

النباتات الطبية الصحراوية



النباتات الطبية الصحراوية

أهمية النباتات الطبية الصحراوية:

تُعرَّف النباتات الطبية بأنها تلك القادرة على تخفيف أو علاج الأمراض ولها استخدام تقليدي كعلاج في السكان أو المجتمع. يعد استخدامها أحد أقدم الممارسات لعلاج الأمراض والشفاء منها والوقاية منها.

فوائد الأعشاب الطبيعية للجسم:

- يساعد في تخفيف الغثيان سواءً الصباحي وخاصة الغثيان عند الحامل، أو الغثيان الناتج من أدوية العلاج الكيميائي لمرضى السرطان.
- يمكن أن يساعد في تخفيف آلام العضلات.
- يمتلك خصائص مضادة للالتهابات والعدوى، فبالنالي قد يساعد في تخفيف التهابات المفاصل.
- يساعد في تنظيم سكر الدم.

أنواع النباتات الطبية الصحراوية:

1- الشيح :

الشويلاء أو الشَّيْحُ (الاسم العلمي Artemisia) هو من النباتات العُشْبِيَّةِ بالبريَّةِ المُعَمَّرَةِ، من الفصيلة النجمية . أنواعه عديدة منتشرة في مُعْظَمِ انحاء العالم، منها البريَّةُ، والطبيَّةُ، والصِّناعيَّةُ وهي من النَّبَاتَاتِ الطَّبِيَّةِ الَّتِي تَقْطَعُ البَلْغَمَ، وتُخْرِجُ الدِّيدَانَ، وتُذَهَبُ المَغْصَ . ويستخلص منه مادة «السانتونين» الفعالة بالإضافة إلى احتوائه على مادة «آرتميزين». ويستعمل مغليه لعلاج الحميات ومنقوعه في تخفيف البول السكري . يُخَطَّرُ مادُّها مع أي دهن فيزيل داء النَّعْلَبِ وتُستخدَمُ أوراق الشيح كبخور حيث يحرق في المنازل لتطهيرها من الروائح الكريهة ولطرد التَّعَابِينِ، والحشرات. يجب مراعاة عدم المبالغة في استخدامه بسبب مادة السانتونين ذات الآثار السمية إذا استخدمت بكثرة، أو بصورة مستمرة.



الشيح

2- الحرمل :

الحرمل (بالإنجليزية Peganum Harmala ، أو ما يعرف أيضًا باسم غلقة الذئب، هو نبات عشبي معمر أو شجيرة صلبة الساق، يتراوح طوله من 30 - 80 سم، مع سيقان ناعمة وأوراق خضراء اللون بطول 2 - 5 سم مع زهور بيضاء إلى كريمية اللون.

تم استخدام الحرمل كنبات طبي في دول آسيا الوسطى، وشمال أفريقيا، والشرق الأوسط، وقد استخدم أجزاء مختلفة من هذا النبات، بما في ذلك بذوره، وثماره، ولحائه، وجذوره، في الطب الشعبي البديل لعلاج مختلف الأمراض والمشكلات الصحية،

تعود فوائد الحرمل الطبية لاحتوائه على العديد من المركبات الفعالة التابعة لمجموعة قلويدات البيتا كاربولين (بالإنجليزية: Beta-Carboline) وقلويدات الكينازولين (بالإنجليزية: Quinazoline)، حيث تتواجد معظم الأنواع من هذه المركبات الفعالة في بذور الحرمل أو جذوره، إلا أن بعضها يمكن إيجاده في مختلف أجزاء النبات.



نبات الحرمل

فيما يلي نذكر بعضاً من المركبات الفعالة المتواجدة في نبات الحرمل:

الهارملين (بالإنجليزية Harmaline)

الهارمين (بالإنجليزية Harmine)

الهارمالول (بالإنجليزية Harmalol)

الهارمان (بالإنجليزية Harman)

الديوكسيبييجانين (بالإنجليزية Deoxypeganine)

البييجانين (بالإنجليزية Peganine)

الديوكسيفافاسينون (بالإنجليزية Deoxyvasicinone)

الفاسينون (بالإنجليزية Vasicinone)

تمتلك هذه المركبات العديد من الخصائص العلاجية، بما فيها خصائص منشطة، وخصائص مسكنة للألم، وخصائص مضادة للميكروبات، وخصائص مضادة للأورام والخلايا السرطانية.

فوائد الحرمل الطبية :

يمكن أن تتضمن فوائد الحرمل الصحية المحتملة أيضًا ما يلي:

- تسكين وتخفيف الألم، فمن الممكن استخدام نبات الحرمل للتقليل من ألم الدورة وغيرها من أنواع الألم.
- تقليل الالتهابات، وذلك عن طريق تثبيط بعض عوامل الالتهابات، بما في ذلك البروستات وعامل نخر الورم ألفا.
- علاج بعض أمراض الجهاز التنفسي، مثل: السعال والربو.
- التخفيف من أعراض التهاب المفاصل الذي يؤثر على الركبة، بما في ذلك خشونة وألم المفاصل.
- الحفاظ على صحة العظام والوقاية من مختلف الأمراض التي يمكن أن تصيبها، ويمكن أن يعود ذلك للقدرة المحتملة لبعض المركبات الفعالة في الحرمل على منع تكوين وتمايز الخلايا الأكلة للعظم وبالتالي سيمنع ارتشاف العظم، كما أنه يعزز من تمايز الخلايا العظمية.
- الوقاية من مرض السكري وزيادة حساسية الإنسولين في الجسم.
- التخفيف من أعراض تضخم البروستاتا الحميد، وهي من أهم فوائد الحرمل للرجال، فهو يمكن أن يقلل من تكرار البول، وتقطع البول، والتبول أثناء الليل لدى الرجال المصابين بتضخم البروستات .



الحرمل صيدلية متكاملة

3- الحبة السوداء :

حبة البركة حبة سوداء، كمون أسود أو الشونيز المزروع أو حبة البركة (الاسم العلمي: *Nigella sativa*) نوع نباتي ينتمي إلى جنس الشونيز من الفصيلة الحوذانية. تنتج ثماره البذور المعروفة بحبة البركة.



الحبة السوداء

الأسماء:

الحبة السوداء أو الكمون الأسود أو الفُقاح الأسود أو السائوج أو السيئوج أو الكون البري أو القزحة أو القُحطة أو شونيز أو بالكالونجي الأسود أو الكراوية السوداء.

الوصف النباتي:

عشبة حولية تعلقو 30 سم، لها ساق منتصبه متفرعة وأوراق دقيقة عميقة الفصوص وأزهار زرقاء إلى رمادية وقرون وبذور مسننة، موطنها الجزيرة العربية والمشرق العربي والمغرب العربي وإيران والهند وباكستان، تزرع في كثير من أنحاء آسيا ومنطقة حوض البحر الأبيض المتوسط.

الاستعمالات الطبية:

يحتوي زيت حبة البركة على العديد من الحموض الدهنية الأساسية. تحتوي حبة البركة على مادة Nigellone وهي أحد مضادات الأكسدة الطبيعية وكذلك الجلوتاثيون. تحتوي بذور حبة البركة على حمض الأراغينين.

وقد عُثر على الحبة السوداء في قبر توت عنخ آمون، وقد أورد دستور ديسر الطبيب الإغريقي (طبيب يوناني شهير عاش في القرن الأول الميلادي)، أن بذور الحبة السوداء تؤخذ لعلاج الصداع والنزلة الأنفية وألم الأسنان والديدان المعدية، كما تؤخذ بكميات كبيرة كمدّر للبول وزيادة درّ الحليب.

ورد في الحديث عن نبي الإسلام محمد (ص) أنه قال:

«إن هذه الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام، قلت: وما السام؟ قال الموت».

وكانت حبة البركة تستعمل منذ القدم في تنبيل الفطائر لتكسيبها الطعم الشهوي، كما تخلط مع العسل الأسود والسمسم بعد سحقها حلاوة تؤخذ على الريق كمقوية ومنبهة وطاردة للبلغم ولمقاومة شدة البرد في الشتاء القارص وزيادة المناعة ضد نوبات البرد والربو.

وقال عنها ابن سينا صاحب القانون: «والشونيز (حبة البركة) حريف مقطع للبلغم جلاء ويحلل الريح والنفخ وتنقيته بالغة ويوضع مع الخل على البثور اللبينية ويحل الأورام البلغمية والصلبة ومع الخل على القروح البلغمية والجرب المتقرح، وينفع من الزكام وخصوصاً مسحوقاً ومجعولاً في صرة كتان، يطلى على جبهة من به صداع. وإذا نقع في الخل ليلة ثم سحق وأعطى للمريض يستنشقه نفع من الأوجاع المزمنة في الرأس. لقتل الديدان ولو طلاء على السرة، ويدر الطمث إذا استعمل أياماً ويسقى بالعسل والماء الحار للحصاة في المثانة والكلَى».



الحبة السوداء

المواد الفعالة

مادة Thymoquinone هي أحد المواد الفعالة الأكثر أهمية في حبة البركة، وقد أجريت عليها الكثير من الأبحاث العملية المختلفة واثبت نجاحها في المساهمة في علاج مرض السرطان مثل سرطان البنكرياس، سرطان الثدي، سرطان المعدة وسرطان القولون.

كما وجد وفق الأبحاث العلمية ان مادة Thymoquinone فعالة في علاج السكري وعلاج الحساسية بأنواعها.

في الإسلام

كان المسلمون يستخدمون ويرشدون إلى استخدام حبة البركة أو الحبة السوداء لسنوات عديدة، وقد تم تشكيل عدة مقالات حول هذا الموضوع. كما تم استخدام البذور السوداء في جميع أنحاء العالم لأكثر من 3000 سنة. تمثل الحبة السوداء عشبا نبويا، وكذلك تحمل مكانا ملحوظا في أدوية النبي. ومن المثير للاهتمام أنه لم يتم استخدامها بوفرة قبل أن يجعل النبي محمد استخدامها معروفا. على الرغم من أن هناك أكثر من 400 عشبا مستخدما من قبل النبي محمد ومسجلة في أعشاب غالين وأبقراط، كانت الحبة السوداء ليست علاجاً مغموراً بين معظم العلاجات السائدة في ذلك الوقت. وبسبب الطريقة التي انتشر بها الإسلام، فإن استخدام وانتشار الحبة السوداء يعرف على نطاق واسع بأنه «علاج النبي».

4- شجرة الأراك او المسواك :

الأراك أو الأراك الفارسي و كَبَاث أو شجر السواك أو شجر الأسنان أو الاراكيات) الاسم العلمي *Salvadora persica* :
(هو نوع معمر دائم الخضرة من جنس الأراك من الفصيلة الأراكية يكثر في وديان تهامة



شجرة الأراك او المسواك

الوصف النباتي:

أوراقه تظهر طعمًا طيبًا ورائحة زكية عند تذوقها، وتمتد جذوره تحت الأرض، زهوره صفراء صغيرة، يثمر في الصيف على شكل عنقايد كعنقايد العنب وثمره لونه أحمر يشبه ثمر العوسج والغرقد، وعند نضجه يصبح لونه أسود. ترعى الإبل على أغصانه ويأكل البشر والطيور من ثمره ويسمى الكباث، كما يكتسب حليب الماشية التي تأكله رائحة زكية.

أخذت بعض الدول العربية التي تكثر فيها الصحاري بزراعة نبات الأراك لتثبيت التربة الرملية ولفوائده الأخرى.

خصائص الأراك:

هناك خصائص كيميائية لعود شجرة الأراك ثمة دراسات تحليلية أجريت في بعض الجامعات الألمانية بطلب من الباحثين المهتمين بتطوير معاجين الأسنان فوجدوا أن عود الأراك يحتوي على عنصر الفلورين وهو عنصر مقاوم ضد التأثير الحامضي، وكذلك عنصر الكلور وهو عنصر يزيل الصبغات، وكذلك سلفايوريا وهي مادة تقاوم وتقضي على البكتيريا، وقد أوصى مجمع معالجة الأسنان في ألمانيا مصانع معاجين الأسنان بإضافة هذه المادة للمعاجين. وهناك خصائص أخرى لعود الأراك إذ إن عود شجرة الأراك يغني عن الفرشاة والمعجون، فالعود عبارة عن فرشاة وخصائصه الكيميائية تغني عن المعجون، وكذلك عود شجرة الأراك أوفر في المال من الفرشاة والمعجون.

فوائد الأراك :

- يحتوي على نسبة عالية من السيليكيا وفيتامين C ، بالإضافة للكبريت وكميات قليلة من الصابونين.
- يشتمل على المواد الراتنجية.
- يعمل على منع تراكم البكتيريا بالفم لاحتوائه على مادة الكبريت والأس الهيدروجيني الذي يمنع نمو الجراثيم .
- اتفق بعض العلماء على أن أفضل ما يستاك به هو عود الأراك لما فيه من طيب وريح وتشعير يخرج وينقي ما بين الأسنان من بقايا الطعام وغير ذلك ، ولحديث عبدالله بن مسعود رضي الله عنه قال : كنت أجتني لرسول الله صلى الله عليه وسلم سواكاً من الأراك .

5- شجرة الجوجوبا :

الجوجوبا (بالإسبانية: Jojoba أو السيمونديا الصينية أو السيمونديا الكاليفورنية أو بندق ماعز) (الاسم العلمي: *Simmondsia chinensis*) هو نبات صحراوي يتحمل الظروف والأجواء المتطرفة الحارة والباردة وملوحة التربة العالية، فهو يتحمل العيش في درجة حرارة من 50 درجة مئوية إلى (-5 م كما يتميز هذا النبات بمقاومته العالية للأمراض والآفات واحتياجه القليل للماء، لذا يعتبر نبات مثالي لزراعته وتكثيره في الصحاري الكثيرة في البلاد العربية للاستفادة من إنتاجه من الزيوت لتحويلها إلى وقود نباتي رخيص ومستديم.



شجرة الجوجوبا

فوائد شجرة الجوجوبا

1. تحسين صحة القلب: بذوره غنية بالأحماض الدهنية الأساسية مثل حمض الأوميغا-3 وحمض الأوميغا-6. تُعتبر هذه الأحماض الدهنية مفيدة لصحة القلب وتساهم في تقليل مستويات الكوليسترول الضار وتعزيز صحة الأوعية الدموية.
2. دعم الجهاز المناعي: تحتوي بذوره على مضادات الأكسدة التي تساهم في تعزيز جهاز المناعة وحماية الجسم من الأضرار الناجمة عن الجذور الحرة. تعزز هذه المضادات الأكسدة الصحة العامة وتساهم في مقاومة الالتهابات والأمراض.
3. تعزيز صحة الجهاز الهضمي: تحتوي بذوره على نسبة عالية من الألياف الغذائية، وهي تعتبر أساسية لصحة الجهاز الهضمي. تساعد الألياف في تحسين حركة الأمعاء والوقاية من الإمساك وتعزيز صحة القولون.
4. تحسين صحة الجلد: بذوره تحتوي على فيتامين E وفيتامين C والأحماض الدهنية المشبعة وغير المشبعة، وهي جميعها مفيدة لصحة الجلد. تساهم هذه العناصر الغذائية في ترطيب البشرة وتقليل التجاعيد وتحسين مرونتها.

5. دعم صحة العظام: تحتوي بذوره على معادن مثل الكالسيوم والمغنيز والفوسفور، وهي جميعها ضرورية لصحة العظام والأسنان. تساهم هذه المعادن في تقوية الهيكل العظمي والحفاظ على صحة الأسنان.



بذور شجرة الجوجوبا

وهناك العديد من النباتات الطبية الصحراوية مثل الحنة والخروب والحلبة والسدر والشوك والحنظل وغيرها .



الحلبة



الخرنوب



السدر



الحنظل



الحناء



الشوك