البرسيم
Alfalfa

القضب أو البرسيم هو نبات عشبي معمر يمثل أهم المحاصيل العلفية، وهو زراعي يتكاثر بالبذور بالطرق المألوفة وينمو في البيئات شبه الرطبة ونصف الجافة والجافة في المناطق المعتدلة والدافئة وفي الأراضي الجيدة، والموطن الأصلي للبرسيم حوض البحر الأبيض المتوسط.

يعرف بعدة أسماء شعبية فيسمى في منطقة نجد باسم القت، وفي جنوب المملكة بالقضب، وفي الحجاز بالبرسيم، وفي بلاد الشام بالفصيفصة والفصة والفصفصة.

يعرف البرسيم علمياً باسم Medicago sativa الجزء المستعمل من النبات الأغصان الغضة بالأزهار والبذور المنبته.

وقد قال أبو حنيفة : "إن الفصفصة رطب القت وتسمى الرطبة ما دامت رطبة فإذا جفت فهي القت، وهي كلمة فارسية الأصل ثم عربت وهي بالفارسية أسبست".

والبرسيم غذاء جيد للحيوانات ويزرع على نطاق واسع في جميع أنحاء العالم وخاصة في الأراضي الصالحة لزراعته، وهو غذاء شهي للحيوانات ويستعمل الإنسان منذ القدم البرسيم الغض الذي لا يزيد ارتفاعه عن عشرة سنتميترات كغذاء حيث يؤكل طازجاً بعد القطف أو مطبوخاً، وفي بعض مناطق المملكة يؤكل

obeikandl.com

في فصل الشتاء حيث إن طعمه لذيذ ومقبول، ولا يؤكل في الصيف حيث يكون مراً جداً وغير مقبول، وفي جنوب المملكة وبالأخص في بعض مناطق عسير يؤكل في فصل الشتاء وهو صغير، ويعرف باسم الوفرة أو الصغوة، وعادة يؤكل مع العثرب أو الحميض وتحبه كثيراً النساء الحوامل، وفي بلاد غامد وزهران كان يطبخ وتأكله جميع أفراد العائلة، وفي أوروبا كان يستعمل مع السلطات ويؤكل غضاً بكثرة.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي على كاروتينويدز ومن أهم مركبات هذه المجموعة مركب يعرف باسم "ليوتين" وتربينات صابونية ثلاثية ومن أهمها حمض الجينك وهيديراجنين، كما يحتوي على أيزوفلافونيدات ومن أهمها جنستين ديايديزين بالإضافة إلى كوميسترول وليوسيرتول وساتيفول، كما يحتوي على تربينات ثلاثية ومن أهمها ستجما ستيرول وسبينا سترول وكذلك جلوكوزيدات سيانوجينية.

أما البذور فتحتوي على كنافين (Canavaine) وبيتين (Betaine) وستكادرين وهوموستكادرين وترايجونيللين وزيوت دهنية.

الاستعمالات:

يقول داود الأنطاكي في تذكرته: "يسبب إخصاب البدن وتسمينه وغزارة اللبن وإدرار الطمث، إن أديم سفه بالسكر، خصب البدن وسمن المبرودين والمحرورين وغزر اللبن وأدر الطمث خصوصاً إذا استعمل في الحمام أو بعد الخروج منه، مسمن ومحسن للألوان يحلل الأورام، إذا دق وعجن بالعسل حل الأورام الباردة".

أما ابن البيطار في جامعه فيقول: "إذا طبخ ودق حتى يصير مثل المرهم ويضمد به اليدان التي بها رعشة كل يوم مرتين فإنها تبرئها بإذن الله".

ويقال: إن النبات الرطب الطازج يلين البطن وينفع السعال وخشونة الصدر.

ويقول الصينيون إن ما هو مفيد للحيوان فإنه مفيد للإنسان، كما كانوا يرون حيواناتهم تتناول البرسيم بشهية فائقة فقد اهتموا بتحضير الأوراق الغنية والغضة وبدؤوا يستخدمونها لفتح الشهية ومعالجة مشاكل الهضم كالقرحات.

أما الهنود فكانوا يعالجون القرحات بالبرسيم ويصفونه أيضاً لمعالجة التهاب المفاصل واحتباس البول، وكان العرب يطعمون جيادهم بالبرسيم مقتنعين أنه يجعلها أسرع وأكثر حيوية ويعرفونه بأنه أصل جميع الأغذية، وقد أعطاه الإسبان

openkanal.com

اسـم Alfalfa، تعتبر إسـبانيا أول من أدخل البرسـيم إلى أمريكا وهو الآن أحد نباتـات الأعلاف الأكثر شـعبية في سـهول Medwest، وعلى غرار الصـين كان الأمريكان يعتقدون أن ما هو مفيد للحيوان يناسـب الإنسـان أيضـاً لذلك كانوا يستخدمونه لمعالجة التهاب المفاصل والدمامل والسرطان والإسقربوط والأمراض البولية والمعوية، أما النساء فكن يستخدمنه لإدرار الطمث.

لقد كشـفت حديثاً بعض الدراسـات التي أجريت علـى حيوانات التجارب أن أوراق البرسيم تسمح بتخفيض معدل الكولسترول في الدم وكذلك الأمر بالنسبة لترسب الصفائح الدموية على جدران الشرايين، وهو السبب الذي يؤدي إلى حد كبير للإصـابة بالأمراض القلبية والحوادث الوعائية الدماغية. وعلى الرغم من الدراسات على الحيوان تنطبق نوعاً ما على الإنسان فإن المجلة الطبية البريطانية (Lancet) ذكرت أن شخصـاً كان يتناول البرسيم بكمية كبيرة وكان يعاني من ارتفاع الكولسـترول في الدم، فوجد أن معدل الكولسترول لديه قد تضاءل بشكل ملحوظ، وقد برهنت بعض الدراسـات إلى أن البرسـيم يقاوم المواد السرطانية في الأمعاء، وكشـفت دراسة أخرى نشرت في معهد السرطان القومي أن البرسيم يحاصر المسرطنات في القولون ويسرع طردها من الجسم.

يستعمل البرسيم كمهضم وكموسع للأوعية الدموية، كما يستعمل البرسيم في تخفيف ارتفاع سكر الدم، كما يستعمل كمدر جيد.

ويجب عدم تناول بذور البرسيم حيث إنها تسبب اضطراباً دموياً ويجب على الحوامل عدم استخدام البرسيم أثناء الحمل.

يؤخذ مقدار ملعقة صغيرة أو ملعقتين من أوراق البرسيم المجففة ثم توضع في فنجان كبير ويصـب الماء المغلي عليه، ثم يغطى ويترك المزيج ينقع مدة عشـرين دقيقة ثم يشرب على أن لا يشرب أكثر من ثلاثة فناجين في اليوم وذلك لمكافحة الكولسترول، ويجب عدم إعطاء البرسيم للأطفال دون سن الثانية.

البشام

Commiphora

البشـام شـجرة يصـل ارتفاعها إلى أربعة أمتـار، ثنائية المسـكن، لها أوراق مركبة متبادلة ريشـية الشـكل ما بـين ٣-٥ وريقات، الأزهار حمراء اللون شـبه لاطئـة تتراوح ما بين زهـرة إلى ٥ زهرات، الثمرة نووية بيضـية الشـكل طرفها الأعلى حاد لاطئة تقريباً ومخططة بأربعة خطوط بيضاء طولية، توجد في الثمرة بذرة واحدة، يفرز الساق والأغصان عند قطعها سائلاً راتنجياً ذا رائحة منعشة. يعرف البشام باسم بيلسان وبيلسان مكة.

أمـا مـن الناحية العلميـة فيعـرف باسـم Commiphona gileadensis وينتشـر نبات البشـام في جميع أنحاء جنوب الجزيرة العربية ويتركز في المملكة العربية السـعودية في جبال مكة والمدينة وسلسـلة جبال السـروات، كما يوجد في أثيوبيا والسودان والجزء المستخدم من البشام جميع أجزاء النبات.

المحتويات الكيميائية:

يحتوي البشـام علـى فلافونيدات وسـتيرولات وتربينات ثلاثيـة وزيت طيار ومواد راتنجية ومواد صابونية وقواعد طيارة.

الاستعمالات:

يسـتعمل البشـام أو ما يسمى بالبلسان أو البيلسان على نطاق واسع فكل جزء

من الشـجر له اسـتعمال خاص، وتعد شـجر البشام من الأشـجار التي يعتز بها أهالي المناطق التي تنمو فيها؛ فهي معهم أينما كانوا حيث يستخدمون أغصانها مسـواكاً ومن أفضـل المساويك بعد الآراك، بل إن بعضـهم يفضلها على الآراك، وتسـتعمل قشـور السـيقان الذي يسهل قشـره من النبات كمصـدر لمادة عطرية مسـكنة شـبيهة بالنعناع، وهذه المادة العطرية هي مادة راتنجية تعد أكثر أهمية من اللبان، كما أن أوراق البشـام لها اسـتعمالات شـعبية مهمة جداً، فهي تخلط مـع الحنـا لتعطي للحناء لوناً داكناً جميلاً، والأغصـان كانت ولا زالت تسـتعمل لتنظيـف الأسـنان، وتتميز بأليافها الناعمة التي لا يضـاهيها شـيء آخر، وتباع أغصان البشام جنباً إلى جنب مع مساويك الأراك.

تستخدم العصارة الراتنجية التي تجمع من السيقان والأغصان كأفضل مضاد حيوي لعلاج الجروح، وكان الصحابة في حروبهم يعتمدون في معالجة جرحاهم على عصارة البشام، حيث كانوا يجمعون العصارة ويجهزونها قبل أي حرب لاستعمالها كعلاج فعال للجروح، وقد ثبت علمياً أن هذه العصارة تحتوي على مواد قاتلة للبكتيريا.

تستخدم الجذيرات الصغيرة في قاعدة نبات البشام حيث تقلع ثم تقشر وتؤكل هذه القشور نظراً لشدة حلاوتها حيث تحتوي على كمية من السكر، كما أن الثمار عند نضجها تتحول إلى اللون الأحمر تؤكل ويتهافت عليها سكان المناطق التي يكثر بها هذا النبات، وهي ذات قدرة كبيرة على إطفاء العطش؛ ولذا يعتمد عليها الرعاة والمسافرون عندما لا يجدون الماء، فهي تعينهم كثيراً على تحمل العطش، كما أن هذه الثمار كانت تعد مصدراً من مصادر الغذاء حين يندر وجود مصادر غذائية أخرى.

تعد الأوراق علفاً جيداً للجمال حيث يؤدي إلى زيادة إدرار الحليب عند النياق، كما أن شرائح قشور النبات كانت تقطع على هيئة قطع صغيرة وتحفظ من أجل علاج الجروح، كما أنهم كانوا يعتمدون عليها في صباغة الملابس وخيوط الغزل حيث تعطي صبغة خضراء زاهية، وكانت لها قيمتها الاقتصادية في المناطق التي ينمو فيها النبات.

وكانت القشور تسحق ناعماً ثم تحشى بها الجروح العميقة جداً حيث تقوم على تطهير الجرح وشفائه بشكل سريع.

كما أن الأهالي كانوا يضعون كمية قليلة من القشور مع الشاي ليكسبه لوناً أحمر ورائحة زكية، كما أن كثيراً من الناس يصنعون شاياً من القشور بدلاً من الشاي المستورد ويفضلونه عليه.

وتعتبر عصارة البشام أو قشور نبات البشام المسحوق من أفضل الأدوية لعلاج الحكة الجلدية والتشققات والقروح والأكزيما والطفح الجلدي بشكل

عام وكذلك عضـات الكلاب والذئاب، كما يسـتخدم مغلي الخشـب لغسل جسم الأم المتعسـرة في الولادة وكذلك غسل جسمها وجسـم مولودها بعد الولادة بهذا الماء، وتداوم النفساء على غسل جسمها دوماً منه حيث إن هذا الماء مطهر وقاتل لأنـواع البكتيريا، كما تسـتعمل هذا الماء بعد كل عادة شـهرية من أجل التنظيف والتطهير التام، وقد أوصـوا باستخدام تبخيرة تحضـر بحرق الأجزاء الخشبية ثم استنشاقها لعلاج انسداد الأنف ولتسكين آلام العصب الوركي والدوار وتشوش النظر، وكذلك لعلاج اضـطرابات الرحم والعقم وكمادة مضـادة لسم الثعبان، وفي أماكن أخرى من منطقة الشـرق الأسـوط تعد ثمار هذه الشـجرة دواءً جيداً لعلاج عسـر الهضـم والأرياح المتكونـة في البطن، ولتسـكين آلام الأمعاء والمعدة ولتخفيف حالات السـعال الشـديدة، كما تعد مادة فاتحة للشهية، وتؤخذ لإعادة الصـحة بعد الشفاء من أي مرض، وتؤكل المادة الراتنجية لعلاج حالات الرجفة والبرد، وينظر إلى جميع أجزاء الشـجرة على أنها تحتوي على مميزات وقدرات علاجية حقيقية.

obeikandl.com

البصل
Onion

البصـل من جنس الثوم نفسـه (Allium) ولا يخلو منزل من وجود البصل فيه ولا تحلو كثير من الأكلات إلا بوجود البصل.

لقد عرف الفراعنة البصـل في مصـر وقدسـوه وخلدوا اسـمه في كتابات على جدران الأهرامات والمعابد وأوراق البردي، وكانوا يضـعونه في توابيت المرضـى مع الجثث المحنطة لاعتقادهم أنه يساعد الميت على التنفس عندما تعود إليه الحياة.

وذكـر أطباء الفراعنة البصـل في قوائـم الأغذية المقوية التـي كانت توزع على العمال الذين اشتغلوا في بناء الأهرامات، كما وصفوه مغذياً ومشهياً ومدراً للبول.

وقد قدسه أيضاً اليونانيون ووصفه أطباؤهم لعدة أمراض ونسجت الاعتقادات القديمة حوله خرافات كثيرة منها: أن القشور الرفيعة التي تحيط بالبصل تقدم تنبؤات رصدية عن الطقس؛ فإذا كانت عديدة ورقيقة وشفافة كان الشتاء قاسياً، ويـروي بعض مؤرخي القارة الأمريكية أن الهنود الحمر عرفوا البصـل وتداولوا استعماله وأطلقوا عليه اسم "شيكاغو" وسميت مدينة "شيكاغو" باسم البصل، ومعنى شيكاغو: القوة والعظمة.

وقد أشاد علماء الطب القديم بفوائد البصل، فقالوا: إن أكله نيئاً أو مطبوخاً ينفع من ضرر المياه الملوثة ويحمر الوجه ويدفع ضرر السموم ويقوي المعدة ويهيج الباه، ويلطف البلغم، ويفتح السـدد ويلين المعدة ويشـفي من داء الثعلبة (دلكاً)،

والمشوي منه صالح للسعال وخشونة الصدر، وينفع وجع الظهر والورك، وماؤه إذا اكتحل به مع العسل نفع من ضعف البصر والماء النازل في العين، وإذا قطر في الأذن نفع من ثقل السمع والطنين وسيلان القيح.

وذكر عنه داود الأنطاكي: "أنه يفتح السدد ويقوي الشهوية خصوصاً المطبوخ مع اللحم، ويذهب اليرقان، ويدر البول والحيض ويفتت الحصى".

وقال الرازي: "إذا خلل البصل قلت حرافته وقوى المعدة، والبصل المخلل فاتق الشهوة جداً".

وقال ابن البيطار: "البصل فائق لشهوة الطعام ملطف ومعطس، ملين للبطن، إذا طبخ كان أقدر إدراراً للبول، يزيد في الباه إن أكل البصل مسلوقاً بالماء، والجور المشوي والجبن المقلي تقطع رائحة البصل من الفم".

المحتويات الكيميائية:

يحتوي البصل على المادة نفسها التي يحتويها الثوم، وهي اللينز وكذلك متعددة السكاكر ومواد سكرية ومن أهمها السكروز وفلافونيدات وسيترودات صابونية ومواد معدنية من أهمها الكالسيوم والفوسفور والحديد والكبريت وفيتامين أ، ج ومركب الجلوكوزين التي تحدد نسبة السكر في الدم وهي تعادل الأنسولين في مفعوله.

الاستعمالات:

للبصل فوائد لا تحصى ومن أهمها ما أثبتته التجارب التي أجريت على البصل في كلية فكتوريا وجامعة نيوكاسل في بريطانيا التي تقول إن أكل البصل طازجاً أو مطهواً بالزيت أو السمن أو مشوياً يقلل من نسبة الإصابة بجلطة الدم، فقد أجريت التجارب الإكلينيكية على ٢٢ مريضاً تتراوح أعمارهم بين ١٩ و٧٨ سنة، وكان يقدم لهم مع طعام الإفطار ٦٠ جراماً من البصل بصور مختلفة، وكانت النتيجة حصولهم على مناعة ضد الإصابة بالجلطات، وكانوا يجرون

obeikan.com

باستمرار تحاليل على عينات من دماء المرضى وقد تبين أن العامل الموجود في تركيب البصل والذي يمنع الجلطة ويقلل من نسبة الإصابة بها لا يتأثر بالحرارة ولا يذوب في الماء.

ولقد أثبتت بعض الدراسات أنه يمكن استخدامه في تطهير الفم حيث إن مضغ البصل أو الثوم مدة ٣ دقائق تعد كافية لقتل جميع الجراثيم الموجودة بالفم، وقد ثبت أيضاً أن استنشاق بخار البصل أو أكله يؤدي إلى نفاذ الزيت الطيار الكبريتي الموجود فيه إلى دم الإنسان مما يؤدي إلى إبادة الجراثيم المسببة للأمراض، وبذلك يمكن استخدام البصل في علاج أمراض الجهاز التنفسي الناتجة من الإصابة بالجراثيم مثل التهاب الأنف الحاد وكذلك التهابات الحلق والقصبة الهوائية والشعب الهوائية مثل: النزلات الشعبية.

كما أن الدراسات أثبتت أن البصل يمنع التجلط في شرايين القلب؛ ولذلك فإنه يعتبر من الأدوية الوقائية المهمة للمحافظة على سلامة القلب ومنع حدوث الأزمات والذبحة الصدرية، ولعل هذا يكشف لنا سر قلة حدوث إصابة الفلاحين المصريين بالذبحات الصدرية نتيجة تناولهم البصل بكميات كبيرة في طعامهم وبصورة يومية.

وكذلك أثبتت الدراسات العلمية أن البصل يخفف السكر لدى مرضى السكري، فقد وجد أن البصل يحتوي على مادة الجلوكوزين، وهي مادة شبيهة بهرمون الأنسولين، ولها مفعول مماثل أو قريب من مفعول الأنسولين حيث تساعد على تخفيف نسبة السكر في الدم.

obeikandl.com

كما أثبتت الدراسات أن البصل يستعمل في علاج نوبات الربو حيث يستعمل عصير البصل بمقدار ملعقة صغيرة ممزوجة مع ملعقة من العسل كل ثلاث ساعات، حيث إن للبصل قدرة فائقة على طرد البلغم الذي يسبب ضيق الشعب الهوائية مما ينتج عنه الصعوبة في التنفس وحدوث أزمات الربو.

أما فيما يتعلق بالسرطان فقد حقن الطبيب الفرنسي جورج لاكوفسكي بمصل البصل كثيراً من المرضى لا سيما مرضى السرطان فحصل على نتائج طيبة، ويمكن عمل حقنة شرجية تعمل من عصير البصل المستخرج بالضغط لتحقيق ذلك.

وأثبتت التجارب أيضاً نجاح البصل في علاج الزكام والإنفلونزا وذلك بعمل شراب من البصل حيث تقطع البصلة إلى حلقات وتوضع في طبق ثم يضاف إليها السكر وتترك مدة ٢٤ ساعة حتى يتم الترشيح؛ ثم يؤخذ من ٢ إلى ٥ ملاعق من هذا الرشاحة يومياً.

لقد وافق دستور الأدوية الألماني رسمياً على استخدام البصل لعلاج نقص الشهية وتصلب الشرايين ولعلاج مشاكل سوء الهضم. ولعلاج الحمى والبرد ولعلاج الحكة والتهاب الشعب الهوائية ولعلاج ضغط الدم المرتفع ولعلاج الالتهابات الجرثومية والتهابات الفم والحنجرة.

والبصل والثوم على حد سواء وبالأخص أوراقهما تسرع في نضج الدمامل والداحوس الذي يتكون في

obeikandl.com

أصـابع اليد قرب الأظافـر، وكذلك الجدجد الذي يتكـون في مقلة العين؛ وذلك بدق الأوراق الطازجة ووضـعها على مكان الإصـابة، أما الثوم فيمكن مسح مائه الذي يخرج من أحد الأفصاص على جدجد العين فيشفي بسرعة.

ويجب حفظ البصل والثوم في مكان جاف وحسن التهوية ويبعد عن الرطوبة، ويستخدم من البصل متوسط الحجم؛ فهو الأفضل، ولا يصح الاحتفاظ بالبصلة أو الثوم المقشر أو المفروم لأنها تتأكسد بالهواء وتصبح سامة.

وللتخلص من إسـالة الدمع عند تقشير البصل فيمكن تقشيرها والماء يصب عليها من الحنفية حيث إن الماء يمنع كبريتات الأليل من إثارة الدموع، وللتخلص من رائحة البصـل التي تلتصق باليدين تغسـل اليد بماء فاتر فيه كمية من الملح أو ملعقة من الأمونيا، وللتخلص من رائحة البصـل يتناول الشخص حبات غضة من الفول أو حبات من البن أو الكمون أو الينسـون أو الهيل أو عروق البقدونس أو تفاحة.

obeikandl.com

البطباط

Knotgrass

يعرف بالبطباط المزهر، وهو نبات ليست له إلا ساق واحدة أي غير متفرع، وهو منتصب وكثير العقد، وهو نبات معمر يصل ارتفاعه إلى حوالي متر، الأوراق قليلة على الساق، والقاعدية من الأوراق ذات لون أخضر قاتم جرداء من الجهة السفلية وخضراء مزرقة من الجهة العلوية، وهي كبيرة ومتطاولة، والحواف قاسية والأوراق العلوية مغمدة للساق. الأزهار وردية اللون تنتظم في سنبلة عند نهاية الساق، كثيفة الزهور. الجذمور لحمي عميق أسمر من الخارج وأحمر من الداخل. يعرف النبات علمياً باسم Polygonum multiforum.

الجزء المستخدم من النبات: الجذور.

الموطن الأصلي للنبات: موطن النبات الأصلي الصين حيث يزرع في كل أنحاء الصين.

المحتويات الكيميائية للجذر:

يحتوي الجذر على حمض الكريزوفانيك وعلى مواد انثراكينونية (جلوكوزيدات) وأهم مركباتها ايمودين وريثين وأيضاً يحتوي على ليستين.

يوجد أنواع من البطباط وهي: Polygonum bistorta وهو أحد أقوى الأعشاب القابضة قاطبة. والنوع الثاني هو P. aviculare ويستخدم هذان النوعان على نطاق واسع في طب الأعشاب الأوروبي، وليس لهذين النوعين الخصائص المميزة للبطباط المزهر. كما يوجد نوع ثالث يعرف باسم P. cuspidatum ويستخدم في الصين لعلاج سن الإياس (انقطاع الطمث).

الطب القديم والبطباط المزهر:

يعد البطباط المزهر من النباتات المستخدمة في التراث الصيني من مدة طويلة إذ هو من أقدم الأعشاب المقوية الصينية، حيث يستخدم بجانب ذلك بخفض مستويات الكوليسترول في الدم.

أما أطباء العرب فقد قال ابن سينا في قانونه: "نافع جداً لأورام القروح، ويدمل الجراحات الطرية جداً، وعصارته تقتل دود الأذن وتجفف قروحها، وماؤه ينفع من نفث الدم، يمنع نزف الدم من الرحم ويشفي قروح الأمعاء".

ويقول ابن البيطار في جامعه: "البطباط المزهر نافع لمن يجد في فم المعدة التهاباً إذا وضع عليه وهو بارد من خارج، ينفع من الورم المعروف بالحمرة ومن الأورام الحارة الحادثة عن الدم لأنه يمنع ويردع المواد المنصبة، من أنفع الأشياء للأورام المعروفة بالحمرة إذا كانت تنتشر من مكان إلى آخر، وينفع نفعاً بيناً للقروح المتورمة ورماً حاراً، يدمل الجراحات الطرية، إذا شرب ماؤه وافق نفث الدم من الصدر والإسهال. إذا شرب بالشراب نفع من نهش الهوام ذات السموم،

إذا شرب قبل الحمى بساعة نفع من الحميات ذوات الأدوار، وإذا احتملته قطع سيلان الرطوبات المزمنة من الرحم وغيره، وإذا قطر في الأذن نفع أوجاعها وسيلان المدة منها".

أما داود الأنطاكي فيقول: "يقوي البطباط المعدة ويذهب بالحميات إذا أخذ قبلها شرباً وطلاءً، ينفع الصمم ويخرج الديدان قطوراً يجفف البله من المعدة وغيرها، ويقطع نفث الدم مطلقاً والخفقان والحصى شرباً"، أما العالم ديسقوريدس فيقول: "إن البطباط المزهر يدر البول ويعافي صاحب الحصر".

أما الصينيون فقد استعملوه سنة ٧١٣ بعد الميلاد حيث أصبح دون شك واحداً من أهم الأعشاب الصينية وأوسعها استعمالاً، ويتناوله الملايين بانتظام من أجل خصائصه المقوية والمجددة للشباب ولزيادة الخصوبة عند الرجال والنساء على حد سواء. يستخدم البطباط المزهر مقوياً للكبد والكلى ويعد من أهم الأعشاب استخداماً، وبعمله كمقو للكبد والكلى فإنه يساعد أيضاً على تنقية الدم ويمكن الطاقة الحيوية من الدوران في الجسم.

الطب الحديث والبطباط المزهر:

لقد بينت التجارب التي أجريت على حيوانات التجارب في الصين أن البطباط المزهر يخفض مستويات الكوليسترول المرتفعة في الدم. كما بينت تجربة سريرية أن أكثر من ٨٠٪ من المرضى المصابين بارتفاع الكوليسترول في الدم تحسنوا عند تناوله. كما كشفت الأبحاث الصينية أيضاً أن البطباط المزهر يساعد في زيادة مستويات السكر في الدم. وبينت التجارب أيضاً في الصين أن البطباط المزهر ذو قدرة على التصدي لعصيات الدرن (السل) ويعتقدون أنه قد يساعد في علاج الملاريا. كما يمكن إعطاء البطباط كمقو للأعصاب والدم حيث يعطى للأشخاص

الذيـن يعانـون من أعراض الدوخة Dizziness والضـعف والخور وتشـوش في الرؤية التي تدل على أعصاب غير فعالة وقصور الدم.

كما يوصف البطباط المزهر في الصين للأشخاص الذين تبدو عليهم أمارات الشـيخوخة Ageing قبـل الأوان بما في ذلك ابيضـاض الشـعر، ويوصـي هذا الاستخدام بأن العشـبة تدعم الجسم وتساعد في عمله بطريقة صحية متوازنة. كما أن نبات البطباط يسـتعمل حالياً في الصـين لعلاج الملاريا المزمنة ويصفها عادة الاطباء مع جذور الجنسنج وحشيشـة المـلاك الصـينية واليوسفي.

كما أثبتت الدراسات الألمانية فائـدة جـذر البطبـاط المزهـر لعـلاج الكحـة والتهاب الشـعب الهوائيـة وكذلـك التهابات الفم والحنجرة، وقد صرح باستعمال البطبـاط للأمراض المذكـورة في الدسـتور الدوائـي العشـبي الألماني.

الجرعات المحددة من جذر نبات البطباط المزهر هي ١,٥ جرام حيث تعادل ملء ملعقة صغيرة، تنقع عادة في ملء كوب ماء بارد وتترك لتنقع مدة ٢٠ دقيقة ثم تصفى وتشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم.

محاذير استعمال البطباط المزهر:

ليس هناك أي محاذير من اسـتعماله اياً كان الاسـتعمال في حدود الجرعات المنصوص عليها.

البنفسج
Viola

البنفسج نبات عشبي معمّر شبه زاحف لا يزيد طوله عن ٢٠سم، والبنفسج أنواع وسنتحدث عن النوع المعروف بالبنفسج العطر الذي يعرف علمياً باسم Viola odorata من الفصيلة البنفسجية. يعد البنفسج من زهور الزينة المشهورة، ويزرع عادةً للزينة ولاستنشاق رائحته الذكية ولاستخراج عطره الثمين، وللاستفادة طبياً من زهوره وزيتها. وكلمة البنفسج جاءت من كلمة "بنفشة" الفارسية.

لقد نسج عن البنفسج أقاويل وأساطير عديدة، من ذلك أن الفلكيين يقولون: إن زهر البنفسج خاضع لكوكب الزهرة، وإن قوة سر البنفسج تبلغ أشدها يوم الجمعة، ولذلك -والكلام لهم- يحسن حمل الزهرة في ذلك اليوم.

لقد عرف العرب البنفسج وتغنوا به شعراً ونثراً، فمن الشعر الأبيات التالية لأبي القاسم بن هذيل الأندلسي، وقيل هي لابن المعتز:

بنفسجٌ جُمعت أوراقهُ فحكت
كُحلاً تشرّب دمعاً يوم تشتيتِ

أو لازورديَّةً أوفت بزرقتها
وسط الرياضِ على زُرقِ اليواقيتِ

كأنهُ وضعاف القضب تحملهُ
أوائل النارِ في أطرافِ كبريتِ

ومن النثر المقطع التالي من رسالة لأبي عطاء بن يوسف السندي يصف طاقة البنفسج:

سماوية اللباس مسكيّة الأنفاس، واضعة رأسها على ركبتها كعاشقٍ مهجور، ينطوي على قلبٍ مسجور، كبقايا النقش في بنان الكاعب، أو النفس في أصابع الكاتب، أو الكحل في ألحاظ الملاح المراض الصحاح، الفاترات الفاتنات، المحييات القاتلات. لازورديَّةً أوفت زرقتها على زرقة اليواقيت، كأوائل النار في أطراف كبريت، أو كأثر القرص في خدود العذارى، أو عذار خلقت في العذارا.

وقد استعمل البنفسج منذ العصور القديمة للغايات الطبيّة، ويروي العالم اليوناني هوميروس كيف كان سكان أثينا يستعملون البنفسج للوقاية من الصداع والدوار، حيث كان يستعمل لتهدئة الأعصاب، والغضب، فيما ينصح العالم (بكينوس) بتقليد إكليل من البنفسج على رقبة من يشعر بالصداع والدوار.

لقد كان البنفسج يستعمل في الماضي لتحضير جرعات الحب؛ ولهذا سمي

بالإنجليزية Heartsease وقد استعمل الصينيون البنفسج مع بعض الأعشاب الأُخرى لعلاج الأكزيما لدى الأطفال، وذلك في إحدى مستشفيات لندن.

وقال عنه ابن سينا: "إنه يولد دماً معتدلاً، ويسكّن الأورام الحارة ضماداً مع دقيق الشعير، وكذلك ورقه، ودهن البنفسج طلاء جيّد للجرب، وهو يسكّن الصداع شمّاً وطلاء، وينفع من الرمد الحار والسعال، ويلين الصدر خصوصاً مع السكّر، وشرابه نافع من ذات الجنب والرئة والتهاب المعدة ووجع الكلى، ويلين الطبيعة برفق".

وفي رأي ابن البيطار أن البنفسج يبرّد التهاب المعدة، والأورام الحارة في العين، ونتوء المقعدة، وينفع من السعال وينوم نوماً معتدلاً، ويسهل المرة الصفراء المتيبسة في المعدة، والبنفسج الرطب إذا ضمد به الرأس والجبين سكن الصداع والحرارة، وشربه مع السكّر يسهل المعدة.

وفي رأي ابن جزله: أنه يسهل الصفراء شرباً وشماً، وشربه يصد الزكام البارد. وذكروا (شرب البنفسج بالسكّر) وفائدته لتليين المعدة، وطريقة صنعه أن يغلى البنفسج مع الماء ثم يوضع البنفسج ويضاف غيره، وهكذا إلى خمس أو سبع دفعات ثم يُصفى ويضاف السكّر.

وروى ابن أبي حاتم وغيره عن الإمام الشافعي صاحب المذهب أنه قال: "لم أرى للوباء أنفع من البنفسج يُدهن به ويُشرب".

المحتويات الكيميائية للبنفسج:

يحتوي البنفسج على (جلوكوزيدات فينوليه) ومن أهمها مُركّب (الجولثيرين Gaultherin) ومواد صابونينية ومن أهمها (الفايولين Violin) كما يحتوي على (فلافونيدات) و(قلويدات) وأهمها (أودوراتين Odoratine) كما يحتوي على مواد هلامية وزيت طيّار.

obeikandi.com

البنفسج في الطب الحديث:

يستعمل البنفسج في الطب الحديث، حيث يوصف زهر البنفسج شراباً كالشاي بتسعة عشر جراماً في لتر ماء ويستعمل ضد السعال والرشح. كما تمزج الأزهار مع السكّر وتجفف لاستعماله في علاج الإمساك والسعال. وتستعمل جذور البنفسج لمكافحة الإمساك، كما يصنع من أزهار البنفسج شراباً مقوياً ومدراً خفيفاً للبول. ويستعمل مغلي البنفسج ضد الزحار (الدسنتاريا) وانحباس البول ومنقوع الأزهار يفيد كمنقٍ للدم ومليّن ومعرق. يحضّر من جذوره شراب يستعمل كمقيء عند التسمم بالأغذية. وتجفف عادةً الأزهار ويعمل منها منقوعة لتهدئة الأعصاب، وفي حالات الصرع. كما يستخدم زيت البنفسج كمطهّر وقاتل لبعض أنواع البكتيريا ومضاد للالتهابات.

وهناك استعمالات خارجية للبنفسج وهي:

تغسل مؤخرة الرأس بمستحلب أوراق البنفسج البارد لعلاج الصداع، ويستعمل المستحلب فاتراً لغسل أجفان العيون المصابة بالرمد، وساخناً للحمامات القديمة لمعالجة الأرق. تستعمل أوراق البنفسج الغضة المهروسة بالتلبيخ لتسكين الآلام في السرطانات الظاهرة كسرطان الثدي، وأما الداخلية منها كسرطان الشرج أو الرحم فتسكّن آلامها بالدش المهبلي والحُقن الشرجيّة؛ كما تسكّن آلام سرطان اللسان بالمضمضة بالمستحلب أو المغلي.

لرائحة البنفسج تأثير مُهيّج للغريزة الجنسية، ولوحظ في أحد المعامل الأمريكية أن إنتاج العمال من الشبّان قد خف وأعصابهم توترت، وتبين بالبحث أن سببه تعطر العاملات في المعمل نفسه بعطر البنفسج، ولما منعن منه عادت الحالة في المعمل إلى سابق عهدها. وزيت البنفسج يعتبر من أغلى الزيوت العطرية، حيث وجد أن ١٥ طناً من البنفسج تعطي رطلاً واحداً من الزيت. ولما كان العطر البنفسجي الحقيقي نادراً ومرتفع الثمن جداً، فقد استبدل بالمستحضرات الصناعية التي تؤخذ من (الآيونين) وهي مادة كيميائية لها رائحة البنفسج، ولما كانت رائحتها نفاذة جداً فإنها تستعمل لصنع عطر البنفسج على مدى واسع وبتكلفة بسيطة.

أنواع البنفسج:

هناك حوالي ٢٠٠ نوع من البنفسج، ولكن توجد ثلاثة أنواع يستخدم زيتها العطري، وتستخدم كبديل للبنفسج العطر من الناحية الطبية وهي:

١. البنفسج المثلث الألوان المعروف علمياً باسم Viola tricolar.

٢. البنفسج الأصفر والمعروف علمياً باسم Viola carira.

٣. البنفسج الصيني والمعروف علمياً باسم Viola yedoersis.

بعض المحاذير للبنفسج:

- إذا استخدم البنفسج باعتدال وحسب الإرشادات فلا توجد هناك أي أضرار.

- استخدام جرعات كبيرة من البتفسج بأنواعه يسبب الغثيان واليقيؤ نظراً لاحتوائها على مواد صابونينية.

obeikandl.com

البوكو
Buchu

نبات شجيري يصل ارتفاعه إلى حوالي مترين ليس له سيقان كبيرة، وإنما تتكون من أغصان مغطاة بأوراق كثيفة جلدية القوام منقطة بغدد زيتية واضحة، لها أزهار حمراء أرجوانية. يعرف النبات علمياً باسم Barsoma Betulia من الفصيلة السذابية.

الموطن الأصلي لنبات البوكو جنوب إفريقيا حيث تزرع على نطاق واسع على سفوح التلال، كما زرعت حالياً في بعض المناطق بأمريكا الجنوبية. والنبات لا يزرع من البذور وإنما تزرع عن طريق الفسائل حيث تزرع الفسائل في نهاية الصيف، ويتطلب النبات مناخاً مشمساً.

الجزء المستخدم من النبات أوراقه فقط والتي تجنى عندما يزهر النبات في فصل الصيف.

المحتويات الكيميائية:

تحتوي الأوراق على زيت طيار بنسبة ما بين ١ر٥ – ٢ر٥٪، وأهم مركبات الزيت بوليجون Pulegone ومنثون Menthone ودايوزفينول Diosphenol ومركبات كبريتية وفلافونيدات، وأهم مركباتها دايوزمين Diosmon وروتين Rutin بالإضافة إلى مواد هلامية.

توجد أنواع أخرى من هذا النبات تحتوي على المركبات الكيميائية نفسها ولها التأثير الدوائي نفسه وهي Barosma serratifolia، Barsoma crenulata.

الاستعمالات:

تعد أوراق البوكو علاجاً مشهوراً في جنوب أفريقيا وتستخدم على نطاق واسع حيث تستخدم كمنبه ومدر للبول وتقوم بإخراج حصوات الكلى، كما استخدم لحل مشاكل الهضم، وقد حظيت أوراق البوكو بمنزلة كبيرة في الطب الغربي حيث استخدموها كمدر بولي ومطهر للمجاري البولية، واستخدمها أطباؤهم بوجه خاص لعلاج التهاب المثانة وغيره من مشاكل المجاري البولية، وأوراق البوكو ذات طعم ورائحة مميزة، ونظراً لاحتواء الأوراق على زيت طيار فإنها تستخدم

كطاردة للأرياح وتفريج النفخة في البطن، وقد استوردت بريطانيا نبات البوكو لأول مرة سنة ١٧٩٠م وأصبحت دواء رسمياً في سنة ١٨٢١م حيث أدرجت في دستور الأدوية البريطاني كأحد الأدوية الفعالة في علاج المثانة والتهابات الإحليل والتهابات الكلى ونزلة المثانة.

إن الاستعمالات لأوراق نبات البوكو في الوقت الحاضر هي الاستعمالات لنفس الأمراض البولية التي كانت تستخدم في الماضي، وقد ثبتت فعاليتها في علاج التهاب المثانة الحاد وخاصة إذا مزجت مع بعض النباتات الأخرى مثل شعر الذرة والعرعر الشائع، وإذا أخذ هذا العلاج بانتظام فإنه يقضي على المرض دون عودة.

وقد ثبت أن نقيع البوكو أو صبغة الأوراق جيدة لعلاج التهاب الإحليل وبالأخص عندما يكون له علاقة بمشكلة المبيضات Candida مثل السلاق المهبلي Vaginal trhush وتعد أوراق البوكو منبهة للرحم وعليه يجب عدم استخدامها من قبل النساء الحوامل.

الجرعات اليومية تتراوح ما بين ١ إلى ٢ جرام من الخلاصة السائلة بمعدل ثلاث مرات في اليوم، ويمكن القول إن جراماً واحداً على ملء كوب ماء مغلي هي الجرعة المفضلة بمعدل ثلاث مرات في اليوم.

كما أن أوراق البوكو تستخدم على هيئة قطرات في المعالجة المثلية Homeopathic dose حيث يستخدم ٥ قطرات أو قرص واحد أو ١٠ محببات كل ٣٠ إلى ٦٠ دقيقة، وهذا في الحالات الحادة، أما في الحالات المزمنة فيؤخذ ما بين مرة واحدة إلى ثلاث مرات في اليوم، ويجب ملاحظة بقاء أوراق البوكو أو مستحضراتها بعيداً عن الضوء وعن الرطوبة وفي درجة برودة لا تزيد عن ٢٠ درجة، وفي وعاء محكم الغلق.

تعد أوراق البوكو من الأدوية العشبية المسجلة في دستور الأدوية العشبية البريطاني ١٩٩٦م.