

خبيز



الخبيز

علاجات الكيلاني

استعمالات و فوائد الخبيزة الطبية

1. يستعمل لآلام اللوزتين والرشح (منقوع) للغرغرة وللشرب، يعالج امراض الفم (القالوع) والتهابات الحنجرة.
2. يعالج امراض الصدر والسعال . مقشع يزيل البلغم، يزيل التهابات القصبات الهوائية، يعالج نوبات الربو.
3. مدر للبول، يفتت الحصى والرمل .
4. ملين للطبيعة ، يزيل القبوضة . ورقه يعالج القروح في الامعاء والشرج.
5. ورق الخبيزة يمنع الالتهابات الجلدية.
6. مغلي اوراق الخبيزة يستعمل كغسيل مهبل ل إزالة الاحتقان والالتهابات ويعالج امراض الرحم.
7. يخفف ويلطف امراض وآلام البطن والمغص.
8. فيه مادة لها خاصية مضادة للالتهابات الميكروبية والفطرية والفيروسية خاصة الالتهابات الجلدية والباكتيريا الموجودة على سطح الجلد، يكافح الخراجات والإنتانات.
9. يعالج الوتر النفسي واعتلال المزاج، مهدئ للأعصاب، يزيل البدانة الناتجة عن كثرة الطعام التي يسببها التوتر النفسي عند بعض المرضى.
10. ملطف للحساسية الجلدية والطفوح الجلدي، وعقص الحشرات.
11. يكافح أمراض اللثة والأسنان.

لللقضاء على دودة الأسكارس والأنكستوما:

ماء الخباز لمدة مرتين حسب الحاجة وسوف لا يبقى اى من هذه الديدان في الجهاز الهضمي انشاء الله تعالى.
للالتهاب المهبل: تستعمل اوراق الخبيز مطهرة وقاتلة لبعض البكتيريا والفطور وللاستعمال تؤخذ الاوراق وتفرم او تقطع ثم تغمر في كمية مناسبة من الماء وتوضع على النار حتى تغلى ثم تبرد وتنقى بحيث يزال كل المواد العالقة ويكون الماء صافيا ثم يستعمل على هيئة دش مهبل او غسول عادي ويستعمل مرتين الى ثلاث مرات يوميا كما يمكن تناول المغلي شربا بمعدل كوب الى كوبين يوميا بعد الوجبات الغذائية.

للسعال ومشاكل الصدر: والخبيز يلطف ويفرج السعال الجاف والربو القصبي والنزلة القصبية وذات الجنب وتستخدم الأزهار غضة أو مجففة مسحوقة كمنقوع ساخن على الجلد الملتهب للمساعدة في تلطيفه ويستخدم الجذر كمرهم للحيات، والخاجات وفي غسولات الفم من أجل الالتهاب ويمكن ان يعطى الجذر كمصاصة للأطفال عند طلوع الاسنان. وطريقة الاستخدام لعلاج السعال ان يضاف لها الماء المغلي فوراً وتعطى لمدة عشر دقائق ثم تشرب بمعدل كوب مرة بعد الغذاء وأخرى عند الخلود إلى النوم، ويمكن مضغ ما تبقى في قاع الكوب من العشبة.

لحروق الشمس: الخبازة البرية : تغلى حفنة كبيرة من جذور النبتة في لتر ماء وبعدما يصبح فاتراً تلبخ به الحروق.
للحمى التيفوئيدية: يستعمل مغلي أوراق وزهور نبات الخباز المجففة بعد تصفيته دافئاً كغرغرة 3-4 مرات يوميا ويكرر حتى الشفاء.

الانتصاب

علاج لتقوية وتحفيز الحيوانات المنوية وللمن يعاني من الضعف في الانتصاب

التركيبة: دارسين (قرفة) 250 غ , فلفل أسود 25 غ , زنجبيل 50 غ , لب جوز 25 غ, كبابة(بهار حلو) 25 غ
(ويستحسن أن يرافق هذه الخلطة مغلي الشعير بمعدل 250 غ من الشعير يوضع عليها لتر ونصف ماء بعد الغسيل وتغلى حتى يبقى النصف وقبل نية المباشرة بـ 8 ساعات يباشر في شرب الماء حتى تنتهي الكمية قبل المباشرة)
طريقة الاستعمال : تطحن المواد السابقة طحنا جيدا ويضاف إليه وزن الجميع عسل نحل طبيعي مع شمعته ويمزج مزجا جيدا حتى يتجانس ويؤخذ منه ملعقة كوب صباحا ومساء وقبل المباشرة بنحو ساعة.

علاج لدوام الانتصاب ورفع المعنويات (عافانا الله)

التركيبة والطريقة: يحضر الذي بحاجة عدد من العلق ديدان حمراء توجد قريبة من الأماكن الرطبة أو أحواض الزريعة الذي يكون الماء عليها باستمرار هذه الديدان تستعمل أحيانا لسحب الدم من الجسم , يوضع العلق في مطربان زجاج ويوضع عليه زيت زيتون ويوضع في الشمس عدة أيام حتى يتحلل العلق , يخلط حتى يصبح مثل المرهم الرقيق وقبل المعاشرة يدهن الباه فيحصل المطلوب أن شاء الله.

وصفه تعين على الانتصاب وتستخدم في الحالات السابقة

زيت بنفسج 30 جرام, زيت ورد 30 جرام, زيت خزاما 30 جرام يستخدم الدهان للقضيب والخصيتين مره كل يوم خصوصا بالليل قبل الممارسه مع استخدام الدهان الاتي:

عرعر 50 جرام زيت او مطحون, مر بطارخ 50 جرام, زيت ريحان 30 جرام, زيت نعناع فلفلي 30 جرام, زيت بنفسج 30 جرام, حناء 100 جرام

يوضع الجميع في نصف كيلو فازلين طبي مع التسخين ويتم دهان سلسله الظهر والركبتين والكعبين مره الى 2 يوميا وفي حاله وجود الدوالي تستخدم التركيبة الاتيه: الشوفان والتلبينه وعسل السدر والتفاح وتستخدم وجبه اساسيه كل يوم مع استخدام 5 جرام بروبيليز يوميا.

الحيوانات المنوية

علاج قلة الحيوانات المنوية عند الرجال

الطريقة الاولى: عسل نحل 1000 جرام, دار صيني 30 جرام, جنسينج 20 جرام, قرنفل 30 جرام, طلع نحل 30 جرام, حبوب

لقاح 20 جرام, كثيراء بيضاء 20 جرام, غذاء ملكات 30 جرام, زعرور 20 جرام

الطريقة الثانية: صنوبر 20 جرام, كينا 30 جرام, طلع 50 جرام, قرفه 20 جرام, دار فلفل 5 جرام, راوند 20 جرام تطحن مع عسل نحل ملقة صغيرة ثلاث مرات مع شرب أكليل الجبل مع الحلبة.

علاج لزيادة الحيوانات المنوية

التركيبة : 4 فصوص ثوم متوسطة الحجم , 250 غ صنوبر , نقوم بطحن المكونات وخلطها الى أن تتجانس ثم نضيف القليل من خل التفاح حتى يمكن عمله كحبات الحمص الكبيرة .

طريقة الاستعمال: تؤخذ على الريق حبة واحدة أو قبل الفطور بساعة ونصف وحبة قبل العشاء بنصف ساعة أو قبل النوم مباشرة حتى نهاية العلاج .

علاج لتقوية الحيوانات المنوية وفك السحر

التركيبة والطريقة: نبتة الفيجل تنقع في زيت زيتون 48 ساعة فتصبح صالحة للعلاج وقبل المباشرة يوضع اصبع الراقي في زيت الزيتون ويقرأ الفاتحة 7 مرات وآية الكرسي 7 مرات وآمن الرسول 7 مرات والمعوذات 7 مرات ويدهن الصلب والترائب ومنطقة الحوض ويستمر في الدهن لمدة 21 يوم والله الشافي.

علاج الصديد الذي يسبب نقص الحيوانات المنوية

قراص 50 جرام, مليسيا 50 جرام, هندباء بريه 50 جرام, قنطريون 50 جرام, اقحوان 50 جرام, بتولا بيضاء 30 جرام, ذيل الحصان 30 جرام تطحن وتحلى بالعسل 3 مرات يوميا مع تناول غذاء الملكات والبروبيليز في العسل 3 مرات.=

خردل (المستردة)



الجزء المستخدم: من المستردة بذورها وكذلك أوراقها.

ماذا قال عنه الطب الحديث؟

يستخدم الخردل أو ما يسمى بالمستردة على نطاق واسع فهو ينبه المعدة حيث يضاف مع الأطعمة كأحد التوابل المشهورة وهو من أفضل المواد لفتح الشهية ومعزق ومنبه للقلب ويدخل الخردل في عمل اللصقات الجلدية الوضعية لعلاج الروماتزم كما يستخدم في عمل صمامات للأقدام لإزالة الإرهاق الشديد وحالات الروماتيزم المفصلي. لقد أكدت الدراسات إن الخرد مطهر أو معقم جيد حيث تكفي 40 نقطة من الخردل في لتر ماء ليكون مطهراً جيداً للجلد دون أن يؤذي الخردل يثير اللعاب ويسهل المضغ ويزيد من إفرازات العصارات الهاضمة وينشط حركات الأمعاء. ويفيد الخردل من الناحية الوقائية للشلل المخي وانفجار شرايين الدماغ وتصلب شرايين المخ وضغط الدم كما إن تناول حبتين فقط من بذور الخردل قبل الطعام تساعد في طرد غازات المعدة والأمعاء ويفيد الخردل مرضى القلب وتصلب الشرايين يؤخذ لضعف القلب والتهابات الرئة والنقرس حيث يؤخذ 200 ملجرام من مسحوق الخردل ويضاف إلى ماء الحمام قبل الاستحمام. أما التهاب الغم واللوز والحنجرة فيؤخذ ثلاث ملاعق صغيرة من مسحوق بذور الخردل وتضاف إلى ماء كوبا من الماء المغلي ويستعمل على هيئة غرغرة. أما الصداع وآلام قرحة المعدة وضعف الدورة الدموية واحتقانات الرئة فيستخدم الخردل على هيئة لبخات من مسحوق الخردل مع الماء الدافئ، حيث يعجن المسحوق بالماء الدافئ يتم تفرد على قطعة قماش سميك ثم توضع فوق الجلد مباشرة لمدة ربع إلى نصف ساعة بحيث توضع في حالات الصداع فوق مؤخرة الرأس وآلام قرحة المعدة فوق أعلى البطن، واحتقان الرئة وعسر التنفس وضعف الدورة الدموية فوق الظهر، والتهابات الحنجرة فوق الرقبة.

- يضاف للمواد المستخدمة في عمل اللزقات للروماتيزم، وحالات احتقان المسالك الهوائية، ولتنشيط الدورة الدموية في الأعضاء الداخلية.

- زيت الخردل منبه لعصارات الجهاز الهضمي (بكميات صغيرة).

للعناية بالقدمين: الخشونة الموجودة في اليدين والقدمين، فإنه يصلح لها نفس العلاج السابق مع استخدام بعض الموسعات وهي عبارة عن الخردل المطحون؛ حيث يوضع منه ملعقة كبيرة مع 3 لترات ماء دافئ، وتوضع بها القدمان لمدة نصف ساعة يومياً؛ لأن الخردل يؤدي إلى جريان الدم في جميع أجزاء الجسم. هذا علاوة على استخدام ملعقة زيت زيتون يومياً لمحاربة تصلب الشرايين ، أما عن الأعصاب أيضا يمكن استخدام الخردل كمنقوع للقدمين .

= تركيبة لعلاج نقص الحيوانات المنوية

بتولا بيضاء 50 جرام , كشمش اسود 50 جرام , خرز الصخور 50 جرام , هندباء بريه 50 جرام , عشبه القديس يوحنا 20 جرام , ميليسيا 50 جرام , بذر جرجير 50 جرام , اكليل الجبل 100 جرام , شرش الزلوع 100 جرام , بلح بلوط 60 جرام , دار صيني 30 جرام , عود قرح 80 جرام , دار فلفل 25 جرام وقرنفل 50 جرام , عود وج 50 جرام , طلع النخل 50 جرام .
يطحن ويشرب بعسل النحل ويفضل استخدام مربى الجنسينج ثلاث مرات باليوم.

زيادة الحيوانات المنوية

طلع نحل 50 جرام , بهمن أبيض 50 جرام , حبوب لقاح 30 جرام , دار صيني 20 جرام , زعفران اسباني 10 جرام , بذر صنوبر 20 جرام , كرفس 20 جرام , دار فلفل أبيض 10 جرام , جنين قمح 10 جرام , جنزبيل 10 جرام , عود قرح 10 جرام , جنسينج 30 جرام , دررار 30 جرام , زعتر 20 جرام , شوفان 20 جرام , شمر 30 جرام , هندباء 30 جرام , راوند 20 جرام .
تطحن وتحملى بالعسل ثلاث مرات يوميا.

خروع



خروع
علاجات الكيلاني

يقول ابن سينا : الماهية: قال ديسقوريدوس: من الناس من يسميه قراوطيا وهو القراد وإنما سمّوه بهذا لأن حبه شبيه بالقراد وهو شجرة صغيرة في مقدار شجرة صغيرة من التين ولها ورق شبيه بورق الدلب إلا أنه أكبر وأملس وأشدّ سواداً وساقها وأغصانها مجوفة مثل القصب ولها ثمرة في عناقيد خشنة وإذا قشر الثمر بدا الحب في شكل القراد ومنه يعصر الدهن المسمى أقتنس وهو دهن الخروع وهذا لا يصلح للطعام وإنما يصلح للسراج وأخلط بعض المراهم وبعض الأدوية. وإن لقي من حبه ثلاثون حبة عدداً ودقت وسحقت وشربت أسهلت بلغمًا. **(هذا كلام ابن سينا لكن اكل ثلاثين حبه ممكن يحدث تسمم) .**

أعضاء النفص: حبه مسحوقاً مشروباً يسهل بلغمًا ومرة ويخرج الدود من البطن. ويستخدم لإزالة الثآليل؛ تدلك 20 مرة في الصباح ومثلها في المساء بزيت الخروع دلًا جيدًا ليُدخل الزيت داخلها. ومن أجل زيادة نمو الشعر عند الأطفال؛ يدلك جلد فروة الرأس مرتين في الأسبوع بزيت الخروع، ويبقى الزيت فيها طيلة الليل، ثم يغسل ويزال عنها في الصباح، وبعد الوصول للنتيجة المطلوبة يكتفي بإجراء هذه العملية مرتين في الشهر فقط لصيانة الشعر وجلد الفروة. ولعلاج النزلات الصدرية؛ يدلك الصدر بمزيج مكون من ملعقتين من زيت الخروع وملعقة من التربنتين (من الصيدليات) ويحضر هذا المزيج بتسخين زيت الخروع أولاً في حمام مائي ثم يضاف إليه التربنتين بعد ذلك، وفي الحالات الخفيفة يدلك الصدر بهذا المزيج مرة واحدة فقط في المساء، وتكرر هذه العملية في الحالات الشديدة ثلاث مرات أثناء النهار. ودهن الخروع يلين كل صلب خصوصاً مع ماء الفجل، ويغسل به مع الخردل أوساخ الجسم فينقيه، بالإضافة إلى أن زيت الخروع مُسهِّل معروف، فإن له تأثيره الواضح على الجلد وما يليه من أنسجة الجسم الداخلية.

وزيت الخروع دواء مفيد جداً في معالجة تقرحات الجلد وفي القباله (الولادة) تُدهن الصُرة عند الاطفال بزيت الخروع، إذا تأخر شفاؤها بعد الولادة ويدلك الثديان بزيت الخروع لإدرار الحليب منهما. وفي احمرار العين وتهيجها، تنقط فيها نقطة من زيت الخروع. وإذا دهنت رموش العين ثلاث مرات في الأسبوع بزيت الخروع ازدادت كثافة وطولاً، وكذلك الحواجب إذا عولجت بزيت الخروع ازدادت كثافتها وتعالج النزلات الصدرية، خاصة المتمركزة منها في القصبات بتدليك الصدر بمزيج مكون من : ملعقتين من زيت الخروع، ملعقة من التربنتين، ويحضر هذا المزيج بتسخين الخروع أولاً في حمام مائي، يوضع الإناء المحتوي للزيت في ماء ساخن يغمره حتى تثليه، يضاف اليه التربنتين بعد ذلك، وفي الحالات الخفيفة يدلك الصدر بهذا المزيج مرة واحدة فقط في المساء، وتكرر هذه العملية في الحالات الشديدة ثلاث مرات أثناء النهار. وتطرى البواسير البارزة إلى الخارج بدهنها بزيت الخروع، حيث يمكن بعد ذلك إعادتها إلى الداخل. وبعض المزارعين يحتفظون بزجاجة من زيت الخروع للطوارئ، حيث يطلون به الجروح، وذلك باستعمال ريشة من ريش الطيور تغمس في زيت الخروع ويدهن بها مكان الجرح. وكل من يحمل قدميه أعباء شديدة، عليه أن يدلكها في المساء قبل النوم بزيت الخروع، ثم يلبس الجوارب وينام بها حتى الصباح، وذلك مرتين في الأسبوع. وبهذه الطريقة

تزول آلام القدم ، ويطرى جلده ، ويشمل ذلك ما قد يكون في الاصابع من مسامير لحمية (كالو) فيصبح الجلد ناعماً .فزيت الخروع من أفضل الادوية لازالة التضخمات القرنية من أصابع القدم .

للشلل النصفي: حب الخروع

- تؤكل عشر حبات خروع بعد تقشيرها فقط.

- ويحذر من أكله النساء مطلقا حيث ان يسبب منع الحمل عندهن.

للباسور والناسور: زيت الخروع يؤخذ هذا الزيت وتدهن البواسير المتدلية به وذلك لعدة مرات ويحرص.

للامساك: زيت الخروع : بتناول 3-5 ملاعق كبيرة من زيت الخروع مساء قبل النوم.

المبيض

علاج لتقوية المبايض

التركيبة والطريقة: ميرمية ,حلبة , قريص ,لسان الحمل, بابونج, يانسون , بقدونس, هندباء, زعتر بري, مردقوش , (المقادير متساوية) 300 غم ويطحن المواد ويغلي 3,5 كؤوس ماء كبار ويطفى النار ويضع ملعقة ونصف كبيرة ويغلق المكان بغطاء محكم وبعد 10 دقائق يصفى ويشرب 3 مرات كأس كبير قبل الطعام بنصف ساعة والله الشافي.

علاج لتقوية المبايض

التركيبة والطريقة: كيلو عسل أصلي, يوضع عليه 100 غم من غبار الطلع الذكر ويخلط حتى يتجانس ويأخذ ملعقة كبيرة على الريق وقبل الفطور بساعة وملعقة قبل النوم مباشرة والله الشافي.

وصفه لتنشيط المبايض ولعلاج حساسية الصدر

ينسون 50 جرام,نعناع فلفلي 20 جرام, برداقوش 30 جرام, شمر 20 جرام, اذريون الحقائق30 جرام, زعتر 20 جرام, نخوه هندي 20 جرام, شوفان 10 جرام, خرز الضخور 10 جرام, هندباء 20 جرام, بيولا بيضاء 20 جرام, مريميه 20 جرام. يطحن ويغلى ويشرب بالعسل 3 مرات يوميا,وتزيد حاله الجنسيه عند الرجال.

التهاب المبيض

رجل اسد (لوف السبع) 30جرام, قرنفل30جرام, لسان الحمل20جرام, درونج العقرب20جرام, بروبوليس30جرام يغلي وتحلى بالعسل ويشرب مرتين أحدها على الريق والأخرى قبل النوم.

الام المبيض

بابونج 50 جرام , لسان الحمل 20جرام , برداقوش 50جرام , ورد بلدي 20جرام , خزما 20جرام , ذيل حصان 30جرام , زهر البنفسج20جرام .ملعقة صباحا ومساء في ماء مغلي أو نقيع وتحلى بالعسل, ويفضل عمل حمام من البنفسج والزعتر والورد - الخزما في ماء الحمام.

اخرى

مغذي عام ومقوي

التركيبة والطريقة: زيت فجل , زيت جرجير , زيت بطم , زيت لفت , زيت حبة سوداء...يحضر المريض مقادير متساوية ويأخذ من خليط الزيتون 100 غ ووضعهما مع كيلو عسل ويخلط حتى يتجانس ويأخذ المريض ملعقة على الريق وملعقة متوسطة قبل النوم.

علاج للضعف الجنسي

التركيبة والطريقة: يؤخذ ثلاث ملاعق طعام من الدبس الأحمر (دبس التمر) يذاب بكأس ماء فاتر ويشرب على الريق قبل الطعام بساعة ونصف .

علاج الخصية التي فيها ماء أو تورم للصغار والكبار

التركيبة والطريقة: غرامين منستر من عند العطار , غرام سمن بلدي , 125 غ زيت زيتون , غرام زيت السمسم (سيرج) توضع السمنة والزيت على الماء حتى تذوب تطفأ النار ويبرد يأكل الكبير من الخليط ملعقة صغيرة على الريق وملعقة صغيرة قبل النوم ويدهن الخصية من الخليط 3 مرات يوميا مرة قبل النوم مباشرة ومرة صباحا ومرة ظهرا والله الشافي.

علاج آخر لتورم الخصية أو التي تحمل ماء

التركيبة والطريقة: 100 غ بامية خضراء أو ناشفة تطحن أو تفرم ناعما ويدار عليها قليل من الماء وتقلب على نار هادئة حتى تصبح كالخبيزة تدهن الخصية دهنا مشبعا وتربط مثل لبخة لمدة ساعتين تزال اللبخة ويدهن بعد أزالته بمرهم أسود وهذه العملية يكررها كل يوم 3 مرات ويستمر في العلاج حتى الشفاء.

علاج للمرأة التي يسقط منها الجنين بعد الحمل

التركيبة والطريقة: يكتب الدعاء التالي مع الجدول على ورقة ويلف بقطعة نايلون ويحمل مثل الحجاب والمدة اول شعور المرأة بالحمل والباقي على الله.=

خزامى (لافندر)



الخزاما
علاجات الكيلاني

التركيبة: إن أهم جزء في تركيبة الخزامى هو زيت عطري ، لونه باهت اصفر او اصفر الى اخضر ، او يكاد يكون دون لون (حسب المحصول) ، ذو رائحة عطرية مميزة ، وطعم حاد لاذع و مر بالفم ، و اهم ما يتركب منه هذا الزيت مادة تسمى : **Linalyl acetate** و **Linalool** . وهناك مادة اخرى **Cineol . Borneol . Pinene** . وبعض **Tannin** ، و املاح عضوية . يتركب من زيت طيار- أسيتات اليناليل - مواد دابغة .

استعمالات و فوائد الخزامى الطبية :

- كان يعتقد بأن الخزامى و عطره هو حكر على صناعة العطور الى ان ظهر علم **Aroma Therapy** ، او المعالجة بالعطور والروائح ، وهذه الطريقة بالمعالجة تستفيد من مزايا العطور في التهدئة ، والاسترخاء ، و الشفاء .
 - إن تدليك الزيوت العطرية على الجلد او إضافتها الى ماء الاستحمام هو الاساس الذي تتم به المعالجة و تسخن العطور بلطافة عن طريق الضوء قبل وضعه على الجلد عبر لمة تسمى **aroma defuser** .
 - إن الروائح المختلفة تحدث رداً فعل و أثاراً عاطفية مختلفة في الانسان ، فبعض العطور تنشط و بعضها يزيل التوتر و البعض الآخر يحدث النوم .
 - وهناك بعض العطور التي لديها تأثير معقم ، وهذه كانت تستعمل لتعقيم غرف المرضى في الزمن الذي كان ما قبل المضادات الحيوية .
 - ومؤخراً اكتشف العلماء بأن لزيت الخزامى تأثيراً على النفس و امراضها . و اكتشف الباحثون بأن للخزامى تأثير على المرضى المصابين بالارق ، و هم يستعملون المنومات .
 - تستعمل من الداخل بشرب **1 - 2** فنجان في اليوم من مستحلب الأزهار لعلاج اضطرابات المعدة و طرد الغازات من الأمعاء
 - ويفيد شرب زيت الخزامى في علاج الاضطرابات العصبية وخفقان القلب والصداع والتهيج النفسى
 - يصنع من النبات سائل دهنى لعلاج حروق الشمس أو الأماكن المكشوفة من الجلد
- و يعتبر الخزامى :**
- منشط للقلب و الكبد و الطحال و الكلى ، أي لمعظم الآلات الداخلية .
 - يمنع رائحة الجسد و العرق .

- يعقم الجروح " مغلي " .
- علاج للحنجرة ، غرغرة بالماء المغلي بالخزامى .

فوائد اللافندر (الخزامى):

1. بعض الدراسات العلمية اوضحت أن زيت اللافندر يكون له فوائد كثيرة منها أنه مهدأ للتشنجات، مهدأ للمعدة.
 2. يستخدم أيضاً لعلاج عدم الشعور بالراحة أو الأرق أو اضطرابات الأمعاء العصبية.
 3. ويوجد منه الشاي الذى يعالج عدم الشعور بالارتياح، قلة الشهية للطعام، اضطرابات المعدة، والاضطرابات العصبية للأمعاء.
 4. تحصيلاته تستخدم لعلاج أعراض الاضطرابات العصبية وخاصة عدم القدرة على النوم وذلك بدهان قطرة واحدة من زيت اللافندر على عظام الوجنتين تساعد على التحرر من أى صداع.
 5. عشب اللافندر آمن لكن ينبغي استخدامه باعتدال، ملعقة واحدة من الزهور تنقع فى ربع جالون من الماء يصلح لأن يكون مهدناً. وبالنسبة للصدفية أو الأكزيما يضاف ليس أكثر من قطرتين من زيت اللافندر إلى كوب واحد من زيت الزيتون وفى حالة آلام القدم تضاف قطرات قليلة من هذا الخليط السابق فى الماء الدافئ أثناء الاستحمام وستخف الآلام على الفور.
 6. شاي اللافندر الساخن يمكن أن يستخدم على هيئة كمادات لعلاج احتقان الصدر.
 7. يستخدم اللافندر فى المنتجات العطرية وأوراقه تطرد الحشرات.
 8. ما لم يتم الوصف بغير ذلك، فإن الشاي وإضافته لماء الاستحمام أو الاستخدام الداخلى أو النقع يكون بالمقادير التالية: 2-1 ملعقة/150 مليلتر من الماء. الزيت العطرى = 1-4 قطرات (حوالى 20-80 ملجم).
- ملاحظة:** استخدام اللافندر مع المهدئات الأخرى أو الأعشاب المهدأة للمعدة قد يكون نافعاً.

= الدعاء

بسم الله الرحمن الرحيم ان الله يمسك السموات والأرض ان تزولا كذلك أمسكتك يا ولد فلانة بنت فلانة بان تقر في مقرك ومستودعك بالذي ماسكن في الليل والنهار وهو السميع العليم اسكن بجلالة الله اسكن بجلالة الله يا ولد فلانة بالذي اسلم له من في السموات والأرض طوعا وكرها واليه يرجعون ولبثوا في كهفهم ثلاثمائة سنين وازدادوا تسعة ولا حول ولا قوة الا بالله العلي العظيم.

لا	لا	لا	لا	لا
اله	اله	اله	اله	اله
الا	الا	الا	الا	الا
الله	الله	الله	الله	الله
محمد	محمد	محمد	محمد	محمد
رسول	رسول	رسول	رسول	رسول
الله	الله	الله	الله	الله

علاج التهاب الرحم

العلاج الاول: اكليل الجبل , بزر كرفس , قشر شجر الصفصاف, لسان الحمل , بابونج , مردقوش (مقادير متساوية) تجرش المواد ويغلى 3,5 كاس ماء كبير وبعد الغلي يطفى النار ويوضع من الخليط ملعقة ونصف طعام ويغلق الوعاء بغطاء محكم ربع ساعة يصفى ويشرب كاس كبير قبل الطعام بربع ساعة 3مرات في اليوم ويحلى بالعسل والكورس 250 غم وإذا استعدت الحاجة يعيد الكرة والله الشافي.

العلاج الثاني: بلوط حب , بابونج , مردقوش , اكليل الجبل , ميرمية , (نسب متساوية) تجرش المواد ويغلى 3,5 كاس ماء كبير وبعد الغلي يطفى النار ويوضع من الخليط ملعقة ونصف طعام ويغلق الوعاء بغطاء محكم ربع ساعة يصفى ويحلى بالعسل وتؤخذ حقنة في الرحم 5 CC وترفع الرجلين إلى اعلى لمدة ربع ساعة وتؤخذ كل 4 ساعات مرة .

ملاحظة: تكون الحقنة دافئة تلائم درجة حرارة الجسم والا يحدث هبوط في الضغط الكورس: 100 غم .

علاج للنزيف أثناء الحمل

التركيبة: رجل الأسد, ذنب الخيل , قريص , لسان الحمل لسانى , صمغ عربي , بزر الريحان (المقادير متساوية)

الطريقة: يخلط الجميع حتى يتجانس وتوضع 3 كاسات ماء كبار ونصف توضع على النار حتى يغلي الماء تطفى النار ويوضع ملعقة طعام ونصف من الخليط ويغطى بغطاء محكم وبعد 10 دقائق تاخذ المريضة كاس كبير على الريق وقبل الفطور بساعة ونصف وكاس قبل الغداء بساعة وكاس قبل العشاء بساعة وتستمر في العلاج حتى الشفاء باذن الله.=

خس



الاجزاء المستعملة في الخس: الحليب المجفف ، الاوراق ، البذور .
الخس في الطب القديم: وضع القدماء الخس في مرتبة عالية وذلك لمزاياه المبردة و المنشطة ، واعتبر الامبراطور أوغسطس ان شفاؤه يعود لتناول الخس كعلاج من مرض خطير ألم به ، وقد بنى للخس مذبحاً و أقام له نصباً ضخماً على شرفه .
و حليب الخس لا يمكن تحويله الى بودرة بسهولة ، وفي مصر يوجد نوع من الزيت النباتي يستعمل للقي يقال بأنه مستخرج من بذر الخس .

استعمالات الخس و فوائد الخس الطبية :

1. للخس البري مفعول ضعيف يشبه الافيون ، و الخس الزراعي لديه نفس التأثير وهو أضعف ، ويختلف عن مفعول الافيون بأن الخس لا يثير انزعاج الجهاز الهضمي وله تأثير مسكن و مخدر ، و مهدئ و منوم .
2. يستعمل في علاج الاستسقاء (تنفخ الجسم بانحباس الماء) ، يزيل الحصى و الرمل و يعالج المصابين بالنقرس .
3. للخس تأثير خافض للحرارة ويزيد إفراز العرق وله تأثير مدر للبول .
4. يزيل مغص الامعاء و يهدئ ثورة اضطراب الامعاء مثل مرض IBS المسمى القولون سابقاً .
5. يساعد على بدء النوم في حالات الارق و خصوصاً مع البصل .
6. يزيل السعال و تشنج القصبات .
7. الخس مزيل للعطش و ينفع في حالات الحر الصيفي و ضربات الشمس
8. الخس مضاد للحساسية و مادة الهيستامين ، يزيل الحكاك و الطفح الجلدي (الشري) و انسداد الانف التحسسي .
9. يستعمل في الامراض النفسية كمهدئ للأعصاب و كمزيل للتوتر و الاحباط ، و المداومة عليه تعالج الجنون .
10. مزيل للكآبة و الصرع .
11. منشط و مقو للشعر و مفيدة لصحته ايضاً .
12. الاوراق الخارجية الشديدة الخضرة غنية بالحديد و الكلوروفيل ، يعالج ضعف الدم و يقوي الجسم ، و الكلوروفيل مزيل لروائح الفم و الجسم الكريهة و رائحة العرق النتنة .
13. الطبقة الداخلية و التي تكون اوراقها صفراء و خضراء مفيدة لعلاج خفقان و تسرع و تضخم القلب ، و لأمراض عضلة القلب
14. مدر للحليب في الضرع .
15. فاتح للشهية في السلطة و مقبل للطعام ، يمزج مع الحامض او الخل ، و ملين للطبيعة .
16. منشط للكبد و يمنع اليرقان .
17. الخس البري منشط للدورة الدموية عند الانثى ، ويزيد الدم عند الاكثار منه قبل و مع الدورة الشهرية .
18. يضعف الطاقة الجنسية ، يؤدي الى ضعف و فتور (الاكثار منه) و يضعف التعداد المنوي ، و يقلل من كمية الماء عند القذف ، يمكن استعماله في معالجة الاحتلام الليلي .
19. جيد لمعالجة قروح القرنية و التهابات العين خاصة مرض التراخوما ، و يقوي البصر بسبب وجود فيتامين أ فيه .

محظورات: يمنع من اكله المصابون بـ:

-امراض العجز الجنسي و الشيوخ المتقدمين بالعمر.

-المصابون بأمراض الدورة الدموية في الدماغ مثل الفالج ، النشاف في شرايين الدماغ ، اللقوك ، الرعاش ، و الخدران.

عسر الهضم: يؤكل بمفرده أو مع السلطات اليومية كما يفضل أكله بزيت الزيتون أو عصير الليمون .

الخس والجنس: الخس من الخضراوات الورقية، وهو من أفضل الأغذية كمقو للقدرة الجنسية، ويسمى عند بعض الشعوب القديمة "نبات الخصوبة". يحتوى الخس على فيتامين "ج" وهو فيتامين الخصوبة، حيث يفيد كثيراً في علاج العقم عند الرجال وله أهمية كبرى في تكوين السائل المنوي الذى تسبح فيه الحيوانات المنوية.

أما عند النساء فهو يمنع عسر الولادة والطلق المبكر ويمنع حدوث الإجهاض ويقوى من النسل.

لعلاج مشاكل الصدر: إن تناول خسة واحدة في اليوم بمعدل ثلث خسة مع كل وجبة غذائية أكلاً مفيد جداً في علاج السعال الديكي عند الأطفال ويجب غسل الخس جيداً قبل تناوله. والخس مفيد جداً في علاج السعال الديكي عند الأطفال.

حب الشباب: تؤخذ بعض أوراق الخس الخضراء الطازجة، ويفضل لذلك الخس الرومي أو الافرنجي، ثم يضاف إليه قليل من الحليب قليل الدسم أو المنزوع القشدة. يغلى ورق الخس مع الحليب على نار هادئة لمدة دقيقة ويقطع ورق الخس إلى أربعة أقسام. تؤخذ أوراق الخس المقطعة من الحليب وتوضع على الوجه أو مكان حب الشباب وهي دافئة ككمادات. يراعى ان يكون المريض مستلقياً على ظهره ووجهه لأعلى وليس مانلاً ثم تثبت الكمادات على الوجه لمدة 20 إلى 30 دقيقة ، ثم تزال ثم يغسل الوجه أو المكان المصاب بماء فاتر دون استخدام الصابون لكي تستفيد بشرة الوجه من زيت الخس الناتج من الغلي وبقايا اللبن الموجودة على الوجه.

=علاج الدوالي على الخصية ان شاء الله

العلاج الاول:

التركيبة والطريقة: اناء يوضع فيه خل التفاح ويدلك المكان بتدليك خفيف لمدة 10 دقائق مرة قبل النوم ومرة صباحا ومرة قبل القيلولة والله الشافي.

العلاج الثاني:

التركيبة والطريقة: أنريون الحدائق، اخييليا ام الالف ورقة، لسان الحمل، ذنب الخيل ، قريص (المقادير متساوية) 300 غم ويطحن المواد ويغلي 3,5 كوؤس ماء كبار ويطفى النار ويضع ملعقة ونصف كبيرة ويغلق المكان بغطاء محكم وبعد 10 دقائق يصفى ويشرب 3 مرات كاس كبير قبل الطعام بنصف ساعة والله الشافي.

علاج للوقاية من رجوع الازمة التي تعافا منها

التركيبة والطريقة: يأخذ نقطة من زيت الحبة السوداء كل يوم والله الشافي.

علاج التكلس بالرحم

التركيبة: قطب , بزر شلغم (لفت) . حبة سوداء , ختمة, بزر كتان , سدر , شباشيل ذرة, بزر بطيخ , ذنب الخيل , زنجبيل, شنان , بذور جزر اصفر , زهر ورق الكبر , فوة الصباغين(المقادير متساوية)

الطريقة: يطحن الجميع ناعم ويخلط ويؤخذ من الخليط 300 غم وملعقتين طعام من الخليط مع 5 كاسات ماء كبيرة ويخدر مثل الشاي يؤخذ كاس صباحا وظهرا ومساء قبل الطعام بنصف ساعة وتأخذ المرأة حقنة بالرحم CC100 وترفع الرجلين إلى اعلى كل 5 ساعات مرة .

علاج اكياس الماء على الكلى وعلى المبيض

التركيبة: قطب , بزر شلغم (لفت) . حبة سوداء , ختمة, بزر كتان , سدر , شباشيل ذرة, بزر بطيخ , ذنب الخيل , زنجبيل, شنان , بذور جزر اصفر , زهر ورق الكبر , فوة الصباغين(المقادير متساوية)

الطريقة: يطحن الجميع ناعم ويخلط ويؤخذ من الخليط 300 غم وملعقتين طعام من الخليط مع 5 كاسات ماء كبيرة ويخدر مثل الشاي ويؤخذ ملعقتين من الخليط وتوضع على 5 كاسات ماء كبيرة وبعد الغلي يطفئ النار ويضع العشب ويغلق بغطاء محكم وبعد ربع ساعة يصفى ويشرب 4 مرات ومع كل كاس سن ثوم متوسطة قبل الطعام بنصف ساعة ويستمر حتى نهاية ال300 غم من التركيبة. للمرأة لرد الثدي بكرا.(المحافظة على الشباب): العفص , حب البلوط , منفحة الارنب , زيت الفلفل , عروق الدرياس . ملعقة 3مرات باليوم .

تركيبة مربى الجينسنج

جنسينج 50 جرام , حبوب لقاح 30 جرام , بهمن ابيض 20 جرام , بهمن احمر 20 جرام , سنبل هندی 20 جرام , طلع نخل 30 جرام , بذر جرجير 50 جرام , بذر حبه برکه 50 جرام , كثيراء بيضاء 20 جرام , عين الجمل 50 جرام , صنوبر 50 جرام , زيت جنين القمح 30 جرام , تطحن وتعجن في عسل النحل.

تركيبة منشطه للجنس

قسط هندی 50 جرام , نارجيل 50 جرام , بذر جرجير 50 جرام , زعفران 10 جرام , جنسينج 15 جرام , بذر لفت 30 جرام , عاقر قرح 50 جرام , بذر الانجره 30 جرام تطحن وتحلى بالعسل 3مرات يوميا.=

خطمي (ختمية)



يمكن الاستفادة من أزهاره المجففة في عمل منقوع يفيد في حالة الإصابة بالسعال أو التهاب القصبات كما تستعمل جذوره مطبوخة لتطرية الجلد . ويستعمل مغلي الخطمي، الذي يحضر مثل الشاي، في تطرية الجلد وتخفيف آلام التهابات الحلق والقصبات. يعتبر نبات الخطمي من النباتات الجيدة حيث أنها تحتوي على مواد هلامية ومفيدة لعلاج التهابات القصبة والكحة وقد وافق دستور الأدوية الألماني على تداول مستحضر هذا النبات لعلاج حساسية الحنجرة وكذلك الكحة . ويمكن عمل شاي من أوراق هذا النبات حيث يؤخذ ملء ملعقة شاي من الأوراق ويضاف له ملء كوب ماء سبق غليه ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل مرتين في اليوم. كما يوجد مستحضر من نبات الخطمي يباع لدى محلات الأغذية الصحية التكميلية.

لقرحة المعدة غير النازفة

- يشرب كوب من مغلي أزهار الختمية المجففة من 3-4 مرات يوميا ويستمر على ذلك حتى الشفاء التام.
- يحضر المغلي بأضافة ملعقة صغيرة من أزهار الختمية المجففة إلى كوب من الماء بدرجة الغليان ثم يترك ساعتين ويصفى ويحلى بالعسل أو السكر ثم يشرب كما سبق.
لالتهاب الكلى والمثانة البولية: يشرب كوب من مغلي أزهار نبات الخطمي الجافة بعد تصفيته وتحليته لمدة 3-4 مرات يوميا ويكرر يوميا حتى الشفاء.
للکحة والسعال : حيث يؤخذ ملء ملعقة شاي من الأوراق ويضاف له ملء كوب ماء سبق غليه ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل مرتين في اليوم. كما يوجد مستحضر من نبات الخطمي يباع لدى محلات الأغذية الصحية التكميلية.
لالتهاب الفم: وتستعمل جذور الخطمي لعلاج التهابات الحنجرة والكحة والربو حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق جذور الخطمي وتغمر في ملء كوب ماء مغلي ثم يغطى ويترك لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب مرة في الصباح وأخرى عند النوم.

=سرطان الرحم

أقحوان 50 جرام، حميص 40 جرام، لسان الحمل 50 جرام، اكليل الجبل 40 جرام ، ذيل حصان 20 جرام، قرص 30 جرام، شمر 30 جرام، بابونج 20 جرام، بنفسج 20 جرام ويفضل عمل حمام بأستخدام زيوت الخزاما والورد والبنفسج والخردل.

تابع سرطان الرحم

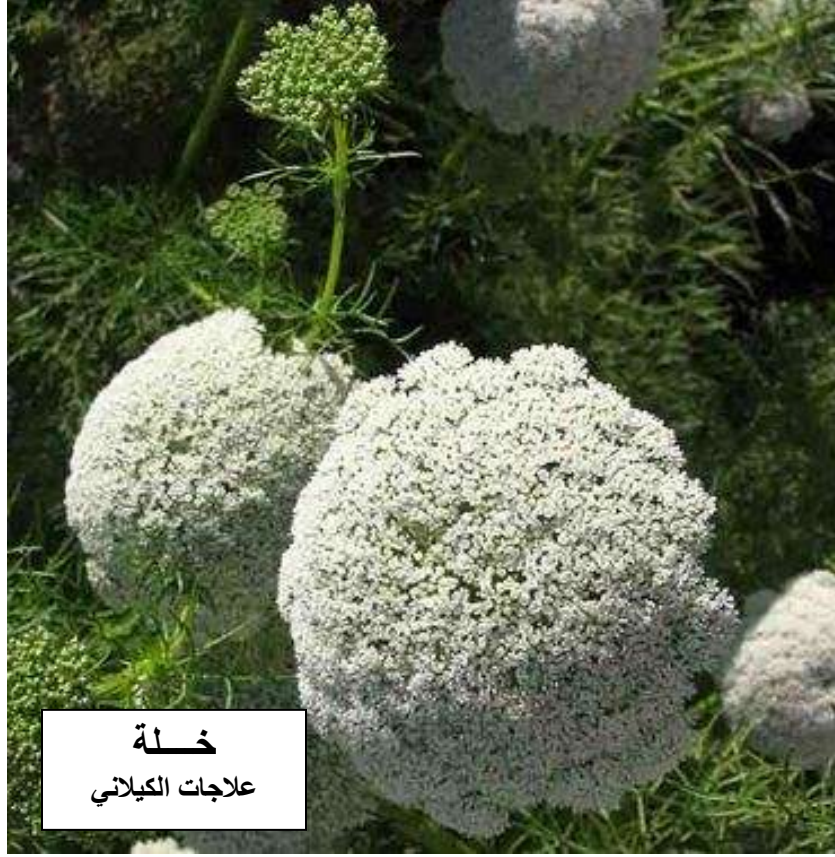
يمكن استخدام تركيبه بها الآتي:-

جنسينج 30 جرام، بروبوليس 30 جرام، عسل نحل 30 غ، غذاء ملكات 30 جرام، عروق الصباغين 30 جرام، دردار 30 جرام، قنطريون صغير 30 جرام معلقة كل يوم

علاج سرعة القذف

الوصفة الأولى: حبة البركة 150 جرام، عسل 100 جرام، حبوب لقاح أو طلع نحل 100 جرام، شرش زلوع 30 جرام، خليجان 30 جرام، معلقة بعد الأكل.=

خلة



خلة
علاجات الكيلاني

كيفية معرفة الخلة البلدي وكيفية استعمالها: فهي موجودة لدى العطارين حيث أما طريقة استخدام الخلة فهي ملء ملعقة من مسحوق الخلة البلدي وتغلى مع ملء كوب ماء لمدة عشر دقائق ثم تبرد وتصفى وتشرب مرتين يوميا قبل الأكل ولمدة أسبوع.

- وتستعمل بذور الخلة لمعالجة خناق الصدر والنوبات القلبية وتخفيف الآلام القلوية والكبدية.
- وصنع من الخلة حديثاً خلاصات تنفع في إدرار البول وتفتيت الحصى، وهي موجودة في الصيدليات على هيئة مركبات.
- بذور الخلة تحتوى على زيوت طيارة؛ فيجب الابتعاد عن غليها ويكتفى بشرب منقوعها.
- وهناك "الخلة الشيطاني" التي تشبه الخلة العادية، أثبتت الأبحاث الطبية فعاليتها في علاج البهاق بتناول مسحوق البذور مع التعرض للشمس ساعة أو ساعتين في اليوم.
- يساعد على ارتخاء جميع أنواع العضلات الملتصقة في جميع أجزاء الجسم ومنها عضلات القلب والرئة والكلى والأمعاء والحالب والمرارة والشرابين ، لذلك فإنه يستخدم في الحد من أزمات الربو الشعبي وكمضاد للمغص الكلوي والمراري والتهاب الحالب كما يستخدم لتهدئة اضطرابات الأمعاء.
- منقوع الخلة يساعد على التخلص من الحصى الكلوية كما أنه مطهر قوي للمسالك البولية.
- موسع قوي للشریان الناتج لذلك يقي من أمراض الذبحة الصدرية وجلطة القلب.
- يستخدم مغلي الخلة موضوعاً على العسل وزيت حبة البركة في علاج أمراض (سرطان الجلد، سقوط الشعر الفطري، البهاق، الصدفية الجلدية).

الخلة في الطب النبوي: خلال.

الخلال نافع للثة والأسنان ، حافظ لصحتها ، نافع من تغير النكهة ، وأجوده ما اتخذ من عيدان الأخلّة ، وخشب الزيتون والخلاف ، والتخلل بالقصب والأس والريحان ، والبادروج مضر .

بذور الخلة والشلل النصفي

- يستعمل الدهان المحضر بمزيج مسحوق بذور الخلة مع الزيت موضعياً على الأماكن المصابة بصفه يومية مع الاستمرار على ذلك حتى الشفاء التام بأذن الله تعالى .
- ويحضر الدهان بأضافة كمية من مسحوق بذور الخلة الى كمية مناسبة من زيت الزيتون ويرفع الخليط على النار الهادئة نصف ساعة ويعد بعدها جاهز للاستعمال 0

للحصى: لقد استعمل نبات الخلة من عدة قرون وذلك لتقليص آلام المغص الكلوي و لإخراج حصوة الكلية عن طريق تأثيره في توسيع الحالب، ويعتبر هذا النبات من النباتات الدستورية في أغلب دساتير الأدوية العالمية واهم تأثيراته انه مضاد للتقلص ومضاد للربو ومهدئ. لقد قام الباحث المصريون في قسم علم الأدوية بعمل أبحاث على مركبي الخلين والفيزناجين على الشعب الهوائية وعلى الأوعية التاجية في القلب وعلى المجاري البولية فوجدوا ان لهذين المركبين تأثيرا متميزا في توسيع الشعب الهوائية وكذلك الأوعية التاجية وتوسيع الحالب ويعتبر الخلين من ادوية الربو المعروفة وتعتبر الخلة علاجا شعبيا في مصر ضد حصوة الكلى وقد ذكر هذا الاستعمال وسجل على أوراق البردي من مدة 1500 سنة قبل الميلاد ولا زال يستعمل من ذلك الوقت الى هذا اليوم ويعتبر من أنجح الوصفات لإخراج حصاة الكلى، وفي اسبانيا تعتبر الخلة من أكثر المواد استخداما لتطهير الاسنان وتنظيفها. يجب عدم استخدام الخلة من قبل المرضى الذين يستعملون مرققات الدم او موسعات الأوردة الدموية الا بعد استشارة الطبيب المختص. ثمار الخلة الطبية تقوم على توسيع الحالب وإخراج حصوات الكلى عن هذا الطريق ولكن يجب ألا يفهم ان الخلة علاج لأمراض الكلى فهي فقط تخرج الحصوات، ولا يوجد للخلة اضرار جانبية ولكن على المرضى الذين يستخدمون مضادات **الذبحة الصدرية عدم استخدام الخلة** اما فيما يتعلق بالسكر والضغط فليس هناك تعارض. الخلة الطبية والطريقة ان تأخذ ملء ملعقة من مسحوق الخلة وتضعه في مقدار ملء كوب ماء وتتركه يغلي حتى يتركز إلى نصف الكوب ثم تزيحه من على النار وتتركه يبرد ثم يصفى ويشرب مرة واحدة على الريق ولمدة 7 أيام حيث تنزل الحصوة بإذن الله وليس في ذلك ضرر على الطفل.

= الوصفة الثانية: راش 30 جرام، زعتر 30 جرام، جوز الطيب 30 جرام، قسط هندي 30 جرام، خليجان 30 جرام، جنسينج 30 جرام في كيلو ونصف عسل نحل.

الوصفة الثالثة: عسل نحل، غذاء ملكات، زيت زخير، جنزيل، شرش زلوع.

القرع

- يستعمل مغلي بذور لب اليقطين بعد التقشير والسحق الجيد المحلى بعسل النحل كشراب صباحا ومساء لمدة 5 أيام متصلة ثم يوقف لمدة يومين ثم يؤخذ لمدة 5 أيام أخرى ثم يوقف لمدة يومين.

زيادة القدرة الجنسية

بذر كرفس، سنبل هندي، ذيل حصان، جنسيج أبيض، بذر جرجير، دورنج العقرب، دار صيني، راوند تطحن ويوضع في العسل.

وصفه لتقوية جهاز المناعة

الجنسج، لزعفران، الزنجبيل، راش، غذاء الملكات، حبوب اللقاح، عسل النحل. معلقة ثلاث مرات يوميا.

وصفه لتكبير الثدي

زيت حلبة 50 جرام، زيت شمر 30 جرام، زيت جنين قمح 20 جرام، زيت لوز مر 20 جرام، زيت خس 20 جرام، غذاء ملكات 5 جرام يصنع منها خلطة ويغسل الثدي بماء ساخن ثم ينشف ويدهن به المخلوط مع التدليك الشديد لمدة شهر من مره إلى مرتين يوميا.

خمان



الجزء المستخدم: الجذور الغليظة (ويلاحظ تنظيفها بدون غسيل ثم تجفف وتقطع قطع صغيرة).

-يستعمل من الخارج مغلى البذور لمعالجة الاستسقاء (مرة واحدة في اليوم).

-ويستعمل من الداخل مغلى الأزهار أو المنقوع منها لتهدئة السعال

اللام الدورة: خمان الماء (بيلسان الماء): وهذا العشب قد عرف منذ أزمنة طويلة لعلاج مغص الحيض وذلك في معظم كتب علم الأدوية وذلك ابتداء من القرن التاسع عشر تستعمل قشور النبات كمرخ للعضلات، مرخ للرحم، ومضاد للالتهابات ومضاد للتشنج. كما تستعمل لعدم انتظام الحيض وكذلك لمشاكل انقطاع الحيض ويعتبر من أفضل الأدوية لهذا الغرض، يؤخذ ملعقة كبيرة من القشور بعد السحن وتوضع في كوب ثم يملأ بالماء المغلي ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب عند اللزوم.

البروستات

الوصفة الاولى: مغلى بذر الكتان مثل الشاي كوب او اثنين 5 مرات يوميا ويفضل استخدامه لمدة شهر.

الوصفة الثانية: شرب كوب من مغلى العرعر.

الوصفة الثالثة: عرق سوس 50 جرام، حشيشة الملاك 50 جرام، بذر كتان 50 جرام تطحن وتحلى بعسل النحل مثل الشاي. مع استخدام زيت القرع.

الوصفة الرابعة: 50 جرام بذر كرفس، 50 جرام بذر جرجير، 50 جرام بذر هندباء بريه، 50 جرام حب الرشاد، 25 جرام خردل ابيض، 50 جرام بذر جزر، 50 جرام بذر بصل، 50 جرام عرق سوس يطحن الجميع ويشرب كمشروب 3مرات يوميا باستخدام عسل النحل او عمل معجون بعسل النحل مع استخدام معلقه من زيت القرع صباحا ومساء .

علاج البروستاتا

1. مغلى بذر الكتان مثل الشاي كوب او اثنين 5 مرات يوميا ويفضل استخدامه لمدة شهر.

2. شرب كوب من مغلى العرعر.

علاج البروستات

التركيبة والطريقة: دهن من الخارج بمطحون الدباغ (أي قشر الرمان المطحون) يؤخذ منه نصف ملعقة كبيرة معجونة مع قليل من الماء حتى تصبح كالمرهم يدهن من الخارج المخرج كل 3 أيام مرة. من قرمية الذكر الى الأسفل.

علاج البروستات

التركيبة والطريقة: يحضر بصلة ويفرمها ويضع عليها كاس كبير من خل التفاح ويضعها في الثلاجة 3 أيام وبعدها يأخذ المريض كل يوم على الريق قبل الطعام بساعة ملعقة كبيرة ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بأذن الله وإذا لم يقدر على شربها يضيف عليها القليل من الماء.=

خنزيرية



الأجزاء المستعملة: الجذور والأجزاء الهوائية .

الاستعمالات:

- منقوع الأوراق يستعمل للأمراض الجلدية مثل الإكزيما والصداف .
- مغلى الجذور يستعمل لمشاكل الحلق بما فيها تورم الغدد والتهاب اللوزتين.
- تحذير:** توجد منه أنواع منبهة للقلب، لذلك يجب تفاديها في حالات زيادة سرعة نبض القلب عن المعدل الطبيعي .

= تضخم البروستاتا

البصل مع الخل أو زيت الزيتون

- تؤكل بصلة مع قليل من الخل قبل الطعام 3مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء.
- ويمكن أستبدال الخل بزيت الزيتون.

علاج لتضخم البروستات

التركيبة والطريقة: 100 غم عصير زنجبيل , 100 غم زيت حبة سوداء , 300 غم خل التفاح , يخلط الزنجبيل وزيت الحبة السوداء حتى يتجانس ويوضع ملعقتين من الخليط في كأس ماء ويحلى بالعسل ويؤخذ بعد الفطور وبعد العشاء والله الشافي .

علاج لتضخم البروستات وتوسيع المجاري البولية

التركيبة والطريقة: يحضر المريض قرعة متوسطة ويفرمها مع قشرها ولبها وبزرها ويوضع بقدرها مرتين ماء ويغليه على النار حتى تنضج . يصفى الماء ويحفظ في الثلاجة يشرب منه المريض كأس كبير على الريق وكأس كبير قبل النوم حتى ينتهي الماء والباقي يخلط في الخلط ويؤكل مع اللب أثناء شربه للماء ويدهن من الخارج بزيت الحبة السوداء والباقي على الله.

خوخ



خوخ علاجات الكيلاني

فوائد الخوخ:

- أكلو الخوخ يدركون فوائده في تخفيف الإمساك لأنه يتضمن كمية عالية من الألياف.
- يحمي أيضا من أمراض القلب ويخفف كمية الكوليستيرول وتمنع أكسدة الـ . ldl
- يساعد على تنشيط المعدة و يساعد على الهضم.
- يساعد على إزالة حصي المثانة والبول الدموي.
- كشفت دراسة أميركية أن تناول 10 إلى 12 حبة من الخوخ كل يوم قد يمنع عملية ترقق العظم المسبب من الإنخفاض في كمية الإستروجين.
- ان الخوخ يحتوي على مادة البورون التي تساعد الجسم على إمتصاص الكالسيوم للمحافظة على عظام قوية.
- للدوخة والصداع:** يستعمل الصينيون أوراق الخوخ كشاي ضد الدوخة حيث يغنون ملعقة أكل من الأوراق مع ملء كوب ماء ويشربونه ضد الدوخة.

=التهاب البروستات

ثلاث ملاعق كبيرة من بزر الكتان , تغلى في لتر من الماء مدة ثلاث دقائق , ثم يشرب منها قدر كأسين في اليوم بجرعات صغيرة , فانة مفيد للمصاب بالتهاب البروستات .

علاج للبروستات بأذن الله

التركيبة والطريقة : يدهن مكان البروستات من الخارج وهي من فتحة الشرج الى أول الخصيتين بزيت الحبة السوداء ويغلى بزر التمر بالطريقة المعروفة (بعد طحنه) ويأخذ ملعقة متوسطة من زيت الحبة السوداء مع ملعقة طعام عسل مخلوطة على الريق وقبل الفطور بساعة ومرة قبل النوم ولمدة أسبوع أن شاء الله.

خولنجان



الجزء المستخدم من النبات جذاميره Rhizomes التي تشبه إلى حد ما جذامير نبات السعد وهي ذات لون محمر ومغطاة باغمد باهتة كبيرة تترك على الجذامير ندباً عند سقوطها وللجذامير رائحة عطرية .

ماذا قيل عن الخولنجان الصغير في الطب القديم؟

استعمل العرب الخولنجان منذ القدم حيث كانت تعلف به جيادها لتزداد حرارة ويشربونه مغلياً مع الحليب ضد البرد والسعال ولتقوية الباءة .

يقول ابن سينا: الماهية: قطاع ملتوية حمر وسود حاد المذاق له رائحة طيبة خفيفة الوزن يؤتى به من بلاد الصين.

الأفعال والخواص: لطيف محلل للرياح. الزينة: يطيب النكهة. أعضاء الغذاء: جيد للمعدة هاضم للطعام. أعضاء النفس: ينفع من القولنج ووجع الكلي ويعين على الباه وبدله وزنه من قرفة و قرنفل.

وفي الهند وجنوب غرب آسيا فيعتبر الخولنجان الصغير مقويًا للمعدة ومضادًا للالتهاب ومقشعًا ومقويًا عصبياً، يستخدم في علاج الفواق والتخمة وآلام المعدة والتهاب المفاصل والحمى المتقطعة . أما في طب الأعشاب الغربي فقد ادخل الخولنجان الصغير إلى أوروبا عن طريق الأطباء العرب منذ ما يزيد عن 1000 سنة، حيث يستخدم هناك بشكل رئيس كطارد للريح ولعسر الهضم والقيء وألم المعدة وكتلطيف القروح الفموية المؤلمة والتهاب اللثة وكذلك لعلاج دوار البحر .

وماذا قال الطب الحديث عن الخولنجان الصغير؟

أثبتت الأبحاث الصينية أن الخولنجان مضاد للجراثيم، حيث تبين فعلياً أن الخولنجان الصغير له مفعول مضاد لعدد من الجراثيم بما في ذلك الجمرة (anthrax)، كما ثبت فعاليته ضد الفطر، حيث يشير بحث نشر عام 1988 إلى أن الخولنجان الصغير فعال جداً ضد Candida albicans وفي روسيا حضر من الخولنجان مستحضر طبي تحت اسم Nastoika وهو مشروب يستخدم لتدفئة الجسم وقد تبين أن الخولنجان الصغير له تأثير مقوي للجهاز الهضمي ومدفئ وطارد للغازات ومضاد للقيء والجرعة العلاجية من الخولنجان الصغير تتراوح ما بين 0,5 إلى 1,5 جرام يومياً .

ولعلاج حالات عسر الهضم والتخلص من غازات المعدة يستخدم مسحوق الخولنجان الصغير وذلك بأخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور وإضافتها إلى ملء كوب ماء مغلي وتركها لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب وذلك بمعدل مرة واحدة في اليوم. كما يمكن استخدام مسحوق الخولنجان استنشاقاً وذلك بإضافته لماء ساخن ثم يستنشق البخار المتصاعد وذلك لتخفيف حدة الزكام والبرد ولتقوية الباءة والجسم ومكافحة الأمراض وتجنب الوهن والخمول: ما وجدت منشطاً للجسم مثل الزنجبيل المحلى بالعسل، و أكل مربى بالعسل مع الفستق والخولنجان .

يقول داود الأنطاكي في (تذكرته): " فيه سر عظيم " . معجون يقوي الجسم، ويعالج النسيان، ويفتح قريحة المخ، ويفرح النفس وينعشها المركبات: 100 جرام زنجبيل مطحون مع 100 جرام فستق مطحون مع 50 جرام خولنجان مطحون مع 50 جرام حبة سوداء مطحونة مع عسل نحل. (يفضل ان يكون بوزن الجميع) يطبخ عسل نحل على نار هادئة وتزرع رغوته، ثم تضاف الأشياء السابقة وتقلب جيداً حتى تعقد كالحلوى، وتعبأ في برطمان زجاج، وتؤكل منه ملعقة بعد الإفطار، وملعقة بعد العشاء يومياً وسترى بإذن الله عجباً. الخولنجان الأخضر والزنجبيل الأخضر أو الجافين يختلفان اختلافاً كلياً ولو أنهما يشتركان في بعض الأشياء فمثلاً الخولنجان من جنس يختلف عن الزنجبيل حيث أن جنس الخولنجان هو Alpina بينما جنس الزنجبيل zingebel ولكنهما ينتميان إلى عائلة واحدة هي الفصيلة الزنجبيلية.. وكلاهما جذامير Rhizome وليسا جذور.. يحتوي الخولنجان على زيت طيار مع مادة صمغية وهو منبه للمعدة والهضم وطارد للأرياح بينما الزنجبيل يحتوي على زيت طيار مع مادة رانجية وهو يستعمل لتوسعة الأوعية الدموية وزيادة العرق والشعور بالدفع وتلطيف الحرارة ويصنع منه مربى نافعاً في الأمراض الصدرية ويعتبر من البهارات بينما لا يعتبر الخولنجان من البهارات. ويتم الحصول عليهم من لدى العطارين.

الخولنجان والجنس: مسحوقاً ويضاف إلى لبن أو حليب ويشرب على الريق.

خيار



الاجزاء المستعملة في الخيار: الثمرة مقشرة او مع قشرها ، مطبوخة او نينة .

ويرى علماء الطب الحديث أن الخيار يدر البول وينقي الدم ويسكن الصداع، ويفيد في حالات التسمم والمغص وتهيج الأمعاء والنقرس والمفاصل. كما يستخرج من بذرة مشروبات تفيد السعال وحرقة البول وأمراض الصدر و الالتهابات.

والخيار المفروم مع الحليب أو اللبن يسكن عطش الأشخاص الذين يتبعون الحميات الغذائية، كما أنه يخفف الاضطرابات العصبية، ويستعمل قشره لعمل كمادات فوق الجبهة لعلاج الصداع ويستعمل خارجياً لعلاج حالات كثيرة منها: القوباء، الجرب، الحكة الشديدة، خشونة الجلد وانتفاخ الأجناف، احتقان الوجه ، ويعتبر عصيره مغذياً ومنقياً لبشرة الوجه والجلد بشكل عام. ويمكن تناول كميات كبيرة منه أثناء التنظيم الغذائي فهو يملأ المعدة ويبعد الجوع بدون سرعات حرارية مرتفعة . وتحذر الدراسات من تناوله الأطفال والمسنين وكذلك المصابين بعسر الهضم وأمراض الكبد وضعف الجهاز الهضمي لصعوبة هضمه . ينصح الباحثون للحفاظ على جمال الجلد وصحته بالجوء إلى الطبيعة ومكوناتها.. وأوضح خبراء التجميل أن الخيار يحتوي على عدة عناصر مهمة لوظيفة الجلد منها الكبريت الذي يحافظ على نضارة الجلد وطراوته، ومركبات كلوسايدس السكرية التي تغذي عضلات الوجه مؤكدين أنه يتمتع بخصائص مرطبة ومطهرة وملطفة وملينة، ويعتبر من المواد التي تناسب جميع أنواع البشرة. واستعرض هؤلاء بعضاً من الوصفات الطبيعية التي يدخل فيها الخيار للتخلص من البقع الجلدية الناتجة عن الولادة أو التعرض للشمس ومنها مسح الوجه ببرش خياره ممزوجة مع الحليب بواسطة قفظة مرتين يومياً لعدة أيام متتالية ويمكن غلي الخيار بالماء ومسح الوجه به ساخناً وبارداً إذا كانت بشرة الوجه من النوع الدهني. أما قناع الخيار فقد أثبت فعاليته في شد مساحات الجلد الواسعة من خلال مزج بذور الخيار وكمية مماثلة من بذور الشمام المطحونة بالحليب خالي الدسم ثم وضع هذا المزيج على الوجه لمدة نصف دقيقة إلى أن يجف ثم يتم نزعها بواسطة الماء العادي أو ماء الورد وتستخدم نفس الطريقة السابقة للجلد الجاف مع استبدال الحليب بالكريمة الطازجة. وينصح بالخيار أيضاً لمعالجة حب الشباب والرؤوس السوداء وذلك بأخذ القليل من عصير الخيار وملعقة من الكريمة الطازجة وملعقة أخرى من ماء الورد أو ماء الزهر وبياض بيضة واحدة مخفوقة كما يمكن استخدام عصير الخيار في المساء ليستمر مفعوله طيلة الليل حيث يجعل الوجه أشقر اللون مع تكرار هذه العملية. ومن المعروف أن أكل الخيار يسكن العطش ويبرد الجسم ويساعد على تخفيف الاضطرابات العصبية فضلاً عن احتوائه على ألياف السيليلوز الغذائية التي تسهل عملية الهضم وتطرد السموم وتنظف الأمعاء. وبشكل عام فإن الخيار يعتبر من الخضار التي يكثر تناولها **الخيار** الذي يعتبر من الخضار الملطفة في الأجواء الحارة والمنعشة للبشرة، والخيار كما هو معروف يمكن أن يؤكل دون طبخ بقشره أو بدونه. وهو ينقي من السموم ولذلك فإنه يفيد مرضي البول السكري لما يحققه من وقاية من مضاعفاته.

ومن العادات الشائعة أن تُفرغ نصف خياره من بذورها وتُملأ بالماء يسقى بها الرضيع أول شربة ماء ... اعتقاداً من أنه بذلك لا يصاب بالعطش. ذلك أنه فعلاً يروى العطش ويطفىء الظمأ... وهو بديل الماء إذا تعذر وجوده. والخيار يعالج الاضطرابات العصبية ويدر البول ويفتت الحصى. وعصيره إذا مسح به الوجه في المساء وترك حتى الصباح أكسبه نضارة وحيوية... وهو يرطب... وينعم الجلد، وغسل الرأس بهذا العصير بقي من إصابته بالقمل ويمنع تولده فيه.

من فوائد الخيار العلاجية: تذكر الكتب المختصة بأنه يستخدم لمعالجة الاضطرابات الهضمية، ونظراً إلى أن الخيار يعتبر قاعدياً لهذا فهو يعمل على تحقيق التوازن الحامضي القاعدي في الجسم، كما أنه يستخدم لعلاج الرمال والحصى البولية أو يعتبر الخيار مدرراً جيداً للبول ولهذا ينفع الأشخاص المصابين بالاضطرابات البولية والتهابات المسالك البولية. وتشير الدراسات إلى أنه يحتوي على أنزيم الايريبسين الذي يساعد على هضم المواد البروتينية، كما أنه غني بالعناصر المعدنية كالبوتاسيوم الذي يعد ضرورياً لتنظيم ضغط الدم

الشرياني، ويعتبر الخيار من الخضار الغنية بفيتامين سي، ونظراً لاحتواء قشره على بعض المواد الغذائية لهذا ينصح بتناول الخيار بقشره من أجل الاستفادة من كامل خصائصه الغذائية والعلاجية. ويستعمل الخيار كمساعد على الاسترخاء من جهة ولتلطيف البشرة من جهة ثانية حيث يمكن استخدام شرائح منه ووضعها فوق العينين وبشرة الوجه إذ يحافظ على نقاء البشرة واستمرار حيويتها.

استعمالات و فوائد الخيار الطبية :

1. بذور الخيار لها نفس المفعول الخاص ببذر اليقطين ، وهي تدر البول و تفتت الرمل و الحصى .
2. قاتل للدودة الوحيدة : 211 أوقية من بذر الخيار تُطحن و تسحق و تمزج مع السكر ، تؤخذ على الريق و يشرب بعدها بساعة او ساعتين فهو مسهل قوي .
3. البذور استعملت في :
 - الامراض الراشحة .
 - التهابات و امراض الامعاء .
 - التهابات امراض المجاري البولية.
 - تعديل حموضة المعدة .
4. مهدئ للأعصاب و معالج للأمراض النفسية و اعتلال المزاج ، الخيار يزيل التوتر و يسكن الثورات النفسية .
5. خافض لضغط الدم خصوصاً ذلك الذي يتعلق بالاسباب النفسية .
6. يعالج امراض الحساسية خصوصاً حساسية الجلد والشري ، و يعصر الخيار و يشرب صباحاً ومساءً مقدار فنجان قهوة و يدهن بتكرار على الجلد .
7. يستعمل زيت الخيار و مشتقاته في التركيبات التجميلية ، كمطلف ، و مبرد و منعم للجلد من كل الامراض التي تهيج الجلد ، و خصوصاً اذا كان السبب من الشمس او آفات الجلد ، ويمزج الخيار في تحضير " الصابون " الجامد و الصابون السائل ، و الجيلاتين Jelly . ويحضّر عصير الخيار و يمزج بالجليسرين وهو سائل منعم و معقم للجلد . وهناك تركيبة تجميلية للجلد وهي عبارة عن حليب الخيار يتكون من (صابون ، زيت زيتون ، شمع ، زيت لوز ، عصير خيار طازج ، و كحول) .
8. في العطور يصنع زيت خاص يعطي رائحة الخيار .
9. يكافح امراض الصداع خصوصاً بوضع حلقات رقيقة على الجبهة وعلى الصدغ .
10. يكافح الخيار العطش وهو ملين للطبيعة و يعالج قبوضة المعدة و الامساك .
11. خافض للحرارة و الحميات .
12. ينشط الخيار الكبد و يعالج اليرقان .
13. يمنع الخيار خفقان و سرعة نبضات القلب .

محظورات :

- يمنع الاكثار من الخيار للمرضى المصابون بـ :
- الامراض الروماتيزمية لكثرة الماء و الرطوبة فيه .
 - امراض تصلب الشرايين و نشافها و امراض الفالج و اللقوة و الرعاش .
 - الافضل الإقلال منه لدى المتقدمين بالعمر .
 - يفضل عدم استعماله عند المصابين بالفتور او العجز الجنسي .
- لعسر التبول:** أكل الخيار ينفع مع عسر البول ويدر البول بأذن الله.
- للاحتباس البولي:** يؤكل مع السلطات أو بمفرده أو مع وجبات الطعام اليومية.
- للحكة الجلدية:** يستعمل عصير الخيار بعد غسله جيداً كغسل موضعي لأماكن الإصابة الجلدية مع تكرار ذلك 2-3 مرات يومياً حتى الشفاء.

ملاحظة: يجب الاعتناء بالنظافة والأغتسال اليومي مع تغيير الملابس بأخرى نظيفة سبق كييها وتعريضها للشمس لمعالجة سبب الحكة الجلدية.

للسعال والسعال الديكي

تمر مع زبيب مع تين مجفف : لقد وصف التمر كعلاج للسعال وللبلغم والتهاب القصبة الهوائية وذلك بعمل شراب مكون من 50جراماً من التمر المجفف و 50جراماً من الزبيب الأسود و 50جراماً من التين المجفف. يوضع هذا المخلوط في وعاء ثم يضاف له لتر من الماء ويوضع على النار ويترك يغلي في هدوء حتى تلتين محتويات الوعاء ثم يؤكل كما يؤكل الخشاف مقسماً على ثلاث دفعات بواقع دفعة واحدة بعد كل وجبة خلال اليوم الواحد. مع ملاحظة عدم استخدام هذه الوصفة من قبل مرضى السكر.=

خيار شمبر



خيار شمبر
علاجات الكيلاني

الجزء المستخدم من النبات لب الثمار فقط.

ماذا قال عن الشمبر الطب القديم؟..

ان خيار شمبر قديم جداً فقد جاء في وصفات فرعونية ضمن المواد المستعملة في تحنيط الموتى وكذلك ضمن الوصفات الطبية لعلاج حالات الامساك وبعض امراض الفم وكذلك كشراب مرطب ومزجه مع بعض الادوية لاسبابها مذاقاً حلواً.

وقد قال ابن سينا فيه: "الخيار شمبر ينفع من الاورام الحارة في الاحشاء خصوصاً في الحلق إذا تغرغر به، يطلى على الاورام

الصلبة والنقرس والمفاصل المولمة، يقي الكبد، نافع من اليرقان واوجاع الكبد، ملين للبطن، يخرج البلغم، اسهاله لا يؤذي النساء

الحوامل إذ مرس في ماء الكزبرة الرطبة بلعاب بذر قطونا، ثم تغرغر به نفع من الخوانيق، ملين للبطن يخرج المرة المحرقة

والبلغم". الماهية: منه كابلي ومنه بصري ويمكن أن لا ينبت في البصرة إذ يحمل من الهند إلى البصرة وإلى غيرها من البلاد.

الاختيار: أجوده ما يؤخذ عن القصب وما هو أبرق وأدسم وأجود قصبه أيضاً البراق الأملس.

الطبع: معتدل في الحر والبرد وهو رطب. الخواص: محلل ملين. به بماء عنب الثعلب ويطلى على الأورام الصلبة فينتفع به.

آلات المفاصل: يطلى به النقرس والمفاصل الوجعة. أعضاء الصدر: إذا مرس في ماء الكزبرة الرطبة بلعاب بزر قطونا ثم تغرغر به

نفع من الخوانيق. أعضاء الغذاء: منق للكبد نافع من اليرقان ووجع الكبد. أعضاء النفص: ملين للبطن يخرج المرة المحرقة والبلغم

وإسهاله إسهال بلا أذى حتى إنه يصلح للحبالى ويسهلهن. الأبدال: بدله نصف وزنه ترنجبين وثلاثة أوزانه لحم الزبيب ودهن وزنه

تريد وقد يجعل بدل الزبيب رب السوس فيما زعم قوم.

اما ابن البيطار في جامعه فيقول: "يسهل المرة الصفراء المحترقة ويسكن حدة الدم ويحلل الاورام الحارة ايضاً ويلين الصدر وينقي

العصب ومقدار الجرعة منه ثلاثة دراهم إلى عشرة تحل بالماء الحار وتشرب، ينفع من اورام الحلق والجوف، إذا تغرغر به مع طيبخ

الزبيب ومع عنب الثعلب يطلى به على النقرس والمفاصل الوجعة، شرب الخيار شمبر ينفع الحميات الحارة، إذا نقع بماء الهندباء أو

بماء عنب الثعلب نفع من اليرقان ومن اورام الكبد الحادة".

اما داود الانطاكي فيقول: خيار شمبر : يسمى البكثر الهندي ؛ شجر في حجم الخرنوب الشامي لوناً وورقاً ويركب فيه ، لكنه لا ينجب

إلا في البلاد الحارة له زهر أصفر إلى بياض مبهج يزداد بياضه عند سقوطه ، ويخلف قروناً خضراء تطول نحو نصف ذراع داخلها

رطوبة سوداء وحب كحب الخرنوب بين فلوس رقيقة والمستعمل من ذلك كله الرطوبة وأجوده المقطوب ببابه وأن يستعمل بعد سنة

ولا ينزع من قشره إلا عند الاستعمال ، والمستعمل كما قطف رديء يبول الدم ويوقع في الثفل والزحير ، وهو معتدل أو حار رطب في

الأولى أو بارد فيها يخرج الصفراء المحترقة مع التمر هندي والبلغم مع التريد والسوداء مع الهندباء أو البسفاج ، ويطفىء ضرر الدم

بماء العناب ولعدم غائلته تسهل به الحبالى ويخرج الخام وينقي الدماغ ، والصدر ويفتح السدد ويزيل اليرقان ، وأهل مصر تستعمله

بماء الجبن في الحكة والإحتراقات والحب الفارسي وليس ببعيد ، ويضمد به النقرس ومع ماء عنب الثعلب يحلل الورم ، ومع

الزعفران يفجر الخنازير والديليات وقشره بالزعفران والسكر بماء الورد يسهل الولادة ويسقط المشيمة وكذا قيل : في خيار الأكل

وهو يضر السفلى ويصلحه العناب وشربته إلى ثلاثين درهماً وبدله ثلاثة أمثاله شحم زبيب مع نصفه ترنجبين أو مثله رب سوس .

لليرقان: ينفع من اليرقان مجرب : وطريقته ينقع خيار الشمبر " مقدار اصبع " في لتر ماء دافئ لمدة 12 ساعة يصفى ويشرب منه

المريض مقدار كاس ثلاث مرات يومياً لمدة اسبوع .

داتورة



الأجزاء المستعملة: الأوراق في الشجيرات المزهرة، ونادراً ما تستخدم البذور الناضجة.
الاستعمالات

- يستعمل أحياناً على هيئة سجانر مضادة للربو.

- هذا النبات شديد السمية ويجب الاحتياط منه وحماية الأيدي والعينين والفم.

المحاذير: لا تستخدم المستخلصات إلا بعد استشارة طبيب.

الربو الشعبي: عن طريق أستنشاق البخار المتصاعد من حرق ملعقة صغيرة من مسحوق بذور وأزهار وأوراق الداتورة الجافة صباحاً ومساءً ويكرر حتى الشفاء.

= **ثوم مع برتقال مع عسل نحل** لعلاج السعال الديكي عند الأطفال يعطى الطفل 10-12 نقطة من عصير الثوم مع عصير البرتقال مع إضافة ملعقة كبيرة من عسل النحل الأصلي ويشرب ذلك بمعدل ثلاث مرات في اليوم.

الجزر مع مجموعة من الأعشاب يبشر الجزر بشراً ناعماً ويغلى مع الماء حتى ينهري ثم يضاف عليه كوب عسل دون أن يزاح الماء من الجزر ويترك على النار حتى ينعقد ثم يضاف ملعقة صغيرة مملوءة من كل العود الهندي وقرنفل مطحون ودارسين وزنجبيل وهيل وجوز الطيب (حبة واحدة فقط) بعد سحقها ويقلب جيداً حتى يصبح لون المخلوط متجانساً، يؤخذ من هذا المزيج بعد أن يبرد ملعقة صغيرة أو كبيرة حسب عمر المريض وذلك بعد وجبة الطعام مباشرة حيث تنقي هذه الوصفة الصوت وتمنع السعال تماماً.

الجميز : والجميز شجرة كبيرة معمرة ويسمى التين البري وهو شجر ذو فروع كثيرة شبيهة بالتوت الشامي وورقه أرق وأصغر من ورق التين.. والجزء المستخدم من أشجار الجميز الأوراق والثمار الطازجة. وقد قال دواود الأنطاكي أن ورقة يقطع الاسهال ويدر الطمث ومسحوقه مع السكر وزن بوزن يقطع السعال وأن أزمن، ولبنه يلصق الجراحات ويحلل الأورام، وإذا رضت أوراقه وأطراف أغصانه وثماره الناضجة وطبخ الكل حتى يتهرى وصفي وعقد ماؤه بلاسكر كان لعوقاً جيداً للسعال المزمن وعسر النفس والربو وكذلك عسر الهضم.

حبشيشة السعال : وقد استخدمت حبشيشة السعال منذ 2500 سنة على الأقل كدواء للسعال وتدخل كوسيلة لتسهيل النفس والنزلات الصدرية ويفيد منقوعة في علاج الالتهاب الرئوي ويشرب منه كوب أو كوبين خلال اليوم الواحد. ويحضر هذا المنقوع بنقع مقدار ملعقة كبيرة من العشبة على ملء كوب ماء بارد لمدة 12 ساعة.

مسحوق الحلبة والتين المجفف والتمر وسكر نبات يؤخذ كميات متساوية من هذه المواد وتكون مسحوقة ثم توضع مع ضعف حجمها من الماء ويغلى الجميع على نار هادئة ويقلب جيداً بين آن وآخر. ويؤخذ من هذا المغلي غير المصفى مقدار كوب واحد في اليوم على جرعات ثلاث أي بواقع ثلث كوب بعد كل وجبة غذائية. ويجب عدم استخدام هذه الوصفة من قبل مرضى السكر. ويمكن استخدام مسحوق الحلبة بمفرده في تخفيف حدة السعال والربو وضيق التنفس وذلك بغلي ما مقداره ملعقة كبيرة من مسحوق الحلبة في إناء به كوب من الماء ثم يصفى المغلي بعد عشر دقائق من بداية الغليان ويمكن تحليته بقليل من السكر ويؤخذ هذا المغلي عند حدوث نوبة السعال أو ضيق التنفس.

دردار أحمر



دردار
علاجات الكيلاني

الجزء المستخدم منه: اللحاء .

استخداماته

يستخدم الدردار الأحمر لعلاج حالات تهيج أغشية الصدر المخاطية والمعدة وقد استخدمها الأمريكيون الاصليون كلبخة للجروح والقروح والحبوب وأمراض العيون الملتهبة ويستخدم لعلاج الحميات والزكام وشكاوى الأمعاء ولذا يستخدم لعلاج مرض كرون والطريقة أن يؤخذ منه ملء ملعقة وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل 3 اكواب في اليوم. وهو من جنس الشجر العظام وهو نوعان، منه ما يثمر ومنه لا يثمر وهما متشابهان ورقاً وأغصاناً وعلواً وتدويحاً، والذي يثمر منهما له عناقيد مملوءة ثمرها يشاكل بزر القرع إلا أنه أرق منه وأطول، وطرفاه محدودان، وفي داخله لب كلب لسان العصفور وأكثر الأطباء يجعلونها لسان العصفير. منابته الجنات والأماكن الرطبة الكثيرة المياه. يتخذها الناس في البساتين لدوالي العنب عوضاً عن سرائرها التي تمتد عليها، ولورقه وقشره وفقاخه فوائد طبية.

زيت الخروع وزيت التربينتين تعالج النزلات الصدرية المتمركزة في القصبات الهوائية ويمكن تدليك الصدر بمزيج مكون من ملعقتين من زيت الخروع وملعقة من زيت التربينتين والذي يباع جاهزاً في الصيدليات أو يمكنك تحضيره بنفسك. ويحضر هذا المزيج بتسخين زيت الخروع أولاً في حمام مائي وذلك بوضع الإناء المحتوي على زيت الخروع في حمام مائي ساخن يغمره حتى ثلثيه ويضاف له زيت التربينتين مع التحريك. يكرر ذلك ثلاث مرات في اليوم.

التيلو: ويعرف بالزيزفون وازهار التيلو نافعة للصدر تسكن السعال ويسهل خروج البلغم ويدر افراز العرق فتخفض درجة الحرارة ويسهل التنفس وتزيل كربته. يؤخذ ملء ملعقة من الازهار وتوضع في كوب ثم يملأ الكوب بالماء المغلي ويترك مغطاة لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب منه كوباً في الصباح وآخر عند الخلود إلى النوم.

بذور السفرجل مع كنفافة البحر تستخدم بذور السفرجل مخلوطاً مع كنفافة البحر لعلاج السعال حيث يؤخذ ملعقة كبيرة من بذور السفرجل وتسحق مع نفس الكمية من سائر النبات بالإضافة إلى نصف ملعقة كبيرة من كنفافة البحر وتسخن وتسحق جميعها ثم يضاف لها كوب ونصف الكوب من الماء وتوضع على النار لمدة 5 دقائق ثم تبرد ويؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم ولمدة عشرة أيام بمقدار كوب كل مرة أما الأطفال فيؤخذ ملء فنجان قهوة من النوع الصغير ثلاث مرات في اليوم.

علاج الكحة يستخدم عرقسوس لعلاج السعال وربات البيوت في بريطانيا عندما يصيب السعال أحد أطفالهن يذهبن مباشرة لشراء مسحوق عرقسوس لعلاج السعال وهو فعال جداً. والطريقة أن يؤخذ ملء ملعقة صغيرة وتوضع في كوب ثم يضاف لها نصف الكوب ماء ويمزج جيداً ثم يشرب بمعدل مرة في الصباح وأخرى في المساء. مع ملاحظة عدم استخدام ه من قبل المرضى المصابين بفرط ضغط الدم.

لبان ذكر مع بقودونس: والطريقة أن يؤخذ مقدار ملعقتين صغيرتين مع مفروم حزمة بقودونس مغسولة جيداً ثم يغلى المخلوط لمدة 5 دقائق ثم يصفى المغلي لكي يصبح في حدود كوب من مغلي اللبان والبقودونس حيث يؤخذ نصف المغلي بعد الفطور والنصف الآخر بعد العشاء شريطة أن يكون دافئاً.

دم الأخوين



والجزء المستخدم : هو المادة الصمغية الراتنجية المستخرجة من قشر النبات وحراشيف الثمار وهو ذو لون أحمر داكن وليس له رائحة مميزة ولا طعم خاص.

وماذا قال عنه الطب الحديث؟

تشير الدراسات إلى أن دم الأخوين يقوي المعدة ويقبض البطن نظراً لاحتوائه على نسبة كبيرة من العفص. وإذا احتقن بمنقوعه فإنه يقوي الشرج ويفيد لعلاج تشقق المعدة. ويستعمل مغلي دم الأخوين على هيئة مضمضة ثلاث مرات في اليوم لعلاج قروح اللثة وترهلها وإذا ذر مسحوقه على الجروح أو القروح أدملها وأبرأها وهو جيد لهذا الغرض. كما أنه يوقف النزيف من أي عضو من أعضاء الجسم.

هل هناك استعمالات أخرى لدم الأخوين؟

نعم هناك عدة استعمالات لدم الأخوين حيث يدخل في معاجين كمادة مطهرة وقابضة للثة ويدخل في صناعة الورنيش كمادة ملونة للون الأحمر. كما يضاف إلى الكثير من مواد التجميل لاكتساب اللون الأحمر كما أنه يستعمل لتلوين وتجميل شعر الرأس. حيث يمكن استخدام إما مسحوق النبات في عملية تلوين الشعر باللون الأحمر أو اضافته مع الألوان الأخرى لعمل لون مناسب لازدهار وتجميل الشعر. كما يمكن استعمال دم الأخوين نفسه لذات الغرض. وقيل أنه صمغ شجر الشيان ، شكله حجر كلسي مثل المرجان أو الإسفنج ، أجود الخالص الحمرة الإسفنجي الجسم الخفيف ؛ من منفعه أن يزعج الجن أكلاً أو شرباً ، وهو من الأدوية الدابغة النافعة للجروح وماتع للنزيف والإستحاضة ، ودم الأخوين يحبس الطبيعة ومقوي للمعدة شرباً ؛ الجرعة ملعقة صغيرة .

لحرقان وحموضة المعدة: دم الأخوين يمكن استخدام نصف ملعقة إلى ملعقة من مسحوق دم الأخوين وإضافة ربع ملعقة من صمغ الكثيراء وهو موجود لدى العطارين أيضاً، ثم تضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يشرب مرة واحدة في اليوم.

دمسيسة

دمسيسة علاجات الكيلاني



الجزء المستخدم من النبات الأزهار والأوراق.
ماذا قال عنه الطب القديم؟

تعد الديمسيسة من الأعشاب المصرية القديمة التي كانت وما زالت لها شهرة كبيرة في الوصفات الشعبية العلاجية. وقد استخدمت قديما في تفتيت الحصوات والتخلص من أورام الرحم على شكل لبوس موضعي. وكان هذا النبات في الماضي من المنكهات الرئيسية لشراب الفرموت الذي اشتق منه اسم الافستين الألماني، وكان يستخدم لتنقية كثير من المشروبات. ويعد هذا النبات أحد النباتات المرة بحق وله تأثير مقو على الجهاز الهضمي وبالأخص على المعدة والمرارة.

يقول ابن البيطار ان عشب الافستين يستعمل في الهضم والإدرار وطرده الدود. ويصنع منه شراب كحولي باسمه.

وماذا قال عنه الطب الحديث؟

لقد اثبتت الأبحاث التي أجريت على الديمسيسة ان هناك مجموعة من المكونات الكيميائية الموجودة فيها تساهم في مفعولها الطبي ، كثير منها شديد المرارة ويؤثر على مستقبلات المذاق المر في اللسان ما يطلق منعكسا فينبه المعدة والافرازات الهضمية الأخرى. ان الازونيات مضادة للالتهاب والسيكوتربينات ذات مفعول مضاد للأورام، كما أنها من أفضل النباتات ابادة للحشرات اما مركبة التوجون فهو منبه للدماغ وهو مأمون الاستعمال بجرع صغيرة ولكنه سام "بجرعات كبيرة" .. ان نبات الديمسيسة مهمة جدا للذين يعانون من ضعف الهضم فهو يزيد من حمض المعدة وإفراز الصفراء، لذا يحسن الهضم وامتصاص المواد الغذائية وهذا ما يجعله مفيداً في كثير من الحالات بما في ذلك فقر الدم كما يخفف الأرياح والانتفاخات وإذا أخذت الوصفة بانتظام فإنها تقوي الهضم ببطء وتساعد الجسم في استعادة حيويته الكاملة بعد مرض طويل. كما ان الديمسيسة قد اشتهر بعلاجها للديدان .. بالإضافة إلى ذلك فان هذا النبات مبيد حشري جيد كما يستخدم هذا النبات كمضاد معتدل للاكتئاب، كما انه يستخدم مع بعض الأدوية الأخرى كمخفض للحرارة وفي حالات فقر الدم.

الجرعة : ملء ملعقة من مسحوق النبات لكل كوب من الماء الساخن بدرجة الغليان ويترك خمس دقائق ثم يصفى ويشرب.

استعمالاته: وهناك استعمالات داخلية وأخرى خارجية لنبات الدمسيسة فمثلاً يستعمل مغلي الدمسيسة لطرد دودة الاسكارس ولعلاج آلام المعدة والهضم وفقر الدم والاكتئاب وكمسكن للباطنة وينقي الجسم من السموم وعلى الأخص السموم الرصاصية والزئبقية التي كانت تستخدم في مرض الزهري ومضاعفاته.. كما أن شرب مغلي الدمسيسة يقوي الذاكرة ويقلل النسيان والشعور بالخجل وينشط الشعور النفساني بوجه عام ويرفع معنويات شاربه. أما الاستعمالات الخارجية فتستعمل الدمسيسة على هيئة كمادات تعالج بها آلام المعدة الشديدة والإسهال المصحوب بمغص حيث توضع كمادات مغلي الدمسيسة فوق أعلى البطن وهذا التكميد مفيد أيضاً لآلام المرارة ومعالجة الإمساك العصبي وفي اضطرابات الكبد التي تسبب طفحاً وحكة في الجلد.

الدمسيسة يكافح البلهارسيا : بعض البحوث العلمية ترى أن انعدام البلهارسيا شمال الخرطوم وحتى الشمالية يعود لنمو نبات (الدمسيسة) بكثرة في المنطقة الممتدة من الخرطوم وحتى الحدود المصرية شمالاً، وفي نفس الوقت يرجعون انتشار مرض البلهارسيا في الجزيرة إلى عدم وجود هذه الشجيرات هناك .. فقد ثبت أن مجرد وجود شجيرات الدمسيسة على حواف الترع ومجاري المياه يقتل القواقع التي تعيش داخلها ديدان البلهارسيا، وهذا يفسر عدم وجود هذا المرض شمال الخرطوم .. وقد جرت محاولات لزراعة شجيرات الدمسيسة بالجزيرة لمكافحة البلهارسيا بواسطتها، إلا أنها باءت بالفشل ولم تنمو. ومعروف أن هذا النبات ينمو بكثرة على شاطئ النيل، خاصة الجزء الشمالي من الخرطوم وحتى مصر، وأثبتت فعالية في علاج بعض الأمراض مثل: آلام المعدة، خاصة قرحة المعدة، والإسهال المصحوب بالمغص، ويعمل كمسكن لآلام المرارة، واضطرابات الكبد، والإمساك العصبي، خاصة عند النساء، والرمد خاصة عند الشيوخ .. وأمراض القوباء في الرأس، وطارد للديدان، وينقي الجسم من السموم خاصة (السموم الرصاصية) الموجودة بمصانع البطاريات والمطابع، ويقوي الجهاز الهضمي ويقوي الذاكرة، ويقلل النسيان والشعور بالخجل، ويرفع الروح المعنوية .. كما أن منقوعه يساعد في تنظيف الرحم من بقايا المشيمة بعد الولادة، ويسهل الولادة أيضاً، ويقوي الطلق، ويساعد على خروج الجنين الميت من الرحم..

تحذير: ومن غرائب نبات الدمسيسة أن الإكثار من شرب منقوعه يؤدي إلى الجنون.. ومعروف أن الدمسيسة تحتوى على نسبة كبيرة من السميات، واستخدامها في العلاج لا يتم إلا بعد عزل المادة السامة منها.

= مربى الفجل والبصل يؤخذ رأسا فجل وينظفان جيداً ثم يؤخذ بصلة كبيرة وتغسل ثم يفرم الاثنان مع بعضهما البعض ثم يذر فوق هذا المخلوط ملعقة كبيرة من السكر أو ملعقتي عسل نقي ويحضر هذا المربى يوماً حتى لا يتغير طعم البصل وتؤكل هذه الكمية بمعدل ثلثها بعد كل وجبة غذائية مع ضرورة حفظها في الثلاجة وينصح مرضى السكر بعدم استخدامها.

قشر القرطم قشر القرطم يخرج البلغم ويحلل الربو ويحسن السعال ويحد من شدته ويفتح الانسدادات وهو يعمل بأخذ ملء ملعقة صغيرة وتضاف إلى كوب ماء مغلي ثم يغطى ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب واحد عند الذهاب إلى النوم.

وصفة أخرى مركبة يدخل فيها الليمون: تؤخذ 2ملء ملعقة شاي من مستحضر الليمون الكيميائي الموجود في الصيدليات والمحلات التجارية الكبيرة مع نصف ملعقة من المرمية وملء ملعقة من أوراق الزعتر وتضاف إلى مقدار ملء كوب ماء وتوضع على النار لمدة 15 دقيقة ثم يضاف إليه بعد ازاحته من على النار عصير نصف ليمونة وملء ملعقة أكل عسل ويحرك جيداً ويشرب هذا المزيج مرتين أو ثلاث مرات في اليوم.

علاج آخر للكحة: يستخدم ملعقة عسل كبيره واحدة في فنانج قهوه ويضاف عليها ليمون من النوع الصغير ((بن زهير)) ثم يمزج حتى يصبح سائل خفيف تشرب منه قبل الإفطار على الريق وعند النوم لمدة اسبوع وبإذن الله يكون الشفاء العاجل

أما أفضل علاج لكحة الصغار: أفضل الأدوية لعلاج السعال عند طفلك إذا كان السعال جافاً أم يصاحبه بلغم هذه مهمة على أية حال يمكن استخدام ملء ملعقة صغيرة يانسون وتوضع في ملء كوب ماء مغلي وتترك مغطاة لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء.

خمان أسود : يستعمل الخمان الأسود لعلاج البرد والكحة والحمى وقد أثبتت الدراسات أن ثمار وأوراق هذا النبات أعطت تأثيراً جيداً ضد الإنفلونزا وكذلك الكحة ويوجد من هذا العقار مستحضر جاهز يباع في محلات الأغذية الصحية التكميلية.

ورد الشمس : استخدم هذا النبات من منات السنين لعلاج التهاب الشعب المزمن والكحة والسعال الديكي وبالأخص الكحة الجافة والكحة المصحوبة بتهييج في الحنجرة وقد أثبتت الأبحاث الحديثة صحة هذه الاستعمالات وأدرج الدستور العشبي الألماني هذا النبات ضمن الأعشاب الدستورية لعلاج هذه الأمراض والجرعة هي ملعقة إلى ملعقتي شاي من النبات الجاف تضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويشرب مرة واحدة فقط في اليوم.

غبيراء : لقد أفسحت منظمة الأغذية والأدوية الأمريكية نبات الغبيراء كدواء عشبي آمن لعلاج الكحة والجزء المستعمل من هذا النبات هو القشور ويمكن شراؤه على هيئة كبسولات للمص وهي تباع لدى محلات الأدوية العشبية أو يمكن تحضير مغلي حيث يؤخذ ملء ملعقة شاي من مسحوق القسور ووضعها في ملء كوب ماء سبق غليه ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب مرة واحدة في المساء عند النوم. =

دميانة



دميانة
علاجات الكيلاني

الجزء المستعمل من النبات الأوراق التي تقطف .
ماذا قال عنه الطب القديم؟

لقد استخدم شعب المايا في أمريكا الوسطى نبات الديميانة كمقو موروث للباءة ولا زال يعتبر من أهم العقاقير التي تستخدم لهذا الغرض بالإضافة إلى استخدامه كمقو عام. ويقولون ان له مفعولا منبها ومقويا، وهذا يجعله علاجاً قيماً لأولئك الذين يعانون من الاكتئاب والشد النفسي المعتدل، وفي عام 1800م لاقى هذا العقار نجاحاً ملحوظاً لدى صيادلة أمريكا الشمالية، حيث قاموا بعمل خلاصات كحولية من أوراق تباع كوصفات منشطة للجنس، وفي عام 1960م ظهر بقوة في أسواق أمريكا الشمالية كأفضل منشط جنسي، وقد قام كثير من العشابين بترشيح هذا النبات كأحسن وصفة للجنس ومقو للطاقة ومضاد للحالات النفسية بالإضافة إلى عمله في علاج الامساك والسكر والكحة والربو ومشاكل الكلى وبالأخص التهاباتها والصداع واضطرابات الحيض، كما انها تستخدم لتنقية المشروبات وبعض الاطعمة المختلفة.

ماذا قال الطب الحديث عن الديميانة؟

- تقول بعض الدراسات التي أجريت على خلاصة أوراق نبات الديميانة ان هناك تأثيراً ملحوظاً لتأثيرها كمقوية للضعف الجسمي والتعب العصبي، وتقول موسوعة المستحضرات الدوائية النباتية لعام 1988م ان التأثير الذي يستخدمه الناس من اجله لا يصل إلى حد التباهي بالرغم من استخدام هذا النبات على نطاق واسع ومن أهم الاستعمالات الحالية لأوراق الديميانة مايلي: تستعمل أوراق الديميانة كمقوية جسيماً وجنسياً ومحسنة للجهاز العصبي.

تعتبر الديميانة منتجة لمادة التستوستيرون فانه ينظر اليها دائماً على انها عشبة الرجال، حيث تفيد علاج القذف المبكر ويقال انها مفيدة للرجال والنساء على حد سواء، وذلك باعتبارها مقوية للجهاز التناسلي لدى الجنسين.

وتستعمل لألام - دورات الحيض لدى النساء.. حيث ان بعض النساء تكون لديهن دورات حيض مؤلمة وكذلك الدورات المتأخرة وكذلك الصداع المرتبط بالحيض والطريقة اخذ ملء ملعقة من مجروش أوراق النبات ووضعها على ملء كوب ماء مغلي وتركه لمدة 5دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل مرة واحدة يومياً قبل العادة بأسبوع. نظراً لان مركب الاربوتين الذي يتحول إلى هيدروكينيون له تأثير مدر للبول ومطهر فإن أوراق الدميانة تستخدم في علاج المجاري البولية والتهاب الاحليل ويؤخذ ملء ملعقة من اوراق الدميانة المجروشة وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم. تستخدم أوراق الدميانة ضد الإمساك فهي ملين جيد وبالاخص للإمساك الناتج عن ضعف عضلات الأمعاء. للجرعات الزائدة عن الحد وهي حوالي 200جرام تكون هناك تشنجات، ولكن نادراً ما تستخدم مثل هذه الجرعة.

تعارضه مع الأدوية الأخرى يتعارض هذا العشب مع الأدوية المستخدمة لتخفيض السكر فيجب عدم استخدامه من قبل مرضى السكر.لما يتعارض مع مرض السكر.

الجرعات المأمونة لهذا العقار: هي ما بين 2- 4جرامات من مسحوق الأوراق الجافة تؤخذ على ثلاث جرعات في اليوم أو يؤخذ ما بين 2- 4جرام وتوضع في ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة ما بين 5- 10دقائق ثم تصفى وتشرب ثلاث مرات في اليوم. أما الخلاصة السائلة من اوراق دميانة فهي 2- 4مل.

ذرة



الذرة
علاجات الكيلاني

الاجزاء المستعملة في الذرة: البذور ، الشعر الاستعمالات

لقد استخدم مواطنو أمريكا الذرة على نطاق واسع في العلاج من مدة طويلة حيث كانوا يصنعون من البذور الطرية الطازجة عجينة ويضعونها على الدمامل والكدمات والمناطق المتورمة. أما ما تقوله الدراسات الحديثة وخاصة على شبشول الذرة فقد أثبتت الدراسات ان شبشول الذرة ينبه المرارة مما يزيد من افراز الصفراء , كما أثبتت الدراسات العلمية في الصين ان شبشول الذرة يخفف ضغط الدم. وبما ان شبشول الذرة يحتوي على بوتاسيوم فقد وجد ان شبشول الذرة يعتبر من أحسن المدرات للبول بالإضافة إلى فائدته الكبيرة لحل جميع مشاكل المجاري البولية, وقد وجد انه يلطف بطانة المجاري والمثانة كما انه يهدئ الحرقان ويحسن كثيرا من جريان البول وتقطعه كما وجد انه أفضل مادة تستعمل للحصر البولي الناتج من تضخم البروستاتا أو اضطرابها. كما اتضح انه يمنع تكون حصى الكلى ويقلص إلى حد كبير تكوينها ويزيل الأعراض الناتجة عن وجود حصى في الكلى. كما ان المشاكل المزمنة في كيس المثانة يمكن التغلب عليه بواسطة شبشول الذرة وأيضا ذو فائدة عظيمة في أي مشاكل إضافية في كيس المثانة. كما يفيد شبشول الذرة في فك احتباس الصفراء. يستخدم شبشول الذرة أيضا كمادة مقوية ومنبهة لعضلات القلب وتسكن القناة الهضمية. أما بذور الذرة فانه يستخرج منها النشا الذي يستعمل مغذيا وملطفا وتعمل منه حقنة شرجية للأطفال المصابين بالنزلات المعوية. أما جنين حبة الذرة فيستخدم زيتة للمرضى الذين يعانون من ضغط الدم لأنه يحول دون تكون مادة الكوليسترول ويعطي الزيت شربا بمقدار ملعقتين قبل وجبة المساء وكذلك ملعقتين قبل الإفطار ويدوم عليه حتى يخف ضغط الدم وينزل مستوى الكوليسترول.

الأضرار الجانبية: لا توجد أضرار أو محاذير إذا أخذ العلاج بالطريقة السليمة.

استعمالات و فوائد الذرة الطبية

- الذرة مدر للبول ، مفتت للحصى والرمل ، يمنع الورم واحتباس الماء بالجسم ، منشط للجسم ، يمنع الالتهابات في المثانة البولية. كما انه ملطف و منعم للجلد والبشرة.
- يعالج الالام الروماتيزمية وغيرها مثل النقرس والتهابات المفاصل.
- يسكن الغثيان والاستفراغ.
- يرفع الكوليسترول النافع HDL ويخفض الكوليسترول الضار LDL ، ويمنع تراكم الدهون بالجسم ، وجيد للذين يتبعون حمية لتخفيض الوزن كبديل للسمن الحيواني (يمنع الترهل والبدانة).
- يوصف لمرضى القلب لمنع النوبات وانسداد الشرايين القلبية.
- يمنع النزف و يخفف مستوى السكر بالدم .

للاسهال

محلول نشا الذرة: يحضر بإضافة 6 ملاعق من النشا إلى كوب ماء ثم يقلب جيدا ويشرب عند اللزوم.

راسن



الجزء المستخدم من النبات جذوره.

ابن البيطار في جامعه فيقول " إذا شرب طبيخه أدر البول والطمث، وإذا عمل منه مع العسل واستعمل وافق السعال وعسر النفس. وطبيخه إذا تضمد به وافق عرق النساء..

ويقول ابقراط ان الراسن يذهب بالحزن والغيط ويبعد عن الأفاق لأنه يقوي فم المعدة ويحلل الفضول التي في العروق بالبول والطمث وخاصة الشراب المتخذ فيه.

ويقول الانطاكي في تذكرته "يهيج الشهوتين وينفع الكبد والطحال واسترخاء المثانة، والبول في الفراش وأوجاع المفاصل والظهر، وحبس الطمث وأمراض الصدر كالربو والرأس كالشقيقة شربا. ينفع من النهوش مطلقا، وإذا استحلب حبه ابطأ الانزال "القذف المبكر" وهو مجرب، إذا بخرت به الاسنان قواها، إذا تدلكت به النساء كانت غمرة عظيمة.

وماذا قال عنه الطب الحديث؟

لقد عزل مركب الانولين لأول مرة من الراسن الطبي عام 1804 واخذ اسمه من العشبة ولهذا المركب تأثير ملطف للقصابات. اما مركب اللانتولاكتون فهو مضاد للالتهاب ويخفض الافرازات المخاطية وينبه جهاز المناعة. وللجذر تأثير منبه ومقشع حيث يقوم على اخراج البلغم من الرنتين بالسعال. ولجذر الراسن تأثير مضاد.

للبكتيريا وتأثير طارد للديدان ويعود هذا التأثير إلى مركبات اللاكتون. كما ان للجذر تأثيرا مطهرا وهذا يعود إلى الزيت الطيار الذي يحتويه الجذر. وللنبات تأثير مضاد للتشنج ومنشط لافراز الصفراء.

الجرعات المأمونة : الحد الأقصى للجرعة اليومية 4 جرامات موزعة على ثلاث جرعات في اليوم حيث تؤخذ ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الجذر وتغمر في ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة 10 إلى 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث إلى أربع مرات في اليوم كما ان الجذر يستعمل على هيئة هيموباثي حيث يؤخذ 5 قطرات من الحبيبات المستخلصة من الجذر كل 30 إلى 60 دقيقة في الحالات الحادة أو مرة إلى ثلاث مرات في اليوم في الحالات المزمنة.

الجرعات الزائدة : الجرعات الزائدة عن 4 جرامات التي تمثل ملء ملعقة شاي تسبب غثيانا واسهالا ومغصا وربما تشنجا وإذا حصل مثل هذه العوارض فيجب عمل غسيل للمعدة لتفريغها ويستعمل كبريتات الصوديوم بالاضافة إلى تعاطي مسحوق الفحم النشط. ويمكن اعطاء مادة مضادة للقيء مثل ترايفلو برومازين . (TRIFLUOP ROMZINE). ويجب على النساء الحوامل عدم استخدام أي مستحضر من مستحضرات الراسن. كما يجب حفظ العقار بعيدا عن الضوء وفي درجة حرارة لا تزيد على 20م وعدم حفظه في أوعية من البلاستيك.

جذر الراسن والكآبة:

والطريقة أن يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق جذر النبات ويوضع في كوب ثم يضاف له ماء مغلي حتى الامتلاء ثم يغطى ويترك لمدة ما بين 5- 10 دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب واحد بعد كل وجبة غذائية. ويجب على الحوامل عدم استخدام هذا المستحضر.

التهاب الفم: تستعمل الجذور في إخراج المخاط من الرنتين وضد التهابات الحنجرة وتعتبر من أفضل المطهرات والجرعة من الجذور هي أن يضاف كوب من الماء البارد على ملء ملعقة شاي من مسحوق الجذر وتركه ينقع لمدة 6 ساعات ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم.

راوند طبي



استعمالات الراوند : لقد اعتبر الراوند الصيني على مر العصور افضل الادوية الملينة وكان يمثل ثروة اقتصادية للصين حيث كان يعتبر من اهم الموارد الاقتصادية آنذاك، ويعتبر من أمن المليينات حتى بالنسبة للاطفال. وقد استخدم في الصين منذ اكثر من الفي سنة ويعتبر انجح علاج لمشاكل الجهاز الهضمي وتوجد خاصية غريبة في الراوند لا توجد في اي عفار آخر وهو انه يعمل كملين بجرعات كبيرة ومقبض بجرعات صغيرة ولذلك فهو يستخدم لإيقاف الاسهال بجرعات صغيرة ولاحداث الاسهال بجرعات أكبر من اهم استخداماته ما يلي :ملين، مقبض، يحدث الامساك،، يضاد مغص المعدة، مضاد للبكتريا. كما يستخدم كطارد للغازات ومقو للفولون ومضاد للحروق والدمامل وفاتح للشهية ويستعمل غسولا للفم وذلك كمضاد للنخر والتهاب اللثة .اما اعناق الاوراق وسيقان الراوند فتدخل في صناعة الحلوى والسلطات ويعتبر الشعب الانجليزي من اكثر الشعوب التي تتعامل مع اعناق اوراق الراوند في تحضير السلطات، تعتبر الورقة المتشعبة والمعروفة بالنصل سامة لاحتوائها على كميات كبيرة من اكلات الكالسيوم.

تحذيرات: يجب عدم استخدام الراوند من قبل المرأة الحامل والمرضع وكذلك المرضى الذين يعانون من النقرس وامراض الكلى وكذلك خلال العادة الشهرية. اما المستحضرات المتوفرة في الأسواق فهي اقراص وكبسولات ومسحوق والجذامير نفسها توجد لدى بعض العطارين .

الاستعمالات :

- يستعمل مغلي أو صبغة جذر الراوند كمقو للمعدة.
- يستخدم المسحوق المستخلص منه لفتح الشهية وعلاج الإمساك المزمن واضطرابات والتهابات المعدة.
- الجرعات الخفيفة من الصبغة (5 - 10) نقاط قابضة وتستعمل للإسهال، والجرعات المركزة (1 مل) تستعمل كمنبه ومنشط لعمل الكبد.

تحذير: ينصح المصابون بحصى الكلى بعدم استعمال الراوند بكثرة ويحظر استعمال الأوراق فمن المحتمل أن تكون سامة. يعتبر من أفضل الأدوية.. وعلى الحامل والمرضع تجنبه . نبات الراوند ملين بجرعات كبيرة ومقبض بجرعات صغيرة.

للامساك: يشرب كوب من مغلي جذور نبات الراوند المسحوق بعد تصفيته وتحليته 2-3 مرات يوميا ويكرر يوميا حتى الشفاء.

ملاحظة: أن الراوند ينفع في أصابات الكبد والمعدة كما أنه ينبه المعدة ويفتح الشهية.

التهاب الكيس الزلالي: يستعمل الجذور لعلاج التهاب الكيسي الزلالي حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق الجذور وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي ثم يغطى ويترك لمدة عشر دقائق ثم بعد ذلك يصف ويشرب بمعدل مرتين الى ثلاث مرات في اليوم.

=وصفات أخرى للسعال

وإليك أيضاً عدة وصفات أخرى لعلاج السعال :

- دبس التمرأكله يعالج السعال ويحلل البغم ويقاوم البرد والتهاب القصبات.
- يؤكل طيبخ التين ، ويشرب ماء الطبخ أو يشرب مغلي الورق.
- يغلى كمية شعير مع خمسة أمثالها ماء حتى يبقى خمسان 5/2 ، ويشرب عند اللزوم.
- يغلى حب الشوفان ويشرب للسعال الشديد.
- شرب عصير الخس.=

زهرة الربيع (الزغدة)



زهرة الربيع، الزغدة

الجزء المستعمل من النبات الأزهار والأوراق والجذور.

تستعمل زهرة الربيع على نطاق واسع كمضاد للأكسدة والالتهابات والتشنج ويستعمل الجذر بالذات لعلاج التهابات الغدد الصم حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق الجذر ويضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لينقع لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل ملء ملعقة أكل كل ساعتين ويعالج نفس المغلي التهاب الرئة والشعب الهوائية والربو.

للکحة والسعال : لقد أدرج الدستور العشبي الألماني هذا النبات كأحد الأعشاب الهامة لعلاج الكحة حيث يؤخذ ملعقة إلى ملعقتين من أزهار النبات الجافة وتوضع في ملء كوب ماء مغلي ثم تترك لمدة عشر دقائق ونصف الدقيقة وتشرب مرة في الصباح ومرة في المساء.

للاکزيميا: زيت زهرة الربيع: يستخدم كدهان موضعي 2-3 مرات يوميا .

لالتهاب الفم: وتعرف بالزغدة فقد أوصى الدستور الألماني باستعمال من ملعقة إلى ملعقتين صغيرتين من أزهار النبات أو ملعقة واحدة من مسحوق الجذر المجفف لكل ملء كوب ماء مغلي على أن يترك لمدة 5 دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل مرتين في اليوم وذلك لعلاج التهاب الحنجرة.

للصداع: إذا حضر شاي من هذا النبات وبالأخص من أزهاره وخلط مع العسل وعصير الليمون كان أفضل علاج للصداع النصفي، يوجد هذا النبات في محلات العطارة ويمكن طلبه من شركات بيع الأغذية الصحية.

= شرب مغلي اليانسون.

- سلق البصل بقشره ، ومن ثم أكله.

- شرب عصير السفرجل أو يقطع السفرجل ، وينقع ويشرب 20 غرام من النقيع أو 30 غرام من العصير.

- يغلى 50 غرام من ورق أو زهر السفرجل في لتر ماء ويشرب للسعال الديكي.

- يشرب عصير الكرز ممزوجاً بالماء.

- يؤخذ ماء حبوب و براعم الصنوبر ، أو منقوع 30 غرام من البراعم في لتر ماء 3 ساعات (ويفيد للرشوحات المستعصية وكل علل مجاري التنفس).

- تطبخ الحلبة وتؤخذ مع ماء البطيخ ، أو يؤكل 1 لتر من المسلووق مع العسل .

- تمزج كميات متساوية من خل التفاح والعسل والجليسرين ، وتخفق جيداً ، ويؤخذ منها خلال 24 ساعة عدة مرات ، وتؤخذ ملعقة صغيرة كل ساعتين للسعال الشديد ، وفي الليل مرة أو مرتين ، ويفيد للسعال الديكي والتهاب القصبات .

- يؤخذ مزيج من مغلي الحلبة ودبس العنب للسعال المزمن وآلام الصدر وقصبة الرئة .

- يطبخ الزبيب ويؤكل لطرد البلغم والسعال وتنظيف الطرق التنفسية .

- يؤكل الكراث للسعال والربو ، وحساء الكراث للرشح.

رجل الأسد (لوف السباع)



رجل الاسد
علاجات الكيلاني

الجزء المستخدم : الأجزاء الهوائية.

تعرف رجل الاسد باسم آخر هو لوف السباع وتوجد لدى اغلب العطارين، والطريقة ان يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق العشبة وتوضع في وعاء ويضاف اليه ملء كوب ماء بارد ويترك الوعاء على النار حتى الغليان ثم يبرد ويشرب الماء والاجزاء النباتية الموجودة فيه كاملة ويشرب كوبا بعد الفطور مباشرة وكوبا آخر بعد وجبة العشاء مباشرة يوميا.

أستعمالاته: يستعمل لمعالجة التهاب المهبل عند النساء؛ بحمام مقعدى من مغلى رجل الأسد بالإضافة إلى كنبات الحقول وذنب الخيل وتين الشوفان ولحاء قشر البلوط بنسب متساوية ويشرب المستحلب أو المنقوع لحالات الإسهال والتهاب المعدة والأمعاء ويصنع منه مرهم وصبغة لعلاج الحك المهبلى عند السيدات.

تحذير: لا يستعمل أثناء الحمل لأنه منشط للرحم كما يجب استشارة طبيب في حالات النزيف الرحمي.

رجل الاسد تخفف الوزن: وذلك بشرب مغلى رجل الاسد بمعدل ملء ملعقة كبيرة حيث توضع في ملء كوب ماء مغلى وتترك لمدة عشر دقائق ثم تشرب بمعدل ثلاثة اكواب يوميا، كما يستعمل رجل الاسد ايضا للمرأة النفساء وذلك لمنع الافرازات المهبلية وارتخاء الرحم أو البطن و رجل الأسد يستعمل لعلاج التهابات المبيض عند النساء وكذلك لعلاج الاسهال والنزيف الداخلي ولعلاج الامراض المهبليّة وارتخاء الرحم والبطن بعد الولادة والاجهاض المتكرر أي ان رجل الأسد خاص بالأمراض النسائية ويوصف ايضا لمعالجة السمّة والبول السكري، ويؤخذ عادة ملء ملعقة على ملعقة كوب ماء مغلى ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب والمدة العلاجية اربعة اسابيع فقط، وليس هناك اضرار إذا اتبعت التعليمات وعدم تعدي الجرعة المحددة مرة واحدة في اليوم.

لانتهاج الاذن: والطريقة ان يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق رجل الاسد الناعم جداً ووضعتها في ملء كوب ماء مغلى وتركها لمدة 5 دقائق ثم تشرب ببطء بما فيها من مسحوق العشب وتؤخذ هذه الجرعة مرتين الأولى بعد الافطار والاخرى عند النوم.

- يؤكل الكركديه أو يشرب مغليه أو نقيعه لكل علل الصدر .

- يؤخذ عصير الخس عدة مرات للسعال الديكي.

- ينقع 100 غم لفت في الحليب أو الماء (لتر ماء) ويشرب لامراض الصدر وللرشح.

- يضاف فص ثوم إلى الحليب المغلى ، ويؤخذ للسعال الديكي.

- يؤكل التفاح لتهدئة السعال و اخراج البلغم.

- تقطع فصوص الثوم، وتنقع في ملعقتين من العسل الاسود 3 ساعات ، ثم يصفى ويستعمل حين اللزوم للسعال .

- يشرب مغلى الشمر ، ملعقة صغيرة في كوب ماء ، حيث يغلى الماء أولا ثم يضاف الشمر ، وينقع ويشرب.

تنبيه : يجب زيارة الطبيب إذا لم يتحسن السعال خلال إسبوعين.

رجلة (البقلة الحمقاء)



علاجات الكيلاني البقلة الحمقاء

فرfox ، البقلة الحمقاء (لخروجها في الطرف بنفسها) ، الرجله ، البقلة المباركة - رجلة - برابرة - درفاس - ذنب الفرس (اليمن) - حمقة

الجزء المستعمل من الرجله: تستعمل الأجزاء الهوائية من الرجله.

ماذا يقول الطب الحديث عن الرجله؟

نعتبر الرجله ذات قيمة في علاج المشكلات البولية والهضمية فعصير اغصانها واوراقها علاج المثانة حيث ان عصيرها المدر للبول يخفف من علل المثانة مثل صعوبة التبول. كما ان الخصائص الهلامية للنبتة تجعلها دواء ملطفاً للمشكلات المعدية المعوية مثل الزحار والاسهال.

وفي الطب الصيني: تستعمل الرجله لمشكلات مماثلة ولالتهاب الزائدة الدودية وكذلك ترياق للدغات الأفاعي والعقارب والرتلاء. كما تستخدم كدهان لعلاج بعض المشاكل الجلدية. كما يساعد في خفض الحمى. وتقول الأبحاث الحديثة في الصين التي أجرت تجارب سريرية ان للرجلة تأثير فعال في علاج الديدان الشعبية. كما اثبتت دراسات اخرى بان الرجله تقاوم الزحار العصوي وعند حقن خلاصة العشبة فإنها تحرض التقلص الشديد للرحم وعند اخذ العصير بالفم فإن انقباضات الرحم تضعف ويجب ملاحظة عدم استخدام الرجله كعلاج اثناء الحمل. كما يجب عدم استخدامها بصفة مستمرة حيث انها تؤثر على الناحية الجنسية لدى الرجال.

لعسر البول: أكل الرجله يوميا يمنع من حرقه البول وعسره وينفع أيضا من الحصوات البولية.

للذبحة الصدرية: تعتبر الرجله من مضادات الأكسدة والتي تحمي الخلايا من الخراب وقد وجد انها تلعب دوراً هاماً في منع الأمراض القلبية ونبات الرجله معروف لدى عامة الناس وهو نبات عشبي حولي والجزء المستعمل منه جميع أجزاء النبات عدا الجذور. تحتوي الرجله مواد هلامية وأحماضاً نباتية وفيتامينات أ، ب، ج ، وكالسيوم ونورادرينالين ودوبامين.

للثآليل: تدلك الثآليل بأوراق الرجله 4-5مرات يوميا ويكرر ذلك يوميا حتى الشفاء بأذن الله.

للصداع: لقد اقترح مختصو الاغذية ان 600ملجم من المغنسيوم يومياً يفيد في ايقاف آلام الصداع أو الصداع النصفي، ووفقاً لما ذكره الدكتور جالوب في مقالته ان عدداً من الامريكيين بدأ يتعاطون الرجله على وجباتهم يومياً وكانوا يعانون من الشقيقة حيث وجد ان قلة المغنسيوم كان له دور في الشقيقة، وعليه يمكن لمرضى الشقيقة الاكثار من الرجله مع وجباتهم.

رشاد



الرشاد (في سورية) البقدونس الحاد

فوائده: الرشاد من أكثر النباتات غنى بمادة اليود وهذا ما يجعله سهل الهضم كما يحوي الحديد المنتج للكريات البيضاء والكبريت المغذي للجلد والشعر والكالسيوم عنصر النمو الأفضل كما يحوي على كميات كبيرة من فيتامين ((ج)).

والرشاد مرطب وملين ويحوي على عنصر من المضادات الحيوية المبيدة للجراثيم لكن عصارة الرشاد تحتوي على مواد مهيبة قد تحدث لبعض الأشخاص التهابات في المثانة. وهو مدر للبول واللحاح وطارد للرياح وشرابه ضد النزلات الصدرية وهو يسهل الهضم ويفتح الشهية ويمتص الروائح الكريهة من الجسم وينبه الأعصاب ويهيجها لأحتوائه على الزيت الحريف واليود والفوسفور لذا يؤخذ للتقوية الجنسية وإذا ضمد به مع العسل حلل ورم الطحال وإذا طبخ مع الحناء أخرج الفضول من الصدر . وإذا خلط بسويق الشعير والخل وضمد به نفع عرق النساء وإذا ضمد به مع الماء أنضج الدمامل ونفع من الاسترخاء في جميع الأعضاء وإذا شرب أو أحتقن به نفع من الربو وعسر النفس ونقى الرئة وأدر الحيض وجلا الصدر والرئة من البلغم وحلل الرياح وأسهل الطبيعة ونفع القولنج وصداغ البرد وإن لطخ به على البرص والبهق الأبيض مع الخل نفع منهما وكان يوصف لتسهيل إفراز البلغم وقوته مثل قوة بزر الخردل في كل شيء ولذلك تسخن به أوجاع الورك والرأس وغيرها وقد يوضع ويخلط بأدوية الربو..

وحديثا قيل عنه: أنه يحوي على الحديد , الفوسفور , المنغنيز , الزرنيخ , اليود , الكالسيوم , فيتامينات ((ج - أ ب - ب هـ -

والكاروتين والخلاصة المرة..

أما فوائده فهو : مشه - مقو - مرمم - ضد فقر الدم - ضد الحفر - مدر للبول - مخفض لضغط الدم - مقشع - مهدئ - مقيء - مكافح للسرطان - ضد النيكوتين - منشط لحيوية بصيلات الشعر.

ويستعمل من الداخل لأمراض : فقد الشهية , الوهن , الحفر , الكسل , اللمفاوي , فقر الدم , السل , الرشح , أمراض الصدر , أمراض الجلد , الحصى , الكبد , المرارة , الرمال , البول , الروماتيزم , السكري , السرطانات , الطفيليات المعوية , الاستسقاء..

ومن الخارج يستعمل : لـ : لتساقط الشعر عاهات جلدة الشعر والقروح الجلدية ..وينصح تناول الرشاد للمصابين بتوتر الأعوية الدموية وبالتعب والإعياء وللنساء الحوامل والرضع والصغار ومرضى السكر وأصحاب الحساسية في المجاري التنفسية والمصابين بالأكزيما وأمراض الجلد عامة وهو يفيد الشعر والجلد والأظافر ويمنع المصابين بعسر الهضم والحساسية في المعدة وضعف المجاري البولية...

للكسور: الرشاد " الثفا " : وهو من أنواع الحبوب صغيرة الحجم وأحمر اللون يميل إلى الإصفرار ويساعد على التئام الكسور بسرعة0

=علاجات السعال

الوصفة الاولى: ينسون , تيليو , ورق جوافه , عرق سوس , لبان كنذر , شمر , حصالبان , قراص.

الوصفة الثانية : زيل حصان 20 جرام , حبة البركة 25 جرام , ورق الزيزفون 20 جرام , قراص 20 جرام , أشنان داود 20 جرام , ينسون 25 جرام تطحن وتحلى بالعسل ثلاث مرات يوميا.

النعناع: يشرب كوب من مغلي النعناع 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء التام بأذن الله .

عسل النحل: بتناول ملعقة كبيرة من عسل النحل صباحا على الريق وأخرى مساء قبل النوم ويكرر ذلك حتى الشفاء.

اليانسون: يشرب كوب من مغلي اليانسون 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء التام بأذن الله.

الشمر: يشرب كوب من مغلي الشمر بعد تصفيته وتحليته بعسل النحل 3-4 مرات يوميا ويكرر حتى الشفاء.=

رمان



رمان

علاجات الكيلاني

الجزء المستعمل من النبات: الثمار (القشرة والبذور) وقشور الجذور ولب الثمر وكذلك الازهار.
الاستعمالات الداخلية:- لعلاج حالات الحمى الشديدة والاسهال المزمن والدستاريا الاميبية والصداع وضعف البصر يستخدم عصير الرمان بمعدل كوبين يومياً.
- لطررد الديدان المعوية وبالاخص الدودة الشريطية وعلاج البواسير يستخدم منقوع قشر جذور الرمان بمعدل ملعقة صغيرة مع مل ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث الى اربع مرات في اليوم.
- لمتاعب الانف ولتنشيط الاعصاب وحالات الارهاق يؤخذ قطرات من ماء الرمان وتمزج مع ملعقة عسل ثم توضع في الانف فتشفي بإذن الله متاعب الانف كما ان شرب عصير الرمان مع العسل يفيد الاعصاب والارهاق.
- عصير الرمان الممزوج مع قليل من الماء ومع قليل من العسل يعالج حالات الامساك والمواظبة على هذه الوصفة تنقي الدم وتقوّم عسر الهضم.

الاستعمالات الخارجية:

- لعلاج اللثة والتهابها وتقرحاتها يستخدم مغلي ازهار الرمان لغرغرة ومضمضة ثلاث مرات في اليوم.
- لعلاج رشح الانف وحالات البرد يقطر منقوع الرمان في الانف بمعدل ثلاث نقاط ثلاث مرات في اليوم.
- لزيادة تثبيت لون الشعر يضاف مغلي قشور الرمان الى الحنا بغرض تثبيت اللون وازدهار عملية التلوين.
- دخان خشب الرمان تطرد الهوام.
- يستعمل قشر ثمار الرمان في دباغة الجلود وفي تثبيت ألوان الصباغ.

هل هناك اضرار جانبية للرمان؟- لا يوجد اضرار جانبية للرمان اذا استخدم حسب الجرعات المعطاة ويجب عدم زيادة جرعة قشور الساق او الجذر لأن الجرعات العالية فيها سامة.

قشر الرمان : أن استخدام مسحوق قشر الثمرة إذا مزجت مع العسل النقي يعطي نتائج ايجابية ضد قرحة المعدة ويجب ملاحظة عدم استخدام مسحوق الثمار لوحده بل يجب مزجه مع العسل النقي وقد جربت هذه الوصفة على عدد كبير من المرضى وأعطت نتائج جيدة، تستخدم كميات متساوية من مسحوق ثمار الرمان الجافة أو مفروم ثمار الرمان الطازجة وعسل النحل النقي ويؤخذ من هذا المزيج ملعقة صغيرة على جرعات بمعدل ثلاث مرات في اليوم وتؤخذ قبل الوجبة الغذائية بحوالي ربع ساعة ملعقة كبيرة. ملاحظة هامة يجب عدم الاستمرار في تناول هذا العلاج بعد الشفاء كما يجب عدم زيادة الجرعات عن الجرعات المحددة وعدم استخدام المسحوق بدون عسل.

عصير الرمان : عصير الرمان يقي من وهذا يساعد أيضاً على الوقاية من النقرس ومنع تشكل الحصى الكلوية. لذا يستعمل بإضافته إلى المأكّل الغليظة فيساعده على هضمها وعلى تخليص الأمعاء منها. وتعتبر ثمرته من المواد المنعشة والمقوية للقلب والأعصاب حيث تفيد المصابين بالوهن العصبي، كما أن لها خواص هاضمة. وإذا قطر العصير في الأنف لوحده أو ممزوجاً مع العسل فإنه يكافح أورام الأغشية المخاطية لكونه مقبضاً للأوعية الدموية كما يعين بذلك على تنظيف مجاري التنفس ويفتحها عند المصابين بالزكام والرشح، كما يشفي عسر الهضم. و يصنع من العصير نوع من الدبس _ دبس رمان _ وهو خير الحموض المحفوظة التي تضاف إلى الطعام ويستعمل طبيباً لمعالجة أمراض الفم واللثة.

ولعلاج حموضة المعدة : قشر الرمان (يجمع قشر الرمان ويجفف ومن ثم يطحن ناعم ثم يمكنك تناوله بطريقتين تختار اي منهما :-

الطريقة الأولى :- غلي كوب من الماء في إبريق وإضافة ملعقة صغيرة من مسحوق قشر الرمان إليها ... ومن ثم يشرب كالحشاوي إلا أنه سيكون شديد المروره .

الطريقة الثانية هي :- إضافة ملعقة من مسحوق قشر الرمان الى علبه زيادي طازجه تخلط ومن ثم يتم تناولها ... هذا اذا ماتتحمل مروره الطريقه الاولى . وهذه الطريقه مجربه وتعتبر دواء ناجح لحموضة المعده والحرقان في الحالات العاديه وليست المزمنه او الحالات المتأخره والتي ينصح فيها باستشارة الطبيب والكشف الطبي السليم ...

مع ملاحظة الأخذ بعين الاعتبار البعد عن :-

1/ المأكولات الساخنه والبهارات الحاره .

2/ كثرة الأكل بحيث لايعطي للمعده الفرصه في الهضم .

3/ الانفعالات النفسيه والضغط العصبي .

أكدت دراسة علمية حديثة أن ثمار الرمان تعالج 11 مرضاً وتوفر احتياجات الجسم الأساسية من العناصر الغذائية. وقالت الدراسة أن بذور الرمان ذات الغلاف العصيري البلوري والتي تستخدم في سلطة الفواكه تقضي على البكتريا المسببة للإسهال، كما تقوي القلب والمعدة وتدر البول وتطهر الدم وتذيب حصوات الكلى وتلطف الحرارة المرتفعة بالجسم وتشفي عسر الهضم وتقلل آلام النقرس، كما أن مسحوق أزهارها يستخدم شراباً أيضاً ضد الإسهال.

وبينت بعض الدراسات السابقة أنه يمكن استخدام الرمان لمعالجة الزحار (الديزنتاريا) ومعالجة الوهن العصبي وبعض أنواع الأورام التي تصيب الأغشية المخاطية، خاصة إذا استخدم مع العسل. وقال إن تناول الرمان مع الأغذية الدسمة تساعد على هضمها بشكل جيد.

استعمالات و فوائد الرمان الطبية

- يستعمل لحاء الشجرة في الدباغة والصباغة .

- إن مادة Pelletierine Tannate يمكن استخلاصها من لحاء شجرة الرمان والجذور والجذع وهي ذات ميزات قاتلة للديدان الوحيدة .

- بذر الرمان يلطف الجلد وذو تأثير قابض ، ومبرد لبعض الحميات .

- في الهند يستعمل الرمان ضد الاسهالات خصوصاً بمزجه مع الأفيون .

- المضمضة بالرمان تعالج أمراض الحلقوم والتهابات اللوزتين .

- الرمان يخلص الجسم من اليوريك أسيد الذي يسبب النقرس ويدمر المفاصل ، فيرمي الأملاح عبر البول ، والرمان الحامض أقوى في تأثير إدرار البول من النوع الآخر (الرمان الحلو) .

- الرمان يمنع تسرع ضربات القلب والخفقان الذي ينتج عن أمراض عضلة القلب .

- الرمان يكافح أمراض المعدة والتهيج الذي يحصل فيها .

- ينشط وظائف الكبد ، يمنع اليرقان والتهابات الكبد الوبائي .

- الرمان الحلو يعالج السعال المزمن .

- الرمان يحسن الصوت والأوتار الصوتية .

- الرمان يعالج القروح والجروح .

- للرمان تأثير سلبي على رجولة الأدمي .

- يخلط قشر الرمان مع الحناء لدبغ الشعر باللون الاسود

للقرحة: قشور ثمار الرمان الطازج أو المجفف وعسل النحل النقي لقد وجد أن استخدام مسحوق قشر الثمرة إذا مزجت مع العسل

النقي يعطي نتائج ايجابية ضد قرحة المعدة ويجب ملاحظة عدم استخدام مسحوق الثمار لوحده بل يجب مزجه مع العسل النقي وقد جربت هذه الوصفة على عدد كبير من المرضى وأعطت نتائج جيدة، تستخدم كميات متساوية من مسحوق ثمار الرمان الجافة أو

مفروم ثمار الرمان الطازجة وعسل النحل النقي ويؤخذ من هذا المزيج ملعقة صغيرة على جرعات بمعدل ثلاث مرات في اليوم وتؤخذ قبل الوجبة الغذائية بحوالي ربع ساعة ملعقة كبيرة. ملاحظة هامة يجب عدم الاستمرار في تناول هذا العلاج بعد الشفاء كما يجب عدم

زيادة الجرعات عن الجرعات المحددة

للسهال: أكل الرمان عند الشعور بالغثيان أو الرغبة في التقيؤ يزيل هذا الشعور بأذن الله.

لليرقان: شراب الرمان الحامض مسكن للصفراء: يؤخذ من الرمان الحامض الرقيق القشر الأحمر اللون السالم من العفونة

فيعصرويصفى بعد تقشيريه بسكين خشب ويلقى منه لكل رطل سكر أربع أواق .

=الوصفة الثالثة: ورق اللبلاب 20جرام، شمر 50جرام، زعتر 50جرام، ريحان 50جرام يتم الطحن والشرب مع عسل النحل ثلاث مرات يوميا.

الوصفة الرابعة: تيليو 50جرام، زعتر 50جرام، بذر نعناع 20جرام، بذور السفرجل 30جرام، عرق سون 20جرام تغلى وتشرب ثلاث مرات يوميا.

الوصفة الخامسة: عسل نحل 0.25 ك، زيت زعتر 20جرام، زيت نعناع 20جرام، زيت إينسون 20جرام يضاف الي أي مشروب.=

رمث



قال الازهري في التهذيب

"والعرب تقول ما شجرة أعلم لجبل ولا اضيع لسابلة ولا أبدن ولا ارتع من الرمثة. قال أبو منصور: وذلك ان الابل إذا ملت الخلّة، اشتته الحمض فإن اصاب طيب المرعى مثل الرغل والرمث مشقت منها حاجتها ثم عادت إلى الخلّة، فحسن رتعها، واستمرت رعيها فإن فقدت الحمض، ساء رعيها وهزلت".

الاستعمالات الدوائية: يستخدم الرمث لعلاج الزكام والجروح، حيث يؤخذ رماد الرمث ويذر فوق الجروح فيبريها. كما يستخدم مسحوق النبات كسقوط لعلاج الزكام، كما يستخدم لعلاج الوهن والحمى ووجع عظام الجسم الناتج عن تغيير الجو أو نتيجة الانتقال من بيئة إلى أخرى ويتم ذلك بأخذ قدر من النبات عند غروب الشمس وغليه في الماء ثم إضافة حجر اسود ساخن جدا إلى هذا الماء المغلي واستنشاق بخار الماء المتصاعد. يلي ذلك أخذ الماء بعد تصفيته والاستحمام به، ويكرر ذلك سبعة أيام متتالية. كما يستخدم فحم النبات في معالجة الحروق والقروح المتقيحة.

كما يستخدم بخار ماء الرمث لعلاج الروماتزم والطريقة ان تؤخذ الاغصان الخضراء وتغلى في الماء وتعرض اجزاء الجسم المصابة لبخار هذا المغلي. وقد اجريت تجارب على نبات الرمث حيث جرب مغلي النبات لمرض السكر في حيوانات التجارب واعطى نتائج جيدة وهذا يعلل استخدام الرمث في الطب الشعبي لنفس الغرض من قبل مرضى السكر.

وهناك استعمالات أخرى منها ان العידان الخضراء من النبات تستخدم لعلاج ورم ضرع الناقة. كما ان من اسراره ان المسافرين في الصحراء إذا اصابهم المطر وبل الشجر فإنهم يستخدمون الرمث كوقود، إذ انه قابل للاشتعال مهما كان مبللا بالماء.

=الوصفة السادسة: قرفة50 جرام، راش50 جرام، كركاديه50 جرام، لبان دكر50 جرام، بذر بردقواش20 جرام

يشرب منه مشروب ثلاث مرات يوميا مع إضافة عسل النحل.

الوصفة السابعة: شمر20 جرام، ينسون30 جرام، زعفران30 جرام، جوز الطيب50 جرام، قرفة50 جرام يتم الطحن والشرب ثلاث مرات يوميا.

الوصفة الثامنة: حصالبان50 جرام، ينسون30 جرام، زعفران30 جرام، ورق البلاب20 جرام يشرب مغلي ثلاث مرات يوميا.

علاج للسعال الديكي وللأزمة الصدرية وضيق التنفس عند الأطفال حديثي الولادة

التركيبة: (زيت حبة سوداء 100 غم، زيت لفت 50 غم، زيت خردل 10 غم)

الطريقة: يعطى الطفل نقطة واحدة من التركيبة مع الحليب كل يوم مرة واحدة لعمر الشهر ويدهن الصدر بزيت الحبة السوداء قبل النوم مباشرة أما عمر الشهرين فيعطى نقطتين مرة في الصباح ومرة في المساء والمداومة على دهن صدره وكل شهر في زيادة العمر يزيد نقطة ويستمر في دهن الصدر لأنه ضروري جدا وهذا بإذن الله أسهل علاج مع ضرورة الاستمرار على العلاج والله هو الشافي. حين يصبح عمر الطفل 10 أشهر تصبح خمس نقط صباحا وخمس مساء إلى أن يصبح العمر 3 سنوات يأخذ ملعقة صغيرة من التركيبة مرة على الريق ومرة قبل النوم مع كأس من مغلي ورق الصنوبر أو ورق الجوافة في الصباح والمساء مع الاستمرار في دهن الصدر بالتركيبة التالية: (زيت الحبة السوداء 50 غم، فازلين 25 غم، ويخلط حتى يتجانس لأن الفازلين يساعد الزيت على اختراق الجلد وهذه الخلطة تعالج السعال وتعالج السعال عند الأطفال باستعماله في كل غيار وعند الكبار قبل النوم والله الشافي.=

ريحان



الريحان .. ينشط الشهية ويحسن الهضم ومضاد للتشنج خفيف المحمل طيب الرائحة يعرف أوروبياً بالعشبة الملكية ..الريحان أحد النباتات العطرية وله انواع عديدة، ولكل نوع عدة اسماء.

لقد قال عنه ابن سينا "ينفع من البواسير طلاءً بعد ان يذق طازجاً او يؤخذ دهنه ويصير مرهماً فإنه نافع للنفخ العارض للمعدة".

وقيل عنه في الطب القديم: ان شمه ينفع الصداع، وهو يجلب النوم وبذره حابس للإسهال الصفراوي، ومسكن للمغص، ومقو للقلب ونافع للأمراض السوداوية.

وقيل زهرته منشطة ومهضمة وهي احسن ما يوصى به لتمدد المعدة وارتخائها، ويؤخذ نقيعها. واخذ نقيع الاوراق والازهار با رداً يمنع القيئ وساخنأ يمنع المغص.

أما في الطب الحديث: فيعتبر من المنبهات الهاضمة ومضاد للتشنج وقد قامت شركات كبيرة في الولايات المتحدة بزراعة واستثمار انواع الرياحين حيث يستخلص زيتة العطري بشكل تجاري ويصدر الى معظم بلدان العالم، كما تستخدم اوراقه طازجة او منقوعة او مغلية لعلاج كثير من الامراض. ويوجد منه مستحضرات كثيرة تستخدم على نطاق واسع لتطبل البطن والشبع ولتنشيط الشهية ولتحسين عملية الهضم وكمد.

وفي الطب الصيني يستخدم الريحان على نطاق واسع حيث يستخدم لمشاكل الكلى وتقرحات اللثة.

وفي الطب الهندي يستخدم الريحان لعلاج آلام الأذن والمفاصل والامراض الجلدية والملاريا. اما زيت الريحان النقي المفصول من النبات فيستخدم في النطاق الشعبي لعلاج الجروح وآلام الروماتزم والبرد واحتقان المفاصل وآلامها والإجهاد. كما يستخدم منقوع ورق الريحان لمنع تساقط الشعر.

ولأن الريحان او زيت الريحان يحتوي على نسبة من مركب الاستراجول فإنه ينصح بعدم استخدامه من قبل النساء الحوامل كما ينصح بعدم استخدامه من قبل الاطفال تحت سن الثانية.

يستعمل الريحان مع الغذاء كتابل جيد حيث تضاف اوراقه الى السلطات ويدخل كثيراً في عمل الحساء والسجك وتدخل اوراقه الاطعمة المطبوخة ويستعمل زيتة الطيار في العطورات والمشروبات.

يستخدم الريحان في بعض مناطق المملكة للزينة حيث تستعمله النساء والرجال على حد سواء وكذلك الاطفال الصغار ويهتمون في منطقة عسير بزراعته وله سوق كبير ويستعمل عادة في المناسبات مثل الزواجات والأعياد والأفراح.

ويستخدم لاعطاء الملابس والأثاث رائحة عطرية فواحة حيث يوضع داخل الملابس وبين ثنايا الفراش.

وكانت النساء في قديم الزمان وحتى الوقت الحاضر يضعن في رؤوسهم أغصانا جميلة من الريحان كما يضعن في حلوقهن بعض أغصان الريحان الملونة الجذابة بشكلها وبرائحتها.

للحكة والسعال: شراب منقوع الريحان : يفيد في طرد البلغم وتوسيع الشعب الهوائية تنقع قطع الاوراق والاغصان الزهرية المجففة في الماء بمعدل ملعقتين لكل كوب من الماء ، ويترك المنقوع فترة كافية ثم يصفى ويشرب ، ويمكن تحليلته بالعسل

والجرعة : ملعقتان على فترات طوال اليوم.

زبيب



الزبيب : يحتفظ الزبيب بأكثر خواص العنب الطازج، خاصة الفيتامينات والمعادن، ويمد الجسم بفوائد تزيد مقاومته، ومناعته ضد كثير من الأمراض وبه مقدار عال من البوتاسيوم، والكالسيوم، وسكر العنب، ويعتبر منشطاً لوظائف الكبد.
ماقال عنه ابن سينا في القانون : الزبيب صديق القلب والمعدة. وينفع الكلى والمثانة .
الزبيب في الطب الحديث:

يفيد الزبيب في النزلات واحتراق الصدر والمعدة والأمعاء، ويدخل في أكثر المشروبات والمغليات الصدرية المملطة ويضم للصمغ والأزهار المضاد للسعال والسكر والعسل، ولذا كان أحد الثمار الصدرية الأربعة : الزبيب، التين، والبلح والعنب، ويطبخ بالماء ويحلى بالسكر ويستعمل لتلطيف السعال وتنظيف الطرق التنفسية في حالة الالتهاب وتقطر البول، ويعتبر هذا المشروب من المرخيات الخفيفة للصلابات البدنية . يحتفظ العنب المجفف (الزبيب) بأكثر خواص العنب الطازج بل ويمد الجسم بسرعات حرارية أكثر.. فتناول 100 غم من الزبيب يعطي للجسم 268 (كيلو سعر حراري)، بينما تعطي نفس الكمية من العنب 68 (كيلو سعر حراري) فقط.
ونسبة العناصر الغذائية الموجودة في الزبيب: 24 غم ماء، 2.2 غم بروتين، 0.5 غم دهون، 71.20 غم كربوهيدرات، 0.15 ملغ فيتامين B1، 0.08 ملغ B2، 78 ملغ كالسيوم، 139 ملغ فوسفور 3.3 ملغ حديد.

وفي الطب النبوي لابن قيم الجوزية: أجود الزبيب ما كبر حجمه ورق قشره ونزع عجمه. وإذا أكل وافق الرئة ونفع من السعال ووجع الكلى والمثانة ويقوي المعدة ويلين البطن. وهو بالجملة يقوي المعدة والكبد والطحال نافع من وجع الحلق والصدر والرئة وفيه نفع للحفظ وتقوية الذاكرة. يقال قديماً أن الزبيب الأسود صديق الكبد والمعدة وهو ينفع الكلى والمثانة وهو ينفع من وجع الحلق والصدر والرئة والكلى والمثانة وهو يغذي غذاء صالحاً وهو يقوي الذاكرة. والزبيب لا يسبب أضراراً للجسم ويمكنك تناوله متى شئت. العنب الأحمر له دور فعال وكبير في الوقاية من أمراض القلب لاحتوائه على مضادات الأكسدة التي تساعد على منع حدوث الأزمات القلبية كما يحتوي العنب الأحمر سواء الطازج أو المجفف (الزبيب) على أحماض وألياف تعمل على مكافحة أمراض القولون كما يحتوي في تركيبه على مواد تخلص الدم من السموم ولذا فإن من الفاكهة المفيدة في تنقية الدم والكبد.
للنسيان : وطريقته أن يأكل كل يوم في الصباح إحدى وعشرين زبيباً نظيفة .

=علاج للسعال الذي يرافقه نزيف الدم

التركيبة والطريقة : يحضر المريض كراويا وخل تفاح أصلي نسبة 1 كراويا و3 خل تفاح تنقع الكراويا في الخل 24 ساعة ثم تصفى. يأخذ المريض كل يوم 3 مرات على الريق واحدة وعند الظهر واحدة وقبل النوم مباشرة واحدة ملعقة صغيرة مع قليل من الماء ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بإذن الله.

علاج التهاب اللوز والسعال

التركيبة والطريقة: حبة ليمون توضع في وعاء ويوضع عليها كأس ماء كبير وتغلى حتى تنضج القشرة ثم تعصر وتحلى وتشرب 3 مرات يومياً وحسب الحاجة .

علاج آخر للسعال وطرح البلغم

التركيبة والطريقة : مبشور الفجل يرش عليه سكر ويوضع في الثلاجة فيبزل ماء هذا الماء يؤخذ منه ملعقة كبيرة في الصباح والمساء =

زعر



طريقة تناوله : تغلى عروقه المزهرة و أوراقه مع الماء و تشرب (كالشاي) ، و ذلك بتناول مغلي العشبة بنسبة نصف ملعقة لكل كاس من الماء الساخن بدرجة الغليان مع ملعقة عسل ، و يتناول المريض كاس واحد الى ثلاثة كاسات في اليوم الواحد لعدة أيام .. وطبيخه مع التين يفيد الربو وعسر النفس والسعال، وإذا أخذ مع الخل ازداد مفعوله في طرد الرياح، وإدرار البول والحيض، وتنقية المعدة والكبد والصدر، وتحسين اللون.

أكدت الأبحاث العلمية فوائد الزعر لعلاج :

الجهاز التنفسي : أهمية نبات الزعر وفوائده الطبية في شفاء كثير من الامراض لاسيما مايتعلق بالجهاز التنفسي مثل السعال الديكي والالتهابات الشعبية والربو وفي هذه الحالة يعمل الزعر على تلين المخاط الشعبي مما يسهل طرده للخارج كما يهدئ الشعب الهوائية ويلطفها.

وإن مغلي الزعر الممزوج بالعسل يعطي نتائج ممتازة في حالة التهابات الشعب التنفسية .

تقوية الجهاز المناعي :

وأن احتواء نبات الزعر على مواد شديدة تعمل على تقوية الجهاز المناعي لدى الانسان يساعد على استخدامه باضافة بعض المكونات الاخرى مثل غذاء الملكات وحب البركة والزنجبيل وكذلك اذا استخدم مع الثوم وحب البركة والعسل... ويحتوى على بعض المواد شديدة الفاعلية من شأنها علاج بعض الامراض حيث يحتوى على مواد لها خاصية مسكنة للألم ومطهرة ومنشطة للدورة الدموية وينشط الزعر عامة كل الوظائف المضادة للتسمم، ويسهل إفراز العرق، ويدر البول. و الزعر يحتوى على مواد راتنجية مقوية للعضلات وتمنع تصلب الشرايين ويعمل على توسيع الشرايين وتقوية عضلات القلب ويعالج التهابات المسالك البولية والمثانة ويشفي من مرض المغص الكلوي ويخفض الكوليسترول.

فاتح للشهية : الزعر يعمل على تنبيه المعدة وطرده الغازات ويمنع التخمرات ويساعد على الهضم وامتصاص المواد الغذائية وطرده الفطريات من المعدة والأمعاء الى جانب أنه يزيد الشهية لتناول الطعام فهو يحتوى على مادة الثيمول التي تعمل على قتل الميكروبات وتطرد الطفيليات من المعدة اضافة الى مادة الكارفكرول وهي مسكنة ومطهرة وطاردة للبلغم ومضادة للنزيف والاسهال ، اصف الى أن الزعر ملطف للأغذية وإذا وضع مع الخل لطف اللحوم وأكسبها طعما لذيذا، وهو طارد للديدان فقد أثبتت التجارب العلمية ان زيت الزعر يقتل الاميبا المسببة للدوسنتاريا في فترة قصيرة ويبيد جراثيم القولون.

وهو يزيد في وزن الجسم لأنه يساعد على الهضم وامتصاص المواد الدهنية. ونحب أن نضيف أن الزعر قد يسبب الإمساك (القبض) أحيانا فيفضل أخذه مع زيت الزيتون .

مضاد للأكسدة : الزعر يحتوى أيضا على مواد مضادة للاكسدة مما يمكن الاستفادة منه باضافة زيت الزعر الى المواد الغذائية المعلبة مثل (علب السمّن) ليمنع الأكسدة بدلا من اضافة مواد صناعية قد تضر بصحة الانسان.

منبه للذاكرة : ويؤكد السلف السابق على أهمية تناول الزعر كسندويش مع زيت الزيتون صباحا وقبل الذهاب الى المدرسة للاعتقاد بان الزعر منبه للذاكرة ويساعد الطالب على سرعة استرجاع المعلومات المختزنة وسهولة الاستيعاب.

لعلاج اللثة ووجع الأسنان : ويعتبر الزعر منشطا ممتازا لجد الرأس ويمنع تساقط الشعر ويكثفه وينشطه، ومضغه ينفع في وجع الأسنان والتهابات اللثة خاصة إذا طبخ مع القرنفل في الماء، ثم ينصح بالتضمض به بعد أن يبرد. كما انه يقي الأسنان من التسوس وخاصة اذا مضغ وهو اخضر غض.

استعمالات و فوائد الزعر الطبية

1. معقم و قاتل للجراثيم و البكتيريا ، و الالتهابات الفطرية .

2. مزيل للمغص ، و تشنج الامعاء ، و النفخة ، طارد للريح ، مكرع ، مجشئ ، مقوي للجسم .

3. يمنع التخمرات في المعدة .

4. يساعد الجسم على بدء التعرق في حالات الحرارة و الامراض .

5. يزيل السعال و البلغم ، مقشع ، و يعالج الربو و السعال الديكي ، ويزيل ضيق النفس .

6. يمزج الزعتر بالمرهم و يستعمل لمعالجة الثآليل .

7. يعالج الاوجاع و الآلام ، خصوصاً آلام الفقرات (الديسك) ، و عرق النسا ، و آلام الروماتيزم .

8. يستعمل في صناعة العطور و مركبات التجميل و الصابون ، كما يستعمل لتحنيط الموتى ، مزيل للتعرق .

9. مخدر موضعي ، يستعمل في حفظ اللحوم .

10. يستعمل في حالات الصدفية ، الاكزيما ، معالجة الحروق الجلدية ، يطرد البعوض عن الجلد .

11. يقتل و يطرد الديدان .

12. يستعمل في معالجة مرضى السكرى .

13. يعالج انواع الرشح .

14. يساعد على ترقيق خلايا الدم ، لكي تغادر او تدخل عبر جدران الاوعية الشعرية .

15. يعالج العجز الجنسي و ينشط الطاقة التناسلية .

16. ينشط النظر و يمنع نشاف و شيخوخة عدسة العين ، وإصابته بالمياه الزرقاء .

17. يعالج الفالج و الرعاش ، ينشط الدورة الدموية بالدماغ .

18. يعالج بعض الامراض النفسية مثل الهستيريا .

19. يعالج الصداع و آلام الدورة الشهرية عند السيدات .

للمغص وعسر الهضم: لقد اعتاد الرومانيون الأغنياء شرب شاي الزعتر بعد الوجبات الدسمة حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق الزعتر وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة خمس دقائق ثم يصفى ويشرب بعد الوجبات ويمكن اضافة ملء ملعقة عسل نحل للتخفيف.

للمغص المعوي: يشرب كوب من مغلي الزعتر 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء بأذن الله . ويحضر مغلي الزعتر كما يحضر مغلي النعناع.

للقصور الكلوي:

- يشرب كوبا من مغلي الزعتر اليابس 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء التام.

- ويحضر كمغلي اليانسون السابق.

للسيلان الأبيض: وطريقة استعمال الزعتر البري هو أخذ ملء ملعقة كبيرة من الزعتر البري ووضعه في كوب ثم يضاف له الماء

المغلي حتى يمتلئ الكوب ثم يحرك جيداً ويترك لينقع لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب الماء فقط وذلك بمعدل مرتين إلى ثلاث مرات في اليوم بعد وجبات الطعام ويفضل أن تكون الأخيرة عند النوم.

كما يمكن عمل مقعده ساخنة ودش مهلي من الزعتر وذلك بغلي مقدار 50 جراما من الزعتر الطازج في حوالي 5 لترات من الماء لمدة خمس عشرة دقيقة ثم يصفى هذا المغلي ويوضع في مقعدة ساخنة بها ثم تجلس فيها المرأة لمدة نصف ساعة قبل العشاء يوميا ولمدة شهرين على الأقل حتى ولو تم الشفاء ويمكن للنساء المتزوجات عمل الدش المهلي بمعدل ثلاث مرات في اليوم مع ضرورة الغسل اليدي المستمر داخل وخارج المهبل حتى يمكن الحصول على نتيجة جيدة ويجب عدم استخدام الدش المهلي من قبل الفتيات اللاتي لم يتزوجن، ملاحظة يباع الدش المهلي في الصيدليات.

لتشنج وتورم حلمات الثدي: يستعمل مغلي الزعتر بعد تصفيته ككمادات أو غسول لحلمة الثدي الملتهبة أو المتشققة ويكرر ذلك 3-4 مرات يوميا حتى الشفاء.

لاحتباس الحيض: يشرب مغلي الزعتر 3-4 مرات يوميا .

لمشاكل الصدر: يستخدم الزعتر على نطاق واسع كغذاء وكعلاج واهم استعمالاته ضد السعال والربو ومهضم وطارد للرياح والغازات يستخدم على هيئة مغلي بواقع ملء ملعقة صغيرة من النبات على ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يشرب بواقع كوب بعد كل وجبة غذائية.

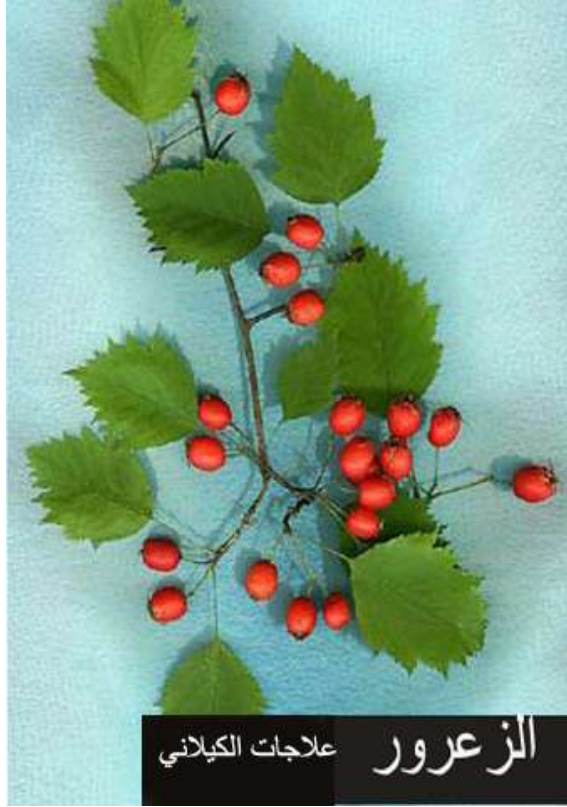
النزلة الشعبية: يستعمل الزعتر لعلاج النزلات الشعبية ويعمل بأخذ ملعقة صغيرة من الزعتر ويوضع في ملء كوب ماء سبق غليه ويترك لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل فنجان إلى فنجانين في اليوم ويمكن تحليته بالعسل أو السكر.

للصداع: ان شرب مستحضر مكون من ملء ملعقة شاي من مسحوق الزعتر على ملء كوب ماء سبق غليه مرة أو مرتين في اليوم يساعد على ايقاف توتر العضلات في الرقبة والكتفين ومؤخرة الرأس والتي يسببها الصداع التوترى.

للصداع التحسسي: حيث يؤخذ ملء ملعقة شاي من مسحوق النبات ويضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب وذلك بمعدل ثلاث مرات في اليوم.

للقصر: يستخدم حمام الزعتر نصف ساعة يوميا حتى الشفاء .

زعرور



الزعرور عشبة طبية مشهورة ذات قيمة عظيمة في علاج أمراض القلب ولذلك سميت عشبة القلب. كانت تعرف في القرون الوسطى ولاسيما عند اكرديمايثون والأغريق كرمز للأمل والسعادة والزواج والخصوبة وكانت الوصيفات الإغريقيات يحملن باقات معطرة من الزعرور، كما كانت زوجات المستقبل (العرائس) ينقلن أغصانه. كان الرومان يضعون أوراق الزعرور في مهد الرضيع. والزرور يستخدم في الوقت الحاضر لعلاج اضطرابات القلب ودوران الدم وبالأخص الذبحة الصدرية. يعتبر العشابون الغربيون نبات الزعرور غذاء للقلب، تزيد تدفق الدم إلى عضلاته وتعيد الخفقان السوي إلى القلب. وقد اثبتت الأبحاث الحديثة هذا الاستخدام.

الجزء المستخدم من النبات الأوراق والأزهار والثمار الحمراء.

ماذا قالت الأبحاث الحديثة عن الزعرور؟

يقول فارد تيلر أستاذ العقاقير الأمريكي إن نبات الزعرور ذو قيمة عظيمة في علاج القلب حيث ينشط القلب دون أضرار جانبية. كان الرواد الأمريكيون يستخدمون نبات الزعرور في معالجة المشاكل القلبية، ووصفه الأطباء في القرن التاسع عشر لعلاج آلام الصدر الخطيرة المعروفة باسم الذبحة الصدرية وكذلك لعلاج قصور القلب الاحتقاني، وهو حالة مرضية جدية تترافق مع تراكبات من السوائل ولهات بعد القيام بنشاط جسماني خفيف..

أما العالم دافيد هوفمان: فقد كتب في بحثه بعنوان (Holistic Herbal) إن الزعرور أحد أفضل منشطات القلب ويمكن استخدامه بأمان تام ولفترة طويلة في علاج الضعف أو قصور القلب والخفقان والذبحة الصدرية وارتفاع الضغط الشرياني. وفي دراسة أجريت على 120 شخصاً مصابين بقصور القلب الاحتقاني حيث أعطوا صبغة الزعرور وآخرون أعطوا علاجاً آخر بدلاً للزرور وكانت النتيجة أن المرضى الذين تعاطوا صبغة الزعرور سجلوا نتائج جيدة وواضحة بوظيفة القلب وبدأ المرضى في تحسن كبير من ناحية اللهاث وضيق النفس. وفي ألمانيا يعتبر الزعرور من الأدوية العشبية المسجلة في الدستور الألماني ويوجد حوالي 30 علاجاً يدخل فيها الزعرور لعلاج القلب. وحسب رأي **الدكتور رودولف فيرينز ويس** عالم الأعشاب الألماني فإن هذا العشب قد أصبح أحد أدوية القلب الأكثر شعبية في ألمانيا.

يصف الأطباء الألمان هذا الدواء لتثبيت إيقاع القلب وتخفيف حدوث الذبحة الصدرية. ويقول الدكتور ويس أن التأثير العلاجي للزرور ليس لحظياً بمعنى أن لا يشفي حال استخدام هذا النبات ولكن الشفاء يحتاج إلى وقت طويل من استعمال هذا العشب. وتعود فائدة نبات الزعرور إلى الفلافونيدات الرئيسية فيه فهذه المكونات ترخي الشرايين وتوسعها، لاسيما الشرايين التاجية. وذلك يزيد تدفق الدم إلى عضلات القلب ويخفض من أعراض الذبحة الصدرية. والفلافونيدات الحيوية مضادة قوية للأكسدة مما يساعد على عدم تكسر الأوعية الدموية أو تخفيضه إن الزعرور ليس علاجاً قيمياً لفرط ضغط الدم فحسب بل يرفع أيضاً ضغط الدم المنخفض حيث وجد العشابون الذين يستخدمون نبات الزعرور أنه يعيد ضغط الدم إلى حالته السوية. كما وجد أن الزعرور يقوي الذاكرة ولاسيما إذا أخذ مخلوطاً مع نبات الجنكة حيث يعملان على تحسين دوران الدم ضمن الرأس ومن ثم يزيد كمية الأكسجين في الدم.

هل يوجد مستحضرات من نبات الزعرور؟ نعم يوجد عدة مستحضرات على هيئة أقراص وكسبولات ولها جرعات محددة ومستحضرات الزعرور ويباع في الصيدليات وفي محلات الأغذية الصحية التكميلية.

هل للزعرور أضرار جانبية؟

يعتبر الزعرور من آمن الأدوية والتي لم تظهر له أي اعراض جانبية ولكن على مرضى القلب عدم استخدام أي مستحضر من مستحضرات الزعرور إلا بالتنسيق مع الطبيب المختص لأن الاستعمال العشوائي لنبات الزعرور قد يؤدي إلى مشاكل متفاقمة وخاصة مع الأشخاص الذين يستعملون أدوية مشيدة لعلاج القلب. كما تنصح الأمهات الحوامل وكذلك الأطفال الصغار بعدم استخدام مستحضرات نبات الزعرور.

يقوم على تخفيض ضغط الدم كما يستخدم كمدر للبول وضد حصى المثانة. تستخدم عجينة مكونة من مسحوق الزعرور مع الماء دهاناً على قرح اللثة فتلثها. كما يؤخذ من مسحوق النبات ملعقة صغيرة وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي وتترك لتقع لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب. بمعدل مرتين في اليوم لعلاج تقرحات الفم.

مستخلص الزعرور البري يوسع الأوعية الدموية ويقي القلب

مستحلب الزعرور: يستعمل مستحلب أو صبغة ازهار الزعرور الشائك أو أثماره علاجاً لأمراض القلب المتوسطة الشدة ، وما يرافقها من اعراض مرضية كالدبحة الصدرية وتصلب الشرايين ، وتزايد ضغط الدم و الدوار (الدوار) و طنين الاذنين و الارق ، وكذلك للاعراض المشابهة لها في سن اليأس .

تجهيز مستحلب الزعرور : توضع ملعقة صغيرة من أزهار الزعرور في قرح من الماء الساخن لدرجة الغليان ، ويؤخذ هذا المستحلب مرتين أو ثلاث مرات في اليوم لمدة عشرين يوماً في الشهر بعد الأكل . مغلي الاطراف المزهرة مفيد لاضطرابات الدورة الدموية . صبغة الاطراف المزهرة أو العنبات هي أكثر مستحضرات النبات استخداماً ، ويحضر النقيع من الأزهار أو الأوراق ، وهو يساعد في إرجاع ضغط الدم إلى مستواه السوي .

المكونات الرئيسية للزعرور : فلافونيات حيوية (روتين ، كويرسيتين) ثلاثيات التربينويد ، غليكوزيدات مولدة للسيانوجين ، أمينات (ثلاثي امين في الازهار فقط) ، كومارينات ، حموض التنيك .

الافعال الرئيسية لـ الزعرور: مقو للقلب ، يوسع الاوعية الدموية ، مرخ ، مزيل للسموم .

- **الفلافونيات الحيوية :** خضع الزعرور لأبحاث كثيرة إلى حد ما ، وتعود فائدته الطبية الرئيسية إلى محتواه من الفلافونيات الحيوية ، فهذه المكونات ترخي الشرايين التاجية ، وذلك يزيد من تدفق الدم إلى عضلات القلب ويخفض القلب اعراض الدبحة ، و الفلافونيات الحيوية مضادة قوية للتأكسد ، مما يساعد في تجنب تنكس الاوعية الدموية .

- **عشبة قلبية :** أثبتت عدة تجارب قيمة الزعرور في معالجة قصور القلب المزمن ، وبالأخص التجربة التي اجريت سنة 1994 في ألمانيا والتي بيّنت أن الزعرور يحسن سرعة دقات القلب ويخفض ضغط الدم .

- **تاريخياً :** استخدم الزعرور تقليدياً في أوروبا من اجل الكلى وحصى المثانة وكمدر للبول ، ويرجع استخدامه الحالي للمشكلات الدورانية والقلبية إلى طبيب إيرلندي بدأ استخدامه بنجاح على مرضاه من أجل مثل هذه الحالات في نهاية القرن التاسع عشر .

للقلب : يستخدم الزعرور اليوم لعلاج الدبحة و مرض الشريان التاجي ، كما أنه مفيد لقصور القلب الاحتقاني المعتدل و ضربات القلب غير المنتظمة ، وهو يعمل بشكل ناجح ، لكنه يتطلب عدة أشهر ليعطي نتائج ملحوظة ، وعلى غرار أعشاب أخرى يعمل الزعرور بالتناغم مع العمليات الفيزيولوجية للجسم ومن ثم يستغرق حدوث التغير بعض الوقت.

لضغط الدم : الزعرور علاج قيم لفرط ضغط الدم ، وأيضاً يرفع ضغط الدم المنخفض ، فقد وجد العشابون الذين يستخدمون الزعرور أنه يعيد ضغط الدم إلى حالته السوية.

للذاكرة الضعيفة : يؤخذ الزعرور ممزوجاً مع الجنكة لتقوية الذاكرة الضعيفة ، وهو يعمل بتحسين دوران الدم ضمن الرأس ، ومن ثم يزيد كمية الاكسجين في الدم .

للاسهال: يغلى 20 غم من ثمار الزعرور الجافة في نصف لتر ماء ويحلى ويشرب بمقدار كوب 3-4 مرات يومياً وحتى الشفاء.

للذبحة الصدرية: اثبتت دراسة ان للزعرور تأثيراً قوياً لبعض مشاكل امراض القلب، وقد تم استعمال 240 إلى 480مليجراماً من خلاصة ثمار الزعرور المقننة كجرعة يومية، ويوجد مستحضرات مقننة منه في الصيدليات إلا أنه يجب عدم استخدامه بدون استشارة طبيبك الخاص.

=علاج للسعال

التركيبة والطريقة: يحضر المريض الفازلين ويدهن صدره قبل النوم بالفازلين والأفضل أن يضيف للفازلين زيت الحبة السوداء أو زيت سيرج أي زيت السمسم بمقدار واحد فازلين إلى ثلاث من الزيت المختار ويستمر حتى يحصل الشفاء بأذن الله ويأخذ ملعقة صغيرة من زيت الحبة السوداء أو زيت السمسم أو زيت الزيتون الدافئ.

علاج للسعال للصغار والكبار

التركيبة والطريقة: يجمع زهر الحمضيات بقدر نصف كأس كبير وينقع في كأسين ماء كبير لمدة ربع ساعة ثم يغلى على النار حتى يصبح الماء أصفر يصفى ويحلى بالعسل يأخذ المريض نصف كأس صغير على الريق ونصف كأس قبل النوم ويستمر في العلاج حتى الشفاء بأذن الله.=

زعفران



الاجزاء المستعملة في الزعفران ورقة الورد (الشعر).
الخصائص الطبية:

- زيت الزعفران مضاد للألم والتقلصات، ومزيل لآلام الطمث وآلام غشاء اللثة.
- مسكن ومقو للجهاز العصبي المركزي، كما أنه مفيد لحالات الضعف الجنسي.
- يستعمل الزعفران كتوابل في تجهيز الأطعمة والمأكولات.

الزعفران يتمتع بخصائص وقائية مقاومة للسرطان في أحدث دراسة نشرت أثبت باحثون في المكسيك أن بالإمكان استخدام الزعفران، وهو نوع من النباتات التي تضاف إلى الطعام كاحد التوابل والبهارات لإضفاء النكهة، كعامل واق من السرطان أو في البرنامج العلاجي المخصص لهذا المرض

فائدة الزعفران : الطب الحديث لا يعترف بأن الزعفران منشط جنسيا وأن ما كان يعتقد قديما هو غير صحيح يعتبر الزعفران مضاد للتشنج يدخل السرور على قلب من يشربه، منبه للمعدة، شديد المفعول للأمعاء والأعصاب ، منشط مدر للطمث ، و الزعفران يدخل في بعض الأدوية المستخدمة لتنشيط القلب وبعض أنواع الكحل المساعد في إزالة الغشاوة من العين. استخدم الزعفران منذ القدم في علاج كثير من الأمراض مثل النزلات المعوية ، وكمهأد لاضطرابات المعدة ولعلاج السعال الديكي ونزلات البرد والتخفيف من غازات المعدة وكذلك في العلاجات الدينية ككتابة الأوردة والآيات القرآنية بمداد من الزعفران وماء الورد جلبا للنفع والشفاء بإذن الله ويدخل الزعفران في صناعة الأدوية الحديثة كتلك المستعملة لطرد الديدان المعوية والأدوية المهدئة للحالات العصبية والنفسية والأدوية المستعملة لتنشيط الإفراز البولي وكثير من الأدوية الأخرى.. أثبتت التحاليل الكيميائية أن الزعفران يحتوي على مادة تسمى (لروسين) طعمها حلو وهذه المادة مقوية للأعصاب ومنشطة ومنبهة وتساعد على إدرار الطمث عند المرأة. غلي جرام واحد من الزعفران في لتر من الماء والشرب منه بعد تبريده يعتبر شربا للبرد ومنبه للأعصاب.

يقول ابن سينا : زعفران : الماهية : معروف مشهور.

الاختيار : جيده الطري السن؛ اللون الذكي الرائحة ؛على شعره قليل بياض غير كثير ممتلىء
الطبع : حار يابس أما حرارته في الثانية وأما يبوسته ففي الأولى.

الأفعال والخواص : قابض محلل منضج لما فيه من قبض مغر وحرارته معتدلة مفتح
قال جالينوس : وحرارته أقوى من قبضه ودهنه مسخن.

قال الخوزي : إنه لا يغير خطأ البتة بل يحفظها على الببوسة ويصلح العفونة ويقوي الأحشاء. الزينة: يحسن اللون شربه.
الأورام والبثور : محلل للأورام ويطلق به الحمرة.

أعضاء الرأس : مصدع يضر الرأس ويشرب بالمبيخنتج للخمار وهو منوم مظلم للحواس إذا سقي في الشراب أسكر حتى يرغب وينفع من الورم الحار في الأذن.

أعضاء العين : يجلو البصر ويمنع النوازل إليه وينفع من الغشاوة ويكتحل به للزرقة المكتسبة من الأمراض.

أعضاء الصدر : مقو للقلب مفرح يشمه المبرسم وصاحب الشوصة للتنويم وخصوصاً دهنه ويسهل النفس ويقوي آلات النفس .
أعضاء الغذاء : هو مغث يسقط الشهوة بمضادته الحموضة التي في المعدة وبها الشهوة ولكنه يقوي المعدة والكبد لما فيه من الحرارة والديغ والقبض وقال قوم: إن الزعفران جيد للطحال.

أعضاء النفص : يهيج الباه ويدر البول وينفع من صلابة الرحم وانضمامه والقروح لخبثته فيه إذا استعمل بموم أو مخ مع ضعفه زيتاً وزعم بعضهم أنه سقاه في الطلق المتناول فولدت في الساعة. (هكذا العبارات موجوده بالمصدر) .

السموم: قيل أن ثلاثة مثاقيل منه تقتل بالتفريح.

الأبدال: بدله مثل وزنه قسط وربع وزنه قشور السليخة.

استعمالات و فوائد الزعفران الطبية

1. مكرع ومجشئ ، طارد للأرياح ، وبنفس الوقت فإنه يوقف شهية الطعام ، يستعمل للحمية وتخفيض الوزن .

2. معرق ويساعد على تخفيض الحرارة .

3. يساعد على بدء الطمث .

4. منشط للطاقة الجنسية .

5. مفيد في معالجة السعال والتهابات القصبة الهوائية .

6. مفيد في معالجة البشرة الجافة ، يمكن مزج الزعفران مع الزنجبيل لتحسين الاداء والنتائج ، وإعطاء البشرة الطراوة اللازمة .

7. يعطي الزعفران طاقة ، فهو يزيد في الطاقة الجسدية ويقوي الحواس من سمع وإبصار وشم ولمس وغيرها .

8. ينشط الزعفران القلب ويمنع تسرع القلب والخفقان . يستعمل في معالجة هذه الامراض Tachyarrythmias .

9. مفرح قوي يعطي انسجاماً نفسياً ، يمنع اعتلال المزاج والكآبة والاعتلال ، والامراض النفسية والوساوس والمخاوف . منوم ومهدئ .

10. يخفض كهرباء الدماغ خصوصاً في حالات الصرع .

الآثار الجانبية للزعفران

• في جرعات اكثر من خمس غرامات (العلب البلاستيكية التي تباع تحتوي (0.7 غرام) يؤدي الى استدعاء الطبيب .

• احمرار الوجه .

• زيادة كبيرة في الطمث .

• سقوط الاجنة .

• رعاف .

• هبوط في النبض .

• دوخة .

=علاج السعال التحسسي

التركيبة والطريقة: ملعقتا طعام عسل , ملعقتان زيت الزيتون , ملعقتان عصير الليمون يخلط الجميع حتى يتجانس يؤخذ منه على الريق ملعقتان قبل الفطور بساعة ونصف وقبل الغداء بساعة وقبل العشاء بساعة والباقي قبل النوم وإذا لزم الأمر يعيد حسب الحاجة.

علاج للسعال

التركيبة: 150 غم سيرج (زيت السمسم) , 10 غم حصى البان الذكر السوداني

الطريقة: يطحن حصى البان ناعماً ويوضع السيرج على النار حتى يحمى ويوضع حصى البان ويحرك حتى يذوب وتطفأ النار للمريض الكبير: ملعقة كبيرة وللطفل: ملعقة صغيرة مرتان أو ثلاث كل يوم مرة منها على الريق ومرة قبل النوم ويدهن الصدر بزيت السيرج قبل النوم ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء.

علاج للسعال

التركيبة والطريقة: بصلة متوسطة تفرم مثل فرم الطبخ ويوضع عليها كاس ونصف ماء وتغلى على النار لمدة 15 دقيقة تطفئ النار ويوضع غلوة بابونج وتغلى بغطاء محكم 10 دقائق تصفى وتشرب على مرتين مرة على الريق ومرة قبل النوم ويكرر حسب الحاجة.

علاج للسعال

التركيبة والطريقة: نصف فنجان قهوة زيت الزيتون يحمى بقدر طاقة التحمل ويشرب قبل النوم ملعقة او ملعقة صغيرة من زيت الحبة السوداء على الريق ومرة قبل النوم.

علاج للسعال

التركيبة والطريقة : يحضر ورقة ملفوف تغسل وتفرم بشكل ناعم ويوضع عليها كاس حليب كبير وتغلى على النار حتى تنضج وتصفى وتشرب قبل النوم مباشرة ويضاف الى الملفوف 5 فصوص ثوم و3 حبات مفرومات ويستمر في العلاج حتى الشفاء.

علاج اخر للسعال وللمرضى السكري ومنشط والذي عنده سكري لا يوضع سكر فضي

التركيبة والطريقة: 200 غرام حلبة 100 غرام حبة سودة 100 غرام لبان سوداني ذكر مطحون ناعم 100 غرام زيت جرجير 200 غرام عسل اصلي ان امكن 50 غرام زيت زيتون يخلط الجميع جيداً يأخذ المريض ملعقة كبيرة على الريق وملعقة كبيرة قبل النوم والشافى هو الله =.

زنجبيل



زنجبيل
علاجات الكيلاني

المستعمل من الزنجبيل: جذوره وسيقاته المدفونة في الأرض (الريزومات).
طرق الاستعمال الطبية:

- يستعمل منقوعه قبل الأكل كمهدئ للمعدة وعلاج النقرس، كما أنه هاضم وطارد للغازات.
- ويستعمل الزنجبيل لتوسيع الأوعية الدموية، وزيادة العرق والشعور بالدفء وتلطيف الحرارة، وتقوية الطاقة الجنسية.
- ويستخدم كتوابل في تجهيز الأطعمة ومنحها الطعم المميز.
- يضاف إلى أنواع من المرببات والحلوى، ويضاف إلى المشروبات الساخنة كالسحلب والقرفة.
- يضاف من (5 - 10) نقاط من زيت الزنجبيل إلى 25 مل زيت لوز لمعالجة الروماتيزم.
- وتضاف نقطة أو نقطتان من الزيت على قطعة سكر أو مزيج نصف ملعقة صغيرة من العسل، وتستعمل لانتفاخ البطن ومغص الحيض والغثيان.

شاي الزنجبيل يخفف نوبات الصداع أفادت دراسته حديثه ان الزنجبيل قد يساعد في تخفيف آلام الصداع الناتجة عن التوتر النفسي وأوضح الباحثون أن فعالية الزنجبيل تكمن في قدرته على تقليل إنتاج مركبات (بروستاجلاندينز) المسببة للألم في الجسم فضلاً عن كونه راحياً للأعصاب والعضلات حيث يساعد على الاسترخاء وتخفيف التوتر لذلك فهو يساهم في تخفيف آلام الصداع الخفيف: ولكن مزجه مع البابونج وزهرة اليرفون يعطي مشروباً أقوى وأكثر فعالية في إزالة الصداع والتشجيع على الاسترخاء.

الزنجبيل في الطب النبوي: قال أبو سعيد الخدري- رضي الله عنه :- ((أهدى ملك الروم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم جرة زنجبيل، فأطعم كل إنسان قطعة، وأطعمني قطعة)).

أمراض يعالجها الزنجبيل

لتقوية الذاكرة وللحفظ وعدم النسيان: يؤخذ من الزنجبيل المطحون قدر 55 جرام، ومن اللبان الذكر (الكندر) 50 جرام، ومن الحبة السوداء 50 جرام تخلط معا وتعجن في كيلو عسل نحل وتؤخذ منه ملعقة صغيرة على الريق يوميا مع صنوبر وزبيب.

لعلاج الصداع والشقيقة: يعجن الزنجبيل المطحون قدر ملعقة صغيرة في فنجان زيت زيتون ويدلك منه مكان الألم مع شرب مغلي الزنجبيل مع النعناع، وحبّة البركة من كل ملعقة صغيرة كالشاي.

لعلاج العشى الليلي: يشرب كوب عصير جزر عليه نصف ملعقة زنجبيل مطحون مع إمرار معجون زنجبيل بعسل نحل على العينين قبل النوم.

للدوخة ودوار البحر: تصنع أقراص من زنجبيل مطحون من سكر نبات مطحون ونشا بنسب 1:1:3 وتجفف في الظل ويستحلب قرص عند الشعور بالدوخة أو قبل السفر (القرص يكون في حجم الكرز).

لتقوية النظر: يشرب عصير جزر عليه ربع ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون غسل العينين بمغلي الشمر صباحا.

لعلاج بحة الصوت وصعوبة التكلم: تدهن الحنجرة بمعجون الزنجبيل والنعناع وزيت الزيتون بنسبة 1:1:3 مع شرب مغلي الينسون محلى بسكر نبات أو مص سكر نبات.

لتطهير الحنجرة والقصبية الهوائية: نفس الطريقة السابقة مع مضغ البقدونس وشرب نقيع اللبان الذكر والعسل.

للتوتر العصبي: ينقع زهر الخزامى قدر ملعقة صغيرة في نصف كوب ماء مات المساء للصباح، ثم يصفى ويحلى بعسل نحل ويضاف إليه ربع ملعقة من زنجبيل مطحون ويشرب عند اللزوم.

للأرق والقلق: يضرب كوب حليب ساخن عليه ربع ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون مع دهن الجسم بزيت زيتون ولا تنسى قراءة القرآن وذكر الله: {...ألا بذكر الله تطمئن القلوب}.

للتبيل الذهني: يشرب كوب حليب مغلي فيه ربع ملعقة زنجبيل مطحون ويؤكل بعده زبيب مع حب الصنوبر بما تيسر.

مفرح ومنعش: يشرب مغلي الزنجبيل مع الحبة السوداء والنعناع قدر كوب مع استنشاق أزيج الياسمين أو الريحان وهو غص.

لتقوية الفحولة والجسم ومكافحة الأمراض وتجنب الوهن والخمول: ما وجدت منشطا للجسم مثل الزنجبيل المحلى بالعسل، وأما إذا أكل مربى بالعسل مع الفستق والخولنجان فكما **يقول داود الأنطاكي في (تذكرته): "فيه سر عظيم"**.

كيفية صنع مربى الأبطال: يؤخذ كيلو عسل نحل وعلى نار هادئة تنزع رغوته، ثم تضاف إليه هذه الأعشاب، وهي مطحونة: 25 جرام زنجبيل- 25 جرا راوند- 25 جرام حبة البركة- 10 جرام زعتر برى- 25 جرام حنسنج - 15 جرام بهمن- 20 شمر. ثم يطبخ كالحلوى (المربى) وتؤخذ منه ملعقة بعد كل أكل.

للبياض العين والسيل: يعجن زنجبيل مطحون قدر ربع ملعقة صغيرة في عسل نحل قدر ملعقة صغيرة، ويعبأ في قطارة عيون وقبل النوم يقطر من ذلك للعينين .

للصداع: يضرب الزنجبيل قدر ربع ملعقة صغيرة مع نصف ملعقة من طحين حبة البركة بعد غليهما جيدا في قدر نصف كوب ماء، ثم يحلى بسكر مع دهن مكان الصداع بزيت الزنجبيل .

للسقيقة: يعجن من الزنجبيل المطحون قدر ملعقة صغيرة مع رماد فحم قدر فنجان ويضمد بذلك مكان الألم مع شرب الزنجبيل مع النعناع كالشاي.

لعلاج الكحة وطرد البلغم: يؤخذ من زنجبيل مطحون قدر 50 جرام، ومن اللبان الذكر المطحون 50 جرام، ويعجنان في عسل قصب قدر 500 جرام، وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد كل أكل.

لتطهير المعدة وتقويتها: يؤخذ من زنجبيل مطحون 25 جرام، ومن كراوية مطحونة 25 جرام، ومن الزعتر المطحون 25 جرام، ومن النعناع المطحون 25 جرام، وفي كيلو عسل نحل تعجن وتؤخذ ملعقة صغيرة من ذلك قبل الأكل.

للقولون العصبي: يمزج زنجبيل مطحون قدر 50 جرام مع كمون مطحون 50 جرام على نصف كوب ماء عليه ملعقة صغيرة من الخل ويشرب ذلك عند الشعور بالألم.

ملين لعلاج الإمساك: على كوب حليب بارد يضاف ربع ملعقة صغيرة من ويشرب عند الشعور بالإمساك.

لتدفئة الجسم ومقاومة أمراض الشتاء: يشرب الزنجبيل على الحليب أو يشرب مع القرفة مع قليل السمسم محلى بسكر أو عسل.

للزكام: يشرب الزنجبيل بعد غليه وتحليته بسكر مع تقطير زيت حبة البركة في الأنف والحنك مع استنشاق عصير الليمون.

للنزلة الشعبية: يشرب الزنجبيل محلى بعسل نحل مع مضغ نصف ملعقة صغيرة من حبة البركة صباحا ومساء.

لضيق النفس والربو: يمضغ لبان دكر وتبلع عصارته، ثم يشرب مغلي الزنجبيل مع الحبة الحصى وذلك صباحا ومساء.

لتفتيح سدد الكلى والكبد: يصنع هذا المركب من زنجبيل مطحون قدر 25 جرام ورق الغار (اللاور) 35 جرام ويطحن، ومن حبة البركة (الحبة السوداء) 50 جرام وتطحن، وفي كيلو عسل نحل يطبخ ذلك وتؤخذ من ذلك ملعقة صغيرة بعد كل أكل.

لمنع العطش وإصلاح الخلل (الأفرجة): يؤكل الزنجبيل مطبوخا مع السمك كبهار له مع الكمون ويشرب كشراب الورد مثلجا وذلك بنقع قليل من الزنجبيل في ماء ويحلى بسكر.

لضعف الكبد وكسله: يمزج الزنجبيل مطحون في عسل قصب مع طحينة ويؤكل على الفطار والعشاء يوميا مع وضع لبخة على الجنب الأيمن من مخلوط النعناع الأخضر من المساء للصباح.

للسعة الحشرات: تؤخذ ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون وتمضغ حتى تصير عجينة توضع بعد ذلك على مكان اللسعة.

لتصلب المفاصل والفقرات: يؤخذ الزنجبيل مطحون قدر فنجان، ومن الأشق (صمغ الكلخ - صمغ الطرثوت- لزاق الذهب) قدر فنجان ويعجنان سويا ويضمد بها على مكان التصلب من المساء للصباح.

لظلمة البصر والغشاوة: يؤخذ كبد ماعز فور ذبحه ويوضع عليها زنجبيل مطحون ويترك لمدة ربع ساعة، ثم يكشط ويجفف الزنجبيل حتى يجف تماما ويكحل منه للعين يوميا حتى يتم الشفاء بإذن الله تعالى.

لتقوية القلب وتنشيط الدورة الدموية وإذابة الكوليسترول: تؤخذ من الزنجبيل المطحون 25 جرام، ومن حب الرشاد 25 ص ومن الينسون 25 جرام، ومن حبة البركة 25 جرام يطحن الجميع ويعجن في عسل نحل قدر نصف كيلو وتؤخذ ملعقة بعد كل أكل.

لتقوية العضلات والأعصاب: يصنع مركب من الأعشاب الآتية وهي مطحونة: زنجبيل- دارا صيني- راوند- شمر- بهمن- نعناع- بذر كرفس من كل 10 جرام، يعجن كل ذلك مجموعا في عسل منزوع الرغوة قدر كيلو وتطبخ حتى تصبح كالمرى، وتعبأ في برطمان زجاج وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد كل أكل.

لعلاج التوتر العصبي: يؤخذ طشت مملوء بالماء الفاتر تلقى فيه ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون مع فنجان ماء الزهر أو ماء ورد وتقلب ذلك جيدا، ثم رجلك حتى ثلث الساق وتستلق على ظهرك وأنت مسترخي الجسم واشغل لسانك بذكر الله وسترى عجبا من الهدوء والراحة التامة بإذن الله.

لعلاج الإرهاق: تشرب كوب من زنجبيل مغلي كالشاي (قدر نصف ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون على كوب ماء ساخن محلى بعسل نحل أو سكر ثم تدلك كل الجسم بزيت زيتون ممزوج بقدره حجما من خل مع رج الزجاجاة جيدا قبل الاستعمال.

للقة التناسلية وللحيوية والنشاط: يؤخذ نصف رطل لبن بقرى أو جاموس ويغلى فيه نصف ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون ويحلى بعسل أو سكر ويشرب صباحا ومساء لمدة شهر وسترى !

معجون الزنجبيل المركب لتقوية الباءة: يؤخذ 50 جرام زنجبيل مطحون و 55 جرام بذر جزر مطحون و 50 جرام بذر كرفس مطحون و 50 جرام ينسون مطحون و 50 جرام بذر جرجير مطحون تخلط جيدا في كيلو عسل نحل، وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد الغداء يوميا.

للنشاط وحث الطاقة التناسلية: تؤخذ نصف ملعقة صغيرة (تقريبا) من الزنجبيل وتقلب في كوب حليب ويسخن ذلك، ثم يصفى ويحلى بعسل نحل ويشرب عند الحاجة ويا حبذا بعد العشاء.

لعلاج صفرة الوجه: تؤخذ ملعقة صغيرة من الزنجبيل وتغلى في حليب، ثم تحلى بعسل نحل وتشرب صباحا ومساء مع دهن الوجه بزيت زيتون قبل النوم.

مقوى للقلب: يصنع معجون يتكون من عسل نحل قدر كيلو يطبخ فيه زنجبيل مطحون قدر 50 جرام مع قرنفل قدر 25 جرام، ونعناع مطحون 25 جرام، ومن البهمن المطحون 10 جرام ويقلب جيدا حتى يعقد كالحلوى، ويعبأ في برطمان، وتؤخذ منه ملعقة بعد كل وجبة طعام مع مراعاة تجنب الشحوم والمجهود الشاق والعصبية.

لتدفئة الجسم: تمزج ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون في فجان عسل نحل وتوضع في خبز وتؤكل شاطر ومشطور (سندوتش) على الفطار أو حينما تشعر بالبرد.

للاتفلونزا: يشرب كوب حليب عليه نصف ملعقة زنجبيل مطحون محلى بعسل نحل صباحا ومساء مع تقطير زيت حبة البركة (كسقوط) في الأنف.

لنزلات البرد: يشرب عصير برتقال عليه ربع ملعقة من زنجبيل مطحون مع تدليك الصدر والظهر قبل النوم بزيت حبة البركة.

للمروماتيزم: دهنا وشرابا معجون الزنجبيل بعسل النحل بنسبة 1: 3 وذلك قبل النوم مع شرب مغلي الشمر كالشاي.

لعرق النساء: يشرب مغلي الزنجبيل يوميا قدر كوب يضاف إليه 7 قطرات حبة البركة مع تدليك الكعب بقوة بكريم الزنجبيل وزيت الزيتون قبل النوم.

للنقرس: نفس الوصفة السابقة مع شرب شواش الذرة والشمر والزنجبيل مغليا على الريق وشرب الليمونادة بكثرة مع تدليك مكان الألم بكريم الزنجبيل وزيت الزيتون قبل النوم.

معجون الحكمة والقوة معجون يقوي الجسم، ويعالج النسيان، وفتح قريحة المخ، ويفرح النفس وينعشها.

المركبات: 100 جرام زنجبيل مطحون مع 100 جرام فستق مطحون مع 50 جرام خولنجان مطحون مع 50 جرام حبة سوداء مطحونة مع عسل نحل.

يطبخ عسل نحل على نار هادئة وتنزع رغوته، ثم تضاف الأشياء السابقة وتقلب جيدا حتى تعقد كالحلوى، وتعبأ في برطمان زجاج، وتؤكل منه ملعقة بعد الفطار، وملعقة بعد العشاء يوميا وسترى بإذن الله عجا.

لعلاج الضغط: لضبط الضغط انخفاضا أو ارتفاعا يشرب الزنجبيل مغليا محلى بعسل نحل صباحا بعد الفطار، وفي المساء يبلع فص ثوم مقطع بكوب حليب

لتفتيح سدد الدماغ وتنقية المخ: يمضغ اللبان الذكر والمستكى مع الزنجبيل صباحا ومساء يوميا مع تقطير زيت المر (مر مع زيت زيتون ممزوجا ومصفى) سعوطا في الأنف قطرة في كل فتحة مرة فقط يوميا.

لتوسيع الأوعية الدموية: تصنع مربى الزنجبيل مع بذر الخردل من كل 25 جرام مطحونا في نصف كيلو عسل نحل وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد العشاء يوميا مع دهن الجسم بزيت زيتون.

للمغص الناتج عن الإسهال: تؤخذ نصف ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون وتمزج في كوب مغلي حبة البركة، ثم تصفى وتحلى وتشرب.

لعلاج الوهن، والإرهاق والتعب: يوضع فجان زنجبيل مطحون على طشت ماء فاتر ويترك لمدة عشر دقائق، ثم تضع قدميك حتى منتصف الساق فيه وتسترخي تماما وأنت جالس على مقعد منخفض أو سرير لمدة ربع ساعة، ثم تغسل رجليك بماء، ثم تجففها.

مدر للبول: تؤخذ أوقية زنجبيل مطحون مع أوقية شمر مطحون ونصف أوقية من شواش الذرة، وتؤخذ من ذلك ملعقة صغيرة على كوب ماء ساخن ويغلى ويترك لمدة خمس دقائق، ثم يصفى ويحلى ويضرب صباحا ومساء.

مقوى للقلب منعش: يشرب كالشاي أو يمزج في الحليب ويشرب يوميا على الريق.

لفتح شهية الطعام: قبل الطعام بربع ساعة امزج نصف ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون في كوب ماء واشرب منه ما تيسر قدر نفسك بدون سكر.

لعلاج عسر الهضم: تصنع مربى زنجبيل بالنعناع وذلك بطبخ نصف كيلو عسل ونزع رغوته، ثم إضافة 50 جرام زنجبيل و 25 جرام نعناع مطحون، وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد كل أكل.

لليرقان: يؤخذ من بذر الكشوث 25 جرام، ومن زنجبيل 25 جرام ومن نبات السريس (المرار) وهو مجفف كالنعناع قدر 55 جرام وتطحن جيدا وتعجن في كيلو عسل نحل، وتؤخذ ملعقة صغيرة بعد كل أكل مع شرب ملعقة صغيرة خروع قبل النوم.

للخمول والوهن: ضع قدميك في حمام مائي ساخن مذاب فيه زنجبيل مطحون قدر ملعقة كبيرة مع دهن الجسم بزيت الحنا (حنا ممزوجة في زيت زيتون مع شرب كوب حليب مغلي فيه نصف ملعقة صغيرة من زنجبيل مطحون).

للسموم: تمضغ ليمونة بنزير وتبلع بقشرها ويشرب بعدها زنجبيل مضروب في عسل نحل في ماء مثلج قدر كوب وذلك صباحا ومساء مع بلع فص ثوم مقطع قبل النوم بكوب حليب.

مركب فيه سر الشباب: 25 جرام زنجبيل- 25 جرام لسان الثور (بنات)- 25 جرام فلفل أبيض- 25 جرام ينسون- 100 جرام لوز- 100 جرام بندق- 50 جرام فستق- 25 جرام جوز هند مبشور (ناعم)- 25 جرام صنوبر- 10 جرام دار فلفل- 10 جرام حبة خضراء، يطحن الجميع ويعجن في عسل منزوع الرغوة: أي في أثناء الغلي تنزع رغوته (ريمته) ويعبأ في برطمان زجاج، وتؤخذ منه ملعقة صغيرة بعد الفطار وبعد العشاء مع الحذر من استعمال هذا المركب للشباب والعازب.

=علاج للسعال

التركيبة والطريقة: حبتان حصا البان الذكر تدق ناعم وتذاب بكاس ماء ساخن وتوضع عليها ملعقة صغيرة كركم وتحلى بالعسل وتشرب 3 مرات في اليوم وتستمر حسب الحاجة.

علاج للسعال ومنشط

التركيبة: 200 غم حبة سوداء, 100 غم لبان الذكر السوداني مطحون ناعم, 100 غم زيت جرجير, 200 عسل نحل, 50 غم زيت زيتون.

الطريقة: يخلط الجميع و يأخذ المريض ملعقة كبيرة على الريق وقبل الطعام بساعة وملعقة قبل النوم ويستمر بالعلاج حتى الشفاء بإذن الله.

علاج للسعال والتهاب القصبات الهوائية

التركيبة والطريقة: 5 سنن ثوم متوسطة الحجم يهرس ناعم ويوضع عليها 5 ملاعق سكر صغيرة وتخلط حتى تتجانس وبعد 5 دقائق يغلى كاس ماء كبير وبعد الغلي يدار على الثوم والسكر يبرد ويصفى بقطعة شاش والسائل الذي حصلنا عليه يؤخذ منه ملعقة صغيرة على الريق وملعقة صغيرة قبل النوم وملعقة صغيرة عند السعال.

علاج للسعال

التركيبة والطريقة: زيت السيرج, مستكي أو مسكي حيث يضع على كل ملعقة طعام من السيرج نصف غرام من المستكي أو المسكي ويكرر العملية حسب الحاجة.

للسعال المزمن

خلطة للسعال المزمن: تأخذ كمية من التين العادي المجفف, وتنقعة في زيت زيتون مدة اسبوع, فيفطر المريض كل صباح ثلاث تينات, فانة يشفى.

خلطة لعلاج الكحة الحلية مع حبة البركة مع المستكي مع لبان ذكر: حيث تؤخذ كميات متساوية من المواد المذكورة وتسحق ثم توضع في ملء كوبين من الماء ثم توضع على نار هادئة لمدة 3 دقائق ثم يستعمل منه ملء فنجان قهوة على الريق مرة واحدة في اليوم.

علاج للسعال المزمن والسعال الناتج عن أزمة أو حساسية

التركيبة والطريقة: 100 غم ثوم مقشر تقلب على نار هادئة حتى تستوي ويضاف إليها 150 غم عسل ملعقة صغيرة على الريق قبل الفطور بنصف ساعة وملعقة صغيرة قبل النوم والله الشافي.

علاج السعال التحسسي

ملعقتان طعام عسل, ملعقتان زيت الزيتون, ملعقتان عصير الليمون يخلط الجميع حتى يتجانس يؤخذ منه على الريق ملعقتان قبل الفطور بساعة ونصف وقبل الغداء بساعة وقبل العشاء بساعة والباقي قبل النوم وإذا لزم الأمر يعيد حسب الحاجة.

علاج السعال المزمن والسعال الديكي وجميع أنواع السعال ويرفع نسبة الحديد في الدم

التركيبة: خمس حبات تين ناشف, خمس حبات تمر, وزن التين زبيب بدون بذور, وزن الزبيب والتين والتمر عسل, 100 غم حلبة, 50 غم يانسون, ثلاثة أكواب كبيرة من الماء. يستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بإذن الله

طريقة التحضير:

- يغلى اليانسون والحلبة على النار حتى يبقى من الماء كوب واحد
- يفرم التين والتمر ناعم ويوضع في الخلاط مع الزبيب ويوضع في الكوب الباقي من ماء الحلبة واليانسون عليها ويترك لمدة نصف ساعة حتى يتشرب ثم يدار (يخلط) حتى يصبح ناعم ويوضع في المقلاة مع العسل ويقلب على نار هادئة حتى يصبح كالخبيصة.
طريقة الاستعمال: يؤخذ من الخبيصة ملعقة صغيرة قبل النوم وملعقة صغيرة صباحاً على الريق ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بإذن الله.

زُوفَا (اشنان داود)



الجزء المستخدم من النبات: الجزء المستعمل من النبات هي الأجزاء الهوائية ، الرؤوس المزهرة والزيت العطري .
ماذا قال الطب الحديث عن الزوفا؟

يقول الطب الحديث إن لعشبة الزوفا تأثيراً إيجابياً عندما تستخدم لعلاج التهاب القصبات والعداوي التنفسية وبخاصة عندما يوجد فرط إنتاج للمخاط والزوفا تحض على إنتاج المزيد من المخاط السائل وفي نفس الوقت منبه لقشعه، وهذا المفعول المشترك يزيل البلغم الكثيف والمحتقن

ويمكن أن تهيج الزوفا الأغشية المخاطية، لذا يفضل إعطاؤها بعد أن تبلغ العدوى ذروتها وعندها يحض المفعول القوي للعشبة على الشفاء العام وحيث إن الزوفا مهدنة فتعتبر مفيدة ضد الربو عند الأطفال، والبالغين وخصوصاً عندما تتفاقم الحالة باحتقان المخاط. والزوفا تكون دواء فعالاً ضد عسر الهضم والريح وانتفاخ البطن والمغص.

يؤخذ من الزوفا مقدار ملعقتين صغيرتين وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويغلى لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب مرتين في الصباح والمساء ويستعمل مجروش نبات الزوفا غسولا ودشا مهلبيا ومشروباً.

والطريقة ان تفرم جميع أجزاء النبات بما في ذلك الجذور ثم تمزج مع كمية من الماء وتغلى ثم تبرد وتصفى جيداً بحيث يكون ماؤها صافياً ثم يعمل منه دشا مهلبيا او يجلس فيه لمدة 15 دقيقة. ويمكن عمل مغلي للشرب من الزوفا حيث تؤخذ ملء ملعقة صغيرة وتوضع في ملء كوب ماء سبق غليه ثم يترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب الى كوبين في اليوم بعد الاكل. وهو منظم لضغط الدم ويعزز من الدورة الدموية , ممتاز للعيون , بحة الصوت , الرنة , الأغشية المخاطية , مشاكل الجلد , المشاكل العصبية.

للمغص وعسر الهضم: وتعرف بأشنان داود ويستعمل الأجزاء الهوائية من النبات بعد تجفيفه وسحقه حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق النبات ويوضع على ملء كوب ماء مغلي ثم يترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بعد الوجبات وهذه الوصفة جيدة لتسكين آلام المغص وطرد الغازات وكذلك لعلاج الأسساك.

لانتهاج المهبل: يستعمل مجروش نبات الزوفا غسولا ودشا مهلبيا ومشروباً. والطريقة ان تفرم جميع أجزاء النبات بما في ذلك الجذور ثم تمزج مع كمية من الماء وتغلى ثم تبرد وتصفى جيداً بحيث يكون ماؤها صافياً ثم يعمل منه دشا مهلبيا او يجلس فيه لمدة 15 دقيقة. ويمكن عمل مغلي للشرب من الزوفا حيث تؤخذ ملء ملعقة صغيرة وتوضع في ملء كوب ماء سبق غليه ثم يترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب الى كوبين في اليوم بعد الاكل.

الرشح والزكام

الفواكة الحمضية: كالبرتقال والكرفون والليمون وذلك عن طريق أكلها أو شرب عصيرها 2-3 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء بأذن الله تعالى.

عسل النحل: بتناول 1-2 ملعقة كبيرة من عسل النحل النقي 3-4 مرات يوميا ويكرر حتى الشفاء.

الأوكالبتوس: عن طريق استنشاق البخار المتصاعد من مغلي 50 غم من أوراق الأوكالبتوس في لتر ماء لمدة ربع ساعة صباحا ومساء ويكرر حتى الشفاء

البصل والثوم

- عن طريق أكلهما مع السلطات أو الوجبات اليومية .

- كما يفيد استنشاق البخار المتصاعد في الثوم جدا في علاج الزكام بأذن الله.

زيت الزيتون



زيت الزيتون يعالج أمراض الكبد : يذيب الدهون ويساعد في تقوية الكبد ، و علاج الكبد الدهني ، و بذلك يزيد من النشاط و من ناحية أخرى فقد ذكر الكتاب ان الدواء المعروف في الأسواق باسم Essential Fort يحتوي على نسبة عالية من زيت الزيتون ، و هو الذي يوصف أساسياً لمرضى الكبد ، كما أنه يحسن من وظائف الكبد ، و خاصة أنه مضاد للسموم ، و من هنا فهو يزيد من قدرة الكبد على القيام بإزالة السُمِّية Detoxication.

القلب والسرطان: توصل بحث علمي أجري في أسبانيا ونشرته مجلة - جت - المختصة بأمراض الجهاز الهضمي إلى أن استخدام زيت الزيتون في طهي الطعام قد يمنع سرطان الأمعاء. ويقول الفريق الطبي الذي أجرى التجربة إن النتائج أظهرت أن لزيت الزيتون فوائد وقائية، الأمر الذي يفسر سبب كون الغذاء المتوسطي غذاء صحياً. وقد أجرى البحث على عدد من الفئران المختبرية التي أطعم بعضها غذاء غنياً بزيت الزيتون والبعض الآخر بزيت السمك ومجموعة ثالثة بزيت زهرة العصفور ثم قسم الباحثون كل مجموعة إلى قسمين أعطى إحداها مواد تسبب السرطان. وبعد أربعة أشهر وجدوا أن الحيوانات التي أطعمت زيت الزيتون كانت أقلها من حيث الإصابة بأورام سرطانية الزيتون والسمك ويقول رئيس الفريق البروفيسور ميجيل جاسول إن هذه الدراسة تقدم دليلاً على أن غذاء يحتوي على خمسة بالمائة من زيت الزيتون يقي من الإصابة بالسرطان مقارنةً بزيت زهرة العصفور ويفسر الفريق العلمي دور زيت الزيتون بأنه يعرقل تكون مادة يطلق عليها أركيدونات المسؤولة، عند اتحادها مع مادة أخرى هي بوسيتلاندين - إي، عن تحريض الخلايا على الانقسام السرطاني ويعتقد الباحثون أن بدائل زيت الزيتون قد تؤدي العمل نفسه. لكن العلماء يؤكدون إن الأمر لا ينتهي عند هذا الحد بل يحتاج إلى مزيد من التجارب لمعرفة الآلية الدقيقة لتأثير زيت الزيتون في منع تكون السرطان .

زيت الزيتون يقي من سرطان الجلد : واكتشف علماء يابانيون أن تعريض الجلد لزيت الزيتون ذي النوعية الجيدة بعد التعرض الشمس يقلص من احتمالات الإصابة بسرطان الجلد ، وقد اختبرت الطريقة الجديدة بنجاح على الفئران المعدلة وراثياً والتي لا تحمل الشعر وكشف الباحثون عن أن زيت الزيتون ذا الدرجة العالية يساعد على إبطاء ظهور آثار السرطان على الجلد ويقلل من حجم الأورام السرطانية إذا ما نُشر على الجلد وقد وضع الباحثون، بقيادة الدكتور ماساميتسو إتشيهاشي من كلية الطب في جامعة كوبي، الفئران تحت ضوء الشمس ثلاث مرات في الأسبوع وبعد خمس دقائق من تعريضها لأشعة الشمس، قاموا بدهن مجموعة من الفئران بزيت الزيتون العادي وأخرى بزيت الزيتون الجديد ذي الدرجة العالية، وثالثة لم تُعرض إلى نوع من زيت الزيتون. وبعد ثمانية عشر أسبوعاً بدأت أورام سرطانية بالظهور على مجموعة الفئران التي لم تعرض إلى زيت الزيتون، أما الفئران التي عُرِضت لزيت الزيتون العادي فكانت أفضل حالاً قليلاً. غير أن مجموعة الفئران التي عُرِضت لزيت الزيتون الجديد ذي الدرجة العالية لم تظهر عليها أي آثار لسرطان الجلد إلا بعد أربعة وعشرين أسبوعاً كذلك فإن الأورام التي ظهرت على فئة الفئران الأخيرة كانت أصغر وأقل كثافة، بل أنها ألحقت ضرراً أقل بتركيبية مادة "دي أن أي" في الجلد . ويعتبر زيت الزيتون غنياً بالمواد المانعة للتأكسد التي يُعتقد أنها تمتص التأثيرات الضارة للإشعاعات فوق البنفسجية، لكنه لا يمنع الأشعة فوق البنفسجية من اختراق الجلد.

زيت الزيتون يعالج سرطان الأمعاء : وتوصل علماء بريطانيون إلى أدلة جديدة تثبت المنافع الوقائية لزيت الزيتون في علاج سرطان الأمعاء الذي يذهب ضحيته حوالي 20 ألف شخص سنوياً في بريطانيا وحدها ووجد باحثون وأطباء في جامعة أوكسفورد الإنجليزية أن زيت الزيتون يتفاعل في المعدة مع حامض معوي ويمنع الإصابة بمرض سرطان الأمعاء والمستقيم والجدير بالإشارة أن سرطان الأمعاء هو من أكثر أمراض السرطان شيوعاً في بريطانيا بعد سرطان الرئة، لكن معالجته ممكنة إذا اكتشف في وقت مبكر وبحثت الدراسة في نسبة الإصابة بمرض سرطان الأمعاء في ثمانية وعشرين بلداً في العالم، يقع معظمها في أوروبا، إضافة إلى الولايات المتحدة والبرازيل وكولومبيا وكندا والصين ووجد الباحثون أن عوامل غذائية تلعب دوراً هاماً في إصابة الشخص، وأن الأشخاص الذين يأكلون كميات كبيرة من اللحم والسمك أكثر عرضة للإصابة بالمرض من الأشخاص الذين يأكلون الخضروات والحبوب ووجد

العلماء أيضا أن خطر الإصابة بمرض سرطان الأمعاء تقل مع تناول وجبات غذائية غنية بزيت الزيتون ويعزو العلماء ذلك إلى أن الوجبات الغذائية التي تحتوي على كميات كبيرة من اللحم يمكنها أن تزيد من إفراز حامض الصفراء أو حامض دياوكسيسيكليك، الذي بدوره يقتل من فعالية أنزيم خاص يعتقد بأنه يلعب دورا هاما في تجدد خلايا الأنسجة المبطنة للأمعاء . ويعتقد العلماء أن انخفاض الأنزيم الخاص، الذي يسمى ديامين أوكسيداس، قد يكون سبب تزايد الخلايا السرطانية في الأمعاء .

وهنا وجد العلماء الدور المهم الذي يقوم به زيت الزيتون في خفض المادة الحامضية الضارة الناتجة عن تناول كميات كبيرة من اللحم وزيادة إفراز الأنزيم الذي يقي من تكاثر الخلايا الغير عادية والسرطانية وقال أحد الباحثين إن الدراسة الجديدة تؤكد أن البلدان التي تستهلك فيها كميات كبيرة من زيت الزيتون لديها حالات سرطان أمعاء ومستقيم أقل نسبيا عما كان يعتقد، أخذين بنظر الاعتبار جوانب أخرى من العادات الغذائية لتلك البلدان وقالت متحدثة باسم مؤسسة التغذية البريطانية إنه في السابق كانت فوائد زيت الزيتون تقتصر على أمراض القلب، ولكن منذ شيوخ فوائده في محاربة الأمراض الأخرى ازداد وعي الناس بأهميته وازداد استخدامه في الطعام .

زيت الزيتون يقي من سرطان الثدي : اثبتت دراسته أجريت في اليابان ان النساء اللاتي يتناولن زيت الزيتون اكثر من مره باليوم يقللن من خطر اصابتهن بسرطان الثدي بنسبة 25 % بالمقارنه مع النساء اللاتي لا يتناولنه بانتظام وفي هذا الصدد يقول الدكتور ديميتريوس استاذ الصحة العامه بكلية هار فارد والذي اسهم باجراء الدراسة ان الدراسات قد اشارت الى ان تناول زيت الزيتون لا يساعد على تفاقم الاصابه بأورام الثدي الذي تنشطها الكيماويات مثلما تفعل بعض الانواع الاخرى من الدهون واثبتت دراسته اخرى أجريت على خمسة الاف شخص ان هناك صله بين زيت الزيتون وانخفاض كوليسترول الدم والضغط والسكر فضلا عن فعاليته في علاج التهاب المفاصل والامساك المزمن وآثار الشيخوخه ويقلل من اخطار امراض القلب وتصلب الشرايين كما ثبت ايضا انه يساعد في تعدين العظام ويقول الباحثون ان زيت الزيتون عنصر اساسي خلال فترة النمو ثم بعد بلوغ سن الرشد في تجنب نقص الكالسيوم الذي يمكن ان ي ودى الى تخلخل العظام في سن الشيخوخه كما ثبت انه يحمي ضد حصي المراره لانه ينشط التدفق اللازم من الصفراء ويزيد نسبة كوليسترول (HDL) اي الكوليسترول الجيد اللازم لاستمرار وظيفة المراره .

زيت الزيتون يقي من أمراض القلب : لبعض أنواع الدهون أهمية كبيرة للجسم ولها العديد من المنافع .إنها مجموعة الدهون التي تعرف بالأحماض الدهنية الأساسية(EFAs) Essential Fatty Acids وعلى العكس تماما من الدهون الحيوانية ودهون منتجات الحليب فان الأحماض الدهنية الأساسية قد تكون ضرورية لتقليل مخاطر بعض الحالات المرضية مثل الإصابة بأمراض القلب والجلطة .ويحتل زيت الزيتون مرتبة مهمة ضمن هذه المجموعة من الدهون فشعوب حوض البحر الأبيض المتوسط تستخدم الكثير منه وهذا قد يكون السبب في كثير من الأحيان في أن شعوب هذه البلدان مثل سكان جنوب إيطاليا واليونان لا تعاني من زيادة ملحوظة في أمراض القلب وتصلب الشرايين. وماذا بعد؟ بين التقرير الذي نشر مؤخرا في المجلة الطبية البريطانية لانسيت أن الكثير من الزيوت النباتية لها نفس التأثير إن لم يكن افضل من زيت الزيتون وعلى المدى البعيد مثل زيت اللفت rapeseed. فهل ان زيت الزيتون في واقع الأمر له ما له من مواصفات فريدة في الحد من الإصابة ببعض الأمراض أم أن العملية لا تعدو أن تكون ما حضى به زيت الزيتون من أعلام كبير في الآونة الأخيرة؟

تعرف الزيوت والشحوم في المصطلح العلمي بانها تقع ضمن مجموعة الليبيدات حيث تقسم الى ثلاثة اقسام رئيسية :المشبعة Saturated وغير المشبعة المتعددة Polyunsaturated وغير المشبعة الاحادية . monounsaturated وتواجد المشبعة منها في اللحوم والبيض ومنتجات الحليب والمرتبطة طبيا باحتمالات الإصابة بامراض القلب .أما غير المشبعة المتعددة والاحادية من الدهون فانهما تقي الجسم من الأمراض وتقلل من احتمالات الإصابة بها .وفيما يتعلق بزيت الزيتون فان معظم خصائصه الصحية تعزى الى انه يحوي على الكثير من الدهون غير المشبعة الاحادية التي تعرف بحامض الاوليك .

تم دراسة حالة مجموعة من الأشخاص الذين بدلو غذائهم المعتاد إلى نمط الغذاء الذي يتبعه سكان حوض البحر المتوسط وتبين أن السبب في أن مثل هؤلاء الأشخاص قد تقلصت عندهم فرصة الإصابة بنوبة قلبية ثانية ليس بسبب زيت الزيتون بل بسبب زيت المارجارين الموجود في زيت اللفت rapeseed. ومهما كان من أمر، تبقى الحقيقة الماثلة للعيان أن سكان حوض البحر المتوسط اقل فرصة للإصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين من غيرهم وان زيت الزيتون هو الزيت الأكثر استخداما ضمن الغذاء اليومي لهؤلاء من زيت اللفت ومن أهم فوائد زيت الزيتون هو انه يقلل من كمية الكوليستيرول في مجرى الدم رغم أن كاتب المقالة التي نشرتها مجلة لانسيت يبين ان الكثير من الزيوت النباتية التي تحوي على الدهون غير المشبعة الأحادية لها تأثير اكبر من زيت الزيتون في تقليل كمية الكوليستيرول في الدم .ولكن هل ان العامل الرئيسي في تقليل فرصة الإصابة بأمراض القلب مرتبط دائما بنقصان كمية الكوليستيرول في الدم فحسب؟ . بينت الدراسات التي أجريت على الحيوانات المختبرية أن الكوليستيرول يكون خطرا عند تفاعله مع الأكسجين (أي تأكسده)يحوي زيت الزيتون على العديد من المكونات الأخرى بما في ذلك مكونات مثل الاوليوروبين والسوالين التي قد تحمي الكوليستيرول من الأكسدة . كما أن هذه المركبات قد تساعد أيضا في تقليل مخاطر أخرى لها علاقة بالأكسدة مثل السرطان . وقد بينت دراسة نشرت مؤخرا تناولت النساء اللاتي يتناولن زيت الزيتون بكثرة أن فرصة إصابتهن بسرطان الثدي اقل بكثير من غيرهن الحكم النهائي ومع كل ما تناولته مقالة مجلة لانسيت الطبية يبقى زيت الزيتون ذا كفة راجحة تماما في الاستخدام اليومي سواء في السلطة او في الطبخ فان له فوائد جمة للصحة العامة على المدينين القريب والبعيد ومن افضل أنواعه بالتأكيد هو ما قلت معاملته والذي يحضر بالطرق الباردة ودون الاستعانة بالحرارة وما يدعى بزيت الزيتون العذري . Virgin Olive oil .

زيت الزيتون و الصبغيات : قال تعالى : وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ وَصِبْغٌ لِلْأَكْلَيْنِ {20} سورة المؤمنون يقول الدكتور نظمي خليل أبو العطا في كتابه إعجاز النبات في القرآن الكريم : وقد كشفت في لسان العرب لابن منظور عن معنى كلمة صبغ فوجد : (الصبغ و الصباغ و الصبغة : ما يصبغ به الثياب و الصبغ المصدر و الجمع أصباغ و أصبغة و الصبغ في كلام

العرب التغيير و منه صبغ الثوب إذ غير لونه و أزيل عن حاله إلى حالة سواد أو حمرة أو صفرة) و قد اشتملت هذه الآية الكريمة على أمور عظيمة . و إذا كان ربنا سبحانه و تعالى قال لنا أن شجرة الزيتون تعطي الدهن فهذا معلوم و لكن (وصبغ للأكليين) و قد قرأت التفاسير و علمت إنهم يقصدون الغمس للطعام في الزيت ، و بالكشف في لسان العرب وجدت أن هذا صحيح و لكن عندما قالت الآية (صبغ للأكليين) هنا ذكر الدهن ، و عطف عليه الصبغ و قد فهمت أن ثمار هذه الشجرة تحتوي الدهن المكون من الأحماض الدهنية و مركبات أخرى و هي تحتوي على الأحماض الدهنية الأمينية و منها الفينيل و الإينين الذي يعطي التيروزين (و هو مشتق من الألائين) و هو من الأحماض العطرية الأساسية و (الفينيل الأئين يعطي التيروزين) و هو من الأحماض الميلائين في الجلد و هذه الصبغة (الميلائين) هي التي تصبغ البشر حسب كميتها في الجلد فإذا كانت صبغة كثيفة أعطت الجلد الأسود ، و إذا خفت أعطت اللون الأصفر و إذا غابت تماماً (شدوذ و مرض) أعطت اللون الأبيض للشعر و الجلد و الرموش و لهذا الصبغة (الميلائين) أهمية كبيرة للإنسان فالسودان و النوبي ، و الأفريقي يعيشون في منطقة شديدة الحرارة ساطعة الشمس و هذا يتطلب حماية للناس ، هذه الحماية تتوفر بتوفر اللون الأسود (الميلائين) ، و هذا ملحوظ في الشخص القمحي اللون عندما يقف في الشمس طويلاً فإنه يسمر ، لأن الاسمرار و وسيلة دفاع عن الجلد ضد الشمس و هذا سبق علمي خطير ، حيث أن شجرة الزيتون تعطي الزيت و الأحماض الأمينية ، و منها الأحماض المسؤولة عن إعطاء اللون الأسود (الصبغ الجلدي) .

زيت الزيتون يقوي ذاكرتك : يمكن لقطرات من زيت الزيتون تتناولها يوميا ، أن تقبك فقدان الذاكرة و تبقي على أداء دماغك لوظائفه بشكل فعال عند بلوغك سن الشيخوخة ، وذلك استنادا إلى ما يقوله فريق علمي من جامعة " باري " و السر في ذلك- حسب ما يقوله الدكتور " انتونيو كابورسو " الذي يترأس الفريق العلمي الذي قام بالأبحاث اللازمة قبل التوصل إلى هذا الاستنتاج- هو الحوامض الدهنية غير المتشبعة التي يمكن العثور عليها في الزيتون و حبة دوار الشمس و زيت السمسم . و يعتقد هؤلاء العلماء أن هذه المواد تحافظ على سلامة بيئة الدماغ . و يعبر الدكتور " كابورسو " عن ذلك بقوله " يبدو أن هناك حاجة متزايدة إلى الأحماض الدهنية غير المتشبعة أثناء عملية الشيخوخة " . و قد توصل الفريق الطبي إلى نتائج هذه بعد أبحاث شملت 300 شخص تراوحت أعمارهم بين 65 و 84 عاما ، حيث تبين أن الذين تناولوا كميات أكبر من هذه الأحماض ضمن مكونات وجباتهم الغذائية . تمتعوا بقدرة أفضل على التذكر و كانوا أكثر يقظة من غيرهم . و يوصي الباحثون بتناول كميات إضافية من زيت الزيتون باعتباره فعالاً بشكل خاص في هذا المجال . و لا عجب ، فشجرة الزيتون مباركة طيبة .

الادهان بالزيت : أفضل ما جرب من الزيوت للادهان زيت الزيتون خصوصا إذا كان مقروء عليه آيات من كتاب الله . و يجتهد البعض في إضافة بعض الأعشاب و الزهور لهذا الزيت من أجل زيادة المنفعة أو لأجل تعذيب الجن و أفضل ما جرب في ذلك إضافة الحبة السوداء و السذاب و القسط على النحو التالي :

1. لتر زيت زيتون .
2. ثلاث ملاعق حبة سوداء مطحونة .
3. ثلاث ملاعق ورق سذاب مطحونة .
4. ثلاث ملاعق قسط مطحونة .

يسحق و يمزج الجميع على نار هادئة ، و بعد أن يبرد يضاف إليه طيب الريحان أو المسك الأسود (الأحمر السائل) ، و من ثم تقرأ عليه الرقية الشرعية و يدهن به . يدهن بزيت الزيتون مرة واحدة في اليوم و ذلك عند النوم و يغتسل منه في الصباح حتى تنفتح مسامات الجلد .

- يدهن الرأس إذا كان يعاني المصاب من : صداع ، تساقط شعر الرأس ، قلق صرع ، ضعف في الذاكرة .
- يدهن الصدر و الجبهة إذا كان المصاب يعاني من : ضيق في الصدر و سوسه خفقان في القلب خوف كراهية للزوجة ، للمجتمع ، للعمل ، للعبادة ، للبيت ، للمدرسة .
- يدهن البطن و الظهر إذا كان يعاني المصاب من : آلام في البطن آلام في الظهر عقم إجهاض متكرر ربط .
- يدهن مؤخرة الرأس و العمود الفقري و العضو المصاب في حالة : الشلل تشنجات في الأعصاب تشنجات في الأطراف .
- يدهن موضع الألم في الحالات الأخرى . و يرى بعض الرقاة أن يدهن الجسد كاملاً في جميع الحالات و هذا الذي أظنه الصواب ، بل يرى البعض أن يدهن الجسم أكثر من مرة في اليوم الواحد و هذا في الحالات المستعصية .

زيت الزيتون في الطب النبوي : زيت : في الترمذي و ابن ماجه من حديث أبي هريرة رضي الله عنه ، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال " كلوا الزيت وادهنوا به ، فإنه من شجرة مباركة " .

وللبهقي و ابن ماجه أيضاً عن ابن عمر رضي الله عنه ، قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " انتدموا بالزيت ، وادهنوا به ، فإنه من شجرة مباركة " . الزيت حار رطب في الأولى ، و غلط من قال يابس ، و الزيت بحسب زيتونه ، فالمعتصر من النصيح أعدله و أجوده ، و من الفج فيه برودة و يبوسة ، و من الزيتون الأحمر متوسط بين الزيتين ، و من الأسود يسخن و يربط باعتدال ، و ينفع من السموم ، و يطلق البطن ، و يخرج الدود ، و العتيق منه أشد تسخيناً و تحليلاً ، و ما استخرج منه بالماء ، فهو أقل حرارة ، و ألطف و أبلغ في النفع ، و جميع أصنافه ملينة للبشرة ، و تبطن الشيب . و ماء الزيتون المالح يمنع من تنفط حرق النار ، و يشد اللثة ، و ورقه ينفع من الحمرة ، و النملة ، و القروح الوسخة ، و الشرى ، و يمنع العرق ، و مناعفه أضعاف ما ذكرنا . و زيت الزيتون يرفع نسبة الكوليسترول المفيد في الدم و يخفض نسبة الضار .

العلاج بزيت الزيتون المرقى (يقرأ الراقي و إصبغه في الزيت)

1. من آخر سورة التوبة " لقد جاءكم " إلى آخر السورة .

2. الاخلاص والمعوذتين كل سورة 3 مرات.

ينفع ان شاء الله في جميع الامراض دهنا واذا كان الألم شديد يجلس في الشمس ثم يدهن ويوضع على الزيت قليل من المستكة الناعمة وقليل من الحبة السوداء الناعمة واثاء القراءة يحرك اصبعه في الزيت ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بأذن الله.

البلغم

دواء البلغم "خذ جزءاً من علك الرومي وجزءاً من كندر وجزءاً من زعتر وجزءاً من نانخواه وجزءاً من شونيز، أجزءاً سواءً يدق كل واحد على حدة دقاً ناعماً ثم تنخل وتعجن وتجمع وتسحق حتى يختلط ثم تجمعه بالعسل وتأخذ منه في كل يوم وليلة بندقة عند المنام نافع إن شاء الله تعالى". يمكن تنظيف البلغم لدى الاطفال والكبار ايضاً باستخدام مغلي الحلبة (الماء الناتج بعد غلي الحلبة) وتحليته بالعسل ويؤخذ منه قدر ربع فنجان قهوة للاطفال صباحاً ومساءً.

للبلغم: افضل طريقة لاجراج البلغم من الجسم ان تغلي 10 غم من ورق الجوافه مع 3 غم من لحاء البيلسان (وهي زهرة جميله اللون والرائحه) لمدة 7 دقائق تصفى ويضاف اليها 3 غم عصرة زنجبيل وهي حاره . للكبار 100 مل يومياً 3 مرات للصغار 30-50 مل حسب الحجم مرتين في اليوم.

علاج لبلغم المدخنين

التركيبة والطريقة: يؤخذ منقوع البابونج محلى بالعسل وبكمية كأس كبيرة يومياً وذلك لمدة 40 يوم وهذا بعد ترك التدخين.

علاج لاجراج البلغم

التركيبة والطريقة: بصله متوسطه الحجم تقشر وتقسم اربع قطع ويوضع عليها لتر ونصف ماء وتغلى على النار حتى تستوي وتصفى وتوضع في الثلاجة يشرب منها كأس صغير على الريق ومرة عند الظهر وقبل الطعام ومرة قبل النوم ويستمر حتى الشفاء بأذن الله.

علاج لترك الدخان وطرح البلغم

التركيبة والطريقة: يأخذ المريض 10 عقوب بامية 3 مرات في اليوم ولمدة أسبوع بأذن الله.

علاج لطرح البلغم

التركيبة والطريقة: غرغرة ثلاث مرات بشاي مر قبل النوم مباشرة وعلى الريق ويستمر حسب الحاجة.

علاج للبلغم لغير المدخنين

التركيبة والطريقة: كأس شاي يذاب فيه صفار البيضة ويفضل أن تكون البيضة بلدية ثم يحرك ويشرب على الريق

علاج لاجراج البلغم

التركيبة والطريقة: 125 غم بزر كتان, 25 غم زنجبيل , 20 غم حصا البان السوداني الذكر يطحن الجميع ناعم وتؤخذ ملعقة صغيرة على الريق وملعقة صغيرة قبل النوم مباشرة ويستمر العلاج حتى الشفاء.

علاج لازالة البلغم والاخلاط

التركيبة: شعير اصفر , ورد ختمية, كرفس البير , حبة سوداء.

الطريقة: يخلط حتى يتجانس يغلي 3 كاسات ماء كبيرة وبعد الغلي يطفئ النار ويضع من الخليط ملعقة طعام ونصف ويغطى بغطاء محكم لمدة 10 دقائق يصفى ويشرب 3 مرات قبل كل وجبة طعام بساعة.

ملاحظة: يوضع ملعقة طعام من الشعير وتغلى لمدة 10 دقائق تطفئ النار ويوضع من الخليط ملعقة ونصف.

علاج للسعال واجراج البلغم

التركيبة والطريقة: 3 قرون بامية متوسطه الحجم وملعقة زهورات , ميرمية , ختمية , بابونج يغلي 3 كاسات ونصف ماء صغار وبعد الغلي يطفئ النار ويضع المواد ويغطيها بغطاء محكم لمدة 10 دقائق تصفى وتشرب على 3 مرات مرة على الريق ومرة قبل الغداء ومرة قبل النوم مباشرة ويستمر حسب الحاجة.

علاج لتحليل البلغم والدم الجامد

التركيبة والطريقة: يغلي كأس صغير من الماء ويطفئ النار ويوضع ملعقة طعام من الخندروس ويغلق المكان بغطاء محكم مرة على الريق ومرة قبل النوم.

زيوت الادهان

دهن: الماهية: معروف دهن البلسان قد ذكر ودهن الخروع ودهن الفجل متشابهها القوة محلان وأقواهما دهن الخروع وإن كان دهن الفجل أسخن وهو شبيه بالزيت العتيق.

الطبع: حار يابس في الثانية دهن السوسن ودهن الياسمين حاران يابسان في الثالثة ودهن الأنجرة ودهن القرطم حاران في الأولى رطبان في الثانية ودهن النرجس حار في الثانية رطب في الأولى ودهن الخيري حار رطب في الثانية وكذلك دهن البان وكذلك دهن اللوز المر ودهن أطراف الكرم والورد والتفاح متقاربة في التبريد والقبض ودهن السفرجل أيضاً ودهن البابونج حار باعتدال ودهن الشبث شبيه به وأسخن منه ودهن النرجس قريب القوى الأفعال من دهن الشبث لكنه أحد راحة فلا يصلح للرأس صلوح دهن الشبث ودهن البنفسج ليس فيه قبض ولكن فيه تبريد ما ودهن السذاب محل.

ونحن لا نذكر ههنا صنعة الأدهان بل نذكرها في القرايين ولا أيضاً نذكر الأدهان المركبة من أدوية كثيرة مثل دهن القسط ودهن الدار شيشعان لا اتخاذها ولا منافعها إلا في القرايين.

الأفعال والخواص: دهن اللوز خصوصاً المر مفتوح وفي دهن التفاح ودهن السفرجل خاصية قبض وتبريد دهن البابونج مسكن للأوجاع مزيل للتكاثر محلل للبخارات.

دهن السوسن ملين مقو للأعضاء منضج مسكن للأوجاع

دهن الأس يشد الأعضاء ويقويها ويبرد أكثر من دهن السفرجل ويمنع المواد المتحلبة

دهن السذاب محلل للنفخ جداً وهو كدهن الغار وأسخن منه وكلاهما يسكنان الأوجاع المزمنة ويحلل الرياح

دهن القسط نافع في اختلاف أحوال الوباء ويطيب رائحة القدور والهواء.

الزينة: دهن الغار لداء الثعلب. دهن الأس يشد منابت الشعر ويقويه ويسوده.

ودهن القسط يحفظ الشباب في الشعر دهن اللوز مع العسل خصوصاً المر وأصل السوسن والشمع المذاب ينفع من التغضن في الوجه والكلف والآثار ونحو ذلك وينفع إذا طلي بالمطبوخ على الحزاز والنخالة.

دهن الخروع جيد للبرص والكلف. دهن اللبنة جيد للون الفاسد وخصوصاً في محاجر العين.

الأورام والبيثور: دهن اللوز نافع لورم الوثي. دهن السوسن للصلاية العتيقة يحللها ويزلها.

الجراح والقروح: دهن الخروع للبيثور الغليظة والجرب ودهن الحلبة للسعفة دهن الأس ينفع من القروح دهن القسط يزيل الجرب والحكة بسرعة.

آلات المفاصل: دهن اللوز نافع للوثي دهن البابونج نافع من الإعياء دهن السوسن ودهن الشبث أيضاً ولمن ضربه البرد.

أعضاء الرأس: دهن اللوز ينفع من الصداع وضربان الأذن والطنين والصفير في الأذن

دهن اللوز المر كثير النفع لطيف وأكبر نفعه في الأذن وسددها وطنينها والدود الكائن فيها .

دهن الورد جيد جداً لالتهاب الدماغ وابتداء ظهور الأورام ويزيد في قوى الدماغ والفهم وهو إلى الاعتدال.

ولذلك يدعي جالينوس أنه يسخن البدن الشديد البرد ويبرد البدن الحار والأغلب من حكمه عندي أن الأبدان الحارة التي يعد لها أكثر من الأبدان الباردة التي يسخنها.

ودهن الغار ودهن السذاب جيدان لأوجاع الرأس المزمنة.

ودهن الحلبة نافع للحزاز. ودهن الخروع نافع لقروح الرأس والأورام الكائنة فيه ووجع الأذن.

أعضاء النفس: دهن الأنجرة ودهن القرطم يطلقان.

ودهن الورد قد يطلق إذا وجد مادة تحتاج إلى إزلاق وقد يحبس الإسهال المراري.

ودهن الخروع يسهل ويخرج حب القرع دهن اللوز جيد لأوجاع الكلى وحصر البول والحصاة ولأوجاع المثانة والرحم واختناق الرحم.

ودهن السوسن يسهل الولادة ويسكن أوجاع الرحم شرباً واحتقاناً وفي جميع ذلك.

دهن الحلبة نافع أيضاً ولصلابة الرحم وديلاته وعسر الولادة.

ودهن الخروع ينفع من أورام المقعدة وانضمام الرحم وانقلابه.

الحميات: دهن البابونج في الحميات المتطاولة خير من دهن الورد ودهن الشبث جيد للنافض.

الأبدان: دهن البلسان بدله مر سيال أو وزنه دهن الدادي مع نصف وزنه دهن النارجيل وربع وزنه زيتاً عتيقاً وبدل دهن الغار الزفت الرطب وبدل دهن السوسن دهن الغار وبدل دهن الأنجرة دهن القرطم وهو أضعف منه وبدل دهن الحناء دهن المرزنجوش وبدل دهن النيلوفر دهن الورد أو دهن البنفسج وبدل دهن الخروع دهن الفجل أو دهن الكتان من غير انعكاس في دهن الكتان.

دهان للأعصاب

المقادير: شب أو شب الفؤاد (4 جرام) - دم الأخوين (2 جرام) - عود القسط (4 جرام) - صبر (4 جرام) - حرمل (1 جرام) - سدر (4 جرام) - شمع نحل (20 - 25 جرام) - فكس (100 جرام) .

طريقة الاستعمال: تطحن الأعشاب جيداً حتى تصبح كالبودرة ، ثم يوضع شمع النحل على نار خفيفة حتى يسيّل ، ثم يرفع ويخلط مع الأعشاب ، ثم يترك حتى يبرد وقبل أن يجمد يخلط مع الفكس ، ثم يستعمل عند الحاجة للأعصاب والروماتيزم والمفاصل .

زيت الكرنب (الملفوف، اللهانة، اليخنة): ويستعمل هذا الزيت للقبض المزمن وأذابة الشحوم من الدم ومع الزيت الثوم مضاد

للسرطان وقرحة المعدة ويعالج قرحة المعدة أو القرحة السرطانية الخبيثة النتنة وينقي البشرة من النمش والكلف مع زيت الفجل

ويغذي الشعر له خواص الفسفور والكبريت شرب 3 مرات باليوم ملعقة صغيرة.

زيت اللفت (الشلغم): لمعالجة ضيق الشعب التنفسية والروماتيزم وينقي البشرة والبهاق وتفتيت حصى الكلى والحالب والمثانة ويحد البصر ويعيد النظر شربا وأن عاود الذهب 3 مرات في اليوم ملعقة صغيرة..
زيت الخردل: موسع للشرايين التاجية في الدماغ ويعالج الرجفة والفالج وجذع الدماغ (أسفل الدماغ) ويدر الحيض بقوة وضيق التنفس والفالج والرعدة دهنًا وشربًا وكذلك يفتت الحصى والتشنجات العضلية والعصبية وينقي الدماغ واللزوجات البلغمية دهن وشرب كبسولة مرة أو مرتين (الكبسولة نصف غ).

زيت بذر العصفور: لازالة شحم الدم وتفتيت حصى الكلى مرتين باليوم ملعقة صغيرة.
زيت القريص: وهو من أفضل الزيوت في معالجة فروة الرأس ويمنع تساقط الشعر وتغذيته دهنًا مرتين يعمل على كافة الأمراض الجلدية الطارحة للقشرة المتقيحة ويعالج التهاب العصب دهنًا مرتين باليوم.

زيت شاترك (بقلة الملك): زيت معروف علميا لمعالجة الأكزيما المستعصية وأمراض الجلد عامة والتشقق دهنًا.
زيت البطم (حبة خضرة): وهو من أفضل الزيت لزيادة الهرمونات والبروتين لتغذية النحفاء وتغذية غدة الهيرمون في فروة الرأس وأطالة الشعر دهنًا وشربًا ويقطع البلغم ويعالج سيلان اللعاب أو انحلال اللعاب ويعالج أمراض الطحال ويعالج الأعياء وأوجاع العصب والمفاصل دهنًا وشربًا ويذهب خفقان القلب.

زيت الحبة السوداء: معروف عالميا داخليا وخارجيا لما تشاء دهنًا وشربًا.
زيت الرفش (السلحفاة): العلاج الأول والأخير ولا يضاهيه زيت في معالجة السوفان في الرقبة وأسفل الظهر والمفاصل دهن مرة واحدة أو حسب الحاجة.

زيت الحية (الثعبان): هو معروف منذ زمن طويل وإلى الآن لاطالة الشعر وزيادة نظارته.
الادهان في الطب النبوي: روى الترمذي في كتاب الشمائل من حديث أنس بن مالك رضي الله عنهما ، قال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يكثر دهن رأسه ، وتسريح لحيته ، ويكثر القناع كأن ثوبه ثوب زيات .
الدهن يسد مسام البدن ، ويمنع ما يتحلل منه ، وإذا استعمل به بعد الإغتسال بالماء الحار ، حسن البدن ورطبه ، وإن دهن به الشعر حسنه وطوله ، ونفع من الحصبه ، ودفع أكثر الآفات عنه .

وفي الترمذي : من حديث أبي هريرة رضي الله عنه مرفوعاً : " كلوا الزيت وادهنوا به " .والدهن في البلاد الحارة ، كالحجاز ونحوه من أكد أسباب حفظ الصحة وإصلاح البدن ، وهو كالضروري لهم ، وأما البلاد الباردة ، فلا يحتاج إليه أهلها ، والإلحاح به في الرأس فيه خطر بالبصر .وأفنع الأدهان البسيطة : الزيت ، ثم السمن ، ثم الزبرج

و.أما المركبة : فمنها بارد رطب ، كدهن البنفسج ينفع من الصداع الحار ، وينوم أصحاب السهر ، ويرطب الدماغ ، وينفع من الشقاق ، وغلبة اليبس ، والجفاف ، ويطلّى به الجرب ، والحكة اليابسة ، فينفعها ويسهل حركة المفاصل ويصلح لأصحاب الأمزجة الحارة في زمن الصيف ، وفيه حديثان باطلان موضوعان على رسول الله صلى الله عليه وسلم أحدهما : " فضل دهن البنفسج على سائر الأدهان ، كفضلي على سائر الناس

والثاني : فضل دهن البنفسج على سائر الأدهان ، كفضل الإسلام على سائر الأديان " .ومنها : حار رطب ، كدهن البان ، ولس دهن زهره ، بل دهن يستخرج من حب أبيض أغبر نحو الفستق ، كثير الدهنية والدهم ، ينفع من صلابة العصب ، ويلينه ، وينفع من البرش والشمش ، والكلف والبهق ، ويسهل بلغمًا غليظًا ، ولين الأوتار اليابسة ، ويسخن العصب وقد روي فيه حديث باطل مختلق لا أصل له : " ادهنوا بالبان ، فإنه أحظى لكم عند نساءكم " .

ومن منافعه أنه يجلو الأسنان ، ويكسبها بهجة ، وينقيها من الصدا ، ومن مسح به وجهه وأطرافه لم يصبه حصى ولا شقاق ، وإذا دهن به حقوه ومذاكيره وما والاها ، نفع من برد الكليتين ، وتقطير البول .

الربو

القهوة والشاي والتمه والجورو والكولا : هذه الأعشاب تحتوي على مادتي الثيوبيرمين والثيوفيلين بجانب الكافيين وهذه المركبات الثلاثة تنتمي إلى المجموعة الكيميائية المعروفة باسم اكزانثينز (Xanthines). هذه المواد الكيميائية تساعد كثيرا في إيقاف التقلصات التي تحدث خلال نوبة الربو وتفتح الممرات الشعبية للرنه.

وطريقة الاستعمال هو تجهيز كوب من القهوة أو أي من المواد المذكورة عند حدوث أزمة الربو مع عدم التوقف عن استعمال العلاج المعطى لمريض الربو من قبل الطبيب المختص.

الأفدرا : والأفدرا تباع في جميع أنحاء العالم كما هي ويؤخذ منها ملء ملعقة شاي من المسحوق ويضاف الى مل ماء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء. ويجب التقيد بالجرعة حيث ان الإفدرا تسبب الارق وعدم الراحة في حالات الجرعات الزائدة. ويجب عدم اعطاء الأفدرا للأطفال إلا بعد استشارة المختص وكذلك عدم استعمالها من قبل النساء الحوامل والمرضعات. =

زيرفون



الزيرفون
علاجات الكيلاني

الجزء المستعمل : الأزهار المجففة والأغصان الصغيرة والأوراق .

التأثير الفيزيولوجي :

- مهدئ للأعصاب ، مخفض للضغط ، معرق ، مدر للبول ، مضاد للالتهاب ، مدر للطمث ، قابض .
- يعتبر الزيرفون مهدئ في حالة توتر الأعصاب . يستعمل كدواء يقي من تطور تصلب الشرايين ويستعمل أيضاً لعلاج ضغط الدم المرتفع والمرافق لتصلب الشرايين وتوتر الأعصاب .
- تأثيره المهدئ بالإضافة إلى تأثيره العام على الجهاز الدوراني يعطي الزيرفون دوراً في معالجة بعض أنواع الشقيقة .
- للتأثير المعرق والمرخي يفسر أهميته في علاج الأنفلونزا وأنواع الزكام المقترن بحمى .
- الأشكال الصيدلانية : منقوع :** ضع ملعقة شاي من الزهور والأوراق في كأس من الماء المغلي واتركه لمدة عشرة دقائق ، يجب أن يشرب ثلاث مرات في اليوم . أما من أجل التأثير المعرق لعلاج الحمى يؤخذ (2- 3) ملعقة شاي .
- **صبغات :** يؤخذ (1- 2) مل من البغلة ثلاث مرات في اليوم .
- **مستحلب الأزهار :** يستخدم في علاج الرشح والزكام والتهاب الشعب الهوائية .
- **منقوع قلف الأشجار :** يستخدم في معالجة الروماتيزم .
- كما يفيد الزيرفون كمنظف للأسنان** وذلك بخلط مسحوق فحم خشب الزيرفون مع مسحوق نبات المرمية فيكسب النفس عطراً محبباً ويمنع عنها الرائحة الكريهة التي تسببها الأسنان أحياناً .
- كما يستخرج من أزهار الزيرفون** مرهم يستعمل في تطرية الجلد وتنقيته وبالاخص من النمش وطريقة تحضيره هو وضع 500 جرام من أزهار الزيرفون في عشرة لترات من الماء ثم تغلي لمدة عشر دقائق وتضاف الى ماء الحمام ويغتسل به .
- ومن فوائده:** أنه يستعمل كمضاد للتشنج ولمغص المعدة والأمعاء وعسر الهضم كما أنه يساعد على التخلص من عفونة المعدة وهو علاج للزكام المحتقن والنزلات الشعبية والسعال والربو ومنشط لإفراز الصفراء والكبد وهو كذلك ملين ومقشع ومعرق كما أنه مهدئ يساعد على النوم والتخلص من القلق والصداع ويسكن الآلام العصبية ويفيد لآلام المفاصل والروماتيزم ويستخدم مضاداً للإسهال كما ينفع للأرق والتقيء والاضطرابات الهضمية والعصبية وآلام الرأس وتصلب الشرايين وهو أيضاً خافض للضغط .
- يستخدم الزيرفون شعبياً لعلاج البرد والرشح** ويثير الشهية للطعام ويفيد اضطرابات الهضم ولعلاج إفرازات جهاز التنفس، وكمهدئ للأعصاب

وتستخدم الأزهار كثيراً ضمن بعض النباتات الأخرى على هيئة شاي عشبي لإدرار البول ولتخفيف آلام الروماتيزم والصداع والأرق. كما يستعمل الفحم المصنوع من فروع الأشجار المجففة لطرد الريح من الأمعاء، ولتخفيف الحموضة في المعدة ولعلاج اضطرابات المرارة والكبد وفي بعض حالات التسمم. كما تستعمل خلاصته كملطف للفم وللغرغرة في ألم الحنجرة.

وماذا قال الطب الحديث عن الزيرفون؟

أثبتت الدراسات ان ازهار الزيرفون لها تأثير على آلام الأعصاب وتنقية الكليتين وتهدئة آلام الصدر وتستخدم الأزهار بأخذ ملىء ملعقة كبيرة ووضعها في ملىء كوب ماء مغلي وتركها لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل مرتين احدهما صباحاً واخرى عند النوم.

كما تستخدم لعلاج الزكام والنزلات الشعبية والحميات الناتجة عن البرد حيث يستخدم مغلي الأزهار كمعرق وخافض للحرارة وذلك بمعدل ملىء ملعقة صغيرة من مسحوق الأزهار تضاف إلى ملىء كوب ماء مغلي وتترك لتقع لمدة 10 دقائق ثم تصفى ويشرب ما

بين كوبين إلى ثلاثة اكواب في اليوم.

ويستخدم الزيزفون لعلاج عفونة الأمعاء والاضطرابات المعوية وإزالة البلغم حيث يستخدم فحم خشب الأغصان بمعدل ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى مساءً مع ضرورة استخدام مسهل لأخراج ما أقتضه الفحم من غازات وسموم.

يستخدم الزيزفون لعلاج الجروح والقروح والحروق حيث يستخدم فحم خشب الأغصان وذلك عن طريق ذر المسحوق على مكان الإصابة مرة واحدة يومياً.

كما يستخدم لتقوية وتنشيط الجلد حيث تستخدم الأزهار بمعدل 500 جرام تضاف إلى 10 لتر من الماء المغلي ويضاف المزيج إلى ماء الحمام حيث يفيد ذلك جلد البشرة جيداً.

كما وجد ان ازهار الزيزفون لها تأثير على ارتفاع ضغط الدم الانقباضي المصاحب لتصلب الشرايين حيث يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من ازهار الزيزفون وتوضع على ملء كوب ماء مغلي وتترك لتتقع لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاثة اكواب يومياً. كما يوجد مرهم مصنوع من ازهار الزيزفون في فرنسا لعلاج الحكة.

طرق إستعماله من الداخل: يستخدم شاي الزيزفون لتهديئة الأعصاب والمساعدة على النوم وتسكين الآلام والأرق والصداع النصفي ولمعالجة تصلب الشرايين وتنشيط الدورة الدموية والاحتقانات والنزلات الشعبية والربو كما يسكن السعال ويسهل التنفس ويثير إفراز العرق فتتخفض درجة حرارة الجسم ويسهل التنفس ويزيل صداع الزكام واحتقانه ، يستخدم أيضاً من الداخل في حالات تعرض الشخص لتجلط الدم ويفيد في خفض الضغط الدموي المرتفع.

طرق إستعماله من الخارج: الفحم: يستعمل مسحوق فحم خشب أغصان الزيزفون لمعالجة الجروح والقروح النتنة في الجلد حيث يذر المسحوق فوقها مرة أو أكثر في اليوم حسب الحاجة فيمتص العفونة ويزيل الرائحة.

النقوع: يضاف نقوع الزيزفون إلى ماء الحمام للمحافظة على الجلد وتنشيط البشرة وإزالة الإفرازات الزائدة منها كما يعمل على تليين الجلد وإعطاء الجسم نعومة وطلاوة ورائحة عطرة ويفيد في علاج ضربات الشمس والحمى الشديدة.

مغلي الأزهار: يستعمل عن طريق الاستحمام والغسل والمسح والتكميد والحقن الشرجية.

وإن خشب الزيزفون الأبيض أفضل منظم لعمل الأوعية الصفراوية وتهديئة الاضطرابات الكبدية والصداع الحاد، فهو يشفي 75 إلى 90 بالمائة من الإصابات. ويمكن استعمال خشب الزيزفون الأبيض كشراب مغلي، إلا أن استعمال أبخرته أفضل وأسرع تأثيراً، ولا يمكن

الحصول على هذه الأبخرة إلا عن طريق تحضيرها في المختبرات، وتوجد في الأسواق على شكل حبوب. ويصنع شراب من قشر خشب الزيزفون يغسل الكليتين، كما يستعمل نفس القشر في تهدئة الأعصاب، وليس هناك أي محذور في تناول أية كمية كانت من هذا الشراب. ويستخرج من أزهار الزيزفون مرهم يستعمل في تطرية الجلد وتنقيته من النمش. لا يوجد أي أضرار جانبية للزيزفون.

الزيزفون شجرة ضخمة تسمى أيضاً التليو وتستعمل بذور هذا النبات لاستخراج زيت يشبه إلى حد ما زيت الزيتون والجزء الطبي من الشجرة هو العناقيد الزهرية وخشب الأغصان وقشورها. المواد الفعالة فيها زيت طيار ومواد هلامية مع المواد الصابونية وتستخدم كمضادة للتشنجات ومعرق وطاردة للبلغم.

مغلي الازهار والأوراق مسكن للسعال ونزلات البرد وهو منوم مهدئ للأعصاب وعادة يستعمل منوما للأطفال مهدداً لأعصابهم في بعض الحالات المرضية وإذا حضر منه مغلي ثقيل كان منوما للكبار.

الاستخدامات الطبية للزيزفون: الزيزفون دواء مضاد للتشنج ومحث على العرق وهو يفرج التوتر والصداع الجببي. ويساعد في تهدئة العقل ويريح النوم بسهولة. و الزيزفون دواء ممتاز للكرب والزعل. ويستخدم بشكل خاص لعلاج الخفقان العصبي. وتُفَرَّج أزهار الزيزفون الزكام والانفلونزا بخفض النزلة الأنفية وتلطيف الحمة. ويشيع أخذ أزهار الزيزفون لخفض ضغط الدم العالي لا سيما عندما يكون للعواطف دوراً في ذلك وتستخدم الأزهار على المدى الطويل لعلاج ارتفاع ضغط الدم الانقباضي المصاحب لتصلب الشرايين.

مسحوق فحم خشب أغصان الزيزفون: يعمل الفحم بحرق الأغصان بالطرق المعروفة بصناعة الفحم ويُدق أو يُطحن ليصبح مسحوقاً ناعماً كمسحوق البن المطحون. ويستخدم مسحوق فحم خشب الأغصان لمعالجة الجروح والقروح النتنة في الجلد، حيث يتم ذر

المسحوق فوقها مرة واحدة أو أكثر في اليوم فيمتص عفونتها فتزول رائحتها الكريهة ويسرع شفاؤها. ويستخدم مسحوق فحمها لتنظيف الأسنان واللثة وإزالة الروائح الكريهة من الفم.

مستحلب أزهار الزيزفون: يتم عمل مستحلب أزهار الزيزفون بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الأزهار لكل فنجان من الماء الساخن لدرجة الغليان ويشرب ساخناً ومُحلى بالعسل أو سكر النبات (2-3 فناجين يومياً).

الزيزفون والترنجان لعلاج الكآبة: طريقة الاستخدام هو أخذ ملء ملعقة شاي من مزيج مسحوقي أزهار الزيزفون والترنجان بنسب متساوية ووضعها في ملء كوب ماء يغلي وتركها لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل كوب بعد كل وجبة.

الزيزفون والكآبة: أثبتت الدراسات العلمية استعمالها كمسكن للآلام المعوية ومضادة للتشنج حتى لقد مرستعمل منها في فرنسا لوحدة كل عام بخمسمائة طن ولها أيضاً خصائص مسكنة بالنسبة للمؤرقين والقلقين والعصبيين حيث يستحمون في ماء منقوعاً بنسبة 500 جرام للحمام الواحد.

للغرغرينا: يستعمل مسحوق فحم خشب الأغصان لعلاج الغرغرينا في الجلد بجميع أنواعها وكذلك الجروح والقروح النتنة في الجلد وذلك برش أو ذر المسحوق فوقها مرة واحدة أو أكثر من ذلك يومياً. ويمكن دهان موقع الغرغرينا أو الجروح أو القروح المنتنة بزيت الخروع ثم يذر مسحوق فحم النبات على المواقع. ويستخدم مغلي الأزهار وذلك بأخذ ملعقة من مسحوق الزهر ويوضع في ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب وذلك لعلاج الغرغرينا الداخلية. كما يستخدم مسحوق فحم جذور

الزيتون لمعالجة عفونة الأمعاء وامتصاص الغازات والسموم منها وذلك بمقدار ملعقة صغيرة سفوفاً في الصباح وأخرى في المساء ويفضل تناول ذلك بعد الوجبة.

=اليانسون والسنت: لقد استخدم الاغريق شايًا من هذين العشبين لعلاج الربو وهذين النباتين يحتويان على مواد كيميائية تعرف باسم كريزول والفابانين وهي التي تساعد على توسعة الممرات الهوائية وتخرج الافرازات الموجودة بها ويعتبر السنت أكثر فائدة من اليانسون ويستعمل من ثمار السنت ملء ملعقة من مسحوق الثمار لكل كوب من الماء المغلي حيث يوضع في الكوب بعد ملئه بالماء المغلي ويترك لمدة 10 دقائق مغطى ثم يصفى ويشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء ويمكن استعمال اليانسون في حالة عدم توفر السنت .

اوراق اليوكالبتوس: ونبات اليوكالبتوس من الاشجار المعمرة والتي تعرف لدى عامة الناس بالكينا او بالكافور والجزء المستخدم من نبت اليوكالبتوس الاوراق وخاصة الاوراق المعمرة. والمادة الفعالة في اوراق اليوكالبتوس هو الزيت الطيار كما تحتوي الاوراق على مركب البروتين وكذلك بايوفلافونيدات وهي المسؤولة عن خفض الالتهابات في ممرات القصبة الهوائية. وتستعمل اوراق اليوكالبتوس على هيئة صمغ حيث تؤخذ الاوراق الطازجة او الجافة بمقدار خمس ملاعق كبيرة وتوضع في وعاء ويضاف لها لتران من الماء المغلي ثم ينكب المريض المصاب بالربو فوق الوعاء ويستنشق الابخرة المتصاعدة من الوعاء ويضع فوق رأسه غطاء يغطي الوعاء لكي لا تتسرب الابخرة الى الخارج. ويمكن شرب معدل كوب من هذا المغلي.

وصفات وعلاجات للربو

الوصفة الأولى: روفي 150 جرام, حشيشة الأرنب 50 جرام, زغده مخزنه 50 جرام, لسان الحمل السناني 50 جرام, زعتر 40 جرام, حم (لسان الثور) 60 جرام, شاورد 40 جرام, أكليل الجبل 40 جرام تطحن وتحلى بالعسل.

الوصفة الثانية: حبة البركة 150 جرام, اقحوان 50 جرام, زعتر 50 جرام, بذر كتان 50 جرام, شمر 50 جرام, يانسون 50 جرام, جذور جاوي 50 جرام, زنب الخيل 50 جرام تطحن وتحلى بالعسل.

الوصفة الثالثة: جذور راس وزهرة الربيع وبذور الينسون سفوف.

علاج للربو:

- 1) عرق سوس , كافور , القراص الشائك , الينسون , الشمر
 - 2) عرق سوس , ترنجان , بتولا بيضاء, كشمش , هندباء , راش , بابونج
 - 3) عرق سوس , البابونج , كافور , قرص , ينسون , الشمر.
 - 4) مريميه , ينسون , ترنجان , عرق سوس , الهندباء , الراش.
 - 5) عرق سوس , نعناع فلفلي , بتولا بيضاء , كشمش أسود, هندباء , بابونج , كندر.
- يطحن ويغلى ثلاث مرات مع العسل.

للربو:

1. يمزج زيت الريحان من (5 - 10 نقاط) مع 10 مل زيت لوز أو زيت عباد الشمس ويفرك بها الصدر في حالات الربو والتهاب القصبة الهوائية.

2. ثبت أن الثوم مفيد في حالات الربو، ويمكن لمريض الربو تحضير شراب الثوم بإضافة ملعقتين من العسل الأسود إلى فصوص الثوم المقطعة وتترك مدة ساعتين ، ثم يصفى ويؤخذ ملعقة من الشراب وقت السعال.

3. تضاف ملعقتان صغيرتان من أزهار البابونج إلى ماء مغلي ويستنشق البخار المتصاعد.

علاج مهدئ للربو

التركيبة: 50 غ زنجبيل , 100 غ حلبة , 100 غ سكر فضي (سكر نبات) , 100 غ بذر كتان , زيت الحبة السوداء
الطريقة: ينقى الجميع من الشوائب وتطحن ناعما يؤخذ قبل النوم ملعقة مليئة يدهن الصدر بزيت الحبة السوداء يأخذ ملعقة من المواد المطحونة بعد الاستيقاظ وقبل الطعام لمدة من 10 – 15 يوم حسب الحاجة والله الشافي.

علاج مهدئ للربو وضيق التنفس

التركيبة والطريقة

فلفل أبيض 50 غ , حلبة 100 غ , سكر فضي 100 غ , زنجبيل 50 غ , حصا البان الذكر السوداني 100 غ , بزر كتان 100 غ
يطحن الجميع ناعما ويأخذ المريض ملعقة صغيرة على الريق وقبل الطعام بساعة وقبل النوم والله الشافي.

علاج للربو

التركيبة: فلفل أبيض 50 غ , زنجبيل 50 غ , حصى البان الذكر السوداني 100 غ , بزر كتان 100 غ , ورق الجوافة 50 غ
الطريقة: يطحن الجميع ناعما ويؤخذ من المخلوط ملعقة صغيرة وتوضع في كأس ماء كبير وتغلى على النار لمدة 10 دقائق وينتظر حتى ترقد ويؤخذ كأس صغير على الريق وكأس صغير قبل النوم . =

سبانخ



سبانخ
علاجات الكيلاني

الاجزاء المستعملة في السبانخ : الاوراق .

استعمالات و فوائد السبانخ الطبية :

• خافض للحرارة و كاسر للعطش .

• مدر للبول .

• ينشط الكبد و يكافح اليرقان و الالتهاب الكبدي الوبائي .

• بطيء الهضم ، و المطبوخ افضل من النيء .

• الاكثار منه يحدث الرمل و الحصى بالكلى لما يحتويه من املاح كالسيوم ، ويمكن تخفيف هذه الظاهرة بالاكثار من عصر الليمون

الحامض عليه .

• يعالج التهابات الصدر .

• ملين لطيف للبراز و الطبيعة .

لالتهاب المرارة والصفراء: يؤخذ مقدار كوب من عصير السبانخ الطازجة الخضراء بعد تصفيته وتحليلته 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء.

=علاج للربو

التركيبة والطريقة:

3 كؤوس ماء كبيرة من مغلي الزعتر البري المحلى بالعسل مدة طويلة أو الزعتر الفارسي تخمر والله الشافي .مع تركيبة علاج للأزمة.

علاج التهاب الرئة الشديد ويعالج الربو

التركيبة والطريقة : زعتر بري, بابونج , قريص (مقادير متساوية) يغلى كاس كبير من الماء ويطفى النار ويضع فيه ملعقة كبيرة من الأعشاب ويغلق بغطاء محكم لمدة ربع ساعة ويشرب 3 مرات في اليوم قبل الطعام بنصف ساعة معه خلطة من الزيوت مع العسل (100 غم زيت حبة سوداء, 100 غم زيت لفت أو شلغم, 100 غم زيت خردل ,ثم توضع الزيوت على كيلو عسل) ويخلط حتى يتجانس ,للمريض صغير السن يأخذ ملعقة صغيرة 3 مرات في اليوم قبل الطعام بربع ساعة والكبير السن (البالغ) يأخذ ملعقة كبيرة مع دهن الصدر قبل النوم مباشرة بهذه الخلطة(زيت حبة سوداء 50 غم, فازلين 25غم) والله الشافي.

علاج للربو

1. يحضر لوحة صبر ويزيل عنها الشوك ويشرحها مناصفة ويرش عليها السكر ويضعها تحت النجم حتى الصباح قبل طلوع الشمس ويجمع الماء النازل من اللوحة ويؤخذ من الماء ملعقة صغيرة على الريق وقبل الفطور بساعة ونصف وملعقة صغيرة قبل النوم مباشرة.

2 حلبة 100 غم ,حصى البان الذكر السوداني50 غم, سكر فضي 100 غم, قرنفل 50 غم, زنجبيل 50غم, بزر كتان 100غم , تطحن المواد ناعم ويؤخذ منها ملعقة صغيرة على الريق وقبل ماء الصبار وملعقة صغيرة قبل النوم والله الشافي.

ست الحسن



الجزء المستخدم من نبات ست الحسن: الأوراق والساق والجذور.

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 زوال 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 الرعاش المعروف بمرض باركنسون، حيث تخفف 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 الاتروبين 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 يوجد أدوية مهدنة للأمراض العصبية والتنفسية ولتوسيع حدقة العين. وقد اتضح أن البلادونا مخدر خفيف لإزالة آلام الأمراض التي يصاحبها 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. ويوجد لصقات تحتوي على مركبات البلادونا تستعمل ضد الربو الشعبي وأعضاء الجهاز التنفسي والجلد والمفاصل والفتاة الهضمية. تستعمل قطرة الاتروبين لتوسيع حدقة العين وكذلك تستعمل في الأفلام عندما يريدون عيوناً واسعة أو عين واسعة عن الأخرى. نبات 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. ويوجد أدوية في الصيدليات للمغص واللعين وخلاف ذلك.

للأنفلونزا

لنزلات البرد: يشرب عصير برتقال عليه ربع ملعقة من زنجبيل مطحون مع تدليك الصدر والظهر قبل النوم بزيت حبة البركة.

علاج آخر للأنفلونزا

التركيبة والطريقة: يحضر بطاطس مسلوقة مع الثوم واللبن ويقوم بهرسهم معا مع قليل من الملح والليمون ويأكل المريض 3 مرات أو أكثر والله الشافي.

سحلب



الجزء المستعمل من النبات: الدرنات التي تشبه الخبي .

يعتبر السحلب ذو قيمة غذائية كبيرة في أوروبا فهو مقو ومضاد للإسهال المزمن والمصابين بالدسنتاريا وفي بريطانيا يستخدم السحلب لمرض السل وللناقيين. كما يوصف لحالات التسمم كما يستعمل لإيقاف نزف الرحم حيث يستخدم لهذا الغرض بأخذ ملعقة صغيرة من مسحوق الدرنات ويوضع فوق النار مع مقدار كوب ماء ويقلب جيدا أولا بأول ويضاف إليه السكر ثم يبرد ويشرب بهدوء فيوقف النزيف . يستعمل السحلب في العالم العربي على نطاق واسع وبالأخص في مصر وتركيا وبعض مناطق المملكة وخاصة مكة وجدة فهو ذو قيمة غذائية عالية ويستعمل منه مشروب سميكة يعرف بالسحلب ويعتقد كثير من الناس انه منشط جنسي اعتمادا على شكله ويستخدم عادة بعد تحليته بالسكر كغذاء ملطف قابض لإسهال الأطفال وضعاف المعدة وللمصابين بحالات الدسنتاريا وفي بريطانيا يستخدم السحلب لمرض السل وللناقيين. كما يوصف لحالات التسمم.

الخصائص الطبية:

- السحلب مضاد للإسهال وخاصة عند الأطفال، ولوقف النزيف الداخلي في المعدة (قرحة المعدة).
- يصنع منه شراب منعش يحلى بالعسل والسكر والحليب. وهو نبات معروف من فصيلة السحلبيات، يُزرع للزينة كما يوجد برياً، وهو نبات مشهور بمسحوقه الأبيض النشوي الذي يصنع منه شراب السحلب المعروف.
- لقرحة المعدة النازفة:** درنات السحلب تغلى عدة درنات من نبات السحلب (تجمع وقت الأزهار بعد غسلها وتنظيفها) لمدة 5 دقائق ثم تترك حتى تجف في مكان جاف وعند الاستعمال تسحق الدرنات التي تم تجفيفها جيدا ويضاف منها ملعقة ألى كوب من الماء البارد ويحلى بالعسل ويشرب ويكرر ذلك 3-4 مرات يوميا ويستمر على ذلك حتى الشفاء.
- للإسهال:** مشروب السحلب يحضر بمزج جزء واحد من مسحوق السحلب إلى عشرة أجزاء من الماء، ثم يضاف تسعون جزءاً ماء ساخناً ويقلب المزيج ويشرب ، ويمكن أن يخلط باللبن ويشرب عند اللزوم.
- لتخفيف الام الدورة:** كما يستعمل لإيقاف نزف الرحم حيث يستخدم لهذا الغرض بأخذ ملعقة صغيرة من مسحوق الدرنات ويوضع فوق النار مع مقدار كوب ماء ويقلب جيدا أولا بأول ويضاف إليه السكر ثم يبرد ويشرب بهدوء فيوقف النزيف.
- للجروح النازفة:**
- يستعمل مغلي أوراق نبات السحلب اليابسة بعد تصفيته كغسول ومطهر للجروح والقروح النازفة.
- كما يفيد المغلي في علاج جروح وقروح الفم .

سدر



وقال الحافظ الذهبي: الاغتسال بالسدر ينقي الرأس أكثر من غيره ويذهب الحرارة وقد ذكره رسول الله صلى الله عليه وسلم في غسل الميت. والنبق ثمر السدر شبيه بالزعرور يعصم الطبع ويدبغ المعدة.
وزاد ابن القيم: أنه ينفع من الإسهال ويسكن الصفراء ويغذي البدن ويشهي الطعام وينفع الذرب الصفراوي وهو بطيء الهضم وسويقه يقوي الحشا، وهو يصلح الأمزجة الصفراوية.

و السدر Zizyphus Spina Christi أو الشوك المقدس Christ's Thorn نبات شجيري شائك، بري وزراعي موطنه شبه الجزيرة العربية واليمن ويزرع في مصر وسواحل البحر الأبيض المتوسط. وهو من الفصيلة الغابية أو السدرية Rhamnaceae، والنبق هو ثمر السدر حلو الطعم عطر الرائحة.

أهم العناصر الفعالة الموجودة فيه: هي سكر العنب والفواكهة وحمض السدر Acide Zizyphique وحمض العفص، ثماره مغذية وتفيد كمقشع صدري، وملينة وخافضة للحرارة ونافع في الحصبة وقرحة المعدة.

مغلي أوراقه قابض طارد للديدان ومضاد للإسهال ومقو لأصول الشعر. ونافع من الربو وآفات الرئة. ويمكن أن تضمد الخراجات بلبخة محضرة من الأوراق. وطبيخ خشبه نافع من قرحة الأمعاء ونزف الدم والحيض والإسهال.

وصمغه يذهب الحزاز. شجرة متباينة في الطول فقد يصل ارتفاعها الى خمسة امتار فاكثر. أوراقها بسيطة لها عروق واضحة وبارزة، الازهار بيضاء مصفرة. الثمار غضة خضراء تصفر عند النضج ثم تحمر عندما تجف. شجرة السدر قديمة قدم الإنسان. ويقال ان من اغصانها الشوكية صنع اليهود الإكليل الذي وضعوه على رأس ما شبه لهم بانه المسيح عليه السلام عندما صلبوه ومن هنا جاء الاسم العلمي للنبات.

الأجزاء المستخدمة من النبات: القشور والأوراق والثمار والبذور.

وجاء في كتاب "الطب المصري القديم": ان من بين العقاقير التي كانت تستخدم في التحنيط: القار البلبسم السدر خشب الصندل الحنظل السذاب الصبار التراب العسل والشمع.

وعن السدر يقول داود الانطاكي (1008هـ) "انه شجر ينبت في الجبال والرمال ويستنبت فيكون اعظم ورقا وثمرًا. واقل شوكًا. وهو لا ينثر اوراقه ويقيم نحو مائة عام.

اذا غلي وشرب قتل الديدان وفتح السدود وازال الرياح الغليظة، ونشارة خشبه تزيل الطحال والاستسقاء وقروح الاحشاء والبرى منه اعظم فعلا، وسحق ورقه يلحم الجروح ذرورا ويقطع الأوساخ وينقي البشرة وينعمها ويشد الشعر.. وعصير ثمره الناضج مع السكر يزيل الالتهب والعطش شربا. ونوى السدر اذا دهس ووضع على الكسر جبره واذا طبخ حتى يغلظ ولطخ على من به رخاوة والطفل الذي أبطأ نهوضه اشتد سريعا.

ويقول التركماني عن السدر: "السدر لونان، فمنه غبري، وهو الذي لا شوك له، ومنه ضال وهو ذو الشوك. وقيل الضال ما ينبت في البراري والغبري ما ينبت على النهار.. وثمره النبق. والنبق نافع للمعدة، عاقل للطبيعة، ولا سيما إذا كان يابساً أكله قبل الطعام، لأنه يشهي الاكل. وإذا صادق النبق رطوبة في المعدة والأمعاء عصرها فأطلقت البطن، والنبق الحلو يسهل المرة الصفراء المجتمعمة في المعدة، ويضيف التركماني: أجود السدر أخضره، العريض الورق، دخانه شديد القبض، وصمغه يذهب الحرار ويحمر الشعر.. الورق ينقي الأمعاء والبشرة ويقويها، ويعقل الطبع ومجفف للشعر ويمنع من انتشاره وينضج الأورام والجرعة من هذا الورق درهم".

ويقول ميلر في السدر: "ان الثمرة بالكامل تؤكل بما في ذلك النواة، وان الأهالي في عمان يسحقون كمية من هذه الثمار ليحصلوا على نوع من الجريش، يؤكل اما نيئا واما بعد طبخه في الماء والحليب او مخيض الحليب.

والثمار تؤكل ليس كغذاء فقط، ولكن لخصائصها الطبية، إذ أنها تنظف المعدة وتنقي الدم، وتعيد الحيوية والنشاط الى الجسم، كما ان تناول كمية كبيرة من الثمار يدر الطمث عن النساء وقد يؤدي الى الإجهاض.

كما تستخدم الأوراق المهروسة او المطحونة كمادة لتنظيم الجسم او الشعر، ويقال ان الشعر المغسول بهذه الاوراق يصبح ناعما ولا معا جدا. كما يستخدم مهروس الاوراق في عمل لبخات لعلاج المفاصل المتورمة والمؤلمة".

ان الخلاصات المحضرة من قشوره وجذوره وساقه تستعمل علاجاً في الحمى، واضطرابات المعدة، والتهابات الحلق والقصبه الهوائية

كما تستعمل الاوراق لعلاج اضطرابات الجلد والجروح". ويستعمل نبات السدر في علاج الكثير من الأمراض منها استعمال القلف والثمار الطازجة في علاج الجروح والأمراض الجلدية. كما تستخدم الثمار في علاج الدسنتاريا وتستخدم الاوراق للتخلص من الديدان الحلقية. كانت اوراق السدر تستخدم على نطاق واسع لغسل الشعر في السعودية وما زال بعض السيدات يفضلن غسل شعورهن بالسدر فهو يقضي على الشقرة ايضا وملمع للشعر.

السدر في الطب القديم: نبق: ذكر أبو نعيم في كتابه الطب النبوي مرفوعاً: " إن آدم لما أهبط إلى الأرض كان أول شيء أكل من ثماره النبق ". وقد ذكر النبي صلى الله عليه وسلم النبق في الحديث المتفق على صحته: أنه رأى سدره المنتهى ليلة أسري به، وإذا نبقها مثل قلال هجر. والنبق: ثمر شجر السدر يعقل الطبيعة، وينفع من الإسهال، ويدبغ المعدة، ويسكن الصفراء، ويغذو البدن، ويشهي الطعام، ويولد بلغمًا، وينفع الذرب الصفراوي، وهو بطيء الهضم، وسويقه يقوي الحشا، وهو يصلح الأمزجة الصفراوية، وتدفع مضرته بالشهد. واختلف فيه، هل هو رطب أو يابس؟ على قولين. والصحيح: أن رطبه بارد رطب، ويابس بارد يابس.

كما تستخدم الثمار في علاج الدسنتاريا وتستخدم الاوراق للتخلص من الديدان الحلقية. كانت اوراق السدر تستخدم على نطاق واسع لغسل الشعر في السعودية وما زال بعض السيدات يفضلن غسل شعورهن بالسدر فهو يقضي على الشقرة ايضا وملمع للشعر.

للامساك: يشرب كوب من مغلي منقوع ثمار النبق الجافة بعد الحلية 2-3 مرات ويكرر ذلك حتى الشفاء.

علاج للرشح والكريب والانفلونزا

التركيبة: هندباء، لسان الحمل، قيسوم، جعدة، ميرمية (المقادير متساوية تقريبا).

الطريقة: يخلط كخلطة الزهورات بعد ان يغلي الماء تطفئ النار وتوضع الكمية المطلوبة ويغطي الوعاء بغطاء محكم ويترك لمدة 10 دقائق يدار في الكأس ثم يحلى ويعصر عليه الليمون بمقدار التحمل 3 مرات في اليوم والله الشافي.

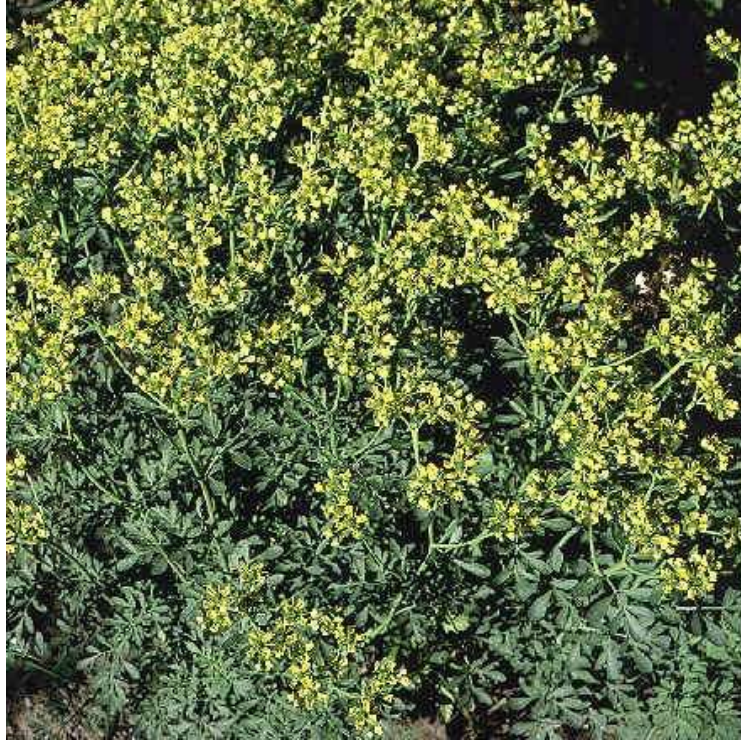
علاج للانفلونزا

التركيبة والطريقة: أن المصاب بالانفلونزا اذا أشتدت به حاله يأخذ بعض أنواع المسكن عند الحاجة ويغلي قشر برتقالة ويشربها ويغلي قيسوم أو جعدة أو شيخ أو بابونج أو خلطة زهورات مركزة ويأخذ منها كأس كبير وبعد تحليتها بالسكر يعصر عليها نصف ليمونة ويشربها ويكرر هذه العملية 3 مرات باليوم. وإذا كان الحاجة ماسة يأخذ حبة مسكن والصبر طيب.

علاج للرشح الشديد بأذن الله

التركيبة والطريقة: يحضر المريض كبش قرنفل ناعم ويرش المريض من القرنفل ملعقة صغيرة على الطبخ مرتين في اليوم ويستمر في ذلك حسب الحاجة.

سذاب



فوائده: يستخدم تحت إشراف المختصين لأمراض الدم، معرق، ضد التشنج، ضد القيء، طارد للغازات، طارد للديدان، طارد للهوام، مطمئ ومجهض. فالسذاب نبات عشبي معمر يتراوح طوله بين 50-100 سم له ساق متخشب وأفرع تحمل أوراقاً كثة ذات لون أخضر يميل إلى الأزرقاق والأوراق مركبة وتحمل الأفرع في نهاياتها مجاميع من الأزهار ذات اللون الأصفر والثمرة كبسولة. **ومن خواصه:** قطع الرائحة الكريهة وذهاب صدأ المعادن وهو يصدع ويحرق المني، وإدمانه يضعف البصر ويصلحه السكنجبين والأنيسون، وشربته إلى ثلاثة مثاقيل وقيل: هذا القدر من البري قاتل لأنه في الرابعة وليس بصحيح وبد له الصعتر.

الاستعمالات

تستعمل أوراق السذاب لعلاج اضطرابات الحيض وتعتبر الأوراق وصفة ذات تأثير جيد على الرحم وكما مادة مجهضة **كما تستعمل الأوراق** في علاج التهابات وخاصة التهابات الجلد وفي أوجاع البلعوم وآلام الأذن وآلام الأسنان وفي أمراض الحمى. **كما تستخدم ضد** الاسهال وضد فقد الشهية. وتستعمل أوراق السذاب على نطاق واسع في دول شرق آسيا كمادة للحمل حيث يؤخذ ملعقة صغيرة من مسحوق الأوراق الجافة ووضعها في كوب ثم يضاف له ربع لتر ماء سبق غليه ثم يغطى الكوب ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب مرتين في اليوم.

ويجب عدم استعمال السذاب خلال الحمل حيث أنه يسبب الإجهاض بالإضافة إلى كونه مانعاً للحمل. **الأضرار الجانبية:** هناك أضرار خطيرة إذا أسيئ استخدام النبات عن طريق زيادة الجرعة حيث إن زيادة الجرعة تسبب القيء وتلف الكبد والكآبة واضطراب النوم، ودوار وهذيان وإغماء.

يجب عدم استخدام السذاب من قبل المرأة الحامل والأطفال تحت سن الثانية عشرة. ويجب عدم استخدامه أثناء فترة الرضاعة، كما يجب عدم استخدامه لأكثر من أسبوعين.

والسذاب عشبة معروفة تستخدم منذ القدم في علاج من به مس من الجن، وتأثير السذاب ثابت بالتجربة أنه يزعم الجان المتلبس بالإنسان مسلماً كان أو كافراً، وذلك باستخدامه مع البخور والزيت والسعوط، بل أحياناً يكون سبباً بإذن الله تعالى في خروج السحر المأكول والمشروب الذي في الرأس والصدر.

ومن طرق استخدام السذاب لغرض علاج المس والسحر

بعد شراء السذاب ينظف ويغلى على النار مع مقدار كافٍ من الماء قارورة ونصف تقريباً من مياه الصلحة الكبيرة لحزمة واحدة من السذاب بعد وقت كافٍ ستلاحظ أن رائحته تنتشر بقوة وهي رائحة نفاذة حتى أن المريض يكره هذه الرائحة بل يكره شم حزمة السذاب قبل استخدامه..

بعد أن يغلي يترك حتى يبرد بعد ذلك يصفى الماء ويعبأ في القارورة ويمكن حفظه في الثلاجة وهذا الماء هو الهدف المطلوب، وللعلم بعض المعالجين يكون ماء السذاب بجواره عند الرقية ويستخدمه عند الحاجة لرش المرضى أو للحالات المستعصية وهو كما أسلفت قبل ذلك ماء كاوي وشديد التأثير ومزعج جداً لهم بعد الحصول على عصارة (ماء) السذاب مصفاة يقرأ عليه آيات الرقية ويستخدم لدهن الجسم أو بعض أجزاء الجسم حسب الحاجة.

يمكن إضافة قليل من ماء السذاب الى زيت الزيتون الذي سبق القراءة عليه و يستخدم في دهن جسم المريض , يمكن إضافة القليل من هذا الماء الى كأس من العصير أو العسل ليشر به المريض للسحر عامة والمأكول أو المشروب خاصة.

ويمكن وضع القليل من ماء السذاب مع المسك الأحمر (غير مقروء عليه) في فوطه نسائية واستخدامها عند النوم لمن تشتكي من إعتداء عليها عند النوم.

بصفة عامة يستخدم مع المسك / مع زيت الزيتون / مع السدر المطحون للشرب وذلك للسحر المأكول أو المشروب (هذه الامور تحتاج الى اهل اختصاص من اصحاب العلاقة مع الله) كما أنه لا يستخدم فجأة لمن يشك أن به مس/ سحر بل بعد الرقيه وثبوت السحر واستخدامه بنسبة بسيطة ثم الزيادة عليها وهكذا على قدر تحمل المريض . كما يمكن استخدام السذاب سعوطا بعد تجفيفه وطحنه .

استعمالات دهن الفيجن (السذاب)

يأخذ جزء من أوراق السذاب مع جزئين من زيت الزيتون ويسد عليه في زجاجة محكمة ويوضع في الشمس مدة أسبوع بعد ذلك تصفى بقماش وتؤخذ وقت الحاجة .

شراب الفيجن لتر من الماء في أوقية من الفيجن (السذاب) إذا كان غضا أفضل .
وثلاثة أواق زيت زيتون وأوقية من حب الخردل وأوقية من حب الرشاد وأوقية من عاقر قرحا يطبخ الجميع في الماء ويصفى فهو مفيد وجيد إذا شرب بمقدار ملعقة كبيرة كل صباح .
وذلك للأمراض التالية :

وجع المثانة والكلبي والساقين وإدرار البول وتحليل الرياح .

أما وجع الظهر فيدهن به مع الشراب .

وفي وجع الإذن يقطر فيها بجانب الشراب .

وفي الصداع والصرع يقطر في الأنف بجانب الشراب .

ومما ذكر في كتب الطب القديم :مانع للشهوة - يقطع المني - يخرج ما في البدن بالبول ، يقوي المعدة وينفع من الفالج والرعشة والقلول ، وهو جيد مجرب إذا ما تبر به أو تزيت به أو استعط به من به مس من الجن .

الجرعات

- مقدار درهم - ثلاثة دراهم (10 غم) يطبخ مع ماء ويشرب مع ملعقة عسل عند الحاجة .

- مقدار ربع ملعقة صغيرة من السذاب المطحون 3 مرات في اليوم لمدة أسبوع .

* يوضع ورقه في أنف من به مس وما يسمى بأم الصبيان ينفعه .

* يشرب منه كل يوم وزن درهم .جيد لأوجاع العصب والمفاصل .

نصف أوقية شرب من دهنه جيد للرعشة ، والتشنج .

بذر السذاب جيد لتقوية المعدة .

السذاب ينفع الطحال أكلا وشربا .

السذاب وحب الغار والحلتيت ينفع من المغص .

بذر السذاب ينفع من الأوجاع الباطنه شربا .

السذاب والحلتيت والمر يدر الطمث .

بذر السذاب مع الحبة السوداء يشرب منه مقدار درهم ينفع لتقطير البول .

السذاب الأخضر والكندر وخبث الحديد ، والقرنفل أيضا ينفع من تقطير البول .

السذاب ، شراب الليمون ، القرنفل ، الزعفران ، مصطكى ، هيل ، المر ، النعناع ، التمر الهندي مع العسل شربا ينفع الغثيان والقيء .

السذاب مع دبس التمر يبري من الصرع مجرب .

السذاب مع دبس التمر مع الزعفران ينفع من الصرع والحزن والغضب .

السذاب يصلح لأمراض الرحم جلوسا في المغطس .

• السذاب يشرب منه كل يوم وزن درهم .

• جيد لأوجاع العصب والمفاصل السذاب نصف أوقية شرب من دهنه جيد للرعشة .

أجود السذاب الناشف: ما كان أخضر اللون ، ذو رائحة عطرية نفائة ، حيث أنه يوجد عند بعض العطارين سذاب قديم لا لون له ولا رائحة فهذا ليس بجيد ولا فائدة منه ، وعند شراء الأعشاب يجب ملاحظة أن تكون نظيفة وخالية من الشوائب .

اما أضراره فهو يسبب الإجهاض ويجب عدم استعماله من قبل الحوامل وزيادة المقادير منه تسبب التسمم.

سرو



والأجزاء المستخدمة من النبات المخاريط والاغصان والزيت العطري.

ماذا قال عنه الطب القديم؟

لقد استعمل الاغريق المخاريط المهروسة والمنقوعة في الخمر لعلاج الزحار وبصق الدم بالسعال والربو والسعال. ولقد عثر العلماء على بعض اخشاب هذا النبات من عهد الاسرة السادسة ومن عهد الاسرة الثانية عشرة في مصر القديمة. كما نقشتم اشجار السرو على الجدران الخارجية لمعبد رمسيس الثالث بالكرنك، حيث كان هذا النبات مقدساً وما زالت اشجار السرو تنمو في جمهورية مصر العربية، ويطلق المسيحيون على هذا النوع من النبات "الشجرة الحزينة" رمزاً للحزن وزينة للقبور. لقد عرف الفراعنة نوعين من السرو الاول يسمى *taxus baccata* والثاني *sc.sempervinens* ويعتقد بأن سفينة سيدنا نوح عليه السلام كانت مصنوعة من خشب السرو. وكان الفراعنة يستخدمون اوراق نبات السرو في عدة أغراض من اهمها وصفه فرعونية قديمة لصبغ الشعر وكانت تستخدم جذور النبات بعد سحقها وعجنها بالخل ثم توضع على شعر الرأس على شكل لبخة بغرض تقويته وصباغته.

وقال ابن سينا في السرو: "يذهب البهاق، مسود للشعر. ورقه الطازج مع الجوز والجميز للفتق اذا ضمد به، اذا دق جوز السرو ناعماً مع التين وجعل منه فتيله في الانف ابرأ اللحم الزائد. طبخه بالخل يسكن وجع الاسنان، نافع من اورام العين ضماداً، جوزة بالشرب لعسر التنفس ونقص الانتصاب وللسعال المزمن ينفع من عسر البول وقروح الامعاء والمعدة".

اما داود الانطاكي في تذكرته فقال: "صمغه يلحم الجراح ويحبس الدم مطلقاً ويجفف القروح اين كانت، يحلل الاورام ويجلو الآثار خصوصاً البرحي طلاءً وشرباً. الغرغرة بطبخه حاراً تسكن اوجاع الاسنان وقروح اللثة ويشد رخاوتها. ثمره طرياً يشد الاجفان ويلحم الفتق اكلاً وضماداً. يطرد الهوام بخوراً، اذا عجن بالعسل ولعق ابرأ السعال المزمن وقوى المعدة. صمغه يقطع البواسير. اذا طبخ ورقه مع ثمره مع الاملج والماء والخل حتى يتهرى ثم طبخ ذلك في دهن وطي به الشعر سوده وطوله ومنع تساقطه. ومع المر يصلح المثانة وتمنع البول في الفراش".

أما ابن البيطار في جامعة فيقول: "ورق هذا النبات وقضبانة وجوزة ما دامت طرية لينه تذبل الجراحات الكبار الحادثه في الاجسام الصلبة. يستعمل ايضاً في مداواة الجمره فيخلطونه اما مع الشعير والماء او مع خل ممزوج مزجاً مكسوراً بالماء. اذا شرب ورقه مسحوقاً بطلاء وشيء يسير من المر نفع المثانة التي تصب اليها الفضول ومن عسر البول".

ماذا قال عنه الطب الحديث؟

يقول الطب الحديث انه عندما يوضع السرو خارجياً كدهون او زيت عطري يحدث تقبضاً للأوردة الدالية والبواسير ويضيق الاوعية الدموية. ويستخدم مغس من المخاريط للاقدام لتنظيفها ومكافحة فرط التعرق، وعندما يؤخذ السرو داخلياً يعمل مضاداً للتشنج ومقوياً عاماً ويوصف للشهاوق وبصق الدم والسعال التشنجي ويفيد هذا العلاج ايضاً الزكام والانفلونزا والتهاب الحلق. يحضر من مسحوق ورقة جرعة تصل إلى 4 جرامات لعلاج الام الصدر والسعال، كما يحضر منه صبغة يستخدم منها ما بين 20 إلى 40 نقطة. وصمغ السرو يلحم الجراح جيداً ويوقف نزف الدم.

اضرار جانبية: لا يؤخذ الزيت العطري داخلياً على الإطلاق.

سعد



ماذا يقول الطب الحديث عن السعد؟ تعتبر درنات ريزومات نبات السعد مضادة للقيء وطاردة للرياح وله تأثير مهدئ. كما ان مستحضرات الريزوم تستخدم لعلاج اضطرابات الجهاز العصبي والتعب وكذلك للدوخة والغثيان. كما تستخدم الدرنات لتنظيم العادة الشهرية غير المنتظمة والقلق او الاجهاد وكذلك في حالات التهابات الثدي.. يجب ان لا تزيد الجرعات عن 6 الى 9 جرامات من الدرنات يوميا. كما يجب حفظه في مكان بارد وبعيداً عن الحشرات.

نبات السعد ينمو بكثرة في المناطق الرملية الرطبة وهو سريع النمو والانتشار، اوراقه مثلثة الشكل طويلة له رائحة عطرية مميزة وتتكون كل ورقة من غمد يغلف الساق التي تمتد على سطح الارض واسفله تنتهي بدرنات على شكل عقد ذات لون اسود او بنية اللون لها رائحة جميلة جدا، الجزء المستخدم من النبات جميع اجزائه.

اما استعمال السعد: فيستعمل على نطاق واسع كبخور في مناطق الجنوب وله سوق جيد اما من الناحية الطبية فنبات السعد معروف من مئات السنين حيث يستخدم كمدر للبول والحليب ومطث وقاتل لبعض الديدان ومعرق ومقبض ومنبه. يستعمل في الاضطرابات المعوية المعوية، يستعمل مغلي الدرنات العقدية للنبات لفقد الشهية والاسهال الناتج من الدسنتاريا وضد القيء. وتعطى الدرنات بجرعات كبيرة لقتل الديدان المدورة. تستخدم لبخات من درنات الجذور الطازجة لعلاج الجروح والقرح والتورمات الجلدية. كما توضع على الثدي للمرأة المرضع فتدر الحليب.

الثآليل والكالو

خلطة: يوضع غراء النحل بعد تسخينه على الثآليل ويربط باحكام ويترك لثلاثة أيام حتى يسقط الثآليل بجذوره. وهناك وصفة أخرى وهي تخلط العسل مع مسحوق الحبة السوداء ويوضع على الثآليل طلاء ويربط بقطعة قماش ويغير يوميا حتى يسقط الثآليل.

خلطة: استخدم المره.. هلام نبات الصبار.. زيت القرنفل.. زيت شجرة الشاي.. قم بمس الثآليل بقليل من احد هذه الزيوت مرتين الى ثلاث مرات يوميا حتى يختفي الثآليل.. عند حدوث تهيج جلدي قم بتخفيف الزيت بالماء او الزيت النباتي(الزيون)..

طرق لازالة الثآليل

اسحق فص ثوم وضعه مباشرة فوق الثآليل ثم قم بتغطيته برباط واتركه هكذا لمدة 24 ساعة.. ستكون فقاقيع جلدية وستسقط الثآليل خلال اسبوع تقريبا..

طريقة أخرى لازالة الثآليل

كسر غصن أخضر من شجر الأثل على موضع الثآليل " الزيوت الطيارة " وكذلك مسحه بالسائل الخارج من الغص بعد الكسر.

علاج الثآليل

يقطع الثآليل أو يحك بسطح خشن جيدا ثم يفرك بواسطة نبات الرجلة وتعاد هذه العملية يوميا حتى يختفي الثآليل وقد تأخذ هذه العملية مدة لاتزيد عن اسبوعين وهذا العلاج مجرب كثيرا هو ان تحدد الثآليل الكبير وهو أول ثآليل طلع في جسمك ثم بشفره حلاقه تحاول ان تقص الثآليل من قاعه بقدر الامكان حتى يسيل الدم وتأتي بقطنه مولع فيها نار وهي عباره عن جمره وتحاول تكوي مكان قطع الثآليل بالتدريج وطريقة الكوي هي انك تحمي نفس الموس وتضغط بسطحه الناعم على مكان الجرح. وبعد الكي بخمسه ايام سوف ترى الفرق حيث يبدأ الثآليل بالضمور حتى تتلاشى من الاصغر فالأكبر فأكبر ملاحظه الكي لثآليل واحد وهو الكبير

طريقة أخرى

اقطع ورقة من اوراق شجرة التين و ستخرج مادة بيضاء تشبه الحليب , ضع منها على الثآليل مره او مرتان في اليوم لمدة عشرة ايام و سوف ترى النتيجة(لايصيبها بالماء) هذا و الله هو الشافي . =

سفرجل



سفرجل
علاجات الكيلاني

فوائده واستعمالاته الطبية...

جاء في الطب الحديث ما تبين من تحليل السفرجل انه يحوى كثيرا من الاملاح الكلسية، والمواد الهاضمة، وحامض التفاح، وفيه 71% من الماء، 0.5 من البروتين، 12.8 من الالياف، 7.5 من السكر، 3.0 من المواد الدهنية، ومقدار وفير من فيتامينات (أ) و(ب) و(ج) و(ب ب) وخصائصه التسكين وفتح الشهية وعلاج المعدة والكبد. وهو يشفى الاسهال المزمن ويقوى القلب ويفيد المصابين بسل الامعاء والصدر والنزيف المعدي والمعي، وانهيارات الرئة، ويقوي الهضم والامعاء، ويمنع القيء ويشفي من سيلان اللعاب ومن الزكام الشديد، ومن فقد الشهية والعجز الكبدى... ومنقوعه يفيد اكثر من تناوله واذا اضيف مقدار ملعقة من مسحوق السفرجل الى كمية من الارز المسلوق فى 250 غراما من الماء افاد الاطفال المصابين باضرابات الهضم والنحيلين والمسلولين... وبذر السفرجل يستعمل ملطفا ومغليه غسولا فى تشقق الجلد والجروح والبواسير والحروق ومضافا الى غسولات العين فى حال هيجانها والتهاباتها يستعمل من الخارج فى حالات هبوط المعى الغليظ. والرحم والتشقق الشرجى والتدى وتشقق الايدى والارجل من البرد، والهيجات بشكل غسولات وكمادات... يعطى من الداخل بشكل مربى او عصير او مسلوق بحيث يخفف الام الصدر، وايضا عند غلى زهور . اوراقه يشرب لتهدئة السعال الديكي ويضاف اليه من مغلى زهور البرتقال لمقاومة الارق.

طريقة اخرى

انظر أول ثالول ظهر في جسمك... وحضر خيط نحيف و لف الخيط على الثالول وشده إلى درجة إنك تمنع الدم من انه يوصل للثالول بعد ذلك اربط الخيط و اتركه... بعد اسبوع.. بإذن الله يقع الثالول المربوط.. بعدها تبدأ الثواليل الباقية بالإختفاء...

الثاليل أو الكالو

تؤخذ حبة سوداء ناعمة مقدار كوب وتعجن فى خل مركز خل التفاح- ويدلك بذلك بواسطة صوفة أوكتان مكان الثالول صباحا ومساء لمدة اسبوع أو حتى يزول بإذن الله والحك يكون بتلطف 10 مرات يؤدى إلى الغرض المطلوب ويمكن أن يدهن بورق نبات الرجلة (فركا) ثم بعد ما تجف يدهن بدهن الحبة السوداء. وباستخدام العسل يوضع غراء النحل بعد تسخينه على الثالول ويربط بإحكام ويترك لثلاثة أيام حتى يسقط الثالول بجذوره ويمكن التكرار. يمكن القيام بحرق الثاليل.. وذلك باستخدام قطعة قماش من القطن او الكتان.. يتم لفها على شكل اصبع ومن ثم اشعال النار في طرفها.. واطفائها ومس الثالول بها والقماش ساخن.. وتكرير هذه العملية عدة مرات كل مرة ومرتين يوميا او ثلاث.. لكن يجب الحذر حتى لا يحترق الجلد.. او القيام بعملية الكي هذه في المستشفى لتوفر الادوات اللازمة..

علاج الكالو بالنباتات والأعشاب الطبية

1. استخدام زيت البصل أو شرائح البصل علي الكالو ثلاث أيام من المساء إلي الصباح ثم نقع الأرجل في الماء الساخن والصابون ونزع الكالو ثم اضافة مرهم البروبوليس.
2. استخدام زيت الخروع بالزيت الدافئ ويمكن مس الكالو مع وضع قطعة القطن المبل مع البلاستر من المساء حتى الصباح مع استخدام الجوارب لعدم اتلاف الفراش.=

سلق



استعمالات و فوائد السلق الطبية :

1. السلق ملين للطبيعة ، يسكن نوبات تشنج الامعاء ، وهي تنتج عن توتر نفسي يزداد مع سوء الاحوال الجوية في الخريف ، و عند تناول المأكولات التي تحتوي الحبوب بشكل مستمر مثل العدس ، الفول ، الفاصولياء ، وغيرها ... يطرد السلق الارياح ، ويمنع الغازات ، يعالج القروح الموجودة بداخل الامعاء .
 2. منعم للجلد و البشرة ، يعالج الورق الجروح و الالتهابات الجلدية عن طريق الاكل وعن طريق وضع الورق على الجروح .
 3. السلق ينشط الجسم ، يمنع فقر الدم ، بسبب الفيتامينات الموجودة فيه و الحديد.
 4. يكسر العطش ، منعش لأنه يعيش بالماء و يحتوي على كثير من الماء ، وهو يكثر بالخريف و الشتاء .
 5. السلق يمنع التهابات الجهاز البولي (الكلى و المثانة) .
 6. يعالج الصداع و امراض الشقيقة ، مهدئ نفسي ، يصفى المزاج و يعالج اعتلاله ، يمنع التوتر ، و الضغط النفسي ، و القلق .
 7. السلق يعالج الامراض الجلدية مثل البهاق ، و مرض الثعلبة ، عبر أكله و عبر وضعه على الجلد في المنطقة المصابة .
- السلق في الطب النبوي: سلق** روى الترمذي وأبو داود ، عن أم المنذر ، قالت " **دخل علي رسول الله صلى الله عليه وسلم ومعه علي رضي الله عنه، ولنا دوال معلقة ، قالت فجعل رسول الله صلى الله عليه وسلم يأكل وعلي معه يأكل ، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم يا علي فإنك ناقة ، قالت فجعلت لهم سلقاً وشعيراً ، فقال النبي صلى الله عليه وسلم يا علي فأصب من هذا ، فإنه أوفق لك "** . قال الترمذي حديث حسن غريب .
- السلق حار يابس في الأولى ، وقيل رطب فيها ، وقيل مركب منهما ، وفيه برودة ملطفة ، وتحليل . وتفتيح ، وفي الأسود منه قبض ونفع من داء الثعلب ، والكلف ، والحزاز ، والثآليل إذا طلي بمانه ، ويقتل القمل ، ويطلى به القوباء مع العسل ، ويفتح سد الكبد والطحال ، وأسوده يعقل البطن ، ولا سيما مع العدس ، وهما ردينان . والأبيض يلين مع العدس ، ويحقن بمانه للإسهال ، وينفع من القولنج مع المري والتوابل ، وهو قليل الغذاء ، رديء الكيموس ، يحرق الدم ، ويصلحه الخل والخردل ، والإكثار منه يولد القبض والنفخ .

قمل الجسد:

- غسل البدن بماء طيبخ شجر الطرفاء وكذا عصير السلق اذا غسل به البدن فإنه يقتل القمل والصنبان (الببيض).
 - وتفيد هذه الطريقة أيضا في القضاء على قمل الرأس .
- للتآليل:** تستخدم عصارة السلق كطلاء موضعي للتآليل عدة مرات يوميا ولمدة أيام متتالية حتى يزول الثؤلل .

سم النحل



لقد ثبت بالتجارب أن معظم الذين يصابون بلدغ النحل " بسم النحل " فإنه بمنجاة من الحمى الروماتيزمية ، ويستعمل في علاج أمراض الجلد والملاريا والتهاب العيون و امراض المفاصل والتهابات العصب الوركي والفخذ وأعصاب الوجه ويستعمل بحذر خاصة مع الأطفال الذين عندهم حساسية والاحتراس في أمراض السل والسكر وتصلب الغشاء الهضمي الهلامي ، وبعض الأمراض التناسلية وامراض القلب الوراثية.

سم النحل وأمراض السرطان :

أكتشف أخيرا في " أكتوبر 1985 م " مادة جديدة في سم النحل لها تأثير فعال لتسكين الألم وأنها أقوى من المورفين بعشرات المرات وسموها " أدولين " وأن لها خاصية خفض الحرارة تعادل خمسة أضعاف الأسبرين ويمكن استخدام هذا المادة في حالة السرطان لعلاج الألم الذي ينشأ عنه ، وفي اليابان تم استخدام غذاء الملكة كمادة ضد نمو الأورام الخبيثة ، ويعزي ذلك الى دور غذاء الملكات في كونه يحطم الأحماض النووية في خلايا الورم ولكن هذا التأثير يتم ببطء .

طريق استخدام العلاج بلسع النحل

1. قبل الإستخدام يجب استشارة الطبيب والتأكد من عدم وجود حساسية ضد سم النحل .
2. يغسل المكان بالماء الدافئ والصابون ولا يسمح باستخدام الكحول .
- من أكثر المطهرات المستعملة بشكل عام هي الكحول أو صبغة اليود ، وهذه يجب أن لا تستعمل في تعقيم موضع العلاج قبل اللدغة لأن هذه المطهرات تحطم بشكل سريع المكونات الفعالة في سم النحلة ، ويمكن أن تغسل موضع العلاج بالصابون والماء الدافئ ومن ثم تجفف بمنشفة.
3. بعد إزالة الشوكة يدهن المكان بأي دهن عديم التأثير ويفضل الدهان بعسل النحل .
4. عند استخدام لدغ النحل يراعى ان يكون اللدغ في الجسم في اماكن متفرقة .
5. التدرج في عدد اللدغات ففي اليوم الاول واحدة وفي اليوم الثاني نحتلين وهكذا حتى عشر لدغات يعقبها راحة للمريض اربعة او خمسة ايام . (العلاج بسم النحلة ربما يسبب ألماً الى درجة لا يمكن أن يتحملها المريض ، فإن استخدام الثلج على موضع اللدغة قد يقلل الألم) .
6. ثم تبدأ الجرعة الثانية " 140 الى 150 " لدغة .
7. ويعتمد عدد اللدغات وفترة الإستخدام على نوع العلة ففي الحالات البسيطة عدد 2 الى 3 لدغات لجلستين او خمس جلسات فقط وإذا كانت الحالة أصعب فتكون عدة لدغات ما بين جلستين الى ثلاث جلسات في الإسبوع لمدة شهر الى ثلاثة أشهر وهكذا .

تنبيه :

يعاني بعض الناس من حساسية من سم النحل . وتحصل لهم العديد من ردود الفعل التي يمكن أن تحدث من لدغة النحل أو من المنتج المستخلص من سم النحل ، لكن في العادة تكون رد فعل موضعية مع احمرار وورم يحيطان بموضع اللدغة ، والبعض يعاني من ردة فعل أقوى ويحصل ذلك عندما يزداد الورم وينتشر في كامل الطرف ويسبب مشاكل بالحركة . وتتضح ردود الفعل الحادة عندما يعاني الشخص من احمرار وتهيج وصعوبة في التنفس والذي يمكن أن يترتب عليه فقدان الوعي مما يستدعي إلى مساعدة طبية مستعجلة .

الأطباء الكوبيون يستخدمون لدغة النحل لعلاج التهاب المفاصل

الأطباء الكوبيين يستخدمون أسلوب العلاج التهاب المفاصل وتصلب الانسجة وغيرها يعتمد على لدغة النحل وأوضح أن العلاج بلدغة النحل يتم بالامسك بالنحلة برفق بواسطة ملقط وإبقائها حية لما يتراوح بين 15 و 20 دقيقة لكي تتمكن من لدغ المريض وضخ السم داخل مجرى دمه.

ولا يسمح للمرضى الذين تثبت حساسيتهم ضد سم النحل بالاستفادة من هذا الأسلوب العلاجي وقاية لهم من التعرض لرد فعل حاد. وعادة ما تكون لهذا الأسلوب العلاجي آثار جانبية محدودة إلا أن مخاطر الحساسية قائمة مما جعل الأطباء ينصحون بتوفير مجموعة مضادات لحساسية لدغ النحل في مكان العلاج.

ان الأطباء الكوبيين يستخدمون في علاج مرضاهم العسل وعسل ملكات النحل وحبوب اللقاح. ونقل التقرير عن سانتياجو سانشيز المريض المصاب بالكساح قوله انه يأمل أن يساعده عسل النحل على السير مجددا.

اللسع بسم النحل اثبت جدواه في علاج الكثير من الأمراض الأخرى مثل أمراض وظائف الغدد والروماتيزم والروماتويد والكهرباء الزائدة في المخ وانكسار النظر وضعف النظر والجيوب الأنفية والتبول اللاإرادي عند الأطفال.

كما نجح سم النحل في علاج حالات لفقر الدم المنجلي واللويميا وسرطان الغدد والسمنة والنحافة.

ونفى(التقرير) ان يكون مشعوذاً وقال انه عند النظر الى التركيب الجسماني للنحلة نلاحظ ان لديها قناتين احدهما للعسل والاخرى للسم والكثيرون يعتقدون ان الشفاء في العسل فقط.

=

3. يمكن وضع قطعة من البوتاسا الكاوية علي الكالو من المساء حتى الصباح ونزع عين السمكة مع وضع مرهم البروبوليس علي الجرح.
 4. استخدام أوراق اللبلاب بالغلي حتى يصبح عجينة مع استخدام زيت الثوم أو البصل مع وضع البلاستر علي مكان الاصابة مع لبس الجوارب.
 5. استخدام روح الخل يتم وضع روح الخل علي قطعة من القطن علي مكان عين السمكة مع تثبيتها ببلاستر لمدة ثلاث إلى أربع أيام حتى يمكن نزعها.
 6. يمكن استخدام زيت الزيتون مع زيت الثوم وزيت الخروع علي قطعة من القطن مع تثبيتها بالبلاستر لمدة ثلاث إلى أربع أيام ثم استخدام مرهم البروبوليس.
- علاج الثآليل بالتداوي**
- التركيبة** مخ أرنب نيء (غير مطبوخ)
- الطريقة** تدهن التالولة بمخ الأرنب قبل النوم وتترك حتى الصباح تدهن مرة أخرى صباحا فيحصل الشفاء بأذن الله.
- علاج التواليل (التهاليل)**
- التركيبة:** راس مسمار القرنفل
- الطريقة:** يقرب مسمار القرنفل من النار حتى يتحمر يوضع مباشرة وهو محمر على التالولة التي تظهر قبل أخواتها .
- علاج للثآليل**
- التركيبة والطريقة:** يأخذ المعالج عود من شجر الحمص الناشف ويشعله حتى يحمر ثم يضعه في وسط التالول وهو احمر ويضغطه وهو يقرأ الفاتحة والإخلاص ويقول يا شافي بك استعنت أشف هذا بقدرتك يا الله ويقرأ (شجرة جماء في صخرة صماء لا أصل لها ثابت ولا فرع لها ثابت نون وذا النون فضربها بعصاه فانقطعت فأصابها إصصا فيه نار فأحترقت فأحترقت فأحترقت) وإذا كان العدد قليل يقرأ هذه الكلمات قبل البدء .
- علاج للثآلول والزوائد اللحمية**
- التركيبة والطريقة:** تدلك بزيت الخروع كل يوم قبل النوم وحتى يحصل الشفاء بأذن الله.
- الليمون بالخل:** تنقع قشور 3 ليمونات صفراء ناضجة في كوب من الخل المركز ويفضل خل التفاح لمدة 7-8 أيام ثم تستعمل كدهان موضعي للثآليل صباحا ومساء.
- البصل والخل:** تنقع بصلة كبيرة بعد سحقها جيدا في كوب من الخل ويفضل خل التفاح لمدة 10-12 ساعة ثم يؤخذ البصل المسحوق المنقوع ويستخدم كدهان موضعي على الثآليل. من المساء حتى الصباح ثم يغسل في الصباح ويدهن بعد الغسل بعصير البصل بالملح ويكرر ذلك يوميا حتى الشفاء التام بأذن الله.
- الخرنوب :** تدلك الثآليل بالخرنوب تدليكا شديدا 2-3 مرات يوميا ويكرر ذلك يوميا حتى الشفاء.
- الصفصاف مع الخل:** يستخدم رماد أوراق الصفصاف مع الخل كدهان موضعي للثآليل صباحا ومساء حتى الشفاء.
- القرقرة والمر بالعسل:** تسحق كميتان متساويتان من القرفة والمر ويعجن الخليط بعسل النحل ويطلّى به الثآلول صباحا ومساء ويكرر ذلك حتى الشفاء.
- علاج لازالة التهاليل بالرقا**
- التركيبة والطريقة :** يأخذ المعالج عرف او خلف زيتون او تين يمسه في يده ويقرأ قل هو الله احد 3 مرات والمعوذتين ويطلب من الله الشفاء لهذا المريض ويطلب من المريض ان يسمح له بازالة التهاليل فياذن له فيمرر القارئ عرف الزيتون أي خلف الزيتون على التهاليل وينوي ازالته ويدفن في التراب هذا العود وحين يبلى هذا العود تذهب التواليل بأذن الله.

سماق



السماق: Rhus coriaria

الجزء المستخدم: الثمار العنقودية.
ولثمار السماق تأثير مضاد للبكتيريا والفيروسات ومنقوع ثمار السماق يستعمل لعلاج التهابات أغشية الفم والبلعوم.
يؤخذ مقدار حفنة من الثمار وتوضع في كوب ثم يملأ بالماء المغلي ويترك لمدة ساعتين ثم يصفى ويستعمل غرغرة عدة مرات في اليوم بحيث يترك السائل داخل الفم لمدة دقائق ثم يلفظ ويكرر حتى الشفاء بإذن الله.

السماط

علاج السماط: المس الأزرق أو مس الجنجنا وهو علاج جاهز يباع في الصيدليات وهو ذو تركيز معين ويباع في زجاجات صغيرة وطريقة الاستعمال هي استعمال فرشاة صغيرة تغمس في المس الأزرق الموجود على هيئة سائل وتدهن بالفرشاة الأماكن المصابة ويمكن استخدام مروود مغطى رأسه بقطعة من القطن وتغمس في السائل وتدهن به الأماكن المصابة. ويستمر العلاج ليلاً حتى الشفاء.

علاج للسماط (التسلخ الذي يحدث بين الفخذين)

التركيبة والطريقة: يحضر قارورة ملونة تعباً بالماء ويضاف عليها نصف غم من برمنجنات البوتاسيوم وترج القارورة حتى تذوب البرمنجنات ويدهن المكان المصاب بشرط أن لا يكون مجروحاً ويستمر بالعلاج حتى الشفاء.

علاج للسماط

التركيبة والطريقة: يدهن المكان قبل النوم بساعة بزيت الذرة ويستمر حتى يحصل الشفاء.

علاج للسماط الذي يحصل بين الفخذين

التركيبة والطريقة: إذا لم يكن هناك جرح يحضر شبة ويدقها ناعماً مثل الطحين وينشرها مكان التسميط عدة مرات وحسب الحاجة ويفيد السماط 50 غ زيت الحبة السوداء و25 غ فازلين تخلط حتى تتجانس ويدهن به الكبار قبل النوم والصغار كل غيار .

علاج للسماط

التركيبة والطريقة: يغلي كاس ماء كبير ويطفئ النار بعد الغلي ويوضع ملعقة طعام من الميرمية المفروكة ويغلق الوعاء بغطاء محكم ولمدة ربع ساعة يصفى ويدهن المكان دهن مشبع قبل النوم ويشرب نصف كاس صغير مع كل دهنه.

علاج للسماط للكبار والصغار

التركيبة والطريقة: ماء الخيار مخلوط مع القليل من الحلبة الناعمة وقليل من التراب الأحمر إذا امكن حتى يصبح مثل المرهم الرقيق إذا كان رضيعاً يدهن مع كل غيار وإذا كان كبيراً قبل النوم مباشرة وحسب الحاجة والله الشافي.

سمسم (زيت السمسم-السيرج)



استعمالات السمسم: يستعمل السمسم منذ آلاف السنين فقد ذكر في وصفات فرعونية حيث ذكر في بردية ايبيرز الطبية وذلك ضمن لبخة نافعة لازالة 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 اكواب مملوءة ببذور السمسم في احدى مقابر طيبة، وتؤكد العلماء ان الفراعنة عرفوا زراعة السمسم واستخرجوا من بذوره الزيوت واستعملوها في الغذاء والعلاج وصناعة بعض مواد التجميل.

استعمالات داخلية: يستعمل زيت السمسم لوقاية الشرايين من التصلب وسهل الهضم. و يستعمل زيت السمسم اذا اخذ منه ملء ملعقة كبيرة كملين وان اخذ اكثر من ذلك كان مسهلاً. يستعمل السمسم ضمن وصفة مركبة كمسهل على هيئة معجون مكون من تريد ابيض محكوك وسمسم مقشر وسكر سليمانتي ومكد بأجزاء متساوية حيث تدق ويؤخذ منها 15 اوقية.

يستعمل السمسم ضمن وصفة مركبة ضد الصفراء والبلغم **(يرجى اخذ الوصفات من قسم العلاجات لانها موضحة اكثر)** وتستعمل الوصفة على هيئة معجون مكون من تريد ابيض محكوك مدقوقاً دقاً ناعماً بمقدار 2 اوقية، سكر سليمانتي 15 اوقية، لباب القرطم اوقية، سمسم مقشر ولوز حلو مقشر من كل واحد 13 اوقية، سقمونيا 15 اوقية بحيث يدق الجميع ناعماً ويعجن بعسل منزوع الرغوة ويضاف عليه زعفران بكمية قليلة جداً ويؤخذ من الخليط مقدار 15 اوقية وتشرب مع ماء دافئ في الليل. يستعمل زيت السمسم كقطرة في الاذن لقتل الحشرات التي تدخل الاذن واخراجها منه. يستعمل زيت السمسم تدلياً للأطفال عند ظهور الاسنان حيث تدلك الرقبة والفكين وكذلك الرأس.

تستعمل بذور السمسم سفوقاً بعد التحميص لأجل التسمين. يستعمل اذا خلط بعد القلي مع بذور الخشخاش وبذر الكتان لزيادة القوة الجنسية. تستعمل بذور السمسم سفوقاً لضيق التنفس والربو وتفيد ايضاً لمشاكل القولون. اذا شرب منقوع السمسم فإنه يدر الحيض ويسقط الجنين. اذا داوم الانسان على اكله مع الجبنة دوماً فإنه يذهب القرحة. اذا شرب منقوع بذور السمسم فإنه يشفي خشونة الحلق والسعال.

اما الاستعمالات الخارجية فهي:

يستعمل زيت السمسم تدلياً للأماكن التي فيها اورام تحت الجلد نتيجة اثار الضرب والسياط والكدمات. اذا طليت بزيت السمسم الكفوف التي فيها شقوق فإنه يشفيها. مغلي اوراق وسيقان السمسم اذا غسل به الشعر فإنه يطوله وينعمه. اذا دهن الشعر بزيت السمسم المطبوخ في ماء الأس فإنه يقوي الشعر. اذا مزج زيت السمسم بمثله شمع وعمل منه ضماد على الوجه صفاه ولينه وازال الكلف فيه وحسن لونه واذا ضمدت به المقعدة ازال الشقوق التي فيها واذا ضمد به العصب الملثوي بسطه واعاده الى وضعه الطبيعي

واذا دهنت به الاماكن التي فيها تشنج في جسم الانسان افاده ويزيل السعفة (الامراض 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، ازهار البابونج اوقيتين، حلبة اوقيتين، تمزج جميعها في قارورة وتوضع في الشمس لمدة اربعين يوماً وهذه الوصفة حارة ومعركة.

يستعمل زيت السمسم في وصفة مركبة تعرف باسم دهن الافسنين وهي مسخنة للاعضاء ومقوية لها وتتكون من زيت السمسم واحد وعشرون اوقية، افسنتين رومي اوقيتان، يخلطان ويوضعان في قارورة وتترك في الشمس لمدة اربعين 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.

كشف بحث علمي أجراه الباحث البروفيسور كمال الدين حسين طاهر المدرس في جامعة الملك سعود بالرياض أن قوة مركبات مواد زيت السمسم تتفوق على محتويات عقار فياجرا الذي أنتجته شركة فايز الأمريكية مطلع عام 1999 لعلاج الضعف الجنسي، وأنه خال تماماً من أية مضاعفات أو أخطار صحية يمكن أن تنعكس على متعاطيه.

وكان البروفيسور كمال الدين قد أجرى دراسة دقيقة عن زيت السمسم، وحصل على براءة محكمة دولياً. وأظهرت الدراسة أن زيت السمسم العسيري والذي يتم انتاجه بالطرق التقليدية البسيطة في المعاصر يحتوي على الأحماض الدهنية مثل: حمض اللينوليك والأولولتيك، وهي أحماض تساعد على بناء أغشية الخلايا وإنتاج مادتي البروستجلندين والبروستا سايلين، وهما المادتان المساعدتان في علاج الضعف الجنسي. وقال الباحث في حديث خاص ل (الوطن): يستخرج الزيت من بذور نبات السمسم، وهو مقاوم للأكسدة، وقال: إن نقص حمض لينوليك في الجسم يؤدي إلى حدوث اضطرابات عصبية وأمراض جلدية مثل التشنجات والإكزيما ومرض التقرن الجريبي الجلدي، ويحتاج الأشخاص فوق العاشرة لما مقداره 6 جرامات من هذا الحمض يومياً، أما الأطفال دون العاشرة فيتراوح احتياجهم ما بين 4-8 جرامات يومياً، وعلى العموم فإن 15 مليلتر من زيت السمسم يومياً تغطي هذا الاحتياج، أي ملعقة كبيرة يمكن اضافتها للأغذية اليومية.

وأضاف: من خلال بحوثنا العلمية التجريبية بقسم علم الأدوية بكلية الصيدلة في جامعة الملك سعود بالرياض اكتشفنا قدرات متعددة لزيت السمسم، فهو قادر على زيادة تصنيع مادة بروستاسايلين المسؤولة عن التنشيط الجنسي لدى الذكور، ويمنع تكسب الصفحات الدموية، ويساعد على الوقاية من حدوث التخثرات والجلطات الدموية في كل من الأوردة والشرايين وخصوصاً الشريان التاجي في القلب مما يفيد مرضى الذبحات الصدرية، ويخفض ضغط الدم الشرياني، ويضعف مستقبلات الفا

1- الأدرينالية المسؤولة عن ارتفاع ضغط الدم، وينشط مستقبلات بيتا

2- الأدرينالية ذات القدرة الفائقة على توسعة الأوعية الدموية والشعب والقصبات الهوائية الرئوية مما يساعد في منع حدوث نوبات الربو (الأزمة).

والمساعدة على الوقاية من حدوث القرحة المعدوية والعفجية (الاثني عشرية).

والمساعدة في تنشيط افراز البويضات وزيادة نسبة الإخصاب

ومساعدة الكيسة الأريمية (العققة) على الإنغماس في الرحم

وتقليل حالات الاجهاض المبكر في الأيام الأولى من الحمل.

كما أنه لا يشكل أي تهديد ولا يحمل أي آثار جانبية ضارة بصحة الجنين عند تعاطيه أثناء الحمل إضافة إلى قدرته في إفراز أملاح الصفراء من المرارة مما يساعد على هضم الأغذية الدهنية بصورة تمكن الجسم من الاستفادة منها كاملاً، وتساعد على امتصاص الفيتامينات الدهنية مثل فيتامينات (أ.د.هـ) كما أنه لا يؤدي إلى زيادة نسبة الكوليسترول أو الجلوكوز في الدم. يحتوي بذور السمسم على زيوت ثابتة أو زيت السمسم بنسبة (40 60%) وهي: جلسرين لحمض الأوليك بنسبة 37 49% وحمض الايونوليك 35 48%، حمض البالتيك 7 9% وحمض الستياريك 4 5% وزيت السمسم لا يحتوي على كوليسترول ويحتوي على فيتامين هـ (E) وعلى الكالسيوم، وبذور السمسم والنوع المسود أو الذي يميل إلى السواد هو النوع الجيد من بذور السمسم .

والسمسم نافع للكبد والكلية وللدوخة أو الدوار وينفع في ادراغ حليب الأم المرضع وهو طارد للرياح من الامعاء.

والسمسم نافع لعلاج العتمة أو عدم الوضوح في الرؤية وينفع في تحسين الاستماع وفي اعطاء اللون الرمادي للشعر الحديث الطلوع وكذلك في علاج الشعر الذي فقد بعد الامراض واخيراً فهو يعالج الامساك، اما زيت السمسم فهو نافع للجلد ولذلك يدخل في مستحضرات التجميل.. وبذور السمسم وزيته يجب الا يعطى للأشخاص الذين يعانون من الاسهال، وجرعة البذور للشخص البالغ من 9 _ 15غراماً في اليوم.

فائدته للمرأة: في حالة الأعراض الخاصة بسنّ اليأس فإنه يوصى باستخدام زيت السمسم لتسكين الجفاف أثناء سنّ اليأس. فالتساء يمررن بهذه المشكلة بسبب تدهور في مستويات الهرمون الأنثوي حيث تصبح البطانة المهبلية جافة مما قد يؤدي إلى الألم أو الضيق أثناء الجماع. ويتم استخدامه بواسطة قطنة نظيفة حيث يقوم زيت السمسم بتليين الموضع .

استخدامه في الطبخ: منذ القدم، كان زيت السمسم يستخدم في الطبخ لرائحته الممتازة ونكهته الجيدة حيث يفضلته الكثير على الزيوت الأخرى كزيت الزيتون، ويستخدم زيت السمسم الصافي في الطبخ بأنواعه وعلى السلطات والحمص والفول و يعطي نكهة فريدة من نوعها.

استخدامه لآلام الحيض: في حالة الآلام المصاحبة للدورة الشهرية فإن زيت السمسم يستخدم خارجياً على أسفل البطن لتخفيف الشد العضلي و ألم المعدة الناتجة عن تقلصات العضلات في فترة الدورة الشهرية، وهو مدر بشكل كبير للحيض حتى أنه لا ينصح به للمرأة الحامل.

استخدامه لتلين البشرة: يعتبر زيت السمسم من أفضل المواد الطبيعية التي تمنح البشرة صفاء وإشراقاً وينصح باستخدامه في حالة جفاف وحساسية الجلد. كما أنه يستخدم بفعالية في حالة حساسية الجلد وخشونته وخصوصاً الحساسية المصحوبة بحكة شديدة ومنها تلك التي تصيب المناطق الحساسة من الجسم.

علاج لعرق النسا: بحسب الدراسات الطبية العديدة لفوائد نبات السمسم أثبتت التجارب فعاليته في معالجة لعرق النسا وأن مزيجاً يتكون من ملعقتين صغيرتين من مسحوق الزنجبيل تخلط مع ثلاث ملاعق من زيت السمسم ثم يضاف لها ملعقة من عصير الليمون. يحك موقع الألم بهذا الخليط عدة مرات في اليوم إلى أن يختفي الألم.

في حالة (المساج): يوصى باستخدام زيت السمسم لتدليك الجسم بسبب صفاته الخاصة . فزيت السمسم المعصور هو الأنسب لعمل مساج منشط للجسم وملين للجلد ويعطي البشرة لمعاناً غير متوقعاً.

فائدته للقلب: طبقاً لجمعية القلب الأمريكية فإن زيت السمسم يفيد القلب بمساعدة الجسم في إزالة الكوليسترول لأنه ينشط حركة الدم في الشرايين مما يؤدي لإزالة رواسب الكوليسترول حديثة التكوين. كما يساعد زيت السمسم بمنع تصلب الشرايين. كما أن لزيت السمسم فوائد في زيادة ونشاط الدورة الدموية لاحتوائه على فيتامين "ج" مما يؤدي إلى تنشيط القلب وتنظيف الشرايين نتيجة اندفاع الدم بقوة في الشرايين .

لضعف الاعصاب: يعتبر من الأغذية الغنية بالمغنيسيوم وهو عنصر ضروري لأطلاق الطاقة في كل خلايا الجسم، لذلك أقدم نصيحة بتناول حفنة من بذور السمسم كل يوم لتزويد الجسم بالطاقة وخاصة النساء لأن أجسامهم تفتقر لوجود عنصر المغنيسيوم بالشكل المطلوب.

فوائد أخرى: يفيد زيت السمسم في معالجة عدم وضوح الرؤية , الدوار, الصداع , ولتحسين الجسم أثناء الشفاء من المرض الطويل أو الشديد بوجه عام. ولدى زيت السمسم أيضاً سمعة في الهند بأنه مسكن فهو يمكن أن يخفف القلق والأرق باستعمال قطرات قليلة مباشرة في داخل فتحات الأنف حيث تحمل الشعيرات الدموية في الأنف فائدته إلى المخ . زيت السمسم معروف كمستخدم في عدد من الاستعمالات العلاجية فهو يستخدم من قديم كملين للجهاز الهضمي ولا زال حتى الآن وذلك بسبب آثاره المسهلة.

للامساك: بتناول ملعقة أو 2 من زيت السيرج مساء قبل النوم

لاحتباس الحيض: يؤكل السمسم باعتدال ودون إفراط بكميات متفرقة عبر اليوم ولمدة أيام قبل الدورة .

للربو الشعبي: بتناول ملعقة صغيرة من زيت السيرج 2-3 مرات يومياً ويكرر حتى الشفاء التام بأذن الله .

لانتهاج الأذن: يقطر زيت السمسم الطازج بمعدل قطرة إلى قطرتين لعلاج طنين الأذن وشوشته ويكون ذلك بمعدل مرة واحدة في اليوم عند النوم.

إزالة البقع السوداء

لازالة البقع السوداء: يستخدم زيت الخروع لتدليك البقع السوداء في الجسم ، سواء كانت من نوع الشهوة أو الثولول الجاف أو تلك الموجودة على أيدي المسنين . وينصح بتدليك البقعة ثلاث مرات يومياً على مدى 15 يوماً.

وصفة أخرى يدهن مكان الاسوداد بزيت الخروع المخلوط مع العسل لمدة ربع ساعة ثم يزال بماء دافئ.

إزالة (السواد) الموجود في الاكواع والركب

إليك خلطة سحرية ومفيدة ولكن تحتاج وقت حتى تثمر وهي: الجلوسرين (الاصلي) مع الليمون أو حمض الفواكه 30% " يوجد في الصيدلية "

طريقته : تفرك المنطقة بنص ليمونه معصورة ثم تدهن المنطقة بالجلوسرين مره واحده يومياً و لن تبدأ النتائج بالظهور الا بعد شهر . يوضع قبل النوم ويتم غسل الموضع في النهار مع استعمال كريم مقشر .

إزالة (السواد) الموجود في تحت العينين

إن من أفضل الأعشاب لإزالة السواد تحت العين هو أن تضع قطع من الخيار الطازج على هذه الهالات يومياً لمدة نصف ساعة " مجرب " ، وكذلك زيت الصنوبر له نتائج سريعة وجيدة، كما ننصح بالراحة لأن هذا السواد سببه الرئيسي هو الأرق والتعب. ولعلاج الهالات السوداء أيضاً استخدام الكركم بعد سحقه سحقاً ناعماً وخلطه مع الفازلين والدهان مرتين يومياً مرة في الصباح ومرة في المساء .

سمك

استعمالات و فوائد السمك الطبية:

1. هو غني بالبروتينات التي تحتوي احماضاً امينية مهمة مثل الارجنين ، التريبتوفان ، وغيرها . وهي مهمة للمحافظة على انسجة الجسم و لبناء ما يحتاجه الجسم في عمليات الترميم التي تحدث لأنسجة الجسم .
 2. يعتبر السمك مصدراً مهماً من مصادر اليود ، و الفوسفور . وهذه ضرورية للأسنان و العظام و الدم ، وهو مصدر مهم للكالسيوم .
 3. يحتوي السمك على فيتامين أ ، د . هذه الفيتامينات موجودة في كبد السمك .
 4. لحم السمك لا يحتوي على اشباه السكر ، الجلوكسيدات ، لذلك يعطى لمن يتبع حمية غذائية لتخفيف الوزن .
 5. يقوم الفوسفور الموجود بالسمك خاصة انواع السردين بتنشيط الذاكرة وله دور مهم في بناء العظام .
 6. يحتوي السمك على نسبة عالية من حمض الجلوتاميك ، وهي مادة ضرورية لوظائف الدماغ و الاعصاب و الانسجة .
 7. الاهم من كل ذلك ، وجود مادة الأوميغا -3. الموجودة في دهن السمك و جميع ثمار البحر ، وعلى عكس الكوليسترول الذي يضر بصحة الانسان ، فإن احتواء دهن السمك على مادة اوميغا يمنع إصابة الاجسام بالجلطات الدموية التي تصيب القلب و الدماغ ، فإن كانت الدهون الموجودة في الحيوانات من غنم و بقر تضر بالصحة ، فإن دهن السمك مطلوب لصحة الجسم البشري ، لأنه كلما كثر دهن السمك كثر فيه مادة اوميغا . جميع الاسماك تحتوي في جسمها على أوميغا-3 . ولكن هنالك انواع اسماك تحتوي على نسبة اكبر من هذه المادة ، ففي بعض الاسماك تشكل الدهون 1% من الوزن ، وفي انواع اخرى 2% من الوزن ، وفي سمك التونة تبلغ النسبة 15% ، واهم انواع السمك التي تحتوي على نسب عالية هي التونة ، السردين ، السلمون ، سمكة الإسقمبري . يفضل لمرضى القلب تناول السمك ثلاث مرات في الاسبوع لإحداث وقاية تامة ، إلا ان ابحاثاً حديثة أثبتت ان اكل السمك ولو مرة في الشهر يحدث وقاية جيدة . إن مادة الأوميغا موجودة في السمك و جميع المخلوقات المائية بنسب مختلفة ، وهي عبارة عن احماض دهنية متعددة غير مشبعة .
 8. الاسماك الغنية بمادة اوميغا -3 ، هي ضرورية في غذاء المرضى المصابين بمرض " التصلب اللويحي " Multiple sclerosis . وهو مرض يصيب " النخاع الشوكي " . ويمنع السمك تفاقم هذا المرض الذي لم يوجد له دواء فعال لمعالجته الى الآن . يفضل السمك البحري على السمك النهري و يفضل اكل السمك طازجاً .
 9. يقوي السمك و يغذي الجسم ، وخاصة الطاقة التناسلية ، بشكل خاص بيض سمكة " الحفش " . وهو ما يسمى " كافيار " . وهو يؤكل أيضاً مع المشروبات الكحولية للتخفيف من ضرر الكحول على الجسم ، وروسيا و ايران من الدول المهمة المصدرة للكافيار . وفي مصر يؤكل " البطرخ " للتغذية و تنشيط الطاقة الجنسية ، و البطرخ هو " رحم السمك المملوء بالبيض " . وهو يؤكل مع الثوم و زيت الزيتون ، وقد يضاف اليه القليل من الزنجبيل لزيادة الفائدة . يستعمل السمك من أراد اتباع حمية غذائية لتخفيف الوزن و المرضى المصابون بأمراض العصر و الامراض المزمنة .
- السمك في الطب النبوي:** سمك: روى الإمام أحمد بن حنبل ، وابن ماجه في سننه من حديث عبد الله بن عمر ، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال " أحلت لنا ميتتان ودمان السمك والجراد ، والكبد والطحال " .
- هل تعلم أن حبوب زيت السمك يمكن أن تفيد في التخلص من أعراض مرض التهاب المفاصل الروماتزمي الذي تشمل الكثير من الآلام والتعب وتيبس المفاصل في الصباح اضافة الى تورمها. التهاب المفاصل الروماتزمي يصيب الأشخاص في مختلف الأعمار، وحتى الأطفال منهم ويتم تشخيص هذا المرض بواسطة تحليل خاص للدم. وقد وجد أن هذه الحبوب تحتوي على مواد مضادة للالتهاب ومع التخلص من الالتهاب يمكن التخلص من الآلام المصاحبة لالتهاب المفاصل.

الطفرة

علاج للطفرة التي تظهر في الوجه وينزل منها ماء أصفر وتكبر على امتداد الماء
التركيبة والطريقة: من محل مبيض النحاس توجد لدية حفرة يدوس بها النحاس قبل التبييض يوجد في هذه الحفرة طين يأخذ من الطين ويدهن الطفرة ويتركها تجف مرة أو مرتين والله الشافي.

علاج للطفرة

تدهن بزيت الحبة السوداء 3 مرات والله الشافي.

علاج للطفرة

تدق حبة المسكة ناعماً وترش على المكان المطلوب والله الشافي.

علاج للحزازة

التركيبة والطريقة: يعصر ففوس الحمار ويضيف ضعف الماء ملح ويخلط حتى يتجانس ويدهن قبل النوم بساعة والله الشافي.

سنا مكي (سلهكي)



الاستعمالات: الطب القديم يعتبر السنا من النباتات القديمة جدا المستخدمة في العلاج حيث استخدمت في زمن الفراعنة وكانت تسمى في ذلك الزمن باسم "جنجت" وقد ورد ضمن عدة وصفات فرعونية لعلاج بعض الامراض في البرديات المصرية القديمة، كما كان يستخدم على نطاق واسع في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم حيث ورد ذكره في عدة أحاديث، فقد رواه ابراهيم بن ابي عبله قال سمعت عبدالله بن ام حرام وهو ممن صلى مع رسول الله صلى الله عليه وسلم في القبلتين يقول **"عليكم بالسنا والسنوات فان فيها شفاء من كل داء الا السام"** اخرج ابن ماجه في السنن، وخرج ابن السني وابونعيم 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 عبداللطيف البغدادي في الاربعين الطبية ونقلها عنه ابن القيم والسيوطي **"السنا دواء شريف مأمون الغائلة، وقريب الاعتدال، لأنه حار يابس في الدرجة الأولى، يسهل الصفراء والسوداء، ويقوي 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"**.

أما الطب الحديث

فقد قامت أبحاث كثيرة على أوراق وثمار السنا وأثبتت تلك الأبحاث فائدة السنا كأفضل مسهل بالإضافة إلى تنقية الدم والفتك بالفيروسات والفطريات وأنتجت شركات الأدوية كثيراً من مستحضرات السنا، ويعتبر نبات السنا أحد 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:

- (1) لا شك أن السنا من أفضل المليينات إن لم يكن 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 عليها، كما لا يسبب السنا تقلصات في الأمعاء كما تفعل المسهلات الأخرى، كما أن من محاسن استعمال السنا أن الشخص يستطيع أن ينظم الوقت المريح لاستعماله فتأثيره المسهل لا يبدأ إلا بعد ما بين 8 - 12 ساعة من تعاطيه ولا يمتص من الأمعاء، ويستعمل السنا على هيئة مطبوخ أو منقوع أو على هيئة أقراص وهي متوفرة في الصيدليات.
 - (2) يوجد حالياً في الهند مستحضر مكون من محلول مائي مركز من السنامكي حيث تستعمل لتنقية الدم.
 - (3) يوجد استخدام جديد يستعمل ضد الفيروسات وتكاثرها حيث تم استخلاص راسب بروتوني من نوع السنا المعروف باسم سنا سيام وأعطى نتائج 100% لوقف نمو الفيروسات.
 - (4) 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 1 جم لكل سنة من العمر، أما الكبار فنسبة الحقنة الشرجية من 10 - 15 جم لكل 500 مليلتر من الماء. يجب عدم استعمال السنا في حالة وجود سد بالأمعاء وفي التهابات المرضية الحادة في الأمعاء وفي حالة التهاب الزائدة الدودية.

الجرعة : تعتبر الجرعة المتوسطة اليومية ما بين 0.5 إلى 2 جم تؤخذ على هيئة منقوع في كوب ماء دافئ ويترك لمدة عشر دقائق فقط ثم يصفى ويشرب أو تتفق الكمية في كوب ماء بارد لمدة ما بين 10-12 ساعة ثم يصفى ويشرب.

ومن طرق استخدام السن: تكون بوضع مقدار من السن حوالي "20 غم" في لتر من الماء ويفضل أن يضاف إليه قليل من الزنجبيل والتمر الهندي والحبة السوداء وزهرة البنفسج أو البابونج وقليل من الهليج ، ثم يوضع على نار هادئة حتى يغلي ، وبمجرد أن يغلي أنزله من النار ، واتركه حتى يبرد ومن ثم يصفى من الورق والتفل (الرغوة) ، ويشرب منه المريض على الريق في أول استخدام كأساً واحداً ، وعندما يعتاد عليه يشرب منه الكمية التي تتناسب مع عمره وجسمه ، يمكن إضافة العسل لتحليته ولزيادة الفائدة ، وبعد بضع ساعات يبدأ مفعول السن في استفراغ جميع ما في البطن من فضلات .

وبإذن الله تعالى هو نافع في إخراج مادة السحر أو بعضها إذا كان السحر مأكولاً أو مشروباً ومستقراً في المعدة أو الأمعاء ، وحبذا لو تكرر هذه الطريقة في كل أسبوع مرة لمدة شهر وفي كل أسبوعين مرة في الشهر الثاني وفي كل ثلاثة أسابيع مرة في الشهر الثالث وكان السن يصفه العطار في السابق مع العناب والخرنوب والزبيب والكزبرة والورد والهليج والتين وزهرة الخطمي وزهرة الضرم زهرة البنفسج ويغلى بالماء لمن يشتهي من أمراض المعدة والقولون ولا يسبب السن تقلصات في الأمعاء كما تفعل معظم المسهلات الأخرى .

وقد يحدث منه مغص خفيف سرعان ما يزول . ويبدأ تأثيره المسهل عندما يصل السن إلى القولون ويستدعي ذلك من 6 إلى 12 ساعة أو أكثر . وعلى الرغم أنه لا يمتص السن من الأمعاء وبالتالي لا يؤثر على الجنين ، وكما تقول الموسوعة الصيدلانية (Martindale ، فإن الأم المرضع تستطيع استعماله لأنه لا يفرز في لبنها من خلال الثدي كما يجب عدم استعمال السن من قبل المرأة الحامل وكذلك المرأة المرضع .

ويقول البروفيسور سبلر وهو من الخبراء العالميين في هذا المجال -في مقال له "إن أكثر الأدوية شيوعاً في معالجة الإمساك هي الأدوية المستخلصة من نبات "السن". وفي القولون تقوم تلك المركبات بتحريض أعصاب القولون على القيام بحركة إجمالية، يتبعها مرور البراز بشكل طبيعي . يوجد في السنامي مواد فعالة تسمى (سناسويد-أ و سناسويد-ب) وهذه تعتبر من المواد المسهلة واستخدامها بشكل كبير ويومي يسبب اضطرابات وارتخاء في غشاء الأمعاء مما يؤدي إلى مشاكل في المستقبل لأنه يسبب إسهال مستمر ثم إمساك حاد ، وإن استعمال مركبات السن بشكل غير متكرر " مرة في الأسبوع " وجرعة صغيرة لا يؤدي عادة إلى تأثيرات جانبية ذات أهمية، وخاصة عند المسنين.

ومن ناحية الحبوب التي تنتشر في الفم وفي اللسان وتحت وفي اللثة من الداخل والخارج كل هذه الأشياء سببها المشاكل الموجودة في المعدة، وكذلك الإمساك المزمن، وإذا شفيحت المعدة من قرحتها وكذلك شفيحت من الإمساك فسوف تنقطع تلك الحبوب، أما بالنسبة للإمساك المزمن فخذ قرناً إلى قرنين من ثمار السن والذي يسميه العطارون بذور السن، وهذه البذور توجد لدى بعض العطارين خذ كما قلت قرنين وضعها في كوب وقليل من الزنجبيل، وكذلك حبتين قرنفل (عويدي) وغط الكوب وأتركه ساعة ثم صفه وأشرب الماء وسوف بإذن الله تنحل مشكلة الإمساك، كرر هذه الطريقة يومياً ولمدة عشرة أيام فقط أما فيما يتعلق بطريقة استعمال قشر الرمان مع العسل ضد القرحة فيؤخذ ملء ملعقة من مسحوق قشور ثمار الرمان وتمزج مع م لىء ملعقة عسل أكل ويكون العسل من النوع النقي ثم تؤخذ لعقاً قبل الوجبة بربع ساعة.

إن أهم استخداماته مسهل إذا أخذ بجرعات كبيرة و ملين لطيف إذا أخذ بجرعات صغيرة معتدلة وهو من آمن المسهلات بشكل عام، كما أنه يستخدم مع أدوية تخفيض الوزن.

أما فيما يتعلق باستعماله للأطفال وفي أي سن فيمكن استخدامه للطفل فوق سن السنتين ولكن هناك جزءين من السن تستعمل الأوراق والبذور والأطفال تستخدم لهم البذور (قرون النبات) حيث يؤخذ قرن واحد ويوضع في كأس ثم يضاف نصف كوب ماء مغلي ويترك لينقع ثم يصفى ويشرب مرة واحدة في اليوم ويجب عدم الاستمرار عليه أكثر من عشرة أيام حيث إن الاستمرار عليه يسبب مشاكل في القولون.

كما يجب عدم استخدامه من قبل الأشخاص الذين لديهم زائدة دودية أو التهابات في الأمعاء أو علق في الكبد للإمساك:

- يشرب كوب من مغلي أوراق السن مكي المسحوقة بعد التصفية والتحلية مساء قبل النوم.

- يحذر من تناول شراب السن مكي للحوامل والمرضعات.

- ويحذر من تناول السنامي مع عصائر الليمون والبرتقال ومع الحليب ومع المشروبات الغازية ويحذر من الإفراط في تناول السنامي لتجنب المغص المعوي الذي يمكن أن يصاحب استعمال السن مكي .

سندروس



ماذا قال عنه الطب القديم؟

قال عنه اسحاق بن عمران: "صمغ يشبه الكهرباء الا انه ارضي منه وفيه شيء من المرارة (الكهرباء هو صمغ الجوز الرومي). ويقول داود الانطاكي: "السندروس مجفف نزلات الدماغ ومذهب الربو والنفس ووجاع الصدر والطحال والاعصاب والحيض وحبس الدم والاسهال، ويسكن اوجاع الاسنان وقروح اللثة ويحفظ ما آل الى السقوط.

إذا غلي في زيت وقطر في الأذن سكن الوجع وخفف الصمم. ينفع في الاكحال، فيزيل البياض والقرحة والسلاق عن تجربة. يزيل الفضول البلغمية والديدان والربو والنافض، اذا نثر على الجروح الحمها، اذا تبخر به مع السكر قطع الزكام النزلة في وقته. يزيل البواسير، ان غلي بدهن اللوز حتى يغلظ وطلّي على التشققات في اي موضع كان اذبه. ان سحق بالسكر والكبريت وعجن بالقطران وطلّي به على القوابي ازالها، مجرب. يشربه المصارعون لحفظ قوامهم واعصابهم.

البدناء اذا اخذوه مع السكنجبين هزلوا كثيراً. دهنه يسمى دهن الصوابي وهو المستعمل في دهن الاخشاب والسقوف وامثال ذلك، وهو يجلو الآثار جميعا ويلصق الجراح ويصلح اورام المقعدة والنواسير الغائرة والجرب العتيق.

اذا سحق السندروس ناعماً وغمر بالزيت على نار لينة قدر اسبوعين في موضع لا تشم رائحته الحامل فإنه يسقط الاجنة. **أما ابن سينا في القانون فيقول:** "خاصيته انه يحبس الدم ويستعمله المصارعون ليخفوا ويقووا، اذا شرب منه كل يوم ثلاثة ارباع درهم في ماء وسكنجبين فإنه يخف الجسم، بجفف النواسير اذا دخن به.

يمنع دخانه النوازل ومنفعته في تسكين وجع الاسنان عظيمة جدا لا يعدله فيها شيء، ويصلح اللثة. يجلو الآثار التي في العين جلياً سريعاً ويبرأ من ضعف البصر اذا ديف بشراب واكتحل به. ينفع من الخفقان، ويمنع من نزف الدم، ويمنع من الربو. يسقى منه المطحولون فينفعهم، جيد للاسهال المزمن، ودخانه ينفع من البواسير".

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

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

وماذا قال عنه الطب الحديث؟

وجد ان صمغ السندروس مضاد للبكتريا ودخانه يخفف من آلام الرماتزم والنقرس والاولديما والاستعمال الاخير عرف منذ القرن التاسع عشر كما يستخدم لعلاج الاسهال والحمى.

الآثار الجانبية: له آثار جانبية إذا استخدم عشوائياً ويجب الانتباه الى الجرعة التي لا تزيد على 300 جرام مقسمة على ثلاث جرعات في اليوم الواحد.

سنفيتون (سرخس ذكر)



الأجزاء المستعملة: الجذور والأجزاء الهوائية.

استعماله الرئيسي: مطهر ولانم للجروح؛ فالأجزاء الهوائية منه يصنع منها مراهم ونقائع زيتية تستعمل خارجياً لالتئام الجروح والتهابات المفاصل وكسور العظام .

ويستعمل مرهم السنفيتون في معالجة الفتق السري عند الأطفال .

شراب مغلي الجذور مفيد لحالات عسر الهضم والسعال الجاف .

يجب عدم استعمال السنفيتون على الجروح غير النظيفة؛ لأن الالتئام السريع للجرح يمكن أن يحجز وسخاً أو تقيحاً بداخله.

للناسور والناسور: يسحق نبات السنفيتون سحقاً ناعماً ثم يعجن بزيت زيتون أو زيت سمسم وتوضع العجينة فوق البواسير مرة واحدة عند النوم ويوضع على فتحة الشرج قطعة قماش ويلبس عليها لباس محكم حول الفخذين، ثم تنظف فتحة الشرج تماماً في الصباح وتكرر العملية عند النوم.

للمروماتيزم: تستعمل أوراق وجذور السرخس الطازجة بعد تنظيفها كضمادات موضعية فوق مناطق الألم مع تثبيتها بالشاش الطبي المعقم لمدة 10-12 ساعة ثم تستبدل بالآخرى حتى الشفاء .

للقصر: تستخدم أوراق وأغصان السرخس بحالتها الطبيعية لعلاج النقرس والروماتيزم وذلك بوضع الأغصان والأوراق بعد تقطيعها إلى أجزاء صغيرة فوق موضع الألم ثم تربط بلفافة ويلاحظ أن الألم يشتد بعد وضع العشبة لكنه ما يلبث أن يزول كلياً بعد مدة قصيرة. هذه الطريقة مشهورة وخاصة في سوريا والعراق وإيران وتركيا. مع ملاحظة أن نبات السرخس نوعان أحدهما ذكر ليس له أوراق ولا فروع ولا زهر ولا ثمر والصنف الآخر هو الأنثى وهو الذي يحمل أوراقاً وفروعاً وهو المعني.

لآلام الظهر: ويستعمل الجذور لعلاج آلام الظهر والروماتيزم وعرق النساء وآلام القدمين وذلك بوضع الجذامير وهي طازجة بعد تنظيفها دون غسلها داخل كيس صغير ووضع هذا الكيس فوق الألم والجذامير سهل الحصول عليها من بلاد الشام بيسر ويجب عدم استخدام الجذامير داخلياً بأي حال من الأحوال إلا بعد استشارة المختص.

لالتهاب الكيس الزلالي: تستخدم جذور الجذور الذكر لعلاج التهاب الكيس الزلالي وآلام الظهر والروماتيزم وعرق النساء وآلام القدمين وذلك بوضع الجذور وهي طازجة بعد تنظيفها دون غسلها داخل كيس صغير أو جوب قطني بحجم يناسب موضع الألم ثم وضعه فوق مكان الألم، كما تستخدم الأغصان والأوراق أيضاً بحالتها الطبيعية لعلاج التهاب الكيس الزلالي وآلام النقرس وآلام القدمين وآلام الظهر الروماتيزمية وذلك بوضع غصن مقطع إلى أجزاء صغيرة فوق موضع الألم.

سواك (أراك)



قال ابو حنيفة عن الأراك

" هو افضل ما استيك به لأنه يفصح الكلام ويطلق اللسان ويطيب النكهة ويشهي الطعام وينقي الدماغ وأجود ما استعمل مبلولاً بماء الورد". ويروي عن ابن عباس "مرفوعاً في السواك عشر خصال، يطيب الفم ويطهره ويشد اللثة ويذهب البلغم ويذهب الحفر ويفتح المعدة ويوافق السنة ويرضي الرب ويزيد في الحسنات ويفرح الملائكة". وقال حذيفة كان رسول الله صلى الله عليه وسلم اذا قام من الليل يشوص فاهه بالسواك ويروي ان السواك يزيد الرجل فصاحة. وفي العادات التراثية في منطقة نجد ان يستاك الشيخ الكبير في السن حتى ولو لم يكن له اسنان على الاطلاق وذلك اتباعاً للسنة وتطيباً لرائحة الفم، كما ان النساء يقمن بربط المسواك في طرف غطاء الرأس (الشيلة) او رداء الصلاة حتى يتذكرن استخدامه وقت الصلاة، كما ان كثيراً من الأسر تعود ابناؤها الذكور والإناث على حد سواء استخدامه منذ الصغر مستغلين الرغبة الفطرية لدى الأطفال في التقليد.

الاستعمالات: ثبت علمياً ان للمسواك تأثيراً على وقف نمو البكتيريا بالفم وذلك بسبب وجود المادة التي تحتوي على كبريت. ثبت أيضاً ان مادة التراميثايل امين تخفض من الأس الأيدروجيني للفم (وهو احد العوامل الهامة لنمو الجراثيم) وبالتالي فإن فرصة نمو هذه الجراثيم تكون قليلة جداً. يحتوي الأراك على فيتامين ج ومادة السيستوستيرول وهاتان المادتان من الأهمية بمكان في تقوية الشعيرات الدموية المغذية للثة. وبذلك يتوفر وصول الدم اليها بالكمية الكافية، علاوة على اهمية فيتامين ج في حماية اللثة من الالتهابات. يحتوي الأراك على الكلوريد والفلوريد والسيليكا وهي مواد معروفة بأنها تزيد من بياض الأسنان. طلاء الأسنان بمسحوق الأراك يجلو الأسنان ويقيها ويصلح اللثة وينقيها من الفضلات والجراثيم. اما بالنسبة للكبات (ثمار الأراك) فتقوي المعدة وتحسن الهضم وتخرج البلغم ومفيدة لآلام الظهر. اذا جفف الكبات وسحق وسف مع الماء ادر البول ونقى المثانة ومضاد للإسهال.

يستعمل منقوع جذور الأراك شرباً لقتل انواع البكتيريا في الأمعاء. ادخل الأراك في مستحضرات معاجين الأسنان وهكذا يتضح ان للمسواك فوائد صحية للفم تفوق ما استحدثت من ادوات وأدوية تستعمل في نظافة الفم وأن اول من اخبرنا باستعماله هو نبينا محمد صلى الله عليه وسلم الذي عاش في القرن السابع الميلادي.

لتقيح اللثة: ثبت علمياً ان جذر نبات الاراك يحوي مواد مطهرة ومنظفة وقابضة ومرقنة وقاتلة للجراثيم، كما انه يحتوي على مواد مضادة لنخر الأسنان وهذا يذكرنا بقول الرسول صلى الله عليه وسلم "السواك مطهرة للفم مرضاة للرب" ولذلك فإن السواك ضروري لنظافة الفم وقتل البكتيريا الموجودة بالفم ويجب عادة ترطيب المسواك قبل استخدامه وكذلك قص رأس المسواك كل مرة نستعمله فيها حيث ان المواد الفعالة تذهب مع كل تسويكة.

الفطريات

علاج الفطار الشعاعي: يستخدم الحنا حيث يسحق سحقاً ناعماً ويوضع في وعاء ويضاف إليه الماء الدافئ حتى تتكون عجينة رخوة ثم يضاف عليها نصف ملعقة صغيرة من الخل وتستخدم جميع الكمية وذلك بوضعها على مكان الفطر الشعاعي مع التدليك البسيط حتى يتغلغل الحنا وتستعمل هذه الطريقة عند النوم ليلاً وتغطي بقطعة قماش ويلف عليها بالبلاستر حتى الصباح وبعد ذلك يغسل الحنا جيداً ويجفف مكان الفطر جيداً. =

سوس



والجزء المستخدم: منها الجذور .

استعمالات و فوائد السوس الطبية :

1. تصديقا لاسمه اليوناني " الجذر الحلو " فالسوس احلى 50 مرة من السكر ، يستعمل كمنكه لإزالة مرارة طعم " خلطات الاعشاب " و الادوية ، السكاكر ، المشروبات ، الاطعمة ، اللبان ، معاجين الاسنان , و الصابون ، إن حلويات السوس في الولايات المتحدة تحلى بنكهة اليانسون ، اما في اوروبا فحلوى السوس تنكه بالسوس .
 2. للرشح و السعال و التهابات اللوزتين : الدراسات الحديثة تؤكد هذه الفوائد فإن " أسيد غليسيرتنيك " له مفعول يكبح السعال .
 3. علاج لتقرحات المعدة و الجهاز الهضمي : خلاصة السوس التي تحتوي " اسيد الغليسيرتنيك " المركز تعالج قرحات الجهاز الهضمي و تشفيها في الانسان و الحيوان ، و لكن لسوء الحظ سببت المعالجة بالسوس تورما في الكاحل و ذلك لأن السوس يحبس الماء في الجسم و يمنع إدراره ، **الامر الخطير الذي يؤدي الى ارتفاع ضغط الدم** ، وفي ذلك خطورة على الحوامل و المرضعات ، و أي انسان مصاب بالسكري ، ويؤدي الى ارتفاع ضغط العين ، ارتفاع الضغط الشرياني ، امراض القلب ، او إصابة بجلطات في القلب او الدماغ او الاطراف و الاعضاء الاخرى . وفي السبعينات ظهر العقار المسمى " Tagamet " تاجامت ، و يحتوي على مادة " Cimitidine " سيميتدين ، و جرت عدة دراسات مقارنة بين خلاصة السوس و السيميتدين ، و كانت النتائج ان السيميتدين افضل من خلاصة السوس في علاج " قرحات المعدة " . اما على قرحات الاثني عشر " الامعاء " فإن خلاصة السوس أعطت وقاية افضل ضد عودة القرحات المعوية ، و بقي تراكم الماء بالجسم مشكلة العلاج بخلاصة السوس .
 - ولذلك لا تستعمل خلاصة السوس في الولايات المتحدة الاميركية ، وعلى العكس تماما فقد ابقت المدرسة الاوروبية على العلاج بخلاصة السوس المخفضة مع اعتبار العلاجات الاخرى و نتائج الاكتشافات الحديثة .
 4. التهابات المفاصل : للسوس مفعول مضاد للالتهاب و خواص مضادة لأمراض و التهابات المفاصل ، و ذلك عبر تناول " أسيد الغليسيرتنيك " ، وعلى من يجب تجربة هذا التأثير أن يكون تحت إشراف طبي .
 5. بثور و تقرحات الفم : وهي تقرحات تحصل بالفم موجعة تسمى canker sores ، وهي تدوم اسبوعيا قبل زوالها ، وفي دراسة اجريت كانت النتائج ان 75% من المرضى بدأ التحسن بعد يوم من العلاج و تم الشفاء التام في اليوم الثالث للمعالجة .
 6. علاج حالات الفيروس " هيربس " : السوس ينشط خلايا الجسم لإفراز الإنترفيرون وهي مواد مضادة للفيروس . كما انه يكافح الفيروس المسمى simplex Herpes , وهي فيروس تحدث تقرحات في المناطق التناسلية وهي منتشرة كثيرا في الغرب ، و كان العلاج عن طريق رش بودرة السوس على التقرحات .
 7. التهابات الكبد : استعمل الصينيون السوس في علاج مشاكل الكبد منذ قرون ، خصوصا التهاب الكبد الوبائي C . قد اثبتت التجارب ان السوس هو مضاد قوي للفيروس (Antiviral) كما أثبتت بأن النبتة لها مفعول يحمي الكبد من امراض التشمع (cirrhosis) ، كما تظهر الدراسات بأن النبتة لها بعض المفعول على فيروس الانفلونزا و فيروس (HIV) ، وهو الفيروس الذي يسبب الايدز .
 8. التهابات : يكافح السوس البكتيريا الضارة التي تسبب امراضا ، خصوصا تلك الخطيرة امثال انواع التسايفيلوكوكس و الستربتوكوكس ، كما يكافح الفطريات التي تسبب الامراض النسائية المهبلية المسماة Candida albican ، إن ذر بودرة السوس على الجرح التنظيف يمنع التهابات .
 9. عوارض سن اليأس : السوس يحتوي على هرمون انثوي طبيعي نباتي " فايستروجين " ، وهي المسؤولة عن تخفيف عوارض سن اليأس ، وهي تطيل شباب و إحاضة المرأة كبديل للهرمون الانثوي الذي تفرزه مبايض المرأة
- الجديد في الابحاث : و من المواد المكتشفة في تركيبة السوس :

1. يحتوي السوس على مادة الكومارين التي توجد في النباتات التي نأكلها مثل البقدونس ، الحمضيات ، تعتبر هذه مواد مرققة للدم طبيعية ، وهي تميح الدم و تمنع تجلطه و بذلك تمنع امراض جلطات الدم التي تصيب القلب " الذبحة " و جلطات الدماغ التي تسبب " الفالج " ، و يعتقد بأن مادة الكومارين تمنع نمو السرطانات .
 2. مادة " اسيد الغليسيرتيك " ، وهي التي تعطي السوس طعمه و تستعمل كمنكه لطعمة السوس ، قد أثبتت الابحاث بأنها تقتل حجم الاورام في الفئران ، و اختبرت هذه المادة عند اليابانيين كمادة محتملة لمعالجة السرطانات .
 3. مواد " تيتريبنويدات " : وهي موجودة بعرق السوس ، الحمضيات ، و بنسب اقل في الحبوب ، خضار القرنبيط ، الملفوف ، و البروكلي ، وهي مواد نباتية تفكك الهرمونات الستيرويدية ، التي تساعد على نمو السرطانات ، و تخفف من سرعة انقسام الخلايا و تكاثرها كما يحصل في الاورام السرطانية .
 4. الفينولات : وهي مواد نباتية مسماة " فاييتوكمكلس " ، وهي ذات مفعول يكافح امراض معينة ، هذه المواد " فاييتوكميكليس " موجودة ايضاً في الخضار و الفاكهة ، تمنع " الفينولات " نجاح الاورام و نموها .
 5. مواد تكافح تآكل الاسنان و تسوسها ، قد يكون السوس هو علاج المستقبل لمنع هذه الآفة .
- أن من أبرز فوائد العرقسوس :**

1. يساعد على شفاء قرحة المعدة خلال عدة أشهر.
 2. له أثر فعال في إزالة الشحطة و الحرقة عند حدوثها .
 3. يساعد على ترميم الكبد لإحتوائه على معادن مختلفة.
 4. يدر البول.
 5. يشفي السعال المزمن باستعماله كثيفاً أو محلولاً بالماء الساخن، و لذا يفضل أستعماله ساخناً للوقاية من الرشح و السعال و آثار البرد.
 6. يجلب الشهية باستعماله أثناء الطعام .
 7. يسهل الهضم باستعماله بعد الطعام .
 8. أفضل شراب مرطب للمصابين بمرض السكر لخلوه تماماً من السكر العادي .
 9. منشط عام للجسم و مروق للدم .
 10. يفيد في شفاء الروماتيزم لاحتوائه على عناصر فعالة .
 11. يحتوي على الكثير من أملاح البوتاسيوم و الكالسيوم وهرمونات جنسية و مواد صابونية .
 12. يفيد في شفاء الروماتيزم لاحتوائه على عناصر تعادل الهدر و كورتيزون و يساعد في تقوية جهاز المناعة في الجسم.
- طرق الاستعمال:** لعلاج الإسهال وتلين الأمعاء يسحق 40 جراماً من العرقسوس مع 40 جراماً من زهر الكبريت و 40 جراماً من الشمر و 60 جراماً من السناء مكي و 200 جرام من سكر النبات، يمزج الجميع و تؤخذ ملعقة واحدة مساء كل يوم لتلين الأمعاء، و ملعقتان صغيرتان مساء كل يوم لإسهال المعدة.
- جذور العرقسوس تخطط مع الجنسنغ وتغلى، و تؤخذ يومياً كشراب مقو عام وخاصة للقلب.
- وصفة لعلاج القرحة المعدية والاثنا عشرية:** 500غ مسحوق عرق السوس 100غ عسل نحل منزوع الرغوة ، يمزجان جيداً يؤكل منه ملء ملعقة على الريق وقبل النوم. ويعتبر الأطباء الألمان أكثر انفتاحاً من غيرهم في استعمال الأدوية العشبية ولذلك قامت دراسات موسعة على كثير من الأعشاب التي يمكن ان يستفاد منها في مجال الرعاية الصحية ومن ضمن تلك الاعشاب جذور عرقسوس ، لقد اعتبره الدستور الألماني مع بعض الدساتير العالمية الأخرى أحد الأعشاب الهامة في علاج أمراض كثيرة ومن أهمها قرحة المعدة والاثني عشر ويحتوي عرقسوس على عدة مركبات مضادة للقرحة ومن أهمها مركب حمض الجلوسيرازين (Glycyrrhizic acid) الذي يشبه تأثيره تأثير الكورتيزون ولكنه لا يسبب التأثيرات الجانبية التي يسببها الكورتيزون وهو مضاد للالتهابات ويعتبر عرقسوس من أفضل المواد لعلاج عسر الهضم الناتج عن القرحة والجرعة من مسحوق عرقسوس هي ملعقة صغيرة في ملء كوب ماء سبق غليه وتقلب جيداً ثم تغطي مدة ما بين 10-15 دقيقة ويشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم. ويفضل استخدامه بعد الأكل بساعتين ولا تزيد مدة استعماله على ستة أسابيع وعلى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم ومرضى السكر ومرضى القلب والذين يعانون من أمراض السمنة والحوامل عدم استعمال عرقسوس ويمكنهم استبداله بأحد الأعشاب الأخرى.
- أمراض الأعصاب :** و عرقسوس يكون مؤثراً في علاج حالات الالتهاب الكيسي والتهاب الأوتار مثله مثل الكورتيزون شائع الاستخدام ومن المعروف ان المادة التي تشبه الكورتيزون في عرقسوس هي جليسراتييك لا تسبب الأضرار الجانبية التي يسببها الكورتيزون مثل زيادة الوزن وسوء الهضم واضطراب النوم وضعف المناعة تجاه العدوى، ويمكن استخدام ملء ملعقة صغيرة من مسحوق عرقسوس مرة الى مرتين في اليوم مع ملاحظة عدم استخدامه من قبل الأشخاص المصابين بارتفاع في ضغط الدم.
- أمراض الصدر:** يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق جذور عرقسوس ويوضع في ما مقداره ملء كوب ماء مغلي ثم يشرب بمعدل ثلاثة أكواب في اليوم وعلى الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم عدم استعمال هذه الوصفة وهذه الوصفة صالحة ايضاً للأطفال.
- علاج الكحة:** فيستعمل مسحوق عرق السوس بمقدار ملعقة صغيرة تذاب في ملء كوب ماء وتشرب مرتين في اليوم .
- عرقسوس علاج للصدفية:** الطريقة ان يؤخذ مسحوق عرقسوس الناعم ويخلط مع فازلين وتدهن به المناطق المصابة.
- العرقسوس ضد أنواع الإصابات الفطرية:** لقد وجد أن العرقسوس يحتوي على 125مركباً مضاداً للفطريات ويعتبر أكثر النباتات المسجلة غنى بهذه المركبات. ويقول الدكتور أدولي أنه لم يجد أنجع علاجاً للفطريات منه والطريقة ان يعمل خلاصة مركزه من

عرقسوس وذلك بأخذ حوالي ملء 5 ملاعق شاي من المسحوق ووضعها على ملء كوب ماء ثم أدهن المناطق المصابة بالسائل بواسطة قطعة قطن وذلك مرتين إلى ثلاثة مرات في اليوم.

وإذا ما تم خلط العرقسوس بالعسل فإنه يعد علاجاً لفيروس الهربس الذي يصيب الشفاه وسقف الحلق، كما أن به مواد لها تأثير فعال في قتل بعض أنواع الخلايا السرطانية بالإضافة إلى أنه مقو لجهاز المناعة للجسم، وذلك لقدرته على حفز الجسم على إفراز مادة لها تأثير قوي على وقاية خلايا الكبد من التلف والإصابة بفيروسات الكبد.

ومن المعروف دائماً أن أي مادة مضادة للالتهاب والروماتيزم تؤثر تأثيراً سلبياً على المعدة، وقد يؤدي ذلك إلى حدوث قرحة في المعدة، ولكن من العجيب (سبحان الله) أن نجد مادة طبيعية مضادة للالتهاب والروماتيزم، وهي نفسها تقي وتعالج الجسم من قرحة المعدة والاثني عشر، وذلك لأن هذه المادة تبطن جدار المعدة من الداخل لتساعد أماكن القرحة على الالتئام وتحميها من حموضة المعدة. كما نجد أن هذا النبات يعمل بطريق غير مباشر على حفز خلايا نخاع على تكوين كرات دم حمراء، ما يساعد على علاج الأنيميا ويخفف تقلصات الأمعاء الناتجة عن استخدام بعض أنواع المليينات، كما أنه مهدئ للمعدة والأمعاء، ويستخدم العرقسوس في علاج بلهارسيا المستقيم، لأن المواد الصابونية الموجودة به تساعد على قتل بويضات البلهارسيا.

عرق السوس لعلاج حرقة القلب: "استرجاع محتويات المعدة الحمضية في اتجاه المريء" تحتوي جذور عرقسوس على مادة صابونية تعرف باسم جلسيرايزين ذات طعم حلو تفوق درجة حلاوتها أكثر من خمسين مرة من السكر الناتج من قصب السكر، وعسل النحل وعندما تتحلل مائياً أو انزيميا يتكون مركباً لوكوني يعرف باسم الجليسيريدين مع جزئين من حامض الجلويورونيك. كما يحتوي على سكر ونشا وحامض الجليسرين واسبارجين وأملاح البوتاسيوم والكالسيوم وهرمونات جنسية وصبغات صفراء. يقول الدكتور مايكل موراي أخصائي الطب الطبيعي والمشارك في تأليف موسوعة الطب الطبيعي والعديد من الكتب الدراسية عن التغذية والمعالجة بالطبيعة، إن العرقسوس المنزوع منه مادة الجليسيريدين يعالج كلاً من حرقة القلب وقرحة المعدة والمريء بنجاح. واثبت العديد من الدراسات أن جذور عرقسوس مضادة للتقلص وهي تقلل إنتاج حامض المعدة وبالتالي تقلل من حرقة القلب. وعرقسوس آمن بجرعات لا تزيد عن ثلاثة أكواب في اليوم والاستعمال لمدة أكثر من 6 أسابيع أو تناول كميات أكبر قد يسبب صداعاً وكسلاً واحتباساً للماء والصوديوم وفقداناً زائداً للبوتاسيوم وارتفاعاً في ضغط الدم. إن كوباً من شاي عرقسوس من وقت لآخر يقيك من حرقة القلب ويعد أمناً.

عرق السوس.. مضاد للالتهابات وأمراض الروماتيزم:

لقرحة المعدة غير النازفة:

- يشرب كوب من مغلي جذور العرقسوس 3-4 مرات يومياً ويستمر على ذلك حتى الشفاء التام.
- يحضر المغلي بأضلفة ملعقة كبيرة من مسحوق جذور العرقسوس إلى كوب من الماء بدرجة الغليان وبعد 10 دقائق يصفى ويحلى ويشرب.
- ويحذر من شرب العرقسوس أولئك المصابون بمرض السكر والمصابون بمرض الضغط الدموي المرتفع.

للقصور الكلوي

- يشرب كوب من مغلي العرقسوس صباحاً ومساءً ويكرر ذلك يومياً حتى الشفاء التام.

لاحتقان الطحال: يستخدم 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.

الربو: استخدم عرقسوس من منات السنين لعلاج أمراض الحلق والكحة والربو ويعتبر عرقسوس من العقاقير المأمونة جداً في هذا الجانب حيث يمكن استخدام ثلاثة أكواب في اليوم بأمان والطريقة أن يؤخذ ملء ملعقة شاي وتوضع على ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم ولكن يجب على مرضى الضغط المرتفع عدم استخدامه حيث أنه يرفع ضغط الدم.

للغضبات: والطريقة أن يعمل خلاصة مركزه من عرقسوس وذلك بأخذ حوالي ملء 5 ملاعق شاي من المسحوق ووضعها على ملء كوب ماء ثم أدهن المناطق المصابة بالسائل بواسطة قطعة قطن وذلك مرتين إلى ثلاثة مرات في اليوم.

لالتهاب الفم: يستعمل عرقسوس لعلاج التهابات الحنجرة حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق جذور عرقسوس وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويشرب وهو ساخن بمعدل مرتين في اليوم.. مع ملاحظة عدم استخدامه للمرضى الذين يعانون من ارتفاع في الضغط.

للصوت: يوضع يسير منه تحت اللسان ويبلغ ما ينحل منه فإنه يلين خشونة الصوت ويصفيه وينفع من خشونة قصبه الرئة.

لالتهاب الأنف التحسسي الدائم: ويساعد استخدام جذور عرق السوس في استعادة التنفس الطبيعي، كما يشير اليه الدكتور جوزيف بيزورنو من كلية باستير في سياتل وينتج عرق السوس نوعاً من الهرمون يعمل كمادة مضادة للتهيج.

للنقرص: يشرب كوب من مغلي العرقسوس صباحاً ومساءً ويستمر على ذلك حتى الشفاء بأذن الله .

- يحضر المغلي بأضافة ملعقة صغيرة من مسحوق جذور العرقسوس الجافة إلى كوب ماء بدرجة الغليان وبعد 10 دقائق يصفى ويحلى ويشرب .

زهو السوسن



الجزء المستخدم من نباتات

السوسن هي الجذامير (الجذور). تستعمل جذور السوسن كطارد للبلغم ويقال إن خلاصة الجذر لها خواص تأثيرية على القرحة، كما يعمل الجذر كمضاد للمغص وتأثير مضاد للسرطانيات. كما يستخدم لأضطرابات الجهاز التنفسي. وله خواصه الطبية، وإذا ما غلي جذوره مع برادة الحديد فإنه يعطي حبراً جميلاً. يستعمل في صباغة الأنسجة بالأسود. السوسن عشب معمر بجذوره يصل طوله إلى 100سم يحمل سيقان بأوراق سيفية الشكل عريضة وتتفرع السيقان من الوسط ويحمل النبات ازهاراً طويلة ذات ألوان ما بين الأبيض والأزرق. الثمار عبارة عن كبسولات كبيرة. للنبات جذور قصيرة وسميكة.

السوسن وتضخم الغدة الدرقية:

ومن ناحية أخرى يستخدم لعلاج مشاكل الغدة الدرقية وكذلك لمشاكل الهضم وللصداع. ويستعمل العلاج بطريقة العلاج المثلى (Homeopathy) ويجب ملاحظة عدم استخدامه من قبل المرأة الحامل.

=علاج عدوى الفطر في أقدام الرياضيين بالأعشاب

خليط من مقادير متساوية من مرهم الكبريت تركيز 10% مع مرهم الساليسليك مع زيت خروع بحيث تمزج مزجاً جيداً ثم توضع في برطمان وتغطى بغطاء محكم ويدهن مكان الإصابة في قدم الرياضي دهاناً حثيثاً حتى يتشبع مكان الإصابة بالمزيج ثم يلبس جورباً. والوقت المناسب لهذا العلاج عند الذهاب إلى النوم. وفي الصباح تغسل القدم غسلاً جيداً بالماء الدافئ والصابون ويكرر هذا الاستعمال يومياً حتى الشفاء.

علاج للفطريات التي تظهر حول الأظافر والتي تسبب هريان الجلد

التركيبة والطريقة: يحضر ملح أينو أو ملح أندروس ملعقة صغيرة تذاب في كوب ماء دافئ وتنقع الأصابع لمدة ربع ساعة قبل النوم مباشرة بعد نصف ساعة يدهن بزيت الحبة السوداء ويستمر بالعلاج حتى الشفاء...

علاج للفطريات التي تظهر بين أصابع القدم والأيدي

التركيبة والطريقة: يغسل بمغلي ورق النيم قبل النوم وفي الصباح ويشرب منه المريض نصف كاس صغير كل مرة قبل النوم وفي الصباح.

علاج للفطريات بين أصابع القدم والاكزيما

التركيبة والطريقة: تراب احمر ناعم 100 غم , 20 غم سكر يخلط حتى يتجانس ويرش بين الأصابع ويربط إلى الصباح وفي الأماكن غير الأصابع يذوب بقليل من الماء ويدهن مكان الاكزيما ويستمر في العلاج حتى الشفاء ان شاء الله.

علاج للفطريات

التركيبة والطريقة: عفص مطحون مثل الطحين يخلط بروح الخل غير ممدد وقليل من الفازلين حتى يصبح مثل الكريم يدهن مرة قبل النوم مباشرة وصباحاً عند القيلولة ويكرر العملية حسب الحاجة والله الشافي.

علاج للفطريات

التركيبة: 100 غم زيت زيتون, 20 غم شبة, 20 غم كافور, 5 ملاعق يود, 3 ملاعق كبيرة روح الخل. زهر الكبريت الطريقة: تسحق الشبة والكافور وتوضع على الزيت حتى تذاب ويوضع بعد ذلك اليود وروح الخل ويرش على الخليط زهر الكبريت ويحرك تدريجياً حتى يصبح كالمرهم يدهن المريض قبل النوم بنصف ساعة وإذا لاحظ الشفاء استمر وإذا لم يجد أي تحسن يقف.

شاي



الأجزاء المستعملة في الشاي : الاوراق ، الشجرة دائمة الخضرة .

استعمالات و فوائد الشاي الطبية :

1. منشط لطيف : يحتوي الشاي على ثلاث مركبات منشطة مما يجعل الشاي في مصاف الاعشاب التي تعالج امراض الصدر و الربو ، كذلك يحتوي الشاي على مواد قابضة . وقد اكتشف عالم ياباني بأن الشاي يحتوي على مواد ذات تأثير مضاد للأكسدة ، التي تصلح و تمنع تلف الخلايا ، الذي يحصل قبل مرحلة حصول : امراض القلب ، معظم السرطانات ، وهي تتزامن مع التقدم بالسن مثل : الجلطات ، المياه الزرقاء بالعين ، تخرب مقلة العين ، وهو يصيب بالعمى الدائم .

2. السرطانات : اثبتت التجارب احتواء الشاي الاخضر على قدرات مانعة للسرطانات (المرئ ، المستقيم و القولون ، البنكرياس ، الرئة ، الصدر) ، فكلما ازداد استهلاك الشاي الاخضر ، كلما قلت الامكانية بالاصابة بسرطان المعدة (على الاقل 10 اكواب شاي يومياً) .

3. امراض القلب : وذلك بسبب طبيعة وجود مواد مضادة للأكسدة في الشاي .

4. امراض الجهاز التنفسي : يحتوي الشاي على منشطات ثلاثية ، والجميع لها تأثير الاوعية و القصبات الهوائية ، يوصف حالياً المنشط Theophylline ، (بشكل ابر ، حبوب ، تحاميل) ، لعلاج نوبات الربو .

5. علاج الاسهال : المواد القابضة المسماة Taninns تعالج و تمنع الاسهال ، وهناك تركيبة شعبية في الولايات المتحدة تعالج الاسهال تتألف من الموز ، الرز ، تفاح ، شاي ، توست .

6. يعالج الاصابة بنخر الاسنان : مثله مثل الموز ، الشاي غني بمادة الفلورايد ، التي تمنع و تكافح تسوس الاسنان ، و الفلورايد موجود بالشاي الاخضر و الاسود على حد سواء ، كذلك المواد القابضة تساعد في مكافحة البكتيريا التي تسبب تسوس الاسنان .

7. الدراسات الحالية تشير الى ان الشاي يعمل كمخفض لمستويات الكوليسترول بالدم .

8. يدر البول ، يمنع تراكم السوائل بالجسم .

9. المواد القابضة في الشاي لها تأثير مضاد للفيروسات .

10. يزيد الشاي في افراز العرق بالجلد .

11. تقارير صينية أثبتت فائدة الشاي في علاج التهاب الكبد الوبائي بأنواعه المختلفة ، وذلك بتناوله مع العلاج الموصوف

تشير التقارير الحديثة الى وجود مواد خاصة مضادة للاكسدة يعتقد بفائدتها في منع امراض القلب و السرطانات ، هذه المادة مسماة Gallate(EGCG) ، وهي موجودة في جميع انواع الشاي ، و الشاي الاخضر يحتوي على مقدار اكبر من هذه المادة (الشاي غير المخمر) ، و الشاي الاخضر افضل من الشاي الاسود ، في منع امراض القلب و السرطان .

12. يفضل عدم إعطاء الشاي تحت عمر سنتين و فوق 65 سنة ، و الحليب يخفف فوائد الشاي كمضاد للاكسدة .

الأضرار الجانبية للشاي

1. لا توجد أضرار جانبية إذا استخدم باعتدال وكذلك عدم أخذ جرعات كبيرة من المستحضرات المحضرة من أوراق الشاي أو من مشتقاته كالكافيين والثيوفيلين.

2. إذا استخدم الشاي بافراط فإنه قد يسبب حموضة في المعدة وتهيجها وتقليل الشهية للطعام أو ربما اسهالاً ويمكن تفادي مثل هذه الأعراض بخلط الحليب بالشاي حيث ان الحليب يخفض حمض الكلوروجين والمواد العفصية في الشاي.
3. يجب على المرضى الذين يعانون من أمراض القلب والكلى والغدة الدرقية وارتفاع ضغط الدم عدم الاكثار من الشاي.
4. إذا زادت كمية الكافيين التي يتناولها الشخص يومياً عن خمسة جرامات وبصفة مستمرة فإن المتعاطي قد يشعر بعدم الراحة والقلق وعدم النوم والخفقان والتقيؤ والاسهال والصداع وفقد الشهية.
5. على المرأة الحامل ألا تزيد خمسة أكواب يومياً من شرب الشاي أو ما يعادل 300 ملليجرام من الكافيين يومياً.
6. الأطفال الذين يرضعون من الأم التي تفرط في شرب الشاي ربما يعانون من قلة النوم.
7. الأطفال الذين يفرطون في شرب الشاي ربما يتعرضون للأنيميا.

علاج الجروح والشمم خلطة

يحضر ملعقة كمون مطحون لكل كأس حسب الكمية التي تريد وتوضع في ماء وتغلى على النار أي تفوح وبعد ذلك تترك حتى يبرد وتصفية ثم يصب بكاس ويشربه المريض وبأذن الله يزول عنه الالتهاب وكذلك لا قدر الله لو حصل التهاب الجرح بعد الحجامة يوصى بتلك الطريقة.

الجروح النازفة عصا الراعي

يستخدم مغلي جذور نبات عصا الراعي بعد التصفية كغسول ومطهر للجروح والقروح النازفة.
علاج للجروح القديمة أو المنتنة والتي يصعب شفاؤها (جروح السكري والجروح الطارحة للقيح المزمن) .
التركيبة والطريقة: يحضر مروحة (خنتيتة) ناعمة تخلط بالسمن البلدي أو بزيت الزيتون فتصبح كالمرهم ينظف الجرح ويدهن بالمرهم حسب الحاجة فيحصل الشفاء بأذن الله. ويدهن الجرح دهنة مشبعة كل 12 ساعة.

علاج للجروح المشمسة والملتهبة والمتعسر شفاؤها
التركيبة والطريقة: يضع المريض ورقة خروع خضراء على الأصابة لمدة 3 أيام فيحصل الشفاء بأذن الله ويبدل الورقة حسب الحاجة.

علاج للقروح المزمنة وشديدة الالتهاب وخصوصاً مرضى السكري

التركيبة والطريقة: ينظف الجرح ويعقم جيداً يملأ بالسلفى ويدهن بالمرهم الأسود دهن مشبع مرة أو 2 باليوم ولمدة يومين وبعدها يحضر مقدار من الهوى الجوي ومقدار من المر ويطحنها ناعماً ويأخذ من الخليط ملعقتين صغار ويضع عليهم 3 ملاعق كبار سمن بلدي وتغلى على النار ويبرد الخليط حتى يتحملة المريض ثم يملأ الجرح ويختم بالمرهم الأسود ويكرر العملية حتى الشفاء. وإذا كان هناك ورم يعمل تغطية بالملح الأنكليزي المغلي ولمدة نصف ساعة والله الشافي.

شاي أخضر



توصلت الدراسات الطبية الحديثة مؤخراً ان للشاي الأخضر فوائد عظيمة للحفاظ على الصحة

1. الشاي الأخضر يساعد في تقليل مستويات البروتين الشحمي **ldl** والذي يعرف بالكوليسترول السيء فيقي من الاصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين .

2. غني بالمواد المضادة للأكسدة التي تحمي الجسم من الأمراض.

3. و أن أحد أقوى هذه المركبات ما يعرف اختصاراً بالرموز EGCG الذي يساعد في الوقاية من اشعاعات الشمس وأنواع متعددة من الأورام السرطانية .

4. كما يحمي أيضاً عند وضعه على الجلد من التقرحات والبثور وانقسام الخلايا غير الطبيعي الذي يظهر بسبب أشعة الشمس المؤذية.

5. انه يصيغ الاسنان ولكنه يحميها من التسوس لأنه يحتوي على الفلورايد . ويحافظ على اللثة ويقاوم البكتريا الضارة علاوة على انه يقاوم رائحة النفس الكريهة .

6. يحسن وظائف الكلى ويقاوم الفشل الكلوي كما يحميك من الإصابة بالقرحة وينظم حركة الأمعاء .

7. يقاوم ارتفاع السكر ويساعد على انقاص الوزن إذا شرب بعد الوجبات .

8. يحمي المخ من الجلطات وينشط الذاكرة والتركيز والإدراك .

أثبتت دراسات علمية أن الشاي الأخضر يذيب الدهون ويؤثر إيجاباً في جهاز المناعة والقلب والشرايين والجهازين العصبي والهضمي. يوصي به طبيباً لعلاج أكثر من 40 مرضاً منها:

الحساسية، تسوس الأسنان، الرشح، ارتفاع ضغط الدم، مشاكل الهضم، السمنة، السيلوليت.

وللوقاية من أمراض أخرى: ضعف حدة النظر، الربو، أمراض القلب والشرايين، السكتة الدماغية، السرطان، الكولسترول، التهاب العين السكري..

الشاي الأخضر يساعد على حرق الدهون

يساعد الشاي الأخضر على تسريع عملية الايض لان تأثيره المضاد للأكسدة يساعد الكبد على أداء وظيفته بشكل أكثر فعالية فقد اكتشفت دراسة أميركية جديدة أجريت على رجال بدناء أن شرب الشاي الأخضر ثلاث مرات يوميا . يحرق 200 سعر حراري إضافي يوميا.

كذلك وجد الأشخاص الذين يتناولون الشاي الأخضر أن الطاقة لديهم تعززت بشكل كبير وعلاوة على ذلك ، يخفض الشاي الأخضر مستوى السكر في الدم والذي يعتبر مسؤولاً عن خزن الجلوكوز على شكل شحوم، ولذا فإن تخفيض مستوى السكر يخفض أيضا مستوى الشحوم المخزونة في الجسم .

الشاي الأخضر يحمي القلب من الأمراض

أظهرت الدراسات أن الشاي الأخضر يخفض مستوى الكوليسترول في الدم لان تأثيراته المضادة للأكسدة تمنع تأكسد الكوليسترول الضار **LDL** في الشرايين ويعتبر تشكل جلطات الدم غير الطبيعي السبب الرئيسي في النوبات القلبية والجلطات الدماغية وقد أظهر الشاي الأخضر أنه يمنع تشكل الجلطات الدموية غير الطبيعية وأن له نفس فعالية الأسبرين في هذا المجال من جانب آخر

يجب ملاحظة أن الأسبرين له تأثيرات مضادة للتجلط تختلف عن الشاي الأخضر ولذا فإذا كنت تتناول جرعات صغيرة من الأسبرين للوقاية من النوبات القلبية أو الجلطة الدماغية ، فإنه ينبغي عليك الاستمرار في ذلك حتى لو كنت تشرب الشاي الأخضر أيضا كذلك

أثبتت الدراسات أن الشاي الأخضر يزيد مستويات الكوليسترول النافع HDL الذي يساعد على إزالة الصفائح الدهنية من جدران الشرايين .

الشاي الأخضر يساعد في تخفيض ضغط الدم

يعود سبب ارتفاع ضغط الدم إلى إنزيم تفرزه الكلية ويسمى ACE وتعمل الأدوية المخفضة للضغط على منع إفراز الأنزيم ولذا فإن ضغط الدم يمكن تخفيضه من خلال تعطيل عمل الأنزيم أما بالنسبة للشاي الأخضر فهو معطل طبيعي للأنزيم وقد أظهرت دراسات عديدة أن ضغط الدم انخفض في الحيوان والإنسان بعد إعطائهما مستحضرات من الشاي الأخضر .

الشاي الأخضر يحمي من الإصابة بمرض السكري

حين يستهلك الجسم النشا، فإنه يحتاج إلى إنزيم يسمى amylase لتحليله إلى سكريات بسيطة يمكن امتصاصها في مجرى الدم وتقوم polyphenols الموجودة في الشاي الأخضر بمنع إنزيم amylase ولذا فإنها تساعد خفض مستويات السكر في الدم إن المستويات العالية للسكر والأنسولين في الدم يعرض الناس للإصابة بمرض السكري . فقد أظهرت إحدى الدراسات أن كوبا واحدا من الشاي الأخضر يوميا خفض مستوى نشاط إنزيم amylase بنسبة 87 بالمائة.

الشاي الأخضر يساعد على الوقاية من التسهم الغذائي

نظرا لان الشاي الأخضر يقتل البكتيريا فإن شربه مع الوجبات يمكن أن يخفض خطر الإصابة بالتسمم الغذائي البكتيري. كذلك يمنع الشاي الأخضر نمو البكتيريا في الأمعاء ويساعد على نمو البكتيريا النافعة في الأمعاء .

الشاي الأخضر يمنع رائحة الفم

إن تناول الشاي الأخضر الذي يعتبر عاملا طبيعيا مضادا للبكتيريا مع الوجبات يمكن أن يساعد على قتل البكتيريا الموجودة في الفم والتي تسبب نخر الأسنان.

لانتهاج اللثة: شرب الشاي الأخضر: أثبتت الدراسات أن الشاي الأخضر يحتوي على مركبات البوليفينولات التي تعمل كمطهر للفم والاسنان ، كما انها توقف نمو ونشاط بكتيريا الفم المتسببة في تسوس الاسنان .

الحروق

من علاجات حروق الدرجة الاولى والثانية :

البطاطا: رش البطاطا النينة ممزوجة بزيت الزيتون.

العلاج عند احتراق اللسان لدى تناول ما هو ساخن :

في حالة حرق اللسان حاول مصّ مكعب من الثلج مرات متتالية حتى الشعور بزوال الحرق.

علاج حروق النار أو الماء

البيض: يطلى الحرق ببياض البيض.

زيت الكتان وبياض البيض

يمزج بعض زيت الكتان مع زلال البيض ويطلى موضع الحرق المصاب به.

علاج للحروق وبدون تشوه أن شاء الله

التركيبة 50 غ شمع نحل أصلي, 150 غ زيت زيتون , 150 غ زيت سيرج , 50 غ عسل..

الطريقة: تنعم الشمعة وتوضع مع الزيوت على نار هادئة حتى تذوب يطفى النار وبعد 10 دقائق يوضع العسل ويخلط حتى يتجانس.

طريقة المعالجة: يدهن يديه بزيت زيتون ويدهن مكان الحرق بزيت الزيتون وبعد 3 دقائق ينشف المكان من الزيت وأذا كان في

الحرق بالونات تحمي أبرة على النار حتى تحمر ويثقب البالون ويخرج الماء بدون إزالة الجلد وأذا كان هناك جلد متهتك يعقم مقص

بدهنه بزيت الزيتون ويزيل الجلد المتهتك على قدر الأماكن يدهن المكان بالكريم المحضر دهن مشبع ويدهن شريطة معقمة بالكريم

ويلف المكان وبعد يومين يبدأ الغيار يوم بعد يوم .

طريقة الغيار

يغسل المكان بماء فاتر وصابون غار ويعيد البداية وينظف المكان من جلد زائد حتى لا يحدث تشوه والله الشافي

علاج لحروق الشمس اثناء السباحة في البحر وبعد الغسيل بماء حلو

التركيبة والطريقة:

يقسم حبة بندوره مناصفة ويمررها على مكان الحرق عدة مرات ويبقى المكان معرضا للهواء حتى ينشف ماء البندورة على الجسم

واذا لم تتوفر البندورة فمعجونها يفي بالغرض واذا كان مكان الحرق يمكن ان تربط عليه قطعة بندورة فيفضل ربطها ووضعها على

الحرق حتى تمتص الحرارة وهذه العملية تكون مباشرة وهي الافضل والله الشافي.

علاج للحروق

التركيبة والطريقة: قشر رمان مطحون ناعم يدهن الحرق بزيت الزيتون وينشف بعد 10 دقائق ويدهن بالعسل ويرش فوق العسل

مطحون قشر الرمان وكل يوم مرة.=

شب



ويستعمل لشد اللثة وضد الجروح وقاطع للنزيف وتقطع رائحة الإبط الكريهة إذا لطح بها الإبط وتفيد لآلام اللثة واللهاة ويجب عدم استخدامه داخليا كما يستعمل في صناعة الورق ودباغة الجلود.

يقول داود النطاكي في التذكرة : الشب: رطوبة مائية التامت مع أجزاء غضة أرضية وانعقدت بالبرد عقداً غير محكم .

قال أهل التحقيق : المولدات التي لم تكمل صورها من المعنويات أربعة أشياء : شبوب ، وأملاح ، وشادرات وزاجات ونحن هنا بصدد الأول إذ كل في بابه فنقول : الشب كله ينقسم بحسب اللون والطعم والشكل والقوام إلى ستة عشر نوعاً ، وأجودها الشفاف الأبيض الضارب إلى الصفرة الصلب الرزين ويسمى اليمان لأنه يقطر من جبل صنعاء ثم يجمد ، يليه نوع يحذو اللسان مع حمض وتربيع إلى استدارة ، والأول يسمى المشقق وهذا مدرج وثالث لين الملمس ، رطب ينكسر بسرعة ورائحته إلى زهومة ، ويسمى شب زفر، ويقال شب الزفر لقلعه إياه ، وهذه الثلاثة سهلة الوجود ، وجل الأطباء يقولون : إنه لا يتداوى بغيرها ، ومنه أصفر مستطيل وأحمر لا يضبطه شكل وأخضر إلى الزاجية ظاهر في الملوحة ، وهذه الثلاثة لا تأبى القواعد دخولها في الدواء ، إلا أنها بالصناعة أشبه ، **وأزرق وأسود إلى كمودة وكلاهما سم** ، وباقي الأنواع لم نرها وكله حار في آخر الثانية يابس في وسط الثالثة أو حرارته في الأولى أو هو بارد فيها إذا كلس وسحق مع اللؤلؤ والسكر وقشر البيض وبعير الحردون سواء (قلع البيض كحلاً مجرب) وغلظ الأجفان والأورام ومع العفص والسماق الدمعة والرطوبات والحمرة الخالدة مجرب

يقطع الرعاف استنشاقاً والنزف حمولاً ويدمل الجروح ويأكل اللحم الزايط ويبرىء سائر القروح خصوصاً مع الملح وبالعفص ودردي الخل يمنع سعي الأواكل

وبماء الكرم الحكة والجرب

وبالعسل سائر الآثار

وبالشمع الداحس ، وبالماء القمل ، مع المرسين " الآس " الرائحة الكريهة والعرق في الإبط وغيره

ومع رماد أصل الكرنب القلاع ، وبالفوفل أوجاع السن ويثبتها ويشد اللثة

ويقتل الأفاعي إذا رش عليها أو بخرت به وقد جرب أنه يمنع القيء والغثيان ويشد المعدة أكلاً

وإن غلي في زيت وقطر في الأذن فتح الصمم ونشف الرطوبات وإن احتمل منع الحمل وأصلح وجفف ، وإن مزج بالقطران فإنه أبلغ وإن لطح على الترهل بالسمن أزاله .

وفي القانون : الشب : الماهية : قال ديسقوريدوس: أصناف الشب كثيرة والداخل منها في علاج الطب ثلاثة المشقق والرطب والمدرج. فالمشقق هو اليماني وهو أبيض إلى صفرة قابض فيه حموضة وكأته فقاح الشب ويوجد صنف حجري لا قبض فيه عند الذوق وليس هو من قبيل الشب. الطبع: حار يابس في الثانية. الخواص: فيه منع وتجفيف وينفع نزف كل دم ويمنع سيلان الفضول وانصبابها وقبضه أكثر من قبض البادورد وخصوصاً في قشره وأصله وكذلك هما أقوى في كل شيء منه.

الزينة : مع ماء الزفت على الخزاز والقمل والبحر وصنان (رائحة) الإبط . الجراح والقروح: مع دردي الخمر بمثل الشب عفصاً (هكذا العبارات في المصدر لكن القاعده الفقهيه تقول ان الله لا يخلق الشفاء في محارم) للقروح العسرة والمتأكلة ومع مثليه ملحاً للأكلة وحرق النار. أعضاء الرأس: طبيخه نافع إذا تمضمض به من وجع الأسنان.

للتبول اللارادي والتهاب المثانة

الطريقة: أن يؤخذ من هذه الصرافه وتبلل ويُمسح بها على (عانة) الطفل بشكل دائري قبل النوم ، وهي طريقة يستخدمها الشعبيون الذين يفضلون العلاجات الشعبية عن أن يسلكوا طرق المستشفيات ودروبها .

لقمل الجسد: الأغتسال بماء بعد أذابة الشب فيه يقتل القمل من الجسد بأذن الله تعالى.

شبت



هو عشب يستخدم علي نطاق واسع في اغراض الطهي والاغراض العلاجية لما لديه من خواص عديدة تتوافر فيه.
فوائد الشبت:

- يوصف بانه دواء يستخدم في اغراض الهضم كما انه يحفز علي النوم .
 - يحفز الشبت الانسان علي النشاط، كما انه ينشط خلايا المخ.
 - وقد اعتقد اليونانيون القدامي في ان الشبت يعالج الفواق الزغطة.
 - ماء الشبت الذي يعد من بذوره يساعد علي تهدئة الطفل.
 - تفري بذور الشبت وتنقع في الماء، ويستخدم مستخلصها لتقوية الاظافر.
 - مضغ بذور الشبت تساعد علي التخلص من رائحة الفم الكريهة.
- للمغص وعسر الهضم:** الشبت جيد جداً لطرد الغازات وللزغطة حيث يؤخذ حزمة شبت وتغسل جيداً ثم تقطع الى قطع صغيرة مع جذورها ثم يغلى مع نصف لتر من الماء ثم يشرب ملء كوب من هذا المغلي ويؤكل الشبت.

=علاج للحروق من الدرجة الثانية والثالثة التركيبة والطريقة :

يحضر ورق توت ينشف في الظل ويطحن ناعماً مثل الطحين ويوضع عليه زيت خروع حتى يصبح كالمرهم يدهن مكان الحرق بزيت الزيتون ويترك لمدة 10 دقائق ثم ينشف ويدهن بالمرهم المحضر وتدهن الشريطة المعدة للرباط بالمرهم المحضر ويربط المكان ويترك 3 أيام ينظف المكان بماء دافئ مع صابون غار ينشف المكان ويعيد العملية السابقة وإذا حصل نفخ يحضر أبرة ويحرقها حتى تصبح حمراء ويدهنها بزيت الزيتون ويثقب النفخ ويخرج الماء بدون أن يمزق البالون وإذا مزق البالون يحضر المقص ويدهن بزيت الزيتون ويقص البالون المهتك ويعيد عملية الدهن والله الشافي.

علاج للحروق

عسل النحل: يضمده به الحرق لمدة 24 ساعة ثم تبديل الضمادة بأخرى جديدة مدهونة من العسل ليوم آخر وهكذا حتى يلتئم الحرق .

شعير



فوائد الشعير:

زيادة النشاط والقوة , يقوي ضربات القلب , يحث على هورمون النمو , يقوي المناعة , يخفض الحساسية , يحارب الأرق والصداع النصفي , زيادة التركيز والذاكرة , ينشط الدماغ .

أستعماله:

يمكن طحنه وأستعماله خبز ويحمص ويطحن ويستعمل مثل القهوة لوجع الرأس والشقيقة أو يجرش ويستعمل مثل تلبينة أو مع لحمة أو محلى بالعسل يعتبر الشعير أقدم مادة استعملها الإنسان في غذائه.

الخصائص الطبية: ملين . مقو للأعصاب . منشط للكبد . تخفيض درجة الحرارة . علاج الأسهال و التهاب الأمعاء . علاج ضغط الدم المنخفض . يلطف التهابات الامعاء والجهاز البولي.

يساعد في هضم الحليب ويعطى عادة للرضع من أجل منع تكوين خثرات داخل المعدة . علاج التهاب الكبد.

يخفض معدل السكر في الدم . نخالة الشعير يكون لها دور كبير في تخفيض الكوليسترول . الحيلولة من تكون سرطان الامعاء . مدر للبول . ينظم امتصاص السكر إلى الدم مما يحد من ارتفاع السكر المفاجئ . يبطئ من هضم وامتصاص النشويات والسكريات.

يساعد على تخفيف الاكتئاب والحزن . مهدئ للقولون.

ينشط الحركة الدودية للأمعاء مما يدعم عملية التخلص من الفضلات.

يستخرج من الشعير مادة تستعمل حقناً تحت الجلد أو شرباً في حالات الإسهال والتيفونيد والتهابات الأمعاء تسمى الهوردنين . تأخير ظهور أعراض الشيخوخة . تقوية جهاز المناعة . ينشط كرات الدم البيضاء . معالجة امراض القلب.

الشعير و الكلسترول و أمراض القلب:

أثبتت الدراسات العلمية فاعلية حبوب الشعير الفائقة في تقليل مستويات الكولسترول في الدم من خلال عدة عمليات حيوية، تتمثل فيما يلي:

أ. تتحد الألياف المنحلة الموجودة في الشعير مع الكولسترول الزائد في الأطعمة فتساعد على خفض نسبته في الدم.

ب. ينتج عن تخمر الألياف المنحلة في القولون أحماض دسمة تمتص من القولون، وتتداخل مع استقلاب الكولسترول فتعيق ارتفاع نسبته في الدم.

ج. تحتوي حبوب الشعير على مركبات كيميائية تعمل على خفض معدلات الكولسترول في الدم، ورفع القدرة المناعية للجسم مثل مادة "بتا جلوكان" B-Glucan والتي يعتبر وجودها ونسبتها في المادة الغذائية محدداً لمدى أهميتها وقيمتها الغذائية.

د. تحتوي حبوب الشعير على مشابهاة فيتامينات "هـ" Tocotrienol التي لها القدرة على تنشيط إنزيمات التخليق الحيوي للكولسترول، ولهذا السبب تشير الدلائل العلمية إلى أهمية فيتامين "هـ" الذي طالما عرفت قيمته لصحة القلوب إذا تم تناوله بكميات كبيرة.

وعلى هذا النحو يسهم العلاج بالتلبينة في الوقاية من أمراض القلب والدورة الدموية؛ إذ تحمي الشرايين من التصلب خاصة شرايين القلب التاجية. فتقي من التعرض لآلام الذبحة الصدرية وأعراض نقص التروية (Ischemia)، واحتشاء عضلة القلب (Heart Infarction). أما المصابون فعليا بهذه العلة الوعائية والقلبية فتساهم التلبينة بما تحمله من خيرات صحية فائقة الأهمية في الإقلال من تفاقم حالتهم المرضية. وهذا يظهر الإعجاز في قول النبي صلى الله عليه وسلم: "التلبينة مجمة لفؤاد المريض.."، ومجمة لفؤاد المريض أي مريحة لقلب المريض!!

أيضاً: الشخير و الكلسترول

أثبتت الدراسات العلمية فاعلية حبوب الشخير الفائقة في تقليل مستوى الكوليسترول في الدم من خلال عدة عمليات حيوية منها:
- تحتوي حبوب الشخير على مركبات مشابهة لفيتامين E الذي يعد من أشهر مضادات الأكسدة التي لها القدرة على تثبيط إنزيمات التخليق الحيوي للكوليسترول.

- تحتوي ألياف الشخير المنحلة على مادة هامة جداً وهي البيتا جلوكان (Beta-glucan) التي تتحد مع الكوليسترول الزائد في الأطعمة والأحماض الصفراوية مما يقلل وصوله إلى تيار الدم.
وتشير نتائج البحوث إلى انخفاض نسبة الكوليسترول العام بنسبة 10%، وانخفاض نسبة الكوليسترول منخفض الكثافة Idl إلى 8%، وارتفاع نسبة الكوليسترول عالي الكثافة hdl إلى 16%.
ينتج عن تخمر الألياف المنحلة في القولون أحماض تمتص من القولون وتتداخل مع استقلاب الكوليسترول فتعيق ارتفاع نسبته في الدم.

الشخير و الاكتئاب: كان الأطباء النفسيون في الماضي يعتمدون على التحليل النفسي ونظرياته في تشخيص الأمراض النفسية، واليوم مع التقدم الهائل في العلوم الطبية يفسر أطباء المخ والأعصاب الاكتئاب على أنه خلل كيميائي..
كما يثبت العلم الحديث وجود مواد تلعب دوراً في التخفيف من حدة الاكتئاب كالبوتاسيوم والمغنسيوم ومضادات الأكسدة وغيرها... وهذه المواد تجتمع في حبة الشخير الحنونة التي وصفها نبي الرحمة بأنها "تذهب ببعض الحزن".
ولتوضيح كيف تؤثر المواد التي يحويها الشخير في الاكتئاب، وتخفف من حدته نذكر أهم تلك المواد المضادة للاكتئاب والموجودة في الشخير، ومنها:

المعادن: فتشير الدراسات العلمية إلى أن المعادن مثل البوتاسيوم والمغنسيوم لها تأثير على الموصلات العصبية التي تساعد على التخفيف من حالات الاكتئاب، وفي حالة نقص البوتاسيوم يزداد شعور الإنسان بالاكتئاب والحزن، ويجعله سريع الغضب والانفعال والعصبية.
وحيث إن حبة الشخير تحتوي على عنصري البوتاسيوم والمغنسيوم فالتبينة تصلح لعلاج الاكتئاب، ويلاحظ هنا أن الدراسات العلمية تستخدم كلمة "التخفيف من حالات الاكتئاب"، ونجد ما يقابلها في حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم: "تذهب ببعض الحزن"، وهذه دلالة واضحة على دقة التعبير النبوي الذي أوتي جوامع الكلم.
فيتامين "B": فقد يكون أحد مسببات أعراض الاكتئاب هو التأخر في العملية الفسيولوجية لتوصيل نبضات الأعصاب الكهربائية، وهذا بسبب نقص فيتامين "B"؛ لذلك ينصح مريض الاكتئاب بزيادة الكمية المأخوذة من بعض المنتجات التي تحتوي على هذا الفيتامين كالشخير.

مضادات الأكسدة:

حيث يساعد إعطاء جرعات مكثفة من حساء التبينة الغنية بمضادات الأكسدة (فيتامين E و A) في شفاء حالات الاكتئاب لدى المسنين في فترة زمنية قصيرة تتراوح من شهر إلى شهرين.

الأحماض الأمينية:

يحتوي الشخير على الحمض الأميني تريبتوفان Tryptophan الذي يسهم في التخليق الحيوي لإحدى الناقلات العصبية وهي السيروتونين Serotonin التي تؤثر بشكل بارز في الحالة النفسية والمزاجية للإنسان.

أيضاً: الشخير و الحزن و الاكتئاب:

أثبت الباحثون أن الحزن والاكتئاب هو خلل كيميائي، كما أثبتوا أن هناك مواد لها تأثير في تخفيف الاكتئاب والحزن، مثل: عنصر البوتاسيوم والمغنسيوم ومضادات الأكسدة والميلاتونين وبعض عناصر فيتامين (ب) المركب والسيروتونين،

فما علاقة الشخير بذلك؟

- يحتوي الشخير على عنصري البوتاسيوم والمغنسيوم اللذين يؤدي نقصهما إلى سرعة الغضب والانفعال والشعور بالاكتئاب والحزن، وضبط عنصر البوتاسيوم والمغنسيوم له تأثير في تخفيف الاكتئاب عن طريق تأثير هذين العنصرين على بعض الموصلات العصبية، وانظر إلى قوله - صلى الله عليه وسلم: (يذهب - ببعض - الحزن)، وقول الباحثين يؤدي إلى تخفيف الاكتئاب يشعر الإنسان بالميل إلى الاكتئاب عند تأخر العمليات الفسيولوجية للموصلات العصبية وهذا من أهم أسبابه نقص فيتامين (ب) المركب **والشخير** يحتوي على كمية طبيعية من بعض فيتامين (ب) المركب، وهذا مما يساعد على التخلص والتخفيف من الاكتئاب. إن علاج نقص مضادات الأكسدة مثل فيتامين (هـ) له تأثير فعال في علاج حالات الاكتئاب والشيخوخة وخاصة لدى المسنين **والشخير** يحوي كمية كبيرة من مشابهاة فيتامين E المضادة للأكسدة وأيضا على فيتامين A المضاد للأكسدة. يحتوي الشخير على الحمض الأميني تريبتوفان (tryptophan) الذي يسهم في تخليق أهم الناقلات العصبية وهو السيروتونين (serotonin) والتي تؤثر بشكل واضح في الحالة النفسية والعصبية للمريض.

الشخير و السرطان و الشيخوخة

تمتاز حبة الشخير بوجود مضادات الأكسدة مثل (فيتامين E و A)، وقد توصلت الدراسات الحديثة إلى أن مضادات الأكسدة يمكنها منع وإصلاح أي تلف بالخلايا يكون بادنا أو محرضاً على نشوء ورم خبيث؛ إذ تلعب مضادات الأكسدة دوراً في حماية الجسم من الشوارد الحرة (Free radicals) التي تدمر الأغشية الخلوية، وتدمر الحمض النووي DNA، وقد تكون المتهم الرئيسي في حدوث أنواع معينة من السرطان وأمراض القلب، بل وحتى عملية الشيخوخة نفسها.

ويؤيد حوالي 9 من كل 10 أطباء دور مضادات الأكسدة في مقاومة الأمراض والحفاظ على الأغشية الخلوية وإبطاء عملية الشيخوخة وتأخير حدوث مرض الزهايمر.

وقد حبا الله الشعير بوفرة الميلاتونين الطبيعي غير الضار، والميلاتونين هرمون يفرز من الغدة الصنوبرية الموجودة في المخ خلف العينين، ومع تقدم الإنسان في العمر يقل إفراز الميلاتونين. وترجع أهمية هرمون الميلاتونين إلى قدرته على الوقاية من أمراض القلب، وخفض نسبة الكوليسترول في الدم، كما يعمل على خفض ضغط الدم، وله علاقة أيضا بالشلل الرعاش عند كبار السن والوقاية منه، ويزيد الميلاتونين من مناعة الجسم، كما يعمل على تأخير ظهور أعراض الشيخوخة، كما أنه أيضا له دور مهم في تنظيم النوم والاستيقاظ.

الشعير وسرطان الأمعاء و القولون

التلبينة ملين للأمعاء، مهدئ للقولون، مضاد لسرطان الأمعاء، يوصف حساء الشعير للمرضى كغذاء لطيف سهل الهضم، والشعير غني بالألياف المنحلة وغير المنحلة، وهذه الأخيرة تمتص كميات كبيرة من الماء وتحبسها داخلها، فتزيد من كتلة الفضلات مع الحفاظ على ليونتها مما يسهل ويسرع هذه الكتلة عبر القولون، وينشط الحركة الدودية للأمعاء مما يدعم عملية التخلص من الفضلات، وهناك أبحاث على أهمية الشعير في التقليل من الإصابة بسرطان القولون، حيث استقر الرأي على أن الشعير يقتل من بقاء الفضلات في الأمعاء؛ مما يقلل من بقاء المواد المسرطنة في الأمعاء؛ مما يقلل من الإصابة بالسرطان كما أن الشعير يحوي من عناصر مضادات الأكسدة والفيتامينات ما يقاوم الشوارد الحرة (free radical) التي تدمر غشاء الخلية والحمض النووي، وقد تكون المتهم الرئيسي في حدوث أنواع معينة من السرطان. الشعير لا يحتوي على مادة الجلوتين وهي مادة صمغية يحتوي عليها القمح بوفرة، والجلوتين باللاتينية يعني الصمغ. وقد اكتشف الباحثون أن سوء امتصاص الطعام الناتج عن مرض السلياك إنما هو بسبب مادة الجلوتين الموجودة في القمح، ووجد أن أعراض هذا المرض تخففي تماماً باستبعاد مادة الجلوتين من وجبات المريض ومرض السلياك مرض سوء التغذية نتيجة سوء الامتصاص للمواد الغذائية وعدم امتصاص المواد الدهنية، فانظر إلى الشعير وكيف أن (التلبينة تغسل بطن أحدهم). يستخرج من الشعير مادة تستعمل حقناً تحت الجلد أو شرباً في حالات الإسهال والتيفوئيد والتهابات الأمعاء تسمى الهوردنين (L'Hordenine).

الشعير و السكر و الضغط

تحتوي الألياف المنحلة (القابلة للذوبان) في الشعير على صمغ "بكتينات" تذوب مع الماء لتكون هلامات لزجة تبطئ من عمليتي هضم وامتصاص المواد الغذائية في الأطعمة؛ فتتظم انسياب هذه المواد في الدم وعلى رأسها السكريات؛ مما ينظم انسياب السكر في الدم، ويمنع ارتفاعه المفاجئ عن طريق الغذاء. ويعضد هذا التأثير الحميد للشعير على سكر الدم أن عموم الأطعمة الغنية بالألياف -منحلة وغير منحلة- فقيرة الدسم وقليلة السعرات الحرارية في معظمها، بينما لها تأثير مالى يقلل من اندفاعنا لتناول الأطعمة الدسمة والنهم للنشويات الغنية بالسعرات الحرارية. ولأن المصابين بداء السكري أكثر عرضة لتفاقم مرض القلب الإكليلي؛ فإن التلبينة الغنية بالألياف تقدم لهم وقاية مزدوجة لمنع تفاقم داء السكري من ناحية والحول دون مضاعفاته الوعائية والقلبية من ناحية أخرى.. وهكذا يمكننا القول بثقة إن احتساء التلبينة بانتظام يساعد المرضى الذين يعانون من ارتفاع السكر في دهمهم. كما أكدت الأبحاث أن تناول الأطعمة التي تحتوي على عنصر البوتاسيوم تقي من الإصابة من ارتفاع ضغط الدم، ويحتوي الشعير على عنصر البوتاسيوم الذي يخلق توازناً بين الملح والمياه داخل الخلية. كذلك فإن الشعير له خاصية إدرار البول، ومن المعروف أن الأدوية التي تعمل على إدرار البول من أشهر الأدوية المستعملة لعلاج مرضى ارتفاع ضغط الدم.

من فوائد الشعير

زيادة النشاط والقوة , يقوي ضربات القلب , يخفض الحساسية ويحث هورمون النمو ويزيد التركيز والذاكرة ويهدئ الاعصاب وينشط الدماغ ويقوي المناعة.

الشعير في الطب النبوي: شعير :

روى ابن ماجه من حديث عائشة ، قالت كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أخذ أحداً من أهله الوعك ، أمر بالحساء من الشعير ، فصنع ، ثم أمرهم فحسوا منه ، ثم يقول " إنه ليرتو فؤاد الحزين ويسرو فؤاد السقيم كما تسروا إحداكن الوسخ بالماء عن وجهها " . ومعنى يرتوه يشده ويقويه . ويسرو ، يكشف ، ويزيل .وقد تقدم أن هذا هو ماء الشعير المغلي ، وهو أكثر غذاء من سويقه ، وهو نافع للسعال ، وخشونة الحلق ، صالح لقمع حدة الفضول ، مدر للبول ، جلاء لما في المعدة ، قاطع للعطس ، مطفى للحرارة ، وفيه قوة يجلو بها ويلطف ويحلل . وصفته أن يؤخذ من الشعير الجيد المروض مقدار ، ومن الماء الصافي العذب خمسة أمثاله ، ويلقى في قدر نظيف ، ويطبخ بنار معتدلة إلى أن يبقى منه خمسه ، ويصفى ، ويستعمل منه مقدار الحاجة محلاً .

لعسر التبول: ينفع شرب مغلي الشعير في أدرار البول بعد تصفيته وتخليته بعسل النحل وكذلك ينفع من عسر البول وحرقته.

شفلح



الجزء المستعمل من نبات الشفلح: تستعمل جميع أجزاء النبات بما في ذلك الجذور وأهم شيء في النبات براعم الأزهار والثمار العنابية اللون التي يشبه شكلها الكثرة ولكن أصغر بكثير في حجمها.

استخدامات الشفلح قديماً

يقول جالنيوس أن قشر الجذر يستخدم لعلاج كثير من الأمراض

ويقول داود الأنطاكي في تذكرته ان قشر جذوره يبرئ الطحال وذلك عن تجربة، يخرج الفضول اللزجة ويزيل الانسدادات ويبرد الكبد وما في الدماغ من برودة، يدر ويبرئ السموم ويخرج الرياح ويجلو البهق ويدمل القروح، ويقوي الأسنان ويقطع البلغم. يحلل الصلابات، عصارته تخرج الديدان، المملح منه والمخلل يفتح الشهية.

أما ابن سينا في القانون فيقول: "أصله (جذره) محلل للصلابات، قشور جذوره إذا وضعت على الجراحات الخبيثة والوسخة نفعها أعظم المنفعة، قشور جذره نافعة لعرق النساء وأوجاع الورك، وقد يحتقن بعصيره، فينفعه جداً، وينفع من الفالج والخدر، ويشد الأعصاب بما فيها من القبض ولذلك ينفع من الهتك العارض في رؤوس العضلات، قشور جذره إذا مضغت جلبت الرطوبات من الرأس، ويسكن الوجع البارد فيه وعصارته تقطر في الأذن فتخرج الديدان، ينفع المملوح منه أصحاب الربو، انفع شيء للطحال وصلابته مشروباً وضامداً بدقيق الشعير ونحوه وخصوصاً قشور جذره، يدر الطمث ويقتل الديدان في الأمعاء وينفع من البواسير ويزيد في الباه".

أما ابن البيطار في جامعه فيقول: "قشر جذر النبات انفع من كل دواء آخر يعالج به الطحال الصلب، يدر الطمث ويحدد البلغم إذا تغرغ به إنسان، إذا وضع مسحوق قشر الجذر على الجراحات الخبيثة نفعها أعظم منفعة، يجلو البهق إذا طلي عليه بالخل". ويقول الرازي في الحاوي "أدام صديق لي وحقق عصير الشفلح لمن به عرق النساء كان بليغاً جداً ومجرباً".

يقول ميلر ان أوراق نبات الشفلح تستخدم منذ زمن طويل كعلف للماشية وبالذات تلك العليقة، حيث يأخذها الرعاة للماعز والجمال الضعيفة والمريضة الى أماكن نمو هذا النبات ويقومون بحثها على أكل الأوراق وتصاب الحيوانات بنوبة من الإسهال مع تدهور في الصحة إلا أنها لا تلبث بعد فترة وجيزة في استعادة شهيتها للأكل وصحتها ويزداد وزنها زيادة متميزة وتنتج لبناً غزيراً مع تحسن كبير في نوعية اللبن، ومن الهند يقول كوكووارا ان مغلي الشفلح يستعمل كغسيل للعينين، كما يشرب ساخناً لعلاج سوء الهضم أما **قطب فيقول في كتابه النباتات الطبية بليبيا:** ان نبات الشفلح (الكبر) مقيء، ومدر للبول وطارده للديدان ومقو. كما يستعمل في علاج تصلب الشرايين، كما يستعمل كلبخة في علاج النقرس والأسقربوط، والام الأرجل، كما يستعمل في شكل ضمادات لعلاج أمراض العيون، وقشر الجذر قابض وفاتح للشهية، والبراعم غير المنفتحة تخلل في الخل وتستعمل كتوابل مع السمك والدجاج.

ويقول بولس في الشفلح نقلاً عن غيره: "الجذور مقوية وقابضة ومدر للبول، وقشر الجذر فاتح للشهية وقشر الساق مدر للبول ومقوي ولعلاج النقرس والروماتزم ومسهل وطارده للبلغم وأمراض الصدر، منقوع قشر الساق والجذر لعلاج الإسهال والحمى، البراعم الزهرية والجذور لتطهير الكلى ومدر للبول ولعلاج تصلب الشرايين وضد البرد والقشعريرة ولعلاج أمراض العيون، الثمار والأوراق طاردة للريح، منشطة للجنس. الثمار الطازجة لعلاج الأسقربوط، منقوع الثمار لعلاج عرق النساء ومرض الاستسقاء. مخلوط الثمار الجافة مع العسل عندما يؤكل كل صباح على الريق يكون علاجاً شافياً لعرض النساء وآلام الظهر الناتج من البرد، براعم الأزهار منشطة مدر للبول، ومنعشة، مغلي البراعم يشرب أيضاً لعلاج عرق النساء، والبذور لعلاج العقم عند النساء ولعلاج عسر الطمث، والبذور المجروشة لعلاج القرحة.

أما الشوربجي فيقول في الشفلح: انه يستعمل لعلاج الاسقربوط والمستخلص منه يمنع تسمم الكبد في الفرن المعالجة برابع كلوريد الكربون.

ويقول ميلر في كتابه: "نباتات ظفار" ان اجزاء مختلفة من نبات الشفلح مهمة من الناحية الطبية فمغلي مسحوق الأوراق الجافة يستعمل كغسيل بعد الولادة لتخفيف الآلام ولحماية الأم من الأنتان النفاسي وتعقيدات الولادة الأخرى، وذلك نظراً لخواص النبات المطهرة ومغلي مسحوق الأوراق ورؤوس النبات يستخدم خارجياً لعلاج الأورام والكدمات ولتخفيف الألم والالتهاب الناتج من عضه الشبان.

مسحوق الأوراق والسيقان إذا عملت في شكل لبخة ووضعت على المفاصل فإنه يفيد في علاج اورامها والتهاباتها، كما يفيد أيضاً في حالة ملخ المفاصل وفي علاج اطراف الجسم المصابة بالشلل، على ان يستمر العلاج يومياً ولمدة اسبوع كامل. العصارة المستخرجة من الأوراق تخفف بإضافة قليل من الماء ثم تسخن وتستخدم كدهان للرأس في حالة الصداع الشديد، ولعلاج نوبات الكحة والعيون الدامعة وسيولة الأنف الناتج من الحساسية.

استخدامات الشفلح في الطب الحديث:

لقد أثبتت الدراسات التي اجراها مشعل وزملاؤه (مجموعه من الباحثين) ان مستخلص نبات الشفلح له قدرة كبيرة على قتل الكائنات الدقيقة (بكتيريا) مثل كانديدا البيكانز، بسورموناس، أروجينوزا، سالمونيلا، بروتييس فولجاريس، اشيريشيا كولاي وستافيلو كوكس أوريس. كما أثبت عقيل ورفقاؤه من خلال تجاربهم المخبرية على نبات الشفلح على أن النبات مضاد للالتهابات كما اثبتوا ايضا ان النوع المعروف باسم *Capparis decidua* ذو كفاءة عالية في مقاومة الحمى. وقد ثبت علمياً أن براعم الأزهار غير المتفتحة ملينة وتخفف آلام المعدة إذا أعدت بشكل صحيح مع الخل. أما قشور النبات فهو مر ومدر للبول ويؤخذ قبل الوجبات مباشرة لفتح الشهية.

أما لحاء الجذر فهو مطهر ويوقف النزيف الداخلي، وهي تستخدم لعلاج الحالات الجلدية وضعف الشعيرات، كما تستخدم في مستحضرات التجميل. كما أثبتت الدراسات المخبرية أن جذر نبات الشفلح تخفض نسبة سكر الدم كما أن مغلي الجذر يحث على بدء الحيض، كما يستخدم أيضاً كسائل غرغرة لعدوى الحلق،

اما من الناحية الغذائية: فجميع انواع الكبر (الشفلح) المختلفة في العالم تستخدم ثمارها كغذاء، ونظراً لطعمها اللذيذ فإن كثيراً من الطيور والحشرات تتسابق مع الإنسان على الفوز بأكل هذه الثمار.

التداخلات والاضرار الجانبية: لا يوجد في المراجع العلمية ما يفيد ان مختلف اجزاء هذا النبات تتداخل مع أي أدوية عشبية او كيميائية وكذلك أي من الأمراض او الاغذية.

الاضرار: كما لا توجد له اضرار جانبية اذا ما استعمل بالطريقة المحددة.

التهاب الفم

النجبل الزاحف: نبات معمر قوي يصل ارتفاعه إلى 80سم له جذمور طويل زاحف وأوراق دقيقة وسنابل تحمل أزهاراً خضراء مصطفة في صفن. الجزء المستعمل من النبات الجذمور والجذر والبذور.. يحتوي الجذمور على مواد سكرية متعددة مثل التريسين وزيت طيار ومواد هلامية.. لقد نصح دسפור يدس وبيلينيوس باستعمال جذمور النبات الزاحف لضعف تدفق البول وحصول الكلى ويقول عالم كتب العشاب المشهور جون جيرارد أن النبات له أهمية خاصة في التهاب الحنجرة حيث يؤخذ مل ٥ ملعقة من جذمور النبات المسحوق ويضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة ٥ دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم.

الصابونية المخزنية: وتستخدم الصابونية المخزنية لتخفيف آلام التهاب الحنجرة حيث إن المادة الصابونية فيها هي التي يعزى إليها التأثير.. وقد أوصى الدستور الألماني بعمل شاي من هذه العشبة بمقدار ملء ملعقة شاي من مسحوق النبات مع مل ٥ كوب ماء مغلي مرتين في اليوم وذلك لتخفيف آلام الالتهابات في الجهاز التنفسي وفي الحنجرة.

ورد الشمس: ويستخدم هذا النبات لعلاج التهاب الحنجرة نظراً لاحتوائه على مركب كينونات النفثا المقاومة لالتهاب الحنجرة والتي يعادل تأثيرها تأثير الكودانين.. وقد أثبتت الدراسات الألمانية فاعليته بنسبة 90% لمستعمله.

علاج لالتهاب الفم واللوز المزمن والعادي

التركيبة والطريقة: يأخذ المريض قطعه قطن ويبلها بزيت الزيتون ويدهن فيها مكان الالتهاب دهنا مشبعاً ويدهن من الخارج وقبل النوم مباشرة ويكرر العملية حسب الحاجة . قبل هذه الوصفة يتغرغر بالكربونات.

ملاحظة: ان زيت الزيتون معقم وقاتل لجميع لجراثيم ويستعمل لتعقيم الجروح .

علاج لالتهاب الفم

التركيبة والطريقة: اوقيه من مر مكة يوضع عليها لتر ماء تنقع 24 ساعة وتصفى وتوضع في الثلاجة تعالج التهاب الحلق والحمى والتهاب المعدة ومضاد حيوي لجميع الامراض باذن الله يأخذ المريض كاس شاي صغير على الريق وكأس صغير قبل النوم.

شمر (سنوت)



أسماء الشمر : يعرف بالسنوت والرازيانج والشمار والبسباس والكمون والشمرة والشمر المر والشمر الحلو والحلوة والحبة الحلوة وحبة الحلوة العربية والشمر الكبير وشمر الحدايق والشمر الوحشي والشمر الزهري.

والجزء المستخدم : الجذر الغض والبذور.

علاج الاضطرابات الهضمية والإمساك

يشرب ثمار السنوت بمعدل ملئ ملعقة أكل من مجروش السنوت تضاف إلى ملئ كوب ماء مغلي ويترك لمدة 20 دقيقة ثم يشرب مع السنوت مرة في الصباح وأخرى في المساء.

- للمشاكل البولية مثل حص الكلى أو الاضطرابات المرتبطة بارتفاع نسبة حمض اليوريك في اليوم يستخدم جذور السنوت بمعدل ملئ ملعقة من مسحوق السنوت تضاف إلى ملئ كوب ماء مغلي ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يشرب كاملاً مرة في الصباح وأخرى في المساء.

- يستعمل مغلياً جميع أجزاء السنوت غرغرة لعلاج التهابات الفم واللثة.

- يستعمل مغلياً أوراق السنوت كحقنة شرجية لعلاج المغص عند الأطفال.

المحاذير: هناك بعض المحاذير وخاصة عند استعمال زيت السنوت حيث إنه مركز واستخدام جرعة عالية منه تسبب احتقاناً وهبوطاً في القلب وكذلك دوخة وغثيان بالإضافة إلى ظهور طفح جلدي وربما يسبب حدوث نوبة تشنجية تشبه نوبة الصرع.

استعمالها طبيًا :-

أ- من الخارج : يستعمل مغلي مسحوق الجذور للغرغرة في التهاب الفم أو لغسل العين أو تكميدها عند إصابتها بالتهاب الملتحمة (الرمد) أو إجهادها في القراءة أو الكتابة أو غير هذا وذلك بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور لمدة (10) دقائق . وتستعمل أوراق الشمرة الغضة لمعالجة التسلخات في الأعضاء التناسلية أو جوارها وفي الثدي أيضاً وذلك بوضع الأوراق الغضة فوق موضع الإصابة وتثبيتها بضماد وتستعمل الأوراق المسلوقة أيضاً بتثبيتها ساخنة فوق البطن لطرد الغازات وتسكين الآلام الناتجة عنها في الأمعاء حتى عند الأطفال .

ب- من الداخل: لمعالجة التهابات في الجلد المخاطي (النزلة الشعبية و السعال في الصدر) ونوبات الربو والسعال الديكي والتهاب الحنجرة (بحة الصوت) وسوء الهضم في المعدة والأمعاء في إصابتها الحادة والمزمنة وحتى في حالات سرطان المعدة وكذلك تستعمل لمعالجة التلبولي حوض الكلى والمثانة والمساك البولية. ومغلي الشمرة علاج مفيد جداً في جميع الحالات المذكورة خصوصاً عند الأطفال والشيوخ و المنهوكي القوى من إزمان المرض فهو يغسل الجلد المخاطي ويزيل عنه إفرازات التهاب ويسكن بذلك الآلام الناتجة عنها

ويمكن للحامل إن تشرب القليل من مغلي الشمرة أيضاً لمعالجة ما قد تصاب به من اضطراب الهضم كالإمساك والغازات المعوية والغثيان أو القيء وكذلك الأطفال الرضع ولا يفوتنا إن نذكر إن مغلي حبيبات الشمرة يدر إفراز الحليب عند المرضع.

ويعمل مغلي حبيبات الشمرة بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الحبيبات المهروسة ويشرب منه مقدار (2-3) فناجين يومياً . أما للأطفال الرضع فيكتفي لعمل مغلي حبيبات الشمرة كما ذكرنا بكمية أقل من ربع ملعقة صغيرة من الحبيبات المسحوقة ويمكن غليها بالحليب مع الماء وهذه مقالة للدكتور إبراهيم عبد الله الغامدي الأستاذ المساعد بقسم اللغة والنحو والصرف - جامعة أم القرى تعرض لهذا النبات جلّ علماء العربية القدماء ، وكذلك بعض الباحثين المحدثين ، بغية الوصول إلى

تحديد هذا النوع من النبات لما ذكر من فوائده في أحاديث المصطفى صلى الله عليه وسلم التي من بينها قوله : ((لو كان شيء ينجي من الموت لكان السنّا والسّنوت)) علاوة على ما ورد في الأثر والتراث العربي عنه . أما ما ذكره بعض اللغويين عن هذا النبات **فقول أبي حنيفة** : ((أخبرني أعرابي من أعراب عمان قال : السنوت عندنا الكمون . وقال : وليس من بلادنا ولكن يأتيها من كيرمان . وقال لي غيره من الأعراب : هو الرازيانج ونحن نزرعه ، وهو عندنا كثير . وقال : هو رازيانجكم هذا بعينه قال الشاعر :

علاج القولون و القولون العصبي

أكل الشمر أمان من القولنج (أكل الشمر) بالتحريك هو معروف (أمان من) حدوث (القولنج) بضم القاف وفتح اللام وهو تعقد الطعام في الأمعاء فلا ينزل فيصعد بسببه بخار إلى الدماغ فقد يقضي إلى الهلاك. قال الأطباء: وهو محلل للرياح الغليظة شديد النفع من وجع الجنين نافع من الإخلاط التي في المعدة ويدفع حرقة المعدة من البلغم الحامض ويشفي وجع الكلى والمثانة وينفع من نهش الهوام وهو بستاني وبري والظاهر إرادتهما في الحديث معاً. ذكره (أبو نعيم في) كتاب (الطب) النبوي (عن أبي هريرة) وضعفه السيوطي. يفضل عدم استعمال المرأة الحامل للسنوت كدواء لأنه يسبب تنشيط الرحم، أما إذا كانت تستخدمه استخداماً عادياً مع الأكل وما شابه ذلك فلا ضرر من ذلك.

استعمالات و فوائد الشمر الطبية

1. رائحته طيبة و يعتبر مكرعاً و مجشأ و يستعمل مع المسهلات لإزالة الآثار الجانبية للأدوية المسهلة ، مثل المغص ، و عادة يُخلط مع السوس .
 2. ماء الشمر (العصير) له نفس المفعول الخاص باليانسون و عادة يمزج الثلاثة : ماء الشمر ، ماء الكربونة و اليانسون لإعطاء ادوية طبية مثل ما يسمى ماء الغريب ، وهو يستعمل لإزالة الارياح و النفخة و المغص عند الاطفال .
 3. يستعمل الشمر في معالجة امراض الصدر و السعال ، ازمان الربو ، الحساسية ، و تشنج القصبات الهوائية (شمر مغلي + عسل) .
 4. البراغيث لا تحب رائحة الشمر ، ولذلك تنثر بودرة الشمر لطرد البراغيث من الاسطبلات .
 5. استعمل الايطاليون و الفرنسيون اوراق الشمر في السلطة مع بقية الخضار ، اما عند الرومان فقد استعمله الخبازون بوضعه في الافران تحت ارغفة الخبز لإعطاء الارغفة طعماً و نكهة طيبة .
 6. تستعمل الاضلاع الرقيقة في ايطاليا لصناعة الشورية .
 7. يستعمل في بلاد الشام في خلطة العجة .
 8. مدر للحليب و يستعمل للنفساء .
 9. يستعمل كمهدئ للأطفال ، و كمزيل للنفخة و الريح المسببين للمغص الذي يزعج الاطفال ، و يمنع نومهم المريح .
 10. مثير لشهية الطعام .
 11. زيت الشمر استطباق تقليدي في انكلترا لإزالة التهابات و آلام المفاصل و الروماتيزم .
 12. يستعمل مع مواد اخرى في حالات لضغط القلب و تسارع دقاته .
 13. مهدئ لنوبات المصران الاعور ، طارد للارياح .
 14. مقو للبصر .
 15. حيث ان الجزينات الصغيرة لشمر لها وزن ذري متدن ، فإنها تخترق العوائق في الجسم و تدخل الى المناطق النائية بالجسم ، ويمكن استعماله عند شرب الدواء لزيادة مفعول الدواء ، و انتشاره بالجسم (مع الفيتامينات مثلاً) .
 16. مخفض للضغط الشرياني .
 17. منشط رحمي قوي ، يمنع تناوله بكثرة عند الحمل خوفاً من الاجهاض .
- للامساك عند الحوامل:** يشرب كوب من مغلي بذور الشمر بعد كل وجبة بعد تصفيته وتحليته ويكرر ذلك حتى الشفاء.
- لادرار الحليب:** يعتبر الشمر من مدرات الحليب المشهورة لدى الهنود حيث يخمر مقدار ملعقة شاي من ثمار الشمر بعد غليه في ماء الشعير ثم يشرب .

بزر الشمر

- تؤخذ ملعقة شاي من بزر الشمر المطحون وتغمر بكوب من الماء البارد.

- توضع على النار لغاية الغليان ثم تترك لتتقع مدة 10 دقائق.

- يشرب كوب بعد طعام الغداء وآخر بعد العشاء.

لعلاج مشاكل الصدر: تستخدم بذور (ثمار) الشمر لتفريج انتفاخ البطن وتهدئ آلام المعدة وتنبه الشهية وهي مدرة للبول ومضادة للالتهابات، كما تستخدم البذور للتهابات الحلق ومقشعاً معتدلاً لخراج البلغم والشمر مأمون للأطفال ويمكن ان يعطي كنعيق او مغلي لعلاج المغص وضد التسنين المؤلم عند الرضع ويدر حليب الثدي كما يستعمل مغلي بذور الشمر لعلاج وتسكين نوبات السعال وذلك بأخذ ملء ملعقة كبيرة من مطحون بذور الشمر في كوب زجاجي ثم يصب عليها الماء المغلي فوراً ويغطى لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب بواقع كوب بعد كل وجبة غذائية يومياً.

للنزلة الشعبية: يؤخذ ملء ملعقة من الشمر المجروش ويوضع على ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل ثلاث مرات في اليوم هذه الوصفة تزيل افرازات الالتهاب عن الغشاء المخاطي وتسكن الألم. أما الأطفال فيمكن استعمال ربع ملعقة من مجروش الشمر على نصف كوب حليب مغلي.

التهاب الفم: ويعرف بالسنت و الجزء المستخدم منه الثمار، حيث يؤخذ ملء ملعقة من ثمار الشمر المهروشة ويضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يشرب بمعدل مرتين إلى ثلاث مرات في اليوم.

لتقيح اللثة: لقد وجد العلماء ان مغلي مسحوق جذر السنوت له تأثير كبير في علاج التهاب اللثة حيث يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق جذر السنوت وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ثم الغرغرة به وهو فاتر وتكرر.

الصوت

علاج بحت الصوت في الطب القديم

الذخيرة في الطب : الكندر يجمع بعسل ويفلى حتى تتخن، الشربة كالبنطقة .

القانون في الطب : يأخذ من المر وزن درهمين ومن اللبان عشرة وتجمع بطلاء.

تذكرة السويدي : تأخذ من المر قدر الباقلة وجعلت تحت اللسان نفع من بحوكة الصوت.

- إذا أكل الثوم نياً و مطبوخاً، أو مشوياً صفى الصوت .

- إذا أكل لحم الدجاج نفع من بحوكة الصوت الحادثة من ضربة .

- أكل الفجل بالعسل ينفع من بحوكة الصوت الحادثة عقب الصباح .

- أكل اللوز الحلو والسكر وملازمة الحمام وكل الأطعمة المرخية .

- قصب السكر مشوياً، وكذلك ثرب عصارته ~ بدهن لوز.

القانون في الطب : الحلتيت إذا ديف في الماء وتنج صفى الصوت على المكان ونفع من خشونة الحلق المزمنة.

الجامع لمفودات الأغذية والأدوية : عن ديسقوريدوس قال : إذا ديف "بمعنى حل في الماء " الحلتيت بالماء وتجرعه على المكان

صفى الصوت الذي عرض له البحوكة دفعة وإذا خلط بعسل وتحنك به حل ورم اللهاة .

تسهيل المنافع : المر إذا وضع تحت اللسان وابتلع ما ينحل منه لين خشونة قسبة الرنة ويحلل البلغم ، ويخفف الرطوبات وهو أبلغ دواء لذلك .

علاج للبيحة وذهاب الصوت

التركيبة والطريقة: يؤخذ قدرا من الماء ويغليه وبعد الغليان يضع عليه زعتر بري ويغلق عليه ويتركه لفترة ثم يتغرغر بالماء قبل النوم 3 أو 4 مرات وهكذا 3 أو 4 أيام حتى يعود الصوت ويحصل الشفاء بأذن الله .

طرق العلاج المنزلية لبيحة الصوت الناتجة عن التهاب الحنجرة أو الزور بالمشروبات الآمنة

1- مشروب القرفة والنعناع: يغلى مسحوق القرفة والنعناع أو أوراقهما في الماء ثم يصفى ويشرب كوب صباحاً وكوب مساءً.

2- عصير العنب: يشرب العصير الطبيعي صباحاً قبل الأكل.

3- مشروب اللبن والعسل والزبدة: تغلى ملعقة من اللبن في فنجان من الماء، ثم يضاف إليه العسل الطبيعي لتحليته ويضاف إليه ملعقة زبدة لزيادة فعاليته، ويشرب فنجان صباحاً وفنجان مساءً.

4- مشروب عصير الليمون الطبيعي: وهو يعتبر من أهم المشروبات الفعالة في علاج تلك الحالات.

5- الغرغرة بالكرب المحلى بالعسل: يتم تقطيع أوراق الكرنب ثم تضرب في الخلاط مع قليل من الماء ثم تصفى وتحلى بالعسل ويغرغر بها بالفم.

شوفان



استعمالاته

خرطال زراعي - خرطال معروف الشوفان.. يخفض الكوليسترول ويضاد الإجهاد ويجلب النوم؛ وهو نبات عشبي حولي يشبه الحنطة والشعير في الشكل وهو ينبت عادة بينهما وبذوره متوسطة بين حب الحنطة والشعير ويعرف عادة بالزّوان والعامّة عادة تقول الزوان والزيوان. تستعمل صبغة الشوفان للتقوية في دور النقاهة من الأمراض أو بعد الإجهاد الجسماني، وكذلك كمنوم وملطف للحاسة الجنسية والشوفان مفيد لمرضى الأعصاب وكذلك لمرضى السكر والمصابين بخلل في الكلى دقيق الشوفان يساعد في معالجة بعض المشاكل الجلدية عند استعماله خارجياً نخالة الشوفان تفيد في تخفيض مستوى الكوليسترول في الدم. تؤخذ جرعات (2 - 3) مل من خلاصة قش الشوفان لحالات الأرق والقلق والاكتئاب.

الجزء المستخدم من نبات الشوفان: البذور (seeds) والسيقان الجافة (Straw).

أما الشوفان في الطب الحديث

قامت دراسة اكلينيكية أثبتت أن الألياف النباتية الذائبة مثل الموجودة في الشوفان بمعدل 40جراماً في اليوم خفضت كوليسترول الدم خلال اسبوعين الى ثلاثة أسابيع
كما نشرت دراسات في مجلات علمية محترمة أوضحت ان 3جرام من الألياف الذائبة اذا أخذت يومياً خفضت الكوليسترول بنسبة 5% وفي عام 1997سمحت منظمة الأغذية والأدوية الأمريكية (FDA) شركة Quaker oats ومصانع أخرى لاضافة هذا الادعاء على منتجاتهم الغذائية من الشوفان..

وفي دراسة أخرى أثبتوا من خلالها أن الشوفان يخفض مستوى حمض اليوريك في الدم.وفي دراسة عملت على رياضي في أستراليا والذي وضع على غذاء مخصص من الشوفان فقط ولمدة 3 أسابيع وجد ان زيادة 4% من أسدية نبات الشوفان الى الغذاء المخصص من الشوفان للرياضي أثرت كثيراً في وظائف عضلات الرياضي خلال التمارين الرياضية
وهناك استعمالات كثيرة ودارجة في الوقت الحالي على مشتقات الشوفان ولكنها غير مثبتة علمياً الا أن لها ايجابيات جيدة مثل استخدام الشوفان كمضاد للإجهاد والأرق ومهدئ وجالب للنوم ومقو للأعصاب ومنشط.

كما استخدم الهنود الشوفان لعلاج إدمان مشتقات الأفيون والتبغ

كما أن الشوفان يسكن نوبات حصة المجاري البولية واضطرابات البول ويلين ويسكن آلام البواسير وينصح الأطباء مرضى الأعصاب والمفكرين والمرهقين بتناول الشوفان وكذلك مرضى السكر ومرضى الغدة الدرقية.

يصنع من الشوفان مغلي للأطفال الرضع من مقادير متساوية من القمح والشعير والشوفان حيث تغلى في لتر ونصف ماء على نار خفيفة حتى يصبح المغلي لتراً واحداً ويضاف اليه سكر ويعطى للأطفال يومياً قبل الرضاعة.

الشوفان: حبوب الشوفان مهمة جداً ومن اهم الحبوب الغذائية غني بالعناصر الهامة خصوصاً الكالسيوم فهو اغني من الحليب

بالنسبة للكاليسيوم وبه العديد من العناصر الهامة المفيدة خصوصا للمرضى الذين يشكون من حالات ضعف عام وايضا حالات النقاهاة.
للحصىات البولوية:- يغلى مقدار حفنة من تين الشوفان في لتر ماء ويحلى بالسكر أو العسل حتى يصبح لزج القوام ثم يصفى ويشرب مقدار من 4-6 ملاعق يوميا ويكرر حتى الشفاء التام.
- ويمكن تناول كوب من مغلي مزيج حبوب الشوفان وتبن الشوفان ويضاف إليه قليل من زيت اللوز الحلو وزيت الجوز ويكرر ذلك من 4-6 مرات يوميا وحتى الشفاء التام.
للحكة الجلدية: يستعمل منقوع قشر الشوفان ويحضر من نقع كيلو من قش الشوفان بكمية من الماء لمدة نصف ساعة ثم يصفى ويستعمل كغسل موضعي للمناطق الجلدية المصابة 3-4 مرات يوميا ويكرر ذلك حتى الشفاء التام بأذن الله.

التشقق الجلدي

زيت الزيتون والجلسرين : تمزج كميتين متساويتين من زيت الزيتون والجلسرين مزجا جيدا ويستخدم المستحضر كدهان موضعي للأماكن المصابة صباحا ومساء حتى الشفاء.
عصير الليمون والجلسرين : يمزج مقداران متساويان من عصير الليمون والجلسرين مزجا جيدا ويرج المستحضر جيدا قبل الأستعمال ويدهن به الأماكن المصابة صباحا ومساء ويكرر ذلك حتى الشفاء.

التهاب اللثة

علاج التهاب اللثة و بثور الفم بالطب البديل : نتيجة للعدوى البكتيرية أو الجراثيم التي تدخل الفم قد تحدث التهابات باللثة وتجويف الفم ، ولعلاج هذه الالتهابات ينصح بعمل الاتي :
غرغرة الفم بغرغرة الكمون واليانسون والخل :
وتحضر كالتالي : تضاف كمية من مسحوق الكمون واليانسون إلى خل مخفف لتكوين مزيج صالح للغرغرة.
غرغرة الفم بمحلول ملح الطعام.
شرب عصائر البرتقال والليمون : فإن لها عظيم الأثر في تضميد الجروح وقتل الميكروبات .
علاج نزيف اللثة : يحدث نزيف اللثة عادة نتيجة نقص فيتامين (ج) أو الاستخدام الخاطيء لفريشة الاسنان أو نتيجة اسباب خاصة بالدم كارتفاع ضغط الدم أو الهيموفيليا .
لعلاج نزيف اللثة ينصح بـ : المضمضة بمزيج من الخل والملح
الحرص على تناول عصائر البرتقال والرمان والتين ، فإن لها عظيم النفع في علاج نزيف اللثة ، وذاك لغناها بفيتامين (ج).

شبح



الجزء المستعمل

منه النبات كاملاً عدا الجذور.

الخصائص الطبية:

- يحتوي الشبح على مادة السانتوين الفعالة في طرد الديدان من المعدة، كما أنه يقطع البلغم ويعالج المغص.
- والشبح يستعمل بخوراً ويحرق في المنازل لتطهيرها من الروائح الكريهة ولطرد الهوام.

فوائد الشبح:

1. يستعمل مغليه لعلاج الحميات ومنقوعه في تخفيف البول السكري
2. يستعمل ايضا لطرد الديدان.
3. كما يستعمل الشبح بخورا لتطهير المنازل ويعلق في أكياس على النوافذ والأبواب في القرى لطرد الهوام ومنها الثعابين وبالأخص في مزارع الطيور
4. ودخانها يطرد الهوام
5. وإذا ضمد به على لسعة الحنش (ذكر الحية) والعقرب نفع
6. وإذا نقع في الدهن وطيب به اللحية التي لم تنبت أسرع نباتها
7. يحتوي الشبح على مادة السانتوين الفعالة في طرد الديدان من المعدة، كما أنه يقطع البلغم ويعالج المغص والشبح يستعمل بخورا ويحرق في المنازل لتطهيرها من الروائح الكريهة ولطرد الهوام.

علاج آلام الاسنان

تعتبر آلام الأسنان من أشد الآلام على المريض ، وتنتج عن تسوس بعض الاسنان أو نتيجة خلع سن أو ألم ناتج عن العصب المغذي لها ، ولستكن هذه الآلام ينصح بالاتي :

حبة البركة بالخل : يمكن عمل مزيج من مسحوق حبة البركة والخل ، ويتسخدم المزيج كمضمضة ، فإن له مفعولاً مسكناً للآلام .
المضمضة بمغلي القرفة (الدار صيني) : فإنه يسكن الألم سريعاً ، حيث تنقع ملعقتان من مسحوق القرفة في كوب ماء مغلي ثم يشرب المنقوع ، ويكون تناول شراب القرفة بكميات بسيطة في البداية لادراك مدى تقبل الجسم لها وخاصة عند الحوامل لأنهن يظهرن حساسية لها وليكن ذلك بتناول ملعقة أو ملعقتين من شراب القرفة قبل الاكل أو في الصباح

علاج لالتهاب الأسنان واللثة

التركيبة والطريقة: ثوم فلفل يفرم ناعم ويدق جيدا ويكون محضر خميرة عجينة يوضع الفلفل والثوم المهروس مع قطعة خميرة ويفركهم جيدا ويلبسهم الى السن او مكان الالتهاب بقدر المكان ويكرر العملية عدة مرات وقبل النوم حتى يحصل الشفاء بأذن الله

علاج لآلام الاسنان

التركيبة والطريقة: ورق زيتون اخضر توضع على السن المؤلم ويعض عليها حتى يذهب الالم .

علاج لوجع الأسنان والتهابات

التركيبة والطريقة: يؤخذ قليلا من ورق النيم ويطحن أو يدق ويوضع عليه زيت زيتون أو زيت الحبة السوداء ويفرش أسنانه بالمخلوط 3 مرات كل يوم وقبل الاستعمال يوضع الزيت مع مطحون ورق النيم بالشمس لمدة ساعتين تقريبا . =

صبار



الصبار يفيد في علاج حالات عدة أهمها:

التهاب المفاصل: بفضل العناصر المضادة للالتهابات الموجودة فيه يمكن استخدامه للتخفيف من أعراض التهاب المفاصل.
مكافحة التجاعيد: فهو غني بالزنك وفيتامين E اللذين يسهمان في ظهور التجاعيد، كذلك فهو يسرع عملية تشكل الكولاجين الذي يساعد على التخفيف من التجاعيد (يمكن استخدام هلامه مباشرة على البشرة كمرطب).
تهدئة الاضطرابات الجلدية: يفيد في علاج الأكزيما والطفح الجلدي بفضل ما يتمتع به من خصائص المضاد الحيوي ومضاد الالتهابات والمطهر.

معالجة الحروق: انه يساعد على التخفيف من حدة الحروق بما في ذلك تلك الناتجة عن العلاج بالأشعة في حالات السرطان، فهو يعزز انسياب الدم في المنطقة المصابة مما يسارع عملية الشفاء، كما أن خصائصه المضادة للجراثيم تساعد على الوقاية من الالتهابات التي يمكن ان تصاحب الحروق.

الاضطرابات الهضمية: تناول عصير الصبار يمكن ان يخفف من تشنجات المعدة والانتفاخ، كما انه يساعد على التخفيف من أعراض تهيج الأمعاء، ولكن على النساء الامتناع عن تناوله أثناء الحمل، كما يجب على الأشخاص الذين يعانون تهيج الأمعاء استشارة الطبيب لتحديد الجرعة التي تناسبهم.

للحساسية والطفح والشرى: استعمال عصارة اوراق الصبر حيث تؤخذ الورقة المليئة بالعصير وتكسر ثم تدهن الفطريات بين الاصابع بمانه مرة في الصباح وأخرى في المساء.

للحروق: من أفضل العلاج للحروق

اثبتت الدراسات العلمية في الولايات المتحدة الأمريكية شفاء خلاصة الصبار للجروح والحروق، كما يزيد إمداد الدم الى المناطق المجروحة او المحروقة.

ويعتبر الصبر علاج اسعاف أولي ممتاز يحتفظ به في البيت من اجل الحروق وحروق الشمس والكدمات والجروح، حيث تقطف ورقة الصبر وتوضع عصارتها السائلة على الحرق او الجرح او خلاف ذلك.

ويعتبر هلام الأوراق مفيداً لكل حالات الجلد تقريباً التي تحتاج الى تلطيف او تقبض كما انه يعالج عروق الدوالي الى حد ما.

=علاج وجع الأسنان والتسوس والتهاب اللثة المزمن وامتداد اللثة على الأسنان

التركيبة الطريقة: يحضر 25 غم من بزر الحرمل ويغلى على النار لمدة دقيقة يصفى بحيث يستطيع المريض المضغضة بماء الحرمل الساخن يأخذ قليلا من ماء الحرمل في فمه لمدة 3 دقائق ثم يبصقها ويحاول ان لا يبتلع منه شيئا لانه يسبب التهاب للفم عند بعض الاشخاص ويكرر العملية 15 مرة كل يوم 3 مرات والله الشافي.

علاج مسكن لآلم الاسنان والتهاب اللثة

التركيبة والطريقة: يوضع ملعقة زيت زيتون كبيرة على كاس ماء صغير فاتر ويتمضمض حسب الحاجة .

طرق علاج اللثة والأسنان

1. استخدام الخل ومسحوق الحنظل أو استخدام الخل مع زيت الحنظل يسكن الالم ويحد من التهاب وتقحح اللثة.

2. استخدام الخل والكحول ويمكن استخدامه بعد التدفئة ويستخدم مثل الغرغرة وهو يحتاج لمدة طويلة.=

صبار هوديا



استخداماته صبار هوديا جورדونيي أستخدم لسبعة الاف من السنوات من قبل قبيلة سان سكان صحراء كالا هاري بإفريقيا الجنوبية , لفوائدها العلاجية لكتمان وفقد للشهية أثناء رحلات الصيد الطويلة في الصحراء وكانوا يعطوه إلى أطفالهم الذين يأكلون كثيرا و كعلاج للتقلصات البطنية الشديدة , البواسير , السل , عسر الهضم , ارتفاع ضغط الدم و السكري وهو ليس لفقد الوزن , بل ان لا يشعر الشخص بالجوع يعمل بجعل الشخص يشعر بان بطنه ممتلئ بعد بلع العشب و هذا قد أكد بالعلم, وقد أظهر لتخفيض مقدار الطعام حتى 50 % في الدراسات الصغيرة .

في الـ 1930 عالم أنثروبولوجيا هولندي اكتشف استخدام هوديا جوردونيي من قبل سكان الغابة سان . يحتوي على جزيء بمقدار 10,000 مره أكثر نشاطاً من الجلوكوز في جعل المخ أن يعتقد أن الشخص شعبان . المكون النشط لهذا النبات يُسمى P57 وهي مادة كيميائية التي أساساً تخدع المخ في اعتقاد أن البطن ممتلئ , و قد يكون لديه صفات مثيرة للشهوة الجنسية أيضاً.

3. الجنزيبيل في تدليك الضرس والاسنان أو استخدام زيت الجنزيبيل في تسكين الألم.
4. استخدام زيت الزعتر على الضرس وأوجاع الأسنان واللثة.
5. استخدام مغلي العفص مع الخل.
6. استخدام مسحوق جذور الشمر مع قشور الصفصاف.
7. استخدام زيت الينسون مع زيت الكافور وزيت النعناع مع التدفئة صباحا ومساء.
8. استخدام زيت الثوم مع الكحل.

تسوس الاسنان

- اضافة ملعقة من اوراق الشاي الجافة المسحوقة الى كوب من الماء بدرجة الغليان ثم يترك ليقت 10-15 دقيقة ثم يصفى ويستعمل كغرغرة 2-3 مرات يوميا بعد الاكل وتنظيف الاسنان بالفرشاة والمعجون او بالسواك مع ملاحظة عدم تحلية الشاي.
- ويجب تجنب اكل الحلوى الا القليل ويكون ذلك متبوعا بغسل الاسنان مباشرة بعده وكذلك بالنسبة للسكريات بانواعها .

علاج لتسوس الأسنان وتغني عن الحشوة ورفع العصب

التركيبة والطريقة: حبة سودة ناعمة معجونة بخل التفاح وتوضع على مكان التسوس ويعض عليها لمدة ربع ساعة والله الشافي.

صبر



الأجزاء المستعملة من الصبر: العصارة المائية.

القولون العصبي

يعكف الباحثون في مستشفى موريسون، سوانزيا على تجارب لإثبات ما إذا كان نبات Aloe Vera فعلاً لمعالجة القولون العصبي . قال أخصائي الجهاز الهضمي البروفيسور جون وليامز للبي.بي.سي نيوز أون لاين، القولون العصبي أكثر الحالات شيوعاً وأصعبها علاجاً. وأضاف، هذه الحالة حميدة تماماً ولكنها مزعجة للغاية للأشخاص الذين يعانون منها. وذكر وليامز، "لدينا بعض الأدلة على أن Aloe Vera ذو فائدة، ولكننا لا نعلم إذا كان هذا حقيقياً أم مجرد صلة بالحالة التي تتحسن وتعود ثانية للانتكاس. واثبتت الدراسات العلمية في الولايات المتحدة الأمريكية شفاء خلاصة الصبار للجروح والحروق، كما يزيد إمداد الدم الى المناطق المجروحة او المحروقة.

وفي دراسة اكلينيكية تمت في عام 1995 على مرضى السكر اثبتت ان للصبار تأثيرا على مستوى سكر الدم، كما اثبتت دراسة أخرى على ان تناول ملء ملعقة شاي من عصير الصبار الطازج مرتين في اليوم يخفض نسبة الدهون الثلاثية وسكر الدم . كما قامت دراسة بحثية في كلية الصيدلة جامعة الملك سعود وكذلك في مستشفى الملك فيصل التخصصي على تأثير الصبر على سكر الدم واثبتت الدراستان تخفيض الصبار لسكر الدم.

كما منحت براءة اختراع لشركة تكساس الأمريكية عام 1994 اثبتت ان احد مشتقات الصبار ينشط جهاز المناعة وان هذا سيفيد في علاج السرطان ومضاد لبعض الفيروسات مثل فيروس الإيدز والفيروس المسبب للحصبة . لقد جاءت نتائج البحوث العلمية الحديثة لتؤكد ان خلاصة الصبر تفيد في علاج بعض الامراض الجلدية وحب الشباب وعليه فقد اهتمت الشركات العالمية لصناعة الادوية بتصنيع غسول طبي يحتوي على خلاصة الصبر. كما افتتحت في المؤتمرات العالمية للطب والصيدلة التي ناقشت بعض الابحاث عن الصبر ان له فوائد علاجية عظيمة لحالات قرحة المعدة والأمعاء ومرض البلهارسيا. لقد قامت أبحاث على الصبر في كلية الصيدلة بجامعة القاهرة على عصير الصبر واتضح ان عصير الاوراق الطازج له أثر قاتل للحيوانات المنوية.

ويؤكد احد الأساتذة في علم العقاقير بجامعة القاهرة بأنه تم تحضير مرهم يحتوي على مادة سابونين الجيسويك بغرض الاستخدام الموضوعي كوسيلة لمنع الحمل. كما أجرى مركز الابحاث والرقابة الدوائية بجمهورية مصر العربية بحثاً عن تأثير عصارة الصبر على قرحة المعدة من الناحية الوقائية والعلاجية - وقد اوضحت النتائج إمكانية الوقاية من تكوين قرحة المعدة بوساطة إعطاء حيوانات التجارب عصارة ورق الصبر. كما وجد ان للصبر خاصية المساعدة على سرعة التئام قرحة المعدة.

لقد اكتشف في الغرب لأول مرة قدرة الصبر على شفاء الحروق لاسيما الحروق الاشعاعية. يعتبر الصبر علاج اسعاف أولي ممتاز يحتفظ به في البيت من اجل الحروق وحروق الشمس والكدمات والجروح، حيث تقطف ورقة الصبر وتوضع عصارتها السائلة على الحرق او الجرح او خلاف ذلك.

ويعتبر هلام الاوراق مفيداً لكل حالات الجلد تقريباً التي تحتاج الى تلطيف او تقبض كما انه يعالج عروق الدوالي الى حد ما. يعتبر الصبر من المليينات القوية لاحتوائه على جلوكوزيدات الانثراكينون التي لها خاصية التليين، حيث يدفع القولون الى الانكماش مما يؤدي عامة الى تحريك الامعاء بعد 8 الى 12 ساعة على تناوله. كما تنبه المواد المرة في الصبر الهضم عند تناولها بجرعات بسيطة.

استعمالاته

- يستعمل عصير الصبر بمعدل ملعقة واحدة صباحاً قبل الافطار وذلك لحالات الامساك والمغص.

- يستعمل عصير الصبر بمعدل ملعقة صغيرة يومياً لعلاج حالات سوء الهضم وضعف المعدة والكبد.
- يستعمل لب أوراق نبات الصبر او خلاصته بنفس المعدل السابق لعلاج قرحة المعدة والامعاء.
- يستعمل عصير ورق الصبر كدهان موضعي ثلاث مرات في اليوم بعد غسل المكان جيداً لعلاج البثور وحب الشباب.
- يستعمل عصير أوراق الصبر كدهان موضعي مرتين يومياً لعلاج القروح وسرعة التئام الجروح.
- يستعمل عصير الصبر كدهان موضعي ثلاث مرات يومياً لعلاج قروح الفم والاذن.
- يستعمل عصير الصبر كدهان موضعي مع التدليك مرتين الى ثلاث مرات يومياً مع تدفئة المكان المصاب، وذلك لعلاج أورام المفاصل وآلام العضلات.

وقيل في الصبر الصبر :

هو عصارة شجرة الصبار بعد أن تجمد وأجوده ما كان أحمر مائل إلى الصفرة (أشقر).
الجرعة: درهم 3.2 جرام إلى مثقال يحل بماء فاتر يسهل البطن وينقي المعدة . بل هو من أنفع الأدوية للمعدة من كل دواء آخر .
 وينفع للمالنخوليا (كآبة شديدة) والجنون والوسواس .
 الصبر: من الأدوية الدابغة للمعدة . ويصلحه المصطكي (البان الرومي) مع الزعفران (بمعنى أنه يضاف إليه المصطكى مع الزعفران وكذلك الدار صيني حتى لا تكون له آثار جانبية) .
 الصبر : وهو أنفع الأدوية للمعدة من كل دواء آخر . وهو من الأدوية الدابغة للمعدة . ويذهب اليرقان . الصبر : يدخل في علاج السرطان .

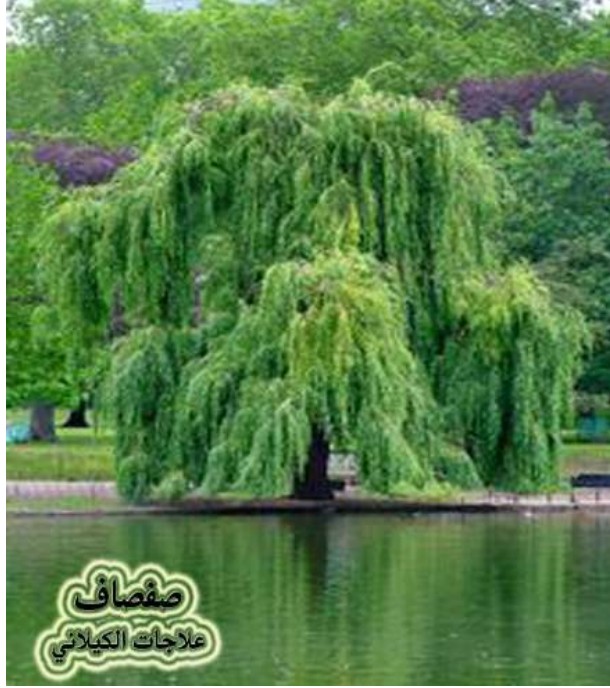
الصبر : مع السذاب يطول الشعر .
 الصبر : يقع في الحبوب النفسية وينقي الدماغ .
 الصبر : يوقف القيء وله تأثير علاجي جيد لقرحة المعدة .
 الصبر : جيد لإدرار الطمث ، وهو جيد للصدفية والأكزيما .
 الصبر : لعسر الطمث وإدرار دم الحيض .
 الصبر : ينقي الفضول الصفراوية التي في الدماغ ، وأعصاب البصر ، وينفع من قروح الأنف والفم ، ويسهل السوداء الصبر الأخضر : أكل الصبر الأخضر دأباً على الرقيق يقطع علة مرض القولنج (مرض معوي).
 الصبر : تبقى قوته في صفاقات المعدة من يوم إلى يومين وقيل لمدة اسبوع .
 الصبر : وشرب الصبر في أيام البرد خطر مثل غيره من المسهلات .
 الصبر : يمنع التهابات ، و ليس له مضاعفات جانبية .
 الصبر : الصبر مادة مهيجة لغشاء المعدة فإنه يؤدي إلى إفراز كمية كبيرة من المواد المخاطية الواقية من القرحة.
الصبر في الطب النبوي: صبر : روى أبو داود في كتاب المراسيل من حديث قيس بن رافع القيسي ، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال " **ماذا في الأمرين من الشفاء ؟ الصبر والثفاء** " . وفي السنن لأبي داود من حديث أم سلمة ، قالت " دخل علي رسول الله صلى الله عليه وسلم حين توفي أبو سلمة ، وقد جعلت علي صبراً ، فقال ماذا يا أم سلمة ؟ فقلت إنما هو صبر يا رسول الله ، ليس فيه طيب ، قال إنه يشب الوجه ، فلا تجعله إلا بالليل " ونهى عنه بالنهار .
 الصبر كثير المنافع ، لا سيما الهندي منه ، ينقي الفضول الصفراوية التي في الدماغ وأعصاب البصر ، وإذا طلي على الجبهة والصدغ بدهن الورد ، نفع من الصداع .

وينفع من قروح الأنف والفم ، ويسهل السوداء والماليخوليا
 والصبر الفارسي يذكي العقل ، ويمد الفؤاد ، وينقي الفضول الصفراوية والبلغمية من المعدة إذا شرب منه ملعقتان بماء ، ويرد الشهوة الباطلة والفاصلة ، وإذا شرب في البرد ، خيف أن يسهل دماً .

لليرقان: الصبر إذا شرب بماء الهندباء ينفع من اليرقان .
للأيدز: لوحظ في الدراسات التي تمت في انابيب الاختبار أن مادة السيمانان فعالة ضد فيروس الأيدز وربما تقلل الاحتياج إلى أدوية الأيدز المعروفة مثل عقار AZT وتقلل الأعراض الجانبية القوية لهذا العقار والجرعات التي يجب تناولها من مركب الاسيمانان 250 ملجم 4مرات في اليوم والجرعات الكبيرة تصل إلى 1000 ملجم لكل كيلو جرام من وزن الجسم يومياً لم تسبب تأثيرات سامة على الكلاب والفئران. حسب تقرير الهيئة الأمريكية لبحاث الأيدز تقول: "إن المحاولات المرشدة لم تعكس أي تأثيرات سامة على الإنسان!!

لتشقق وتورم حلمات الثدي: تقوم النساء في بعض البلدان التي يكثر فيها نبات الصبر بدهن الحلمات المريضة بالسائل الذي يخرج من أوراق الصبر عند كسرها وتعتبر هذه الوصفة من انجح الوصفات لتشقق وتورم حلمات الثدي.
ملاحظة: نظراً لأن الصبر مر جداً وملين لذلك ينصح عدم ارضاع الطفل من الثدي الذي دهن بالصبر.

صفصاف



الصفصاف: نبات موطنه الأصلي نصف الكرة الشمالي، ويوجد منه حوالي مائتي نوع يصعب تمييزها؛ بعض هذه الأنواع نحيل ضامر يقاوم البرد ومناخ المناطق العالية. ويعتبر الصفصاف الأبيض النوع الأكبر حجماً بينها، والأكثر شيوعاً في أوروبا. في القرن السادس عشر أشار ما يثول إلى فائدة أوراق النبتة في معالجة الأرق. وفي القرن السابع عشر استعملت قشرة الصفصاف كمقاوم للحمى، وفعاليتها اليوم في غنى النبتة بحامض الساليسيليك، الذي يعتبر أحد الأدوية الأكثر استعمالاً في العالم والمعروف لدى الجميع باسمه المسجل: الأسبرين. وقد ذكرت في مخطوطات سومرية وفرعونية قديمة. ويوجد نحو 350 فصيلة من الصفصاف في التربة الرطبة بنصف الكرة الشمالي.

ويتواجد الصفصاف في الكثير من أنحاء العالم ومنها العراق حيث تزرع على جوانب الجداول والسواقي ليستفيد منها القرويين في عمل ظل وكسر سموم الرياح الحارة صيفاً والرياح الباردة شتاءً، كما تستخدم لعمل مماسك لبعض الأدوات الزراعية وكذلك استخدام الأغصان الصغيرة كحطب.

للذبحة الصدرية: لقد ذكرت الدراسات أن جرعات صغيرة من الأسبرين تبدأ من 30 ملليجراماً إلى 325 ملليجراماً على هيئة أقراص حبة واحدة في اليوم تساعد في منع النوبات القلبية وذلك عن طريق تكون جلطات دموية. إن قشور الصفصاف هي أصل الأسبرين ولو أخذ كوب إلى كوبين يومياً من شاي مصنوع من قشور الصفصاف فهذا يوازي جرعة الأسبرين اليومية. كما أوضحت دراسات حديثة أن الأسبرين وقشور الصفصاف تمنع .. سرطان القولون. ويحتوي الصفصاف على ساليسين وحمض العفص وقلويدات وجلوكوزيدات.

لتقيح اللثة: حيث تؤخذ ملعقة أكل من مسحوق قشور الصفصاف وتضاف إلى ملء كوب ماء بارد ثم يغطى ويترك لينقع لمدة ثلاث ساعات ثم يغلى بعدها ويصفى ويستخدم للغرغرة عدة مرات في اليوم وخصوصاً بعد الوجبات وعند الذهاب إلى النوم مساءً. **للصداع:** لقد ادخلت السلطات الألمانية قشور نبات الصفصاف كعلاج لألم الصداع. ولكن إذا كنت تعاني من الحساسية ضد الأسبرين فيجب عدم استخدام قشور الصفصاف، كما يجب عدم إعطاء قشور الصفصاف للأطفال وبالاخص الذين يعانون من البرد أو الفلونزا والذي من شأنه التسبب في خراب الكبد والمخ.

للصداع التحسسي: والجزء المستخدم من نبات الصفصاف هي الجذور التي تحتوي على الساليسين الذي هو أصل الأسبرين ولذلك تسمى شجرة الصفصاف بشجرة الأسبرين وقد أدخلت الحكومة الألمانية مركب الساليسين كعلاج للصداع ويوجد على هيئة كبسولات تحتوي الكبسولة إما 60 ملجم أو 120 ملجم وهي تباع في محلات الأغذية التكميلية.

لألم الظهر: والطريقة أن يؤخذ ملء ملعقة من الصفصاف وتضاف إلى كوب ماء مغلي وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء ويمكن استخدام مسحوق القشر خلطاً مع فازلين ودهن الظهر به حيث تزول الآلام. كما يمكن أن يستخدم أي نبات من النباتات التي تحتوي على ساليسلات المثل إذا لم يوجد الصفصاف مثل الكشت المفصص (Wintergreen)، ونظراً إلى وجود حساسية ضد الأسبرين عند بعض الأشخاص فإن نبات الصفصاف يسبب نفس الحساسية ولذا يجب عدم استعماله.

للحمى التيفوئيدية: يستعمل مغلي قشور أغصان الصفصاف الجافة بعد تصفيته كغرغرة دافئة 3-4 مرات يومياً.

صمغ النحل (البروبوليس,العكبر)

صمغ النحل مضاد حيوي طبيعي

ملخص جميع الأبحاث والدراسات التي أجريت في العديد من بقاع العالم خلال الثلاثين عاماً الأخيرة أثبتت أن صمغ النحل مضاد حيوي طبيعي يتفوق على جميع المضادات الحيوية المعروفة . وكتب العالم الدانماركي k.lund يعتبر صمغ النحل أكثر المواد التي ينقلها النحل من عالم النباتات إلى خلية النحل فاعلية وتأثيراً ويعرف الإنسان حالياً 19 مادة موجودة في صمغ النحل والتي تعمل على حث وتنبيه جهاز المناعة الطبيعية في جسم الإنسان وتنشيط دورها في قتل البكتيريا والفطريات والفيروسات ويكون ذلك طريق خلايا تبتلع الأجسام الغريبة والبكتيريا وتقضي عليها وهي عبارة عن خلايا الدم البيضاء التي تتصدى لهجوم البكتيريا .

الفوائد الطبية لصمغ النحل

لصمغ النحل خواص علاجية وقد أثبت العلماء فعاليتها في علاج الأمراض الآتية وهي :-

- 1- مخدر موضعي يسكن الألم.
- 2- مضاد حيوي غير سام ذو نتائج باهرة في علاج كثير من الأمراض البكتيرية.
- 3- مضاد للأمراض الفطرية.
- 4- مضاد للأمراض الفيروسية.
- 5- لقاح ضد الجدري.
- 6- التهاب المفاصل وحمى الروماتيزم.
- 7- علاج السرطانات غير المزمنة.
- 8- الغرغرينا أو الأكال.
- 9- يقوي جهاز المناعة.
- 10- يعالج التسهم الغذائي لتأثيره على البكتيريا المحدثة للتسهم الغذائي وذلك بتثبيطها.
- 11- علاج لقرحة المعدة أو الاثنى عشر والقولون.
- 12- أمراض آثار الإشعاعات.
- 13- والعديد من الأمراض الأخرى.

والصمغ غير الشمع فالشمع هو إفراز الغدد الشمعية التي تقع بين حلقات البطن , والتي يتم داخلها بعض التغيرات الكيميائية للرحيق , وينضج الشمع من هذه الغدد إلى الخارج حيث يتجمد بمجرد ملامسة الجو, وتتولى شغالة النحل مسؤولية إنتاج الشمع الذي تستخدمه في بناء العيون السداسية بالخلية ويحتاج بناء العين الواحدة إلى اشتراك أكثر من 100 نحلة ..

الخواص العلاجية لشمع النحل :

يتميز شمع النحل بخواص حافظة للأنسجة . ويساعد على إزالة آلام الصدر والطفح الجلدي وفي علاج التهاب اللوزتين وعلاج فعال للدمامل والخراج والجروح والأمراض الجلدية ورائحة الفم الكريهة وغيرها من الأمراض , ويستخدم حديثاً في مستحضرات التجميل وصناعة المراهم والكريمات المغذية والمنظفة والمبيضة وأستخدم الشمع في صناعة العطور ذات الجودة العالية وغيرها من الصناعات التي تصل إلى 125 مادة .

خواص العكبر العلاجية:

يستخدم العكبر بنجاح لعلاج الجروح والغرغرينا. كما يعالج بعض الأمراض الفطرية وكمضاد للبكتيريا ومانع للنزيف وقد جرب العكبر في المستشفيات الروسية وثبت انه عامل مطهر ويساعد في تكوين الأنسجة واللحم الجديد. كما استخدم في مستشفيات بولندا لعلاج الجروح الملوثة بميكروب سيدوموناس. كما استعمل في علاج آلام المفاصل.

الخصائص الطبية للعكبر:

منذ آلاف السنين ما قبل التاريخ عرفت منتجات النحل واستعملت للتداوي استعمل العكبر لعلاج الجروح على شكل مسحوق أو ممزوجاً بالدهون والزيوت استعمل لعلاج الانتانات والالتهابات , لبخة العكبر تساعد على تخليص الجروح من الأجسام الغريبة وتسرع عملية ألتئام الجروح أيضاً استعمل العكبر داخلياً لعلاج المشاكل المعوية والمعدة ومشاكل الكلى , كل ذلك دون معرفة أن سبب أغلب العلل هو عضويات مجهرية , جراثيم , ميكروبات , متحولات , فيروسات , وجاءت الأبحاث العلمية وأكدت على الخصائص العلاجية وأظهرت أن للعكبر خصائص كقاتل للجراثيم مضاد للتسهم مضاد للالتهاب مجدد ومسكن واستعمل في علاج حالات فشلت الوسائل العادية في علاجها , العكبر كدواء معالج له باع كبير سنذكر بعض الحالات...

معالجة الجروح:

أثناء الحرب العالمية في جنوب أفريقيا استعمل العكبر بشكل خاص على الجروح وأعطى نتائج ممتازة , كان يمزج مع دهن الخيار (الفازلين) ويسمى هذا الخليط (propolis - vanogen) واستعمل كذلك في المداخلات الجراحية , منات من الجنود الجرحى في تلك الحرب يدينون بعلاجهم إلى العكبر. حالة أخرى شبيهة في الاتحاد السوفييتي أثناء الحرب العالمية الثانية وبمبادرة من الدكتور (خاندروس) استعمل العكبر تجريبياً في عيادتين جراحيتين في مدينة (سفير دلوفسك) لعلاج جروح الجنود كمرهم وأعطى نتائج ممتازة , ولكن توقف استعمال هذا المرهم بعد انتهاء الحرب.. كذلك في الاتحاد السوفييتي استعمل الدكتور (ك.كابتراخينا نوفا) مرهم العكبر بنجاح في علاج تموت النسج (العنغرينا الجافة) على حيوانات المزرعة وكان أفضل مزيج استعمل لهذه الغاية هو (1.5)

جزء زيت دوار الشمس إلى (1) جزء عكبر كذلك تجارب الطبيبان الدكتور (ن. تويوروف) والدكتور (ك. تويورينا) حيث أظهرت أثر ضماد العكبر في علاج تموت النسيج عند الأبقار حيث تم الاستغناء عن عملية استئصال النسيج الممتوت. قام العالم الروسي الدكتور (موتشنيك) عام 1964 بتجربة أثبتت أن المستخلص المؤلف من (4%) عكبر يعتبر مسكنا قويا يستعمل الآن العكبر في العيادات كمسكن موضعي كونه أقوى من المخدرات الموضعية الأخرى واستعمل بنجاح على أمراض الفم والأسنان واللثة. التقرحات الفموية والفتور وكذلك أمراض التآكل الدرمية. عولجت أغلب الحالات بنجاح باستعمال محلول العكبر بنسبة (4%) مع مراهم تركيبها عكبر خاصة العكبر كقاتل بكتيري أعطت فوائد في علاج استسقاء الغدة الدرقية، والدمامل وأمراض الجلد، أستعمل مرهم مركب من (20% زيت أو لانولين أو فازلين مع 15% عكبر)، استعمل هذا المرهم مستخدما الزيت كأساس أعطى نتائج جيدة على أمراض الصدر عند النساء المرضعات..

هل يعالج العكبر السرطان؟؟؟

لنبدأ بهذه الحالة الناجحة التي نشرتها الصحف المحلية في ألمانيا عام (1973) مريض يعيش في مدينة (بيرمين) عمره (42) عام شخصت حالته بسرطان ويجب أن تجرى له عملية جراحية، بعد شفاء جرح العملية عولج على مدى (36 جلسة) بأشعة الكوبالت ثم تم تخريجه من المشفى يقول هذا المريض: بأنه لم يكن يستطيع أكل أي شيء سوى الأطعمة السائلة وكانت قواه خائرة خسر من وزنه كثيرا حتى أصبح وزن (49) كيلو غرام فمه ممتلئ بالقروح بعد ثمانية أشهر ساءت حالته وقرر الأطباء إجراء عملية أخرى بعد فشل كل العقاقير الطبية قبل العملية بستة أيام اقترح عليه أحد الأصدقاء أن يجرب العكبر حيث حصل عليه وبدأ باستعماله وعند فحصه قبل العملية وجدت التقرحات والأناتات الحاصلة من العملية السابقة قد جفت وأمكن أزالته بمقص دون ألم أصبح إجراء العملية غير ضروري توقف المريض بعد ستة أشهر عن أخذ العكبر ظهرت عنده تورمات في البنكرياس، العلاج التقليدي بالكيماويات والأشعة لم يجد فعاد إلى استخدام العكبر عندها عادت له قواه واستعاد وزنه وكان تحسن حاله مفاجئا للأطباء أستمر المريض بأخذ نصف ملعقة من العكبر يوميا وبشكل دائم...

الطلع وسم النحل:

تذكر أن مربى النحل يملكون مناعة صحية ضد السرطان والكثير من الأمراض...العكبر وأمراض الفطور الجلدية (قدم رياضي) فعالية العكبر كمضاد فطري معروف ومثبت، تم اختبار آثار العكبر على أشخاص مصابين بأفات فطرية، كانت النتيجة على (80%) منهم إيجابية حيث خمدت الفاعلية الفطرية خلال بضعة أيام، استعمل للعلاج - العكبر بزيت دوار الشمس بنسبة جزء عكبر إلى جزأين زيت، يمكن أيضا استعمال هذه التركيبة كوقاية من الآفات الفطرية وكقاتل لجراثيم التي تصيب الأقدام وهو بقوامه الزيتي يخفف الاحتكاك عن القدمين أثناء المشي والوقوف الطويل، وكذلك عند ارتداء أحذية بقياسات غير مناسبة مثلا... هذه التركيبة تحافظ على مرونة المسام الجلدية وترطب الجلد وتؤخر التعب كما أنها تمنع الإصابة بأمراض جلدية... قد يعترض البعض على التركيبة والوصفة بسبب كونها ذات أساس زيتي، فيمكن استخدام مسحوق العكبر مع بودرة التالك مثلا أو طحين الرز أو مزيج من كل ذلك، وكذلك يمكن إضافة (2%) حمض (undecylic acid) إلى (5) أو (10) من مسحوق العكبر.

آثار العكبر على الميكروبات (بما فيها بركات العصيات):

أجريت الولايات المتحدة سلسلة من الأبحاث قام بها الدكتور (ليندنييفيلسر) لاختبار حساسية (80) نوعا من العضويات المجهرية عند تعرضها لمستخلص العكبر واكتشف أن العكبر يتصرف كمضاد حيوي على الميكروبات والفطور. كذلك البكتيريا المقاومة للحموض حساسة جدا لمستخلص العكبر، أكثر بكتيريا حساسية للعكبر هي بركات العصيات (larva bacilli) كذلك مرض تعفن الحضنة الأمريكي الذي يخشاه أغلب النحالين أمكن علاجه بمستخلصات عكبر عالية التركيز حيث فشلت الجرعات المخففة في علاج الخلايا المصابة.

العكبر دواء رسمي في الاتحاد السوفييتي: ثلاثون نوع من الأدوية في الاتحاد السوفييتي تم اعتمادها بشكل رسمي تم صنع هذا الدواء في معمل المنتجات الصيدلانية والكيميائية في تالين، وينصح باستعماله كعلاج موضعي للاستعمال الخارجي في علاج أمراض الأكزيما المزمنة والأمراض الجلدية ذات المنشأ الفطري والحروق ومشاكل جلدية أخرى. كانت توصف المقادير العلاجية من قبل الأطباء ويتم استعماله حسب هذه الإرشادات، يمكننا اليوم استعمال الوصفات التي يدخل في تركيبها العكبر كأي دواء علاجي آخر ذو طبيعة مشابهة.

كريمات متعددة الاستعمالات:

أكثر الطرق فعالية وشمولية لاستعمال العكبر هي المحلول الزيتي للعكبر تختلف النسب حسب اختلاف الحالة، الأساس هو جزء عكبر إلى جزأين زيت، يمكن استعمال أي زيت (زيت السمسم، زيت الزيتون، زيت الذرة، زيت الفول السوداني، زيت دوار الشمس..... الخ) ويفضل استعمال زيت اللوز الحلو إذا لم يكن غلاء سعره مهما، بضع قطرات زيت عطري (ورد، بنفسج، خزامى) تعطي رائحة الأساس وتجعل المزيج أقرب إلى مستحضرات التجميل.. يجب أولا سحق العكبر أو تقسيمه لقطع صغيرة جدا، يضاف إلى الزيت ويحرك باستمرار لبضعة أيام ثم يسخن المزيج في وعاء مزدوج حتى يذوب ويتجانس، وبعدها يمرر على قطعة قماش سميكة حيث يمر الجزء الذائب عبرها وهو الجزء الصالح للاستعمال، يسمى هذا المزيج (المعادلة رقم واحد) ويمكن استبدال الزيت بالأكسدة النباتية أو مركبات بترولية كالفازلين إذا رغب بالحصول على مزيج أكثر صلابة...

كريمات التجميل: يمكن إضافة المستحضر المذكور أعلاه (كريمات متعددة الاستعمالات) إلى مراهم للوجه بنسبة (10%) وتحريكه بشدة كي يختلط مع المرهم التجميلي، هذا المزيج يطور الفاعلية التجميلية للمرهم خصوصا للبشرة الجافة وكثيرة التجاعيد، كما يمكن استعمال المستحضر لوحده.. ولقد أكدت التجارب بعد استعمال هذه الأنواع من الكريمات على النساء اللاتي يعانين من التجاعيد

وبعد استعمالهن لعدة أشهر أن التجاعيد اختفت تماما وظهر الوجه أكثر نضارة وحيوية وشبابا , ولكن هذه الوصفة قد تكون مزعجة لبعض النساء حيث يجب دهن الوجه بالتركيبة كليا وتغطيته بقتان وتركه طوال الليل..

الشعر والعكبر:

عند معالجة الشعر بالعكبر تتوقف الحكة وغالبا تتوقف القشرة وبزيادة نسبة الزيت إلى التركيبة تتشكل طبقة واقية للأشعة فوق بنفسجية مما يحمي حروق الشمس والتقرحات وغالبا سرطان الجلد ويعطي الشعر مظهرا طبيعيا , العكبر مادة مجددة ومضاد فطري , معطل فيروسي , مضاد ميكروبي ويتواجد الكثير من منتجات العكبر التي تعالج مشاكل الشعر منها الزيوت والكريمات والصابون والشامبو وكل ما هنالك.

العكبر والتدليك بالزيت:

لمساجات الزيت تضاف تركيبة (المعادلة رقم واحد) الموجودة بالموضوع السابق بنسبة (30) غرام إلى (500) غرام زيت مساج نظامي وتحرك حتى يتجانس الخليط (يمكن استعمال خلاط) ثم نضيف إلى الخليط عشرة إلى عشرين نقطة من زيت الخزامى لإعطاء رائحة منعشة مما يولد نشاطا أكثر وتتشارك خواص العكبر كمجدد مع الأثر المنشط لزيت المساج والفاعلية كمؤكسد لزيت عطر الخزامى , الذي هو أحد ثلاث زيوت طبيعية مؤكسدة..

الحفظ والتحنيط:

وجد في أهرامات الفراعنة بمصر قرص عسل عمره يزيد على 4000 سنة وما زال صالحا للاستعمال البشري.. أي طعام سيبقى كل هذه المدة أو بجزء بسيط من هذه المدة غير العسل؟؟ كيف حفظت مومياءات الفراعنة بهذه الدقة إلى يومنا هذا؟؟ الجواب هو العكبر كما أعتقد الكثير من العلماء..

فوائد صمغ النحل :-

1- له تأثير كمضاد حيوي ضد بعض البكتيريا السبحية والعنقودية .

2- له تأثير منبه لافرازات الهرمونات الأنثوية .

3- له تأثير مدر للبول .

4- له تأثير في خفض ضغط الدم المرتفع .

5- يساعد على زيادة ادرار العصارة الصفراوية .

6- يساعد على علاج التسلخات الجلدية وعلاج الجروح والحروق .

7- ووجد أيضا أن له تأثير على تثبيط نمو الخلايا السرطانية في قولون الجردان ((الفئران)) والقضاء عليها .

... حيث أن مادة صمغ النحل تساعد على تعزيز قدرات جهاز المناعة بشكل عام والخلايا الليمفاوية بشكل خاص وتحثها على افراز العامل المضاد والذي يقضي على الخلايا المصابة بالسرطان .

ويستخدم أيضا في ضمادات الحروق والجروح .. حيث أن صمغ النحل يدخل في 40 مركب ووجد منها خمسة مركبات مضاد للبكتيريا والفيروسات وله كفاءة مضادة للاكسدة .

وفي معهد أبحاث السرطان بجامعة كولومبيا بأمريكا تمكن د/ تيتسياماتسينو ..من عزل وتصنيف العديد من المركبات التي لها تأثير قاتل للسرطان من صمغ النحل البرازيلي وقد أثبت في أبحاثه أن الاستخدام الموضعي لهذه المادة تعمل على تثبيط ووقف نمو سرطان الجلد في الفئران كما وأن ذكرنا سابقا بأن حقن هذه المادة يقلل من نمو السرطان في حيوانات التجارب .

طول العمر:

من نصائح العالم فيثاغورث (600 قبل الميلاد) استعمال العسل كحمية غذائية لطول العمر.

العسل هو الغذاء العالي بالطاقة. العسل الخام بدون تصفية أو تسخين يحوي كنزا من غبار الطلع والغذاء الملكي وبعض العكبر كل هذه المكونات يقضي عليها تسخين العسل المعتاد ومن المواد الموجودة بالعسل والتي يقضي عليها التسخين أيضا المضاد الحيوي (inhibine) والبقية الباقية من هذه المواد المفيدة تزيلها عملية تصفية العسل..

في معهد أبحاث طول العمر أكتشف الدكتور (نيكولاي تسييتسين) أن أغلب المعمرين الروس كانوا من مربى النحل (وكانوا فقراء) فبعد أن يبيعوا كامل إنتاجهم من العسل يأكلون البقايا الحاوية على الأغذية الشمعية والكثير من حبوب الطلع والعكبر . وهذا هو ربما سبب طول أعمارهم.

أكتشف باستور علاج داء الكلب وأنقذ حياة ملايين من الناس دون أن يعرف أن سبب الداء هو فيروس كذلك نحن ما زلنا نقف في الظلمة نراقب آثار العكبر الشفائية دون أن نعرف ماهية تركيبه وآلية عمله على أكمل وجه فقط هناك بعض النظريات منها أن بعض الميكروبات تقتل فوراً أو خلال دقائق البعض الآخر يتراجع ويتخذ وتتعل أو تصبح فريسة سهلة للخلايا البالغة وتتوقف قدرتها على التكاثر وتسبب أذى كبير للجسم مما يعطي الجسم فرصة للتعافي والحياة بحالة صحية أكثر.

للعناية بالقدمين :

استخدمت صمغ النحل بشكل كبير ابتداءً من القرن التاسع عشر حيث كان يستخدم لعلاج الاورام السرطانية والجروح وفي علاج الكالو أو مسمار الرجل الذي يحدث لدى فئة كبيرة من الناس حيث يسخن الصمغ حتى يسيح ثم يعمل على هيئة قرص صغير يوضع فوق الكالو ويربط برباط حيث يسقط الكالو بجنوره بعد عدة ايام.

صمغ عربي



الصمغ العربي لعلاج الفشل الكلوي : في حالة الفشل الكلوي تزداد درجة التركيز لنواتج عملية هضم البروتينات والحفاظ على درجة تركيز النواتج يتم بوصفات غذائية ذات تركيز بروتيني قليل. واستخدام الألياف مع غذاء ذي تركيز قليل من المواد البروتينية يزيد عملية التخلص من النواتج المحتجزة في حالة الفشل الكلوي (عن طريق الفسحة - البراز). تتخمر الألياف الغذائية بواسطة بكتيريا القولون التي تستخدم هذه المواد كمصدر للطاقة والنمو ويساعد البكتيريا على امتصاص النتروجين والتخلص منه في البراز. أجريت هذه الدراسة على 16 حالة من مرضى الفشل الكلوي المزمن - تحت نظام غذائي يحتوي على قليل من المواد البروتينية - استخدم فيها الصمغ العربي (50 جراما في اليوم) أو (1 جرام من البكتين مادة صمغية توجد في قشور الكريب فروت أو البرتقال في اليوم) في تجربة استمرت لاربعة أشهر وقد اتضح من هذه الدراسة: زيادة كبيرة في كمية البكتيريا والمحتوى النتروجيني للبراز، والنقص الكبير في مادة البولينا بالدم، وذلك عند استخدام الصمغ العربي مقارنة بما قبل استخدام الصمغ العربي أو استخدام البكتين، ولوحظ أيضا أن الميزان الطبيعي للنتروجين لم يتأثر تأثيرا ظاهرا.

اكتشاف آخر: توصل فريق علمي طبي في كلية جامعة الخرطوم الى اكتشاف علاج جديد لمرض الفشل الكلوي المزمن ، وذلك من خلال دراسة على الصمغ من نوع الهشاب "gum Arabic" واحيانا يسمى " gum acacia " الذي يعتبر سكرأ متعدد السكريات قابل للذوبان في الماء مقاوم للهضم بواسطة أنزيمات العصارة المعوية ،،، ووضع الفريق العلمي ارشادات عامة يجب اتباعها عند استعمال صمغ الهشاب لمرضى الفشل الكلوي ، وهي أولا التقيد بتقليل البروتينات الى 40 جرام يوميا وهذه الكمية تعادل بيضة واحدة زائد ثلاثة قطع صغيرة من اللحم " القطعة بحجم علبة الكبريت " أو 1.5 صدر فرخة أو سمكة صغيرة بحجم كف اليد ، زائد 1.5 كوب حليب ، ثم تناول جرعة الصمغ اليومية " 50 جرام " بعد تذويبها في 150 - 200 مللتر ماء في جرعة واحد أو جرعتين في اليوم ، ويلاحظ عند استعمال صمغ الهشاب زيادة غازات البطن مع شعور بالانتفاخ وليون في البراز وتخففي هذه الأعراض تدريجا خلال اسبوعين من الإستعمال ، يجب اجراء التحاليل قبل البدء في العلاج وهي " الهيموغلوبين و نetroجين اليوريا في الدم والكرياتينين والكالسيوم والفسفور والحامض البولي ، وشدد الفريق على عدم التوقف عن استخدام العلاجات التي يصفها المريض خلال فترة استخدام العلاج إلا بإرشاد من الطبيب ، من جانبه اعتبر الدكتور أيمن الكبيسي استشاري الكلى ورئيس قسم الكلى في مستشفى الدمام المركزي والمشرّف على أقسام الكلى في المنطقة الشرقية ، أن نتائج الدراسة التي أجريت في كلية الطب في الخرطوم بإضافة مادة الصمغ الى الحمية الغذائية بغرض المساعدة في ابطاء تدهور الفشل الكلوي مشجعة وان كانت في مراحلها الأولى. ونقلا عن إحدى الصحف المحلية شفيّت مواطنة سعودية بالمنطقة الشرقية من المملكة من الفشل الكلوي تماما واستغنت عن الغسيل الكلوي الذي كانت تجريه مرتين كل اسبوع وذلك بعد تناول جرعات منتظمة من الصمغ العربي بعد طحنه بمعدل ملعقتين في كوب ماء صباحا ومساء. وذكرت **صحيفة عكاظ** ان المواطنة شعرت بتحسّن ملحوظ في حالتها واصبحت تمارس حياتها الطبيعية دون معاناة منذ شهرين ونصحها طبيبها المعالج بعد مراجعته بمواصلة تناول مسحوق الصمغ. وأوضح الطبيب للصحيفة ان الصمغ ساعد المريضة على زيادة افراز الفضلات من الجسم ومن ثم استغنت عن الغسيل الكلوي.. مشيرا الى أن حالة هذه المواطنة وهي ممرضة باحدى المستشفيات كافية للجزم بفائدة الصمغ العربي في معالجة الفشل الكلوي حيث ان حالتها تحسنت في حين ان غيرها ممن طبق عليه نفس العلاج لم تتحسن حالتهم لانهم لم يستسيغوا طعم الصمغ ومن ثم لم يواصلوا العلاج.

قامت كلية الطب بجامعة الخرطوم بعمل دراسة موسعة على الصمغ العربي وكذلك دراسة اكلينيكية على الكلى واثبتوا ان الصمغ العربي يحد من مشاكل الكلى وان هناك نسبة كبيرة للشفاء وقد نشرت تلك الدراسة ومادمت راضياً عن النتائج فاستمر والصمغ ليس له اضرار جانبية يخشاها الانسان والله موفق.

للصوت: إذا مسك في الفم وابتلع ما ينحل منه نفع الصوت ولينه .

فطريات الفم والحمو والقولاع

علاج لالتهاب اللوز وسقف الحلق والفطريات في الفم

التركيبة والطريقة: كأس كبير من مغلي الميرمية يوضع عليه ملعقتين طعام من خل التفاح يستعمل للغرغرة مرة واحدة ويشرب قليلا منها متمهلا 3 مرات كل يوم .

علاج التهاب اللوز وسقف الفم وفطريات الفم أو الحمو والقولاع

التركيبة والطريقة: يأخذ المريض ملعقة صغيرة من كربونات الصوديوم ويذيبها في كأس ماء صغير ويتغرغر قبل النوم 3 مرات وفي الصباح قبل الطعام أيضا 3 مرات ويعيد العملية كل يوم حسب الحاجة والله الشافي. إذا كان المريض طفلا لا يقدر على الغرغرة يأخذ قطعة من القطن وتبل بالمحلول ويدهن مكان الإصابة والطفل جالس.

علاج للقولاع أو الحمو الذي يصيب الفم

يمضغ المصاب بالحمو أو القولاع قشرة برتقالة مضغاً جيداً قبل النوم مباشرة وينام ويكرر العمل حسب الحاجة. أو يتغرغر بمنقوع الزعتر البري عدة مرات ويتابع التغرغر فيحصل الشفاء بأذن الله . أن التغرغر بالزعتر يفيد لذهاب الصوت وعدم القدرة على الكلام أو لفحة الهواء .

تحضير الزعتر

بعد غلي الماء تطفئ النار ويوضع الزعتر ويغطى الأبريق حتى يستطيع تحمل حرارة الماء بالغرغرة. ويفيد منقوع الزعتر البري ألتهاب الحبال الصوتية أن شاء الله.

أخرى

علاج لتشقق اللسان

التركيبة والطريقة: ثلاث حبات عصص من عند العطار يدق ناعم مثل الطحين ويضاف اليه زيت الزيتون حتى يصبح كالمرهم يدهن اللسان قبل النوم مباشرة وفي الصباح قبل الطعام بساعة ونصف ويحصل الشفاء بأذن الله ويكرر العملية إذا لزم الأمر.

علاج لجفاف الشفايف وتشققها وقشولتها

التركيبة والطريقة:

تدهن بزيت الزيتون ولعدة مرات حتى يحصل الشفاء.

علاج لالتهاب اللثة وتقوية الذاكرة

التركيبة والطريقة: زيت الميرمية يعالج التهاب اللثة وينشط الذاكرة يأخذ 3 نقط من زيت الميرمية كل يوم مرة واحدة فقط وحسب الحاجة اما لالتهاب اللثة يدهن اللثة بالزيت والله الشافي.

علاج لجفاف الفم إذا كان الشخص غير مصاب بالسكري أو ارتفاع بالدهنيات

التركيبة والطريقة:

كل يوم ملعقة غسل مرة صباحا ومرة مساء.

علاج لالتهاب اللثة وتشقق اللسان وارتخاء اللثة والفطريات في الفم (القولاع) والتهاب الفم

التركيبة والطريقة: 7 حبات من الهندي شعيرة تنقع في كأس ماء كبير وبعد 12 ساعة يصبح الماء علاجيا يوضع قليلا من منقوع الهندي شعيرة في الفم ويحرك اللسان في الماء لمدة 5 دقائق ثم يلفظ ويأخذ غيره 3 مرات وفي اليوم 3 مرات ويستمر في العلاج حتى الشفاء بأذن الله.

علاج لالتهاب اللوز الحاد وسقف الفم

التركيبة والطريقة: ملعقة كبيرة من العسل مذابة بنصف كأس كبير من الماء الساخن بقدر التحمل ويستعمل غرغرة 3 مرات ويلفظ الماء مرة قبل النوم مباشرة ومرة قبل الفطور.

علاج لالتهاب اللوز والجراثيم في الجسم وهو أيضا ميزان للضغط

التركيبة والطريقة:

يقوم المريض بتخمير المرقوش والغرغرة به بحيث يصل إلى اللوز اما لقتل الجراثيم فيقوم المريض بالشرب منه مرتان أو 3 كل يوم . لكل لتر ماء ملعقة طعام من المردكوش ويشرب 3 مرات في اليوم مرة على الريق ومرة قبل الغداء ومرة قبل العشاء.

علاج انسداد الغدة اللعابية

التركيبة والطريقة:

ميرمية. شاترك , ريباص (المقادير متساوية) تطحن ناعم ويؤخذ من الخليط ملعقة صغيرة 3 مرات في اليوم وقبل الطعام بنصف ساعة والله الشافي.=

صنوبر



اما طبياً: فيستعمل في الطب البشري ، و الطب البيطري ، فهو يستعمل كمعقم ، كما يستعمل للخيل و القطعان عن طريق تناوله داخلياً كمضاد للديدان ، يستعمل خارجياً كمكافح للاورام الروماتيزمية ، و كمعالج للالتواء ، و الكدمات ، وهو يقتل الطفيليات ، و يعالج امراض الصدر . عند تقطير صمغ الصنوبر ، يعطي الزيت ومعه مادة تسمى Rosin وهي تسمى " الفونة " . تستعمل على اقواس عازفي الكمان ، ويستعمل لصناعة الشمع الخاص بالاختام الفارنيز . و صناعة بعض

الاجزاء المستعملة في الصنوبر: القشر ، الصمغ ، الحب .
استعمالات و فوائد الصنوبر الطبية :

1. في صناعة المراهم الخاصة بالتدليك " امراض عصبية " .
2. مدر للبول ، يفتت الحصى ، يخرج الرمل .
3. يعالج امراض الكلى و المبوالة .
4. يعالج الامراض العصبية .
5. يعالج الصنوبر امراض الغشاء المخاطي و الصدر لذا فهو مقشع طارد للبلغم ، و يستعمل في حالات التهابات القصبات الهوائية .
6. يستعمل في صناعة اللاصق .
7. يستعمل الصنوبر في المعالجة بالاستنشاق و التدليك .
8. استعمال خارجي في معالجة الحساسية و الصدفية .
9. حب الصنوبر يستعمل في الطعام بالاضافة الى فوائده الطبية ، فهو يحتوي احماضاً دهنية غير مشبعة ، يستعمل الحب في تنشيط الدورة الدموية في الدماغ ، يعالج الفالج و النشاف في الدماغ ، و مرض الرعاش الباركنسوني ، و امراض اللقوة .
10. مفيد في معالجة امراض الكبد و المرقان ، ينشط الكبد .
11. فاتح للشهية .
12. منشط للطاقة الجنسية ، يزيل الضعف و الارتخاء مع العسل .
13. خافض لمستوى السكر بالدم .

الصنوبر في الطب النبوي: أرز :

بفتح الهمزة وسكون الراء : وهو الصنوبر ، ذكره النبي صلى الله عليه وسلم في قوله : " مثل المؤمن مثل الخامة من الزرع ، تفينها الرياح ، تقيمها مرة ، وتميلها أخرى ، ومثل المنافق مثل الأرز لا تزال قائمة على أصلها حتى يكون انجعافها مرة واحدة " ، وحبه حار رطب ، وفيه إنضاج وتلين ، وتحليل ، ولذع يذهب بنقعه في الماء ، وهو عسر الهضم ، وفيه تغذية كثيرة ، وهو جيد للسعال ، ولتنقية رطوبات الرئة ، ويزيد في المنى ، ويولد مغصاً ، وترياقه حب الرمان المر .

للحكة والسعال: ويعتبر الصنوبر بشكل عام مفيداً جداً لآلام الصدر ويكافح السعال ويؤخذ منقوع براعم شجرة الصنوبر بنسبة 25-40 جراماً من البراعم المطحونة وتوضع في لتر ماء بارد وتترك لمدة ثلاث ساعات ثم يصفى المنقوع و يشرب لعلاج الرشوحات والسعال والنزلات الصدرية والربو وأمراض الجهاز التنفسي.

للحمى التيفوئيدية: تمضغ قطعة من صمغ الصنوبر وتترك في الفم حتى تذوب ويكرر ذلك 3-4 مرات يوميا حتى الشفاء بأذن الله.

= علاج للفهقة أو الشهقة التي تحدث مع الكبار والصغار
التركيبة والطريقة: لحسة سكر للكبار وبضع ذرات على لسان الرضيع وبمجرد ذوبان السكر تذهب الشهقة أو الفهقة بأذن الله. يمكن الأستعاضة عن السكر بالعسل.

تقيح اللثة

فواكة وخضار: يوصى بأن يتناول الشخص ما لا يقل عن خمس حصص من الفواكه والخضروات يوميا لا سيما الغنية بفيتامين ج مثل الفجل والبروكلي والفواكه الحمضية مثل البرتقال والليمون واليوسفي وكذلك الفلفل الأحمر والفراولة والطماطم على ان تؤكل طازجة.

العفص والخل: ويستعمل مزيج من العفص والخل لعلاج التهاب اللثة ووقف نزيفها حيث يغلى على النار ما مقداره ملء ملعقة كبيرة من مسحوق العفص مع ملء كوب من الماء لمدة نصف ساعة فقط ثم يصفى ويضاف إليه من الخل ويحفظ لكي يستخدم مضمضة حيث يقوم على تسكين آلام التهابات اللثة وهذه الطريقة معروفة كثيراً في بلاد الشام وفي جمهورية مصر العربية.

شجرة الشاي : وهي شجرة ليس لها علاقة بالشاي المعروف .. عندما تبدو اللثة ملتهبة ومتهيجة، اضع قطرة من الزيت العطري المستخلص من شجرة الشاي على فرشاة اسنانك أو فوق معجون اسنانك الذي تضعه على الفرشاة قبل تنظيف اسنانك بها، وهذا يعتبر دواءً واقعياً رائعاً، فأوراق الشاي لها مفعول مطهر طبيعي وتعمل على منع الإصابة بمرض اللثة من قبل ان يبدأ.

للجيوب الانفية

علاج للجيوب الأنفية وسيلان الأنف الغير طبيعي

التركيبة والطريقة: يأخذ المريض ملعقة صغيرة من عصير البصل وملعقة صغيرة من عصير الخيار مع خلطهما ويوضع في فتحة الأنف ملعقة صغيرة كل يوم مرة واحدة فقط ويستمر حتى يحصل الشفاء والصبر طيب والباقي على الله ويفيد هذا العلاج الذي يعاني من نزيف الأنف والرعاف.

علاج للجيوب الأنفية

التركيبة والطريقة: يحضر بصلة طويلة ويقطعها طولياً ويرفع من وسطها عدة طبقات بحيث تسع ملعقتين طعام زيت زيتون وتغطي بالقسم المقطوع وتوضع على النار حتى تستوي البصلة يوضع الزيت في كاس ويوضع من الزيت بعد التبريد 3 نقاط في كل فتحة انف وهو مستلقي كل يوم مرة قبل النوم والله الشافي.

علاج الاحتقان الانفي والجيوب الانفية والسيلان الدائم

التركيبة والطريقة: نقطة واحدة من ففوس الحمار او عصير الففوس مضاف اليه ملح (او بدون ملح) في كل فتحة انف كل يوم مرة واحدة ونقطة واحدة .

ملاحظة: الزيادة على هذا تسبب تشحم في الكبد.

علاج للزكام وفتح الجيوب

التركيبة والطريقة: يحضر حبة سوداء بمقدار حبة الجوز وتربط بشريطه (صرة) ويفركها على الارض أو الموكيت حتى تحمي ويوضعها على فتحة الانف ويغلق الثانية ويشم بنفس عميق حتى يصل النفس للدماغ ويعيد العملية بالفتحة الثانية كل يوم مرة ويكررها حسب اللزوم والشافي هو الله .

علاج احتقان الانف الدائم وتسكير الجيوب

التركيبة والطريقة: يحضر لوحة صبر ويزيل عنها الشوك ويشرحها مناصفة ويرش عليها السكر ويضعها تحت النجم حتى الصباح قبل طلوع الشمس ويجمع الماء النازل من اللوحة ويؤخذ من الماء ويقطر بكل فتحة انف 3 نقط وهو مستلقي لمدة 10 دقائق كل يوم مرة ويكرر العملية حسب الحاجة والله الشافي

طاقية



طاقية علاجات الكيلاني

هذه العشبة إستعملت لمعالجة الزحار والإسهال. إستعمل هنود أمريكا الأصليين هذه العشبة لمعالجة داء الكلب، والهنود إستعملوه لتحفيز الحيض، يُخفف عن ألم الصدر، ولطرد المشيمة بعد الولادة. و إستعمل مختصون بالأعشاب في القرن التاسع عشر طاقية كمقوي وكذلك لمعالجة الهستيريا، والتشنجات الصرعية، وداء الفصام. هذه العشبة مضادة للجراثيم والحساسية، مضاد للتخثر، مانع تآكسد، مدرر، مسكن، ويستعمل لمعالجة الحساسيات مثل الربو، حمى قش، أكزيما، وهذه العشبة تُستعمل لمعالجة الحمى، السعال، وإصابات معوية التي تُوجد الإسهال. يعمل أيضاً كفاتح للشهية. تزيد هذه العشبة الحجم أيضاً وتدفق البول لذا في معالجة عسر البول ومشاكل الكلية. طاقية تُستعمل لتهدئة الأعصاب، يُنزل ضغط دم، ومفيد في معالجة تصلب الشرايين والعروق (الدوالي)، ويساعد على منع جلطات الدم أيضاً.

التهاب الأنف التحسسي الدائم

فجل الخيل: يستخدم لعلاج التهابات الأنف حيث يؤخذ ملء ملعقة من جذر وأوراق النبات المسحوق ويضاف إلى مل ماء مغلي ويترك لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء. ويوجد كبسولات من هذا النبات يباع في محلات الأغذية التكميلية.

المغنسيوم: تشير دراسة أجريت في جامعة برايسغام بونغ بولاية يوتا، إلى أنه وعندما تنخفض مستويات المغنسيوم المعدني في الجسم، تقوم الخلايا بإنتاج قدر أكبر من الهستامين. ويبدو أن المغنسيوم يعمل على تحقيق استقرار هذه الخلايا. ويمكن تناول نحو 500 مليغرام من هذه المادة المعدنية يومياً.

الفيتامينات: يعمل فيتامين (ج) وفيتامين (هـ) اللذان يوجدان في الفواكه والخضر، على تعزيز النظام المناعي، كما تشير إليه الدكتورة كارلين وين، من نيويورك. وتتمثل أفضل خيارات هذه الفواكه والخضروات في تلك التي تكون غنية لوناً، مثل التوت والعنب الأحمر والسبانخ.

الأغذية المحتوية على التوابل: يقول الأطباء إن الأطعمة الغنية بالتوابل تعمل على تخفيف أعراض الحساسية، كما تساهم في زيادة الدورة الدموية وتنظيف المادة المخاطية.=

طحلب البحر



الجزء المستخدم من الطحلب هي جميع اجزائه. يحتوي عشب طحلب البحر حمض الألجينيك ومانيتول، وبوتاسيوم ويود. يستعمل عشب طحلب البحر منذ سنين في علاج تضخم الغدة الدرقية وقد وجه الأطباء الصينيون ابتداءً من القرن الثامن باستخدام هذا الطحلب لعلاج تضخم الغدة الدرقية نتيجة لنقص اليود. ويؤكل عشب طحلب البحر طازجاً في الصين واليابان. **عشب طحلب البحر وتضخم الغدة الدرقية**: ويستعمل عشب طحلب البحر في أوروبا بنفس الطريقة التي يستعملها الصينيون واليابانيون. حيث يعطى أساساً لعلاج مشاكل الغدة الدرقية الناتجة من نقص اليود في الجسم. كما يستخدم ضد أي مواد تسبب تضخم الغدة الدرقية. كما يستخدم أيضاً لعلاج تورم الغدد اللمفاوية في الرقبة وكذلك الأوديما في الجسم. وقد قام الصينيون بأبحاث على هذا النبات بينوا فيه أن لنبات عشب طحلب البحر تأثيراً مضاداً للفطريات ومضاداً أيضاً لتجلط الدم. ويجب ملاحظة عدم استخدام هذا النبات لعلاج تضخم الغدة الدرقية إلا تحت إشراف طبي.

=الحسك: ويعمل هذا العشب على كبح التفاعلات المرتبطة بالحساسية والتهيج، فضلاً عن تنظيف الكبد بإزالة السموم من هذا العضو الحيوي. ويتمثل أحد اساليب التخلص من تفاعلات الحساسية في تفادي الاطعمة التي يمكن ان تسبب الحساسية. ويوصي اختصاصي الحساسية في جامعة نيويورك، الدكتور كليفورد باسيت الاشخاص الذين يعانون من حساسية القش بعدم تناول البطيخ والموز والخيار او اي مكملات عشبية لأنها يمكن ان تؤدي الى تزايد اعراض الحساسية. ويوصي الخبراء ايضاً بتفادي تناول الاطعمة والمواد المنتجة للمادة المخاطية مثل منتجات الالبان والقمح والمضافات الغذائية.

الدوخة والصداع

اكليل الجبل

ليمون الجنة أو الليمون الهندي: يعتبر الصينيون قشور ليمون الجنة وصفة مفضلة ضد الدوخة حيث يغلون قشور الثمار على هيئة شاي ويشربونه لهذا الغرض.

بيكنج صود: تستعمله النساء الأمريكيات وخاصة اللاني يقطن الجنوب والجنوب الغربي حيث يؤخذ ملء ملعقة صغيرة وتذاب في ملء كوب ماء ويشرب عند الدوخة حيث تزول تماماً.

ومن المشروبات التي تساعد على تجنب الدوخة والدوار:

شراب الليمون بالعسل: ويحضر كالتالي:

يُجفف الليمون ببذوره ثم يطحن.

يضاف كوب من مسحوق الليمون لكل كيلو جرام من العسل.

والجرعة تكون: كوب على الريق يومياً محلول بالماء

عصائر العنب أو البرتقال أو الاناناس: ينصح بهذه العصائر الطازجة فكلها مغذية ومقوية.

الصداع

حشيشة الحمى: ان تناول حوالي 4 ورقات طازجة من حشيشة الحمى تحمي من الشقيقة، وتستخدم اوراق النبات على هيئة شاي حيث تؤخذ حوالي 10 ورقات من النبات وتوضع في كأس ملئ بالماء سبق غليه وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى ويشرب مرة واحدة في اليوم، ولكن الاسهل من ذلك هو وجود كبسولات جاهزة في الاسواق المحلية وهي مقننة وعليها طريقة الاستعمال، ولكن يجب الانتباه إلى ان المرأة الحامل والأم المرضع يجب عدم تعاطيهما لأي مستحضر من مستحضرات حشيشة الحمى.=

طرثوث



من اسمائه: طرثوث، مزرور، مرصوص، مرشوش، طرثوث النبي آدم، أبو شال، ثرور، هالوك، النكة، النكة. **الطرثوث..** منشط للفقولة ومولد للحيوانات المنوية ومقو وقابض .

ويقول أبو حنيفة: "الطرثوث ينقض الأرض تنقيضاً ولا يوجد احلى من سوقه ومنه نوعان حلو وهو الاحمر ومر وهو الابيض". تؤكل سيقانه نيئة واحياناً يشوى مثل الذرة واحياناً اخرى يطبخ مع الاقط فيكسبه اللون الزهري ونكهة خاصة.

وكانت الطراثيث تجلب إلى المدن ولها سوقها الخاص بها وما زالت تباع في مواسمها في الجزيرة العربية. وللطرثوث استخدامات كثيرة فهو يستعمل صبغاً احمر وكان البدو في السابق يجمعونه للتجارة من اجل استخلاص الصبغ الاحمر وتخلط هذه الصبغة مع بعض المأكولات. ويستخدم البدو هذه الصبغة في رسم مواشيهم ويعرف رأس الطرثوث باسم "النكة" ومن امثال العرب في وصف الرجل شديد الحمرة بقولهم "احمر مثل النكة" ويقال "ثوب نكع".

كما تصبغ الحلبي بعصير النكة فتأخذ اللون الاحمر. ويرد ذكر الطرثوث في المثل الشعبي في قولهم "مكتوب بطرثوث". يستخدم الطرثوث في منطقة نجد وفي المنطقة الشرقية، مادة مرة مشهية مثل الجمار، ويوقف الاسهال نظراً لقوته القابضة ولاحتوائه على مواد عفصية كما يساعد كثيراً على إيقاف نزف الدم.

اما في منطقة الاحساء فيستعمل لعلاج الكبد حيث يؤكل طازجاً، أو مشوياً. كما يذر على الجروح والقروح فيساعد كثيراً على شفائها. وصبغته القرمزية تفيد في صباغة الاقمشة. وورد ان اللب المكسر مخلوطاً مع العسل يفيد في حالات قلة تكوين السائل المنوي.

وفي كتاب "فاكهة ابن السبيل" الطرثوث يستعمل كعلاج للنزيف الذي يحصل أثناء الحمل وذلك بأن تؤخذ قشور الرمان والعفص ورب الطراثين باجزاء متساوية ويسحق ويعجن بماء الآس، ويتخذ منه قطعة صوف وتحتمله المرأة. ومن شمال افريقيا يقول بولس في الطرثوث "ان النبات بكامله منشط للجنس عند الرجل ومولد للحيوانات المنوية ومقو عام وقابض.

مسحوق النبات الجاف مخلوطاً بالزبدة يستعمل كعلاج عند احتباس الصفراء، كما يضاف المسحوق كتابل للحوم اثناء اعدادها. ومن ليبيا يقول قطب في كتابه "النباتات الطبية في ليبيا" ان الطرثوث يستخدم كملين. لقد اخضع الطرثوث الاصلي والطرثوث الموجود على شكل يد الانسان ونبات الغضا للبحث العلمي للتأكد من المحتوي الكيميائي للأنواع الثلاثة فوجد ان لا علاقة بين المحتويات الكيميائية للطرثوث الاصلي واليد ونبات الغضا علماً بأنهما يعتمدان على جذور نبات الغضا هو أحد النباتات السعودية المشهورة وهو نبات عشبي معمر بجذره الذي يستمر حياً تحت سطح الأرض حتى يأتي موسم الأمطار فيظهر ساقه على سطح الأرض.

والطرثوث نبات متطفل على بعض النباتات المشهورة مثل الحمض والغضى والأرطه والرمث ونباتات الفصيلة الرمرامية والرطريطيه يظهر النبات فوق سطح الأرض عند التزهير ويحمل الشمراخ الزهري أزهار كثة شديدة الانضمام صغيرة الحجم ذكورية وثنائية الجنس. قد يصل طول الشمراخ الزهري 30سم. وهي لحمية ممتلئة بالماء ذات جلد خارجي أحمر إلى قرمزي ومن الداخل أبيض إلى مصفر هش عصيري. يُشم من الجزء المزهر عند ذبوله رائحة اللحم المعفن أو الشراريب كريهة الرائحة. اللب الداخلي للنبات حلو الطعم إلى لاذع.

الاستعمالات الشعبية للطرثوث: تستعمل العصارة الحمراء القانية المستخلصة من النبات كصبغة حمراء للملابس. وكان نبات الطرثوث ينقل في يوم من الأيام على ظهور الحمير لبيعه في الاسواق. لقد ذكر الطرثوث ابن البيطار في الجامع لمفردات الأدوية والأغذية وكذلك شاهينه غضنفر في كتابها النباتات الطبية وكذلك الدكتور علي الغنيمي في كتابه "نباتات الامارات في تراث الطب الشعبي بأنه قاطع للنزيف وخاصة نزيف الأنف والارحام والمقعدة.

ويقول التركماني "694هـ": في الطرثوث انه يقطع نزف الدم من المنخرين والأرحام والمقعدة وسائر البدن، ومن الطرثوث ماهو أبيض وهو مر وأحمر وهو حلو وأجوده الأبيض يقوي المفاصل المسترخية وينفع من استرخاء المعدة والكبد وإسهال الدم المعوي.

أما داود الانطاكي "1008هـ": فيقول فيه انه يقطع الإسهال المزمن شرباً والعرق ضماداً ويحلل الصلابات طلاءً ويمنع الأعياء وهو يضر الرئة ويصلحه السكر ويخشن الجلد ويصلحه بذر قطونا. يقول الخليفة وشركس "1984م" ان البدو يستعملون كل أجزاء النبات كعلاج في حالات الامساك.

الاستعمالات والدراسات الحديثة

يستعمل الطرثوث في جزر الكناري كعلاج جيد ضد الدسنتاريا. يقول بولس 1985 في الطرثوث انه مقوي عام وقابض ومسحوق النبات الجاف مخلوطاً بالزبدة يستعمل كعلاج ضد احتباس الصفراء. كما يضاف المسحوق كتابل للحوم اثناء إعدادها. وهناك دراسات أجريت في كلية الطب البيطري بفرع جامعة الملك سعود بالقصيم حيث أثبتوا ان خلاصة الطرثوث أعطت نمواً واضحاً لخصية الفار غير البالغ وهذا زاد في حجم أنابيب انتاج الحيوانات المنوية وبالتالي زاد الحيوانات المنوية. وفي إيران قامت دراسة على ضغط الدم مستعملين خلاصة نبات الطرثوث وذلك على الكلاب حيث أعطت الخلاصة الطازجة للنبات تأثيراً متميزاً لتخفيض ضغط الدم المرتفع بينما الخلاصة للنبات الجاف لم يكن لها تأثير على ضغط الدم ويدل ذلك على ان المركبات الكيميائية الفعالة في النبات الطازج تختفي في النبات الجاف. والطرثوث يؤكل نيئاً أو مشوياً وطعمه حلو يتلوه طعم لاذع في الحلق لكن إذا شوي اختفى هذا الطعم والطرثوث كان يستخدم كثيراً أيام المجاعات. وفي الوقت الحاضر يستخدم الطرثوث لدباغة الجلود ويعتبر مادة مهمة في الدباغة. تجمع الطرائث أيام وفرتها ثم تقطع وتجفف وتباع في محلات العطارة لغرض دباغة الجلود ولأغراض علاجية أيضاً. كما تستعمل علفاً للحيوانات وخاصة عندما تكون طرية. طعمه حلو.. يؤكل نيئاً أو مشوياً الطرثوث يقطع نرف الدم ومقو وقابض وعلاج ضد احتباس الصفراء.

=حشيشة الشفاء أو حشيشة الدود: وهذا النبات يشبه في تأثيره تأثير حشيشة الحمى حيث يحتوي على البارثينولايدز والذي يمنع الشقيقة، يجب على المرأة الحامل عدم استعمال نبات حشيشة الشفاء، ويوجد من هذا النبات مستحضرات في السوق المحلية. **بخار الماء بالخل:** هذه وسيلة أخرى في معالجة الشقيقة وهي طريقة تعتمد على الاستنشاق ولهذا الغرض يوضع مزيج متناصف من الخل والماء في وعاء على النار إلى ان يغلي، وينتشر بخاراً في الهواء ثم ينكب الشخص الذي يعاني من الشقيقة بوجهه فوق البخار ويستنشق حوالي 75 نشقة فإن آلام الشقيقة تخف تدريجياً حتى تزول تماماً عند الانتهاء من الاستنشاق، وإذا عادت نوبة الشقيقة مرة أخرى فإن النوبة تكون أقل بكثير من المرة الأولى وتكرر عملية الاستنشاق حتى تنقطع الشقيقة. **حشيشة الملاك العنبي:** يستعمل الصينيون حشيشة الملاك التي يعرفونها باسم دونج كوا (DONG QUAI) لعلاج الصداع النصفي حيث يعملون شيئاً من جذور النبات يأخذون عدداً من القطع الكبيرة من الجذور وتوضع في كوبين من الماء الذي سبق غليه ويترك لمدة 10 دقائق دون غطاء ويشرب هذا المستحضر على دفعتين مرة في الصباح ومرة في المساء.

الرعاف

علاج للرعاف

التركيبة والطريقة: إذا لم يتوقف النزيف بالكي يأخذ خياراً وبصلة ويعصرهما أما دق أو طحن ويأخذ المريض نصف ملعقة صغيرة في كل فتحة أنف مرة في اليوم.

ملاحظة: يكون ماء البصل والخيار متساويان ويتم أخراج الماء بالبشر والعصر.

علاج للرعاف

التركيبة والطريقة: يأخذ قشرة 4 بيضات مسلوقات وتحمص على النار حتى يزهر ويطن ناعماً ويؤخذ المسحوق على شكل استنشاق لعدة مرات حسب الحاجة.

علاج للالتهاب

التركيبة والطريقة: ملعقة طعام حلبة حب توضع على كأس ماء كبير وتغلى 5 دقائق وتشرب محلى أو غير محلى 3 مرات كل يوم ترفع نسبة البروتين أن شاء الله.

علاج للبرق الخجلة

التركيبة والطريقة: تؤخذ ورقتين ملفوف ويوضعان فوق بعضهما على موضع الوجع ويلفهما بشاش قبل النوم لمدة 3-4 ايام فيحصل الشفاء بإذن الله.

طلع النخل



ماذا قال عنه الطب القديم؟ ذكر اطباء العرب القدماء وغيرهم مزايا لقاح النخل فقالوا انه يقوي المعدة ويجففها، ويسكن ثائرة الدم، وينفع المحرورين، ويقوي الاحشاء وينفع من ضيق النفس، والسعال البلغمي، وإذا اخذ بالعسل قوى الجسم عامة والعمل الجنسي خاصة، وإذا وضع هذا المزيج في الرحم ازال العقم، وإذا احتملت المرأة به قبل الجماع اعان على الحمل.

يقول ابن البيطار "دقيق طلع النخل ينفع من الباه ويزيد في المباضة". ويقول الرازي "الطلع والجمار ينفعان المحرورين ويسكنان ثائرة الدم، ويدفع ما تولده هذه في المعدة من النفع".

ويقول داود الانطاكي "ينفع اذا صفى وخلا عن المرارة من التهاب العطش والحميات، والاسهال والنزيف ونفث الدم". ويقول عاشور "ان الطلع مقوي للجسم وينشط المبيض وينظم الطمث ويساعد على تكوين البويضة في الانثى".

وماذا قال عنه الطب الحديث؟ لقد اثبتت الابحاث التي اجريت على لقاح النخل بأنه في مقدمه المقويات للجسم لكثرة المواد الدهنية فيه بالاضافة إلى احتوائه على هورمون الايسترون الذي ينشط المبيض وينظم دورة الطمث، ويساعد على تكوين البويضة. وقد فصلت مادة الروتين التي يتكون منها عقار يقوي الشعيرات الدموية في جسم الانسان ويحفظها من الانفجار، وبذلك يمنع النزف الداخلي الذي يصيب المصابين بضغط الدم المرتفع والسكري وداء الحفر. يقول قبلان مكزول ان ملعقة صغيرة من غبار لقاح النخل تؤخذ صباحاً على الريق مع قليل من العسل تفيد في تهدئة الاعصاب المتوترة. ويستخرج من اللقاح ماء اللقاح والذي يستعمل لتعقيم الماء ومعتباً طعماً طيباً له.

الفوائد العلاجية لحبوب اللقاح

1. تستعمل للتداوي في حالات الأنيميا والضمور الجسمي والتهاب الأمعاء الدقيقة وعسر الهضم وأمراض الجهاز التنفسي واضطراب الأعصاب والأرق.
2. توفر للجسم بعض العناصر المفقودة.
3. تساعد علي تنظيم بعض الوظائف العضوية التي قد تكون ناقصة أو أصابها الارتباك والاضطراب.
4. تنبه وتقوى الطاقة الحية والحيوية بصفة عامة سواء من الناحية الطبيعية أو النفسية.
5. مقوى ومنبه مع توفير النشوة.
6. تحافظ علي التوازن الوظيفي بصفة منتظمة أو متناسقة.
7. تقوم بدور مضاد للسموم عامة علي كافة أجهزة الجسم.

أين نجد حبوب اللقاح إن حبات اللقاح متناهية الصغر ونحتاج إلى 14000 حبة من حبوب اللقاح حتى تزن غراماً واحداً. وإذا تناول الإنسان العسل الطبيعي فيكون قد تناول كميات كبيرة من حبوب اللقاح , وقد اشار العديد من الباحثون في المملكة العربية السعودية إلى وفرة حبوب اللقاح في العسل البري الجبلي السعودي وتنوعها عن باقي الأنواع الأخرى المستوردة , ويتميز العسل المصري بوفرة حبوب اللقاح ولكن يفتقر إلى تنوعها .

حبوب اللقاح علاجاً للسرطان: حبوب اللقاح إحدى مكونات العسل، وتحتوي علاوة على العناصر المعدنية، الهرمونات والفيتامينات ومواد أخرى، وقد وجد أن هذه المواد تعطل نمو الخلايا السرطانية في الإنسان والحيوان, وقد ثبت أن هذه المادة هي أحد الأحماض الدهنية غير المشبعة، وتعرف علمياً باسم: 10-Lyals Oxy 2 decemaic acid and ethyl esters of mana and dicarboxylic acid وعلى ذلك فإن استخدام غذاء مكون من خليط من العسل وحبوب اللقاح والغذاء الملكي، يكون له تأثير ايجابي في وقاية الإنسان

من الأورام السرطانية الخبيثة، ففي عام 1959 حصل العالم الكندي الشهير "جوردون توندش"، على أول نتائج هامة في التجارب التي أجريت على الأورام الخبيثة عند فئران التجارب، ففي خلال عشرين يوماً درس هذا العالم تركيب حبوب اللقاح والغذاء الملكي ومقدرتهما على إيقاف نمو الخلايا السرطانية، حيث أحضر ألفاً من فئران التجارب بها من 3-5 مليون خلية سرطانية، وأعطاهما في وقت واحد خليطاً من حبوب اللقاح والغذاء الملكي، وبالفعل فإن تلك الفئران شفيت، وذلك بخلاف ألف أخرى من فئران التجارب المعدة للمقارنة والتي احتوت على نفس الكمية من الخلايا السرطانية ولم تعط هذا الخليط قد هلكت جميعها في خلال شهرين.

وقد أثبت الباحث الفرنسي "إلين كايا" أن تناول ملعقة شاي من حبوب اللقاح، والتي يمكن شراؤها من الصيدليات بالاتحاد السوفيتي (سابقاً)، تمنع الإصابة بمرض السرطان، وقد تطرق أحد الأطباء في 1985 في فرنسا إلى استخدام حبوب اللقاح في فئران التجارب المصابة بأحدث أنواع سرطان الدم، فقد وجد أن المجموعة التي تتغذى على نوع معين من حبوب اللقاح تتميز بزيادة في الوزن وزيادة في عدد كرات الدم البيضاء الناضجة.

أما في اليابان فقد تم حديثاً استخدام خليط حبوب اللقاح مع الغذاء الملكي كمادة ضد نمو الأورام الخبيثة، ويعزى ذلك إلى دور غذاء الملكات في كونه يحطم الأحماض النووية في خلايا الورم، ولكن هذا التأثير يتم ببطء شديد.

علاج فقر الدم "الأنيميا":

يمكن استعمال حبوب الطلع لعلاج فقر الدم الناتج عن سوء التغذية وخاصة في الأطفال، وذلك لما تحتويه هذه الحبوب من الفيتامينات والأملاح والمعادن والعناصر النادرة التي تدخل في تركيب (الهيموجلوبين) لكرات الدم الحمراء، وخاصة عنصر الحديد الذي يعتبر المكون الأساسي لهذه المادة. كما يمكن استخدام حبوب الطلع لعلاج فقر الدم الناتج من فقدان الدم المزمن كما يحدث في حالات النزيف بسبب البواسير أو أمراض الكلى أو الدورة الشهرية عند النساء، أو أثناء الحمل وعقب الولادة وأثناء فترة الرضاعة، حيث يحتاج الجسم إلى زيادة في قدرة الدم وكفاءته. التأخر في النمو وقد يكون من أسباب ذلك: الحمل المتعدد أو الأمراض المزمنة كالدرن أو الزهري أو أمراض القلب أو التهابات الكلية المزمنة أو تسمم الحمل أو سوء التغذية المزمن أو الحمل في مرحلة متقدمة من العمر. ومن مظاهر هذا الضعف: عدم القدرة على مص ثدي الأم، وضعف وتأخر عام في الأفعال الانعكاسية، والتهابات الرئة المستمرة والمتكررة، وكذلك عدم القدرة على تخزين عنصر الحديد، بالإضافة إلى حدوث مظاهر وأعراض نقص الأملاح والمعادن والفيتامينات. وحبوب اللقاح بما تحتويه من قيمة غذائية عالية من أنفع العلاجات لهذه الحالة.

علاج أمراض الجهاز العصبي :

استخدمت حبوب اللقاح بنجاح تام في علاج الاضطرابات العصبية ومنها: التوتر العصبي، الإرهاق والتعب الشديد، حالات الانهيار العصبية مع صورة صحية متدهورة، اضطرابات الذاكرة وقرر كثير من الباحثين أن حبوب اللقاح علاج ممتاز للاضطرابات العصبية، وأنه يمكن استخدامها كمادة مهدئة، وكثير من الباحثين في العصر الحاضر يصف العلاج بحبوب اللقاح قبل النوم للمرضى الذين يعانون من الأرق، وقد وجد أنه يسبب لهم نوماً هادئاً. الأسنان السيئة وأمراض اللثة تصاب الأسنان بالتسوس نتيجة نقص كثير من العناصر المعدنية كالكالسيوم والفلوريد، حيث يصبح الغلاف الخارجي للأسنان (العاج أو المينا) ضعيفاً وهشاً وسريع التحلل، وكذلك نقص فيتامينات (د) و (أ) أيضاً يجعل الأسنان غير كاملة النمو. وينتج تسوس الأسنان نتيجة تراكم المواد السكرية وتعفنها بين ثنايا وثغور الأسنان مما يؤدي إلى تحلل طبقة المينا (الغلاف الخارجي) للأسنان وذلك بمساعدة بكتيريا التحلل والتعفن. ولفيتامين "ج" دور هام في تقوية الأسنان واللثة، خاصة اللثة الضعيفة، حيث يمنع حدوث نزيف اللثة المتكرر الذي يصيب كثيراً من الناس، ونظراً لما تحتويه حبوب اللقاح من الأملاح المعدنية وكذلك الفيتامينات (ب 1، ب 2، ب 6، ب 12، أ، د، ج، ك)، فإنها ذات قيمة عالية، ليس فقط من الناحية الغذائية بل أيضاً من الناحية الصحية والوقائية، فهي بذلك تمد الأسنان بالمواد الأساسية اللازمة لحمايتها من التسوس وحماية اللثة أيضاً من الأمراض بالإضافة إلى ذلك فقد ثبت أن هذه المادة لها تأثير مطهر للفم والأسنان.

كيفية تحضير غبار الطلع للنخيل الذكر

التركيبة والطريقة: ياخذ العرنوس كاملاً ويفتحه على ورقه غير مكتوب عليها في غرفه مغلقة الشبابيك لاتدخلها الشمس بتأني جدا لان الغبار سريع التطاير ويفتح العرنوس وينشر عليها حتى تنشف جيداً بشكل مفرد وبعد الجفاف يجمعها ويوضعها في منخل ناعم وينخلها قليلاً قليلاً حتى لا يتطاير الغبار ويجمع اكبر كمية منه ويحفظ في الثلاجة ويبدأ في عملية التحضير والله الشافي.

للحكة الجلدية

علاج الحكة : دهن الجسم بمحلول كوب ماء مضاف إليه ملعقتين من الخل ومزجها جيداً وتكرر العملية كلما شعرت بالحكة.

علاج للحساسية والحكة

التركيبة والطريقة : يحضر المريض لوح صبر ورقة صبار جديدة ويرفع الشوك من عليها ويضعها في صينية ويضعها في الفرن ويجعل النار من تحتها وكل فترة يصفى الماء البازل من الورقة ويحفظه خارج الفرن حتى تستوي الورقة. الماء يدهن فيه محل الحكة مرتين ولب الورقة يؤكل منه ملعقة صغيرة على الريق وملعقة صغيرة قبل النوم ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء بإذن الله.

علاج للطفح الجلدي الذي يظهر بقع

التركيبة والطريقة: كأس ماء كبير يغلى على النار وبعد الغلي يطفأ النار ويضع ملعقتين طعام من البابونج ويغلى بغطاء محكم ولمدة ربع ساعة يبرد ويصفى ويدهن به الجسم مرة قبل النوم بساعة ومرة صباحاً والله الشافي.

عشبة الطيور



عشبة الطيور علاجات الكيلاني

الأجزاء المستعملة: الجذور والأجزاء الهوائية

الاستعمالات

- يصنع منه كريم لمعالجة الإكزيما والتهيجات الجلدية ومضاد للروماتيزم .
- يصنع منه مادة للاستعمال الخارجي لمعالجة الحبات والخراجات .
- ويستعمل المغلي أو النقيع الزيتي لحالات الحمى القوية الناتجة عن الضعف الذي ينشأ عن الأمراض المزمنة.
- وهو نبات من أصل البلسانيات، وأصل تسميته تفيد في التعرف إلى بعض خصائص النبات:
- في القرن التاسع عشر. أشار إليه الطبيب النباتي البافاري كنيب على أنه نبات مهدئ لحساسية الجهاز التنفسي .كان الفلاحون قديماً يأكلونه نيئاً فيحضرون منه السلطة أو مطبوخاً كالسراخ.

علاج لوجع الرأس

التركيبة والطريقة: يحضر المريض برتقالة كبيرة ويقشرها ويضع على القشر كاس ماء كبير ويغلى على النار لمدة 3 دقائق ويصفىها ويشربها ويمكن تحليتها بالسكر والله الشافي.

علاج لالام الرأس

التركيبة والطريقة: يأخذ المريض كاس صغير من خل التفاح الطبيعي الممددة بالماء ويحله بملعقة عسل ويتناولها المريض وبعد ساعة ونصف يعد نفس الكمية إذا لم يرتاح وهذا مفيد ايضا بشكل عام لكافة انحاء البدن حيث يعطي الجسم راحة كاملة . وفي الوقت الحالي يستعمله الأطباء النفسيون في علاج الحالات العصبية لمرضاهم.

علاج للشقيقة

وصفه لعلاج الشقيقة

سنا 50 جرام , قرنفل 50 جرام , بسباسه 50 جرام , مر 25 جرام , وورد يابس 25 جرام , زعفران 15 جرام , مسك 10 جرام , العود 50 جرام , مصطكى 50 جرام

تم عمل خلط مطحون ويحلى بعسل النحل وكذلك يتم عمل الفصل من عرق القيقال achellea milafolim استعمال المنقوع بشكل دائم يؤدي الى الشفاء التام يشرب كاس يوميا primula veris مع استخدام زهره الربيع او كعب الثلج تخفف من الاعراض بشكل سريع جدا يشرب من المنقوع مرتين يوميا.=

عاقول



عاقول علاجات الكيلاني

الجزء المستعمل من النبات جميع أجزائه بما في ذلك الجذور.
استعمالات العاقول

هو من النباتات التي لها استعمالات طبية شعبية كثيرة فقد قال داوود الانطاكي سنة 1008هـ في العاقول "انه شوك الجمال وهو نبت كثير الأشواك له زهر ابيض واصفر وحبه مستدير، سائر اجزاء هذا النبات تبرئ البواسير شربا وبخورا وطلاء ولو برمادها".
العاقول علاج للروماتيزم وحالات حصى الكلى ، والعاقول ملين ومقيء ومدر للبول ومطهر للجهاز الهضمي.
ويقول داستور: ان العاقول يستخدم في الهند كمسهل ومدر للبول ومقيء، العصير الطازج للنبات يستعمل للتخلص من حبس البول، كما يستعمل النبات في عمل ضمادة توضع على البواسير لعلاجها، او يحرق النبات الجاف ويوجه الدخان المتصاعد جهة البواسير لتخفيف آلامها. تستخدم جميع اجزاء النبات شرباً أو بخوراً أو طلاءً حتى ولو برد **ماؤه** لعلاج البواسير، كما يستعمل النبات كضمادات لعلاج البواسير لتخفيف آلامها.

ملاحظة هامة لمرضى البواسير

يجب على مرضى البواسير عمل أي نوع من الرياضة وافضلها المشي، كما يجب علاج الامساك لانه اساس المشكلة ويجب الاقلال من تناول السمك ولحم البقر والحوامض والتوابل الحارة والاستمرار في دهن فتحة الشرج.
كما يستعمل في عمل نشوق ضد آلام الشقيقة والمستخلص الذي ينتج عن تبخير مغلي النبات يستعمل كمسكن او ملطف للحكة وبالأخص عند الأطفال، اما المادة الافرازية التي تخرج من أوراق النبات فلها تأثير منشط للجنس وتكسب الجسم حيوية وهي مسهلة ومدر للصفراء ومدر للبول ومنقية للدم، ومن السعودية يقال ان بعض المواطنين يعتقدون ان المن الذي يفرزه نبات العاقول هو المن الذي ذكر في القرآن في سورة البقرة. وفي الصيف تغطي الأوراق والأفرع بنقط من سائل في قوام العسل، ثم يأخذ هذا السائل في التحول الى مادة شديدة اللزوجة، ومن أجل جمع هذا المن تقطع هذه الأجزاء وتضرب على قطعة قماش فتتساقط، رماد النبات بعد حرقه يستخدم في تجفيف الجروح، كما يستعمل النبات كمسهل.

وفي الكويت يستعمل نبات العاقول كعلاج للروماتيزم وحالات حصى الكلى، ومن مصر يقال ان البدو يستخدمون العاقول في الصحراء كملين ويقال انه يستعمل كمسكن للآلام وموقف للسيلان ومسهل ومسكن للآلام البلهارسيا ومطهر، ويقال أيضا اذا غلي افاد شربه فائدة كبيرة في إزالة الحامض البولي وإدرار البول وهو مسهل ومطهر للجهاز الهضمي، كما ان صبغته من أنجح الأدوية في علاج ورم المفاصل. كما يقال ان العاقول ملين ومدر ومق ييء كما ان الزيت المستخلص من الأوراق يستخدم في علاج الروماتيزم كما تستخدم الأزهار في علاج النزيف. ان النبات له تأثيرات حيوية اذ يعمل على زيادة قوة انقباض القلب ومنشط ويزيد سرعة التنفس ولكنه لا يؤثر على درجة حرارة الجسم.

للناسور والناسور: تستخدم جميع اجزاء النبات شرباً أو بخوراً أو طلاءً حتى ولو برد **ماؤه** لعلاج البواسير، كما يستعمل النبات كضمادات لعلاج البواسير لتخفيف آلامها.

= علاج للشقيقة

التركيبة والطريقة: يعمل حجامه إذا عادت يعمل مرة ثانية وإذا عادت يعمل مرة ثالثة وحسب ارشادات الحجام والله الشافي.

علاج لآلم الرأس والشقيقة بأذن الله

التركيبة: ملعقة طعام حبة سوداء مطحونة، ملعقة طعام يانسون، ملعقة وسط قرنفل.

الطريقة: ينظف ويطحن ثم تلهم منه مرتين في اليوم مقدار ملعقة شاي قبل الأكل مباشرة بربع ساعة.

عدس



قال عنه اطباء العرب القدامى ان العدس يسكن الحرارة ويزيل بقايا الحمى وماؤه يسكن السعال وأوجاع الصدر ودقيقه مع العسل يصلح الكي ويلحم الجروح وهو يحرق الأخلاط ويورث الدمعة ويظلم البصر والإدمان على أكله يضر بالصحة.

وقال عن العدس الطب الحديث

وهو مغذ ويفيد الصحة وللذين يبذلون الجهد الشاق، وهو جيد لضعفاء الأعصاب، والعدس يزيد في نمو الأطفال ومغذ ونافع لهم ويدر الحليب إذا أخذته المرأة المرضع ويعالج فقر الدم وهو نافع للأسنان ضد النخر أو التسوس. وطبعه طبع المؤنث ، بارد يابس ، وفيه قوتان متضادتان . إحداهما يعقل الطبيعة . والأخرى يطلق ، وقشره حار يابس في الثالثة ، حريف مطلق للبطن ، وترياقه في قشره ، ولهذا كان صحاحه أنفع من مطحونه ، وأخف على المعدة ، وأقل ضرراً ، فإن لبه بطيء الهضم لبرودته ويبوسته ، وهو مولد للسوداء ، ويضر بالماليخوليا ضرراً بئياً ، ويضر بالأعصاب والبصر . وهو غليظ الدم ، وينبغي أن يتجنبه أصحاب السوداء ، وإكثارهم منه يولد لهم أدواء رديئة ، كالوسواس والجذام ، وحمى الربيع ، ويقلل ضرره السلق والإسفاناخ ، واكثر الدهن .

وأردأ ما أكل بالنمكسود ولتجنب خلط الحلاوة به ، فإنه يورث سدداً كبدية ، وإدماثة يظلم البصر لشدة تجفيفه ، ويعسر البول ، ويوجب الأورام الباردة ، والرياح الغليظة . وأجوده الأبيض السمين ، السريع النضج . وأما ما يظنه الجهال أنه كان سماط الخليل الذي يقدمه لأضيافه ، فكذب مفترى ، وإنما حكى الله عنه الضيافة بالشواء ، وهو العجل الحنيذ . وذكر البيهقي ، عن إسحاق قال سنل ابن المبارك عن الحديث الذي جاء في العدس ، أنه قدس على لسان سبعين نبياً ، فقال ولا على لسان نبي واحد ، وإنه لمؤذ منفخ ، من حدثكم به ؟ قالوا سلم بن سالم ، فقال عمن ؟ قالوا عنك . قال وعني أيضاً !!؟ .

أفادت دراسة حديثة بأن العدس له فوائد عديدة لجسم الإنسان، لأنه يحتوي على الكالسيوم الذي يساعد الأطفال على نمو أسنانهم وعظامهم وزيادة أوزانهم. فهو يحتوي أيضاً على البوتاسيوم والمغنيسيوم والنحاس والفسفور والكبريت والكلوري، كما أن غناه بالحديد يجعل منه غذاءً ممتازاً لمرضى فقر الدم، وهو معرّق ومدرّ للبول ويساعد الأمهات المرضعات على الإكثار من إفراز الحليب. ولذا ينصح الأطباء عند طهيهِ بأن لا ينقع أو يطهى لفترة طويلة حتى لا يفقد فوائده، كما أن قشوره مفيدة في علاج الإمساك، وهو مفيد كذلك لعلاج الخراجات إذا سلق وهرس للعمل الكمادات.

للرومايتيزم

لصقة السنفيتون المخزني والأقحوان:

هذه اللصقة مفيدة جداً لآلام العضلات وتستعمل كالتالي:

- يؤخذ جزء من الدهن الحيواني ونصف جزء من عشبة الأقحوان الطازجة والمهروسة، وجزآن من جذور السنفيتون (ويسمى أيضاً: سمفوطن) الطازجة والمبشورة، ثم يخلط الجميع جيداً. (يفضل هرس جميع مكونات هذه الوصفة باستعمال الهاون).
- توضع على النار حتى تسخن.
- عندما تصبح فاترة توضع على مكان الألم.
- تترك لتأخذ مفعولها لمدة طويلة.

مغلي أوراق التنوب:

أهم شيء يجب المحافظة عليه عند آلام العضلات هو المحافظة على الدفاء، الحمامات الدافئة لها مفعول جيد لذلك مثل حمام مغلي أوراق التنوب التالي =

عرصف



عرصف علاج الكبد

العرصف: وهو عشب معمر يصل ارتفاعه إلى 60سم يستعمل جميع أجزاء النبات عدا الجذور. يعرف علميا باسم : *Ajuga chamaepitys* يحتوي النبات على أحماض فينولين ويستخدم العشب اليوم بشكل رئيسي لعلاج فرط نشاط الغدة الدرقية وتسارع نبض القلب الذي يصاحب هذه الحالة. وقد أيدت البحوث الحديثة هذا الاستخدام فهو يمنع التمثيل الغذائي لليود ويقلل كمية الهرمون المنتجة بخلايا الغدة. ويستخدم الأوروبيون هذا العشب على نطاق واسع لعلاج مرض جرافز المعروف لديهم بزيادة إفراز الغدة الدرقية ويستعمل هذا العشب مع أعشاب أخرى ممزوجة مع بعضها البعض كشاي يعرف (بشاي جرافز) يؤخذ ملعقتان صغيرتان من الترجان مع ملء ملعقة صغيرة من العرصف حيث يوضعون على مقدار كوب ماء مغلي ويترك لينقع لمدة 15 دقيقة ويصفى ويشرب بمعدل كوب في الصباح وآخر عند النوم.

=- تؤخذ حفتان من أوراق شجرة التنوب ويضاف لها 3-4 لترات ماء بارد.

- تغطى وتوضع على نار هادئة لمدة 15 دقيقة.

- يصفى المغلي ويضاف إلى ماء الحمام (البانيو).

خليط الثوم بزيت الزيتون

- تخلط كمية من زهر البانج المجفف برقع لتر من زيت الزيتون ثم يترك الخليط بعد المزج الجيد تحت اشعة الشمس لمدة 5 ايام ثم يصفى ويستعمل كدهان موضعي بعد التدليك 3-4 مرات يوميا حتى الشفاء .

وصفة للروماتيزم

يشرب المصاب بالروماتيزم مقدار ثلاثة اكواب في اليوم من مسحوق عرق السوس , مقدار ثلاثة ملاعق في ثلاثة اكواب , واحد في الصباح والاخر عند الظهيرة والثالث مساء ويواظب على ذلك.

وصفة أخرى للروماتيزم

نحضر حبة من ثمرات الحنظل وهو نبات برى ينبت في صحراء سيناء بمصر والعراق وثمرته تشبه البطيخ الا انها صغيرة في حجم كرة التنس .

- تشوى الثمرة الى ان تصبح لينة ثم توضع على كعب الرجل وهي ساخنة بعد ان تقسم الى قسمين كل قسم على كعب .

- تربط الثمرة جيدا بشئ من القماش بحيث تبقى ساخنة اطول مدة من الزمن.

- ينام المريض ويغطى جيدا حتى يحس بمرارة الحنظل بحلقه.

- تكرر العملية 3 مرات حتى يتم الشفاء باذن الله. =

عرعر



الاستعمالات : يستعمل العرعر على نطاق واسع فيستخدم في المناطق التي ينمو فيها لتحضير القطران الأسود وتحضير زيت القطران والذي يسمى "صفوة" ويستعمل القطران وزيته الصافي لأغراض كثيرة فيستخدم في الجنوب لطلاء الأبواب والنوافذ وازيار (الزور) الماء الفخارية وكذلك دهان الجزء الأسفل من جدران الحمامات القديمة وكذلك كمطهر وقاتل للبكتيريا، كما تدهن به بعض سقوف المنازل الخشبية كمضاد للارضة نوع من النمل الأبيض الآكل للخشب ، اما زيت القطران والمعروف بالصفوة فيستخدم على نطاق واسع لقتل القردان والبراغيث في الاغنام وكذلك الجرب وقتل القمل والصبيان الذي يتكون في شعر الرأس ومن افضل الأدوية في هذا المجال، تستخدم اوراق العرعر الطازجة شعبياً على هيئة منقوع لعلاج السيل الرئوي في المناطق الذي ينمو فيه هذا النبات، كما تستخدم لبعض حالات الربو، بالإضافة إلى ان منقوع اوراق العرعر الجافة تخفف من اليرقان، كما تستعمل ثمار العرعر كروبو للارعية الجلدية بعد دباغتها وخاصة تلك التي تحفظ السمن والعسل، والطريقة ان تؤخذ الثمار عند تمام نضجها ثم تطبخ مع كمية قليلة من الماء حتى تنصهر وتصبح مثل العسل السميك ثم يبرد ويوضع داخل الوعاء الجلدي الذي يوجد على هيئة قرب صغيرة ويترك هذا السائل في الوعاء لمدة طويلة ثم يخرج منه وبعد ذلك يمكن ان تعبأ بالسمن أو العسل فيمكث السمن أو العسل سنين طويلة لا يحصل له أي تلف أو أي تأثير ولا تتغير رائحته أو طعمه.

ماذا قال الطب القديم عن العرعر؟

لقد ورد ذكر العرعر في وصفات فرعونية في بردية "هيرست" و"ايبيرز" كوصفات علاجية لتسكين الآلام وامراض القلب والصرع ولعلاج التهابات المسالك البولية وإلدرار البول ولتسكين المغص الكلوي وضد حالات الحمى وإلدرار الطمث وإزالة آلام المفاصل والروماتيزم. موضعياً لعلاج الحروق، وصنع الفراغنة من ثمار العرعر شرباً ضد الدودة الشريطية ولعلاج النزلات المعوية ولعلاج السعال والربو، ومما هو جدير بالذكر ان العرعر جاء في عشرين وصفة معظمها لإلدرار البول ولمنع الشيب في الرأس، وقال ابن سينا عن العرعر: "العرعر مسخن وملطف جيد لشدخ العضل وأوجاع الصدر والسعال، ينقي ويفتح السدد فيها، وهو للمعدة شرباً، جيد لضيق الرحم وأوجاعه"،

وقال ابن البيطار: "العرعر مسخن ملطف لرفع ضرر لسع الهوام وطرد الهوام والذباب تدخيناً" وقال داود الانطاكي: "العرعر حار في الأول وعوده بارد وثمره حار في الثانية وكله يابس في الثالثة يلحم الجراح ويحبس الدم ملطفاً، ويخفف القروح حيث كانت ويحلل الاورام ويجلو الابخار وخصوصاً البرص طلاءً وشرباً. الغرغرة بطبخه يسكن أوجاع الأسنان وقروح اللثة ويشد رخاوتها، وثمره طرياً يشد ويلحم الفتق أكلاً وضماً وان عجن بالعسل ولعق ابرأ السعال المزمن. ثمره بالماء والخل وطبخه بالدهن لدهان الشعر يسوده ويمنع سقوطه، وكذا يجبر الكسر ورض المفصل وضعف العصب.

اما الطب الحديث فيقول عن العرعر:

1. جيد لأوجاع الصدر والغازات المعوية والسعال وضيق الرحم
2. يستعمل مغلي ثمار العرعر بنسبة 25 حبة لكل كوب ماء والجرعة المناسبة ثلاث اكواب يومياً.
3. يستعمل مشروب اوراق العرعر بنسبة 25 جم مع 180 ملي ماء مغلي مع 5 جم نترات البوتاسيوم مع 15 جم عسل نقي والجرعة من 2 إلى 3 أكواب يومياً وذلك لعلاج عسر البول وحصوات المجاري البولية والاستسقاء.

4. يستعمل مغلي العرعر 20 جم لكل كوب ماء والجرعة من 3-4 أكواب يوميا وذلك لعلاج الامراض الجلدية المزمنة والبثور والدمامل. يستعمل حب العرعر في المستحضرات الطبية أكثر مما يستعمل في المأكولات، ولكن هذا لا يمنع من أن نفيد من خواصه التي تجعل بعض الطيور تقبل عليه بنهم شديد إلى درجة تصبح معها لحومها ذات رائحة عطرية واضحة ومنفرة لدى الأكلين.
7. ويصنع في بعض بلاد أوروبا مسحوقا من حب العرعر والشعير يشرب بدل القهوة.
8. ويصنع رب العرعر من حببيبات العرعر الناضجة تماما بعد غمرها في الماء وغليها لمدة ساعة، ثم تسحق وتصفى بالمصفاة.
9. ويضاف إليها السكر، ثم تُعاد إلى النار حتى يصبح لدينا سائلا لزجا يوضع في أوعية ويحفظ كما يحفظ المربي.
10. ويستعمل حب العرعر في علاج رائحة الفم الكريهة وثقل المعدة، وذلك بأن يتناول المصاب من ست إلى عشر حبات.
11. وأما زيت الهارلم الذي يستعمله المصابون بالمغص الكلوي فإنه يُستخلص من تربنتين العرعر.
12. ويفيد حب العرعر في علاج الشهقة حيث يؤخذ مسحوقا ومذابا في الماء بمعدل خمس وعشرين حبة في اللتر الواحد، ويمكن تحليلته بالسكر.

زيت العرعر والتهاب الاعصاب الطرفية: يدهن به العضلات والأطراف المتعبة وتلك ل 20 أو 30 دقيقة صباحا ومساء ويكرر ذلك يوميا حتى الشفاء.

للمغص وعسر الهضم: تستعمل ثمار العرعر إما عن طريق أكلها ببطء (استحلابها) أو شرب مغليها لعلاج تظبل البطن والطريقة ان تمضغ بضع حبات من ثمار العرعر وتبلع أو ان يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مجروش الثمار وتضاف الى ملء كوب ماء مغلي ويترك لمدة 10 دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب بعد كل وجبة طعام.

اليرقان: يفرم العرعر ويوضع في قليل من الماء ويصفى ويؤخذ السائل الناتج عن نقع العرعر ثم يؤخذ كل صباح قبل الاكل لمدة سبعة أيام وبعدها يتم الشفاء إن شاء الله . حزمة من ورق العرعر (المنتشر في المرتفعات الباردة مثل الهداء والشفا بالطائف بالسعودية) تغلى في الماء وتصفى وتوضع في الثلجة ولا تغلى كثيرا إنما تطفئ النار بعد أول غليان المهم نصف لتر يوميا ويفضل قبل الفطور لمدة أسبوعين ويستخدم العسل الأصلي والحبة السوداء طيلة فترة العلاج طبعا ملعقة كبيرة من العسل والقليل من الحبة السوداء.

ملاحظة : مجرب كثيرا ومشهود له .

لتخفيف الام الدورة: مغلي العرعر له مفعول جيد. بالإضافة لذلك (أي بالإضافة إلى تخفيف الألم)، فهو مدر للبول وبذلك فهو مفيد في هذه الحالة، حيث أنه في أوقات الحيض يحدث تجمع للسوائل في الأنسجة (وعلى سبيل المثال تورم القدمين أو اليدين) .

- تؤخذ ملعقة كبيرة من حب العرعر المدقوق، ثم تغمر بكوب من الماء الساخن .

- تغطى وتترك لتتقع مدة 10 دقائق، ثم تصفى .

- يشرب كوب من مغلي العرعر بين وجبات الطعام، وذلك 2-3 مرات باليوم

للدوخة والصداع: يؤخذ ملء ملعقة من أوراق العرعر الجافة وتضاف إلى نصف لتر ماء ويغلى لمدة 5 دقائق ثم يبرد ويصفى ويشرب فاتراً فنجان شاي مع كل وجبة وهذا مفيد جداً للدوخة.

لروماتيزم: حمام العرعر: هذا الحمام يستعمل أيضاً لنفس الغرض الذي ذكر أعلاه (في وصفة مغلي أوراق التنوب) ويحضر كالتالي:

- تؤخذ حفنة من حب العرعر وتسحق ناعمة.

- تغمر بليترين من الماء البارد وتترك لتتقع مدة 2-3 ساعات.

- يوضع على نار خفيفة لغاية الغليان.

- يغطى ويواصل الغلي على نار هادئة جداً لمدة 15 دقيقة.

- يؤخذ عن النار ويصفى، ثم يضاف إلى ماء الحمام (الباتيو).

- يدخل المريض الحمام ويمكث فيه مدة 10-15 دقيقة.

- بعد ذلك يخلد المريض للراحة لمدة لا تقل عن ربع ساعة.

للقروح: يستخدم حمام العرعر نصف ساعة يوميا حتى الشفاء .

زيت العرعر: يستخدم كدهان موضعي 3-4 مرات يوميا حتى الشفاء .

=لروماتيزم أيضا: يسخن زيت الحبة السوداء، ويدلك به مكان الروماتيزم تدليكا قويا وكأنك تدلك العظام لا الجلد، وتشربها بعد غليها جيداً محلاة بقليل من العسل قبل النوم، واستمر على ذلك.. وثق بأنك ستشفى بإذن الله كراماً منه ورحمة.

خلطات للمفاصل والروماتيزم

الخلطة الأولى : حبة سوداء ، حلبة ، شيح ، أبو قليقلي .

الخلطة الثانية : زنجبيل ، كراويه ، فلفل أسود ، نعناع .

يؤخذ من المخلوط ربع ملعقة وتوضع في كوب ماء ثم يشرب .

الخلطة الثالثة : زيت كافور ، زيت زيتون ، زيت سمسم ، يدلك به المنطقة .

الخلطة الرابعة : تطحن حبوب اللقاح ، جذور الصبار ، وتخلط بمنقوع شواس الذرة .

الخلطة الخامسة: زعتر ، عسل .

يدهن فيه موضع الألم . فإنه يوقف الالم فوراً بمشيئة الله . =

عرق الحلاوة



عرق الحلاوة علاجات الكيلاني

الأجزاء المستعملة: الأوراق والجذور .

الاستعمالات: يستخدم كمنظف ومنق ومدر للبول وللآلام الروماتيزمية . كما يستعمل مع مشتقات الزنبق في علاج الزهري . ويستعمل مغلي الأوراق المقطعة والجذور المكسرة ، أو تنقع بنسبة 3 جرام لكل لتر ماء . ويجب أن يصفى النقيع بعد غليه حتى لا تتسرب فيه المادة السامة .

للحساسية والطفح والشرى: يؤخذ كمية قليلة منه سواء أكان طازجاً أم يابساً ثم يغمر في ماء مغلي وبعد أن تنقع جيداً في الماء المغلي تخرج العشبة من الماء وتفرم بالمفرمة أو تسحق ثم توضع ككمادات على الأماكن المصابة وتكرر الكمادات عدة مرات في اليوم حتى تزول حكة الحساسية.

= الخلطة السادسة : عاقرقرا إذا سحق وغلي في زيت وتمسح به نفع الفالج والإسترخاء . والتدليك بطبيخه أو بدهنه ينفع من استرخاء العصب المزمن ، ومنه بطلان الحركة العارضة من غلبة البرد على الأعضاء .
دهن الحرمل ينفع المفلول وجع المفاصل .

علاج للروماتيزم

التركيبة: 25 غم زيت زعتر، 25 غم زيت قرنفل، و50 غم زيت زيتون
الطريقة: يخلط الجميع ويدهن مكان الألم يلف بشريطه إلى الصباح وفي الصباح يغسل بماء دافئ وصابون غار ويستمر في العلاج حسب الحاجة.

علاج الأعصاب والروماتيزم والشد العضلي

التركيبة: 3 حبات ثوم متوسطات الحجم مفرومات بالسكين.

الطريقة: يبلعها المريض بكأس من الماء كل يوم قبل الفطور بساعة ونصف وللشد العضلي تؤخذ قبل النوم .

علاج للعصبي والروماتيزم

التركيبة والطريقة: يحضر حنظلة تقطع من الأعلى بقدر الدرهم ويوضع فيها زيت الزيتون وتوضع في فرن أو مقالية على النار حتى تغلي يدهن بالزيت الموجود في الحنظلة مكان الألم قبل النوم ومرة في الصباح ويستمر في العلاج حتى يحصل الشفاء.=

عرق الذهب



الاستعمالات: يستعمل بجرعات صغيرة لعلاج السعال وخاصة عند الأطفال والشيوخ، ومفيد كذلك في علاج الدوسنتاريا والإسهال و يصنع منه مستحضرات طبية كثيرة لعلاج الدوسنتاريا.
تحذير: الجرعات الكبيرة منه تسبب القيء ويفضل استعماله تحت إشراف طبي.

=علاج للروماتيزم والعصبي والتهاب المفاصل أن شاء الله
التركيبة والطريقة : يحضر المريض ورقة صبار ويزيل الشوك عنها ويشويها في الفرن حتى تنضج وتفرم ناعما ويحضر 10 عروق نعناع ويأخذ منها الورق ويفرم الورق ناعما ويحضر 125 غ زيت زيتون ويقلل النعناع في الزيت ثم يقلل الصبر معه حتى يصبح كالمرهم . يؤخذ قليل من المعجون المحضر ويدهن مكان الألم ويربط في شريطه وينام ويكرر العملية حسب الحاجة.
علاج العصبي والروماتيزم والركبة وجميع أمراض الركبة والأعصاب وعدم القدرة على المشي
التركيبة والطريقة : يحضر المريض 200 غ من الثوم المقشر ويوضع في علبه معدنية مغلقة ملحومة بحيث لا يدخلها ماء توضع في قدر ماء وأن تكون مغمورة بالماء وتغلى على النار لمدة ساعة بحيث ينضج الثوم تماما تفتح العلبه ويهرس الثوم مثل المرهم يدهن المريض محل المرض ويعرض المكان المدهون ألى الشمس لمدة ساعة والشافى هو الله تربط العلبه بسلك وثقل بحيث تكون في وسط الماء المغلي وتكرر العملية حسب الحاجة.
علاج للعصبي والروماتيزم
التركيبة: ورق شجر الكينا (أخضر جديد), قشر ساق شجرة الكينا
الطريقة: يغلى الورق على النار كغلي الشاي ويغلى قشور السيقان بنفس الطريقة (كل على حده) ويشرب من مغلي الورق بقدر كأس شاي يدهن محل الإصابة من مغلي القشور ويستمر حسب الحاجة والله الشافي.
علاج للروماتيزم والعصبي وألم المفاصل
التركيبة: 500 غم قنطليون, 500 غم قيسوم, 6 لترات ماء
الطريقة: يغلي الماء أولا وبعد 5 دقائق تطفئ النار ويوضع العشب في القدر ويغلى بغطاء محكم لمدة 12 ساعة بعدها يصفى الماء ويوضع في الثلاجة وعند الاستعمال يأخذ من الماء بقدر حقنة كبيرة يحميها على النار قليلا ويأخذ حقنة شرجية ويبقيها بعد الحقن 15 دقيقة وهذه العملية يكررها كل 3 أيام مرة ويستمر بأخذ العلاج حتى الشفاء.=

عرق صيني



يستخدم جذور العرق الصيني كمنبه للجهاز العصبي نظير الودي الذي يتحكم في الأفعال البدنية اللاارادية كما يرخي عضلات الشرايين ومن ثم يخفف ضغط الدم. وهو مقو للدم وبالأخص عينات العرق الصيني وتحسن الدورة الدموية وتقوي الذاكرة وهي تحسّن الدوران وامتصاص الخلايا للمواد الغذائية وتساعد في كثير من الأعراض منها الدوار والطنين وتشوش الرؤية وتعتبر عنبات العرق جيدة لقصور البصر. **للنسيان:** يؤخذ ملء ملعقة من عنبات العرق الصيني المجففة وتوضع في ملء كوب ماء مغلي وتعطى لمدة 15 دقيقة ثم تصفى وتشرب مرة في الصباح وأخرى في المساء لتحسين الذاكرة.

=علاج لالتهاب الروماتيزم والمفاصل

التركيبة والطريقة: يعمل المريض حمام بخار ساخن وبعد الحمام يحضر زيت حار من عند بائع الدهن وزيت الخروع (المقدار متساوي) يدهن المريض مكان الألم ويدلك جيدا و يحضر 100 غم كرسنة و100 غم حلبة مرفوع منها الشوائب ويضع عليها كاسين ونصف ماء كبار في الصباح ويطبخ في المساء بنفس الماء المنقوع فيه مثل طبخ الرز حتى يتنشف ويدلكهم حتى يصبح كالمرهم ويأخذ من المعجون ويوضع لبخة مكان الألم ويربطها وينام من دون ان يتعرض للهواء ويستمر في هذه العملية اسبوع ومع هذه العملية يأخذ على الريق ملعقة صغيرة من زيت الحبة السوداء وملعقة عسل كبيرة ممزوجة معا ويأخذ بقدر حبة الحمص مروحة حنتية قبل الطعام بساعة ونصف ولمدة عشرة ايام و الشافي هو الله.

تنبيه: مع كل علاج يقرأ المريض اثناء العمل ان كان مستور العورة آيات الشفاء والفاتحة وآية الكرسي وستة آيات من اول سورة الحديد واربع آيات من سورة الحشر والمعوذات 7 مرات.

علاج آخر للروماتيزم والعصبي وآلام المفاصل

التركيبة: 500 غم قنطاريون, 500 غم قيصوم , 6 لتر ماء

الطريقة: يغلى الماء لوحده وبعد 5 دقائق من غلي الماء تطفئ النار ويوضع العشب في قدر ويغطى بغطاء محكم لمدة 12 ساعة وبعد 12 ساعة يصفى الماء ويوضع في الثلاجة وعند الاستعمال يؤخذ من الماء بقدر حقنة كبيرة يسخنها على النار قليلا ويأخذ حقنة شرجية ويبقيها بعد الحقنة اقل شئ 15 دقيقة وهذه العملية يكررها كل ثلاث ايام مرة ويستمر في اخذ العلاج حتى يحصل الشفاء . =

عروق الصباغين



الجزء المستخدم : من النبات جميع أجزاء النبات التي تعيش فوق سطح التربة وكذلك العصارة المائية للنبات ولا تستعمل الجذور أو العروق علماً بأن اسم النبات عروق الصباغين ، تحتوي الأجزاء الهوائية للنبات على قلويدات الأيزوكينولين والتي تشمل مركبات الألوكريببتونين والبربرين والكيليدونين والسبارتين وتعتبر هذه القلويدات مسكنة ومركب الكيليدونين مضاد للتشنج ويخفض الضغط وبالمقابل مركب السبارتين يرفعه. وسبارتين يعتبر أغلب هذه القلويدات مهدنة، اما المركب شيلودينين فله تأثير مضاد للتقلصات ومخفض لضغط الدم. تستخدم النبات منذ آلاف السنين لعلاج البصر وتصفيته.

يستعمل النبات لمساعدة انسياب مادة الصفراء من المرارة وعليه فإنه يستخدم لعلاج الصفار واخراج حصي المرارة ويقضي على الام المرارة.

وفي دراسة اعطي مركب الشيليدونين على هيئة اقراص لعدد 60 مريضاً بحصوة المرارة ولمدة ستة اسابيع وقد أقر الاطباء نتائج متميزة في علاج حصوة المرارة ويعتبر جذور الصباغين من الوصفات المستخدمة على نطاق واسع للحد من سرطان البنكرياس، حيث يؤخذ ملء ملعقة من مجروش الجذر وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويقلب جيداً ويشرب بمعدل كوب واحد فقط عند النوم ليلاً ولا يستعمل أكثر من مرة واحدة في اليوم. كما يفيد نفس الجذر وبنفس الجرعة في حالات التهابات الكبد والمرارة وقرحة المعدة والأمعاء. كما يمكن استخدام الأوراق ولكن تستعمل نصف الكمية مرة واحدة في اليوم، مع ملاحظة عدم استخدام هذا النبات من قبل الحوامل بأي حال من الأحوال. يجب الحذر من استعمال هذا النبات ولا بد ان يكون تحت ارشاد طبي.

للبنكرياس : ويعتبر جذور الصباغين من الوصفات المستخدمة على نطاق واسع للحد من سرطان البنكرياس، حيث يؤخذ ملء ملعقة من مجروش الجذر وتضاف إلى ملء كوب ماء مغلي ويقلب جيداً ويشرب بمعدل كوب واحد فقط عند النوم ليلاً ولا يستعمل أكثر من مرة واحدة في اليوم. كما يفيد نفس الجذر وبنفس الجرعة في حالات التهابات الكبد والمرارة وقرحة المعدة والأمعاء. كما يمكن استخدام الأوراق ولكن تستعمل نصف الكمية مرة واحدة في اليوم، مع ملاحظة عدم استخدام هذا النبات من قبل الحوامل بأي حال من الأحوال.

=أعشاب تفيد في علاج وتخفيف الالام الروماتزمية

الوصفة الأولى : حبة البركة 40جرام , سنكمي 20جرام , شمر 100جرام , قرنفل 30جرام , حصي لبان 40جرام , حرمل 20جرام , لوز مقشر 30حبة , زنجبيل 20جرام تطحن وتحلى بالعسل وتؤخذ ثلاث مرات يومياً.

والوصفة الثانية: جذور الارقيطيون 100جرام , كشمش أسود 80جرام , لسان العصافير 40جرام , أوراق البتولا 40جرام , أزهار الحور الأسود 40جرام , بذر كرفس 50جرام , بذر بقدونس 40جرام تطحن مع إضافة عسل النحل ثلاث مرات يومياً. ويمكن استخدام زيت حبة البركة وزيت الكافور وزيت الزيتون ويفضل التدفئة ثم دهان مكان الألم مع التدفئة.=

طرق علاج حمى الوريث

1. عسل نحل بالشمع العسل

2. يغلى جذور النخيله وتشرب كشراب.

3. مغلي أزهار خزامي مثل الشاي او استخدام زيت الخزامي مع قطعة السكر او عسل النحل.

الوصفة الرابعة: اكيل الجبل 30جرام , الزوفا 30جرام , جذور النخيل 30جرام , حبة البركة 50جرام تغلى وتشرب كالشاي

الوصفة الخامسة: استنشاق مغلي البردافوش , استنشاق مغلي الخزامي.

مرهم الروماتزم: مر بطارخ , زيت كافور , زيت نعناع قرنفل , زيت خزاما , زيت ريحان , الاخيليا , فازلين طبي.

النقرس

القرنبيط : يحتوي القرنبيط على مركب جلوتاثيون وقد بينت الدراسات ان الاشخاص الذين لديهم نقص او شحة في مضادات الاكسدة مثل مركب الجلوتاثيون الذين لا يأكلون كمية كافية من الخضار والفواكه التي تحتوي على مركب الجلوتاثيون هم اكثر عرضة للاصابة بداء التهاب المفاصل من اولئك الذي يتعاطون النبات والفواكه المحتوية على هذا المركب وقد وجد ان نبات القرنبيط يحتوي على كمية كبيرة من هذا المركب ويستخدم كمضاد لالتهاب المفاصل ويجب الاكثار من تناوله. =

عشر (عشار)



عشار علاجات الكيلاتي

الجزء المستخدم من نبات العشر: القشور، الأوراق، الأزهار، العصاء اللبنية.
الاستعمالات الشعبية والدوائية للنبات: لقد استعمل العشر من مئات السنين في المداواه حيث ورد ذكر نبات العشر (الأشخر) في الطب المصري القديم فقد ورد في قرطاس "هيرست" الطبي وصفة تتعلق بالأوعية الدموية يدخل فيها الأشخر وهي مكونة من أشخر مع دوم مع دقيق قمح بحيث يطحن الجميع ويوضع على المكان المصاب. كما ورد ذكر العشر في تراث الطب العربي القديم حيث يقول التركماني (694هـ) في كتابه المعتمد في الأدوية المفردة، إن لنبات الأشخر تأثيرات طبية مثل مسهل وينفع من السعفة والقوباء طلاءً، وسكر العشر جيد للمعدة والكبد وينفع الكلى والمثانة، وينفع من البياض العارض في العين إذا اكتحل به وهو يحد البصر. ويقول أيضاً إن لبنه من السموم القاتلة حيث يفتت الكبد والرئة.

ويقول داود الانطاكي: في العشر إن من فوائده الطبية أن النبات إذا طبخ في الزيت حتى يتهدأ ابراً من الفالج والتشنج والخدر طلاءً. أما اللبن فيأكل اللحم الزائد وينفع من القراع ويسقط الباسور طلاءً ويطرد البق بخوراً وفرشاً.
ويقول داستور من الهند: إن مختلف أجزاء النبات ذات أهمية اقتصادية. العصير اللبني للنبات يحتوي على انزيم هاضم للبروتين، يشبه الببسين وفي الهند يستخدم اللبن في تحضير خميرة تعرف باسم "جلاي" كما يحضر منه شراب غير سام يعرف باسم (بار). كما يعطي النبات أليافاً قوية بيضاء حريرية تشبه في خواصها ألياف الكتان.
وهي واحدة من الألياف النباتية القوية التي تقاوم الماء العذب والماء المالح. وتستخدم هذه الألياف في صناعة خيوط حياكة الملابس وخيوط السجاد وشباك صيد الأسماك وصيد الطيور وصناعة الملابس. أما الفحم الناتج من حرقها فتستخدم في صناعة البارود.

ويقول الشوربجي في العشر

إنه يستعمل كملين للأمعاء، طارد للديدان، ودواء للقرحة، الرماد مقشع للبلغم ودواء لحصر البول، الأوراق توضع ساخنة على البطن لشفاء ألم المعدة، الأزهار مقوية فاتحة للشهية، علاج للربو، وتستعمل الأزهار في الهند لعلاج الكوليرا، العصارة اللبنية تستعمل لعلاج البثرات الجلدية. وفي السعودية إن الأزهار تستعمل لعلاج الربو، ويعتقد أنها تساعد على الهضم. والعصارة اللبنية مسهل قوي وتستخدم في الوصفات المضادة لآلام الروماتيزم وسعال الشعب الهوائية. وتستخدم قشرة الجذور كمعركة، وطاردة للبلغم ومقينة وضد الدسنتاريا. وتوضع الأوراق المدفأة موضعياً لعلاج الصداع وآلام المفاصل. ويستعمل مسحوق الأوراق المحروقة مخلوطة مع العسل لعلاج الربو الشعبي والسعال المنتج للبلغم. ويقول ملير إن العصارة اللبنية توضع على رؤوس الدمامل فتفجرها. كما تستخدم لعلاج الأمراض الجلدية. إلا أن استخدام اللبن بكثرة قد يسبب التقيحات كما يستخدم الحليب لعلاج اللشمانيا. ويعتبر نبات العشر من النباتات السامة وخاصة العصارة اللبنية إلا أن هذا النبات يعتبر من أهم النباتات الاقتصادية، فهذا النبات الذي ينمو بشكل كبير في جميع أرجاء العالم والذي يتحمل العطش والذي يعتبر مهماً قد أصبح حالياً من أهم النباتات التي استغلت استغلالاً تجارياً في صناعة وإنتاج الألياف الحريرية التي تستعمل في أغراض متعددة وقد زرع في آلاف من الأفدنة في كل من جزر الهند الغربية وأمريكا اللاتينية لهذا الغرض.

عصفر



يستعمل العصفر في علاج البهاق والكلف والحكة والقوية ويطيب رائحة الفم، تستخدم الأزهار لتنبيه العادة وتخفيف آلام العادة الشهرية كما تستخدم لتنظيف وعلاج الجروح والانتفاخات ، وكذلك لعلاج الحصبة كما أثبتت الابحاث الصينية فائدة العصفر في تخفيض الكوليسترول كما ينبه جهاز المناعة ويستخدم زيت ازهار العصفر في تخفيض الكوليسترول ويجب على المرأة الحامل عدم استخدام العصفر أثناء فترة الحمل. العصفر لا يمت بأية صلة للزعفران، بالرغم من ان ازهار الزعفران لها نفس استعمالات العصفر.

الاجزاء المستعملة في العصفر هي الازهار. استعمالات و فوائد العصفر الطبية :

- يحتوي العصفر على **unsaturated fatty acids Poly** . وهي أحماض أمينية غير مشبعة، تحتوي على مادة تسمى **fatty acid Omega6** ، وهذه المواد مهمة في تغذية وعلاج المرضى المصابين " بالتصلب اللويحي". وهو مرض يصيب النخاع الشوكي.
- يعالج قبوضة المعدة وملين طبيعي.
- خافض للحرارة.
- مخفض لمستوى الكوليسترول بالدم.
- يعالج أمراض الدورة الشهرية عند الاناث.
- يستعمل في الامراض التي تتميز بطفح جلدي، مثل الحصبة.
- يزيل الدبغ الجلدي الزائد الناتج عن تراكم كميات زائدة من الصبغة الجلدية، ويعالج الكلف والبهاق.
- يعالج التهابات الفم " القالوع " .
- يعالج الفيروس المسمى **simplex Herpes** . والالتهابات التي يسببها.
- ينشط وظائف الكبد.

العصفر يتوفر بشكل: شاي ، مستخلص ، كبسولات ، سائل .

محظورات: يجب عدم استعمال العصفر مع الادوية التي تؤثر على مناعة الجسم وخاصة بعد عمليات زراعة الاعضاء. كما يجب عدم استعمال العصفر في فترة التلقيح للأطفال (التطعيم) . ويجب عدم استعمال العصفر بكثرة للأمهات المرضعات والحوامل.

= بذور دوار الشمس : وقد وجد ان استعمال 250 جراما من بذور دوار الشمس تعادل تأثير احسن علاج لالتهاب المفاصل.

الزنجبيل والكركم: في دراسة عملت في الهند وجد ان اعطاء جرامين الى سبعة جرامات والتي تعادل النصف الى 3 ونصف ملعقة صغيرة من الزنجبيل يوميا لثمانية مرضى مصابين بالروماتزم العظمي و 28 مصابا بمرض الروماتويد وجد ان 75% من المرضى قد خفت معاناتهم من آلام الروماتويد والروماتزم العظمي ومن الانتفاخات المصاحبة وقد وجد ان الاستعمال الطويل للزنجبيل لأكثر من سنتين (بعد كل شهر من الاستعمال يفضل قطعه اسبوع ثم العوده) بصفة مستمرة لم يشك أي منهم من أي اعراض جانبية، وايضا بالنسبة للكركم والتي تشبه محتوياته الكيميائية محتويات الزنجبيل وقد استعمل في علاج التهابات المفاصل وكانت النتيجة ايجابية. ويمكن خلط كميات متساوية من الكركم والزنجبيل وعملها كشاي وشربه يوميا لهذا الهدف. =

عليق



الجزء المستعمل من النبات : الثمار والأوراق والجذور. الأجزاء المستخدمة الأوراق والعنبت .

الآثار الجانبية: لا يوجد أضرار جانبية لنبات العليق إذا ما استخدم في حدود الجرعات المشبعة. وكان توت العليق من الأدوية المنزلية الشائعة الاستعمال وتعتبر أوراق توت العليق من الوصفات الجيدة لمعالجة قيء الصباح والدوخة لدى الحامل حيث يؤخذ ملعقتين شاي من الأوراق ثم تضاف الى ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب.

العليق مفيد لعلاج الحصبة : طريقة استعمال أوراق العليق لعلاج الحصبة هو ان يؤخذ ملعقة أكل من الأوراق النظيفة الطازجة أو الناشفة ثم تغمر ملء كوب ماء مغلي وتترك لمدة خمس دقائق ثم تصفى ويشرب كوب واحد بين الوجبات يومياً.

نصائح مهمة يجب مراعاتها عند إصابة الأطفال بالحصبة : - يجب ان يشرب الطفل المصاب بالحصبة الماء بكثرة، حيث ان الماء يعوض السوائل التي يفقدها الجسم بسبب ارتفاع درجة الحرارة. - يجب غسل جسم الطفل بالماء الفاتر عدة مرات في اليوم لأنه يهبط درجة الحرارة، وينبه عملية التنفس، ويهدئ الأعصاب، وينظف الجسم ويحميه من الالتهابات، ولا بد من اغلاق الشبابيك عند غسل الطفل وتخلع ملابس الطفل ويلف ببطانية ثم يمسح برفق جميع أجزاء جسمه جزءاً جزءاً بقطعة من القماش بعد أن تغمس في الماء الدافئ وتعصر قليلاً، وبعد اتمام غسل الجسم بهذه الطريقة يجفف الجلد ويلبس الطفل ملابس نظيفة. - يجب عدم اعطاء الطفل أي نوع من العسل حيث انه يسبب له اسهالاً شديداً تكون وطأته على الطفل أشد من الحصبة نفسها. - يجب أن يكون غذاء الطفل المصاب بالحصبة خفيفاً سهل الهضم مثل الشورية والخضار المسلوق والبطاطس المسلوقة والأرز بالحليب والزبادي وعصير الليمون والبرتقال ولا يضره اعطاؤه اللحوم المسلوقة والسّمك. - يجب غسل العينين عدة مرات في اليوم بمحلول البوريك (يوجد في الصيدلية) وذلك لتلافي حدوث الرمد الصديدي وقرح القرنية التي قد تؤدي إلى العمى.

كما يجب غسل الأذنين عدة مرات في اليوم بنفس محلول البوريك لتلافي حدوث التهابات الأذن وبالأخص الأذن الوسطى ويستخدم للغسل قطعة قطن مبللة بالبوريك.

- يجب العناية بالأنف والفم لأن قذارتهما قد تؤدي إلى حدوث التهاب رئوي، وطريقة تنظيف الفم هي دحك اللثة واللسان بغسل يحتوي على كميات متساوية من الجلوسرين (من الصيدلية) وعصير الليمون. ويمكن تطهير الفم باستعمال حوالي نصف ملعقة صغيرة من محلول الاكسيجن في ربع كوب ماء. - في حالة حدوث إمساك للطفل فيمكن في هذه الحالة عمل حقنة شرجية بالشاي كل يومين.

التهاب الكلى والمثانة البولية: يشرب كوب من مغلي منقوع أوراق عنب الدب (العليق) المجففة المسحوقة بعد تصفيتها وتحليتها بمقدار 3-4 مرات يومياً. يمكن تحسين طعم المشروب السابق بإضافة بعض أوراق النعناع أو البابونج.

لتخفيف آلام الدورة : تستعمل أوراق توت العليق لتسهيل عملية الولادة كما تعمل الأوراق على تقوية عضلات الرحم فتزيد من انقباضها فتسهل عملية الولادة، وقد أثبتت الدراسات أن هذا العشب يساعد على استرخاء الرحم. وفي دراسة أخرى أجريت استعمال فيها 200 ملليجرام من مسحوق الأوراق ثبت أنها تنهي الام مغص الحيض، اما الثمار فتستخدم لضعفاء المعدة كما تستعمل لعلاج التهابات المثانة وكذلك السعال.

لحب الشباب: ثمار عنب الذنب : والطريقة ان تؤخذ حفنة يد واحدة من الثمار وتغمر في نصف لتر ماء ثم يوضع على نار هادئة لمدة 10 دقائق ثم تستعمل على هيئة كمادات وهي ساخنة حيث يغمر منديل ناعم نظيف في هذا المغلي ويوضع على مكان حب الشباب وهو دافئ ويترك حتى يبرد وتكرر هذه العملية عدة مرات زمن كل مرة 10 دقائق مع ملاحظة أنه يجب ان يوضع عنب الذنب بعيداً عن متناول الأطفال نظراً لسميته العالية (للذي لم يعتد على اكله).

عسل



(الغذاء الملكي): يسمى الفالودج الملكي هو احد منتجات النحل الهامة وهو في الاساس مخصص لتغذية الملكة اهم اعضاء الخلية لذا فهو يحتوي علي العديد من العناصر الهامة والمنشطة لحيوية الجسم وهو سائل كثيف يميل الي البياض يشبه اللبن المتخثر وافضل طرق استعماله هي خلط 10 جرامات منه مع كيلو جرام عسل نحل بملعقة خشبية لان الملعقة المعدنية تؤثر في خواصه ثم تناول ملعقة صغيرة منه مرة صباحا واخري مساء.

للعقم: يؤخذ غذاء الملكات فور استخراجها ويشرب بعده كوب من حليب البقر ويستمر على ذلك لمدة شهر وهو عبارة عن مادة غروية غنية بمحتوياتها الغذائية وصفاتها الدوائية ويحتوي على بروتين بنسبة 40 - 50% ودهون بنسبة ما بين 8 - 15% ومواد معدنية بنسبة 3 - 4% كما يحتوي على جلوكوز وليفولوز وحمض امينية.

السرطان: يؤخذ مقدار 100 ملليجرام من غذاء ملكات النحل من الخلية مباشرة كل اسبوع مرة ويبلغ العسل بشمعه كل يوم بمقدار فنجان مع تدليك الجسم بالعسل وزيت الزيتون ثم الاغتسال بماء دافئ وبعده يشرب مسحوق الحبة السوداء المخلوط بالعسل في عصير جزر يوميا وهذه الوصفة للوقاية والحد من السرطان.

لاخراج السموم من جسم الإنسان: تؤخذ مقدار ملعقة من دهن السمسم وتخلط مع فنجان عسل ويشرب صباحا وفي المساء يشرب عسل مذاب في كوب لبن عليه قطرات من العنبر ويكرر ذلك يوميا لمدة ثلاثة أيام مع الحماية من أكل اللحوم.

للبروستاتا: يؤخذ مقدار 500 ملليجرام يوميا من غذاء ملكات النحل من الخلية مباشرة مع حمام للمكان بماء دافئ مذاب فيه عسل ويكون ذلك مساء ولمدة شهر.

لعلاج الأرق: يؤخذ كوب من اللبن الدافئ بعد تحليلته بملعقة عسل كبيرة وتشرب قبل النوم مباشرة.

لعلاج الاسهال: ان حديث الرسول يذكرنا دوما بعظمة فوائد العسل فذلك الرجل الذي جاء الى الرسول وقال له: اخي استطلق بطنه فأمره الرسول بأن يسقيه عسلا وكان الرجل مستعجلا لشفاء اخيه فرجع الرجل الى النبي وهو يقول: لقد سقيته فلم يزد الا استطلاقا فرد عليه الرسول اسقه عسلا صدق الله وكذبت بطن اخيك فسقاه عسلا للمرة الرابعة فشفي من استطلاق البطن.

لعلاج الامساك: يؤخذ كوب من اللبن البارد ويذاب فيه ملعقة عسل صباحا ومساء فانه يلين المعدة ويظهر الامعاء تطهيرا جيدا.

للتقيؤ (الطراش): يغلى القرنفل جيدا ويحل بعسل ويشرب فنجان قبل كل اكل فانه يوقف القيء ويمنع الغثيان.

للقرحة: يؤخذ نصف كوب عسل وكوب لبن ساخن ويمزجان سويا مع طحين قشر موز مجفف ويؤخذ من المزيج ملعقة صباحا واخري مساء لمدة شهر فتشفى القرحة.

للأمراض الصدرية: يؤخذ عصير الفجل مع ملعقة عسل في كوب ماء دافئ صباحا ومساء فانه يقضي على الامراض الصدرية. كما يمكن اخذ لبن ذكر مغلي في ماء ومحلى بعسل فانه اقوى وانشط للرنيتين.

استخدام العسل في علاج السل الرئوي: يمزج شراب الورد بمثله من العسل ويشرب فنجان صباحا وآخر مساء ويدهن الصدر والعنق بزيت الزيتون الممزوج بالعسل قبل النوم. ويستمر على ذلك حتى الشفاء.

العسل والربو: يؤخذ عسل بمقدار فنجان وسكنجبين وخل عسل قدر ملعقة من الكل. ويمزج مع العسل في إناء به ماء ويذاب جيدا ويشرب على الريق يوميا لمدة اربعة اسابيع وتنتهي مأساة الربو بإذن الله.

تقوية عضلات القلب: تؤخذ ملعقة عسل من حين لآخر وتذاب في قليل من الماء المغلي فيه قليل من قشر الرمان، وهذا يقوي القلب. كذلك لو أخذ من غذاء الملكات مقدار ثلاث قطرات ومن العنبر فإن ذلك يقوي القلب وينشطه.

لعلاج عضلات القلب والرعشة: يشرب على الريق يوميا كوب من الماء البارد المحلي بملعقتين من العسل ويستمر ذلك حتى تنتهي الرعشة وذلك قد لا يتعدى الاسبوع.

لغظ القلب: يؤخذ ملعقة عسل بعد كل أكل يوميا ولمدة شهر فقط بعدها ممكن شرب كوب عصير جزر أو عصير قمح منبت واجعل كل دقة منه حمدا منك وشكرا لله عز وجل.

لعلاج الروماتزم: يشرب العسل مخلوطا بملعقة صغيرة جدا من مسحوق الحبة السوداء وذلك بخلطهم جميعا في كوب ماء دافئ ويضاف الى ذلك قليل جدا من زيت الكافور والزيتون بمقادير متساوية معا وتضاف للعسل والماء وتشرب قبل النوم مع لف مكان الألم من الصوف بدون ضغط وكذلك لسع مكان الألم بالنحل ويدهن مكان اللسعة بالعسل.

علاج الاستسقاء: يشرب مغلي اللبان الذكر المحلي بالعسل صباحا ومساء ويمنع المريض من أكل اللحوم والاعتماد على الشوفان والعسل وخبز القمح وذلك لمدة ثلاثة أيام فقط.

للحصى الكلوية: يؤخذ ورق خباز بري وينظف ثم يضاف عليه 3 ملاعق عسل وملعقة زيت زيتون ويصفى جيدا بعد خلطة سويا ويشرب منه كوب عند المغص الكلوي ويستمر على ذلك لمدة اسبوع حيث تتفتت الحصى وتخرج بإذن الله.

العسل وأمراض الكبد: يؤخذ من لعاء البلوط بعد سحقه جيدا ملعقة وتعجن في فنجان عسل ويؤخذ ذلك على الريق يوميا لمدة شهر بلا انقطاع.

للمحافظة على القوة والحيوية والشباب: اشرب يوميا ملعقة من العسل واعتبر ذلك عادة طيلة العمر ولا تدع تناول هذه الملعقة من العسل حيث قال ابن سينا: "إذا أردت ان تحتفظ بشبابك، فاطعم عسلا.. كذلك لو غلي ورق الجوز جيدا ثم صفي وحلي بالعسل وشرب كالشاي يوميا فإنه مقو ومنشط.

للولادة وأمراض النساء: عندما تطلق المرأة الحامل تتناول فنجان عسل فإنها ستلد بسهولة وبيسر ويجب عليها الاكثار من أكل العسل مع خبز القمح البلدي بعد الولادة. اما ادرار الطمث والتخلص من آلامه تشرب كوبا من الحلبة المغلية جيدا وتحليها بعسل وذلك في الصباح والمساء.

للقوة الجنسية: تؤخذ ثلاثة فصوص بصل وتدق جيدا ثم تعصر جيدا ويخلط العصير بمثله عسلا ويوضع على نار هادئة ويقلب حتى يصل لانتهاه رغوة العسل ثم يوضع بعد ذلك في قارورة وتؤخذ ملعقة بعد الغذاء يوميا.. ولو عجن بالحبّة السوداء وكذلك بذور الفجل وتوكل كالمربي فهو يقوي كثيرا.

لجميع امراض العيون: يكتحل بالعسل الطبيعي مرة في الصباح وأخرى في المساء قبل النوم مع تناول ملعقة بعد ذلك يوميا فهذه الوصفة لعلاج التراخوما.

الحموضة: يؤخذ فص ثوم مع كوب حليب محلى بالعسل "مقدار ملعقة" لمدة خمسة أيام.

الانفلونزا: يستنشق بخار مغلي العسل والبصل قبل النوم مع شرب ملعقة عسل بعد كل أكل، والمغلي هو عبارة عن عسل وبصل مبشور ويوضع ذلك في اناء به ماء وعلى نار هادئة يوضع حتى يظهر البخار.

القوباء: يعصر الشبث ويغلى منه قدر فنجان في نصف كوب عسل ويغلى سويا ثم يحفظ في قارورة ويدهن به القوباء يوميا حتى الشفاء.

آلام اللثة وتقوية الاسنان: يؤخذ مقدار من الخل ومثله عسل ويمزج جيدا ثم يتمضمض به صباحا ومساء وكذلك تدليك بالعسل عن طريق مسواك الأراك ويعتبر العسل اعظم واق للأسنان من التسوس ومقو للثة.

الدوالي: يستعمل العسل كدهان ثلاث مرات يوميا مع المساج برفق وذلك على مكان المرض، ويشرب ملعقة عسل بعد كل أكل ويستمر على ذلك بصبر حتى تزول الدوالي تماما. (مع العلم ان العسل الاصلي لايبقي على الجسم اكثر من نصف ساعه يمتصه الجلد)

الغرغرينا والقروح المتقرحة: يؤخذ فنجان من زيت كبد الحوت وفنجان من العسل ويمزجان جيدا ويدهن مكان الغرغرينا أو القروح بعد تنظيف المكان بمطهر "عسل في ماء دافئ" ويضمد عليه بشاش وتكرر يوميا هذه العملية مع شرب العسل بكمية وافرة يوميا بمقدار فنجان عسل.

جروح الأورام الخبيثة: يضمد مكان الجرح بغراء النحل مع التنظيف المستمر والتغيير يوميا مع اخذ ملعقة عسل صباحا ومساء قبل الطعام.

الثآليل: يوضع غراء النحل بعد تسخينه على الثآليل ويربط باحكام ويترك لثلاثة أيام حتى يسقط الثآليل بجذوره. وهناك وصفة أخرى وهي تخلط العسل مع مسحوق الحبة السوداء ويوضع على الثآليل طلاء ويربط بقطعة قماش ويغير يوميا حتى يسقط الثآليل.

للثعلبية: ينظف مكان الثعلبية بقطعة قماش صوف حتى تدمي ثم تدهن بسم النحل ويلصق عليها ضماد يغير يوميا في نفس الميعاد لمدة اسبوع.

العسل وأمراض السكري: يمكن في بعض الحالات ان ينخفض سكر الدم فيصبح كما في الاشخاص العاديين اذا تناولوا العسل ولا يمكن تقليل هذه الحالة إلا بوجود مواد مؤكسدة (catalyzers) في العسل تجعل تمثيل سكره أكثر سهولة في الجسم فلا يظهر نسبة مرتفعة بالدم. ومما يساعد على تمثيله احتواء العسل على نسبة مرتفعة من البوتاسيوم ولكن يجب على مرضى السكر القيام بتحليل دمائهم قبل تناول العسل وبعده لتحديد الكمية المسموح بها تحت اشراف الطبيب. وعموما العسل خال من الأضرار ولا يمكن أن يوصل المريض إلى مرحلة الخطر، حتى ولو كان المريض هو مريض بالسكري ، فبمجرد توقف المريض عن أخذ العسل لفترة اثنتي عشرة ساعة فإنه سيعود إلى وضعه الطبيعي

لعلاج البخر (إنتان رائحة الفم) : تؤخذ ملعقتين من العسل وتذاب في ماء ويغلى على نار هادئة حتى يتكون البخار ويستنشق عن طريق الفم من خلال قمع مقلوب فوق الإناء وتكرر هذه الجلسة مع استمرارية مضغ شمع العسل ولن تطول حتى تجد مع الأيام زوال البخر تماماً بإذن الله .

فوائد العسل في الحروق : يوضع العسل بمفردة على الحروق فيزيل الألم ويساعد على الالتئام السريع بلا ألم ، وفضلاً كونه دهان ومضاد حيوي فنجد البكتريا لا تستطيع العيش في العسل .

التبول الإرادي: إن تناول ملعقة من العسل قبل النوم يساعد كثيراً في ضبط البول وتهدئة المخاوف لدى الطفل .

الأرق : إن ملعقة واحدة من العسل في كوب من الحليب الساخن تساعد على النوم بهدوء.

المجهود الحاد : يعتبر العسل مسكن ومهدئ يحتوي على عناصر معنية وفيتامينات وأحماض أمينية فحاول أن تستبدل السكر الأبيض بالعسل.

الاحتقان الأنفي : ضع ملعقة من العسل في حوض من الماء الساخن ثم استنشق الدخان بعد تغطية رأسك بفوطة بأمل الحوض ستجدها فعالة جداً .

الجروح والتجلطات : غطي الجرح بالعسل وضع ضمادة ستكون عامل التئام جيد للجرح .

عند الإعياء والتعب : ذوب ملعقة من العسل في ماء دافئ أو ربع مقدار من العسل في مقدار من الماء في إبريق وضعها في الثلاجة فستجد أن العسل في المقام الأول يحتوي على سكر الفركتوز والجلوكوز وعلية سيمتص سريعاً في الجهاز الهضمي ، ويعتبر العسل العنصر الطبيعي الفريد الذي يساعد على الهدوء فوجد أن اللاعبين الأفريقيين القدماء كانوا يتناولون العسل قبل المباريات وبعدها .

عسر الهضم : قم بخلط العسل مع عصير التفاح بنسبة 50:50 وخفضه في ماء فإن هذا يساعد على سهولة الهضم .
معالج الشعر : أخلط العسل مع كمية متساوية من زيت الزيتون وغطي رأسك بفوطة دافئة لمدة نصف ساعة ثم أغسل رأسك فسوف يتحسن الشعر كثيراً .

احتقان الزور : ضع ملعقة من العسل في مؤخرة الفم وأجعلها تذوب في المرئ مما يؤدي إلى شفاء الأنسجة المصابة .

عند التوتر : عند استخدام 25% من العسل إلى الماء فإن العسل المذاب في الماء يكون مهدئ فعال .

الأنيميا: يعتبر العسل مغذي جيد للدم وكلما كان العسل سميك كلما أحتوى على الكثير من المواد المعدنية .

حفظ الطعام : إن وضع العسل على الكعك يجعل الطعام طازج ومن ثم قم بتقليل السوائل بنسبة 1:5 لكي يكون العسل رطب .

مرضى القلب : ينصح لمرضى القلب بتناول العسل حيث يحتوي على سكر الفركتوز واسكر الجلوكوز الطبيعي بدلاً من السكر الأبيض أو سكر السكروزا .

حمى القش : إن مضغ أقراص من العسل يعمل على تنشيط الجهاز المناعي ففي أثناء الموسم أمضغ لمدة 20 دقيقة ملعقة من عسل الملكات من 5 إلى 6 مرات يومياً فتراه فعال على نحو جيد .

لأمراض العيون : اكتحل بعسل صباحاً ومساءً مع تناول ملعقة بعد ذلك يومياً .

بحة الصوت : تؤخذ ملعقتين من العسل وتذاب في ماء ويغلى على نار هادئة حتى يتكون البخار ويستنشق عن طريق الفم من خلال قمع مقلوب فوق الإناء مع الغرغرة بماء مذاب فيه عسل وقليل من الملح خلال ثلاثة أيام بالأكثر تضعيب بحة الصوت .

في رضاعة الأطفال : بوضع 4 ملاعق من العسل مع ملعقة من زجاجة الرضاعة يعتبر مهدئ جيد وبه فيتامينات عديدة فلو كان براز الطفل أكثر سيوله أنقص العسل المضاف على نحو نصف ملعقة وإذا كان صلب زد العسل على نحو نصف ملعقة .

التسنين : إن وضع العسل على لثة الطفل يجعلها هادئة وساكنة تماماً .

صدید العين : ذوب العسل في كمية مناسبة من الماء الدافئ وعندما يبرد استخدامه كغسيل للعين .

عند الكحة : 6 أوقيات عسل + 2 أوقية جلسرين + عصير 2 ليمونة قم بخلطه جيداً وضعهم في زجاجة وتناولوه عند الحاجة .

علاج التبول في الفراش: لقد وجد ان للعسل تأثيرا لمعالجة التبول في الفراش وهذا يمكن تعليله من ابحاث العلماء بأن العسل يسكن الجهاز العصبي، كما ان سكر الفواكه في العسل له ما لكل سكر من خاصية امتصاص الرطوبة فإنه يمتص الماء من جسم الانسان ويحتفظ به طيلة مدة النوم، وبهذه الطريقة يريح الكلى.

تضخم الغدة الدرقية وسم النحل: تغيد لدغات قليلة من النحل بتحسن كبير في ورم الغدة الدرقية واختفائه بعد مدة وجيزة، واختفاء جحوظ العينين.

العسل وجمال البشرة: يعتبر العسل من مصادر الجمال من قديم الزمان فكان يعمل منه محلول للوجه مع اللبن اذ يغذي الجلد ويزيده بياضاً ونعومة ويقيه من الميكروبات.

وفي اليابان تستعمل السيدات محاليل يدخل فيها العسل لغسل الأيدي. وفي الصين تعمل من العسل عجينة مخلوطة بمسحوق بذور البرتقال وتطلى بها البشرة فتروقهها. كما تعمل عجينة من العسل ومسحوق اللوز وبذور الخوخ والمشمش لتنعيم الأيدي، كما يستعمل لنفس الغرض مخلوط العسل وصفار البيض وزيت اللوز، كما يستعمل الروس قناعاً للوجه يحتوي على العسل لتطرية بشرة الوجه وإزالة التجاعيد منها وتجميلها.

العسل النقي: يعتبر العسل النقي مع الليمون وصفة مميزة لعلاج التهاب اللوز، حيث توضع ملعقة عسل كبيرة من النوع النقي في نصف كوب ماء ساخن ويضاف عليه عصيراً لليمون ويحرك جيداً ثم يتغرغر به المريض بالتهاب اللوز ثلاث مرات في اليوم، حيث يقضي تماماً على التهاب اللوز ويستعمل هذا المستحضر لمدة ثلاثة أيام فقط.

واستعمله الاشوريين في العلاج ، كما إستعمله الفراعنة لنفس الغرض قبل أكثر من 3000 سنة ، وورد في أحد كتبهم وصف كامل عن الخواص العلاجية للعسل جاء فيه : "إن العسل يساعد على شفاء الجروح وفي معالجة امراض المعدة والامعاء والكلية ، كما

يستعمل في علاج أمراض العين حيث يمكن تطبيقه على شكل مرهم أو كمادات أو غسولات وداخلاً عن طريق الفم " .وفي الصين كان الأطباء يعالجون المرضى المصابين بالجذري بدهن جلودهم بالعسل لما رأوه من إسراره لعملية الشفاء من البثور الجلدية الناتجة عن الإصابة بالجذري . أما الهنود القدماء فاستعملوا العسل لعلاج بعض امراض العيون كالساد . وكان ابو قراط يظلي بالعسل الجروح ويعالج به الإلتهابات البلعومية والحنجرية وغيرها ، ويصفه كمهديء للسعال وماص لرتوبة المصدر . وجاء المسلمون بعد ذلك واتسع نطاق إستعمالهم للعسل ، تصديقاً لقول الله عز وجل وفي وصف العسل ((وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ثُمَّ كُلِّي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بَطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ)) سورة النحل آية 68 – 69 وقول رسول الله صلى الله عليه وسلم كما ورد عن ابن عباس رضي الله عنهما : " الشفاء في ثلاثة : شرطة محجم أو شربة عسل أو كية نار وأنهى أمتي عن الكي " رواه البخاري . وعن ابن مسعود رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " **عليكم بالشفانين العسل والقرآن** " رواه ابن ماجه في سننه وابن مردويه والحاكم وصححه والبيهقي في شعب الايمان وجاء العلم الحديث مصدقاً لفائدة النحل الطبية ، فبيّنت الأبحاث دور العسل في علاج الحروق و الجروح و التقرحات الجلدية وشفاءها دون ترك آثار وذلك لقدرة العسل على قتل الجراثيم والبكتريا وقدرته على إنتاج مادة الكولاجين التي تساعد على الالتئام دون تشوه أو اثار . كما بينت الدراسات أهمية العسل في علاج مشكلات الفم والاسنان ورائحة الفم الكريهة الناتجة عنها . وبيّنت دراسات أخرى دور العسل في علاج امراض القرنية ، وبيّنت كذلك دوره في علاج القرح الهضمية و الاسهال ، ولا تزال الابحاث مستمرة للكشف عن هذا المنجم الطبي المليء بالمعجزات الشفائية .

طريقة تناول العسل للأغراض العلاجية: يفضل تناول العسل كمحلول في الماء ليسهل إمتصاص مكوناته .

أفضل جرعة يومية للشخص البالغ هي 100 جرام يومياً وتؤخذ قبل الأكل بساعة ونصف أو ساعتين، أو بعد الأكل بثلاث ساعات و**أفضل جرعة** يومية للطفل هي 30 جرام من الضروري أن يستمر برنامج العلاج لمدة لا تقل عن 60 يوماً

الغش في العسل: يتم الغش في العسل بعدة طرق كإضافة محلول سكر السكروز أو محلول سكر الجلوكوز التجاري أو محلول السكر المحول أو العسل الأسود والطريقة الأكيدة لكشف مكونات العسل ومعرفة ما إذا كان مغشوشاً هي بتحليل عينة منه في المختبر .

التهاب الفم: شمع عسل النحل: يستعمل شمع عسل النحل علاجاً لالتهاب الحنجرة والطريقة أن يؤخذ من الشمع مقدار بيضة الحمامة ثلاث مرات يومياً بعد الأكل مع ملاحظة أن تكون آخر جرعة عند النوم مباشرة.

= النحاس : كان كثير من الأوروبيين يلبسون سلاسل من النحاس لوقايتهم من داء المفاصل الا ان الاطباء لم يعترفوا بذلك الى حين ان اثبتت الابحاث في استراليا ان الاشخاص الذين لديهم داء المفاصل ويلبسون سلاسل نحاسية ويستعملون الاسبرين كان انخفاض التهاب المفاصل لديهم اكثر من اولئك الذين يستعملون الاسبرين فقط.

زيت السمك Fish Oils ان زيت السمك وخاصة الزيت الذي يستحصل عليه من الاسماك السمينه مثل السلمون والتونة والساردين والرنكة (سمك من جنس الساردين) والاسقمري والتي تعتبر مصدرا جيدا ل (Omega – 3 Fatty Acids). هذه الدهون تتدخل في تكوين مادة البروستجلاندين الموجودة في جسم الانسان التي يؤدي كثرتها الى الالتهابات. وقد ثبت ان تناول السمك يوميا او زيت السمك او كبسولات زيت السمك الجاهزة يفيد في علاج التهاب المفاصل.

عصا الذهب: تعتبر عصا الذهب العلاج الانجليزي لعلاج التهاب المفاصل حيث يعمل على هينة شاي يشرب مرتين في اليوم. وقد وجد ان نبات عصا الذهب يخلص الجسم من سمومه والتي تنتج اثناء الالتهابات وعليه تقلص الآلام الناتجة من الالتهاب. ويمكن الحصول على عشب عصا الذهب من محلات الاعشاب.

علاج لمرض الملوك (النقرص الذي يمنع أكل اللحوم الحمراء)

التركيبة والطريقة: تغلي عشبه رجل الحمامة بكأس ماء صغير وتؤخذ مرة على الريق ومرة قبل النوم بمقدار ملعقة صغيرة ويؤخذ ملعقة صغيرة من مطحون الحبة السوداء مرة على الريق ومرة قبل النوم مع الحمية.

النقرص

التركيبة: حبة سوداء, ارضي شوكي , كرفس البير, هندباء , ام الالف ورقة , شباشيل الذرة , حبة حلوة , فوة الصباغين , شوفان

الطريقة: 3 ملاعق اكل من خلطة هذه الاعشاب يوضع عليها اربع كاسات ماء كبيرة وتغلى 10 دقائق ثم تضاف اليها كبسولة تحتوي على مخلوط من زيت الثوم وزيت الحبة السوداء بالتساوي قبل الأكل تصفى وتشرب على 3 مرات قبل كل وجبة طعام بساعة ونصف.

علاج لتوازن حمض اليوريك في الجسم وأزالة الترسبات(للقراص)

التركيبة والطريقة: ملعقة متوسطة من الحلبة الحب توضع على النار ويوضع عليها كأس ماء صغيرة تغلى 3 دقائق وتغلق بغطاء محكم ربع ساعة وتصفى وتشرب قبل الطعام بربع ساعة 3 مرات في اليوم وحسب الحاجة والله الشافي.

عناب



العناب علاجات الكيلاني

الجزء المستعمل من النبات الثمار.

ماذا قال الطب القديم عن العناب؟

استخدم العناب في الطب الصيني منذ 2500 سنة على الأقل وقد ورد ذكره في تحفة القصاد وهو مقتطفات من الشعر الصيني في القرن السادس قبل الميلاد. وقد عرفت الشعوب القديمة

وقيل إن الجنود الرومان الذين كانوا في القدس أيام المسيح صنعوا تاجا من شوك العناب وضعوه على رأسه وكانوا يحيطون معسكراتهم به لمنع الناس من الاقتراب منهم اجتنابا لشوكه وقد عرف العرب العناب قبل الإسلام وورد ذكره في الشعر الجاهلي فقليل: كأن قلوب الطير رطبا ويابساً لدى وكرها العناب والحشف البالي.

تحدث الأطباء العرب القدامى عن العناب وفوائده:

فقال داود الانطاكي "ينفع في خشونة الحلق والصدر والسعال واللهيب والعطش وغلبة الهم وفساد مزاج الكبد والكلى والمثانة وأورام المعدة وورقه يستر الذوق اذا مضغ فيعين على الأدوية البشعة ويحبس القيء".

وقال التفليسي

"يعقل البطن ويسكن حدة الدم وينفع الصدر، والشربة منه ثلاثون عدداً، ويسكن الصداع الحاصل من الدم والصفراوية، وينفع من الصداع والشقيقة، ويقوي البدن، ويصفي اللون جدا، ويسكن غليان دم الاطفال ومن مضاره انه يضعف القوة الجنسية ويصلحه الزبيب".

أما ابن سينا في القانون فقال:

"جيد للصدر والرئة وزعم قوم انه نافع لوجع الكلية والمثانة"

وقال ابن البيطار

"نافع من السعال والربو ووجع الكليتين والمثانة ووجع الصدر والمختار منه ما عظم حبه وان اكل قبل الطعام فهو أجود" وقال الشريف: "إذا جفف ورقه وسحق ونخل ونثر على الأكلة نفع من ذلك نفعا عظيما لا يبلغه في ذلك دواء وينفي أن يتقدم بأن يطلى على الأكلة بريشة بعسل خائر، اذا دق قشر ساق الشجرة وخلط بمثله اسفيداجا وحشي به الجراحات الحنيشة نقاها وشفافها، اذا طبخ ورقه بماء ثم صفي وشرب من طبيخه خمسة أيام بسكر كل يوم نصف رطل فإنه يذهب الحكمة عن البدن وهو مجرب، اذا طحن نواه وصنع منه سويق وشرب بماء بارد امسك الطبيعة وعقل البطن، اذا طحن بجملته كان نافعا من قرحة الامعاء.

وماذا قال عنه الطب الحديث؟

وصف العناب بأنه من الفواكه المفيدة جدا لأمراض الحلق ومسكن ومهدئ ومكافح للسعال ونافع للصدر وهو يزيد في الوزن ويحسن قوة العضلات ويزيد الاحتمال وفي الطب الصيني يوصف العناب كمقو للكبد ويعطى لخفض الهيجية والتملل. أثبت في اليابان ان العناب يزيد مقاومة الجهاز المناعي وفي الصين كسبت الحيوانات المخبرية التي غذيت بمغلي العناب وزنا وأظهرت تحسناً في القدرة على الاحتمال، وفي احدى الدراسات السريرية أعطي 12 مريضاً يشكون من علل في الكبد العناب والفسقن السوداني والسكر البني ليلياً، وقد تحسنت وظيفة الكبد لديهم في أربعة أسابيع. وتصنع من ثمار العناب منقوعات للنزلات الصدرية ومطبوخات مرضية مدرة للبول ومسهلة، كما تستحضر منه خلاصة قابضة وعصارته تلطف حموضة الدم وينفع في الربو ووجع المثانة والكليتين.

هل هناك أضرار للعناب؟

لا يوجد أي أضرار جانبية للعناب حتى للحوامل والأطفال.

عنب



الأجزاء المستعملة من النبات: الثمار والأوراق والعصارة والبذور.

هشاشة العظام والعنب: تشير الأبحاث العلمية ان مرض هشاشة العظام او ما يعرف كذلك بوهن العظام من الأمراض التي تنتشر بشكل كبير في المجتمعات ولا يخلو مجتمعنا منه الا انه ينتشر بشكل كبير في السيدات حيث تفقد العظام قوتها وصلابتها وقوامها عندما تبدأ في فقد الكالسيوم الذي يعتبر الوحدة الأساسية لبناء العظام والمحافظة عليها. ويتحكم الهرمونات بشكل مباشر في هذه العملية والتي تبدأ بشكل واضح ومباشر عندما تبلغ السيدات سن اليأس أو انقطاع الدورة الشهرية وعادة تبدأ في بداية الخمسينات وقد تبدأ قبلها بقليل عند بعض السيدات وقد تتأخر ولكن تشير الملاحظات انها تبدأ في اواخر الاربعينات وبداية الخمسينات عموما عندما تتوقف الدورة الدموية "سن اليأس" والتي تنتج من انخفاض هرمون الاستروجين فان العظام تبدأ في فقد الكالسيوم بالتدرج وللمحد من ذلك فان زيادة الهرمون "الاستروجين" واقصد هنا زيادة تركيزه في الدم سوف تحد من عملية فقد العظام للكالسيوم مما يعيق او يقي من الإصابة بوهن العظام ولحسن الحظ فان العنب يحتوي على معدن البودون الهام والمساهم في عملية زيادة هرمون الاستروجين لدى الاناث (السيدات) عند بلوغهن سن اليأس.. وبذلك يعمل هذا الهرمون على الاقلال من التعرض لهذا المرض الصامت هشاشة العظام " في هذه المرحلة السنوية حيث كما نعلم ان بداية هذا المرض تكون غير مصاحبة بأي ألم مما يجعل معرفة انتشاره او حدوثه صعبة.. ويعمل هذا الهرمون الهام للسيدات " هرمون الاستروجين " على امتصاص الكالسيوم والذي يكون في الغذاء عادة ولكن نسبة امتصاصه تنخفض مع تقدم العمر عند الرجال وعند النساء عموما الا ان تأثيره عند السيدات اكثر والعمل الذي يقوم به هرمون الاستروجين مهم جدا في عملية امتصاص بل زيادة امتصاص الكالسيوم وكذلك زيادة عملية ترسب وازافة الكالسيوم الى العظام او مهم جدا حيث يساهم بشكل قوي ومباشر في تقوم العظام والحد من هشاشتها وضعفها.. لذلك فان هناك علاقة غير مباشرة لاستهلاك العنب وعملية قوة وسلامة العظام والحد من مشاكل هشاشة العظام.

فوائد أخرى صحية للعنب: لثمار العنب التي تؤكل مباشرة ولعصير العنب العديد من الفوائد الصحية حيث من اهمها. يساهم العنب في خفض الضغط المرتفع وانه يعتبر مدرأ للبول لاحتوائه على نسبة عالية من البوتاسيوم. يحد استهلاك العنب من الإصابة بالامساك كما انه يسهل البطن ويفضل استخدامه كمسهل للأطفال يتناول عصير العنب للكبار وللصغار وهو ناجح بشكل جيد للأطفال حيث يعتبر عصير العنب علاجاً ناجحاً في حالات الامساك و يقوم العنب بعملية تنظيف البطن وتسهيل حركة الامعاء؛ يخفض الحموضة وخصوصا الحموضة التي تنتج من عملية عدم سهولة الهضم او عسر الهضم حيث يحتوي العنب على العديد من الأحماض الطبيعية ذات التأثير القاعدي حيث تعادل الحموضة او يشابه الحليب وهو أسهل من الحليب في الهضم. يساهم العنب باذن الله في الحد من الإصابة بالسرطان . للعنب قيمة علاجية عالية وخصوصاً للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات او ضعف في الكلي ويحتوي العنب على نسبة جيدة من الماء والأملاح بكميات مناسبة كما انه يساهم بشكل جيد في عملية تصفية الدم وتنقيته من السموم

عصير العنب الاحمر: أكدت دراسة أجراها فريق من جامعة ويسكنسن ونشرتها مجلة (سيركوليشن) الصادر عن الجمعية الأمريكية لأمراض القلب أن عصير العنب الأحمر يشكل وسيلة ممتازة لمحاربة العصاد أو تضيق الشرايين. ووضح أصحاب هذه الدراسة أن استهلاك عصير العنب خلال فترة أسبوعين ساعد على زيادة ليونة الأوعية الدموية وخفض نسبة تشكل الكولسترول لدى المرضى المصابين بمرض في الشريان التاجي. وبذلك تضاعفت قدرة الأوعية الدموية على التفاعل مع ازدياد تدفق الدم ثلاث مرات تقريباً. واكد البروفسور جون فولتس أن (هذا الأمر يكتسي أهمية كبيرة لأنه يعني أن شرب عصير العنب الأحمر يمكن أن يؤثر إيجاباً وبطرق

مختلفة على عملية العصاد (ترسب دهني وتكاثر خلايا النسيج الليفي في الجدران الداخلية للشرابين)).
أما الأسباب الرئيسية لهذا المرض فتتمثل بتكثف الدم وتشكل سريع للكوليسترول السيء وتصلب الشرايين. وحتى الآن فان منافع عصير العنب لوحظت للمرة الاولى مع خفض تشكل الحصى.
وكتب البروفسور فولتس أيضاً أن (الأشخاص الذين يتمتعون بقلب وشرابين سليمة يملكون عموماً نسيجاً من الأوعية الدموية يتفاعل بشكل جيد، أي تشكل بطى للكوليسترول السيئ ونشاط معتدل لصفائح الدم).

النظام الغذائي للعلاج بالعنب

تحضير الجسم للعلاج: الصيام: حتى تجهز جسمك للعلاج بالعنب..يجب ان تصوم اولا لمدة يومين او ثلاثة..تكتفي خلالها بشرب كميات كبيرة من الماء البارد..مع عمل حقنة شرجية يوميا..بحوالي لتر من الماء الدافئ مضافا اليه عصير ليمونة واحدة..ذلك باستثناء الحالات التي يحدث فيها اسهال من العنب..بذلك تتخلص المعدة من فضلات ورواسب الطعام وتستعد لاستقبال غذاء العنب..وتضمن هذه الطريقة ظهور مفعول العنب بشكل اسرع..علاوة على استحسان الشخص لمذاقه وزيادة حلاوته..
تناول الماء على الريق: بعد انتهاء فترة الصيام..يبدأ الشخص الاعتياد على تناول 1-2 كاس من الماء الفاتر على الريق في الصباح يوميا..

اول وجبة طعام: بعد نصف ساعة من تناول الماء يبدأ تناول اول وجبة من العنب..ويراعى غسل العنب جيد(ينقع في خل تفاح مخفف او ملح)..ويراعى مضغ الثمرة بأكملها بما في ذلك القشر والبذور..لكن يكتفى ببلع جزء من العنب الممضوغ..لملء المعدة ولا يشترط بلعه بأكمله..اذ يستفيد الجسم بقدر من العصارة الناتجة عن المضغ دون بلع الاجزاء الصلبة..
مواعيد وجبات العنب: يفضل ان تبدأ بتناول اول وجبة في الثامنة صباحا..ثم تتناول وجبة أخرى كل ساعتين حتى الثامنة مساء..اي تتناول سبع وجبات يوميا..ويستمر هذا النظام الغذائي لحوالي اسبوع او اسبوعين..ويمكن ان يطول الى شهر او شهرين..لكن يجب الا تزيد المدة عن ذلك باي حال من الاحوال..

بالنسبة لنوع العنب: يمكن تناول اي نوع من العنب..لكن يفضل النوع الخالي من البذور..ولكون انواع العنب المختلفة الشكل تختلف كذلك في عناصرها المكونة يفضل تناول اكثر من نوع دون الاعتماد على نوع واحد..
بالنسبة لكمية الوجبة: بصفة عامة يفضل بدء نظام التغذية بالعنب بتناول كميات بسيطة ثم تزداد تدريجيا..فمثلا: تكون كمية كل وجبة من وجبات العنب عنقود صغير الحجم..ثم تزداد للضعف تدريجيا..بحيث تكون اقل كمية في اليوم الواحد نصف كيلو جرام..واقصى كمية حوالي 2 كيلو جرام..عند الوصول لاقصى كمية يجب ان تكون الفترة بين الوجبات ثلاث ساعات على الاقل..حتى يتمكن الجسم من هضم العنب..مع الاستغناء عن تناول القشور..اي يكفي مضغ العنب وبلع العصارة في بعض المرات دون بلع الاجزاء الصلبة..
تشير النتائج الى ان الاستمرار على نظام غذائي يعتمد على تناول كمية بسيطة من العنب يعطي نتائج افضل ع ن تناول كميات كبيرة منه..

مراحل العلاج بالعنب: تشتمل الفترة الكاملة للعلاج بالعنب على أربع مراحل..ولا ينبغي للمريض أن يبدأ في تناول الاطعمة الصلبة الا بعد الانتهاء من هذه المراحل..ويجب ملاحظة أن العلاج بالعنب نوع من العلاج الطبيعي..لذلك لايمكن تحديد مدة هذه المراحل بشكل دقيق..ولايمكن أن نقول أن المريض سيستغرق مدة كذا حتى يشفى من مرضه !!..فالعلاج الطبيعي لايحدد بفترة معينة..علاوة على اختلاف طبيعة كل جسم عن الآخر واستجابته للعلاج..

المرحلة الاولى: وهي الفترة التي يستغرقها العلاج بالعنب حتى ينقى الجسم من سموم المرض.. ويمكن أن نقول: ان عملية تطهير المعدة وحدها من مخلفات المرض قد تستغرق من 7-10 أيام منذ بدء العلاج..بينما يحتاج تنقية كل جزء من الجسم لفترة قد تصل من أسبوعين الى شهرين..وخلال هذه الفترة يفقد المريض وزنه بدرجة ملحوظة..لكنه يعود مرة أخرى كما سبق الى اكتساب الوزن..ذلك لانه بعد الانتهاء من عملية التنقية يبدأ الجسم مع العلاج بالعنب في تجديد أنسجته..وتتمثل علامات الانتهاء من هذه المرحلة في خروج افرازات من الجسم وظهور طفح جلدي وحدوث ارتفاع في درجة حرارة الجسم..

المرحلة الثانية: وهي المرحلة التالية لعملية التنقية.. خلال هذه المرحلة يبدأ ادخال اطعمة الى النظام الغذائي لتساعد عملية بناء الانسجة..وذلك يشمل: فاكهة طازجة مثل: الليمون..البرتقال..القرنبيط..الفراولة..الخوخ..الموز..وكذلك الطماطم..لبن رائب (زبادي) أو جبن أبيض.. وذلك بحيث يظل العنب هو وجبة الافطار الاساسية في مواعيد المعتاد في الساعة الثامنة صباحا..ولكن مع استبدال بعض وجبات العنب أثناء اليوم بوجبات من الفاكهة الاخرى بما فيها الطماطم..وبعد عدة أيام يبدأ استبدال وجبة العنب الاخيرة(وجبة العشاء) بكاس من الزبادي أو قطعة من الجبن الابيض.. وبعد حوالي اسبوع الى عشرة أيام تحل الاطعمة السابقة محل بعض وجبات العنب..بحيث يؤخذ وجبة من بعد وجبة..

مثال: 8 ص : عنب 10 ص : موز أو برتقال 12 ظ : عنب 2 بعد الظهر : كاس من الزبادي أو قطعة من الجبن الابيض 4 بعد الظهر: عنب 6 م : ليمون أو قرين فروت أو خوخ 8 م : عنب

ملاحظة: تتبع الطماطم فصيولة الفواكة..ولها مزايا صحية..ويمكن تناولها على هيئة شرائح مضاف لها بعض عصير الليمون مع زيت الزيتون..لتحل محل احدى الوجبات السابقة..

تنبيه: امراض لايمكن معها اتباع نظام الصيام: السل الرئوي فقر الدم الحمي امراض يفيد معها الصوم: السمنة والتكرش النقرس ارتفاع ضغط الدم ارتفاع الكوليستيرول اضطرابات المعدة السكر الامراض النفسية(القلق-التوتر العصبي) الامراض الجلدية..ماعد الاكزيما..الارتكيا..والحكة الجلدية..

المرحلة الثالثة: وهي فترة تناول الاطعمة النينة..ويشمل ذلك كل ما هو غير مطبوخ..مثل:الخضروات النينة..السلطات..الفاكهة..الزبيب..البندق..التمر..الزبادي..زيت الزيتون..عسل النحل. يبدأ الطعام المعتاد بتناول وجبة عنب..وتستبدل وجبة

الغذاء (2ظهرا) بسلطة من الخضروات النينة الغير مطبوخة.. مع عصير الليمون وزيت الزيتون بدلا من الزبادي او الجبن الابيض.. الذي يفضل تناوله كوجبة عشاء بدلا من العنب .. وعند اتباع النظام يجب خفض عدد الوجبات عن المرحلة الثانية نظرا لان تناول الخضروات النينة يحتاج لفترة من الوقت حتى يتم هضمها ثم امتصاصها..

خضروات ينصح بها: الخس.. الجرجير.. الطماطم.. الليمون.. البزلاء.. الكرنب.. السبانخ.. الفاصولياء الخضراء.. لاتطبخ.. ويفضل ان يتم كل يوم اختيار نوعين من الخضروات لعمل السلطة..بالاضافة الى عصير الليمون وزيت الزيتون..لايفضل ان ينتقل من غذاء العنب مباشرة الى تناول انواع كثيرة من الخضروات النينة التي تدخل في عمل السلطة..

المرحلة الرابعة: وهي المرحلة النهائية من العلاج.. التي تبدأ بزوال متاعب المريض واستعادته لوزنه من جديد ايذاا بالشفاء التام ان شاء الله.. خلال هذه المرحلة يمكن الاستمرار على تناول العنب او الاستغناء عنه اباي نوع اخر من فواكه الموسم.. بصفة عامة يفضل تناول الاغذية الغير مطبوخة عن الاغذية المطبوخة.. حيث يمكن خلال هذه المرحلة تناول احدى الوجبات من الاغذية المطبوخة بشرط ان يكون المريض قد تهيأ للشفاء التام.. يكون النظام على النحو التالي: الافطار: فاكهة.. نوع واحد الغداء: اكل مطبوخ العشاء: سلطة خضراء .

نوع الطعام المطبوخ الممكن تناوله في هذه المرحلة: يجب بصفة عامة ان يكون جافا.. اي خاليا من السوائل.. كما يجب تجنب التوابل تماما والدهون.. افضل طعام مطبوخ يمكن الاعتماد عليه في هذه الفترة.. البطاطس المسلوقة.. ويمكن اضافة قطعة صغيرة من الزبدة او خلطها بالبيض.. كما يفضل انواع الحبوب بصفة عامة مثل: الارز.. القمح.. ويمكن تناول الانواع المختلفة من الخضروات المطبوخة مثل: البازلاء.. الفاصولياء.. الكرنب.. السبانخ.. الكوسة.. ويفضل ان يكون النظام خاليا من اللحوم تماما.. اي يكون نباتيا.. ان امكن.. وان لم يكن.. يمكن تناول السمك باعتباره افضل الاطعمة الحيوانية..

فترة العلاج: عادة تستغرق فترة العلاج الكامل بالعنب حوالي شهر الى شهر ونصف..

أحد نباتات الفصيلة العنابية، وهو من أفضل الفواكه وأكثرها منافعاً، ويؤكل رطباً ويابساً، وهو أحد الفواكه الثلاثة التي تسمى ملوك الفواكه وهي العنب والرطب والتين. ذكر العنب في مواضع كثيرة من آيات القرآن الكريم، وغالبا ما يأتي ذكره عقب النخيل كما جاء في قوله تعالى في سورة النحل: [ينبت لكم به الزرع والزيتون والنخيل والأعناب] (الآية 11).

وقل أن يتقدم على النخيل كما قال عز شأته في سورة الرعد: [وفي الأرض قطع متجاورات وجنات من أعناب وزرع ونخيل صنوان وغير صنوان يسقى بماء واحد ونفضل بعضها على بعض في الأكل] .

يحتوى العنب على (الفركتوز) و (الجلوكوز) وتحتوى أوراقه على فيتامين (ج) الجزء المستخدم: **الثمار والأوراق.** العنب مغذ وملين **للمعدة والأمعاء** وملطف ومنظف للقتاة الهضمية . عصير العنب مفيد **لأمراض الصدر** ، وشرب 700 - 1400 جرام من عصير العنب يوميا يعمل على إدرار البول وتطهير المعدة وتخفيف حمض البوليك والتخلص من الإمساك.

ويستعمل عصير العنب **لغسل الوجه** وترطيبه، وذلك بمسح الوجه باستخدام قطعة من القطن بعد غمسها في العصير، ويترك الوجه مبللا بالعصير لمدة عشر دقائق ثم يغسل بماء فاتر مع قليل من بيكرونات الصوديوم أوراق العنب تؤكل محشية (الملفوف) وهو مفيد كمادة قابضة لاحتوائه على فيتامين (ج).

العنب في الطب النبوي: كرم : شجرة العنب ، وهي الحبة ، ويكره تسميتها كرمأ ، لما روى مسلم في صحيحه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : " لا يقولن أحدكم للعنب الكرم . الكرم : الرجل المسلم " . وفي رواية : " إنما الكرم قلب المؤمن " ، وفي أخرى : " لا تقولوا : الكرم ، وقولوا : العنب والحبة " . وفي هذا معنيان : أحدهما : أن العرب كانت تسمى شجرة العنب الكرم ، لكثرة منافعها وخيرها ، فكره النبي صلى الله عليه وسلم تسميتها باسم يهيج النفوس على محبتها ومحبة ما يتخذ منها من المسكر ، وهو أم الخبائث ، فكره أن يسمى أصله بأحسن الأسماء وأجمعها للخير . والثاني : أنه من باب قوله : " ليس الشديد بالصرعة " . وليس المسكين بالطواف " . أي : أنكم تسمون شجرة العنب كرمأ لكثرة منافعها ، وقلب المؤمن أو الرجل المسلم أولى بهذا الاسم منه ، فإن المؤمن خير كله ونفع ، فهو من باب التنبيه والتعريف لما في قلب المؤمن من الخير ، والجود ، والإيمان ، والنور ، والهدى ، والتقوى ، والصفات التي يستحق بها هذا الاسم أكثر من استحقاق الحيلة له . **وبعد :**

فقوة الحيلة باردة يابسة ، وورقها وعلائقها وعروشها مبرد في آخر الدرجة الأولى ، وإذا دقت وضمد بها من الصداق سكنته ، ومن الأورام الحارة والتهاب المعدة . وعصاره قضبانها إذا شربت سكنت القي ، وعقلت البطن ، وكذلك إذا مضغت قلوبها الرطبة . وعصاره ورقها ، **تنفع من قروح الأمعاء** ، ونفت الدم وقينه ، ووجع المعدة ، ودمع شجره الذي يحمل على القضبان ، كالصمغ إذا شرب **أخرج الحصاة** ، وإذا لطح به ، أبرأ القوب والجرب المتقرح وغيره ، وينبغي غسل العضو قبل استعمالها بالماء والنظرون ، وإذا تمسح بها مع الزيت حلق الشعر ، ورماد قضبانها إذا تضمد به مع الخل ودهن الورد والسذاب ، نفع من الورم العارض في الطحال ، وقوة دهن زهرة الكرم قابضة شبيهة بقوة دهن الورد ، ومنافعها كثيرة قريبة من منافع النخلة .

التهاب المرارة والصفراء:

- يؤكل مقدار ربع كيلو غرام من العنب الطازج 3-4 مرات يوميا ويقتصر عليه المريض دون غيره من الأطعمة .

- ويمكن أستبدال العنب بعصيره أو بالزبيب شريطة أن يأخذ نفس المقدار ويكرر يوميا ذلك حتى الشفاء.

العنب والجنس: وهو من الفاكهة المحبوبة للكثير وهو من فاكهة الصيف اللذيذة والمشهورة. وهو منشط جنسي طبيعي حيث إنه ينقى الدم من الرواسب الضارة فيزيد من كفاءة الأعصاب في نقل الرسائل والاستجابة للمؤثرات، بالإضافة إلى أنه يعين الشخص على الثبات النفسي والتخلص من القلق والمخاوف التي تفسد العملية الجنسية.

للشرى والحساسية والطفح: **حصرم العنب:** يؤخذ حصرم العنب ويعصر ويدهن به مكان الإصابة أولا بأول فيشفى المريض بإذن الله.

عنبر



جاء في تذكرة أبي داود أجوده الأشهب العطر الذي يمضغ ويمط ولم يتقطع فهو خالص، ويليه الأزرق فالأصفر فالفستقي .
استخدامه: تنولة عنبر خام أصلي " حوالي 11.6 جرام" لكل كيلو عسل ، ملعقة طعام على الريق. من خواصه أنه شديد التفريح ويقوي الباه وينفع سائر أمراض الدماغ خصوصا الجنون والشقيقة ، يستخدم في أبطال السحر المأكول والمشروب .ينبغي على أصحاب ضغط الدم العالي أن يقللوا من الجرعات .

استعمالات العنبر:

1- يستعمل العنبر داخليا لفتح الشهية وزيادة الوزن والقدرة الجنسية، ويخفف من آلام التهاب المفاصل، كما يستعمل كمسهل وطارد للغازات المعوية داخليا وطلاء من الخارج وترياق لعدة سموم وهو جيد للمعدة والأمعاء والكبد والمثانة ويزيد من التنفس وضربات القلب.

2- يستعمل عن طريق الشم للفالج واللقوة والكزاز.

3- يستعمل دخانه للنزلات الباردة ومقوية للدماغ.

4- يستعمل كدهان على فقرات الظهر لأوجاع العصب والخدر.

5- يستعمل داخليا لعلاج الشلل النصفي وشلل الوجه ومرض الرقاص والتيتانوس والصداع النصفي وآلام الصدر والسعال والربو.

6- يستعمل في بعض المناطق للبرود الجنسي.

7- يستعمل للغرض السابق مخلوطا مع العسل ثلاث مرات في اليوم.

8- يستعمل بعد خلطه بالسمن والعسل للدغة الثعابين والعقارب..

كما يدخل في صناعة العطور الثمينة كمادة مثبتة. أما عن استخدامه فيؤخذ كمية صغيرة لا تزيد عن ما بين 50 إلى 100 ملجم وتبلع مع كمية قليلة من الماء مرة واحدة في اليوم.

يقول داود الأنطاكي: عنبر: الصحيح أنه عيون بقعر البحر تقذف دهنية فإذا فارت على وجه الماء جمدت فيلقبها البحر إلى الساحل ، وقيل : هو طل يقع على البحر ثم يجتمع ، وقيل : روث لسمك مخصوص وهذه خرافات لأن السمك يبلعه فيموت ويطفو فيوجد في أجوافه ، وأجوده الأشهب العطر ويليه الأزرق فالأصفر فالفستقي والذي يمضغ ويمط ولم يتقطع فهو خالص وغيره رديء ، ويغش بالجنس واللاذن والشمع بنسب تركيبية لا تعرف إلا للحذاق ، وموضعه بحر عُمان والمندب وساحل الخليج المغرب وكثيراً ما يقذف بنيسان وتبلغ القطعة منه ألف مثقال وخالصه يوجد فيه أظفار الطيور لأنها تنزل عليه فيجذبها وهو حار في الثانية يابس في الأولى ، ينفع سائر أمراض الدماغ الباردة طبعا وغيرهما خاصية من الجنون والشقيقة والنزلات وأمراض الأذن والأنف وعلل الصدر والسعال والربو والغشي والخفقان وقروح الرنة وضعف المعدة والكبد والإستسقاء واليرقان والطحال وأمراض الكلى والرياح الغليظة والفالج واللقوة والمفاصل والنسا شماً وأكلاً .وكيف كان فهو أجود المفردات في كل ما ذكر ، شديد التفريح خصوصا بمثله بنفسج ونصفه صمغ ، أو في الشراب مفرداً ويقوي الحواس ويحفظ الأرواح وينعش القوى، ويعيد ما أذهبه الدواء والجماع ويهيج الشهوتين وان لوزم بماء العسل أعاد الشهوة بعد اليأس وكذا إن مزج به مع الغالية .

ومن خواصه : أن الطلاء به عند الفعل يجدد من اللذة ما لم تمكن بعده المفارقة، وأن دخانه يطرد الهوام ويصلح الهواء ويمنع الوباء ، وشربته دائق.

عنزروت (انزروت)



يستخدم شعبياً لعلاج الغازات ومغص الأطفال كما يستعمل مع الحليب وسكر النبات بأجزاء متساوية لعلاج الإسهال عند الأطفال. كما يستعمل مشروب العنزروت لزيادة الوزن ويتردد على ألسنة الأهالي قولهم "اعط وليدك عنزروت واجدعه وراء البيوت". ويستعمل لعلاج الجروح والحروق ومنع نزيف الجرح وينبت اللحم في الجروح المتعفنة. كما يستعمل لعلاج الجروح الخبيثة في الفرج والدبر وفي علاج مسمار الرجل. ويعرف بالانزروت وهو صمغ لشجرة تنمو في إيران وهو مر وله قوة لشد الجروح.. يقطع الرطوبات السائلة إلى العين، يقع في أخلاط المراهم حيث يستعمل لعلاج الجروح وإذا خلط مع العسل نقى الجروح، ويستعمل لعلاج الرمد ويجب عدم استعماله داخليا حيث يؤثر على الأمعاء. وإذا كان سبب ضيق النفس حالة مشع " مصع " في صدر الطفل الرضيع فتدهن منطقة صدره بالعنزروت ، أو بدق الحلبة وتخلط ببيض أبيض وزيت السمسم ويدهن موضع المشع . في طعمه مرارة له قوة ملزقة للجراحات.

وفي تذكرة أولي الأبواب : عنزروت : أنزروت - (هي الشجرة التي صمغها الأنزروت) وهي الكحل الفارسي والكرماني ويسمى زهر چشم ، يعني ترياق العين ، وهو صمغ شجرة شائكة كشجرة الكندر تنبت بجبل فارس .

وفي القانون : أنزروت: الماهية: هـ صمغ شجرة شائكة في بلاد فارس وفيه مرارة.

الاختيار: جيده الذي يضرب إلى الصفرة ويشبه اللبان. الطبع: قال بعضهم: هو حار في الثانية يابس في الأولى قال ابن جريج: ويكون بفارس واللوردجان وهو حار جداً. الأفعال والخواص: مغر بلا لذع فلذلك يدمل ويلحم ويستعمل في المراهم وفيه قوة لاحجة الزينة: يصلح شربها المتواتر وخصوصاً للمشايخ. الأورام والبثور: يسكن الأورام كلها ضماداً. الجراح والقروح: يأكل اللحم الميت ويدمل الجراحات الطرية ويجبر الوثي ويستعمل محلله ومحلل أصله المجفف لذلك. أعضاء الرأس: إن اتخذت فتيلة بعسل ولوثت في الأنزروت المسحوق وتدخل في الأذن الوجعة فتبرأ في أيام . أعضاء العين: ينفع من الرمد والرمص خاصة ومن نوازل العين وخصوصاً المربى بلبن الأتن ويخرج القذى من العين. أعضاء النفص: يسهل الخام والبلغم الغليظ وخصوصاً من الورك ومن المفاصل. ينصح العارفون أن يقتصر استعماله على الاستعمال الخارجي فقط فهو في هذا المجال أفضل علاج.

الكسور

خلطة: يستخدم الكركم والملح والعنزروت وبيض البيض يدهن بها مختلطة موضع الكسر قبل تجبيره بالجبيرة الخشبية البدانية.

علاج لوجع الركب والأرجل وعدم استطاعة المشي بأذن الله

التركيبة والطريقة: ثوم مقشر مطحون ناعم كالمرهم وعسل وزيت زيتون (المقادير متساوية) يمزج الجميع جيداً ويدهن الركبة قبل النوم ويلفها بشريط وينام ويكرر العملية حسب الحاجة والله الشافي.

علاج آخر لوجع الركب

التركيبة والطريقة: يحضر قنفذ ويذبحه ويجرده اللحم ويأخذ العظم ويحمصه مثل القهوة ويطحن ناعماً ويمزج مع زيت الزيتون ويدهن المصاب قبل النوم بساعة ويستمر حتى يحصل الشفاء بأذن الله.

علاج الألم في المفاصل

التركيبة والطريقة: يأكل المريض قليل من البرسيم مع الطعام على فترات طويلة حتى يحصل الشفاء بأذن الله. =

عود الصليب (الفاونيا)



الفاونيا
علاجات الكيلاني

الجزء المستخدم من النبات ازهاره وجذوره وبذوره،
يقول ابن سينا:

زعم ديسقوريدوس أن عود الصليب يسميه بعض الناس ذا الأصابع ويسميه قوم آخرون علبسى ومعناه بالعربية حلوة الريح هو نبات له ساق نحو من شبرين يتشعب منه شعب كثيرة وورق الذكر منه يشبه ورق الشاه بلوط وورق الأنثى يشبه ورق سمريون مشرف وعلى طرف الساق غلف شبيهة بغلف اللوز وإذا انفتحت تلك الغلاف ظهر منها حب أحمر مثل الدم كثيرة صغار تشبه حب الرمان وما بين ذلك الحب أسود إلى الفرفيرية خمسة أو ستة وأصل الذكر في غلظ إصبع وطوله شبر أبيض مذاقه قابضة أصل الأنثى له شعب شبيه بالبلوط وهو سبعة أو ثمانية مثل أصول الخنثى.

أعضاء الرأس: إذا شرب منه خمس عشرة حبة مع ماء القراطن نفع من الكابوس
أعضاء الغذاء: كله كما هو ينفع من لذع المعدة.

أعضاء النفس: وقد يسمى من أصله مقدار لوزة النساء اللواتي لم تستنظف أبدانهم من فضل الطمث بعد النفاس فينفعن بإداراره وإذا شرب بالشراب نفع من وجع الأرحام والبطن والكلى والمثانة واليرقان وإذا طبخ بالشراب وشرب عقل البطن وإذا شرب من حبه الأحمر عشر حبات أو اثنتا عشرة حبة بشراب أسود قابض قطع نزف الدم من الرحم وإذا أكله الصبيان أو شربوه ذهب بابتداء الحصى عنهم وعشر حبات من حبه بالشراب العسلي تنفع من الاختناق .

ويقول عنه دواء الأنطاكي في التذكرة

فاونيا : ويقال : وفايوثا والكهينا وعود الصليب ، وفي المغرب ورد الحمير. نبت دون ذراع؛ ورق الذكر منه كالجزر، والأنثى كالكرفس وله زهر فرفيري وأسود كاللوز، يفتح عن حب أحمر إلى قبض ومرارة في حجم القرطم لا ينبغي أن يؤخذ إلا يوم نزول الشمس الميزان (مواقيت شمسية يستعملها القدماء) ولا يقطع بحديد فإن اختل شرط من هذين بطلت خواصه دون منافعه ، وهو مما تبقى قوته سبع مشين **(هكذا العبارة بالمصدر والكلام منقول حرفيا)** حار يابس في الثالثة أو الثانية إذا ظفر بالمتصلب منه المختوم من جهتيه المشتمل على خطين متقاطعين ، فهو خير من الزمرد والعود كله يحلل الرياح الغليظة، ويقري الكبد والكلى وحبه يخرج الأخلاط الزجة ، ويُنفع من الفالج والنسا والرعشة والكابوس والنزف ويهنع الطمث ضربا ، ويجلو الآثار السود طلاء ، والذكر منه وهو الأصل الواحد أدخل في أمراض الذكور والأنثى ، وهو المشعب للإناث وهذه الشجرة بجملتها تنفع من الصرع والجنون و الوسواس كيف استعملت ولو تعليقاً وبخوراً.

فمن خواصه : أن الجن والهوام المسمومة لا تدخل بيتاً وضع فيه. وهو يضر المعدة وتصلحه كثيرا ، وشربته مثقال ومن حبه خمسة عشر. وقال بعضهم : بدله قشر الرمان أو عظم ساق الغزال وهو بيعي جداً والصحيح أن بدله في الصرع الزمرد.
لليرقان: الفاونيا " عود صليب " إذا شرب منه مثقال بمقدار أربع أواق في ماء الفجل نفعت اليرقان .

عوسج (غرقد)



العوسج - الغرقد - شجر اليهود
علاجات الكيلاني

الاستعمالات

يعتبر نبات العوسج من النباتات المشهورة منذ آلاف السنين .

وقد قال داود الانطاكي في العوسج

"انه يبرئ سائر أمراض العين خصوصاً البياض وان قدم، كيف استعمل، وقد يمزج ببياض البيض، أو بلبن النساء.. وطبيخ جذره يوقف الجذام أو يبرئه، مجرب..

وإن تمودي عليه قطع القروح السائلة والجرب، والحكة والآثار حتى الحناء إذا عجت بمائه واختضب بها.. وهو ينبت الشعر.. وثمره كذلك في كل ما ذكر.. ورماده يزيل القروح..

وهو يضر الطحال وتصلحه كثيراً". **ويقول أبو خالد المتطبب في مخطوطته** "الاعتماد في الأدوية المفردة وقواها ومنافعها" إن العوسج نافع لقروح الفم ووجع الجوف، وضعف المعدة..

وإذا عصر ثمره وترك العصير حتى يجف ويجمد ثم يضاف إلى بياض البيض والبان النساء ثم يقطر في العين وينفع في جميع أوجاع العين وخاصة من البياض.. وثمرته إذا أكلت نفعت من نفث الدم.. وجذر العوسج يفتت الحصى المتولدة في الكلى.. كما يفيد العوسج في علاج الجذام" ان النبات يفيد في علاج المغص ومدر للبول وملين للبطن، يحتوي على مادة مقوية للشهوة الجنسية، وسام بجرعات كبيرة" .. ويقول ميلر "ان العوسج نبات تحبه الجمال وترعاه بنهم، أما الماعز والأبقار فلا تأكل خضرته بحماس، ولا ترعاه إلا حين يندر تواجد مصادر غنية أخرى.. ويعتبر نبات العوسج حطباً جيداً للوقود إذ لا ينبعث منه إلا قدر قليل من الدخان..

وفي شمال عمان تطحن الثمار والنباتات اللينة، وتصنع منها خلاصة تستخدم في تخفيف المغص ولتحسين حدة البصر. كما تؤكل الثمار كمسكن للآلام ولعلاج الاضطرابات التي تصيب المعدة". ويضيف ميلر ان الأغارقة القدماء أوصوا باستخدام العوسج في مداواة القشرة التي تكون على الجفنين ولعلاج اللثة الملتهبة..

والتشققات التي تصيب الشفتين، ولعلاج الدسنتاريا والأنيميا والسعال.

يقول التركماني (694هـ) في العوسج "أن ورقة الأخضر اللين يستعمل في علاج النملة والحمرة، وعصارة ورقه إذا طبخ الورق بالماء حتى تغلظ وتتعد، تحفظ من الحرق، تنفع من بياض عيون العبيان..

وإذا سقيت بماء ورقة التوتياء المصنوعة بردت العين، ونفعت من الرق.. وإذا شربت عصارته نفعت من الجرب الصفراوي، وإذا دُق وعُصر ماؤه، وعجن به الحناء، ثم ذلك به نفع من الحكة والجرب.. وإذا دخن بأغصانه طرد الهوام..

وإذا دُق وعُصر ماؤه في العين سبعة أيام متوالية نفع من بياض العين قديماً كان أو حديثاً". ويقول جبر في كتاب "الشفاء في النباتات" أن العوسج يفيد في علاج الامساك، وذلك بأن تضاف كمية 20 غ من أوراق العوسج إلى لتر ماء سبق غليه ثم يترك لمدة عشر دقائق ويشرب من ذلك فنجان واحد في اليوم ويقال ان الثمرة اللينة مدرة للطمث، تغذي الدم، مفيدة في البواسير النازفة والجرب وآلام الأسنان.. عصير الأوراق محسن لقوة النظر.. كما تفيد الثمار في تقوية الناحية الجنسية لدى الرجال".

أما الدراسات الحديثة فتقول أن ثمار العوسج تحمي الكبد من التلف الناتج من التعرض للسموم.. وتقول أيضاً أن جذور نبات العوسج تخفض ضغط الدم وقد عملت دراسة اكلينيكية وأعطت نتائج متميزة في تخفيض الحمى وبالأخص في الملاريا.. كما تقول دراسة أخرى أن الثمار العينية للعوسج تقوي الكبد والكلى.

عين الديك (عصبة السوس)



الأجزاء المستخدمة من النبات: الجذر، والأوراق والبذور.

الاستعمالات

يستعمل جذر نبات عين الديك في الطب الهندي في علاج الكحة والالتهابات وفي التهابات الجهاز التنفسي بما في ذلك الرئة، وفي الطب الصيني يستخدم الجذور لعلاج الصفار والتهاب الشعب المزمن. وكانت بذور النبات تستخدم في الماضي كممانع للحمل ومجهض ولكن نظراً لسمية البذور والجذور فلم يعد يستعمل لهذا الغرض لا سيما عندما وجدت البدائل. وقد لاحظت أن هذه البذور تباع لدى العطارين وأنصح بعدم شرائها وعدم استعمالها نظراً لسميتها القاتلة.

=علاج لآلام المفاصل والعصبي والروماتيزم

التركيبة والطريقة: يحضر سمكة كبيرة ويأخذ عظم السرسبية منها وينظف العظم من اللحم ويدق العظم بشكل ناعم ويضع عليه بياض بيضتين توضع على نار هادئة حتى تصبح كالمرهم .. يدهن من المرهم مرة قبل النوم مكان الألم ومرة صباحاً ويستمر في العلاج حتى الشفاء.

علاج لأحتكاك الركب والشعور في ألم حين الصعود على الدرج

التركيبة والطريقة: يدهن الركبة بزيت السداب ويعرضها للشمس لمدة 5 دقائق كل يوم مرة واحدة ويستمر حتى يحصل الشفاء

علاج لآلتواء القدم أو العصب والأورام

التركيبة والطريقة: يدق الزيتون بحالة حتى يصبح كالمرهم ويوضع لبخات مكان الألم من المساء إلى الصباح.

علاج لوجع الركب

التركيبة والطريقة: نصف كأس صغير عصير ليمون ويوضع فيها ملعقة عسل كبيرة وتوضع في الثلاجة من المساء وحتى الصباح تخلط حتى يتجانس وتشرب على الريق قبل الفطور بساعة ونصف ويكرر العملية حسب الحاجة.

علاج الركب والتهاب الغضروف أحتكاك العظم

التركيبة والطريقة: نصف باكايت تمر هندي يفرط ويوضع عليه كأس ماء صغير ويترك 12 ساعة في المساء يصفى الماء ويعصر من الماء الزائد ويرفع البذر ويعرك حتى يصبح كالمرهم يوضع لبخة على الركبة ويربط حتى الصباح ويكرر العملية 10 أيام.

علاج لآلام المفاصل ومنشط

التركيبة والطريقة: ملعقة صغيرة من مطحون الزنجبيل توضع في كأس كبير ويدار عليها ماء مغلي وتغلق بغطاء محكم نصف ساعة وتحلى بالعسل وتكرر حسب الحاجة والله الشافي.

علاج آلام المفاصل وعدم القدرة على السير

التركيبة والطريقة: يحضر قرعة بقشرها ويرفع البزر ويطحنها حتى تصبح مثل المرهم ويأخذ منها قسم ويضعه في شاشية وتوضع محل الألم وتربط من المساء إلى الصباح. ويكرر العملية 7 مرات والله الشافي.

يعالج ماء القرع كثير من الأمراض الجلدية مثل الأكزيما والصدفية والطفح وغيرهم بدهن المكان بماء القرع قبل النوم بساعة وتركه حتى يجف وألى الصباح لمدة 7 أيام وحسب الحاجة.=