح الصمم ويزيل الشقوق ووجع الظهر وعرق النساء والمفاصل والنقرس".

لقد ثبت علمياً تأثير البابونج على الالتهابات حيث تستعمل أزهار البابونج كشاي يؤخذ ملء ملعقة وتوضع على ملء كوب ماء مغلي وتترك مدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمقدار كوب في الصباح وآخر في المساء، فهو يزيل الالتهابات والمغص ومطهر للجهاز الهضمي والتنفسي وفاتح للشهية ومنشط للدورة الدموية وخاصة لدى الأطفال، وإذا تناول الشخص شاي البابونج في الصباح فإنه يقي من نزلات البرد وآلام المغص العارضة وارتباكات الجهاز الهضمي البسيطة، ويرجع هذا التأثير إلى مادة الكمازولين، كما أثبتت الدراسات فائدة البابونج في حالة التهابات القصبات المزمن والسعال الديكي والربو القصبي، كما يدخل

البابونج في الأنواع المركبة التي توصف داخلياً كمفرزة للعرق ومضادة للتشنج وأمراض الجهاز الهضمي والتهابات الأمعاء المترافقة بالتشنج، وكذلك يدخل في الأنواع الطاردة للريح والمفرزة للصفراء.

كما أثبتت الدراسات فائدة البابونج كمضاد للأكسدة، كما ثبت أيضاً أن للبابونج تأثيراً مضاداً لسرطان الجلد حيث يوضع كلبخات على سرطان الجلد.

كما أثبتت الدراسات أن البابونج يزيل القلق ويؤخذ بنفس الجرعات السابقة وبالأخص عند النوم.

وقد صادق الدستور الألماني على استعمال البابونج رسمياً لعلاج السعال والالتهاب الشعبي المزمن والحمى والبرد والتهابات الجلد والتهابات الفم. يجب عدم استخدام البابونج من قبل الناس الذين يعانون من الحساسية.





## البان

### Moringa

هو شجرة ذات أفرع مستقيمة قليلة التفرع يصل طولها إلى ٦ أمتار، للنبات أوراق مركبة ولكنها قليلة جداً وورقات الأوراق صغيرة، للنبات أزهار كثة جميلة ذات لون وردي جذاب، تبدأ في الظهور قبل ظهور الأوراق في الفترة ما بين شهر مارس وأبريل، تعطي الأزهار بعد التلقيح ثماراً قرنية طويلة تحتوي كل ثمرة على عدد من البذور في صف واحد، البذرة كبيرة وتشبه إلى حد ما الفستق.

يعرف نبات البان بعدة أسماء فيدعى اليسر والحببة الغالية ويسار البان، اللبان والشوع، يعرف البان باسم *Moringa Paregrina*، وينمو النبات بشكل طبيعي في شمال الحجاز وجنوبه وفي المناطق الشمالية، حيث ينمو على سفوح الجبال وحواف الوديان ذات التربة الصخرية، وقد زرنا هذا النبات في حديقة النباتات الطبية بقسم العقاقير بكلية الصيدلة ونجنا في تطويعه حتى تعود على البيئة مع أنها ليست بيئته، وتوجد لدينا في الحديقة المذكورة عدة نباتات منه، ويوجد بكثرة في الهند وباكستان ويزرع في أمريكا.

### المحتويات الكيميائية :

يستخرج من بذور نبات البان زيت ثابت يشبه في شكله زيت الزيتون، ويستخدم هذا الزيت في الشمال للأكل ويفضلونه على زيت الزيتون والسمن البري، يتكون هذا الزيت من أحماض دهنية كثيرة من أهمها أوليك (Oleic) بالميتيك (Palmitic) ستياريك (Stearic) بهيمك (Behemic) كما يحتوي

على مركبات جلسريدية ثلاثية وثنائية وأحادية التشبع، كما وضع المسح الكيميائي الذي قام به الدكتور جابر القحطاني ورفاقه في قسم العقاقير بكلية الصيدلة على احتوائه فلافونيدات، ومواد عفصية وستيروولات وتربينات ثلاثية ومواد صابونية.

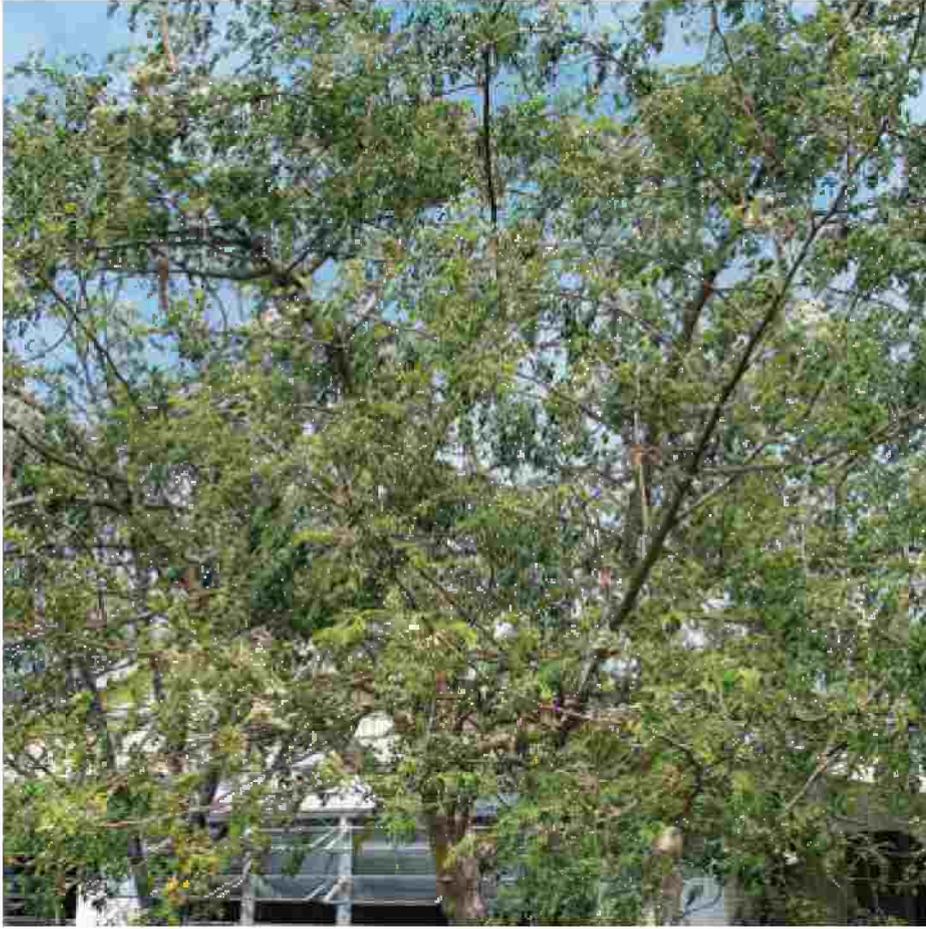
### الاستعمالات:

يقول داود الأنطاكي في البان "إنه شجر مشهور كثير الوجود، له زهر ناعم الملمس، مفروش، يخلف قرناً داخلها حب يميل إلى البياض كالفسق، ينكسر عن حب عطري إلى صفرة ومرارة، يدخل في الغوالي والأطياب، وأهل مصر تشرب من زهر هذه الشجرة زاعمين التبريد به، وجميع أجزاء هذا النبات تمنع الأورام والنوازل، وتطيب العرق، وتشد البدن، وتدمل الجراح، ودهنه ينفع من الجرب، والحكة والكلف والنمش وينقي الأحشاء بالفلي مع الماء والعسل والخل، ويذهب الطحال مطلقاً، وكذا حبه طلاءً، وبالبول يقلع البثور ويدمل ويصلح البواسير، وإذا قطر في الإحليل أدر البول سريعاً".

ويضيف الإنطاكي: "إن دهن البان قوي الفعل في إصلاح النزلات وكل بارد كالفالج، ويقوي المعدة والكبد، وإن فتق بالعنبر طيب الجسد وهيج الأنعاض، ويحلل الأورام، وينفع من النسيان سعوطاً، والشقيقة دهنًا، وقيل إنه يضر الكلى ويصلحه اليانسون، كما أن حب البان يدخل في عمل بعض الوصفات المستخدمة في علاج البهاق الأسود".

ويقول ابن سينا في البان "إن حبه أكبر من الحمص، مائل إلى البياض وإنه منق خصوصاً ليه، ويفتح مع الخل والماء السدد في الأحشاء، وينفع بالخل الجرب".

أما ابن هاشم فيقول في كتابه "فاكهة السبيل" في البان "إنه يفيد في علاج العقم عند النساء، وذلك بأن تتحمل المرأة بدهنه مع المصطكي والزعفران، كما يفيد أيضاً في علاج استرخاء الذكر وذلك بأن يدهن الذكر بدهان البان".



ويقول المظفر عن البان "إنه شجر ينمو ويطول كالأثل، وإذا أرادوا استخراج الدهن رض على الصلابة حتى ينعزل قشره ثم يطحن ويعصر، وهو كثير الدهن الذي يستعمل في العطور والطيوب المرتفعة، أما ثقله الذي يبقى بعد استخراج دهنه فينفع من الكلف والنمش الذي في الوجه من الجرب والحكة، وأجوده الحب الكبير العطر وهو يزيل الثآليل من الوجه وينفع الأورام الصلبة إذا جعل في المرهم، كما يزيل صلابة الكبد والطحال إذا شرب من حبه بخل أحمر".

يستعمل نبات البان حديثاً على نطاق واسع في استخراج زيت البان الذي يستعمل كمثبت للعطور، كما يدخل في صناعة مواد التجميل وزيتوت تصفيف الشعر، كما

يستعمل في أغراض غذائية وفي الإضاءة، أما الكسب المتخلف من البذور بعد عصرها فيستخدم كسماد جيد، كما أن أوراق النبات الغضة وأزهاره وثماره تستخدم كغذاء ودواء للإنسان، وعصير الأوراق قاتل للبكتيريا، تؤكل الأوراق لعلاج الأسقربوط والتهاب القناة التنفسية المصحوب بإفرازات عصيرية، وعصير الأوراق أيضاً مقيئ في حدود خمسة جرامات، كما يعطى للأطفال مع الملح لعلاج انتفاخ المعدة بالغازات، قشور النبات تستخدم ضد لدغ العقرب.

قشر الجذور يستخدم كمدر للبول، كما يستخدم مسحوق القشور كسعوط في حالة وجع الرأس، كما أن عجينة الجذور الطازجة مخلوطة بالملح تستخدم لعلاج الالتهابات والأورام والمفاصل المصابة بالروماتيزم والأجزاء المصابة بالشلل. يقال: إن مغلي الأزهار مع اللبن منشطة للجنس وعصارة الأزهار باللبن مدرة للبول مانعة لتكوين الحصى وقاتلة للديدان وهاضمة، أما البذور فهي منشطة.



## البرباريس

### Barberry

نبات البرباريس الشائع عشب معمر يبلغ ارتفاعه حوالي مترين ذو ساق رمادية اللون تحتوي عند منبت الأوراق بمسافات متفاوتة شوكة بثلاثة فروع، أوراق النبات تنبت من الساق مباشرة بمجموعات ما بين ٥ - ٦ أوراق، أي أنها جالسة دون أعناق، شكلها بيضاوي وأطرافها مسننة بأشواك صغيرة. الأزهار توجد على هيئة عناقيد تتدلى نحو الأسفل، صغيرة صفراء اللون، لها رائحة قوية، تكوّن هذه الأزهار فيما بعد ثماراً عنبية بيضاوية الشكل بلون أحمر ناصع ولها طعم حامض. يعرف النبات علمياً باسم *Berberis vulgaris*. توجد النبتة في كل أنحاء أوروبا حتى القوقاز وتتمو عادة في حواجز الأشجار والغابات وتزرع عادة للزينة في الحدائق المنزلية والعمامة. الأجزاء المستخدمة من النبات قشور الجذور والثمار.

### المحتويات الكيميائية:

تحتوي الثمار على قلويدات ايزوكونيولية وفيتامين (ج) وبكتين وأحماض الكلور جينيك والماليك والاسيتيك، أما قشور الجذور فتحوي على قلويدات ايزوكونيولية وأهمها بيربرين وبربارين وأوكسيسكانتين وكولومباوبين وبالمتين وجاترو رايزين وماجنر فلورين وكذلك صبغات عضوية صفراء اللون ومواد عفصية وراتنجية.

### الاستعمالات:

منذ ٢٥٠٠ سنة وهذا النبات يؤدي دوراً مهماً في الشفاء، فقد كان المصريون

يلجؤون إليه للوقاية من الأوبئة نظراً لما يتميز كمضاد حيوي، وكان الأطباء الشعبيون في الهند القديمة يصفونه لعلاج الزكام، وقد أكد العلم الحديث هذا الاستعمال، وفي بداية العصور الوسطى كان العشابون الأوروبيون يؤمنون بالمثل الذي يقول "الجوهر يدل به المظهر" وهذا اعتقاد بأن مظهر النبات يكشف عن قوته العلاجية، وتكون أزهار النبات صفراء وقشور جذوره تعطي صبغة مميزة صفراء اللون، حيث إن هذا اللون يميز عين الشخص المصاب باليرقان وكذلك بشرته، لذا استخدم هذا النبات في علاج أمراض الكبد والحويصلة الصفراوية، وقد أشير إلى هذا النبات باسم "عنب اليرقان" وكان الأطباء التقليديون في روسيا القديمة ينصحون مرضاهم بتناول هذا النبات لعلاج حالات الالتهابات بمختلف أنواعها، وكذلك ارتفاع ضغط الدم الشرياني وحالات نزف الرحم غير الطبيعية.

إن أول من أدخل هذا النبات إلى أمريكا الشمالية هم المستعمرون الأوائل، فتعرف عليه الهنود الحمر كنبات قريب من نبات عنب الأورغون، وهذا النبات كانوا يقدسونه ويقدرونه جداً مقدرته العظيمة في الشفاء، وقد استعملته تلك القبائل لعلاج قرحات الفم وآلام الحلق والجروح المتعفنة والزحار وآلام الأمعاء، وفي القرن التاسع عشر كان الأطباء يصفون نبات البرباريس لعلاج حالات الإسهال والزحار والتهابات العينين والحمى وتلوث الدم والزهري والكوليرا واليرقان.

لقد أثبتت التجارب حديثاً أن فيتامين (ج) بطرقه الأربعة المختلفة أنه يزيد نشاط جهاز المناعة لدى الإنسان ويزيد من امتصاص الحديد الذي يمنع داء الحفر المعروف بالأسقربوط، حيث إن ثمار هذا النبات غنية جداً بفيتامين (ج) وكذلك الأحماض الأخرى، فكان هذا السبب الذي أعطى هذا النبات قدرته العلاجية، كما أن احتواء قشور الجذور على كمية جيدة من القلويدات الأيزوكوينولية التي أثبتت فاعليتها في تخفيض ضغط الدم على نوع من القلط وكان من شأنه أن يؤثر على انتظام دقات القلب ولذا بدأ استعماله على المرضى.

كما أثبتت التجارب أن قلويدات قشور جذور النبات كان لها دور كبير في إفراز الصفراء، حيث ثبت ذلك من خلال التجارب المخبرية على حيوانات التجارب، كما أثبتت الدراسات قوة قشور الجذور في خفض درجات الحرارة.

وقد كشفت الدراسات التي أجريت على مركب البربرين وهو القلويد الرئيس في النبات أنه مضاد حيوي جيد لمكافحة الجراثيم، وقد قورنت الدراسة بالمضاد الحيوي المشهور والمعروف بالكلوروفينكول المضاد الحيوي الطبي فاتضح أن هذا المركب الموجود في نبات البرباريس أكثر فاعلية من الكلوروفينكول، كما أن هذا المركب له تأثير منشط لجهاز المناعة وخافض للتوتر ومقلص لحجم بعض الأورام.

إن خلاصة ثمار نبات البرباريس تستعمل لعلاج مشاكل الرثة والطحال وكذلك الإمساك وتفتح الشهية، كما استخدمت الثمار لعدوى الحمى وارتفاع درجة حرارة الجسم والبرد وأمراض الجهاز البولي، وتستعمل الثمار في مصانع الأدوية على هيئة شراب لاستخدامها كمنكه لبعض الأدوية.

وتستخدم خلاصة قشور الجذور لعلاج مشاكل التهابات الكبد والمرارة واليرقان والإسهال وضد الدرن وأمراض الكلى والمجاري البولية والنقرس والروماتيزم والملاريا وكذلك للشمانيا.

ليس هناك محاذير من استعمال ثمار وقشور وجذور نبات البرباريس إذا أخذ حسب الجرعات المحددة والمدة الزمنية المحددة للعلاج والاستخدام العشوائي لأي دواء يؤدي إلى مخاطر جسيمة.

وبالنسبة للحوامل فإنه يجب عدم استعماله، حيث إن مركب البربارين منشط للرحم ويمكن أن تجهض الحامل عند استعماله، كما يجب عدم استخدامه للطفل الصغير الذي لم يتعد الثانية من عمره على أنه يمكن للأطفال فوق هذا السن ولكبار السن ما فوق الخامسة والستين استعماله ولكن بجرعات صغيرة ثم تزداد الجرعة بعد أسبوع من استعماله.

بالنسبة للجرعات الآمنة من الثمار وقشور الجذور فهي ما بين ملعقة صغيرة

إلى ملعقتين من عصير ثمار النبات، تضاف إلى ١٥٠ مللي من الماء المغلي، وتمكث ما بين ١٠ - ١٥ دقيقة، ثم يشرب مرة واحدة في اليوم، أما بالنسبة للقشور فيؤخذ ٢ جم من مسحوق القشور وتضاف إلى ٢٥٠ مللي ماء مغلياً وينتظر مدة ١٠ - ١٥ دقيقة ثم يصفى ويشرب مرة واحدة في اليوم.

توجد مستحضرات من ثمار وقشور البرباريس ولكنها موجودة في الأسواق الأوروبية والأمريكية وموجودة على هيئة سائل وصفغات.

