

كيف يمكن تعاطي حبوب اللقاح

(الجرعات العلاجية)

١- الجرعات المتوسطة :

ويقصد بها الجرعات التي تؤدي غرض العلاج ، أما الزيادة عنها فليس لها فائدة ، أي أن تعدي هذه الجرعات لا يضر وفي نفس الوقت لا يزيد من القوة العلاجية . وهذه الجرعات تكون على النحو التالي :

١- للكبار :

الجرعة الأولى (في قمة المرض) ٣٠ - ٤٠ جراما
الجرعة التالية (الاستمرارية) ١٥ - ٢٠ جراما

وهذه الجرعات يومية مع مراعاة الحالة المرضية من حيث الشدة .

٢- للأطفال :

من ٣ - ٥ سنوات : ١٠ - ٥ جرامات
من ٦ - ١٢ سنة : ١٠ - ١٥ جراما

وهذه الجرعات يومية مع مراعاة العمر والحالة المرضية ، أي أنه إذا كانت الحالة المرضية شديدة يتناول المريض الحد الأقصى للجرعة ، وأما إذا كانت خفيفة فيتناول الحد الأدنى للجرعة .

٢- الجرعات الخفيفة :

والأشخاص الذين يتقبلون تناول حب الطلع بسهولة يستطيعون تناول جرعة خفيفة من ٢ - ٥ جرامات ، ويعطي ذلك نتائج طيبة .

كيف يمكن تقدير جرعة حب اللقاح؟

ملعقة شاي من حب الطلع المجفف تزن ٤ جرامات
ملعقة حلو من حب الطلع المجفف تزن ٨ جرامات
ملعقة شوربة من حب الطلع المجفف .. تزن ١٢ جراماً

ما هو أفضل وقت لتناول الجرعة؟

أفضل وقت لتناول هذه الجرعات هو في الصباح عند تناول الفطور . وقد وجد أن هذا التوقيت له فوائد عديدة من حيث فاعلية الحبوب وقوة تأثيرها وكذلك للمحافظة على حيويتها ، ولكن بشرط المحافظة والمواظبة على هذا التوقيت .

كيف يمكن الحصول على أفضل النتائج؟

إن الحصول على أفضل النتائج المرغوبة من استخدام حبوب اللقاح يعتمد على عدة عوامل، من أهمها :

- نوعية وطبيعة الأشخاص الذين يتناولون الحبوب .
- نوعية وطبيعة المرض أو الاضطرابات العضوية الموجودة .
- الجرعات المتناولة .
- إن المواظبة والاستمرارية على أخذ الدواء من العوامل الهامة للحصول على نتائج طبية .
- يجب الأخذ في الاعتبار أن فاعلية حب الطلع غير سريعة ولا تظهر فجأة، بل إن النتيجة تحدث تدريجياً ، وذلك لأن حبوب اللقاح تعمل على مستوى التمثيل الغذائي (Metabolism) العميق ، وقد يأخذ ذلك من ٢ - ٣ أسابيع . وعموماً هذا الوقت يعتبر معقولاً وغير طويل .

فترة العلاج :

فيما يلي النماذج الأساسية للعلاج :

١- فترة علاج قصيرة :

وهي شهر واحد . ولمثل هذه الفترة يكون استعمال حبوب اللقاح غير كاف لملاحظة نتائج طبية ، ولظهور النتائج المثالية ، فإن ذلك يحتاج إلى ما لا يقل عن ثلاثة أشهر .

٢- الفترة العلاجية المجددة والمنتظمة :

وفي هذه الفترة نحصل على نتائج طيبة ، ونوصي بالآتي :
- يتم العلاج على أربع فترات ، طول كل فترة ١,٥ شهر (١,٥ شهر في الربيع ، ١,٥ شهر في الصيف ، ١,٥ شهر في الخريف ، ١,٥ شهر في الشتاء) .
- فترتان طول كل منهما ثلاثة شهور ، ويكون ابتداء الفترة الأولى في نهاية الصيف، وتنتهي بنهاية الخريف ، ثم تبدأ الفترة الثانية في بداية الربيع .

٣- الفترة العلاجية المتواصلة :

مما هو جدير بالذكر أن استعمال حبوب اللقاح ، بصفة متواصلة في غرض وقائي أو علاجي ، في بعض الحالات المزمنة ، لا يحدث آثاراً جانبية ، وأن استعماله بجرعات متوسطة ومنتظمة ومعدلة حسب الحالة، تعطي نتائج دقيقة. ويستطيع المريض تقبل هذا العلاج (Tolerate) في أي من هذه الفترات العلاجية السابق ذكرها ، ولذلك يمكن للإنسان استعمال حبوب اللقاح لسنوات طويلة وعديدة .

وإذا أردنا تلخيص وضبط جرعات متوسطة لشخص سليم وبالغ ، فإننا نصف الوصفة التالية :

نأخذ ملعقة شورية كاملة من حب الطلع المسحوق ، ونضعه في كأس من الماء، أو من الأفضل كأس من الحليب، ونقلبه حتى نحصل على سائل متجانس، ثم نضيف ملعقة شاي من العسل السائل حتى نضمن تحلية المحلول (أي يكون طعمه حلوا) ، ثم نقلب المخلوط ثانية .

يشرب هذا الخليط كل صباح على الريق عند تناول الفطور ، مع مراعاة تقليب المخلوط قبل تناوله ، وذلك بصفة متواصلة ، وذلك لمدة فترتين سنوياً طول كل فترة ثلاثة أشهر ، وذلك بصفة متواصلة ، وتكون الفترة الأولى في الخريف والثانية في الربيع.