

الطحال

قبل أن نبدأ في الحديث عن احتقان الطحال نود أن نعرف الطحال: إنه عضو من أعضاء الجسم التي قلما يذكرها الطبيب لمريض عندما يتحدث عن الأمراض، والطحال عضو صغير ينتحي مكاناً هادئاً من نواحي البطن، بين الأحشاء، ويوجد في الركن الأيسر من بطن الإنسان، والطحال طوله نحو ١٥ سم ويزن حوالي ١٧٠ جراماً، وإذا مرض زاد وزنه زيادة كبيرة شكله مستطيل، ولونه أحمر أرجواني.

ما هي وظائف الطحال؟

للطحال وظائف أربع؛ أولها: يقوم بصنع خلايا الدم الحمراء والبيضاء في الجنين ولكن بعد خروج الجنين من بطن أمه يتوقف تصنيعه للخلايا الحمراء، ثانيها: تقوم خلايا الطحال الكبيرة الشفافة بالقضاء على كريات الدم الحمراء القديمة التي يجب أن تزول لتحل محلها كريات الدم حمراء جديدة، وثالثها: يقوم الطحال بصنع الخلايا اللمفاوية. ورابعها: يقوم الطحال بتخزين مقدار من الدم يبلغ نحو ٥% من دم الإنسان، ليفيض به على الجسم عند الحاجة، فمثلاً عند الإجهاد أو الضغط العاطفي أو الحمل أو النزيف أو التسمم بأول أكسيد الكربون أو عندما يقل ما يحويه الدم من الأكسجين فإن الطحال ينقبض ليدفع ما يحويه من دم إلى الدورة الدموية لمساعدة الجسم على التغلب على الحالة الطارئة.

ويعد الطحال مخزناً لكرات الدم الحمراء، وقد قام العالم في وظائف الأعضاء

الدكتور باكروفت وهو إنجليزي وبعض العلماء المرافقين له بإجراء تجارب تتعلق بتأقلم الإنسان في الارتفاعات المختلفة للجبال، حيث ذهبوا إلى جبال الأنديز في البيرو وقام بإجراء تجارب في الدم عديدة على مرافقيه، ووجد أن صبغة الدم الحمراء المعروفة بالهيموجلوبين، تزيد كلما جهدوا واقتربوا من قمة الجبل، وعند الهبوط عاد مقدار الصبغة إلى حالته العادية، وعندها قرر العالم باكروفت بأن زيادة الهيموجلوبين إنما هي زيادة في عدد كريات الدم الحمراء، وأن هذه الزيادة سببها عضو في الجسم مجهول وشك في الطحال، ثم أثبتت البحوث فيما بعد أن اشتباه العالم باكروفت في الطحال كان في مكانه.

والطحال صغير حيث لا يستطيع الطبيب أن يجسه بيده، كما هو في سائر الأعضاء، ولكن الطحال يزيد وزنه عند المرضى حتى إنه يبلغ أرتالاً والطبيب عادة يستطيع جسّه إذا زاد وزنه عن رطل.

ومن الأمراض التي يزيد عندها حجم الطحال الملاريا. كما أن الطحال معرض للتمزق والفتق والانفجار لا سيما عندما يكبر حجمه وبالأخص في الحوادث ويخرج منه الدم إلى الأحشاء.

وفي الطحال عقيدات لمفاوية (كريات مالبيجي) تصنع بها خلايا الدم البيضاء للمفاوية والمسماة باسم "الكريات للمفاوية".

وبالرغم من أن للطحال فوائد جسيمة إلا أن الجسم يمكنه الاستغناء عنه، ولهذا فهو يستأصل جراحياً في حالات انفجاره أو تضخمه أو التهابه أو احتقانه وبالأخص في أمراض اللوكيميا وبعض حالات الأنيميا، والملاريا والزهري والسرطان، وتقوم الخلايا الشبكية البطانية الموجودة في مختلف أجزاء الجسم بتعويض الجسم عما فقدته نتيجة استئصال الطحال.

ما هي الأدوية العشبية التي يمكن استخدامها لعلاج احتقان الطحال الناتج عن إصابة ببعض الأمراض؟

الهندباء البرية Dandelion: وتعرف أيضاً بالطرخشقون، وهي عبارة عن

نبات عشبي لا يزيد ارتفاعه عن ٤٠ سم، للنبات أوراق قاعدية طويلة وسوق جوفاء وأزهار صفراء إلى برتقالية يحملها عنق طويل، تحتوي الهندباء على لاكتونات تربينية وتربينات ثلاثية وفيتامينات أ، ب، ج وكومارينات ومعادن مثل البوتاسيوم والكالسيوم، ويستخدم من النبات أوراقه وجذوره، والطريقة أن يؤخذ من الأوراق الجافة ما مقداره ٢٠ جراماً و١٠ جرامات من مسحوق الجذور وتوضع في حوالي ملء كوبين من الماء البارد وتترك للنقع لمدة ساعة كاملة ثم توضع بعد ذلك على نار هادئة حتى درجة الغليان ثم بعد ذلك، يرفع من على النار ويترك جانباً لمدة ١٥ دقيقة، وبعد ذلك يقسم إلى ثلاثة أقسام ويشرب قسم واحد بعد كل وجبة غذائية، ويستمر العلاج حتى زوال المرض ويستمر بعد ذلك أسبوع كامل.



رعي الحمام Vervain: ويعرف بحشيشة

الأوجاع، وهونبات عشبي معمر دقيق يصل ارتفاعه إلى حوالي متر، له ساق رفيعة قاسية وأزهار ذات لون ليليكي، وقد أطلق العالم ديسقوريدس في القرن الميلادي الأول على رعي الحمام اسم "العشبة المقدسة" وكان الناس في القرون الوسطى يعتقدون أنه يجلب الحظ، والجزء المستعمل من النبات جميع أجزاء النبات الهوائية، ويحتوي النبات على ايريدويدات مرة وزيت طيار وقلويدات وحمض العفص، والطريقة أن تؤخذ حوالي ٣٠ جراماً من النبات الجاف وتوضع في إناء يحوي كوبين من الماء البارد، ويترك النبات لينقع حوالي ٤٥ دقيقة ثم يوضع

على النار حتى يبدأ الغليان ثم يزاح من على النار ويترك جانباً مدة ١٠ دقائق، ثم يصفى ويشرب منه كوب قبل تناول طعام الغداء وآخر قبل تناول العشاء ويستمر على هذا المنوال حتى يزول المرض.

حشيشة الليمون Lemon Grass:

وهو نبات زكي الرائحة ويصل ارتفاعه إلى حوالي متر ونصف، أوراقه طويلة خوصية ويتبع الفصيلة النجيلية، وموطن حشيشة الليمون جنوبي الهند وسريلانكا، وتزرع حالياً في المناطق المدارية حول العالم، الأجزاء المستخدمة من النبات الأوراق والزيت العطري، تحتوي الأوراق على زيت طيار وأهم مركب فيه هو السترال والسترونيال، وتستعمل حشيشة الليمون على هيئة مستحلب يحضر بوضع ملء ملعقة كبيرة من مسحوق الأوراق في كوب



ثم يملأ بالماء المغلي ويترك لمدة عشر دقائق، ثم يصفى ويشرب منه كوب بعد الفطور وآخر بعد العشاء مباشرة أو عند الذهاب إلى النوم، ويستمر على هذا العلاج لمدة أسبوع أو حتى زوال الاحتقان في الطحال.

عرقسوس Licorice: عرقسوس نبات عشبي معمر، والجزء المستخدم منه هو جذوره، ويعد العرقسوس من أقدم العقاقير التي استخدمت لعلاج كثير من الأمراض عبر العصور، والموطن الأصلي للعرقسوس منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط وأشهر أنواعه الإسباني فالإيطالي فالروسي ثم السوري والتركي.

ويوجد عرقسوس مقشور أو غير مقشور في الأسواق المحلية.

يحتوي العرقسوس على مركبات كثيرة لكن أهمها جليكوزيد يعرف باسم جليسيرازين، وهو المسؤول عن الطعم للجذر، ويحتوي أيضاً على فلافونيدات واسبراجين وكذلك حمض الجليسيرازين وكذلك صبغة صفراء متكونة من مركبين هما ليكويرتين وايزوليكويرتين، كما يحتوي على زيوت طيارة، ويستخدم

العرقسوس لعلاج الطحال المحتقن، حيث يؤخذ بمعدل ملعقة صغيرة على ملء كوب ماء بارد ويحرك ويشرب بمعدل مرتين في اليوم مرة في الصباح وأخرى في المساء.

السنديان Oak: وهو شجرة كبيرة بطيئة النمو طويلة العمر يصل ارتفاعها إلى ٤٥ متراً لها أوراق مفصصة وثمر أخضر، الموطن الأصلي لهذا النبات نصف الكرة الشمالي. الجزء المستعمل من النبات للحاء والعفص الذي يعرف بالثمر الكاذبة التي تكونها بعض الحشرات أو بعض الفطور، يحتوي لحاء السنديان على حوالي ٢٠٪ حمض العفص، وتحتوي العفصات أو الثمار الكاذبة للسنديان على ٥٠٪ من حمض العفص ويعد أهم مركب في النبات هو الكوريكس Quercus الذي يستخدم في الطب المثلي Homeopathy لعلاج تضخم الطحال واحتقانه.



الجنسنج Ginseng: يعد الجنسج أشهر الأعشاب الصينية دون منازع، ويعرفه الصينيون بالوصفة السحرية التي يعتقدون أنه يعالج جميع الأمراض

ولقد استعمل الجنسج منذ أكثر من ٧٠٠٠ سنة، ويتمتع بمكانه عالية ومرموقة لدرجة أن حروباً خيضة للسيطرة على الغابات التي يزدهر فيها، الموطن الأصلي للجنسج شمالي الصين وكوريا وشرق روسيا، وتتطلب زراعة الجنسج مهارة فائقة، وهو يستتبت من البذور ولا يجمع الجزء المستعمل من النبات -وهو الجذور- إلا بعد ٥ سنوات من زراعته، يحتوي الجنسج على مواد صابونية ثرينولية ثلاثية وجنسنيوزيدات تم التعرف على ٢٥ مركباً منها. كما يحتوي على مركبات استيلية وبناناكسانات وتربينات أحادية نصفية... يستعمل الجنسج لتقوية جهاز المناعة ويشجع الجسم على التحكم في القلق والإجهاد وتنشيط كريات الدم البيضاء، ويفيد في علاج الطحال المحتقن.

إكليل الملك Melilot: نبات عشبي ثنائي الحول يصل ارتفاعه إلى حوالي متر، له أوراق ثلاثية الفصوص وسنابل صفراء من الأزهار وقرون بها عدد من البذور، الموطن الأصلي للنبات أوروبا وشمال إفريقيا والمناطق المعتدلة من آسيا، الجزء المستعمل من النبات جميع أجزائه، يحتوي على فلافونيدات وكومارينات ومواد راتنجية وحمض العفص وزيت طيار، وعندما تقسد النبتة فإنه يتكون مركب جديد يدعى ديكومارول وهو مضاد لتخثر الدم، يستخدم النبات لاحتقان الطحال وذلك بأخذ ملء ملعقة من مسحوق النبات وتوضع على ملء كوب ماء مغلي ويشرب مرتين مرة في الصباح وأخرى في المساء.



طفيليات الأمعاء

أهم طفيليات الأمعاء هي الأميبا؛ وهي كائن حي صغير وحيد الخلية يمكن رؤيته تحت المجهر. تتغير الأميبا في الشكل ويتغير طولها من ٠,٢٥ مم إلى ٢,٥ مم. تعيش بعض الأميبا في الماء والترربة الرطبة، ويعيش بعضها الآخر في أجسام الحيوانات والبشر. يتشكل جسم الأميبا من خلية واحدة فقط وتعد هذه الخلية كتلة عديمة الشكل من البروتوبلازم (المادة الحية الأساسية الهلامية الموجودة في خلايا كل الكائنات الحية) يحيط بالبروتوبلازم غشاء رقيق مرن يحميها ويجعلها متماسكة.

يدخل الماء والغازات إلى الأميبا ويخرج من خلال هذا الغشاء. ولا بد للأميبا أن تغير شكل جسمها لكي تستطيع الحركة. تدفع البروتوبلازم كأنها تتدفق في هذا الامتداد. ولكل خطوة يجب أن يتشكل امتداد آخر لقدم زائفة أخرى. وتسمى الخلايا التي تتحرك بهذه الطريقة الخلايا الأميبية. وعليه فإن كريات الدم البيضاء في الكائنات البشرية هي خلايا أميبية. تأكل الأميبا الكائنات الحية المجهرية وجسيمات المواد الميتة والمتحللة. وتبتلع طعامها بالالتفاف البطيء لأرجلها الزائفة حول جسم الطعام. وبهذه الطريقة يدخل الطعام إلى داخل الخلية. يسمى جزء الخلية الذي يحتوي على الطعام حويصلة الطعام. وهي تطفو في البروتوبلازم حتى يتم الهضم ويطرح جميع الطعام غير المهضوم خارج الخلية.

لا بد للأميبا التي تعيش في المياه العذبة أن تتحكم في الماء الداخل إلى أجسامها وإلا فإنها ستنفجر. ولديها حويصلة قابلة للتقلص تجمع الماء الزائد الذي دخل في الخلية وعندما تمتلئ الحويصلة بالماء فإنها تفرغ من خلال غشاء الخلية.

تتكاثر الأميبا بالانشطار، عندما تصل إلى حجم معين. تنقسم النواة وهي كتلة من بروتوبلازم خاص أولاً، ثم ينقسم باقي الجسم. وينتج عن هذا الانشطار خليتان وليدتان. وتستطيع كل خلية من هذه الخلايا الوليدة الجديدة أن تنمو وتتغذى وتنقسم.

ومعظم الأميبا ليست ضارة بالإنسان. ولكن هناك نوع واحد يمكن أن يسبب مرضاً خطيراً يدعى الزحار الأميبي، عندما يدخل إلى الأمعاء الغليظة.

والزحار الأميبي مرض يسببه التهاب الغشاء المبطن للأمعاء الدقيقة، ويؤدي هذا الالتهاب الذي تسببه كائنات دقيقة الصغر إلى آلام حادة في المعدة وإلى إصابة الشخص بالإسهال. ومع إصابة الشخص بهذا المرض فقد تحتوي حركة أمعائه على المخاط والدم، كما تسبب بعض حالات الزحار ارتفاع درجة الحرارة وقد تؤدي إلى تقيؤ المريض.

وعند تعرض حامل هذا المرض إلى الإسهال فإنهم يفقدون كميات كبيرة من السوائل والأملاح اللازمة لأجسامهم، ومن الممكن أن يصبح هذا المرض مميتاً خصوصاً إذا تعرض المريض للجفاف. يصيب الزحار البشر كافة، وفي أماكن متفرقة من العالم، ولكن تشيع أنواع هذا المرض بكثرة في البلدان المدارية. ويهدد هذا المرض خاصة حياة الأطفال وكبار السن والأفراد الذين لا يتمتعون بصحة جيدة.

الأسباب وأعراض المرض :

تتسبب أنواع عديدة من العضويات المجهرية المتناهية في الصغر مثل بكتيريا السالمونيلا وبكتيريا الشيغلة والحيوانات أحادية الخلية التي تسمى الأميبا في حدوث الزحار، وتسبب الأميبات والشيغلة في حدوث معظم أمراض الزحار وتتسبب الشيغلة في حدوث داء الشغيلات الذي يعرف أيضاً باسم الزحار العصوي. ويحدث داء الشغللات فجأة ويتسبب في ارتفاع درجة الحرارة، وفي

تعرض المريض إلى حالات شديدة من الإسهال، وإذا لم يعالج المريض فقد يزول هذا المرض خلال بضعة أسابيع، ولكنه قد يتسبب في تعرض المريض إلى حالات خطيرة من الجفاف.

تسبب الأميبات الزحار الأميبي الذي يبدأ تدريجياً والذي نادراً ما يؤدي إلى ارتفاع درجة الحرارة. وقد يتسبب في تعرض الشخص لمرض الجفاف لسنوات عديدة، كما يتسبب أيضاً في تعرض المريض إلى قروح المعى الغليظ، وقد تمتد العدوى إلى الكبد. ويكون الزحار الأميبي مميتاً في أحيان نادرة.

انتشار المرض:

تنتقل العضويات المجهرية المسببة لمرض الزحار عن طريق براز الأشخاص المرضى، كما تنتشر أيضاً عن طريق حاملي المرض الذين لا يحملون أعراضه، وتنتقل البكتيريا والأميبات إلى الجسم عبر الفم، وفي معظم الأحوال عبر الطعام أو المياه. وقد تتسبب الحشرات والأيدي غير النظيفة في نقل الأمراض من البراز إلى الطعام. ومن الضروري غسل الأطعمة والخضراوات خصوصاً إذا استخدمت عند زراعتها أسمدة تحتوي على براز الأدميين.

ينتشر وباء الزحار في المناطق المزدحمة بالسكان التي ينخفض فيها مستوى الصحة العامة، وكان هذا المرض منتشراً في الماضي في المستشفيات والسجون ومعسكرات الجيش وقد قتل الزحار جنوداً أكثر مما قتلت المعارك في بعض الحروب. وأدى التحسن الملموس الذي طرأ على الوضع الصحي في القرن العشرين إلى التقليل من عدد المصابين بمرض الزحار، وعلى كل حال فإن هذا الوباء ما زال منتشراً في بعض البلدان النامية.

التشخيص والعلاج:

يكتشف الأطباء أن المريض المصاب بمرض الزحار عند وجود الشيفلة أو الأميبا في عينات براز المريض أو في أنسجة الأمعاء، ويشمل العلاج تزويد المريض

بالسوائل والأملاح التي فقدها، ويستخدم بعض الأطباء بعض المضادات الحيوية أو ميثونيدازول (Methonidazole) المعروف تجارياً باسم فلاجيل (Flagyl).

هل هناك علاج لطفيليات الأمعاء بالأعشاب؟

نعم هناك العديد من الأعشاب لعلاج طفيليات الأمعاء وأهم هذه الأعشاب ما يأتي:

جذور عرق الذهب Ipecacuanha: نبات عرق الذهب عبارة عن شجيرة لا يزيد ارتفاعها عن ٤٠ سم، وهي معمرة ولها ساق متخشب. للنبات أوراق كبيرة يصل طولها إلى حوالي ٧ سم والأزهار بيضاء في مجاميع في نهايات الأغصان.

يوجد نوعان من نبات عرق الذهب؛ الأول: ويعرف بعرق الذهب البرازيلي Briazilian ipecucuanha ويعرف علمياً باسم Cephalis ipecacuanha وجذور هذا النوع نحيلة لا يتعدى سمكها سمك عود الكبريت، وله قشرة متمعجة وسهلة القشر، أما النوع الثاني فيعرف بعرق الذهب القرطاجني أو عرق نيكارا جوا Nicaragua ipecaccuanha، وهذا النوع له جذر سميك سمكه ضعف سمك النوع البرازيلي ومغطى بقشرة متمعجة وسهلة القشر.

والجزء المستعمل من نبات عرق الذهب الجذور فقط وتستخدم على نطاق واسع، حيث إن له استعمالات مهمة.

تحتوي جذور عرق الذهب البرازيلي أو القرطاجني على قلويدات، ومن أهمها قلويد الأميتين Emetine وقلويد السيفالين Cephaline وكذلك دايهيدراو اميتين Dehydrometine.

تستعمل جذور عرق الذهب طاردة للبلغم عند المرضى الذين يعانون من الكحة المصحوبة به، كما تستخدم خلاصتها كمادة مقيئة تستعمل في جميع المستشفيات في حالات التسمم الغذائي، وتستعمل الجذور في علاج الأميبيا الدستنارية. والمناطق الاستوائية التي ينمو فيها هذا النبات يستعمل أهالي تلك المناطق جذور

هذا النبات في علاج الأميبيا الدستنارية، وقد ثبت استعماله علمياً لهذا الغرض، وتوجد مستحضرات من جذور عرق الذهب في الصيدليات.



الكبابة الصينية Cubeba: ونبات الكبابة عبارة عن شجرة معمرة تشبه إلى

حد ما شجرة الفلفل الأسود، والجزء المستخدم من النبات ثماره التي تشبه ثمرة الفلفل الأسود إلا أن لها ندبة بارزة تميزها عن الفلفل، وتحتوي الكبابة على زيت راتنجي المركب الرئيس فيه مركب الكبابين (Cubebin) وهو منشط للمسالك البولية ومركب كيبوبيك اسد (Cubebic acid) كما تحتوي على زيت طيار ومواد دهنية ونشاء وشمع وشحم.



لقد ذكر الدكتور فوستر والدكتور لونج وهما صيدليان متخصصان في الأعشاب أن الكبابة لها تأثير قوي ضد الدستناريا الأميبية، ونبات الكبابة من النباتات المهمة

جداً في الطب الهندي التقليدي، وقد بدأت شعبية هذا النبات تزداد في الولايات المتحدة الأمريكية، وطريقة الاستعمال هو أخذ ملء ملعقة صغيرة سفاً مرة في الصباح وأخرى في المساء.

الحوذان المر Goldenseal: ويعرف أيضاً باسم ختم الذهب، وهو علاج أمريكي شمالي امتدح في القرن التاسع عشر باعتباره دواءً شاملاً. استخدمه هنود الشيروكي وقبائل أمريكية محلية أخرى، ممزوجاً مع دهن الدب كطارد للحشرات، كما صنعوا منه دهوناً للجروح والقروح والعيون الملتهبة والمتقرحة. وكان يعطى داخلياً لمشكلات المعدة والكبد، ويستخدم اليوم قابضاً وعلاجاً مضاداً للجراثيم وللأميبيا.

الجزء المستخدم من النبات العشبي الصغير المعمر جذره السميك الأصفر اللون.

يحتوي الحوذان المر على قلويدات الأيزوكينولين (هيدراستين وبربرين وكندين) كما يحتوي على زيت طيار ومواد راتنجية وكندين، ويعد المركب بربرين هو المركب المضاد للجراثيم والأميبات، كما أن له مفعولاً مركزاً للجهاز العصبي المركزي، أما مركب الكندين فقد بينت الأبحاث أنه ينبه عضلات الرحم.

الكينا Cinchona: نبات الكينا عبارة عن شجرة معمرة، ويوجد منها ثلاثة أنواع العادي والأحمر والأصفر. والنوع المستخدم عادة هو النوع الأصفر المعروف علمياً باسم *Cinchona sucerubra* والجزء المستخدم هو القشور التي تحتوي على قلويدات عدة من أهمها كوينين Quinine وسنكونين وسنكونيدين، وهي تستخدم أساساً لعلاج الملاريا. لكن الأبحاث الأخيرة أثبتت فاعليتها ضد بعض الجراثيم، وبما أن ميكروب الأميبا قريب الشبه من ميكروبات الملاريا فإن مركبات الكينا تقضى على الأميبا، ويمكن استخدام قشور الكينا على هيئة مغلي لعلاج الأميبيا المعوية والكمية نصف ملعقة صغيرة من مسحوق القشرة تضاف إلى ملء كوب ماء مغلي، وتترك لمدة ١٠ دقائق ويشرب بمعدل كوبين إلى ثلاثة أكواب في اليوم.



العنبروت Papaya: وهو نبات شجري معمر له ثمار كبيرة ضعف حجم ثمار المنقة، وهو فاكهة لذيذة تحتوي بذور الثمار على مركبات مطهرة وقاتلة للطفيليات، ومن أهم المركبات مركب الكاربين Carpain ويمكن إضافة مسحوق البذور إلى أي عصير فاكهة بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم.



آني الحلوة Sweet Annie: وهي عشب لا يزيد ارتفاعه عن ٥٠ سم معمر يعرف علمياً باسم *Atremisia annua* ويحتوي على عدة مركبات من أهمها المركب أرتميزين. وقد قام الباحثون الصينيون ومركز أبحاث الجيش في واشنطن بإثبات أن نبات آني الحلوة فعال في مهاجمة الملاريا، وهي القريب المقرب من الأميبا.

وقد استخدم هذا النبات في علاج الأميبيا. والجرعة ما بين ٢-٥ ملاعق صغيرة من مسحوق العشب لكل ملء كوب ماء مغلي، وتؤخذ الجرعة بمعدل كوب إلى ثلاثة أكواب في اليوم.

الراسن Elecampane: الراسن عشب معمر ينتشر في الولايات المتحدة الأمريكية له أوراق ذهبية.

يعرف علمياً باسم *Inula helenium* والجزء المستعمل الجذور. يحتوي الجذور على اينولين وزيت طيار يشمل اللانترول ولاكتونات تربينية أحادية نصفية بما في ذلك الانتولاكتون، كما يحتوي على مواد صابونية ثلاثية التربين وستيرولات ومنتجات الأستلين. يستخدم كطارد للبلغم ويلطف السعال ومدد للعرق وطارد جيد للديدان وقاتل للبكتيريا ومطهر. ينصح خبراء الأعشاب بتناول مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق العشب وإضافته إلى مقدار ملء كوب ماء مغلي، ثم إعادته فوق النار ليغلي لمدة ٢٠ دقيقة، ويشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم لعلاج الأميبا ويعد من المواد الجيدة لهذا المرض وجرعاته آمنة.



عرق النسا

هو عبارة عن عصب ممتد من نهاية الحبل الشوكي خلف الفخذ، وتمتد فروعها على طول الساق والفخذ والقدم من الخلف، ويعد من أضخم الأعصاب وأطولها. وإذا التهاب سبب آلاماً شديدة.

وعند الإصابة بال ألم في عرق النسا فإن الألم يمتد على طول العصب ابتداءً من الأعلى وحتى الأسفل، أي من أعلى الإلية إلى الكعب، ويعاني المريض من ألم مضمّن عند مفصل أعلى الفخذ كلما حاول ثني الساق الممدودة، وعندما يقف المريض فإنه يلقي بثقل جسمه كله على ساقه السليمة ويمسك بالساق المريضة المثنية قليلاً من مفصلها العلوي، كما يرفع عقب هذه الساق عن الأرض لتجنب الألم الشديد.

يكون الألم في أول مراحل المريض شديداً جداً. فإذا حصل المريض على الراحة الكافية وتدفئة الساق المريضة فإن الألم لا يلبث أن يخف تدريجياً ثم يأخذ في التضاؤل خلال أسابيع قلائل. وفي حالة الالتهاب المزمن فإن نوبات الألم تتكرر خلال فصل الشتاء.

ولمرض عرق النسا أسباب كثيرة إلا أنه قد يحدث عادة عقب القيام بجهد غير عادي كرفع ثقل أو قد يكون ضمن حالات الالتهاب المفصلي، وعكس ما هو شائع عن المرض فهو أكثر حدوثاً بين الذكور أكثر منه بين الإناث، وتكون عادة الإصابة به في أوائل العمر. ويمكن أن يحدث المرض نتيجة تمزق أحد الأقراص الموجودة بين الفقرات فيضغط على قاعدة العصب عند نزوله من العمود الفقري. وقد

يؤدي الالتهاب العظمي المفصلي في النخاع وفي حالات التضخم في النخاع أيضاً إلى حدوث الألم في هذا العرق.

وإذا ما أصبح الألم غير مطلق فإنه يجب على المريض البقاء في السرير، كما تمنع الساق من الحركة وذلك بتثبيتها بوضع أكياس من الرمل عليها أو بعمل جبيرة غير ثقيلة. كما يجب إبقاء الساق دافئة بقدر المستطاع، حيث إن البرد يزيد من شدة الألم.

وعند حدوث ألم متواصل مكان الألم المبرح فإن هذا يعني بدء الحالة المزمنة عند المريض، حيث يتعرض لنوبات من الألم المبرح من وقت لآخر، وبالأخص في فصل الشتاء، وتحدث هذه النوبات بعد القيام بعمل يتطلب مجهوداً كبيراً لرفع ثقل من الأثقال.

العصب النسئ:

ونظراً لوجود علاقة بين عرق النسا وبين ما يسمى بالعصب النسئ فإننا سنتعرف على هذا العصب.

العصب النسئ هو أثنى عصب في جسم الإنسان بأكمله، ويبلغ غلظه بسماكة إصبع البنصر، وهو يمد الساق وباطنها وعضلتها والقدم بالغذاء الذي تحتاج إليه. وتصل الألياف الشعور من جلد ظهر الرجل والقدم إلى هذا العصب، ويتوزع هذا العصب بشكل كبير جداً ليصل عند مفصل الركبة إلى قسمين هما: العصبان الماضيان الخارجي والداخلي. ويقع العصب الخارجي على مقربة من سطح الجزء الأسفل من ظهر مفصل الركبة، ويمكن وضع اليد عليه ومسكه باليد وخاصة عند النحفاء. أما الالتهاب الذي يصيب غلاف العصب النسئ فيسمى عرق النسا.

ويتألف عصب النسا الصغير من ألياف توصل الإحساس من الجلد، ويغذي الجلد أعلى الفخذ وظهر الساق والنصف الأعلى من جلد الساق.

العلاقة بينهما :

ما هي العلاقة بين عرق النسا والعصب النسئ؟

عرق النسا هو الأنبوبة أو الماسورة التي يمر بداخلها العصب النسئ.

هل هناك علاج لعرق النسا بالأعشاب أو وسيلة أخرى غير الأعشاب؟

نعم هناك أعشاب ووسائل أخرى للعلاج



بذور القش أو بذور الحشائش Hayseeds: وهي عبارة عن خليط من بذور بعض الحشائش Grass seeds وبالأخص العشب المعروف علمياً باسم Hoxanthon .adoratum.

يقول الدكتور بارسون: إن الأوربيين كانوا يجمعون رؤوس الحشائش التي تحتوي على البذور ويضعونها في حماماتهم المائية ويتركونها لمدة ٢٤ ساعة ثم يجلسون فيها وخاصة أولئك الذين يعانون من عرق النسا أو الآم في الظهر أو الروماتزم، وكانوا يشعرون بارتياح كبير بعد أخذهم ذلك الحمام. وقد تطور استخدام مخلوط بذور الحشائش حيث قام الدكتور بارسون كنيب بعمل كمادات تحتوي على هذه البذور وتستعمل لتكميد الأماكن المصابة.

القراص Stinging Nettle: الكل يعرف أن القراص الأخضر تحتوي أوراقه وأغصانه على شعيرات تسبب وخزاً للجلد عند تعرضه لها، ولقد استعملت هذه الظاهرة في التخفيف من آلام عرق النسا، حيث يقطف النبات ثم يضرب به عرق النسا فيسبب تخريشاً للجلد الذي بدوره يسبب تنبيهاً للعصب، فيخفف الألم. ولكن القراص يستخدم



لتخفيف آلام عرق النسا المبرحة بطريقة أخرى، وهي طريقة الكمادات، حيث يؤخذ جميع أجزاء النبات ويعمل منه كمادات توضع على مواقع الألم فيخفني.

الصفصاف Willow: جميع أنواع الصفصاف تحوي قشورها على الساليسين (Salicin) الذي يعادل الأسبرين في تأثيره. وقد اعترف به الكوميشين الألماني كمادة لها تأثير ضد الصداع والروماتزم. وقد رأى الدكتور دوك أن المصاب بعرق النسا يستطيع استعمال أي نوع من قشور نبات الصفصاف، واقتراح أن يبدأ المصاب بجرعة مقدارها نصف ملعقة شاي من القشور الجافة يومياً، ويمكن للمريض زيادة الجرعة حتى يشعر بالتحسن التام مع ملاحظة أن الأشخاص الذين لديهم حساسية من الأسبرين يجب عليهم عدم استعمال قشور الصفصاف. ويمكن إضافة نصف ملعقة من مسحوق عرق السوس إلى الجرعة لتفادي إحداث قرحة في المعدة، حيث إن قشور الصفصاف تحتوي على الأسبرين الذي يسبب القرحة؛ ولأن عرق السوس من المواد المضادة للقرحة فلهذا السبب يضاف إلى الصفصاف.



الغلطيرة المسطحة (شاي كندا) Wintergreen: وهي شجرة أمريكية شمالية بيضاء الأزهار حمراء الثمار، وتعرف علمياً باسم *Gaultheria procumbens* تؤكل ثمارها العنبية الحمراء. تحتوي على ميثايل سالسليت وتشبه في تأثيرها على ألم عرق النسا قشور الصفصاف. وتستعمل إما داخلياً كمشروب أو خارجياً على هيئة حمام مائي أو على هيئة مرهم يدهن به المكان المصاب. ويعد امتصاص



مركبات النبات عن طريق الجلد أسرع وأكثر فائدة من استعماله عن طريق المعدة. وفي الولايات المتحدة الأمريكية يوجد أكثر من ٤٠ مستحضراً تحتوي على ميثايل سالسليت كمادة لها خاصية التأثير الدوائي وجميع هذه المستحضرات تستعمل خارجياً.

حشيشة الملاك الصينية Chinese angelica: تعد حشيشة الملاك الصينية الرائدة في الطب الصيني لعلاج عرق النسا، وتعرف عادة بالجنسنج الأنثي. كما يوجد لهذا النبات تأثير مهدئ وقاتل للألم ومضاد للالتهابات والتقلصات.

وفي الصين يقوم الأطباء بحقن خلاصة نبات حشيشة الملاك للمرضى المصابين بعرق النسا. وقد عملت دراسة إكلينيكية في الصين على مرضى حقنوا بخلاصة النبات فوجدوا أن ٩٠٪ من المرضى الذين خضعوا لهذا العلاج حصلوا على نتائج متميزة. ويجب عدم استعمال مستحضرات هذا النبات من قبل المرأة الحامل.

الخباز الریفي *Country mallow*: وهو عبارة عن عشب يعرف علمياً باسم *Sida cordifolia*. وقد استخدمه الأطباء الهنود في علاج مرض عرق النسا وفي أمراض أخرى، وقد وجد أن هذا النبات يحتوي على كمية من الأندرين وبالرغم من أن هذا المركب الذي يستخدم أساساً لعلاج مشاكل الجهاز التنفسي ومنبه وجد أنه يخفف آلام مرض عرق النسا، حيث يعد مقوياً للعضلات.





الخردل Mustard: وهو

نبات عشبي صغير يعرف علمياً باسم Brassica nigra وتوجد أنواع أخرى من الخردل لها التأثير نفسه ومن أهمها Sinapis alba والجزء المستخدم من

الخردل بذوره التي تحتوي على جلوكوزيدات أيزوثيوسيانية. ويستعمل الخردل على نطاق واسع كمنفط ومحمر للأمراض الجلدية، وتوجد لصقات مصنوعة من الخردل، وتستعمل منذ أزمنة طويلة للروماتزم وعرق النسا وكذلك آلام الصدر. ويقوم الخردل بتدفئة الأماكن التي يوضع عليها وإحداث حرارة مما يخفف من آلام عرق النسا.

الرشاد Lepidium: الرشاد نبات عشبي

حولي شتوي يعرف علمياً باسم Lepidium sativum الجزء المستخدم منه البذور. ويحتوي على جلوكوزيدات أيزوثيوسيانية مثله مثل الخردل ويستعمل لعلاج أمراض كثيرة ومنها عرق النسا، حيث يعمل منه لصقات توضع على موقع الألم فيعمل كما يعمل الخردل.



الزنجبيل Ginger والسهم Sesame: لقد تحدثنا بالتفصيل عن الزنجبيل، ولكننا نتحدث الآن عن خلطة مكونة من الزنجبيل والسهم، حيث يقول الدكتور جون هينيرمان الإنجليزي: إن أحسن ما وصف لعلاج عرق النسا هو مزيج يتكون من ملعقتين صغيرتين من مسحوق الزنجبيل تخلط مع ثلاث ملاعق من زيت السهم، ثم يضاف لها ملعقة من عصير الليمون. يحك موقع الألم بهذا الخليط عدة مرات في اليوم إلى أن يختفي الألم.

الكرنب Cabbage: والكرنب معروف وسبق أن تعرضنا له، ويعرف علمياً



باسم *Brassica oleracea* ولقد عرف الكرنب في الغرب منذ عام ٤٠٠ قبل الميلاد، وهو من النباتات الغذائية الدوائية، والجزء المستخدم منه هي الأوراق. يحتوي الكرنب على معادن وفيتامينات أ، ب، ج، وحموض أمينية ودهون. ويستخدم كمضاد للالتهابات، ويستعمل الكرنب أكلاً وبكثرة لعلاج عرق النسا، وينصح أن يؤكل الكرنب المخلل لهذا الغرض.

العرعر Juniper: العرعر نبات شجري



معمر والجزء المستخدم منه ثماره ورؤوس الأغصان الطرية. ويعرف علمياً باسم *Juniperus communis* ويحتوي على زيت طيار وفلافونيدات ومواد سكرية وجلوكوزيدات وحموض عفصية وفيتامين ج. يستخدم مطحون ثمار العرعر وبراعمه، حيث تطحن وتحفظ في برطمان،

ويؤخذ من هذا المسحوق ملعقة صغيرة وتضاف لكوب ماء سبق غليه ويقلب جيداً ويحلى بالعسل ويغطى ويترك لمدة ١٥ دقيقة. ثم يشرب كوب بعد الفطور وآخر بعد وجبة العشاء يومياً حتى يزول الألم.

زيت الكافور وزيت البابونج: يدلك موقع الألم بمزيج من زيت الكافور وزيت البابونج ويجري التدليك عادة قبل النوم مباشرة ويستمر التدليك لمدة ١٠ دقائق بحيث يكون التدليك خفيفاً ومتواصلاً، ويكون المريض مستلقياً على بطنه. ويكرر هذا العلاج يومياً في المساء ويستمر لمدة أسبوعين حتى بعد تمام الشفاء.

زيت الخروع وزيت الزيتون: يستخدم زيت الخروع وزيت الزيتون بنسبة ١/١، ويدهن بهذا المزيج موضع الألم. مساءً عند الخلود إلى النوم بحيث يكون المريض مستلقياً على بطنه ويستمر عليه لمدة أسبوعين.

الكي (Cauterization: chi Qi): الكثير منا يكره الكي وخاصة أن بعض المتخصصين في الكي يستخدمون أدوات غليظة، ولكن بعض المعالجين الشعبيين الذين لديهم خبرة في هذا المجال يستعملون مخططاً صغيراً للكي. وعند قيامنا بدراسة محاسن ومساوئ الطب الشعبي في المملكة من خلال المشروع الوطني الذي دعمته مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية تعرضنا لأنواع الكي ولاحظنا بعض المداوين الذين توجد لديهم خبرة متميزة في هذا العلاج خاصة (كي عرق النسا) فقد تابعنا مرضى كانوا يعانون من عرق النسا وذهبوا إلى معالج في الرياض لديه خبرة جيدة في هذا المجال وقام بكيهم وتابعنا حالتهم بعد الكي وقد شفوا تماماً. بينما لاحظنا بعض حالات الكي الأخرى عند معالجين آخرين لأمراض أخرى أدى الكي إلى وفاتهم.

