الأترج
Adam's apple

الأترج شجر من الموالح يصل ارتفاعه إلى خمسة أمتار، ناعم الأغصان والورق، أزهاره بيضاء وثمرته تشبه الليمونة إلا أنها أكبر بكثير ذات لون برتقالي ذهبي له رائحة مميزة ذكية ماؤها حامض، يعرف الأترج بعدة أسماء وفقاً للمنطقة التي يكثر فيها، ففي السعودية يدعى ترنج، وفي بلاد الشام ترنج أيضاً وكبَّاد، وفي مصر والعراق أترج كما يسمى تفاح العجم وتفاح ماهي وتفاح آدم وليمون اليهود لأنهم يحملونه في أعيادهم.

يعرف الأترج علمياً باسم Citrus Medica، والموطن الأصلي للأترج المناطق الحارة بشكل عام.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي قشور ثمرة الأترج على زيت طيار والمكون الرئيس ليمونين الذي يشكل نسبة ٩٠٪ من محتويات الزيت، كما تحتوي على فلافونيدات وكومارينز وتربينات ثلاثية وفيتامين C وكاروتين ومواد بكتينية.

الاستعمالات:

قديماً ورد ذكره في حديث لرسول الله صلى الله عليه وسلم حيث قال: "مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن كمثل الأترجة طعمها طيب وريحها طيب". وكذلك ورد ذكر الأترج في سفر اللاويين من التوراة "تأخذون لأنفسكم ثمر الأترج بهجة".

وقد قيل إن بعض الملوك الأكاسرة سجن بعض الأطباء وأمر ألا يقدم لهم من الأكل إلا الخبز وإداماً واحداً، فاختاروا الأترج، وسئلوا عن ذلك فقالوا: "لأنه في العاجل ريحان ومنظره مفرح، وقشره طيب الرائحة، ولحمه فاكهة، وحماضه إدام، وحبه ترياق، وفيه دهن".

لقد عرف العرب الأترج منذ القدم وتغنى به شعراؤهم في مختلف العصور منهم ابن الرومي الذي قال فيه في معرض الحديث عن أحد ممدوحيه:

كل الخلال التي فيكم محاسنكم
تشابهت منكم الأخلاق والخلق

كأنكم شجر الأترج طاب معاً
حملاً ونوراً وطاب العود والورق

ويقول ابن سينا في الأترج: "لحمه (لبه) ملطف لحرارة المعدة نافع لأصحاب المرة الصفراء قامع للبخارات الحارة".

وقال الأطباء العرب فيه الكثير، حيث قسموه إلى أربعة أصناف: قشر ولب وحمض وبذر، ولكل منها منافع وخواص وقالوا: إن من منافع قشره أنه إذا جفف وسحق ثم جعل بين الملابس أو الفراش منع السوس ورائحته تطيب رائحة الهواء والوباء، ويطيب النكهة إذا أمسكها في الفم، ويحلل الرياح، وإذا أضيف إلى الطعام أعان على الهضم، وعصارة القشرة الطازجة تنفع من نهش الأفاعي شرباً، كما ينفع القشر ضماداً على الجروح، وإذا أحرق قشره بعد جفافه فإن رماده طلاء جيداً للبهاق، أما لبه فملطف للمعدة، وحماضه قابض وكاسر للصفراء، ومسكن للخفقان الحار، يفيد اليرقان شرباً، يقطع القيء، ومشه للأكل، يحبس البطن ينفع الإسهال والصفراء، ينفع طلاؤه من الكلف، مقو معدي، ويسكن العطش، أما بذره فينفع من السموم القاتلة إذا شرب منه وزن مثقالين مقشراً بماء فاتر، ملين للطبيعة مطيب للنكهة. وقالت طائفة من الحكماء: "جمع الأترج أنواعاً من المحاسن والإحسان فقشره مشموم، وشحمه فاكهة، وحماضه إدام، وبذره

openkanar.com

دهان". وقال ابن البيطار: "قوة الأترج تلطف وتقطع وتبرد وتطفئ حرارة الكبد وتقوي المعدة وتزيد في شهوة الطعام وتقمع حدة المرة الصفراء وتزيل الغم العارض منها، ويسكن العطش ويقطع الإسهال، وحماضه نافع من الخفقان، وحب الأترج ينفع من لدغ العقارب".

يستخدم الترنج في الطب الحديث كفاتح للشهية وطارد للأرياح ومهضم ومنبه للجهاز الهضمي ومطهر ومضاد للفيروسات وقاتل للبكتيريا ومخفض للحمى، ويستخدم كمضاد للبرد والإنفلونزا والحمى ولعدوى الصدر والحنجرة بالميكروبات، ويقوي جهاز المناعة، كما يساعد في موازنة ضغط الدم.

الأثل
Tamarix

الأثل شجرة متوسطة الارتفاع دائمة الخضرة أوراقها صغيرة حرشفية الشكل، أزهارها بيضاء إلى قرمزية، ويوجد من الأثل عدة أنواع فهي متوسطة الحجم، وسريعة النمو، جميلة المنظر، يكثر نموها على جوانب الطرق الزراعية والأراضي السبخة والأراضي الملحية. وتكثر في مصر وبالأخص حول بركة قارون بالفيوم، وفي عدة مناطق كثيرة بصحراء سيناء، ويكثر في المملكة العربية السعودية، فهو ينبت في أي مكان. يسيل من السيقان سائل سكري حلو المذاق، يستخدمه الأعراب في الصحراء كغذاء خلال فصل الصيف.

يعرف الأثل علمياً باسم Tamarix articulata الجزء المستعمل من النبات الأوراق والثمار والسائل السكري الذي ينزف من سيقانه.

تحتوي الأوراق على مادة تاماركسين ومعادن الصوديوم والكالسيوم والبوتاسيوم والماجنسيوم، وتحتوي الثمار على مواد عفصية بنسبة كبيرة جداً بالإضافة إلى حوالي ١٧ مركباً فينولياً، كما تحتوي العصارة السكرية على سكاكر مثل: الجلوكوز والفراكتوز والدكسترين.

الاستعمالات:

لقد عثر علماء الآثار على بعض قطع من أشجار الأثل في وادي قنا يرجع تاريخها إلى العصر الحجري القديم، وكذلك على خشبها منذ العصر الحجري الحديث في البداري وعصر ما قبل الأسرات. أما الأغصان والأوراق فقد وجدت في مقابر مدينة منف وطيبة، وهذا يدل على أن أشجار الأثل قديمة جداً في مصر كما يؤكد كل من "هيرودوت وبليني" أن الأثل موطنه الأصلي مصر.

وعثر العالم الآخر "أنجر" على قطع كثيرة منه في مدينة الكاب، بينما تعرف العالم "شفاينفورت" على فروع كاملة في تابوت الأمير الفرعوني "كنت" من الأسرة العشرين. وعثر أيضاً العالم "بيتري" على أجزاء هذا النبات في مقابر هوارة.

ويستخدم النبات كملين ومقو للناحية الجنسية وضد حالات الحمى والحروق وعلى شكل دهانات عقب عمليات الختان "الطهارة"، وهذا يؤكد أن الفراعنة عرفوا الخاصية القابضة لهذا النبات.

وقد قال أيمن البيطار: "الأثل ينفع من ضعف الكبد شرباً والحكة والجرب طلاء، ورماده ينفع من بروز المقعدة والبواسير، وإذا طبخت أصل الشجرة بخل وشرب منه مقدار أربع أوقيات ونصف قوى الكبد ونفعه ولين أورامه، كما أنه يشفي أوجاع الأسنان".

obeikandl.com

ويقول الأنطاكي في الأثل: "إن رماده يشد اللثة ويقطع الدم كيفما استعمل، وطبيخه ورماده بالزيت يشد الشعر والمقعدة ويبخر به الجدري فيسقطه، وكذا البواسير، وهو يضعف المعدة ويصلحه الصمغ، والشربة من طبيخه إلى نصف رطل ومن عصارته إلى ٤٨ درهماً (١٤٤ جراماً) ومن ثمرة إلى ثلاثة دراهم (٩ جرامات)".

ويقول بوليس في الأثل: "إن مغلي الأوراق والأغصان الصغيرة تستخدم في علاج استسقاء الطحال، كما أن نفس المغلي مع الزنجبيل يستخدم في علاج الرحم".

ومغلي قشور الأغصان في الماء والخل يستخدم في قتل القمل، ومغلي العفص المتكون على النبات قابض لا يستغرق علاج أمراض المعدة. ويقول الشوربجي في الأثل: "إن القلف (القشور) يستخدم في علاج الأكزيما وإن النبات يحتوي على الفلافونيدات والأنثوسينيات".

ويقول ميلر: "الأوراق الجافة التي سقطت على الأرض تجمع لتستخدم كمعجل للتقلصات الرحمية لمساعدة المرأة التي تعاني من طول فترة الولادة، أو لعلاج حالات بقاء خلاص المولود، كما تغلى الأوراق في كمية من الماء، ثم تترك منقوعة ويعطى الماء بعد تصفيته للمرأة كي تشربه".

ويقول أبو الفتح: "إن أوراق نبات الأثل تربط على الرأس لخفض درجة الحرارة ولعلاج الصداع".

يستخدم السائل السكري المستخرج من أغصان الإثل لعلاج الحمى والحرارة الناتجة من ضربة الشمس، بالإضافة إلى ذلك فإنه يمد الجسم بالطاقة الحرارية اللازمة له، كما يستعمل مغلي الأوراق أو مسحوق الأغصان مضمضة جيدة لعلاج آلام الأسنان وترهل اللثة، كما يستخدم المغلي لعلاج الجروح والحروق.

لا يوجد بالمراجع العلمية ما يفيد أن للأثل أضراراً جانبية.

obeikandl.com

الإذخر
Sweet rush

الإذخر هو نبات عشبي معمر ذو رائحة عطرية ذكية تشبه في الغالب رائحة الورد، ساق النبات قائم يبلغ ارتفاعه من ٣٠ إلى ٦٠سم، يتميز النبات بظهور أغصان كثيرة من قاعدة النبات، أوراق النبات شريطية خشنة.

نبات الإذخر يكون عادة على هيئة خصلات متجمعة ويعد من النباتات الصحراوية من الدرجة الأولى.

يعرف نبات الإذخر بعدة أسماء في الوطن العربي، وهي: صخبر بدولة الإمارات، حشيش الجمل، خلال مأموني، سنبل عربي، تين همشة، حلفا بر، حلفا مكة، طيب العرب، اصخير، تبن مكة، سراد، وفي اليمن يعرف باسم محاح.

تعد المملكة أهم موطن للنبات ولكنه ينمو في عدد كبير من البلدان الأخرى، ينتشر في المملكة في كل من جنوب وشمال الحجاز، منطقة نجد، النفود، الربع الخالي، المناطق الشرقية والشمالية والجنوبية من المملكة. تستخدم جميع أجزاء النبات. يعرف علمياً باسم Cymbopgon schoenanthus.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي النبات على زيوت طيارة وأهم مركبات هذا الزيت هي جيرانيول المشابهة لزيت عشب الليمون، وسترال الذي يستخدم كمادة أولية في صناعة فيتامين (أ) بجانب تحويله إلى عطر الأينون، وكذلك مركب سترول، كما يحتوي على فلافونيدات.

obeikandl.com

الاستعمالات:

لقد أنه عندما بدأت الحفريات الأثرية في مصر عام ١٨٨١م وعندما فتحت قبور ملوك الفراعنة التي يرجع تاريخها إلى ٣٠٠٠ سنة ظهرت منها رائحة الإذخر المشهورة.

لقد ثبت في الصحيح عن الرسول صلى الله عليه وسلم أنه قال: في مكة "لا يختلا خلاها" قال: له العباس رضي الله عنه إلا الإذخر يا رسول الله، فإنه لقينهم ولبيوتهم، فقال: رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إلا الإذخر".

ويقول الدمشقي عن الإذخر: "إنه لطيف، مفتح للسدد وأفواه العروق، يدر البول والطمث ويفتت الحصى، ويحلل الأورام الصلبة في المعدة والكبد والكليتين شرباً وضماداً، وأصله (جذره) يقوي عمود الأسنان والمعدة ويسكن الغثيان ويعقل البطن".

ويقول داود الأنطاكي عن الأخذر "إنه يسكن آلام الأسنان مضمضة، ويفتت الحصى، وينفع نفث الدم ويحلل الأورام مطلقاً، ويقاوم السموم، وينقي الصدر والمعدة، وهو يفيد الكلى ويصلحه ماء الورد وشربته حوالي ٥ جرامات، وأجود الإذخر الحديث النمو، الأصفر، المأخوذ من أرض الحجاز ثم من مصر والعراقي رديء جداً".

أما ابن سينا فيقول: "إن دهن الإذخر ينفع من الحكة حتى في البهائم".

أما بوليس فيقول في الإذخر: "إن له فوائد طبية عديدة منها أن مستحلب الأجزاء الزهرية يشرب كدواء ضد الحمى، أما مستحلب النبات بكامله فيكون مدراً للبول وطارداً للأرياح ومضاداً للروماتيزم وكمادات الجروح ومعرقاً، أما مغلي الأوراق فعلاج لأمراض الرئة واضطرابات المعدة".

أما الشوربجي (١٩٦٨م) فيقول: "الإذخر مفيد في حالات الحمى، والتهابات القصبة الهوائية، وأمراض القلب والتهابات الحنجرة، وصرع الأطفال، وأمراض

الروماتيزم، وآلام الأعصاب، الساق والجذور معاً يفيدان في عمل ترياق مضاد لسم الأفاعي والعقارب".

ويقول الخليفة وشركس (١٩٨٤م) في كتابهما "نباتات الكويت الطبية" "إن مختلف أجزاء النبات تحتوي على زيوت طيارة، بنسبة ١٪ من الوزن الجاف للعشب ورائحته مزيج بين رائحة العنبر والنعناع".

ويقول عقيل وزملاؤه من السعودية: "بأن زيت الإذخر منشط ومفيد في أمراض البطن الناتجة من تقلص العضلات غير الإرادية ويعد جذره طارداً للبلغم، ويعطى في شكل مغلي، بينما تؤخذ من الزيت نقط قليلة مع السكر أو سكر النبات، ومغليه مفيد لعلاج الرحم".

يقول الدكتور جابر القحطاني ورفاقه في كتابهم الجديد بعنوان: (Medicinal Planst of Saudi Arabia. Vol. II. 2000) "إن نبات الإذخر منشط وطارد للغازات ومضاد للتقلصات ومعرق ويفيد كثيراً في تطبل البطن وفي التقلصات المتقطعة وخاصة المصاحبة للتبرز، أما خارجياً فيستعمل كمنفط مضاد للروماتيزم والآلام القطنية، كما يستخدم في صناعة أجمل العطور وفي الصابون".

ويقول قطب في كتابه "النباتات الطبية في ليبيا": "للأذخر تأثير في عدم انضباط الدورة الشهرية، ومفيد جداً لحالات المغص للأطفال".

obeikandl.com

الأذريون
Marigold

أذريون الحدائق نبات معمر يصل ارتفاعه إلى حوالي ٦٠ سم، له أزهار زاهية برتقالية اللون تشبه أزهار الأقحوان في ترتيبها.

الموطن الأصلي لأذريون الحدائق جنوبي أوروبا ويزرع في الأقال:يم المعتدلة من العالم، وينبت بشكل عفوي عادة في البساتين وأطراف الطرق.

الجزء المستعمل من أذريون الحدائق أزهاره المتفتحة والنبات الغض قبل تفتح الأزهار، ولأزهار النبات رائحة قوية كريهة.

يعرف أذريون الحدائق بأسماء أخرى مثل قوقحان: وزبيدة وكحلة، أما علمياً فيعرف باسم Calendula officinalis من الفصيلة المركبة.

المحتويات الكيميائية :

تحتوي أزهار النبات على صابونينات ثلاثية التربين بنسبة ما بين ٢ إلى ١٠٪ وجلوكوزيدات أ، ب، ج، ج، هـ، ز وهي من نوع إما مونو أو بسايديموزيدك أ، ليانوليك أسد جلايكوزايدز، كما تحتوي على تربينات ثلاثية كحولية وهي عديدة وكذلك فلافونيدات بنسبة ٣ر٠ إلى ٨ر٠٪ وتشمل أيزوثاملين وكويرستين، كما تحتوي على كاروتونيدات وأهم مركب فيها ليوتين زياكثين، وكذلك تحتوي على

obeikandl.com

ديهايدروكستكومارين مثل سكوبوليتين وامبيليفوردن وايسكيولتين، وكذلك زيت طيار بنسبة ٢ر٠٪ وأهم مركب الفاكادينول، وكذلك مواد متعددة السكاكر ومواد هلامية ومواد راتنجية.

الاستعمالات:

أذريون الحدائق هو أكثر الأعشاب شهرة وله استعمالات متعددة في طب الأعشاب الأوروبي، فبتلاته الزاهية علاج ممتاز للجلد الملتهب والمتورم حيث تساعد خصائصها المطهرة والعلاجية في الحد من انتشار العدوى وتسرع في الشفاء والأزهار أيضاً منظفة ومزيلة للسموم.

وقد قال: عنه داود الأنطاكي في تذكرته: "ينقي الدماغ والصدر والأحشاء، ويخرج الهوام من البطن والمنزل وتهرب منه حيث كانت وبالأخص الذباب، يفتت الحصى ويدر الفضلات، ويسقط الأجنة حتى ولو مسكت به يد الحامل مدة وجيزة، يصلح الأسنان غرغرة وأم الصبيان، يذهب الاستسقاء والطحال واليرقان مطلقاً، والمفاصل والخنازير طلاءً".

وقال: عنه ابن البيطار في جامعه "زعم قوم أن المرأة الحامل إذا أمسكته بيديها مطبقة واحدة على الأخرى، نال الجنين منه ضرر عظيم شديد، وإذا أدامت إمساكه واشتمامه أسقطت الجنين. يقال:: إن دخانه تهرب منه الفئران والوزغ، وإذا شرب من مائه أربعة دارهم تقيأ بقوة، وإن جعل ورده في موضع هرب منه الذباب، وإن دق وضمد به أسفل الظهر أنعظ إنعاظاً متوسطاً، وإذا استعط بعصارة أصله منع من وجع الأسنان بما يحلل من الدماغ من البلغم، ويقال: إن أصله "جذرة" إذا علق نفع من الخنازير، وإن المرأة العاقر إذا احتملته حبلت".

وقال: ابن سينا "الأذريون حار في الثالثة يابس فيها وفيه ترياقية ويقوي القلب إلا أنه يميل بمزاج الروح إلى جنبه الغضب دون الفرح، ينفع من داء الثعلب مسحوقاً بالخل، رماده بالخل على عرق النسا، ينفع من السموم كلها وخصوصاً اللدوغ".

obeikandl.com

ومن فوائده الكبيرة علاجه للجروح المتعفنة والقروح المستعصية.

أثبتت الأبحاث الحديثة أن الأذريون مضاد للالتهابات، يخفف تشنج العضلات وقابض، مانع للنزيف ولائم الجروح ومطهر، مزيل لسموم الجسم مولد لطيف للأستروجين، كما أن المواد الراتنجية فيه مضادة للفطور ومضادة للجراثيم والفيروسات، كما أنه يقبض الشعيرات الدموية وهذا ما يفسر فعاليته للجروح وأوردة الدوالي والحالات الالتهابية المتنوعة. تستعمل الأزهار لعلاج الجروح المتعفنة والقروح المستعصية وقروح دوالي الساقين وقروح الفراش، وهي القروح التي تحدث في المقعدة أو الكتفين أو كعب القدم عند المرض وخصوصاً الشيوخ الذين يضطرهم المرض للبقاء في الفراش مدة طويلة ممددين على ظهورهم، وعلاج النواسير والاحتقان في أصابع القدمين من تأثير تعرضها للبرد وتشققات حلمة الثدي واليدين. وهذه الإصابات تعالج جميعها بمرهم يصنع من أزهار الأذريون.

وطريقة صنع المرهم هو هرس أزهار النبات إن كان طازجاً أو سحقها إن كانت الأزهار جافة وتمزج مع زبدة الماعز غير المملحة ثم يستخدم دهاناً، كما أن أزهار النبات تعالج سرطانات الجلد، كما يستعمل مغلي أزهار النبات التي تحتوي على هرمون جنسي لعلاج الضعف الجنسي عند الذكور والمغلي نفسه يدر الحيض عند النساء ويزيل ما يرافقه من آلام، على أن يشرب قبل موعد الحيض المنتظر بثمانية أيام، ويقال: إن شرب مغلي أزهار الأذريون ولمدة طويلة يخفف من سرطان الرحم، وطريقة الجرعة هي أخذ ملء ملعقة من أزهار الأذريون ويضاف لها ملء كوب ماء مغلي ويترك حتى يبرد ثم يعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين.

يوجد كريم وجيلي نسبة ٧٪، ١٠٪ مرهم بنسبة ٤٪ ومحلول للعين وصبغة وشامبو.