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، مغصاً 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 أوكاسيد Bisabolol oxide A (A) وبايسابولول أوكاسيد Bisabolol oxide B) B) وبايسابولون أوكاسيد (Bisabolone A oxide A) وبيتا ترانس فارنسين (Bveta-trans-farnesene) وكمازولين (Chamaxulene) ويتميز هذا المركب بلونه الأزرق وهو الذي يضفي لونه على زيت البابونج وسباثولينول (Spathulenol) كما تحتوي الأزهار على فلافونيدات أهمها فلافون جلاكيزويد (Flavone glycosides) وأجلايكون ابجنين (Aglycones apigenin) وليوتيولين (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 الحصاة".

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 النسا 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 للتنشنج ولأمراض 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 شـجرة ذات أفرع مسـتقيمة قليلة التفرع يصل طولها إلى ٦ أمتار، للنبات أوراق مركبة ولكنها قليلة جداً ووريقات الأوراق صغيرة، للنبات أزهار كثة جميلة ذات لون وردي جذاب، تبدأ في الظهور قبل ظهور الأوراق في الفترة ما بين شـهر 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.

يعـرف نبات البان بعدة أسـماء فيدعى اليسـر والحبة الغالية ويسـار البان، اللبان والشـوع، يعرف البان باسم Moringa Paregrina، وينمو النبات بشكل طبيعي في شـمال الحجاز وجنوبه وفي المناطق الشـمالية، حيث ينمو على سـفوح الجبال وحواف الوديان ذات التربة الصخرية، وقد زرعنا هذا النبات في حديقة النباتات الطبية بقسـم العقاقير بكلية الصـيدلة ونجحنـا في تطويعه حتى تعود علـى البيئة مع أنها ليسـت بيئته، وتوجد لدينا في الحديقـة المذكورة عدة نباتات منه، ويوجد بكثرة في الهند وباكستان ويزرع في أمريكا.

المحتويات الكيميائية:

يسـتخرج مـن بذور نبـات البان زيـت ثابت يشـبه في شـكله زيـت الزيتون، ويسـتخدم هذا الزيت في الشـمال للأكل ويفضـلونه على زيت الزيتون والسـمن البـري، يتكون هذا الزيت من أحماض دهنية كثيرة من أهمها أوليك (Oleic) بالمتيـك (Palmitic) سـتياريك (Stearic) بهيمك (Behemic) كما يحتوي

obeikandl.com

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

الاستعمالات:

يقول داود الأنطاكي في البان "إنه شجر مشهور كثير الوجود، له زهر ناعم الملمس، مفروش، يخلف قروناً داخلها حب يميل إلى البياض كالفستق، 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 بالغلي مع الماء والعسل والخل، ويذهب الطحال مطلقاً، وكذا حبه طلاء، 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 الأنعاظ، ويحلل الأورام، وينفع من النسيان سعوطاً، والشقيقة دهناً، 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 لبه، 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 شـجر ينمو ويطول كالأثل، وإذا أرادوا استخراج الدهن رض على الصلابة حتى ينعزل قشره ثم يطحن ويعصر، وهو كثير الدهن الـذي يسـتعمل في العطور والطيوب المرتفعة، أما ثفله الذي يبقى بعد اسـتخراج دهنه فينفع من الكلف والنمش الذي في الوجه من الجرب والحكة، وأجوده الحب الكبـير العطـر وهو يزيل الثآليـل من الوجه وينفـع الأورام الصـلبة 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 صـناعة مواد التجميل وزيوت تصـفيف الشـعر، 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 عصيريه، 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، تكوِّن 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 وتنمو عادة في حواجز الأشجار والغابات وتزرع عادة للزينة في الحدائق المنزلية والعامة. 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 فتحتوي على قلويدات ايزوكونيولية وأهمها بيربرين وبربارين وأوكسيسكانتين وكولومباوبين وبالماتين 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

يلجـؤون إليـه للوقايـة من الأوبئـة نظراً لما يتميز كمضـاد حيـوي، وكان الأطباء الشـعبيون في الهند القديمة يصفونه لعلاج الزكام، وقد أكد العلم الحديث هذا الاسـتعمال، وفي بداية العصور الوسـطى كان العشابون الأوروبيون يؤمنون بالمثل الذي يقول "الجوهر يدل به المظهر" وهذا اعتقاد بأن مظهر النبات يكشـف عن قوته العلاجية، وتكون أزهار النبات صـفراء وقشـور جذوره تعطي صبغة مميزة صـفراء اللون، حيث إن هذا اللون يميز عين الشـخص المصاب باليرقان وكذلك بشرته، لذا استخدم هذا النبات في علاج أمراض الكبد والحويصلة الصفراية، وقـد أشـير إلى هذا النبات باسـم "عنبة اليرقان" وكان الأطبـاء التقليديون في روسـيا القديمة ينصحون مرضـاهم بتناول هذا النبات لعلاج حالات الالتهابات بمختلف أنواعها، وكذلك ارتفاع ضـغط الدم الشرياني وحالات نزف الرحم غير الطبيعية.

إن أول مـن أدخل هذا النبات إلى أمريكا الشـمالية هم المسـتعمرون الأوائل، فتعـرف عليه الهنود الحمر كنبات قريب من نبـات عنب الأورغون، وهذا النبات كانـوا يقدسـونه ويقدرون جداً مقدرته العظيمة في الشـفاء، وقد اسـتعملته تلك القبائل لعلاج قرحات الفم وآلام الحلق والجروح المتعفنة والزحار وآلام الأمعاء، وفي القرن التاسـع عشـر كان الأطباء يصـفون نبـات البرباريـس لعلاج حالات الإسـهال والزحـار والتهابات العينين والحمـى وتلوث الدم والزهـري والكوليرا واليرقان.

لقـد أثبتت التجارب حديثـاً 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 السـبب الـذي أعطى هذا النبات قدرته العلاجية، كما أن احتواء قشـور الجذور على كمية جيدة من القلويدات الأيزوكوينولية التي أثبتـت فاعليتها في تخفيض ضـغط الدم على نوع من القطط وكان من شـأنه أن يؤثر على انتظام دقات القلب ولذا بدأ استعماله على المرضى.

obeikandi.com

كما أثبتت التجارب أن قلويدات قشور جذور النبات كان لها دور كبير في إفراز الصفراء، حيث ثبت ذلك من خلال التجارب المختبرية 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 بالكلورانفينكول المضاد الحيوي الطبي فاتضح أن هذا المركب الموجود في نبات البرباريس أكثر فاعلية من الكلورافينكول، كما أن هذا المركب له تأثير منشط لجهاز المناعة وخافض للتوتر ومقلص لحجم بعض الأورام.

إن خلاصة ثمار نبات البرباريس تستعمل لعلاج مشاكل الرئة 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 اللشمانيا.

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 تُزاد الجرعة بعد أسبوع من استعماله.

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

openkanal.com

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 وصبغات.