

# أسرار علم النباتات الطبية



الصحة والغذاء

العودة إلى الطبيعة



## كيف عرف الإنسان العلاج بـ «النباتات الطبية»:

عرف الإنسان النباتات منذ بداية الخلق، فكان يستخدمها كطعام ومسكن وأدوات واستخدامات كثيرة أخرى.

وظهر في العصور الوسطى الاهتمام باستخدام النبات في المجال الطبي «النباتات الطبية»، ونجحت النباتات في علاج الكثير من الأمراض.

وكانت الحضارة الفرعونية من أوائل الحضارات التي اشتهرت بمجال العلاج بالنباتات الطبية، وقاموا بكتابة كل اكتشافاتهم الطبية والعلاجية بالنباتات في «بردية إيبرس».

واشتهرت أيضًا قارة آسيا بعلاج النباتات الطبية، خاصة الصين التي اشتهرت بعلم «العلاج بالنباتات الصينية» والهند والتي عرفت العلاج بالنباتات من خلال كتابهم المقدس «الأيروفيدا».

استخدم بعض علماء الطب العلاج بالنباتات الطبية مثل «أبقراط، ابن سينا، أبو بكر الرازي».



# ما هو العلاج بـ«النباتات الطبية»؟

كل شيء له أصل نباتي ويستعمل طبيًا لأنه يحتوي على مواد طبية طبيعية لعلاج مرض معين أو تقليل الإصابة به أو كمسكن للألم.

## أهم الدول المصدرة للنباتات الطبية:

**عالمياً :** الصين، الهند، فرنسا، الولايات المتحدة الأمريكية، سنغافورة، شيلي.

**الشرق الأوسط :** مصر، وإيران، سوريا، المغرب، تونس.

## سبب استخدام المستخلصات النباتية الطبية في مصر:



- 1- تأثرت حركة التجارة خاصة تجارة الأدوية والمستحضرات الطبية بعد العدوان الثلاثي خاصة وأن حجم الواردات من الأدوية الطبية كان 90٪.
- 2- لهذا السبب قاموا بتشجيع الإنتاج المحلي الذي يعتمد بالدرجة الأولى على المادة الخام من النباتات الطبية.
- 3- بسبب الطبيعة الصحراوية للوطن العربي ونمو العديد من الأعشاب البرية حول الترع والقنوات، قاموا بزراعة أنواع جديدة مثل نبات الخلة البلدي والخلة الشيطاني.
- 4- تتركز زراعة النباتات الطبية في القاهرة بأربع محافظات وهي المنيا، أسيوط، الفيوم، وبني سويف.

# مقومات إنتاج النباتات الطبية في مصر:



1. **المناخ** : المناخ المناسب والطاقة الشمسية التي تساعد في زراعة النباتات الطبية.

2. **الأيدي العاملة** : عمال مدربين على العمليات الزراعية وجمع المحاصيل واستخلاصها.

3. **التربة المناسبة** : طبيعة التربة الطينية الثقيلة والرملية الخفيفة والصفراء التي تساعد على زراعة العديد من النباتات الطبية.

4. **توافر المساحات اللازمة للزراعة** : توافر مساحات من الأراضي الصحراوية التي تم

استصلاحها والقابلة للاستصلاح ويمكن استغلالها في مجال إنتاج النباتات الطبية

5. **الموقع المتميز** : الذي يمتد من ساحل البحر المتوسط والأحمر.

## الأهمية الطبية للنباتات الطبية:

1. مصدر للمواد الفعالة التي تدخل في تحضير الدواء.
2. تستعمل كمادة خام لإنتاج بعض المركبات الكيميائية.
3. عنصر أساسي لصناعة الكورتيزون وهرمونات الجنس وبدائل بلازما الدم.

## الأهمية الاقتصادية للنباتات الطبية:

1. توفير جزء كبير من خزانة الدولة للنقد الأجنبي.
2. تمثل أهمية كبيرة من صادرات الدول للخارج.
3. أهميتها الاقتصادية أكبر من الأهمية الاقتصادية للمحاصيل الزراعية، فعندما نقارن الربح الناتج من محصول فدان الطماطم الذي يصل إلى ما قيمته 3000 جنيه مصري بالربح الناتج من زراعة فدان بابونج الذي يصل إلى 14000 جنيه مصري، سنجد أن الربح يصل في محاصيل النباتات الطبية إلى الضعف وأكثر.
4. تحتل مصر المركز الحادي عشر في أهم الدول المصدرة للنباتات الطبية، حيث يصل حجم الصادرات 17,7 مليون دولار.
5. يبلغ حجم الصادرات من النباتات الطبية لأكثر من 20 دولة 609,9 مليون دولار أمريكي وهو ما يمثل 80,23 % من إجمالي الصادرات.

# مقومات إنتاج النباتات الطبية في مصر:



## 1- المجال الغذائية مثل:

- التوابل.
- البهارات.
- المشروبات.
- مسكبات الطعم والرائحة.

## 2- المجال العلاجي فهي تدخل في صناعة العديد من الأدوية والعلاج مثل:

- مسكنات ألم المفاصل والالتهابات الروماتزمية.
- أدوية ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين.
- المطهرات.
- المستحضرات الطبية.
- الأغذية الخاصة بعلاج مرض تصلب الشرايين والذبحة الصدرية.

## 3- المجال التجميلي:

- مساحيق التجميل.
- كريمات الشعر.
- صابون الوجه والجسم.
- العطور.

# الفرق بين علاج «النباتات الطبية» و«العقاقير»:

## العلاج بالعقاقير الكيميائية



- المادة الفعالة التي يتم تعديلها معمليًا لا تؤدي نفس تأثير المادة الفعالة الخام
- المادة الفعالة المعدلة كيميائيًا أكثر نقاء
- بعض مكونات الأدوية لها تأثيرات جانبية ضارة للجسم سواء ظهرت هذه الآثار وقتها أو على المدى الطويل
- يجب استخدامها تحت إشراف طبي مشدد
- لا يمكن تناول بعد الأدوية في لحالات معينة كالحمل والرضاعة وبعد الأمراض
- انتشارها كبير جدًا ولكنها ليست آمنة بالشكل الكافي

## العلاج بالنبات الطبية



- المادة الفعالة تؤدي كل التأثير اللازم لأنها مادة خام.
- المادة الفعالة هنا يجب استخلاصها تحت إشراف فريق طبي وعلمي ولا يجب تناولها من أي جهة غير متخصصة.
- لا يوجد أي آثار جانبية ناتجة من النباتات الطبية.
- يمكن استخدام مستخلصات النباتات الطبية دون إشراف طبي في ماعدا الأمراض المزمنة والمناعية.
- يمكن استخدامها لكل الحالات حتى الحمل والرضاعة.
- أقل انتشار ولكنها أكثر أمان للصحة.

# تصنيف المستخلصات النباتية الطبية:

## 1- التصنيف المورفولوجي:

### حسب الجزء الذي يحتوي على المادة الفعالة ومنها:

- نباتات تستعمل بأكملها: تنتشر المادة الفعالة بكل أجزاء النبات مثل أمثلتها « الصنوبر الأسود، نبات الونكا، عشبه الشيح الخرساني، الداتورا».
- نباتات تستعمل أوراقها: تتركز المادة الفعالة في أوراق النبات مثل الريحان، والنعناع، والصبار، الشاي، الحناء .
- نباتات تستعمل نوارتها أو أزهارها: تتواجد موادها الفعالة سواء في النواة مثل:«البابونج، الأقحوان» أو توجد في بتلات الأزهار مثل: «الورد، الياسمين، الفل» أو في كأس الزهرة مثل«الكرديه» أو الأزهار كما في الزعفران.
- نباتات تستعمل ثمارها: توجد المواد الفعالة في الثمار مثل «كالشطة ، الخلة ، الكراوية».
- نباتات تستعمل بذورها: توجد المادة الفعالة في البذور «حبة البركة، الخردل، الكاكاو، البن، الخروع، عباد الشمس».
- نباتات يستعمل القلف: مثل القرفة، الصفصاف، الحور، أبو فروة.
- نباتات تستعمل أجزائها الأرضية: يمكن أن تكون سيقان أرضية متحورة أو جذور وتدية أو جذور متدنة وتوجد بها المواد الكيميائية مثل : المغات، الجبوفिला، عرق الحلاوة، العرقسوس، درنات السحلب.



## 2-التصنيف الفسيولوجي أو العلاجي:

### حسب فوائد النبات العلاجية ومنهم

- نباتات مسهلة أو ملينة مثل السنامكي ، الخروع، العرقسوس.

- نباتات مسكنة أو مخدرة مثل الصفصاف، الخشخاش  
- نباتات مانعة لتهتك الأوعية الدموية الشعرية مثل الموالح، الحنطة السوداء.

- نباتات منشطة للقلب مثل الدفلى، بصل العنصل الأبيض، الديجيتالس.

- نباتات مسببة للأحمرار الموضعية مثل نبات الخردل الأبيض والأسود، الشطة السوداني.

## 3- التصنيف التجاري:

يتم التصنيف تبعًا لطبيعة المجال الذي تتبعه هذه النباتات تجاريًا

- نباتات طبية: تستخدم في مجال تصنيع الأدوية

ومنها الداتورة، النعناع، البردقوش، الخلة الشيطاني.  
- نباتات التوابل والبهارات ومكسبات الطعم والنكهة والمكونات الطبيعية: تستخدم لأغراض غذائية ومنها حبة البركة، جوز الطيب، الكمون.

- نباتات عطرية: تحتوي أعضائها النباتية على زيوت عطرية طيارة يمكن استخدامها في صناعة الروائح ومستحضرات التجميل مثل الياسمين، الورد، الريحان.  
- نباتات مقاومة للحشرات: يستخدم هذا النوع في إبادة الحشرات: تستخدم في صورتها الطبيعية أو مستخلصاتها في مقاومة وإبادة الحشرات مثل: البيرثرم، الديرس.

- نباتات تستخدم في صنع المشروبات: مثل الشاي، البن، الكاكاو، الكولا، المغات، السحلب، البابونج، التمر هندي، النعناع، الكركدية

الاسم النبات				الجزء المستعمل				الاستخدامات الطبية			
البردقوش				الأوراق				المكونات:			
								السابينين، هيدرات السابينين، الكارقاكرول، لينالول، فلافونيات، حمض الكافئين، حمض الروزمارينيك ، تربينات ثلاثية			
								يعالج بعض الأمراض مثل:			
								*أمراض الدماغ والرأس *مضاد للتشنج *منبه للجهاز العصبي *طارد للغازات			
								الجرعات:			
								* تركيزه 5 غم لكل كيلوغرام من وزن الجسم *أمن للاستعمال الدائم لأكثر من شهرين *وضع معلقة جافه منه في كوب مع ماء مغلي ويترك من 10 إلى 15 دقيقة ويتم شربه بعد تصفيته			
								الآثار الجانبية:			
								*لا ينصح باستخدامه في الحمل *الإكثار منه يسبب النعاس			
البقدونس				العشب كامل				المكونات:			
								*مركب الأيبول الميرستسين *فيوركومارين *فلافونيدات			
								يعالج بعض الأمراض مثل:			
								*خافض للحرارة *يستخدم في حالات عسر الدورة الشهرية *إزالة الالتهابات والأورام *إزالة غازات الأمعاء وعسر البول *علاج التهابات المعدة *مذيب لحصى الكلى *ملين للبطن *مضاد للمغص *مضاد للربو واضطرابات الجهاز التنفسي والتهابات الشعب الهوائية *ضيق التنفس وأورام الثدي *يعالج مشاكل الطحال والكبد *مدر للحليب *مضاد لتورم الثدي ولدغ الحشرات والقمل والتهابات الجلد			
								الجرعات:			
								*يغلى البقدونس في الماء لمدة 10دقائق، يمكن شربه عدة مرات في اليوم			
								الآثار الجانبية:			
								*ينصح بتناوله طازجًا لأن الجاف يفقد عناصره الغذائية *يفقد البقدونس العديد من العناصر عند الفرم والتقطيع *لا يجب استخدامه في الحمل أو عند الرغبة في الحمل وكذلك لا ينصح بتناوله للأطفال أقل من عامين أو مرضى الأمراض المزمنة للجهاز الهضمي مثل القرع المعدية والقولون			

جوز الطيب	البذور	يعالج بعض الأمراض مثل: *منشط عام *طارد للغازات المعدة *يدخل في أدوية الروماتزم *مشاكل التنفس *علاج لجفاف الجلد *علاج للمشاكل الجنسية	الآثار الجانبية: الإكثار منه يتسبب في الهلوسة وزغلة العين
حبة البركة	البذور	يعالج بعض الأمراض مثل: *طارد للرياح *مدر للبول *يشفي ويطهر الجروح القاطعة ولدغات العقرب والأكرزما * مضاد للديدان المعوية *مدر للطمث *مفيد للربو *مقوي للجهاز المناعي * مفيد لأمراض البروستاتا والقولون *منشط للأعصاب والجنس *يعالج مرض السكري * علاج الصداع والنزلة الأنفية وألم الأسنان	المكونات: *40٪ زيوت ثابتة *1,4٪ زيوت طيارة *أحماض دهنية * Nigellone * الجلوتاثيون * حمض الأرجينين
حبهان	الثمار	المكونات: *زيوت ثابتة *وطيارة ورماد يعالج بعض الأمراض مثل: *فاتح للشهية *تخفيف الغازات *علاج حرقة المعدة *تنظيف الفم *مقاومة الميكروبات *تقليل القيء والغثيان أثناء الحمل *تسكين ألم المخاض *مدر للبول ويعالج أمراض المثانة *يعالج الاكتئاب *علاج الضعف الجنسي وسرعة القذف	
حشيشة الدينار	المخروطات الزهرية	يعالج بعض الأمراض مثل: *تسهيل وتقوية الجهاز الهضمي *علاج الأرق والتوتر *مهدئ للتنفس *مضاد للتقلصات	

حلفا بر	العشب	<p>يعالج بعض الأمراض مثل:</p> <p>*علاج مشاكل الجهاز الهضمي    *علاج مشاكل البشرة    *تطهير المجاري البولية</p> <p>*علاج الالتهابات    *تفتيت حصوات الكلى    *منع ترسبات الحصوات</p> <p>*تسكين المغص الكلوي    *مدر للبول    *تصفية الجسم من السموم</p> <p>*علاج انتفاخ البطن    *علاج الإمساك المزمن    *علاج مشاكل الجهاز التنفسي</p> <p>*علاج التهابات الرئوي    *علاج ضيق التنفس والكحة</p> <p>*خفض ضغط الدم المرتفع    *الحفاظ على صحة القلب والشرابين والأوعية الدموية</p> <p>*خفض نسبة الكوليسترول في الدم    *تقليل آلام والتهابات المفاصل الروماتيزمية</p>	<p>طريقة الاستخدام</p> <p>*مزج مسحوقها مع الماء</p>	
حصالبان	الأوراق	<p>طريقة الاستخدام والجبرعات:</p> <p>*يوضع مع قشور البلوط بأجزاء متساوية معلقة منها على كوب ماء كغسول مهبلي مرتين في اليوم في حالات الالتهابات المهبلية</p> <p>*ملعقة من إكليل الجبل يتم إعدادها كما يُعد الشاي وتؤخذ 3 مرات يومياً، تشرب بعد الوجبات وقبل النوم مباشر</p>	<p>يستخدم في علاج:</p> <p>*الصداع    *عسر الهضم</p> <p>*الأرق    *الملاريا</p> <p>*مكافحة مرض الزهايمر    *تحسين الذاكرة</p> <p>*علاج الإفرازات المهبلية    *يفيد في علاج اضطرابات القلب</p> <p>*طارد للرياح    *مقاوم للسعال والربو</p>	<p>المكونات:</p> <p>* الكافور</p> <p>* حمض الروزمارنيك</p> <p>* حمض الكافيك</p> <p>* اليوروسوليك</p> <p>* البيوتولونيك</p> <p>* مضادات الأكسدة</p> <p>* حمض الكارنوسيك</p> <p>* الكارنوسول</p>

ريحان	العشب
<p>المكونات:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*زيوت</li> <li>*الأوجينول</li> <li>*مركب</li> <li>السترا</li> </ul> <p>يستخدم في علاج:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*مضاد للتشنج</li> <li>*تهدئة الجهاز الهضمي</li> <li>*تقليل الغازات والانتفاخات</li> <li>*علاج حالات القيء الشديد</li> <li>*تخفيف آلام الروماتزم واحتقان المفاصل</li> <li>*علاج البلغم والحمى</li> <li>*علاج التهابات الرأس والدمامل</li> <li>*تقوية النظر</li> <li>*علاج حالات ضربات الشمس والصداع</li> <li>*منع ترسيب الكوليسترول في الأوعية الدموية</li> <li>*الحماية من تصلب الشرايين والذبحة الصدرية</li> </ul> <p>طريقة الاستخدام والجرعات:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*يخلط عصيره مع عصير الزنجبيل والعسل</li> <li>*تمضغ بعض أوراقه قبل الأكل</li> <li>*يمكن شربة مغلي بعد الوجبات</li> <li>*مغنسيوم</li> </ul> <p>الآثار الجانبية:</p> <p>ينصح تجنبه في حالات الحمل والأطفال</p>	<p>المكونات:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*زيوت أساسية</li> <li>يشكل أسكاريدول</li> <li>ascaridole حوالي 70 %</li> <li>*جيرانياؤل وميثيل</li> <li>الساليسيليك، بيتا</li> <li>كاروتين</li> <li>*فيتامين ب 2</li> <li>وفيتامين ج</li> <li>*الكالسيوم و الحديد</li> </ul> <p>يستخدم في علاج:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*مضاد للبكتريا والطفيليات والديدان</li> <li>*منشط للجهاز الهضمي</li> <li>*مسكن للألم</li> <li>*مضاد للحموضة</li> <li>*مضاد التهابات</li> <li>*يزيل سموم الكبد</li> <li>*ملين للبن</li> <li>*التئام الجروح</li> </ul> <p>طريقة الاستخدام والجرعات:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>حسب توصيات</li> <li>المشرف الطبي تبعا لكل حالة وعمر.</li> </ul> <p>الآثار الجانبية:</p> <p>الرضع والمرضع والحوامل واستعماله بحذر داخليا وتحت الإشراف الطبي فقط.</p>
زريخ	العشب

زعر	الأوراق والقمم الزهرية	<div>المكونات:</div> <div>*ثيمول</div> <div>*اللينالول</div> <div>*اليورنيول</div> <div>*الميرسين</div> <div>*سيمين</div> <div>الاستخدامات الطبية:</div> <div>*مضاد حيوي</div> <div>*علاج فطريات الأظافر</div> <div>*التهاب القصبات الحاد</div> <div>*حب الشباب</div> <div>علاج السعال</div> <div>طرق الاستخدام:</div> <div>غمس العشب في الماء أو مع الشاي</div>
زنبق	الأزهار	<div>المكونات:</div> <div>*سيكلوبامين</div> <div>الاستخدام العلاجي:</div> <div>*منع تكوين الخلايا السرطانية</div> <div>*قتل الخلايا السرطانية</div> <div>*قتل خلايا الورم</div>
شبت	الثمار	<div>استخداماته العلاجية</div> <div>*علاج الوعكات المحية</div> <div>*علاج هشاشة العظام</div> <div>*مضاد للبكتيريا</div> <div>*تعقيم الجروح</div> <div>*علاج الحموضة</div> <div>*الحماية من أمراض القلب</div> <div>*الوقاية من الإسهال</div> <div>*علاج الصداع</div> <div>*صحة العظام</div> <div>*مكافحة العدوى</div> <div>*التخلص من الغازات</div> <div>*تحسين وظائف الجهاز الهضمي</div> <div>*تهديئة اضطرابات المعدة</div> <div>*تصفية الذهن</div> <div>*تخفيف التوتر والقلق</div> <div>*خفض الكوليسترول</div> <div>المكونات:</div> <div>*الكالسيوم</div> <div>*دهون</div> <div>*ألياف</div> <div>*كاربوهيدرات</div> <div>*بروتينات</div> <div>الآثار الجانبية</div> <div>*يجب تقليل استخدامه في الحمل أو استخدامه عند اللزوم فقط</div>

شمر	الثمار	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* التهاب الفم * لغسل العين * معالجة التسلخات * طرد الغازات</li> <li>* تسكين الآلام</li> <li>* معالجة السعال ونوبات الربو والسعال * سوء الهضم * معالجة التهاب الجهاز البولي</li> <li>* اضطرابات الهضم كالإمساك والغازات المعوية والغثيان والقيء</li> </ul>	<p>طريقة الاستخدام</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* غلي معلقة من بذور الشمر في 100مليلتر من الماء لنصف ساعة</li> <li>* غلي معلقة صغيرة من الشمر في كوب ماء ونقعه لحوالي 20 دقيقة</li> </ul>
فلفل أسود	الثمار	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* فتح الشهية * تنشيط المعدة</li> <li>* إزالة الرشح والنزلات الصدرية</li> <li>* تسكين المغص * علاج الإسهال</li> <li>* علاج الروماتيزم * تسكين ألم الأسنان</li> <li>* تسهيل الهضم</li> <li>* طرد غازات المعدة</li> <li>* خفض درجة الحرارة</li> <li>* مضاد القيء</li> </ul>	<p>تحذيرات هامة:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* استهلاكه بكميات كبيرة يتسبب في نزيف مخاطي وقرحة في المعدة</li> <li>* تقليل إنتاج الحيوانات المنوية</li> </ul>
قرفة	قلف السيقان	<p>الاستخدامات العلاجية:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* علاج القيء والإسهال وآلام العضلات * زيادة إفراز اللعاب وعصارة المعدة</li> <li>* خفض ضغط الدم العالي</li> <li>* تقليل نسبة السكر في الدم</li> <li>* والزكام وآلام</li> <li>* فاتح للشهية</li> <li>* علاج الكلف والنمش والصداع</li> <li>* علاج البثور والقروح</li> </ul>	<p>مكوناته:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* سينماليدهيد</li> <li>* اليوجينول</li> </ul> <p>تحذيرات:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* يجب الحذر من استخدام زيت القرفة عن طريق الفم لأنه يسبب الغثيان وأيضًا عدم وضعه على الجلد لأنه يتسبب في التهابات الجلد</li> </ul>



قرنفل	البراعم الزهرية	<div> <div> الاستخدامات الطبية:  * طارد للحمى * مطهر * معقم للمعدة * علاج القروح  * علاج آلام الرأس  * الحماية من الأوبئة  * يسكن ألم الأسنان  * يخفف التهابات الحساسية وينبه القلب والمعدة. </div> <div> المكونات:  *الأوجينول *فسفور *صوديوم *حديد *ماغنسيوم  *بوتاسيوم  *كالسيوم *منجنيز *هيدروكلوريك *فيتامين C_K </div> </div>
كافور	الأوراق	<div> <div> الاستخدامات الطبية:  * الكحة والتهاب الشعب الهوائية والربو  * آلام الظهر  * آلام الفقرات </div> <div> المكونات:  *السافرول  *اليوجينول  *التربينول  *السنيل  *اللجنانز </div> <div> الجرعات:  *لا تزيد على ما بين 0,06 جرام ثلاث مرات في اليوم </div> </div>
كراوية	الثمار	<div> <div> الاستخدامات الطبية:  * علاج انتفاخ البطن والمغص  * طرد الرياح  * تسهيل الهضم  * مطهر ومهدأ للأطفال  * إدرار الحليب </div> <div> المكونات:  السعرات الحرارية: 22    الدهون: 0,98    الدهون المشبعة: 0  الكاربوهيدرات: 3,34    الألياف: 2,5    البروتينات: 1,32  الكولسترول: 0 </div> </div>



كرفس	العشب والبذور	الاستخدامات الطبية: *إنقاص الوزن *مدر للبول *تسهيل الهضم *مفيد للسكر والتهابات المفاصل والكلى	المكونات: *فيتامينات أ، ب، ج *حديد *يود *المنغنيز *بوتاسيوم *كافور
كزبرة	الثمار	المكونات: *السعرات الحرارية: 23 *الدهون المشبعة: 0 *الألياف: 2,8 *الكوليسترول: 0 *البورنيول *كافور *ليمونين *كومارينات *فثاليدات *كاليسيوم *حديد	الاستخدامات الطبية: *فتح الشهية *علاج الحصى *علاج مشاكل القولون والروماتيزم *علاج نزيف الأنف والكحة ومشاكل المثانة والقيء والدوخة *علاج الربو والسعال

كمون	الثمار	<p>المكونات:</p> <p>*السعرات الحرارية: 375</p> <p>*الدهون: 22,27</p> <p>*الدهون المشبعة: 1,53</p> <p>*الكاربوهيدرات: 44,24</p> <p>*الألياف: 10,5</p> <p>*البروتينات: 17,81</p> <p>*الكولسترول: 0</p> <p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*فاتح للشهية</p> <p>*علاج عسر الهضم</p> <p>*علاج للمغص</p> <p>*طارد للغازات</p> <p>*إدرار الحليب</p> <p>*مدر للبول</p> <p>*مطهر للمجاري البولية والكلى</p> <p>*مضاد للاحتقان والتشنجات المعوية</p> <p>*طرد الدودة الشريطية والديدان المعوية</p> <p>*تفتيت حصوات الكلى والحالب</p> <p>*علاج ضيق التنفس والربو والسعال</p>
نعناع بلدي	الأوراق والقمم الزهرية	<p>المكونات:</p> <p>*دهون ودهون مشبعة</p> <p>*كاربوهيدرات</p> <p>*الألياف</p> <p>*بروتينات</p> <p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*تسكين ألم العصبية</p> <p>*علاج مغص أسفل البطن</p> <p>*علاج التهاب الكبد</p> <p>*تهدئة الجهاز الهضمي</p> <p>*تسكين المغص المعوي</p> <p>*طرد الغازات المعوية</p> <p>*مريح للأعصاب</p>

نعناع فلفلي	الأوراق والقمم الزهرية	المكونات: *المينثول *المينثون *إسترات المينثيل *الليمونين *البوليغون *الكاريوفيلين *البابينين الاستخدامات الطبية: * فاتح للشهية *علاج متلازمة القولون العصبي * كمضاد للتشنج * كعلاج لنزلات الجهاز التنفسي و التهابات أغشية الفم المخاطية * طارد للغازات * مضاد بكتيري * تقليل الإفرازات الناتجة عن الجهاز التنفسي
ينسون	الثمار	المكونات: *الأنيثول *استراجول *أنايس الدهيد *كافيك اسد *كلوروجينك اسد *فلافوبذرات *أبجنين *ميثيل شانيكول *استروجين الفوائد الطبية: * مهدئ للأعصاب * مسكن للمغص *علاج السعال والربو *منشط للهضم ومدر للبول * طارد للغازات *مدر البول
أفيون	السائل اللبني الجاف	*إزالة الآلام وتسكينها وخاصة ألم العظام والروماتيزم والإسهال والحكة

الأيفدرا	العشب	<p>المكونات:</p> <p>*ماء *مواد معدنية *كولين *قلويدات</p> <p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*أزمات الربو *السعال *الانسداد الرئوي المزمن *الجيوب الأنفية *نزلات البرد *علاج ضغط الدم المنخفض</p>
خشخاش	الإفراز اللبني المستخرج من الثمار الغير ناضجة	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*التجميل *علاج الالتهابات البكتيرية كالخراج *مسكن للألم *علاج الجروح والتقرحات *منشط للرغبة الجنسية *منوم *مهدئ للأعصاب</p> <p>*مسكن للكحة *مخدر *خافض للضغط *علاج الصداع</p>
داتورا	العشب	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*علاج حالات الصلع *تقوية الجهاز المناعي *علاج اضطرابات النوم *تهدئة الأعصاب *علاج الالتهابات *علاج الحمى *علاج النقرس *علاج أورام الثدي والخصيتين</p> <p>تحذير: يجب الحذر منها لأنها نبات شديد السمية وبعدها عن اليد والعين والفم وعدم استخدامها دون الاستشارة الطبية</p>
قشر رمان	قشر الثمار	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>*محاربة السمنة والدهون المتراكمة في الجسم *تنشيط عمل إنزيم الليباز البنكرياسي *مضاد أكسدة *مضاد للالتهابات *علاج مرض التهاب القولون التقرحي *علاج الإسهال وألم الإخراج وألم في البطن</p>

شطة	الثمار	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>* علاج أمراض المعدة * تقليل السكر بالدم * تنشيط دقات القلب</p> <p>* تقليل نسبة الكوليسترول في الدم * الوقاية من الجلطات</p> <p>* الوقاية من أمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين</p> <p>* يزيد من إفراز اللعاب * يساعد في عملية الهضم</p> <p>* قاتل للجراثيم التي تصيب المعدة * تنشيط الدورة الدموية</p> <p>* الوقاية من الزهايمر * علاج التهاب الرئوي</p> <p>* تخفيف آلام المفاصل ويسكن الآلام * مضاد للأكسدة</p>	المكونات: البوتاسيوم لحديد الماغنسيوم
قهوة	البذور	<p>الاستخدامات الطبية:</p> <p>* تقليل انتشار الخلايا السرطانية</p> <p>* تقليل ظهور مرض الزهايمر والخرف والشلل الرعاش</p> <p>* الوقاية من أمراض القلب والسكر والكبد والنقرص والبروستاتا والقولون</p> <p>* منشط للجهاز العصبي</p>	
كاكاو	البذور	<p>الفوائد الصحية:</p> <p>* مضاد للالتهاب * مضاد للحساسية * مضاد للسرطان * مضاد للأكسدة * خفض ضغط الدم</p> <p>* تحسين مرونة الأوعية الدموية * التئام الجروح</p>	
خشب الكينا	القلف	<p>الاستخدامات الطبية</p> <p>* ارتخاء العضلات * أجل تخفيف الشعور بالرجفان نتيجة الحرارة المنخفضة * علاج أعراض الملاريا</p> <p>* زيادة المناعة في الجسم * علاج أمراض الجهاز التنفسي والربو * علاج التهاب المفاصل</p> <p>* علاج أمراض الكبد والمرارة * علاج فقدان الشهية * علاج حالات الاكتئاب</p>	
لحلاح	البذور والكورمات	<p>الاستخدامات الطبية</p> <p>* علاج مرض النقرس * علاج التهاب المفاصل</p>	

لوبيا	العشب	الاستخدامات الطبية * خفض السكر في الدم * علاج عرق النسا * علاج الروماتيزم المزمن * علاج تراكم حامض البوليك * علاج القرحة * علاج تقرح الجلد * علاج حب الشباب * علاج الإكزيما
بصل العنصل	البصلة	الاستخدامات الطبية * مدر البول * تنظيم الدورة الدموية * طارد للبلغم * فاتح للشهية * طارد للغازات
حنطة سوداء	الأوراق	* انقاص الوزن * التحكم بمستوى السكر * تحسين الهضم
خردل أبيض	البذور	* تقليل نمو الخلايا السرطانية * تنشيط الدورة الدموية * نمو الشعر * تحسين مستوى الكوليسترول * خفض نسبة الدهون الثلاثية * منع السمنة و أمراض الكلى * تحسين صحة القلب
خردل أسود	البذور	* يخلص الجسم من السموم * تكوين كرات الدم الحمراء * تنشيط حركة الجهاز الهضمي * زيادة إفراز عصارات المعدة والأمعاء * طرد الغازات * علاج الإمساك * تقليل نسبة الكوليستيرول والدهون الضارة في الدم الدموية * التخلص من آلام الروماتيزم
خلة بلدي	الثمار	الاستخدامات الطبية * مدر للبول * علاج المغص الكلوي وحصىات الحالب * موسع للأوعية * علاج الذبحة الصدرية * علاج الربو تحذيرات * يجب عدم أخذها بجرعات عالية لمدة طويلة لأنها قد تتسبب في مشاكل في الكبد وفقدان الشهية وألم في الرأس * غير آمنة في حالات الحمل والرضاعة وقد تتسبب في انقباض الرحم الذي يؤدي إلى الإجهاض
ديجيتاليس	الأوراق	تقوية عضلات القلب
راوند	الريزومات	* تقوية المعدة * فاتح للشهية * علاج الإمساك * علاج التهابات المعدة

سنا مكّي	الأوراق	الاستخدامات الطبية *علاج حالات الصداع القوي والشقيقة *علاج الصرع وحالات الوسواس السوداوي *تخفيف من ألم الظهر وآلام المفاصل *تصفية الدم من السموم وتنقيته بشكل كامل *علاج حالات فقر الدم *علاج الأمراض الجلدية كالبثور واليرقان *علاج تصلب الشرايين والبواسير والربو *طارد للغازات *تسكين الآلام*تنشيط عمل الكبد *التخلص من الحكة والجرب
صبر	الأوراق	*علاج الجروح والتئامها *علاج تسمم شجر اللبلاب *علاج لدغات الحشرات *علاج البواسير
صفصاف	الأوراق	*علاج مشاكل الجهاز الهضمي والتنفسي *مسكن للمغص وطارد للبلغم ومعالج للأسهال والدوسنتاريا *مقوي للمعدة والأمعاء *علاج مرض الانسداد الرئوي والربو التحسسي والركام والتهاب الجيوب الأنفية والشخير أثناء النوم والتهاب الأنف والصدر والتهابات الأذن وآلامها * تقوية البصر وعلاج مشاكل العيون * علاج التهاب المفاصل والروماتيزم *علاج هشاشة العظام *مقاوم للجلطات * خفض نسبة السكر في الدم
فانيليا	الثمار القرنية	*علاج حب الشباب *مكافحة الشيخوخة *بلسم للحروق *تعزيز صحة الجلد *نمو الشعر *علاج القلق والاكتئاب *فقدان الوزن *علاج السعال *تقوية الجهاز الهضمي
كاسكارا	القلب	مسهل قوي
راتاتيا	الجذور	*علاج البواسير *وقف النزيف *علاج الإسهال
شاي	الأوراق	*خفض نسبة الإصابة بمرض سرطان المبايض *تقليل الإصابة بمرض الزهايمر *منع التجلطات *تقليل مستوى السكر في الدم *الوقاية من التهابات المفاصل
عفص	البراعم	*شد ترهلات الجسم *تخسيس الوزن *علاج انقباض عضلات البطن والمهبل والرحم *علاج التهابات المناطق الحساسة *الشفاء من التورم
هماميليس	الأوراق	*الأكزيما الموضعية، أو الحساسية الجلدية *البواسير والدوالي الشرجية * الجروح الطفيفة والموضعية بالجلد * قرحات الجلد الموضعية، مثل قرحة الفراش عند كبار السن * توسيع الأوعية المتقلصة موضعيا * لإيقاف النزيف الموضعي



حنظل	لب الثمار	فوائد نبات الحنظل
		*علاج القروح الجلدية
		*وقف نزيف الدم
		*تخفيف آلام الأسنان
		*علاج أمراض العيون
		*علاج التهابات تصيب الثدي
		*علاج لدغات العقرب
		*منع تساقط الشعر
		*علاج الآلام المفاصل والروماتيزم
		*علاج مرض النقرس وعرق النساء
		*علاج الحمى
		*علاج أمراض الكلى والتهاب المثانة
		*علاج الغثيان وفقر الدم والحروق والصداع والكبد والشرج الدموي
		*علاج البواسير

تابع





المواد المنشورة في هذا الملف هي بمثابة معلومات فقط و لا يجوز إعتبارها إستشارة طبية أو توجيه علاجي ..

لمزيد من الإستفسارات لا تتردد في مراسلتنا على مواقع التواصل الإجتماعي

