النباتات الطبية في الوطن العربي تنوعها وأهميتها

أ. د. أحمد محمد الغازي

كلية الصيدلة، جامعة أسيوط، مصر

ألقى هذا البحث في المؤتمر الدولي للنباتات الطبية - ترعاه مالطا ٢٣-٢٤ مايو ١٩٩٨

تحتل النباتات الطبية الآن مكانة عالمية مرموقة، وتزداد أهميتها يوما بعد يوم، وخاصة بعد ما تبين بالتجربة والممارسة ما لها من فاعلية مؤكدة وجانب علاجي مأمون.

وفي مقدمة الدول التى تبحرت في طب الأعشاب والوصفات الشعبية تأتي الصين وألمانيا الاتحادية ودول وسط وشرق أوروبا وكثير من دول آسيا وأمريكا الجنوبية، وبذلك أصبح هناك اتجاه عالمي بالعودة الى الطبيعة وأوصت منظمة الصحة العالميةWHO بالرجوع الى استعمال الأعشاب وخاصة التى لها أصول ودور تاريخي متأصل في قاموس الطب، خاصة بعد أن عجز الطب الحديث في كثير من الأحيان عن مضاهاة هذه الأدوية أو ايجاد بدائل لها.وبالرغم من أن الكلام قد كثر هذه الأيام عن النباتات الطبية حتى أصبح أطراف هذا الموضوع فيه ضرب من التكرار والاعادة، الا أن ما يستحق الاهتمام في هذا الأمر هو ضرورة القيام بعمل حصر عام لهذه النباتات على مستوى الوطن العربي، وعمل خرائط تبين أسمائها العلمية والدارجة وأماكن تواجدها وأوصافها النباتية ومدى تأثرها واستجابتها للعوامل البيئية التى تنمو فيها وأهميتها في العلاج الشعبي.

وقد أتيحت لى فرصة الاشتراك في عمل رحلات علمية عديدة لجمع البيانات الطبية والتعرف عليها في المناطق المختلفة من مصر، وفي بعض البلاد العربية وعلى الخصوص في السودان والجزائر وقمت بنشر أجزاء من هذه البيانات، والواقع أن الوطن العربي يتميز بتنويع هذه النباتات وذلك نظرا

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لامتداده جنوبا من المنطقة الاستوائية حيث السودان والصومال وينتهي شمالا قرب خط عرض ٣٧ شمال سوريا والعراق، وبذلك يضم أغلب الأقاليم والبيئات النباتية الطبيعية، فهناك نباتات المناطق الحارة والمدارية ونباتات المنطقة المعتدلة وحوض البحر الأبيض، وكذلك نباتات المنطقة الباردة على السفوح الشمالية للجبال العالية، بالاضافة الى النباتات المائيةHydrophtes والنباتات الجفافية والصحراوية Xerophytes ونباتات المستنقعات المالحة Halophytesوتشمل كل منطقة طرزا نباتية متباينة طبقا للظروف البيئية (المناخية والتربية) التى تعيش فيها وتتفاعل معها، اذ أن أشكال وصور هذه الطرز تخضع وتتأثر بالعوامل الرئيسية التى تتحكم في توزيع النبات وهي التوزيع الفصلي للأمطار، والتوزيع الفصلي للحرارة، وتنوع التربة ولكل بيئة من هذه البيئات الطبيعية نباتاتها ذات الطابع الخاص. وفيما يلي تحديد للمناطق النباتية في العالم العربي:

١- اقليم الغابات الحارة أو تحت الاستوائية:

يمر خط الاستواء في أقصى جنوب الصومال حيث تنمو الغابات الاستوائية دائمة الخضرة لكثرة الأمطار وشدة الحرارة طول العام وتكون الأشجار ضخمة وطويلة الجذوع ومتشابكة الأغصان ذات أوراق عريضة، وتتخللها كثير من الشجيرات وخليط من النباتات الزاحفة والملتفه والمتسلقة، وتقل كثافة هذه الغابات كلما اتجهنا خط عرض ٥ حيث تتخللها الحشائش الطويلة نظرا لأن الأمطار الموسمية تقل غزارتها تدريجيا نحو الشمال. وفي أقصى جنوب السودان (بين خطي عرض ٣ و ٥) وحول منطقة جوبا فتكون الغابات الحارة أكثر كثافة، وذلك بسبب الحرارة المرتفعة طول العام والأمطار الغزيرة المتواصلة، وليس للحياة النباتية في تلك الغابات فصلية خاصة بمعنى أن السنة لا تنقسم الى فصول متعاقبة للنمو والازدهار والاثمار، بل توجد هذه الفصول ممثلة في وقت واحد. وأكثر النباتات الطبية في تلك المنطقة اشجار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وشجيرات تتبع عـــائلات Sapindaceae, Anacardiaceae, Meliaceae, Burseraceae, Hippocastanaceae ومن أهم النباتات التابعة لفصيلة الـــ Meliaceae :

- الماهوجنى Mahogany (Swietenia mahagoni) وهي تحتوى علـــى تربينـــات ثلاثيـــة وعفص ومواد فلافونويديـــة.

- الكايا Khaya (K.Sengalensis,Khaya Nysica swietenia) وهي تحتوى على مـــواد فلافونيديه وزيت طيار.

- الزيزفون أو زنزخلت Melia azedarach ويحتوى على زيت طيـــار وطـــارد للديدان ومسهل قوي وذلك بغلي ٤ أوقيات من مسحوق قشر الساق في ثـــلاث أرباع لتـــر من الماء ويستمر الغلي حتى يصل حجم المحلول الى نصف لـتر، وتؤخذ ملعقـــة شوربه كبيرة من المحلول كل صباح وكل مساء ثم تتبع فـــي النهاية بشربة زيـــت الخروع.

- شجرة النيم، مارجوزا Azadirachta indica يحتوى على صمغ ومواد مطـــهرة وخاصة في بعض الأمراض الجلدية وطـــاردة للحشرات وخاصة النـــاموس والذباب ومن نباتات فصيلة Anacardiaceae توجد الأشجار الآتية:

- الجامبوزيا Pleiogynium solandri (Gambusia) بها فلوفونويدات وثمارها مقويـــة وتحتوى على زيوت طيارة ومواد راتنجية.

- نبات المستكة Pistacia lentiscus (Mastic Resin) وبها زيت طيار وراتنج ومنبهـــه ويدخل في طلاء الحبوب الدوائية وفي الشرائح الميكروسكوبية.

- نبات الفسدق Pistacia vera and nuts تستعمل كغذاء ومقوية ومنبهة.

- فلفل تربيني رفيع Schinus molle تحتوى على زيوت طيارة، وراتنج.

- فلفل تربيني عريض Schinus terebinthifolius تحتوى على زيت طيار ومـــواد راتنجية.

- المانجو Mangifera indica وتحتوى بذرتها على مـــواد دهنيـــة مطـــهرة فـــي أمـــراض الجلد والقراع وتكثر أشجار الساج الذى يؤخذ من نخاعها الدقيق أو

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

نشا الساج Metroxylon rumphii (sagus genuina) وأشجار الجاك Jack Fruit التي يؤخذ من ثمارها نوع من الدقيق (Bread fruit) Artocarpus communis (A.integerifolia) وأشجار الأبنوس Diopyrus ebenum والخيزران Calamus Spp. وكثير من النباتات المتسلقة مثل:

- عرق العقرب Clitoria ternatea تستعمل جذوره ضد لسعة العقرب وأوراقه وبذوره مطهرة ومسهله.
- سم السمك – جاجا Cocculus pendulus يحتوى على قلويدات وهو سام للأسماك وواقي من التسمم بالمخدرات والمنومات.
- نبات شويكه affuL echinata بذوره مقوية وتعطي مسلوقة في حالة ضعف الأسنان أو كسور العظام.
- عرق البخيل – أبو لبن arehtnamsahC وتحي مساد تابذ _dependens قلويدات الفصيلة Minispermaceae.
- حبل الرأس Abrus precatorius نبات سام في جنوب السودان يستعمل في تطهير الجهاز البولي.

وتكثر بعض أشجار الفاكهة :

- الكاكاو Theobroma cacao تحتوى على قلويدات منبهة ومدره للبول.
- الموز Musa sapientum (Banana) يحتوى على خمائر هاضمة ومواد نشويه وسكرية مفيد الجهاز البولي، خلاصة الجذور تستعمل في علاج الصفراء والحصبة والصداع وخلاصة الأوراق مطهرة للجروح.
- الباباظ (Carica papaya) تقوى هضم المواد الزلالية لاحتوائها على خميرة Papian.
- الأناناس (Pine apple) A.Sativus - Ananas composus، فاكهة منعشة ومطهرة وقابضة. ومن النباتات الواسعة الانتشار توجد اشجار المشطورة Kigelia

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

pinnata وهي من الأشجار كبيرة الحجم وتحتوى على مواد فلافونويدية (Fam.Bignoniaceae).

- نبات أم قليلة Croton zambesicus يكثر في جنوب وغرب السودان ويستعمل كمسهل وكذلك في الربو والسعال والطمث.

- أشجار المطاط Hevea brasiliensis (rubber) مواد عديدة التربينات ومواد راتنجية.

٢-اقليم الغابات المدارية (الموسمية) Seasonal Forests

تقع شمال خط عرض ٥ في الصومال والسودان وتعتبر امتدادا طبيعيا لمنطقة الغابات الحارة، الا أنها اقل كثافة ومتباعدة الأشجار وتتخللها الحشائش الطويلة، وتمتاز هذه المناطق بأمطارها الموسمية الغزيرة صيفا، وحيث تشتد درجة الحرارة.يمتد اقليم الغابات الموسمية في جنوب وفي شرق السودان حيث المناطق المتاخمة للحبشة(حيث توجد منطقة تاما ومنطقة دندر اللتان اعتادت كلية الصيدلة بالخرطوم جمع النباتات الطبية منهما كل عام). وفي الشمال الشرقي من السودان توجد جبال البحر الأحمر حيث تنمو الأشجار الكبيرة في الأخوار بالقرب من مدينتي سواكن وبورت سودان، وذلك بالاضافة الى الشريط الساحلي الضيق الذى تنمو فيه كثير من النباتات المحبة للملوحة ومن أشهر نباتات أقليم الغابات المدارية :

- أشجار النيم (مارجوزا) وأشجار الزنزلخت وقد سبق الاشارة اليها.

- أشجار السنط Acacia حيث تنمو أنواع مختلفة منها.

- أشجار الهجليج (اللالوب) الزقوم Balanites aegytiaca وتسمى ثمرته بلح حرارة، مسهل وطارد للديدان وخافض للسكر، توجد في الأودية الجنوبية لمصر.

- أشجار الاهليلج-الميروبلانر Terminalia chebula تحتوى على عفصيات وانثراكينون.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- أشجار اللبخ-رقن القاضي Albizzia lebbek تستعمل في الدسنتاريا والحمى.
- أوراق قرفة الدود Albizzia anthelmentica طاردة وقاتله للديدان المعوية.
- شجرة السم Adenium hengel سامة، مقوية للقلب ومدرة للبول جمعت من دندر.
- شجرة التبلدى Adansonia digitata تسمى ثمارها القنقليز، تستعمل للاضطرابات المعوية والحمى.
- التمر هندى العرديب Tamarindus indica وهي ملينة ومنعشة وملطفة.
- الخروب Ceratonia siliqua مقوية، ومحسنه للحبال الصوتية في الحنجرة.
- نخيل الزيت Elaeis guineensis بالثمرة زيت ثابت يستخدم في الغذاء والمستحضرات الطبية.
- جوز الهند-نارجيل Cocos nucifera (oil palam) يحتوى على زيت ثابت مغذى فيالاندوسيرم.
- نخيل البلح Phoenix dactylifera يستعمل ثمارة في حالة الاسهال والدوسنتاريا واليرقان، وهومغذى ومقوى وتستعمل نواة البلحة لعلاج السكر.
- الدوم Hyphaena thebacia وثمارها مفيدة في ازالة اليرقان والصفراء.

وتنتشر كذلك أنواع مختلفة من الصفصاف Salix والحور Populus والكافور Eucalyptus وفي الصومال حيث تقل الأمطار الموسمية فتنمو أشجار وشجيرات تابعة للفصيلة الجيبية Fam. Burseraceae وتحتوى على قنوات افرازية للزيوت الراتنجية Oleogum resin canals وافرازاتها عطرية تستخدم في العطور وفي تطهير الجهاز الهضمي والبولي والتنفسي، وتنتشر هذه القنوات في مناطق اللحاء والنخاع وأشهر نباتاتها:

- المر (مر البطارخ) Commiphora momol (Myrrh).
- مر عطرى-القفل Commiphora erythea (Perfumed bdellium)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- مر حبش Comminphora abyssinica.
- جافال C.Pedunculata + C.africana
- لبان دكر B.frereana (East African elemi)+Boswellia corterii(Olibanum).
- صمغ عطرى Bursera gummifer.

وتوجد هذه النباتات في السودان واليمن وباقي الجزيرة العربية ولكن بنسبة أقل. وفي منطقة البحر الأحمر تنتشر النباتات التالية:

- أبو كامير Xinenia americana هاضم، وطارد للرياح ومطهر للأمعاء.
- نبق-سيدار Ziziphus spina يستعمل في حالة الحمى ومانع للاسهال.
- طندب Capparis decidua وثمرته تسمى الحمبك، مسكن لبعض الالتهابات.
- لاساف- شوك الحمير C.geleate + Capparis spinosa مسكن.
- مقشاش الرجال Abutilon graveolens أوراقه ملطفة وقشر الساق قابض ومدر للبول.
- الهمبك Abutilon figarianum تستعمل الجذور في بعض أنواع الحميات.
- نبات السواك-الأراك Salvadora persica يستعمل في الحمى والروماتيزم ويكثر على طول ساحل البحر الأحمر ويقل كلما اتجهنا شمالا حتى مصر.
- ديواك Asparagus racemosus مدر للبول ويكثر في منطقة البحر الأحمر ودارفور والفونج.
- التمردك Croton gratissimus ضد حمى الملاريا وهو شجر كبير يكثر في جبال النوبه.
- الحناء Lawsonia inermis قابضة ومطهرة للجلد والحروق في الجزام.
- العوسج Lycium arabica يستعمل عصير الأوراق مطهرة وغسيل للعين، ولتخفيف لدغ الحشرات، ومغلي الأوراق يمنع سقوط شعر الرأس.

٣-اقليم الحشائش الحارة أو الحشائش المدارية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلي اقليم الغابات المدارية في الشمال، ويبلغ اقصى اتساع له في السودان وخاصة منطقتى كردفان ودارفور، ويمتاز هذا الاقليم بنمو الحشائش الطويلة بغزارة ويعرف باسم السافانا Savana أو Campos وهو يقع في الأجزاء الداخلية من الاقليم المداري أي بين مدار السرطان وخط الاستواء (من خط عرض ٧ حتى ١٨ شمال) حيث تسقط الأمطار الغزيرة صيفا وهو فصل الحرارة والنمو، وتنعدم هذه الأمطار أو تقل في فصل الشتاء وهو فصل البرودة والجفاف، ولهذه الحشائش مقدرة فائقة على مقاومة الجفاف، وتتخلل هذه الحشائش كثير من النباتات الطبية بعضها عشبي وبعضها شجيري وتزداد كثافة الأشجار والشجيرات كلما تعمقنا نحو الجنوب حيث منطقة الغابات الموسمية وحيث يزداد المطر وتزداد الحرارة وتبقى صورة هذه الحشائش يانعة ونضرة ومزدهرة، ومن أهم الأشجار في ذلك الاقليم :

- أشجار السنط أو الصمغ بأنواعها المختلفة مثل الخشبة أو السمر , Acacia. Senegalوالطلح A.seyal

، والسنط A. arabica، والسلم A.seberiane واللاعوط A.nilotica. وكلها مصادر هامة للصمغ والدباغة والعفص، ومن الوصفات النباتية المشهورة عند السودانيين للمحافظة على نضرة الشباب ونعومة الوجه والبشرة وازالة التجاعيد، يحرق خشب ساق نبات الطلح Acacia seyal ويعرض له جسم الانسان، وأثنائها يدلك الجسم بقطران ثمار الحنظل مخلوطة بزيت السمسم ومسحوق ثمار الطلح (القرض) وتكرر مرة واحدة كل عام.

تكثر كذلك أشجار النخيل والدوم والطندب واللاساف، وقليل من أشجار المر واللبان والبخور والنبق. وتقل الأمطار والحرارة كلما اتجهنا شمالا، وبذلك تقل كثافة الشجيرات والحشائش وتكون الأراضي رملية وتسمى بالقيزان، وتكثر فيها نبات السنامكة cassia acutifolia (Senna) وهي المصدر الأول للسنماكة الاسكندراني، ويكثر نبات الحرجل Solenoscmma argel وتدخل في

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وصفات شعبية في حالة اليرقان واضطراب الأمعاء وذلك بأن يغلي وزن مائة جرام من مخلوط مكون من كميات متساوية الوزن والسنماكة والحرجل والزنجبيل والكسرة والحلبة والسكر، مع نصف لتر من الماء ويشرب على ثلاث مرات يوميا قبل الأكل.وفي أمراض الجهاز البولي تفتت الحصى باستعمال خليط مكون من أوزان متساوية من الحرجل والشيح الخرساني Artemisia cenaوالخله البلدي واليانسون والكراويا والقرنفل والنعناع والعطرونة (مكونه من $Ca_2Co_3 + Na_2Co_3$).

ويزداد عدد النباتات الزاحفة كلما تقدمنا شمالا الى مصر وأهمها :

- الحنظل Citrollus colocynthis أو العلقم C.vulgaris مسهل قوى.
- أم جلاجل – عرق العقرب Aristolochia bracteolate، طارد للديدان.
- ربعه Trianthema pentendra تستعمل جذوره في مرض الزهري والسيلان.
- الحسك Tribulus terrestris مدر للبول ومطهر للجهاز البولي.

وفي الوسط والشمال تكثر النباتات الآتية :

- العشار Calotropas procera يكثر في الشمال والشرق.
- باذنجان القطا Solanum aethiopicum يكثر في بحر الغزال– منبه ومسكن للمغص.
- كرمت Cadaba retundifolia مسهل وطارد للديدان.
- دابكار – أم حاجري Trichilfa emetica في جبال النوبه وبحر الغزال، مقيئ وفي حالات الربو.
- سمسم العفريت – شاكران Rageria adenophylla في كردفان وجبال النوبة– يمنع المفص المعوى.
- أنواع من بصل العنصل Urginea مدرة للبول ومقوية للقلب.

الليمان – حشيشة الجمل Cymbopogen طارد للرياح، المغص المعوي وأمراض الجهاز البولي وفي الروماتيزم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- حبيب الرشاد Lepidium sativum للاسهال عند الأطفال، والتهاب العيون.
- الكركدية Hibiscus subdariffa شراب منعش، مخفض لضغط الدم ومنبه.
- الدمسيسة Ambrosie maritima مفيدة في مرض السكر كما أنها تقضى على قواقع البلهارسيا في النيل.
- الحلفابر-المحريب Cymbopogen proximus مغلى النبات يفيد المغص والحمى ومدر للبول.

٤ اقليم الصحاري الحارة :

يشمل النباتات الصحراوية وينتشر في مساحات واسعة من الوطن العربي، حيث تكون الحرارة شديدة الأمطار قليلة صيفا مما يزيد في جفاف المنطقة وتختلف الحياه النباتية حسب كمية المطر التى تسقط أحيانا.

ويلاحظ أن الصحاري الحارة تقع في عروض الرياح التجارية الشرقية التى تهب على شرق القارات متجه نحو الغرب، ولا تصل الى غرب القارات الا بعد أن تكون قد أفرغت حمولتها من الأمطار على السواحل الشرقية، وتمتد الصحارى الحارة في غرب قارتي أفريقيا وآسيا بعد الأقاليم االمدارية شمال مدار السرطان بين خطى عرض ١٩ الى ٣٠، ويسودها الضغط المرتفع، والتيارات الهوائية الهابطة من الطبقات العليا من الجو،وتصل درجة الحرارة صيفا أثناء النهار الى(٦٠م) وتهبط ليلا الى درجة التجمد، وأهم هذه الصحاري هي الصحراء الكبرى التى تمتد في موريتانيا وجنوب المغرب والجزائر وليبيا ومصر من المحيط الأطلسي حتى البحر الأحمر، وتمتد في شبه جزيرة العرب من البحر الأحمر حتى حدود الهند. وتنمو في هذه الصحاري نباتات ذات طابع خاص بعضها حولى قصر العمر اذ يتم دورة حياته أحيانا في فترات لا تزيد عن شهر واحد عقب سقوط المطر مباشرة ثم يموت بعد أن يترك بذوره في الأرض وبعض هذه النباتات المعمرة لها القدرة على تحمل الجفاف ولبعضها مجموع جذري كبير ماص وذو أفرع طويله متعددة ومجموعة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الخضرى صغير قد تتحور أجزاؤه لتلائم الظروف القاسية. ولا توجد دورة فصلية لهذه النباتات بل نجدها تزهر بسرعة عقب سقوط المطر وتثمر ثم تزول أجزائها الخضرية تاركة خلفها أجزائها الأرضية المعمرة (الريزومات والكرورمات والأبصال) تحت الأرض.وحيث يندر المطر تنمو نباتات مقاومة للجفاف الشديد، وقد تتحور أجزاؤها لمنع البخر وتقليل النتح مثل النباتات الشوكية، وبعضها يقوم بتخزين الماء في أنسجتها البرانشيمية، وذلك لانها تحتوى على مواد غروية لها خاصية امتصاص الرطوبة من الهواء والاحتفاظ به مثل البنتوزان Pentosan والمواد المخاطية Mucilage والمواد البكتينيه Pectins ، مثل بعض النباتات العصارية والصبار والأجاف والتين الشوكي والفاسول أوحى علم Mesembryanthemum و الزيجوفلم Zygophyllum وأم اللبن Euphorbia وحبث تتوفر الرطوبة والمياه الجوفيه تنمو أشجار النخيل والدوم والزيتون وبعض أشجار السنط. وفي مثل هذه الصحاري تنمو بعض النباتات الجفافية الحقيقية Xerophytes مثل:

- الرتم Retama raetum يستعمل غسيل لوقايه العين، وفي حالة الاسهال وطارد للديدان ويحتوى على قلويدات Ephedra.
- العدم Ephedra وهي تحتوى على قلويدات الافيدرين.
- العوسج Lycium intericatum يستعمل مغلى الأوراق غسيل للعين وفي تقوية الشعر وتلوينه.
- الحلفا Imperata cylindrica مغلى الحلفا مدر للبول.
- الطرفه العبل Tamorix articulata مغلى الأوراق وقشر الساق تشفى الطحال المتضخم والتهاب الرحم.
- العذر Artemisisia monosperma يحتوى على زيوت طياره طارده للديدان.
- الفردق سخانون Nitraria retuse.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الزيجوفلم Z.coccineum, Zygophyllum simplex في الأمراض الجلدية والروماتيزم والربو.
- أنواع من الفاجونيا Fagonia Spp.

٥- اقليم الاستبس (الحشائش المعتدله):

ويسمى كذلك اقليم الحشائش الرعوية، ويوجد في شمال الوطن العربي في المنطقة المعتدله، عند أطراف اقليم نبات البحر الأبيض حتى حدود الاقليم الصحراوي أي في الجهات التى تمثل مرحلة انتقال بين ظروف البحر الأحمر وظروف الصحراء، وهو غير ممثل في كل الدول العربية، الا على السفوح الدافئة للجبال المرتفعة كما في المغرب والجزائر وتونس وشمال العراق وسوريا.وفي المغرب العربي يتمركز هذا الاقليم على السفوح الجنوبية والسفوح الجنوبية الشرقية لجبال أطلس التى يتدرج ارتفاعها جهة الصحراء ويصبح المطر فيها قليلا، وتزدهر الحشائش في فصل الشتاء وهو فصل المطر، وتذبل وتجف في الصيف وفي فصل الجفاف.ويوجد مختلطا بهذه الأعشاب القصيرة، بعض النباتات المعمرة والنباتات الجفافية التى لها القدرة على مقاومة الجفاف، وبعض النباتات الشوكية، والنباتات المخزنه للعصارة وتنمو حلفا بكثرة في هذه الأماكن.

وفي الجزائر يوجد بجانب الحلفا أنواع أخرى من الحشائش تستخدم في صناعة الورق مثل حلفا سبارتو أو حشيشة سبارتو Lygeum spartum وحشيشة ذيل الفار Stipa tenacissima وهذه الحشائش تحتوى على مواد مره ومواد قابضة وصابونين .ويكثر أشجار الارجان الشوكية دائمة الخضرة Argania spinosa ويستخرج من ثمارها زيت ثابت مقوى ومنشط تستعملفي الأطعمة وفي بعض الأغراض الطبية وخاصة في مستحضرات التجميل وتسمى الثمره لوز البربر. ويوجد في هذا الاقليم نباتات تتبع جنسى Senecio و Atracylis مثل نبات "الواد" أو شوك العلك Atractylis ammi .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

٦- **اقليم البحر الأبيض والمناطق المعتدلة :**

يشمل المناطق التى تقع بين خطى عرض ٣٠ حتى ٣٧ شمالا، والمناخ العام في هذا الاقليم أنه حار جاف صيفا، ودافئ ممطر شتاءا، (ولا تقل كمية المطر عن ٦٠سم٣) وتتوقف كثافة هذه النباتات على كمية الأمطار السنوية، وتنقسم الى طرزين :

أ-طرز النباتات الساحلية :

واغلبها حشائش أو شجيرات محبة للملوحة حيث تكثر أملاح الصوديوم والكالسيوم وكذلك توجد نباتات الفرود التى تجمع الرمال حول جذورها الطويلة الكثيرة الأفرع ولها القدرة على مقاومة الرزاز البحرى. وفي المناطق الرملية والصخرية القريبة من الساحل توجد بعض النباتات التى تتشحم أعطاؤها الأرضية لاختزان الماء واقليم السهل الساحلى في الجزائر عبارة عن شريط ضيق بسبب ملاصقة السلاسل الجبلية للبحر.

ب- طرز الغابات المعتدلة الدافئة (غابات البحر الأبيض)

تنتشر هذه الغابات في المناطق الجبلية المرتفعه التى تطل على البحر الأبيض وتتركز في الجزائر وتونس وشمال المغرب، ويوجد بعضها في مرتفعات لبنان وسوريا وشمال العراق والنوع النباتي الطبيعى القائم في هذه الأماكن هو الغابات الدائمة الخضرة اذ أن الظروف المناخية السائدة بها تلائم نمو الأشجار طول العام، لأن موسم المطر يتفق مع فصل البرودة وهو الشتاء (والمطر يطيل فتره نمو النباتات)، كما أن موسم الجفاف يتفق مع فصل الحرارة وهو الصيف (والحرارة في حد ذاتها عامل مهم في اطالة فترة نمو النبات)، الا أن هذه الظروف المناخية لا تلائم نمو الأعشاب لأن الحشائش تحتاج الى دفء ومطر في وقت واحد، وهما عاملان لا يجتمعان في فصل واحد في اقليم البحر الأبيض المتوسط.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويلاحظ أن الحرارة والمطر متوفران في هذه المناطق معظم شهور السنة بالقدر الذى يسمح بنمو الأشجار لتكون غابة. على أن حالة الغابة في هذا الاقليم تتوقف على كمية المطر :

أ- ففي الجهات ذات المطر الوفير في الجزائر تنمو الغابات الدائمة الخضرة التى تشكل المخروطيات غالبيتها وعلى الأخص أشجار الصنوبر بأنواعها المختلفة Pinus spp.، الأرز Cedrus، والعرعر Juriper، والتنوب Fir، والسرو Cupressus، والاسفندان Acer (maple) والسندراك callitris، والتامول (القان) Birch والبلوط دائم الخضرة ويسمى بالشاهبوط أو الفرنان Quercus والشربين (اللارقس) Larch وتكثر كذلك أشجار الزيزفون، والصفصاف والكافور دائم الخضرة.

ب- أما في الجهات الأقل مطرا في الجزائر، فينمو البلوط النفضي وبلوط الزان والفسطل (كستنائي) Chestnut والحور Populus والصفصاف المتساقط الأوراق Willow والزان Beech والدردار Fraxinus والتوت Morus والنشم Platanus وفي لبنان تسود أشجار الأرز، أما في سوريا فيوجد الصنوبر الحلبي بكثرة Pinus halepensis، وكذلك بلوط الدباغة Quercus infectoria.

وفي الجزائر أمكن التعرف على النباتات الطبية الأتية في اقليم البحر الأبيض المتوسط:

أولا: نباتات تتبع العائلة الصنوبرية : Pinaceae.

- الصنوبر الحلبي Pinus halepensisi وهو أكثر الأنواع انتشارا في الجزائر.
- الصنوبر البحري P.maritima (P.pinaster) وهو أكثر الأنواع انتشارا في الجزائر.
- الصنوبر الأسود(صنوبر كورسيكا) P.nigra
- صنوبر طويل الورقة P. palustris.
- صنوبر تجمى P.clusiana

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- التنوب Abies numidica (Fir.)
- تنوب سيبرى Abies Siberica (Sapin).
- تنوب سيبيرى Abies Siberica (Sapin).
- تنوب سبروس Abies picea (Spruce) (Picea excelsa).
- الأرز اللبناني Cedrus libanoica (Cedrus).
- الأرز الأطلنطى (الأطلسي) Cedrus atlantica.
- الشربين Larix decidua (L.europea).

ونباتات الفصيلة الصنوبرية في مصادر هامة لاستخراج الزيوت الطيارة والراتنجات والتربينات، والمواد العفصية ومواد الدباغة والأصباغ، كما أنها من أهم مصادر الأخشاب وصناعة الورق وصناعة القطران والقار وكثير من المواد الكيماوية.

ثانيا : نباتات تتبع الفصيلة الكبريسيسيه eaecasserpuC :

- العرض-السدار surepinuJ communis و aecineohp.J.
- السرو susserpuC dupreziana.
- السندراك (بربوش) Callitris quadrivalvis.

وهذه النباتات تحتوى على زيوت طيارة وراتنجات وعفصيات كما أنها مصادر لمواد كيماوية وتستخدم في صناعة الورق والأخشاب.

ثالث : نباتات تتبع فصيلة الزان eaecagaF.

- شجرة الفلين أو البلوط ويسمى أيضا بالشهبوط أو الفرنان ويوجد منه ستة أنواع في الجزائر وهو مصدر للفلين والأخشاب والعفص والأصباغ.
- البلوط دائم الخضرة ويشمل Quercus suber و Q.coccifera والبلوط الأخضر Q.ilex والبلوط النفض يشمل Q.mirbecki ويسمى بلوط الزان و Q.afares والبلوط الأبيض Q.alba.

ويستعمل قشر ساق نبات البلوط لعلاج الاسهال المزمن والدوسنتاريا وذلك بغلى أوقية من مسحوق القشر مع ثلاث أرباع لتر من الماء ويستمر الغلي حتى يصبح حجم المحلول نصف لتر، ثم يؤخذ فنجان قهوه من المحلول ٤ مرات يوميا، وكذلك يستعمل المحلول كغرغرة لعلاج التهاب الزور واللوز.

- الزان عريض الورقة Fagus grandifolia.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الزان الأوروبي F. sylvaica.

- القسطل-الكستناء Castania dentata والقسطل الأوروبي C.sativa.

ويستعمل القسطل في الدباغة وأوراقه قابضة للجروح والاسهال وتستعمل كعلاج شعبي في حالة الحمى والسعال الديكي وفي حالة احتقان أعضاء التنفس وذلك بعمل منقوع لوزن أوقية من الأوراق في نصف لتر من الماء المغلى، ويؤخذ من المنقوع فنجان قهوة ثلاث أو أربع مرات يوميا.

رابعا: نباتات أخرى مصاحبه ولها أهمية طبية واقتصادية وأهمها:

- الناموال الأبيض Betula alba (Birch) .

- الناموال الأسود B.lenta وهي نباتات هاضمه وقابضه ويستخرج من قشورها زيت طيار يستعمل في السيلان والأمراض الجلدية.

- اسفندار السكر Acer saccharum.

- اسفندان أحمر A.rubrum.

- اسفندان أسود A.nigrum.

والاسفندان قابض ومطهر للجروح وفي العين المقيحة.

- الدردار F.anqustifolia, Fraxinus ornus (Fom.Oleaceae).

ويسمى "المن" وهو مغذى وملين للأطفال السيدات الحوامل، ومغلى الأوراق ملين وطارد للديدان.

- النشم (الدلب الشرقي) Platanus orientalis قابض ومطهر.

- ورق القار-الراندا-عصا موسى Laurus nobilis ويسمى في لغة البربر تازيت ويعتبر من التوابل المستحبة في المغرب العربي اذ يضاف الى اللحوم والأطعمة وهو هاضم ومنبه قوى وطارد للرياح ومانع للمغص ومدر للبول ومطهر للجهاز الهضمي والتنفسي والبولي ويدخل ضمن وصفه شعبية في الجزائر والمغرب تعرف باسم تيزانا Tesane وهي مكونه من خليط أعشاب مختلفة بعضها عطرى وبعضها يحتوى على مواد مرة ومواد حريفه، فاتحة للشهية ومقوية للهضم ومطهرة للامعاء والجهاز التنفسي والجهاز البولي، وأهم مكوناتها ورق الغار وورق الزيتون وعشب حشيشة الملائكة Angelica archangelica وعشب السالفيا (المريمية) Sage وورق حصا لبان وعشب السعتر الجبلي وعشب هايسوب Hyssopus officinalis وعشب البردقوش والشيح الحبشي Aremisia abisinthiun(warmwood) وعشب النعناع، وقد يضاف إليها كذلك الكزبرة والشمر والكراويا والينسون وطريقة استعمالها هو أن تؤخذ ملو

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملعقة كبيرة من مسحوق الخليط وتغلى مع نصف لتر من الماء ثم تصفى وتشرب على مرتين يوميا.

البيئات المحلية أو الموضعية :

وهي تقع في نطاق الأقاليم النباتيه، وتتحايل نباتاتها لتلائم الوسط الذى تعيش فيه ولتحافظ على توازنها المائي، وهي تعتبر من التكوينات التى تحددها عوامل التربة والمناخ (عوامل بيئة).

أ- النباتات المائية : Hydrophytes

هذه النباتات لا تعيش الا في بيئات تتوفر فيها المياه العذبة الخالية من الملوحة، ولا تستطيع أن تقاوم العطش، والجفاف وتشتمل على النباتات الطافية، والمغمورة، والقصبية.

ونظرا لأن هذه النباتات تعاني من نقص الأوكسجين ومن نقص ثاني أكسيد الكربون، فان أنسجة أعضائها تحتوى على فراغات هوائية تكون مملوءة بالهواء Airenchymae ويحيط بها خلايا برانشيمية مملوءة بكمية كبيرة من البلاستيدات الخضراء تقوم بعملية التمثيل الضوئي، وتكون الخزم الوعائية صغيرة غير ملجننه لعدم حاجة النبات الى دعامات، أما منطقة اللحاء فتكون كبيرة نسبيا لنقل العصارة المحضرة ومن أمثلتها:

- لسان البحر Potamogeton crispus ويغلى في الماء ويفيد الربو والجهاز التنفسي.
- طحلب السارجاسم Sargassum.
- نبات الشفيق المائي-زغليل الماء Ranunculus sceleratum لعلاج بعض الأمراض الجلدية وبعض الحالات الروماتيزمية والربو والسيلان.
- لبشنين-كرمب الماء Nyphaea lous & Nymphaea alba قابض وملطف على شكل مغلى.
- الجذر الأحمر-سلق الماء Rumex aquaticus مطهر ومنظف للفم والاسنان.
- الزهرة البنية Scrophularia aqatica تستعمل لبخة للجروح والحروق والجلد.
- اللسان الميت Oenanthe crocata نبات سام ومخدر يفيد في حالة الصرع.
- Oenanthe phellandrium يفيد في حالة الربو ومقسئ ومدر للبول.
- حشيشة الريسن T.pollium, teucrium scordium منبه ومعرق ومطهر للأمعاء وطارد للديدان.
- عشب الكلب المجنون Alisma plantago مغرق ومدر للبول، وعلاج مؤكد لازالة حصى الجهاز البولي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- البوص-الغاب P.australis-phragmites communis الريزوم هاضم ومقوى ومعرق وخافض للحرارة.
- الديس-البوط T.domingersis, Typha latifolia قابض ومطهر للجروح والجلد.
- البردى Cyperus papyrus رماد النبات يطهر الجروح الخبيثه وتسلخات الفم.
- السمار-الأسل J.acutus, J.maritimus, juncus arabicus تستعمل البذور في حالة الروماتيزم وتستعمل الريزومات لمنع اليرقان ومنع الاسهال.
- صابون العريس-ريحانة الماء Lythyum salicaria ضد الاسهال، وقابضة، ضد الدوسنتاريا .

النباتات المحلية setyhpolaH .

هذه النباتات تعيش في الأراضي التى تحتوى على نسبة عالية من الأملاح سواء أكانت جافة كما في بعض المنخفضات الساحلية أو الصحراوية، أو مشبعة بالماء على شكل مستنقعات ملحية (وهذه يطلق عليها اسم " سبخة" في الجزائر). وفي هذه الأوساط الملحية يكون لتركيز محلول التربة تأثير كبير على امتصاص الجذور للماء، اذ أن زيادة الأملاح في التربة يزيد ضغطها الأسموزي، وهذا يعطل بدروه الامداد المائي للنبات، الا أن هذه النباتات تستطيع التغلب على هذه الصعوبة وذلك برفع درجة تركيز عصيرها الخلوى، وبهذا يزيد ضغطها الاسموزي بدرجة كبيرة.

وفي الجزائر تكثر النباتات المحلية في اقليم السهل الساحلى وفي هضبة الشطوط، وفي أماكن أخرى متفرقة مثل منخفضات عين مليله، ونباتاتها لا تختلف كثيرا عن النباتات الساحلية.

ومن النباتات الطبية الشائعة الانتشار في الجزائر ما يلي :

- بصل العنصل-العنصل-بصل الفأر Urginea maritima.

وينتشر هذا النبات مع أنواع كثيرة منه على الساحل وفي البيئات الملحية الداخلية ويحتل منطقة تمتد من ساحل البحر الأبيض الى عمق ١٥٠ كيلو متر نحو الداخل وتبلغ حجم البصلة في بعض الأحيان الى حجم رأس الانسان. والصنف الأحمر منه يستعمل قاتل الفئران، أما الصنف الأبيض فهو مقوى لضربات القلب ومدر للبول. وفي الجزائر والمغرب يستعمل منقوع البصل الطازج كمسهل وكمانع للأورام الداخلية.

- بن نعمان-تادجيرا Papaver dubium منقوع الثمرة يزيل الحصبة عند الأطفال.
- الزغليل-خشخاش الحقل Papaver rhoeas منقوع الثمرة مهدء ومنوم للأطفال.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- زغليل صلب Papver dorum.
- زغليل فاتح P.argemone.
- زغليل مهجن P. hybridum.
- بوقرون أحمر-قبيس الكلات Glaucium corniculaum غنى بالقلويدات.
- بوقرعون ذهبي G.flavum ينمو في حقول الشعير وهو سام للمواشي ويحتوي على مسكن ومنوم في الحالات العصبية.
- صفرة الملوك-ناب الجمل A.autumnolis A.annua, Adonis aesivalis هذه الأنواع مدره للطمث ومدرة للطمث ومدرة للبول ومفيدة للقلب.
- قميص بنت الملك-أنصارا Clematis flammula مبردة للبشرة والحكة، ومعرقه ومدرة للبول.
- كف الدب-ودن الحلوف Rananculus macrophyllus مسحوق الجذور ملين ومقئ ومضلد للتسمم.
- خزامة-أصفر Reseda luteola منقوع النبات يساعد على الهضم وملين.
- خزامة بيضاء Resida alba.
- بصل ابليس-قنصل-برواجا A.microcarpus, Asphodelas aestivus تستعمل لبخة الأوراق للروماتيزم-مغلى الدرنات في الزيت يقطر في الأذن الملتهبة لشفائها ويدلك به البشرة لازالة تجاعيدها وتطهير جروحها، وتستعمل الثمار لازالة ألم الأسنان.
- الأنيمون-رقائق A.coronaria, Anemone horensis يحتوى على قلويدات.
- الخبيرة M.sylvestris, Malve parviflora مطهرة للفم والأمعاء.
- شجرة الحنش E.peplis, Euphorbia paralias مسهلة وفي الأمراض الجلدية.
- سيكوريا-سريس-حرشة Cichorium intybus مقوى، وهاضم، ومدر للصفراء ولعلاج الصفراء وتضخم الكبد يغلى وزن أوقية من جذور الشيكوريا في نصف لتر من الماء، ويؤخذ من المحلول فنجان شاي ٤ مرات يوميا لمدة أسبوع، ويفيد هذا المحلول كذلك في النقرس والأمراض الروماتيزمية.
- أنيولا Inula vasica منتشرة بكثرة وتحتوى على كمية كبيرة من الفلافونويدات.
- جعضيض-تلفاف-اللبنية Sonchus olearasus ملين ومطهر للأمعاء ومدر للصفراء.
- سوسن-ساسان Pancratium maritimum يحتوى على جلوكوسيدات تؤثر على القلب.
- الحرمل Peganum haramala يحتوى على قلويدات وله استعمالات متعددة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

– بيض الفول Mandaragora autumnalis الجذر منوم، ومسكن للآلام، ومغلى الأوراق يستعمل في السعال والتهاب الحنجرة والزور.

– فاقوس الحمير –قنابري أو بلح حجا (ليبيا) Ecballium elaterium وهو منتشر في كل الدول العربية وعلى الخصوص في الجزائر والمغرب العربي حيث يملأ الأسواق، ويستعمله الأهالي لأمراض عديدة، وهو نبات سام، ويدلك الجذر الطازج على الجلد لازالة الالتهابات، وعصير الجذر والثمر مسهل قوي ومدر للبول ومقئ، ويستعمل عصير الثمرة على شكل قطرات أنفيه لشفاء الزكام واليرقان Jaundice .وتزرع أشجار اللوز على سفوح جبال أطلس، وبعد عصر الزيت تستعمل العجينة المتبقية كغذاء هام لمرضى السكر حيث أنها تحتوى على نسبة عالية من البروتين ونسبة قليلة من الزيت وخالية من النشا والسكريات وتسمى دقيق اللوز. ويستعمل أهل المغرب العربي وخاصة الجزائر استعمال الشاي الأخضر بكثرة اذ أنه المشروب الشعبي المفضل هناك لاعتقادهم بأن له خواص قويه لمقاومة السرطان وقد أظهرت الأبحاث التى أجريت في أحد المعاهد بأمريكا أن الفئران التى واظبت على تناول الشاي الأخضر قل لديها الاصابة بالأورام السرطانية.وكان الأقدميون يسيرون على مبدأ "دواؤك في عذائك "كما ورد في كتاب "القانون" لابن سينا، وكتاب سر الأسرار " لابي بكر الرازي " " والجامع " لابن البيطار وكتاب " ما لا يسع الطبيب جهله"لابي يوسف بن الكتبي وغيرهم فكانوا ينصحون في وصفاتهم الطبية باللجوءللنباتات والمشروبات التى تستعمل في الغذاء أو تضاف اليه ولها تأثير دوائي فهي مأمونه الجانب مثل التوابل والبهارات والشايات المختلفة، والتى ما زلنا نجهل الكثير من فوائدها التى مازالت دفينه حتى الآن.

وتوجد عائلات نباتيه تستعمل بأكملها في الغذاء وكدواء في نفس الوقت. وتقوم كليات الصيدلة والمعاهد الطبية الآن في العالم باجراء بحوث عليها وتوصلوا الى نتائج غاية في الأهمية، ومن أمثلة بعض هذه العائلات الشائعة الاستعمال في الغذاء الدواء يمكن ذكر ما يلي:

١- **نباتات العائلة الصليبية F.Cruciferae .**

التي تشمل على أكثر من ألفي نوع (٢٠٠٠) كلها نباتات طبية وتستعمل في
أكثرها على مواد كبريتية لها القدرة على ايقاف جميع
المرتبطة بنمو الأنسجة السرطانية في الجسم دون أن تترك أي أثر جانبي
النباتات يكون الكرنب Cabbage والقرنبيط Cauliflower والفجل Radish
واللفت Turnip والخردل Brassica والمستردة Mustrad والكبر Sinapis

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والقرلاء Horseradish وكثير غيرها وكلها تستعمل كخضروات طازجة. وقد قام المعهد القومي الأمريكي لبحوث السرطان باصدار عددا من النشرات التى تحت على أكل هذه الخضروات وخاصة وهي في حالة نيئة طازجة حتى لا تتحلل موادها الفعالة وبذلك يكون تأثير أكيد للوقاية من السرطان واعاقة نمو الخلايا السرطانية في بدايتها دون أن تؤثر على باقي الخلايا السليمة المجاورة وفي الصين أجريت دراسات تؤكد هذه المعلومات.

أ- نباتات العائلة الشفوية F.Labiatae - Lamiaceae

ويتبع هذه الفصيلة أكثر من ٣٠٠٠ نوع ومعظمها أعشاب عطرية تدخل في الغذاء وفي الدواء وخاصة في أمراض الجهاز الهضمي والتنفسي ومن أمثلتها النعناع Peppermint والغلية - الحبق Pennyroyal والريحان Ocimum والزعتر Thymeوالمرمية(sage) lvia والبردقوش Sweet majoramواللاوندا Lavander وحصالبان Rosemary والميليسا Melissa والهايسوب Hyssop وكثير غيرها.

ب- نباتات العائلة الخيمية F.umbelliferae

وتضم حوالي ٢٧٠٠ نوع من نباتات أكثرها عطرى وتحتوى على زيوت طيارة وراتنجات ومواد كومارينية، وتفيد في أمراض الجهاز الهضمي والبولي والعصبي ومن أمثلتها الكرفس Celery والبقدونس Parsely والكسبرة Coriandrum والشمر Fennelوالجزر Carrotوالشبت Dill والينسون Aniseوالكمون Cumin والكراويا Carway والخلة Ammi والقنه-صمغ الكاخ Galbanum والأناواشق Amoniacumوايو كبير أو الحنتيت Asafetida والندر م نباتات هذه العائلة سام وقاتل مثل الشوكوران Hemlock .

ج- نباتات العائلة السذبية F.Rutaceae

وتضم حوالي ٩٠٠ نوع، يحتوى معظمها على زيوت طيارة مطهرة خاصة للجهاز البولي والتناسلي والجهاز الدوري ويحتوى الكثير منها على مركبات فلافونويدية تقوى الأوعية الدموية الشعرية وتزيد من مرونة جدرها وتمنع انفجارها وخاصة في القلب والمخ، ومن أمثلتها جميع أنواع الموالح Citrus (الليمون والبرتقال) والسذب Ruta والبوكو Buchu والنارنج Bigaradia والبرجاموت Bergamia .وذلك بالاضافة الى عائلات أخرى كثيرة تستعمل كثيرا من نباتاتها في الغذاء والدواء لأمراض عديدة فمثلا نجد الباذنجان والبطاطس والطماطم وعنب الذئب والفلفل الشطة من العائلة البازنجانيه (F.Solonaceae) ونجد الزنجبيل Ginger والكركم Curcumaوالخولنجان Galangal وحب الهال Cardamom من العائلة الزنجبيلية F.zingiberaceae ونجد القرفه Cinnamonوالدارصيني Cassia والقرفة السيلانية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Canela والكافور Camphorوأوراق الغار الكرزي (الرندا) Bay laurel من الفصيلة القرفية F.Lauraceae.

ومن المواد الغذائية التى يكثر استعمالها في الطب التقليدي يمكن ذكر الحلبة Fenugreek والكركدية H.subdariffa وزيت بذرة القطن (وقشور سيقانه وجذوره) Gossypiumوالتمر هندي Tamarindus والمغات Glossostemon والفلفل الأسود والأبيض Pepper وجذور الطيب Nutmeg والقرنفل Cloves والخرشوف Cyanara والطرطوفه H.tuberosum وعباد الشمس Sunflower والقرطم Carthamus وبتلات الورد Rose petal والفروالة Strawberryوالتفاح Appleوالسفرجل Quince والكمثرى Pear واللوز المر والحلو Almond والبرقوق Plum والخوخ Peach والمشمش Apricot وحب الملوك (الكريز) Cherry والعليق الاحمر Rubus.

وعلى رأس النباتات التي تضاف للطعام والشراب والتي تم فحصها وتبين أنها تقي وتمنع الاصابه بالسرطان يكون الثوم Garlic والبنجر Beet وفول الصويا Soya bean والزنجبيل Ginger والعرقسوس Liquorice والجزر الاحمر والاصفر Carrot والكرفس Celery والبصل Onion والشاي الاخضر (الغير مخمر) Green teaوكثير غيرها.

وهذه النباتات تحتوى على كيميائيات نباتية لها نشاط بيولوجي داخل الجسم وتكون بمثابة عوائق طبيعية تمنع تكون الخلايا السرطانية وتحد من انتشارها، كما أنها تمنع أمراض أخرى من أمراض العصر مثل الحساسية والأمراضالعصبية ونقص المناعة.

ويلاحظ أن الفراعنة والأقدمون كانوا يلجأون الى نباتات البيئة ويكثرون من الثوم والبصل والعدس Lenticel والكرات leek وعسل النحل ونباتات العائلة الصليبية وبذلك لم ينتشر بينهم أمراض القلب وضغط الدم والسرطان وقد أثبتت البحوث أن عصير الجرجير يستعمل بنجاح في انماء الشعر وتقوية بصيلاته وفي منع الصلع وداء الثعلبه وخاصة اذا أضيف اليه عصير البقدونس ومغلى البابونج، وذلك أفضل بكثير من العلاج بالصبار بل وأكثر أمانا.وقد ذكر أيضا عن حبة البركة (الحبة السوداء) أنها شفاء لأمراض عديدة وأنها تنشط جهاز المناعة في جسم الانسان، وخاصة المصابون بتليف الكبد. ويجب قبل التداوي بالأعشاب أن يجري التشخيص السليم للمرض لأن الأعراض متشابهه لعدة أمراض والتداوي العشوائي بالأعشاب وخاصة التى لا تستعمل في الغذاء قد يؤدي الى نتائج مهلكة لصحة الانسان، ومن هنا يأتي دور الطبيب، فلكي تكون الفائدة أعم وأجدى فانه يجب أن يلم الأطباء بفوائد هذه النباتات والوصفات الشعبية ومعرفة موادها الفعالة وكيفية استعمالها لمرضاهم،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ولا يعقل أن يستفتى الطبيب أو يؤخذ رأيه في فائدة النبات أو الضرر منه وهو لا يعرف أي شئ عن هذا النبات ومكوناته الفعالة، ولهذا يجب أن يدرس طالب الطب النباتات الطبية في كليات الطب ولتكن جزءا من علم الاقرابازين Pharmacology أو دبلومات التخصص ولن ينجح الاستطباب الأمثل وكذلك التسويق السليم للأعشاب الطبية التى تنمو في البيئات المختلفة، الا اذا عرفها الأطباء ووصفوها لمرضاهم.

ومما يجدر ذكره، أن تداول النباتات الطبية والمتاجرة فيها يجب أن يخضع لاشراف ورقابة علمية يقوم بها أخصائيون من الصيادلة أو المؤهلين، اذ أنهم على دراية وخبره وافية بمعرفة أنواعها وأصنافها ومصادرها الجغرافية والعلمية وأنسب مواعيد زراعتها وجمعها وطرق تخزينها وحفظها وطرق تقويمها، ولا يصح أن تترك تحت تصرف العطارين وتجار الأرصفة اللذين ليس لديهم دراية كافية ولا معرفة بطرق تجهيزها والمحافظة على موادها من التلف والفساد والغش.والمعروف أن المادة الفعالة في النباتات الطبية والعقاقير تتأثر طبيعتها ونوعها وكميتها طبقا لعمر النبات وطبقا للظروف البيئية والعوامل المناخية والتربية والموطن الجغرافي الذى ينمو فيها، ومن أجل ذلك وضعت شروط معينة يجب اتباعها والتأكد من قبل استعمال العقار في الطب.أن كليات الصيدلة تقوم بتدريس هذه المعلومات كاملة لطلابها، والواجب أن تدرس هذه المعلومات كذلك لطلاب كليات الطب، وعلى الأطباء أن يعرفوا فوائد هذه الأعشاب ومضارها وكيفية استعمالاتها المثلى، وبذلك يصبح الطب التقليدي أو الشعبي في ايدي أمينه واعية وتحت اشراف علمي دقيق يحافظ على صحة المريض ويفيد المجتمع الانساني وكذلك المجتمع الحيواني ويحصى المهن الطبية من الادعاء والدخلاء ويحفظ الطب التقليدي من طب الأرصفة.

والأمر يتطلب الآن كيفية استغلال النباتات الطبية والاستفادة المثلى منها في الطب الشعبي، وبذلك يجب أن تتضافر الجهود لدراستها وابراز أهميتها العلاجية ويقتضي ذلك انشاء " مركز علمي " على الصعيد العربي لحصر النباتات الطبية التى تنمو في كل الوطن العربي ومحاولة الاستفادة منها كمصادر للدواء.ويجب أن يقوم الأفراد العلميون بعمل زيارات ميدانية إلى الأقلية النباتية في العالم العربي لحصر هذه النباتات ودراستها في بيئاتها الطبيعية حتى يمكن الاستفادة منها على الوجه الأكمل.

المراجـــــــع

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

١- رحلة عملية الى مريوط بالساحل الشمالي لمصر " النشرة الصيدلية المصرية " المجلد ٤٠ العدد
الرابع سنة ١٩٥٨ للدكتور / أحمد محمد المغازي .

2- El-Moghazy, A.M., "Medicinal plants of Sudan" African Journal of Pharmacy and pharmaceutical Science, Vo 1., No. 5 , April, 1971.

3- Brown , A.and Massey, R.,"Flora of the Sudan " 1929.

4- Muschler, R, " A Manual Flora of Egypt " Berlin, 1912.

5- Watt, J.M, and Breyer, M.G, " The Medicinal and Poisonous Plants of Southern and Eastern Africa " I., and S.Living Stone LTD. Ediburgh and London ,1962.

6- Perry, L.M., " medicinal plants of East and South east Asia" MLT Press Cambridge, England,1980.

7- Oliver, " Flora of Tropical Africa, 1877.

8- Tackholm , V., and Drar , M." Student 's Flora of Egypt ",1975.

9- Tang , W.& Eison, G., " Chinese Drugs of Plants Origin ", 1992.

١٠- الطب الشعبي الحديث " تأليف تريزا بيركهمر سنة ١٩٩٢ ترجمة وشرح غازي عبد القادر – دارالجيل بيروت.

١١- " الشفاء في النبات " تأليف وديع جبر (١٩٩٣) – دار الجيل – بيروت.

١٢- نباتات وأعشاب في خدمة المرأه – عودة حوء الى أحضان الطبيعة – اعداد دار المؤلف – مراجعة فاليا مكرزل– بيروت – لبنان سنة ١٩٩٧

١٣- " الف بائي الدواء والداء " تأليف الأبوين متى طراب ولوقا شواقب – دارالجيل – بيروت.

١٤- " لكل داء غذاء أو التداوي بالأكل " تأليف دكتور الياس الأسمر (١٩٩٤) دار الجيل – بيروت.

١٥- " عالج نفسك بالأعشاب الطبية " اعداد رمضان محمود سنة ١٩٩٦.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com