زيت السمسم
Sesam oil

زيت السمسم يعرف بعدة أسماء مثل: شمشم وجلجلان والشيرج أو السيرج وفي جنوب المملكة يعرف بالسليط ويستخرج زيت السمسم من بذور نبات السمسم المعروف علمياً باسم Sesamum indica من الفصيلة السمسمية Pedalinacea. ونبات السمسم نبات عشبي حولي يصل ارتفاعه إلى حوالي متر، ذو ساق منتصبة له أوراق خضراء أرجوانية بيضاوية الشكل، ويحمل كل غصن من أغصان النبات زهرة ذات لون وردي مبيض جرسية الشكل، ثمرة النبات عبارة عن كبسولة تمتلئ بالبذور الصغيرة ذات اللون البني أو اللون الأبيض، وقد يوجد السمسم مقشوراً في بعض الأسواق.

الموطن الأصلي لنبات السمسم الصين وتنتج ٤٠٪ من الإنتاج العالمي ويليها الهند وبورما وتركيا والمكسيك والسودان. والمملكة العربية السعودية تنتج زيت السمسم كمحصول وطني له قيمته التجارية، وقد تطور إنتاج المملكة من السمسم حيث تنتج المنطقة الشرقية حوالي ٣ أطنان سنوياً وعفيف والخاصرة حوالي ٤٩ طناً سنوياً، والقصيم حوالي طن واحد، ومكة المكرمة حوالي ٢٢٠ طناً، وعسير حوالي ١٢٠٠ طن، والباحة حوالي ٣ أطنان، وجيزان حوالي ٢٦٠ طناً سنوياً.

تستورد المملكة كميات كبيرة من بذور السمسم من البلدان التالية: النرويج، الهند، الصين، الأردن، السودان، أثيوبيا، تنزانيا. وأكبر دولة مصدرة لبذور السمسم للمملكة هي السودان حيث تبلغ نسبة ما تستورده المملكة منها حوالي ٦٥٪ تليها أثيوبيا.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي بذور السمسم على زيت ثابت تتراوح نسبته ما بين ٤١-٦٣٪ وتتوقف نسبة الزيت على الصنف ومنطقة الزراعة والعوامل المناخية، كما تحتوي البذور على بروتينات بنسبة ٢٦٪ وسكريات بنسبة ١٢-١٣٪ ومعادن بنسبة ٥-٨٪ وحمض الأوكزاليك بنسبة ٢ر٥٢٪ وفيتامينات بسنبة ٠١٥ر – ٢٦٪ وكمية من الماء بنسبة ٧٤٪ وتحتوي البروتينات على أحماض أمينية متعددة مثل حمض الغلوتميك والأرجنين والليوسين فنايل الأنين والفالين والأيزوليوسين والثريونين والتايروستين والمثيونين واللايزين والهستدين والتربتوفان والسستين؛ وعليه فإن بذور السمسم تعد من أغنى البذور بهذه الأحماض التي لها تأثيرات مهمة في جسم الإنسان.

أما زيت السمسم الثابت وهو المستعمل على نطاق واسع فيتكون من جلسريدات دهنية متنوعة تحتوي على أحماض دهنية مشبعة وغير مشبعة بالهيدروجين وتوكوفيرولات (مجموعة فيتامين هـ) وشحميات فسفورية مثل فسفو أيزو نتيد وفسفاتيديل ايثانول أمين وفسفا تيديل كولين وكذلك استيرولات التي تشمل بيتا سيتوسترول وكامبسترول وستجماسترول، كما يحتوي الزيت على سيسامين وسيامولين وسيامول وأهم الأحماض الموجودة في زيت السمسم هي حمض اللينولنيك وحمض الأولنيك وحمض اللينولينيك وحمض البالمتيك وحمض الاستياريك وحمض الارشيديك.

هناك عدة أنواع من نبات السمسم الذي يستخرج منها أيضاً زيت السمسم ولكن نسبة الزيت تختلف من نوع إلى آخر، وهي مع نسبة الزيت في كل منها كما يلي:

Sesamum Orientale ٩٧ – ٩٨٪

Sesamum Radiatum ٣٥٪

Sesamum Sesmoides ٣٢٪

Sesamum Angustifolium ٣١٪

Sesamum Angolense ٢٥٪

obeikandl.com

الاستعمالات:

يستعمل السمسم منذ آلاف السنين فقد ذكر في وصفات فرعونية حيث ذكر في بردية ايبرز الطبية وذلك ضمن لبخة نافعة لإزالة آلام الركبة وكدواء قابض، وعثر العلماء على عدة رسومات في مقبرة رمسيس الثالث تؤكد لنا اسم السمسم، حيث وجدوا اسمه آنذاك (شمشم) وقد وجدت عدة أكواب مملوءة ببذور السمسم في إحدى مقابر طيبة، وتأكد العلماء أن الفراعنة عرفوا زراعة السمسم واستخرجوا من بذوره الزيوت واستعملوها في الغذاء والعلاج وصناعة بعض مواد التجميل.

وقد قال ابن سينا في السمسم: "السمسم ملين معتدل الأسخان، نافع للشقاق والخشونة والطحال، ملين شراباً وطلاءً ويطول الشعر خصوصاً عصارة شجره وورقه، يحلل الأورام الحادة، نافع على حرق النار، إذا شرب دهنه يذهب الكحة البلغمية والدموية خاصة بنقيع الصبر وماء الزبيب، يضمد به غلظ الأعصاب، ينفع على ضربات العين وورمها، جيد لضيق النفس والربو، نافع للقولون ونقيع السمسم شديد في إدرار الحيض".

وقال عنه ابن البيطار: "السمسم نافع للشقاق شراباً وطلاءً ومسمن، نافع لضيق النفس والربو".

وقال عنه داود الأنطاكي: "السمسم حار رطب ويعرف زيت السمسم بالسيرج وتبقى قوته سبع سنسن وهو مفيد في التسمين وإصلاح الكلى ويزيل السعال المزمن إذا طبخ في الرمان، ويصفي الصوت ويزيل خشونة الرئة والصدر والحكة والجرب، ولولا إفساده لم يفضله شيء في إذهاب الحكة، يحلل الربو وضيق النفس ومن السعال".

وفيما يتعلق باستعمال السمسم في المملكة فمن خلال دراسة مشروع الطب الشعبي في المملكة اتضح أن مواطني المملكة يستخدمونه على نطاق واسع كما يلي:

استعمالات داخلية :

- يستعمل زيت السمسم لوقاية الشرايين من التصلب وسهل الهضم.
- يستعمل زيت السمسم إذا أخذ منه ملء ملعقة كبيرة كملين وإن أخذ أكثر من ذلك كان مسهلاً.
- يستعمل السمسم ضمن وصفة مركبة كمسهل على هيئة معجون مكون من تربد أبيض محكوك ومشمش مقشر وسكر سليمان ومكد بأجزاء متساوية حيث تدق ويؤخذ منها ١ر٥ أوقية.
- يستعمل السمسم ضمن وصفة مركبة ضد الصفراء والبلغم، وتستعمل الوصفة على هيئة معجون مكون من تربد أبيض محكوك مدقوق دقاً ناعماً بمقدار ٢ أوقية، سكر سليمان ١ر٥ أوقية، لباب القرطم أوقية، سمسم مقشر ولوز حلو مقشر من كل واحد ١ر٣ أوقية، سقمونيا ١ر٥ أوقية بحيث يدق الجميع ناعماً ويعجن بعسل منزوع الرغوة ويضاف عليه زعفران بكمية قليلة جداً ويؤخذ من الخليط مقدار ١ر٥ أوقية وتشرب مع ماء دافئ في الليل.
- يستعمل زيت السمسم كقطرة في الأذن لقتل الحشرات التي تدخل الأذن وإخراجها منه.
- يستعمل زيت السمسم تدليكاً للأطفال عند ظهور الأسنان حيث تدلك الرقبة والفكين كذلك الرأس.
- يستعمل زيت السمسم سفوفاً بعد التحميض لأجل التسمين.
- يستعمل إذا خلط بعد القلي مع بذور الخشخاش وبذر الكتان لزيادة القوة الجنسية.
- تستعمل بذور السمسم سفوفاً لضيق التنفس والربو وتفيد أيضاً لمشاكل القولون.

obeikandl.com

- إذا شرب منقوع السمسم فإنه يدر الحيض ويسقط الجنين.
- إذا داوم الإنسان على أكله مع الجبنه دوماً فإنه يذهب القرحة.
- إذا شرب منقوع بذور السمسم فإنه يشفي خشونة الحلق والسعال.

أما الاستعمالات الخارجية فهي:

- يستعمل زيت السمسم تدليكاً للأماكن التي فيها أورام تحت الجلد نتيجة آثار الضرب والسياط والكدمات.
- إذا طليت بزيت السمسم الكفوف التي فيها شقوق فإنه يشفيها.
- مغلي أوراق وسيقان السمسم إذا غسل به الشعر فإنه يطوله وينعمه.
- إذا دهن الشعر بزيت السمسم المطبوخ في ماء الآس فإنه يقوي الشعر.
- إذا مزج زيت السمسم بمثله شمع وعمل منه ضماد على الوجه صفاه ولينه وأزال الكلف فيه وحسن لونه، وإذا ضمدت به المقعدة أزال الشقوق التي فيها، وإذا ضمد به العصب الملتوي بسطه وأعاده إلى وضعه الطبيعي، وإذا دهنت به الأماكن التي فيها تشنج في جسم الإنسان أفاده، ويزيل السعفة (الأمراض الجلدية الناتجة عن الفطور وهي عادة تكون في الرأس).
- يستعمل زيت السمسم مع الفازلين لعلاج التهابات الجلد والجروح والحروق.
- يستعمل زيت السمسم في وصفة مركبة تحت اسم دهن البابونج وهي زيت سمسم بمقدار رطلان، أزهار البابونج أوقيتين، حلبة أوقيتين، تمزج جميعها في قارورة وتوضع في الشمس مدة أربعين يوماً وهذه الوصفة حارة ومعرقة.
- يستعمل زيت السمسم في وصفة مركبة تعرف باسم دهن الأفسنتين وهي مسخنة للأعضاء ومقوية لها، وتتكون من زيت السمسم واحد وعشرون

obeikandi.com

أوقية، أفسنتين رومي أوقيتان، يخلطان ويوضعان في قارورة وتترك في الشمس مدة أربعين يوماً ثم تستعمل.

- يستعمل زيت السمسم في وصفة مركبة تعرف باسم دهن السذاب وتستعمل لآلام الكلى والمثانة وآلام الرحم.

هذه الاستعمالات هي استعمالات في الطب الشعبي السعودي وقد تكون صحيحة وقد تكون خاطئة.

تعد بذور السمسم من البذور الغنية بالمعادن مثل: الكالسيوم والفوسفور والبوتاسيوم والمغنيسيوم وعليه فإنه يمكن الاستفادة من وجود هذه المعادن في علاج الوهن والفتور وضعف الأعصاب وليونة العظام وخمول بعض الأنزيمات عن نقص هذه المعادن.

إن معالجة بعض الناس الأصحاء بزيت السمسم لعدة أيام أضعف قدرة الصفيحات الدموية على التكدس، كما أدت المعالجة لإخلال مستوى الفبرونجين وزيادة سرعة تحلله في الدم، ومن ناحية أخرى كشفت إحدى الدراسات أن معالجة الجرذان بزيت السمسم بجرعة ١ جرام / كجم من وزن الجسم يومياً حقناً تحت الجلد مدة أسبوعين أدت لزيادة تصنيع مادة بروستاسايكلين في الشرايين ولمنع تكدس الصفيحات الدموية المحدثة بمادة ثنائي فوسفات الأدينوزين، ونسبة لما تفعله مادة الفبرونجين وتكدس الصفيحات الدموية ولقدرة البرستاسايكلين في توسيع الأوعية الدموية وتخفيض ضغط الدم الشرياني فإن هذه النتائج تشير بوضوح للإمكانية الكامنة في هذا الزيت في الوقاية من وعلاج الخثرات الدموية وخصوصاً في مرضى الذبحات الصدرية ومرضى فرط ضغط الدم الشرياني.

أدت معالجة بعض الأصحاء من البشر بزيت السمسم إلى زيادة إفراز مادة الصفراء في الأمعاء، وقد كانت هذه الخاصة لقدرة زيت السمسم على تنشيط إفراز مادة كولستوكاينين ذات القدرة على زيادة تقلصات عضلات المرارة وعلى فتح مصدة أودي. وتشير هذه الخاصية إلى قدرة زيت السمسم على المساعدة في

openkandil.com

أيض الأغذية الدهنية وامتصاص غذياتها وإلى زيادة امتصاص الفيتامينات التي تذوب في الدهون مثل فيتامينات أ، ب، هـ مما يجعله غذاء مناسباً لبعض المرضى الذين يعانون من سوء الهضم عن قصور في إفرازات المرارة. أما تاثيرات زيت السمسم على مرضى فرط التقرن الجلدي الذي يعانون من نقص حاد في مستوى الأحماض الدهنية غير المشبعة بالهيدروجين في الدم والجلد، وعند معالجة هؤلاء المرضى بزيت السمسم لعدة أسابيع ارتفع مستوى الأحماض الدهنية غير المشبعة بالهيدروجين في الدم والجلد وزالت أعراض المرض الجلدية.

يدخل السمسم مقشوراً وغير مقشور في صنع الحلويات والمعجنات والتمور ويستخدم الزيت مع السلطات وفي القلي.

obeikandl.com

ست الحسن

deadly nightshade

عبارة عن شجيرة يصل ارتفاعها إلى متر ونصف المتر ذات أوراق كبيرة بيضاوية الشكل وأزهـار قمعية على شكل جرس بلون مخضر إلى بنفسجي، ثمارها على هيئة عنبات ذات لون أسود والنبات دائم الخضرة. يعرف النبات باسم البلادونا Belladonna يعرف علمياً باسم Atropa belladonna من الفصيلة الباذنجانية. وجذور النبات على شكل الكلية بنية اللون.

الجزء المستخدم من نبات ست الحسن: الأوراق والساق والجذور.

الموطن الأصلي للنبات: الموطن الأصلي أوروبا وغربي آسيا وشمال إفريقيا. يكثر نموها في الأراضي الجيرية في مصر وأمريكا وآسيا. تجنى الأوراق في الصيف، أما الجذور من السنة الأولى فما فوق في فصل الخريف.

المكونات الكيمائية في البلادونا: تحتوي الجذور والأوراق والسيقان على قلويدات من مجموعة التروبان، وأهم هذه القلويدات الهوسيامين Hyoscymine والاتروبين Atropine كما تحتوي على كمية بسيطة من الهيوسين Hyoscine وتحتوي كذلك على فلافونيدات وكومارينات وقواعد طيارة توجد على هيئة مادة سائلة في النبات لها صفة النيكوتين.

ست الحسن في الطب القديم:

يعتقد أن اسمها بلادونا يشير إلى استخدامها من قبل النساء الإيطاليات لتوسيع حدقات عيونهن مما يجعلهن أكثر جاذبية. كما استخدمت عبر القرون الماضية لترخية الأعضاء المتمددة وبخاصة المعدة والأمعاء لكي تساعد على زاول المغص المعوي والألم بالإضافة إلى معالجتها للقروح الهضمية وذلك عن طريق خفض الإنتاج للحمض المعوي. كما أنها ترخي المسالك البولية مما يزيل تشنجاتها. وكان الأقدمون يعالجون مرض الشلل الرَّعاش المعروف بمرض بارنكسون، حيث تخفض الرعاش والتصلب وتحسن منطق المريض وحركته.

ست الحسن في الطب الحديث:

لقد أثبت الطب الحديث على أن قلويدات ست الحسن تثبط الجهاز العصبي المركزي اللاودي الذي يتحكم في مختلف أنشطة الجسم اللاإرادية، وذلك عن طريق خفضها للسوائل مثل اللعاب وإفرازات المعدة والأمعاء والقصبة الهوائية فضلاً عن نشاط المسالك البولية والمثانة. كما أن هذه القلويدات تزيد من ضربات القلب وتوسع حدقة العين. ويستخدم مركب الأتروبين من قبل عيادات العيون لتوسيع حدقة العين عند كشف الطبيب على عين المريض. كما أن قلويدات ست الحسن مضادة للتشنج وبالأخص العضلات الملساء كما تقلل التعرق. وتقوم شركات كبيرة بتصنيع أدوية كثيرة من هذا النبات، حيث توجد أدوية مهدئة للأمراض العصبية والتنفسية ولتوسيع حدقة العين. وقد اتضح أن البلادونا مخدر خفيف لإزالة آلام الأمراض التي تصاحبها نوبات من التقلصات العضلية وخاصة حالات السعال الديكي والربو والمغص المعوي والصرع والنزلات الشعبية الحادة. كما أن خلاصة البلادونا تساعد على تخفيض آلام القلب، وكذلك علاج مشاكل الكبد والمرارة، وكذلك إيقاف إدرار اللبن لدى المرضعات. كما أنها توقف الكثير من إفرازات السوائل في الجسم مثل اللعاب والعصارات الهضمية والعرق، إلا أنها بالرغم من ذلك لا تؤثر في عملية إفراز البول. وتستعمل البلادونا خارجياً لعلاج النقرس والتقرحات. وتوجد لصقات تحتوي على مركبات البلادونا تستعمل

obeikandl.com

ضد الربو الشعبي وأعضاء الجهاز التنفسي والجلد والمفاصل والقناة الهضمية. تستعمل قطرة الأتروبين لتوسيع حدقة العين وكذلك تستعمل في الأفلام عندما يريدون عيوناً واسعة أو عيناً أوسع من الأخرى.

تنبيهات استخدام ست الحسن: إذا أخذ بجرعات عالية فإنه يحدث تغيرات غير محببة مثل جفاف الفم وارتفاع درجة الحرارة، ويجب ألا يستخدم عشب البلادونا إلا تحت إشراف الطبيب المختص. وتوجد أدوية في الصيدليات للمغص وللعين وخلاف ذلك.

السرو

Cyperes

شجرة دائمة الخضره يصل ارتفاعها إلى ٣٠ متراً ذات أوراق خضراء غامقه دقيقة ومخاريط ذكريه وأنثويه وهو بطيء النمو. يعرف النبات علمياً باسم Cupressus sempervirens.

الأجزاء المستخدمة من النبات: المخاريط والأغصان والزيت العطري.

الموطن الأصلي للسرو:

موطنه الأصلي تركيا ويكثر في الأجواء المعتدلة وخاصة في مصر في شبه جزيرة سيناء حول دير سانت كاترين ومنطقة الدلتا، كما أنه يزرع حالياً في جميع دول حوض البحر الأبيض المتوسط.

المكونات الكيمائية:

تحتوي الأغصان على زيت طيار يضم الباينين والكامفين والسيدرول وتحتوي المخاريط على حمض العفص.

الطب القديم والسرو:

لقد استعمل الإغريق المخاريط المهروسة والمنقوعة في الخمر لعلاج الزحار وبصق الدم بالسعال والربو والسعال. ولقد عثر العلماء على بعض أخشاب هذا النبات من عهد الأسرة السادسة ومن عهد الأسرة الثانية عشرة في مصر

obeikandl.com

القديمة. كما نقشت أشجار السرو على الجدران الخارجية لمعبد رمسيس الثالث بالكرنك، حيث كان هذا النبات مقدساً، وما زالت أشجار السرو تنمو في جمهورية مصر العربية، ويطلق النصارى على هذا النوع من النبات "الشجرة الحزينة" رمزاً للحزن وزينة للقبور. لقد عرف الفراعنة نوعين من السرو: الأول: يسمى C.sempervinens والثاني taxus baccata، ويعتقد بأن سفينة سيدنا نوح عليه السلام كانت مصنوعة من خشب السرو.

وكان الفراعنة يستخدمون أوراق نبات السرو في عدة أغراض من أهمها وصفة فرعونية قديمة لصبغ الشعر، وكانت تستخدم جذور النبات بعد سحقها وعجنها بالخل ثم توضع على شعر الرأس على شكل لبخه بغرض تقويته وصباغته.

وقال ابن سينا في السرو: "يذهب البهاق، مسود للشعر. ورقه الطازج مع الجوز والجميز للفتق إذا ضمد به، إذا دق جوز السرو ناعماً مع التين وجعل منه فتيلة في الأنف أبرأ اللحم الزائد. طبخه بالخل يسكن وجع الأسنان، نافع من أورام العين ضماداً، جوزه بالشرب لعسر التنفس ونقص الانتصاب وللسعال المزمن ينفع من عسر البول وقروح الأمعاء والمعدة". أما داود الأنطاكي في تذكرته فقال: "صمغه يلحم الجراح ويحبس الدم مطلقاً ويجفف القروح أين كان مكانها، يحلل الأورام ويجلو الآثار خصوصاً البرص طلاء وشرباً. الغرغره بطبيخه حاراً تسكن أوجاع الأسنان وقروح اللثة ويشد رخاوتها. ثمره طرياً يشد الأجفان ويلحم الفتق أكلاً وضماداً. يطرد الهوام بخوراً، إذا عجن بالعسل ولعق أبرأ السعال المزمن وقوى المعدة. صمغه يقطع البواسير. إذا طبخ ورقه مع ثمره مع الأملج والماء والخل حتى يتهرى ثم طبخ ذلك في دهن وطلي به الشعر سوده وطوله ومنع تساقطه. ومع المر يصلح المثانه وتمنع البول في الفراش".

أما ابن البيطار في جامعة فيقول: "ورق هذا النبات وقضبانه وجوزه ما دامت طرية لينة تدمل الجراحات الكبار الحادثه في الأجسام الصلبة، يستعمل أيضاً في مداواة الجمرة فيخلطونه إما مع الشعير والماء أو مع خل ممزوج مزجاً مكسوراً بالماء. إذا شرب ورقه مسحوقاً بطلاء وشيء يسير من المر نفع المثانة التي تصب إليها الفضول ومن عسر البول".

obeikandl.com

الطب الحديث والسرو:

يقول الطب الحديث إنه عندما يوضع السرو خارجياً كدهون أو زيت عطري يحدث تقبضاً للأوردة الدوالية والبواسير ويضيق الأوعية الدموية. ويستخدم مغطساً من المخاريط للأقدام لتنظيفها ومكافحة فرط التعرق، وعندما يؤخذ السرو داخلياً يعمل مضاداً للتشنج ومقوياً عاماً ويوصف للشاهوق وبصق الدم والسعال التشنجي، ويفيد هذا العلاج أيضاً الزكام والأنفولنزا والتهاب الحلق. يحضّر من مسحوق ورقه جرعة تصل إلى ٤ جرامات لعلاج آلام الصدر والسعال،

كما تحضر منه صبغة يستخدم منها ما بين ٢٠ إلى٤٠ نقطة. وصمغ السرو يلحم الجراح جيداً ويوقف نزف الدم.

هل هناك أضرار للسرو؟

نعم فإن زيته العطري لا يؤخذ داخلياً على الإطلاق.

السفرجل

Cydonia

السفرجل نوع من الشجر الجذاب وثيق الصلة بأشجار التفاح والكمثرى فهو من فصيلتها، والسفرجل الشائع له العديد من الأزهار الكبيرة ذات اللون الأبيض الضارب إلى الحمرة الوردية، وأغصان النبات ملتوية بعض الشيء والثمرة مجعدة السطح مدورة أو كمثرية الشكل مغطاة بزغب ناعم ولونها أصفر ذهبي، ويصل قطر الثمرة إلى ٥ر٧سم وبها عدد كبير من البذور، ويسمي علماء النبات هذا النوع من الثمار بالثمرة التفاحية، وهي صلبة وذات طعم حامض إلى حلو ولا تؤكل عادة إلا طازجة.

يعرف السفرجل علمياً باسم Cydonia oblonga. المنشأ الأصلي للسفرجل الجنوب الشرقي لآسيا، وقد تمكن الأوروبيون من تزريعه وبالأخص الدول المطلة على حوض البحر الأبيض المتوسط، كما يزرع في جنوب المملكة العربية السعودية، الجزء المستخدم من السفرجل الثمار والبذور.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي ثمار السفرجل على عدد من الفيتامينات خاصة فيتامين أ، ب، وتحتوي على ٦٤٪ ماء، ٧٪ سكر و٩ر٪ بروتين، ٣ر٪ مواد دهنية، كبريت ٩ر٪ فوسفور، ١٤٪ كالسيوم، ٢٪ كلور، ٣٪ صوديوم، ١٢ر٪ بوتاسيوم، كما تحتوي على مواد عفصية "دابغة" وبكتين وأحماض وحوالي ٢٠٪ مواد هلامية وجلوكوزيدات سيانوجينية (من أهمها الأميبجدالين).

الاستعمالات:

لقد اعتبر السفرجل من الثمار الثمينة كمادة طبية عند الإغريق ودول حوض البحر الأبيض المتوسط، حيث كانت تستعمل كمادة مقبضة ضد الإسهال في زمن أبقراط (ما بين ٢٧٧ – ٤٦٠ قبل الميلاد) وقد سجل الطبيب ديسيقريدس (٤٠ – ٩٠م) وصفة من زيت السفرجل والتي كانت تستخدم لعلاج الجروح الملوثة والكدمات المنتشرة.

ويعد السفرجل من الثمار التي تحمل أسراراً علاجية لا يعرفها معظم الناس، ولقد قال أبو ذر رضي الله عنه عندما كان النبي صلى الله عليه وسلم في جماعة من أصحابه وبيده سفرجلة يقلبها، فلما جلست إليه رمى بها إلي ثم قال: " دونك أبا ذر، فإنها تشد القلب، وتطيب النفس، وتذهب بطخاء الصدر" ، أي ثقل الصدر أو كثرة البلغم وإفراز الرئتين.

obeikandl.com

وقال ابن البيطار عن السفرجل "أنه يحفظ الأجنة في بطون الأمهات ويزيل الخشونة والسعال واليابس من الصدر".

تستعمل ثمار السفرجل في علاج ضعف القلب ونزيف المعدة والأمعاء والسل الرئوي؛ وذلك بغلي شرائح الثمار في ماء مدة ١٠ دقائق ويؤخذ كوبين إلى ثلاثة أكواب في اليوم.

يستخدم السفرجل كذلك لاضطرابات الهضم والأمراض الصدرية والنحافة والإسهال حيث يغلى مسحوق السفرجل الجاف بمقدار معلقة في كوب ماء مع قليل من مسحوق الأرز والجرعة كوب صباحاً وآخر مساءً.

لعلاج التهابات الأمعاء وعسر الهضم تقطع ثمرة السفرجل إلى شرائح وتغلى في لتري ماء حتى يتبخر نصفه، ثم يضاف له ٥٠ جراماً من السكر ويؤخذ بجرعة من كوبين إلى ثلاثة أكواب يومياً مع ملاحظة عدم استخدام هذه الوصفة للمصابين بمرض السكر.

وتستعمل بذور السفرجل لعلاج قشرة فروة الرأس حيث يعمل منها مغلي ثم يصفى وتفرك به فروة الرأس؛ وذلك لعلاج القشرة ولالتئام التشققات الجلدية والجروح والبواسير والحروق.

يستعمل السفرجل على نطاق واسع في صنع المربيات، ويؤكل السفرجل مشوياً حيث تأكد أن أكله يحفظ المعدة والأمعاء من الأمراض ويزيل متاعب الهضم.

يستعمل السفرجل قبل النضج لعلاج الإسهال وتعد هذه الوصفة من أفضل الوصفات لهذا الغرض.

كما يمكن استعمال مغلي ثمار السفرجل أو عصيرها كغرغرة لعلاج نخر الأسنان والتهابات اللثة الحنجرة.

obeikandl.com

السماق
Sumac

نبات السماق عبارة عن شجيرة ذات أغصان متدلية "ساقطة" يصل ارتفاعها إلى حوالي مترين، أغصانها متشعبة وممتدة أوراقها مركبة في أزواج، توجد الأزهار في مجموعات بلون أحمر وثمار عنبية الشكل بلون أحمر قان.

يعرف السماق بعدة أسماء شعبية مثل: التمتم والعبرب والعريرب والعنزب والعترب، يعرف السماق علمياً باسم Rhus glabra من الفصيلة البطمية (Anacardiaceae)، الموطن الأصلي لنبات السماق شمال أمريكا ويزرع في كثير من البلدان في آسيا وأوروبا وأمريكا.

الأجزاء المستعملة من نبات السماق الثمار الناضجة وقشور الجذور.

توجد أنواع أخرى من السماق هي: السماق الحلو Sweet sumac الذي يعرف علمياً باسم Rhus aromatica والسماق السام والمعروف علمياً باسم Rhus taxicodendron.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي ثمار وقشور جذور نبات السماق على مواد عفصية، ولكن السماق الحلو أو العطري يحتوي بالإضافة على المواد العفصية على ستيرودز وتربينات ثلاثية وزيت طيار وأحماض دهنية.

obeikandl.com

الاستعمالات:

استعمل السماق على نطاق واسع في الطب القديم حيث قال عنه داود الأنطاكي في تذكرته: "يقمع الصفراء ويزيل الغثيان وكذا الرطوبات والإسهال ونفث الدم والنزيف والجرب والحكة وشد اللثة وضد الداحس، وضد الباسور ومقو للمعدة وفاتح للشهية وضد العرق".

أما ابن سينا في القانون فيقول: "السماق يمنع النزيف، ويسود الشعر، ومضاد للروماتيزم، ويمنع قيح الأذن، ويسكن وجع الأسنان، ودابغ للمعدة مقو لها، يسكن العطش ويشهي لحموضته ويسكن الغثيان الصفراوي، يعقل الطمث والنزف ويحقن به للدسنتاريا ولسيلان الرحم والبواسير".

ويقول ابن البيطار في السماق: "يسود الشعر (طبيخ أوراقه) يقطع قيح الأذن، إذا تضمد بالورق مع الخل والعسل أضمر الداحس ومنع الغرغرينا من الانتشار في الجسم، مضاد للإسهال المزمن، يزيل خشونة الأجفان، يقطع سيلان الرطوبة البيضاء من الرحم ويبرئ من البواسير، مشهٍ جيد للطعام".

كما أن السماق يستخدم في الغذاء والصناعة حيث يستعمل لتحميض بعض المأكولات فيحسن طعمها ويطيب نكهتها ويضاف إلى نبات الزعتر فيعطيه الحموضة المرغوبة؛ ونظراً لأن السماق يحتوي على كمية كبيرة من المواد العفصية "دابغة" فإنه يستعمل في صناعة دبغ الجلود ويسمى "حشيشة الدباغين" وكان يستخدم كثيراً في الأطعمة أما الآن فقد قل استعماله.

وأما بالنسبة للطب الحديث والاستعمالات الحديثة للسماق فقد ثبت أن قشور جذور نبات السماق إذا استخدم طبيخها ضد الإسهال والدسنتاريا أوقفها وشفاها، كما أن مغلي قشور السماق إذا استخدمت خارجياً على الجلد فإنه يعالج الفطور الموجودة على الجلد، كما تفيد كغرغرة لعلاج مشاكل الحنجرة.

أما ثمار السماق فقد ثبتت فائدتها كمادة مدرة ومخفضة للحمى، وتستعمل أيضاً البذور على هيئة غرغرة لعلاج مشاكل اللثة والحنجرة.

obeikandl.com

يستخدم السماق الحلو أو العطري على نطاق واسع في الطب الحديث، حيث أثبتت الدراسات الحديثة أن حمض الجاليك وهو أحد مركبات المواد العفصية في النبات له تأثير مضاد للبكتيريا والفيروسات، وفي تجربة على حيوانات التجارب ثبت أن السماق يزيد من تقلص عظم الحرقفة، كما أثبتت دراسة أخرى تحسناً ملموساً في إيقاف سلس البول، كما يستخدم السماق في الطب المثلي لعلاج مشاكل المثانة الضعيفة.

توجد من السماق مستحضرات على هيئة مسحوق للبذور وللقشور، وكذلك تركيبات مجهزة للاستعمال الداخلي، كما توجد مستحضرات بجرعات خاصة بالطب المثلي.

تستخدم جرعة مقدارها جرام واحد في الجرعة الواحدة بمعدل ثلاث جرعات يومية على هيئة سفوف أو مشروب، وفيما يتعلق بسلس البول فيؤخذ ما بين ملعقة شاي في ملء كوب ماء سبق غليه وتشرب بعد ١٠ دقائق من إضافة الماء المغلي بالنسبة للكبار ثلاث مرات يومياً، ونصف ملعقة توضع في كوب ويضاف لها ماء مغلي حتى يمتلئ الكوب ثم يترك مدة ١٥ دقيقة ثم يصفى ويشرب ثلاث مرات يومياً للصغار. أحياناً يوجد السماق على هيئة قطرات فإذا وجد ذلك فيؤخذ ما بين ٥ – ٢٠ قطرة، وهذا يعتمد على السن وتؤخذ مرتين إلى ثلاث مرات في اليوم.

أما بالنسبة لجرعات المداواة المثلية فتؤخذ خمس قطرات كل ساعة إذا كانت الحالة حادة، وإذا كانت الحالة مزمنة فيؤخذ من مرة إلى ثلاث مرات في اليوم.

obeikandi.com

السنا

Senna

يعرف السنا على مستوى العالم باسم "سنامكي" لأن موطنه الأصلي مكة المكرمة، ويعرف محلياً باسم "سنا" وخاصة في مناطق الحجاز وفي جنوب المملكة، أما في نجد وبعض المناطق الأخرى من المملكة فيعرف باسم "عشرق"، يوجد من السنا ثلاثة عشر نوعاً وأهم هذه الأنواع:

١) السنامكي والمعروف علمياً باسم Cassia Angustifolia.

٢) السنامكي الحجازي والمعروف علمياً باسم Cassia Acutifolia.

٣) الخرنوب ويعرف علمياً باسم Cassia Fistula.

والنوعان الأوليان عبارة عن نباتات عشبية معمرة لا يزيد ارتفاعها في الغالب عن مترين، ويحمل النبات أوراقاً مركبة ريشية الشكل تتكون من زوجين إلى سبعة أزواج من الوريقات، وأزهاراً في قمم الأغصان على هيئة مجاميع ما بين زهرتين إلى سبع زهرات في شكل عناقيد ذات لون أصفر إلى برتقالي، الثمار قرنية تشبه ثمار الفاصوليا أو الفول وشكلها مفلطح جلدية الملمس طولها ضعف عرضها ذات لون بني مصفر، تحتوي بداخلها بذوراً ذات لون رمادي وقوامها صلب وتعرف باسم القرنة (الجراب).

الجزء المستخدم من نباتات السنا هي الوريقات المجففة وكذلك الثمار.

الموطن الأصلي لنبات السنا هي الجزيرة العربية ومصر والسودان والهند والباكستان وإيران، وتعد مصر والسودان والهند والباكستان الدول المصدرة للسنا على مستوى تجاري كبير.

obeikandl.com

المحتويات الكيميائية:

تحتوي أوراق ثمار السنا على جلوكوزيدات انثراكينونية وتعرف بمجموعة سنوزايد Sennosides وتوجد منها أربعة أ، ب، ج، د، كما تحتوي على جلوكوزيدات نفثالينية ومواد هلامية ومواد فلافونيدية وزيت طيار.

الاستعمالات:

يعد الطب القديم السنا من النباتات القديمة جداً المستخدمة في العلاج حيث استخدمت في زمن الفراعنة وكانت تسمى في ذلك الزمن باسم "جنجنت" وقد ورد الاسم ضمن عدة وصفات فرعونية لعلاج بعض الأمراض في البرديات

موسوعة جابر لطب الأعشاب

المصرية القديمة، كما كان يستخدم على نطاق واسع في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم، حيث ورد ذكره في عدة أحاديث، فقد رواه إبراهيم بن أبي عبلة قال سمعت عبدالله بن أم حرام - وهو ممن صلى مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في القبلتين - يقول: "عليكم بالسنا والسنوت فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام"، أخرجه ابن ماجه في السنن، وأخرج ابن السني وأبو نعيم في الطب النبوي عن عائشة رضي الله عنها عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "لو كان في شيء شفاء من الموت لكان في السنا".

وقد قال الموفق عبد اللطيف البغدادي في الأربعين الطبية ونقلها عنه ابن القيم والسيوطي: "السنا دواء شريف مأمون الغائلة، وقريب الاعتدال؛ لأنه حار يابس في الدرجة الأولى، يسهل الصفراء والسوداء، ويقوى جرم القلب، وهذه فضيلة شريفة فيه، وخاصيته النفع من الوسواس وتشنج العضل وانتشار الشعر، ومن القمل والصداع العتيق (المزمن) والجرب والبثور والحكة، وإذا طبخ في زيت وشرب نفع من أوجاع الظهر والوركين".

وقال الرازي عن السنا: "السنا والشاهترج يسهلان الأخلاط المحترقة وينفعان من الجرب والحكة". وقال عنه ابن البيطار: "إذا خلط بالحنا فإنه يسود الشعر وأجوده المكي، ينفع من الشقاق العارض في البدن وينفع من الصداع المزمن ومن البثور والحكة". وقال عنه داود الأنطاكي: "السنا تبقى قوته سبع سنين وهو حار يابس يسهل الأخلاط ويستخرج اللزوجات من أقصى البدن وينقي الدماغ من الصداع ويذهب البواسير وأوجاع الظهر".

أما الطب الحديث فقد قامت أبحاث كثيرة على أوراق وثمار السنا، وأثبتت تلك الأبحاث فائدة السنا كأفضل مسهل بالإضافة إلى تنقيته للدم والفتك بالفيروسات والفطريات، وأنتجت شركات الأدوية كثيراً من مستحضرات السنا، ويعد نبات السنا واحداً من النباتات المهمة المسجلة في دساتير الأدوية الأوروبية والأمريكية والهندية والصينية، وهناك مستحضرات عدة تسوق في جميع أنحاء العالم، وهناك استعمالات داخلية للسنا وأخرى خارجية نذكر منها ما يلي:

١) لا شك أن السنا من أفضل الملينات إن لم يكن أفضلها على الإطلاق؛ ذلك لأن مفعوله لا يبدأ إلا في القولون حيث يتم تحلله بواسطة البكتريا القولونية، وعليه فإنه لا يؤثر على المعدة والأمعاء الدقيقة ولا يؤثر بالتالي على امتصاص الغذاء بعد فترة الإسهال كما تفعل بعض المسهلات التي يحدث بعد استعمالها خمول لحركة الأمعاء فيحدث الإمساك بعد الإسهال مما يضطر المرء إلى معاودة استعمال المسهل والتعود عليه، كما لا يسبب السنا تقلصات في الأمعاء كما تفعل المسهلات الأخرى، كما أن من محاسن استعمال السنا أن الشخص يستطيع أن

obeikandi.com

ينظم الوقت المريح لاستعماله، فتأثيره المسهل لا يبدأ إلا بعد ما بين ٨ – ١٢ ساعة من تعاطيه ولا يمتص من الأمعاء، ويستعمل السنا على هيئة مطبوخ أو منقوع أو على هيئة أقراص وهي متوفرة في الصيدليات.

٢) يوجد حالياً في الهند مستحضر مكون من محلول مائي مركز من السنامكي حيث يستعمل لتنقية الدم.

٣) يوجد استخدام جديد يستعمل ضد الفيروسات وتكاثرها، حيث تم استخلاص راسب بروتوني من نوع السنا المعروف باسم سنا سيام وأعطى نتائج ١٠٠٪ لوقف نمو الفيروسات.

٤) تم استخلاص جلوكوزيدات من نباتي فيستولا ودكورا واستخدمت ضد الفطريات.

أما الاستعمالات الخارجية فيمكن استخدام منقوع أوراق السنا على هيئة حقنة شرجية للأطفال كمسهل وذلك باستعمال منقوع ١ جم لكل سنة من العمر، أما الكبار فنسبة الحقنة الشرجية من ١٠ – ١٥ جم لكل ٥٠٠ مليلتر من الماء.

يجب عدم استعمال السنا في حالة وجود سدد بالأمعاء وفي الالتهابات المرضية الحادة في الأمعاء وفي حالة التهاب الزائدة الدودية.

كما يجب عدم استعمال السنا من قبل المرأة الحامل وكذلك المرأة المرضع.

تعد الجرعة المتوسطة اليومية ما بين ٥ر٠ إلى ٢ جم تؤخذ على هيئة منقوع في كوب ماء دافئ ويترك مدة عشر دقائق فقط ثم يصفى ويشرب أو تنقع الكمية نفسها في كوب ماء بارد لمدة ما بين ١٠ – ١٢ ساعة ثم يصفى ويشرب.

السندروس
Sandrac

السندروس هو المادة الراتنجية التي تشبه الصمغ إلى حد كبير والتي تفرزها أغصان النبات والمتمركزة في قشور الأغصان. ونبات السندروس عبارة عن شجيرة ذات أوراق متقابلة منحنية عند قمتها إلى الأسفل وأزهار على نهاية الأغصان، ويتألف نبات السندروس من أنثى وذكر، وأزهار الأنثى أصغر من الذكر.

الموطن الأصلي للنبات شمال إفريقيا وبالأخص في المغرب والجزائر، يعرف نبات السندروس علمياً باسم Tetraclinis Articulata.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي صمغ السندروس على حوالي ٩٥٪ أحماض ثنائية التربين أهمها حمض البايمريك وحمض الكاليتروليك وحمض ساندراسينيك وحمض الساندراسينوليك وحمض الساندراكوليك وحمض الكاليتريزينك. كما يحتوي على مواد مرة وزيت طيار بنسبة ١ر٣٪ وأهم مركباته الفاوبيتا باينين وليمونين وثايموكوينون.

الاستعمالات:

قديماً قال عنه إسحاق بن عمران: "صمغ يشبه الكهرباء إلا أنه أرضى منه وفيه شيء من المرارة (الكهرباء هو صمغ الجوز الرومي)".

obeikandl.com

ويقول داود الأنطاكي: "السندروس مجفف نزلات الدماغ ومذهب الربو والنفس وأوجاع الصدر والطحال والأعصاب والحيض وحبس الدم والإسهال، ويسكن أوجاع الأسنان وقروح اللثة ويحفظ ما آل إلى السقوط، إذا غلي في زيت وقطر في الأذن سكن الوجع وخفف الصمم، ينفع في الأكحال، فيزيل البياض والقرحة والسلاق عن تجربة، يزيل الفضول البلغمية والديدان والربو والنافض، إذا نثر على الجروح ألحمها، إذا تبخر به مع السكر قطع زكام النزلة في وقته، يزيل البواسير، إن غلي بدهن اللوز حتى يغلظ وطلي على التشققات في أي موضع كان أذهبه، إن سحق بالسكر والكبريت وعجن بالقطران وطلي به على القوابي أزالها، مجرب، يشربه المصارعون لحفظ قوامهم وأعصابهم، البدناء إذا أخذوه مع السكنجبين هزلوا كثيراً، دهنه يسمى دهن الصوابي، وهو المستعمل في دهن

الأخشاب والسقوف وأمثال ذلك، وهو يجلو الآثار جميعاً ويلصق الجراح ويصلح أورام المقعدة والنواصير الغائرة والجرب العتيق، إذا سحق السندروس ناعماً وغمر بالزيت على نارة لينة قدر أسبوعين في موضع لا تشم رائحته الحامل فإنه يسقط الأجنة.

أما ابن سينا في القانون فيقول: "خاصيته أنه يحبس الدم ويستعمله المصارعون ليخفوا ويقووا، إذا شرب منه كل يوم ثلاثة أرباع درهم في ماء وسكنجبين فإنه يخف الجسم، يجفف النواصير إذا دخن به، يمنع دخانه النوازل ومنفعته في تسكين وجع الأسنان عظيمة جداً لا يعدله فيها شيء، ويصلح اللثة، يجلو الآثار التي في العين جلياً سريعاً ويبرأ من ضعف البصر إذا ديف بشراب واكتحل به، ينفع من الخفقان، ويمنع من نزف الدم، ويمنع من الربو، يسقى منه المطحولون فينفعهم، جيد للإسهال المزمن، ودخانه ينفع من البواسير".

أما ابن البيطار فيقول: "إذا دخن به النواصير جففها، تنفع دخنته من الزكام ينفع من نفث الدم والبواسير شرباً، إن نثر على القروح جففها، خاصيته النفع من النزلات ونزف الدم، إذا خلط بدهن الورد حتى يغلظ نفع من الشقاق المزمن الواغل في اللحم الكائن في اليدين والرجلين".

أما الغافقي فيقول: "إذا سحق وذر على كبد عنز وشويت على النار واكتحل بالصديد الذي يسيل منه نفع الغشاء، إذا شرب بماء العسل أدر الطمث والبول، إذا قطر في العين جلا الآثار وهو مجرب، يمنع دخانه النوازل ويحبس الدم من أي موضع كان شرباً".

وحديثاً وجد أن صمغ السندروس مضاد للبكتريا ودخانه يخفف من آلام الروماتزم والنقرس والأوديما والاستعمال الأخير عرف منذ القرن التاسع عشر، كما يستخدم لعلاج الإسهال والحمى.

لا يشبه السندروس العنزروت أو المرة أو الحلتيت، فالسندروس عبارة عن مادة راتنجية فقط بينما العنزروت عبارة عن مادة راتنجية صمغية مع بعض المعادن،

obeikandl.com

أما المر فهو خليط متجانس من ثلاث مواد هي زيت طيار ومواد راتنجية ومواد صمغية، وكذلك الحلتيت إلا أنه يحوي كبريتاً، وتأثيرات الموادالسابقةً تختلف اختلافاً بيناً فيما بينها.

للسندروس آثار جانبية إذا استخدم عشوائياً، ويجب الانتباه إلى أن الجرعة لا تزيد على ٣٠٠ جرام مقسمة على ثلاث جرعات في اليوم الواحد.

obeikandl.com