

الكتاب: التداوي بالأعشاب  
المؤلف: الدكتور أمين رويحة  
الجزء:  
الوفاء: معاصر  
المجموعة: طب  
تحقيق:  
الطبعة: السابعة مزيدة ومنقحة  
سنة الطبع:  
المطبعة:  
الناشر: دار القلم - بيروت - لبنان  
ردمك:  
ملاحظات:

التداوي بالأعشاب

(١)

الدكتور أمين رويحة  
التداوي بالأعشاب  
بطريقة علمية تشمل الطب الحديث والقديم  
الطبعة السابعة  
مزيدة ومنقحة  
دار القلم  
بيروت - لبنان

الاهداء  
أشرف هذا الكتاب بإهدائه إلى روح الصديق الأكبر  
الأمير بنسبه وعلمه وعروبتة وسمو أخلاقه  
مصطفى الشهابي  
رحمه الله وأسكنه فسيح جناته، اللهم آمين.  
امين رويحة

مقدمة الطبعة الرابعة

يسعدني أن يلاقى هذا الكتاب رواحاً فتنفذ طبعته الثالثة بعد صدورها بوقت قصير، كما يسرني أن أحقق للقراء الأعزاء في طبعته الرابعة هذه بعض طلباتهم، بإضافة العديد من الصور الملونة لأكثر الأعشاب، وفهرس قسمت فيه الأعشاب بالنسبة للون أزهارها مع بيان الأماكن التي تنبت فيها مما يسهل الاستدلال عليها إلى حد كبير.

وإنني أشكر القراء الكرام ملاحظاتهم وأستزيدهم منها ما وجدوا إلى ذلك سبيلاً.

حمانا - لبنان

الدكتور

امين رويحة

## مقدمة الطبعة الأولى

خلق الله النباتات على الكرة الأرضية قبل أن تطأها قدم إنسان أو حافر حيوان، لان النباتات هي الغذاء الأساسي لكل مخلوق حي وبدونه لا وجود للحياة.

ومنذ أن خلق الله الانسان والحيوان وجدت الأمراض التي تنتابهما. وكما أن الله، جل جلاله، قد جعل النباتات غذاء لا تستغنى عنه الحياة، فقد أوجد فيه أيضا الدواء للأمراض. وأعطى الحيوان الذي لا يعقل ولا يفكر غريزة الاهتداء إلى نوع النباتات الذي يشفيه من مرضه. وترك للانسان العاقل ان يهتدى إلى النباتات الشافية من الأمراض، بالدراسة والتجارب والاستنتاج.

وكمثال لذلك، أروي فيما يلي حادثتين، الأولى منهما شاهدها بنفسي، والثانية من حقائق التاريخ في اكتشاف الكينا:

كنت سجيناً عند الانكليز في سجن (سالسبوري) عاصمة روديسيا الجنوبية في جنوب إفريقيا، وذات يوم كنت وبعض الزنوج من زملائي السجناء في مزرعة تابعة للسجن، ومعنا عدد من الحراس الأوربيين والزنوج، فشاهدت كلباً يطوف مهرولاً في المزرعة منتقلاً من عشب إلى آخر، يشمه ثم

ينصرف عنه، حتى وقف عند عشبة وأخذ يأكل منها، وعلى وجهه ملامح الامتعاض، من ثمرها، وهو حب بحجم الجوزة، أصفر اللون. وبعد أن أكل بضع حبات منه خرج من المزرعة مسرعا. فاستغربت هذه الظاهرة خصوصا وأنا أعرف ان الكلاب من فصيلة الحيوانات آكلة اللحوم التي لا تأكل الأثمار والأعشاب، فأخذت بضع حبات من الأثمار وعرضتها على ناظر المزرعة - وهو بويري خبير بالزراعة - وعلمت منه أنها أثمار سامة، وان من أعراض التسمم بها، القيء والاسهال، فالكلب ما أكل منها إذن، إلا وهو بحاجة إلى مسهل ينظف أمعاءه، وقد اهتدى إليها بغريزته وميزها عن باقي الأعشاب الكثيرة التي ليس لها هذا التأثير.

أما الحادثة الثانية من حقائق التاريخ عن اكتشاف الكينا، فهي طويلة وقد سجلتها فيما سجلت في سجن (سالسبوري) من مختلف المواضيع، ونشرت في بعض الصحف العربية تباعا تحت عنوان (سمر سجين) وأرى من الفائدة اعادتها في هذا الصدد رغم طولها لأنها طريفة ومفيدة أيضا: (شجرة في الجبال: خيم الصمت الموحش على قصر آل (كينكون) في مدينة (ليما) عاصمة (بيرو) في أميركا الجنوبية، حتى كأن الموت قد لف في طيات ردهاءه الواسع قصر الماركيز نائب الملك وحاكم تلك البلاد. وكان النهار أوقف دورانه والهواء جريانه فلا يتكلم أحد في القصر إلا همسا ولا يمشي إلا على رؤوس أصابع قدميه، فتخفي الطنافس والأبسطة الفخمة المفروشة في غرف القصر وممراته كل ما يمكن ان يحدثه الرائحون والغادون من جلبة أو ضوضاء. وكان الخفراء يحيطون بالقصر والطرق المؤدية إليه فيمنعون فيها الضوضاء، لان الماركيز (فرانسيسكا) زوج الماركيز كينكون نائب الملك وحاكم البلاد - مريضة ممددة على سريرها قد أصابها حمى شديدة تهددها بالموت، واجتمع يوما حول سريرها أطباء الماركيز المختصون للتداول في حالتها وفيما يمكن ان يقدموا لها من أنواع العلاج.

وكان الناظر إلى وجوههم إذا ذاك يستطيع ان يتبين فيها دلائل اليأس من شفاء المركيزة، وعجزهم عن التغلب على سلطان الموت الذي اخذ يسيط ظلاله الرهيبة في الغرفة شيئاً فشيئاً، حتى قارب حافة السرير وشرع يمد يده ليغمض عيني المركيزة إلى الأبد. وقال طبيب المركيز الخاص:

(لا بد من استدعاء المركيز ومصارحته.)

ثم سكت الطبيب قليلاً ليردف قائلاً: (لقد أصبحت أيدينا مغلوطة حيال الموت، وباتت وشيكة، الساعة التي تفارق روح المركيزة فيها جسدها الفاني فليأت المركيز ليطبق بيديه أجفان زوجته.)

وعندما دخل المركيز إلى القاعة، سأل الأطباء بصوت مرتعش:

- كيف حال المريضة؟

فأجابه طبيبه الخاص:

- ان حالتها سيئة يا صاحب السمو وقد انقطع كل أمل لنا بشفاؤها.

- آه... صه لا تقل ذلك، لا أريد.. بل لا أستطيع ان اسمع.

- إنني أقوم بما يحتمه على واجبي كطبيب يا سيدي المركيز.

- أتسمى هذا واجباً؟... أمن واجباتك الطبية أن تحطم كل أمل لي

بنجاة زوجتي الحبيبة؟.. ألا يمكن ان تحدث معجزة؟.

- معجزة!. طبعاً، ولكن ذلك ليس في أيدينا، والذي يهدينا إليه العلم

هو ان المركيزة (فرنسيسكا) لن تشهد أكثر من ثلاث مرات شروق الشمس

وغروبها بعد اليوم حتى يقف قلبها وقفته الأبدية التي تنتهي بها الحياة.

- يا إلهي!.. ماذا تقول؟ وما اسم هذا المرض الخبيث الذي سيسلب مني

كل شيء، ويحرم البلاد من أم رؤوم؟

- ليس بين السماء والأرض في بلاد (بيرو) أو في أية بلاد أخرى من



يستطيع التغلب على هذا المرض وشدة بطشه، ونحن كأطباء نقر بعجزنا كل العجز عن مكافحته والتغلب عليه.  
فخرج المركيز عن القاعة وقد اغرورقت عيناه بالدموع، ولحق به طبيبه الخاص محاولا تخفيف، وقع الصدمة عليه وهو يقول: (ان الموت يا سيدي المركيز سيريح سيدتي المركيزة من الآلام المبرحة التي لا تفارقها مدى الحياة). فرد عليه المركيز:

- احتفظ بهذه الحكم لنفسك يا عزيزي الطبيب، انكم مع ما بلغتوه من العلم عاجزون عن شفائها، ولكني لن أياس وسأوفد فرسانا ورسلا إلى أنحاء المملكة كافة، ليفتشوا عن شخص قد يستطيع إنقاذها بعلمه وخبرته من مخالاب الموت. وهكذا انتشر فرسان نائب الملك ورسله في جميع أنحاء البلاد يطوفونها سائلين باحثين، عن الشخص المطلوب.. في المدن والقرى وعلى رؤوس الجبال، وفي بطون الأودية، معلنين في كل ناحية أخبار الفاجعة التي توشك ان تحل بقصر آل (كينكون). وقيل أخيرا لاحد الفرسان من رسل نائب الملك ان في قمة جبل (آنده) شيخا خبيرا بالأعشاب عليما بأسرارها، وهو زاهد متقشف، يحيا حياة الفاقة والفقر في صومعته النائبة. فألوى الفارس عنان جواده وراح يدفعه نحو القمة بأقصى ما يستطيع من قوة وسرعة، حتى وصل إلى الشيخ المنشود فبادره قائلا:

- أنت رجل العجائب الذي قيل لي انه يعرف أسرار الأعشاب ويقدر على شفاء زوجة نائب الملك من مرضها الفتاك؟

- نعم يا سيدي، أنا هو ذلك الرجل.

- إذن تعال معي إلى قصره مسرعا، فهو الذي أوفدني إليك، لعلك تشفي زوجته. وهو، إذا نجحت، سيغمرك بالمال الوفير.. بل بذهب التاج كله إذا أردت، وبعيشة رغيدة هائلة طيلة حياتك في قصره المنيف.

- ان شيئاً من ذلك كله لا يغريني بالذهاب، ولكني سأعمل على شفاء المريضة لوجه الله الذي وهبني المعرفة بأسرار الأعشاب الشافية.

- إذن أسرع وهيا بنا إلى قصر نائب الملك أيها الشيخ النبيل، ولنسابق الريح.. فطيبب نائب الملك يقول إن الموت جاثم فوق رأس المريضة يكاد يختطفها. وعندما وصل الفارس ومعه رجل الأعشاب إلى القصر أخذ النبلاء يهزون برؤوسهم استخفافاً ويتساءلون: أهذا الشيخ ذو الثياب الرثة، المنقطع في أعالي الجبال، يستطيع إنقاذ المركيزة؟ لا، لا.. لا يجوز لنائب الملك ان يسمح لمثل هذا المخلوق بالدخول إلى مخدع المركيزة بثيابه البالية القذرة.. تعالوا بنا إلى المارشال أولاً نستوضحه رأيه في الموضوع.

وهنا ظهر نائب الملك نفسه وقال للنبلاء:  
لا تعترضوا الرجل فأنا الذي استدعيته.  
ثم التفت إلى الشيخ وقال له:  
- اتبعني أيها الشيخ، سأقودك بنفسى إلى سرير المريضة.  
وهكذا وقف (رجل الأعشاب) بجوار سرير المركيزة وراح يفتش في كيسه الممتلئ بمختلف أنواع الأعشاب، حتى أخرج منه قشورا جافة فغلاها بالماء واستخرج منها شراباً خضه وصفاه، ثم أعطى المركيزة منه جرعة بعد جرعة، كانت وهي تتجرعها تقبض أسارير وجهها وتقول:  
- يا إلهي ما أمر مذاق هذا الشراب!  
وبعد ذلك سكنت المركيزة، فندت عن نائب الملك صيحة فزع، وصرخ بالشيخ:  
لقد ماتت!.

- لا يا سيدي المركيز، بل هي ستعيش. أنا واثق من ذلك وثوقي بأنني رجل الأعشاب. وستنام المركيزة ولا تصحو إلا عند المساء، فأعود إذ ذاك إلى تجريعها كمية أخرى من الدواء. وسترى يا سيدي المركيز انها ستشفى بعد أسابيع قليلة وتعود إليها صحتها ونضارتها كأحسن ما كانت عليه من قبل.

- حقق الله أقوالك أيها الشيخ.
- ثق يا سيدي المركزي بأن هذا الشراب الذي أعددتَه من قشور - لحاء - بعض الأشجار لا يخيب ابدا في معالجة الحمى وشفائها، انها قشور مأخوذة من جذع شجرة برية تنبت عند منحدر الجبل الاعلى، وقد تعرفت على سرها من سكان الجبل نفسه.
- يقول طببي الخاص أن ليس في الأعشاب ما يجدى في معالجة هذا المرض..
- ان الله يا سيدي المركزي يهدى بعض مخلوقاته الساذجة إلى العلم والمعرفة، والى ما لا يستطيع أذكى الناس التوصل إليه بالدرس والاطلاع على مختلف العلوم، وفوق كل ذي علم عليم.
- أرى انك جدير بأن تصبح طببي الخاص أيها الشيخ، فإن وافقت على ذلك أسكنتك قصري وألبستك الحرير وأغدقت عليك الذهب بسخاء، لأنك أوفر حكمة ممن في بلدنا من رجال حكماء.
- انك لكريم رحيم يا سيدي المركزي، ولكني أفضل ان تأذن لي بالعودة إلى الجبال بعد انتهاء مهمتي، لأنني أود التعرف إلى المزيد من أسرار الأعشاب ولا أستطيع ذلك إن بقيت هنا. أما إذا حدث وأصابك أو أصاب زوجتك أي مرض، لا سمح الله، فاستدعني مرة أخرى لأشفيكما منه بإذن الله.
- لك إذن ما تريد أيها الشيخ العجيب، فارجع إلى جبلك فتكون على استعداد لتلبية نداء كل من يحتاج إليك من أفراد رعيتي.
- وصدقت أقوال الشيخ وشفيت المركيزة من مرض الحمى - الملاريا. ولم تمض أسابيع حتى هجرت سريرها الذي كانت قد أشرفت من فوقه على الموت. وأطلق نائب الملك فرسانه ورسله من جديد يطوفون أنحاء البلاد.

وينقلون للرعية بشرى شفاء المركيزة من مرضها، على يد رجل الأعشاب، وأعفى الرعية من ضرائب سنة كاملة ابتهاجا، فعم البلاد السرور والغبطة، وأقيمت الزينات والأعياد في كل مكان، ومضى الأهلون يكبرون مهارة رجل الأعشاب ويثنون عليه أعظم الثناء.

وسجل شفاء المركيزة (فرنسيسكا آل كينكون) من الملاريا في سنة ١٦٣٠ نقطة تحول في سيرة هذا المرض الفتاك وسميت القشور - اللحاء - التي استعملت في معالجتها ب - قشور شجرة آل كينكون. اما اسم الشجرة العلمي فهو (سنكوناد جريانا) أو قشور الكينا، ومنها استخراج فيما بعد (الكينين) الذي ظل (٣٠٠) سنة ملكا من ملوك الأدوية في عالم الطب. وكان المركيز كينكون أول أوروبي اطلع على سر تلك القشور وفائدتها في معالجة الملاريا، فنشرت عن طريقه في بلاده (إسبانيا) وأرسل كمية للأطباء الإسبان، فصنع هؤلاء منها مسحوقا عرف أول ما عرف باسم (مسحوق المركيزة) ثم استغله واحتكره الجزويت بعد ذلك، فبدلوا اسمه باسم (مسحوق الجزويت).

أكتفي بهذا القدر من المقال في هذا الموضوع لأدلل على أن الأعشاب الشافية اكتشفها رجال ونساء موهوبون من عامة الشعب (كرجل الأعشاب) في قصتنا، وأخذوا يمارسون التداوي بها قبل ان يأخذها عنهم الأطباء والعلماء.

وتاريخ التطيب بالأعشاب قديم جدا يرجع إلى العصور الأولى من التاريخ. فبعض المحفوظات من أوراق البردي وقبور الفراعنة، دلت على أن الكهنة في ذلك الوقت، كان عندهم معلومات كثيرة بأسرار الأعشاب والتداوي بها، حتى أن البعض من هذه الأعشاب الشافية وجد بين ما احتوته قبور الفراعنة من تحف واثار.

كذلك هنالك ما يثبت ان قدماء الهنود قد مارسوا، كقدماء المصريين

هذه المهنة أيضا، وخذقوا بها، ومنهم (سرسروتا Susruta). ثم جاء بعد ذلك قدماء حكماء اليونان ووضعوا المؤلفات عن التداوي بالأعشاب في القرنين الرابع والخامس قبل الميلاد، وأشهرهم في هذا المضمار (هيوقراط) و (تيوفراستوس) و (ديسكوريدس) و (بليينوس) و (كالينوس). وظلت مؤلفات هؤلاء عن التداوي بالأعشاب المصدر الأساسي لهذا العلم، حتى جاء بعدهم من الأطباء العرب من اخذ العلم عنهم، وزاد عليه وتوسع فيه بتجارب جديدة وفي مقدمتهم (ابن سينا) والرازي). وفي القرن الثاني عشر احتكر الرهبان في أوروبا مهنة التداوي بالأعشاب وزراعتها وأشهرهم الراهبة (القديسة هيلديكارد) ومؤلفها الذي سمته ((الفيزياء Physika) كتاب مشهور.

وفتح العرب للأندلس خدم طب الأعشاب في أوروبا، بأن زودها بالكثير من معلومات الأطباء العرب، وأعشاب الشرق، كما أن الحروب الصليبية كانت كذلك بالنسبة للشرق. وازدهر هذا العلم كثيرا بعد اكتشاف أميركا وما فيها من كنوز كثيرة من الأعشاب الطبية. وبعد اكتشاف الطباعة في القرن الخامس عشر كثرت المؤلفات عن التداوي بالأعشاب، وعم انتشار هذه المؤلفات بحيث كانت إلى جانب الإنجيل الكريم لا يخلو منها بيت من البيوت في أوروبا. وقد ظل التداوي بالأعشاب حتى ذلك التاريخ مستندا إلى التجارب والنتائج فقط دون الاهتمام بالبحث العلمي عن موادها الشافية أو طرق تأثيرها في جسم المريض. وكان الأطباء يمارسون مهنة جمع الأعشاب، وتحضير الدواء منها بأنفسهم حتى سنة (١٢٢٤) حيث افتتحت أول صيدلية في العالم في إيطاليا، وأصدر القيصر فيها مرسوما خاصا، يحصر مهمة تحضير الأدوية من الأعشاب بالصيدلة فقط، على أن يبقى الطبيب مهمة تحديد مقدار ما يجب ان يستعمل منها ممزوجا، وكيفية استعمالها.

وبعد ان ازدهرت الكيمياء في بداية القرن التاسع عشر، وصار باستطاعتها تحليل الأعشاب لمعرفة المواد الفعالة فيها، واستخراجها أو تركيبها كيميائياً من مصادر كيميائية أخرى، بدأ التداوي بالأعشاب ينطوي في عالم الإهمال ليحل مكانه التداوي بالمساحيق والأقراص والأشربة الخ.. المستخلصة من الأجزاء الفعالة في الأعشاب أو من المواد الكيميائية غير العضوية. وكان من المأمول ان تكون هذه الأدوية (الصناعية) أحسن فعالية من الأعشاب لأنها خلاصة المواد الفعالة فيها، ولكن التجارب أثبتت فيما بعد أن ما في صيدلية الله من أعشاب أحسن فعالية مما في الصيدليات من إنتاج المصانع الكيميائية. فالجسم البشري أو الحيواني ليس كآلة التي تحتاج مثلاً للزيت والنفط لتدور وينتظم عمل كل جزء فيها، فالمخلوق الحي مكون من أحشاء وأعضاء مرتبطة بعضها ببعض الآخر. فإذا أصيب عضو منها بمرض لا يظل تأثيره مقتصرًا عليه، بل إن الأعضاء وأجزاء الجسم الأخرى، أي الجسم كله، يصاب بخلل في جميع أعماله العضوية والنفسانية.

والمواد الشافية في الأعشاب لا تنفرد بجزء واحد له علاقة خاصة بجزء خاص في الجسم، دون ان يكون له تأثير آخر في غيره - كما هو الحال في الأدوية الصناعية في الصيدليات، بل إن يد الخالق جمعتها في عشبة واحدة بمزيج يستحيل على الانسان أو مصانعه ان تأتي بمثله. ولذلك كانت العشبة الواحدة تحوي من المواد الفعالة الشافية ما يجعلها مفيدة في مداواة أمراض مختلفة، ولو تغيرت طرق استعمالها بما يقتضيه المرض المعالج. ولا أستطيع ان أتوسع هنا في هذا الموضوع، وأكتفي بذكر دليل واحد، بيد انه قاطع، يدل على تفوق الأعشاب في تأثيرها الطبي، على الأدوية الصناعية المستخرجة منها.. فالديجيتال مثلاً علاج سام يستعمل في مداواة أمراض القلب، وهو مستخرج من نبات يسمى (قمعية أرجوانية) والكمية السامة منه تسمم القلب إذا أعطيت من المستخلص من النبتة ولا تسبب اعراض تسمم لو أعطيت بكميات أكبر بوريقات النبتة ذاتها. ولكن بالرغم من هذا كله أهمل الأطباء استعمال أكثر الأعشاب

الطبية واستعاضوا عنها بأدوية الصيدليات الصناعية - المستحضرات - للسهولة، ولأن ذلك ادعى إلى ثقة المريض ورضاه. فلو خير المريض في عصرنا الحاضر بين علاج يشتره من الصيدلية ويدخل جسمه بالحقن مما لا يخلو من الألم، وبين الاستعاضة عن ذلك مثلاً ببصلة يجدها دائماً في مطبخ بيته ولا تكلفه شيئاً، أقول لو خير بين الأمرين لاختار الأول واستهزأ بالثاني. وحق بالطبيب نفسه إذا أوصاه بذلك. لزعمه ان البصلة المسكينة المحترقة في مطبخه والتي لا قيمة مادية لها بالنسبة لأثمان الأدوية الباهظة في الصيدليات، لا يمكن أن يكون فيها ولو جزء بسيط مما في الصيدلية من أدوية.

وعسى ان أوفق في هذا الكتاب الذي اكتبه بلغة بسيطة للعامّة قبل الخاصة والعلماء، أقول عسى ان أوفق فيه لان أعيد إلى البصلة و (زملائها) من أدوية صيدلية الله الاحترام والتقدير الجديرة بهما، كدواء مفيد في أمراض كثيرة. ولكن هذا لا يعنى انني أريد بهذا الكتاب ان أضع في يد المريض دليلاً يغنيه عن استشارة الطبيب ويشفيه من كل الأمراض.

ان هذا الدليل الذي أضعه بين يدي القارئ الكريم يجب ان لا تتعدى مهمته مهمة الاسعاف الأولى، وفي الحالات البسيطة. وخصوصاً في الأماكن التي ما يزال الوصول فيها إلى الطبيب متعذراً أو صعباً، والحصول على الأدوية غير متيسر، كما هو الحال حتى وقتنا هذا في أكثر القرى، الكبيرة أو الصغيرة النائية، البعيدة عن المواصلات. واني احذر القارئ من المغالاة في استعمال ما سيجد في هذا الكتاب من وصفات (منزلية) واهمال مراجعة الطبيب خصوصاً في الأمراض المجهولة أو الخطرة. وإذا لم يجد المريض الفائدة المرجوة بعد استعمال وصفات هذا الكتاب مدة أقصاها (٤ - ٦) أسابيع، فإن عليه ان يراجع الطبيب.

بقي علي ان أوضح كيف، ولماذا يجد القارئ في هذا الكتاب ان العشب

أو النبتة الواحدة توصف لمعالجة أمراض مختلفة وفي مختلف اجزاء الجسم. لقد سبق ان ألمحت إلى أن كل عشبة من صيدلية الله تحوي من مختلف المواد العلاجية ما يجعلها صيدلية قائمة بنفسها، ولأخذ مثلا لذلك البصلة. وأكتفي هنا بذكر ملخص عن محتوياتها تاركا الشرح والتفصيل إلى الأبواب المقبلة من الكتاب. فالبصلة تحتوي من بين ما تحتويه على فرمنت أو على الأصح أنواع من (الفرمنت) وهو العامل الهاضم للغذاء في عصارات المعدة والأمعاء، كما انها تحوي مادة (كلوكونين) التي لها ما للأنسولين المعروف من قدرة على تنظيم عملية خزن المواد السكرية في الجسم واستهلاكها. وعصير البصلة يحوي زيتا (عطريا) هو الذي يكسبها رائحتها الخاصة، وهو مطهر قوى المفعول يقتل جراثيم التقيح بأنواعها، وجراثيم التيفوئيد، والجمرة الخبيثة، والدمامل، أو يفقدها الكثير من حيويتها. وفي البصلة أملاح تقوى الأعصاب وتريحها وتجلب النوم. وفيها مواد أخرى تقى الشرايين من التصلب، وتراكم الكلس في سن الشيخوخة عليها، فتحسن بذلك الدورة الدموية، بما في ذلك الشريان التاجي في القلب، مصدر الذبحة الصدرية وسببها. وفي عصير البصلة مواد تغذى بصيالات الشعر وتحول دون سقوطه. وفيها أخيرا مادة تزيد في القوى الجنسية.

فهل أكون مبالغا إذا قلت بعد هذا كله ان البصلة بحد ذاتها تكاد تكون صيدلية عامة؟ وهذا لا يقتصر على البصلة فقط بل إن الكثير من الأعشاب لا يقل عنها فيما يحتويه من مختلف أنواع المواد العلاجية الفعالة. ولكن لماذا اخترت البصلة وفضلتها على غيرها لأعدد أفضالها وقيمتها في التداوي؟ لأنني أحب البصل وأكله؟ لا.. إذن ما السبب؟ إليك الجواب: لقد كانت البصلة هي الدافع إلى وضع هذا الكتاب وإصداره، وكان رسولها إلي كاتب أغر في مجلة (الصيد) البيروتية التي أستمتع دائما بقراءتها، فقد



قرأت في أحد أعدادها في السنة المنصرمة - (١٩٥٨) - نبذة من والد سعيد شفي ابنه الحبيب من مرض (الربو) المزعج بمزيج من عصير البصل و (سكر النبات) بعد أن أخفق الأطباء في شفائه بأدوية الصيدلية، على كثرة ما استعمل منها وما كلفت الوالد من أثمان باهضة وتساءل الكاتب في آخر نبذته: كيف يفوز الطب (العامي البلدي) على طب الأطباء في مثل هذه الحالات من الأمراض المستعصية، فنخيل إلي بعد قراءة هذه النبذة انه أصبح من واجبي وأنا الطبيب المتقاعد، العامل في حقل الزراعة في الوقت الحاضر، ان أعيد إلى الأذهان ما يعرفه الأطباء عن أسرار الأعشاب وقيمتها العلاجية، فكان هذا الكتاب. ولكن هل يقبل القارئ بعد قراءته ان يصف له الطبيب استعمال بصلة لمعالجة الربو بدلا من إبرة (استمولىزين) مثلا؟ وهل إذا قبل النصيحة يرى أن من حق الطبيب ان يتقاضى عليها أجرا كالذي يتقاضاه عن وصفة إبرة (الاستمولىزين)؟

## الأعشاب

تسترد بعض مجدها الطبي  
ذكرنا فيما سبق كيف انطوت الأعشاب العلاجية في عالم النسيان أو الإهمال،  
بعد مزاحمة الأدوية الصناعية لها. غير أن هذه المزاحمة لم تستطع ان تبعد  
الأعشاب العلاجية كلها من قوائم أدوية الأطباء، فظل عدد منها محتفظا  
بمكائنه، صامدا لكل مزاحمة تأتيه من الأدوية الصناعية الكيماوية ومتغلبا  
عليها.. ففي عام (١٩١٠) كانت الفارماكوبيا الألمانية (والفارماكوبيا هي  
قائمة الأدوية المستعملة والمعترف بها حكوميا وجميع ما يتعلق باستعمالها من  
أنظمة علمية وإدارية... الخ) ما زالت تحوي قائمة غير قليلة العدد بأسماء  
الأعشاب الواجب توفرها في الصيدليات وكل ما يتعلق بها من الواجهة الطبية  
كما أسلفنا. وفي بداية الحرب العالمية الأولى سنة (١٩١٤) قل انتاج مصانع  
الأدوية الكيماوية بسبب تحولها إلى مصانع لخدمة الحرب ولوازمها، أو لقلة  
الأعشاب اللازمة لاستخلاص الأدوية منها، مما اضطر ألمانيا للرجوع إلى  
الأعشاب المنسية للاستعاضة بها عن الأدوية الكيماوية المفقودة، حتى بات  
الموجود من الأعشاب في ألمانيا لا يسد حاجتها، فعمدت إلى زراعة الأعشاب  
لتلافي هذا النقص. ومنذ ذلك الحين، ولعله لأول مرة في تاريخ الزراعة،  
أصبح العلماء يشتغلون بدراسة الأعشاب البرية وطرق زراعتها واستثمارها،  
وفقا للقواعد الزراعية العلمية. فانتشرت زراعة الأعشاب منذ ذلك الحين في  
ألمانيا وأصبحت موردا هاما من موارد الزراعة فيها. وأمامي الآن كتاب  
زراعي باللغة الألمانية يبحث عن الطرق العلمية الحديثة لزراعة الأعشاب،

وفيه احصائية لما تستهلكه ألمانيا سنويا، أذكر البعض منها على سبيل المثال للتدليل على ما وصلت إليه هذه الزراعة في بلد يعد في مقدمة البلاد المنتجة للأدوية الصناعية.

وقد جاء في الاحصائية المذكورة مثلا أن ألمانيا تستهلك سنويا (٠٠٠ و ٨٠٠) كيلو من أزهار البابونج المجففة و (٠٠٠ و ٤٥٠) كيلو من أزهار الزيزفون الخ.. وتبلغ قمية ما تستورده ألمانيا سنويا من الخارج من الأعشاب الجافة (٠٠٠ و ٧٠) مارك - والمارك يعادل في الوقت الحاضر (٧٦) غرشا لبنانيا. وقد سردت هذه الأرقام لأدل زميلي الفلاح اللبناني والفلاح العربي في الأقطار العربية كلها على مصادر ثروات كبيرة، تكمن في أعشابنا النابتة في الجبال والأودية، وعلى ضفاف الأنهر والبحيرات، أو في الساحل بالقرب من شاطئ بحرنا أو في صحرائنا العربية التي ما تزال مهمة غير مستثمرة حتى الآن. والأنكى من هذا كله أننا نستورد بعض هذه الأعشاب من البلاد الأجنبية بأثمان باهظة، كزهرة البابونج مثلا، التي نستوردها من يوغوسلافيا، وهي تنبت فوق سطوح بيوتنا في القرى، هي وكثير مثلها من الأعشاب. ولهذه المناسبة أود ان أؤكد اننا لسنا بحاجة إلى استيراد الأعشاب العلاجية من الهند أو الصين أو غيرهما، فأعشابنا فيها الكفاية، لان الله سبحانه لم يفضل أعشاب بلد على أعشاب بلد آخر، فوزع على أعشاب كل قطر من أقطار الدنيا المواد الدوائية اللازمة بالعدل والقسطاس المستقيم. وقد بذلت جهدي لمعرفة ما هو موجود في لبنان وسورية من الأعشاب المذكورة في هذا الكتاب وأسمائها الشائعة. ولا أدعي انني أحصيتها كلها، لان ذلك فوق طاقتي، ولكنني حاولت ان أصف كل عشبة أو نبتة وصفا كاملا مزودا برسم موضح عنها، وبذلك يستطيع كل مواطن ان يتعرف إلى أعشاب وطنه، وخصوصا المزارعين الذين أمل ان يجدوا في هذا الكتاب حافزا لهم لاستغلال أعشابنا وزراعة البعض منها لجعله موردا جديدا من موارد الزراعة في بلادنا.

أسماء

الأعشاب والنباتات الطبية

كل بلد من البلاد الأوروبية يعرف جميع ما ينبت في ارضه من أعشاب ونباتات، وقد وضع لكل منها اسما أو بضعة أسماء بلغة أصبحت معروفة وشائعة الاستعمال. ولكن الامر ليس كذلك - ويالأسف - في بلادنا العربية. فأعشابنا ونباتاتنا الطبية ما يزال أكثرها غير معروف، وليس له اسم خاص يعرف به، والقليل المعروف منها له أسماء متعددة متباينة، ليس بالنسبة لمختلف الأقطار العربية فحسب، بل بالنسبة لمختلف المدن والقرى في القطر الواحد، أو حتى في القرية الواحدة منها، مما يسبب التشويش والبلبلة في التعرف إلى أعشابنا ونباتاتنا الطبية.

لذلك وجدتني مضطرا لتسمية الأعشاب والنباتات الطبية الواردة في هذا الكتاب بأسمائها العلمية أولا، وهي أسماء من الأصل اللاتيني أو اليوناني، ثم أضع إلى جانب ذلك تعريب الاسم العلمي. وهذه الأسماء المعربة كلها مأخوذة من (معجم الألفاظ الزراعية) للعلامة الكبير الأمير مصطفى الشهابي. وهي إما معربة عن الأصل أو منقولة عن الكتب العربية القديمة، أو انها موضوعة من قبل الأمير مصطفى نفسه. وبما أن أكثر هذه الأسماء المعربة تختلف اختلافا كبيرا عن مصطلحات العامة، فقد بذلت جهدي في إضافة ما استطعت جمعه من المصطلحات العامة إلى جانب الأسماء العلمية والمعربة. ولا أرغم انني بذلك قد توصلت إلى حل ما يعترض معرفتنا من صعوبات حلا كاملا، ولكنها خطوة إلى الامام، أمل ان تعقبها خطوات أخرى في المستقبل حتى يصبح لكل عشبة ونبته طبية في بلادنا العربية اسم أو مصطلح، علميا كان أم عاميا، تعرف به في جميع البلاد العربية، ويسهل الاستدلال عليها.

كيف تؤثر

الأعشاب والنباتات الطبية؟

ذكرنا في السابق ان الجسم البشرى مكون من أجزاء متعددة من أحشاء وأعضاء.. الخ، تكون مجموعة خاصة بنفسها، وتختلف في كثير من الأمور عن مثيلاتها من المجموعات في جسم بشرى آخر. فإذا كان (البنزين) والزيت مثلا يدفعان كل سيارة من أنواع السيارات أو الآلات المكونة من مجموعات مماثلة لها، فإن بعض الأدوية النباتية منها والكيماوية، قد تشفى زيدا من مرض معين ولا تنفع عمرا في شفائه من مثل هذا المرض، بل قد تحدث عنده اضرارا مرضية جديدة. وليس هنا مجال التوسع في بحث هذا الموضوع الطبي الشائك، وإنما ألمحت إليه لابين انه ليس من المحتم على كل عشبة أو نبات طبي ان يشفى كل مصاب، وأن بعض الأمراض يمكن شفاؤها بعدد كثير من الأعشاب والنباتات الطبية، ولكن عشبة معينة منها تكون الأكثر فائدة عند زيد في حين ان عشبة أخرى تكون أكثر فائدة منها عند عمرو. لذلك يستحسن ان تستعمل الأعشاب عادة بشكل مزيج مكون من مجموعة أعشاب مختلفة الأنواع، ولكن كل واحد منها فعال في معالجة المرض المقصود معالجته. وهذا المزيج من حيث النوع والنسبة لا يتوقف على مهارة من يقوم بإعداده وحسن تقديره لحالة المريض المائل أمامه ومزاجه فحسب، بل أيضا على خبرة

سابقة في استعمال الأعشاب والنباتات الطبية. والامر هنا لا يختلف عن مثله في وصف الأدوية الكيماوية أيضا. ويجدر بنا ان نذكر هنا ان تأثير الأعشاب والنباتات الطبية المذكورة في هذا الكتاب لا يكون عاجلا، بل إن نتائجه لا تظهر إلا بعد ٤ - ٦ أسابيع، وإذا لم يحصل أي تحسن بعد استعمال الدواء طيلة الأسابيع المذكورة فمن المستحسن ان يبدل بغيره. وكذلك الامر إذا وصل التحسن إلى درجة ووقف عندها دون ان يحصل الشفاء، لان لكل علاج قدرة محدودة، تنعدم فائدتها بعد استنفاد هذه القدرة أو اعتياد الجسم عليها. وقد يفيد في مثل هذه الحالات ان يتوقف المريض عن استعمال الدواء ليعود إليه مرة أخرى بعد أسبوعين أو أكثر حيث يصبح الدواء بعد هذا التوقف مفيدا كالسابق أو أكثر من السابق.

ومن الأمور المهمة أيضا في استعمال الأعشاب والنباتات الطبية، ان لا يتجاوز المريض في استعمالها المقادير المسموح بها أو المطلوبة للتداوي - وتسمى بلغة الطب: الجرعة العلاجية. إذ كثيرا ما ينتج عن هذا التجاوز اضرار بالغة، لا في استعمال الأعشاب والنباتات السامة فحسب، بل أيضا في الأعشاب البسيطة غير السامة. فالبابونج مثلا هو في مقدمة الأعشاب المفيدة لمداواة الكثير من الأمراض كما سيأتي تفصيله فيما بعد، غير أن تجاوز القدر المسموح به في تعاطيه قد يؤدي إلى عواقب وخيمة. ومن البدهي ان كمية الجرعة العلاجية تختلف دائما باختلاف الدواء وجنس المريض وسنه مما سيأتي تفصيله في الأبحاث التالية. ومما تجدر الإشارة إليه في هذا الموضوع أيضا، ان المرأة في دور الحيض تصبح كثيرة الحساسية ويستحسن ان تمتنع طيلة أيام الحيض عن تعاطي كل نوع من أنواع الأدوية، وأن تمتنع في شهور الحمل الأولى (٣ - ٤) عن تعاطي المواد الحاوية كميات كبيرة من (الزيوت الطيارة) كالبصل مثلا، لأنها من المسهلات وقد يؤدي استعمالها إلى الاجهاض. أما في أيام الرضاعة ففيما عدا الأدوية المدرة للحليب، تمتنع عن تعاطي الأدوية المرة المذاق، لأنها تنتقل

إلى الحليب وتفسد على الطفل طعامه. وكذلك أدوية أخرى يعرفها الأطباء. ويتضح مما تقدم ان تعاطى الأعشاب والنباتات الطبية لا يجوز ان يكون مصحوبا بفوضى علاجية وبدون استشارات طبية في حالات الأمراض الحدية، وهذا لا يقلل طبعاً من قيمة الأعشاب والنباتات الطبية في التداوي. وكثيراً ما جاءت عشبة منسية محتقرة تقدمها يد عجوز خبيثة بأسرار الأعشاب، بالمعجزات، مما يحمل الأطباء على دراسة ما في الطبيعة، وصيدلية الله، من قوى خارقة وبلاسم الشفاء من الأمراض.

كيف ومتى

تجمع الأعشاب والنباتات الطبية؟

من الأعشاب والنباتات الطبية ما يستعمل منه جزء واحد فقط للتداوي، كالأزهار أو الأوراق أو الجذور أو البذور، ومنها ما يستعمل كله. وعلى كل فإن جمع هذه الاجزاء، منفردة أو مجتمعة، يجب ان يتقيد بأوقات محددة من أيام السنة وفصولها، وبشروط معينة أيضا، حيث يكون الجزء المطلوب من العشبة أو النبتة في أوج حيويته، وأن لا يساء إلى هذه الحيوية بأساليب الجمع أو التجفيف الخاطئة فتفقد العشبة أو النبتة البعض من خواصها الطبية المفيدة أو كل خواصها.

وفي الأبحاث عن الأعشاب والنباتات الطبية كل منها على حدة سنذكر الجزء الفعال والمطلوب منها، والتواريخ التي تناسب قطفه وجمعه. لذلك نكتفي هنا بذكر قواعد عامة لا بد من مراعاتها والسير بمقتضاها في جميع عمليات جمع الأعشاب أو النباتات الطبية.

١ - يجب ان يتم الجمع بصورة منظمة، مع اتخاذ الاحتياطات اللازمة لذلك، فلا يكون الجمع على دفعات عفوية، يكون فيها الجامع في نزاهات خاصة، يصادف أثناءها البعض من الأعشاب أو النباتات المطلوبة.



- ٢ - عندما تكون العشببة أو النبتة كلها مطلوبة للجمع لا تنزع من الأرض وتباد كلها بل يترك جزء منها لتعويض ما فقد منها من جديد وعدم إبادتها.
- ٣ - تقطف الأزهار والأوراق بكل أناة ودقة بحيث لا يساء إلى شكلها ورونقها، وتجمع في سلة يتخللها الهواء دون أي ضغط عليها، لان ذلك يهيئها للتخمر وفقدان الكثير من فوائدها.
- ٤ - تقطف الأزهار في الصباح بعد أن تحف من قطرات الندى حيث تكون في أوج نضارتها وفعاليتها، وإذا كان إزهار النبتة المطلوبة يستمر شهورا كثيرة، فتجمع أزهارها المبكرة (أي في مدة الأشهر الأولى من إزهارها) لان الأزهار التي تظهر فيما بعد تصير أقل فعالية وأقل فائدة.
- ٥ - أما الأوراق وباقي أجزاء النبتة فتجمع دائما بعد الظهر، حيث تكون قد تشبعت من شعاع الشمس وازدادت محتوياتها من المواد الفعالة. ولا يجوز مطلقا جمع الأوراق أو الأغصان وهي ندية رطبة، لان ذلك يهيئها للتعفن والفساد التام. كما أنه لا يجوز غسلها للأسباب نفسها. ولا يجمع من الأوراق إلا ما كان نضرا سليما من الأمراض والتمزق.
- ٦ - تجمع الجذور في بداية فصل الربيع أو في الخريف حيث تكون غنية بالمواد الفعالة وتغسل - قبل البدء بتجفيفها - بالماء الجاري والفرشون لإزالة كل ما هو عالق بها من التراب أو الأوساخ أو الحصى (الأحجار الصغيرة). ولا يجوز تقشيرها إلا إذا جنبت في بداية الربيع فقط، اما الجذور التي تجمع في الخريف فقصورها تكون مختزنة بالمواد الفعالة كالجذور نفسها، ولا يجوز إزالتها لذلك.

## تجفيف

### الأعشاب والنباتات الطبية

إن عملية التجفيف هي من أهم الأعمال في المحافظة على المواد الفعالة في النبتة ووقايتها من الفساد وإعدادها للتخزين. وتستهدف عملية التجفيف إزالة الماء كليا من النبتة، أو أجزاءها المعدة منها لهذه العملية، إزالة تامة.. لان بقاء جزء قليل من رطوبة النبتة فيها يعرضها عند التخزين للتخمر والتعفن، فتفسد وتفقد كل خواصها. وتجفيف الأزهار والأوراق يجب ان يتم في الظل، وليس بتعريضها لأشعة الشمس، لأنها تسبب ذبولها وتفقدتها نضارتها ولونها الزاهي وقسما غير ضئيل من فعاليتها. أما البذور فيمكن بل يفضل تجفيفها في الشمس. وأما الجذور فتجفف بعد غسلها وتنظيفها جيدا وشقها طوليا إلى نصفين وتقطيعها إلى قطع صغيرة في الشمس مباشرة، على أن تظل الاجزاء متباعدة بعضها عن بعض. وكذلك الأثمار. ويستحسن أن تجفف مرة أخرى في فرن أو فوق موقد لا تزيد درجة حرارتهما عن (٥٠ - ٦٠) درجة مئوية.

وثمة طريقتان لتجفيف الأعشاب والنباتات الطبية:

أ - الطريقة الطبيعية: وهي بفرد الأزهار والأوراق بعد قطفها بأقصر مدة ممكنة في مكان ظليل تسخنه حرارة الشمس ويتجدد هواؤه باستمرار،

وذلك بأن تفرد الأزهار أو الأوراق فوق صفائح من الورق أو شراشف نظيفة بطبقات رقيقة جدا، وتحرك من آن إلى آخر حتى يتم جفافها. وأما إذا كان المكان المعد للتجفيف غير متسع، ولا يمكنه ان يستوعب الكمية المطلوب تجفيفها، فيمكن تلافي ذلك بعمل صوان من الخشب تعلق بعضها فوق بعض، على أن تظل المسافة بين كل صينية منها والأخرى نحواً من ٢٠ - ٢٥ سم، وأن تكون قاعدة الصينية مصنوعة من نسيج واسع المسام لكي يتخللها الهواء من جميع أطرافها. كما يمكن استعمال وسائل أخرى للتجفيف تبتكر بالنسبة للظروف والمكان وقيمتها المادية. والمهم فيها على كل حال هو مراعاة الشروط العامة السالفة الذكر.

ب - التجفيف الصناعي: ويتم في أبنية مشيدة لهذا الغرض، ومجهزة بتدفئة وتجهيزات أخرى. وقد شاهدت البعض منها في روديسيا في إفريقيا، يستعملونها لتجفيف التبغ الذي يجفف عندنا في الشمس. ومثل هذه الأبنية وتجهيزاتها باهضة الثمن، ولا حاجة إليها في تجفيف الأعشاب والنباتات الطبية إلا على مقياس واسع بقصد التجارة والتصدير. لذلك أضرب صفحا عن الإسهاب في وصفها.

تخزين  
الأعشاب والنباتات الطبية بعد تجفيفها  
التجفيف الكامل للنباتات والأعشاب الطبية يفقدها أربعة أحماس وزنها،  
ولكنه إذا تم وفقا للقواعد الصحيحة لا يفقدها لونها الأصلي، أو رونقها، كما أنه  
لا يفقدها شيئا من فعاليتها إلا بمرور الزمن. فالنباتات الطبية الجافة تحافظ  
على كامل فعاليتها تقريبا لمدة سنة كاملة إذا خزنت في محاجر زجاجية أو علب  
كرتونية أو معدنية، وفي مكان جاف لا يتعرض لرتوبة الشتاء. والرتوبة  
تفسد النباتات الجافة المخزنة إذا تعرضت لها، ويعرف ذلك من فساد لونها  
ورونقها أو ظهور العفن عليها. ومن الضروري لصق ورقة (اتيكايت) على  
كل وعاء يحتوي نباتات طبية جافة يكتب عليها اسم النبات وتاريخ وضعه في  
الاناء، وبإهمال ذلك والاعتماد على الذاكرة فقط قد تحدث هفوات لا تخلو من  
الاحطار الصحية.

كيف تصنع

الأدوية من الأعشاب والنباتات الطبية؟

لصنع الأدوية من الأعشاب والنباتات الطبية طرق متعددة بعضها سهل بسيط يمكن عمله في المنزل، والبعض الآخر صعب ومعقد يحتاج صنعه إلى معلومات صيدلية وأدوات خاصة. وسنبين فيما يلي مختلف هذه الطرق تاركين للقارئ اختيار ما يروقه منها، مع العلم بأننا سنبين في الأبحاث المقبلة كيفية صنع الدواء من كل عشبة أو نبتة عند التحدث عنها، وهي الطرق السهلة البسيطة التي يمكن اللجوء إليها في كل منزل ودون خبرة سابقة.

١ - عصير الأعشاب والنباتات الطبية: ولتحضيره تجمع الأعشاب والنباتات المراد استخلاص العصير منها على أن تكون كلها طابعا طازجة وغير جافة وتفرم في (مفرمة اللحم) أو تدق في جرن حجري (جرن الكبة) وهذا أفضل، ثم يصفى منها العصير بوضعها مفرومة أو مدقوقة في قطعة من الشاش، ثم تعصر باليد أو بواسطة المكابس الخاصة، على أن يحفظ عصيرها في أوان زجاجية أو فخارية تغطي فتحتها بغطاء محكم السد لا ينفذ منه الهواء. والعصير في مثل هذه الأواني يمكن حفظه في البراد لمدة أسبوع كامل دون ان يصاب بفساد أو يفقد خواصه. ويلاحظ ان عصير النبتة يختلف عن عقارها المجفف.. لان الكثير من المواد العلاجية تتكون في النبتة أثناء جفافها،

فيختلف بذلك تركيبها الكيماوي عن مثله في العصير المستخرج منها وهي طازجة غضة.

٢ - شراب الأعشاب والنباتات الطبية: يصنع من طبخ العصير المستخرج كما أسلفنا أعلاه مع السكر، أو العسل، وهذا أفضل. ويمكن ان يبالغ في غلي الشراب هذا إلى أن يتماسك قوامه فيقطع إلى قطع صغيرة تجف وتتصلب بعد أن تبرد ويتكون منها ما يسمى بالملبس.

٣ - عسل الأعشاب والنباتات الطبية: يحضر بغلي العصير بضعف كميته من عسل النحل لبضع دقائق، يرفع في أثنائها الزبد المكون فوقه، ويوعى بعد ذلك في الزجاجات. وهذه الطريقة في استعمال الأعشاب والنباتات الطبية يستحب استعمالها في معالجة الأمراض الصدرية، أي أمراض الرئة على اختلاف أنواعها ولمدة بضعة أسابيع.

٤ - صبغة الأعشاب والنباتات الطبية: الصبغة في التعبير الطبي تعنى دائما الدواء محلولاً في كحول نقي أو مشروب روي لا تقل نسبة الكحول فيه عن ٤٠ - ٢٠ %.

والصبغة يمكن تحضيرها من الأعشاب والنباتات الطبية الغضة، ومن المجففة منها أيضا على السواء. ولتحضيرها توضع الكمية المحددة من الأعشاب والنباتات الغضة بعد تقطيعها إلى قطع صغيرة في زجاجة، وتضاف إليها الكمية المناسبة من الكحول، ثم تسد الزجاجة سدا محكما وتترك في مكان لا تقل حرارته عن (١٥ - ٢٠) درجة مئوية لمدة ثلاثة أسابيع، على أن تخض الزجاجة في أثنائها مرارا عديدة. وبعد ذلك تصفى محتويات الزجاجة بقطعة من الشاش وتعصر جيدا لاستخراج السائل كله منها، وبذلك تنتهي عملية تحضير الصبغة المطلوبة. وتحفظ الصبغات بمفعولها لمدة بضع سنوات. ولكن يستحسن تجديدها في كل سنة. وتستعمل الصبغات بقطرات تقطر على كمية قليلة من الماء أو على قطعة صغيرة من السكر.

٥ - زيوت الأعشاب والنباتات الطبية: وتصنع بنفس الطريقة التي تصنع بها الصبغات، بالاستعاضة عن الكحول بزيت نقي، من زيت الزيتون أو سواه، وبإطالة مدة نقع الأعشاب والنباتات الطبية فيه إلى (٤) أسابيع. يوضع المنقوع منها أثناء النهار في الشمس، ثم يصفى بعد ذلك كالصبغات. وهذه الزيوت يمكن الاحتفاظ بها لمدة أقصاها سنة واحدة فقط، يفسد بعدها الزيت بتكون مواد مخرشة فيه - (بتحنن).

٦ - مرهم الأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل بغلي العصير في كمية من (اللانولين) دهن الصوف، أو شحم الخنزير، أو زبدة الحليب غير المملحة - لطرده أكبر كمية ممكنة من الماء فيه.

٧ - مسحوق الأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل من دق الأعشاب والنباتات الطبية الجافة في أجران من الفخار أو الحجر إلى أن تنعم تماما. ويستعمل المسحوق عادة ضمن البرشام أو بمزجه مع كمية من العسل أو الحليب أو عصير الفواكه أو مع جرعة من الماء.

٨ - شاي الأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل من الأعشاب أو النباتات المحففة بثلاث طرق مختلفة:

أ - طريقة النقع: وفيها يوضع العقار الجاف في كمية من الماء البارد لمدة (٥ - ٧) ساعات ثم يصفى منها الماء بعد أن يكون قد حل من العقار مواده المطلوبة. وهذه الطريقة تناسب العقاقير الصلبة كالجذور - (جذر عرق السوس مثلا) وغيرها.

ب - طريقة المستحلب: وفيها يوضع العقار في إناء فخاري - غير معدني - وتضاف إليه الكمية اللازمة من الماء بدرجة الغليان، ثم يغطى الإناء ويترك ليصفى بعد (١٠ - ١٥) دقيقة. وهي تناسب الزهور والأوراق الغنية بالزيوت العطرية والتي تتبخر زيوتها إذا غليت في الماء.

ج - طريقة الغلي: وتستعمل عادة القشور - لحاء - والجذور. وفيها يوضع العقار في الماء البارد بالنسب والكميات المطلوبة، ثم يسخن إلى درجة الغليان ويستمر في غليه مدة طويلة أو قصيرة حسبما يتطلبه العقار. وبعد انتهاء الغلي يترك المغلى مدة (١٠) دقائق ليصفى بعدها كما سبق وصفه. وطريقة الغلي هذه تستخرج من العقار المغلى الأملاح المعدنية والمواد القابضة (الدابغة) وهذه لا تنحل إلا بالماء الغالي وبيضاء أيضا. والشاي بأنواعه الثلاثة السالفة الذكر قد يستعمل ساخنا أو باردا وعلى دفعات قليلة وكميات كبيرة أو بجرعات صغيرة متعددة، وسنبين ذلك في الأبحاث المقبلة بالتفصيل.

٩ - حمامات الأعشاب والنباتات الطبية: وتعمل بإضافة مغلى أو مستحلب أو منقوع من الأعشاب والنباتات الطبية إلى ماء الحمام. وهذه الطريقة تستعمل عادة في معالجة حالات الضعف العام والتهدج العصبي، ومرض لين العظام، والأمراض الجلدية، وكذلك كحمامات معرقة في مرض الروماتيزم المزمن. وقد تستعمل كحمامات مقعدية. وفيها يجلس المريض في إناء يغمره فيه ماء حار بدرجة (٣٧) مئوية حتى منتصف البطن وتلف حول المريض ومغطسه بطانية تمنع تسرب البخار، ثم يزداد ماء المغطس تدريجيا بماء أشد حرارة حتى تصل حرارة الماء فيه إلى ٤٢ - ٤٥ مئوية. وبعد ذلك بعشر دقائق إلى نصف ساعة على الأكثر، يبدأ عرق المريض بالتصبيب جاذبا معه من داخل الجسم أملاحا ومواد ضارة أخرى. ثم يخرج المريض من الحمام ويتمدد فوق منشفة ويلف نفسه بالبطانيات الجافة الدافئة ليستمر افراز العرق منه لمدة نصف ساعة أو أكثر.

وقد تعمل بدلا عن الحمامات المقعدية المذكورة حمامات للقدمين أو أحد الأطراف العليا مثلا، مما سيأتي وصفه في الأبحاث التالية.

١٠ - غسل بمستحلب أو مغلى الأعشاب والنباتات الطبية: وفيه يكون



المستحلب أو المغلى بدرجة حرارة الجسم ويستعمل في أمراض المهبل والافرازات المهبلية عند النساء، أو كحقن شرجية لإبادة الديدان المعوية أو تسكين آلام الكلى أو غيرها. وفي هذه الحالات أيضا يجب تصفية المغلى أو المستحلب قبل استعماله وأن لا يتجاوز مقدار ما يحقن منه النصف الليتر فقط.

١١ - التبخير بالأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل بالبخار المتصاعد من الأزهار أو الأوراق في معالجة آلام الاذن والذكام وأمراض الحلق واللوزتين وبحة الصوت من التهاب الحنجرة، وللوجه عند إصابة أجفانه بانسداد غدده الدهنية والتهابها - (شحاد) - وتبخير مقعدي لمعالجة البواسير وانحباس البول وأمراض أعضاء الحوض الأسفل عند النساء. وتعمل الحمامات البخارية المقعدية بأن يجلس المريض القرفصاء فوق الاناء المتصاعد منه البخار ويلف مع الاناء ببطانية أو ما شابهها مما يمنع انتشار البخار إلى الخارج منها. ويمكن عملها أيضا بطريقة أخرى وهي أن يوضع العقار فوق (قرميد ساخن) أو ما شابه ذلك ويرش فوقه الماء أو الكحول بحيث يتصاعد البخار بعد ذلك من العقار.

١٢ - استعمال الأعشاب والنباتات الطبية بطريقة التبخير: وفيه يحرق العقار كالبخور داخل الغرفة حيث ينتشر دخانه ويستنشقه المريض. ويمكن في بعض العقاقير - الطيارة - كالنعناع مثلا، وضعها لمعالجة الزكام ليلا فوق المدفأة فينتشر منها زيتها العطري الطيار (منقول) في هواء الغرفة ويتنشقه المريض مع الهواء.

١٣ - لفافات الأعشاب والنباتات الطبية الغضة: تعمل مثلا بأوراق آذان الجدي أو لسان الحمل السناني وحشيشة السعال. ولعملها تفرد الأوراق الطازجة فوق منضدة من الخشب، وتهرس قليلا بلف زجاجة كبيرة فوقها إلى الامام وإلى الورا، أو (بالشوبك) الخشبي المستعمل في المطبخ لفتح

العجين. وبعد ذلك تفرد فوق سرير المريض بطانية من الصوف وفوقها غطاء - شرشف - من الكتان وتفرد الأوراق المهروسة فوقها ويمدد في وسطها عضو المريض أو جسم المريض كله. ثم يلف الغطاء الكتاني والبطانية معا حول العضو أو الجسم، ويبقى على ذلك مدة ساعتين إذا لم يشعر المريض بأي انزعاج. وإلا نزع الغطاء حالا، عندما يشعر المريض بانزعاج. واللفافات الجزئية التي تقصر على عضو واحد من أعضاء المريض فقط يستطيع المريض ان يتحملها طيلة الليل دون أي انزعاج، وهي تعمل لمعالجة الروماتزم والسعال والنزلات الشعبية والتهاب الدوالي - الأوردة المتمددة - في الساقين.

١٤ - أكياس الأعشاب والنباتات الطبية: وتعمل بوضع كمية من الأزهار في كيس صغير، يربط أو يخاط ويغطس لبرهة وجيزة في ماء بدرجة الغليان، ثم يرفع ويعصر قليلا بين لوحين من الخشب ويوضع ساخنا فوق موضع الألم (آلام المعدة وحصاة المرارة)... الخ، أو ان الكيس المملوء بالأزهار يسخن فوق موقد حار، عوضا عن تغطيسه بالماء الساخن، ويستعمل جافا كما أسلفنا. (مثلا كيس أزهار البابونج لمعالجة آلام الاذن أو كيس حبوب الكراويا لمعالجة آلام الأسنان).

١٥ - التكميد بالأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل بتغطيس منشفة أو قطعة من القماش مماثلة لها في مستحلب العشب أو النبات الساخن، إلى أن تتشرب المحلول وتتشبع منه، ثم ترفع وتلف حول الجزء المراد معالجته ومن فوقها قطعة من نسيج صوفي تغطيها تماما (مكمدات - كنبات الحقول حول الجذع لمعالجة التهاب الكلى وفي أمراض الطفح الجلدي، ومكمدات الصعتر في مرض الحصبة للاسراع بظهور طفحها وتخفيف درجة الحمى).

١٦ - التليخ البارد أو الساخن بالبذور والأعشاب الهلامية: (المادة الهلامية تعنى المادة التي يكون قوامها متماسكا لزجا كزلال البيض النيء)

كالحلبة والختمي المخزني وبذر الكتان. ولعملها باردة يوضع العقار لمدة نصف ساعة أو بضع ساعات - وفقا لما يتطلبه كل نوع منها - في الماء البارد، ثم يفرغ عنه الماء ويفرد العقار المنتفخ من تأثير النقع بالماء فوق شاش رفيع ويوضع بارداً فوق الموضع المراد معالجته. وأما اللبخ الساخنة منه فتحضر بوضع العقار بعد رفعه من الماء البارد فوق منخل رفيع ووضع المنخل فوق إناء يغلى فيه الماء. فالبخار المنتشر منه يفتح خلايا العقار وتظهر منها المادة الهلامية، فيفرد العقار عندئذ فوق شاشة كما أسلفنا ويستعمل ساخناً.

١٧ - الجلد بالأعشاب والنباتات الطبية: وتستعمل فيه الأعشاب المهيجة للجلد، كالعقراص مثلاً، حيث يجلد الجسم في اجزائه المختلفة بأغصان غضة منه لمعالجة الروماتيزم.

١٨ - وضع الأعشاب والنباتات الطبية داخل الحذاء: وفيه تستعمل الأعشاب العطرية غالباً كالصعتر والنعناع والمرزنجوش ومسحوق بذور الحلبة لمعالجة الزكام وبرودة الاقدام، وعروق الصباغين لمعالجة ضعف الشهية للطعام... الخ وذلك بوضع العقار داخل الحذاء مفروداً فوق دواسته (ضبان).

١٩ - نشوق الأعشاب والنباتات الطبية: ويعمل من الأوراق أو الأثمار أو الجذور الجافة تماماً بسحقها في الهاون إلى أن تنعم تماماً... كمسحوق أوراق الصعتر مع جذور البنفسج لمعالجة التهاب الجيوب في الانف. وقبل ان نختتم هذا البحث يجدر بنا ان ننوه بأن من الأفضل دائماً ان تستعمل الأعشاب والنباتات الطبية من الداخل أيضاً، عند استعمالها من الخارج، فعندما يعالج المريض مثلاً باللفافات أو المكمدات أو اللبخ.. الخ. من الخارج يستحسن ان يستعمل في الوقت عينه العقار نفسه من الداخل إذا كان مناسباً، وإلا فعقار آخر مناسب من الداخل - (شاي، مسحوق... الخ) وهذا أضمن للفائدة.

## الجرعة الطبية

وتعني مقدار الدواء المقنن للمرة الواحدة من قبل الطبيب، فالمقدار الأقل منه لا يكون مفعوله كاملا كما أن المقدار الأكثر قد تكون له عواقب وخيمة جدا، خصوصا في الأدوية السامة. فمن واجب المريض اذن ان يتقيد دائما بمقادير الجرعات الطبية للأعشاب والنباتات وللأدوية الكيماوية أيضا.

وفي هذا الكتاب ذكرنا مقدار الجرعة الطبية لكن عقار في البحث الخاص والأرقام المذكورة تعتبر جرعات للرجال البالغين الأقوياء. اما الرجال الضعيفو البنية أو الذين لم يبلغوا سن العشرين أو تجاوزوا سن الستين، أو النساء، فيكتفون بثلاثي الجرعة المذكورة. والاحداث الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ - ١٤ سنة يكتفون بنصف الجرعة، والأطفال دون السابعة من العمر بربع الجرعة أو ثمنها تبعا للسن.

وإذا وجد القارئ اننا لم نذكر الجرعة الطبية لعقار ما مما يضمه هذا الكتاب فجرعته تكون دائما ملء ملعقة طعام على فنجان كبير من الماء - ربع لتر لعمل (الشاي).

والشاي المصنوع من الأعشاب بأية طريقة من الطرق السالفة الذكر، يؤخذ في الصباح قبل تناول أي شئ من الطعام - على الريق. وإذا كان المطلوب

طيه ثلاث مرات في اليوم فيؤخذ للمرة الثانية قبل ساعة من الغداء وللمرة الثالثة عند النوم، أي دائما عندما تكون المعدة خالية من الطعام. وقد يكون من المطلوب استهلاك الكمية المقننة من الشاي على دفعات متعددة أثناء النهار، وفي هذه الحالات يؤخذ منه في كل مرة ملعقة صغيرة فقط. والشاي ذو الطعم المر أو الكريه يستحسن تحليته بالعسل أو (سكر النبات) ولا يحلى مطلقا بسكر الاكل العادي. إحصاء شائك:

(شجر شائك من فصيلة الورديات

ويسمى عندنا خوخ السياج).

مكان النبتة: برية في السياج

والأدغال والاحراج وحفافي (جوانب)

الطرق والأراضي المقفرة. ويمكن

زرعها.

أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها نحو

(٣) أمتار، قشرتها (لحاؤها) سوداء،

وفي أغصانها الكثير من الشوك المنفرد

الصلب. تزهر في شهري نيسان

وأيار، وقبل ظهور أوراقها، زهورا

دائرية صغيرة ناصعة البياض لها

رائحة اللوز المر. وتتكون منها أثمار

كروية وحيدة النواة تنضج في تشرين الأول ويصبح لونها أزرق اسود. أما

الأوراق فصغيرة بيضية الشكل ومسنة الحوافي.

الجزء الطبي منها: الأزهار ما دامت ناصعة البياض في شهري نيسان وأيار.  
والأثمار المجففة في الشمس في شهري تشرين الأول وتشرين الثاني.  
المواد الفعالة فيها: في الأزهار كلو كوزيد الفلافون flavonglykosid  
وهو ملين ومعرق ومدبر للبول ومسكن للتشنجات.  
وفي الأثمار حوامض عضوية ومواد دابغة ومادة البكتين pektin المجلطة.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل عصير الأثمار لمعالجة قروح الفم والرعاف  
(النزيف من الأنف).

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار كملين لطيف حتى للأطفال،  
ويعمل بالطريقة المعروفة وبنسبة نصف ملعقة كبيرة من أوراق الأزهار، لكل  
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان. ويشرب في الماء قبل النوم ويستمر  
على ذلك بضعة أيام. ويعالج بمستحلب الأزهار أيضا التهاب المثانة والكلبي  
وصعوبة التبول، الناتجة عن تضخم البروستات عند الشيوخ.. ويشرب منه  
فنجانان في اليوم. وتعطى الأثمار مطبوخة بالسكر (مربي) بمقدار ملعقة  
كبيرة ثلاث مرات يوميا لمعالجة الاسهال وتضخم الكبد.

أخيليا ذات الف ورقة:  
وهي منسوبة إلى (achillea) البطل  
اليوناني الشهير، وتسمى في الشام: أم  
الف ورقة. جنس نباتات عشبية  
معمرة عطرية من المركبات الأنثوية  
الزهر، فيها أنواع تزرع لزهرها  
وأخرى تنبتها الطبيعة.  
مكان النبتة: المروج الجافة  
والحقول وحفافي الطرق.  
أوصافها: عشبة يبلغ طولها نحو  
نصف متر، ساقها مكسوة بشعيرات  
تنبت منها أوراق كثيرة الجوانح متقابلة  
على الساق، تزهري بين شهري حزيران  
وآب أزهارا مستديرة بيضاء مشربة  
حمرة، ولها رائحة الغنم.  
الجزء الطبي منها: العشبة كلها في أشهر الزهر (حزيران - آب) ما عدا  
الجدور.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع السينوول cineol والزيت الأزرق  
ومواد دابغة وأخرى منقية للدم وموقفة للنزيف مقشعة ومسكنة للتشنجات.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل عصير العشبة الغضة الطازج لمعالجة تشنجات حلمة  
الثدي بالتكميد. ويستعمل مرهمها لتسكين آلام البواسير، ويعمل المرهم من

غلي (٣٠) غراما من زهر الأخيلىا المهروسة في (٩٠) غراما من الزبد ببطء بحيث لا يحترق الزبد.

ب - من الداخلى: يستعمل عصير الأوراق الغضة لتنقية الدم في الربيع وذلك بمقدار ملعقتين كبيرتين في مرق اللحم أو الحليب الساخنين صباحا قبل الاكل، لمدة (٤ - ٦ أسابيع).

وتعالج بالمستحلب آلام المعدة والأمعاء وحصاة المرارة والأرق وضعف الشهية للطعام وضعف الجسم العام. ويفيد المستحلب في معالجة اضطرابات الدورة الدموية الناتجة عن تشنجات الشرايين بما في ذلك الذبحة الصدرية وآلامها المعروفة والتي تمتد إلى الكتف والساعد. كما يوقف النزيف الداخلى خصوصا النزيف الرئوي، وإذا كان لون الدم النازف أحمر قانيا (النزيف الشرياني). ولمعالجة نزيف البواسير يشرب المستحلب ويستعمل في آن واحد المرهم كما سبق ذكره. ويثير المستحلب عملية تكوين كريات دم حمراء جديدة في نخاع العظام ويقوى الدم بذلك.

هذا ويستعمل العصير لتقوية الجسم وتنشيطه في النقاهاة من أمراض طويلة منهكة. ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة من العشبة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم. وأما العصير فيعطى منه مقدار ملعقة صغيرة في فنجان صغير من الماء (٣ - ٤) مرات في اليوم.



آزريون الحدائق:  
(والآزريون من الفارسية جنس  
زهر من المركبات الأنبوية الزهر).  
مكان النبتة: برية في البساتين  
وأطراف الطرق، وتزرع لأزهارها.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو  
(٤٠ - ٦٠) سنتيمترا، ترتفع  
فروعها من الساق المكسوة بشعيرات  
دقيقة عموديا إلى الاعلى. أوراقها  
بيضوية طولانية مسننة الأطراف  
ومكسوة أيضا بشعيرات دقيقة. تزهر  
من شهر آيار إلى شهر تشرين الثاني  
أزهارا صفراء أو برتقالية اللون.  
الجزء الطبي منها: أوراق الزهر  
المتفتح. والعشبة الغضة قبل تفتح الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار ومواد مرة هلامية مدرة للحيض ومسكنة  
للتشنجات.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تعالج الجروح العفنة والقروح المستعصية وقروح دوالي  
الساقين والقروح الرقادية (وهي القروح التي تحدث في الالية أو الكتفين أو  
كعب القدم عند المرضى، وخصوصا الشيوخ الذين يضطربهم المرض للبقاء مدة  
طويلة في الفراش ممددين على ظهورهم) والنواسير والاحتقان في أصابع القدمين

من تأثير تعرضها للبرد (تثليج) وتشققات حلمة الثدي وتشققات اليدين فهذه الإصابات كلها تعالج بمرهم أزهار الآزريون. ويعمل المرهم بمزج أوراق الزهر المهروسة بكمية مناسبة من زبدة الماعز غير المملحة أو بمزج عصير العشب الغضة كلها بخمسة أو ستة أضعافه من الزبد. ويلاحظ ان الآلام تزداد في بداية استعمال هذا المرهم ثم تزول بعد مدة من استعماله.

ويفضل لعمل المرهم استعمال خليط أعشاب يتكون من أوراق زهر الآزريون (٥) غرامات و (٣) غرامات من كل من: كنبات الحقول، جذور عشب القوي وزهر البابونج.. وذلك بغلي هذا الخليط من الأعشاب لمدة ربع ساعة في ربع لتر من الماء (كوب) ثم إضافة كمية من الشحم إليه وغليه ببطء إلى أن يتم تبخر الماء كله منه.

وتعالج سرطانات الجلد وسرطانات الغدد التي لم يمكن ازالتها كلها جراحيا بالمرهم مع شرب المستحلب أو استعمال عصارة العشب الغضة من الداخل والخارج في آن واحد. ويمكن في المعالجة الخارجية استعمال الصبغة المخففة لغسل وتكميد الجروح والقروح... الخ. بدلا عن المرهم. ولعمل الصبغة تملأ حفنة من أوراق الزهر في زجاجة بيضاء ثم يضاف إليها نصف لتر من الكحول المركز (٩٥%) و (١٥٠) غراما تسد بعدها الزجاجة وتوضع في الشمس لمدة أسبوع، ثم تصفى الصبغة وتحفظ (تخفف الصبغة عند استعمالها لغسل الجروح والقروح... الخ بنسبة ملعقة كبيرة لكل ربع لتر (كوب) من الماء المغلي).

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار لاحتوائها على هورمون جنسي لمعالجة الضعف الجنسي عند الذكور. والمستحلب يدر عند النساء الحيض المحتقن ويزيل ما يرافقه من آلام، على أن يباشر شربه قبل موعد الحيض المنتظر بثمانية أيام. ويستعمل المستحلب أيضا ولمدة طويلة لمعالجة سرطان الرحم وسرطان المعدة للذين لا يمكن ازالتهما جراحيا، أو بعد استئصالهما لمنع عودتهما

أو انتشارهما في اجزاء أخرى من الجسم.  
ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من أوراق الأزهار،  
لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان. ويعطى منه ملعقة كبيرة كل  
ساعتين - ويلاحظ ان شرب كمية أكبر تسبب اضطراب المعدة. هذا ويستعمل  
بعض الأطباء المستحلب أو خلاصات أخرى من العشبة حقنا في الجسم، لمعالجة  
سرطان المعدة والرحم والثدي والقروح المعدية والمعوية.  
أرقيون:

جنس نبات من الفصيلة المركبة،  
فيه أنواع برية: ذكره بوست، ولم  
يذكر أحد له اسما عاميا، وهو موجود  
في سورية ولبنان.  
والنبته على نوعين: الصغيرة  
والكبيرة، بالنسبة إلى حجم أزهارها.  
ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية.  
مكان النبتة: حواشي الطرق  
والأراضي القفر. وتوجد في عبيه  
وصغيين واهدن وحصرون في لبنان وفي مرعش في سورية.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر، ساقها مشربة حمرة كثيرة الفروع،  
أوراقها كبيرة في الأسفل وتصغر تدريجيا نحو الاعلى، لونها أخضر غامق في  
الأعلى وفضي في الأسفل، تزهر بين شهري تموز وأيلول أزهارا متوسطة الحجم،

لونها أزرق مشرب حمرة وأوراقها معقوفة الرأس. جذرها طويل - ٦٠ سنتم - ومتفرع.

الجزء الطبي منها: جذور النبتة في سنتها الثانية فما بعد، وفي شهر نيسان وجذور الخريف (تشرين الأول). والنبتة الحديثة ضعيفة التأثير. هذا وتفقد الجذور بالتجفيف جزءا غير قليل من فعاليتها.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادة الايفولين Ivolin ومواد دابغة معرقة ومدرة للبول ومنقية للدم.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج لتقوية شعر الرأس، يغسل بمنقوع الجذور لمدة (٢٤) ساعة في محلول الصابون (صابون مذاب، جذور مقطعة، ماء) وتعالج الحروق والقروح والدمامل بمرهم من عصير الجذور الغضة، بمزجه مع الشحم الحيواني فوق نار بطيئة.

ب - من الداخل: يشرب مغلى الجذور لتطهير الجسم من السموم المعدنية وتنقية الجلد من حب الصبا والدمامل والجروح والقروح المستعصي شفاؤها. ويعمل بغلي مقدار ملعقة صغيرة من الجذور الجافة والمقطعة إلى اجزاء صغيرة في فنجان من الماء لمدة بضع دقائق وتصفيته، ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم ولمدة (٤ - ٦) أسابيع. وتفضل دائما الجذور الغضة لعمل المغلي على الجذور المجففة.

أرطماسيا:

(من اليونانية) برنجاسف (من

الفارسية) شويلاء.

الأسماء العامية المعروفة بها في

سوريا وغيرها من الأقطار العربية:

(عبيشان بعیشان. حبق الراعي).

نوع معمر ينبت برياً ويزرع لورقه

العطري.

مكان النبتة: ضفاف الأنهار،

وبين أعشاب السياجات المهملة، ويمكن

زرعها في كل نوع من التربة، وذلك

ببذرهما: أما في الربيع في شهري

(آذار، ونيسان) وهو المفضل أو

في الخريف (أواخر شهري أيلول

وتشرين الأول).

أوصافها: عشبة يراوح طولها بين متر ومتر ونصف، ساقها من الأسفل

خشبية، ولونها مائل إلى الأحمر. أوراقها العليا مكونة (٣) أصابع، سطحها

الأعلى قاتم، والأسفل أبيض مكسو بوبر كاللباد. أزهارها عنقودية صفراء

اللون، تزهر بين شهري (حزيران وأيلول). جذورها بغلظ إصبع اليد،

متشعبة، سمراء أو حمراء، ولها رائحة قوية غير مستحبة. وعشبتها تعمر بضع

سنوات.

الجزء الطبي منها: الأوراق قبل تفتح الأزهار، والعناقيد الغضة المزهرة،

والجذور السمراء غير الخشبية، على أن تؤخذ في أوائل الربيع قبل ظهور

الأوراق الجديدة، أو في الخريف. وتستعمل الأوراق والأزهار غالباً لعمل

نقوع، وذلك بنقع مقدار ملعقة كبيرة منها في فنجان كبير من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة، وتصفيته بعد ذلك وشربه بجرعات صغيرة طيلة النهار. أما الجذور فتستعمل كمسحوق (ملعقة صغيرة في الماء أو الحليب أو غيرهما من السوائل يوميا) أو تستعمل كمغلي، وذلك بغلي مقدار ملعقة صغيرة من الجذور في فنجان كبير من الماء. ويمكن شرب ثلاثة فناجين في اليوم من هذا المغلي بعد تصفيته على أن تؤخذ بجرعات متعددة طيلة اليوم. والأمراض التي تعالج بنقوع أو بمغلي أو بمسحوق (الأرطماسيا) من الداخل هي مرض البول السكري خصوصا عند الشيوخ، وسوء الهضم الحاد أو المزمن، واضطراب الطمث (الحيض) عند النساء، كعدم انتظامه أو ظهور آلام وتشنجات قبله أو في أثناءه. وكذلك حالات (الهستيريا) وهي كثيرة ومتنوعة عند النساء، وحالات الصرع. وفي هذه الحالات يشعر المصاب باقتراب النوبة، فللحيلولة دون ظهورها أو تخفيف وطأتها على الأقل، يعطى له مقدار ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور في فنجان من المشروبات الساخنة يرقد بعدها في الفراش ويغطى جيدا لكي يعرق. ويكرر ذلك كل (٣ - ٦) أيام حتى ولو استمر حدوث النوبات. فالأرطماسيا لا تشفي الصرع ولكنها تقلل كثيرا من تكرار نوباته وتلطفها. ويمكن أيضا في حالات الصرع استعمال المسحوق يوميا، ولمدة طويلة، على أن يعطى منه للمصاب مقدار ربع ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم. ويلاحظ ان في جميع الحالات يجب ان يكون المسحوق حديثا، فلا تسحق الجذور في كل مرة إلا قبيل استعمال المسحوق كما أسلفنا.

أفسنتين:

قال ابن البيطار انها تعرف بالدمسيية  
في مصر. عشبة معمرة. من المركبات  
الأنبوية الزهر، تنبت برية وتزرع  
لمادة عطرية في جميع أجزائها.  
تستعمل في الطب للهضم والادرار  
وطرد الدود، وتستعمل في صنع  
شراب كحولي يسمى باسمها.  
مكان النبتة: الأراضي الجافة  
والمنحدرات المشمسة.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو متر وربع المتر، ساقها عمودية  
مكسوة بشعيرات حريرية، رائحتها  
عطرية وأوراقها مجنحة، سطحها  
الاعلى مكسو بشعيرات دقيقة فضية، تزهر في شهري تموز وآب أزهارا  
كروية صفراء بمجموعات كالسنابل.  
الجزء الطبي منها: الفروع المزهرة وأوراقها في شهري تموز وآب.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع التويون Thujon، مواد مرة مدرة  
للصفراء ومثيرة لغدد الهضم.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج، تعالج بها آلام المعدة الشديدة (قرحة المعدة) والاسهال  
المصحوب بمغص، وذلك بمكمدات المستحلب الساخنة فوق أعلى البطن. وهذا

التكميد مفيد أيضا في تسكين آلام المرارة (حصاة المرارة)، ومعالجة الامساك العصبي المنشأ عند النساء، وفي اضطرابات الكبد البسيطة التي تسبب طفحا وحكة في الجلد. وتستعمل حمامات الأفسنتين لتسكين الحكة مع استعمال المستحلب من الداخل لمعالجة اضطراب الكبد نفسه.

ويعالج الرمد وخصوصا عند الشيوخ، بغسل العين المصابة بالمستحلب أو تكحيلها بمروء زجاجي بمرهم الأفسنتين. ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويترك (٥) دقائق قبل استعماله للتخمير.

اما المرهم لمعالجة الرمد فيعمل بمزج (٣) غرامات من عصير الأفسنتين الغض (ويحصل عليه من هرس العشبة وعصرها بقطعة من الشاش) مع ثلاثين غراما من العسل. وتعالج (قوباء) الرأس بتليخها بالأفسنتين الغض المهروس (المدقوق) يوميا إلى أن يتم الشفاء.

ويستعمل لمعالجة التهاب قاعدة الأظافر (الظفر الغارز) مرهم يعمل من أجزاء متساوية من الأفسنتين المهروس والصابون والخل بهرسها (دقها) معا إلى أن يتم المزج جيدا.

ب - من الداخل: يشرب مستحلب الأفسنتين لمساعدة لمعالجة الخارجية السابقة الذكر. هذا وشرب المستحلب لمدة طويلة يطرد الديدان المعوية (اسكاريس) ويلين الباطنة وينقى الجسم من السموم وعلى الأخص السموم الرصاصية والزئبقية التي تستعمل في معالجة مرض الزهري ومضاعفاته. وشرب المستحلب يفيد كثيرا في تقوية الهضم وأجهزته (المعدة، الأمعاء، الكبد)، ويطرد الغازات المعوية، ويقوى الذاكرة، ويقلل النسيان والشعور



بالخجل، وينشط الشعور النفساني بوجه عام (يرفع المعنويات). كما أنه إذا استعمل بعد الولادة يساعد على تنظيف الرحم مما يبقى فيها من أجزاء المشيمة أو الحنين الميت ومن الافراز النفاسي. واستعماله في بداية الولادة يقوى الطلق ويسهل الوضع. ويمكن استعمال نبيذ الأفسنتين أو صبغته بدلا عن المستحلب الذي سبق وصفه، والذي يشرب منه مقدار فنجان واحد في اليوم، وجرعات صغيرة (ملعقة صغيرة كل مرة) متعددة. ويلاحظ ان الأفسنتين من الأدوية الشديدة الفعالية، ولا يجوز تجاوز جرعاته عن المقدار المحدد لها.

ويعمل نبيذ الأفسنتين بنقع مقدار (٧) غرامات من الأفسنتين، ومثلها من فصوص الثوم بعد هرس (دق) الاثنین معا في لتر واحد من النبيذ الأبيض لمدة أسبوع واحد، مع خض الزجاجة يوميا مرة على الأقل، يصفى بعدها النبيذ. ولا استعماله يعطى منه فنجان صغير (٣ - ٤) مرات في اليوم. اما صبغة الأفسنتين، فلعملها يضاف إلى جزء واحد من الأفسنتين، في زجاجة محكمة السد، خمسة أضعافه من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتترك لمدة عشرة أيام تخض فيها الزجاجة يوميا. وبعد تصفيتها تحفظ الزجاجة للاستعمال ويعطى منها (٢٠) نقطة على قطعة من السكر أو في قليل من الماء (٣ - ٤) مرات في اليوم. وأخيرا نحذر مرة أخرى من تجاوز الجرعات المذكورة وإلا أدى ذلك إلى مضاعفات غير محمودة العواقب كالاسهال والقئ والاضطرابات العصبية... الخ.

أقحوان:

جنس زهر من فصيلة المركبات،  
يسمى زهرة الغريب في دمشق  
وأراولة في مصر. والكلمة العلمية  
معناها (زهرة الذهب).  
مكان النبتة: في الحقول  
والبساتين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٥٠ - ١٢٠) سنتيمترا.  
ساقها مضلعة عارية وقليلة الفروع،  
أوراقها مجنحة ومسنة وتفوح منها  
عند هرسها رائحة تشبه رائحة  
الكافور. تزهر بين شهري حزيران  
وآب، وبعناقيد رأسية، أزهارا مستديرة في وسطها رأس نصف كروي  
أصفر اللون.

الجزء الطبي منها: الجزء الاعلى والمزهر من العشبة (تموز، أيلول)  
ورؤوس الأزهار الصفرة (تموز) والأوراق قبل الأزهار (آيار، حزيران).  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع التوجون Thujon ومواد مرة طاردة  
للديدان المعوية ومسكنة لآلام أعضاء الحوض الصغير (المثانة والبروستات  
عند الرجال، والمبيض والرحم عند النساء).

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج تدلك الأطراف بزيت الأزهار لمعالجة الروماتزم والنقرس، كما يدللك به الجلد لمعالجة الحرب (باحتراس!). ولعمل الزيت يضاف إلى كمية من رؤوس الأزهار الصفراء ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد، وتوضع في الشمس لمدة أسبوعين مع خضها يوميا، وتصفى بعد ذلك مع عصر الأزهار بقطعة من الشاش.

ب - من الداخل يستعمل المستحلب أو زيت الأزهار السابق الذكر لمعالجة النزلات المعوية الخفيفة، ولطرد الديدان المعوية وتقوية الدم (زيادة نسبة الهيموكلوبين فيه).

ويعمل المستحلب كالمعتاد وبنسبة (١ - ٢) غرام لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد في اليوم، لعدة أيام. أما الزيت فيعطى منه (٢ - ٥) نقط يوميا على قطعة من السكر. ويلاحظ ان تجاوز جرعاته لا يخلو من اخطار تدعو إلى القلق.

إكليل الجبل:

(حصا ألبان في الشام). ومعنى  
اسم الجنس العلمي ندى البحر. نبات  
عشبي من فصيلة الشفويات، يستعمل  
في الطب ويعد من الأفاويه.  
مكان النبتة: يزرع في الحدائق  
للتزين.

أوصافها: عشبة معمرة يبلغ  
ارتفاعها نحو ( ١ - ٢ ) مترا، أوراقها  
ضيقة وطولانية، تنبت من الساق  
أو الفرع مباشرة، مبرومة بشدة في  
أطرافها، سطحها الاعلى أخضر غامق  
وبراق ومنقط بنقط صفراء ذهبية أو  
بيضاء فضية، وسطحها الأسفل مكسو بشعيرات بيضاء دقيقة. ولها رائحة  
تشبه رائحة الكافور، ومذاق مر. وتزهر العشبة بين شهري آذار وأيار  
ومرة أخرى بين شهري أيلول وتشرين الأول، أزهارا صغيرة نيلية اللون أو  
زرقاء.

الجزء الطبي منها: الأوراق أيام الأزهار (آذار - آيار) و (أيلول -  
تشرين الأول).

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع التربينتين Terpentin ومواد قابضة  
ومسكنة للتشنجات، ومواد مدرة للصفراء والبول والحيض، وأخرى منشطة  
للأعصاب.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مستحلب الأوراق المجفف والأفضل الممزوج بمغلي قشر البلوط الدوش المهبلي لمعالجة الإفرازات المهبلية البيضاء.  
ب - من الداخل: تعالج الانصبابات في كيس القلب واضطرابات القلب بنبيذ الأوراق، وذلك بنقع حفنة من الأوراق في لتر من النبيذ الأبيض المعتق لمدة يومين ثم تصفيته. ويعطى منه نصف فنجان صغير مرتين في اليوم. وشرب فنجان صغير واحد من هذا النبيذ في الصباح، يؤثر تأثيرا حسنا على نوبات الصرع أيضا. كما يستعمل المستحلب لتنشيط الذاكرة والدماغ المرهق ولتقوية المعدة والهضم، والأجسام المنهوكة في النقاهة من الحميات، ولمعالجة فقر الدم وضعف الأعصاب والاضطرابات في سن اليأس (احتقان في الدماغ، دوار، طنين الاذنين... الخ). كما يستعمل لمعالجة اضطرابات الحيض وآلامه واحتقان الصفراء وما يرافق ذلك من سوء الهضم. ويعمل المستحلب بالطريقة المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم.

إكليل بوقيصي:

(الاسم العلمي من كلمة يونانية كانوا يطلقونها على جنبية سهلة اللي يتخذون أغصانها أكاليل ونوردجات. جنس أعشاب وجنبيات للتزيين من فصيلة الورديات).

مكان النبتة: المروج الرطبة والأخاديد.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو من متر ونصف المتر. أوراقها متباعدة على الساق المشربة حمرة ومجنحة ومسنة، وسطحها الاعلى مكسو غالبا بشعيرات فضية اللون. وفي شهري تموز وآب تزهر في الرأس مجموعات من أزهار بيضاء مشربة صفرة ولها رائحة اللوز المر.

الجزء الطبي منها: الأزهار

المواد الفعالة فيها: مركبات السالسلات ومواد أخرى مطهرة، مدرة للبول ومعركة.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: يستعمل المستحلب للمضمضة لتسكين آلام الأسنان الروماتزمية أو الناتجة عن النخرة (تسويس).

ب - من الداخل: يشرب مستحلب الأزهار لمعالجة أمراض الروماتزم والتهاب عرق النسا (اسياتيك) وآلام الظهر الروماتزمية والانصبابات (تجمع سائل) في المفاصل وغيرها، والأوزيما - (وهي ارتشاح سائل من الأوعية الدموية في أنسجة الجسم فتنتفخ وتصبح كالاسفنج المشبع بالماء، وإذا ضغط بالإصبع فوق موضع الانتفاخ أحدث الضغط حفرة تظل ظاهرة بوضوح حتى بعد رفع الضغط عنها، وقد يحدث ارتشاح السائل المذكور في تجاويف الجسم كالمفاصل أو الصدر أو غلاف القلب مثلا فيسمى انصبابا، وفي البطن يسمى استسقاء) - وخصوصا في حالات الاوزيما الناتجة عن التهاب الكلى كمضاعفات للحمى القرمزية. فالمستحلب يدر البول ويطهره ويمتص من الجسم السوائل المترشحة ويطردها مع البول إلى الخارج. وبما ان المستحلب يثير إفراز العرق أيضا، فإنه علاج مفيد لتنزيل الحرارة في الحميات بما فيها حمى النفاس (الحمى التي تظهر أحيانا بعد الولادة من التهاب الرحم وتلوثها).

ولعمل المستحلب يضاف إلى (٢٠) غراما من الأزهار الجافة مقدار نصف لتر (كوبين) من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه مقدار فنجان كبير واحد مرتين في اليوم.

الرمال الأصفر: (مترجمة): نبات علفي من القرنيات الفراشية. سماه (احمد عيسى) حشيشة الدب، وهو موجود في الشام ولا يعرف له اسم عامي فيها.

مكان النبتة: المروج الجافة في الاحراج وحواشي الطرق، بين البساتين والغابات.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمترا. القسم الاعلى من ساقها مكسو بشعيرات دقيقة، أوراقها طويلة ومتقابلة وسطحها الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة، تزهري بين شهري أيار وتموز، بمجموعات رأسية كروية، أزهارا فراشية صفراء كالذهب.

الجزء الطبي منها: الأزهار (بدون ساق) وكذلك العشبة الغضة كلها.

المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin في الأزهار ومواد مطهرة وقابضة في باقي أجزاء العشبة الغضة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تعالج الجروح والقروح بتليخها بالعشبة الغضة المهروسة

وبتكميدها بمستحلبها، ويستعمل المستحلب أيضا فاترا للمضمضة والغرغرة،  
لمعالجة الالتهابات في الفم ولغسل الجروح وللدوش المهبل، لمعالجة الالتهابات في  
المهبل. ويعمل المستحلب كالمعتاد وبنسبة (٣ - ٥) غرامات من العشبة الجافة  
لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان.  
ب - من الداخل تستعمل الأزهار في خليط الأعشاب المدرة للبول.  
الزرفا اليابس:

(في المفردات: نبات بري طبي  
من فصيلة الشفويات).

مكان النبتة: برية في الحقول  
والأراضي الكلسية المشمسة وتزرع  
للتزيين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو  
(٥٠) سنتيمترا، كثيرة الفروع،  
عطرية الرائحة. أوراقها حرابية  
الشكل مجمعة متقابلة وغير مسننة،  
تزهو على جانب واحد من الرأس بين  
شهري حزيران وآب أزهارا صغيرة،  
نيلية اللون، ونادرا بيضاء أو حمراء.  
الجزء الطبي منها: العشبة  
المزهرة من الأوراق.

المواد الفعالة فيها: كلوكوزيد الفلافون Flavonglykoside مع زيت



طيار ومواد مقشعة وقابضة لافراز العرق.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل المستحلب لتكميد الجروح والقروح وللمضمضة والغرغرة، لمعالجة التهاب اللوزتين والفم واللثة (لحمية الأسنان). ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (٢ - ٣) غرامات من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويصفى.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب (١ - ٢) فنجان يوميا، لمعالجة الأمراض الصدرية (الربو، السعال، بحة الصوت)، ولتقوية أجهزة الهضم. أنيسون:

(من اليونانية. ومن أسمائه

القديمة رازيانج رومي وكمون حلو،

وفي المغرب حبة حلوة. وهو بعامية

الشاميين ينسون. نبات سنوي

زراعي بذره من التوابل المشهورة).

الاسم العامي في سورية ولبنان

ينسون.

مكان النبتة: برية. في الأراضي

الكلسية القليلة الأعشاب، تزرع بذوره

في شهري آذار ونيسان، عشبته سنوية

أي أنها تعيش سنة واحدة فقط.

المواد الفعالة فيها: زيت الأنيسون

العطري ومادة الأنتول Anethol

المسكن القوى للتشنجات والمفيد للهضم والتشع. أوصافها: عشبة يبلغ طولها نحو (٥٠) سم، ساقها رفيعة مزلعة تشعب منها فروع طويلة، تحمل أوراقا مسننة مستديرة الشكل، وتنبت أوراق أخرى من الساق مباشرة بمجموعات تشبه الريش في جناح الطائر، أما أزهارها فصغيرة بيضوية الشكل مضغوطة الرأسين، بيضاء اللون، بمجموعات كثيرة في نهاية ساق طويلة، تكون بعد النضج بذورا صغيرة سمراء. الجزء الطبي منها: البذور في الأزهار بعد نضجها من نهاية شهر تموز حتى شهر أيلول حسب حرارة الصيف، ومما يدل على نضج البذور اصفرار الساق وسمرة البذور.

استعمالها طبييا:

- أ - من الخارج: يستعمل زيت الأنيسون في صناعة السوائل والمعاجين للفم والأسنان، ولإبادة القمل في الرأس بعركه برؤوس الأصابع في جلدة الرأس.
- ب - من الداخل: يقوى الأنيسون جهاز الهضم خصوصا عند المسنين، ويسكن المغص المعوي عند الرضع والأطفال والكبار معا، الناتج عن تخمرات اللبن (الحليب) في الأمعاء. وكل من يصاب بالاسهال من أكل اللبن أو مشتقاته يمكن ان يتجنب حدوث ذلك برش مسحوق بذور الأنيسون فوقه قبل اكله، كما أن الأنيسون طارد للغازات المعوية ومسكن للمغص الناتج عنها. ويفيد الأنيسون في معالجة نوبات الربو (استما) ويقوى المبايض عند النساء في سن اليأس، كما أنه يدر الطمث (الحيض) ويقوى الطلق أثناء الولادة ويسهلها، وكذلك يزيد في ادرار الحليب عند المرضع. ويستعمل الأنيسون مستحلبا بنسبة ملعقة صغيرة من بذوره في فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان. ويؤخذ فنجان واحد في اليوم، أو مقدار

ملعقتين في اليوم من شراب الأنيسون، أو بضع مرات في اليوم (٥ - ٧) نقط من الصبغة في الحليب أو الماء. (يباع الشراب والصبغة في الصيدليات).  
أويسة عنب:

(مترجمة، تصغير آسة. جنبية  
من فصيلة الخلنجيات، لها ثمرة عنبية).

مكان النبتة: في الأحراج  
الصنوبرية والأراضي الرملية والمروج،  
وتزرع لثمرها، وتعمر بضع سنوات.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

(٣٠ - ٥٠) سم، ساقها مضلعة

وكثيرة الفروع، أوراقها بيضوية

الشكل، مسننة بنعومة، ساقها

قصيرة على جانبي الغصن (متقابلة بالتدرج)، أزهارها كروية معلقة كالأقداح  
خضراء مشربة حمرة، وأثمارها زرقاء ثم سوداء.

الجزء الطبي منها: الأوراق والثمر.

المواد الفعالة فيها: مادة الأربوتين **Arbutin** والهيدروشينون **Hydroghinon**  
ومواد شبه قلى مطهرة للبول ومخفضة للسكر، ثم دابغة مضادة للاسهال ومادة  
البكتين **Pektin** المجلطة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل عصير الأثمار الغضة، أو مغلى المجففة منها لمعالجة

التقرحات السطحية في الفم واللسان والتي تظهر بشكل دوائر بيضاء صغيرة، وكثيرا ما تكون نتيجة للافراط بالتدخين أو لفساد الهضم. وكذلك تعالج الأمراض الجلدية الرطبة والمثيرة للحكة (اكزما، قوباء.. الخ) بطليها بالعصير الطازج أو بالأثمار المغلية والمهروسة: وذلك بطلي عجنتها فوق الموضع المراد معالجته وتغطيتها بالقطن ونزعها قطعة واحدة في اليوم الثاني وتجديدها. ويعمل المغلى بالطرق المعروفة بنسبة حفنة من الأثمار في لتر من الماء وجليها لمدة ساعتين ثم تصفيتها وعصرها بقطعة من الشاش.

ب - من الداخل: لمعالجة الاسهال تطبخ حفنة من الأثمار المجففة بقليل من الماء لمدة ربع ساعة، ثم يضاف إليها النبيذ الأحمر إلى أن تبلغ النصف لتر ثم تغلى بضع دقائق، ويشرب منها المريض بضع جرعات في اليوم.. والأثمار الطازجة والجافة تطبخ في السكر (مربى).

وتفيد في معالجة عفونة الأمعاء خصوصا عند المصابين بالبواسير. ولعمل المربى ينقع مقدار (٢٠٠) غرام من الأثمار المجففة بالماء البارد لمدة (٣) ساعات ثم تطبخ بالطرق المعروفة مع (٦٠) غراما من السكر إلى أن تصبح كالعجينة الرخوة، حيث يضاف إليها مقدار ملعقة صغيرة من دقيق الذرة ممزوجة بقليل من الماء البارد، ويغلى لمدة (٥) دقائق مع التحريك المستمر.

ويستعمل مغلى الأوراق لمعالجة التهابات الجهاز البولي (حرقان البول) والبول السكري، ويعمل من غلى ملء ملعقة كبيرة من الأوراق الجافة بفنجان من الماء ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم بجرعات متعددة. ولمعالجة البول السكري يفضل استعمال مغلى من اجزاء متساوية من الأعشاب التالية: أوراق عنب الدب، أوراق القراص، قشر (جلد) الفاصوليا وعشبة الطرخشقون مع جذورها. ويعمل المغلى من هذا الخليط بنسبة ملعقتين كبيرتين لكل ثلاثة فناجين من الماء، ويستمر في غليها إلى أن يبقى منها مقدار فنجانين فقط، لشربها على جرعات متعددة في اليوم.

بابونج معروف:  
(جنس نباتات عشبية طبية من  
فصيلة المركبات فيها أنواع تنبت برية  
في بعض أنحاء الشام وهي قريبة من  
البهار).  
مكان النبتة: في الحقول وعلى  
جانب الطريق، وتزرع لأزهارها.  
أوصافها: عشبة يتراوح ارتفاعها  
بين (١٥ - ٥٠) سنتيمترا، ساقها  
متفرعة، أوراقها طويلة ومجنحة، تزهـر  
بين شهري حزيران وآب أزهارا  
بيضاء، في وسطها رأس نصف  
كروي، اصفر اللون، داخله أجوف.  
والزهرة المتفتحة تماما تنحني أوراقها  
البيضاء إلى الأسفل. ولزهر البابونج رائحة عطرية تميز العشبة عن أعشاب  
تشبهها لا رائحة لها.  
الجزء الطبي منها: رأس الأزهار في شهري (حزيران وتموز).  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع الزيت الأزرق آزولين **Azulen**  
ومواد مرة مضادة للعدوى طاردة للغازات المعوية، مسكنة للآلام التشنجية  
ومعركة.  
استعمالها طبيًا:  
أ - من الخارج: يستعمل مسحوق الأزهار بذره فوق التهابات الجلد

الربطة (اكزما) وفوق القروح  
والجروح في الفم أيضا والسرطان  
الخارجي المتقرح والجيوب المتقيحة في  
العظام والتهاب الأظافر.. الخ. فهو  
يزيل من إفرازاتها القيحية (الصديدية)  
الروائح الكريهة ويساعد على شفاؤها.  
ويستعمل المسحوق أيضا للشم (أنفية)  
لمعالجة الزكام المحتقن والزكام المزمن  
المتن.

ويستعمل بخار مغلى الأزهار  
للاستنشاق لمعالجة التهاب المسالك  
الهوائية (الانف، الحنجرة، القصبة،  
بحة الصوت، السعال) أو لتهليل  
الاذن وتسكين آلامها، أو العين المصابة  
أجفانها بالتهاب الغدد الدهنية (شحاد)  
أو الانف المصاب بالدمل، مدخله أو أرنبته. وتستعمل الوسائد الصغيرة المملوءة  
بالأزهار بعد تسخينها فوق الموقد لمعالجة آلام الروماتزم والآلام العصبية  
الأخرى الموضعية (نويرالجي) بوضع الوسادة فوقها. ويستعمل مستحلب  
الأزهار من الخارج للغرغرة في التهاب اللوزتين وتقرحات الفم وغسل العيون  
المصابة بالرمد، وللغسول (الدوش) المهبلي لمعالجة إفرازات المهبل البيضاء أو  
النتنة، أو لغسل داخل الانف المصاب بتقيح الجيوب والرائحة النتنة، أو  
لتكميد الجروح والقروح والاكزما.. الخ، من الحالات المرضية التي سبق وصف  
معالجتها بمسحوق الأزهار. وكذلك تعالج لسعة الأفعى وغيرها من الحشرات  
السامة بمكمدات مستحلب زهرة البابونج. وغسل الشعر الأشقر بهذا المستحلب  
يكسبه لونا زاهيا. ويعمل المستحلب للغسول بنسبة ملعقة كبيرة لكل لتر

من الماء الساخن (ويستحسن ان لا تصل حرارته إلى درجة الغليان) بالطرق المعروفة ثم تصفيته بعد خمس دقائق للاستعمال. وأما للمكمدات وغسل الجروح والقروح.. الخ، فتزداد نسبة الأزهار إلى ثلاث ملاعق كبيرة لكل لتر من الماء الساخن. وتستعمل حمامات قدمية ساخنة بمستحلب زهر البابونج لمعالجة الصداع. وفيها يوضع ملء (٤) حفنات من الأزهار في الكمية اللازمة من الماء للحمام (لتر، أو لتر ونصف)، ويستعمل ساخنا في المساء قبل النوم، وتجفف بعده القدمان وتلفان بالصوف أو يلبس (جراب) صوفي فوقهما لإثارة العرق فيهما.

ب - من الداخل: يستعمل شرب مستحلب أزهار البابونج المحلى بالسكر لمعالجة جميع أنواع الآلام التشنجية داخل الجسم (المغص) المعدي والمعوي، آلام (رمل) الكلى وحرقان البول في التهابات المثانة، مغص الرحم (في دورة الحيض) أو في النفاس. ولهذا الغرض يعمل المستحلب بنسبة نصف ملعقة من الأزهار لكل فنجان من الماء الساخن وتركه لمدة (٥) دقائق، ثم تصفيته وشربه ساخنا، ويشرب منه فنجان واحد إلى فنجانين في اليوم فقط. ويلاحظ ان زيادة كمية الأزهار (شاي قوى) أو الكمية المشروبة منه بأكثر مما ذكرنا تسبب القيء، وأن لا يشرب المستحلب إلا عند اللزوم فقط. وتعالج القروح المعدية والمعوية بالحمية اللازمة وشرب المستحلب مع الامتناع عن التدخين وشرب القهوة والشاي. ولهذا الغرض يحضر المستحلب، كما أسلفنا،

ويشرب جرعات باردة طيلة اليوم.. ويعطى المستحلب فاترا ومخففا للأطفال الرضع المصابين باسهال أخضر ممزوجا بقطع بيضاء، ويمكن تحلية المستحلب في مثل هذه الحالات بالساخرين (أقراص صغيرة تباع في الصيدليات) فقط وليس بالسكر. ويستعمل المستحلب ساخنا بدرجة (٣٧) لحقنة داخل الشرج (حقن شرجية) لمعالجة الامساك أو آلام المبيض والتشنجات في أسفل البطن (بروستات، مثانة، رحم... الخ). ولهذا الغرض يعمل مخففا بنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار لكل لتر من الماء الساخن ويحقن ببطء. بتولا بيضاء:

شجر القضبان (الأولى معربة، والثانية مشتقة من أن كلمة بتولا السلتنية معناها القضيب، إلماعا إلى استعمال قضبان هذا الشجر في تأديب الأولاد. ولم أر البتولا في الشام. ولم يذكرها بوست ولا ابن البيطار. ومنابتها البلاد الباردة. جنس أشجار حرجية من الفصيلة البتولية).

مكان الشجرة: الأحرار الرملية الجافة وغير الكثيفة. أوصافها: شجرة قد يبلغ ارتفاعها نحو (٢٥) مترا تتدلى منها أغصان أوراقها مسننة ودبقة، مثلثة الأضلاع بشكل القلب وتحمل أزهارا (توتية) أسطوانية سمراء ومذكرة أو خضراء ومؤنثة. أما ساق الشجرة وجذعها فلحاوها (قشرهما) ابيض، وأثمارها جوزية صغيرة من ذات الفلقتين. الجزء الطبي منها: الأوراق في بداية الربيع ولحاء الأشجار الفتية وعصارة الشجرة، ويحصل عليها بثقب الساق ووضع قطعة من الخشب المحفور في الثقب بحيث تجرى فيها العصارة إلى الخارج وتجمع في زجاجة.



وبعد ملء الزجاجاة ترفع قطعة الخشب ويسد الثقب ويحشى بالطين أو الصمغ لوقف نزع العصارة منه.  
المواد الفعالة فيها: السابوغين Sabqnin، وزيت طيار مدر للعرق والبول ومنق للدم.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يعالج الروماتزم العضلي والمفصلي المزمن بلفافات جزئية أو كلية من ورق البتولا الغض بعد تسخينه، أو توضع (في داء النقرس) الأوراق فوق المفصل المصاب ويربط فوقها لتظل محيطة بالمفصل لمدة (٢ - ٣) أيام. والحمامات القدمية بأوراق البتولا تشفي التسلخات بين الأصابع في الاقدام الغزيرة العرق.

ب - من الداخل: توصف عصارة البتولا بأنها أكسير الحياة للشيوخ إذ تعيد إلى أجسامهم النضارة والنشاط، وكذلك تزيل عصارة البتولا الرمل من الكلى، وجميع الانصبابات السائلة في الجسم وتجاويفه، والانتفاخ (الورم) في أمراض القلب والكلى، والحن - تجمع السائل في التجويف البطني - من تضخم أو ضمور الكبد، والانصبابات في الصدر نتيجة للإصابة بالتهاب البلورا - بلويرازي - والانصبابات في المفاصل. ومن المفيد أيضا استعمالها في جميع الأمراض التي تتحسن بادرار البول كداء النقرس والروماتزم المزمن وبعض الأمراض الجلدية الجافة.

وتؤخذ العصارة بمقدار ملعقة كبيرة أربع مرات في اليوم أو يؤخذ عوضا عنها - وهذا أقل فائدة - مستحلب الأوراق بمقدار ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان فقط في اليوم. ويلاحظ أن عصارة البتولا تستعمل أيضا في صنع سوائل للشعر لزينة النساء.

برباريس شائع: جنس جنبية شائكة من فصيلة البرباريسيات (منها أنواع تزرع للزينة وأنواع برية) عقدة، في مصر. ليس لها اسم عامي في سوريا ولبنان. مكان النبتة: الأدغال وفي حقول القمح، ويمكن زرعها. أوصافها: عشبة قد يبلغ علوها نحواً من (مترين - مترين ونصف) ساقها رمادية اللون تحوي عند منبت الأوراق بمسافات متفاوتة شوكة بثلاثة فروع. أوراقها تنبت من الساق مباشرة بمجموعات (باقات) (٥ - ٦) أوراق، شكلها بيضوي، أطرافها مسننة بأشواك صغيرة. أزهارها عناقيد تتدلى نحو

الأسفل، صغيرة، صفراء اللون، لها رائحة قوية تكون فيما بعد أثمارا  
بيضوية الشكل حمراء اللون.  
الجزء الطبي منها: الجذور والثمار.  
المواد الفعالة فيها: مادة من أشباه القلويدات Alkaloide في الجذور،  
تفيد بجرعات صغيرة الدورة الدموية، وتدر البول والمرارة. وفي الأثمار  
حامض الفواكه.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: كمشروب منعش في الحميات، وذلك بعصر الأثمار  
الطازجة وإضافة عصيرها إلى قدح من الماء المحلى بالسكر، أو بعمل مستحلب  
من الأثمار المجففة بعد دقها وإضافة الماء الحار بدرجة الغليان إليها، والانتظار  
بضع دقائق ثم تصفيته وتحليلته بالسكر. وكذلك يمكن عمل (شراب) من  
عصير الأثمار الناضجة بطبخه مع السكر والاحتفاظ به إلى حين الحاجة إليه.  
ويؤخذ من هذا الشراب مقدار ملعقة كبيرة مرتين في اليوم.  
والعصارة أو المستحلب أو الشراب من الأثمار - تستعمل في أمراض الرئة  
واحتقان الكبد (أبو صفار) والحصاة في كيس المرارة والاسهال الناتج عن  
اضطراب في الكبد.  
أما الجذور فتستعمل مغلية، وذلك بغلي مقدار ملعقة صغيرة منها في  
فنجان ماء، يشرب منه فنجان واحد فقط في اليوم.

برسية:

(رجل الهر): الاسم العلمي من  
اليونانية بمعنى القطنية ولذا سميتها  
البرسية، لان البرس من أسماء القطن.  
جنس زهر من المركبات الأنبوية  
الزهر.

مكان النبتة: في الحقول القليلة  
الخصب والرملية.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها من  
(٥ - ٣٠) سنتيمترا. أوراقها

صغيرة، بشكل الحريرة، سطحها  
الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة فضية  
اللون، وأزهارها عنقودية رأسها ابيض  
وأوراقها حمراء.

الجزء الطبي منها: رؤوس الأزهار في شهر آب.

المواد الفعالة فيها: مواد دابغة وعفصية ومواد أخرى لم يتم اكتشافها بعد  
مدررة لافرازات الكبد (الصفراء).

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة رمل الكيس  
الصفراوي وحصاته، لأنه يدر افرازات الكبد والمعدة وغدة البنكرياس. كما

يستعمل أيضا لمعالجة التهابات حوض الكلى والمثانة (حرقان البول). ويعمل  
المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار لكل فنجان من  
الماء الساخن بدرجة الغليان، وبعد (١٠) دقائق يصفى ويشرب ساخنا مرتين  
في اليوم.  
بر: (حنطة):

معروفة لا تحتاج إلى وصف.  
يستعمل مغلى قشرتها (ردة نخالة)  
لتسكين الحكمة في الأمراض الجلدية  
بالتكميد أو بإضافة المغلى إلى ماء  
الحمام. ويعمل بنسبة ملعقتين كبيرتين  
لكل نصف لتر (كوبين) من الماء.

بصل الاكل:

(بقل زراعي بصلي محول من فصيلة الزنبقيات) معروف ولا يحتاج إلى الوصف، ويوجد منه نوعان الأحمر والأبيض ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية، غير أن الأبيض منهما يفضل للاكل لان مذاقه أقل حدة من مذاق الأحمر. والبصل لا يستكمل فوائده الطبية إلا بعد نضجه تماما أي بعد يباس ما هو ظاهر من النبتة فوق الأرض.

الجزء الطبي منها: البصلة التامة النضج.

المواد الفعالة فيه: كثيرة جدا ومنها زيت في تركيبه الكثير من الكبريت وفيتامين C، ومادة الكلوكونين Glukonin التي تعادل الأنسولين Insulin بمفعولها في تحديد نسبة السكر في الدم. ومن مواد البصل الفعالة أيضا مواد مؤثرة على القلب والدورة الدموية، وأخرى مدرة للبول والصفراء، ومواد ملينة للباطنة ومقوية للأعصاب، وهرمون جنسي يقوى القدرة الجنسية ومواد كثيرة أخرى. فلا عجب اذن من اتساع المجال جدا لاستعمال البصل في الطبابة. وقد استعمله قدماء الأطباء اليونانيين في معالجة الكثير من أنواع الأمراض وأثبت الطب الحديث بتجاربه وأبحاثه العلمية انهم قد كانوا على صواب في ذلك.

استعماله طبييا:

أ - من الخارج: يقطع البصل شرائح مستديرة أو يفرم، وتسخن الشرائح أو المفروم تسخيناً جافاً (بدون أن يصفر لونها) وتستعمل للتليخ فوق الصدر لمعالجة السعال الديكي، وفوق الصدر والظهر لمعالجة التهاب الرئة، وفوق موضع الكلى والمثانة لمعالجة انحباس البول، وفوق مؤخرة الرأس لمعالجة التهاب السحايا (مننجيت) والزكام، وحول الرقبة وفوق الحنجرة لمعالجة التهاب اللوزتين العادي والحناقي (دفتريا) واختفاء الصوت (بحة)، ووراء الأذن لاستدرار القيح من داخلها، وفوق أصابع القدمين لمعالجة الاحتقان فيها (التليخ)، وفوق أسفل القدمين عند الأطفال لمعالجة اضطرابات التسنين، وفوق أوتار العضلات لمعالجة الالتهاب فيها أو في محافظها، وفوق الدمايل والجمرات (وهي مجموعة دمايل تصيب مؤخرة الرقبة غالباً) للاسراع في تقيحها (طبخها) وشفائها.

وتعمل اللبخة بتغطية الموضع المراد معالجته بشرائح أو مفروم البصل الساخنين وتغطية هذه وتثبيتها بقطعة من قماش كتاني - ولا يجوز استعمال نسيج أصم أو الورق وغيره لهذا الغرض - ومن فوقها قطعة أكبر من نسيج صوفي لحفظ الحرارة. وتجدد اللبخة عند اللزوم بعد (١٢) ساعة. ولقد أهملت متعمداً ذكر (دحاس الأصابع) بين الإصابات التي تعالج بلبخ البصل الساخن لأن التليخ الساخن للأصابع قد يسبب امتداد الالتهاب إلى أوتارها وضياع الحركة فيها بعد الشفاء. ولا يجوز معالجة الأصابع في التهاباتها (دحاس) باللبخ الساخن بالبصل أو غيره إلا إذا كان الالتهاب فيها قد وصل إلى درجة لا يمكن بعدها الحيلولة دون حدوث التقيح. وقد درجت العامة على معالجة الدحاس بلبخ البصل الساخن مما قد لا تحمد عقباه. وأفضل ما يمكن أن يعمل العامة في معالجة الدحاس هو لف الإصبع المصابة بقطعة قطن مشبعة

بالكحول، وتثبيتها فوق قطعة من الخشب مبطنة بالقطن (جبيرة) لمنع كل حركة فيها وتثبيت الساعد كله إلى الاعلى (فوق الصدر بالقماش المثلث أو باسناده إلى وسادة في السرير) ويعاد ترطيب الضماد بالكحول ليظل رطبا باستمرار. فإذا لم تجد هذه الطريقة بعد يومين أو ثلاثة من استعمالها، أصبح الشق المبكر بمعرفة جراح خبير أفضل ما يمكن ان يعمل لشفاء الدحاس والمحافظة على سلامة الأوتار وحركتها.

وتعالج كالمسامير) أصابع القدم بوضع بضع شرائح من البصل فوقها في المساء وتثبيتها بضماد أو قطع من المشمع اللصاق حتى الصباح. وتكرر العملية في كل مساء إلى أن يتم نزع المسمار في حمام قديم بالماء الساخن والصابون. وتزال الثآليل بسهولة بتضميدها بشرائح من البصل مشبعة بالخل وتثبيتها فوقها بمشمع لصاق.

ويستعمل عصير البصل لمعالجة الأورام والندب المتضخمة وتسكين آلام الأطراف المبتورة بطليها بالعصير الطازج. ويدلك جلد الرأس (فروة الرأس) بعصير البصل لمعالجة سقوط الشعر، كما يستعمل مرهمه لمعالجة آلام القدمين الموضعية الناتجة عن ضغط الحذاء الضيق. ويعمل المرهم بمزيج العصير الطازج بشحم الدجاج المذاب بالتسخين.

ويعالج البعض القروح النتنة المملوءة بالنخرة (اللحم الميت) بتليخها بمزيج من البصل المبروش وزيت الزيتون.

ولمعالجة فقدان شفافية عدسة العين (الماء الأبيض) في سن الشيخوخة تقطر العين بمزيج من عصارة البصل والعسل بأجزاء متساوية.

ب - من الداخل: يستعمل البصل من الداخل بأكل بصلة واحدة



متوسطة الحجم في اليوم لتحسين الهضم وطرده الغازات المعوية وتليين الباطنة. ولمعالجة الاسهال يستعمل صفار البيض المقلي مع حبوب الكراويا والبصل المفروم بالزبدة، ولطرده الديدان المعوية عند الأطفال تنقع بضغ شرائح من البصل الغض في قليل من الماء طيلة الليل، ويصفي في الصباح ويعطى للطفل بعد تحليته بالعسل، ويستمر على ذلك يوميا إلى أن يتم طرد الديدان من الأمعاء.

ويعالج السعال عند الأطفال بجرعات صغيرة ومتعددة (ملعقة صغيرة) من البصل المطبوخ بالعسل أو سكر النبات.

ويستعمل نبيذ البصل لادرار البول ومعالجة انصباب السوائل في تجاويف الجسم (كيس القلب، البلورا، التجويف البطني.. الخ) ويعمل النبيذ بفرم (٣٠٠) غرام من البصل الغض ونقعها في (٦٠٠) غرام من النبيذ الأبيض مع (١٠٠) غرام من العسل. ويخض المنقوع قبل الاستعمال ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعة (١٠٠ - ١٥٠) غراما في اليوم. ويمكن الاستعاضة عن النبيذ باستعمال (المغلي). ويعمل بغلي (٣ - ٤) بصلات لمدة عشر دقائق في ربع لتر (كوب) من الماء وشربها بجرعات متعددة في اليوم. ويلاحظ ان هذا العلاج قد لا يؤثر عند بعض الاشخاص، وان تأثيره فيما عدا ذلك لا يقل عن تأثير أي دواء مدر من حقن ومشروبات معروفة في الطب. وتعالج نوبات السعال الديكي وغيرها بمعقود البصل، وذلك بطبخ شرائح من البصل في سكر النبات لعمل (شراب) يعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين.

وتعالج نوبات الربو (استما) بإعطاء ملعقة صغيرة من كل ثلاث ساعات من

مزيج عصير البصل مع العسل بأجزاء متساوية. وأكل بصلة متوسطة الحجم يوميا يخفض كمية السكر في دم المصابين بالبول السكري كالأنسولين ويقلل عندهم جفاف الفم والشعور بالعطش وبالتالي شرب السوائل.

كما أن اكل البصل الغض يساعد على تطهير الجسم من أملاح الطعام ويعيق نمو الجراثيم بجميع أنواعها فيه (جراثيم التقيح في الدمامل وغيرها، وجراثيم التيفويد في الأمعاء، وجراثيم التعقبية في الجهاز التناسلي، وجراثيم التهاب السحايا (مننجيت).. الخ. هذا وتستعمل صبغة البصل لمعالجة سوء الهضم والغازات المعوية وتعمل بنقع بصل مهروس في كمية من الكحول المركز (٩٥%) ويعطى منها (١٠ - ١٢) نقطة ثلاث مرات يوميا.

ولطرد الديدان المعوية الشعرية ومعالجة البواسير تستعمل أيضا حقن البصل الشرجية، وذلك بغلي نصف بصلة متوسطة الحجم لمدة (٣) دقائق في لتر من الماء وتصفيته بعد ذلك لحقنه فاترا في الشرج. وأخيرا يوصى بعض الأطباء بأن لا يخلو طعام المصابين بالسرطان من البصل في جميع الوجبات.

بطباط، جنجر:

(المفردات: نبات عشبي من فصيلة البطباطيات. ويستعمل في الطب القديم وتأكل الطير بذوره).  
مكان النبتة: في الأراضي الرملية والمبحصنة.

أوصافها: عشبة سنوية يبلغ ارتفاعها نحو (٥٠) سنتيمترا، ساقها كثيرة الفروع، وغالبا ما تكون ممددة، أوراقها صغيرة بيضوية حرايبية وبدون سوق. تزهر بين شهري حزيران وتشرين الأول، وعند قاعدة الأوراق، أزهارا صغيرة بيضاء أو وردية.

الجزء الطبي منها: العشبة المزهرة (حزيران، تشرين الأول).  
المواد الفعالة فيها: حوامض، مواد دابغة وقابضة مضادة للنزف وأخرى مدرة للبول.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج تستعمل العشبة الغضة مهروسة لتليخ القروح والجروح.  
ب - من الداخل: يشرب المغلى لمعالجة الاسهال الشديد والسل الرئوي في

بدايته ولوقف النزف الداخلي في أجهزة التنفس والهضم والجهاز البولي والرحم. ويعمل المغلى بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقتين لكل فنجان من الماء ويشرب منه (٣) فناجين يوميا.

بقلة الملك:

(المفردات: نبات سنوي طبي من فصيلة الشاهترجيات) وهو شائع في الشام ويسمى شاهترج. مكان النبتة: في الحقول والبساتين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (١٠ - ٤٠) سنتمرا ساقها كثيرة الفروع. أوراقها رمادية خضراء ومجنحة، ضيقة وصغيرة. أزهارها في عناقيد رأسية لونها وردي أو احمر قاتم برؤوس سوداء.

الجزء الطبي منها: العشبة المزهرة بين شهري آيار وتموز. المواد الفعالة فيها: شبه قلى لافرازات الجلد والكليتين وغدد الهضم.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج أمراض الجلد من نوع الاكزما بمكمدات المستحلب الدافئة أو بطليها بعصير العشب الغضة.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب لمعالجة أمراض الكبد والتهاب كيس المرارة وحصاته، وكذلك البواسير.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١٠) غرامات من العشب المجففة لكل فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب بجرعات صغيرة في اليوم. وتجاوز الجرعة إلى أكثر من هذا محفوف بأخطار التسمم. وللوقاية من التسمم يجب ترك فواصل (٨ أيام) إذا طالت مدة العلاج لأكثر من أسبوع واحد.

بلوط قوى:

(البلوط آرامية، عن مايرهوف.

جنس شجر من الفصيلة البلوطية ومن

أهم شجر الاحراج).

اسمها العامي في سوريا ولبنان.

(بلوط).

شجر حرجي كبير الحجم، يصل

علوه إلى (٢٥) مترا. عوده صلب،

لحاؤه (القشر) صلب ومتشقق ويمكن نزعه من الخشب. والبلوط القوى منه،

الصيفي وهو ما تكون ساق الورقة فيه قصيرة، والشتوي وفيه يكون للورقة ساق طويلة، وشكل الورقة متشابه عند الاثنين، صلبة منشارية الأطراف. وللبلوط ثمر صلب بلحي الشكل، ينضج ويسقط عن الشجرة إلى الأرض في شهر تشرين الأول.

الجزء الطبي منها: لحاء (قشر) الأشجار الفتية طيلة السنة وعلى الأخص في الشتاء، وكذلك الأثمار المجففة جيدا في الشمس بعد نضجها. المواد الفعالة فيها: مادة قابضة وموقفة للنزيف ومسكنة للألم. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج يعالج سقوط الشرج والرحم بحمامات مقعدية ساخنة (٣٠ درجة مئوية) لمدة عشر دقائق من مغلي لحاء (قشر) البلوط، وفي سقوط الشرج عند الأطفال تستعمل مكمدات في الشرج من مغلي لحاء البلوط في النيذ الأحمر، أو تعمل منه حقن صغيرة داخل الشرج. ويعالج الإفراز المهبلي عند النساء بدوش (غسول) من مغلي لحاء البلوط خصوصا في إصابات الرحم بالسرطان.

والحمامات الجزئية (لليد، القدم... الخ) أو المكمدات المستمرة بهذا المغلي تفيد أيضا في معالجة الجروح والقروح التنتنة. وكذلك في التسلخات عند الأطفال أو القروح الرقادية - وهذه تحدث في أماكن من الجسم تتعرض لضغط مستمر، مثل كعب القدم والمقعد والكتفين عند الاستلقاء على الظهر لمدة طويلة بسبب أمراض أو شلل.. الخ وتثلج أصابع القدمين في الشتاء. وتعالج الاكزما وغيرها من إصابات الجلد بذر مسحوق اللحاء فوقها.

ويعمل مغلى اللحاء للأسباب السالفة الذكر بغلي مقدار (٤) ملاعق كبيرة في ليتر من الماء لمدة ربع ساعة، ويستعمل ساخنا للحقن الشرجية والدوش المهبلي.

ويستعمل مغلى لحاء البلوط بإضافته إلى ماء الحمام - (مغطس، بانيو) - في معالجة ضعف الأعصاب في الشيوخوخة أو الناتج عن الإصابة بمرض داء الخنازير، وذلك بغلي نصف كيلو من اللحاء في مقدار (٣) لترات من الماء لمدة ربع ساعة وإضافة المغلى بعد تصفيته إلى ماء الحمام (بانيو).

وتعالج الفتوق (فتق السرة، الفتق الاربي... الخ) بلحاء البلوط بالطريقة الآتية: تملأ القشور بكيس صغير من قماش كتاني ويرطب الكيس بنبيذ احمر محمض، وذلك بوضع زجاجته لمدة (٥ - ٦) أسابيع في مكان حار أو بالقرب من الموقد. والكيس المرطب بهذا النبيذ المحمض يوضع فوق الفتق تحت الحزام المخصوص، ويعاد ترطيب الكيس إذا جف، ولا يبدل القشر داخل الكيس إلا مرة واحدة كل ثمانية أيام. ويستمر على ذلك لمدة (٧ - ١٠) أسابيع مع الامتناع عن كل ما من شأنه ان يبرز الفتق (كالصراخ ورفع الأثقال والحزق.. الخ).

ب - من الداخل: يعالج إسهال الأطفال المصابين بداء الخنازير أو تدرن الغدد اللمفاوية في البطن. كما أن هذا المغلى مقو عام فعال للأطفال والمسنين معا.

وفي معالجة التبول الليلي - في الفراش - والبصاق المدمم أو القيء المدمم وجميع أنواع النزيف المعدي والمعوي ونزيف البواسير، وزيادة نزيف الحيض الشهري.

وكذلك يستعمل مغلى لحاء البلوط للغرغرة إذا وجدت قروح في الفم أو

نزفت لثة - لحمية - الأسنان.

ويعتقد البعض ان شرب مغلى لحاء البلوط يشفى سرطان المعدة أيضا.  
ويعد المغلى من غلى ملعقة صغيرة من اللحاء - القشر - المقطع إلى  
اجزاء صغيرة بمقدار فنجان واحد من الماء وتركه لمدة عشر دقائق قبل  
تصفيته وشربه ساخنا. هذا ويلاحظ ان من الممكن معالجة التبول الليلي -  
في الفراش - وسلس البول (التبول بدون إرادة) بشرب مغلى أوراق  
البلوط، وذلك بشرب نصف فنجان منه مساء قبل النوم لمدة عشر أيام. ومن  
الجائز تحلية مغلى الأوراق ومغلى القشور بإضافة كمية من عسل النحل إليه  
لتحسين طعمه.

أما أثمار البلوط فأكلها يفيد في معالجة فرط الحموضة في المعدة (حرقان)  
وضمور الكبد. ومسحوقها بعد التجفيف والطحن إذا ذر فوق الجروح  
المفتوحة ساعد على شفائها وعدم تكون أزرار لحمية زائدة فيها تعوق الشفاء.  
ولكن الأثمار تستعمل غالبا - كقهوة - كالبن، أو بمزجها مع (الكاكاو)  
الخالي من الدهن في معالجة الاسهال والزحار (الدوسنطاريا) وضعف الأمعاء  
والضعف العام وضعف الأعصاب. وذلك بتقشير الثمار ثم تجفيفها جيدا في  
الشمس وتحميصها في المحمصة كالبن حتى يصبح لونها أشقر، ثم تطحن بطاحونة  
البن. وتعمل القهوة من هذا المسحوق بإضافة ملعقة صغيرة منه إلى فنجان ماء  
وهو يغلى. ويعمل (الكاكاو) من المسحوق بمزجه مع مسحوق كاكاو خال  
من الدهن، وإضافة قليل من دقيق البر - طحين الحنطة - إليه وإضافته إلى  
الماء الغالي، كما أسلفنا.  
ويعمل من أثمار البلوط صبغة لمعالجة التلج في أصابع القدمين والتهاب



لثة (لحمية) الأسنان، وذلك بتجفيف أثمار بلوط غير منخورة من الحشرات في الشمس جيدا وسحقها إلى مسحوق ناعم. ثم يضاف إلى مقدار (١٠) غرامات (ملعقة شوربا) منه (٥٠) غراما من الكحول المخفف في زجاجة محكمة للسد لمدة عشر أيام تخض فيها الزجاجة بضع مرات، وطفى اللثة المصابة بالصبغة، بالأصابع أو الفرشون.

البندق

*Corylus Avellana*

البندق: معروف ولا يحتاج إلى الوصف.

القسم الطبي منه: التوتات الصغيرة التي تظهر على الأشجار أول ما تظهر في بداية الربيع والمستحلب منها معرق، ويستعمل لمعالجة الانفلونزا وتخفيض درجة الحرارة فيها.

بنفسج عطر:  
جنس أزهار مشهورة من فصيلة البنفسجيات.  
مكان النبتة: برية بين الأعشاب والسياج. (برمانا، الأرز، صنين).  
أوصافها: عشبة تزحف ساقها فوق سطح الأرض نحو (١٠) سنتيمترات  
وتتفرع عنها فروع عمودية يحمل كل واحد منها ورقة أو زهرة واحدة، أوراقها  
بشكل القلب المقلوب، وهي تزهر في شهري آب ونيسان أزهارا زرقاء  
غامقة ولها رائحتها العطرية المعروفة.  
الجزء الطبي منها: الأوراق والأزهار، والجدور قبل الأزهار أي قبل  
آذار، أو بعد الأزهار بعد شهر نيسان على أن تجمع في الظهيرة الحارة.  
المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin مقشع ومعرق ومدبر للبول،  
كما أنه مسكن للآلام ومثير للغدد.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يعالج الصداع بغسل مؤخرة الرأس بمستحلب أوراق البنفسج البارد، ويستعمل المستحلب فاترا لغسل أجفان العيون المصابة بالرمد، وساخنا للحمامات القدمية لمعالجة الأرق. وتستعمل أوراق البنفسج الغضة والمهروسة بالتليخ، لتسكين الآلام في السرطانات الظاهرة كسرطان الثدي، وأما الداخلة منها كسرطان الشرج أو الرحم فتسكن آلامها بالغسول (الدوش) المهبلي والحقن الشرجية. كما تسكن آلام سرطان اللسان بالمضمضة بالمستحلب أو المغلي، وهذا كله لا يشفى السرطان ولكنه يخفف آلامه المبرحة ويريح أعصاب المصابين به.

ويعمل المستحلب لهذه الاغراض كلها بصب نصف لتر أو لتر واحد من الماء الغالي فوق (٥٠) غراما من أزهار البنفسج العطري وأوراقه (ويلاحظ ان ثمة نوعا آخر من البنفسج لا رائحة له ويسمى بينفسج الكلاب وليس له فوائد طبية) ويترك لمدة (١٢) ساعة. ويستعمل بعد ذلك نصفه للتكميد أو الغسول والنصف الآخر للشرب بجرعات متعددة في اليوم.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب أوراق البنفسج وجذوره لمعالجة النزلات الشعبية وتسهيل التقشع في إصابات الجهاز التنفسي عند المسنين فقط: وأما الأطفال والاحداث فيفضل لهم استعمال المستحلب من الأزهار فقط ويمكن تحليته بسكر النبات أو العسل أو الاستعاضة عنه بشراب البنفسج. ويستعمل مستحلب البنفسج أو شرابه للأطفال والاحداث لتسكين نوبات السعال الديكي والاسراع في ظهور طفح الحصبة وتخفيض درجة الحرارة فيها. واستعمال المستحلب يفيد في تسكين خفقان القلب العصبي لدى النساء وغيره من الاعراض العصبية عندهن. ويعمل المستحلب بنسبة ملعقة صغيرة

لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويترك قبل استعماله بضع ساعات ليتم تخمره، ثم يشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة للكبار وملعقة صغيرة في الماء للصغار، وهذا ما يعادل مقدار (٢ - ٣) فناجين يوميا للمسنين. ونصف ذلك للاحداث والأطفال. ويمكن استعمال المغلى لإثارة القيء (في حالات التسمم وغيرها)، وهو يعمل لهذا الغرض بغلي (٢٠) غراما من جذور البنفسج في (٣٠٠) غرام من الماء إلى أن يتم تبخر نصف هذه الكمية منه، يصفى بعدها المغلى ويعطى بجرعات (ويلاحظ عدم جواز استعماله للأطفال) إلى أن يحدث التقيؤ المطلوب.

أما شراب البنفسج فيعمل بصب الماء الغالي فوق كمية من أزهار البنفسج وتركها لمدة (٧) ساعات للتخمر، يصفى بعدها المستحلب ويعاد غليه وصبه ثانية. وتكرر العملية نفسها (٣ - ٤) مرات، يغلى بعدها المستحلب مع كمية من السكر (الشقف) إلى أن يصبح لزجا كالعسل ويحفظ في زجاجات محكمة السد ويعطى مخففا بالماء العادي كسائر المشروبات المنعشة. ويستعمل للغرغرة في التهاب اللوزتين مستحلب خليط اجزاء متساوية من أوراق البنفسج العطري وأوراق الناعمة وأزهار الخبازة البرية، ويخفف المستحلب من هذا الخليط للغرغرة بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الفاتر.

بنفسج مثلث الألوان:  
(زهرة الثالوث) نوع من  
البنفسج جميل له ضروب عديدة  
(الاسم الفرنسي Pensee).  
مكان النبتة: في الحقول والمروج  
ويزرع لأزهاره.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (١٥ - ٣٠) سنتيمترا، ساقها  
متفرعة، أوراقها السفلى لها شكل  
القلب، والعليا منها بشكل الحربة،  
أزهارها طويلة الساق صفراء أو  
زرقاء.

الجزء الطبي منها: الأزهار وعلى الأخص الزرقاء منها من شهر آيار حتى  
نهاية تموز، والعشبة كلها ما عدا جذورها من بداية شهر آيار حتى نهاية شهر آب.  
المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin وقليل من مركبات الساليتسيل  
Salizyl، منقية للدم مقشعة ومعركة ومدرة للبول.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل مغليها لتكميد الأمراض الجلدية والتسلخات عند  
الأطفال، في الرأس ووراء الاذنين وبين الفخذ والبطن.. الخ، وأمراض  
الجلد المزمنة والجافة (اكزما، قوباء.. الخ) عند المسنين مع استعماله من

الداخل أيضا في آن واحد.  
ويعمل المغلى بنسبة ملعقة كبيرة من العشبة لكل فنجان واحد من الماء،  
يغلى لمدة قصيرة ويترك مدة (عشر دقائق) للتخمير قبل استعماله.  
ب - من الداخل: يستعمل العصير الطازج لتنقية الدم من أمراض الجلد  
المزمنة، ويعطى منه (٥) غرامات في فنجان صغير من الماء صباحا قبل الاكل.  
ويشرب من المغلى مقدار (١ - ٢) فنجان يوميا - الزيادة تسبب القيء -  
وبجرعات متعددة لمعالجة أمراض الجلد السابق ذكرها مع المعالجة الخارجية،  
وكذلك لمعالجة داء الخنازير والسعال المزمن والروماتزم المفصلي.  
بهشية شائعة:

(شجرة الدبق، شرابة الراعي).  
سميت بهشية لان ورقها يشبه ورق  
البلوط المسمى بهشا، جنس أشجار  
وجنبيات، حرجية من فصيلة  
البهشيات.

مكان النبتة: الأحرار.  
أوصافها: شجرة يختلف ارتفاعها  
وقد يصل إلى علو (٨) أمتار،  
أوراقها دائمة الخضرة صلبة ومسنة

الحواشي برؤوس شوكية، أزهارها بمجموعات عند منبت الأوراق بيضاء اللون صغيرة مربعة، أثمارها عنبية، وحيدة النواة مرجانية اللون، وسامة، الجزء الطبي منها: الأوراق خصوصا في شهري آيار وحزيران. المواد الفعالة فيها: مواد مرة لم تكتمل معرفتها ومدرة بكثرة للبول. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الأوراق لمعالجة التهاب البلور (بلويرازى) التي تسبب في التنفس آلاما وخزيرة في الصدر، ولمعالجة الروماتيزم والنقرس، ورمل البول وانصبابات السوائل في تجاويف الجسم أو أنسجته (انصباب، أوزيما). ويعمل المغلى بنسبة (١٥) غراما من الأوراق لكل نصف لتر من الماء ويستمر في غليها حتى تتبخر نصف كمية الماء منها. ويشرب من المغلى (١ - ٢) فنجان يوميا بجرعات ساخنة.

ترنجان:

(نبات طبي من فصيلة الشفويات،  
ينبت برياً في الأراضي الرطبة، وعلى  
مقربة من الماء في كثير من أنحاء  
الشام).

مكان النبتة: الأراضي الخصبة  
المشمسة، وتزرع لأنها من بقول  
المطبخ، وهي معمرة، لكنها تفقد  
خواصها إذا خزنت أكثر من سنة.  
أوصافها: بقلة يبلغ ارتفاعها نحو  
(٣٠ - ١٠٠) سنتيمتراً تمتد طويلاً

داخل الأرض وتنبت منها فروع  
عمودية مربعة، أوراقها متقابلة بيضوية الشكل ومسننة، أزهارها صغيرة بيضاء  
اللون أو خفيفة الصفرة ومرافقة للأوراق. وللأوراق إذا ما هرست بين  
الأصابع رائحة الليمون الحامض مما يسهل التعرف عليها وتمييزها.  
الجزء الطبي منها: الأوراق والعشبة قبل ظهور الزهر.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادة سيترال Citral ومواد مرة  
ومسكنة للتشنجات (الآلام) طاردة للغازات ومعركة.  
استعمالها طبيًا:

أ من الخارج: تعالج آلام الروماتزم والآلام العصبية في الأسنان والاذن



والصداع وخفقان القلب العصبي في حالات الهستيريا (النويراستينيا) بوضع الأوراق الغضة فوق موضع الألم أو القلب. وإذا كانت الأوراق جافة ترطب قبل استعمالها بقليل من ماء الورد.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة جميع الحالات العصبية خصوصا عند النساء (هستريا، نويراستينيا، أرق دوار (دوخة) إغماء، خفقان القلب... الخ) وكذلك لتحسين الحالة النفسية وتقوية الذاكرة، ويعطى بعد الولادة لادرار الحليب وتنظيف الرحم من الإفراز النفاسي. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة من الأوراق الطازجة أو الجافة، وبنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان في اليوم.

التفاح

Pytus Malus

التفاح: معروف عند الجميع ومن منتجات الفواكه الأساسية في لبنان. استعماله في الطب للوقاية والدواء:

أ - استعماله خارجيا: يفيد التفاح في شفاء أصابع القدمين المحتقنة والموجعة من البرد في الشتاء - تثليج - وذلك بدق وهرس تفاحة مشوية - بدون تقشير - ومزجها مع قليل من زيت الكتان وتغطية الأصابع المصابة

بهذا المزيج ولفها طيلة الليل.

ب - من الداخل: ان للتفاح فوائد جمة في معالجة بعض الأمراض والوقاية من بعضها الآخر، حتى يكاد يكون صيدلية كاملة قائمة بنفسها. ففي الجهاز الهضمي يشفى من الاسهال الحاد والمزمن، وعلى الأخص إسهال الأطفال والرضع أثناء الصيف، والذي كثيرا ما يذهب الطفل ضحية له، ولهذا الغرض يمنع عن الطفل المصاب بالاسهال كل نوع من الغذاء إلا التفاح. وذلك (ببرش) ٧ - ٩ تفاحات بعد تقشيرها ورفع البذور الداخلية منها، ويغذى منها الطفل إلى درجة الاشباع ثلاث مرات في اليوم. وبعد ظهور التحسن بعد يومين أو ثلاثة تقلل كمية التفاح ويضاف إليها مغلى الشوفان المركز (كويكر) - يباع في محلات البقالة. وباستمرار التحسن ينتقل تدريجيا إلى الغذاء الطبيعي. ويلاحظ ان اعطاء أي غذاء آخر في اليومين الأولين للمعالجة وبأي كمية كانت غير التفاح والماء القراح يفسد المعالجة.

كذلك يعتبر التفاح علاجا ناجحا في معالجة الروماتيزم، وذلك بأن يستمر المصاب على أكل كيلو واحد من التفاح كل يوم، ولمدة أربعة أسابيع متتالية. ولمعالجة السعال الناتج عن التهاب الحنجرة و (البحة) أيضا عند الاحداث والمسنين على السواء - يستعمل التفاح الممزوج بسكر النبات مع اليانسون. والأفضل من ذلك استعمال التفاح المشوي وحشو كل تفاحة منه بمقدار صغير (ربع ملعقة صغيرة أو أقل) من الزعفران. والتفاح المشوي يزيل أيضا الامساك المستعصي ويلين الباطنة.

ويوصي الأطباء أيضا باستعمال التفاح في معالجة أمراض الكبد، وزيادة ضغط الدم الناتج عن امتلاء الشرايين - بلاتورا - والامساك والإصابة بتضخم العقد اللمفاوية - داء الخنازير - Skrofulos وضعف الدم. والمثل الانكليزي يقول (تفاحة واحدة في اليوم تبعد الطيب عن البيت)،

## One Apple A Day Keeps The Doctor Away. ومن أراد ان

يحتفظ

بأسنانه حتى في سن الشيخوخة المتأخرة فليأكل تفاحة واحدة في مساء كل يوم قبل النوم.

والمستحلب - الشاي - المصنوع من قشر التفاح المجفف يكون مشروبا رخيصا ومفيدا خصوصا في الشتاء. وفي الوقت الحاضر ساد استعمال التفاح المقطر بطرق خاصة في أوروبا (ويسمى التفاح السائل) كثيرا، ليس كمشروب منعش لذيد الطعم خال من كل أثر للكحول فحسب، بل أيضا لمعالجة الكثير من الأمراض والوقاية منها: كفقير الدم، والضعف العام، وأمراض الأوعية والعقد اللمفاوية وتصلب الشرايين وداء النقرس وأمراض الكبد والجهاز البولي وأمراض الجلد وروماتزم الأعصاب (نويرالجي). ويلاحظ ان تقطير التفاح والحصول على التفاح السائل يمكن ان يتم بآلات بسيطة جدا للاستعمال المنزلي، ولدى منها آلة المانية تسمى (زافت بورن Saftborn) لم يتجاوز ثمنها (٣٧) ليرة لبنانية تقطر مقدار (٧ - ٨) كيلو من التفاح في الساعة الواحدة ويخرج منها السائل معقما يمكن حفظه بالزجاجات المعقمة لبضع سنين، دون ان يتعرض للفساد (تخمر) أو يفقد خواصه. أما تقطير التفاح لأغراض تجارية فهذه آلات خاصة علمت أن ثمنها يبلغ نحو من (٣٢) الف ليرة لبنانية للآلة التي تبلغ قدرتها تقطير الف زجاجة في الساعة، ويزداد ثمن الآلة بازدياد قدرتها على التقطير. فحبذا لو استحدثت هذه الصناعة في لبنان للاستهلاك المحلي وللتصدير أيضا ففيها فوائد صحية واقتصادية كبيرة جدا.

هذا ويلاحظ ان كمية (٥) كيلو من التفاح اللبناني تعطى في التقطير نحو من (ليترين ونصف أو ثلاثة لترات) من السائل، وذلك إذا استمر في التقطير لمدة نصف ساعة. ويطبخ الراسب (تفل) من التفاح بعد ذلك مع السكر لعمل (المربى). وأخيرا يلاحظ ان التفاح يجب في كل الحالات السالفة الذكر ان يكون خاليا من الأمراض ومن أدوية المكافحة الزراعية السامة التي يرش بها قبل نضجه لوقايته ووقاية الشجرة من الأمراض.

توت الأرض:  
(فريز، فراولة).  
مكان النبتة: في الغابات، برية  
وتزرع.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
(١٠ - ١٥) سنتيمترا، جذرها  
يزحف قليلا فوق الأرض، وتمتد منه  
إلى الاعلى فروع يحمل كل منها في  
نهايتها ورقة مثلثة الجوانح، مسننة  
الأطراف بيضوية الشكل، وتزهر  
العشبة على سوق طويلة في شهري آيار  
وحزيران أزهارا بيضاء، في كل زهرة  
منها (٥) أوراق حول زر اصفر في الوسط (تتكون منها ثمرة (توتية) تصبح  
حمراء اللون بعد النضج.  
الجزء الطبي منها: الأوراق في شهر آيار ثم الاثمار.  
استعمالها طبيا:  
أ - من الخارج: لا تستعمل.  
ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق الحديثة (في آيار)، الغضة  
أو المجففة لتسكين آلام داء النقرس والحصاة الصفراوية، وأمراض الكبد،  
والاسهال، ولتسكين السعال ونوبات الربو. ويشرب من المستحلب ثلاثة

فناجين يوميا. وهو يحضر كالمعتاد: ملعقة كبيرة من الأوراق (ويلاحظ ان الأوراق القديمة خشنة ومرة المذاق) لكل فنجان من الماء الغالي ثم يصفى بعد تخميره لمدة (٥) دقائق ويشرب فاترا.

أما الأثمار فتتقع أولا لمدة (٢٤) ساعة بالكحول النقي ليتمص عصيرها ثم تصفى، ويشرب منها ملعقة كبيرة ثلاث مرات في اليوم لمعالجة الرمل في الكلى.

وأكل الثمار الطازجة ينقى الجسم من السموم ويزيد في القابلية لتناول الطعام ويفيد كذلك الناقيين.

تين

## Ficus Canico

معروف ولا يحتاج لوصف أو صورة.

الجزء الطبي منها: الثمار المجففة.

المواد الفعالة فيها: مواد مطهرة وأخرى هلامية مليئة للباطنة.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج الجروح والقروح النتنة بتضميدها بثمار التين المجففة والمغلية بالحليب العادي، ولهذا الغرض تشق بضع ثمار جافة بحيث

يفتح داخلها تماما وتغلى لمدة بضع دقائق بالحليب العادي، وبعد أن تبرد قليلا يغطى بها الجرح بحيث يكون سطحها الداخلي (المبرغل) فوق الجرح مباشرة وتثبت فوقه بالقطن والرباط. ويجدد الضماد (٣ - ٤) مرات في اليوم إلى أن يزول الانتان تماما بعد (٣ - ٤) أيام.

ب - من الداخل: يعالج الامساك عند المسنين وخصوصا الشيوخ بمنقوع الثمار الجافة، وذلك بوضع (٣ - ٤) حبات من الثمار الجافة في ربع (كوب) قدح من الماء البارد في السماء وفي صباح اليوم التالي تؤكل الثمرات ويشرب ماؤها (على الريق) قبل تناول وجبة الصباح.  
ثوم الدبية:

(جنس الثوم من فصيلة الزنبقيات

يشمل الثوم المعروف والبصل

والكرات. والقفلوط وكرات الكرم..

الخ وأنواعه البرية كثيرة).

اسمها العامي في سوريا (ثومية).

مكان النبتة: في الأحراج الرطبة

الظليلة وفي الحفر والأخاديد والمروج

الرطبة. وعلى الأخص في الجبال.

أوصافها: عشبة يراوح علوها بين

(٣٠ - ٤٠) سم، ساقها مستقيمة خالية من الأوراق متوج بمجموعة من

الأزهار (كيس) البيضاء، وتحيط بالساق من الأسفل أوراق خضراء

لامعة شكلها كحربة مثنية عند رأسها، وينبت الساق والأوراق من بصلة

داخل الأرض، وتعرف العشب بسهولة من رائحة الثوم المعروفة في جميع اجزائها خصوصا إذا هرس بين الأصابع.  
الجزء الطبي منها: أوراقها المجموعة في أواخر الشتاء وقيل بداية الربيع وبصيلاتها الصغيرة بعد ظهور الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مركبات كبريتية.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: أول ما لفت النظر إلى فائدة هذه العشب الطبية، الدببة التي تبحت عنها بعد الشتاء في كل مكان، فتأكلها وتجدد بها نشاطها. ويقول عنها قدماء الأطباء انها نعمة من السماء تنقي الدم وتنشط الجسم كله وتطرد منه السموم، وفائدتها لا تقدر بالذهب للأشخاص الذين يشكون من الضعف وأمراض الروماتيزم، وأمراض الجلد المستعصية كالاكزما وداء الخنازير... الخ، فإنها (تخرجهم من القبور لتعيد إليهم الحياة والصحة).  
وتستعمل أوراق ثوم الدببة وبصيلاته في أمراض تصلب الشرايين وما يرافق ذلك من اعراض مرضية، كالدوخة وطنين الاذن والأرق والامسك واضطرابات القلب... الخ، فهي تزيل هذه الاعراض كلها وتعيد الضغط إلى حالته الطبيعية، وفي الجهاز الهضمي تزيل الامسك الناتج عن تشنج الأمعاء أو ارتخائها، وما يرافقه من انتفاخات وغازات. وكذلك تشفي الاسهال، حادا كان أو مزمنًا، وتطهر الأمعاء من الديدان وخصوصا الديدان الشعرية (الصغيرة والرفيعة) وتمنع العفونة فيها.

وتستعمل أوراق ثوم الدببة الغضة بفرمها واستعمالها كالبقدونس مع الاكل أو سلطة وحدها أو مع خضر آخر، وكذلك بصيالاتها. كما أنه من الممكن استعمال عصير الاثنين معا بإضافته إلى أنواع الطعام. اما الأوراق المجففة منه فهي قليلة الفائدة. ومن الممكن الاحتفاظ بالبصيلات لعصرها فيما بعد ومزج عصيرها مع كمية مساوية لها من الكحول النقي، لعمل صبغة يؤخذ منها عشر نقط ثلاث مرات في اليوم.

الثوم:

(جنس الثوم من فصيلة الزنبقيات، يشمل الثوم المعروف والبصل والكراث والقفلوط وكراث الكرم... الخ) معروف ولا يحتاج للوصف. ويلاحظ ان رائحته الكريهة في الفم تضعف كثيرا إذا مضغ معه (بقدونس) أو قطعة من التفاح.

الجزء الطبي منه: فصوص البصلة

بعد نضجها (جفاف الأوراق)

ويلاحظ ان فعاليته تزداد بعد تخزينه لمدة نصف سنة.

المواد الفعالة فيه:

زيت طيار مع مركبات الكبريت، فيتامينات،

وهورمونات تشبه الهورمونات الجنسية Hormon - Sexual وكذلك مواد

مضادة للعدوى ومخفضة لضغط الدم، قاتلة للديدان المعوية ومدرة لافرازات

الكبد (الصفراء).



استعماله طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل الثوم لتسكين الآلام الموضعية التي لا يعرف لها سبب ظاهر (آلام روماتزمية) وكثيرا ما تسكن آلام الأسنان بوضع فصوص ثوم مهروسة فوق الألم أو فص واحد مقشر في الاذن على جانب الألم. وتسكن آلام الاذن بتنقيط بضع نقط دافئة من زيت زيتون طبخت به بضعه فصوص من الثوم.

ولمعالجة القشرة في فروة الرأس تفرم أربع بصلات من الثوم فرما ناعما، وتوضع مع كمية من الكحول في زجاجة محكمة السد، تترك في الشمس لمدة عشرة أيام، ثم تصفى ويدلك بها جلد الرأس مرتين في اليوم.

وتعالج الجروح العفنة بعصير الثوم، وذلك بمزج (١٠) غرامات من عصير الثوم بمقدار (٩٠) غراما من الماء وغرامين من الكحول والتضميد بهذا المزيج.. ويعالج الجرب بذلك الجسم كله بمزيج من الثوم والشحم مرة واحدة في اليوم لمدة (٣) أيام يعقبها حمام ساخن وغلى الملابس الداخلية.

ب - من الداخل: الثوم يقوى مناعة الجسم ويكسبه نشاطا، لذلك يوصى بأكله للوقاية من الأوبئة (التيفوس، الكوليرا... الخ) والأمراض المعوية العفنة (التيفوئيد، الزحار... الخ) ولتنشيط الجسم عند تعرضه لمجهود كبير بالعمل أو السير الطويل. ويعتقد البعض ان الثوم يقي من الإصابة بالسرطان، ومن الثابت طبييا انه على الأقل يعيق نمو خلايا السرطان، كما دلت التجارب الطبية أيضا على أن الثوم يقي إلى حد كبير من الإصابة بمرض شلل الأطفال.

ويفيد الثوم مرضى البول السكري كثيرا في وقايتهم من مضاعفات المرض

كضعف الذاكرة والخدر أو فقدان الحس في الأطراف، نتيجة لإصابة الأوعية الدموية بأضرار السكر، واختلال الدورة الدموية فيها. وينخفض الثوم ضغط الدم المتزايد في مرض تصلب الشرايين والاعراض المرافقة له كالذوخة والامساك، كما يشفى الاضطرابات الناتجة عن التسمم المزمن بالنيكوتين (الافراط في التدخين).

ويعالج مرض تقيح اللثة المزمن (Baradentos) والذي يسبب سقوط الأسنان المبكر بتدليك اللثة بمستخرج من الثوم. وتعالج جميع أنواع الاسهال المتن مهما كانت أسبابه بأكل الثوم فتزول العفونة ويتحسن الاسهال إلى أن يعود البراز إلى حالته الطبيعية.

ويقتل الثوم الديدان المعوية الشعرية ويطهر الأمعاء منها خصوصا عند الأطفال، ولهذا الغرض يعطى للطفل في الصباح فنجان من الحليب غلى فيه بضعة فصوص من الثوم، ويلى ذلك حقنة شرجية دافئة بمغلي الثوم في الماء أو الحليب، ويحضر بغلي ثلاثة فصوص فقط من الثوم - زيادة كمية الثوم تسبب تخرش الأمعاء - في ثلاثة أرباع اللتر من الماء أو الحليب (والحليب أفضل من الماء لأنه يقي جلد الأمعاء المخاطي من التخرش بالثوم) ثم تصفيته وحقنه ببطء ساخنا (٣٥) درجة مئوية في الشرج. وهذا يميت الديدان الشعرية ويخرجها ميتة مع البراز. ويلاحظ ان اكل أكثر من (٣ - ٤) فصوص من الثوم يوميا يخرش المعدة والأمعاء ويفسد الهضم.

في الصيدليات أدوية كثيرة مستخرجة من الثوم، ليس لها مذاقه أو رائحته الكريهة، التي يمكن ازلتها إلى حد كبير بأكل تفاحة مبروشة أو شرب ملعقة كبيرة من عسل النحل بعد أكل الثوم بنصف ساعة.

جاوي:

مكان النبتة: في مروج الجبال

ويمكن زرعها.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو

متر، ساقها جوفاء ومخططة ولماعة،

أوراقها خشنة كالجلد مسننة وثلاثية

الجوانح، تزهر بين شهري تموز وآب

بمجموعات مغزلية أزهارا صغيرة

بيضاء أو مشربة حمرة، جذرها غليظ

أسمر اللون ويسيل منه عند قطعه

سائل ابيض كالحليب، وللعشبة رائحة

أفاويهية قوية.

الجزء الطبي منها: الجذور.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار معرق ومدرد للبول، مهضم ومسكن

ومنشط.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تعالج التهابات الأوعية اللمفاوية (وهي الخطوط الرفيعة

الحمراء التي تمتد من بعض الجروح والقروح الملوثة نحو القلب ويسميها العامة

بتسمم الدم) بتكميدها بمزيج من مسحوق الجذور والأوراق مع زيت

الزيتون، وتعالج بالتكميد بهذا المزيج أيضا عضة الكلب مع استعمال العلاج

الداخلي في آن واحد.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الجذور أو مسحوقها أو صبغتها لمعالجة الربو (استما) - مفيد جدا - والنزلات المعدية المزمنة والروماتزم والنقرس وتسكين الاضطرابات العصبية عند مدمني المسكرات، ولمعالجة الشلل بعد انفجار شريان من شرايين الدماغ، (النقطة، الفالج) ولتنقية الجسم من التسمم الغذائي (تناول أطعمة فاسدة) ويؤكد فائدة ذلك أيضا في معالجة السرطان في البطن والرحم.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد في اليوم. وأما مسحوق الجذور فيعطى منه مقدار غرام واحد ممزوجا مع العسل ثلاث مرات في اليوم.

وتعمل الصبغة بنقع جزء من الجذور في زجاجة محكمة السد بخمسة أضعافه من الكحول لمدة أسبوعين وتصفيتها، ويعطى منها (٥) نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم. هذا ويمكن نقع الجذور في النبيذ بدلا عن الكحول ويشرب منه فنجان صغير ثلاث مرات في اليوم. وأخيرا تستعمل الجذور الغضة أو المجففة للمضغ لتنقية الفم من الروائح الكريهة.

جذر قرنفلي:

ذكر بوست انه يوجد في احراج  
جبل الأقرع وفي اهدن والباروك من  
لبنان، وفي كسب والزبداني من  
سورية، الخ، ولم أجد له اسما عربيا  
فعربته وسميته (جذر قرنفلي).

مكان النبتة: الأحراج والمروج

والسياج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٣٠ - ٧٠) سنتيمترا، ساقها

مكسوة بشعيرات دقيقة، أوراقها تنبت من الساق مباشرة مجنحة ومكسوة

بشعيرات دقيقة، تزهر بين شهري حزيران وأيلول أزهارا نجمية صفراء صغيرة

من خمس أوراق، أثمارها تكسوها أشواك دقيقة، جذورها بغلظ إصبع اليد،

يبلغ طولها نحو (٧ سم)، قشرتها في الخارج لونها اصفر أسمر، ولون لحمها في

الداخل احمر بلون اللحم ومشرب زرقه، ويفوح من الجذور، على الأخص

مسحوقها، عبير القرنفل.

الجزء الطبي منها: الجذور في الربيع (آذار، نيسان) وفي الخريف

(أيلول، تشرين الأول).

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادة الاويكنول Eugenol، ومواد

قابضة مسكنة للآلام ومطهرة.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مستحلب الجذور للغرغرة في التهاب اللوزتين والفم، وتمضغ قطع الجذور أو تدلك اللثة بمسحوقها لمعالجة التهاب اللثة وتقوية الأسنان. وتعالج البواسير والقروح بذر المسحوق فوقها أو غسلها بمغلي الجذور بالنيبيذ مع الاستعمال الداخلي في آن واحد. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من الجذور (المفرومة) لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم بجرعات صغيرة (ملعقة صغيرة في كل مرة).

ب - من الداخل: يعطى مستحلب الجذور أو منقوعها بالنيبيذ الأحمر لمعالجة اضطراب الهضم في النقاهاة من أمراض الأمعاء المعدية كالزحار (دوسنطاريا) والتيفوئيد، ولمعالجة فساد الهضم المصحوب بارتفاع الحرارة والاسهال ولا سيما المخاطي منه، ولتقوية الهضم في الشيخوخة، ولمعالجة الإفرازات المهبلية البيضاء عند النساء.

ويؤكد البعض ان استعمال الجذور من الداخل يقوى القلب والدماغ ويحسن الذاكرة ويزيل الاضطرابات النفسية، كما يقوى الأعضاء التناسلية عند الجنسين ويساعد على إزالة العقم.

ولعمل النيبيذ ينقع مقدار (٨٠) غراما من الجذور المفرومة لمدة أسبوع في زجاجة من النيبيذ الأحمر، ثم يصفى بعد ذلك ويؤخذ منه ملعقة كبيرة قبل الاكل ثلاث مرات في اليوم، ويلاحظ أخيرا لزوم التقيد بالجرعات المذكورة وعدم تجاوزها لان الافراط فيها يسبب القيء.

جراب الراعي:  
(وهي غير كيس الراعي المذكور  
في غير هذا المكان) ذكرها بوست  
ولم يذكر لها اسما عربيا، وجراب  
الراعي من معجم أسماء النبات للدكتور  
أحمد عيسى.  
مكان النبتة: في منحدرات  
الجبال الصخرية والمروج القليلة الخصب  
وحواشي الطرق.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠) سم، ساقها مضلعة وفي الأعلى  
عارية من الأوراق، أوراقها  
مجنحة تزهر في مجموعات مغزلية أزهارا صغيرة بيضاء أو مشربة صفرة تشبه  
أزهار الكراويا، جذرها أسمر اللون متفرع رائحته القوية كرائحة تيس  
الماعز.  
الجزء الطبي منها: الجذور في الربيع (آيار) أو الخريف (تشرين  
الثاني).  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار ومركبات الكومارين Comarin ومواد  
تدر إفرازات الجلد المخاطي، معرقة ومدرة للبول.  
استعمالها طبييا:  
أ - من الخارج: يستعمل مغلى الجذور للغرغرة في التهاب اللوزتين.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الجذور، أو صبغتها أو ملبسها لمعالجة الحصاة البولية وأمراض الجهاز التنفسي (التهاب القصبة والنزلات الشعبية - سعال جاف مع الشعور بجرح في الصدر) والربو (استما). ويستعمل المسحوق لمعالجة الخناق (دفتريا) ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ثلاث ساعات ممزوجة مع العسل.

ويعمل المغلى بنقع ملعقتين صغيرتين من الجذور (المفرومة) في فنجان من الماء البارد، وغليه بعد بضع ساعات ثم تصفيته، ويشرب منه فنجانان في اليوم.

ولعمل الصبغة يضاف إلى كمية من الجذور (المفرومة) خمسة أمثالها من الكحول في زجاجة محكمة السد، وتترك لمدة ثلاثة أسابيع مع خض الزجاجة يوميا، ويعطى من الصبغة (٢٠ - ٣٠) نقطة على قطعة من السكر أو في ملعقة من محلول السكر الفاتر (٥ - ٦) مرات في اليوم.

وأما الملبس فيعمل بغلي كمية من الجذور المقطعة قطعا صغيرة حتى تنضج وتصبح لينة، فيضاف إليها كمية من السكر والعسل، وتغلى مرة أخرى لعقد السكر، وتفرد فوق بلاطة أو سطح أملس آخر، وتقطع مكعبات صغيرة بسكين مطلي بالزيت، وتترك إلى أن تبرد وتتجمد.



جزر:

(بقلة عسقلية من فصيلة الخيميات، وكلمة الجزر معربة قديما من الفارسية، معروف لا يحتاج لوصف.

الجزء الطبي منها: الجذر.

المواد الفعالة فيها: فيتامينات،

زيت طيار، ومادة البكتين المجلطة

Pektin وزيوت قابضة تقتل الديدان

المعوية وتدر البول.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج التسلخات الجلدية عند الأطفال بتليخها بالجزر المبروش الطازج، وتعالج القروح النتنة والتقرحات السرطانية والرقادية بمزيج من عصارة الجزر ومسحوق الفحم الخشبي، وذلك بمزج العصير مع (٨) أضعافه من مسحوق الفحم وتركه للتخمير مدة (٢٤) ساعة قبل استعماله، بذره مرة واحدة أو أكثر في اليوم فوق القرحة النتنة.

ب - من الداخل: يعالج السعال عند الأطفال بشراب الجزر أو ملبسه. ويعمل الشراب بطبخ العصير مع السكر، ولعمل الملبس يطبخ السكر أولا إلى أن تنكسر النقطة منه في الماء البارد كالزجاج، ثم يضاف إليه عصير

الجزر ويغلى (إلى درجة انكسار النقطة) مرة أخرى يصب بعدها فوق بلاطة مدهونة بالزبدة، ويفرد ويقطع بسرعة قطعاً صغيرة بسكين مطلي بالزبدة، ويحفظ بعد أن يبرد ويحمد في إناء زجاجي. ولقتل الديدان المعوية الشعرية عند الأطفال وتطهير الأمعاء منها يعطى للطفل جزرة طازجة ثلاث مرات في اليوم ولمدة (٣) أسابيع. ويعطى للطفل الرضيع بعد الشهر الثالث من عمره بضع ملاعق من عصير الجزر لتقوية عظامه.

ويعالج الاسهال عند الأطفال باعطائهم يوميا كمية من الجزر المبروش. وأما الأطفال الرضع فيعطى لهم حساء الجزر، ويعمل بتقطيع نصف كيلو من الجزر إلى مكعبات صغيرة، وطبخها لمدة ساعة وربع الساعة في الماء، ثم هرسها في منخل دقيق وإضافة الماء المغلى إلى ما يسقط منها تحت المنخل إلى أن يصل حجمها إلى اللتر، فيضاف إليها (٣) غرامات من ملح الطعام وتخفق جيدا.

جنستا الصباغين  
(من فصيلة القرنيات الفراشية  
كالرتم والوزال).  
مكان النبتة: في الأجران  
المشمسة.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمترا، أوراقها  
صغيرة وطولانية وبدون ساق، تزهر  
في شهري أيار وحزيران في عناقيد  
رأسية أزهارا فراشية صفراء كالذهب.  
الجزء الطبي منها: العشبة  
المزهرة (حزيران، تموز).

المواد الفعالة فيها: السيتيزين  
Cytisin مع شبه قلى مدر للعرق  
والبول ويلين الباطنة، يذيب الحصاة البولية، ويطرى القشع، ويحسن الدورة  
الدموية.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب لمعالجة الروماتزم والنقرس وهبوط  
الدم وطرده الرمل والحصاة الصغيرة من الجهاز البولي، ولمعالجة الامساك وتجمع  
السوائل في أنسجة الجسم (أوزيما) أو تجاويفه (انصبابات).

ويعمل المستحلب كالمعتاد وبنسبة (٢) ملعقة صغيرة من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم، ولا يستعمل لمعالجة قصور القلب وإصاباته إلا بإشراف الطبيب.

جنحل:

حشيشة الدينار (نبات حشيشي  
معمر من فصيلة القراصيات و قبيلة  
القنبية، ينبت عندنا بریا ويزرع في  
أوروبا حيث تستعمل مخاريط أزهاره  
في تعطير الجعة (البيرا).

مكان النبتة: برية في الأحراج  
والسياج وعلى ضفاف الأنهر وتررع  
أيضا في الحقول.

أوصافها: عشبة متسلقة يبلغ  
طولها بين (٣ - ٦) أمتار، ساقها مبرومة إلى الأيمن ومكسوة بشعيرات خشنة،  
أوراقها مسننة وتشبه أوراق عرائش العنب. وفي تموز تزهر أزهارا صفراء  
خضراء بشكل حبة التوت، أوراقها يغطي بعضها بعضا كقرميد السطوح  
وللعشبة رائحة أفاويهية.

الجزء الطبي منها: الأزهار في شهر أيلول أو بالأحرى الطلع (الذرات  
الناعمة كالدقيق) بداخلها، ويمكن استخراجها من الزهور بلطف  
المواد الفعالة فيها: مواد مرة و صمغية مع زيت طيار مسكن و فاتح للشهية.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج الجروح والقروح المزمنة بذر الطلع فوقها مرة واحدة في اليوم.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة جميع حالات التهيجات والاضطرابات العصبية (نرفزة، ارق، خفقان القلب، آلام الأعضاء التناسلية) لتلطيف الشهوة الجنسية والانتصاب المؤلم عند الذكور.

ويعمل المستحلب بإضافة فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى ملء ملعقة كبيرة من الأزهار، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم. ويعالج اضطراب الهضم الخفيف وضعف الشهوة للطعام في دور النقاهة من الأمراض بنقوع الأزهار البارد، وذلك بنقع ملء ملعقة كبيرة من الأزهار في فنجان من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة وشربه بعد تصفيته باردا.

وتستعمل أيضا وسادة صغيرة من الأزهار الجافة لمعالجة الأرق. وأما الطلع (غبار الأزهار) فيمكن استعماله بدلا عن المغلى أو النقوع في جميع الحالات السالفة الذكر، وذلك بمقدار نصف غرام أو غرام واحد بضع مرات في اليوم.

مكان النبتة:  
أشجار تزرع لثمارها وخشبها  
معروفة ولا حاجة لوصفها.  
الجزء الطبي منها: الأوراق في  
شهر حزيران ما عدا سوقها والأثمار  
غير الناضجة في شهر تموز.  
ويستعمل مرهم وراق الجوز  
لمعالجة الآفات الجلدية المزمنة والمتقرحة  
وكذلك تقرحات العقد الخنزيرية  
وغيرها. ويعمل المرهم بهرس الأوراق  
الغضة (بدون السوق) والأزهار  
ومزجها فوق نار خفيفة بكمية من  
الشحم.. ويمكن عمل المرهم أيضا بمزج  
الشحم بعصير الأوراق والأزهار،  
وللحصول عليه تهرس في (هاون  
فخاري) وتعصر بقطعة من الشاش.  
ب - من الداخل: يستعمل  
مستحلب أوراق الجوز لمعالجة داء  
الخنزير وما يرافقه من قروح وبثور  
ونواسير في الجلد ورمد في العين وانتفاخ في العظام إلى جانب المعالجة الخارجية،  
كما أسلفنا. ويستعمل أيضا لمعالجة السيالان الصديدي من الاذن. ولعمل مستحلب  
الأوراق للشرب يضاف إلى ملء حفنة من الأوراق مقدار ليتر واحد من الماء  
الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه بجرعات متعددة في اليوم. وشرب هذا

المستحلب قبل تناول الطعام يزيد القابلية لتناوله.  
ويفضل لتنقية الدم ومعالجة تضخم الغدد اللمفاوية بعد الإصابة بمرض  
الزهري استعمال مستحلب قشر الثمر (الجوزة) الخضراء، ويعمل بغلي  
(١٥) غراما من القشرة في ربع لتر من الماء إلى أن يتبخر النصف، ويشرب  
بجرعات متعددة في اليوم. ولطرد الديدان المعوية تهرس بضع أثمار (جوز)  
نصف ناضجة وتعصر لاستخراج عصيرها بقطعة من الشاش، ثم يمزج العصير  
بسكر نبات مسحوق.. ويعطى منه نصف ملعقة صغيرة للأطفال مرة واحدة  
في الصباح قبل الطعام وتزداد الكمية بالنسبة للسن. ويستمر على استعماله إلى أن  
يتم طرد الدود كله.

وللحد من النزيف في العمليات الجراحية، يعطى للمريض قبل موعد العملية  
بثلاثة أيام (٥٠) غراما يوميا من عصير قشرة الجوز الخضراء ويستحسن  
تجربة صبغة قشرة الجوز الخضراء لمعالجة ضعف القدرة الجنسية عند الذكور.  
وتعمل الصبغة بإضافة (١٢٥) سم ٣ من الكحول المركز (٩٥%) إلى (٢٠)  
غراما من قشر الجوز الأخضر في زجاجة محكمة السد، ووضع الزجاجة لمدة  
أسبوعين في الشمس مع خضها يوميا ثم تصفيتها وحفظها للاستعمال. ويعطى من  
الصبغة (٥) نقط في المساء فقط على قطعة من السكر أو في فنجان صغير من الماء،  
ويستمر على ذلك لمدة بضعة شهور.

جويسنة عطرية:  
(تصغير جاسنة أي صلبة:  
لخشونة الأوراق والسوق في بعض  
الأنواع، جنس زهر من فصيلة  
الفويات).  
مكان النبتة: في الأحراج.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠) سنتيمترا، أوراقها تنبت من  
الساق المربعة الأضلاع مباشرة،  
بمجموعات دائرية متباعدة، وللورقة  
شكل كالحربة، وتزهر في شهري  
نيسان وأيار أزهارا صغيرة بيضاء،  
وللعشبة رائحة عطرية تفوح منها إذا هرست أو جففت.  
الجزء الطبي منها: العشبة قبل الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: كلوكوزيد الكومارين Gumaringlykosid مسكن  
ويدر قليلا البول والعرق.  
استعمالها طبيًا:  
أ - من الخارج: تعالج الصداع والقروح بالتليخ بالعشبة الغضة المهروسة.  
ب - من الداخل: يستعمل المستحلب لمعالجة رمل البول والآلام العصبية  
(نویرالجي) وتسكين آلام الحيض. ويعمل كالمعتاد بنسبة (١ - ٢) ملعقة



صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان  
(لا أكثر) في اليوم.  
حرف جرجير قررة العين:  
(قررة العين هي اسمه في الشام  
حيث يجتزئون أحيانا بكلمة قررة،  
بقلة مائية معمرة، تنبت في الجداول  
والمناقع، وقد تزرع. ورقها يؤكل  
أخضر مطبوخا كالاسفاناخ (سبانخ)).  
مكان النبتة: في الجداول والمناقع  
بالقرب من المياه النقية الجارية.  
أوصافها: عشبة يبلغ علوها بين  
(١٥ - ٢٥) سم. ساقها تسبح غالبا في  
الماء، جوفاء تتفرع عنها فروع،  
أوراقها غليظة ملساء الأطراف - أي  
غير مسننة - لونها أخضر غامق  
غزيرة العصارة - ريانة - مذاقها  
قليل المرارة، أما أزهارها في رأس الفرع فيبيضاء صغيرة، أكياس الطلع -  
غبار الأزهار - فيها صفراء اللون، وهذا ما يميزها عن عشبة الجرجير المر  
**Amara Cardamine** التي يكون طلع أزهارها بنفسجي اللون، ويلاحظ ان  
الجرجير الذي لا تكون أوراقه نضرة، لاسعة ومرة الطعم، يكون قد فقد  
خواصه ولا فائدة منه.

الجزء الطبي منها: الأوراق الغضة مع الغصن كله قبل الأزهار، وتفقد الأوراق خواصها وفوائدها الطبية بعد ظهور الزهر في العشبة. المواد الفعالة فيها: مادة خردلية ومواد مرة مع فيتامين (س C) ومواد اليود والكبريت والحديد. استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل عصير الجرجير لانبات الشعر بعد أن يكون قد سقط من الرأس بعد الحميات. ولهذا الغرض يمزج عصير الجرجير الطازج بمقدار معادل له من الكحول النقي ويضاف إلى هذا المزيج شيء من أوراق زهر الورد لتحسين رائحته، ويدلك جلد الرأس يوميا بهذا المزيج. وكذلك يستعمل مرهم الجرجير ل مداواة الحروق، وذلك بسحق - دق - كمية من الجرجير مع بصلة متوسطة الحجم وكمية من ورق توت الأرض (فريز شيلك، فراولة) وطبخها بزيت الكتان وتصفية المزيج وهو ساخن بقطعة من الشاش.

ب - الداخلة من: عصير الجرجير في الربيع علاج ناجع لتنقية الدم ومعالجة جميع اعراض المرض الاسكوربوتي Skorbut كنزيف اللثة والإصابة بالدمامل أو الآفات الجلدية المزمنة.

وكذلك في معالجة الروماتيزم وداء الخنازير Skrofulos ويعتقد بأنه يخفض قليلا كمية السكر في بول المصابين بالبول السكري. ويعمل في الشفاء من الإصابات الرئوية بما في ذلك السل الرئوي، ويساعد على تنظيف الصدر من القشع (البلغم). ويوصى باستعمال عصير الجرجير لمن يصاب بأعراض التسمم بالنيكوتين - الإفراط في التدخين. وفي الجهاز الهضمي يساعد الجرجير

إذا استعمل بكميات معتدلة كعصارة أو في السلطة، على الهضم وادرار الصفراء. وفي الجهاز البولي يدر الجرجير البول ويزيل الانصبابات أو التجمعات المائية المرضية في الجسم (أوزيما - انصباب.. الخ). والجرجير يدر أيضا الطمث - الحيض - ولذلك يستحسن ان لا تأكله الحوامل. ويمكن تجفيف أوراق الجرجير وأغصانه بالطرق المعروفة واستعمال مستحلبها فيما بعد، ولكنه أقل فعالية من العصير أو اكل الجرجير الطازج. ويعمل العصير بهرس النبتة وعصرها بالطرق المعروفة، ويؤخذ منه ملعقة كبيرة (١ - ٣) مرات في اليوم مع الماء أو الحليب. ولادرار البول يستعمل مغلى الجرجير، وذلك بغلي مقدار ثلاث حفنات جرجير مع بصلة كبيرة بيضاء في لتر ونصف اللتر من الماء، واستمرار غليها حتى لا يبقى من السائل إلا ثلثه، وبعد تصفيته يشرب منه وهو فاتر، مقدار نصف فنجان في الصباح ونصف فنجان آخر في المساء. أما مستحلب أوراق الجرجير الجافة فيعمل من ملعقة كبيرة من الأوراق وفنجان واحد من الماء بالطرق المعروفة. وأخيرا يجب التنبيه إلى أن الحوامل والمصابين بتضخم الغدة الدرقية يجب ان يمتنعوا عن استعمال الجرجير، وان الافراط باستعماله بأي شكل كان غير صحي، ويسبب اضطراب الهضم وحرقة في المثانة والبول.

حشيشه السعال:  
(من المركبات الأنبوية).  
مكان النبتة: في  
الأراضي الرطبة الطينية في  
كل مكان وعلى ضفاف السواقي.  
أوصافها: عشبة يبلغ  
ارتفاعها نحو (١٠ - ٢٥)  
سنتيمترا، ليس لها ساق،  
أوراقها تنبت من سطح  
الأرض مباشرة بساق طويلة،  
وحجم الورقة حجم الكف. سطحها الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة ولها  
شكل القلب. وفي شهري آذار ونيسان تظهر بين الأوراق أزهار صفراء فوق  
ساق طويلة أو قصيرة.  
الجزء الطبي منها: الأزهار في شهري آذار ونيسان والأوراق في  
شهر آيار.  
المواد الفعالة فيها: مادة هلامية وفي الأوراق مواد مضادة للالتهاب.  
استعمالها طبيًا:  
أ - من الخارج: تعالج الدوالي الملتهبة في الساقين وقروح القدمين  
والحروق والتواء المفاصل (فكش) بوضع الأوراق الغضة فوقها وتثبيتها  
بضماد، وتبدل الأوراق في الصباح وفي المساء ويستمر على ذلك لمدة (٤)  
أسابيع.  
ب - من الداخل: يعالج السعال بمسحوق متساوي الاجزاء (ملعقة  
صغيرة كل ثلاث ساعات) من الأوراق الجافة وسكر النبات، وكذلك يعالج

السعال الناتج عن التدخين بمزج التبغ بمسحوق الأوراق، وتدخينهما معا أو بحرق مسحوق الأوراق واستنشاق دخانه كالبخور.

ويستعمل مستحلب الزهور مع الأوراق لمعالجة السعال الناشف، وعلى الأخص بعد الإصابة بالحصبة والانفلونزا، والتهاب الحنجرة (بحة الصوت). ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة نصف ملعقة كبيرة من الأزهار والأوراق الجافة لكل فنجان واحد من الماء، ويحلى بالعسل أو سكر النبات ويشرب منه وهو ساخن فنجانان في اليوم.

ويستعمل عصير الأوراق والزهر الطازج لمعالجة الأمراض الجلدية وداء الخنازير، وذلك بمقدار ملعقة صغيرة من العصير (٣ - ٤) مرات في اليوم. حشيشة الرئة:

من (Pulmo أي الرئة، جنس أعشاب بعضها يستعمل في الطب وبعضها للتزيين، وهي من فصيلة (الحمحميات).

مكان النبتة: في الأدغال الظليلة والأرض الرطبة وضاف المستنقعات. أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠) سنتيمترا، ساقها مكسوة بشعيرات دقيقة، أوراقها بيضوية الشكل كبيرة فوق ساق طويلة مكسوة بالشعر الدقيق أيضا. وبعد الأزهار تظهر على سطح الأوراق الاعلى نقط بيضاء. الأزهار حمراء في البداية

ثم يتحول لونها إلى الزرقة وتزهو في بداية الربيع (آذار - نيسان).  
القسم الطبي منها: الأوراق المنقطة مع سيقانها. ولتسهيل الاستدلال على  
العشبة يستحسن وضع شارة مميزة لها أثناء الأزهار حيث يسهل معرفتها وتمييزها  
ويصعب بعد سقوط الزهر.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية ودابغة ومادة السابونين Saponin وحوامض  
تسهل القشع وتلطف التخرشات.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تحرق العشبة ويمزج رمادها بالماء ويستعمل هذا المزيج  
لمعالجة الجروح والقروح وغسلها.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة التهابات الجهاز  
التنفسي الحاد المزمن (الحنجرة، بحة الصوت، والقصبة، والرئة، بما في ذلك  
السل والربو). ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الأوراق لكل  
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، وتحليته بالعسل أو سكر النبات.  
ويشرب فنجان منه في الصباح وآخر في المساء، أو شرب فنجانين بجرعات  
متعددة في اليوم. ويستعمل أيضا عصير الأوراق الغضة وذلك بمقدار ملعقة  
كبيرة في الحليب (٢ - ٣) مرات في اليوم.

حشيشة الرمد:  
لم يذكرها بوست ولا أحمد عيسى،  
ويمكن تسميتها حشيشة الرمد وكذلك  
(افرازية مخزنية).  
مكان النبتة: الأراضي الجافة  
وغير الخصبة، المروج وحواشي  
الطرق، وفي الأحراج غير الكثيفة.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٢٠) سم، أوراقها غزيرة  
ومسننة، تزهر بين شهري (تموز  
وتشرين الأول) أزهارا بيضاء أو  
موشحة بالزرقة وقسمها الأسفل مبقع  
بالصفار.  
الجزء الطبي منها: العشبة  
المزهرة في شهري آب وأيلول ما عدا جذورها.  
المواد الفعالة فيها: مادة الايكوبين Aucubin ومواد أخرى مضادة  
للالتهاب وقابضة.  
استعمالها طبيًا:  
أ - من الخارج: تقوى عيون الشيوخ التي تصاب بوهن الشيوخوخة، فتدمع  
وتحمر أجفانها بغسلها بالمستحلب، وكذلك العيون التي تتعرض لدخان أو

غازات مسيلة للدموع وتلتهب أجفانها، والعيون الرمداء في النقاهاة من الحصبة. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة نصف ملعقة صغيرة من العشبة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويستعمل بعد تصفيته فاترا للغسل أو التكميد ثلاث مرات في اليوم.

ب - من الداخل: كمساعد للعلاج الخارجي السابق الذكر، وذلك بأخذ مقدار ربع ملعقة صغيرة من مسحوق العشبة (الأزهار والأوراق) (٢ - ٤) مرات أو بشرب فنجانين من المستحلب في اليوم. ويستعمل المستحلب أو المسحوق أيضا لمعالجة الرشح والنزلات الشعبية والحالات الخفيفة من النزلات المعدية ولتقوية المعدة الضعيفة. ويمكن استعمال خلاصة العشبة من الخارج والداخل بدلا عن المستحلب والمسحوق.

وتعمل الخلاصة من مزج كمية من عصير العشبة الغضة (تهرس وتعصر في قطعة من الشاش) بكمية معادلة لها من الكحول المركز (٩٥ ٪). وللاستعمال تخفف عشر نقط من الخلاصة بمقدار (كوب) ربع لتر من الماء فيشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة ويستعمل الباقي للغسل أو التكميد.



حشيشة الملاك:

(مترجمة، بقلة من فصيلة الخيمييات  
تعد من التوابل ومن النباتات الطبية.  
وهي تزرع، ولم يذكر أحد وجودها  
في سورية أو لبنان).  
مكان النبتة: على ضفاف الأنهار  
والبحيرات والمستنقعات وفي المروج  
الرطبة وعلى أطراف الأقيية، ويمكن  
زرعها ببذر أزهارها في الأراضي الخصبة  
الرطبة، ولا يكمل نموها إلا في  
السنة الثانية بعد زرعها وتعيش بضع  
سنين.

أوصافها: عشبة قوية يبلغ  
ارتفاعها (١ - ٢) متر، أوراقها  
كبيرة مسننة فيها (٢ - ٣) فواصل كأصابع الكف، تزهر في شهري تموز  
وآب، أزهارها بيضاء تميل إلى الخضرة أو الصفرة، تكون مجموعات  
(باقات) في رأس الغصن، لها رائحة تشبه رائحة العسل، ساقها مضلعة جوفاء  
تنقسم إلى فروع كثيرة، أسفلها الناضج يميل لونه إلى الزرقة، وأعلىها الغض  
إلى الحمرة.  
الجزء الطبي منها: الجذور بعد السنة الأولى من عمر العشبة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادة الفيلاناندرين Phellanandren  
ومواد أخرى مفيدة في تقوية المعدة والأمعاء وطررد الغازات منها، ومكافحة  
الحرقة (فرط الحموضة) في المعدة والمغص، وفي معالجة الجهاز التنفسي وإدرار  
البول أو الطمث.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مغلى الجذور لتقوية أعصاب الجسم وتسكين  
العصبية (نرفزة) بإضافته إلى ماء الحمام (مغطس) وذلك بغلي مقدار (٢٥٠)  
غراما من الجذور الجافة والمقطعة إلى اجزاء صغيرة في (٥) لترات من الماء  
لمدة ساعة، ثم تصفيتها واطافتها إلى ماء الحمام. والزيت أو المرهم من هذه  
الجذور - انظر كيفية تحضيرهما في الأبحاث السابقة - يفيد في معالجة آلام  
الروماتزم في الجسم.

ب - من الداخل: ان مغلى الجذور أو مستحلبها أو صبغتها تقوى في  
داخل الجسم عضلات الأوعية الدموية في الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي  
فتقويهما وتزيل منهما الارتخاء، كما تطهر الجسم من تأثير التسمم المزمن بالنيكوتين  
من جراء التدخين أو الكحول (شرب المسكرات) أو أي تسمم من أسباب  
أخرى. كما انها تطهر الأمعاء من الديدان.

وأما في الجهاز التنفسي فيعتقد بعض الأطباء انها تشفي من مرض السل  
(التدرن الرئوي) وتزيل الرائحة الكريهة من تنفس المصابين بأفات صدرية،  
وهي تزيل الجلطات الدموية الناتجة عن الصدمات والكدمات لأنها تذيبها  
وتسرع بامتصاصها.

وأخيرا فان الزيت العطري المقطر من جذور حشيشة الملاك يستعمل

لتعطير الكثير من المشروبات الروحية.  
أما مغلى أو مستحلب جذور حشيشة الملاك فيستحسن لعملهما نقع (مقدار ٥ غرامات) من الجذور المقطعة إلى اجزاء صغيرة في قليل من الماء في المساء، وعند الصباح يضاف إليها مقدار فنجان كبير من الماء الساخن بدرجة الغليان ثم يصفى بعد (١٥) دقيقة ويشرب على دفعات متعددة طيلة النهار. أما الصبغة فتعمل بوضع خمسة أجزاء من الكحول النقي فوق جزء واحد من الجذور المقطعة إلى اجزاء صغيرة وتترك داخل زجاجة محكمة السد مدة ثلاثة أسابيع، تخض الزجاجة أثناء ذلك مرارا وفي كل يوم، ثم تصفى الصبغة بعد ذلك وتحفظ بزجاجة للاستعمال. ويؤخذ منها عند اللزوم مقدار (٧) نقط على قطعة صغيرة من السكر أو في ملعقة كبيرة من الحليب أو الماء الساخن ٣ - ٤ مرات في اليوم.

وختاما يحذر من الغلط والاشتباه بين حشيشة الملاك وحشيشة أخرى سامة تشبه حشيشة الملاك بشكلها ولكنها أصغر منها حجما، كما يلاحظ ان حشيشة الملاك الغضة تحوي سائلا حليبيا قد يسبب لجلد بعض من يلمسونه من الاشخاص طفحا جلديا (كالشرى) مصحوبا بانتفاخ وبقايقع ليس منها خطر على الصحة ولكنها لا تشفى بسهولة. ومثل هؤلاء من ذوي الحساسية المفرطة يجب ان يمتنعوا عن مس العشبة والعمل بها.

خرشف السطوح:  
(جنس نباتات عشبية لحمية تزرع  
لزهرها وللتزيين، وهي من فصيلة  
المخلدات).  
مكان النبتة: في الجبال ويمكن  
زرعها في الحدائق وقصع الأزهار.  
أوصافها: عشبة زاحفة يبلغ  
علوها نحو ٢٠ - ٣٠ سنتيمترا،  
أوراقها السفلى متجمعة بشكل  
الوردية، لحمية الملمس وشوكية الرأس،  
أزهارها وردية اللون ومتشعبة  
كالنجم.

الجزء الطبي منها: الأوراق طيلة السنة وعلى الأخص الغضة منها.  
المواد الفعالة فيها: مواد دابغة وهلامية مع حامض التفاح وتعتبر مضادة  
للالتهاب ومسكنة للتشنجات ومدرة للبول.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تستعمل الأوراق الغضة المهروسة (المدقوقة) لمعالجة  
القروح وخصوصا قروح الشيخوخة في الساقين، وتؤكد بعض المصادر ان  
المعالجة بالأوراق هذه أنقذت أعضاء كثيرة من البتر المحتمل.  
ويعالج الكالو (المسمار) الملتهب في أصابع القدمين أيضا بالأوراق المهروسة،

وذلك بوضع ورقتين مهروستين أو أكثر فوق القرحة أو الالتهاب المراد معالجته وتثبيتها برباط وتبديلها بضع مرات في اليوم. ويستعمل عصير الأوراق الغضة لمعالجة الحروق وعقصات الحشرات (نحل، دبور، زلاقط.. الخ) والتهابات الثدي، والتهابات الجلد، والسرطان المتقرح، والثؤلول وكالو (مسامير) أصابع القدمين والجلد المتشقق في الوجه أو اليدين من جراء (القشب) في الشتاء أو الأعمال اليدوية المضنية، وذلك بطليها بالعصارة الطازجة. كما تستعمل العصارة هذه ممزوجة بالكحول المنخفض لمعالجة النمش والبقع التي تشوه الوجه.

ويستعمل مرهم الأوراق لمعالجة الكدمات والهروس، ويعمل بالطرق المعروفة من الأوراق المهروسة ومزجها جيدا بالمادة الدهنية المذابة (زبدة غير مملحة، لانولين، شحم حيواني.. الخ).

ب - من الداخل: تستعمل عصارة الأوراق الغضة أو المستحلب منها لمعالجة القرحة المعدية والمعوية والغثيان مهما كانت أسبابه. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة (١٠) ورقات لكل فنجان من الماء، ويعطى منه ملء ملعقة كبيرة في كل ساعة، ولمعالجة الغثيان ملعقة صغيرة عوضا عن الكبيرة. وأما العصير فيعطى بكميات أقل من ذلك. حشيشة الإوز:

(مترجمة، نبات بري معمر طبي) وتوجد في سوريا ولبنان في الجبال العالية.

مكان النبتة: في الأراضي الرطبة والمروج وأطراف الطرق والأقنية في الجبال العالية.

أوصافها: عشبة زاحفة تظهر فروعها بمجموعة واحدة بعضها يحمل أوراقا لوزية الشكل مسننة ووجهها الأسفل مكسو بشعيرات دقيقة فضية اللون، وبعض الفروع تحمل، من شهر آيار حتى شهر تموز، أزهارا صفراء جميلة مستديرة ومكونة من (٥) ورقات.

الجزء الطبي منها: العشبة وهي مزهرة (آيار - تموز).  
المواد الفعالة فيها: مادة مضادة للتشنجات بجميع أنواعها، ومادة توقف النزيف.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل كمكمدات المغلى من هذه العشبة لمعالجة الآلام التشنجية في البطن (مغص المعدة والأمعاء والمرارة).

ب - من الداخل: تستعمل المستحلب لمعالجة جميع أنواع التشنجات (الصرع، الكزاز، المغص المعدي والمعوي ومغص حصاة المرارة وحصاة الكلى، وآلام المبيض والرحم أثناء الحيض، وآلام الزحار - الدوسنطاريا - وآلام الذبحة الصدرية، ونوبات الربو (استما)، وأخيرا التشنجات العضلية في الساق أو التشنجات الناتجة عن داء النقرس).

ويعمل المستحلب بنسبة ملعقتين صغيرتين من العشبة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب ساخنا وبمقدار فنجانين في اليوم.

حلبة مزروعة:

(ج حلب ورجحنا تسمية الجنس بالحلبة جريا مع بوست، وعلى ما ألفه علماء النبات، جنس نباتات كلثية من القرنيات الفراشية) اسمها العامي (حلبة).

مكان النبتة: مزروعة ببذرها في شهر (آذار) ويندر ان توجد برية.

أوصافها: عشبة يراوح علوها بين (٢٠ - ٦٠) سم، ساقها جوفاء

تتفرع منها سوق صغيرة تحمل كل منها في نهايتها ثلاث أوراق مسننة طولانية، ومن قاعدة ساق الأوراق

تظهر قرون معقوفة طولها نحو من (١٠)

سم، تحمل الأزهار الصفراء الصغيرة - حزيران، تموز - التي تتحول بعد عقدها إلى بذور صفراء ضمن القرون، ككل القطانيات. والعشبة كلها لها رائحة تشبه رائحة تيس المعز.

الجزء الطبي منها: البذور الناضجة.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية ومرة ومادة (السابونين saponin)

وهي مقوية وملينة للأمعاء، ومضادة للالتهاب. وكان قدماء أطباء الهند

يستعملونها لمعالجة جميع الحالات المرضية التي نعالجها في وقتنا الحاضر بزيت كبد الحوت (زيت السمك) والزرنيخ arsen والفوسفور.

استعمالها: طيبا:

أ - من الخارج: لا يفضل على لبخ بذور الحلبة أي دواء في معالجة الدمامل لتسريع فتحها وشفائها، وكذلك معالجة الخراجات المنتنة والتي تتضاعف بالتهابات الأوعية اللمفاوية - (أي التي تمتد منها خيوط حمراء ملتهبة وهي ما يسميه العامة بتسمم الدم) - والدحاس المتقيح في الأصابع، وخراجات الثدي، وخراجات الشرج الناتجة عن انسداد الناسور، وتقيح العظام، والاكزما، والغلغموني والآلام العضلية الروماتزمية والقروح في الاقدام، المستعصية الشفاء. كما أن الغسل بمغلي الحبوب يعيد إلى الجلد المتشقق - (الشقيان) - نعومته وطراوته، وكذلك يفيد بذر مسحوق الحبوب داخل (الجرب) لوقاية الاقدام في الشتاء من الإصابة بالبرد (تثليج).

اما كيفية عمل لبخة الحلبة فهي: مزج كمية من مسحوق بذور الحلبة في وعاء بكمية من الماء الفاتر مع تحريكها باستمرار إلى أن يصبح المزيج كالعجين الرخو، ثم يوضع الاناء المحتوى على هذا المزيج في إناء ثان أوسع، يحوي كمية من الماء الساخن بدرجة الغليان تصل إلى ثلثي ارتفاع إناء المزيج، ثم يحرك المزيج باستمرار لمدة عشر دقائق تقريبا إلى أن يصبح لونه أغمق وقوامه كالعجين المرن. بذلك يتم صنع اللبخة، فتفرد ساخنة بغلظ سنتمتر واحد فوق المكان المراد معالجته مباشرة - على الجلد - وتغطي بقطعة قماش من الكتان وقطعة أكبر من القماش الصوفي وتجدد مرارا في اليوم. ويستعمل مرهم الحلبة لتدليك القدمين مساء قبل النوم لمعالجة الزكام وما يمكن ان يرافقه من سعال جاف، ولبرودة الاقدام أيضا. ولعمل المرهم يمزج مسحوق بذور الحلبة مع بضعة فصوص مهروسة من الثوم -



ثوم الاكل - ويضاف هذا المزيج إلى مادة المرهم الدهنية كالمعروف. ولا استعماله كما أسلفنا يطلى به باطن القدمين - بغلظ شفرة السكين - في المساء عند النوم، ويربط فوقهما بقماش أصم ليظل المرهم عليهما حتى الصباح، وتكرر العملية بضع مرات حسب اللزوم.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الحلبة أو مسحوقها لتسمين الجسم، ويساعد مرضى البول السكري بشفاء الجروح فيهم، كما يستعمله الأطباء الفرنسيون لمعالجة الالتهابات الرئوية والنزلات المعوية والامساك والبواسير. ويستعمل المغلى من مسحوق الحلبة للغرغرة في التهاب اللوزتين ومرض الخناق (دفتيريا)، وللشرب (ملعقة كبيرة ٣ - ٤ مرات في اليوم) لتسكين سعال المصابين بالتدرن الرئوي (سل)، غير أن رائحته الكريهة كثيرا ما تحول دون تقبل المريض استعماله من الداخل.

ويعمل مغلى بذور الحلبة بإضافة مقدار ملعقة صغيرة من مسحوقها إلى نصف لتر من الماء، وغليه لمدة دقيقة واحدة فقط، يصفى بعدها المغلى ويشرب بجرعات متعددة (ملعقة كبيرة كل ساعة). وللغرغرة يغلى المسحوق بمقدار فنجان واحد من الماء فقط يغرغر به بضع مرات يؤخذ في كل مرة منها جرعة واحدة فقط ويحتفظ بها داخل الفم لمدة (دقيقة ونصف). أما مسحوق بذور الحلبة فلاستعماله من الداخل يمزج منه مقدار (١٠) غرامات مع كمية معادلة من زيت الزيتون، ويؤخذ ربع هذه الكمية أربع مرات في اليوم.

حماض بستاني:  
(يطلق لفظ الحماض على هذا  
الجنس وعلى الجنس المسمى Oxalis،  
جنس نباتات عشبية من فصيلة  
البطباطيات، له أنواع تنبت برية  
في أنحاء الشام وبعضها يزرع ويعد من  
البقول الزراعية) ويسمى في الشام  
حميض.  
مكان النبتة: تنبت برية في  
الأدغال الرطبة وبالقرب من السواقي،  
وتزرع لحموضة أوراقها.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠) سنتمرا وهي على نوعين:  
الحماض البستاني الكبير والحماض البستاني الصغير Rumex Acetosella،  
والأول  
أفضل طبيا، ساقه مشربة حمرة وأوراقه بشكل الحريرة فوق ساق طويلة  
غليظة نوعا، ومذاقها شديد الحموضة وأزهاره صغيرة خضراء مشربة حمرة.  
الجزء الطبي منها: الأوراق في الربيع.  
المواد الفعالة فيها: ثاني أوكسالات البوتاس مع حامض الأوكسالات (منق  
للدّم) وفيتامين س (C) بكثرة.  
استعماله طبيا:  
أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: تستعمل أوراق الحماض لمعالجة الامساك عند الشيوخ ومعالجة (أبو صفار) احتقان الصفراء وذلك بأكل مقدار حفنة منه في اليوم مع السلطات أو بعصره وشرب ملعقة صغيرة أو ملعقتين يوميا من عصيره في ماء محلى بالسكر. ولا يجوز استعمال الحماض إذا وجدت أمراض في الكلى أو استعداد لمرض النقرس أو تكون الحصاة البولية وفي حالات الاسهال. وإتماما للفائدة نذكر فيما يلي بعض الوصفات لاستعمال الحماض على مائدة الطعام.

١ - مايونيز الحماض: تفصل أوراق الحماض عن سوقها وتفرم شرائح وتمزج بالمايونيز المنخفضة بالحليب، ثم يضاف إليها تفاحة (مبروشة) وتمزج جيدا وتقدم كسلطة.

٢ - حساء الحماض: يحمص قليل من الدقيق (الطحين) في السمن أو الشحم تحميصا خفيفا، يظل الدقيق فيه محتفضا بلونه الأبيض، ثم يضاف إليه بصلة مفرومة وكمية من مرق اللحم المملح، ويغلى إلى الاستواء، وقبل نهاية الغلي يبضع دقائق فقط يضاف إلى الحساء مقدار (١٢٥) غراما من ورق الحماض المفروم.

٣ - صلصة الحماض، للسّمك وأنواع المعكرونة: يحمص الدقيق كما سبق وصفه في تحضير الحساء ويضاف إليه كمية من الحليب ويغلى إلى الاستواء ثم يمزج جيدا مع أوراق الحماض المفرومة.

حندقوق حقلي:  
(إكليل الملك) جنس نباتات  
عشبية سنوية أو محولة من القطانيات  
الفراشية، فيه أنواع تنبت برية في  
الحقول والمروج وتعد من الأعلاف.  
مكان النبتة: في الحقول والمروج.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو من متر، ساقها جوفاء متفرعة،  
أوراقها مثلثة العدد، بيضوية الشكل،  
أزهارها عنقودية تنبت من قاعدة  
الأوراق، فراشية صفراء اللون عطرة الرائحة، تزهر بين شهري حزيران  
وأيلول.  
الجزء الطبي منها: الجزء الاعلى من العشبة في أشهر الزهر.  
المواد الفعالة فيها: مادة الكومارين Cumarin تسكن الآلام وتفتت  
الأورام وتطريها.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تعالج الأورام الصلبة (غير الخبيثة) كعقد الحليب في  
الثدي وغيرها بمرهم العشبة الغضة، وتغلى ببطء وفوق نار خفيفة بضعفي  
مثليها من الشحم إلى أن يتم تبخر الماء منها، ثم تصفى بعصرها بقطعة من  
النسيج الكتاني. ويستعمل المرهم أيضا لمعالجة القروح والدمامل والجروح العفنة.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب لمساعدة المعالجة بالمرهم كما أسلفنا، ولتسكين أنواع المغص في البطن، ولمعالجة النزلات الشعبية. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة (٢ - ٣) غرامات لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه فنجانان في اليوم بجرعات متعددة، وشرب فنجان واحد منه في المساء يجلب النوم.

خبازة برية: (خبيز في الشام، جنس زهر من فصيلة الخبازيات).

مكان النبتة: حواشي الطرق، السياج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر، أوراقها مستديرة مجنحة ومسننة وساقها الطويلة مكسوة بشعيرات دقيقة، وكذلك الساق وفروعها. وهي تزهر بين حزيران وأيلول أزهارا بخمس أوراق مجوفة عند الرأس، لونها احمر فاتح ومخططة بخطوط قاتمة، ساقها طويلة ومكسوة بشعيرات دقيقة.

الجزء الطبي منها: الورق مع الساق، والأزهار بدون الساق.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية وقليل من المواد الدابعة والمقشعة وفي الأوراق مواد قابضة.

استعمالها طبييا:

- أ - من الخارج: تستعمل لبخ العشبة الغضة والمهروسة لمعالجة القروح ويستعمل مغليها للمضمضة والغرغرة في التهاب اللوزتين والفم.
- ب - من الداخل: يشرب مغليها لمعالجة النزلات الصدرية (سعال مصحوب بقشع) والنزلات المعوية (اسهال) ولمعالجة التهاب الحلق واللوزتين. ويعمل المغلى كالمعتاد وبنسبة ملعقة كبيرة من العشبة المجففة لكل فنجان من الماء، ويشرب منه ساخنا (٢ - ٣) فناجين في اليوم.
- خردل اسود:

(جنس نباتات عشبية من فصيلة الصليبيات، فيه أنواع تنبت في الحقول مع الزرع وعلى حواشي الطرق، تعد مضرة بالزروع وتستعمل بذورها في الطب. وقد تزرع لتكون سمادا أخضر أو لاستعمال بذورها تابلا أو دواء).  
مكان النبتة: برية في حقول القمح وتزرع لبذورها.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر، والأسود منها نحو متر، ساقها مبرومة، أوراقها مجنحة ومسننة، تزهر في شهري حزيران وتموز أزهارا عنقودية وصفراء،

بذورها خشنة صفراء (خردل ابيض) أو سمراء (خردل اسود).  
الجزء الطبي منها: بذور الخردل الأبيض في تموز وآب، وبذور الخردل  
الأسود من تموز أو اواخر شهر أيلول.  
المواد الفعالة فيها: شبه قلى ومادة السينالبيين Sinalbin مع زيت دهني  
ومواد هلامية مخرشة للجلد ومقبلة ومساعدة للهضم. ويلاحظ ان الخردل  
الأسود أقوى مفعولا من الأبيض.  
استعماله طبييا:

أ - من الخارج: أكبر عامل فعال في بذور الخردل حدة طعمه في الفم،  
وهذه تفسدها الحرارة وتبطل مفعولها. لذلك يلاحظ عدم غلى بذور الخردل  
أو مسحوقها وعدم تعريضها للماء الحار إلا عند الضرورة، لاستعمالها في الحمامات  
لأقصر مدة ممكنة.

يضاف مسحوق بذور الخردل إلى الحمامات الكلية أو الجزئية لمعالجة  
احتقان الرئة (التهاب الرئة) وضعف القلب. فالأطفال الذين تبرد أجسامهم  
فجأة ويزرق لونهم أو يصفر - يوضعون حالا ولمدة دقيقتين في حمام خردلي  
ساخن. والحمامات الجزئية للساعدين تعمل عند المسنين لمعالجة النقرس وعسر  
التنفس وضعف القلب وفقدان الحس في الأصابع (ضعف القلب الشيخوخي).  
وتعمل الحمامات القدمية الخردلية لمعالجة احتقان الرأس أو الصدر، والصداع  
والدوار (الدوخة). والحمامات القدمية الخردلية تزيل بسرعة عسر التنفس  
والشعور بالاختناق الناتجين عن التهاب اللوزتين وتضخمهما وتضييق المجاري  
الهوائية، كما انها تدر الحيض المحتقن. ولعمل الحمام الخردلي الكلى يمزج مقدار  
(٢٠٠) غرام من مسحوق البذور (خردل مطحون) بمقدار من الماء الفاتر إلى

ان يصبح كالعجينة، وتضاف هذه بعد نصف ساعة إلى ماء الحمام الساخن (مغطس) بدرجة (٣٧) مئوية ويمدد المريض بداخله لمدة (١٠) دقائق.

أما الحمامات الخردلية الجزئية (حمامات الساعدين والقدمين) فتعمل بإضافة ماء فاتر إلى ملعقتين كبيرتين من مسحوق البذور لتصبح عجينة رخوة تذاب في ماء الحمام الجزئي (نصف تنكة) والساخن بدرجة (٣٧) مئوية.

ومدة الحمام فيه (١٠) دقائق أيضا. وإذا شعر المريض في الحمام الخردلي الكلي أو الجزئي بحرقان شديد في الجلد يرفع حالا من الحمام ويغسل جلده بالماء الساخن لإزالة الخردل عنه. ومفعول الخردل المطلوب هو بتخريشه للجلد على أن لا يصل هذا التخريش إلى درجة الحرق وتكوين الفقاقيع.

ويعالج باللبخ الخردلية الصداع العصبي بوضع اللبخة فوق مؤخرة الرأس، وآلام المعدة (قرحة المعدة) بوضعها فوق المعدة في أعلى البطن، واحتقانات الرئة وما يرافقها من عسر التنفس وازرقاق في اللون ناتج عن ضعف الدورة الدموية، بوضع اللبخة فوق الظهر. وتعالج التهابات الحنجرة وفقدان الصوت فيها (بحة) بلبخة خردلية فوق الحنجرة في الرقبة.

وتعمل اللبخة الخردلية بمزج كمية من مسحوق الخردل الأسود بالماء الفاتر، لكي تصبح عجينة متماسكة، تفرد بغلظ نصف سنتيمتر، فوق قطعة من القماش وتوضع فوق الجلد مباشرة وتزال بعد (٥ - ٣٠) دقيقة تبعا لشدة ما يشعر به المريض من حرقان في موضع استعمالها. ومن المعروف عن مرض الحصبة ان درجة الحرارة فيها تنخفض بظهور الطفح، وللأسراع في ظهوره يلف الجسم لمدة (٥ - ١٠) دقائق بفوطة مغطسة بماء ساخن أضيف إليه مقدار (٢ - ٣) ملاعق من مسحوق بذور الخردل.

وتعالج التهابات الفم المصحوبة بتبقعات بغرغرة الخردل، وتعمل هذه بمزج



(١٥) غراما (٣ ملاعق صغيرة) من مسحوق الخردل بنصف لتر (كوبين) من الماء الفاتر.  
وتعالج تشققات جلد الأيدي وخشونتها بتدليكها وغسلها بزبد الصابون ممزوجا بقليل من مسحوق الخردل.  
وتعالج الانصبابات الدموية بمرهم الخردل، وهو يعمل بمزج (١٠) غرامات من مسحوق الخردل مع (٢٥) غراما من العسل ومثلها من دهن الإوز. ولمعالجة تضخم الغدد اللمفاوية يعمل المرهم من البذور ومزجها مع (٥٠) غراما من الصابون المرن، وعند استعماله يغطي الجلد السليم حول العقدة المتضخمة بالفازلين لوقايته من مرهم الخردل وتخرشاته.  
ب - من الداخل: تعطي حبتان من الخردل صباحا قبل الأكل ولمدة بضعة أيام للوقاية من الشلل الدماغى (انفجار شريان في الدماغ في مرض تصلب الشرايين الدماغية وازدياد ضغط الدم) واستعمال الخردل باعتدال في الطعام يحسن الشهية ويساعد على الهضم ويلين الباطنة ويطرد الغازات من الأمعاء.

خرز الصخور:  
مكان النبتة: الأحراج الصنوبرية.  
أوصافها: مجموعة خضراء يبلغ  
ارتفاعها نحو (١٥) سنتيمترا، لا أوراق  
لها ولا أزهار، القسم الاعلى منها  
أخضر زيتوني والأسفل ابيض أو  
أسمر باهت، متشعبة وصلبة نوعا  
كالغضروف، والقديم منها أسمر اللون  
وليس له فائدة طبية.  
الجزء الطبي منها: العشبة كلها  
في الربيع (نيسان، آيار) والخريف  
(أيلول، تشرين الأول).  
المواد الفعالة فيها: مواد نشوية  
وأخرى هلامية ومواد تغذى وتقوى الشهية وتسكن السعال.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.  
ب - من الداخل: لتقوية الشهية والأجسام المنهكة القوى أو في الارضاع،  
أو الحمل أو الشيخوخة، ولمعالجة السعال المصحوب بقشع (بصاق) - وليس  
السعال الجاف، ولمرض السل ما عدا حالات النزيف الرئوي - ومرض  
البول السكري ولمعالجة التقيؤ أثناء الحمل (وحام) أو بعد التخدير العام  
(البنج). لهذه الاغراض كلها يستعمل المغلى ويحضر بالطرق الخاصة التالية:

١ - للتقوية ومعالجة المعدة:

يغلى مقدار ملعقة صغيرة من العشبة في فنجان من الماء بضع دقائق، ثم يترك لمدة (١٠) دقائق للتخمير يصفى بعدها ويشرب بعد الاكل وبدون تحلية. ويلاحظ ان هذا المغلى شديد المرارة وأن إضافة قليل من الصودا إليه تزيل مرارته ولكنها تقلل من فائدته. أما إضافة الحليب إلى المغلى فإنها تحسن مذاقه ولا تقلل من فائدته.

٢ - لمعالجة الأمراض الصدرية:

تنقع العشبة أولاً لمدة (١٢) ساعة في الماء البارد، ثم يصب الماء وتغلى العشبة بماء جديد.

٣ - لمرضى البول السكري:

يغلى مقدار (١٠) غرامات من العشبة ولمدة ربع ساعة بنحو (٢٠٠) غرام (كوب) من الماء، وقبل انتهاء مدة الغلي يضاف إليه بضع أوراق من النعنع وكمية من مسحوق (الكاكاو) ويبرد المزيج في البراد، ويشرب بالملعقة وهو بارد جداً.

هذا وتستعمل الصبغة لمعالجة التقيؤ بإضافة خمسة أجزاء من الكحول المركز (٩٥%) لكل جزء من العشبة في زجاجة محكمة السيد تخض يومياً وتصفى الصبغة بعد عشرة أيام. ويعطى منها (٢٠ نقطة) على قطعة من السكر أو في قليل من الماء (٣) مرات في اليوم، أو عشر نقط كل ثلاث ساعات إلى أن يزول القيء.

الخزامي معروفة:  
(وهي الخزامي وخيرى البر في  
المفردات) ويسمى في الشام خزم.  
مكان النبتة: برية في الحقول  
المهملة وتزرع وتنمو في كل نوع من  
أنواع الأرض وهي من الأعشاب  
المعمرة.  
أوصافها:  
عشبة يبلغ ارتفاعها  
(٣٠ - ٦٠) سنتيمترا كثيرة الفروع  
المنتصبة إلى الاعلى، أوراقها طويلة  
مستطيلة ملساء غير مسننة، أزهارها  
عطرية الرائحة مرة المذاق زرقاء  
اللون بمجموعات كالسنابل.  
الجزء الطبي منها: الأزهار في نهاية شهر تموز وبداية شهر آب (أي قبل  
سقوط أوراقها)، ويلاحظ ان أزهار العشبة المعمرة من السنة الثانية حتى  
السادسة، أغنى بالمواد الفعالة من أزهار العشبة الفتية.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع (اسيتات الليناليل Acetat Linalyl)  
ومواد دابغة وأخرى مسكنة للأعصاب.  
استعمالها طبييا:  
أ - من الخارج: تعالج الكدمات والتواء المفاصل (فكشة) وآلام عرق

النسا (اسياتيك) والروماتزم وغيرها من أنواع الأمراض العصبية (نويرالجي) بمكمدات مستحلب الأزهار والتدليك بزيتها - ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (٣) ملاعق صغيرة من الأزهار لكل فنجانين من الماء الساخن بدرجة الغليان. وأما الزيت فيعمل من مقدار حفنة من الأزهار وكمية كافية لغمرها من زيت الزيتون وتركها في زجاجة بيضاء مسدودة سدا محكما في الشمس لمدة أسبوعين، يصفى بعدها الزيت وتعصر فيه الأزهار بقطعة من الشاش ويحفظ للاستعمال.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار (١ - ٢) فنجان في اليوم لمعالجة اضطرابات المعدة وطردها غازات الأمعاء وجميع الاضطرابات العصبية (خفقان القلب، العصبي، الصداع، التهيج النفساني... الخ). أو يستعمل بدلا عنه الزيت بمقدار (٥ - ٨) نقط على قطعة صغيرة من السكر (١ - ٢) مرة في اليوم.

ويوصي (تابرنيمونتانوس) من مشاهير الأطباء القدماء، باستعمال الأزهار لإعادة النطق إلى اللسان بعد إصابته بالشلل الدماغى، وذلك بتغطيس الأزهار بالنبيد أو الكحول ووضعها داخل الفم، ويؤكد حسن مفعولها في حل عقدة اللسان وإعادة النطق المعقود إليه.

خشخاش منشور:

(المفردات: ويسمى البرقوق والشقيق في الشام، وهو ينبت في الحقول برية).  
مكان النبتة: في الحقول في الربيع وأوائل الصيف.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٢٥ - ٩٠) سنتيمترا، ساقها وفروعها مكسوة بشعيرات، أوراقها طولانية مسننة بخشونة. أزهارها حمراء، وفي سائر اجزائها سائل ابيض كالحليب يحذر منه لأنه سام وخصوصا للأطفال.

الجزء الطبي منها: أوراق الزهر.  
المواد الفعالة فيها: روآدين شبه قلى Rhoadin ومواد هلامية.  
استعماله طبيا:

- أ - من الخارج: لا يستعمل.  
ب - من الداخل، يستعمل شراب الأوراق لمعالجة السعال الحاد (سعال ديكى، نزلة شعبية. التهاب الزور.. الخ) والأرق عند الأطفال. ويمكن

تجربته عند الشيوخ أيضا. ويستعمل الشراب بإضافة ربع لتر من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ثلاث ملاعق كبيرة من ورق الأزهار، وبعد ثلاث ساعات يصفى ويحلى بالسكر (٧٥) غراما ويعطى منه ملعقة صغيرة كل ساعة.

خطمي وردى:

(نوع زهر من فصيلة الخبازيات

مبدول في حدائق الشام ودوره).

مكان النبتة: تزرع في الجنائن

وتعمر لسنتين، وهي في الأصل

مستوردة من الصين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٧٥) سنتيمترا، ساقها عمودية،

مكسوة بشعيرات خشنة، أوراقها

مستديرة وكبيرة ومكسوة بشعيرات

خشنة، تزهر بين شهري حزيران

وتشرين الأول - وعند قاعدة الأوراق -

أزهارا كبيرة حمرية اللون.

الجزء الطبي منها: أوراق الزهر من تموز حتى أواخر أيلول.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية وقليل من المواد الدابغة تسكن الآلام

ومضادة للالتهاب.

استعمالها طبييا:

- أ - من الخارج: يعالج الرمد والجروح بالتليخ بأوراق الزهر.  
ويستعمل المغلى للغرغرة في التهابات اللوزتين والفم.  
ب - من الداخل: يشرب المغلى لمعالجة سعال الأطفال ولتسكين السعال  
في النزلات الشعبية وآلام المعدة والأمعاء (مغص) وحرقان البول.  
ويعمل المغلى كالمعتاد بغلي (٢ - ٣) ملاعق صغيرة من الأوراق المجففة  
في فنجان واحد من الماء، ولبضع دقائق فقط، ثم يصفى ويشرب ساخنا  
(١ - ٢) فنجان يوميا.

خلنج:

(الفصيلة الخلنجية: سماها

بوست فصيلة حشيشة الغبيرة، وهي  
من ذوات الفلقتين وحيادات القعالة،  
تقسم أربع قبائل ومن نباتاتها الخلنج  
وعنب الدب والقطلب.. الخ).  
مكان النبتة: الأحراج والأراضي  
غير الكلسية.

أوصافها: خشبية، أوراقها

صغيرة، دائمة الخضرة، ويغطي  
بعضها بعضا كقرميد السطوح، أزهارها صغيرة حمراء ونادرا بيضاء.  
الجزء الطبي منها: رؤوس الفروع المزهرة أو الأزهار وحدها.



المواد الفعالة فيها: مادة شبه قلى فلافون كلوكوزيد Flavon Glykoside  
ومواد دابغة وقليل من مادة الأربوتين Arbutin مدرة للبول ومسكنة.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج لا تستعمل.  
ب - من الداخل: يستعمل المغلى لمعالجة التهاب المثانة، وعلى الأخص في حال  
تضخم البروستات عند الشيوخ، وكذلك لتسكين الاضطرابات العصبية  
ومعالجة الأرق. ويعمل المغلى من حفنة من العشبة في لتر من الماء وغليه إلى أن  
يتبخر رבעه، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم.  
خمان:

وهو مبذول في الشام كالجابور،  
أي الخمان الأسود.

مكان النبتة: حواشي الأحراج  
والطرق.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو متر ونصف المتر، ساقها عمودية

صلبة، أوراقها مسننة، شكلها

كحربة تنتهي برأس دقيق، تزهر أزهارا بيضاء أو وردية تفوح منها رائحة  
اللوز المر، أثمارها كروية صغيرة وسوداء.

الجزء الطبي منها: الجذور الغليظة (من حجم الإصبع فما فوق) في شهر

آذار أو شهر أيلول (بداية الربيع وبداية الخريف) ويلاحظ تنظيفها بدون غسل ثم تقطيعها إلى قطع صغيرة بعد التجفيف لا قبله المواد الفعالة فيها: مواد معرقة ومدرة للبول. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الجذور لمعالجة الاستسقاء (انصباب السوائل في أنسجة الجسم وتجاويفه) الناتجة عن مرض وعجز في الكليتين. ويعمل المغلى بنقع نصف ملعقة صغيرة من قطع الجذور في فنجان من الماء ثم غليها لمدة بضع دقائق وتصفيتها، ويشرب ساخنا مرة واحدة فقط في اليوم.

خمان اسود:

(المفردات وهو البلسان أو البيلسان الكبير أو الخابور في اصطلاح اليوم في

الشام. ولكن البلسان في كتب المفردات واللغة هو: Commiphora - Opobalsamum، جنس جنبيات طبية وتزيينية من فصيلة الخمانيات).

مكان النبتة: بري في البساتين والأدغال والسياج والحفر.  
أوصافها: شجرة نامية يصل ارتفاعها أحيانا إلى (٨) أمتار، لحاؤها (قشرها) رمادي متشقق، يحوي ارتفاعات صغيرة بشكل الثؤلول، أوراقها مسننة طولانية، وقد يصل طول الواحدة منها إلى (٣٠) سنتيمترا، لونها أخضر براق. وفي شهر تموز تزهو عناقيد من أزهار صفراء سكرية الرائحة تكون فيما بعد أثمارا عنبية خضراء، وباستمرار النضج يتحول لونها إلى أن يصبح اسود مشربا زرقة براقية.

الجزء الطبي منها: الأوراق في شهر أيار بدون الساق، وكذلك الأزهار في شهري حزيران وتموز، والأثمار بعد اتمام نضجها وتجفيفها جيدا أو طبخها مع السكر (مربي)، والقشرة المتوسطة في أواخر الخريف. ولجمع القشور (اللحاء) تزال أولا الطبقة الخارجية الرمادية منها ثم تقشر أو على الأصح (تبرش) الطبقة المتوسطة من القشر بسكين.

المواد الفعالة فيها: في الأزهار زيت طيار معرق، في القشرة المتوسطة الخضراء مادة السابونين Saponin ومادة من أشباه القلي مدرة للبول ومقشعة ومسهلة، وفي الأوراق مادة مسكنة ومضادة للالتهاب.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تستعمل الأوراق الغضة المهروسة لمعالجة التهاب قاعدة الأظافر وتقيحها (الظفر الغارس).

ويستعمل التليخ بالأوراق المهروسة والمطبوخة بالحليب حتى تصبح كالعجينة لمعالجة البواسير الملتهبة. كما يستعمل مرهم الأوراق لمعالجة آلام النقرس في مفاصل الأصابع. ولعمل المرهم تمزج الأوراق الغضة بقليل من شحم البقر وتدق معا إلى أن يتم مزجها وتلين كالمرهم.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة النزلات المسببة عن التعرض للبرد ومرض (الكريب) في بدايته، وكذلك الروماتيزم والتهاب اللوزتين. اما الزكام فيعالج باستنشاق بخار المستحلب. وكذلك تعالج آلام الاذن الناتجة عن البرد بادخال البخار بواسطة قرطاس من الورق (على شكل قمع) إلى داخل الاذن. ويسكن مستحلب الأزهار نوبات السعال الشديدة مهما كانت أسبابها.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة إلى ملعقتين من الأزهار لكل فنجان واحد من الماء الساخن لدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد ساخن (٤ - ٥) مرات في اليوم، ويستحسن إضافة قليل من عصير الليمون الحامض إلى المستحلب قبل شربه مباشرة. أما الأثمار فيستعمل عصيرها الطازج (٢٠) غراما منه يوميا لمعالجة الصداع وغيره من الآلام العصبية في الرأس والوجه ولمعالجة التهاب عرق النسا (اسياتيك) على أن يداوم على استعماله أطول مدة ممكنة. وأما الأثمار المجففة المطبوخة مع السكر فاستعمالها يلين الباطنة ويزيل الامساك. ويمكن أيضا استعمال الأوراق الغضة كملين، وذلك بفرم (٥ - ٦) أوراق منها وغليها لمدة خمس دقائق في مقدار فنجان واحد من الماء، ويشرب من هذا المغلى فنجان في الصباح وثنان في المساء. واتباع ذلك يوميا طيلة الربيع ينقى الجسم من السموم ويكسبه صحة ونشاطا (ينقى الدم).

ويستعمل مغلى القشور كملين أيضا ومدر للبول لمعالجة التهاب الكلى وطرده السوائل المترشحة في الجسم (أوزيما) انصباب إلى الخارج. وهو يعمل بالطرق المعروفة بنسبة حفتين من القشر لكل لتر واحد من الماء وغليه إلى أن يتبخر نصفه، وشربه جرعات متعددة في اليوم. ويلاحظ ان مفعول القشور الغضة أقوى بكثير من مفعول القشور الجافة. خوذية:

(من اليونانية بهذا المعنى، وسماها الدكتور احمد عيسى رأس الهر، جنس نباتات طبية من الشفويات).

مكان النبتة:

الأراضي الرملية.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (١٠ - ٣٠) سنتيمترا، ساقها

مربعة متفرعة ومكسوة بشعيرات

دقيقة، أوراقها بيضوية حرابية

ومسننة متقابلة ومكسوة بشعيرات

دقيقة، تزهر بين شهري تموز وأيلول

بمجموعات مغزلية أزهارا كبيرة

نسبيا، لونها اصفر باهت، والجزء

الأسفل منها مبقع بالأصفر الفاقع.

الجزء الطبي منها: العشبة المزهرة.

المواد الفعالة فيها: حوامض ومواد دابغة مع السابونين Saponin وأخرى مقشعة ومقوية للجسم وأنسجته.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مستحلبها لغسل الجروح والقروح وتكميدها، ويعمل بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان.

ب - من الداخل: يشرب يوميا (٢ - ٣) فناجين من المستحلب المحلى بسكر النبات أو العسل، ولأشهر عديدة، لمعالجة السل الرئوي في بدايته ولا سيما سل الفص الاعلى من الرئة، ولمعالجة الربو (استما) والسعال والتهاب الحنجرة (بحة الصوت).

خيار

Cucumis

لا يحتاج إلى تعريف.

استعماله طبييا:

أ - من الخارج: عصير الخيار الطازج ينقى جلد الوجه ويكسبه نضارة، ولهذا الغرض يطللى الوجه بالعصير في المساء ليستمرفعله طيلة الليل،

ويلاحظ ان الغذاء يجب ان يكون طيلة مدة استعمال الدواء خاليا من التوابل والمقليات.

اما قشر الخيار فيسكن الصداع إذا وضع بوجهه الداخلي فوق الجبهة والصدغين وثبت فوقها برباط.

ب - من الداخل: الخيار المفروم مع الحليب أو اللبن يسكن العطش في الحميات ويخفف الاضطرابات العصبية، وكذلك يوصى مرضى البول السكري بالاكثر من أكل الخيار الغض لتنقية الجسم من السموم، اما الخيار الحامض (المكدوس) فيكسب الجسم دفئا، ويسهل الهضم إذا استعمل باعتدال (خياره واحده في المساء).

ذنب الأسد:

مكان النبتة: في الأراضي الخصبة والمعرضة للشمس. ويندر وجودها برية وتزرع لأزهارها الفراشية.

أوصافها: عشبة معمرة ساقها

عمودية مربعة الأضلاع ولونها في الأسفل احمر بنفسجي ويبلغ ارتفاعها نحو متر (الأوراق متقابلة وفي الأسفل بشكل كف مفتوحة بثلاث أصابع، وفي الأوراق العليا يكون الفراغ بين الأصابع قليل العميق، اما الأزهار ففراشية صغيرة وردية اللون (بياض

مشرب حمرة خفيفة).  
الجزء الطبي منها: القسم الاعلى مع الزهور فيه.  
المواد الفعالة فيها: مواد مرة (تركيبها الكيماوي ما يزال مجهولا؟) ومواد  
دابغة وشبه قلى مسكن ومضاد للاسهال.  
استعمالها طبييا:

- أ - من الخارج: لا تستعمل.  
ب - من الداخل: يستعمل المستحلب لمعالجة اضطرابات القلب العصبية  
(خفقان، تقطع النبض... الخ). في سن اليأس، وكذلك لمعالجة أعراض  
الهستيريا والآلام العصبية (نویرالجي) وذلك باستعمال المستحلب لمدة طويلة.  
ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء  
ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم. ولمعالجة اضطرابات القلب العصبية  
يفضل استعمال مستحلب من أجزاء متساوية من الخليط التالي: ذنب الأسد،  
أزهار خزامى معروفة، بذور الكراويا، بذور الشمرة، جذور الناردين  
المخزني.



راتنجية، بيسييه:  
سميتها راتنجية، وشجرة الراتنج،  
لان الاسم العلمي من لفظه يدل على  
الراتنج، جنس أشجار حرجية،  
وللتزيين، من الفصيلة الصنوبرية، وهي  
مبدولة في أحراج أوروبا، لكنني لم  
أرها في أحراج الشام، ولم يذكره  
بوست، وهي غير التنوب والأرز  
الذين سماها بهما الدكتور احمد عيسى.  
تنوب: جنس شجر من فصيلة  
الصنوبريات و قبيلة التنوبية، فيه  
أنواع للتزيين؟ وأخرى تعد؟ من أهم  
أشجار الأحراج، ولا يوجد من أنواعه في سوريا ولبنان إلا الشوح  
**Abies Cilicica**؟ في تنوب؟ كليكية في جبال أهدن واللاذقية.  
الراتنجية والتنوب متشابهان كثيرا في الشكل وفي تأثيرهما الطبي وكيفية  
استعمالها، لذلك وجدنا من المفيد ان نضمهما معا ونشملهما ببحث واحد.  
الأوصاف: أشجار حرجية صنوبرية معروفة.  
الجزء الطبي منها: الفروع الحديثة في شهر آيار، وفيه يكون لونها أخضر  
فاتحا، وهذا يميزها عن الجذوع القديمة والتي يكون لونها أخضر قاتما.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع زيت التربينتين وهو مشير للجلد والجلد  
المخاطي وللدورة الدموية فيهما، كما أنه مطهر ومضاد للقشع - البلغم - في

الصدر ولضعف الأعصاب والنقرس، والروماتزم... الخ.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تستعمل الخلاصة الكحولية لتدليك الأعضاء المصابة بالروماتزم أو النقرس. ولعمل الخلاصة المذكورة تقطع الفروع الحديثة وتوضع في اناء زجاجي، ثم يضاف إليها الكحول (٣٠ %) المخفف إلى أن يعلو فوقها. ويسد الاناء بعدها سدا محكما ويوضع في مكان حار لمدة بضعة أسابيع. ويمكن استعمال هذه الخلاصة الكحولية من الداخل أيضا ذلك بمقدار (١٥ - ٢٠) نقطة على قطعة من السكر.

ويستعمل مغلى الأغصان بإضافته إلى ماء الحمام (مغطس) لمعالجة الوهن، والضعف العام، وضعف الأعصاب، وللناقهيين من الأمراض المنهكة، وللمصابين بمرض النقرس أو مرض الروماتزم. وذلك بتقطيع الأغصان إلى اجزاء صغيرة وغلى مقدار ثلاث حفنات منها في كمية من الماء لمدة ساعة ثم تصفية المغلى وإضافته إلى ماء الحمام الساخن (٣٥ - ٣٧) درجة مئوية. ومدة الحمام (١٠) دقائق يجفف بعدها جسم المصاب ويدلك جيدا، أو يقوم المصاب بحركات رياضية إلى أقصى ومدة يستطيعها دون اجهاد.

ويعالج تثليج أصابع القدمين في الشتاء يعمل حمامات قدمية لمدة ربع ساعة بمغلي فاتر من أوراق التنوب بالماء، مدة الغلي ساعة كاملة.

ب - من الداخل: يستعمل عصير الفروع الحديثة لمعالجة إصابات الرئة

النزلات الشعبية: المزمنة كالسعال المزمن والسل. وهو غنى جدا بأنواع الفيتامينات إذا بقي باردا ولم يغل لتخزينه. ويستخلص العصير المذكور من الفروع بتقطيعها إلى اجزاء صغيرة ووضعها طبقات - كل طبقة بغلظ إصبعين - يرش فوق كل طبقة منها كمية تكفي لتغطيتها من السكر المبلور - سكر ناعم - ثم يسد الاناء سدا محكما ويوضع في الشمس لمدة (٥ - ٦) أسابيع. بعد ذلك تصفى محتوياته وتعصر بقطعة من الشاش أو نسيج آخر مثله. ويغلى العصير للتخزين لحفظه من الفساد، ويفقد بذلك جزءا كبيرا من فيتاميناته، ويؤخذ منه مقدار ملعقة صغيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم.

ويمكن الاستعاضة عن العصير المذكور بالخلاصة الكحولية كما أسلفنا أو بمغلي الأغصان الحديدية المحلى بعسل النحل أو سكر النبات، ويعمل بنقع مقدار (٧٥) غراما من الفروع الحديدية في لتر من الماء البارد لمدة بضع ساعات ثم يسخن بعدها النقع حتى درجة الغليان، ويترك لمدة عشر دقائق، ثم يصفى ويحلى بالعسل أو سكر النبات. ويشرب منه مقدار فنجان واحد مرة واحدة أو مرتين في اليوم.

راش:

(المفردات: الراش من الفارسية،

نبات طبي معمر من المركبات

الأنبوية الزهر).

قسط شامي.

مكان النبتة: المروج والأحراج

الرطبة وبين القبور، ويمكن زرعها

بعمل (دندانة) من بذورها في شهري

شباط وآذار ثم ينقل (الشتل) منها

إلى مكان الزرع في شهري نيسان

وأيار.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

(متر - متر ونصف) تعيش بضع

سنين، أوراقها كبيرة بشكل القلب

تضيق نحو الأعلى وتنتهي برأس رفيع كالحربة، أطرافها تحوي (٢ - ٣)

انبعاجات، وجهها الأسفل يحوي شعيرات صغيرة رمادية اللون، وفي شهري

تموز وآب تتفتح لها أزهار منفردة أو مجتمعة، صفراء اللون واسعة الاستدارة،

ساقها غليظة الحجم، عمودية مستقيمة، جذورها متشعبة ومعقدة سمراء من

الخارج، بيضاء في الداخل ولها رائحة أفاويه.

الجزء الطبي منها: جذور العشبة المعمرة وتجمع في بداية الربيع أو في

الخريف للتجفيف.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار ومادة الانبولين Inulin مع مواد صمغية

ومادة الهيلينين Helenin من أقوى المطهرات.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لمعالجة الجرب وذلك بتدليك الجسم المصاب بمرهم يعمل من (٢٠) غراما من مسحوق الجذور و (١٠) غرامات من الدهن أو شحم الحيوان وإبقاء المرهم فوق الجسم لمدة (٢٤) ساعة، يستحم بعدها المصاب بالماء الساخن والصابون وتطهر ملابسه وملاءة سريره بالغلي والغسل.

كذلك يستعمل مغلى قوى التركيز من مسحوق الجذور لغسل الجروح ومنع تقيحها، ولمداواة الطفحات الجلدية الجافة، وذلك بتكميدها بالمغلي المصفى - باردا أو ساخنا. ويستحسن ان يضاف إلى ذلك شرب مقدار فنجان واحد من مستحلب الجذر أيضا، وذلك بغلي مقدار (٣) غرامات من الجذر المفروم في فنجان كبير واحد من الماء وشربه أثناء النهار على دفعات متعددة. ويلاحظ ان زيادة كمية المستهلك طيلة النهار من هذا (الشاي) إلى أكثر من (فنجان ونصف أو فنجانين) تسبب الغثيان والقيء.

ب - من الداخل: يستعمل في الإصابات الصدرية لأنه يحل البلغم المتجمد في المجاري الهوائية ويسهل عملية التقشع، فهو مفيد إذا في معالجة الالتهابات الشعبية والرئوية بجميع أنواعها بما في ذلك السل الرئوي، خصوصا وان مادته المطهرة تضعف نمو الجراثيم وقد تقضى عليها كليا، ويخفف عسر التنفس ويحد من نوبات السعال الديكي.

وفي الجهاز الهضمي يحسن الشهية للاكل، ويسهل افراز المرارة ويعتقد بعض قدماء الأطباء انه يزيل أيضا أورام المعدة ويشفيها كما يشفى من فقر الدم - انيميا - ويقي الجسم من الإصابة بالأوبئة عند ظهورها

ويفيد استعمال جذر الراش من الداخل أيضا في إدرار البول وفي تقوية الطمث عند النساء وفي مداواة الملانخوليا (اكتئاب النفس). ولاستعماله من الداخل يشرب من مغلى الجذر المفروم مقدار (١ - ٢) فنجان كبير في اليوم بجرعات متعددة طيلة النهار، أو يمزج من مسحوقه مقدار غرام واحد مع مثله من عسل النحل لتعاطيه أثناء النهار بدفعات متعددة أيضا. ولمعالجة الربو (استما) يستحسن استعمال خليط مكون من أجزاء متساوية من مسحوق جذور الراش وزهرة الربيع (كعب الثلج) ومسحوق بذور الأنيسون.

راوند كفى:

(راوند جنس أعشاب، كباب  
معمرة طبية من فصيلة البطباطيات،  
من نوعه الريباس المعروف في الشام  
والمذكور من المفردات، تؤكل ضلوعه  
وتريب ويصنع من عصيره شراب  
الريباس، أما الظن بأن الريباس هو ما سميناه الكشمش بسبب اسم جنسه  
العلمي Ribes فهو خطأ، فهذه الكلمة  
الأعجمية الدالة على الكشمش ليست من  
ريباس العربية بل من Ribs الدانمركية  
أو Risp السويدية على ما حققه  
دو كندول).

مكان النبتة: تزرع لأغراض طبية.  
أوصافها: (يجب تمييزها عن عشبة رواند الرياس التي تؤكل ضلوعها وترتب، أوراقها كبيرة مجنحة كالكف المفتوحة، ساقها غليظة، كذلك جذرها الأصفر، أزهارها صغيرة وبيضاء بمجموعات عنقودية).  
الجزء الطبي منها: جذر العشبة المسننة (بعد السنة الثالثة من زرعها) في شهري أيلول وتشرين الأول.  
المواد الفعالة فيها: كلوكوزيد الايمودين Emodinglykoside وايمودين حر وكمواد دابغة، جرعاته الصغيرة تقوى المعدة والهضم وتقبض الباطنة قليلا وتوقف النزف، وجرعاته الكبيرة مسهلة.  
استعمالها طبييا:  
أ - من الخارج: لا تستعمل.  
ب - من الداخل: يشرب المستحلب الخفيف لمعالجة الاسهال وبعض أمراض الكبد، ويعمل لهذا الغرض بنسبة ملعقة صغيرة لكل لتر من الماء ويشرب منه فنجان واحد في اليوم. ويعالج الامساك عند الشيوخ، لا سيما المصابين منهم بمرض تصلب الشرايين، بشرب المستحلب المركز. ويعمل المستحلب لهذا الغرض، بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن، بدرجة الغليان ويشرب مدرة واحدة في اليوم. وتباع خلاصته وحبوبه جاهزة في الصيدليات.

رجل الذنب:

(الاسم العلمي من اليونانية بهذا  
المعنى الماعا إلى شكل الجذور، جنس  
نباتات غريبة الشكل من مستورات  
الزهر الوعائية).  
مكان النبتة: الأحراج الصنوبرية  
الجافة.

أوصافها: عشبة ساقها زاحفة فوق سطح الأرض يبلغ طولها نحو متر  
وربع المتر، تنقسم فروعها إلى شطرين، أوراقها صغيرة غزيرة يغطي بعضها  
بعضاً كقرميد السطح، أزهارها مستورة بمجموعات سنبلية مكسوة بغبار  
ناعم أصفر فاتح، وهو بيت القصيد من النبتة.  
الجزء الطبي منها: الغبار في سنابل الأزهار المستورة، ويجمع بالضرب  
الخفيف فوق السنبله دون قطعها.  
المواد الفعالة فيها: مواد نشوية وزيت دهني مدر للبول ومجفف للقروح.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تستعمل لمعالجة الحك الشيخوخي والاكزما الرطبة عند  
الأطفال، بذر الغبار فوقها.

ب - من الداخل: يمزج الغبار بنسبة جزء من عشرة بسكر الحليب - (يباع



في الصيدليات) - ويؤخذ منه مقدار ربع ملعقة صغيرة بضع مرات في اليوم،  
لمعالجة التهاب المثانة (حرقان البول وعفونته) وما يرافقه من وجود رمل أو  
حصاة في البول، ولمعالجة الروماتزم والنقرس.  
رجل الأسد:

(مترجمة، نبات عشبي معمر من  
فصيلة الورديات ينبت في المروج  
ويستعمل ورقه في الطب).  
اسمها العامي في سوريا (لوف  
السباع).

مكان النبتة: المروج والأحراج  
الرطبة، وأطراف الأقينية وخصوصا  
في الجبال.

أوصافها: ساقها مبرومة ومكسوة  
بشعيرات دقيقة يبلغ علوه نحواً من  
(١٥ - ٥٠) سم، أوراقها مسننة

كالمنشار ومكونة من (٧ - ٩)  
أصابع، مستديرة بمجموعها ومكسوة

كالساق بشعيرات دقيقة، والسفلى منها لها ساق طويلة، وتزهو في  
شهري (أيار وحزيران) وتكون على رؤوس الفروع أزهار صغيرة صفراء مشربة  
بالخضرة.

الجزء الطبي منها: الفروع حاملة الزهر من شهر آيار حتى بداية شهر آب.

المواد الفعالة فيها: مادة قابضة، وموقفة للنزيف.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل لمعالجة التهاب المبيض عند النساء بحمام مقعدي من مغلي الأعشاب الآتية بمقادير متساوية (رجل الأسد، كنبات الحقول - ذنب الخيل -، تبن الشوفان، ولحاء (قشر) البلوط.)

ب - من الداخل: يستعمل رجل الأسد لمعالجة الاسهال، والنزيف الداخلي، والكثير من الأمراض النسائية كعدم انتظام الحيض وآلامه أو زيادة نزفه. وكذلك في الإفرازات المهبلية، وارتخاء الرحم أو البطن بعد الولادة - بعد الشهر الثالث من الولادة - والاجهاض المتكرر وسائر الأمراض النسائية، وذلك بإضافة ربع لتر من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة كبيرة من العشبة الجافة، وشربه على جرعات متعددة في اليوم.

ويوصف أيضا شرب (٢ - ٣) فناجين يوميا من مستحلب رجل الأسد، لمعالجة السمنة والبول السكري.

رعى الحمام:  
(المفردات: ناظلي في دمشق،  
جنس أزهار معروفة من فصيلة رعى  
الحمام).  
مكان النبتة: حواشي الطرق  
والسياج والأرض المقفرة.  
أوصافها: عشبة سنوية أو معمرة  
يبلغ ارتفاعها (٣٠ - ٦٠) سنتيمترا،  
أوراقها متقابلة، السفلى منها ساقها  
قصيرة، بيضوية الشكل والمتوسطة  
بثلاث فجوات، والعليا صغيرة  
وبدون فجوات. ساقها مربعة  
ومتفرعة في الأعلى، تزهر بين شهري  
حزيران وأيلول بمجموعات سنبلية أزهارا صغيرة حمراء مشربة زرقة.  
الجزء الطبي منها: الأوراق وفروع الزهر.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار، مواد مرة ودابغة، ومواد مستندرة للكبد  
والطحال وغدة الثدي (الحليب) والبول.  
استعمالها طبيا:  
أ - من الخارج: يستعمل المغلى للغرغرة في التهاب اللوزتين والفم،  
ولتكميد الجروح والقروح العفنة.

ويعمل المغلى كالمعتاد وبنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان من الماء، ويغلى لمدة بضع دقائق، يصفى بعدها لاستعماله فاترا.  
ب - من الداخل: يشرب المستحلب لمعالجة الوهن العام واضطرابات سن اليأس، (الصداع، طنين الاذنين، خفقان القلب، الاضطرابات النفسية) ولمعالجة ضعف الدم (انخفاض نسبة الهيموكلوبين في كرياتة الحمراء) والاحتقان في الكبد والكلية.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة، وبنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم.  
زراوند ظياني:

(الزراوند لفظ معرب قديما من الفارسية، والاسم العلمي من اليونانية Aristos أي الجيد أو الفاضل Lochia أي الولادة، وفسره ابن البيطار بقوله الفاضل في المنفعة للنفساء، جنس نباتات من فصيلة الزاراونديات فيه جنبيات معترشات للتزيين).

مكان النبتة: في الكروم.  
أوصافها: عشبة ساقها عمودية، تتفرع منها أوراق كبيرة الحجم، ساقها طويلة ولها شكل الكلية أو القلب، وعند أسفل ساقها تزهر أزهارا قرطاسية الشكل صفراء اللون.

الجزء الطبي منها: العشب كلها في الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: حوامض ارستولوخيا *Aristolochia* ومواد دابغة  
ومضادة للالتهاب، ومقوية للأزهار اللحمية - الحبيبات اللحمية - في الجروح  
والقروح.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل الكمادات بمغلي العشب كلها لمعالجة الجروح  
والقروح العفنة، وتعالج بالمغلي أيضا التهابات الأظافر (الظفر الغارس) في  
أصابع القدمين بحمامات قدمية. ويعمل المغلي كالمعتاد وبنسبة ملعقتين كبيرتين  
لكل فنجان من الماء، وغليه لمدة عشر دقائق.  
ب - من الداخل: لا يستعمل من الداخل إلا بإشراف الطبيب لأنه سام.  
زعرور شائك:

(جنس أشجار من فصلة الورديات  
سميهاها الزعرور تعميما، والاسم  
العلمي من اسم الزعرور باليونانية).  
مكان النبتة: السياج والأحراج.  
أوصافها: أشجار حرجية  
متوسطة الحجم، فروعها تنتهي  
بشوك، أوراقها مجنحة وصلبة كالجلد،  
تزهري في شهري آيار وحزيران أزهارا  
بيضاء، أوراق الطلع فيها وردية أو

حمراء، رائحتها غير مستساغة، أثمارها كروية حمراء تحوي كل منها (٢ - ٣) نواة.

الجزء الطبي منها: الأزهار في شهري أيار وحزيران والأثمار الناضجة.  
المادة الفعالة فيها: حوامض عضوية ومادة الفلافون Flavone، مسكنة للقلب ومخفضة لضغط الدم.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب أو صبغة أزهار الزعرور الشائك أو أثماره، علاجا لأمراض القلب المتوسطة الشدة، وما يرافقها من اعراض مرضية كالذبحة الصدرية، وتصلب الشرايين، وتزايد ضغط الدم، والدوار (الدوخة) وطنين الاذنين والأرق، وكذلك للاعراض المماثلة لها في سن اليأس. والزعرور الشائك ليس له قوة مفعول أدوية القلب الأخرى، كالقميعة الأرجوانية (ديجيتال) وبصل العنصل Scile وغيرها، إلا أنه يمتاز عنها كلها بأنه غير سام مثلها، ويمكن استعماله حتى عند الأطفال ولأشهر عديدة، دون التعرض لأي اضرار صحية منه. وهو يستعمل للوقاية ولمعالجة الإصابات البسيطة فقط، ولا يكفي استعماله لمعالجة الحالات الشديدة من أمراض القلب ومضاعفاتها، ولا بد في مثل هذه الحالات من اللجوء إلى الديجيتال وأمثاله. ومستحلب الزعرور الشائك يعمل من الأزهار أو الأثمار الناضجة، بنسبة ملعقة كبيرة من إحداهما لكل فنجان واحد من الماء الفاتر، تنقع فيه بضع ساعات ثم تغلي لمدة بضع دقائق فقط وتصفى، ويشرب منه مقدار فنجان

واحد في اليوم وبجرعات متعددة.  
وأما الصبغة فتعمل بالطرق المعلومة من نقع الأزهار أو الأثمار، (والأفضل  
نقع الاثنين معا) بالكحول المركز (٩٥ ٪) في زجاجة محكمة السد، وتركها  
في الشمس لمدة عشرة أيام ثم تصفيتها وحفظها للاستعمال، يعطى منها  
(٤ - ١٠) نقط على قطعة من السكر أو في ملعقة من الماء (٣ - ٥) مرات في  
اليوم - على أن تعطى المرة الأخيرة منها قبل موعد النوم بنصف ساعة، فيكون  
لها تأثير المنوم إلى جانب مفعولها على القلب.

ويستعمل البعض تدليك الصدر فوق موضع القلب بمرهم الزعرور لتسكين  
الألم (نخرات)، والشعور بالضغط فيه. ويعمل المرهم من مزيج عصير العشب  
كلها (الأوراق، والأزهار، والأثمار) وبالشحم فوق نار بطيئة. وللحصول  
على العصير يهرس ما يمكن الحصول عليه من اجزاء العشب وتعصر بقطعة  
من الشاش.

زنبق الوادي:

(ترجمة اسم الجنس العلمي، ومن  
أسمائه العامية: المضعف والمجلس  
العرفي، عشب معمرة من فصيلة  
الزنبقيات تزرع لزهرها، وتنبت  
الطبيعة في الأحراج والأراضي الرطبة).  
مكان النبتة: في الأحراج غير  
الكثيفة والأراضي الرطبة.  
أوصافها: عشب يبلغ ارتفاعها نحو  
(١٠ - ٢٠) سنتيمترا، جذرها  
زاحف فوق سطح الأرض، تنبت  
منه إلى الاعلى أوراق خضراء طويلة،

تضيق في طرفيها الاعلى والأسفل ومعها ساق رفيعة بدون أوراق، تحمل في قسمها الاعلى أزهارا صغيرة بيضاء بشكل الأجراس الصغيرة، ذات رائحة عطرية، تكون بعد العقد أثمارا عنبية صغيرة حمراء.  
الجزء الطبي منها: الأزهار.

المواد الفعالة فيها: شبه قلى من نوع الديجيتال ومادة السابونين Saponin وكلها سُموم للقلب إذا تجاوزت الجرعات المسموح بها.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل شم (نشوق) مسحوق الأزهار لمعالجة الزكام وطنين الاذن، ويعمل النشوق من تجفيف الأزهار في أيار وسحقها بعد جفافها والاحتفاظ بها في علب كرتونية صغيرة.

ويستعمل خل الأزهار للشم لمعالجة الدوار (الدوخة) والاعماء وسواهما من الهبوط العصبي المفاجئ. ويعمل الخل هذا بملء زجاجة حتى نصفها بالأزهار وملء النصف الآخر فوق الأزهار بالخل، ثم تركها مسدودة أسبوعين، ثم تصفيتها والاحتفاظ بها في زجاجات محكمة السد للاستعمال.

- من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار لمعالجة ضعف القلب وسرعة النبض وعدم انتظامه في الحميات وفي سن اليأس، وفي اضطرابات الغدة الدرقية. ويعمل المستحلب من (٣ - ٥) غرامات من الأزهار (لا أكثر وإلا أصبح ساما!) لكل (١٥٠) غراما من الماء الساخن بدرجة الغليان ثم يحلى جيدا بالسكر ويشرب منه ملعقة كبيرة كل ساعة، وأقل من ذلك المقدار بعد ظهور التحسن. ويلاحظ مرة أخرى عدم تجاوز هذه الجرعة وعدم استعماله عند الأطفال.



زنبق ابيض  
Liliun Candidum

زنبق ابيض:

(وكانت العرب تسميه السوسن الأبيض وسوسن أزاد، جنس زهر من فصيلة الزنقيات).

معروف ولا يحتاج لوصف ولا صورة.  
الجزء الطبي منه: الأزهار.

استعمالها طبيا:

- أ - من الخارج: يستعمل زيت أزهار الزنبق الأبيض، لمعالجة الحروق والحروق والهرس والدمامل، والتهاب غدد جفن العين الدهنية (شحاد)، وعقصات الحشرات السامة، ولتنقية جلد الوجه من النمش وغيره. ولعمله تقطع أوراق الأزهار (تفرم) وتغمر في زجاجة بيضاء محكمة السد، بزيت الزيتون النقي الخالي من الحموضة، وتوضع الزجاجة في الشمس لمدة عشرة أيام، يصفى بعدها الزيت وتعصر فيه الأزهار بقطعة من الشاش.
- ب - من الداخل: لا يستعمل مطلقا لأنه سام.

زهرة العطاس:  
الجبليّة: (الاسم العلمي من أصل  
يوناني بمعنى العاطوس تستعمل أيضا في  
الطب) ولم يذكر وجودها في سوريا  
أو لبنان.  
مكان النبتة: الحقول الرملية  
وسفوح الجبال.  
أوصافها: عشبة يبلغ علوها بين  
(٣٠ - ٥٠) سم، ساقها مكسوة  
بشعيرات دقيقة، وتحيطها عند  
قاعدتها فوق الأرض مجموعة من  
الأوراق الكبيرة بيضوية الشكل،  
وسطحها الاعلى تكسوه شعيرات  
صغيرة، والساق تكاد تكون عارية  
من الأوراق، وهي تنتهي بزهرة مستديرة كبيرة الحجم برتقالية اللون،  
والأغصان التي تتفرع منها تنتهي بمثل الزهرة، أما الجذور فتمتد أفقيا  
وهي سمراء أو سوداء اللون، وللعشبة كلها رائحة أفاويه.  
الجزء الطبي منها: الزهرة بعد نزع القدرح عنها - وهي الأوراق الغليظة  
تحت أوراق الزهرة مباشرة - وتجمع بين شهري حزيران وآب، وكذلك  
جذور العشبة التي يبلغ عمرها فقط (٢ - ٣) سنوات، لان الجذور بعد ذلك  
تصبح خشبية قليلة الفائدة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار من مركبات الكومارين Comarin وفي الزهرة (هورمون) يشفى جروح الأوعية الدموية، وتحتوي مواد مضادة للالتهاب وأخرى ماصة للافرازات وغيرها مخرشة للجلد. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: ان التكميد بصبغة زهرة العطاس من أنجع الأدوية في جميع الانصبابات الناتجة عن إصابة الجسم برضوض أو كدمات، كالانتفاخات الموضعية الناتجة عن الإصابة بضربة جسم صلب راض أو عن الاصطدام به، أو من التواء أحد المفاصل (فكش)، أو الانصبابات في الأكياس المخاطية بالقرب من مفصل الركبة، من تأثير الركوع المتكرر المستمر. وكذلك في معالجة الجروح ولسعات الحشرات وعضة الكلب أو غيره من الحيوانات، وفي معالجة التشنجات العضلية في الأطراف العليا أو السفلى نتيجة السير الطويل أو الاجهاد في العمل أو الألعاب الرياضية. ويفيد مرهم زهرة العطاس في معالجة الشفاه المتشققة من تأثير البرد في الشتاء، أما أصابع القدمين المصابة بالاحتقان (تثليج) في موسم الشتاء فتعالج بتدليكها بمزيج مكون من اجزاء متساوية من صبغة زهرة العطاس والجليسرين. ويمكن عمل صبغة زهرة العطاس من أزهارها بأن يضاف إلى جزء من الأزهار الجافة خمسة اجزاء من الكحول النقي، في زجاجة بيضاء توضع مسدودة في الشمس لمدة عشرة أيام، مع خض الزجاجة مرة واحدة على الأقل في كل يوم. والصبغة المصنوعة من زهرة العطاس يستحسن ان يظل استعمالها مقتصرًا على التداوي الخارجي - لان استعمالها من الداخل قد يسبب بعض اعراض التسمم لذلك يفضل للاستعمال من الداخل ان تصنع صبغة زهرة العطاس من جذورها وليس من الأزهار! ولصنع الصبغة من الجذور يضاف إلى كل جزء من الجذور المسحوقة (٢٠) جزءا من الكحول، وتترك داخل زجاجة محكمة السد وفي مكان ظليل لمدة

أسبوع واحد، ثم تصفى بعد ذلك وتكون معدة للاستعمال.  
وأما التكميد بزهرة العطاس فيعمل من الصبغة (صبغة الأزهار أو صبغة  
الجدور)، وذلك بإضافة نصف ملعقة صغيرة من الصبغة إلى ربع لتر من  
الماء الفاتر. وأما تطهير الجروح المفتوحة ومعالجتها فيعمل المحلول من ملعقة  
صغيرة من صبغة زهرة العطاس ومقدار فنجان كبير من الماء المغلى (أي  
المعقم).

ويستعمل محلول صبغة زهرة العطاس أيضا بفائدة كبيرة للغرغرة في  
التهاب اللوزتين، وذلك بإضافة مقدار (١٠) نقط من الصبغة إلى ربع لتر  
(قدح) من الماء.

ب - من الداخل: تستعمل صبغة زهرة العطاس (صبغة الجدور) بفائدة  
كبيرة جدا في معالجة تصلب الشرايين بما فيها شرايين القلب (الذبحة)  
الصدرية والدماغ وحالات الشلل الناتجة عن انفجاراتها. ولكن ذلك يتطلب  
مراقبة طبية خاصة ولا يخلو سوء استعماله من اخطار شديدة، لذلك اضرب  
صفحا عن التحدث عنه. ويستحسن لغير الأطباء ان لا يستعملوا صبغة جدور  
العطاس للعلاج الداخلي، إلا في حالات محدودة فقط كمعالجة (بحة الصوت)  
الناتجة عن التهاب في الحنجرة، أو نتيجة لاجهاد الحنجرة بالكلام (الخطباء)  
أو بالغناء (الفنانين). ولهذا الغرض تستعمل الغرغرة بمحلول الصبغة (نصف  
ملعقة صغيرة من الصبغة في ربع لتر أي قدح من الماء الفاتر) مع شرب قدح  
من الماء بعد إضافة (٣ - ٤) نقط من صبغة جدور زهرة العطاس إليه، وهذا  
بمفرده بدون الغرغرة يفيد في الوقاية من الإصابة ببحة الصوت إذا شرب في  
الصباح قبل الاكل (على الريق).  
وأخيرا ينصح في معالجة الربو باستعمال مستحلب من خليط مكون

بأجزاء متساوية من زهرة العطاس وجزء مساو له من جذورها ثم جزء ثالث ورابع من بذور الانيسون وجذور الراش.  
ملاحظة: ان بعض الاشخاص لهم حساسية خاصة يصابون بالتهاب (مزعج ولكن غير خطر) في الجلد عند استعمالهم مكمدات زهرة العطاس، لذلك يوصى بالكف عن استعمالها إذا ظهر على الجلد شئ من أعراض الالتهاب - احمرار، انتفاخ، حكة - بعد التكميدة الأولى.  
زهرة الربيع:

(كعب الثلج في دمشق، والاسم العلمي من Primus أي الأول إلمعا إلى أبكار زهرها، جنس زهر من فصيلة الربيعيات).

مكان النبتة: المروج الجافة، ومنها نوع آخر أزهاره صفراء كلون الكبريت الأصفر ينبت في الأدغال ويسمى زهرة الربيع العالية Primula Elatior ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (١٠ - ٢٥) سنتيمترا جذورها أسمر اللون تمتد منه فروع خيطية وتنبت منه الأوراق بساق طويلة مجتمعة بشكل حزمة وهي بيضوية الشكل ومجعدة، وسطحها الأسفل مكسو

بشعيرات دقيقة، وتزهّر في شهري نيسان وأيار، وعلى رأس ساق طويلة أزهاراً عطرة الرائحة صفراء اللون (كصفار البيض).

الجزء الطبي منها: الجذور والأزهار.

المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin وزيت طيار ومواد مقشعة (تحل البلغم) معرقة ومدرة للبول

استعمالها طبيياً:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الجذور (ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء) لمعالجة التهابات الرئة وتسهيل التقشع، ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين.

ومستحلب الأزهار الأصفر اللون كالذهب واللذيد الطعم مشروب مفيد جداً في معالجة الصداع والدوار (الدوخة) عند العصبيين، ومعالجة التهاب عصب الوجه (نويرالجي)، والروماتزم والنقرس والنزلات الشعبية، ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة من الزهر لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٣) فناجين يومياً ويعطى للأطفال ممزوجاً مع الحليب.

زيزفون:

(جنس شجر حرجي وللتزيين من فصيلة الزيفونات، وكلمة الزيفون تطلق في الاصطلاح الحديث على هذا الشجر، أما في الشام فتطلق على نبات آخر هو *Elaeagnus* زيتونية (خلاق) يسمى الزيفون في الشام وهو مبذول، يستعمل سياجا وله ورق شبيه بورق الزيتون وبورق بعض أصناف الصفصاف. والزيزفون في الاصطلاح الحديث هو *Tillcul* والاسم العلمي من اليونانية بمعنى قريب الزيتون لتشابه ورقهما).

مكان النبتة: الأحراج وسياج الحقول وفي الجبال.  
أوصافها: شجرة باسقة ضخمة لها أنواع كثيرة لا فرق بينها من الوجهة الطبية، أوراقها كبيرة مسننة وبشكل قلب مائل، تزهر في شهري حزيران وتموز عناقيد من أزهار شقراء لها رائحة عطرة كحلاوة العسل، وتغطي العنقود ورقة طويلة وتلتصق به. وتكون الأزهار بعد العقد جويئات صغيرة منها ما هو صيفي يزهر مبكرا ومنها ما يسمى بالشتوي ويختلف عن الأول بعدد الأزهار في العنقود، وظهور أزهاره متأخرة عن أزهار الصيفي بنحو من أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع

الجزء الطبي منها: عنقود الزهر وورقته، وخشب الأغصان وقشرتها المتوسطة البيضاء.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار ومواد هلامية مع مادة السابونين Saponin معرفة ومقشعة ومضادة للتشنجات، وهورمونات جنسية. استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل مسحوق فحم خشب الأغصان لمعالجة الجروح والقروح التتنة في الجلد، بذر المسحوق فوقها مرة واحدة أو أكثر من ذلك في اليوم، حيث يمتص عفونتها فتزول رائحتها الكريهة ويسرع بشفائها. كما يستعمل مسحوق فحمها ممزوجا مع ما يعادله من مسحوق أوراق الجريمة، لتنظيف الأسنان واللثة وإزالة الروائح الكريهة من الفم. ويعمل الفحم بحرق الأغصان بالطرق المعروفة في صناعة الفحم، ويدق أو يطحن ليصبح مسحوقا ناعما كمسحوق البن المطحون.

ويستعمل أهل روسيا قشرة الأغصان المتوسطة البيضاء للرمد (البيسط) والالتهابات الأخرى والحروق، وذلك ببرش الطبقة الخارجية السمراء أولا عن الأغصان الغضة، إلى أن تزول تماما وتظهر تحتها الطبقة المتوسطة البيضاء، فببرش هذه وتجمع، ويضاف إلى مقدار حفنة منها نحو ربع لتر (كوب) من الماء ثم يخفق المزيج بقطعة من الخشب إلى أن يظهر فوقه زبد كزبد الصابون أو زلال البيض المخفوق، فيؤخذ من هذا الزبد فوق قطع من الشاش أو القماش وتكمد به مواضع الالتهاب.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب أزهار الزيزفون لمعالجة الزكام لمحتقن والنزلات الشعبية (السعال) وجميع الحميات الناتجة عن التعرض للبرد



فيسكن السعال ويسهل التقشع، ويثير إفراز العرق، فتنخفض درجة الحرارة ويسهل التنفس ويزول صداع الزكام واحتقانه.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الأزهار لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب ساخنا ومحلى بالعسل أو سكر النبات (٢ - ٣) فناجين في اليوم.

ويستعمل مسحوق الفحم لمعالجة عفونة الأمعاء وامتصاص الغازات والسموم منها، وذلك بمقدار ملعقة صغيرة في الصباح وأخرى في المساء، مع استعمال ملين مسهل لإخراج الفحم وما امتصه وتشبع به من الغازات والسموم. وتستخدم هذه الطريقة في الغالب لمعالجة ما يصاب به الهضم من اضطرابات في الأمراض الصدرية المزمنة كالسل، أو أمراض معوية من جراء ما يبلع من أمراض الصدر من القشع، أو ما يحدث في أمراض الأمعاء من عفونة ونتاجة. سانيكولة أوروبية:

ذكر بوست انها توجد في أحراج الشام الجبلية ولم يذكر هو أو غيره لها اسما عربيا ويمكن تسميتها (سانيكولة أوروبية).

مكان النبتة: الأحراج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

(٢٥ - ٥٠) سم، ساقها في الأعلى

عارية من الأوراق، أوراقها كبيرة

ومجنحة بشكل راحة اليد المبسوطة،

أزهارها صغيرة بيضاء وأحيانا مشربة حمرة بمجموعات مغزلية.  
الجزء الطبي منها: الأوراق في شهري (أيار وحزيران) قبل الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin وقليل من الزيت الطيار ومواد  
مرة وقابضة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل المستحلب للغرغرة في التهاب اللوزتين والفم  
ولغسل الجروح والقروح ووقف النزيف الخفيف فيها.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب لوقف النزيف الداخلي في المعدة  
(القرحة المعدية) والأمعاء (تيفوئيد، دوسنتاريا) والبواسير، والرئة (سل  
الرئة) والجهاز البولي (البول المدمم) والرحم.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل  
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين يوميا  
بجرعات صغيرة، وفي نزيف المعدة يشرب منه نصف فنجان كجرعة أولى.

سحلب أبقع:

(سحلب، خصى الثعلب، خصى الكلب، قاتل أخيه.. كلمة السحلب كلمة مولدة، شائعة في مصر والشام، لكنها لا توجد في المعاجم ولا في كتب المفردات أما الأسماء الأخرى فموجودة، وكانت تطلق على بضعة أنواع من هذا الجنس. وذكر (دوزي) في معجمه ان السحلب تصحيف خصى الثعلب، وهو استنتاج معقول، لكننا لم نجد له غيره. جنس أعشاب معمرة من فصيلة السحلبيات فيه أنواع برية وأخرى تزرع للتزيين، والسحلب الذي نشربه صباحا كالشاي سحيق العساقل النشوية. نوع خاص يسمى بالسحلب الأناضولي لأنه ينبت في الأناضول فقط، وأنواع السحلب في الشام كثيرة ومنها السحلب الأبقع. مكان النبتة: في المروج. أوصافها: عشبة متوسطة الارتفاع، ساقها مبروم تلتصق به أوراق طولانية غزيرة مبقعة ببقع سمراء، تزهر من أيار إلى تموز أزهارا حمراء فاتحة ونادرا بيضاء مبقعة بالأحمر والأسمر. وللنبته عسقولان - (العسقول جزء من ساق نباتية أو من جذر نباتي، يكون قاسيا ومكتنزا، ومنتفخا ومحتويا على مواد غذائية مختزنة) أحدهما

طري والثاني مكتنز، وهو بيت القصيد يسلق ويجفف، ثم يسحق، وهو السحلب.

الجزء الطبي منها: السحلب السابق الذكر.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية وزلائية مقوية ومضادة للاسهال. استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يشرب مستحلبها لمعالجة أنواع الاسهال عند الأطفال.

ولعمل المستحلب يمزج المسحوق أولاً بالماء البارد بنسبة جزء من عشرة، ويضاف إليه (٩٥%) من مقداره من الماء الساخن بدرجة الغليان.

ويشرب أيضا المستحلب لوقف النزيف الداخلي في المعدة (القرحة المعدية) والأمعاء (تيفوئيد، زحار) والبواسير، والرئة (السل الرئوي) والجهاز

البولي (البولي المدمم) والرحم.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل

فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين يوميا

بجرعات صغيرة، وفي نزيف المعدة يشرب منه نصف فنجان كجرعة أولى.

ويخض المزيج باستمرار إلى أن يبرد، ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ساعتين.

سذاب مزروع، فيجن:  
(المفردات: الثانية من اليونانية  
جنس نبات طبي من فصيلة  
السذابيات).  
مكان النبتة: يزرع في الجنائن.  
أوصافها: عشبة خضراء زرقاء.  
اللون يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ٦٠)  
سنتيمترا، تفوح منها رائحة قوية،  
أوراقها بيضوية الشكل مجنحة  
ومنقطة، تزهر في شهري تموز وآب  
أزهارا نجمية الشكل، صفراء، خضراء.  
الجزء الطبي منها: الأوراق بين شهري نيسان وحزيران قبل الأزهار.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار يخرش الجلد، والجلد المخاطي، والجرعات  
الصغيرة منه تسكن الأعصاب والتشنجات.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: أوراق السذاب ذات مفعول حسن في الدورة الدموية،  
فالانصبابات الدموية الناتجة عن الكدمات والتواء المفاصل (فكشة) وغير  
ذلك من الإصابات تعالج - للاسراع بامتصاصها وإزالة آلامها - بحمامات مستحلب  
الأوراق أو بتكميدها بالصبغة المخففة. ويعالج التهاب السمحاق (جلد العظام)  
والتهاب أوتار العضلات والأطراف المثلجة بالحمامات أيضا، أو بتدليكها بزيت  
الأوراق. وتعالج بالتدليك بالزيت أيضا الأطراف المصابة بالروماتزم أو الشلل.

والحمامات الجزئية بمستحلب الأوراق، تعيد النشاط والقوة للعيون المجهدة من العمل (عيون الخياطين والرسامين والعاملين بالمجهر - ميكروسكوب - كأطباء المختبرات وعمالها وغيرهم) ويستعمل مستحلب الأوراق أيضا بالمضمضة لمعالجة التهاب اللوزتين والتهاب اللثة، (لحمية الأسنان، ولغسل الجروح والقروح النتنة وغسل الرؤوس المصابة بالقمل.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة (أي غرام واحد) لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان. وتعمل الصبغة بإضافة خمسة اجزاء من الكحول المركز (٩٥ ٪) لكل جزء من الأوراق في زجاجة محكمة السد تترك لمدة عشرة أيام في مكان دافئ، تخض أثناءها الزجاجة مرارا عديدة، ثم تصفى الصبغة وتعصر الأوراق بداخلها وتحفظ للاستعمال. ولعمل المكمدات أو الغسول من الصبغة يؤخذ منها مقدار (٣٠ - ٤٠) نقطة وتخفف في نصف لتر من الماء.

ولعمل الزيت تترك الأوراق الغضة إلى أن تدبل قليلا ثم تهرس ويضاف إليها، في زجاجة محكمة السد، ما يكفي لغمرها من زيت الزيتون، وتسد الزجاجة وتوضع في الشمس لمدة أسبوعين يصفى بعدها الزيت مع عصر الأوراق فيه بقطعة من الشاش.

هذا ويستعمل البعض للغرغرة مستحلبا بالخل بدلا عن المستحلب العادي. ويعمل هذا بإضافة فنجان كبير من الخل الساخن إلى مقدار ملعقة كبيرة من الأوراق، ويخفف قبل استعماله بفنجان من الماء وقليل من العسل.

ب - من الداخل: يعالج ضعف الشهية بأكل بضع أوراق غضة يوميا مع الخبز، أو اخذ بضع نقط (٤ - ٥) من الصبغة على قطعة صغيرة من السكر أو في الماء.

ولطرد الديدان المعوية عند الأطفال، يضاف إلى طعامهم يوميا مسحوق

ورقة إلى ورقتين ويدلك لهم جدار البطن بقليل من زيت الأوراق في وقت واحد.

ويعالج الروماتيزم الشينوخوي حيث يشعر المصاب بهبوط (تكسر) عام في جسمه بشرب (١ - ٢) فنجان في اليوم من مستحلب الأوراق. ويعطى مقدار ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الأوراق ثلاث مرات في اليوم لمساعدة العلاج من الخارج مما سبق وصفه، ولمعالجة الحالات العصبية كخفقان القلب، والدوار (الدوخة)، والاعراض الهستيرية عند النساء (كالصرع والشلل الهستيريين وغيرهما). ويلاحظ عدم تجاوز الجرعات المذكورة في استعمال السذاب من الداخل لان تجاوزها محفوف بالاحطار الجدية.

سرخس ذكر، شرد، خنشار:

(الأولى مترجمة، والثانية من

المفردات، والثالثة شامية، نبات

مبدول في سوريا ولبنان).

مكان النبتة: في الأحراج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو من متر، تمتد أوراقها من الساق

السمراء اللماعة مباشرة بشكل ريشة

الطائر الكبيرة مسننة يمتد في وسطها

خط من منتصف القاعدة حتى الرأس

وفي أسفل الورقة مجموعات صغيرة

بشكل دوائر صغيرة سمراء من الفطر،

والعشبة لا تزهر، أما الجذور فيغلظ

إبهام اليد ومكسوة بقشور سمراء.

الجزء الطبي منها: الجذور والأغصان بأوراقها.  
المواد الفعالة فيها: مركبات (الفلوروكلوتسين Phloroglucin مع زيت  
طيبار ومواد مرة.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تستعمل الجذور بحالتها الطبيعية لمعالجة آلام الظهر  
والروماتيزم وعرق النسا (إسياتيك) وآلام القدمين. وذلك بوضع الجذور  
وهي طازجة بعد تنظيفها - بلا غسلها - داخل كيس صغير ووضع الكيس فوق  
موضع الألم. وهذه الجذور تحتفظ بفعاليتها لمدة سنتين ويصفها بعض الأطباء  
بأنها تأتي (بالعجائب). ويستعمل مغلى الجذور لمعالجة الروماتيزم وآلام الدوالي  
في الساقين والصداع العصبي المزمن. وذلك اما بإضافته إلى ماء الحمام أو لعمل  
حمامات القدمين فقط. ويعمل المغلى من (١٠٠) غرام من الجذور الطازجة  
بغليها بمقدار لترين من الماء لمدة ساعتين وإضافة المغلى بعد تصفيته إلى ماء الحمام  
الكلى (مغطس) أو حمام القدمين. ومدة الحمام نصف ساعة، يكرر مرة أو  
مرتين في اليوم لمدة (١ - ٣) أسابيع حسب اللزوم. ويلاحظ ان من الممكن  
استعمال ماء الحمام (٣ - ٤) مرات متتالية دون حاجة إلى تجديده.  
اما الأغصان وأوراقها فتستعمل أيضا بحالتها الطبيعية لمعالجة النقرس  
والروماتيزم وآلام القدمين والأسنان والظهر الروماتيزمية، وذلك بوضع غصن  
مقطع إلى اجزاء صغيرة فوق موضع الألم أو بعمل لفافة للجسم كله من  
الأغصان الغضة بالطرق المعروفة. ويلاحظ ان الألم يشتد بعد وضع العشبة  
ولكنه يزول كليا بعد مدة قصيرة. ويعالج الأرق بوضع غصن غض من  
العشبة داخل وسادة النوم. اما وضعه داخل الحذاء فيزيل التعب والألم من  
اقدام المصابين بدوالي الساق.



ب - من الداخل: هذه العشببة سامة إذا استعملت من الداخل، وفي الصيدليات خلاصات منها مغلفة بالجلاتين لقتل الدودة الوحيدة، وهي تستعمل من الداخل لأغراض طبية أخرى كلها من اختصاص الطبيب، أضرب صفحا عند ذكرها.

سنفيتون مخزني:

(هو السمفوطن الذي في المفردات يستعمل في الطب).

مكان النبتة:

في الأراضي الرطبة والمروج وعلى ضفاف الأنهر والمستنقعات وأطراف الأحراج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها من (٣٠ - ١٠٠) سم، ساقها جوفاء ريانة ومتفرعة ومكسوة بشعيرات خشنة، أوراقها طويلة بشكل حربة مكسوة بشعيرات خشنة، بعضها يتفرع من الساق مباشرة والبعض الآخر بساق قصيرة، وأزهارها جرسية الشكل، محاطة بمحفظة من الأوراق الصلبة بشكل (أقداح)، ويراوح لون الأزهار بين الأحمر البنفسجي والأبيض والأصفر، تزهر بين شهري أيار وأيلول، جذورها غليظة كالجزر، سوداء من الخارج، ريانة، غزيرة العصارة.

الجزء الطبي منها: الجذور في الربيع قبل ظهور أزهارها (آذار ونيسان) أو في الخريف.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية، ومواد دابغة توقف النزيف والآلام. استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل لبخة السنفيتون في معالجة الكثير من الأمراض: إصابات العظام بجميع أنواعها (كسور حديثة أو مزمنة حيث تسكن الآلام الناجمة عنها وتسرع في التحامها وتقويتها، التهابات الأعصاب (نویرالجيا)، عرق النسا.. الخ) والتهاب الأوردة الدموية (الدوالي) وانسدادها بالجلطات، واحتقان الدورة الدموية في الأطراف السفلى عند الشيوخ لتصلب الشرايين وانسداد بعض الأوعية الدموية الشعرية، التهاب أوتار العضلات والمفاصل، والفلمغوني Phlegmon والقروح في ندب الأطراف المبتورة والآلام فيها والانتفاخ، والآلام الناتجة عن التواء المفاصل (فكش) أو عن الكدمات والصدمات. وتعمل اللبخة لمعالجة الأمراض والإصابات هذه بتقطيع الجذور إلى أن تلين تماما حيث تهرس بمدقة خشبية أو ما شابهها إلى أن تصبح كالعجين، وتفرّد هذه العجينة فوق الجزء المراد معالجته من الجسم، ويغطي بقطعة من

الكتان ومن فوقها قطعة أكبر من النسيج الصوفي لحفظ الحرارة. وتترك اللبخة فوق الجسم لمدة نصف ساعة أو بضع ساعات حسب تحمل المصاب لها. وهذه اللبخة تباع جاهزة في الصيدليات تصنعها مصانع كيتافرك Kytta Werk الألمانية، ويمكن استعمال صبغة جذور السنفيتون أيضا عوضا عن اللبحة وذلك بتخفيف الصبغة بالماء العادي واستعمالها للتكميد بدلا عن اللبخة. ويستعمل مرهم السنفيتون في معالجة الفتق السرى عند الأطفال والفتق الأربي، وذلك بتدليك الجلد فوق موضع الفتق بالمرهم مع استعمال الحزام الطبي المخصوص لكل منهما. ويعمل المرهم بغلي كمية من لبخة الجذور أو مسحوقها مع كمية من الزبد غير المملح أو شحم الخنزير.

ب - من الداخل: في جميع الحالات السابق ذكرها يستحسن ان يرافق استعمال اللبخة والمكمدات شرب مغلى الجذور، كما أن المغلى هذا يستعمل أيضا منفردا لوقف النزيف في الأمعاء (اسهال مدمم) والرئتين (قشع مدمم في السل الرئوي) وعسل القروح السرطانية وغيرها، وكذلك للحقن (دوش) المهبلية عند النساء في حالات الإفرازات المهبلية المنتنة والبيضاء. ويعمل المغلى من مقدار (٢٠) غراما من الجذور بغليه بنحو نصف لتر من الماء ثم يصفى ويشرب بجرعات متعددة طيلة النهار، وللدوش المهبلي يستعمل ضعف الكمية.

وتستعمل الصبغة أيضا كغرغرة ولمعالجة التهاب اللثة المزمن Paradentos الذي يسبب سقوط الأسنان، وذلك بإضافة (٢٠) نقطة من الصبغة إلى نصف قدح من الماء والمضمضة بها لمدة دقيقة واحدة لكل جرعة.

سنوت، سنوت:  
(بقلة سنوية من التوابل قريبة من  
الشمار الحلو، وهي تزرع وتنبت  
برية)، وتطلق كلمة السنوت أيضا  
على الكمون، وعلى الرازيانج  
(القاموس).  
ويسمى في الشام شبت.  
مكان النبتة، برية في الخرائب  
وتزرع لاستعمالها كأحد التوابل في  
المطبخ، بإضافة أوراقها الغضة إلى  
السلطات، ولعمل مرق (صلصة) لبعض المطبوخات.  
أوصافها: عشبة يبلغ علوها بين (٥٠ - ١٢٠) سم، ساقها مبرومة  
ومضلعة، أوراقها (٢ - ٣) فروع تخرج منها خيوط دقيقة، أزهارها صغيرة  
صفراء بمجموعات مغزلية (اكباش)، أثمارها بعد النضج حبوب كالعذس  
المجنح تمتد عليها خطوط سمراء، وهي دلالة على نضج الحبوب التام في شهري  
آب وأيلول قريبا.  
الجزء الطبي منها: الحبوب فقط بعد نضجها، ويجب ان تجفف جيدا  
قبل تخزينها لوقايتها من العفن.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادتي الكارفون Carvon والليمونين  
Limonin.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تغسل العيون المتقيحة (رمد) بمغلي الحبوب وذلك بغلي مقدار (٣) غرامات من الحبوب في فنجان من الماء. كذلك تعالج الانتفاخات (الأورام بالتعبير العامي) في الأعضاء التناسلية، بتكميدها بمغلي الحبوب بزيت الزيتون، واستعمال المغلى للتكميد وهو ساخن.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الحبوب - وقد سبق وصف كيفية عمله - لتسكين مغص المعدة والأمعاء وطردهم الغازات منها، وكذلك لتسكين آلام العادة الشهرية (الحيض) عند النساء، وإدرار الحليب عند المرضع. وذلك بشرب مقدار (١ - ٢) فنجان من المغلى في اليوم.

ويعالج الأرق (عدم النوم) بغلي مقدار (١٠ غرامات) من الحبوب في ربع لتر (قدح) من الماء وشربه في المساء، كما يحقن هذا المغلى في الشرج لمعالجة البواسير.

ولا يجوز للمصابين بأمراض الكلى، استعمال السنوت بأي شكل كان. سوس:

(عوده يسمى عود السوس،

وجذره عرق السوس، نبات عشبي

مخشوشب معمر، بري، طويل الجذور

عميقها، من فصيلة القرنيات الفراشية،

تسحق جذوره السكرية وتستعمل في

الطب كما يصنع منها شراب معروف).

مكان النبتة: بري في الأراضي

الرملية حول حوض البحر الأبيض

المتوسط.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها حتى المترين، ساقها عمودية مخشوشبة، أوراقها عنقودية صغيرة بيضوية الشكل، سطحها الأسفل لزج، أزهارها نيلية إلى زرقاء، عنبية الشكل، جذرها في الداخل أصفر اللون مخشوشب وزاحف وبغلظ إصبع اليد.

الجزء الطبي منها: الجذور الغليظة

في بداية الربيع (آذار، نيسان)

أو في الخريف (أيلول، تشرين الأول).

المواد الفعالة فيها: كليتسيريتسين Glyzyrrhizin (وهي تشبه مادة

السابونين) تسكن السعال، وتسهل القشع، تلين الباطنة، وتدر البول.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج:

لا تستعمل.

ب - من الداخل: يعمل من الجذور منقوع بارد يعطر ويشرب في أيام

الصيف كنوع من المرطبات.

وللأغراض الطبية يشرب مغلى الجذور أو مستحلبها لمعالجة الالتهاب في

الجزء الاعلى من الجهاز التنفسي (الحنجرة والقصبة الهوائية) أي في السعال

المصحوب بفقدان الصوت (بحة) ولمعالجة التهابات الكلى والمثانة والروماتزم

وداء النقرس. ويعمل المغلى أو المستحلب من الجذور بالطرق المعروفة وبنسبة

ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء، ويشرب منه وهو ساخن فنجان واحد

مرتين في اليوم.

ويستعمل البعض المسحوق (ملعقة صغيرة ثلاث مرات يوميا) لمعالجة

قرحة المعدة، غير أنه في مثل هذه الحالات لا يخلو استعماله من مضاعفات غير مستحبة.

شجرة السمن:

(Sorbus) غبيراء، سماها بوست المخلص ولم أجدها، ولعلها عامية لبنانية، جنس أشجار من فصيلة الورديات).

مكان النبتة: في الجبال ونادرا في الأدغال والأحراج.

أوصافها: شجرة باسقة، أوراقها متقابلة ومسننة، تزهر في أيار وحزيران  
مجموعات كثيرة من الأزهار البيضاء الصغيرة تكون نجمية الشكل مخمسة، أثمارها  
كروية صغيرة كالحمصة صفراء أو مرجانية اللون، ووحيدة النواة.

الجزء الطبي منها: الأثمار في أيلول وتشرين الأول.  
المواد الفعالة فيها: حامض البارازوربين Parasorpin بنسبة (٠,٠٤ ٪)  
وهو سام، مواد سكرية، فيتامين س (C).  
استعمالها طبيًا:  
أ - من الخارج: لا تستعمل.  
ب - من الداخل: تؤكل بضع أثمار منها في اليوم لتزويد الجسم بفيتامين  
س (C).  
شمار الماء:  
(مترجمة، نبات بري من فصيلة الخيميات).  
مكان النبتة: برية في الحقول:



أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر ونصف المتر، ساقها جوفاء ومضلعة وعارية من الأوراق، أوراقها متقابلة على الفروع ومجنحة، أزهارها صغيرة بيضاء بمجموعات مغزلية، بذورها بيضوية الشكل، طولها نصف سنتيمتر، سمراء خضراء اللون ومضلعة قليلا، جذورها كالجزر، وطعمها كالشمرة. الجزء الطبي منها: البذور.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع الفيلاندرين Phellandren ومواد مقشعة ومعركة ومدرة للبول ومسكنة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل مغلى البذور أو مسحوقها لمعالجة الجروح العفنة بتكميدها بالمغلي أو بذر المسحوق فوقها.

ب - من الداخل: مغلى البذور أو مسحوقها من أكثر الأدوية فائدة في معالجة أمراض الصدر النتنة (خراج الرئة، توسع القصبات، السل الرئوي.. الخ) ذات القشع (بلغم) الصددي التنن. ويعمل المغلى بنسبة ملعقة صغيرة من البذور لكل فنجان من الماء ويغلى لمدة قصيرة فقط (٢ - ٣) دقائق، ثم يصفى ويحلى بالعسل ويشرب منه فنجانان بجرعات متعددة في اليوم. ولمعالجة نوبات الربو (استما) يعطى من المغلى ملعقة كبيرة كل (٥) دقائق. واستعمال المغلى مفيد في معالجة رمل البول والتهاب الكلية، والمثانة الصددي، وداء الخنازير ومضاعفاته الجلدية، وخراجات الكبد، وسرطان الرحم. وهو لا يشفى هذه الأمراض ولكنه يخفف كثيرا من شدتها. ويستعمل مسحوق البذور بدلا عن مغليها بعد مزجه بكمية معادلة له من

السكر النبات المسحوق، ويعطى منه ربع ملعقة صغيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم.  
شمار، شمرة، رازيانج:  
(الرازيانج من الفارسية وقد جاءت في اللسان والقاموس بزاي ونون مكسورتين، وللشمار أشباه في الآرامية والعبرية والآشورية، الاسم العامي له في سوريا شومر).  
مكان النبتة: يزرع في شهري آذار ونيسان وعشبهته تعيش لمدة سنتين أو أكثر.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر أو مرتين، كثيرة الأغصان بأوراق خيطية تتدلى إلى الأسفل، لونها يميل إلى الزرقة، ساقها مبرومة زرقاء أو حمراء داكنة، تزهر في (تموز - آب) بمجموعات مغزلية صغيرة أزهارا صفراء اللون، تكون حبيبات صغيرة طولانية صفراء رمادية مخططة.  
الجزء الطبي منها: الحبيبات الناضجة وتنضج خلال (أيلول، تشرين الأول)، والجذور في بداية الربيع قبل نمو الأوراق.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع مادة الأنيثول Anethol والفانثون

Fenchon مقشعة ومثيرة لافرازات الغدد وطاردة للغازات ومسكنة للتشنجات.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مغلى مسحوق الجذور للغرغرة في التهاب الفم أو لغسل العين أو تكميدها عند اصابتها 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 واستحلابها لمدة (١٠) دقائق.

وتستعمل أوراق الشمرة الغضة لمعالجة التسلخات في الأعضاء التناسلية أو جوارها، وفي الثدي أيضا، وذلك بوضع الأوراق الغضة فوق موضع الإصابة وتثبيتها بضماد. وتستعمل الأوراق المسلوقة أيضا، بتثبيتها ساخنة فوق البطن لطرد الغازات وتسكين الآلام الناتجة عنها في الأمعاء حتى عند الأطفال.

ب - من الداخل: لمعالجة الالتهابات في الجلد المخاطي (النزلة الشعبية (السعال في الصدر) ونوبات الربو (استما) والسعال الديكي والتهاب الحنجرة (بحة الصوت) وسوء الهضم في المعدة، والأمعاء في اصابتها الحادة والمزمنة وحتى في حالات سرطان المعدة. وكذلك تستعمل لمعالجة التهاب الجهاز البولي - حوض الكلى والمثانة والمسالك البولية.

ومغلي الشمرة علاج مفيد جدا في جميع الحالات المذكورة، خصوصا عند الأطفال والشيوخ والمنهوكي القوى من إزمان المرض، فهو يغسل الجلد المخاطي ويزيل عنه إفرازات الالتهاب، ويسكن بذلك الآلام الناتجة عنها.

ويمكن للحامل ان تشرب مغلى الشمرة أيضا لمعالجة ما قد تصاب به من اضطراب الهضم، كالامساك والغازات المعوية والغثيان أو القيء. وكذلك الأطفال الرضع. ولا يفوتنا ان نذكر ان مغلى حبيبات الشمرة در إفراز الحليب عند الرضع.

ويعمل مغلى حبيبات الشمرة بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الحبيبات المهروسة واستحلابها لمدة (١٠) دقائق، ويشرب منه مقدار (٢ - ٣) فناجين يوميا.

اما للأطفال فيكتفى لعمل مغلى حبيبات الشمرة كما ذكرنا بكمية أقل من ربع ملعقة صغيرة من الحبيبات المسحوقة، ويمكن غليها بالحليب بدلا عن الماء.

ويلاحظ أخيرا ان طعم مغلى الشمرة قد يسبب لبعض الاشخاص عند شربه الاشمئزاز، فلهؤلاء يستحسن تخفيف المغلى بكمية أكبر من الماء الغالي.

شوفان:

(خرطال، هرطمان) ولم أجد  
لفظة الشوفان في المعاجم ولا في  
المفردات، وهي اليوم شائعة، وقد  
استعملها احمد ندى منذ سبعين سنة.  
لا يحتاج إلى وصف أو تعريف.  
الجزء الطبي منه: القش (التبن)  
والحبوب.

استعماله طبيًا:

\* أ - من الخارج: تثبت بضع  
أوراق غضة فوق ثدي المرضع لوقف  
افرازه (الحليب) بعد الفطام،  
وتستعمل الحمامات بمغلي أوراق  
الجوز للحد من افراز العرق الغزير كما  
تعالج الإفرازات المهبلية عند النساء بالدوش المهبلي بمغلي الأوراق، ولعمل  
الحمام العام بمغلي الأوراق يغلى مقدار (كيلو غرام ونصف) من الأوراق الغضة  
في بضعة لترات من الماء لمدة (٥) دقائق ويترك المغلى لمدة (١٠) دقائق  
للتخمير يصفى بعدها، ويضاف إلى ماء الحمام الساخن بدرجة (٣٧) مئوية،  
وللدوش المهبلي يغلى مقدار (٢ - ٣) ملاعق كبيرة من الأوراق الجافة في لتر  
واحد من الماء لمدة بضع دقائق يترك المغلى بعدها (١٠) دقائق للتخمير،  
ويستعمل دافئًا للدوش المهبلي\*.  
\* ملاحظة: ما بين النجمتين يرجع إلى بحث (الجوز) ص ١١٣.

أ - من الخارج: يستعمل حمام مغلى قش (تبين) الشوفان لمعالجة النقرس والروماتزم والقوباء في الجلد والأمراض الجلدية الجافة على اختلاف أنواعها وحتى عند الأطفال. ويعمل المغلى بنسبة كيلو واحد من تبين الشوفان في بضعة لترات من الماء والاستمرار بغليه لمدة ساعة ونصف ثم يصفى ويضاف إلى ماء الحمام (بانيو).

ب - من الداخل: تستعمل صبغة الشوفان للتقوية في دور النقاهة من أمراض مضية أو بعد الاجهاد الجسماني. وكذلك كمنوم وملطف للحاسة الجنسية، ولمعالجة صداع الاحداث وضعفهم نتيجة للاجهاد المدرسي - أثناء الامتحانات. وتعمل الصبغة بالطرق المعروفة من نقع الشوفان الغض - قبل الجفاف وتكون الحبوب - المدقوق، في الكحول في إناء محكم السد لمدة بضعة أسابيع ثم تصفيته. ويؤخذ من الصبغة مقدار (١٠ - ٢٠) نقطة في قليل من الماء الساخن ثلاث مرات في اليوم، أو (٢٠) نقطة في المساء فقط إذا أريد استعمالها كمنوم. ويستعمل مغلى تبين الشوفان بمحلول السكر أو العسل (شراب) لمعالجة السعال ورمل الكلى. ولهذا الغرض يغلى مقدار حفنة من التبين في لتر من محلول السكر أو العسل ويستمر بغليه إلى أن يصبح لزجا كالشراب، ثم يصفى ويؤخذ منه مقدار ملعقة كبيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم. ويستعمل مغلى حبوب الشوفان لمعالجة إسهال الأطفال بعد المعالجة بالتفاح.

وتوجد حبوب الشوفان مجففة ومهروسة ضمن علب من صفيح (كويكراوت) - تباع في محلات البقالة - تطبخ حسب التعليمات على العلب، وتستعمل للاكل لمعالجة النزلات المعدية والمعوية أو كغذاء يومي في الأسبوع للمصابين بالبول السكري. وهي غذاء مفيد جدا للاحداث كفتور في الصباح، ولهذا الغرض يفضل عدم طبخها، بل تحضيرها باردة بالطريقة الآتية: (٣ - ٤) ملاعق كبيرة من حبوب الشوفان المهروسة (كويكراوت) تمزج في المساء تدريجيا بماء بارد إلى أن تصبح عجينة رخوة، ثم تترك إلى الصباح حيث يضاف إليها (٤ - ٦) ملاعق كبيرة من الحليب وقليل من عصير الليمون الحامض وتفاحة

مبروشة، ثم تدلك العجينة فوق منخل واسع الفتحات ليؤخذ من تحته الجزء  
الناعم منها. ويمكن إضافة كمية من العسل وأخرى من البندق أو اللوز  
المبروش إليها لتحسين مذاقها بحيث يصبح تناولها مرغوبا فيه لدى الأطفال.  
سعتر، صعتر:

جنس نبات من الأفاويه

من فصيلة الشفويات).

مكان النبتة: بري في الحقول

ويزرع.

أوصافها: عشبة يبلغ

ارتفاعها نحو (٤٠) سنتيمترا،

ساقها كثيرة الفروع، خشبية

القوام، أوراقها صغيرة تنبت

مباشرة من الساق وفروعه

مطوية ومكسوة على سطحها

الأسفل بشعيرات فضية دقيقة

ولها رائحة عطرية خاصة،

وتزهر العشبة في شهر أيار

أزهارا صغيرة خفيفة الحمرة.

الجزء الطبي منها: العشبة المزهرة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع التيمول Thymol، ومواد دابغة

؟ تطهر وتفتش وتزيل  
؟؟ جات (الآلام) وتطرد  
؟؟ ان المعوية.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: توضع

؟ عشبة السعتر الغضة في الحذاء

؟ لمعالجة الزكام وآلام الأسنان

؟ والتهابات الفم (اللوزتين

؟ وغيرهما) في بدايتها، ولبعث

حرارة في الاقدام الباردة.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب السعتر لمعالجة الأمراض الجرثومية

؟ في المعدة والأمعاء (نزلات معوية)، والرئة (التهاب الرئة والقصبة)،

؟ وخراجات الرئة وتوسع القصبة، وتجمع القشع المملوء بالجراثيم في جيوبها،

والسعال الديكي... الخ).

وشرب مستحلب السعتر يقوى القلب والمعدة ويسكن آلامهما، ويعمل

المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من السعتر لكل فنجان

ساخن من الماء بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم، ويمكن

تحليلته بالعسل.

ولطرد الديدان المعوية يفضل استعمال زيت السعتر، ويعطى منه (٣ - ٤)

نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم لمدة (٤ - ٦) أسابيع.



ويعمل الزيت بوضع كمية من العشبة الغضة في زجاجة بيضاء وسد الزجاجة بعد إضافة كمية من زيت الزيتون إليها كافية لغمر العشبة فيها، ثم توضع الزجاجة في الشمس لمدة أسبوعين، يصفى بعدها الزيت وتعصر الأعشاب فيه بقطعة من القماش ويحفظ للاستعمال.

سعر بري:

صعتر (يطلق الصعتر في كتب النباتات والطب القديمة وفي الاستعمال الحديث على نباتات من أجناس ثلاثة متقاربة، وهي:

Satuaeia – Origanum –

Thymus، جنس نباتات من

الأفاويه من فصيلة الشفويات).

مكان النبتة: في المنحدرات

المشمسة والمروج وأطراف

الأحراج وكومات النمل.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٢٠) سنتيمترا، فروعها زاحفة وغزيرة، أوراقها صغيرة ومتقابلة، بيضوية الشكل، تنبت من الفرع مباشرة أو بساق قصيرة، وأزهارها بمجموعات رأسية صغيرة وبنفسجية اللون، وللعشبة رائحة خاصة لطيفة.

الجزء الطبي منها: الفروع المزهرة من شهر حزيران حتى شهر آب.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار يحوي (٥ ٪) من مادة التيمول المطهرة،  
ومواد أخرى مرة ودابغة، مقشعة ومسكنة للآلام.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تستعمل الأكياس المملوءة بالعشبة الغضة والساخنة لتسكين  
آلام المراحة بوضعها فوق موضع الألم في الجانب الاعلى والأيمن للبطن. ويمكن  
أيضا استعمال العشبة الجافة بتغطيس الكيس أولا بالماء الغالي وعصره بين لوحين  
من الخشب، ثم وضعه وهو ساخن فوق موضع الألم. وتستعمل حمامات العشبة  
لمعالجة الاكزما المزمنة والرطوبة (المفرزة) ولمعالجة الأطفال المصابين بمرض  
الكساح (لين العظام) أو مرض داء الخنازير Skrofulose ولمعالجة ضعفاء  
البنية أو الأعصاب والناقيين من أمراض منهكة، ولمعالجة كدمات والتواء  
المفاصل (فكشة). ويعمل الحمام بغلي مقدار نصف كيلو غرام من العشبة  
الغضة في (٥) لترات من الماء لمدة ربع ساعة، ثم يصفى ويضاف المغلى إلى  
ماء الحمام.

وتعالج تشققات حلمة المرضع والتهاباتها والتسلخات عند الأطفال ورمد  
العين بغسلها مرارا في اليوم أو تكميدها بمستحلب العشبة، كما أن المضمضة بهذا  
المستحلب تسكن آلام الأسنان واللوزتين.  
ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من العشبة لكل  
فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان.  
ب - من الداخل: ان مادة التيمول المطهرة أقوى أربعة اضعاف من سائر

المطهرات كالكاربول Karbol والفينول Phenol والكريزول Kreosol والساليسيل Salizil فلا يستغرب ان تطهر من الداخل جهازى التنفس والهضم وتستعمل لمعالجة النزلات المعوية والصدريه والسعال فى مرض الحصبة أو السعال الديكى وانتفاخ الرئة Emphysem. وذلك بشرب (٣) فناجين يوميا من مستحلب العشب السابفة الوصف بعد تحليتها بالعسل أو سكر النبات. ويعالج الخرق الكحولى (اضطراب نفسانى شديد من إدمان المعاقرة، أي الافراط باستعمال المسكرات) بمستحلب مركز بنسبة حفنة من العشب لأربعة فناجين من الماء الساخن بدرجة الغليان، وبعد تخمير المستحلب لمدة نصف ساعة يصفى ويعطى منه ملعقة كبيرة كل ثلاث ساعات ولمدة (٣) أسابيع حتى ولو رافق ذلك قئ أو إسهال.

وتعالج القرحة المعدية بمستحلب يعمل من اجزاء متساوية من السعتر البري والقراص.

ويوصى بمعالجة السعال الديكى بمستحلب محلى بالعسل أو سكر النبات من خليط مكون من (٣٠) غراما من السعتر البري و (١٠) غرامات من بذور الشمرة و (٢٠) غراما من كل من أوراق لسان الحمل وأوراق كستنة الحصان بنسبة ملعقة كبيرة لكل فنجان واحد من الماء الساخن بدرجة الغليان.

صفصاف سوحر:  
(القاموس: جنس شجر حرجي  
مائي من فصيلة الصفصافيات).  
مكان النبتة: الأراضي الرطبة  
وضفاف الأنهر والسواقي.  
أوصافها: أشجار مختلفة الحجم  
لها أنواع كثيرة منها صفصاف قصف  
Salix Fragilis و صفصاف ابيض  
Salix Alba و صفصاف أرجواني  
Salix Purpurea وهو موضوع  
بحثنا.

أوراقها طويلة حرابية الشكل،  
أزهارها مجموعات توتية.  
الجزء الطبي منها: لحاء (قشور) الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها.  
المواد الفعالة فيها: مركبات السالسلات Salizyl مواد دابغة مسكنة  
للآلام، معرقة ومدرة للبول ومضادة للالتهاب والحمى.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل كمدمات المغلى لمعالجة الجروح والقروح، كما  
يستعمل المغلى بالغرغرة والمضمضة لمعالجة التهاب اللوزتين واللثة.  
ب - من الداخل: يشرب المغلى لمعالجة الروماتزم والنقرس ونزيف المعدة

والأمعاء والتهابات المثانة. ويعمل المغلى بنسبة (١٠) غرامات لكل فنجان من الماء، ينقع فيه باردا لبضع ساعات، يغلى بعدها، ويصفى ويشرب منه يوميا من فنجان إلى فنجانين بجرعات صغيرة متعددة أو فنجان في الصباح آخر في المساء.  
طرخشقون:

(هندباء برية): نبات عشبي معمر، أزهار صفراء، من الفصيلة المركبة، ينبت بریا، ويستعمل في الطب مدرا وملينا، كما يستعمل ورقه الغض (سلطة).

مكان النبتة: الحقول والبساتين.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠)، سنتيمترا، تنبت أوراقها وأزهارها من فوق الأرض مباشرة ومجمعة، أوراقها طويلة ومسننة بخشونة، أزهارها كبيرة صفراء، وكل زهرة منها في رأس ساق طويلة

(٢٠) سنتيمترا جوفاء، تزهر في شهري نيسان وأيار، جذورها طويلة وتحتوي مع الساق سائلا ابيض كالحليب، يحذر الأطفال من امتصاصه.  
الجزء الطبي منه: الجذور والأوراق قبل الأزهار مع براعم الزهر.  
المواد الفعالة فيها: مواد مرة مع ف. اينولين Inulin. W، مدر

للمرارة والبول، ومواد أخرى كثيرة منشطة.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يعالج الرمد بغسل الأجفان الملتهبة بمنقوع دافئ من العشب بجميع أجزائها، وذلك بنقعها لمدة (٢٤) ساعة في الماء البارد، ثم بتصفية المنقوع واستعماله بعد تدفئته للغسل.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الجذور مع الأوراق لمعالجة جميع إصابات الكبد وما ينتج عنها من اضطرابات في الهضم والدورة الدموية والبول السكري، بما في ذلك الإصابة بحصاة المرارة والتهاب الكيس الصفراوي. فالطرخشقون يحسن الشهية لتناول الطعام ويدر إفراز الصفراء، وينظم عمليات الكبد بجميع وظائفها الخاصة، كما أنه يلين الباطنة ويدر البول، وبذلك ينقى الجسم من السموم والسوائل المتراكمة في أنسجته (أوزيما، انصباب) ويسكن بذلك آلام النقرس في المفاصل والعضلات. ويؤكد بعض الأطباء ان الطرخشقون يعيق خلايا السرطان عن النمو ويساعد على الشفاء منه، ويقوى مناعة الخلايا السليمة في الجسم ويزيد في قدرتها على تمثل الغذاء، لذلك يستعمل عصيره في الربيع لتجديد نشاط الجسم العام. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة من الجذور والأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد (٢ - ٣) مرات في اليوم.

ويمكن استعمال العصير الطازج بدلا عن المستحلب وعلى الأخص للمعالجة الربيعية، وذلك بمقدار ملعقتين يوميا من العصير ولمدة (٤) أسابيع. كما يمكن استعمال الصبغة أيضا، وتعمل من اجزاء متساوية من العصير الطازج والكحول

النقي وإبقاء المزيج لمدة (١٤) يوما في زجاجة محكمة السد قبل تصفيته والاحتفاظ به، وتعطى الصبغة بمقدار (٤) نقط في قليل من الماء مرتين في اليوم. هذا ويستفاد من اكل أوراق الطرخشقون الغضة في الربيع باستعمالها في عمل السلطات.

عباد الشمس:

(طرنشول، حشيشة العقرب،

المفردات).

معروفة ولا تحتاج للوصف.

الجزء الطبي منها: أوراق الزهر

وتستعمل صبغتها (٢٠ نقطة على قطعة

سكر ثلاث مرات يوميا) في الحميات

بما فيها الملاريا ولمعالجة توسعات القصبة

الهوائية وجيوبها (نوبات من السعال

يعقبها تقشع كمية كبيرة من البلغم).

وتعمل الصبغة بنقع أوراق الأزهار

وقشر الجذوع الحديثة في الكحول

المركز (٩٥%) لمدة بضعة أسابيع ثم

تصفيتها وحفظها في زجاجات

مسدودة.

عرق انجبار:

(عن معجم الدكتور احمد عيسى،  
نبات من الفصيلة الوردية).

مكان النبتة: في الجبال والأراضي  
الرطبة والأحراج غير الكثيفة.

أوصافها: عشبة يراوح علوها بين  
(١٠ - ٤٠) سم، ساقها ضعيفة

يتشعب منها فروع كثيرة، أوراقها  
تنبت من الساق مباشرة أو بساق

قصيرة مسننة كالمنشار الخشن، لها  
ثلاث أصابع وبجانبها ورقتان

كبيرتان إضافيتان، أما زهورها  
فصغيرة رباعية الأوراق (أي لكل

زهرة أربع ورقات) صفراء اللون،  
ويلاحظ ان عدد أوراق الزهرة

الأربع يميزها عن عشبة Geum

Urbanum التي تشبهها كثيرا غير أن الزهرة في العشبة الثانية مكونة من  
خمس أوراق لا من أربع. أما الجذور فقصيرة معقدة بغلظ إصبع اليد، لونها

من الخارج أسمر غامق ومن الداخل فاتح إلا انها بعد الهرس أو القطع يتحول  
لونها إلى الأحمر كلون اللحم.

الجزء الطبي منها: الجذور في شهري نيسان وتشرين الأول، ويلاحظ  
أنها تفقد تأثيرها باستمرار مدة تخزينها.



المواد الفعالة فيها: مادة قابضة توقف النزيف والاسهال.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مغلى الجذور لتكميد الاكزما والقروح في الجلد والجلد المخاطي (الفم) وكذلك للمضمضة لمعالجة التهاب اللثة المدمم (نزيف الأسنان) ويعمل المغلى من مقدار ملعقة كبيرة من الجذور المفرومة بغليها لمدة ربع ساعة بمقدار فنجانين من الماء.

ب - من الداخل: يستعمل لوقف النزيف الداخلي في المعدة والأمعاء والنزيف الرحمي (زيادة الطمث) والاسهال الحاد المزمن أو المدمم، كما أنه يشفى الاسهال نفسه ويوقف نزيف البواسير. وهذا كله باستعمال المغلى كما أسلفنا، بشرب الكمية المذكورة أعلاه بجرعات متعددة (ملعقة كبيرة كل مرة) في كل يوم أو استعمال مسحوق الجذور بمقدار ربع ملعقة صغيرة كل ساعتين. أما الصبغة فتعمل من مقدار (٧٠) غراما من الجذور المفرومة أو المسحوقة حديثا بإضافتها إلى نصف لتر من الكحول النقي في زجاجة محكمة السد لمدة ثمانية أيام، تخض الزجاجة أثناءها مرارا كثيرة ثم تصفى وتحفظ للاستعمال، وذلك بأخذ مقدار (٢٠ - ٤٠) نقطة من هذه الصبغة في فنجان صغير من الماء ثلاث مرات في اليوم.

وأخيرا يلاحظ ان استعمال المغلى أو المسحوق أو الصبغة من الداخل يوقف أيضا نزيف البواسير، كما أن الدوش المهبلي بالمغلي يشفى الافراز المهبلي الأبيض عند النساء.

عروق الصباغين:  
(نبات من فصيلة الخشخاشيات).  
مكان النبتة: في الحقول.  
أوصافها: عشبة جميع أجزائها  
مكسوة بشعيرات دقيقة، يبلغ  
ارتفاعها نحو (٧٠) سنتيمترا، ساقها  
جوفاء، وأوراقها مجنحة لونها في  
النصف الاعلى أخضر فاتح وفي النصف  
الأسفل أخضر أزرق، والساق  
والأوراق يحويان سائلا ساما يكون  
برتقاليا أو أصفر، أزهارها ذهبية اللون (صفراء) ويسهل التعرف على هذه  
العشبة وتمييزها من رائحة سائلها التي تشبه رائحة السمك (الرنجة) وهي كما  
أسلفنا من الأعشاب السامة، ولكن لا يسعنا إهمال ذكرها لكثرة فوائدها  
محذرين من تجاوز جرعاتها الطبية لان تجاوزها محفوف بأخطار جدية.  
الجزء الطبي منها: الأوراق قبل ظهور الزهر.  
المواد الفعالة فيها: شبه قلى ومسكن للآلام.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: توضع ورقة واحدة من العشبة في الحذاء ولمدة (٨ -  
١٠) أيام لمعالجة ضعف الشهية للطعام ومرارة الفم الناتجة عن اضطراب في  
إفرازات غدد الهضم، ويشترط في ذلك أن لا تكون الاقدام غزيرة العرق.  
وتعالج الآفات الجلدية المزمنة والحافة المصحوبة بقشور من الجلد كقشور  
السمك بمرهم عصير الأوراق، وكذلك سرطان الجلد وعلى الأخص سرطان

الوجه منها. ويعمل المرهم بهرس الأوراق الغضة وعصرها لاستخراج عصارتها السائلة منها، ثم مزج هذه العصارة بما يعادلها من الكحول، ويمزج مقدار (٥) غرامات من هذا المزيج مع (٥٠) غراما من الشحم، وبذلك يتم عمل المرهم: ويلاحظ وجوب الاحتراس التام عند صنع العصير والمرهم وعدم تلويث الأيدي بهما وغسلهما جيدا بعد انتهاء العمل.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق أو عصيرها الممزوج بالكحول وهو الأفضل، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة غرام واحد من الأوراق - احترس من الزيادة! - لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد فقط في اليوم بجرعات متعددة (جرعة واحدة) كل ثلاث ساعات. أما مزيج العصير مع الكحول، وقد سبق ان وصفت كيفية عمله، فيعطى منه (٥ - ٦) نقط فقط - احترس من الزيادة - في ملعقة صغيرة من الماء مرتين في اليوم.

وعروق الصباغين من الداخل من أكثر الأدوية فائدة في معالجة أمراض الكبد والمرارة (احتقان، التهاب، حصاة) وما يرافقها من اعراض (مغص شديد وسوء هضم يتجلى بانتفاخ البطن ومرارة الفم وصفار العينين (أبو صفار) وفقدان اللون الأصفر من البراز.. الخ). وتعالج القرحات المعوية في الاثني عشر وسرطان الكبد والمعدة والشفة بشرب المستحلب أو مزيج العصير بالجرعات السالفة الذكر. وبعض الأطباء يستعملون خلاصات تحقن تحت الجلد، وما زالت الأبحاث الطبية منذ سنة ١٩٤٤ حتى وقتنا الحاضر مستمرة في دراسة هذا الموضوع، وقد أجمعت كلها على تقدير كبير لعشبة عروق الصباغين في معالجة السرطان بجميع أنواعه وتوضعاته وعلى الأخص سرطان الوجه.

عرعر شائع:  
(جنس أشجار وجنابت من  
فصيلة الصنوبريات تصلح للحراج  
وللتزيين).  
مكان النبتة: الأحراج ومنحدرات  
الجبال.  
أوصافها: أشجار حرجية صنوبرية  
يبلغ ارتفاعها نحو (١٠) أمتار،  
أوراقها صنوبرية، أزهارها صفراء،  
تنبت عند قاعدة الأوراق، تكون  
أثمارا عنبية خضراء في دور النمو وسمراء زرقاء بعد النضج، ولها رائحة  
أفاويهية خاصة.  
الجزء الطبي منها: الأثمار العنبية الناضجة، والقسم الاعلى من الأغصان  
طيلة السنة.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع اليونين Iunen مواد سكرية ومواد  
دابغة وصمغية، مقوية للشهية ومدرة للبول، ويلاحظ عدم استعمالها في حالة  
وجود أمراض في الكلى وإلا سببت النزيف فيها.  
استعماله طبيًا:  
أ - من الخارج: يستعمل مغلى الفروع للغسل وللحمامات في معالجة

الروماتزم المفصلي والعضلي، وهو من أكثر الأدوية فائدة لمعالجة هذا المرض، على أن يستمر في تعاطيه مدة طويلة، فالمرضى الذين تقدم عندهم المرض لدرجة لا يستطيعون معها الحركة يعالجون أولاً بغسل أطرافهم المصابة بالمغلي عشر مرات في اليوم، وبعد ظهور التحسن وتمكنهم من تحريك العضو المصاب يستعاض عن الغسل بالحمامات الكلية (مغطس). ولعمل المغلي تقطع رؤوس الفروع قطعاً صغيرة ويغلي مقدار أربع حفنات منها بكمية من الماء لمدة ثلاث ساعات يصفى بعدها المغلي، ويضاف إلى ماء الحمام الساخن بدرجة (٣٥) مئوية ويمدد المريض بداخله لمدة (١٥ - ٢٠) دقيقة.

وتعالج العضلات أو الأطراف المصابة بالروماتزم العضلي أو النقرس أو الشلل بتدليكها بزيت العرعر أو صبغته (٢ - ٣) مرات يوميا ولمدة بضعة أسابيع. والصبغة أو الزيت يعملان بنقع جزء من الأثمار المهروسة في ثلاثة أضعافه من الكحول لعمل الصبغة، أو زيت الزيتون لعمل الزيت - في زجاجة محكمة السد توضع في مكان حار لمدة عشرة أيام، يصفى بعدها المنقوع ويخفف بإضافة كمية معادلة له من الماء ويخض جيدا ويحفظ.

ب - من الداخل: تعالج الأمراض الجلدية المزمنة، والزهري بعد زوال أعراضه بالمعالجة الخاصة بشرب مغلي خشب العرعر، وذلك بغلي (٢٠) غراما منه في كمية من الماء (كوب) لمدة عشر دقائق، ثم تصفيته وشربه بجرعات متعددة في اليوم. ويستعمل مستحلب أثمار العرعر أو مطبوخها لتقوية مناعة الجسم، خصوصا عند المصابين بمرض البول السكري أو مرض داء الخنازير أو السل، وعند الذين يشكون من الهزال وضعف الشهية لتناول

الطعام، كما يفيد أيضا في معالجة الروماتزم والنقرس والانصبابات في تجاويف الجسم.

ويعمل المستحلب بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى مقدار ملعقة صغيرة من الأثمار المهروسة، ويشرب منه مقدار فنجانين في اليوم بجرعات متعددة.

وأما مطبوخ الأثمار فيعمل بطبخ كمية من الأثمار الطازجة بأربعة أمثالها من الماء إلى أن تصبح طرية كالعجين ويعطى منه مقدار ملعقة كبيرة قبل الأكل مرتين في اليوم.

ويوصي البعض باستعمال الأثمار الطازجة دون طبخ، وذلك بمضغ خمس حبات في اليوم الأول، وست حبات في اليوم الثاني، وهكذا بزيادة حبة واحدة في كل يوم إلى أن يصل مجموع ما يمضغ من الحبات إلى (١٥) وينقص العدد بعد ذلك حبة واحدة في اليوم، إلى أن يعود إلى الخمس، أي إلى ما كان عليه في اليوم الأول من المعالجة. هذا ولا تمضغ الحبات مهما كان عددها مرة واحدة بل توزع على مرات متعددة في اليوم يمضغ في كل مرة منها حبة واحدة فقط. وأخيرا نكرر التحذير من استعمال العرعر في حالة وجود أمراض في الكلى وإلا عرضها للنزيف.

عصا الراعي:

(جنس زهر من فصيلة

البطباطيات).

مكان النبتة: المروج الرطبة في

الجبال.

أوصافها: عشبة يصل ارتفاعها

إلى نحو متر، أوراقها طولانية معقوفة

الرأس تنبت بساق طويلة من الجذر

مباشرة، تزهر في أيار وحزيران

وتموز، على رأس ساق طويلة - أزهارا

صغيرة وردية بمجموعة سنبلية مبرومة،

جذرها معقد ومعوج. ولونه في الداخل أحمر أسمر.

الجزء الطبي منها: الجذور في أيار وأيلول.

المواد الفعالة فيها: مواد دابغة، نشأ ومواد قابضة وموقفة للنزف.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل المغلى باردا لوقف النزف في الجروح والقروح،  
وفاترا للمضمضة لمعالجة نزيف اللثة والرائحة الكريهة في الفم.

ب - من الداخل: يشرب المغلى لمعالجة الاسهال المدمم (تيفوئيد، زحار).

ويعمل المغلى بالطرق المعروفة بنسبة (٥) غرامات من الجذور المفرومة

لكل فنجان من الماء، ويشرب منه فنجانان في اليوم.

عصا الذهب:

(مترجمة، جنس زهر من فصيلة  
المركبات).

مكان النبتة: تزرع لأزهارها.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاع

ساقها - المستقيمة كالعصا، والسمر

اللون أو زرقاؤه في الأسفل - نحو

متر ونصف المتر. أوراقها مفردة

ومتقابلة تصاعديا والسفلى منها مسننة

بيضوية الشكل ولها ساق قصيرة، أما

الأوراق العليا فتنتبت من الساق

مباشرة ولها شكل الحربة، وتزهر

العشبة بين شهري تموز وتشرين الأول

أزهارا صفراء بلون الذهب لها

رائحة ضعيفة).

الجزء الطبي منها: الجزء الاعلى المزهري من العشبة

المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin ومواد أخرى مدرة للبول ومنقية

للد.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.



ب - من الداخل: المغلى أو الصبغة من الأدوية المفيدة جدا في معالجة التهابات الجهاز البولي (الكلى، المثانة.. الخ) الحادة المزمنة ومضاعفاتها (أوزيما، انصباب) وكذلك لتنقية الجسم من الأملاح (داء النقرس) والكلى من الرمل (بلورات الأملاح) وعلى الأخص إذا كانت هذه مكونة من حامض البول (أسيد اوريك) أو بلورات الاوكسالات. ويعمل المغلى كالمعتاد بنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار الجافة إلى كل فنجان من الماء، ويشرب منه مقدار نصف فنجان (٣ - ٥) مرات في اليوم، أما الصبغة فيؤخذ منها (٣٠ - ٤٠) نقطة في قليل من الماء خمس إلى ست مرات في اليوم.  
عليق دغلي:

(هو العليق المعروف، وهو شائك ينبت حول الأنهار، وله ثمرة مركبة تسمى الثمرة العليقية، وهي تؤكل).  
مكان النبتة: في أطراف الأحراج أو سياج البساتين، ويوجد منها نوع مؤصل يزرع لثماره.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها أو امتدادها نحو مترين وثلاثة أمتار، ساقها تحوي شوكا صغيرا وكذلك فروعها، وهي في الغالب مقوسة، أوراقها بيضوية الشكل وأزهارها عنقودية بيضاء إلى خفيفة الاحمرار ومكونة من (٥) وريقات، أثمارها توتية كروية حمراء قبل النضج وسوداء لماعة بعده.

الجزء الطبي منها: الأوراق والأثمار والجذور.  
المواد الفعالة فيها: حوامض عضوية منعشة، مواد قابضة ومواد هلامية  
ومادة البكتين Pektin العاقدة - وهي المادة التي تجلط عصير السفرجل مثلا  
عند طبخه.

استعمالها: طبييا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الأوراق (١ - ٢) ملعقة كبيرة  
(لكل فنجان من الماء) في معالجة النزلات المعدية والمعوية والاسهال وزيادة  
نزيف الطمث (الحيض)، وذلك بشرب مقدار (٣ - ٤) فناجين من المغلى  
يومية. وكذلك يستعمل هذا المغلى للغرغرة في التهاب الفم (اللوزتين واللثة  
والحلق).

وأما الأثمار فيستعمل عصيرها كمشروب منعش في الحميات.

ويستعمل مغلى الجذور (ملعقة صغيرة مع فنجان ماء ٣ - ٤ مرات  
يومية) لمعالجة حصاة الكلى ورمليها، أو يستعمل مسحوقه، وذلك بمقدار ربع  
ملعقة صغيرة (٣ - ٤) مرات في اليوم.

عنب الدب:

(ترجمة الاسم العلمي وهو من اليونانية بهذا المعنى، لان الدببة تأكل ثمار بعض أنواعه).

مكان النبتة: الأحرار الصنوبرية الجافة في الجبال وفي المروج الكثيفة الأعشاب، والمؤصل منه يزرع لثمره.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر، تزحف تحت سطح الأرض مباشرة، وترتفع، لها أغصان بأوراق صغيرة بيضوية الشكل، دائمة الاخضرار، و سطح الورقة أخضر

فاتح من الأسفل، تشبه بقوامها قطعة من الجلد، وفي رأس الغضن الاعلى بضع أزهار صغيرة بيضاء أو وردية اللون تشبه الأجراس تكون فيما بعد أثمارا عنبية صغيرة وكروية، لونها أحمر. ويوجد نوع آخر مؤصل من عنب الدب، يزرع لثماره ويسمى (عنب الدب المؤصل *vaccinum vitis Idaea*) يختلف عن الأول بشكله ولا يختلف عنه بالاستعمال والتأثير الطبي.

الجزء الطبي منها: فينول كلوكوزيد *Phenolglykosid*، ومواد قابضة مدرة للبول ومطهرة للمسالك البولية.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: في التهابات حوض الكلى والمثانة المزمنة والتي يكون فيها البول قلويا ومتقيحا له رائحة الامونياك، وفي انحباس البول الناتج عن تضخم البروستات عند الذكور، أو الذي يحدث أحيانا بعد الولادة أو عمليات فتح البطن، وفي حالات المغص الكلوي الناتج عن الرمل أو الحصاة الصغيرة، وفي سلس البول (أي خروج نقط من البول دون إرادة) وخروج السائل المنوي بعد التبويل أو قبله، وكذلك في حالات إصابة الأمعاء بالتيفوئيد أو الالتهابات المزمنة المصحوبة بالاسهال. اما الالتهابات الحادة (أي الحديثة) فلا تستفيد كثيرا من المعالجة بأوراق عنب الدب.

وللاستعمال يحضر من ورق عنب الدب مغلى بنقع ملء ملعقة كبيرة من الأوراق الجافة في فنجان كبير من الماء البارد لمدة بضع ساعات، ثم غليها لمدة (١٠) دقائق، يصفى بعدها المغلى ويشرب ساخنا وبدون سكر (والأفضل في المساء) أو يشرب منه أثناء النهار مقدار (٣) فناجين تؤخذ بجرعات متعددة. ويلاحظ ان طعمه غير مقبول لدى بعض الاشخاص، ويمكن تحسينه بإضافة بضع أوراق النعناع إلى المغلى في آخر مدة الغلي لمدة دقيقة أو دقيقتين. ومغلي أوراق عنب الدب يكسب البول لونا أسمر غامقا يتحول تدريجيا إلى لون زيت الزيتون إلى أن يصبح بعد ذلك طبيعيا عديم اللون، وهو الدليل للتوقف عن استعمال العلاج تماما. ولا يجوز استعمال ورق عنب الدب طيلة الحمل، لان ذلك قد يؤدي إلى الاجهاض.

وبعض الاشخاص لا يروقهم استعمال المغلى كما وصفنا، لسوء طعمه أو لما يسبب لهم من غثيان، فلهؤلاء ينصح بعمل المغلى بإضافة مقدار غرام واحد من بذر الكتان إلى الأوراق وغليهما معا، أو باستعمال خليط مكون من

أجزاء متساوية من أوراق عنب الدب، وجذور البسبايج الكثير الأرجل،  
وعشبة عصا الذهب (٤ ملاعق صغيرة من الخليط على ٣ فناجين ماء) أو  
بإضافة مقدار مساو من زهر البابونج المغلى في الدقائق الأخيرة من  
مدة الغلي.

غافث:

(المفردات، نبات من الفصيلة  
الوردية يستعمل زهره دواء) ويسمى  
في الشام شوكة منتنة وشجرة  
البراغيث.

مكان النبتة: في الأحراج المشمسة  
ومنحدرات الجبال.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
مترا، ساقها مكسوة بشعيرات خشنة  
وتحوي على مسافات متباعدة، أشواكا  
معقوفة، أوراقها مسننة وسطحها  
الأسفل مكسو بشعيرات رمادية،  
أزهارها صغيرة صفراء بمجموعات  
عنقودية وذات رائحة عطرية.  
الجزء الطبي منها: العشبة وأزهارها.  
المواد الفعالة فيها: مواد دابغة وقليل من الزيوت الطيارة، مواد مرة  
ومواد قابضة.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج الأمراض الجلدية المزمنة والقروح والنواسير المستعصية، بتليخها بالعشبة الغضة المهروسة.  
ب - من الداخل: يستعمل مستحلبها لمعالجة الزكام، والنزلات الشعبية. الحاد، والاسهال، وحصاة المرارة، والروماتزم، والنقرس، وحصاة المثانة (كيس البول)، والأورام، والقروح الداخلية (قرحة المعدة والأمعاء)، ويعمل بنسبة ملعقة صغيرة من العشبة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان في اليوم.  
غرنوق:

(الاسم العلمي من اليونانية الماعا إلى شكل الثمرة الشبيهة بمنقار الغرنوق، جنس زهر من فصيلة الغرنوقيات).  
مكان النبتة: الأحراج الرطبة والأدغال وفي ظل الصخور وما شاكلها.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٥٠) سنتيمترا، ساقها مشربة حمرة ومكسوة بشعيرات دقيقة حمراء في جميع اجزائها ورائحتها كريهة، أوراقها مجنحة بشكل الكف المبسوطة

ومسننة، تزهر بين شهري أيار وأيلول أزهارا حمراء (بلون الدراق) مخططة بخطوط فاتحة اللون.

الجزء الطبي منها: العشب المزهرة بدون أثمارها الصغيرة. المواد الفعالة فيها: زيت طيار (يفقد بالتجفيف)، مواد مرة وغيرها قابضة وموقفة للنزيف.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل لبخ العشب الغضة والمهروسة والساخنة فوق العانة لتسكين آلام المثانة ولمعالجة القروح والآفات الجلدية، ويمكن استعمال التكميد بالمستحلب بدلا عن اللبخ.

ب - من الداخل: يشرب المستحلب لوقف النزيف الداخلي بأنواعه المختلفة في أجهزة التنفس والهضم والبول، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقتين صغيرتين لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم.

فاصولية، فاصولياء، فاذول:  
(اللفظتان الأوليان معربتان حديثا  
والأخيرة عن الإدريسي، بقلة زراعية  
من القرنيات الفراشية تزرع لثمارها  
ولحبها، وأرجح أن العرب كانوا  
يزرعونها ويجعلونها صنفا من اللوبياء،  
أي أنهم ما كانوا يميزون بين هذا  
الجنس وجنس Dolichos لأنهما  
متشابهان، اسمها العامي في لبنان  
(لوبيا) من خضار المطبخ المعروفة،  
فلا تحتاج إلى التعريف.  
الجزء الطبي منها: الزهر والمحفظة  
(القرون) والحبوب المجففة بعد تمام النضج.  
المواد الفعالة فيها: الفيتامينات (A، B، C) حامض  
الأمينو ومادة ترى كونيلىن Trigonellin ومواد أخرى تقلل كمية السكر  
في البول وتدره وتنظف الكلتيين من (الرمل)، ويلاحظ ان الفاصولياء وهي  
غضة قبل نضجها تحوي مواد سامة ضعيفة التأثير.  
استعمالها طبييا:  
أ - من الخارج: يذر مسحوق بذور الفاصوليا فوق الإصابات الجلدية  
المثيرة للحك أكزما... الخ). وكذلك فوق جلد الوجه لتنقيته والمحافظة  
على نضارته.  
ب - من الداخل: تشرب بضعة فناجين في اليوم من مستحلب زهور



الفاصولياء لمعالجة النقرس والمغص الكلوي والرمل في الكليتين، أما المحفوظة (القشرة) فيعمل منها مغلى يعالج به مرضى البول السكري - إلى جانب وسائل العلاج الاخر كالحمية والأنسولين - لأنه يخفض كمية السكر في البول كما أنه يفيد أيضا في معالجة النقرس والروماتزم والتهابات الكلى والمثانة والانصبابات في أنسجة الجسم (أوزيما).

ويعمل مغلى قشور الفاصولياء بتقطيع ما يملا أربع ملاعق كبيرة من القشر (المحفوظة بدون الحبوب) ونقعه في الماء البارد بمقدار لتر ونصف اللتر حتى الصباح حتى يغلى ويداوم على غليه إلى أن يتبخر نصف كمية الماء، ثم يصفى بعد ذلك، ويعطى منه للشرب فنجان واحد ثلاث مرات في اليوم.

فجل الخيل، خردل الألمان:

(مترجمتان، بقل عسقولي من

فصيلة الصليبيات).

مكان النبتة: نادرا برية في

الأراضي الرطبة وتزرع.

أوصافها: بقلة يبلغ ارتفاعها نحو

متر، أوراقها كبيرة جدا ساقها

طويلة، بيضوية الشكل في قسمها

الأسفل، ومجنحة في قسمها الأوسط،

وضيقة في قسمها الاعلى بحيث ينتهي

برأس هرمى كالحربة، أزهارها

بيضاء صغيرة في مجموعات كالسنابل،

جذرها غليظ طويل، أبيض اللون

أو خفيف الاصفرار.

الجزء الطبي منها: الجذور الطازجة بين شهري أيلول ونيسان في الربيع المقبل.

المواد الفعالة فيها: زيوت خردلية تخرش الجلد والجلد المخاطي، تساعد الهضم وتطرد الغازات من الأمعاء وتدر البول. استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يبشر الجذر الطازج ويستعمل لبخة فوق الحاجب (مع ملاحظة تغطية العين جيدا لعدم وصول شيء من اللبخة إليها) لمعالجة التهاب الجيب الجبهي وفوق المعدة لمعالجة الآلام (القروح) فيها، وفوق الجانب الأيمن لأسفل القفص الصدري (الأضلاع) لمعالجة المغص في كيس المرارة (التهاب، حصاة) وفوق مؤخرة الرأس لمعالجة الصداع. ويعالج النمش وغيره مما يشوه جلد الوجه بالتدليك بقطعة من القماش النظيف مشبعة بخل الجذور. ويعمل هذا الخل من مزج كمية من عصير الجذور الطازج مع كمية معادلة لها من الخل، أو بوضع قطع من الجذور مع كمية من الخل في زجاجة محكمة السد وتصفية المنقوع بعد أسبوعين. وتعالج أضرار البرد في أصابع القدمين (تثليج) بحمامات قدمية من الماء الساخن والجذور المبشورة. وتزول آلام عقصة الحشرات (نحل، دبور، زلاقط.. الخ). حالا بوضع قطعة مهروسة من أوراق فجل الخيل فوق موضع الإصابة.

ب - من الداخل: يعطى مقدار ربع ملعقة صغيرة من الجذور المبشورة (٢ - ٣) مرات في اليوم ممزوجة مع العسل أو سكر النبات لمعالجة الربو (استما) وسوء الهضم والنزلات الشعبية أو الرئوية المزمنة (وفي السل الرئوي يزداد السعال في بداية تعاطى فجل الخيل ثم يخف ويتحسن باستمرار، ولا

يجوز استعمال فجل الخيل في حالات السل الرئوي المصحوبة بعرق ليلي غزير (أو اسهال) والتهاب حوض الكلى والمثانة.  
أما إذا كان الالتهاب في الكلية نفسها فلا يجوز استعمال فجل الخيل من الداخل بأي كمية كانت، لأنه في مثل هذه الحالات يخرش الكلية المصابة ويسبب نزيفا فيها.

ولادرار البول بغزارة لطرد السوائل من (اوزيما، انصباب.. الخ). أو النقرس والروماتزم يشرب في اليوم (٢ - ٣) فناجين كبيرة من جعة (بيرة) فجل الخيل، وتعمل هذه الجعة بإضافة (٣٠) غراما من فجل الخيل المبروش و (١٥) غراما من بذور الخردل الأبيض إلى ثلاثة أرباع اللتر من الجعة (البيرة) وتصفيتها بعد (٢٤) ساعة.

فجل اسود:

مكان النبتة: يزرع.

أوصافها: جذر غليظ بيضوي

الشكل يبلغ وزنه (١٠٠ - ٤٠٠)

غرام، تنبت من متوسط رأسه أوراق

كبيرة مجنحة يبلغ ارتفاعها أحيانا نحو

متر، أزهاره صغيرة بيضاء أو خفيفة

الزرقة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار

ومواد مدرة للصفراء ومقشعة ومسكنة

للتشنجات وملينة.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل العصير لمعالجة احتقان الكبد وحصاة المرارة والروماتزم المفصلي ونوبات الربو (استما) والسعال.

وللحصول على العصير تقطع شريحة دائرية من رأس الفجلة ويعمل بداخلها حفرة تملأ بسكر النبات المسحوق، ثم تخرق الفجلة من أسفلها بدبوس غليظ أو بمسمار وتوضع فوق قده فارغ يسيل فيه السكر المذاب بالعصير، ويعطى من العصير مقدار (١٠٠ - ٤٠٠) غرام يوميا بجرعات صغيرة متعددة.  
فراسيون:

(العربية من اليونانية) نبات

عشبي من الفصيلة الشفوية، ينبت

بريا ويستعمل في الطب، اسمه العامي

في سوريا (حشيشة الكلاب).

مكان النبتة: الحقول الرملية، في

ركام البيوت الخربة، في الجدران

القديمة والمزابل المنزلية، وتوجد عند

نهر الكلب في لبنان، وفي القنوات

بجبل حوران.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

(٣٠ - ٦٠) سم، ساقها مربعة

الأضلاع مكسوة بشعيرات دقيقة، أوراقها بيضوية الشكل عطرية الرائحة متجعدة متقابلة ومسنة الأطراف، تزهر من حزيران حتى أيلول أزهارا بيضاء متجمعة حول الساق والأغصان على مسافات متفاوتة بشكل مغزلي. الجزء الطبي منها: الأوراق بعد ظهور الأزهار، وتجمع للتجفيف في شهري تموز وآب. المواد الفعالة فيها: مواد مرة، ومواد دابغة تثير إفراز الغدد وتسهل التقشع.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يعالج الاحتقان في أصابع الاقدام (التثليج) في الشتاء بحمامات قدمية ساخنة من مغلي الأوراق الجافة بمعدل ملعقة كبيرة من الورق الجاف المسحوق إلى (٢٠٠) غرام من الماء (كوب)، وكذلك تعالج آلام الدوالي (الأوردة الممتدة) في الساقين والطفوح الجلدية بمكمدات من المغلي بعد تصفيته.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق (٢٠) غراما من الأوراق الجافة على فنجان كبير من الماء الساخن بدرجة الغليان في معالجة النزلات الصدرية المزمنة المصحوبة ببلغم صلب القوام يصعب تقشعه، لحله وتسهيل تقشعه وإخراجه من الصدر، وكذلك في معالجة السل الرئوي والإصابة بالربو (استما) وفي هذه الحالات يفضل في الربيع استعمال عصير الأوراق الغضة على مستحلب الأوراق الجافة، وذلك بدق الأوراق الغضة وعصرها ومزج مقدار ملعقة كبيرة من عصيرها مع كمية من عسل النحل لتعاطيها أثناء اليوم على دفعات متعددة. والمادة المثيرة لإفراز الغدد في الفراسيون تفيد في

تسهيل إفرازات الكبد الصفراوية (مرارة) وتستعمل في إصابات الكبد بالاحتقان واصفرار ظاهر الجسم (أبو صفار) كما تفيد في إدرار الطمث (الحيض) المتأخر عند النساء وكذلك لتنظيف الرحم بعد الولادة من إفرازات النفاس.

فوقس حويصلي:

(اللفظة ذكرها ابن البيطار محرفة في باب القاف)، جنس نبات من رتبة الأشنة السمرء (الطحلب الأسمر) والفصيلة الفوقسية.

أوصافها: عشبة بحرية يبلغ طولها نحو متر، وتقذفها الأمواج إلى الشاطئ، ويمكن جمعها من الشاطئ في كل أوقات السنة، وهي ليست كسائر الأعشاب مكونة من ساق وأوراق وأزهار.. الخ. بل هي

عبارة عن شريط مستطيل يتفرع إلى فروع متعددة وبداخله أكياس صغيرة على أبعاد متفاوتة مملوءة بالهواء. وبعض الفروع تنتهي بمجموعة فقائيع زيتونية الشكل، مملوءة بالهواء أيضا. والعشبة كلها قبل الجفاف لزجة، زيتية اللون، ثم يصبح بعد الجفاف غضروفية سمراء أو سوداء.

المواد الفعالة فيها: مادة اليود، ومواد هلامية، تؤثر على إفرازات الغدة الدرقية في الرقبة، وتستعمل لإزالة السمنة، ومعالجة تضخم الغدة الدرقية

(كواتر) البسيط وفي تصلب الشرايين، وذلك بعمل مستحلب من مقدار نصف ملعقة صغيرة من العشبة بفنجان من الماء المغلي، يشرب منه مقدار فنجان إلى فنجانين في اليوم فقط.

ويلاحظ ان الإفراط به أو استعماله في حالات (الجحوظ الدرقي - بازيدو) قد يسبب اضرارا كثيرة، فالذين يستعملونه لإزالة السمنة يجب ان يكفوا حالا عن الاستمرار في استعماله عند ظهور أي اضطراب في القلب (خفقان، تقطع النبض.. الخ).

فوة:

(نبات زراعي صيفي من فصيلة الفويات).

مكان النبتة: برية في الحقول، وتزرع أيضا.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو من (٥٠ - ٨٠) سنتيمترا،

أوراقها بمجموعات حول الفرع،

مسننة بنعومة، وطولانية بشكل

الحرية، أزهارها عنقودية صغيرة

صفراء، جذرها طويل، اصفر اللون،

يسيل منه عند الكسر سائل احمر اللون.

الجزء الطبي منها: الجذور.

المواد الفعالة فيها: انتراشينون شبه القلي Anthrachinon، حوامض

عضوية، ومواد مضادة للالتهاب، ومسكنة للتشنجات، ومفتتة للحصاة.  
استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مسحوق الجذور أو مغليها لتفتيت حصاة الكلى،؟؟؟؟ ولا تأثير له في الحصيات المركبة من حامض البول أو الأوكسالات، ويؤخذ من مسحوق الجذور مقدار ( ١ - واحد ونصف) غرام مرتين في اليوم، اما المغلى فيعمل من غلى (٣) غرامات من الجذور في فنجانين من الماء لمدة قصيرة وشربهما جرعات متعددة في اليوم. واستعمال المسحوق أو المغلى يصبغ البول بلون احمر، ولهذا الغرض يستحسن إضافة ربع ملعقة صغيرة من بي كاربونات الصودا إلى المغلى عند استعماله، ويستمر في تعاطى المسحوق أو المغلى لمدة ٤ - ٥ أسابيع ليتم تفتيت الحصاة ونزولها مع البول.

ويعتقد ان الصباغ الأحمر في جذور الفوة ينتشر في جميع اجزاء الجسم، ويزيد في امتصاصه لأشعة الشمس، ويشفي من المنخوليا *Melancholie*.



قراص:

(أنجره، قريص، ذكرتا في المفردات، ولم أجدهما في المعجمات الأصلية، جنس نباتات عشبية من الفصيلة القرصية، لها شوك على شكل شعور دقاق، إذا مسها الانسان بيده نشبت فيها وانكسرت، وسالت منها عصارة محرقة تؤلم اليد).  
مكان النبتة: توجد في كل مكان وعلى الأخص بالقرب من مكان التبويل.

أوصافها: يوجد منها نوعان:

الصغير وعلوه نحو ٥٠ سم، والكبير

وعلوه نحو متر، عشبة ساقها مربعة الأضلاع، أوراقها مسننة كبيرة بشكل القلب، تكسوها والساق شعيرات دقيقة تؤلم اليد إذا لمستها وتثير فيها الحكمة، أما الأزهار فصغيرة خضراء اللون، بشكل عناقيد، تتدلى إلى الأسفل، تزهر بين شهري تموز وأيلول.

الجزء الطبي منها: العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور أيضا من بداية شهر تموز حتى أوائل شهر أيلول، وإذا كان المطلوب منها الجذور فقط وجب إخراجها قبل موعد الأزهار.

المواد الفعالة فيها: مواد سامة، تلهب الجلد، وتدر البول، وتلين الأمعاء، وتنقي الدم، وتوقف نزيفه، ومواد أخرى كثيرة جدا، منها مادة

السكرتين Sekretin وهي خميرة تذوب في الماء، تفرزها خلايا حيوانية، ونباتية، ولها خاصية تحويل بعض المواد Enzym المدرة لعصارة المعدة وغدة البنكرياس الهاضمتين للطعام. ويحوي القراص أيضا كمية وافرة من الحديد الذي يكون قسما من كريات الدم الحمراء فيساعد على تقويتها وتكوينها، وكذلك مادة الكلوروفيل Chlorophyll - خضب أو يخضور - وهي المادة الخضراء في النباتات، وكانت في السابق تستعمل في الصناعة فقط، ولكن ثبت في الحرب العالمية الأخيرة انها مطهر فعال للجروح الملوثة، وفعالة حتى في الحالات التي لا يفيد فيها البنسلين ومركبات السولفا. كما ثبت انها في العشب الجافة مجددة لشباب الجسم كله، كما انها تشفي فقر الدم وضعف القلب، وتقلل من زيادة ضغط الدم في تصلب الشرايين، وتهدئ الأعصاب (النرفزة) وتنظم الهضم، وعملية تماثل الغذاء. وفي القراص أيضا (هورمون) تماما كالهورمون الجنسي الموجود في مبايض أنثى الانسان والحيوان. وفوق هذا كله فالقراص أغنى النباتات بالفيتامين (A . آ) وفيه الكثير من الأملاح اللازمة لجسم الانسان، كألاح الصودا، والبوتاس، والكلس، مما يجعلها مقبولة ومرغوبة جدا لدى الدواجن، التي تقدم على اكلها بشراهة، لشعورها بالغريزة، بما فيها من جم الفوائد الصحية.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لوقف الرعاف (النزيف من الانف) تغطس قطعة من القطن في عصارة عشب القراص، وتسد بها، وهي مشبعة بالعصارة، فتحة الانف (النازفة). كذلك تعالج الحروق من الدرجة الأولى - التي يحمر بها الجلد فقط - بمكمدات من مزيج مكون من ملعقة صغيرة من صبغة القراص،

مخففة بمقدار ملعقة كبيرة من الماء الساخن، وفي الوقت نفسه يشرب المصاب خمس نقط من الصبغة في ملعقة كبيرة من الماء. ويستعمل خل القراص بفركه يوميا بقطعة من القماش في جلد الرأس لتقوية الشعر وتعويض ما يسقط منه. ويعمل خل القراص بغلي مقدار (٢٠٠) غرام من العشبة (مفرومة) بليتر واحد من الماء ونصف ليتر من الخل لمدة نصف ساعة يصفى بعدها ويملاً بزجاجة للاستعمال.

وفي حالات الشلل الناتجة عن انفجار شريان في الدماغ تدلك الأطراف المشلولة بمرهم يعمل من عشبة القراص والمادة الدهنية للمرهم كالمعتاد. ب - من الداخل: يؤكل الجزء الغض من عشبة القراص بمزجه مع خضار السلطة، أو يهرس ويعصر ويشرب عصيره (١٠٠ - ١٢٥ غراما) لتنقية الدم وتجديد شباب الجسم، أو لمعالجة الأمراض التي سيأتي ذكرها فيما يلي. وبعد فصل الربيع يستعمل مستحلب العشبة، ما عدا جذورها، وذلك بنسبة ملعقتين صغيرتين من العشبة المفرومة (جذع، أوراق، أزهار) لكل فنجان واحد من الماء، ويشرب منه مقدار فنجانين في اليوم.

أما جذور القراص فتستعمل كمغلي بنسبة ملعقة كبيرة من الجذر المقطع إلى فنجانين من الماء، ويغلى لمدة عشر دقائق. وأما الصبغة فتعمل من مقدار (٢٠) غراما من العشبة كلها (الجذر والساق والأوراق والأزهار) في الربيع يضاف إليها مقدار (٦٠) غراما من الكحول النقي في زجاجة محكمة السد، وتترك في مكان حار لمدة (١٤) يوما. ويستعمل القراص بالطرق السالفة

الذكر من الداخل في معالجة فقر الدم والنزيف الداخلي في الرئة (السل الرئوي) أو الجهاز الهضمي (القرحة المعدية والمعوية) أو البواسير أو الجهاز البولي أو نزيف الرحم. وفي أمراض تصلب الشرايين وزيادة ضغط الدم واضطراب الهضم والافراز البلغمي في الصدر - سعال مصحوب بقشع - وفي حالات المغص الكلوي (رمل وحصاة الكلى) أو النقرس والانصبابات المائية (اوزيما) في الجسم - يفضل استعمال مغلى الجذور لأنه أكثر فعالية في ادرار البول من مستحلب اجزاء العشبة الاخر. وفي الآفات الجلدية المزمنة المصحوبة بحكة (اكزيما.. الخ) تستعمل الصبغة (٣ نقط) ثلاث مرات في اليوم. ولمعالجة النقرس والبول السكري وادرار الحليب عند المرضع، يفضل شرب العصارة من العشبة كلها على استعمال المستحلب أو المغلى لمدة طويلة. هذا ويلاحظ ان الافراط في استعمال القراص قد يسبب اضرارا للدورة الدموية.

ويستعمل مستحلب بذور القراص لمعالجة الاسهال عند الأطفال، وذلك بنسبة ملعقة صغيرة من البذور والقشور التي تحتويها على فنجان من الماء. ويؤكد الأطباء الروس انهم أحرزوا نجاحا كبيرا في معالجة داء الخنازير وأنواع السرطانات بصبغة القراص.

## قرع Cucurbita Pepo

قرع: (ويسمى في لبنان اللقطين).

معروف ولا يحتاج للوصف.

الجزء الطبي منها: البذور الناضجة والثمر.

المواد الفعالة فيها: ما زال بعضها مجهولا، وفي البذور مادة قاتلة للدود الوحيدة.

استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يؤكل يوميا القرع المطهو لطرد السوائل من الجسم

(اوزيما، انصباب.. الخ). ويقشر لهذا الغرض مقدار نصف كيلو من

الثمرة ويقطع مكعبات صغيرة، تسلق مع كميات من السكر وتهرس لتصبح

عجينة رخوة، ثم يضاف إليها قليل من القرفة (بهار) وتطهى حساء مع

الحليب بدون ملح. ويستمر يوميا في تناول هذه الكمية من الحساء لمدة ستة

أيام، وبعد فاصلة بضعة أيام تكرر العملية مرة ثانية، وهكذا حتى الحصول

على النتيجة المطلوبة.

ويعالج تضخم البروستات عند الشيوخ وما ينتج عنه من اضطرابات التبول

بمستحلب بذور القرع، ويعمل من مقدار حفنة من البذور الطازجة تنزع عنها

قشورها وتدق لهرسها قليلا، ثم يضاف إليها الماء الساخن بدرجة الغليان

بنسبة فنجان واحد لكل (٢٠) غراما من البذور، وبعد انتظار بضع دقائق

يحلّى بالسكر ويشرب ساخناً، وتستعمل عجينة البذور الطازجة (بقدر  
الامكان) لقتل الدودة الوحيدة وإخراجها مع البراز بتقشير (٥٠) بذرة  
وهرسها (دقها) مع كمية معادلة لها من السكر ليتم امتزاجها تماماً. وتؤكل  
عجنتها في الصباح قبل تناول أي شيء من الطعام (على الريق) وتؤكل بعدها  
جزرة طازجة أو شيء من الحوامض (مكدوس). ويداوم على ذلك يومياً لمدة  
أسبوع، فإذا لم تظهر الدودة أثناء ذلك مع البراز عمد إلى استعمال كمية أكبر  
من البذور بعد مقدمة تستمر ثلاثة أيام، يؤخذ في كل يوم منها الجزر والحوامض  
وبعض البصل والثوم، وفي اليوم الرابع نحضر عجينة البذور والسكر كما  
أسلفنا (١٦٠ غراماً) من البذور المقشورة ومثلها من السكر. ثم تقسم العجينة  
إلى قسمين متساويين، يؤكل أحدهما في الصباح قبل تناول الطعام (على الريق)  
وبعد ساعتين يؤكل القسم الثاني. وبعد ذلك بساعة واحدة تؤخذ ملعقة  
كبيرة من الملح الانكليزي مذاباً في نصف كوب من الماء الفاتر. وهذا يقتل  
الدودة حتماً.. لكن قد يتأخر سقوطها إلى اليوم الثاني. ويلاحظ ان استعمال  
بذور القرع لقتل الدودة الوحيدة، كما أسلفنا حال تماماً من الاضرار الصحية،  
يمكن استعماله دون ضرر عند الحوامل والأطفال، في حين ان أدوية الصيدليات  
المخصصة لذلك والتي تستخرج معظمها من (السرخس الذكر) لها مضاعفات لا  
تخلو من الاخطار الجدية في بعض الحالات.

قزازة:

وسماها احمد عيسى، حشيشة  
القزاز.

مكان النبتة:

في الحقول، وتوجد  
في طرابلس وصيدا وعبيه وبيروت.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٥٠) سم، تزحف ساقها الرفيعة  
المكسوة بصف من الشعيرات الدقيقة  
فوق الأرض ثم تصعد إلى الاعلى،  
أوراقها بيضوية الشكل متقابلة، تزهر  
طيلة السنة تقريبا أزهارا صغيرة  
بيضاء.

الجزء الطبي منها: العشبة كلها ما عدا الجذور.

المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin ومواد مدرة للبول ومسهلة  
للتقشع.

استعمالها طبيًا:

تستعمل العشبة الغضة فقط لأنها تفقد خواصها بعد التجفيف.

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يشرب مستحلبها أو عصيرها لمعالجة ضعف القلب

وخفقانه، ولتليين الباطنة وفي معالجة النزلات الصدرية الخفيفة.  
وشرب المستحلب أو العصير أو أكل العشبة الغضة مع السلطات يجفف  
البواسير ويزيلها.  
ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة حفنة من العشبة الغضة المفرومة  
لكل نصف لتر من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب بجرعات متعددة  
في اليوم.  
قسطل الفرس:

(كستنا الحصان): نوع شجر  
من فصيلة الصابونيات، له ثمار  
نشوية شبيهة بثمار القسطل، لكنها  
مرة، والماعز والضأن تأكلها، وهي  
مغذية.  
مكان النبتة: تزرع للزينة، وموطنها  
الأناضول في تركيا، على جوانب  
الطرق.

أوصافها: شجرة باسقة، يصل علوها إلى (٢٥ - ٣٠) متراً، أوراقها  
كبيرة ومجنحة (٦ - ٧) جوانح، وفي الربيع (آيار) تزهر عناقيد منتصبية  
كالشمعة، أزهارها بيضاء منقطة بنقط حمراء أو صفراء، تكون بعد العقد  
أثماراً كالقسطل، ضمن محفظة (قشرة) خضراء، شوكية. والثمرة بعد نضجها  
بنية اللون، ولها مذاق مر حاد.



الجزء الطبي منها: الأزهار في شهر أيار، والأثمار الناضجة في شهر أيلول، وقشر (لحاء) الأغصان الفتية.

المواد الفعالة فيها: سابونين Saponin، مواد دابغة، مادة شبه قلى في الأزهار، ومواد منقية للدم في القشور، ومواد مضادة للحميات والالتهابات في الأثمار.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تقشر الأثمار الناضجة وتحرق (تحمص) وتطحن كالبن. ويستعمل هذا المسحوق نشوقا (أنفية) لمعالجة الزكام، واللحمية (بولوب Polype في الانف، والتهاب جفن العين (الرمد). ومسحوق الأثمار الجافة غير المحروقة يستعمل أيضا لمعالجة الجلد المتشقق من (شقاء) العمل، لشفاء التشققات وإعادة المرونة إلى الجلد.

وتعالج العقد في ثدي الأنثى بلبخ ساخنة من مزيج من مسحوق أثمار القسطل ودقيق الشعير والنخل - غير الأورام الخبيثة كالسرطان وغيره. ويعالج الروماتزم بحمل بضعة أثمار في جيب الملابس في النهار ووضع البعض منها داخل وسادة الفراش في الليل.

ويعالج الروماتزم وداء النقرس وآلام الأعصاب (نويرالجي) وآلام تشليج الأصابع في الشتاء - بتدليك موضع الألم بصبغة الأثمار. وتسكن آلام الأسنان الخفيفة حالا عند تدليك اللثة بالصبغة، وتكرر عملية التدليك (٢ - ٣) مرات في اليوم. ولعمل الصبغة تقشر بعض الأثمار وتقطع قطعًا صغيرة وتغطس، في زجاجة محكمة السد، بالكحول لمدة بضعة أسابيع، تخض فيها يوميا، ثم تصفى وتعصر الأثمار، وتحفظ الصبغة في زجاجة مسدودة للاستعمال. وأما الأزهار فيستعمل زيتها لمعالجة الروماتزم بتدليك موضع الألم به، ويعمل الزيت بالطرق المعروفة.

ب - من الداخل: يستعمل مسحوق الأثمار المحروقة الذي سبق ذكره لمعالجة الاسهال، وعلى الأخص المخاطي منه، وذلك باستعماله مشروبا (يحضر كما تحضر قهوة البن)، ويشرب منه بضعة فناجين صغيرة في اليوم (تماما كما تشرب القهوة). وتستعمل صبغة الأثمار من الداخل لمعالجة البواسير، وذلك بأخذ (١٠) نقط من الصبغة في قليل من الماء، أو على قطعة صغيرة من السكر يوميا ولمدة طويلة.

وكذلك يمكن استعمال المسحوق غير المحروق بأخذ ربع ملعقة صغيرة منه (٣ - ٤) مرات في اليوم.

قصوان:

(عامية شامية يفيد تثبيتها، جنس أشواك مبذولة في الحقول وغيرها، وهي من المركبات).

مكان النبتة: الحقول والمزارع والمروج.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٤٠) سنتيمترا، أوراقها بدون ساق، طويلة مسننة وشائكة ومكسوة بشعيرات كنسيج العنكبوت، أزهارها صفراء باهتة اللون وشبه مستورة.

الجزء الطبي منها: الأوراق بين شهري أيار وتموز، ورؤوس الفروع مع الأزهار في شهري حزيران وتموز، وكذلك العشبة كلها،

المواد الفعالة فيها: مواد مرة، ومواد هلامية ودابغة، تسهل القشع والهضم، وتدر البول.  
استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل عصير العشب الغضة لمعالجة الحروق والقروح، وأضرار البرد في أصابع القدمين (تثليج)، ويمكن الاستعاضة عنه بمكمّلات المغلي.

ب - من الداخل: يشرب مستحلبها لتقوية الجسم في النقاهة من الأمراض، ولمعالجة قرحة المعدة والأمعاء، وسوء الهضم، واضطرابات الكبد. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة صغيرة من العشب الجافة لكل فنجان ساخن من الماء بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان يوميًا، وقبل الأكل بنصف ساعة.

ويمكن أيضًا استعمال الصبغة بدلًا عن المستحلب، وتعمل بإضافة (٢٠ - ٣٠) جزءًا من الكحول المركز (٩٥%) إلى كل جزء من العشب في زجاجة محكمة السد، توضع في مكان دافئ لمدة عشرة أيام، مع خضها يوميًا، ثم تصفى للاستعمال، ويعطى منها (٣٠) نقطة على قطعة صغيرة من السكر، أو في قليل من الماء، قبل الأكل بنصف ساعة (٢ - ٣) مرات في اليوم. ويحذر من تجاوز الجرعات، لأنه يسبب التقيؤ.

قنطريون صغير:

نبات عشبي من فصيلة

الجنطيانيات، ينبت برياً، ويستعمل

في الطب طاردا للدود).

مكان النبتة: في الأراضي الرملية

والأحراج والأدغال غير الكثيفة.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٢٠ - ٤٠) سنتيمترا، ساقها

عمودية ومربعة وفي الأعلى متفرعة،

أوراقها متباعدة ومتقابلة، تنبت من

الساق مباشرة، شكلها بيضوي ضيق،

تزه من شهر تموز إلى شهر أيلول،

وفي قمتها أزهار نجمية وردية اللون.

الجزء الطبي منها: كل ما هو فوق الأرض من العشبة المزهرة.

المواد الفعالة فيها: مواد مرة مقوية ومثيرة للشهية ولافرزات الغدد.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: تعالج القروح المزمنة بذر مسحوق العشبة فوقها مرتين

في اليوم، مع استعمال النقوع أو المسحوق من الداخل أيضا في آن واحد، كما

سيأتي الحديث عنه.

ب - من الداخل: المجال فيه واسع جدا، لذلك سميت العشبة باللغة

الألمانية (عشبة الألف ريال)، أي ان قيمتها العلاجية تساوى ألفا من الريالات.

ويستعمل نقوع العشبة أو مسحوقها لمعالجة ضعف الشهية للطعام، وضعف المعدة واضطراب إفرازاتها، كنقص نسبة حامض الكلورهدريك، أو زيادة كمية حامض اللبن فيها، وكلا الأمرين يسبب حموضة المعدة وحرقتها (التدشاية الحامضة).

وتعالج اضطرابات الكبد والخلل في إفرازاته، وكذلك أمراض الطحال والاضطرابات النفسية (انحطاط المعنويات) والاعراض الهستيرية - باستعمال النقع أو المسحوق. كما يفيد استعمالهما في معالجة تصلب الرئة بعد شفائها من الالتهاب، ومعالجة الاسهال الحاد في الصيف، وعلى الأخص إذا رافقه غثيان أو تقيؤ.

وأخيراً، يوصى باستعمال النقع أو المسحوق لمعالجة ضعف الدم (انخفاض نسبة اللون الأحمر الهيموغلوبين في كرياتة الحمراء). ويعمل النقع بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان واحد من الماء البارد، ويصفى بعد (٦ - ٨) ساعات، ليشرب طيلة اليوم بارداً وبجرعات متعددة. هذا والمنقوع مر المذاق، لذلك يفضل البعض باستعمال المسحوق بدلا عن النقع، وذلك بمقدار غرامين من المسحوق يوميا ممزوجا بقليل من العسل.

قنطريون عنبري:

(ترنشاه، وسماه احمد: ندى

العنبر، وهو مبذول ينبت برىا في

حقول الحبوب، وله زهر أزرق سماوي.

عشبة مبذولة ومعروفة، تنبت في

حقول الحبوب.

الجزء الطبي منها: أزهارها

الزرقاء.

المواد الفعالة فيها: مواد مطهرة

وقابضة.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: يستعمل منقوع الأزهار غسولا للعيون المصابة بالرمد،

ولتقوية العيون الضعيفة. ويحضر المنقوع من (١٠٠) غرام من الأزهار وليتر

من ماء المطر (أو الماء المقطر) لمدة (٢٤) ساعة، ثم تملأ زجاجة بيضاء

بالمنقوع وتترك لمدة (٣) أسابيع في الشمس، يصفى بعدها وتغسل به العين

مرة واحدة في المساء.

ب - من الداخل: لا يستعمل.

قيصوم:

مكان النبتة: يزرع، لكونه من التوابل.

أوصافها: عشبة متوسطة العلو بأوراق ضيقة طويلة ومنتشعة، لها رائحة الليمون الحامض. اما الأزهار التي تتفتح بين شهري تموز وآب، فصغيرة صفراء.

الجزء الطبي منها: الأغصان العليا الحاملة للأزهار، وكذلك الأوراق الغضة قبل ظهور الأزهار. المواد الفعالة فيها: زيت عطري، ومادة الاينولين **Inulin**.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يستعمل مرهم القيصوم لمعالجة التثليج في أصابع القدمين في الشتاء، وكذلك تثليج صيوان الاذن. ويعمل المرهم بسحق (دق) الأغصان المزهرة وغليها بشحم حيواني بالطرق المعروفة. وهذا المرهم إذا سبب الشعور بالحرقان عند استعماله يكون قوى التركيز، فيجب تخفيفه بزيادة كمية الشحم. ويمكن الاستعاضة عن المرهم بمكمدات صبغة القيصوم المنخفضة وذلك بإضافة خمسة اجزاء من الماء المغلى إلى جزء واحد من الصبغة.

ويستحسن استعمال القيصوم من الداخل أيضا في آن واحد وذلك بمقدار خمس نقط من الصبغة في فنجان صغير من الماء ثلاث مرات في اليوم. وتحضر صبغة القيصوم بسحق (دق) الأغصان المزهرة المجموعة في شهري تموز وآب واستخراج العصير منها، ثم بإضافة ستة أضعاف هذه الكمية من الكحول النقي إليها.

وهذه الصبغة تزيل من الجلد اللطخ الحمراء (شهوة) إذا دهنت بها يوميا ولعدة أسابيع، وكذلك تزيل عن الأنف الحمرة التي يصاب بها الكثيرون من مدمني معاقره الخمر.

ب - من الداخل: ان استعمال صبغة القيصوم من الداخل من أنجع الأدوية لتقوية أجسام الأطفال الضعفاء والمصابين بتضخم الغدد اللمفاوية في الرقبة (داء الخنازير) أو البطن (وهذا يقرره الطبيب)، فهي تقوى شهيتهم للطعام وتزيد وزنهم وتزيل عنهم اعراض الضعف والأمراض. وكذلك الناقهين من مرض طويل. ولهذا الغرض يعطى لهم ثلاث إلى أربع نقط (٣ - ٤) من الصبغة في مقدار ملعقة من الماء ثلاث مرات يوميا، ويستمر على ذلك بضعة أشهر. وهذه المعالجة تفيد أيضا المصابين بفقر الدم والاسهالات المزمنة والتهابات اللوزتين وديدان الأمعاء على أن تستمر المعالجة مدة طويلة إلى أن تزول اعراض المرض تماما أو ينعدم وجود الديدان في البراز.



كتان معروف أو شائع:  
(يزرع لاليافه وهي تنسج أنساجا مشهورة، وفيه ضروب).  
مكان النبتة: نادرا ما توجد  
برية، وتزرع في بداية الربيع  
(آذار).

أوصافها: يبلغ ارتفاع ساقها نحو  
متر وهي مبرومة ملساء، تنبت على  
جانبيها أوراق غير متقابلة، لها شكل  
الحرية وفي رأس الساق وفروعه  
أزهار زرقاء تكون في أوائل شهر  
آب بذورا صغيرة ملساء، لونها أحمر  
فاتح أو أحمر قاتم.

الجزء الطبي منها: البذور بعد نضجها وتجفيفها.  
المواد الفعالة فيها: زيت دهني ومادة هلامية مليئة ومسكنة للالتهاب  
وآلامه.

استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل لبخ بذر الكتان الساخنة لمعالجة وتسكين آلام  
التهابات المعدة وأسفل البطن والتهاب الغدة النكفية (أبو كعب) والغدد  
اللمفاوية والدمامل والقروح الصلبة وأمراض الجلد التي تفرز القيح والقشور.

وتعمل اللبخ من البذر المسحوق أو دقيقه، وذلك بمزجه مع الماء الساخن حتى يصبح عجينة مرنة تفرد بين طبقتين من الشاش وتوضع فوق الموضوع المراد معالجته وتغطي بقطعة أكبر من نسيج صوفي. ويستعمل مرهم زيت الكتان لمعالجة الحروق. ويعمل المرهم بمزيج زيت الكتان مع ماء الكلس أو زلال البيض ويدهن به الحرق بريشة طائر أو فرشون.

ب - من الداخل: إن بذور الكتان بما تحتويه من زيت ومادة هلامية تلتطف التهابات الجلد المخاطي وتسكن آلامه: ففي الجهاز التنفسي تزيل آلام السعال الجاف (نزلة شعبية خصوصا بعد الحصبة) وتحد من شدة نوباته. وفي الجهاز الهضمي تزيل الامساك وخصوصا الناتج عن تشنجات، والذي الأمعاء يعرف من تصلب البراز وخروجه قطعاً صغيرة مثل (البعر)، وذلك لان الزيت والمادة الهلامية في البذور تزيل التشنج وتكسو البراز بمادة هلامية تسهل خروجه. وبذر الكتان يسكن أيضا آلام القرحة المعدية والمعوية ونوبات المغص الناتج عن وجود حصاة في المرارة أو حصاة في الكلى، وآلام التهابات الجهاز البولي (الكلى، المثانة، البروستات.. الخ). وذلك كله بشرب فنجان إلى فنجانين من مغلي بذور الكتان في اليوم بجرعات صغيرة. ويعمل المغلي من ملعقة كبيرة من بذور الكتان في ربع لتر من الماء (كوب) يغلى لمدة (٣) دقائق، ثم يترك لمدة عشر دقائق. لكن هذا المغلي لا يفيد كثيرا في معالجة الامساك، ففي هذه الحالات يفضل طحن مقدار ملعقة كبيرة إلى ملعقتين من البذور في مطحنة البن ومزج المسحوق بقليل من الماء الفاتر ثم شرب المزيج كله دفعة واحدة. ويمكن أيضا اخذ مقدار ملعقة صغيرة من البذور غير المطحونة في الفم وبلعها مع جرعة من الماء في الصباح وفي المساء. ولتحسين طعم البذور، يمكن مزج

مقدار ملعقة كبيرة من مسحوقه بمقدار ملعقة صغيرة من عسل النحل، وإضافة  
بضع نقط من عصير ليمون الحامض إلى المزيج وشربه في الصباح قبل الأكل.  
ويستعمل زيت الكتان من الداخل لمعالجة نوبات مغص حصاة المرارة وإنزالها  
إذا كانت صغيرة الحجم، وذلك بشرب مقدار (٤) ملاعق كبيرة من الزيت  
يومية بجرعات صغيرة متعددة. كذلك تعالج قروح الأمعاء الغليظة،  
وقروح التيفوئيد في الأمعاء بشرب (٣) ملاعق من زيت الكتان مرة واحدة  
في اليوم.

كروياء:

(يلفظونها في الشام كراويا، وهي  
من أصل يوناني).

مكان النبتة: برية في المروج الجافة  
وحافة الطرق، وتزرع لبذورها.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

(٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر، لها رائحتها

الخاصة المعروفة، أوراقها مجنحة،

تزهري في شهري أيار وحزيران أزهارا

بيضاء ونادرا حمراء، تكون في

شهر تموز بدورا صغيرة سمراء، يسهل

تمييزها برائحتها الخاصة عن شبيهاتها

من بذور لا رائحة لها.

الجزء الطبي منها: البذور

الناضجة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع د - كارفون Carvun - D، و د - ليمونين Limonen - D، مساعد للهضم، وطارد للغازات المعوية، ومسكن للمغص.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تستعمل البذور الساخنة لمعالجة المغص المعوي، وخصوصا عند الأطفال، وذلك بأن يملأ كيس صغير من قماش كتاني بالبذور ويسخن، ثم يوضع فوق البطن ويثبت برباط. ويدلك جدار البطن بزيت البذور لتسكين المغص المعوي وطرده الغازات، ولتسكين آلام أسفل البطن (رحم، مبيض... الخ). كما يستعمل التدليك الموضعي بالزيت لتسكين آلام الروماتيزم في العضلات والمفاصل. ويعمل الزيت من كمية من البذور مع ضعفها من زيت القطن أو الزيتون، وجزء معادل لها من النييد الأبيض، ثم يغلى المزيج إلى أن تتبخر منه كمية النييد، ويدلك موضع الألم بهذا الزيت ويغطى بضماد دافئ (صوفي).

ب - من الداخل: تعطى البذور كحساء (شوربا) أو كمستحلب لمعالجة انتفاخ البطن الغازي، وما يتسبب عنه من اضطرابات في القلب، كما يعطى أيضا للنساء في الأيام الأولى من النفاس لادرار الحليب. ويحضر المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من البذور لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه وهو ساخن (١ - ٢) فنجان في اليوم. وللأطفال يغلى مقدار ملعقة صغيرة من البذور في فنجان من الحليب لمدة ثلاث دقائق، ويعطى ساخنا.

اما الحساء فيعمل بطبخ كمية وافرة من البذور مع قليل من الدقيق

المحروق (المحمص) بالماء وتصفيته بعد النضج بواسطة منخل أو قطعة من الشاش.

كرفس:

(بقل من فصيلة الخيميات).

مكان النبتة:

تزرع.

أوصافها: بقلة يبلغ ارتفاعها نحو

نصف متر إلى المتر، أوراقها مسننة

ومجنحة، أزهارها صغيرة مشربة

خضرة، جذرها كروي بحجم

قبضة اليد.

الجزء الطبي منها: الجذر

والأوراق في الربيع والصيف.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار

مع مادة التربنين Terpenen، ومواد

هلامية ونشوية، ومواد مدرة

للبول.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يؤكل غضا (رأسين يوميا) ولمدة بضعة أشهر،

لمعالجة الروماتزم، والنقرس، والانقباض النفساني، والضعف العصبي، وكذلك  
الضعف الجنسي. وسلطة الكرفس ممزوجة بتفاحة مبشورة، لذيدة الطعم،  
سهلة التحضير، وتؤمن جميع فوائده الطبية.

كرنب، كرنب

Brassica Oleracea

كرنب، كرنب:

(بقلّة زراعية من فصيلة الصليبيات، تسمى الملفوف، واللخنة في الشام،  
والأولى عربية مولدة لالتفاف ورق هذا النبات، والثانية عامية تركية. ولا  
يطلق الشاميون لفظ الكرنب إلا على: Brassica Caulorapa، في حين ان  
هذه الكلمة العربية تدل في اللغة على هذا النبات، أي: Brassica Oleracea،  
والمصريون يسمونه اليوم بها، وهي من أصل يوناني Krambe، ويجب قبول  
ضبط كرنب بضم الكاف والراء، خلافا لما ذكره الزبيدي في التاج من أنه  
ضبط عامي).

معروف ولا يحتاج للوصف.

استعماله طبيًا:

مخللا مختمرا لمعالجة الامساك المزمن، والربو (استما)، وعرق النسا

(اسياتيك)، ومرض البول السكري، والاسكوربوت، ومعالجة الحروق والقروح.

ولعمل المخلل، يفرم الكرنب (الملفوف) فرما ناعما ويمزج مع ملح الطعام بنسبة (٥٠) غراما من الملح لكل كيلو غرام من الكرنب، ويضاف إليه كمية من بذور الكراويا، ويوضع في إناء فخاري أو خشبي، ويغطي ببضع أوراق غير مفرومة من الكرنب، ثم بقطعة من الخشب، على أن تدخل هذه داخل الإناء وتثقل بحجر ثقيل ومنظف بالماء الساخن والصابون - لكبسه وتسهيل تخمره. وبعد التخمر يفرز مرقا حامضا، يمكن استعماله لتكميد القروح والحروق، كما يعطى منه يوميا مقدار فنجان واحد لمرض السكر في الصباح قبل الأكل.

ولمعالجة الربو وعرق النسا والامساك يعطى المخلل مع الأكل أو يطبخ على طرق متنوعة، ويستعمل على المائدة كخضار. واستعماله في بداية كل ربيع ينقى الدم وينشط الجسم لكثرة ما يحتويه من فيتامينات آ. ب. س. C. B. A .

كشمش أسود:

(لم أتقن من مدلول الكشمش في المفردات والثابت في المعاجم انه عنب لا نوى له، وقد درجوا حديثا على استعمال هذه الكلمة اسما لهذه النباتات، ولا أرى بأسا في ذلك. جنس جنبات مثمرة من فصيلة الكشمشيات تزرع لثمرها). مكان النبتة: يزرع لثمره، أقلام خشبية تزرع في الخريف.

أوصافها: نبتة معمرة يصل ارتفاعها إلى المتر ونصف المتر لها رائحة (البق)، أوراقها مسننة بخشونة وذات (٣ - ٥) جوانح، أزهارها عنقودية صفراء مشربة خضرة وفي الداخل حمراء، وتنبت عناقيدها من خشب الأغصان مباشرة، أثمارها عنبية سوداء (ويوجد منها نوعان آخران: أبيض وأحمر، لا يشملهما موضوعنا الطبي).

الجزء الطبي منها: الأوراق في شهري أيار وحزيران والأثمار العنبية في شهري تموز وآب.

المواد الفعالة فيها: في الأوراق زيت طيار، وفي الأثمار فيتامينات وحوامض عضوية، مدرة للبول والعرق وقابضة مضادة للعفونة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تستعمل الأوراق الغضة لمعالجة الجروح بتضميدها بها.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة الروماتزم والنقرس،

وكمدر للبول لتنقية الجسم من (الاوزيما والانصبابات)، وكذلك كمعرق في

الحميات وغيرها. ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملعقتين صغيرتين لكل فنجان

واحد من الماء ويشرب منه فنجان إلى فنجانين في اليوم. ويمكن تحضير خليط

من أجزاء متساوية من أوراق الكشمش الأسود والعليق المعروف، وذلك بترك

الأوراق أولاً إلى أن تذبل ثم تدق قليلاً بمدقة خشبية وترش (تبخ) بقليل من

الماء وتترك داخل كيس صغير من القماش مدة ثلاثة أيام، ليتم تخمرها، وتحفظ

بعدها في علب من الصفيح لاستعمالها عند الحاجة. والمستحلب المحضر من هذا

الخليط زكي الرائحة والطعم وكثير الفائدة، ويستحسن استعماله في الصباح

(عوضاً عن الشاي). وتستعمل الأثمار الطازجة أو عصيرها (بعد تسخينه)



في التهاب الحلق والسعال، ومغلي الجاف منها للغرغرة في التهابات الفم. ويمكن طبخ الأثمار مع السكر (مربى) كما يمكن عمل صبغة منها بالطريقة الآتية: أثمار ناضجة تماما تملأ في إناء زجاجي، ثم يملا ما تبقى من الفراغ في الإناء حتى ثلثيه بالماء ويضاف إليه الكحول المركز (٩٥ %) إلى أن يتم ملؤه، ثم يسد الإناء سدا محكما ويترك في الشمس لمدة عشرة أيام مع خضه مرة أو أكثر في كل يوم. ويصفى بعد ذلك مع عصير الأثمار بقطعة من الشاش، ويحلى بقليل من السكر، ثم يحفظ بزجاجات مسدودة للاستعمال. ويؤخذ منه مقدار ملعقة كبيرة (٢ - ٣) مرات في اليوم.

كمثرى

### Pirus Communis

كمثرى: انجاص في سورية ولبنان.

من الفواكه المعروفة التي لا تحتاج إلى وصف ولا صورة. وتستعمل أثماره في الطب لمعالجة ضغط الدم في سن اليأس (٥٠ - ٦٠ سنة من العمر) أو بنتيجة تصلب الشرايين أو مرض الكلى. وكذلك تستعمل لتصريف الانصبابات (اوزيما) الناتجة عن أمراض القلب والكلي والكبد، وذلك بتقشير مقدار كيلو أو كيلو ونصف من الكمثرى وبرشها وأكلها على دفعات أثناء اليوم كله، على أن لا يأخذ المريض في هذا اليوم أي سائل آخر للشرب، وتكرر هذه العملية (٢ - ٣) مرات في الأسبوع.

كنبات الحقول:

ذنب الخيل (المفردات، هو ذنب الخيل على التحقيق ولعل الكنبات أحد أنواعه، جنس نباتات عشبية من مستورات الزهر الوعائية وفصيلة ذنب الخيل، وهي تنمو في الأراضي الرطبة).  
مكان النبتة: الأراضي الرطبة في الحقول وعلى حواشي الأحراج، وللكنبات أنواع كثيرة ليس لها ما لكنبات الحقول من فوائد طبية.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٤٠) سنتيمترا، ساقها معقدة، وتحيط في الربيع كل عقدة منها محفظة مسننة، وتنتهي الساق في الأعلى بسنبلة سمراء، وفي الصيف تطرد من كل عقدة من عقد الساق فروع دائرية مغزلية ومعقدة أيضا ولا تحمل أوراقا، وليس للكنبات أزهار ظاهرة. الجزء الطبي منها: الفروع في الصيف.

المواد الفعالة فيها: حوامض مع مادة السابونين Saponin، ومواد محلطة للدم (توقف النزيف)، وأخرى تقوى أنسجة الرئة وتدر البول. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج الآفات الجلدية المستعصية كالاكزما وداء الذئب (سل يصيب جلد أرنبه الانف في الجانبين ويقرحه) وغيرها - الجافة منها والتي تفرز مواد صديديّة تنتن، والتهابات الأظافر ونخرة العظام باللبخ الساخنة أو التكميد بالمغلي أو بحماماته. وتعمل اللبخ بسلق العشبة ووضعها وهي ساخنة بين طبقتين من الشاش فوق موضع الألم. ويعتبر المغلي من أكثر الأدوية فائدة في معالجة التهابات الكلى والمثانة وحصاتهما بالتكميد والحمامات المقعدية مع استعماله من الداخل في آن واحد، ففي التهابات الكلى توضع مكمدات المغلي الساخنة فوق موضع الكلية المصابة أو بلفافة حول الظهر والبطن معا إذا شمل الالتهاب الكليتين. ولتكميد المثانة توضع المكمدات الساخنة فوق العانة أي فوق أسفل البطن. والحمامات في مثل هذه الحالات أكثر فائدة من المكمدات، وخصوصا في معالجة الرمل والحصاة الصغيرة في الكلية أو المثانة، أو انحباس البول عند الشيوخ

المصابين بتضخم البروستات. ولهؤلاء يوصى بشرب المغلي بعد الحمام مباشرة وحبس البول إلى أقصى ما استطاع ليزداد ضغطه عند التبول، فيوسع المجرى ويجذب معه الرمل والحصى الصغيرة إلى الخارج ويزيل انحباس البول في تضخم البروستات. ولعمل المغلي للتكميد أو الحمامات يغلى مقدار حفنة من الكنبات لمدة (٢٠) دقيقة في كمية كافية من الماء لعمل الحمام (حمام جزئي مقعدي أو لليدين أو القدمين) أو المكمدات، ويستعمل وهو ساخن بدرجة (٢٦ - ٣٠) درجة مئوية، ويكرر الحمام ثلاث مرات في اليوم، ومدته في كل مرة منها ربع ساعة.

وتعالج البواسير أيضا بتكميدها بالمغلي أو بحماماته المقعدية الساخنة، كما يمكن معالجتها أيضا بالتليخ بالعشبة الغضة المهروسة. ولمعالجة الالتهاب في اللثة (لحمية الأسنان) وجذور الأسنان - تدلك اللثة بعصير العشبة الطازج. وللحصول عليه تهرس (تدق) العشبة الغضة وتعصر في قطعة من الشاش. ولمعالجة التهابات الغدد الدهنية في أجفان العين (شحاد) تبخر الأجفان المصابة ببخار المغلي أو تكمد به.

ويستعمل الاستنشاق بالمغلي البارد لوقف الرعاف (نزيف الانف)، وذلك بغلي ملعقة كبيرة من الكنبات في ربع لتر (كوب) من الماء لمدة ربع ساعة، ثم تصفيته وتركه إلى أن يبرد تماما قبل استعماله للاستنشاق (الاستنشاق به وهو ساخن يزيد النزيف ولا يوقفه) وإذا تكرر النزيف يثابر على الاستنشاق يوميا والى ما بعد توقف النزيف بعدة أيام. ويعالج عرق القدمين الغزير (أو غيرهما من اجزاء الجسم) بتجفيف العرق بفاط جافة وطيها وخصوصا بين الأصابع بصبغة الكنبات. ولعمل الصبغة يضاف إلى (١٠) غرامات من الكنبات في زجاجة محكمة السد (٥٠) غراما

من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتترك الزجاجة في مكان دافئ لمدة (١٤) يوما، مع خضها يوميا مرة واحدة على الأقل وتصفيتها بعد ذلك، ثم حفظها للاستعمال.

ويستعمل البعض مرهم الكنبات لمعالجة القروح والجروح النتنة العفنة، ويعمل بغلي ملعقة كبيرة من الكنبات، في ربع لتر من الماء والاستمرار في غليها إلى أن يتبخر ثلاثة أرباع السائل، يصفى بعدها وتعصر الأوراق فيه بقطعة من الشاش ويمزج بمقدار (١٢٥) غراما من الشحم السائل الساخن، ويغلى المزيج فوق نار خفيفة ببطء، ثم يرفع عن النار ويستمر في تحريكه ومزجه إلى أن يبرد.

ب - من الداخل: استعمال الكنبات من الداخل يوقف النزيف الداخلي في الرئة أو الجهاز الهضمي (المعدة والأمعاء)، والجهاز البولي (الكلية والمثانة) ونزيف الرحم والبواسير أيضا. ولهذا الغرض يمكن استعمال عصيره بمقدار ملعقة صغيرة كل ساعتين (٥ - ٦) ملاعق في اليوم، أو استعمال المسحوق منه (ملعقة صغيرة من المسحوق كل ساعتين)، أو شرب مغلى مركز يعمل من غلى مقدار (٥٠) غراما من العشبة في كوب من الماء لمدة نصف ساعة وشربه وهو بارد في نزيف المعدة، وساخن في نزيف الرئة.

ويشرب المغلى أيضا لمساعدة المعالجة الخارجية في التهابات الجهاز البولي، وتضخم البروستات، وانحباس البول، السالفة الذكر، وللوقاية من مرض تصلب الشرايين.

ويعتقد البعض ان شرب المغلى يفيد كثيرا في الوقاية من الإصابة بالسرطان والشفاء منها.

ويستعمل المغلى للغرغرة في التهاب اللوزتين وعفونة الأسنان ورائحة الفم الكريهة وللاستنشاق في الزكام المزمن ولحمية (بوليب) الانف. ولتأثيره المدر للبول يستعمل شرب المغلى أيضا لمعالجة الانصبابات (تجمع السوائل) في الجسم أو تجاويفه (كيس القلب، البلورا.. الخ)، وأخيرا يوصى بشرب نبيذ الكنباث لتقوية أعضاء الحوض الصغير وتنشيط لون البشرة عند النساء. ولهذا الغرض تهرس كمية من العشبة الغضة وتنقع لمدة أسبوعين في زجاجة من النبيذ، ثم تصفى ويشرب منها فنجان صغير قبل الاكل ثلاث مرات في اليوم.

ويعطى المسحوق مغليا بالحليب للأطفال لتقوية بنيتهم بوجه عام.

كيس الراعي:

(مترجمة) عشبة ذكرها بوست  
وقال إنها مبذولة ولم يذكر لها اسما  
عربيا (وهي غير جراب الراعي  
السابق تعريفه).

مكان النبتة: في المروج في كل  
مكان في الحقول والبساتين وحواشي  
الطرق، ويشاهد على بعضها عفن  
ايض وهذه غير صالحة للاستعمال  
الطبي.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٢٠ - ٤٠) سنتيمترا، بأغصان

عارية من الأوراق، تحمل أزهارا عنبية، لونها أبيض غير ناصع، تكون فيما بعد قرونا صغيرة، أوراقها مجمعة حول قاعدتها فوق سطح الأرض، وهي طويلة ومجنحة.

الجزء الطبي منها: العشبة كلها، وعلى الأخص في أشهر الصيف (أيار - تموز)، ويفضل دائما الجزء الاعلى منها.

المواد الفعالة فيها: مادة الخولين Cholin وشبه قلى، ومواد قابضة وموقفة للنزف.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: يستعمل المرهم لوقف النزف الخارجي الخفيف (بواسير، جروح)، ولعمل المرهم يمزج (٢٠) غراما من عصير العشبة الغضة بمقدار (٤٠) غراما من الشحم الحيواني المذاب فوق نار بطيئة، ويغلى لمدة بضع دقائق، ويستعمل باردا.

ويعالج التهاب ثدي الأنثى في بدايته بلبخ جافة من العشبة الساخنة بين طبقتين من الشاش.

ب - من الداخل: يستعمل المغلى أو الصبغة لوقف النزيف الداخلي في المعدة (قرحة معدية)، أو الأمعاء (تيفوئيد) زحار (دوسنطاريا)، والرئة (سل رئوي)، والكلى والمثانة (البول المدمم)، والرحم (تزايد الحيض، نزيف الأورام في الرحم، النزيف في سن اليأس)، ويستعمل المغلى حقنا في الشرج لوقف نزيف البواسير (١٠٠ غرام من المغلى)، وفاترا للاستشاق لوقف الرعاف.

ويعمل المغلى بنسبة نصف حفنة من العشبة الغضة أو ثلاث ملاعق صغيرة من العشبة المجففة لكل نصف لتر (كوبين) من الماء لشربه بعد التصفية بجرعات متعددة في اليوم، أو لاستعماله للحقن الشرجية، أو الاستنشاق. ولعمل الصبغة تهرس كمية من العشبة الغضة، ويصفى عصيرها بقطعة من الشاش، ويمزج العصير بكمية مساوية له من الكحول المركز (٩٥ ٪)، ويعطى منه (١٠) نقط على قطعة من السكر أو فنجان صغير من الماء ثلاث مرات يوميا.

لبلاب:

(وهو جنس نباتات عشبية أو نصف خشبية، معظمها معترشة من فصيلة المحموديات).  
مكان النبتة: السياج والأدغال، على حواشي الأنهر، وتوجد في طرابلس.



أوصافها: عشبة معترشة (زاحفة، متسلقة) يبلغ طول ساقها بضعة أمتار، أوراقها مفردة طويلة، حرايبية الشكل، ولها ساق طويلة، تنبت عن قاعدتها ساق آخر طويلة للزهرة، تزهر في شهري حزيران وتموز أزهارا بوقية الشكل، كبيرة، بيضاء، يحيط بقدمها ورقتان كبيرتان، وتتكاثر العشبة من فروع الجذور المتعددة داخل الأرض.

الجزء الطبي منها: الجذور في شهري (آذار ونيسان)، أو في (آب وتشيرين الأول)، والعشبة في حالة الأزهار حزيران، تموز).  
المواد الفعالة فيها: مواد صمغية ومسهلة.  
استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يشرب مغلى الجذور أو مستحلب الأوراق والأزهار لمعالجة الامساك المزمن، ويعمل بالطرق المعروفة ونسبة (٤) غرامات لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد في المساء. هذا وتوصي الكتب الفرنسية بجعله مركزا، بحيث تكون النسبة فيه (١٢) غراما لكل فنجان من الماء.

لبلاب الحقول، لبلاب صغير، عصب، عصب:  
(القاموس،: نوع معترش مضر، يركب المزروعات والشجر).  
مكان النبتة: في الحقول والبساتين.  
أوصافها: عشبة معترشة (زاحفة، متسلقة)، يبلغ طول ساقها نحو متر،  
أوراقها كأوراق اللبلاب السابق وصفها، إلا انها أصغر حجما، تزهر في  
شهري حزيران وتموز أزهارا بوقية أصغر من أزهار اللبلاب، لونها إما أبيض،  
بخطوط حمراء، أو وردية.  
الجزء الطبي منها: الجذور في شهري آذار ونيسان، أو في الخريف في  
شهري أيلول وتشرين الأول، وكذلك العشبة في الأزهار (حزيران، تموز).  
المواد الفعالة فيها: واستعمالها طبيا كما سيأتي وصفه في اللبلاب، ولكنه  
أضعف تأثيرا منه.

لبلاب متسلق، لبلاب كبير، قسوس:  
القسوس معربة من اليونانية قديما،  
واللبلاب من السريانية.  
مكان النبتة: برية في الأحراج  
وبجانب الصخور والجدران، وتزرع  
في الحدائق أو بقرب جدران البيوت.  
أوصافها: عشبة دائمة الخضرة،  
تتسلق حتى ارتفاع (١٥) مترا مثبتة  
بجذور صغيرة لصاقة، أوراقها دائمة  
الخضرة، الحديث منها مجنح (خمسة  
أجنحة) والقديم بيضوي الشكل،  
رأسه دقيق، أزهارها صغيرة، صفراء،  
خضراء، وغير ظاهرة وبمجموعات كروية.  
الجزء الطبي منها: الأوراق الحديثة في شهري نيسان وأيار.  
المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin معرق ومدر للبول ومسهل للقشع.  
استعمالها طبيا:  
أ - من الخارج: تهرس الأوراق وتستعمل لبخا لمعالجة المسامير في أصابع  
القدم (كالو)، والقروح، والحروق، وبعض الأمراض الجلدية.  
ب - من الداخل: يشرب المغلى لمعالجة داء الخنازير، والنقرس،

والروماتزم، والسعال المزمن، ويعمل بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) غرام لكل فنجان من الماء - تجاوز هذا المقدار محفوف بالاضرار - ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم.

لبيدة (احمد عيسى).

وهي على نوعين، كبيرة الأزهار، وصغيرتها، ولا فرق بينهما من الوجهة الطبية.

مكان النبتة: في الأراضي الرملية الجافة.

أوصافها: عشبة ترتفع عموديا كالشمعة، وقد يصل ارتفاعها إلى نحو مترين، ساقها مفردة، ومكسوة بشعيرات غزيرة كالصوف، أوراقها طويلة،

تنتهي برأس دقيق، ويغلف القسم الأسفل منها الساق، تزهر بين شهري (تموز وأيلول) أزهارا مستديرة (كبيرة أو صغيرة حسب النوع) صفراء تفوح منها رائحة عطرية.

الجزء الطبي منها: الأزهار المتفتحة تماما، وبدون كأسها الأخضر، ويلاحظ وجوب وقايتها من الضوء والرطوبة بحفظها بعد التجفيف في علب من الصفيح.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية مع مادة السابونين Saponin تسهل القشع وتدر البول ومضادة للالتهاب. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج التهابات جفن العين بطلي الجفن بالصبغة المخففة، وتعالج بالصبغة أيضا الآلام الروماتزمية في الوجه مع استعمالها من الداخل أيضا في آن واحد. وتعالج الأورام والدوالي في الساقين بطليها بزيت الأزهار، ولعمله تغمر الأزهار في زجاجة شفافة ومحكمة السد، بزيت الزيتون وتوضع في الشمس لمدة ثلاثة أسابيع وتصفى.

وتعمل الصبغة بمزج عصير العشب الغضة (أوراق وأزهار) بكمية معادلة له من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتخفف بالماء لاستعمالها من الخارج، ولاستعمالها من الداخل يعطى منها (٥) نقط في ملعقة من الماء ثلاث مرات في اليوم.

ب - من الداخل: يشرب مستحلب الأزهار لمعالجة السعال الجاف ولا سيما المصحوب بالتهاب الحنجرة (بحة الصوت)، ونوبات الربو (استما). وشربه يثير عرق الجسم ويخفض الحرارة وبذلك يفيد في معالجة الانفلونزا.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملعقة كبيرة من الأزهار لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويترك قبل استعماله مدة عشر دقائق للتخمير، يصفى بعدها بقطعة من القماش الكتاني لتنقيته من الشعيرات، ويشرب محلى بسكر النبات، كما يمكن مزجه مع الحليب أيضا، ويعطى منه فنجان إلى فنجانين في اليوم.

ويعطى زيت الأزهار (٥ نقط على قطعة من السكر، ثلاث مرات يوميا) لمعالجة سلس البول (خروج نقط لا إرادية من البول) والتبويل الليلي (البول في الفراش).

كما تستعمل الصبغة من الداخل أيضا لمساعدة العلاج الخارجي في آلام الوجه، والصداع، العصبية والروماتزمية.

لسان الحمل:

(آذان الجدي) السناني (ولسان الحمل على ثلاثة أنواع: لسان الحمل السناني، ولسان الحمل المتوسط، ولسان الحمل الكبير، جنس نباتات عشبية معمرة، طبية، برية، من فصيلة الحمليات).

مكان النبتة: في المروج، وعلى حواشي الطرق.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر، تنبت أوراقها مجموعة من فوق الأرض مباشرة وهي بشكل

حربة طويلة مخططة طوليا (٥ - ٧) خطوط، تزهر في شهري أيار وحزيران  
أزهارا صغيرة سمراء أو صفراء بيضاء مجموعة في سنبله على رأس ساق طويلة.  
الجزء الطبي منها: الأوراق حتى بداية الأزهار والعشبة كلها مع جذورها  
وقت الأزهار (أيار، حزيران).

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية و كلوكوزيد الايكويين - Aucubin  
Glycosid، مقشع ومضاد للاسهال ولتحليلط الدم (تجمد الدم).  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لسان الحمل يحوي هورمونا جراحيا يجعله مفيدا جدا  
في معالجة جميع أنواع الجروح (قطعية، وخزية، هرسية، تسلخات،  
جروح، عضة الحيوانات كالكلاب وغيرها، وعقص الحشرات كالنحل والدبور  
والزلاقط.. الخ). ولهذا الغرض تغسل الأوراق الغضة جيدا ثم تهرس (تدق)  
وتوضع فوق موضع الإصابة (لبخ) فتسكن الألم والحرقان وتساعد على الشفاء  
السريع. وتستعمل الأوراق المهروسة بالطريقة نفسها لمعالجة التهاب الدوالي في  
الساقين، وتوضع في الحذاء لإزالة التعب والألم والحرقان من الاقدام المتعبة في  
المشي الطويل. كما تسكن آلام الأسنان والنخرة فيها بمضغها في الفم. ويشفي  
التهاب الاذن البسيط والمتوسط الشدة، بتقطير بضع نقط من عصير الأوراق  
الغضة في داخل الاذن، أو بتنقيط بضع نقط من ماء ساخن أضيف إليه بضع  
نقط من صبغة الأوراق.

وللحصول على العصير تهرس الأوراق الغضة (تدق) وتعصر بقطعة من  
الشاش لاستعماله في الحال، وأما العصير للتخزين فيعمل بالطريقة التالية:  
(٦) أجزاء من الأوراق تترك بضع ساعات إلى أن تذبل، ثم تفرم ويضاف

إليها خمسة أجزاء من الكحول المركز (٩٥ ٪) وبعد نصف ساعة (٤٥) جزءاً من الماء الساخن بدرجة الغليان، وتترك لمدة (٢٤) ساعة مع تحريكها أثناء ذلك بضع مرات، ثم تصفى بقطعة من نسيج كتاني وبالضغط الخفيف ويضاف إلى السائل مقدار وزنه مرة ونصف من سكر النبات المسحوق، ثم يغلى إلى أن يفور ويوضع في زجاجات سمراء ملونة تسد سدا محكماً وتحفظ في مكان بارد وبعيد عن الضوء.

وأما الصبغة فتعمل بفرم أوراق غضة فرما ناعماً (بما كينة فرم اللحم) وإضافة كمية تغمرها من الكحول المركز (٩٥ ٪) وتركها في مكان مظلم في إناء زجاجي محكم السد لحين الاستعمال.

ب - من الداخل: يستعمل المستحلب أو الشراب أو العصير أو العسل أو الملابس لمعالجة الأمراض الصدرية وعلى الأخص السل منها والسعال الديكي والربو (استما) ولمعالجة سوء الهضم من اضطرابات المعدة أو الكبد، والاسهال ولطرد الديدان المعوية، ولمعالجة التهابات المثانة (حرقان البول) والتبول الليلي أثناء النوم في الفراش، ولتقوية البنية والدم عند الضعفاء من الأطفال والاحداث.

ويعتبر استعمال العصير من الداخل من أنجع الوسائل للوقاية من جلطة الدم Thrombose بعد العمليات الجراحية أو في أمراض القلب والأوعية الدموية، ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة من الأوراق المفرومة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويعطى منه (٢ - ٣) فناجين يوميا محلاة بالعسل أو سكر النبات.

وأما العسل فيعمل بغلي كمية من عصير الأوراق الغضة بما يعادلها من



العسل وقليل من الماء لمدة نصف ساعة، ويمكن بعد ذلك حفظه في زجاجة محكمة السد لمدة سنة كاملة، ويعطى منه ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم. ويعمل الملبس بغلي العصير مع السكر بدلا عن العسل، ثم صبه فوق بلاطة مطلية بالزبدة أو الزيت وتقطيعه وهو ساخن بسكين مطلي بالزبدة أيضا، قطعا صغيرة تبرد وتجفف للتخزين.

لسان الحمل المتوسط:

يختلف بعض الشئ عن النوعين الآخرين من أنواع لسان الحمل، فأوراقه قصيرة معينة الشكل وأزهاره بيضاء بخيوط دقيقة بنفسجية، ويستعمل كلسان الحمل السناني ويفضل عنه في معالجة الآلام العصبية (نويرالجي).

لسان الحمل الكبير:  
يمتاز عن النوعين السابقين من أنواع لسان الحمل بأوراقه العريضة  
كمضرب التنس، وبساقه الطويلة وبسنابل أزهاره الطويلة، أما  
أزهاره فيبضاء - سمراء. وهو يستعمل كلساني الحمل السناني، ويفضل على  
النوعين الآخرين في معالجة التبويل الليلي، وتستعمل أوراقه خاصة  
للاقلاع عن عادة التدخين، وذلك بشرب ملعقة صغيرة من مستحلبه كل  
ساعتين، لابطال الرغبة في التدخين، وجعله غير مستساغ، ويعمل المستحلب  
بنسبة ملعقة صغيرة من الأوراق الجافة المفتتة، لكل فنجان من الماء الساخن  
بدرجة الغليان.

مدرة مخزنية:

(الاسم العلمي من اليونانية بمعنى .

اللبن، إشارة إلى انها تزيد الدر،

جنس زهر من القرنيات الفراشية).

مكان النبتة: ينذر ان توجد

برية، وهي تزرع لأزهارها.

أوصافها: يبلغ ارتفاعها نحو

متر، ساقها جوفاء، ينبت من أجزاء

متباعدة، منها فروع مضاعفة يحمل

بعضها (١٦ - ١٧) ورقة لوزية

الشكل، والبعض الآخر أزهارا

فراشية بنفسجية، جوانحها بيضاء،

تكون فيما بعد (قرونا) تحوي

بذورا ككل فصيلة القرنيات.

الجزء الطبي منها: القسم الاعلى من الأغصان المزهرة والبذور.

المواد الفعالة فيها: شبه قلى يسمى كاليكين Galegin ومادة السابونين

Saponin، وهي تخفض كمية السكر في البول، كالأنسولين، وتدر الحليب،

وتقوى غدة الثدي، وتزيد في حجمها.

استعمالها طبيا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: تستعمل في معالجة البول السكري لأنها تخفض كمية السكر فيه، وبذلك تخفض كمية الأنسولين وشدة الحمية اللازمتين للمعالجة، ولهذا الغرض يستحسن استعمال مغلى من الأزهار والبدور معا بأجزاء متساوية. ولعمل المغلى ينقع مقدار ملعقة صغيرة من الخليط - أزهار وبدور - في مقدار فنجان واحد من الماء البارد، ثم يسخن إلى أن يغلى لمدة قصيرة فقط، ثم يترك المغلى لمدة عشر دقائق، ويشرب بعدها منه ثلاث مرات في اليوم، فنجان واحد في كل مرة قبل الأكل. ويمكن استعمال البذور وحدها بدلا عن المغلى، وذلك بإضافة قليل من مسحوق الثمرة إلى مقدار ملعقة صغيرة من البذور - لتحسين مذاقها - وبلعها مع جرعة من الماء.

وتؤكد بعض المصادر الطبية القديمة ان استعمال المغلى والبذور بالطريقة السالفة الذكر يدر الحليب بقدر كبير وحتى عند الحيوانات الحلوب، وان هذه الزيادة في إدرار الحليب تظل مستمرة إلى ما بعد التوقف عن تعاطى الدواء لمدة ثلاثة أيام، ولذلك أصبح من الواضح لهذه العشبة تأثيرا خاصا في غدة الثدي، ولا يستغرب من أنها تزيد في ضخامة الغدة خارج أوقات الرضاعة أيضا.

مردقوش بري، مرزنجوش:  
(من الفارسية، بقل عشبي،  
عطر زراعي، طبي من الفصيلة  
الشفوية).

الاسم العامي في سوريا ولبنان:  
مردكوش، وهو النوع الذي يزرع.  
مكان النبتة: برية، في الحقول  
والمروج الجافة والمنحدرات المشمسة،  
وأطراف الأجراف والأراضي الحجرية،  
وتزرع كالبقول.

أوصافها: عشبة يراوح ارتفاعها  
بين (٣٠ - ٦٠) سم، ساقها صلبة  
مضلعة، وتكسوها شعيرات دقيقة، لونها في الأعلى أسمر ممزوج بالحمرة،  
تتفرع عنها أوراق متقابلة، الورقة بشكل اللسان، تكسوها شعيرات قليلة،  
أزهارها بمجموعات مغزلية، لونها أحمر فاتح أو قان، ونادرا أبيض، وللعشبة  
رائحة عطرية تشبه رائحة المرماخوز.  
الجزء الطبي منها: الأغصان المزهرة مع الزهر.

المواد الفعالة فيها: زيت عطري ومادة التيمول Thymol ومواد دابغة  
تسكن التشنجات العصبية، وتحمل القشع (البلغم) وتدر البول، وهي  
مضادة للطفولة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يعالج الزكام بتدليك الأنف (أرنبته وفتحتيه) بمرهم

عصير العشبة، وذلك بمزج مقدار (٥٠) غراما من العصير مع (٣٠) غراما من الفازلين.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأزهار وأغصانها المحففة لمعالجة النزلات الشعبية (السعال) والربو (استما) وضعف الشهية للطعام، والاضرابات المعدية والمعوية مع تجمع الغازات في البطن (انتفاخ البطن) وآلام أسفل البطن التشنجية قبيل أو أثناء الطمث (الحيض) عند النساء وتسكين الصداع العصبي، وذلك بغلي مقدار غرامين من الزهور في فنجان ماء وشرب مقدار فنجانين من المغلى في اليوم على جرعات متعددة.  
مستدرة:

(قال ابن البيطار: معناها

مكثرة اللبن، والتسمية من وضع الأمير مصطفى الشهابي، وهي مترجمة تشير إلى ما اشتهرت به هذه النباتات من إكثار الدر في الضأن والبقر).  
(وتسمى عنبر غالى في سورية).  
مكان النبتة: المروج والأراضي الرطبة.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٥ - ٢٠) سنتيمترا، يتناقص

نحو الاعلى عدد الأوراق في ساقها، أوراقها بيضوية الشكل صغيرة بمجموعات دائرية عند القاعدة، ثم منفردة نحو الاعلى - هذا يميز النبتة عن نوعها العادي المسمى *Polygala Vulgaris* أوراقه أكبر حجما، وليس فيها مجموعات

دائرية في الأسفل - مذاقها شديد المرارة. تزهر في شهري أيار وحزيران وفي رأسها أزهار صغيرة عنبية زرقاء ونادرا بيضاء. الجزء الطبي منها: العشبة وهي في الأزهار. المواد الفعالة فيها: السابونين Saponin، مواد مرة، ومركبات السالسات، مقوية للهضم ومقشعة، تسهل اخراج البلغم من الصدر ومستدرة لثدي المرضع. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يشرب مغليها وصبغتها لتقوية الشهية للطعام بتأثير المواد المرة فيها والتي تستدر افراز عصارة الهضم، ولمعالجة الربو (استما) والسعال المصحوب بقشع جامد يصعب إخراجه.

ويعمل المغلى بنسبة نصف ملعقة إلى ملعقة صغيرة من العشبة لكل فنجان من الماء تنقع به باردا، لبضع ساعات، يغلى بعدها ويصفى، ويشرب منه فنجان واحد في الصباح قبل الاكل أو فنجانان في اليوم قبل وجبات الطعام بساعة واحدة.

أما الصبغة فتعمل بإضافة (٢٠) جزءا من الكحول المركز (٩٥ %) إلى كل جزء من العشبة الجافة في زجاجة محكمة السد ووضعتها في الشمس لمدة عشرة أيام تخض فيها الزجاجاة يوميا. ويعطى من الصبغة (٢٠) نقطة على قطعة من السكر وفي قليل من الماء مرتين في اليوم.

مقدونس:

(يلفظونها اليوم بقدونس بالباء،  
وتسمى الكرفس الرومي والبطراسيون  
وهذه يونانية معربة، بقلة من فصيلة  
الخيميات تزرع لأوراقها) معروف  
ولا يحتاج لوصف.  
الجزء الطبي منها: الجذور  
والأوراق والبدور.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار  
مع مادة الأبيول Apiol مدرة للبول  
ومساعد للهضم.  
استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: يعالج النمش وما شابهه من تشوهات الوجه بغسل الوجه  
بمغلي الأوراق والجذور بنسبة (١٠) غرامات لكل فنجان من الماء ويدلك  
الجلد بأوراق المقدونس المهروسة لوقايته من عقص الهوام كالبعوض.  
ويعالج التواء المفاصل (فكشة) بوضع أوراق المقدونس المهروسة حول  
المفصل المصاب وتثبيتها بضماد، وللتخلص من قمل الرأس يدلك جلد الرأس  
بمرهم المقدونس ويعتمر بطاقةية صماء.  
ويعمل المرهم من بدور المقدونس المهروسة الممزوجة بالشحم المذاب.  
ب - من الداخل: يعالج مغص أسفل البطن (آلام الحيض) بشرب  
فنجان واحد إلى فنجانين من مستحلب المقدونس في اليوم، ويعمل بالطرق



المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق والجذور المفرومة الغضة لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان.

ولادرار البول ومعالجة تجمع السوائل في الجسم (اوزيما، انصباب) وطردها مع البول يفضل استعمال مغلى البذور المهروسة بنسبة ملعقة صغيرة لكل فنجان من الماء، ويشرب منه فنجان واحد مرتين في اليوم.  
ناردين مخزني:

(جنس نباتات من الفصيلة الناردينية، كانوا يستخرجون من جذور بعض أنواعه عطرا مشهورا، وجاءت الناردين براء مكسورة في القاموس، وهي الاقتباس السرياني العربي لكلمة Nardinon اليونانية).

مكان النبتة: برية، في المروج الرطبة والأحراج، وبالقرب من ضفاف الأنهر والبحيرات، وتنبت أيضا بين الصخور في الجبال وفي الحقول الجافة والكثيرة والأحجار، وتعمر بضع سنين، ويمكن زرع بذورها في أي أرض كانت في شهري آذار ونيسان، ولو أنه يفضل لذلك الأرض الرملية الطينية الرطبة.

أوصافها: عشبة يراوح علوها بين (٢٥ - ١٥٠) سم، أوراقها متقابلة، مسننة الأطراف، طولانية بشكل الحريرة، أزهارها صغيرة بيضاء، حمراء، مجموعة (بشكل أكباش) تفتح من شهر حزيران حتى آب، ساقها جوفاء بأخاديد على سطحها الخارجي، جذورها وفيرة، قصيرة وغلظية، وتحتوي أليافا غلظية، لونها أسمر أو أسود، لها رائحة خاصة قوية، خصوصا بعد التجفيف.

الجزء الطبي منها: الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة فيما بعد، والجذور المأخوذة في الربيع (نيسان، أيار) أكثر فعالية منها في الخريف، خصوصا إذا كانت العشبة في أرض جافة.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار، ومادة من أشباه القلي **Alcaloide**، وهي في الكيمياء مواد عضوية آزوتية، تكون قلوية، وتمتزج بالحوامض، فتولد أملاحا. وهي تهدئ الأعصاب وتزيل التشنجات (الزقزقة) منها، ولها رائحة خاصة قوية يكرهها الرجال وتحبها النساء والقطط. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تفيد في معالجة الجروح والقروح والكسور المزمنة، وذلك بالتكميد بمغلي الجذور أو نقوعها، وباستعماله من الداخل أيضا في آن

واحد. ويحضر المغلى من ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور، تغلى لمدة قصيرة في مقدار فنجان كبير من الماء، وبعد انتهاء الغلي يترك لمدة خمس دقائق، ثم يصفى. ونقوعه يفضل على المغلى، ولتحضيره يضاف إلى ملء فنجان كبير من الماء البارد ملعقة صغيرة من مسحوق الجذور، ويترك لمدة (١٢) ساعة قبل تصفيته واستعماله. ويشرب من المغلى أو النقوع مقدار فنجان واحد في اليوم فقط، ويستحسن ان يكون ذلك في المساء عند النوم.

ب - من الداخل: الناردين المخزني علاج شامل للحالات العصبية بجميع أنواعها وموضعها من الجسم، فهو يستعمل لتسكين الصداع بما فيه الناتج عن الإفراط في تعاطى المسكرات أو التدخين (النيكوتين)، كما أنه يزيل الآلام العصبية من المعدة والأمعاء والاضطراب العصبي الناتج عن التأثيرات النفسانية (الخوف، رهبة الامتحانات عند التلاميذ، الحمل عند النساء، اضطرابات سن اليأس، خفقان القلب، الرجفة في الأعضاء) المرض المسمى بالرقص الزنجي، وفيه يظل المصاب يحرك أطرافه وكتفيه حركات متقطعة لا إرادية، كحركات الرقص، الهستيريا بأنواعها، والصرع... الخ.

ولهذا الغرض يؤخذ فنجان واحد يوميا من مغلى الجذور أو نقوعها، كما أسلفنا، أو مقدار (٢٠ - ٣٠) نقطة من صبغتها التي تحضر بالطرق المعلومة، وتباع أيضا جاهزة في الصيدليات العامة (صبغة الفالريانا). وتعالج الديدان المعوية وآلام المبايض والرحم التشنجية (قبل الحيض أو أثناءه) بالحقن الشرجية بالناردين المخزني، وذلك بغلي مقدار (١٠) غرامات من الجذور في نصف لتر (كوب) من الماء ثم تصفيته وحقنه فاترا، أو بحرارة الجسم، داخل الشرج، والاحتفاظ به ليمتص من داخل الأمعاء. وأخيرا يلاحظ انه من الممكن الاستمرار في استعمال الناردين لعدة أسابيع

دون ضرر، غير أن استعماله لمدد أطول بسبب الادمان ويصعب بعد ذلك استغناء الجسم عنه.

ناعمة مخزنية:

(سموها، مريمية وقويسة

وقصعين وغيرها، وكلها مولدة،

وكلمة الناعمة توجد في المفردات،

وكذا اسفاقس، وهي يونانية، جنس

زهر من فصيلة الشفويات).

مكان النبتة: أحيانا برية في

البساتين، وتزرع للتزيين.

أوصافها: عشبة معمرة يبلغ

ارتفاعها نحو من (٥٠ - ١٠٠)

سنتيمترا، أوراقها صلبة ومجعدة،

مكسوة بشعيرات دقيقة، فضية

اللون، مذاقها مر وقابض، ورائحتها

تشبه الكافور، تزهر بين شهري تموز

وآب أزهارا مغزلية كبيرة زرقاء أو

بنفسجية اللون ومجمعة كالسنابل،

أثمارها تحوي أربع فجوات، في كل

واحدة منها جويضة سمراء بعد النضج.

الجزء الطبي منها: الأوراق والفروع الحديثة قبل الأزهار.

المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع التويون Thuion ومواد قابضة تقلل من إفراز العرق والحليب وتقوى الأعصاب. استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج رخاوة الأسنان ونزيف لثتها بذلك اللثة يوميا بأوراق الناعمة الغضة. ويعالج النزيف الرحمي والافرازات المهبلية البيضاء بتبخير داخل المهبل بدخان الأوراق المحروقة. ويعالج السعال الناشف باستنشاق بخار الأوراق بغلي الأوراق في قليل من الماء واستنشاق البخار المتصاعد منه.

وتعمل حمامات مقعدية بمغلي الأوراق لمعالجة سقوط الشرج، على أن لا تزيد مدة الغلي عن دقيقة واحدة.

وتعالج الحكمة حول الأعضاء التناسلية (من أمراض الشيخوخة) بالغسل بالمستحلب.

ويعالج تقيح اللثة ونزفها والتهاب اللوزتين وتقرحهما والالتهابات الأخرى في الفم بالمضمضة والغرغرة بمغلي الناعمة، بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق لكل لتر من الماء يغلى لمدة (٢٠) دقيقة، ثم يصفى ويضاف إليه (٣) ملاعق كبيرة من العسل وملعقتان صغيرتان من الخل، ويتغرغر به مرة في كل ساعة.

ب - من الداخل: يشرب مستحلب الناعمة المخزنية لمعالجة العقم عند النساء وتقوية الأعصاب بعد الإصابة بشلل دماغي، ولمعالجة الرجفة في اليدين وتقوية الذاكرة، ولمكافحة العرق الغزير عند المسلولين وتجفيف ثدي المرضع بعد الفطام، ومعالجة النزلات المعوية وطرد الغازات من الأمعاء واحتقان الكبد

لمكافحة السمنة والروماتزم والبول السكري ولمعالجة الزكام والنزلات الشعبية.  
ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة وبنسبة ملء ملعقة صغيرة من العشبة  
لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجان واحد  
مرتين في اليوم.

نبق:

(عن بوست: وهو هنا غير  
السدر لكنهما من فصيلة واحدة، فيه  
أنواع تنبت برية في بعض أنحاء الشام).  
مكان النبتة: الأحراج الرطبة،  
أطراف الأحراج، ضفاف البحيرات  
والمستنققات.

أوصافها: شجرة يبلغ علوها بين  
(٤ - ٦) أمتار، أوراقها بيضوية  
الشكل برأس دقيق، حادة الأطراف  
ومتقابلة فوق الغصن الخالي من الشوك، أزهارها خضراء بيضاء تزهر في شهري  
أيار وحزيران وتنبت من الساق عند منبت الأوراق. أما لحاء الساق  
والأغصان فأسمر رمادي أملس لماع، وهو سام يسبب القيء ولا يستعمل إلا  
بعد تخزينه سنة أو سنتين.

الجزء الطبي منها: لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣ - ٤) سنوات  
وذلك بعد تجفيفها وتخزينها لمدة سنة أو سنتين.

المواد الفعالة فيها: ايمودين Emodin وسابونين Saponin ملين لطيف.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل منقوع اللحاء (قشور) لمعالجة الامساك المزمن وما ينتج عنه من اضطرابات كضعف الدم، وخفقان القلب، وآلام في القسم الأيمن والأسفل من البطن. وكذلك عند المصابين بالبواسير للوقاية من الامساك لمدة طويلة. كما يمكن استعماله أيضا كملين للأطفال، وللنساء أثناء الحمل وبعد الولادة إذ لا ينتج عنه أي ضرر. ويستعمل أيضا وبفائدة محدودة في احتقان الكبد والطحال.

ويعمل المنقوع من ملعقة كبيرة من اللحاء في قدحين (نصف لتر) من الماء البارد لمدة (١٢) ساعة، ويشرب منه فنجان في الصباح وفنجان ثان في المساء. ويستعمل اللحاء أيضا منقوعا في النبيذ (٥٠ غرام لحاء في نصف لتر نبيذ لمدة ثمانية أيام) يخض فيها المنقوع في كل يوم، ويشرب منه مقدار ملعقة كبيرة أو صغيرة.

نبق مسهل:

(جنس جنبات من فصيلة  
النبقيات فيه أنواع تنبت برية  
في بعض أنحاء الشام).  
مكان الشجرة: الأحرار  
الرطبة والأراضي الصخرية  
والكلسية.

أوصافها: شجرة يبلغ  
ارتفاعها نحو (٣) أمتار، ساقها  
سمراء اللون، وأغصانها رمادية  
بلون الفضة وتنتهي بشوكة،  
أوراقها بيضوية، أزهارها  
خضراء مشربة صفراء، أثمارها

عنبية بحجم الحمصة وبداخلها نواة صلبة والناضجة منها لونها أسود.  
الجزء الطبي منها: الأثمار الناضجة السوداء.

المواد الفعالة فيها: مادة ايمودين شبه القلي Emodin ومادة فلافون Flavon  
المسهلة.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مغلي الأثمار أو شرابها كمسهل للباطنة،



ولعمل المغلى ينقع (١٠) حبات من الأثمار لمدة ثماني ساعات في ربع لتر (كوب) من الماء البارد، ثم تغلى بعد ذلك وتشرب ساخنة. واما الشراب فيعمل بغلي (٣٠٠) غرام من الأثمار مع (٥٠٠) غرام من السكر في الكمية اللازمة من الماء إلى درجة العقد (معقود) ويعطى منه (١ - ٢) ملعقة كبيرة للكبار و (١ - ٢) ملعقة صغيرة للأطفال.

نجيل، عكرش، نجم:

(وهي بعامية الشاميين الرزين،

نبات من فصيلة النجليات).

مكان النبتة: في الحقول والبساتين،

وهي عدوة المزارع لصعوبة التخلص

منها.

أوصافها: جذورها معقدة

وتزحف داخل الأرض مسافات

طويلة، وينبت منها فروع كثيرة

تصعد عموديا، أوراقها ضيقة طويلة،

وتحمل بين شهري حزيران وآب

سنابل دقيقة (أزهار).

الجزء الطبي منها: الجذور

داخل الأرض في شهري أيلول وآذار (الشتاء والخريف) تغسل جيدا وتجفف حتى

اليباس التام.

المواد الفعالة فيها: مواد هلامية مع السابونين Saponin ومواد منقية

للدّم معرّقة ومدرة للبول، ومواد نشوية وسكرية وفيتامينات.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: لا تستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل منقوع الجذور البارد كشراب منشط في أيام الصيف الحارة، وفي الحميات، وبعد العمليات الجراحية المنهكة للجسم كعمليات السرطان.

هذا ويستعمل مغلى الجذور لمعالجة الطفوح الجلدية المزمنة (دمامل، فقاقيع الخ..) والأمراض التي يلائمها زيادة الادرار في البول كالروماتزم العضلي والشيخوخي وداء النقرس والتهاب المثانة وغيرها. ومغلي النجيل مدر لطيف غير مخرش يمكن اعطاؤه للأطفال والشيوخ دون استثناء. ولتحضيره يغلى مقدار (١٥) غراما من الجذور اليابسة تماما في نصف لتر من الماء لمدة عشر دقائق، ثم يصفى ويشرب منه مقدار (٤) فناجين يوميا، ويمكن أيضا استعمال خلاصة الجذور بدلا عن مغليها. ولتحضير الخلاصة يغلى مقدار حفنة من الجذور اليابسة، لمدة نصف ساعة في لتر إلى لتر ونصف اللتر من الماء، ثم تعصر الجذور في المغلى جيدا ويصفى ويعاد غليه ويستمر به إلى أن يصبح لزجا أو أكثر من ذلك. ويعطى منه مقدار (٢ - ٣) ملاعق صغيرة في اليوم. وتستعمل هذه الخلاصة غالبا ممزوجة بمستحلبات من أعشاب مدرة أخرى منقية للدّم كمستحلب الطرخشقون وغيره.

ندية:

مكان النبتة: المروج المعشوشبة،  
وفي لبنان في قرיתי ميروبا وبكفيا،  
وبين صنين وجبل الكنيسة.  
أوصافها: نبتة تنبت أوراقها  
بمجموعات من الأرض مباشرة، ولكل  
ورقة ساق طويلة مكسوة بشعيرات.  
والورقة التي تظهر في شهر حزيران  
مستديرة الشكل مكسوة بخيوط  
حمراء ينتهي كل منها بكرة صغيرة،  
وهذه تفرز مادة لزجة تجلب الذباب  
وبعض الحشرات تمسك بها وتذييها  
(تهضمها) فالنبتة من آكلة الحشرات.  
وفي شهري تموز وآب تزهر النبتة على  
سوق طويلة أزهارا جرسية بيضاء  
بمجموعات عنقودية.  
الجزء الطبي منه: الأوراق،  
والعصير.

أ - استعمالها من الخارج: تعصر الأوراق، وينقط فوق التالول ومسمار  
(كالو) أصابع القدمين ليذبيها، وتضاف العصارة إلى الماء لغسل جلد الوجه  
المصاب بالنمش.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب أوراق الندية بمقدار (٥ غرامات

فقط يوميا من الأوراق) لمعالجة السعال الديكي. ويعمل المستحلب كالمعتاد بإضافة فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان إلى كمية الأوراق (٥ غرامات) وتصفيته بعد خمس دقائق ليشرّب على مرات كثيرة (ملعقة كبيرة كل مرة أثناء النهار).

وتستعمل صبغة النديّة لمعالجة السعال الديكي والسعال المدمم وبحة الصوت المزمنة، وتحضر الصبغة من مزج عصير الأوراق مع الكحول بأجزاء متساوية ويؤخذ منها (٥) نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم.

ننع بستانني:

(هو الننع المعروف الذي يزرع في الدور والبساتين ويضاف إلى الأطعمة وييس).

معروف ولا يحتاج للوصف.

الجزء الطبي منه: الأوراق قبل

ظهور الزهر في شهر تموز (يزهر بين

شهري تموز وآب، ومرة أخرى في

شهر أيلول في الخريف).

المواد الفعالة فيه: زيت طيار مع

المنتول Menthol وقليل من المنتون

Menthon ومواد دابغة ومسكنة

للتشنجات ومدرة للصفراء ومضادة

للالتهابات. ويلاحظ لزوم تجديد

النعنع كل ثلاث سنوات، وإلا ضعفت نسبة المواد الفعالة فيه وفقد مفعوله.  
استعماله طبيًا:

أ - من الخارج: يعالج التهاب الثدي بتليخه بمزيج من ورق النعنع ولباب الخبز الأبيض والخل، ولتسكين الآلام العصبية يوضع فوق موضع الألم كيس من الشاش مملوء بأوراق النعنع بعد تسخينه. ويعالج الزكام خصوصا عند الأطفال بوضع أوراق النعنع فوق الموقد (صوبًا) ليلاً، فتنشر منها المواد الفعالة وتختلط بهواء الغرفة والتنفس.

ب - من الداخل: يعتبر مستحلب النعنع من أنجع الأدوية لمعالجة الاضطرابات في المرارة، ولتسكين المغص المعوي، ومغص أسفل البطن (آلام الحيض) ومغص حصاة المرارة، وطرد الغازات المعوية. ومستحلب النعنع يكسب الجسم المتعب المنهوك نشاطاً وحيوية، ويعمل بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة كبيرة من الأوراق لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (٢ - ٣) فناجين في اليوم، ويمكن مزجها مع الحليب.

ويلاحظ عدم شرب مستحلب النعنع في الحميات وعند وجود استعداد للقيء، لأنه يثير القيء ويزيد في جفاف الفم والشعور بالعطش.

نفل الماء:

(مترجمة، وسماه الرشيدى:

أطريفل الماء في كتاب المادة الطبية،

نبات طبي عشبي معمر، أوراقه

تشبه أوراق النفل).

مكان النبتة: في المستنقعات

والأدغال الرطبة وضياف الأنهر

والبحيرات والأقنية.

أوصافها: عشبة يبلغ علوها نحو

(٣٠) سم، أزهارها عنقودية، في

رأس الساق، لونها أبيض أو مشرب

بالأحمر الفاتح، أوراقها مثلثة العدد في

رأس الساق، جذرها زاحف طويل.

الجزء الطبي منها: الأوراق في وقت الأزهار (أيار، حزيران).

المواد الفعالة فيها: مواد مرة وأخرى دابغة ومادة السابونين Saponin

وهي مثيرة لافرازات الغدد ومقوية.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: لا يستعمل.

ب - من الداخل: يستعمل مستحلب الأوراق لمعالجة ضعف المعدة

وضعف حموضتها، والصداع الناتج عن سوء الهضم، وكذلك لمعالجة النقرس وما ينتج عنه من تقرحات أو قوباء في الجلد، وفقر الدم، والاضطرابات النفسانية، واضطراب الدورة الدموية في سن اليأس.

ويعمل المستحلب من إضافة مقدار فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، إلى مقدار ملعقة أو ملعقة ونصف ملعقة صغيرة من الأوراق، ويشرب منه مقدار فنجان واحد إلى فنجانين في اليوم بجرعات صغيرة.

وج، اقورون، عرق اكر:

مكان النبتة: داخل وعلى ضفاف

المياه الراكدة (البحيرات والمستنقعات).

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو متر وربع المتر، جذورها خضراء

سمراء، غليظة وزاحفة، ويبلغ

طولها نحو نصف متر، أوراقها بشكل

شفرة السيف، ولها إذا ما هرست

بين الأصابع رائحة عطرية تميز العشبة

عن شبيهات لها ليس لها رائحة، تزهر في

شهري حزيران وتموز أزهارا صفراء،

خضراء أو سمراء، مجموعة بعضها إلى

بعض بشكل (عرنوس الذرة)

بطول أصبع اليد، وساقها مثلثة

وتشبه (القصب).

الجزء الطبي منها: الجذور في بداية الربيع قبل ظهور الأوراق أو في أوائل الخريف (أيلول، تشرين الأول) تنظف وتشق طوليا وتجفف. المواد الفعالة فيها: زيت طيار مع أسارون Asaron و مواد مرة و مواد دابغة وهلامية، تقوى الجسم والمعدة والهضم، وتدر البول، وتنقي الدم. استعمالها طبيًا:

أ من الخارج: يستعمل مسحوق الجذور الناعم لمعالجة القروح وكسور العظام وأمراضها النتنة، وذلك بذرها فوق القروح مرة واحدة في اليوم، كما يستعمل المسحوق لمعالجة التهاب اللثة، وذلك بتدليكها به بفرشون الأسنان أو إصبع اليد.

ويضاف مغلى الجذور إلى ماء الحمام (مغطس) لمعالجة ضعف البنية عند الأطفال، وداء الخنازير، ومرض الكساح (لين العظام) وكذلك لمعالجة الروماتزم، وشلل وضعف الأعصاب. ويعمل المغلى لهذا الغرض بالطرق المعروفة بنسبة (٥٠ - ١٠٠) غرام من الجذور إلى لتر من الماء وغليها، ثم تصفية المغلى وإضافته إلى ماء الحمام.

ب - من الداخل: يستعمل المغلى أو الصبغة أو الملبس أو زيت الجذور أو مضغ قطع الجذور الجافة، لمعالجة ضعف الشهية للطعام، ومعالجة الحموضة في المعدة (حرقة)، وطرده الغازات من الأمعاء والحالات الخفيفة من الإمساك وفقر الدم وتأخر الحيض عند البنات. وكذلك لتقوية الذاكرة وتنشيط الدماغ، خصوصا في سن الشيخوخة، ولمعالجة رمل الكلى والنزلات الشعبية ولوقاية الصوت من الاجهاد (بحثة) عند الخطباء والمطربين والممثلين... الخ.



ويعمل المغلى بنسبة ملعقة صغيرة من الجذور المفرومة لكل فنجان من الماء، على أن يغلى لمدة قصيرة فقط، ويشرب منه فنجانان في اليوم. ويلاحظ ان مغليه البارد أفضل مذاقا من الساخن، وتعمل الصبغة من جزء من الجذور المفرومة وخمسة أضعافها من الكحول بالطرق المعروفة، ويؤخذ منها مقدار نصف ملعقة صغيرة في قليل من الماء، أو فوق قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم.

وأما الملبس فيعمل بطبخ حلقات من الجذور لمدة ساعة، في محلول السكر المركز (قطر)، ثم تعريضها للهواء منفردة فوق سطح أملس، إلى أن تبرد تماما ويتجمد غلافها السكري.

ويعمل الزيت من نقع كمية من الجذور، في خمسة أمثالها من زيت الزيتون في زجاجة محكمة السد، ووضعتها في الشمس لمدة عشرة أيام وتصفيتها بعد ذلك مع عصر الجذور فيها. ويؤخذ من الزيت مقدار (١٠ - ١٢) نقطة على قطعة صغيرة من السكر مرتين في اليوم، أما مضغ الجذور فيستعمل غالبا لوقاية الصوت، كما أسلفنا، وذلك بوضع قطعة جافة منها في الفم ومضغها ببطء، ولمدة طويلة (كاللبان - علكة).

ورد السياج:  
(نسرين، ورد بري، جلنسرين،  
ورد الكلاب).  
مكان النبتة: أطراف الأجران  
والسياج.  
أوصافها: يبلغ طول فروعها نحو  
أربعة أمتار وهي مقوسة إلى الأسفل  
وشائكة كالورد، أوراقها بيضوية  
الشكل وتزهّر في شهر حزيران،  
أزهارها مستديرة ومكونة من (٥) ورقات بيضاء مشربة بحمرة خفيفة  
(وردية) أثمارها فيما بعد حمراء وبشكل الزيتون وحجمه.  
الجزء الطبي منها: الأزهار والأثمار السليمة الزاهية اللون، والتي تقطف  
من بداية شهر أيلول حتى شهر تشرين الثاني، وكذلك البذور في داخلها،  
وبعد قطف الأثمار تقطع طوليا إلى جزئين، ويشاهد بداخلها بذور صغيرة  
وشعيرات دقيقة شائكة، ويجفف كل من لحم الثمر وبذوره على حدة، أما  
الأشواك فلا فائدة لها ويجب إزالتها.  
ويلاحظ ان الثمار المجففة تفقد مفعولها بعد مضي سنة واحدة على تخزينها.  
المواد الفعالة فيها: الفيتامين C س وحوامض عضوية ومادة البكتين  
Pektin المجلطة ومواد مدرة للبول وملينة للباطنة.

استعماله طبييا:

أ - من الخارج: يستعمل مسحوق أوراق الأزهار المجففة لمعالجة التسلخات بذر المسحوق فوقها مرة أو مرتين في اليوم.

ب - من الداخل: يستعمل مغلى الأثمار أو البذور لتزويد المريض بالحميات والناقهين من الأمراض، بالفيتامين C س، إذ أن المعروف ان الحميات تستهلك مقادير كبيرة من هذا الفيتامين وان الأثمار تعد مع الليمون الحامض أغنى النباتات وأثمارها بهذا الفيتامين.

وكذلك يستعمل المغلى في معالجة أمراض الصدر الحادة (السعال الديكي) والمزمنة، كالسل الرئوي، فإنه يخفف من شدة السعال، ويوقف النزف في القشع. ويوصى باستعماله أيضا لمرضى البول السكري وتسكين المغص المعوي وجميع الحالات المرضية التي يصف فيها الطبيب استعمال الفيتامين C س.

ويمكن أيضا استعمال الأثمار المجففة بدلا عن مغليها وذلك بمقدار (٢٠) غراما منها يوميا على أن تفرم قبل الاستعمال مباشرة، وتمضغ في الفم إلى أن تنعم وتبلع. أما مغليها فيعمل بإضافة ملعقة صغيرة من الأثمار إلى فنجان من الماء البارد وتسخينه إلى أن يغلى لمدة عشر دقائق، ثم يترك بعدها لمدة ربع ساعة قبل ان يياشر استعماله، ويشرب منه مقدار فنجان واحد ثلاث مرات في اليوم. اما مغلى البذور فيستعمل لمعالجة النقرس والروماتزم والتهاب الكلى والمثانة ورمل البول، وله رائحة لطيفة تشبه رائحة (الفانيليا) وهو مدر للبول، ويمكن استعماله لمدة طويلة لأنه لا يخرش الكلى.

ولعمل المغلى ينقع مقدار ملعقتين كبيرتين من البذر المدقوق في ثلاثة فناجين من الماء البارد طيلة الليل، ويغلى بعد ذلك في الصباح لمدة نصف

ساعة، ويشرب منه فنجان واحد ثلاث مرات في اليوم.  
وأخيرا يلاحظ ان الأثمار يمكن طبخها مع السكر لعمل (مربى) مفيد  
جدا للشيوخ والأطفال.

وزال:

مكان النبتة: في الجبال والمروج  
المرتفعة والأحراج الجافة، وهي  
مبدولة في لبنان وسوريا.  
أوصافها: جنبية خضراء، متفرعة  
بكثرة كالمكنسة، أوراقها مثلثة  
الجوانح، متناوبة على الساق، وفروعها  
متجهة كلها إلى الاعلى، تزهر في  
شهر أيار أزهارا فراشية عطرية  
صفراء، وفي شهر حزيران تكون  
قرونا صغيرة تحوي بذورا.  
الجزء الطبي منها: الأزهار  
ورؤوس الفروع الحديثة والبذور.  
استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تكمد القروح والحزازات في الجلد بمستحلب الاجزاء  
الطبية كلها.

ب - من الداخل: تعالج أمراض الكلى ورملمها وحصاتها، وكذلك تجمع

السوائل في أنسجة الجسم وتجاويفه وضعف القلب بشرب (٢ - ٣) فناجين يوميا من مستحلب الأزهار ورؤوس الأغصان والبذور. فيؤخذ منها مقدار (١٥ - ٣٠) غراما، يضاف إليها نحو ليتر ونصف اللتر من الماء الساخن بدرجة الغليان، ثم يصفى بعد خمس دقائق ويحلى بالعسل، ويشرب الفنجان منه على ثلاث دفعات في اليوم. ويلاحظ ان الافراط في استعماله كشرب جرعات كبيرة أو أكثر من (٢ - ٣) فناجين في اليوم يسبب القيء، ويمكن الاستعاضة عن المستحلب بأن تغلى العشبة بالبيذ الصافي أو المخفف إلى النصف بالماء، ثم تصفية المغلى وشربه بكميات صغيرة أثناء اليوم.  
هدال:

(واحدة الهدال هدالة، جنس نباتات طفيلية من فصيلة الغنميات تعيش على أغصان كثير من الأشجار المثمرة وتمتص نسغها) وتسمى في الشام دبق. مكان النبتة: الهرمل، طفيلية على الكثير من الأشجار المثمرة أو الحرجية. أوصافها: عشبة طفيلية دائمة الاخضرار تكون بمجموعها كرة يبلغ قطرها نحو (٢٥ - ٦٠) سنتيمترا، أغصانها خضراء، سمراء وفروعها مضاعفة، أوراقها

ضيقة وطويلة، قوامها كالجلد ولونها اصفر مشرب خضرة، أثمارها كروية صغيرة بيضاء، صفراء، كشمع النحل تظهر في شهر آذار وفي زوايا الفروع. الجزء الطبي منها: الفروع الحديثة مع أوراقها في شهري كانون الثاني وشباط من فصل الشتاء.

المواد الفعالة فيها: الفيسكوتوكسين Viscotoxin و اتسيتل خولين Acetylcholin ومادة الخولين Cholin تخفض ضغط الدم في تصلب الشرايين وتوقف النزف وتمنع نمو خلايا السرطان وغيره من الأورام. استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: يؤكد الكثيرون من قدماء الأطباء (هيرونيوموس، تابرنامونتانوس ١٥٥١) ان التليخ بمزيج مكون من أجزاء متساوية من الهدال والصمغ والشمع العسلي يفتت ويشفي الأورام بما فيها السرطان أيضا. وثبت في الطب الحديث ان الحقن تحت الجلد بمستخرجات من الهدال يوقف الخلايا السرطانية عن النمو ويطيل عمر المصاب بها، وهي في وقتنا الحاضر تلعب دورا في معالجة السرطان وغيره من الأورام الخبيثة وفي الوقاية منها. والحمامات اليدوية والقدمية بمغلي الهدال تطري الجلد وتشفي تشققاته وآثار البرد في الأصابع (تثليج).

ب - من الداخل: يشرب منقوع الهدال البارد لمعالجة تصلب الشرايين، وهو يخفض ضغط الدم فيها ويزيل ما يرافقها من مضاعفات كالدوار والصداع والأرق... الخ، والاعراض المماثلة لها في سن اليأس. كما أن هذا المنقوع يوقف النزيف الداخلي في جهاز التنفس وجهاز الهضم، على اختلاف أسبابه (قرحة،

تيفوئيد، زحار... الخ) والنزيف الرحمي (زيادة الحيض والنزف بعد الولادة) ويوقف الرعاف (نزيف الانف) باستنشاق المنقوع البارد. ويوصي قدماء الأطباء بتجربة استعمال مسحوق الهدال (ربع ملعقة صغيرة ثلاث مرات في اليوم) لمعالجة العقم عند النساء والزلال في بول الحوامل. ويعمل منقوع الهدال البارد بنسبة (١ - ٢) ملعقة صغيرة لكل (٣) فناجين من الماء البارد ويصفي بعد (٦ - ٨) ساعات ويشرب باردا. وأخيرا يوصى باستعمال المسحوق (غرام واحد) كل ثلاث ساعات أو المستحلب (١٠) غرامات من أوراق الهدال لكل (٢٠٠) غرام من الماء في اليوم لمعالجة الصرع عند الأطفال، وتعطى ثلاثة أمثال هذه الجرعة لمعالجة الصرع عند المسنين.

هندبا برية:

مكان النبتة: في الأراضي الطينية الجافة وفي حواشي الطرق. أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ١٠٠) سم، ساقها جوفاء، قليلة الأوراق مكسوة بشعيرات خشنة، أوراقها طويلة ومسننة بخشونة، تزهر بين شهري تموز وأيلول أزهارا مستديرة بفجوات (كالعجلات المسننة) زرقاء اللون (ونادرا حمراء أو بيضاء) جذرها مخروطي غليظ. الجزء الطبي منها: الجذور في الربيع (آذار - نيسان) وفي الخريف

(أيلول - تشرين الأول) والعشبة المزهرة (حزيران - أيلول).  
المواد الفعالة فيها: مواد مرة وفي الجذور اينولين Inulin ومواد مدرة  
للصفراء والبول ومهضمة.

استعمالها طبييا:

أ - من الخارج: تعالج الأطراف الضامرة بتدليكها صباحا ومساء بصبغة  
الأوراق والأزهار.

ويعالج الرمد بتكميد العين بمغلي الجذور، ويعمل بغلي ٢٠ - ٣٠ غراما من  
الجذور في فنجانين من الماء والاستمرار في غليه إلى أن يبقى منه فنجان واحد  
فقط.

ب - من الداخل: يشرب عصير الجذور الغضة في الربيع لمعالجة البواسير  
واحتقان الكبد، ويعطى منه (٣) ملاعق صغيرة يوميا في مقدار من الحليب.  
ويستعمل في غير أوقات الربيع مستحلب العشبة كلها، ويعمل بالطرق المعروفة  
وبنسبة (٢٠) غراما من العشبة الجافة (أوراق، أزهار) لكل فنجانين من  
الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب بجرعات متعددة في اليوم.  
وفي الحالات الشديدة يفضل شرب مغلي الجذور السالف الذكر على مستحلب  
الأوراق والزهور، ويؤخذ منه فنجان واحد في اليوم بجرعات متعددة (ملعقة  
صغيرة في كل مرة). ويؤكد البعض ان استعمال المغلي أو المستحلب أو العصير من  
الداخل يفيد أيضا في طرد الهموم والأحزان (ميلانخوليا) عن النفس وينقى  
الجلد من الدمامل والآفات الجلدية.



هيوفاريقون:  
معروف (داذى رومي)  
المنسية، عصبية القلب، المفردات  
وشرح أسماء العقار.  
مكان النبتة: في الأحراج المشمسة  
(غير الكثيفة) والمنحدرات الجافة  
وفي حافات الطرق.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
(٣٠ - ٧٠) سنتيمترا، ساقها ترتفع  
عموديا وتتفرع منها على مسافات  
متباعدة فروع متقابلة تمتد إلى الاعلى،  
أوراقها بيضوية طولانية، يشاهد  
فيها إذا وضعت أمام العين دوائر صغيرة شفافة، وتزهر بين شهري حزيران  
وأيلول أزهارا صفراء كالذهب، إذا هرست بالأصابع سال منها سائل احمر  
مشرب زرقه.  
الجزء الطبي منها: رؤوس الأغصان المزهرة في شهري تموز وآب.  
المواد الفعالة فيها: زيت طيار، مواد دابغة ومادة هوبريسين Hypericin  
مضاد للالتهاب.  
استعمالها طبيا:  
أ - من الخارج: زيت الأزهار ومرهمها دواء ناجع جدا في معالجة الجروح

بجميع أنواعها والتسلخات والقروح والكدمات والتواء المفاصل (فكشة) ولتسكين الآلام في مرض الغدة النكفية (أبو كعب) والآلام الروماتزمية والنقرس وآلام الظهر وعرق النسا (اسياتيك) شلل الأطراف الناتج عن ارتجاج المخ، ومغص الأمعاء عند الأطفال، والصداع الناتج عن الاضطرابات في الجهاز التناسلي - وذلك بتدليك موضع الألم (غير الجروح والقروح) بالزيت أو المرهم أو تكميد الجروح والقروح بقطعة من الشاش المشربة بالزيت. ويعمل المرهم بهرس (دق) مقدار من الأزهار ورؤوس الأغصان، ويغلى بمقدار من الشحم ويغلى فوق نار خفيفة لمدة ساعة. ويستحسن إضافة جزء من الشمع العسلي إليه، يغلى معه ويكسبه مرونة المراهم. وأما الزيت فيعمل على الأفضل من أزهار غير متفتحة تماما، وذلك بهرس ملء بضع حفنات منها ووضعها في زجاجة كبيرة وإضافة مقدار نصف لتر من زيت الزيتون إليها، وتترك الزجاجة بعد سدها سدا محكما في الشمس لمدة عشرة أيام، يصفى بعدها الزيت وتعصر الأزهار فيه، ثم تضاف أزهار جديدة مهروسة إليه، وتكرر العملية من جديد، وهكذا دواليك، إلى أن يكتسب الزيت لونا أحمر غامقا، فيصفى ويحفظ في زجاجات مسدودة.

ب - من الداخل: يستعمل المستحلب لمعالجة اضطرابات سن المراهقة (البلوغ) العضوية والنفسية، واضطرابات الحيض (المغص وعدم الانتظام) ولتسكين الاضطرابات النفسية (هستريا، ملانخوليا، نويراستينيا) تصلب شرايين الدماغ (خرف شيخوخي) والنوم المضطرب، والتبول الليلي في الفراش. وأخيرا لمعالجة النزف الداخلي، وتسهيل إخراج الإفرازات المخاطية (الرشح، وبلغم السعال).. الخ.

ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقة صغيرة من الأزهار لكل

فنجان من الماء، ويشرب منه فنجانان في اليوم. ويمكن أيضا استعمال الزيت من الداخل عوضا عن المستحلب، ويؤخذ منه مقدار (٦ - ٨) نقط على قطعة صغيرة من السكر ثلاث مرات في اليوم.

ويستعمل نبيذ الأزهار لمعالجة البواسير، ويعمل من نقع مقدار ثلاث حفنات من الأزهار في ثلاثة أرباع اللتر من النبيذ لمدة عشرة أيام، يصفى بعدها، وتعصر الأزهار، ويحفظ. ويؤخذ منه مقدار فنجان قهوة صغير واحد في اليوم.

ولمعالجة التبول الليلي في الفراش يفضل استعمال مستحلب أجزاء متساوية من الهيوفاريقون وكنبات الحقول، وذلك بشرب فنجان واحد من المستحلب قبل الظهر، وتقليل شرب السوائل بعد ذلك بقدر الامكان.  
لاميون أبيض:

(اللفظة معربة، جنس نباتات

عشبية من فصيلة الشفويات، فيه أنواع تنبت برية في بعض أنحاء الشام، وفيه أنواع تزرع لزهرها).

مكان النبتة: الأراضي الرطبة،

حواشي الطرق، والأحراج، السياج، والبساتين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو

(٣٠ - ٥٠) سنتيمترا، ساقها جوفاء ومربعة، أوراقها بيضوية الشكل، مسننة ومكسوة بشعيرات دقيقة، تزهر من نيسان حتى شهر تشرين الأول

أزهارا بيضاء كبيرة لها رائحة عطرية كرائحة العسل. وللاميون نوعان آخران يعرفان بألوان أزهارهما الصفراء والحمراء. الجزء الطبي منها: الأزهار بدون الكأس، مع ملاحظة وقايتها من الرطوبة بحفظها بعد التجفيف في إناء زجاجي محكم السد أو علبة من الصفيح. المواد الفعالة فيها: مواد هلامية ومواد دابغة مع السابونين Saponin مقشعة ومساعدة للهضم.

استعمالها طبيًا:

أ - من الخارج: تسكن آلام الحروق والبواسير الخارجية بتكميدها ثلاث مرات يوميًا بزيت اللاميون الأحمر. وهو يعمل بوضع كمية من الزهر الأحمر في زجاجة بيضاء، ثم إضافة زيت الزيتون إليها إلى أن يتم غمرها، ثم تسد الزجاجة سدا محكمًا وتوضع في الشمس لمدة عشرة أيام لتصفى بعد ذلك وتحفظ في زجاجات محكمة السد.

ب - من الداخل: يعتبر مستحلب اللاميون الأبيض دواء نسائيًا لكثرة فوائده في الأمراض النسائية، فهو يقوى البنات في سن البلوغ (المراهقة) اللواتي يعانين فقر الدم وضعف البنية واضطراب الحيض والافرازات المهبلية البيضاء. والحكة والحرقان الشديدين في الأعضاء التناسلية الخارجية عند مرضى البول السكري من الشيوخ - يزولان بعد استعمال المستحلب بأربعة أيام، وحتى قبل ظهور أي تحسن في سير البول السكري.

ويعالج سلس البول (رشح البول غير الإرادي) وحرقان واضطرابات التبول عند المصابين بتضخم البروستات من الشيوخ، والتهاب المثانة وحوض الكلى، والأرق، والاضطرابات النفسية وضعف السمع - بشرب المستحلب أو صبغة الزهور. ويعمل المستحلب بالطرق المعروفة بنسبة ملعقتين صغيرتين

لكل فنجان من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه (١ - ٢) فنجان في اليوم. وأما الصبغة فتعمل بنقع الأزهار في كمية تغمرها من الكحول المركز (٩٥%) وتصفيتها، بعد عشرة أيام، ويعطى منها (٥) نقط على قطعة من السكر ثلاث مرات في اليوم.

ويعالج الشرى وأشباهه من الطفوح الجلدية عند الأطفال، بإعطائهم ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الأزهار ممزوجة بالعسل ثلاث مرات في اليوم. ولمعالجة داء الخنازير يستعمل مستحلب خليط بأجزاء متساوية من زهر اللاميون الأبيض وأوراق الجوز والبنفسج المثلث الألوان، ويعمل المستحلب بنسبة ثلاث ملاعق صغيرة لكل نصف لتر (كوبين) من الماء الساخن بدرجة الغليان، ويشرب على جرعات متعددة في اليوم.

## أعشاب المطبخ

هي أعشاب أفاويه ذات شذا خاص، تتبل بها الأطعمة لتحسين مذاقها وجعلها شهية. واستعمال هذه الأعشاب في المطبخ القديم. فمنذ أخذ الانسان يطهى طعامه، أخذ يتفنن في جعل هذه الأطعمة شهية، خصوصا وأن الطهي يفقد الخضار منها بعض خواصها ونكهتها. وبعض أعشاب المطبخ ينبت برياً، وبعضه الآخر يزرع ليكون دائماً في متناول اليد. وأعشاب المطبخ ليست مستوطنة كلها في جزء واحد من الكرة الأرضية، بل إن الغريب منها نقل من موطنه الأول، وزرع في مختلف أنحاء العالم، حيث أصبح في كل بلد مجموعة كبيرة منها، من مختلف الأنواع. ولما توسعت التجارة العالمية، وأخذ الشرق الأقصى يرسل ما عنده، من أنواع التوابل الكثيرة، إلى جميع أنحاء العالم، أهمل استعمال الأعشاب، واستعيض عنها بالتوابل من الهند والهند الصينية وغيرهما، من بلدان الشرق الأقصى.

ولكن الدراسات الحديثة عن تغذية الانسان، أعادت لأعشاب المطبخ أهميتها إذ أثبت العلم ان غذاء الانسان لا يكتمل بوجود العناصر الأساسية الثلاثة (الزلال، والنشا أو الكاربوهدرات، والدهن) كما كان يزعم من قبل، بل إن هناك عناصر أخرى، لا تقل عن العناصر الثلاثة المذكورة أهمية،

في تغذية الانسان، وان فقدان واحد منها يحدث اضرارا صحية. وهذه العناصر أصبحت معروفة عند الجميع، وهي الفيتامينات بجميع أنواعها، والعناصر المعدنية كالسيوم والحديد والبوتاس، والصوديوم، والفوسفور، والنحاس، والمنغان... الخ.

فهذه العناصر يحتاجها الجسم، ولا يمكنه الاستغناء عن أي منها، دون أن يصاب بضرر صحي كبير. ويحتاج الجسم إلى كميات كبيرة من بعضها نسبيا؟، في حين انه يكتفى بوجود (آثار) فقط من بعضها الآخر. ومن المعلوم ان هذه العناصر كلها موجودة في النباتات، (الخضار)، وأن الطهي يفسد البعض منها (الفيتامينات) كما يفقد بعضها الآخر (الأملاح المعدنية).

وأعشاب المطبخ عادة لا تطهى بل تضاف طازجة، إلى الأطعمة، أو بعد تجفيفها وسحقها، وبذلك تظل محتفظة بعناصرها، وتسد ما أحدثه الطهي من ثغرات في الغذاء.

وفيما عدا ذلك فان لكل عشبة من أعشاب المطبخ شذى (رائحة عطرية أفاوية) خاصا، من شأنه إذا ما أحسن استعماله ان يزيد في لذة مذاق الطعام، ولذة المذاق (تسيل اللعاب)، وهذه السيولة - تسهل الهضم كما شرحنا في مواضع مختلفة من كتب (السلسلة الطبية).

وبعض أعشاب المطبخ يمكن الحصول عليها طازجا في جميع الفصول تقريبا، كالمقدونس مثلا، وبعضها الآخر لا يعيش طويلا فيستعمل طازجا في موسمه، ثم يجفف ويسحق ويحفظ في أوان زجاجية محكمة السد، لاستعماله في غير موسمه كالزعر والنعناع. على أن استعمال أعشاب المطبخ يحتاج إلى دراية

في فن الطبخ، وفن تقديم الأطعمة، مزينة بالعشبة الطازجة أو بمسحوقها المجفف. وسنوضح ذلك عند التحدث عن كل عشبة منها على انفراد. ويلاحظ أخيرا ان بعض أعشاب المطبخ، تدخل ضمن الأعشاب الطبية السابقة في هذا الكتاب، وقد تحدثنا عنها بهذه الصفة فقط. وإذا أعدنا الآن التحدث عنها مرة أخرى، فإن حديثنا سيتناولها من جانب صفتها الثانية، أي من وجهة استعمالها في المطبخ فقط، كما سنعيد رسم اشكالها، لكي لا يضطر القارئ إلى قلب صفحات الكتاب إلى الوراء، وإضاعة الوقت في البحث عنها.

أرطاسيا:

(وهي من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: خفيفة المرورة ولكن مذاقها ليس غير مقبول، مستوطنة في النصف الشمالي للكرة الأرضية. استعمالها: تستعمل للتبيل، أوراقها الصغيرة ورؤوس فروعها الغضة والمجففة. وهي تابل ضروري في تهيئة أطعمة أنواع الطيور الدسمة (? السمينة?) ولحم الخنزير الدسم، لأنها تسهل هضمها كما تحسن مذاقها، ولهذه الأسباب نفسها تستعمل أيضا في تبيل



الخضار الورقية، من أنواع (السلق واللخنة: الملفوف) والسبانخ والفطر. كما تغلى بضع أوراق منها مع بعض أوراق من النعنع بعض دقائق، ويستعمل المرق لتتبيل سلطة اللحم. ولا تستعمل الأرتاماسيا غضة إلا بأوراقها الصغيرة قبل الأزهار، لان الأوراق على الغصن المزهر تصبح شديدة المرورة. وللتجفيف تقطع الأغصان قبل الأزهار بطول (٢٠ - ٣٠) سنتيمترا، وتجرد من أوراقها، ثم تربط إلى حزم وتجفف في الهواء الطلق والظل جيدا، ثم تخزن في إناء زجاجي محكم السد لا ينفذ الهواء إلى داخله. وتوجد في الأسواق أرتاماسيا مجففة (ومبروشة) أو مسحوقة، واستعمالها يسهل الهضم.

ملاحظات حول زرعها: من الممكن بذر بذورها واستنباتها ولكن يفضل شراؤها شتلات أو (شلخات) لعشبة نامية. ولا حاجة لأكثر من عشبة واحدة فقط للزوم المطبخ، أو عشبتين عل أكثر تقدير. وهي تعمر طويلا ويبلغ ارتفاعها أكثر من متر، وهي تحتاج إلى الكثير من الرطوبة، وتزرع متنحية جانبا لكي لا تظلل على الأعشاب الأخرى بقربها، وتحرمها من أشعة الشمس.

إكليل الجبل:  
(وهي من الأعشاب الطبية أيضا).  
صفاتهما: عطرية مذاقها يذكر  
بالكافور، موطنها الأصلي جنوب  
أوروبا.  
استعمالها: تستعمل طازجة أو  
مجففة، ولاستعمالها ميادين واسعة،  
ولكن يجب التقنين بمقدارها، لكي  
لا يطغى مذاقها الشديد على كل مذاق  
غيره. وتستعمل بالاشتراك مع الناعمة  
المخزنية والبصل، لتبيل اللحوم  
المدهنة، ولحوم الطيور وحيوانات  
الصيد، والأسماك وأطعمة الفطر. وهي تابل ملائم لحساء البندورة (طماطم)  
والصلصات، وفي أيام الصيف تستعمل أوراقها الغضة ورؤوس فروعها. ويمكن  
أيضا تجفيفها بالأساليب المعروفة، ولكن يجب ان يلاحظ عند قطف الأوراق  
أن يترك للعشبة ثلاثة أرباع أوراقها، وأن لا يقطف من أوراقها أكثر من  
ربعها. ومن المؤسف أن تجفيف الأوراق يكسبها مذاقا مرا، كما أنه يفقدها  
الكثير من مذاقها الكافوري، وخواصها كتابل. وفي الأسواق مسحوق  
جاف للعشبة، تصنعه المصانع يمكن استعماله في موسم الشتاء، كما يمكن زرع  
عشبة واحدة في أصيص يحافظ عليها أثناء الشتاء، وتستمد منها أوراق غضة

طيلة هذا الموسم. وإكليل الجبل يقوى المعدة والأعصاب، وينبه الدورة الدموية.

ملاحظات حول زرعها: إكليل الجبل بحد ذاته عشبة معمرة، ولكنها لا تقاوم البرد، بل تحتاج إلى مكان مشمس، غير معرض للتيارات الهوائية، وأن (تبخبخ) أرضها بالركش. وتصل العشبة في نموها إلى علو متر واحد، وإنبات العشبة من البذور محفوف بالصعوبة، ولذلك يفضل تداركها بشتلة من المشاتل المختصة، أو بشكل (شلخة) من عشبة نامية في شهر أيار (مايو) أو حزيران (يونيو). والعشبة تحتاج إلى ما مساحته (١٢٠٠ سم ٢) من الأرض، ويمكن ترك العشبة في الأقاليم المعتدلة في مكانها، في فصل الشتاء، أما في الأقاليم غير المعتدلة فيجب نقلها إلى أصيص ليحافظ عليها في القبو من قساوة الطقس في الشتاء، وبدون ذلك لا تتحمل العشبة برد الشتاء، ولا تعود إليها الحيوية في الربيع التالي. وبعض الخبراء يوصى بزرع العشبة منذ البداية في أصيص يتناسب مع حجمها، ويحافظ على الأصيص في موسم الشتاء، بوضعه في القبو، وفي بداية الربيع يخرج من القبو ويدفن بكامله والعشبة فيه، في المكان المشمس المخصص له، لينقل في أواخر الخريف مرة أخرى إلى القبو وهكذا دواليك.

البصل: (وهو من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: مذاقها لاذع نموذجي، وهي منتشرة في جميع أقطار العالم (دولي) يوجد منها أنواع كثيرة، أهمها للمطبخ الأنواع الآتية:

بصل المطبخ: *Allium Cepa*

بصل الشتاء المفقس: المنجب،

وقد سماه الأمير مصطفى الشهابي

رحمه الله (ثوم قسبي)

*Allium Fistulosm*

كرات أندلسي: *Allium Ascalonium*

بصل لؤلؤي: سماه الأمير مصطفى الشهابي (بصل زراعي):

*Allium Ascalonium*

استعمالها: كل طاه بل حتى كان إنسان يعرف كيف وأين يستعمل البصل، والكل يعرف أن قشر البصل الأحمر يصبغ قشر البيض باللون العنابي، ولكن القليلين فقط يعرفون أن هذا القشر يستعمل أيضا لصبغ الحساء، ومرق اللحم، أو الصلصات الفاتحة اللون. هذا وبصل الشتاء المفقس، أو الثوم القسبي، والبصل اللؤلؤي، أو البصل الزراعي، كما يسميهما الأمير مصطفى الشهابي - يستعملان على الأكثر للمخللات (كبيس بالخل). والبصل المفقس يعطى (افراخا: بصيلات) جانبية يمكن استغلالها في موسم الصيف،

وترفع هذه البصيلات من الأرض في الخريف، مع ابقاء بضع منها في مكانها لتفرع في الربيع المقبل، وتستغل مبكرا. وفي الخريف تجف أوراق البصل فوق الأرض، حين موعد جنى البصيلات وإخراجها، ولخزنها توضع في أماكن قليلة النور وإلا فرعت أثناء خزنها. والبصلة المفرعة تفقد خواصها وتصبح عديمة الفائدة ما عدا فرعها. وقد توصلت المصانع إلى تجفيف البصل وبيعه مسحوقا في الأسواق، والبصل بجميع أنواعه مثير للشهية، ومساعد للهضم. ملاحظة حول زرعها: تزرع البصيلات الصغيرة المستنبطة من البذور (قزح - قنار) في بداية الربيع، وكل بصلة من الأنواع الكبيرة تحتاج إلى مساحة ٤٠٠ سم ٢ من الأرض، وتكتفي الأنواع الصغيرة بأقل من ذلك. ترنجان:

(وهو من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: أفاوية، مذاقها يذكر بمذاق الليمون الحامض مع شئ من المرارة الخفيفة، موطنها الأصلي بلاد الشرق.

استعمالها: لا تطبخ أبدا وتستعمل في الأفضل طازجة، وهي من التوابل الخالدة للسلطات. ومن البديهي انها تشترك أيضا في تتبيل القريشة مع أعشاب أخرى، كما يتبل بها حساء الخضار والصلصات، وكذلك الزبدة -

حسب الذوق الشخصي - ولها ميدان استعمال خاص في الغذاء النيء، وعلى الأخص في تنبيل الجزر والكرفس، كما يتبل بها كومبوستو الفواكه الحلوة وكذلك (خل الكبيس). وهي تابل ممتاز لأطعمة الحميات الطبية الغذائية. والعشبة تعوض عن (برش) قشرة الليمون الحامض، التي يوصى باستعمالها في عمل الكثير من المعجنات وغيرها.

ولتجفيف العشبة تؤخذ الأغصان قبل الأزهار، وفي يوم جاف حار وذلك بقطعها فوق مستوى الأرض بنحو (١٢ - ١٥) سم، ولا يجوز ان يوجد بينها فروع جافة، خشبية، وتربط الفروع حزما وتجفف في الهواء، أو ان الأوراق تقطع وتجفف بمفردها وهذا أفضل، لان التجفيف في هذه الحالة يتم بسرعة أكثر، وبغير ذلك تفقد الأوراق لونها. وبعد تجفيفها تختزن في مجمع محكم السد للمحافظة على خواصها كتابل، ويمكن حفظ الترنجان مع أعشاب أخرى بالملح، وهو يقوى الشهية ويسهل الهضم.

ملاحظة حول زرعها: يمكن بذر بذورها في أبيض في شهر آذار، هذا ومقدار عشر الغرام من البذور يكفي لبذر متر مربع من الأرض، والعشبة معمرة ولا حاجة لإعادة بذورها في السنة القادمة، ومطبخ العائلة المتوسطة يحتاج لعشبتين أو ثلاث. والعشبة منها تصل في نموها إلى علو (٦٠ - ٧٠) سم. وتنقل الشتلات البذور المبذورة في نهاية شهر آيار: مايو لغرسها في الأماكن المعدة لها، والعشبة الواحدة تحتاج لما مساحته (٩٠٠) سم ٢ من الأرض. والأسهل من هذا شراء الشتلات جاهزة، أو غرس (شلتحات) تؤخذ من عشبة نامية في الصف الثاني من شهر نيسان (إبريل)، أو في أواخر الصيف في شهري آب (أغسطس) وأيلول (سبتمبر)، وغرسها. وتجنى الأغصان من العشبة - بصرف النظر عن الزهيرات - (٢ - ٣)

مرات في السنة قبل الأزهار على قدر الامكان. والعشبة بعد قطع الأغصان منها، تترد ثانية وتكون أغصانا جديدة قبل ان تتخشب الفروع. ثوم معمر:

صفاتها: مذاقها منعش يذكر بالبصل أو الثوم، وتحتوي مقدارا كبيرا من الفيتامين س C. استعمالها: لا تستعمل إلا طازجة ولا تطبخ أبدا لان الطبخ يفسد الفيتامين فيها. وهي تستعمل مفرية وممزوجة بالزبدة أو مع السلطات، أو القريشة لوحدها وممزوجة مع أعشاب أخرى. كما يضاف مفريها أيضا إلى الحساء والصلصات، وأطعمة البطاطس والسمك، واللحم، وأطعمة البيض. والثوم المعمر بمذاقه الخاص يلعب دورا كبيرا في كثير من أنظمة الحمية.

ويستحسن غرسها في أصص أو صناديق خشبية، للاستفادة منها في أيام الشتاء، حين يكون الجسم في حاجة إلى ما فيها من الفيتامين س C، الذي يثير الشهية للطعام، ويقوى المعدة.

ملاحظات حول زراعتها: الثوم المعمر يقاوم الشتاء، وبدوره لا تتحمل الخزن ولا تصلح لأكثر من سنة واحدة فقط، تبذر بدون تخطيط في شهر (آذار - مارس)، ومقدار نصف غرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته

مترا مربعا من الأرض. وفي شهر (أيار: مايو) ترفع البصيلات بجذورها، وتغرس في خطوط يبعد كل منها عن الخط الآخر بمسافة ٢٠ سم. ولا يبدأ بجني الثوم المعمر إلا في شهر (نيسان: إبريل) من السنة التالية لغرسه، وذلك بقطع الأوراق البارزة منه عند سطح الأرض مباشرة. وهذا يساعد على نمو أوراق جديدة بسرعة وقوة. ولا تقطع إلا الأوراق القوية النامية، وإذا ظهرت براعم في رؤوس الأوراق تقرف هذه البراعم بالظفر. وفي الخريف ترفع بضع بصيالات وتغرس في أضيض توضع في مكان منور داخل البيت، حيث يستمر نموها في فصل الشتاء، ويمكن الحصول على أوراق غضة طازجة منها طيلة هذا الفصل. وفي مطلع الربيع تعاد البصيلات ثانية إلى الأرض في مكانها السابق.

الثوم:

(وهو من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: الثوم في الواقع ليس من أعشاب المطبخ، لأنه لا يستعمل منه سوى فصوصه فقط، وهي تستعمل طازجة أو مجففة، لها رائحة ومذاق لاذعين نموذجيين، بفضل ما تحتويه من زيوت طيارة، موطنها الأصلي بلاد غرب آسيا.

استعمالها: يتبع ذلك الذوق

الشخصي، ورائحته التي لا يستسيغها كثير من الناس، لا تمنع من استعماله كتابل باعتدال. ويمكن تجنب انتشار.



رائحته مع النفس من الفم، إذا استعمل بشكل فص واحد يقطع، ويدهن بمقطعه طبق السلطة أو قصرية الحساء. وإذا أريد استعماله في الطبخ، يقطع فسه إلى شرائح صغيرة تولى قليلا بالزيت الحامي قبل إضافتها إلى الطعام في الطبخ، أو أن الفص يهرس جيدا قبل إضافته إلى الطبخة. أما استعمال الثوم كتابل بغير هذه الطرق، وعلى الأخص إذا استعمل بإفراط كما هو الحال في بلادنا العربية. فلا بد من أن يعقبه انتشار رائحته (الكريهة) مع النفس من الفم، ومن الجلد مع العرق إلى أن تتبخر جميع زيوته الطيارة من داخل الجسم، وقد يستمر تبخره أكثر من يوم. ويساعد على تخفيف رائحته من النفس شرب قدح من الحليب، أو مضغ عرق من المقدونس الطازج، أو حبة قهوة، هذا ويوجد في الأسواق ثوم جردته المصانع من رائحته، وصنعت منه مسحوقا جافا كالمالح.

وإذا استعمل الثوم باعتدال حسن مذاق اللحم الضاني المدهن، ولحوم حيوانات الصيد البري، والصلصات والسلطات والقطاني (فول، عدس، حمص.. الخ) والمايونيز.

والثوم يساعد الهضم ويمنع تكوين الغازات، ويخفض ضغط الدم المرتفع، وبالرغم من فوائده هذه فإنه أكره تابل عندي على الإطلاق. وعندني أنه لا يجوز لمن يحتك بسبب مهنته بالناس ويتقرب منهم، كالطبيب والحلاق والممرض مثلا، أن يأكلوا الثوم ويفرضوا على غيرهم استنشاق (عبيره)!. ملاحظات حول زرعها: يزرع الثوم ويتكاثر بغرس فصوصه أو بصيلائه الصغيرة، التي تتكون في داخل أزهارها بعد عقدتها، وهي تغرس إما في بداية الربيع، أي في شهر آذار - مارس أو نيسان، أو في الخريف في شهر تشرين أول: أكتوبر، وفي هذه الحالة يجب وقايتها من الجليد في الشتاء. ويكفي

لمطبخ العائلة زرع (١٠ - ٢٠) فصا تغرس في بعد (١٥) سم، وفي صفوف  
يبعد بعضها عن بعض مسافة (١٥) سم أيضا، وفي شهري (تموز: يوليو،  
وآب: أغسطس) يتم نضجه، إذ تجف وتصفّر أوراقه البارزة فوق سطح  
الأرض، فترفع الرؤوس وأوراقها من الأرض، وتفرد فوق الأرض في الشمس  
إلى أن تجف جيدا، ثم تجدل بحزم للتخزين.  
ونكرر أن في الأسواق ثوما مجففا، وآخر مسحوقا، وثالثا على شكل  
ملح الطعام من إنتاج المصانع الخاصة.  
جرجير = حرف = قرّة العين:  
(والنبته من الأعشاب الطبية  
أيضا).

صفاتها: لا تنبت إلا برية على  
ضفاف نهر أو نبع جار، والرشاد  
أفضل منها مذاقا كتابل.  
استعمالها: تماما كما يستعمل  
الرشاد، وهي في الربيع تنقى الدم.

جويسة عطرية:

(وهي من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: عطرية جدا مذاقها

خفيف المرارة، تنبت برية ويمكن استنباتها في الحديقة.

استعمالها: تستعمل طازجة فقط

للتبيل، والمجففة منها تستعمل لعمل

المستحلب (شاي)، والشائع عنها

انها تابل للخمر فقط، والجويسة

تختلف في شئ واحد عن باقي أعشاب

التوابل، وذلك أن شذاها يبلغ ذروته

إذا تركت تذبل قليلا قبل الاستعمال، في حين ان سائر الأعشاب وغيرها، على العكس من ذلك تماما.

والجويسة يمكن استعمالها في المطبخ أيضا، بمقادير صغيرة جدا في كومبوستو.

الفواكه والحلويات، والسلطات المعتدلة، والأغذية النية، فطرها اللطيف يحسن

مذاق هذه الأطعمة كلها. وهو شئ تابع للذوق الشخصي طبعاً، وعلى كل

يمكن تجربته واختياره كما يمكن لهذا الغرض استعمال الجويسة المجففة أيضا.

ومستحلب (شاي) الجويسة الجافة ينقى الدم، ويدر البول، ويسكن الأعصاب،

والبعض يصفه لاضطرابات الكبد.

ملاحظات حول زرعها: يحتاج مطبخ العائلة لشتلتين أو ثلاث، يمكن

الحصول عليها من (شلخات) من عشبة نامية في شهر نيسان: إبريل،

والجويسة تنبت في الغابات برية أي في أرض نصف مظلمة، وتغرس في الحدائق أيضا في ظل أشجار تظللها، والعشبة الواحدة تحتاج إلى ما مساحته (X ٢٠ ٢٠) سم ٢، ويصل علوها إلى (٢٠) سم. وفي السنة الأولى لغرسها تترك على راحتها، ولا تؤخذ منها أوراق قبل السنة الثانية، وقبل إزهارها في هذه السنة، وذلك بأن يؤخذ منها جزء من الأوراق ورؤوس الأغصان لا كلها. وما يفيض منها عن الاستعمال الآني يمكن تحفيفه، بربطه حزما صغيرة تعلق في الهواء ولكن الأوراق الجافة لا تبشر بنجاح كبير، إلا في استعمالها لعمل المستحلب (الشاي).

حبق:

صفاتها: عشبة عطرية أفاويهية لها مذاق يقرب من مذاق الفلفل، موطنها الأصلي المناطق الحارة في إفريقيا وفي آسيا.

استعمالها: لها مجالات استعمال متعددة، ويجب الاحتراس في استعمالها، وعلى الأخص في استعمال أوراقها الغضة، لان لها مذاقا أفاويهيا شديدا. ولذلك يلعب الحبق دورا هاما في الحميات الغذائية، فهو باشتراكه مع ندغ البساتين، وإكليل الجبل (حصا ألبان) يعوض عن الفلفل في تتبيل الأطعمة. ويستعمل الحبق كتابل في الحساء (شوربا) والخضار الغضة، والصلصات، وفي تتبيل أطعمة اللحوم، وخصوصا (الراكو) ولحم الضأن،

والطواجن والفاصوليا البيضاء. أما لحوم الأسماك فتتبل بمزيج منه ومن عشبتي ندغ البساتين، وإكليل الجبل. وتستعمل أوراقه الغضة في أيام الصيف مفرية (مفرومة)، ويمكن زرع الحبق في إصص الزهور، لأجل استعماله أيام الشتاء، والأوراق الصغيرة يمكن تجفيفها، ولهذا الغرض تقطع رؤوس العشب، وتضم حزما بعضها إلى بعض وتعلق في الهواء الطلق والظل إلى أن تجف تماما، ثم (تفرط) من الأغصان وتخزن في إناء زجاجي محكم السد لا يدخل الهواء إلى داخله، لكي لا تفقد شيئا من أفاويهيتها. ولتجفيف الأوراق بسرعة تقطف عن الأغصان بكل احتراس، وبدون ضغط عليها يصيبها بعطب ويفسدها، ثم تجفف فوق ورق نظيف.

هذا ويوجد الحبق بشكل مسحوق مجفف يباع في الأسواق، وهو يثير عملية الهضم ويطرد الغازات المعوية ويسكن الأعصاب.

ملاحظات حول زرعها: تبذر البذور بعد انتهاء موسم البرد، بخطوط تبعد عن بعضها مسافة (٢٠ - ٣٠) سم، وبعد نمو (الشتل) تنزع هذه لتشتل في الأماكن المخصصة لها. ويلاحظ ان الحبق شديد التأثير بالبرد، وله نوعان: أحدهما صغير الورق يصلح للمناطق المعتدلة، وثانيهما أوراقه ثلاث ويصلح للمناطق القارسة. هذا والبذور تحافظ على قوة إنباتها لمدة ثلاث سنوات ويجب ريها باستمرار أثناء نموها، والعشبة النامية منها تصل إلى ارتفاع (٦٠ - ٣٠) سنتيمترا.

حشيشة الملاعق:

أو (ملعقية).

صفاتها: تابل لاذع، مذاقه فيه

شئ من المرورة والملوحة معا، تنبت

حتى في الشتاء في الأراضي المالحة.

استعمالها: تستعمل وهي غضة

فقط، وعرف منذ القدم أنها تكافح

مرض (الأسكربوت) وتحول دون

ظهوره. وقد اكتشف العلم الحديث

أنها غنية بالفيتامين (س C)، ولذلك

تستعمل منذ ظهور أوراقها الأولى في

بداية الربيع، ولكن بمقادير قليلة لشدة

مذاقها. وهي تستعمل مفرية لتبيل

الزبدة مع لسان الثور والثوم المعمر،

ويمكن استعمالها لتبيل اللبن الرائب والأطعمة من الجزر، كما يمكن استعمالها

مع البطاطس المسلوقة إذ تكسبها مذاقا لاذعا. وتضاف إلى السلطات الخضرية

بضع أوراق مفرية، كما يمكن عمل سلطة من أوراقها الفتية لوحدها. وعلى

العموم يمكن استعمال أوراق حشيشة الملاعق، حيث يستعمل الجرجير الحاد

المذاق أيضا. وفي الأنظمة الغذائية للحمية التي يمنع فيها استعمال ملح الطعام،

والتوابل الأخرى يستعاض عنها بحشيشة الملاعق، لأنها تغطي على الطعم

(الفاهي: بدون ملح) في غذاء الحمية. وأوراق حشيشة الملاعق لا تستعمل

إلا غضة، لان التجفيف يفسدها ويفقدها أفاويهيتها، ولا حاجة أيضا لهذا التجفيف لأنه يمكن الحصول على أوراق غضة من العشبة حتى في وقت تساقط الثلوج، ويمكن المحافظة على الأوراق أيضا لمونة؟ الشتاء، أو للسفرات البحرية الطويلة، بتمليحها كما سيأتي شرحه فيما بعد.

ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في نهاية شهر نيسان (إبريل) أو بداية أيار (مايو)، ويمكن بذلك اخذ محصول منها في السنة نفسها، والأفضل ان تبذر البذور في نهاية الصيف في أواخر (آب: أغسطس) أو بداية أيلول (سبتمبر)، وهكذا يمكن الحصول على الأوراق الغضة في بداية الربيع القادم. ومقدار نصف غرام من البذور تبذر ما مساحته متر مربع من الأرض. وتبذر البذور سطحيا وفي خطوط تبعد عن بعضها مسافة (٢٠ - ٣٠) سم، والعشبة تصل إلى علو (٣٠ - ٤٠) سم وتفرد بعد نبتها، فلا يترك إلا عشبة واحدة منها في كل (٢٠) سنتمرا. وحشيشة الملاعق تنبت في نصف الظل أو حتى في الظل التام، وتتطلب أن تظل أرضها رطبة.

حماض صغير:  
(وهي من الأعشاب الطبية أيضا).  
صفاتها: مذاقها حامض منعش  
مع مرارة خفيفة، غنية جدا بالفيتامين  
(س C) تنبت أيضا برية.  
استعمالها: تستعمل طازجة فقط،  
وهي معروفة كعشبة برية، ولكن  
يمكن زرعها واستنباتها كغيرها من  
الأعشاب المزروعة. وهي كتابل  
تتلاءم مع غيرها في تتبيل القريشة  
والسلطات، كما يستعمل أيضا لتتبيل  
أنواع الحساء، والصلصات البيضاء  
للحوم المشوية والأسماك. والبعض  
يمزجون الحماض مع السبانخ لطبخهما معا، وفي هذه الحال يستحسن أن يصب  
فوق الحماض الماء الغالي، ويترك بداخله بضع دقائق ثم يفرغ الماء عنه، لأنه  
يحسن مذاقه. ويمكن الحصول على أوراق غضة فتية من الحماض طيلة أيام  
الصيف، أما الأوراق القديمة فمذاقها مر بشدة، ولا تصلح للاستعمال. والحماض  
ينقى الدم ويقوى الشهية، ويسهل الهضم ولا يجوز استعماله في بعض حالات  
المرض، وقد ذكر ذلك في البحث الطبي عن العشبة  
ملاحظات حول زرعها: لا يحتاج مطبخ البيت لأكثر من (٣ - ٤)  
عشبات من الحماض، يمكن الحصول عليها في شهر نيسان (أبريل) بشكل  
(شلخات) من عشبات نامية عمرها (٣ - ٤) سنوات. وإذا استحال



ذلك تبذر بذورها في شهر نيسان (أبريل) في خطوط يبعد أحدها عن الآخر مسافة (٢٥ سم)، ومقدار غرام واحد من البذور يكفي لما مساحته من متر مربع من الأرض. وتفرد الشتلات بعد إنباتها بإخراجها من الأرض، وترك شتلة واحدة فقط في كل (١٢ - ١٥) سنتيمترا. والحماض يتطلب الري بانتظام، ويمكن جنى الأوراق من العشبة، بعد البذر بمدة (٩ - ١٠) أسابيع، على أن لا تقطف في مرة واحدة أوراق كثيرة من عشبة واحدة. وبعد ان يفوت أوان جنى الحماض الصغير، يحل مكانه الحماض البستاني الكبير.

حماض بستاني كبير:

(والعشبة كسابقتها من الأعشاب

الطبية أيضا).

صفاتها: كسابقتها وهي تعيش في

الشتاء، ويبدأ بجني أوراقها في شهر

تشرين الأول (أكتوبر) أي بعد

انتهاء الحماض الصغير.

استعمالها: كالحماض البستاني الصغير.

ملاحظات حول زرعها: يمكن

زرعها في شهر نيسان (أبريل)

(شلخات) من عشبة نامية، وقبل

أخذ الشلخة تقطع العشبة إلى ما فوق

سطح الأرض بنحو (١٠) سنتيمترات. ويمكن استنبات الحماض الكبير ببذر

بذوره كما وصف في الحماض الصغير، ومقدار غرامين من بذور الحماض الكبير

يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض.

حي العالم المنعكس:  
صفاتها: منعشة، مذاقها خفيف  
الحموضة، تنبت أيضا برية.  
استعمالها لا تستعمل إلا طازجة،  
أوراقها اللحمية تستعمل باقتصاد  
كبير، تمزج كتابل في السلطات  
والحساء وصلصات الأعشاب، والأطعمة  
من لحم حيات البحر (حنكليز)،  
والأسماك المدهنة، والأغذية النية،  
وأطعمة الحميات الطبية الغذائية،  
وتمزج أحيانا مع فجل الخيل (خردل  
الألمان) والثوم المعمر، وتعطى مفرية  
عوضا عن المقدونس فوق البطاطس  
الحديثة، ولا يمكن تجفيف العشبة.

ملاحظات حول زرعها: يحتاج مطبخ العائلة لعشبة واحدة أو عشبتين،  
ويمكن الحصول عليهما من المشاتل، لان عشبة حي العالم المنعكس، من  
النباتات التي تستعمل لتزيين حدائق الزهور الحجرية - (الأزهار التي تنبت  
بين الصخور) - ويؤخذ من النبتة (شلحة) في شهر نيسان (إبريل) أو شهر  
أيلول (سبتمبر) لغرسها، على أن كل غرسة منها تحتاج لمساحة (X ٢٠ ٢٠) سم ٢  
من الأرض، والعشبة لا تعلق إلى أكثر من (٢٠) سم، ويمكن جنى الأوراق  
ورؤوس الأغصان من العشبة قبل تكوين براعم الزهر.

خزامى معروفة:  
(وهي من الأعشاب الطبية  
أيضا).

صفاتها: تستعمل بالتقنين، وهي  
كتابل غير معروفة كثيرا، مذاقها  
مر لاذع، موطنها الأصلي في الجنوب  
الشرقي من أوروبا حيث تنبت  
برية.

استعمالها: العشبة معروفة  
ومحبوبة بشذا أزهارها، وهذه  
الأزهار إذا جففت ووضعت في كيس  
الكتان أو الشاش، ووضع  
الكيس داخل (خزانة الملابس

والبياضات) أكسبها رائحة عطرية ووقاها من العث.

وفيما عدا ذلك، فإن العشبة يمكن تصنيفها في قائمة الأعشاب التوابل،  
ولكنها لا تستعمل إلا بمقادير صغيرة جدا، ودائما ممزوجة مع أعشاب أخرى  
كالسنت، وندغ البساتين، والناعمة المخزنية، لعمل الصلصات وحساء  
السمك والطواجن. وتستعمل مع أعشاب أخرى أيضا لتتيل الزبدة،  
وتستعمل مع العرعر لتدخين اللحوم للحفظ، ويستعمل منها أوراقها الفتية  
الغضة، ورؤوس الفروع حتى وقت الأزهار وليس إلى ما بعد ذلك، ولا  
يمكن تحفيفها والاحتفاظ بها.

أما الأزهار فتتجفف وتجعف بسرعة، لكي لا تفقد لونها الأزرق، وتستعمل للتعطير كما ذكرنا سابقا، كما يمكن إضافتها أيضا إلى ماء الحمام، ويعمل من الأزهار (مستحلب: شاي) يسكن الأعصاب ويقويها. ملاحظات حول زرعها: تزرع عادة في الحدائق والمنتزهات كإطار لأحواض الأزهار، ويبلغ ارتفاعها حتى نصف المتر. أما لحاجة المطبخ فيكفي زرع عشبة واحدة أو اثنتين، وتبذر بذورها في شهر (آذار: مارس) في أصيص للزهر، وبعد نبتها تنقل الشتلات في أواخر شهر (آيار: مايو)، إلى الأماكن المخصصة لها وتغرس، وبين كل واحدة وأخرى مسافة (٢٠) سنتيمترا، وما يتبقى من البذور تظل صالحة لمدة سنتين. ويمكن أيضا زرع (شلخة) من عشبة نامية بعد تقصيرها جيدا، وبعد جنى الأزهار تقصر العشبة جيدا في شهر (آب: أغسطس) حيث تفرع فروعها جديدة، تكون أفضل لمقاومة برد الشتاء من الفروع القديمة، وعلى كل يجب وقاية العشبة من الجليد، بتغطيتها بالأغصان في موسم الشتاء.

رجلة، بقلة، فرفحين:  
صفاتها: منعشة ومذاقها فيه شيء من الملوحة، موطنها الأصلي آسيا  
الصغرى.

استعمالها: تعتبر أيضا من الخضار، وتطبخ بطرق مختلفة، ولكنها كتابل،  
تستعمل أوراقها الغضة الطازجة فقط، بإضافتها إلى السلطات وأنواع الغذاء  
النئ. ومذاقها العطري المالح يلائم استعماله في صنع المقانق، وتبيل أغذية  
الحميات الطبية، كما يتلاءم أيضا مع القريشة، فتضاف أوراقها المفرية مع  
أعشاب أخرى لتبيلها. والأوراق بعد (تحميسها) قليلا يمكن اضافتها كتابل  
إلى بعض أنواع الحساء. والرجلة تكافح الحموضة في المعدة، ولا يمكن تجفيف  
أوراقها، ولكنه من الممكن حفظها في الملح، كما سيأتي شرحه فيما بعد.

ملاحظات حول زرعها: العشبة تحتاج لمكان مشمس ومحمي من تيارات الهواء، وتبذر بذورها منذ شهر أيار (مايو) حتى شهر أغسطس (آب)، على دفعات متتالية بفاصل (٤) أسابيع بينها، وذلك في صفوف يبعد أحدها عن الآخر مسافة (٢٠) سم. ولا تغطي البذور بعد بذورها بالتراب، بل يضغط فوقها بلوح أو قطعة من الخشب فقط، ومقدار نصف غرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض، وتحفظ البذور بقوة إنباتها لمدة سنتين. وعند ظهور الشتلات تفرد بنزعها، حتى لا تبقى إلا شتلة واحدة في كل (٨ - ١٠) سم، والشتلات المنتزعة يمكن استعمالها حالا في المطبخ. ويبدأ بجني الشتلات بعد ثلاثة أسابيع، ويتوقف الجني عندما تبدأ العشبة بالأزهار، لأن أوراقها تصبح بعد ذلك مرة المذاق. والرجلة تتطلب الري المستمر، وإذا قطعت أغصان العشبة في الخريف يمكن ان تفرع ثانية في الربيع المقبل، ولكن يفضل دائما زرعها سنويا من جديد.

رشاد:

صفاتها: مذاقها لاذع خفيف  
يذكر بمذاق (فجل الخيل: خردل  
الألمان) وموطنها الأصلي الشرق.  
استعمالها: تستعمل وهي طازجة  
وطرية فقط، وميدان استعمالها ليس  
متسعا كغيرها من أعشاب المطبخ،  
وأفضلها مذاقا الأوراق الحديثة الغضة،  
وتعمل منها سلطة لذيذة جدا. وتستعمل  
كتابل في سلطات الخس والبندورة  
(طماطم)، كما تستعمل لعمل صلصات  
مع أعشاب أخرى ولتتبيل الحساء،

وللسندويش من البيض المسلوق أو مفرية مع الزبدة ومع اللحوم الباردة أو البيض المخفوق، كما تستعمل للتزيين أطباق الأطعمة الباردة. وهي من أول الأعشاب التي تنبت مبكرا في الربيع، وهي في هذا الوقت من أيام السنة مقبولة جدا. ويستحسن أن تكون متوفرة طيلة أيام الصيف، ولهذا الغرض تبذر بذورها على فترات متعاقبة، وهي تنبت بسرعة خلال بضعة أيام، مما يجعل بذورها ممكنا في صناديق خشبية توضع في المطبخ، لتنت وتستعمل في أيام الشتاء. ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في أواخر شهر آذار (مارس)، أو بداية نيسان (أبريل)، وذلك بصفوف تفصل بينها مسافة (١٠ - ١٢) سم. ومقدار غرام واحد ونصف الغرام من البذور يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض، يبذر سطحيا ولا يغطي بالتراب بل يضغط فوقه بقطعة خشب. وهي لا تحتاج إلى الكثير من الشمس وتنت جيدا في أمكنة نصف مظلة. ويكرر البذر كل أسبوعين، وبذلك يمكن الحصول على أوراق طازجة باستمرار. والبذرة الأخيرة تكون في نهاية شهر حزيران (يونيو) أو بداية تموز (يوليو)، ويمكن حفظ البذور المتبقية لاستعمالها في السنة التالية. ويبدأ بقطف العشب بعد بذر بذورها بأسبوعين أو ثلاثة أسابيع، إذ يبلغ ارتفاعها (٦ - ٨) سنتيمترات، وتفقد العشب خواصها كتابل عندما تظهر فيها براعم للزهر.

الزوفيا اليابس:  
(أو أشنان داود)، وهي من  
الأعشاب الطبية أيضا.  
صفاتها: أفويهية، مذاقها  
ضعيف المرارة، وتنبت برية أيضا،  
موطنها الأصلي حوض البحر المتوسط.  
استعمالها: تستعمل طازجة أو  
مجففة، وتستعمل كثيرا في تنبيل  
الأغذية النيئة وفي الحميات الطبية  
الغذائية، وكذلك كغيرها من أعشاب  
التوابل في تنبيل السلطات، (وعلى  
الأخص سلطة الكرفس)، وسلطة  
البندورة (طماطم)، كما تمزج مع توابل  
القريشة. ويصنع منها على الأخص  
صلصة ممتازة لأطعمة اللحوم (راكو)،  
وكريات الكبد وحساء البطاطس  
وأطعمته.

وللاستعمال الآني تؤخذ الأوراق الفتية ورؤوس الفروع حتى وقت الأزهار،  
والطازج منهما أشد شذى وأفويهية من الجاف. وللتجفيف تقطف الأوراق  
بمفردها أو تقطع الأغصان، وتربط حزما وذلك قبيل موعد الأزهار لتعليقها  
في الهواء الطلق. ومن المهم في حفظ هذه الأوراق الجافة على الأخص سد  
مجمعها سدا محكما لا يتسرب منه الهواء، وإلا فقدت خواصها كتابل بسرعة.  
والزوفيا مقوية كما أنها منعشة.



ملاحظات حول زرعها: يمكن بذر بذورها في شهر آذار (مارس)، ولا تغطي البذور بعد بذورها إلا بطبقة رقيقة جدا من التراب. ويكفي جزء من الغرام من هذه البذور لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض. والمطبخ العائلي لا يحتاج في الواقع لأكثر من عشبة واحدة فقط، لذلك يفضل الحصول عليها في شهر نيسان (إبريل)، (شلخة) من عشبة نامية، وإذا تم ذلك في الخريف وجب قطع أغصان العشبة وتقصيرها إلى النصف، قبل غرس (الشلخة) في المكان المخصص لغرسها، وهي تحتاج إلى مساحة (X ٢٠ ٣٥) سم ٢ من الأرض. وفي السنة الأولى لا يؤخذ شئ من أغصان العشبة النامية، وفي السنة الثانية يمكن قطع أغصانها بكاملها لتجفيفها بالسرعة الممكنة. سرفيل:

(مقدونس افرنجي).

صفاتها: تابل عطري مذاقها

يذكر قليلا بالانيسون، مع شئ من الحلاوة في مذاقها، موطنها الأصلي جنوب روسيا.

استعمالها: تستعمل عادة غضة

طازجة، ويوجد منها مسحوق مجفف

صنعته المصانع ويباع في الأسواق.

وينحصر استعمالها في أيام الربيع وأيام

الصيف حين تكون الأوراق والفروع

غضة طرية، يصنع منها حساء لذيذ.

ويستعمل السرفيل مفريا فوق ساندويش

بالزبدة، كما يمزج مع أعشاب أخرى بالزبدة والقريشة. وهو يلائم سلطة البندورة (طماطم) بوجه خاص، كما يلائم سلطة الجبنة وبعض أطعمة البيض (منخفوق، عجة) أيضا، ويعمل منه صلصة ممتازة للأطعمة المصنوعة من لحم الأسماك. هذا والسرفيل مدر للبول.

ملاحظات حول زرعها: يجب بذر السرفيل كل سنة من جديد، ومن الشروط الهامة في إنبات بذوره أن لا تغطي هذه بعد بذورها إلا بطبقة رقيقة جدا من التراب. ويبدأ ببذر البذور في شهر آذار (مارس). ويكفي غرام واحد من بذوره لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض. ويبذر بصفوف يبعد أحدها عن الآخر مسافة (١٥ - ٢٠) سنتيمترا. وأفضل موعد لقطفها هو عندما تبلغ نبتتها علو (٢٥ - ٣٠) سنتيمترا، والنبتة تصل في نموها إلى ارتفاع (٥٠ - ٦٠) سنتيمترا، ولكنها تفقد فائدتها وصلاحها كتابل عندما تبدأ بالأزهار، لذلك يحال دون إزهارها بقطع براعم الزهر قبل تفتحها. وللحصول دائما على عشبة غضة يوصى ببذر بذورها على دفعات متوالية - كل أربعة أسابيع - أما البذور التي تبقى بعد انتهاء الموسم فيمكن استعمالها في السنة التالية. والسرفيل يتطلب الري باستمرار، ويمكن للذين يعجبهم مذاق السرفيل أن يبذروه في شهر أيلول (سبتمبر) في أصيص كأصيص الزهور، ثم يوضع في المطبخ حيث ينبت وينمو في أشهر الشتاء.

سنوت: (والنبته من الأعشاب الطبية).  
صفاتها: عشبة أفاويهية نموذجية،  
لطيفة الرائحة والمذاق، وطنها الأصلي  
بلاد حوض البحر المتوسط، كانت في  
السابق تستعمل أوراقها ورؤوس  
فروعها الطازجة، وأخيرا أخذت  
معامل خاصة في تجفيفها وإنزالها إلى  
السوق في فصل الشتاء مجففة ومسحوقة.  
استعمالها: للعشبة شذى ومذاق  
خاصان يسيطران على مذاق الأطعمة  
التي تضاف إليها وهي طازجة. ولها  
في المطابخ الإفرنجية ميدان استعمال  
واسع، إذ تستخرج منها صلصة خاصة  
تستعمل لتتبيل لحم البقر ولحم الحنكليز (حيات البحر) والجمبري (قريدس)  
والسرطان (سرطعون)، كما يتبل الحساء والزبدة بأوراق غضة مفرية  
(مفرومة). وكذلك تمزج مع سلطة الخيار لتتويج مذاقها. وتضاف أوراق السنوت  
بكميات معتدلة إلى سلطة البندورة (طماطم) والخس وإلى القريشة (الجبنه  
التي تتكون من تخثر الحليب)، كما تضاف أيضا إلى الفطر (شامبيون)، وفي  
جميع هذه الحالات لا يجوز طبخ العشبة، بل تضاف إلى الطعام بعد نضجه وهي  
طازجة ومفرية (مفرومة).  
وأهم ميدان لاستعمال السنوت هو ميدان (الخضار الكبيس) مع الخل

والخردل ككبيس الخيار، واللقطين (قرع)، أو الكبيس المختلط (مشكل) من مختلف أنواع الخضار. فالسنت لا يستغنى عنه أبدا في تحضير هذه المكبوسات (المخللات) الإفرنجية التي نبتاعها من محلات البقالة الراقية بأثمان باهظة ونبتهج؟ لمذاقها.

والسنت تجففه المصانع في أفران خاصة - لان تجفيفه بالطريقة المنزلية المعتادة يسبب فقدان جزء كبير من بذوره. وللحصول على هذه البذور تقطع العشبة من أعلاها قبل نضوج البذور، وتفرد فوق ورق نظيف حيث تنضج البذور، وتنفصل (تهر) من تلقاء نفسها، فتجمع وتخزن في إناء زجاجي محكم السد وعند الاستعمال تهرس (تدق) البذور مع قليل من الملح وتستعمل بذورها (رشها) فوق الأطعمة أو مزجها معها. أما إذا تركت البذور لتنضج على عشبتها فإنها تسقط بعد نضوجها فوق الأرض حيث تنبت في الربيع القادم، فتزرع من مكانها غير المناسب لتغرس (تشتل) حالا في مكان آخر مناسب. ويلاحظ أن يتم ذلك والشتلة ما زالت صغيرة، لأنها بازدياد نموها يمتد منها جذر شاقولي إلى باطن الأرض ويصبح من التعذر نزعها. والسنت علاوة على أنه يحسن الشهية بفضل شذاه العطري، فإنه يسهل الهضم أيضا ويهدئ الأعصاب.

ملاحظات حول زرع العشبة: يمكن زرع بذورها في شهر نيسان (إبريل)، ومن المستحسن أن تبذر على فترات (٤ - ٦ أسابيع) لتظل متوفرة طيلة الصيف وهي طازجة، ويكفي مقدار (٥) غرامات من البذور لبذر متر مربع من الأرض، والبذور تحتفظ بقوتها الانباتية لمدة سنة، وبذلك يمكن بذورها في السنة التالية بنجاح أيضا. هذا وتترك شتلتان من السنت بدون استغلال، لتكون متوفرة وقابلة للاستعمال في موسم (كبس الخيار والمكبوسات الأخرى).

شمرة: (وهي من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: عطرية المذاق مع حلاوة تذكر بمذاق الأيسون، موطنها الأصلي جنوب أوروبا وحوض البحر المتوسط.

استعمالها: تستعمل أوراقها وهي غضة طازجة فقط، وفيما عدا ذلك تستعمل بذورها، وأما أغصانها الضخمة فيمكن استعمالها كخضار للطبخ. وتستعمل بذورها منذ القدم لتبيل الخبز، كما تضاف البذور أيضا. إلى أعشاب الكبيس. وأغصانها

الضخمة تستعمل في البلاد الطليانية، كخضار للطبخ، وتورد لهذا الغرض إلى البلاد الأوروبية في الشمال، وتسمى باسمها الإيطالي (فينوتشي Finocchi)، ويزعم أنها نوع من الخضار، وهي أغصان لعشبة الشمرة فقط. وأوراق العشبة ورؤوسها الغضة تستعمل مفرية لتبيل السلطات والصلصات ولحوم الأسماك، مع التقنين بكمياتها لكي لا يطغى مذاقها القوي على مذاق غيرها - وكذلك تستعمل الأوراق الغضة مع المقدونس لتزيين أطباق المآكل الباردة. وذلك في أيام الصيف فقط، لان أوراق الشمرة وأغصانها لا تصلح للتجفيف. وتحفظ بذورها الجافة في أوان زجاجية محكمة السد، ويصنع من البذور مستحلب

(شاي) يمكن إعطاؤه حتى الرضع - راجع البحث الطبي عن الشمرة - .  
ملاحظات حول زرعها: إنها عشبة معمرة، ولكن لا يجوز الإبقاء عليها  
لأكثر من سنتين، وتبذر بذورها في السنة الأولى في مكان معرض للشمس، وفي  
خطوط تبعد عن بعضها مسافة (١٥) سنتيمترا، وذلك في شهر آيار (مايو).  
وفي الربيع الآتي تنزع الشتلات لزرعها في المكان المخصص لها، وفي الشتاء  
يجب وقايتها من الجليد. ويفضل ابتياع شتلات جاهزة إذا وجدت امكانية  
لذلك، وتكفي شتلة واحدة لسد حاجة مطبخ لعائلة متوسطة العدد، والشتلة  
الواحدة تحتاج إلى ما مساحته (X ٤٠ ٦٠) سم ٢ من الأرض، ويجب (بخبخة)  
الأرض بالنكش. والعشبة تنضج عادة في شهر تشرين الأول (أكتوبر)،  
حين تقطع الأغصان حاملة البذور لتجفف، فتسقط منها البذور بسهولة  
فتجمع وتخزن.

صعتر:

(وهي من الأعشاب الطبية  
أيضا).

صفاتها: عشبة عطرية حادة  
المذاق، موطنها الأصلي غرب حوض  
البحر المتوسط.

استعمالها: تستعمل طازجة أو  
مجففة، وهي كثيرة الاستعمال، ولطرق  
استعمالها وصفات كثيرة نجد بعضها  
في كتب أميركية، والافرنسيون  
يكثرون من استعمالها. وانتشار  
استعمالها في جميع أقطار العالم دليل  
على ما لها من قيمة كتابل، وسواء

استعملت غضة أم مجففة، فمن الضروري تقنين مقاديرها المستعملة، لكي لا يطغى مذاقها الحاد على مذاق غيرها. وهي بمقادير صغيرة تحسن مذاق لحم البقر ولحوم الصيد البري، والأسماك والطيور واللحم المفري (المفروم)، وأطعمة الفطر، وجميع أنواع (الحساء المركز) تقريبا. ويضاف الصعتر إلى البصل والتفاح لتبيل الشحم المذاب للسندويش، ويمكن ان تتبل به البطاطس المقلية أيضا، وأخيرا يستعمل الصعتر لتبيل مقانق الكبد والدم والفطائر. وفي جميع هذه الحالات يستعمل الصعتر المجفف، أما الصعتر الطازج فيستعمل لتبيل السلطات الخضرية، وسلطة البندورة (طماطم)، وسلطة الكرفس، ولعمل الصلصات والحساء ويضاف إلى توابل الزبدة، وعلى الأخص إلى خل الكبيس. ولتجفيفه لموسم الشتاء تقطع أغصانه المزهرة فوق سطح الأرض بنحو (٨ - ١٠) سم، وتربط معا في حزم صغيرة وتجفف في الهواء والظل. وبعد التجفيف تفرط الأوراق عن الأغصان وتخزن في إناء محكم السد أو أنها تسحق وتخزن. هذا ويمكن جنى الصعتر حتى نهاية آب (أغسطس) وليس بعد ذلك، والصعتر يقوى الأعصاب ويسهل الهضم.

ملاحظات حول زراعتها: لا يحتاج المطبخ العائلي لأكثر من عشبتين من هذه العشبة التي يبلغ ارتفاعها (٢٥ - ٣٠) سم، ويمكن الحصول عليها في أوائل الربيع بشكل (شلخات) من عشبة نامية. وتؤخذ هذه الشلخات في بداية ظهور الفروع (الطرود) الجديدة على العشبة، لكن تقصر العشبة قبل ذلك إلى ما فوق مستوى سطح الأرض بنحو (٥) سم، وتحتاج كل عشبة منها إلى ما مساحتها (٢٠ X ٢٠) سم ٢ من الأرض.

وإذا تعذر الحصول على النبتة، تستنبت البذور في شهري آذار (مارس) ونيسان (إبريل) ببذرها سطوحيا وتغطيها بطبقة رقيقة جدا من الرمل، ومقدار غرام واحد من البذور يحوي (٤٠٠٠) بذرة. ويجب المحافظة على

رطوبة الأرض بالري المنظم بالمرشة لكي لا يجرف تيار الماء البذور من أماكنها وبعد ثلاثة أسابيع تنبت البذور بحيث يمكن نقلها في شهر أيار (مايو) إلى الأماكن المعدة لها، وهذه يجب ان تكون مشمسة وغير معرضة لتيارات الهواء، وتستبدل أماكن زرع الصعتر كل ثلاث سنوات. ويمكن الحصول على فروع جديدة من عشبة الصعتر حتى نهاية شهر آب (أغسطس)، وأخذ فروع من العشبة بعد هذا التاريخ يعرض نموها للتأخر والتقصير، لذلك يجب الحصول على مؤونة الشتاء قبل هذا الموعد. ويستحسن ان يتم ذلك في موعد الأزهار في نهاية شهر أيار (مايو) وبداية شهر حزيران (يونيو)، ويمكن قطف دفعة ثانية في النصف الثاني لشهر آب (أغسطس).  
طرخون:

صفاتها: أفويهية منعشة بمذاق لاذع خفيف المرورة يعقبه مذاق حلو، موطنها الأصلي جنوب روسيا والبلاد المتوسطة في آسيا. استعمالها: تستعمل طازجة وجافة، وذلك في مزيج السلطات الغضة وأعشاب المخلاتات (الكبيس بالخل) - وهذا الخل الكبيس ستأتي طريقة صنعه في الوصفات المطبخية فيما بعد. كما يستعمل لعمل صلصات لاذعة وللحساء ولأطعمة اللحوم، خصوصا (الراكو) منها. وللحوم طيور الصيد



وحيواناته كالغزلان والأرانب. كما يستعمل أيضا لتتبيل بعض الأطعمة الخضرية كالفاصوليا والبزليا والجزر، ويجب تقنين مقداره باحتراس لكي لا يطغى مذاقه على مذاق غيره. وأفضل طريقة لاستعماله هي باستعمال أوراقه الغضة الطازجة ورؤوس فروع الغضة. وتجفيفها يفقدها الكثير من أفاويهيته وبالتالي مذاقها، ولتجفيفها دون إلحاق هذا النقص بها تجمع أوراقها الصغيرة قبل الأزهار وتجفف بسرعة (فوق المواقد). ويفيد مستحلب الطرخون في ادرار البول.

ملاحظات حول زرعها: الطرخون عشبة معمرة يصل ارتفاعها إلى نحو (١٥٠) سنتيمترا، واستنباتها من البذور صعب ويفضل شراء بضع شتلات منها - يتم زرعها إما في الربيع أو في نهاية شهر آب (أغسطس) وبداية شهر أيلول (سبتمبر). وكل عشبة تحتاج إلى ما مساحته (X ٣٠ ٤٠) سم ٢ من الأرض، هذا ويجب اسناد العشبة بربطها إلى قضيب يغرس في الأرض إلى جانبها لتستند إليه، ولا يجوز ترك العشبة في مكان واحد لمدة تطول عن أربع سنوات، ثم تنزع بعدها وتقسم إلى بضع عشبات تغرس في أماكن أخرى. والطرخون يحتاج إلى الكثير من أشعة الشمس مع وقايته من الهواء العاصف، كما يحتاج إلى أرض غنية بالسما، وبغير ذلك لا تصل العشبة إلى ذروة أفاويهيته. ويستحسن عدم قطع أوراق من العشبة في سنتها الأولى بعد غرسها، وفي شهر نيسان (أبريل) من السنة التالية يمكن البدء بجني الفروع الغضة منها.

فجل الخيل (خردل الألمان):  
(وهي من الأعشاب الطبية  
أيضا).

صفاتها: مذاقها لاذع بشدة  
ولكنه غير بغيض، رائحتها تسيل  
الدموع، موطنها الأصلي بلاد البلقان.  
استعمالها: يستعمل جذرها فقط  
إما طازجا بتقطيعه إلى قطع وشرائح  
أو (برشه) وتنقط بضع نقاط من  
الخل فوق القطع وفوق (البرش)، بعد  
إعدادها مباشرة لكي لا تفقد لونها  
الأبيض الزاهي بالتأكسد في الهواء.  
ويمكن للغرض نفسه استبدال الخل  
بالحليب، وهذا يخفف أيضا من حدة  
المذاق. وفجل الخيل لا يجوز طبخه

أبدا، ولذلك يضاف (برشه) إلى الصلصات الخاصة للحوم الأسماك بعد  
طبخها، وإلا فقد البرش مذاقه النموذجي. وتضاف قطع من الجذر إلى كيبس  
الخيار بالخل (وما شابه ذلك من أنواع الكيبس)، وهذه القطع تحسن مذاق  
الكيبس وتحول دون فساده. وفجل الخيل يقوى الشهية ويعتقد انه يؤثر  
تأثيرا حسنا في الدورة الدموية، ويمكن الاحتفاظ به طازجا لمؤونة  
الشتاء بطمره في الرمل في قبو البيت، وإذا بقيت قطع منه في المطبخ يمكن  
المحافظة عليها لبضعة أيام ووقايتها من الفساد بلفها (بالبلاستيك) أو بأوراق  
الألومينيوم.

ملاحظات حول زرعها: تؤخذ الجذور الفرعية من الجذر الأساسي وهي بطول (٢٥ - ٣٠ سم)، على أن لا تكون كبيرة الضخامة. وهي تجرد من الخيوط التي فيها، وتغرس في نهاية آذار (مارس) أو بداية نيسان (إبريل) في حفر تعد بقطعة مخروطية من الخشب أو الحديد. والحفر تبعد عن بعضها البعض مسافة (٢٥ - ٣٠) سنتيمترا، في صفوف يبعد أحدها عن الآخر مسافة (٦٠ - ٨٠) سنتيمترا، ورأس الجذر المغروس يظل ظاهرا بمستوى سطح الأرض، ثم تداس الأرض وتكبس بالاقدام حول الجذر المغروس، لسد أي فراغ بينه وبين التراب في الحفرة. وتعلو العشبة في نموها إلى أكثر من متر. ومطبخ العائلة المتوسطة العدد لا يحتاج لأكثر من (٨ - ١٠) فجلات في السنة، وعندما تنبت الفجلة تقطع أوراقها الضعيفة عنها ولا تترك لها سوى الأوراق القوية. وفي نهاية شهر حزيران (يونيو) أو بداية تموز (يوليو) يكشف عن القسم الاعلى من الجذر وتقطع منه الجذور الجانبية لاستعمالها في المطبخ وفي الكبيس، ثم يغطى الجذر ثانية بالتراب. وفي الخريف تقلع الجذور كلها - وأي جذر يبقى منها داخل الأرض يفرخ فيما بعد، ويشغل الأرض بفروعه بصورة غير منتظمة ولا مقصودة.. فالجذور الضخمة يحتفظ بها في الرمل كما أسلفنا لاستعمالها في المطبخ، وأما الجذور الرفيعة فيحتفظ بها في الرمل أيضا لغرسها في السنة المقبلة.

فلفل أرناؤط (فليفلة):  
صفاتها: مذاقها حار لاذع،  
وموطنها الأصلي جنوب أميركا.  
استعمالها: تستعمل طازجة، أو  
أن الأحمر منها يجفف ويطحن ويستعمل  
مسحوقا، ويستعمل منها ثمارها  
(القرون) المخروطية طازجة، ولكن  
باعتماد، لشدة الحر في مذاقها،  
وتستعمل مفرية في حشي لفات اللحوم  
(كولاج) أو أن القرون تكبس في  
الخل، وتؤكل حسب الذوق الشخصي  
مع مختلف الأطعمة، ولا يصلح منها  
للخزن إلا القرون الحمراء الناضجة،  
تربط بالخيط على شكل قلادة وتجفف ببطء في الهواء أو بسرعة بالقرب من  
موقد أو مدفأة. ويمكن خزنها بعد أن تجف وهي على حالها أو تطحن  
وتخزن في إناء محكم السد. والفلفل إذا استعمل باعتدال صحي فإنه يحسن  
الهضم ويدر البول.  
ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في المشتل في شهر شباط (فبراير)  
أو آذار (مارس) أو نيسان (إبريل) حسب مناخ الإقليم، وتنقل الشتلات  
في شهر أيار (مايو) إلى أماكنها المعدة لغرسها، وكل عشب منها تحتاج إلى ما  
مساحته (X 25 25) سم 2 من الأرض.  
ومطبخ البيت لا يحتاج لأكثر من خمس شتلات، يمكن شراؤها جاهزة

للغرس من المشاتل الخاصة. وفلفل أرناؤط لا يتطلب الكثير من الرطوبة، ولكن لا يجوز حرمانه من الري عندما تجف الأرض. والعشبة تعلق إلى ارتفاع (٤٠) سم، وتتلون قرونها في نهاية الصيف باللون الأحمر دلالة على نضجها وإمكانية قطفها للتجفيف والتخزين.

الفلفل الحلو:

نوع كروي من الفلفل، مذاقه كالخضار، أو فيه شيء من الحدة، وهو في الواقع من أنواع الخضار أكثر منه من أنواع التوابل. ودرجة ما فيه من (حدة) يمكن الاستدلال عليها من رائحته، ولا يؤكل إلا طازجا مع بعض الأطعمة والسلطات، ويطبخ مع غيره من أنواع الخضار كمحشى، وسنذكر فيما بعد وصفات مطبخية لذلك.

قيصوم: (وهي من الأعشاب الطبية أيضا).

صفاتها: تابلة قوية تذكر بمذاق

الأرطاسيا، موطنها الأصلي

البلاد الآسيوية الغربية.

استعمالها: تستعمل أوراقها

وأزهارها طازجة أو مجففة، وهي

ملائمة لتتبيل أنواع اللحوم المشوية،

بما في ذلك لحوم السمك أيضا، إذ

تكسبها مذاقا لاذعا.

وتجنى فروع العشبة بأوراقها

وأزهارها في نهاية تموز (يوليو) بداية آب (أغسطس)، وتعمل منها حزم صغيرة ثم تعلق في الهواء الطلق والظل للتجفيف جيدا. ملاحظات حول زرعها: لا يحتاج مطبخ العائلة المتوسط لأكثر من عشبة واحدة أو عشبتين على أكثر تقدير، وهذا لا يتكافأ مع صعوبة استنباتها من البذور، فتزرع بأخذ (شلخة) من العشبة النامية في بداية الربيع أو في الخريف، وزرعها في أرض غنية بالدبال (Humus) وهي الأرض المسمدة بالسماد العضوي أو الخضري، وفي مكان معرض للشمس. والعشبة الواحدة تحتاج إلى ما مساحته (X ٣٠ ٥٠) سم ٢ من الأرض، ويبلغ ارتفاعها نحو المتر. ويلاحظ ضرورة ربيها باستمرار كي تظل أرضها رطبة. وتعمر العشبة طويلا ولكن يجب وقايتها من الجليد في الشتاء. بتغطيتها بأغصان الأشجار الصنوبرية مثلا أو ما شابه ذلك من مختلف الأشجار والأعشاب.

كاشم رومي: صفاتها: مذاقها يذكر بمذاق الصلصة الإفرنجية للحساء المعروفة باسم (ماكي Maggi) مع مرورة خفيفة في النهاية، موطنه الأصلي إيران.

استعمالها: تستعمل طازجة ومحففة، ويستعمل بعض أوراقها الغضة لتتبيل السلطات، ولكن بتقنين وانتباه، لكي لا يطغى مذاقها الشديد على مذاق غيرها، وهذا أيضا يشمل تتبيل أنواع الحساء والصلصات وأطعمة اللحوم (راكو) ولحوم

الأسماك، وعلى الأخص حساء السمك وبعض الأطعمة الخضرية، بإضافة بضع ورقات وبضع قطع من الجذور إلى هذه الأطعمة وطبخها معا. وإضافة قطعة من جذر الكاشم الرومي إلى صلصة اللحم المشوي بالفرن تكسبه مذاقا لذيذا جدا.

وتستعمل العشب طازجة في أيام الصيف، إذ تقطف الأوراق الغضة بدون إحداث ضرر لقلب الفرع، كما يمكن تجفيف هذه الأوراق دون أية صعوبة، وذلك بقطع العشب وتعليقها في الهواء الطلق والظل إلى أن تجف جيدا، ثم تقطع عنها الأوراق وتخزن في مجمع محكم السد.

والأفاويهية في الجذور أقوى منها في الأوراق، وتخرج الجذور من الأرض قبل موعد الجليد ثم تغسل وتنظف جيدا، وتقطع إلى شرائح رقيقة تشك بالخيط كالسبحة وتجفف في الهواء، ثم تخزن بعد تجفيفها ويسد عليها سدا محكما. وهكذا فإنها تحتفظ بكامل أفاويهيتها حتى الموسم القادم. والكاشم الرومي موجود في الأسواق بشكل مجفف وآخر مسحوق، وهذه العشب تدر البول وتستعمل في الحمية الغذائية لأمراض الكلى.

ملاحظات حول زرعها: إنها عشب معمرة، تصل إلى علو (١ - ٢) متر، وعشب واحدة منها تكفي لاستهلاك مطبخ عائلة متوسطة العدد، مع تجفيف جزء منها وحفظه لأيام الشتاء. وتبذر بذور الكاشم الرومي في بداية شهر آب (أغسطس) في خطوط تبعد عن بعضها البعض مسافة (١٠) سنتيمترات. ويكفي مقدار أقل من نصف غرام من البذور لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض، ولا ينبت من هذه البذور عادة إلا أقل من نصفها. والبذور المتبقية تحافظ على قوة إنباتها لمدة سنة، ويمكن استعمالها في السنة التالية. وبعد الانبات تفرد الشتلات، وذلك بأن تنزع ولا يبقى منها سوى شتلة

واحدة في كل مسافة (٧) سم. وهذه الشتلات الباقية تنقل في الربيع القادم إلى الأماكن المعدة لها، مع العلم ان كل شتلة منها تحتاج إلى ما مساحته نصف متر مربع من الأرض. هذا ويمكن زرع الكاشم (بشلخة) من نبتته النامية تؤخذ في الربيع، وتغرس في المكان المعد لها حيث يمكن ان تظل فيه لمدة (١٠) سنوات وبعد ان تبلغ العشبة السنة الثانية أو الثالثة من عمرها، يمكن حفر الأرض، وإخراج جزء من جذورها لتجفيفها كما أسلفنا لمؤونة الشتاء. كرات:

صفاتها: (هي عشبة أفاويهية، مذاقها يقرب من مذاق البصل، تستعمل كخضرة للطبخ، كما تؤكل طازجة كتابل، وطنها الأصلي جنوب أوروبا. استعمالها: تطبخ على طرق مختلفة، تعرفها كل ربة منزل، كما تستعمل أجزاء منها في تحضير حساء الخضار. وتستعمل الأوراق وهي غضة؟ لمزجها مع أنواع السلطات، وتفرى الأوراق فريا ناعما وتمزج مع أعشاب مفرية أخرى، لإضافتها إلى القريشة. والكرات يدر البول ويثير الشهية للطعام. ملاحظات حول زراعتها: يمكن بذر بذورها في شهر آذار (مارس). وفي شهر أيار (مايو) ترفع البصلة الصغيرة من مكانها، وتزرع في (مسكبتها) في حفرة على عمق (١٥) سم، - وتعمل الحفرة بغرز قطعة من خشب أو معدن



مبرومة وحربية الرأس - وللحصول على (كرات طويل الرقبة) يغطي الجزء الأبيض منه، بعد كل مرة يبرز فيها فوق الأرض، بالتراب، إلى أن يختفي عن النظر تماما.

وبالتدريج ترفع بضع كرات لتعطي مجالا لجاراتها للتضخم وزيادة الحجم. والمزارع يسمى هذه العملية (تفريدا) وإذا نرعت الكرات في الخريف وطمرت في الرمل في القبو (السرداب) حافظت على نضارتها طيلة الشتاء. ولا يضر برد الشتاء بالكرات، ولكن تجمد الأرض حوله يعوق إخراجها من الأرض المتجمدة في هذا الفصل، فلا يتاح جنيه بعد ذلك إلا في الربيع القادم. كرفس: (وهو من الأعشاب الطبية).

صفاته: مذاقه عطري قوى

ممزوج بحلاوة خفيفة يذكر بمذاق الجوز،

وهو ينبت في مختلف الأقطار ويطبخ

كخضار ويؤكل أيضا طازجا.

استعماله يستعمل غالبا جذره

الكروي، في حين أن أوراقه الغضة

عطرية ويمكن أكلها طازجة

ومطبوخة. ويؤكل الجذر مقطعا

وممزوجا مع السلطات كسائر أعشاب

السلطة، كما يمكن مزج الخضار المستعملة

للحساء بأوراق الكرس المفرية. وقد

تستعمل الأوراق أيضا في صنع

الصلصات، وهي (أي الأوراق) تلعب دورا هاما في جميع أنواع الحمية ما عدا الحمية في أمراض الكلى. ويمزج مفري الأوراق بالقريشة مع قليل من مفري المقدونس، ومفري أوراق الثوم المعمر، ويمكن قطع الأوراق في الخريف وتجفيفها في الهواء الطلق، ثم حفظها في أوان محكمة السد. وهناك نوع طولاني من الكرفس أفضل مذاقا من الأول لعمل السلطات، وسوق أوراقه نصف مبرومة تحشى بالقريشة والجبنه، وتعتبر من المآكل اللذيذة، وتقدم على الموائد الراقية. كذلك وتصنع من هذه الأوراق (صلصة افرنجية) تؤكل مع شرائح البطاطس المقلية (شيبس) وشرائح الجزر. ملاحظات حول زرعها: تستنبت بذور الكرفس في أحواض مسمدة ومغطاة بالزجاج، ثم تباع الشتلات، فيشتري المزارع منها ما يحتاج إليه. أما لحاجة العائلة فيكفي (٥ - ٢٠) شتلة، حسب عدد افرادها. وتشتل الشتلة في بداية الربيع على بعد (٣٥) سم بين كل شتلة وأخرى، وفي خطوط يبعد كل خط عن الآخر مسافة (٤٠) سم لاعطاء مجال للجذر لينمو ويتضخم. وفي الصيف يمكن استعمال الأوراق، على أن لا تقطع كلها مرة واحدة، بل تؤخذ ورقة واحدة من كل شتلة - كما يبقى لها العدد الكافي من الأوراق اللازمة لنموها. وفي الخريف ترفع الجذور من الأرض وتخزن في القبو، مطمورة في الرمل، فتظل طازجة إلى حين الاستعمال. أما الأوراق فتجفف وتحفظ، كما أسلفنا.

كزبرة الثعلب:  
صفاتها: أفويهية لطيفة مع مذاق  
لاذع قليلا في نهايته، موطنها الأصلي  
أواسط أوروبا وبعض أنواعها ينمو  
بريا.

استعمالها: تستعمل طازجة تماما  
فقط، وهي قليلة الاستعمال بوجع عام  
كتابل في سلطات الخضار المشكلة،  
ويظهر شذاها في عصير الليمون أو في  
الخل، لذلك يكثر استعمالها في  
الكبيس بالخل. وهي أيضا تلائم  
الحساء والصلصات وأطعمة البيض  
والبندورة (طماطم) والأسماك،  
وعند التجفيف تفقد أكبر جزء من  
خواصها كتابل.

ويفضل مزج كزبرة الثعلب عند  
التبيل بها بالمقدونس والسنوت أو  
الطرخون، وهي تقوى الشهية وتدر البول.  
ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في الربيع وبخطوط تبعد عن  
بعضها البعض مسافة (٣٠ - ٣٥) سنتيمترا، وبعد نموها تفرد.. وذلك بأن  
تنزع الشتلات ولا يترك منها سوى شتلة واحدة في كل (١٨ - ٢٠) سنتيمترا.  
والعشبة الواحدة تحتاج إلى ما مساحته (X ٢٠ ٣٥) سم ٢ من الأرض، ويمكن  
زرع العشبة بأخذ جزء من عشبة نامية في شهر نيسان (إبريل) على أن يتم

زرعه بدون إبطاء، فهو يفسد إذا تعرض طويلا إلى الهواء. ويحال دون إزهار العشبلة بقطع ما تكون من براعم للزهر، وذلك للاكثار من تكوين الأوراق المطلوبة للتبيل، ويصرف النظر عن تجفيف الأوراق لمؤونة الشتاء، لان التجفيف كما ذكرنا يفقدها خواصها كتابل. كزبرة:

صفاتها: إن للعشبلة الطازجة رائحة تذكر برائحة بق الفراش، ولا تستعمل كتابل، بعكس بذورها التي تستعمل كتابل في المطبخ، ولها رائحة لطيفة، ومذاق حلو، وموطنها الأصلي شرقي حوض البحر المتوسط.

استعمالها: يستعمل الأوروبيون بذور الكزبرة قليلا لتبيل الكعك والسجق (مقانق) والشوندر الأحمر، والبعض يضيفها إلى عجين الخبز والى مربى الخوخ. وبتقنين، تستعمل أيضا في تبيل لحم البقر (راكو) ولحوم الصيد البري، وفي مطبخنا الشرقي تضاف مع الثوم إلى بعض الأطعمة الخضرية كالملوخية. ومن حسنات حبوب الكزبرة أنها تمنع تكوين الغازات المعوية. ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في شهري آذار (مارس) ونيسان (إبريل) في صفوف تبعد عن بعضها مسافة (٢٥) سنتيمترا. ويكفي

مقدار (٢ - ٥, ٢) غرام من بذور الكزبرة لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض. والبذور تحتفظ بقوة إنباتها وصلاحها لمدة سنتين. ويجب (بخبحة) أرضها بالنكش باستمرار، كما انها تحتاج للشمس لتنضج بذورها جيدا. وتجنى البذور على الأفضل قبيل نضوجها التام، أي في شهر أيلول (سبتمبر)، وذلك لأنها تسقط تلقائيا بعد نضجها. وتجفف العشبة المقطوعة في الشمس فوق قطع من القماش النظيف (ولا يجوز تعليقها) فبذلك تنفصل البذور الناضجة، فتجمع وتخزن في مجامع محكمة السد.

لسان الثور:

(وسماها الأمير مصطفى الشهابي:

حمحم).

صفاتها: عشبة تابل يذكر مذاقها

وهي غضة بمذاق الخيار، مع الامتراج

بقدر من مذاق الكراويا، وهي

شرقية الأصل.

استعمالها: تستعمل طازجة أو

مجففة. وتستعمل الأوراق مع

السلطات، خصوصا سلطة الخيار، ومع

الأعشاب التي تمزج لتتبيل القريشة

والحساء. والبعض يستعملها أيضا

لتتبيل أطعمة الخضار الورقية (لحنة)،

واللحم المفري المستعمل (للحشى). ويلاحظ الانتباه إلى تقنين المقدار المستعمل،

وإلا

طغا بمذاقه القوي على مذاق باقي التوابل. ولا تستعمل من أوراق النبتة وهي

طازجة سوى الأوراق الصغيرة الغضة، وتفري (تفرم) ناعما. أما الأوراق الكبيرة فيمكن استعمالها فقط مع السبانخ والسلق، وما شابهه من الخضار الورقية، وذلك بمزجها معا (بمقدار مقنن)، فإنها تحسن مذاق ولون هذه الأطعمة الخضرية.

ولسان الثور يفقد بالتجفيف قدرا كبيرا من أفويهيته، وأوراقه بعد قطفها تذبل بسرعة وتنكمش، أو تتعفن، ولذلك يجب تجفيفها بسرعة فوق المواقد مما لا يتيسر عمله إلا للمصانع المعدة لذلك، والتي تنزله مجففا ومسحوقا إلى الأسواق. وأوراق لسان الثور مع أزهاره يعمل منها مستحلب (شاي) ينقى الدم.

ملاحظات حول زرعها: تبذر بذورها في آذار (مارس) ونيسان (إبريل)، وتنمو العشبة حتى ارتفاع (٤٠ - ٦٠) سنتيمترا، ولذلك تزرع في صفوف تبعد (٢٥) سم عن بعضها البعض، ويوصي بإعادة زرعها بين فترات لتتوفر أوراقها الغضة إلى أطول مدة ممكنة. وتكفي (٤ - ٥) غرامات من بذورها لزرع ما مساحته متر مربع من الأرض، والبذور تحتفظ بقوتها الانباتية، تظل صالحة لمدة سنتين. والعشبة تتطلب الري المستمر، ولها أزهار زرقاء جميلة المنظر، وبالرغم من ذلك يفضل حرمانها من الأزهار، وتكوين البذور، وإلا أضحت عشبة عديمة الفائدة للمطبخ، كثيرة الضرر على المزروعات.

مرزنخوش:  
صفاتها: عشبة عطرية، قوية،  
مع مذاق لاذع، خفيف المرورة،  
موطنها الأصلي جنوب أوروبا.  
استعمالها تستعمل غالبا مجففة،  
وقليلا طازجة، وتستعمل كتابل في  
صنع المقانق (سجق)، وعلى الأخص  
مقانق الكبد، كما تستعمل في تنبيل  
حساء القطاني (بازليا، عدس)  
وحساء البطاطس. وتستعمل هي  
والبصل والتفاح معا لتبيل شحم الخنزير  
لعمل السندويش، ويجب دائما التقنين  
الشديد في كميتها، لان مذاقها القوي  
يطغى على غيره من المذاقات. وتصلح أوراقها الطازجة المفرية لتبيل الزبدة  
بالاشتراك مع الأعشاب الأخرى، كما تصلح للاكل منفردة في (الساندويش)،  
والمرزنخوش يلائم باشتراكه مع الصعتر، تنبيل أطعمة الحميات الغذائية ويستعمل  
فيها.  
ولتموين الشتاء تقطع العشبة قبل تفتح براعم أزهارها على علو (٥ - ٧)  
سنتيمترات فوق سطح الأرض، وتعلق في الهواء الطلق إلى أن تجف  
جيذا، ثم تنزع الأوراق وتحفظ في إناء محكم السد. هذا والمصانع تباع في  
الأسواق مرزنخوشا مسحوقا، جاهزا للاستعمال، والعشبة تهدى الأعاصب  
وتحسن الهضم.  
ملاحظات حول زرعها: تبذر سنويا من جديد، وذلك في أوائل أيار

(مايو) في الأقاليم المعتدلة، وبعد ذلك في الأقاليم الباردة، لان المرزنجوش يتأثر كثيرا بالبرد، وخصوصا بالجليد، ويمكن - وهو الأفضل - بذر البذور أولا في أبيض في منتصف شهر نيسان (إبريل). ومطبخ العائلة المتوسطة العدد تكفيه عادة (٣ - ٥) شتلات من العشبة، والغرام الواحد من بذورها يحتوي بضعة آلاف من البذور، ولبذر البذور ترش سطحيا فوق التراب، وتغطي بطبقة رقيقة من الرمل، وفي مكان محمي من التيارات الهوائية، دافئ، ومعرض للشمس. وفي شهر آيار (مايو) تنقل الشتلات إلى أماكنها المعدة لها، وتغرس كل (٢ - ٣) شتلات معا. وتحتاج هذه المجموعة إلى مساحة (X ١٥ ٢٠) سم ٢ من الأرض، (وتبخخ) الأرض دائما بالركش. المقدونس:

(وهو من الأعشاب الطبية أيضا). صفاتها: عشبة أفاويهية تعيش في جميع فصول السنة وهي أكثر أعشاب المطبخ شيوعا، ووطنها الأصلي حوض البحر المتوسط. استعمالها: يمكن القول ان المقدونس أكثر أعشاب المطبخ استعمالا لكنه يستعمل عادة طازجا ويندر ان يطبخ. ومذاق المقدونس يتلاءم مع العديد من الأطعمة، وعلى الأخص المقدونس المجعد الأوراق، فهو أكثر أفاويهية وشذى من المقدونس الأملس الأوراق.



وتستعمل الأوراق الطازجة عادة وهي مفرية (مفرومة)، بمزجها مع الطعام كما هو في السلطات أو القريشة أو المايونيز والصلصات، أو ان الأوراق المفرية تنثر فوق الطعام كما هو الحال في الحساء (شوربا) والبطاطس. ويندر ان تخلط الأوراق الطازجة مفرية أو صحيحة غير مفرية مع الغذاء لتطبخ معه، كما هو الحال في العجة والسوفلية Souffles وبعض اللحوم (المحموسة) أو لحم السمك المطبوخ. والمقدونس غنى جدا بأنواع الفيتامينات والأملاح المعدنية، فهو يحتوي منها على خمسة أضعاف ما يحتويه نفس الكمية من البرتقال. ومحتويات المقدونس من الفيتامين (A) لا تفوقها سوى محتويات (الجزر الأصفر والسكري) من جميع أنواع الخضار والفواكه، لذلك يوصى بالاكثار من استعماله في فصل الشتاء، حيث يكون الجسم مفتقرا للفيتامينات وللأملاح المعدنية لندرة الخضار في هذا الفصل. هذا ومنظر المقدونس تزين به الأطعمة حين تقديمها إلى المائدة فيثير الشهية عن طريق العين - يفتح الشهية - فمنظر البطاطس المسلوق المائل إلى الصفرة، إذا اقترن بمنظر أوراق المقدونس المفرية الخضراء اكتسب حيوية وقبولا.

والمقدونس لا يجفف، إذ تصفر أوراقه عند التجفيف وتفقد الكثير من مذاقها وفيتاميناتها. وليس هناك حاجة لتجفيفه، فهو متوفر في جميع فصول السنة، كما يمكن زراعته في الشتاء في أصيص كالتي تزرع فيها بعض أنواع الزهور فتضعها ربة المنزل في المطبخ وتتعهدها، كما تتعهد الزهور المزروعة وتأخذ منها حاجتها عند اللزوم.

ولكن الصناعة تجفف المقدونس بطرق وأساليب خاصة، وتبيعه مجففا في الأسواق، وفي أبحاث قادمة سنتحدث عن طريقة لتخزين أعشاب المطبخ، ومنها المقدونس منفردة أو مجتمعة بالتمليح. وأخيرا ابتكرت الصناعة في أوروبا طريقة لحفظ جميع أنواع الخضار

بالتبريد الشديد، دون أن تفقد شيئاً من محتوياتها أو مذاقها الطازج. وفي الحالات التي تطبخ فيها المقدونس لصنع الحساء (شوربا) أو أنواع الصلصات للحوم، يطبخ دائماً مع جذوره، حيث يزيد ذلك في طيب مذاقه، أكثر مما لو طبخت أوراقه فقط بدون جذور.

ملاحظات حول زرع المقدونس: لقد سبق وذكرنا ان هناك نوعين من المقدونس بالنسبة لأوراقه، (١) المقدونس المجعد الأوراق وأوراقه أفضل أي أكثر عطورة من أوراق الجنس الثاني، (٢) المقدونس الأسلس الأوراق.. وجذور هذا النوع الأخير أكثر عطرا وأقوى من جذور النوع الأول. ويذر بذر المقدونس في المساكب المعدة له بعد زوال موسم الجليد، وذلك بثلاث إلى أربعة خطوط بين كل خط وآخر منها (١٢ - ١٥) سنتيمترا، ويذر الفجل عادة في هذا الفراغ بين خطي المقدونس، لكي لا تنبت فيه أعشاب برية لا فائدة لها. والمقدونس لا يعلو عادة على (٢٠) سم فيمكن بذلك زرعه كإطار لأحواض الزهور أو غيرها، ومقدار (١) غرام واحد من بذر المقدونس يكفي لبذر ما مساحته متر مربع من الأرض بل يفيض، وبذر المقدونس يحتفظ بقوته الانباتية لمدة سنتين. ولا ينمو المقدونس نموا جيدا إلا مع ريه جيدا بالمرشة، كي تظل ارضه رطبة باستمرار. وفي آخر الخريف يمكن نقل بعض غرسات منه بترابها إلى أصيص توضع كما ذكرنا في المطبخ، ليستمر في النمو.

ناعمة مخزنية:  
(وهي من الأعشاب الطبية أيضا).  
صفاتهما: أفويهية قوية، مذاقها ضعيف المرارة قابض، موطنها الأصلي البلاد الغربية البلقان.  
استعمالها: تستعمل على الأكثر مجففة ولكن يمكن استعمالها طازجة أيضا، وأوراقها الطازجة تخلط مع أعشاب قابلة أخرى لتبيل عجة البيض، والقريشة، والأغذية النية وأطعمة الحميات الغذائية الطبية، والحساء، وسلطة البندورة (طماطم) يتحسن مذاقها كثيرا بإضافة آثار من العشبة إليها. والبعض يدلكون اللحم قبل شويه بأوراق العشبة الطازجة أو الجافة. كما تستعمل أوراق الناعمة المخزنية لتبيل اللحوم المدهنة في الأسماك، وحيات البحر (حنكليز) والبط والإوز وديك الحبش ولحوم الصيد ومحاشيها والكبد الطواجن، وأوراق العشبة مرغوبة جدا في تبيل بعض أنواع المقانق أيضا.  
وتوجد أوراق العشبة مجففة ومسحوقة في الأسواق، كما يمكن تجفيف

الأوراق منزليا أيضا، وإذا خزنت بعد ذلك في إناء محكم السد حافظت على جميع خواصها كتابل قوى، وأفضل وقت لقطف الأوراق للتجفيف هو قبل الأزهار وبعدها، لا في وقت الأزهار نفسه.

ملاحظات حول زراعتها: العشبة معمرة وتنبت في أماكن نصف مظلمة، ويبلغ ارتفاعها (٥٠) سم، ولا يحتاج مطبخ العائلة لأكثر من عشبة واحدة أو اثنتين، لذلك يفضل شراء عشبة في بداية نموها في نهاية شهر آيار (مايو)، وكل عشبة منها تحتاج إلى ما مساحته (X ٤٠ ٤٠) سم ٢ من الأرض. وإذا تعذر شراء النبتة جاهزة يعمد إلى بذر بذورها في شهر آيار (مايو) أيضا في صفوف يبعد كل منها عن الآخر مسافة (٧) سم، وتكفي (١٢) غراما من البذور لبذر متر مربع من الأرض، وتبذر البذور في الخطوط على بعد (٧) سم عن بعضها البعض أيضا. وفي بداية شهر حزيران تصل الشتلات في نموها إلى درجة يمكن فيها نزعها وغرسها في الأمكنة المخصصة لها. وفي السنة الأولى للعشبة لا تقطف من العشبة أوراق كثيرة، أما المعمرة إلى أكثر من ذلك فيمكن البدء بجني الأوراق منها في النصف الثاني من شهر آيار (مايو)، وفي أواخر الخريف تقصر العشبة بقطعها فوق سطح الأرض بنحو (٥ - ٧) سم، ويحافظ عليها من الجليد في الشتاء.

ندغ البساتين:  
صفاتها: أفويهية، مذاقها كالفلفل  
الخفيف، تستعمل طازجة أو مجففة،  
موطنها الأصلي حوض البحر الأسود.  
استعمالها: تضاف أوراق العشبة  
الصغيرة إلى أنواع السلطات النيئة،  
كسلطة الخيار، والخس، والبندورة  
(طماطم)، وتطبخ العشبة الغضة مع  
أنواع القطاني - عدس، حمص، فول،  
لوبيا، وعلى الأخص الفاصوليا  
الخضراء - وذلك بإضافة العشبة عند  
بدء الطبخ، ورفعها حين تصل الحبوب  
إلى درجة نصف النضوج (الاستواء)  
أو ان العشبة تضاف إلى الحبوب بعد  
وصولها إلى هذه الدرجة من النضوج، وإطالة مدة طبخ العشبة يزيد في بروز  
مذاقها وشذاها، فطبخها لذلك تابع للمذاق الشخصي ولتجارب الطاهي  
وخبرته.  
والعشبة لا تفقد شيئا من أفويهيتها بالتجفيف والحفظ بعد تجفيفها جيدا  
في إناء زجاجي محكم السد. ولتجفيفها تقطع العشبة قبل إزهارها وتعلق في  
الهواء الطلق في الظل إلى أن تجف جيدا، ثم تفرط منها الأوراق الجافة المعدة  
للخزن وتخزن في إناء زجاجي (برطمان - قطرميز) ويسد سدا محكما. هذا  
ويمكن سحق الأوراق قبل خزنها أو عند استعمالها.

ملاحظات حول زرع العشبة: يمكن شراء العشبة من المشاتل الخاصة إذا وجدت، مع العلم ان (٢ - ٣) شتلات فقط تكفي بمحصولها مطبخ عائلة متوسطة بعد أفرادها.

كما يمكن بذر بذور العشبة بعد انتهاء فصل البرد، منتصف نيسان، - أول آيار في لبنان - ويذر من البذور بضع غرامات فقط، في خطوط تباعد عن بعضها بمقدار (٢٠) سم. وإذا أعيد بذر البذور بعد ذلك في فترات حتى نهاية شهر تموز (يوليو)، أمكن الحصول على عشبة غضة طازجة للمطبخ طيلة الصيف. وتحتاج العشبة لنموها إلى ارض رطبة، وهي تنمو حتى يبلغ علوها نحو (٥٠) سنتيمترا.

نسرين:

صفاتها: لها أفاويهية خاصة ومذاقها لاذع مع شئ من المرارة، وموطنها الأصلي جنوب أوروبا.  
استعمالها: تستعمل المجففة منها غالبا، لكنه يمكن استعمالها طازجة أيضا

وذلك باستعمال أوراقها لتتبيل مختلف أطعمة اللحوم وحساء الخضار. ويعمل منها صلصة لاذعة للسّمك المطبوخ كما تستعمل في كيبس الخيار الحامض وتبيل بها أيضا عجة الجبنة مع البندورة (طماطم). وفي جميع هذه الحالات تقنن مقاديرها جيدا، وهذا من الأمور التي تتطلب خبرة سابقة باستعمال الأوراق الطازجة التي هي أسهل من استعمال الأوراق الجافة المسحوقة. وللتجفيف تقطع الأوراق بمفردها، أو يقطع الغصن كله فوق سطح الأرض بمقدار (١٥) سم، وتربط الأغصان حزما صغيرة لتجفيفها في الهواء وبأكثر سرعة ممكنة، ثم تؤخذ منها الأوراق الجافة وتحفظ في مجامع محكمة السد. والنسرين يقوى الشهية ويسهل الهضم ويقوى المعدة والأعصاب.

ملاحظات حول زرعها: إذا أريد إنباتها من البذور بذرت هذه - ويجب ان تكون حديثة - في شهر آذار، وبعد ثلاثة أشهر تنقل شتلاتها لغرسها في الأماكن المعدة لغرسها. وأسهل من ذلك الحصول على (شلخات) من عشبة نامية في شهر نيسان (إبريل) أو في شهر أيلول (سبتمبر) وغرسها. والواحدة منها تحتاج إلى ما مساحته (٢٥ \* ٣٠) سم ٢ من الأرض، وتصل العشبة في نموها إلى علو (٨٠) سم، وهي تحتاج إلى مكان مشمس غير معرض لتيارات الهواء. والعشبة لا تتحمل الجفاف، فيجب ريها بانتظام عندما تجف أرضها. ويمكن قطف أوراق منها للاستعمال الآني في شهر آيار (مايو) لكن أفضل موعد لقطف الأوراق للتجفيف هو قبل وقت الأزهار.

ملاحظة: ان لمس أوراق العشبة يثير حكة واحمرارا في أيدي المصابين بفرط التحسس (الرجي)، فعلى هؤلاء وقاية أيديهم عند قطف الأوراق بالقفازات المطاطية (كاوشوك) وغسلها قبل ذلك، ولكن ملامسة الأوراق الجافة لا تثير شيئا من هذه الاعراض.

نعناع بستاني:  
والعشبة من الأعشاب الطبية  
أيضا).

صفاتها: رائحتها لطيفة تذكر  
برائحة (المنتول)، ويوجد منها أنواع  
أخرى تنمو برياً.

استعمالها: تستعمل طازجة  
وجافة، وتعمل من الأوراق صلصة  
تقدم مع اللحوم المشوية وسندكر  
طريقة عملها فيما بعد) وتضاف أوراق  
النعناع إلى أنواع السلطات الخضرية كما  
هو شائع ومعروف، ولكنه من  
المستغرب ان لا يشيع إضافتها إلى  
سلطات الفواكه وهي تحسن مذاقها.  
والانكليز يحشون (ديك الحبش)

بمقادير متساوية من أوراق النعناع ومن الصعتر والمرزنخوش، كما تستعمل أوراق  
النعناع في تحضير بعض أنواع الكوكتيل، (خليط من المشروبات الكحولية).  
وللتجفيف إما ان تقطع الأغصان بأوراقها وتربط في حزم تعلق في الهواء  
والظل لتجفيفها، أو تقطع الأوراق عن الأغصان وتجفف لوحدها بنشرها  
فوق مفرش من القماش، أو صينية من شريط الغربال في الظل. أما تعريضها  
للشمس فإنه يفقدها لونها الأخضر الزاهي وجزءاً من عطرها. والطريقة الثانية  
للتجفيف أي تجفيف الأوراق لوحدها أفضل من تجفيفها مع الأغصان، لان  
الخواص المطلوبة للتبيل متوفرة في الأوراق أكثر مما هي متوفرة في عروق



الأغصان، وبقدر ما يتم التجفيف بسرعة بقدر ما تحتفظ الأوراق بكامل خواصها ومذاقها. وتخزن الأوراق الجافة في إناء محكم السد للمحافظة على شذاها، ومستحلب (شاي) النعناع مفيد في جميع حالات اضطراب الهضم. ملاحظات حول زرعها: أفضل مكان لزرعها هو ما كان نصف ظليل، وتزرع جذور النعناع في الخريف أو الربيع، بطمرها في التراب في أبعاد (٢٠ \* ٤٠) سم ٢ عن بعضها، لان جذورها تزحف وتمتد، وتتكاثر العشبة بهذه الطريقة بكثرة. والنعناع يتطلب رطوبة مستمرة في الأرض بتعهدها بالري، ويمكن أن يصل علوه إلى (٧٠ - ٨٠) سم. ويجوز استغلال أوراقه الغضة ورؤوس فروع طيلة أيام الصيف، كما يمكن حصده للتجفيف (٢ - ٣) مرات في الموسم، ويجب تبديل حوض النعناع كل ثلاث سنوات.

كيف ترتب الأحواض لزراعة أعشاب المطبخ  
اتضح لنا من الأبحاث السابقة ما لأعشاب المطبخ من أهمية كبرى في تحسين  
مذاق أطعمتنا اليومية، وما في ذلك من فوائد صحية كثيرة، وعلى كل من  
يملك في بيته حديقة صغيرة ان يزرع فيها كل ما يمكنه زراعته من أعشاب  
المطبخ للاستفادة منها. والكثير من هذه الأعشاب غير معروفة عند أكثرينا  
وعلى الأخص عند سكان المدن، ولو أن أكثرها ينبت برياً في مختلف أراضينا  
العربية. وعلى كل فان من الممكن الحصول على بذور لجميع الأعشاب المذكورة  
سابقاً

لزراعتها، أما البذور غير المتيسرة الحصول عندنا فباستطاعتنا شراءها من البلاد  
الأوروبية، واستيرادها مع ما نستورد من مختلف البذور للأزهار.  
وحوض أعشاب المطبخ لا يتطلب مساحات كبيرة، إذ تكفيه مساحة  
(٢ - ٤) أمتار مربعة في أكثر الحالات، وهذه يمكن زيادتها وإنقاصها وفقاً  
لعدد افراد العائلة، ولمهارة ربة البيت وتحمسها للاستفادة من هذا الكنز الصحي  
الشمين بفوائده، والقليل التكاليف في الوقت نفسه. وحوض أعشاب المطبخ  
يجب ان يكون في مكان قريب جداً من المنزل - لتسهيل الوصول إليه عند الحاجة  
دون إضاعة وقت، ولكي تحتمي الأعشاب التي لا تتحمل الشمس بظله.  
ويلاحظ في غرسه مقدار ما تتطلب الأعشاب المختلفة من الظل أو الشمس،  
وأن يزرع أكثرها ارتفاعاً في المؤخرة لكي لا يظل على الأعشاب الأقل منه  
علواً، ويحجب عنها ما تتطلب من أشعة الشمس. وفيما يلي نقدم نموذجاً  
لمخطط حوض أعشاب المطبخ على سبيل المثال فقط:

- ملاحظات عامة حول حوض الأعشاب المطبخية:
- ١ - يجب التأكيد من صلاح البذور قبل بذرها من التاريخ المسجل على ظرفها، ولا يشتري من البذور إلا مقادير صغيرة حسب الحاجة فقط، ولا يبذر منها إلا بالقدر الكافي لمطبخ البيت فقط.
  - ٢ - بعض البذور تحافظ على صلاحها لمدة سنة أو أكثر، فيجب تسجيل آخر تاريخ لا مكانية استعمالها على ظرفها عند الاحتفاظ بها.
  - ٣ - تسمد أرض الحوض جيدا بأسمدة عضوية تحوي الدبال (أسمدة حيوانية) قبل زرعها، ولا حاجة بعد ذلك لتسميدها بأسمدة كيميائية إلا عند الاقتضاء.

٤ - تبخيخ الأرض جيدا بالركش العميق لكي يتخللها الهواء والماء.

٥ - عند الغرس أو البذر يستعمل الخيط لتخطيط الخطوط.

٦ - تترك مسافات بين الأحواض للوصول إليها (ممرات).

ملاحظات حول العناية بالأعشاب بعد غرسها:

أعشاب المطبخ ما عدا القليل منها فقط تتطلب الري بالمرشة بانتظام، وفي أثناء النمو يمكن إذابة حفنة من السماد الكامل (بوتاس، فوسفات، نترات) داخل ماء المرشة على أن تغسل الأعشاب بعد ذلك بمرشة من الماء القراح، لكي لا تعلق آثار السماد على أوراقها وتحرقها.

وتتطلب الأعشاب وقايتها من الأمراض والحشرات ويكون ذلك برشها بالأدوية الملائمة.

ويجب ان تنزع جميع الأعشاب البرية، لأنها تسلب الأعشاب المزروعة جزءا كبيرا من غذائها ومائها، وأن تفرد الأعشاب كما جاء في الملاحظات حول زرعها لان الضيق في براح المساحة اللازمة لها يسبب ضعفها وإصابتها بالأمراض، وألا تترك الأعشاب المريضة بعد نزعها في الحديقة - بل يجب حرقها لكي لا تنتشر عدوى المرض منها. ويلاحظ ضرورة غسل الأعشاب التي سبق رشها بالأدوية، قبل استعمالها، لإزالة آثار الأدوية عنها. وري الأعشاب بالمرشة أفضل من ربيها بالماء الجاري، لان ماء المرشة يتشبع عند نزوله بالهواء وتستفيد العشبة منه، كما أنه لا يحفر أرضها ولا يجرفها من مكانها.

كيف نحفظ بالأعشاب لمؤونة الشتاء:

تزرع الأعشاب المطبخية في الصيف، وتستعمل أوراقها أو اجزاؤها المطلوبة وهي غضة، وهناك طرق متعددة لتوفير الفائض من هذه الأعشاب

لمؤونة الشتاء، نذكر بعضها في الآتي. هذا مع العلم بان المعامل الخاصة في أوروبا وأمريكا قد أصبحت تقدم، في كل موسم من مواسم السنة، جميع أنواع الخضار والأعشاب، ضمن أكياس من البلاستيك وهي طازجة كأنها قطفت لتوها، ولكنها باهضة الثمن نسبيا وليس في مقدور العامة شراؤها. ولكن هناك طرقا منزلية للاحتفاظ بأعشاب المطبخ لأيام الشتاء، وباستطاعة الجميع الاستفادة منها، وهي:

١ - طريقة التجفيف: إن قليلا من الأعشاب فقط لا يمكن تجفيفها كالمقدونس مثلا، لان التجفيف يفقدها أكثر مزاياها كتابل، ولا يترك لها أية قيمة غذائية.

ولكن أكثرية الأعشاب يمكن تجفيفها، مع المحافظة على جزء كبير من خواصها، فتظل صالحة للاستعمال، كما كانت وهي طازجة. غير أن الكمية اللازمة منها تزداد بالنسبة لكميتها وهي طازجة، ومن الصعب أمر تقديرها بالضبط، إذ يظل هذا تابعا لتجارب ربة البيت وذوقها في التتبيل، وللتجفيف يجب أن تؤخذ أغصان بكاملها أو أوراق ورؤوس فروع تقطف من العشبة مباشرة، إما قبيل الظهر - أي بعد جفاف الندى أو قبيل المساء، أي قبل هطول الندى وعلى كل يجب أن تكون الأغصان أو الأوراق المعدة للتجفيف جافة عند قطفها، وأن يتم ذلك بواسطة مقص أو سكين لكي لا تهرس من ضغط أصابع اليد وتسيل المواد السائلة منها. كذلك يجب غسلها قبل التجفيف جيدا بالماء الجاري وبلطف، وليس بشدة كما يحدث عند فتح الصنبور إلى آخر حدوده، لكي لا تؤذيها صدمة الماء لها. وبعد الغسل.. تجفف من الماء قدر الامكان وتربط الأغصان حزما رقيقة، لكي يتخلل الهواء جميع اجزائها وإلا جف الجزء الخارجي منها وأصيب الجزء الداخلي منها بالعفن. ويلاحظ عند ربطها أن لا يشد عليها كثيرا. كما انها بعد جفافها سيقل حجمها بانكماشها مما يؤدي إلى سقوط أغصان منها، إذا لم تشد ربطتها بالقدر الكافي

للحيلولة دون ذلك. أما الأوراق فتنتشر فوق قطعة قماش نظيفة أو فوق ورق أبيض أو فوق صوان خاصة مصنوعة من شريط المنخل، ليتخللها الهواء من جميع الجهات، ومن الواجب أن تنشر بطبقة رقيقة أو بطبقة واحدة فقط. والجفاف الكلى شرط من الشروط الأساسية لا مكانية حفظها من العطب أثناء التخزين. هذا ويجب أن يتم التجفيف في الظل، لان تعرض الأوراق للشمس يفقدها لونها والكثير من خواصها. وبعد أن تجف الأغصان تماما - ويستدل على ذلك من محاولة كسر الغصن باليد، فالجاف منها ينكسر حالا ويحدث صوت قرقعة، ولا يحدث ذلك إلا إذا كان الغصن تام الجفاف - عندئذ تفرط الأوراق عنه ويخزن الجاف منها في إناء من الفخار أو الزجاج الملون، لكي لا تتعرض للنور الذي يفسدها. هذا ويجب سد الاناء سدا محكما، لكي لا ينفذ الهواء إلى داخله، وإلا فقدت الأوراق المخزونة الكثير من شذاها. وذلك لان مادة الزيوت الطيارة الموجودة في العشبة يجب المحافظة عليها ومنعها من الانتشار، بسبب عدم سد الاناء سدا محكما وتسرب الهواء إلى داخله. ويمكن تجفيف الأوراق بسرعة داخل أفران المواقد المنزلية، وذلك بأن توضع بعد تجفيفها بضعة أيام في الهواء الطلق داخل (صينية الخبز)، بشكل طبقة رقيقة داخل الفرن. ثم تعديل الحرارة في داخله على درجة (٥٠) مئوية، مع ترك باب الفرن مفتوحا طيلة مدة التجفيف.

٢ - طريقة التجميد: وهي طريقة تستعمل للأعشاب التي لا تجفف كالمقدونس، والثوم المعمر. وهناك أعشاب لا تتحمل البرد ولا تصلح للتجميد كندغ البساتين، والمرزنخوش، والناعمة المخزنية، والصعتر. وللتجميد تغسل العشبة جيدا ثم تفرى فوق لوح من البلاستيك أو فوق طبق مسطح كبير. وإذا كان لابد من فريها فوق لوح من الخشب فيجب أولا بله جيدا بالماء - لكي لا يمتص الخشب عصارة العشبة. ويتم الفري بسكين حاد لا يهرس أوراق العشبة الغضة ويسيل عصارتها. والعشبة المفرية توضع الماء في طبق الجليد في البراد إلى

ان يتجلد الماء وبداخله العشبة، فترفع قطع الجليد والعشبة في داخلها. وتوضع في طبق عميق في مكان التجميد لحين الحاجة إليها، وبذوبان الجليد يمكن الحصول على العشبة وهي طازجة.

٣ - طريقة التمليح: وهي طريقة تستعمل للأعشاب التي لا يمكن تجفيفها، والتي لا يمكن استعمال طريقة التجميد فيها. وأكثر الأعشاب استعمالاً بهذه الطريقة هي: المقدونس وأوراق الكرفس والكراث، والجزر المفري، وخضروات السلطات، أو غيرها حسب الذوق الشخصي. وكيفية عمل ذلك هي ان تغسل الأعشاب جيداً وتترك إلى أن يجف الماء العالق بها، ثم تفرى كما أسلفنا ويضاف إلى كل (١٠٠) غرام من وزنها قبل الغسل مقدار (٣٠) غراماً من ملح الطعام.. وذلك إما برشه طبقات فوق طبقات أو بمزجه مع العشبة، ثم يغلق الاناء الذي يملأ بالعشبة والملح بربط قطعة قماش نظيفة فوق فوهته. كيف تطبخ بالأعشاب:

سأقدم فيما يلي وصفات للطبخ مع استعمال أعشاب المطبخ منقولة عن الأخصائي اليوناني في (فاماكوستا) جورج مارانكوس George Marangos. ملاحظات أولية: يقول العامة عندنا (الطبخ نفس) وهذا صحيح. فإذا قامت سيدتان بطبخ طعام واحد، أخذتا وصفته من كتاب واحد. أو من مصدر واحد، نجد ان هناك بعض الفرق في مذاق الطعامين، وذلك لان الطبخ لا يمكن ان يكون بالمقادير المقننة فقط، بل يجب ان تلعب حاسة الذوق فيه دوراً رئيسياً أيضاً. وهذا ينطبق في الدرجة الأولى على استعمال أعشاب التتبيل، فالعشبة الواحدة يختلف مذاقها بالنسبة لقوتها وللأرض التي تنبت فيها، ولتسميدها، والإقليم الذي نشأت فيه ولعوامل أخرى. فالمقاييس التي تعطى في الوصفات ما هي إلا تقريبية، ولكن المقياس الصحيح هو حاسة

الذوق عند ربة المنزل. التي تهيبّ الطعام والتي يجب ان تذوقه، قبل وبعد نضجه، لتقرر ما يلزمه حسب تجاربها وذوقها الشخصي. وحاسة الشم تلعب أيضا دورا هاما في الموضوع، لان فيها مقياسا لما للعشبة من قوة كتابل. فالوصفات في الكتب ليست حتمية ويمكن ان تتعرض لتبديلات وتحويرات، تبعا لذوق الطاهية وما عندها من سعة في الخيال وجرأة في التجربة. هذا وأعشاب المطبخ يجب ان تستعمل وهي طازجة بقدر الامكان فلا تقطف أو تفرى إلا توا قبيل استعمالها، ولا يقطف منها ما يزيد عن الحاجة الآنية لها، وإذا بقي منها فائض فيوضع في كيس من البلاستيك ويحفظ في مكان الخضار في البراد. أما الجذور كفجل الخيل ورأس الكرفس مثلا - فتغلف جيدا بالبلاستيك، أو بورق الألومنيوم الخاص وتحفظ في البراد أيضا. وأعشاب التتبيل لا تطبخ، وإذا كان لابد من طبخها فيحتفظ بجزء منها بدون طبخ، لإضافته إلى الطعام بعد نضجه وقبيل تقديمه على المائدة. ونكرر إلفات الانتباه إلى عدم فرى الأعشاب فوق لوح خشبي، إلا للضرورة وبعد إشباع اللوح بالماء لكي لا يتشرب عصير العشبة. ويستعمل للفري على الأفضل لوح البلاستيك، أو طبق مسطح كبير وسكين حادة تقطع بدون ضغط.



وصفات للحساء (شوربا)

حساء الربيع:

اللوازم: ملء أربع حفنا من خضار الحساء المشكل (سرفيل، مقدونس، حماض بستاني صغير أو كبير، لسان الثور، سبانخ، وغير ذلك).  
٤٠ غرام زبدة.

ملء ملعقة كبيرة دقيق (طحين).

ثلاثة أرباع لتر مرق لحم (ويوجد بشكل مكعبات تحل في الماء تباع في محلات البقالة).

بيضة واحدة.

(٣ - ٤) ملاعق كريم (قشطة).

كيفية تحضيرها: تفري الخضروات فريا ناعما، وتحمس بالزبدة فوق نار خفيفة لمدة بضع دقائق، ثم يرش الدقيق فوقها ويمزج معها. وبعد دقيقة واحدة أو دقيقتين يضاف إليها مرق اللحم، ويغلى الجميع حتى الاستواء. وفي أثناء ذلك تخفق البيضة بالكريم، وتضاف إلى الحساء، بعد نضجها، ورفعها عن النار، وتمزج معها جيدا.

حساء الصيف:

اللوازم: ملء حفنة من السبانخ الأخضر الطازج.

خسة واحدة طازجة.  
عرقان من النعناع.  
بصلة واحدة.  
ربع كيلو حب بزليا أخضر.  
٣٠ غرام = ملء ملعقتين كبيرتين - زبدة.  
ملعقة كبيرة واحدة من الدقيق.  
نصف لتر من مرق اللحم.  
ملح، فلفل مطحون.  
قليل جدا من السكر.  
ربع لتر من الحليب.  
كيفية تحضيرها: يفرى السبانخ والخسة والنعناع فريا ناعما، ويضاف إليها البصلة مفرية أيضا، والبزليا، ويحمس الكل معا في الزبدة، ثم يضاف إليها الدقيق، ويمزج بالخضار، ثم يضاف مرق اللحم والملح ومسحوق الفلفل والسكر، وأخيرا الحليب، ويغلى الكل معا فوق نار هادئة (٢٠) دقيقة.  
حساء الحماض الافرنسي:  
اللوازم: خسة واحدة (خس إفرنجي).  
ملعقة كبيرة واحدة من الزبدة.  
ملء ثلاث ملاعق كبيرة من الحماض المفري، ونصف لتر من اللحم.  
ملء ملعقة كبيرة من (الشعيرية = معكرونة خيطية) للحساء.  
ملعقة كبيرة من الكريمة أو بيضة واحدة.  
كيفية صنعها: تفرى أوراق الخسة بعد تجريدتها من الأضلاع و (القرمة)،

وتحمس ببطء في الزبدة، وبعدها يضاف إليها الحماض، ويحمس معها لمدة بضع دقائق أخرى. ويضاف إليها بعد ذلك مرق اللحم ويغلى، ثم تضاف إليها الشعيرية، ويستمر الغلي حتى النضج، ويمكن تخفيف مذاقها اللاذع وشدته بإضافة الكريمة، أو صفار البيضة المخفوق، ثم تتبل بالملح والفلفل المسحوق. حساء السرفيل:

اللوازم: ربع كيلو من السرفيل.  
٧٠ غراما من الزبدة.  
ثلاث ملاعق كبيرة (مسح) من الدقيق.  
لتر واحد من مرق اللحم.  
قليل من الكريمة الحامض أو اللبن الخاثر (بوغورت).  
وللإضافة بعد صبها في الطبق:  
بيضتان.  
ملء أربع ملاعق كبيرة من مرق اللحم.  
قليل من الملح، فلفل أرناؤطي (فليفلة) وجوز الطيب.  
كيفية صنعها: يغسل السرفيل ويترك ليحفظ عنه الماء، فيفري ناعما ويحمس في الزبدة لمدة خمس دقائق، ثم يرش الدقيق فوقها ويمزج معها باحتراس. وبعد بضع دقائق تضاف إليه مرق اللحم، ويغلى بضع دقائق، وقبل تقديمه يضاف إليه الكريمة الحامض أو اللبن الخاثر.  
وفي أثناء ذلك تخفق البيضتان مع مرق اللحم وقليل من الملح والفلفل وجوز الطيب، ويوضع الجميع في فنجان كبير مطلي من الداخل بالزبدة، ويوضع الفنجان في حمام مائي إلى أن تتجمد محتوياته، ثم تقطع هذه إلى قطع صغيرة توضع في أطباق الحساء عند تقديمها.

الحساء الطلياني.  
اللوازم ملء فنجانين كبيرين من الخضار والأعشاب المفرية (سرفيل،  
حماض بستاني، سبانخ، لسان الثور).  
ليتر واحد من مرق اللحم.  
ملء ملعقة كبيرة من الدقيق.  
ملح، فلفل اسود، قليل من عصير الليمون الحامض، قليل من  
الزبدة.

بيضتان مسلوقتان.

قليل من الكريم الحامض.

كيفية صنعها: تطبخ الخضار والأعشاب حتى النضج في مرق اللحم، ثم  
يضاف إليها الكريم، وبعده الدقيق، بعد مزجه بالملح والفلفل الأسود وعصير  
الليمون الحامض. وأخيرا تضاف إليه الزبدة وينتهي الغلي بعد ذلك. توضع  
في الطبق بيضة مسلوقة بعد قشرها طبعاً، ثم يصب الحساء فوقها ويضاف إليها  
قليل من الكريم ويقدم الطبق على المائدة.

الصلصات

صلصة الطرخون والسلطة:

اللوازم: فنجان من زيت الزيتون.

عصير ليمونة حامضة واحدة.

ملعقة صغيرة من العسل.

أوراق طرخون طازجة أو مجففة.

ربع ملعقة صغيرة من ملح الطعام.

كيفية صنعها: تمزج اللوازم كلها معا وتترك لمدة أربع ساعات على الأقل، ثم تحرك مرة واحدة قبل إضافتها إلى السلطة (خس، هندباء أو غيرهما) ثم تمزج معها.

صلصة البندورة (الطماطم الطليانية):

اللوازم: نصف كيلو بندورة (طماطم) طازجة.  
بصلة كبيرة مفرية.

فص ثوم مفري ناعم جدا.

(٢ - ٣) ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.

قليل من الصعتر أو ورقة واحدة من ورق الغار (حسب الذوق الشخصي).

(٣ - ٤) ورقات من الحبق.

نصف ملعقة صغيرة من عصير الليمون الحامض.

قليل من الملح ومن الفلفل.

كيفية صنعها: تقشر البندورة ويؤخذ في داخلها من بذور ولب،

داخل مصفاة للحصول على عصارتها، ثم تقطع حبات البندورة إلى مكعبات

صغيرة، وتفري البصلة وفص الثوم فريا ناعما ويحمسان في الزيت، ثم يضاف

إليهما الحبق والصعتر أو ورق الغار ومكعبات البندورة وعصيرها المصفى من

المصفاة، ويغلى لمدة (٢٠) دقيقة ثم يتبل بالملح والفلفل، ويترك قليلا. وقبيل

التقديم مباشرة يضاف إليها عصير الليمون الحامض.

صلصة الأعشاب الافرنسية:

اللوازم: ثلاث ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.

ملعقة كبيرة من الخل أو عصير الليمون الحامض.

قليل؟؟

بيضة واحدة مسلوقة.

ملء ملعقة صغيرة (بصل، مقدونس، ثوم معمر، سرفيل، لسان الثور، خيار مكبوس بالخل، أوراق سبانخ مطبوخة - كلها مفرية جيدا).

قليل من ملح الطعام مع قليل من السكر  
كيفية صنعها: يمزج الزيت مع الخل أو عصير الليمون الحامض والخردل والملح والسكر معا، وتقطع البيضة المسلوقة إلى قطع صغيرة وتمزج مع الخضار، ويضاف الكل بعضه إلى بعض، وتستعمل هذه الصلصة للأسماك المشوية أو الباردة (جلية) أو المقلية.

صلصة السنوات السويدية:

اللوازم: ملء ملعقة كبيرة من الزبدة.

ملعقة كبيرة من الدقيق.

نصف لتر من مغلى السمك (مرق).

ملء (٢ - ٣) ملاعق كبيرة من السنوات.

صفار واحد ونصف الصفار من البيض.

ربع ليتر من الكريم.

قليل من الملح والفلفل.

كيفية صنعها: تذاب الزبدة ويضاف إليها الدقيق، ثم مرق السمك ويعلى قليلا. فإذا كانت غير صافية تماما تصفى بمصفاة منخلية إلى قدر (حلة - طنجرة) أخرى، ثم يضاف إليها السنوات المفري والملح والفلفل. وقبيل التقديم بوقت قصير يضاف إليها صفار البيض بعد خفقه بالكريم، ولا

تغلى بعد ذلك. وتقدم هذه الصلصة مع الأسماك والقريدس (كمبري، أبو كلمبو) والسرطعان.  
صلصة الكريم:  
اللوازم: ملء ملعقة كبيرة من الزبدة.  
نصف ملعقة كبيرة من الدقيق.  
ربع لتر من الكريم.  
ملح، سكر، زهرة الطيب المطحونة.  
كيفية صنعها: تذاب الزبدة ويحمس الدقيق فيها دون ان يغير لونه الأبيض، ثم يترك ليبرد قليلا ثم يضاف إليه الكريم الساخن - (مسخن من قبل) - ويمزج جيدا، ثم يتبل بالملح والفلفل وزهرة الطيب. وتقدم هذه الصلصة مع القرنبيط، والفطر والسمك المسلوق.  
صلصة الأعشاب السمراء:  
اللوازم: ملء ملعقة كبيرة من كل من الثوم المعمر والمقدونس والسرفيل والطرخون... الخ.  
ملء ملعقتين من هذه الأعشاب المختلطة نيئة.  
ملء قدح من النبيذ الأبيض.  
٥٠ غراما من الدقيق.  
٥٠ غراما من الزبدة.  
ربع لتر من المرق.  
عصير ليمون حامض.  
ملح الطعام.

كيفية تحضيرها: توضع الأعشاب المفرية مع النبيذ وتترك مغطاة لتتسرب. ويحمص الدقيق في الزبدة ويضاف إليه المرق ويغلى إلى الاستواء، ثم يصفى النبيذ عن الأعشاب، ويضاف إلى المغلى ويمزج جيدا، ثم يتبل بالملح وعصير الليمون الحامض والأعشاب (النيئة) المفرية. صلصة النعناع الانكليزية: اللوازم: ملء ثلاث ملاعق صغيرة من أوراق النعناع المفرية. فنجان غير ممتلئ تماما من الخل غير المركز. ملء ملعقة كبيرة من السكر. ملح، فلفل.

كيفية صنعها: تغلى فقط ملعقتان من أوراق النعناع المفرية مع الخل والسكر، وتصفى، ثم يضاف إليها الملح والفلفل، وتترك لتبرد. وقبيل التقديم يضاف إليها ما بقى من أوراق النعناع (ملء ملعقة كبيرة) غير المغلية، وتمزج جيدا.

ويمكن استبدال الخل الحاد المذاق بعصير الليمون الحامض المخفف بالماء. وتقدم هذه الصلصة باردة مع لحوم حيوانات الصيد ولحم الضأن. صلصة السرفيل الساخنة:

اللوازم: ٢٠ غراما من الزبدة أو الدهن. ٢٠ غراما من الدقيق.

نصف بصلة مفرية فريا ناعما.

ملء ملعقتين ونصف الملعقة الكبيرة من السرفيل المفري فريا ناعما. ربع ليتر من مرق اللحم أو الخضار.



ملح الطعام  
ملء ملعقة كبيرة من الكريم أو من حليب العلب.  
كيفية صنعها: يحمص البصل في الزبدة ليصبح بلون الذهب، ثم يضاف إليه ملعقتان من السرفيل، وتحمص لمدة خمس دقائق، يضاف إليه بعد ذلك الدقيق ويمزج معا. وبعد بضع دقائق يضاف إليه المرق والملح، ويغلى لمدة (١٥) دقيقة، فإذا وجدت الصلصة بعد ذلك كثيفة، خففت بإضافة قدر من المرق إليها. وقبيل تقديم الصلصة ترفع عن النار، ويضاف إليها باقي السرفيل والكريم، وتقدم مع الأسماك أو اللحوم  
صلصة السنوات:

اللوازم: ملء ملعقتين كبيرتين من الزبدة.  
ملء ملعقتين كبيرتين من الدقيق.  
نصف لتر من مغلى السمك (مرق) إذا كانت الصلصة ستقدم مع الأسماك وإلا يستبدل المرق بالحليب.  
عصير ليمون حامض.  
ملح، فلفل.

ملء ملعقتين كبيرتين من أوراق السنوات الطازجة المفرية.  
كيفية صنعها: يحمص الدقيق بالزبدة ثم يضاف إليه المرق أو الحليب، ويغلى مع التحريك إلى أن تتكثف الصلصة ويصبح قوامها كالكريم، فتتبل بعصير الليمون الحامض والملح والفلفل ويضاف إليها السنوات المفري.  
وبالطريقة نفسها يمكن عمل صلصات من مختلف الأعشاب، وذلك باستبدال السنوات بالعشبة المطلوبة (مقدونس، ثوم معمر، أعشاب مشكلة، خردل، فجل الخيل.. الخ).

الصلصة البولونية:

اللوازم: ٤٠ غرام دقيق.

٤٠ غرام زبدة.

ربع لتر من مرق اللحم أو مرق الدجاج.

ربع لتر كريم حامض.

عصير ليمون حامض.

فجل الخيل مبروش.

شمرة ومقدونس مفريان.

قليل من ملح الطعام.

كيفية صنعها: يحمص الدقيق بالزبدة ويضاف إليه المرق والكريم الحامض ويغلى حتى الاستواء، ثم يتبل بعصير الليمون الحامض وفجل الخيل المبروش والشمرة والمقدونس، ويملح عند اللزوم بملح الطعام. وتقدم هذه الصلصة مع الأسماك ولحوم الصيد.

صلصة الأعشاب والفطر:

اللوازم: (طرخون، سرفيل، مقدونس وغيرها من الأعشاب الموجودة)

بأجزاء متساوية وقليل جدا من الكزبرة.

بصلتان صغيرتان مفريتان.

٥٠ غراما من الزبدة.

٤٠ غراما من الدقيق.

٣ / ٨ لتر من المرق.

١ / ٨ ليتر من مغلى الفطر (من المعلبات = كونسروه) وإلا  
١ / ٨ ليتر من مرق اللحم.

ملء فنجان من الفطر المفري.

مح (صفار) بيضة واحدة.

عصير ليمون حامض، ملح، فلفل.

كيفية تحضيرها: تحمص الأعشاب والبصل المفري والفطر - إذا لم يكن  
من المعلبات، وإذا كان منها فلا يحمص معها بل يحتفظ به إلى ما بعد - بالزبدة،  
ثم يضاف إليها الدقيق ومرق اللحم ومرق الفطر ويغلى، ثم يتبل بالملح وعصير  
الليمون والفلفل. وقبيل التقديم يضاف إليه صفار البيضة، ويقدم مع الأرز  
والفطير.

صلصة فرانكفورت - اسم مدينة في ألمانيا - الخضراء:

اللوازم: (لسان الثور، طرخون، سرفيل، كاشم رومي، مقدونس،

ثوم معمر، حماض بستاني، كزبرة الثعلب، سنوت... الخ)

بأجزاء متساوية، وكلها مفرية فريا ناعما.

(٢ - ٣) بيضات مسلوقة ومفرية فريا ناعما.

٣ أجزاء زيت زيتون.

جزء واحد خل.

ملح الطعام.

بضع نقاط من عصير الليمون الحامض.

كيفية تحضيرها: يمزج البيض المسلوق والمفري مع الزيت والخل ويملح بملح الطعام، والاجزاء هنا يجب ان تكون بالقدر اللازم، كي تصبح الصلصة بعد إضافة الأعشاب إليها كسائل كثيف القوام، وتتبل عند اللزوم ببضع نقاط من عصير الليمون الحامض.

يمكن مزج الأعشاب المفرية أيضا بمايونيز مخفف باللبن الخاثر أو الكريم الحامض.

خل الأعشاب والسلطات:

ملاحظات عامة: لا يمكن تحديد المقادير في صنع السلطات، لان هذه تتبع نوع الخضرة وحجمها كالحس مثلا.

على كل السلطة يجب ان تكون متشربة جيدا بالصلصة ولكن لا يعنى ذلك أن تسبح فيها.

والخضار الورقية يجب ان تكون جافة عند استعمالها، فبعد غسلها جيدا بالماء الجاري وتنقيط الماء منها، تجفف بهزتها ضمن فوطة (بشكير) ناشفة دون ضغط فوقها، أما تجفيفها في الهواء فإنه يتطلب وقتا طويلا يفقدها بعض خواصها.

وفي إضافة الصلصات للسلطة يقابل كل جزء من الخل أو عصير الليمون الحامض ثلاثة أجزاء من الزيت، إذا لم يضاف إليها الكريم وحليب العلب أو اللبن الخاثر، وإلا قابل جزئين فقط من الزيت. وتختلف أنواع الخضار والأعشاب المستعملة لعمل السلطات باختلاف المواسم، وفيما يلي اقتراحات لعمل صلصات لاذعة للسلطات.

الوصفة الأساسية لجميع صلصات السلطات  
خل أو عصير ليمون حامض، زيت، ملح، قليل جدا من السكر، نفحة  
من الفلفل، تمزج جيدا معا وتضاف إلى الخضار والأعشاب المفرية - من جميع  
أنواعها - وتمزج جيدا معا.  
منوعات:

يدلك داخل الطبق قبل وضع السلطة فيه بفص من الثوم، ثم يضاف إلى  
السلطة بصل مفري (لا يجوز إهماله في صنع سلطات الخضار البري).  
يضاف إلى السلطة ملء ملعقة كبيرة من عصير البرتقال، على الأخص  
لسلطات الخضار الورقية، إضافة ملعقة كبيرة من الكريمة الحلو أو الحامض،  
أو حليب العلب أو اللبن الخاثر أو القريشة، إضافة قليل من الخردل ممزوجا  
بالخل، وعلى الأخص (للشكوريا = هندبة مزروعة).  
إضافة قليل من (برش) فجل الخيل إلى الصلصة يكسبها مذاقا لاذعا.  
خل الأعشاب

وصفة قديمة: ملء حفنة من كل من أوراق (الحبق، الطرخون،  
الكرفس، السرفيل، المقدونس)، ونصف حفنة من أوراق كل من (الترنجان)  
والشمرة) تجرد كلها من عرقها وتفري فريا خشنا ثم يضاف إليها (برش) الجزء  
الأصفر من قشرة ليمونة حامضة ويضاف إليها (٢ - ٣) حبات من قرنفل، مع  
بضع حبات فلفل، وقطعة صغيرة من الزنجبيل، وتوضع كلها في إناء كبير  
(قطر ميز) سعته لتر ونصف اللتر. ثم يملا هذا فوق الأعشاب بالخل ويسد  
سدا محكما، ويوضع في مكان معرض للشمس لمدة (٣ - ٤) أسابيع، ثم يصفى  
بعدها بالخل، ويحفظ لحين الاستعمال في زجاجات مسدودة سدا محكما.

خل الطرخون (وصفة قديمة

تؤخذ أوراق طرخون طازجة ويجرد؟ من ضلعها. وتوضع؟ بدون؟ غسل؟ في (قطرمين)، ثم يملا بالخل ويسد سدا محكما ويوضع في مكان مشمس. والخل المحضر بهذه الطريقة يكتسب مذاقا لاذعا، ويكون جاهزا؟ للاستعمال بعد أسبوع واحد أو أسبوعين.

وصفة أخرى:

تؤخذ أوراق الطرخون طازجة؟ تماما؟ وتغسل؟ ويجرد؟ من ضلعها؟ (ساقها). وتوضع في إناء زجاجي للكبس ويملا فوقها بخل يغلى، ويسد ثم يوضع في مكان مظلم وبارد. ويمكن تصفية الخل بعد أسبوع واحد في زجاجات معقمة، غليت؟ في الماء؟، وأوقفت على فوهتها؟ لتصفية الماء منها ثم يسد الزجاجات سدا محكما.

سلطة الكرفس النيء:

اللوازم: رأس كرفس كبير.

مايونيز.

لبن خاثر.

ملح.

عصير ليمون حامض (عند اللزوم).

كيفية صنعها: بقطع رأس الكرفس إلى شرائح رقيقة جدا أو ببرش، وينقط فوقه بضع نقاط من عصير الليمون الحامض، لكي لا يتغير لونه، ثم يضاف إليه الصلصة الآتية:

مايونيز تخفف قليلا باللبن الخاثر (وبذلك تصبح أكثر سهلة للهضم) ثم تتبل بقليل من ملح الطعام، وعصير الليمون الحامض، وتترك قليلا لتتسرب الصلصة.

ملاحظة: يمكن تحضير هذه السلطة في اليوم السابق لاستعمالها في الدعوات والنزهات، وما شابه ذلك.

سلطة التفاح والجزر:

تؤخذ تفاحتان مبروشتان وينقط فوقهما بضع نقط من عصير الليمون الحامض، ويضاف إليها جزء معادل لها من الجزر المبروش، وتتبلى بصلصة معتدلة مثلاً: (ليمون حامض، زيت، ملح، فلفل) أو بالمايونيز المخففة باللبن الخاثر مع قليل من عصير الليمون الحامض وقليل من (برش) فجل الخيل حسب الذوق.

سلطة سمك لاذعة.

اللوازم: ٢٥٠ غراما من لحم السمك المسلوق المجرد من الحسك. بصلة صغيرة مفرية.

ملء ملعقة كبيرة من الأعشاب المفرية (سنوت، مقدونس، إكليل الجبل) ناعمة مخزنية، صعتر... الخ.

قليل من المايونيز وعصير الليمون الحامض، والكريم، والملح، والفلفل، والخردل.

كيفية تحضيرها: يقطع لحم السمك إلى قطع صغيرة، وتمزج المايونيز بالخردل والأعشاب المفرية، ويضاف إليها الكريم مع عصير الليمون الحامض والملح والفلفل. ثم تضاف إليها قطع لحم السمك، ويمزجها معا باحتراس.

وتقدم في صدفات كبيرة مزينة بحلقات من الأنشوجة (شرائح سمك مالحة) وشرائح من البندورة (طماطم) وتوضع فوقها المايونيز للتزيين أيضا. سلطة الأرز الأندلسية:

اللوازم: ملء فنجانين من الأرز.

٢ - ٣ قرون فلفل أرناؤط.

٢ - ٣ بصلات.

٣ - ٤ حبات بندورة (طماطم).

صلصة السلطة: زيت، خل، ملح، فلفل، سكر، فص ثوم صغير،

ملء ٢ - ٣ ملاعق كبيرة من خضار السلطة المفرية ناعما حسب الموسم.

كيفية صنعها: يطبخ الأرز على أن يظل مبرغلا ثم يترك ليبرد، وفي أثناء

ذلك تقسم كل حبة بندورة إلى ثمانية أقسام، وتقطع البصلات إلى حلقات رفيعة

بقدر الامكان وتجرد قرون الفلفل من بذورها وضلوعها البيضاء في الداخل،

وتقطع إلى شرائح طويلة ويمزج الكل مع الأرز البارد، ويعمل من باقي اللوازم

وفص الثوم المهروس خليط يصب فوق السلطة، ويمزج معها باحتراس. وتقدم

بطبق مبطن بورق الخس.

السلطة الدانمركية بحلقات البندورة والكرفس:

اللوازم: ملء فنجانين من المعكرونة المقطعة والمسلوقة.

فنجان بزيلييا وجزر.. مسلوقة.

١٢٥ غراما من شرائح (الجامبون) = لحم خنزير.



صلصة من:  
جزءان من الزيت.  
جزء من النخل.  
ملح، فلفل وكثير من الأعشاب المفرية (حسب الموسم).  
مايونيز.  
كيفية صنعها: توضع المعكرونة والبزاليا والجزر والجامبون في الصلصة،  
لمدة ساعتين للتشرب، ثم تمزج المايونيز معها كما يمكن تقديمها على انفراد، وتزين  
هذه السلطة الدانمركية بحلقات من الطماطم والكرفس.  
حلقات البندورة (الطماطم) والكرفس:  
اللوازم ٥٠٠ غرام بندورة (طماطم) مقطعة.  
نصف ورقة غار.  
ست حبات فلفل.  
بصلتان مقطعتان.  
قليل من الصعتر ومن مردقوش.  
نصف لتر من مرق اللحم الخالي من الدهن قدر الامكان.  
ملح، عصير الليمون الحامض.  
٢ باكيت صغيرة من الجيلاتين الأبيض المسحوق.  
ملء ملعقة صغيرة من الجيلاتين الأحمر المسحوق.  
نصف لتر من الماء.  
ملء فنجان من الكرفس المبروش.  
كيفية صنعها: تطبخ قطع البندورة (طماطم) مع ورقة الغار وحبات  
الفلفل والصعتر والبصل حتى الاستواء، ثم يهرس في المنخل ويضاف إلى عصير

البندورة مرق ساخن إلى أن يصبح ٣ / ٤ اللتر، فيتبل بقوة بالملح وعصير الليمون الحامض ويذاب الجيلاتين في مقدار ربع لتر من الماء البارد لمدة عشر دقائق، ثم يضاف إلى عصير البندورة الساخن وعندما يبدأ المزيج بالتجلط (التجمد) يضاف إليه (برش) الكرفس، ويمزج معه ثم يصب في قالب حلقي ويترك إلى أن يجمد تماما، ثم يقلب فوق طبق كبير ويملأ فراغ الحلقة بقطع المعكرونة المسلوقة، ويزين الطبق بأنصاف البيض المسلوق والسلطة. سلطة اللحم:

اللوزم: ٣٠ غرام من الزبدة + نحو ٢٠ غراما من الزبدة أيضا  
بصلة مفرية فريا ناعما.

٣٠٠ غرام بقايا مقطعة من اللحم المشوي والجامبون والمقانيق  
٥٠ غراما فطر نئ مفروم (مفري).

٧٥ غراما من الخضار المفرية (حسب الموسم).

خيارة مكبوسة بالملح مقطعة إلى مكعبات.  
ملء ملعقة كبيرة من الدقيق.

قليل من الماء.

نبيذ أحمر، ملح، فلفل.

جبنة (مبروشة) للرش.

٥ - ٦ حبات زيتون مقطعة إلى شرائح.

مقدار من مخلل اللخنة (راجع الصفحة ١٣٦ من كتاب التداوي  
بلا دواء).

كيفية صنعها: تحمص البصلة حتى التصلب بالزبدة، ويضاف إليها بقايا اللحوم والفطر المقطع، وتحمص معا لمدة (١٠) دقائق، يضاف إليها بعد ذلك

الخيارية المكبوسة المقطعة والدقيق ومقدار من الماء إلى أن تصبح المواد شبيهة بالراكو)، فتتبل بالنييد الأحمر والملح والفلفل، وتجزأ إلى قوالب صغيرة، طليت من الداخل بالزبدة ووضع فيها مقدار من مخلل اللخنة. ثم ينقط فوق كل منها بضع نقط من الزبدة السائلة، ويغطى سطحها العلوي (بيرش الجبنة) وتخبز في الفرن لمدة (١٥) دقيقة. وتقدم ساخنة بعد تزيينها بشرائح الزيتون. أمزجة متنوعة للزبدة

للحم المشوي فوق منصب:

ملاحظة عامة: للشوي فوق المنصب ميزات عديدة تفضل الشئ في الفرن أو فوق نار مفتوحة، فبالشوي فوق المنصب يتعرض اللحم لحرارة (٣٠٠ - ٣٥٠) درجة مئوية بملامسته للمنصب، فتتسد مساماته وتظل عصارتة في داخله، فلا ينكمش ويتحسن مذاقه، والدهن الذي يتسرب منه إلى فوق المنصب لا يحترق بل يظل متشربا به.

زبدة المقدونس:

اللوازم: ملء نصف فنجان كبير من الزبدة.

ملء ملعقتين كبيرتين من المقدونس المفري فريا ناعما.

ملء ملعقتين كبيرتين من عصير الليمون الحامض.

ملح، نفحة من الفلفل.

كيفية صنعها: تخفق الزبدة حتى الزبد، ثم يضاف إليها المقدونس وعصير الليمون الحامض، وتتبل بالملح والفلفل، وبعد المزج جيدا توضع فوق ورقة للزبدة أو ورقة ألومنيوم، وتصير بشكل تكون فيه الزبدة في الداخل أسطوانة

متساوية، وتوضع في البراد إلى أن تتجمد الأسطوانة، ويمكن تقطيعها إلى شرائح يزين بها اللحم المشوي فوق المنصب قبيل تقديمه مباشرة إلى المائدة. وباستبدال المقدونس بأعشاب حتى يمكن الحصول على:  
زبدة الثوم المعمر: (يضاف إليها أثر من الثوم العادي).  
زبدة النعناع: (للحم الضأن، والقوزي المشوي فوق المنصب).  
زبدة فجل الخيل، زبدة فلفل الأرنأوط، زبدة الخردل، زبدة الأعشاب: (يضاف إلى هؤلاء ملء ملعقة واحدة فقط من المقدونس وملء، ملعقة كبيرة من الرشاد، وملء ملعقة كبيرة من الثوم المعمر (كلها مفرية فريا ناعما).  
أطعمة متنوعة للقريشة  
فطيرة القريشة:  
اللوازم: نصف كيلو من القريشة.  
ربع كيلو من الدقيق.  
١٢٥ غرام زبدة أو نوع آخر من الدهن الجيد.  
ملء ملعقة صغيرة من ملح الطعام.  
٣ - ٥ بيضات.  
بضع ملاعق كبيرة من الحليب.  
٥٠ - ٦٠ غراما من الأعشاب المفرية ناعما (حسب الذوق مثلا مقدونس، سنوت، حبق، ثوم معمر.. الخ).

كيفية صنعها: يوضع ملء ملعقة كبيرة من الدقيق جانبا، وباقي الدقيق يعجن مع الملح والزبدة أو الدهن والحليب وبيضة واحدة إلى عجينة، تفرد في صينية خبز، بشكل تغطي فوقها، وتنخز بأسنان الشوكة في بضع أماكن منها.

وتهياً الحشوة من: القريشة وصفار (مح) البيض، والدقيق والملح والأعشاب المفرية؟. وتفرد؟ هذه الحشوة؟ بصورة متساوية فوق العجينة، وتخبز في الفرن الحامي ويمكن تقديمها ساخنة وباردة؟. قريشة مع الأعشاب اللوازم: ٢٥٠ غرام من قريشة. حليب أو كريم بالقدر الكافي لتخفيف كثافة القريشة. ملح.

ملء ملعقتين كبيرتين من الأعشاب المفرية (ثوم معمر، سنوت، مقدونس، ندغ البستان، طرخون، سرفيل.. الخ حسب الذوق الشخصي).

كيفية صنعها: تنعم القريشة بتمريرها من المنخل، وتمزج بالحليب أو الكريم لتقيمها وجعلها ملساء، ثم تملح وتضاف إليها الأعشاب المفرية وتمزج معا جيدا.

منوعات:

كراويا.

فلفل أرناؤط.

فجل خيل مبروش.

بصل مفري فريا ناعما.  
فجل عادى مبروش برشا ناعما.  
جنبنة مفرومة إلى مكعبات صغيرة جدا.  
أطعمة البيض.  
عجة الأعشاب:  
اللوازم: ٤ - ٦ بيضات أو (٤) بيضات وملء ملعقتين كبيرتين من  
الحليب).  
ملح، فلفل.  
زبدة لحتيز.  
ملء ٣ - ٤ ملاعق كبيرة من الأعشاب المفرية فريا ناعما  
(مقدونس، بصل، أو ثوم معمر، مع بضع شرائح من الفطر  
(شامبيون) المحمص بالزبدة.  
(كوجبة أساسية بيضتان لكل شخص واحد).  
كيفية تحضيرها: يخفق البيض مع الحليب والملح والفلفل جيدا بالخفاقة،  
وتمزج معها الأعشاب والفطر (شامبيون)، وفي أثناء ذلك تكون الزبدة قد  
أذيت في المقلاة، فيضاف إليها البيض المنخفوق حتى الاستواء. وتهز العجة  
أثناء ذلك بالمقلاة وتفصل أطرافها بالشوكة دون إحداث تمزق فيها، ودون  
ان تجمد تماما. وعند التقديم يطوى أحد جانبيها فوق الآخر.

بيض الأعشاب:  
اللوازم: ٤ بيضات مسلوقة.  
مقدار ملعقة صغير من النخل والزيت.  
قليل جدا من الخردل.  
ملء ملعقة صغيرة أو ملعقتين صغيرتين من الأعشاب المفرية حسب  
الذوق الشخصي).

(مقدونس، ثوم معمر، سنوت، سرفيل، ترنجان، طرخون).  
ملح.

كيفية تحضيرها: تقسم البيضة إلى نصفين ويؤخذ الصفار (المح) باحتراس  
ويهرس بالشوكة (أو يهرس من المنخل لتنعيمه جيدا) ويخرج الصفار المهروس  
مع باقي اللوازم وتملاً به بيضات البيض ويكوم فوقها بواسطة ملعقة صغيرة  
أو شوكة.

اللحوم (لحم الصيد البري) والطيور  
حمل (خروف) قاطع الطريق:

اللوازم: ٥٠٠ غرام من لحم الخروف (من الفخذ أو الكتف).

٥٠٠ غرام بطاطس مقشرة (حبات كبيرة).

حبتان كبيرتان من بندورة (طماطم).

١٥٠ غراما دهن.

ملء أكثر من نصف فنجان كبير من مرق اللحم.

ناعمة مخزنية، ملح، فلفل.

كيفية صنعها: يقطع اللحم إلى (٤) أو (٨) قطع كبيرة، ثم تقطع كل حبة من البطاطس المقشرة إلى نصفين، ويغز كل نصف منهما في وسطه بالسكين، وكذلك تقطع كل حبة بندورة إلى جزئين، ويوضع الكل إلى جانب بعضه في مقلاة الفرن أو في صينية مسطحة، وتبل بالملح والفلفل ويرش فوق كل منها ملء ملعقة صغيرة من الناعمة المخزنية المفرية، ثم يسكب فوقها الدهن المذاب، وتوضع الصينية بالفرن مع تسكير الهواء وبدرجة متوسطة من الحرارة، لمدة (٥٠ - ٥٥) دقيقة، وتقدم مزينة بكثير من المقدونس.

فروج (فرخ دجاج) مشوي في الفرن:

اللوازم: ١ - ٢ فروج للشوي.

٤٠ - ٦٠ غراما من الزبدة.

ملح، فلفل.

١ - ٢ حبة من البندورة (طماطم).

مقدونس.

كيفية التحضير: (فروج واحد أو فروجان لكل شخص واحد) يطلى الفروج بعد تحضيره من الخارج بالزبد السائل، ومن الداخل بمقدار وافر من الملح والفلفل، وتوضع في داخله قطعة من الزبدة مع حبة بندورة (طماطم)، ونصف حزمة مقدونس بعد غسله، وكذلك قلب الفروج ومعلقه ومعدته. يسخن الفرن جيدا ويوضع الفروج في داخله فوق المنصب، وتوضع تحت المنصب صينية مع قليل من الماء لينقط الدهن السائل فيها. ويطلى الفروج



من آن إلى آخر بالزبد إلى أن يحمر جيدا. ولتقديمه تخرج الحشوة من داخله بالمقدونس.

فروج بالنبيذ:

اللوازم: فروج مقسم إلى اجزاء.

٢٠٠ غرام من البصيلات الصغيرة.

٣ - ٤ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.

ملعقتان كبيرتان من الدقيق.

ربع لتر نبيذ ابيض.

صعتر، مقدونس (مفريان فريا ناعما).

ملح، فلفل، ورقة غار.

بضع قطع شامبيون (فطر) مقطعة ومحموسة بالزبدة.

قليل من الكونياك.

كيفية تحضيره: تحمس البصيلات في الزيت حتى الاحمرار، ثم ترفع من الزيت وتوضع اجزاء الفروج مكانها في الزيت الحامي، وتقلي حتى الاحمرار بلون الذهب. ثم ترفع من الزيت ويضاف إلى الزيت ملعقتان من الدقيق، ويحمس الدقيق بالزيت دون إحداث تغيير في لونه الأبيض، ثم يضاف إليه النبيذ ويتبل بالتوابل والأعشاب. وتغلى الصلصة. ثم توضع اجزاء الفروج والبصيلات في داخلها، ويغلى القدر (طنجرة = حلة) ويستمر بالغلي بحرارة ضعيفة حتى النضج. وعندئذ يضاف إلى الفروج اجزاء الفطر (شامبيون)، مع قذح صغير من الكونياك ويقدم على المائدة.

بط محشي:

اللوازم: بطّة واحدة.

ملح، فلفل، أرطاماسيا.

دهن للشوي.

ملء خمس فناجين من (فرايط) الخبز الأبيض.

ملء ملعقة كبيرة من المقدونس المفري.

ملء ملعقة كبيرة من الأرطاماسيا أو الناعمة المخزنية.

مح (صفار) بيضة واحدة.

ملء نصف فنجان من الزبدة.

بصلة كبيرة مفرية فريا ناعما.

ملء فنجان من أوراق الكرفس المفرية مع أضلاعها.

ملح، فلفل.

كيفية التحضير: تحضر البطّة وتذلك من الداخل والخارج بالملح والفلفل

والأرطاماسيا ثم تملأ بالحشوة الآتية:

يحمس البصل ومفري أوراق الكرفس بالزبدة دون إحداث تغيير في

لونهما ثم يضاف إليهما الخبز وباقي الأعشاب ويمزج الكل معا. بعد ذلك يعقد

الجميع

بواسطة الحليب و صفار البيض ويتبل بالملح والفلفل.

تحشى البطّة ويخاط بطنها، ثم تشك بسيخ قصير وتطلى بالزبد، ثم تشوى

بالفرن مع طليها من آن إلى آخر بالزبد السائل إلى أن تحمر وتنضج.

أوزة مشوية محشية أو غير محشية:

اللوازم: إوزة.

مرزنخوش أو أرطماسيا.

ملح.

الحشوة:

اللوازم: نصف كيلو كستناء (أبو فروة).

نصف لتر مرق لحم.

(٢ - ٣) تفاحات حامضة.

قليل من الأرطماسيا والمقدونس مفريان فريا ناعما.

قلب ومعدة وكبد (معلق) الأوزة.

ملح الطعام.

كيفية صنعها: تدلك الأوزة بعد تحضيرها بالملح والمرزنخوش من الداخل،

أو يوضع في داخلها بضع ورقات من الأرطماسيا.

وعند الطلب تحشى بالحشوة الآتية:

تجرد حبات الكستناء من قشرتها الخارجية، ثم يصب فوقها الماء الساخن

بدرجة الغليان، وتترك في داخله قليلا لتجريدها من قشرتها الداخلية، ثم

تطبخ بمقدار ربع لتر من مرق اللحم حتى نصف الاستواء. وفي أثناء ذلك

يقطع قلب وكبد ومعدة الأوزة - بعد سلخ جلدها الداخل عنها - إلى قطع

صغيرة.

ثم تقشر التفاحات وتقطع كل واحدة منها إلى (٨) اجزاء وتنزع البذور

منها ثم يضاف الكل إلى الكستناء، ويمزج معا ويتبل بالملح والمقدونس

والأرطماسيا.

ثم تحشى الأوزة بهذه الحشوة جيدا ويخاط بطنها، وتشوى في الفرن فوق أسياخه على أن توضع أولا على بطنها، ثم تدار بعد مدة لترتكز على ظهرها. ومن آن لآخر يصب فوقها منه الدهن أو الزبد السائل، وينخز جلدها عند فخذيهما بدبوس طويل لينفذ منه الدهن السائل منها إلى الخارج، ويستمر بالشوي حتى النضوج التام.

؟ ردف الخروف المحشى:

اللوازم: ردفان متساويان في الحجم.

١٥٠ غراما من الخبز المنقوع في الماء.

٥٠ غراما من الدهن.

٣ بيضات.

بصلتان مفريتان ناعما.

ملء ملعقة ونصف ملعقة أعشاب مفرية (مقدونس، ناعمة

مخزنية، صعتر، إكليل الجبل ونفحة من الثوم لمن أراد).

قشرة ليمونة حامضة.

ملح، فلفل،

دهن للشوي.

كيفية الصنع: يشق الردف على طوله شقا عميقا، ويخاط جانب منه

ليكون (جيبا) ثم يهيا من باقي اللوازم حشوة مرنة، يحشى بها الردف

ويخاط، ويرش فوقه اللحم، والملح والفلفل، ويقلى بالدهن الساخن، ثم يشوى

بالفرن بالطرق المعروفة. ويحتاج نضجه إلى ساعة ونصف الساعة.

## الأسماك

ملاحظة: يذكر المؤلف في وصفاته أسماء لأجناس من أسماك بحر الشمال لم أستطع ترجمتها إلى العربية، أو من التأكد بوجود هذه الأنواع في بحرنا، لذلك سأهمل ذكر أسماء الأسماك وأشمل في الترجمة الأسماك كلها، تاركا للطهارة اختيار الوصفات الملائمة لأنواع الأسماك عندنا.

رنجة مع إكليل الجبل:

اللوازم: ٨ سمكات من الرنجة (أو كمية معادلة لها من أسماك أخرى).

٤ أغصان من إكليل الجبل (أو إكليل الجبل المجفف والمسحوق).

ليمونة حامضة.

قليل من الثوم.

نبيذ ابيض للتبيل.

ملح الطعام.

كيفية التحضير: ينظف السمك ويملح وينقط فوقه عصير الليمون الحامض،

ثم توضع السمكات إلى جانب بعضها في صينية خبز صغيرة مطلية بالدهن، وتوضع

أغصان إكليل الجبل بين الأسماك، ويصب فوقها الصلصة الآتية:

بصلة صغيرة مفرية ناعما تحمس مع (١٥) غراما من الدقيق بالزبدة، ثم

يضاف إليها عرق من المقدونس ومقدار ربع لتر من مرق السمك، أو

الحليب، وتبيل بالثوم والنبيذ الأبيض.

وبعد صب الصلصة فوق السمكات، توضع الصينية في فرن حار لمدة نحو

(٢٠) دقيقة، وتقدم بصينيتها أو (جاطها البلوري الخاص للطبخ).

طاجن السمك:

اللوازم: ٧٥٠ غراما من السمك.

ملح، فلفل، مقدونس، ورقة غار، ليمونة حامضة.

٤٥ غرام زبدة.

ملء ثلاثة ملاعق كبيرة من الدقيق.

ربع لتر من الحليب.

٣ بيضات.

فرايط خبز (مدقوقة - أو كعك مدقوق).

كيفية صنعها: يغلى السمك المتبل بالملح والفلفل مع ورقة الغار، وشريحة

من الليمونة الحامضة، والمقدونس، بقليل من الماء وبيطء تام لمدة (٢٠)

دقيقة. ثم يخرج من الغلي وتنزع منه حسكاته وجلده، ويفسخ لحمه الأبيض إلى

اجزاء صغيرة، توضع في مصفاة لتصفيتها من الماء.

ثم يحمس الدقيق بالدهن ويضاف إليه الحليب، ويغلى حتى يتكثف قوامه،

ويتبل بالملح وبفلفل مسحوق حديثا. ثم تخفق الثلاث بيضات وتضاف إلى

الصلصة، وكذلك اجزاء لحم السمك، وتمزج جيدا. وإذا وجدت الصلصة

شديدة السيولة، تكثف بإضافة الخبز المسحوق إليها، ثم تصب في قالب مطلي

جيدا بالزبدة وتطبخ في حمام مائي داخل الفرن إلى أن تجمد جيدا. وهذا

يحتاج لمدة ساعة كاملة.

فيليه السمك:

اللوازم: (٤٥٠ - ٦٨٠) غرام فيليه سمك.

ملء ملعقتين كبيرتين من البصل المفري.

جزرة متوسطة مقطعة إلى قطع صغيرة.  
شريحة ليمون حامض متوسطة.  
قليل من الصعتر.  
ورقة غار صغيرة.  
ملء ملعقة صغيرة من ملح الطعام.  
ربع ملعقة صغيرة فلفل.  
فنجان نبيذ أبيض.  
١ / ٨ (فيرموت) افرنس.  
ملعقة كبيرة مقدونس مفري فريا ناعما.  
كيفية الصنع: يوضع في طبق للخبز مطلي بالزبدة، البصل، والجزر،  
والليمون الحامض، والصعتر، ورقة الغار، والملح، والفلفل. وتوضع  
فوقهم الفيليه، ويصب فوقها النبيذ والفيرموت، ثم يطبخ الطبق في فرن  
حار لمدة (٢٠) دقيقة، ثم يخرج ويرش فوقه المقدونس المفري.. ويقدم ساخنا  
إلى المائدة.  
الخضار  
عصيدة اللقطين (القرع) مع السنوت:  
اللوازم: كيلو ونصف الكيلو من اللقطين.  
بصلة كبيرة مفرية.  
٤٠ غرام زبدة.  
ربع لتر كريم حامض.

قليل من الدقيق.

ملء ملعقة كبيرة من فلفل أرناؤط.

ملء ملعقتين كبيرتين من السنوت الطازج المفري.

ملح الطعام.

كيفية التحضير: يقشر اللقطين ويجرد من البذور والألياف، ثم يبرش

خشنا بشكل (معكرونة) ويملح بدون إفراط ويترك لمدة نصف ساعة.

ويحمص البصل بالزبدة ثم يضاف إليه اللقطين بعد عصره بقطعة من الشاش. ويمزج

جيذا. وبعد خمس دقائق بالضبط يضاف إليه الدقيق الممزوج بالكريم الحامض

ويغلى. فإذا كانت الصلصة شديدة الكثافة خففت بالقدر اللازم من السوائل.

وبعد رفعه عن النار يضاف إليه الفلفل أرناؤط، والسنوت، ويمزجان معه

جيذا، ثم يرش فوقه سنوت طازج مفري، ويقدم إلى المائدة.

لخنة = (ملفوف = كرنب) محشي:

اللوازم: رأس لخنة (ملفوف).

نصف كيلو لحم مفري.

(٣ - ٤) بيضات.

ملء ملعقتين كبيرتين من مسحوق الخبز.

حبق، مرزنخوش، مقدونس مفري، ملح، فلفل.

كيفية التحضير: يغسل رأس اللخنة ويجرد من أوراقه الخارجية، ثم

يسلق إلى نصف الاستواء بماء مملح، ثم يخرج ويوضع فوق مصفات ليصفى منه الماء.

ثم يقطع منه قلنسوة (طاقية) ويجوف داخله على أن يظل محتفظا بشكله،

ثم تعمل عجينة من اللحم المفري والبيض ومسحوق الخبز والأعشاب وباقي



اللوزم، ويحشى بها رأس اللخنة، ويشوى في فرن معتدل الحرارة ويقدم مع البطاطس المسلوقة ومزينا بالمقدونس.  
فلفل مع الخيار والبندورة (طماطم):  
اللوزم: قرنان متوسطان من الفلفل الحلو الأخضر.  
(٣٧٥) غراما من البندورة (طماطم).  
خيارة متوسطة.  
(١٥٠) غرام شحم.  
ملح، فلفل.  
عصير ليمون حامض.  
سنوت.

كيفية التحضير: تجرد حبنا الفلفل من بذورها وضلوعها البيضاء في الداخل، ثم يصب فوقها ماء بدرجة الغليان. وبعد بضع دقائق تقطعان إلى شرائح أو إلى أجزاء صغيرة. ثم تقشر البندورة (طماطم) وتقسم كل حبة منها إلى أربعة أقسام. ثم تقشر الخيار وتقسم طوليا إلى أربعة أجزاء، وفي أثناء ذلك يقطع الشحم إلى مكعبات صغيرة، ويسخن في قدر ليصبح قاسيا، ثم تضاف إليه شرائح الفلفل وقليل من الماء. وبعد (٥ - ٧) دقائق، تضاف إليه قطع الخيار ويتبل بالملح والفلفل. وعندما تقرب شرائح الفلفل والخيار من الاستواء، تضاف إليها البندورة (طماطم) المقطعة ويطبخ حتى الاستواء دون ان يحدث انفراط في البندورة أو الخيار، ثم يتبل بعصير الليمون الحامض والسكر. وقبيل تقديمه إلى المائدة يرش فوقه سنوت مفري بكثرة ويمزج معه ولكنه لا يغلى معه.

الأرز - والبطاطس - والمعجنات

أرز بالأعشاب

اللوازم: ربع كيلو أرز.

٥٠ غرام زبدة.

ملء ٦ ملاعق كبيرة مقدونس مفري.

كيفية الصنع: يغلى الأرز بماء مملح على أن يضل مبرغلا (كل حبه منه على انفراد) ثم يصب في مصفاة لتصفية الماء عنه، ويمزج مع الزبدة السائلة والمقدونس المفري، ويملاً بقالب مستدير (حلقي) مطلي جيدا بالزبدة، ويوضع القالب في حمام مائي في فرن حار إلى الاستواء، يقلب بعدها فوق طبق كبير دافئ (مسخن) ويملاً فراغ حلقته (بالراكو)، ويقدم على المائدة. وإذا استعمل لهذا الغرض (راكو من السمك) فيستبدل جزء من المقدونس بالسنت.

أرز الزعفران:

اللوازم فنجانان كبيران من الأرز.

ملء أربعة فناجين من مرق اللحم.

بصلة صغيرة مفرية فريا ناعما.

ورقة غار.

٥٠ غرام زبدة.

رأس سكين زعفران.

كيفية التحضير: يحمص البصل المفري بمقدار (٣٠) غراما من الزبدة

حتى التصلب، ثم يضاف إليه الأرز المجفف، ويدلك بفوطة نظيفة، ويحرك بملعقة خشبية إلى أن يتصلب الأرز أيضا، ثم تضاف إليه ورقة الغار ومرق اللحم الساخن، بعد أن تضاف إليه قليل من محلول الزعفران، ويقلب من آن إلى آخر حتى يغلي، فيغطي القدر بغطائه ويوضع داخل الفرن. وبعد (١٧) دقيقة تقريبا يصبح الأرز ناضجا.

وقبيل تقديمه يمزج به بواسطة الشوكة ما تبقى من الزبدة. ولتحسينه يمكن إضافة اللوز المقشور إليه أو البزاليا المسلوقة، وهذا الأرز يتلاءم مع شرائح (اللحم الميلاي - سيأتي شرحه فيما بعد) ومع اللحوم المشوية على المنصب (عجل، ضأن، طيور).

أرز الكاري:

اللوازم وكيفية الصنع تماما كما في أرز الزعفران مع استبدال الزعفران بالكاري.

كبة خضراء:

اللوازم: (٧٥٠) غرام من البطاطس المسلوقة.

قضب كراث واحد.

قطعة كرفس.

ورقة كرفس.

جزرتان.

بصلة واحدة.

كثير من المقدونس.

(٤) كسرات خبز منقوعة في الحليب.

بيضتان.

(١٠٠) غرام شوفان مهروس (كويكراوت).

ملح، جوز الطيب، مرزنجوش.

كيفية الصنع: تفري اللوازم في (ماكنة فرى اللحم)، وتعجن جيدا ثم يضاف إليها الشوفان والبيض ويعجن ثانية، وتعمل منها كريات متوسطة باليد المموهة بالدقيق، لكي لا تلصق الكريات بها. تطبخ بالماء المملح قليلا لمدة (١٠ - ١٢) دقيقة، وتترك قليلا قبل تقديمها ثم تقدم مع صلصة البصل.

مقائق البطاطس:

اللوازم: نصف كيلو من لحم الخنزير (البطن).

(٢٠٠) غرام من شحم الخنزير.

نصف كيلو بصل.

٢ كيلو بطاطس.

ملح، فلفل، كثير من المرزنجوش، ماء.

كيفية الصنع: تفري اللوازم تباعا (بماكنة فرى اللحم)، وتتبيل بشدة بالملح والفلفل والمرزنجوش (البطاطس تمتص كثيرا من الملح أثناء الطبخ)، يعجن الكل معا وإذا لزم الامر يضاف إليها ماء، ثم تحشى العجينة في (فوارغ = مصران) على أن يدخل معها قدر كاف من الماء لداخل المصران والمصران يملا (نصف إملاء) لان البطاطس ينتفخ عند الطبخ. ويقسم المصران المحشى إلى اجزاء تتناسب مع سعة القدر، وتربط الاجزاء من طرفيها لتسكيرها، وهذه المقائق تطبخ بالماء الساخن فقط، ولا يسمح للماء أثناء ذلك بالغليان. وعندما يصبح قوامها ليئا تكون قد نضجت فتخرج، وبعد ان تبرد تولى بالدهن وتقدم ومعها شرائح من الخبز والسلطة.

رافيوولي:

اللوازم: (٢٥٠) غرام دقيق.

بيضتان.

١ / ١٦ من اللتر ماء (أو نصفه ماء والنصف الآخر من الحليب).  
ملح.

زلال (بياض) البيض.

ماء مملح، مرق لحم أو مرق عظام.

كيفية الصنع: يوضع الدقيق والملح فوق لوح من الخشب ويمزجان معا، ويكون الدقيق وتعمل في وسطه حفرة يفرغ فيها البيض بعد كسره، ويضاف إليه الماء - كمية الماء تتبع حجم البيضة ونوع الدقيق - لعمل عجينة مرنة دون عجنها إلى درجة التماسك الشديد، ثم تترك مدة من الوقت، وتقطع منها قطع صغيرة تفتح بواسطة (الشوبك أو بواسطة زجاجة كبيرة)، إلى أقراص بضعف حجم الرافيوولي، ثم توضع على أحد نصفي القرص الحشوة بواسطة ملعقة صغيرة، ثم تدهن أطراف القرص بواسطة (فرجون = فرشاية) صغيرة بزلال البيض ويطبق طرفه الخالي فوق الحشوة، ويضغط على الأطراف. وتطبخ الرافيوولي في ماء مملح قليلا أو في مرق اللحم أو مرق العظام، ثم ترفع وتوضع فوق مصفاة لتصفية الماء منها، ويصب فوقها الزبد المائع وتوضب بصلصة البندورة (طماطم)، ويرش فوقها (برش) الجبن حسب الرغبة.  
حشوة من اللحم:

اللوازم: (٢٠٠) غرام من لحم البقر.

بصلة صغيرة مفرية فريا ناعما.

فص ثوم مفري فريا ناعما.  
ملء ملعقة كبيرة من زيت الزيتون.  
حبة بندورة (طماطم) صغيرة، ملح، فلفل، صعتر أو حبق.  
قليل من النيذ الأحمر.  
كيفية صنعها: يفرى اللحم بالماكنة الخاصة، ويحمص البصل مع الثوم في  
الزيت دون أن يتغير لونهما، ثم يمزج اللحم مع البندورة المقشورة والمقطعة إلى  
أجزاء صغيرة، ويضاف إليه النيذ الأحمر والبصل والثوم، ويتبل بالملح  
والفلفل والصعتر أو الحبق، وتوزع الحشوة بعد مزجها فوق أقراص العجينة.  
حشوة من الجبنة:  
اللوزم: (١٠٠) غرام من الجبن المبروش.  
صفار (مح) بيضة واحدة.  
ملح، فلفل.  
ملعقة صغيرة من مسحوق ورق النعناع الجاف.  
قليل من الكريم أو الزبدة.  
كيفية صنعها: تمزج اللوزم كلها معا وتوزع فوق أقراص العجينة.  
حشوة من السبانخ:  
اللوزم: (٢٠٠) غرام سبانخ مسلوق ومفري.  
بصلة صغيرة مفرية فريا ناعما.  
نحو ملعقة كبيرة من زيت الزيتون.

ملح، فلفل، جوزة الطيب.  
قليل من الكريمة.  
وحسب الرغبة مقدار ٢ - ٣ ملاعق كبيرة من الأرز المسلوق.  
كيفية الصنع: يحمص البصل في الزيت ويضاف إليه السبانخ والأرز، ثم  
يتبل ويمزج جيدا، ويطبخ فوق نار حامية إلى أن تتبخر منه السوائل  
كلها، وبعد رفعه عن النار يضاف إليه الكريمة ويمزج جيدا، ثم يوزع على  
أقراص العجينة.  
بيتسا (صفيحة افرنجية):  
اللوازم: ٢٥٠ غرام دقيق.  
١٠ غرامات خميرة.  
ملء ملعقة كبيرة زيت الزيتون.  
عند اللزوم بيضة واحدة.  
حليب.  
كيفية صنعها: يعمل من اللوازم عجينة ملساء مخمرة، تترك قليلا لتتخمر  
ثم تفتح فوق لوح أو بلاطة إلى قرص كبير أو بضعة أقراص وتنخز في وسطها  
بأسنان الشوكة بضع نخزات.  
الفرش فوقها: حبات بندورة مقشرة ومقطعة إلى شرائح ثخينه  
جبنة مقطعة إلى شرائح.  
انشوقي = (نوع من سمك السردين).  
ملح، فلفل، حبق، زيت زيتون (عند الرغبة وزيتون نزع  
بذوره).  
شامبيون (فطر) بيض مسلوق مقطوع إلى شرائح.

توضع أولاً شرائح البندورة فوق أقراص العجين، ثم شرائح الجبنة فالانشوقي موزعة وينقط فوقها عصير الليمون الحامض، وتتبّل بالملح والفلفل والحبق (وحسب الرغبة يمكن إضافة الزيتون المنزوعة بذوره، وفطر الشامبيون المقطع إلى شرائح وشرائح البيض المسلوق)، ثم يرش قليل من زيت الزيتون فوقها، وتخبز البيتسا في حرارة معتدلة بالفرن إلى أن يستوى عجينها، وتقدم ساخنة مزينة بالمقدونس.

شرائح اللحم المقلية الميلانية: نسبة إلى ميلانو في إيطاليا.  
اللوازم: ٤ شريحات لحم عجل.

ملح، فلفل.

ملء فنجان صغير من مسحوق الخبز.

نصف فنجان جبنة مبروشة (مبشورة).

دقيق.

بيضة مخفوقة.

زيت زيتون أو دهن للقلي.

كيفية صنعها: تملح شرائح اللحم ويرش فوقها الفلفل، وتغطس في البيض المخفوق ومسحوق الخبز والجبنة، وتقلي بدهن ساخن على الجنبين، وتقدم مع أرز الزعفران أو المعكرونة وصلصة البندورة (طماطم).



شئ آخر خاص  
البرتقال السكران:  
اللوازم: ٤ برتقالات.  
ملء ملعقتين كبيرتين سكر مسحوق (بودرة).  
ملء ملعقتين كبيرتين من النعناع الجاف المسحوق.  
ملء ملعقة كبيرة من عصير الليمون الحامض.  
ملء ملعقتين من (الشيري Cherry) مشروب كحولي.  
كيفية الصنع: يقشر البرتقال باحتراس، وتفصل (فصوصه) يقطع الفص  
طولانيا ويفتح ويرش فوقه بواسطة منخل صغير سكر ونعناع مسحوقين،  
ويصب فوق ذلك الحامض والشيري. ويترك إلى أن يتشرب تماما ثم  
يصب في أقداح ويقدم مزينا بالنعناع.

التفاضل النسبي بين الأعشاب الطبية  
دلت أبحاثنا السابقة على أن لكل عشبة طبية، من مختلف المواد الفعالة  
ما يجعلها دواء مفيدا لمعالجة بضعة أنواع مختلفة من الأمراض والإصابات.  
ولكنه ليس من المجدي في معالجة أي من هذه الأمراض، أن تترك للصدف  
وحدها اختيار العشبة من مجموعة الأعشاب المفيدة في معالجته زاعمين بأن  
استعمالها سوف يحقق الشفاء، ما دامت العشبة المختارة حاوية للعناصر الفعالة  
في معالجة الداء، لان تأثير هذه العناصر تختلف درجته باختلاف ما في العشبة  
من عناصر أخرى، واختلاف الخصائص الجسمانية وظواهر المرض وشدته  
ومضاعفاته عند مختلف المرضى. فزمان حسن النتيجة من المعالجة بالأعشاب  
يتوقف على اختيار الأنسب منها، بالنسبة لحالة المريض نفسه، ولما في العشبة  
من عناصر فعالة وأسلوب تأثيرها العلاجي الخاص. والحيوانات العجماءات  
أوفر حظا في هذا المضمار من الانسان، لان لها من غريزتها دليلا، يندر جدا  
أن يخطئ في التمييز بين المفيد والضار من الأعشاب، وانتقاء الأفضل منها  
لكل حالة من الأحوال المرضية التي تعترض الحيوان. والله سبحانه عوض  
الانسان عن حرمانه من مثل هذه الغرائز بالعقل والعلم، وإمكانية الاستفادة  
من التجارب ونتائجها. لذلك نوصي كل من ليس له خبرة سابقة بممارسة طب  
الأعشاب، بأن لا يختار إحداها للدواء إلا بعد الرجوع إلى البحث الخاص  
عنها، وقراءته بإمعان، وأن يعمل لاستبدالها بغيرها إذا لم تظهر لاستعمالها  
فائدة بعد بضعة أيام.

## القسم الثاني الأعشاب السامة

إتماماً لفائدة هذا الكتاب لمن يريد ممارسة جمع الأعشاب الطبية واستعمالها، لا بد لنا من ذكر الأعشاب السامة وبيان أوصافها وتأثيرها السمي ليسهل تمييزها واتقاء أضرارها.

وبعض الأعشاب السامة لا يخلو من فوائد طبية، كما أن بعضها الآخر ما زال حتى وقتنا الحاضر من الأدوية الأساسية في الطب الحديث، غير أن استعمال الأعشاب السامة يجب ان يظل منوطاً بالأطباء دون سواهم. وفي الأبحاث الآتية عن الأعشاب السامة سنضرب صفحاً عن ذكر فوائدها الطبية ومجالات استعمالها، مكتفين ببيان أوصافها ليسهل التعرف إليها وبيان أخطار التسمم بها للتحذير منها.

وكما أن للمجرمين السفكة من بنى البشر سيماً إجرام تكشف عن خباياهم، فإن للأعشاب السامة أيضاً دلائل على سميتها تتجلى بمنظر العشب (المتوحش) أو الجذاب المخادع، وبمرارة مذاقها وروائحها المخدرة وغيرها من دلائل يحس بها كل خبير بالأعشاب وأسرارها.

الانذار في التعبير الطبي:  
الانذار في التعبير الطبي يعنى النتيجة المرتقبة لحالة المرض أو الإصابة،  
فالانذار الحسن يعنى عدم وجود خطر مباشر على المريض أو المصاب وان من  
المنتظر شفاؤه من مرضه أو اصابته، والانذار الخطر يعنى ان حالة المريض أو  
المصاب ما زالت مبهمة تتأرجح بين الحسن والسيء، والانذار السيء يعنى ان  
الحالة تدعو إلى التشاؤم، والأمل ضعيف بنجاته.

أدونيس ربيعي:

(إلماعاً إلى الأسطورة اليونانية التي تشير إلى فينوس).  
مكان النبتة: المنحدرات الصخرية والمشمسة، والأحراج الصنوبرية،  
ونادرا حقول القمح.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها (٢٠ - ٣٠) سنتمترًا، جذرها عفو (معقد) أسمر قاتم، أوراقها شريطية، ضيقة ومجنحة، أزهارها صفراء، كبيرة مستديرة (قطرها ٣ - ٧ سنتيمترات) تنبسط في الشمس، ولكل زهرة (١٢ - ٢٠) ورقة، ولقدحها (٤ - ٥) أوراق، وهناك نوع آخر يسمى أدونيس صيفي *adonis aestivalis* أزهاره حمراء، ونادرا صفراء. الجزء السام منها: العشبة كلها.

المواد السامة فيها: كلوكوزيد Glykosid يشبه الديجيتال في تأثيره على القلب.

ويحدث التسمم به من الإفراط في استعماله لمكافحة السمنة، وأعراضه الإسهال والتقيؤ.

الإنذار: حسن في الغالب.

أقونيطن، بيش:

(الأولى من اليونانية والثانية من

السنسكريتية بمعنى السم) جنس

نباتات عشبية معمرة سامة، من

فصيلة الحوذانيات، فيها أنواع وأصناف

كثيرة تزرع لجمال أزهارها.

مكان النبتة: برية في الجبال،

وتزرع للتزيين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها مترا

ونصف المتر، ساقها متفرعة في الأعلى،

أوراقها كبيرة مجنحة، أزهارها

عنقودية، زرقاء، أو بنفسجية، ورقتها تغطي الزهرة كالخوذة.  
الجزء السام منها: العشب بجميع اجزائها.  
المواد السامة فيها: اكونتين Aconitin، وشبه قلى شديد السمية سريع  
التأثير، ويحدث التسمم به بأكل جزء من العشب، بعدم تمييزها عن أعشاب  
تشبهها غير سامة.  
الانذار: شديد الخطورة.  
إكليل الجبل الكاذب:  
(تستعمل في تعطير الجعة - البيرة).  
مكان النبتة: الأراضي الطينية.  
أوصافها: عشب يبلغ ارتفاعها  
نحو متر، تشبه إكليل الجبل (حصا  
ألبان)، دائمة الخضرة، أزهارها  
بيضاء مشربة حمرة، نجمية خماسية،  
وبمجموعات رأسية.  
الجزء السام منها: العشب كلها.  
المواد السامة فيها: زيت طيار  
مع الليدول Ledol، مخرش للكلبي  
والأعضاء التناسلية، مكيف ثم مهيج  
وشال، ويحدث التسمم به بالافراط من شرب الجعة المعطرة به.  
الانذار: حسن.

أكليل: (تصغير إكليل، ترجمة المعنى الأصلي، جنس أعشاب وجنيات من فصيلة القرنيات الفراشية، تزرع لزهرها).

مكان النبتة: المروج والمراعى.

أوصافها: عشبة ساقها مضلعة

جوفاء، تزحف فوق الأرض، ثم

ترتفع إلى الاعلى، أوراقها صغيرة

بيضوية متقابلة، أزهارها عنقودية

بيضاء - حمراء.

الجزء السام منها: العشبة كلها.

المواد السامة فيها: كلوكوزيد الكورونيلين **Clykosid Coronillin**،

يشبه الديجيتال، ويسبب التقيؤ والاسهال والتشنجات، ويحدث التسمم به

بمضغه أو احتلاطه خطأ بأعشاب برية للاكل.

الانذار: خطر.

بلسانية سنبلية:  
(جنس نباتات للتزيين من  
الحوذانيات أي الشقيقات).  
مكان النبتة: الأجرار الظليلة.  
أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها  
مترين، كريهة الرائحة، أوراقها  
كبيرة مسننة وثلاثية مجنحة، أزهارها  
بيضاء نجمية، مربعة، أثمارها عنقودية  
خضراء وبعد النضج سوداء.  
الجزء السام منها: الأثمار.  
المواد السامة فيها: سموم تكوي الجلد والجلد المخاطي، تثير القيء  
وتلهب الأمعاء.  
ويحدث التسمم بها من أكل أثمارها.  
الانذار: غير شديد الخطورة.



بنج أسود: (جنس نباتات طبية مخدرة من فصيلة الباذنجانيات).  
مكان النبتة: السياج (حزيران - تموز).  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمترا، معمرة (سنتان)  
جذرها مخروطي كالجزر، ساقها لزجة ومكسوة بشعيرات دقيقة لزجة،  
وكذلك أوراقها الكبيرة والمجنحة والمسننة، والسفلى منها لها ساق متوسطة  
الطول، والعليا عديمة الساق، أزهارها نجمية مخمسة، لونها أصفر عكر أو  
بنفسجي فاتح ومعركة بخطوط حمراء ومتراصة، أقداحها جرسية الشكل  
بسوق قصيرة، أثمارها أكياس تحوي بذورا كلوية الشكل، صغيرة سمراء  
وللعشبة رائحة كريهة تثير القرف.  
الجزء السام منها: الأوراق والبذور.

المواد السامة فيها: هيئوتسوآموس Hyoscyamus وسكوبول أمين  
Scopolamin وكلاهما سم زعاف شديد الخطورة.

الانذار: سئ في الغالب.

تبغ، دخان:

(كلها مولدة، ومن أسمائه العامة

التتن، وتسميته بالطباق غلط،

فالطباق نبات آخر)، وليس للتبغ

اسم عربي في المعاجم لان مهده الأصلي

في أمريكا، وما كانت العرب تعرفه

قبل كشفها، والتبغ تعريب Tabago

الإسبانية، جنس نباتات زراعية

مخدرة من فصيلة الباذنجانيات فيه

أنواع وأصناف منها التنباك.

مكان النبتة: يزرع.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر أو متر ونصف المتر، أوراقها

كبيرة حرايبية الشكل مجعدة، أزهارها (تموز - آب) قمعية وردية ونادرا

بيضاء.

الجزء السام منها: العشبة كلها ما عدا بذورها الناضجة.

المواد السامة فيها: في عصير العشبة الغضة النيكوتين Nikotin والنيكوتينين

Nikotinin والبوروليدين Pyrolidin والمتبل بيرولين Methy Pyrolin

وجميعها سموم مخدرة بضع نقاط منها تكفي لقتل كلب. وبالتجفيف والتخمير يظل مفعول جزء كبيره منها، غير أن الافراط في استعمالها (التدخين، المضغ والنشوق) يسبب أضرارا صحية شديدة، وأما التسمم الحاد بعصير العشبة الغضة فمميته.  
حافر المهر:

(جنس نباتات عشبية معمرة  
بصلية من فصيلة السورنجانيات).  
مكان النبتة: المروج الرطبة.  
أوصافها: عشبة بصلية، تنبت في  
الربيع أوراقا حرايبية طويلة (٢٥ -  
٤٠) سنتيمترا، ريانة (غزيرة العصارة)  
تضم في وسطها عددا كبيرا من  
البدور السمرء الكروية - البيضوية  
الشكل وتزهو البصلة في رأس ساق  
طويلة زهرة قمعية طويلة وردية أو  
بنفسجية ونادرا بيضاء.

الجزء السام منها: العشبة كلها ولا سيما بذورها.  
المواد السامة فيها: مادة الكلولشيتين Clochicin ويحدث التسمم بها  
الانذار: شديد الخطورة وكثيرا ما تحدث الوفاة بعد تحسن عابر.

حلبوب سنوي:  
(جنس نباتات طبية من فصيلة الفربيونيات).  
مكان النبتة: الأحراج الظليلة.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو متر، ساقها مربعة ومتفرعة، أوراقها  
متقابلة متوسطة السوق بيضوية الشكل، ولونها أخضر فاتح، أزهارها  
بمجموعات سنبلية خضراء صغيرة.  
الجزء السام منها: العشبة كلها.  
المادة السامة فيها: السابونين Saponin بنسبة كبيرة مدرة للبول بكثرة  
بحيث يصبح البول فيها مدمما.  
الإنذار: حسن.

جوذان مائي:  
(من فصيلة الحوذانيات).  
مكان النبتة: المياه الراكدة  
والجارية القليلة الغور.  
أوصافها: عشبة تنبت ساقها داخل  
الماء، وتتفرع عنها فروع تحمل أوراقا  
خيوطية، ثم تبرز الساق فوق سطح  
الماء، وتتفرع عنها أوراق مستديرة  
تشبه أوراق زر الذهب، إلا أنها  
أصغر منها حجما، وأزهارها طويلة  
السوق، مخمسة الأوراق، صفراء،  
سمراء.  
الجزء السام منها: العشبة الغضة.  
المواد السامة فيها: أنيمونول Anemonol.  
الانذار جيد.

خربق أبيض:  
(نبات من فصيلة السورنجانيات).  
مكان النبتة: الأراضي الرطبة، وعلى الأخص في الجبال.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو نصف متر، في وسطها ساق طويلة،  
تحمل في جزئها الأعلى أزهارا بيضاء بمجموعات شبه سنبلية، تحيطها أوراق  
منحططة معينة، كبيرة في الأسفل وصغيرة في الأعلى.  
الجزء السام منها: العشبة كلها.  
المواد السامة فيها: شبه قلى، مخرش وشال.  
الانذار: خطر، وقد يشفى المصاب بعد مرض طويل.

خربق أسود:  
(المفردات والمعاجم: الخربق  
من أصل فارسي، جنس زهر من فصيلة  
الشقاريات وقبيلة الخربقية).  
مكان النبتة: في غابات الجبال  
الكلسية.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠) سنتيمترا، جذرها كثير  
الفروع أسود من الظاهر وأبيض في  
الداخل، رائحته كريهة، أوراقها دائمة الخضرة، سوقها طويلة وهي مجنحة  
(٧ - ٩ أجنحة) خشنة الملمس كالجلد ومسنة في الاجزاء العليا من جوانحها،  
أزهارها نجمية خماسية وكبيرة بيضاء عند فتحها، وردية بعد ذلك.  
الجزء السام منها: العشبة كلها ولا سيما جذورها.  
المواد السامة فيها: كلوكوزيد الديجيتال Digital Glyckoside عصارته  
تحرق الجلد إذا لامسته، وأكل جزء منها يفقد الوعي (مخدر).  
الانذار: خطر.

خرم الحنطة:  
(بذوره مرة سامة إذا اختلطت  
بدقيق الحنطة أحدثت في آكلية إسهالا  
وفسادا في المعدة).  
مكان النبتة: حقول الحنطة.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر والعشبة  
كلها مكسوة بشعيرات دقيقة، ساقها  
مفردة أو قليلة الفروع، أوراقها  
متقابلة شريطية طويلة، أزهارها  
كبيرة مستديرة من خمس أوراق  
حمراء، تبرز بين فجواتها أوراق القدح الخضراء الطويلة، أثمارها محافظ تحيطها  
الأوراق القدحية وفي داخلها بذور سوداء.  
الجزء السام منها: البذور.  
المواد السامة فيها: سابونين Saponin بنسبة (٥ - ٦ %) منخرش مقى  
ومسهل ويضر الدورة الدموية.  
الانذار: خطر.



خشخاش منوم:  
(هو الخشخاش المعروف الذي  
يستخرج الأفيون من ثماره).  
مكان النبتة: ينذر وجودها برية  
وتزرع عادة لزيتها.  
أوصافها: عشبة سنوية يبلغ  
ارتفاعها نحو (٥٠ - ١٥٠) سنتيمترا،  
ساقها مكسوة بشعيرات دقيقة،  
أوراقها خضراء زرقاء ومسننة، السفلى  
منها بسوق والعليا بدون سوق وتلتف  
قاعدتها حول الساق، أزهارها (حزيران -  
آب) مستديرة مكونة من أربع  
ورقات لونها ابيض - أحمر مشرب  
زرقا.

أثمارها مفصصة تحوي في داخلها بذورا كلوية الشكل بيضاء أو سوداء  
بنفسجية، غنية بالزيت وفي ساق العشبة وأوراقها وثمارها غير الناضجة سائل  
أبيض كريبه الرائحة وهو الأفيون.  
الجزء السام منها: السوق والأوراق والأثمار الخضراء، غير الناضجة،  
أما البذور الكاملة النضج فغير سامة ويستخرج منها زيت للاكل.  
المواد السامة فيها: الأفيون والمورفين والكودئين Codein والتيبائين  
Thebain والبابافرين Papaverin والناركوتين Narcotin والنارسئين  
Narcein  
وكلها من المخدرات.  
الانذار حسن إلى حد ما.

داتوره:

(نبات عشبي سام طبي من فصيلة الباذنجانيات).  
مكان النبتة: الحقول وحواشي الطرق (حزيران - تشرين الأول).  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٣٠ - ١٠٠) سنتيمتر، كريهة  
الرائحة، تنقسم ساقها عند نهايتها العليا إلى فرعين، أوراقها بسوق طويلة  
أو متوسطة الطول كبيرة وفي أطرافها فجوات عميقة، أزهارها بوقية طويلة  
بيضاء وكبيرة ومنفردة في الفرعين العلويين للساق، تنبعث منهما رائحة قوية  
ولا سيما في الليل، أثمارها بحجم الجوزة وشكلها ولونها، مكسوة بأشواك  
كالكستناء البري وفي داخلها عدد كبير من البذور الصغيرة السوداء الكلوية  
الشكل.

الجزء السام منها: الأوراق والبذور.  
المواد السامة فيها: هيئوتسوأمين Hyoscyanin والأتروپين Atropin  
والسكوبول أمين Scopolamin.  
الانذار: سى:  
دفلى:

(فصيحة من دفنة اليونانية،  
جنينة حمراء أو بيضاء الزهر للتزيين،  
من فصيلة الدفليات، وهي مبذولة في  
الشام، ولا سيما حول الأنهار في البقاع  
الغربية).

مكان النبتة: ضفاف الأنهر،

وتزرع للتزيين.

أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها

نحو (٤) أمتار، دائمة الخضرة،

أوراقها حرابية الشكل، طويلة،

قاسية كالجلد، أزهارها مستديرة، تحوي خمس ورقات وردية، ونادرا بيضاء،  
بمجموعات رأسية، أثمارها محافظ قشرية. تحوي بذورا مكسوة بشعيرات  
ناعمة كالحرير.

الجزء السام منها: كل الاجزاء ولا سيما أوراقها المرة المذاق.

المواد السامة فيها: كلوكوزيد الديجيتال Digital Glykoside ويحدث

التسمم بها من مضغ جزء منها.

الاعراض والانذار: كالديجيتال.

دفعه مازريون:  
(دفعه من اسم إحدى الربيات في  
أساطير يونان، جنس جنبات وجنيبات  
للتزيين من فصيلة المازريونات، فيه  
المشان والمازريون).  
مكان النبتة: غابات الجبال.  
أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها  
نحو متر ونصف المتر، قليلة الفروع  
تزهق قبل ظهور الأوراق أزهارا  
نجمية رباعية حمراء مشربة زرقاء  
ذكية الرائحة، أوراقها حرابية الشكل طولانية غير مسننة رقيقة، لونها  
أخضر فاتح، أثمارها كروية صغيرة (حجم الحمصة) شديدة الحمرة لاذعة المذاق.  
الجزء السام منها: الأثمار واللحاء (قشر الأغصان)  
المواد السامة فيها: مادة الميزيرئين Mezerein ويحدث التسمم بها بمضغ  
خشبها (اللحاء) أو أكل أثمارها (١٠ - ١٢ ثمرة تميت رجلا قويا) وملامسة  
اللحاء الرطب للجلد تحدث فيه حروقا وقروحا.  
الانذار: شديد الخطورة.

زر الذهب:  
(جنس نبات عشبي من فصيلة  
الحوذانيات).  
مكان النبتة: المروج في الربيع  
(أيار - حزيران).  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠ - ٦٠) سنتيمترا، أوراقها  
كبيرة، وتحوي فجوات تجعلها تشبه  
(رجل الديك) بعضها على سطح  
الأرض، والبعض الآخر على الساق  
المكسوة بشعيرات دقيقة، أزهارها  
صفراء كالذهب، مستديرة، وخماسية الأوراق، وطويلة السوق، رفيفتها،  
أثمارها جويات.  
الجزء السام منها: العشبة الغضة كلها، وتفقد سميتها بعد التجفيف.  
المواد السامة فيها: آنيمونول Anemonol.  
الانذار جيد

زنبق الوادي:  
(ترجمة اسم الجنس العلمي، ومن  
أسمائه العامية: المضعف، والمجلس  
العرفي. عشبة معمرة من فصيلة  
الزنبقيات، تزرع لزهرها وتنتجها  
الطبيعة في الأراضي الرطبة والأحراج).  
الجزء السام منها: الأزهار  
والأثمار والأوراق.  
المواد السامة فيها: كلوكوزيد  
الديجيتال Digital Glykoside،  
والسابونين Saponin والكونفالورين  
Convallarin وكونفالامارين  
Convallamarin.  
ويحدث التسمم بها مضغ أزهارها أو أكل أثمارها.  
الانذار: خطر.

زوان كاذب:

(ينبت في الزروع وهو سام

يجب تنقية الحبوب منه).

مكان النبتة: حقول القمح.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٩٠) سنتيمترا، ساقها خضراء

باهت والبعض منه مشرب زرقاة وهو

غليظ وصلب، أوراقها شريطية

ضيقة طويلة برأس دقيق وأطراف

حاددة، سنابلها الصغيرة تمتد صفيين

على جانبي الساق، حبوبها طويلة

وسمراء.

الجزء السام منها: الحبوب.

المادة السامة فيها: التيمولين شبه القلي Alkaloid Temulin يفقد التوازن

العقلي والجسمي ويشل.

الانذار: حسن ولكن أعراض التسمم قد تستمر عدة أيام.

ست الحسن:  
مكان النبتة: في حواشي الأجرار.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها نحو (٦٠ - ١٥٠) سنتيمترا، ساقها وفروعها مخشوشبة أو بعضها غض، أوراقها بيضوية الشكل لزجة ودهنية، وسوقها قصيرة، أزهارها (حزيران - آب) جرسية، حمراء، عكرة، أثمارها كروية خضراء، ثم حمراء، تصبح سوداء لامعة بعد نضجها وليس لها نواة، وللعشبة كلها رائحة كريهة مخدرة.  
الجزء السام منها: العشبة كلها لا سيما أثمارها.  
المواد السامة فيها: الأتروبين Atropin والهيوتسوأمين Hyoscyamin  
الانذار، شديد الخطورة.



سيتسس، آبنوس كاذب:  
سيتسس من اسم إحدى جزائر سكلاد في بحر ايجه، إلماعا إلى أن أول نوع  
عرف من هذا الجنس كان مهده الأصلي في تلك الجزيرة، جنس جنبات من  
فصيلة القرنيات الفراشية، فيه أنواع تنبت برية في جبال الشام، وأخرى  
تزرع للتزيين، وهو قريب جدا من جنس الجنستا والفرق بينهما ان السيتسس غير  
شائك وان لورقته ثلاث وريقات.  
مكان النبتة: تنبت برية وتزرع للتزيين.  
أوصافها: شجرة يصل ارتفاعها إلى نحو (٦) أمتار، فروعها الحديثة  
ملساء لامعة كالحرير، ورقتها مكونة من ثلاث وريقات متصلة بالقاعدة  
بيضوية الشكل سوقها طويلة، أزهارها (نيسان - أيار) فراشية صفراء  
كالذهب كثيرة العدد بمجموعات عنقودية تكون في البداية منتصبة إلى الاعلى،  
ثم تتدلى تدريجيا إلى الأسفل، ثمرتها محفظة قشرية سمراء في داخلها بذور  
كلوية الشكل بنية اللون.

الجزء السام منها: جميع الاجزاء ولا سيما البذور.  
المواد السامة فيها: السيتيزين Cytisin وتأثيره كالنيكوتين ويحدث التسمم  
به بمضغ جزء من النبتة أو بشرب حليب حلوب أكلت منها، ويلاحظ ان  
لبذورها مذاقا حلوا ك مذاق (عرق السوس).  
شوكران سام:

(نبات من فصيلة الخيميات).

مكان النبتة: المروج الرطبة،

الحفر، ضفاف الأنهر والسواقي.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو (٩٠ - ١٢٥) سنتيمترا ساقها

غليظة جوفاء مشربة حمرة ومتفرعة

في الأعلى، أوراقها حرايبية ضيقة مسننة

ورأسها شائك، أزهارها صغيرة بيضاء

بمجموعات مغزلية، أثمارها كروية،

سمرء، صفراء مقسومة إلى جزئين متساويين، جذورها غليظة ومبرومة،

بيضاء، وفي داخلها فجوات كريهة الرائحة.

الجزء السام منها: كل أجزائها، ولا سيما البذور.

المواد السامة فيها: سيكوتوتوكسين Cicutotoxin وسيكوتين Cicutin

سم زعاف يميت بسرعة.

الانذار: سئ جدا.

صريمة الجدي:  
جنس جنبات من فصيلة  
الخمانيات).  
مكان النبتة: الأحرار غير  
الصنوبرية.  
أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها  
نحو مترين، أوراقها متقابلة واسعة  
بيضوية الشكل بارزة العروق، لونها  
أخضر معتم. أزهارها مضاعفة في  
رأس ساق واحدة تنبت عند قاعدة  
الأوراق، بيضاء في بداية تفتحها. ثم تصفر. أثمارها حمراء كروية صغيرة  
(أصغر من الحمصة) ومضاعفة ملتصقة.  
الجزء السام منها: الأثمار فقط.  
المواد السامة فيها: يحدث التسمم بها من أكل أثمارها.  
الانذار: لا يخلو من الخطر.

طقسوس:

(تعريب الاسم العلمي: سماه

عيسى الزرنب وشرب القشاع ولم  
أجدهما بهذا المعنى، ولم يعرف حتى

الآن مدلول الزرنب على ما ذكره

مايرهوف، شجر للتزيين من فصيلة

الصنوبريات والقبيلة الطقسوسية وله

ضروب).

مكان النبتة: نادرا برية في

الأحراج وتزرع للتزيين.

أوصافها: شجرة يصل ارتفاعها

إلى (١٥) مترا، لحاؤها (قشرها) أحمر، أغصانها تميل إلى الأسفل، أوراقها

مبسوطة معمرة، أزهارها المذكورة أزهار صفراء صغيرة عند قاعدة الأوراق،

والمؤنثة منها خضراء على سوق قصيرة، أثمارها عنبية حمراء وفي داخلها

بذرة سمراء.

الجزء السام منها: الأوراق والبذور.

المواد السامة فيها: التاكسين شبه القلي Taxin يشل القلب والتنفس.

الانذار: حسن أو سئ وفقا للكمية المأخوذة منه.

عرعر كبير، أبهل:  
(ورد ذكر الأبهل في القاموس،  
واللبنانيون يلفظونها بالضم أي أبهل،  
ويطلقونها على الأرز كقولهم أبهل  
الباروك).  
مكان النبتة: برية في الأحراج.  
أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣) أمتار، جذعها مائل وفروعه  
صاعدة، لحاؤها (قشرها) أصفر -  
أسمر، أحمر، وأوراقها كقشور  
متراصة كقرميد السطوح بعضه فوق بعض، تنتشر منه عند فركه بين  
الأصابع رائحة كريهة، أزهارها صغيرة صفراء مستورة.  
الجزء السام منها: جميع الاجزاء لا سيما الفروع الحديثة.  
المواد السامة فيها: زيت طيار مع السابينول Sabinol مخرش في الداخل  
والخارج (الجلد والجلد المخاطي).  
الانذار: شديد الخطورة (٥٠% مميت).

عشبة الفقراء:  
(نبات سام من فصيلة  
الخنزيريات).  
مكان النبتة: المروج الرطبة  
وضفاف الأنهر والسواقي والبحيرات.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٣٠) سنتيمترا، أوراقها حرايبية  
الشكل متقابلة ومسننة، تنبت أزهارها  
عند قاعدة الأوراق، وهي مفردة  
بوقية الشكل بيضاء مشربة حمرة  
وبوقها أصفر اللون.  
الجزء السام منها: العشبة كلها.  
المواد السامة فيها: الكراتيولين Gratiolin و كلوكوزيد Glykoside  
عصارتها تخرش الجلد والجلد المخاطي بشدة، وأكل جزء منها يحدث تهيجا  
ينتهي بشلل ونزيف في أعضاء الحوض الصغير.  
الانذار: شديد الخطورة.

عفصية شرقية، شجرة الحياة

الشرقية:

(تسمى شجرة العفص في الشام.

لان ثمرها يشبه العفص الذي يحصل على

بعض أنواع البلوط، ويسمونها

العرعر في الجزائر على حين ان العرعر

هو Juniperus وقد خلطت كتب

اللغة أنواع الفصيلة الصنوبرية بعضها

ببعض، جنس شجر للتزيين من فصيلة

الصنوبريات).

مكان النبتة: الأحرار.

أوصافها: شجرة يبلغ ارتفاعها

نحو (١٠) أمتار، فروعها صاعدة، خلافا للعفصية الغربية التي تكون فروعها

مائلة أو أفقية - أوراقها قشور متراسة يغطي بعضها بعضا كقرميد السطوح،

رؤوسها الصنوبرية (كنيفيش) مقرنة.

الجزء السام منها: رؤوس الفروع.

المواد السامة فيها: زيت طيار مع التوجون Thujon مخرش شديد،

مشنح للعضلات ويحدث نزيفا في الكبد. ويحدث التسمم به بشرب مغلى

رؤوس الفروع بقصد الاجهاض.

الانذار: شديد الخطورة.

فاشرا بيضاء، الكرمة البيضاء:  
(المفردات: هو نبات معترش،  
ينبت في الحراج، له ثمرة عنبية حمراء  
أو سوداء وجذور غلاظ، شديدة  
الاسهال).  
مكان النبتة: السياج والأدغال.  
أوصافها: عشبة معترشة يبلغ  
امتدادها نحو (٣) أمتار، جذرها  
أصفر وجليظ، مر المذاق وكريه  
الرائحة، ساقها مسلحة بخيوط حلزونية  
للتعرش (كالكرمة). أوراقها تشبه أوراق الكرمة، مجنحة، طرية، ولونها  
أخضر فاتح، وتزهّر أزهاراً مذكرة، خضراء، بيضاء، وأزهاراً مؤنثة  
خضراء، عنقودية (خمس عنبات في كل عنقود) وأثمارها عنبية كروية،  
سوداء بعد النضج.  
الجزء السام منها: العشبة كلها، ولا سيما الجذور والأثمار.  
المواد السامة فيها: كلوكوزيد Glykoside، يكوي الجلد ويحرقه،  
ويسهل بشدة.  
الإنذار: خطر.



فربيون، يتوع:  
(جنس نباتات من فصيلة  
الفربيونات، فيه أنواع عديدة، لا  
كبير شأن لها في الزراعة).  
مكان النبتة: المروج الجافة  
والمراعى.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٢٠) سنتيمترا، أوراقها  
شريطية رقيقة، لونها أخضر فاتح،  
أزهارها صغيرة، صفراء، خضراء،  
بمجموعة رأسية، وفي العشبة كلها عصير لسائل أبيض كالحليب.  
الجزء السام منها: عصيرها، وهو في جميع أجزاء العشبة.  
المواد السامة فيها: لاكتون اوفوربون Lacton Euphorbon تخرش  
الجلد والجلد المخاطي وتحرق العين، والتسمم بها يسبب القيء واضطراب  
الدورة الدموية وتشنجات تشبه الصرع.  
الانذار: شديد الخطر.

فطر الدابرة:

(فطر مجهري يركب الشيلم ويولد فيه مرض الدابرة المسمى Secale  
(Cornutum)

مكان الفطر: سنابل القمح لا سيما الشيلم.

أوصافه: قرن صغير طوله (٢ - ٤) سنتيمترات وغلظه (٣ - ٤)

مليمترات، معقوف في الغالب كقرن الحيوان، كال الرأس، ومثلث الأضلاع،

أسود بنفسجي يثبت على سنابل الشيلم، مقطعه الطولي بنفسجي الطرف وأحمر

الوسط أو أبيضه، وله رائحة خاصة يعرف بها.

المواد السامة فيه: ايرجوت أمين Ergotamin، اتستييلي خولين

Acetylcholin، هيستامين Histamin، تيرامين Tyramin، والارجوتوكسين

Ergotoxin

والتسمم به يبدأ بتنميل في أصابع اليدين والقدمين يعقبه تشنجات  
وغرغرينا في الأصابع، قد تمتد إلى اليد أو القدم كلها.  
الانذار: مضاعفات، كغرغرينا الأصابع والعمى وبلاهة الدماغ وأحيانا  
الموت.

قمعية أرجوانية:

(الاسم العلمي من اللاتينية بمعنى  
الإصبع، إلماعا إلى كون التويج على  
شكل القمع، جنس زهر من فصلية  
الخنزيريات).

مكان النبتة: الأراضي الرملية

وتزرع للتزيين.

أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها

نحو متر ونصف المتر، معمرة (ستان)

ساقها عمودية ونادرا متفرعة، أوراقها

بيضوية الشكل سطحها الأسفل مكسو

بشعيرات دقيقة، والأسفل منها سوقها

طويلة والأعلى ضيقة وعديمة السوق،

أزهارها في القسم الأعلى من الساق تتدلى إلى الأسفل قمعية الشكل أرجوانية

اللون في جزئها الأسفل، ووردية في الأعلى ومنقطة في الداخل بنقط داكنة.

الجزء السام منها: الأزهار والأوراق.

المواد السامة فيها: كلوكوزيد الديجيتال Digital Glykoside والديجيتونين Digitonin والديتوكسين Ditoxin والديتالين Ditalin والجيتين Gitin وهي سموم للقلب، ويحدث التسمم بها بمضغ الأوراق أو الأزهار. الانذار: شديد الخطورة.

قنب معروف:

(نبات سنوي زراعي ليفي من فصيلة القنبيات تكثر زراعته في غوطة دمشق، حبه يسمى الشهدانج (القاموس)، ويسمونه (الفنيز) في الشام، والقنب من اليونانية والشهدانج من الفارسية). مكان النبتة: تزرع لليفها وبدورها الدهنية.

أوصافها: عشبة سنوية يبلغ ارتفاعها نحو (١٥٠ - ٢٠٠) سنتيمتر، أوراقها حرابية طويلة، أزهارها صغيرة صفراء، تحوي مخدرا ضعيفا، وساقها تحوي أليافا تصنع منها الخيوط والحبال. الجزء السام منها: الأوراق والأثمار ورؤوس الفروع. المواد السامة فيها: الكانابين Cannabin والترانوكانابين Tetranocannabin مخدر ضعيف يحدث دوارا وصداعا. الانذار: جيد.

لوف أبقع: (جنس اللوف من فصيلة القلقاسيات).  
مكان النبتة: الغابات والبساتين  
والأماكن الرطبة الظليلة.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٢٥ - ٣٠) سنتيمترا، جذرها  
أبيض ومعقد، أوراقها حرابية كبيرة  
وغليظة الأضلاع، لونها أخضر غامق  
ساطع، وكثيرا ما تكون مبقعة ببقع  
سمراء، وفي منتصف النبتة ورقة  
كبيرة ملفوفة كالمحفظة حول ساق  
عمودية، زرقاء اللون في سمرة، رأسها  
الاعلى أسطوانى ضخمة، يحمل أزهارا مستورة، تتحول إلى أثمار حمراء صغيرة  
بيضوية الشكل متراصة.  
الجزء السام منها: العشبة بجميع أجزائها، وتفقد الجذور سميتها  
بالتحفيف والغلي.  
المواد السامة فيها: آروئين Aroin و آرونين Aronin و آروئيين  
Aroidine، عصيرها يحرق الجلد ويقرحه. ويحدث التسمم بها بأكل الأثمار  
أو أوراقها الحامضة.  
الانذار: خطر، وقد تحدث الوفاة بعد تحسن عابر.

مغد أسود، ثلثان:  
(مغد جنس نباتات عشبية من  
فصيلة الباذنجانيات منها الباذنجان  
والبطاطا وعدد من أنواع التريين، والمغد من أسماء الباذنجان سميت اسم  
الجنس به توسعا).  
مكان النبتة: تصادف في مختلف  
الأراضي.  
أوصافها: عشبة يبلغ ارتفاعها  
نحو (٢٠ - ٦٠) سنتيمترا، ساقها  
قليلة الفروع ومكسوة عادة بشعيرات  
دقيقة، أوراقها بيضوية أو مثلثة الشكل، سوقها متوسطة الطول، أزهارها  
نجمية خمسة بيضاء في عناقيد تتدلى إلى الأسفل، أثمارها عنبية كروية سوداء  
بعد النضج ونادرا صفراء خضراء أو حمراء.  
الجزء السام منها: الأثمار والأوراق.  
المواد السامة فيها: كلوكوالكالويد سولانين Alkaloid Solanin - Glyco.  
ولم تجمع الكلمة على تسميته (مخرش).  
الانذار: حسن ولا سيما إذا أفرغت المعدة بالتقيؤ.

مغد حلو مر:  
(جنس نباتات عشبية من جنس  
الباذنجانيات، والمغد من أسماء  
الباذنجان، سميت اسم الجنس به  
توسعا).  
مكان النبتة: الأراضي الرطبة  
الظليلة، ضفاف السواقي.  
أوصافها: عشبة ساقها مخشوشبة،  
أوراقها بيضوية حرايبية مرة المذاق  
ثم حلوته، أزهارها عنقودية ونجمية  
مخمسة بنفسجية اللون وسطها نصف  
الكروي أصفر، أثمارها بيضوية الشكل سمراء ريانة مذاقها مر في البداية  
ثم حلو.  
الجزء السام منها: الأثمار والأوراق واللحاء.  
المواد السامة فيها: السابونين Saponin وشبه قلى تخرش الأمعاء وتلهب  
الكلى. ويحدث التسمم بها من مضغ أوراقها وفروعها وأكل أثمارها.  
الانذار: حسن في الغالب.  
تم كتاب  
(التداوي بالأعشاب)

|  |
|--|
| ١ - فهرست الموضوعات                                    |
| الاهداء ص ٥  |
| مقدمة الطبعة الرابعة ص ٧                               |
| مقدمة الطبعة الأولى ص ٩                                |
| الأعشاب تسترد بعض مجدها الطبي ص ٢١                     |
| أسماء الأعشاب والنباتات الطبية ص ٢٣                    |
| كيف تؤثر الأعشاب والنباتات الطبية ص ٢٤                 |
| كيف ومتى تجمع الأعشاب والنباتات الطبية ص ٢٧            |
| تجفيف الأعشاب والنباتات الطبية ص ٢٩                    |
| تخزين الأعشاب والنباتات الطبية، بعد تجفيفها ص ٣١       |
| كيف تصنع الأدوية من الأعشاب والنباتات الطبية ص ٣٢      |
| الجرعة الطبية ص ٣٩                                     |
| الأعشاب الغير السامة (انظر فهرست الأعشاب الأبجدي) ص ٤٠ |
| أعشاب المطبخ ص ٣١٣                                     |
| كيف ترتب الأحواض لزرع أعشاب المطبخ ص ٣٧٣               |
| وصفات للحساء (شوربا) ص ٣٨٠                             |
| الصلصات ص ٣٨٣  |
| خل الأعشاب ص ٣٩٢                                       |



أمزجة متنوعة للزبدة ص ٤٥٩  
أطعمة متنوعة للقريشة ص ٣٩٩  
أطعمة البيض ص ٤٠١  
اللحوم لحم الصيد البري ص ٤٠٢  
الخضار ص ٤١٠  
الأرز والبطاطس والمعجنات ص ٤١٣  
التفاضل النسبي بين الأعشاب الطبية ص ٤٢١  
القسم الثاني  
الأعشاب الطبية السامة (انظر فهرست الأعشاب الأبجدي) ص ٤٢٢  
الانذار في التعبير الطبي ص ٤٢٣

- ٢ - فهرست الأعشاب  
بالحروف الأبجدية  
(أ) إحصاء شائك ص ٤٠  
أخيليا ذات ألف ورقة ص ٤٢  
آزريون الحدائق ص ٤٤  
أدونيس ربيعي (سام) ص ٤٢٣  
أرقطيون ص ٤٦  
أرطماسيا ص ٤٨ - ٣١٥  
أفسنتين ص ٥٠  
أقحوان ص ٥٣  
أقونيطن (سام) ص ٤٢٤  
إكليل الجبل ص ٥٥ - ٣١٧  
إكليل الجبل الكاذب (سام) ص ٤٢٥  
إكليل بوقيصي ص ٥٦  
أكيلل (سام) ص ٤٢٦  
الرمال الأصفر ص ٥٨  
الزوفا اليابس ص ٥٩ - ٣٣٩  
أنيسون ص ٦٠  
أويصة عنب ص ٦٢  
(ب)  
بابونج معروف ص ٦٤ ، ٦٥ ، ٦٦  
بتولا بيضاء ص ٦٧  
برباريس شائع ص ٦٩  
برسية ص ٧١  
بر (حنطة) ص ٧٢  
بلسانية سنبلية (سام) ص ٤٢٧  
بصل الاكل ٧٣ - ٣١٩  
بطباط جنجر ص ٧٨  
بقلة الملك ص ٧٩  
بلوط قوى (شتوي) ص ٨٠

بلسانية سنبلية (سام) ص ٤٨٩

بنج اسود (سام) ص ٤٢٨

بندق معروف ص ٨٤

بنفسج عطر ص ٨٥

بنفسج مثلث الألوان ص ٨٨

بهشية شائعة ص ٨٩

(ت)

تبغ دخان (معروف، سام) ص ٤٢٩

ترنجان ص ٩١ - ٣٢٠

تفاح ص ٩٢

توت الأرض ص ٩٥

تين ص ٩٦

تنوب - انظر: راتنجية ص ١٥٦

(ث)

ثوم الدبية ص ٩٧ - ٣٢٢

الثوم الزراعي ص ٩٩ - ٣٢٣

(ج)

جاوي ص ١٠٢

جذر قرنfli ص ١٠٤

جراب الراعي ص ١٠٦

جزر ص ١٠٨

جنستا الصباغين ص ١١٠

جنجل ص ١١١

الجوز (معروف) ص ١١٣

جويسئة عطرية ص ١١٥ - ٣٢٦

(ح)

حافر المهر (سام) ص ٤٣٠

حبق ص ٣٢٧

حرف (جرجير) ص ١١٦ - ٣٢٥

حشيشة السعال ص ١١٩

حشيشة الرئة ص ١٢٠

حشيشة الرمذ ص ١٢٢

حشيشة الملاعق ص ٣٢٩

حشيشة الملاك ص ١٢٤

حرشف السطوح ص ١٢٧

حشيشة الإوز ص ١٢٨

حلبة مزروعة ص ١٣٠

حلبوب سنوي (سام) ص ٤٣١

حماض (بستاني) صغير ص ١٣٣ - ٣٣١

حماض (بستاني) كبير ص ٣٢٢

حندقوق حقلي ص ١٣٥

حوذان مائي (سام) ص ٤٣٢

حي العالم المنعكس ص ٣٣٣

(خ)

- خابور، خمان اسود ص ١٤٩  
خبازة برية ص ١٣٦  
خردل أسود ص ١٣٧  
خربق أبيض (سام) ص ٤٣٣  
خربق اسود (سام) ص ٤٣٤  
خرم الحنطة (سام) ص ٤٣٥  
خرز الصخور ص ١٤١  
خزامي معروفة ص ١٤٣ - ٣٣٤  
خشخاش منشور ص ١٤٥  
خشخاش منوم (سام) ص ٤٣٦  
خطمي وردي ص ١٤٦  
خلنج ص ١٤٧  
خمان ص ١٤٨  
خمان اسود خابور ص ١٤٩  
خوذية ص ١٥٢  
خيار ص ١٥٣

(د)

- داتوره (سام) ص ٤٣٧  
دفلی (سام) ص ٤٣٨  
دفته مازريون (سام) ص ٤٣٩

(ذ)

- ذنب الأسد ص ١٥٤

(ر)

- الرمال الأصفر ص ٥٨  
راتنجية ص ١٥٦  
راش ص ١٥٩  
راوند كفي ص ١٦١  
رجلة، بقلة، فرحين ص ٣٣٦  
رجل الذئب ص ١٦٣  
رجل الأسد ص ١٦٤  
رشاد ص ٣٣٧  
رعى الحمام ص ١٦٦

(ز) زراوند ظياني ص ١٦٧  
زر الذهب (سام) ص ٤٤٠  
زعرور شائك ص ١٦٨  
زنبق الوادي ص ١٧٠  
زنبق أبيض ص ١٧٨  
زنبق الوادي (سام) ص ٤٤١  
زوان كاذب (سام) ص ٤٤٢  
الزوفا اليابس ص ٥٩ - ٣٣٩  
زهرة العطاس ص ١٧٣  
زهرة الربيع ص ١٧٦  
زيزفون القلبي (شتوي) ص ١٧٨

(س) سانيكوله أوروبية ص ١٨٠

ست الحسن (سام) ص ٤٤٣

سحلب أبقع ص ١٨٢

سذاب مزروع (فيجن) ص ١٨٤

سرخس ذكر ص ١٨٦

سرفيل ص ٣٤٠

سنفيتون مخزني ص ١٨٨

سنوت ص ١٩١ - ٣٤٢

سوس ص ١٩٢

سيتسس (سام) ص ٤٤٤

سعتر شائع ص ٢٠٢ - ٢٠٣

سعتر بري ص ٢٠٤

(ش)

شجرة السمن ص ١٩٤

شمار الماء ص ١٩٥

شمار، شمرة ص ١٩٧ - ٣٤٤

شوكران (سام) ص ٤٤٥

شوفان ص ٢٠٠

(ص)

صريمة الجدي (سام) ص ٤٤٦

صعتر شائع، سعتر ص ٢٠٣ - ٣٤٥

صعتر بري، سعتر ص ٢٠٤

صفصاف (سوح) ص ٢٠٧

(ط)

طرخون ص ٣٤٧

طرخشقون ص ٢٠٨

طقسوس (سام) ص ٤٤٧

(ع)

عباد الشمس ص ٢١٠

عرق انجبار ص ٢١١

عروق الصباغين ص ٢١٣

عرعر شائع ص ٢١٥

عرعر كبير (سام) ص ٤٤٨

عشبة الفقراء (سام) ص ٤٤٩

عصا الراعي ص ٢١٨

عصا الذهب ص ٢١٩

عفصية شرقية (سام) ص ٤٥٠

عليق دغلي (معروف) ص ٢٢٠

عنب الدب ص ٢٢٢

(غ)

غافث ص ٢٢٤

غرناق ص ٢٢٥



(ف)

فاصوليا معروفة ص ٢٢٧

فاشرا بيضاء (سام) ص ٤٥١

فجل الخيل ٢٢٨ - ٣٤٩

فجل اسود ص ٢٣٠

فرطحين، رجلة، بقلة ص ٣٣٦

فراسيون ص ٢٣١

فربيون (سام) ص ٤٥٢

فطر الدابرة (سام) ص ٤٥٣

فلفل - فليفل ص ٣٥١

فوقس حويصلي ص ٢٣٣

فوه ص ٢٣٤

(ق)

قراص ص ٢٣٦

قرع ص ٢٤٠

قزازه ص ٢٤٢

قسطل الفرس ص ٢٤٣

قصوان ص ٢٤٥

قمعية أرجوانية (سام) ص ٤٥٤

قنب معروف (سام) ص ٤٥٥

قنطريون صغير ص ٢٤٧

قنطريون عنبري ص ٢٤٩

قيصوم ص ٢٥٠ - ٣٥٠

(ك)

كاشم رومي ص ٣٥٣

كتان شائع أو معروف ص ٢٥٢

كرات ص ٣٥٥

كروياء ص ٢٥٤

كرفس ص ٢٥٦ - ٣٥٦

كرنب ص ٢٥٧

كزبرة الثعلب ص ٣٥٨

كزبرة ص ٣٥٩

كشمش أسود ص ٢٥٨

كمثرى ص ٢٦٠  
كنبات الحقول ص ٢٦١  
كيس الراعي ص ٢٦٥  
(ل)  
لبلاب ص ٢٦٧  
لبلاب الحقول ص ٢٦٩  
لبلاب متسلق ص ٢٧٠  
لبيدة كبيرة الأزهار ص ٢٧١  
لسان الثور ص ٣٦٠  
لسان الحمل السناني ص ٢٧٣  
لسان الحمل المتوسط ص ٢٧٦

لسان الحمل الكبير ص ٢٧٧

لاميون أبيض ص ٣١٠

لوف أبقع (سام) ص ٤٥٦

(م)

مدرة مخزنية ص ٢٧٨

مردقوش بري ص ٢٨٠

مستدرة مرة ص ٢٨١

مغد اسود (سام) ص ٤٥٧

مغد حلو مر (سام) ص ٤٥٨

مرزنجوش ص ٣٦٢

مقدونس ص ٢٨٣ - ٣٦٣

(ن)

ناردين مخزني ص ٢٨٤

ناعمة مخزنية ص ٢٨٧ - ٣٦٦

نبق ص ٢٨٩

نبق مسهل ص ٢٩١

نجيل، عكرش، نجم ص ٢٩٢

ندية ص ٢٩٤

ندغ البساتين ص ٣٦٨

نسرين ص ٣٦٩

نعنع بستاني ص ٢٩٥ - ٣٧١

نفل الماء ص ٢٩٧

(ه) هداال ص ٣٠٤

هندباء برية ص ٣٠٦

هيوفاريقون ص ٣٠٨

(و) وج، اقورون ص ٢٩٨

ورد السياج ص ٣٠١

وزال ص ٣٠٣

فهرس  
الأمراض والأعشاب المداوية  
لسهولة الرجوع إلى الأعشاب المداوية  
يراجع الفهرست الأبجدي للأعشاب الذي يسبق هذا الفهرس  
\*

الرأس  
صحة الشعر: قراص، بابونج، أرقطيون.  
سقوط الشعر: جرجير، بصل.  
قشرة الرأس: ثوم.  
القوباء في الرأس: أفسنتين.  
القمل في الرأس: أنيسون، سذاب مزروع، مقدونس.  
الصداع: سرخس ذكر، نفل الماء، ناردين مخزني، مردقوش،  
خيار، بابونج، خمان أسود، لبيده، جويسئة  
عطرية، بنفسج، خردل أبيض وأسود، خزامى  
معروفة، زهرة الربيع، ترنجان، فجل الخيل،  
هدال، هيوفاريقون، رعى الحمام، آذان الدب.

الشقيقة (ميكارين): سرخس ذكر، خمان أسود.  
آلام عصب الوجه: سنفتون، بابونج، لييده.\*

الدماغ  
الصرع: أرطاسيا، حشيشة الإوز، ناردين مخزني، إكليل  
الجبل، مرزنجوش.  
ضعف الذاكرة: أفسنتين، إكليل الجبل، ترنجان، مرزنجوش، ناعمة  
مخزنية، جذر قرنفلي، وج.  
ارتجاج: هيوفاريقون.  
الشلل: جاوي، خردل أبيض وأسود، خزامى معروفة،  
عرعر شائع، ناعمة مخزنية.  
تصلب شرايين الدماغ: زهرة العطاس، هيوفاريقون.  
التهاب السحايا والغلاف الدماغي: بصل.  
الاغماء: زنبق الوادي، ترنجان.\*

العين  
الرمد: سنوت، شمرة، أفسنتين، بابونج، قسطل الفرس،  
قنطريون عنبري، حشيشة الرمد، هندباء برية.  
إجساد العين: سذاب مزروع.  
الماء الأبيض: بصل، لييدة، بنفسج، زيزفون، صعتر بري،  
طرخشقون، خطمي وردي.

شحاد: (التهاب الغدد الدهنية في جفن العين): بابونج، كنبات  
الحقول، زنبق أبيض.\*

الانف

التهاب الجيوب: بابونج، فجل أسود.  
الرعاف: قرص، كنبات الحقول، إجا ص شائك، هدا،  
كيس الراعي.

دمل الانف: بابونج.

داء الذئب: كنبات الحقول.

لحمية الانف: قسطل الفرس، كنبات الحقول.

احمرار أرنبة الانف: قيصوم.

الزكام: مردقوش، بصل، بابونج، خمان أسود، قسطل

الفرس، كنبات الحقول، زنبق الوادي، حلبة،

صعتر، زيزفون، غافث، مرزنجوش، ناعمة

مخزنية، ننع.

أنفية (عطوس): بابونج، قسطل الفرس، مرزنجوش.\*

الاذن

تقيح الاذن: بصل، جوز.

التهاب الاذن: بابونج، بصل.

ضعف السمع: لاميون أبيض.

الطنين في الاذن: ثوم الدببة، زعرور شائك، زنبق الوادي، إكليل  
الجبل، رعى الحمام.  
آلام الاذن: بابونج، خماس اسود، لسان الحمل، ثوم، ترنجان.  
تثليج صيوان الاذن: قيصوم.  
الدوار (الدوخة): ثوم الدببة، زعرور شائك، سذاب مزروع، خردل  
أبيض وأسود، ثوم، زنبق الوادي، زهرة الربيع،  
إكليل الجبل، ترنجان.\*

الغدة النكفية  
بو كعب (التهاب الغدة) كتان، بابونج، حندقوق حقلي، هيوفاريقون.\*

الشفة  
تشقق الشفة: زهرة العطاس.  
سرطان الشفة: قرص: عروق الصباغين.\*

الأسنان  
صحة الأسنان: تفاح، أنيسون، ثوم، ناعمة مخزنية.  
آلام الأسنان: سرخس ذكر، إكليل بوقيصي، قسطل الفرس،  
لسان الحمل، ثوم، صعتر، صعتر بري، ترنجان.  
التسنين: بصل.

## اللثة

نزيف اللثة: بلوط، رجل الأسد، جرجير، ناعمة مخزنية، عصا الراعي.

التهاب اللثة: سنفتون، شمرة، صفصاف، سذاب مزروع، كنبات الحقول، ثوم، الزوفا اليابس، بلوط، عرق انجبار، عليق دغلي، صفصاف، جذر قرنfli، وج.

تقرح اللثة: بلوط، أويسة عنب، ناعمة مخزنية. الاسكوربوت: كرنب (ملفوف). \*

## اللسان

تقرحات اللسان: أويسة عنب، بابونج. سرطان اللثة: قراص، بنفسج عطري. \*

## الفم

تعفن الفم: جاوي، كنبات الحقول، كشمش أسود، عصا الراعي. قروح الفم: عرق انجبار، بابونج، ناعمة مخزنية، إجااص شائك، أويسة عنب.

التهاب الفم: خردل أبيض وأسود، زيزفون، الرمال الأصفر، رعى الحمام، خبازة برية، الزوفا اليابس، خطمي ورددي، جذر قرنfli، سانيكولة أوروبية.



## اللوزتين

الخناق (دفتريا): حلبة، بصل، جراب الراعي.  
التهاب اللوزتين: حلبة، زهرة العطاس، عليق دغلي، قيصوم،  
صفصاف، بصل، بابونج، خمان أسود، سذاب  
مزروع، كنبات الحقول، بنفسج عطري، خردل  
أبيض وأسود، صعتر، جراب الراعي، جذر قرنفلي،  
سانيكوله أوروبية، صعتر بري، رعى الحمام،  
خبازة برية، الزوفا اليابس، خطمي وردي.  
تقرحات اللوزتين: ناعمة مخزنية.  
التهاب الحلق: عليق دغلي، كشمش أسود.\*

## محاليل للغرغرة

زهرة العطاس، شمرة، عليق دغلي، بابونج، سذاب  
مزروع، كنبات الحقول، كشمش أسود، بنفسج  
عطري، خردل أبيض وأسود، ناعمة مخزنية،  
رعى الحمام، خبازة برية، الزوفا اليابس، خطمي  
وردي.\*

## الوجه

سرطان الوجه: عروق الصباغين.  
النمش: حرشف السطوح، زنبق ابيض، صعتر بري، فجل  
الخيل، مقدونس، ندية.

صحة جلد الوجه: خيار، شمار الماء، قراص، بلوط، جوز، بنفسج  
مثلث الألوان عرعر شائع.

\*

#### الحنجرة

التهاب الحنجرة: تفاح، زهرة العطاس، شمرة، بابونج، حشيشة  
الرئة، خوذية، آذان الدب.

بحة الصوت: تفاح، زهرة العطاس، شمرة، بصل، بابونج،  
حشيشة السعال، سوس، لبيدة، خردل أبيض  
وأسود، حشيشة الرئة، الزوفا اليابس، ندية.

وقاية المدخنين: جرجير، حشيشة الملاك، لسان الحمل الكبير.  
وقاية الخطباء: زهرة العطاس، وج.

وقاية المغنين والممثلين: زهرة العطاس، وج.

\*

#### الرقبة

تضخم الغدة الدرقية: فوقس حويصلي، زنبق الوادي.

داء الخنازير: ثوم الدببة، جرجير، تفاح، قيصوم، لبلاب  
متسلق، حشيشة السعال، لاميون أبيض، قراص،  
جوز، بلوط، وج.

\*

#### الصدر - القصبة الهوائية

النزلة الشعبية: شمرة، كتان، مردقوش، بابونج، خمان أسود،

بنفسج عطري، حندقوق حقلي، خشخاش، منشور،  
حشيشة الرئة، صعتر، زهرة الربيع، زيزفون،  
فجل الخيل، غافث، ناعمة مخزنية، خبازة برية،  
خطمي وردي، راش، قراص، فراسيون، صعتر  
بري، جراب الراعي، حشيشة الرمد، وج،  
قزازة.  
توسع القصبه وفروعها: شمار الماء، صعتر، عباد الشمس.\*

الرئة  
التهاب الرئة: حلبة، جرجير، راش، بصل، خردل أبيض  
وأسود، حشيشة الرئة، صعتر، زهرة الربيع،  
فجل الخيل، برباريس، راتنجية، شنوب، قراص،  
قنطريون صغير.  
خراج الرئة: شمار الماء.  
احتقان الرئة: خردل أبيض وأسود.  
انتفاخ الرئة: صعتر بري.  
السل الرئوي: حلبة، راتنجية، شنوب، جرجير، حشيشة  
الملاك، راش، قراص، فراسيون ورد السياج، خرز  
الصخور، لسان الحمل، شمار الماء، حشيشة الرئة،  
فجل الخيل، خوذية، بطاطس، كيس الراعي.  
النزيف الرئوي: رجل الأسد، كنبات الحقول، أخيليا ذات ألف  
ورقة، هдал، عرنوق، بطباط، كيس الراعي،  
سانكولة أوروبية.

الربو (استما): توت الأرض، حشيشة الإوز، زهرة العطاس، راش،  
شمرة، فراسيون، انيسون، مردقوش، بصل جاوي،  
لبيدة، لسان الحمل، شمار الماء، حشيشة الرئة،  
فجل الخيل، فجل اسود، كرنب، مستدرة، الزوفا  
اليابس، خوذية، جراب الراعي.

عسر التنفس الشينخوخي: خردل أبيض وأسود.  
السعال، قراص، شوفان، لبلاب متسلق، بصل، توت  
الأرض، حشيشة السعال، خمان اسود، سوس،  
كشمش اسود، لبيدة، لسان الحمل، خشخاش،  
منثور، جزر (للأطفال)، زيزفون، فجل اسود،  
ناعمة، مخزنية، مستدرة، الزوفا اليابس، جراب  
الراعي، ندية.

السعال الديكي: راش، شمرة، ورد السياج، بصل، لسان الحمل،  
بنفسج عطري، خشخاش، منثور، صعتر، صعتر  
بري، ندية.

مقشع: راش، خرز الصخور، شمار الماء، زهرة الربيع،  
هيوفاريقون، مستدرة، سنفتون، (للقشع  
المدمم).

\*

البلورا

التهاب البلورا: بتولا بيضاء، بهشية شائعة.

القلب والأوعية الدموية والدم  
الذبحة الصدرية: حشيشة الإوز، زهرة العطاس، زعرور شائك،  
لسان الحمل، أخيليا ذات ألف ورقة.  
اضطرابات القلب: ثوم الدببة، بتولا بيضاء، ناردين مخزني، جنجل،  
ذنب الأسد، سذاب مزروع، بنفسج عطري،  
خردل أبيض وأسود، زنبق الوادي، خزامى  
معروفة، إكليل الجبل، ترنجان.  
ضعف عضلة القلب: صعتر، جذر قرنفل، قزازه، وزال.  
تصلب الشرايين: ثوم الدببة، تفاح، زهرة العطاس، فوقس حويصلي،  
قراص، زعرور شائك، كنبات الحقول، لسان  
الحمل، خردل أبيض وأسود، ثوم، هداال.  
ارتفاع ضغط الدم: ثوم الدببة، تفاح، قراص، كمثرى، زعرور شائك،  
خردل أبيض وأسود، ثوم، هداال، أخيليا ذات  
ألف ورقة.  
هبوط ضغط الدم: جنستا الصباغين.  
اضطراب الدورة الدموية: نفل الماء.  
فقر وضعف الدم: تفاح، راش، قراص، نفل الماء، قيصوم، لسان  
الحمل، إكليل الجبل، قنطريون صغير، رعى الحمام،  
اقحوان، وج.  
تنقية الدم: توت الأرض، جرجير، قراص، خمان أسود،  
جوز، بنفسج مثلث الألوان.  
النزيف: رجل الأسد، قراص، هداال، هيوفاريقون،  
عرق انجبار، كنبات الحقول، عصا الراعي، بطباط،  
كيس الراعي، سانيكولة أوروبية.

تجلط الدم: لسان لحمل، أخيليا ذات الف ورقة.  
الانصباب الدموي: سذاب مزروع، خردل أبيض وأسود.\*

الجهاز اللمفاوي - الغدد اللمفاوية  
التهاب الغدد: كتان.  
تضخم الغدد: تفاح، جوز، خردل أبيض وأسود، مرزنجوش.  
تقيح الغدد: حلبة.\*

الأوعية اللمفاوية  
التهاب الأوعية اللمفاوية: حلبة، تفاح، جاوي.\*

غدة الثدي  
التهاب الثدي: حرشف السطوح، نعنغ، كيس الراعي.  
تشقق حلمة الثدي: أخيليا ذات الف ورقة، أزريون الحدائق،  
صعتر بري.  
تسلخات الثدي: شمرة، صعتر بري.  
تعقد الثدي: قسطل الفرس، حندقوق حقلي، مرزنجوش.  
تقيح غدة الثدي: حلبة.  
لزيادة حجم الثدي: مدرة مخزنية.  
سرطان الثدي: سنفتون، بنفسج عطري أزريون الحدائق.

مدرات الحليب: سنوت، شمرة، قراص، انيسون، مدرة مخزنية،  
ترنجان، كروياء.

قابضات لافراز الثدي: جوز، ناعمة مخزنية.  
\*

#### البطن والمعدة

سوء الهضم: أرطماسيا، جرجير، شمرة، قراص، أنيسون،  
لسان الحمل، خزامى معروفة، فجل الخيل، نفل  
الماء، جذر قرنfli.

ضعف الهضم: افسنتين، بصل، جنجل، إكليل الجبل، جذر  
قرنfli.

النزلات المعدية: عليق دغلي، كتان، مردقوش، شوفان، جاوي،  
حلبة، عنب الدب، صعتر، صعتر بري، عروق  
الصباغين، خبازة برية، أقحوان.

مغص المعدة: حشيشة الإوز، أنيسون، ورد السياج، بابونج،  
ناردين مخزني، خردل أبيض وأسود، أخيليا ذات  
الف ورقة، فجل الخيل.

ضعف المعدة: حشيشة الملاك، نفل الماء، صعتر، إكليل الجبل،  
حشيشة الرممد.

فرط الحموضة: بلوط، قنطريون صغير، وج.

نقص الحموضة: نفل الماء، قنطريون صغير.

الغثيان: شمرة، حرشف السطوح.

القيء: شمرة، بلوط (للمدمم).

مقيء: بنفسج عطري.

القرحة المعدية: كتان، حرشف السطوح، بابونج، سوس، أزريون  
الحدائق، صعتر بري، غافث، قصوان، كيس  
الراعي.

نزيف المعدة: بلوط، رجل الأسد، كنباث الحقول، أخيليا ذات  
الف ورقة، هдал، بطباط، عرق انجبار، قراص،  
صفصاف، سانيكولة أوروبية.

سرطان المعدة: بلوط، راش، شمرة، جاوي، أزريون الحدائق،  
عروق الصباغين.

الأمعاء

النزلات المعوية: حلبة، عليق دغلي، عنب الدب، شوفان،  
جاوي، صعتر، صعتر بري، عروق الصباغين،  
خبازة برية، أقحوان.

المغص المعوي: أنيسون، افسنتين، بابونج، أخيليا ذات الف  
ورقة، كروياء، مرزنجوش، نعنن، هيوفاريقون،  
خطمي وردي.

ضعف الأمعاء: بلوط، صعتر، نفل الماء.

تشنج الأمعاء: ثوم الدببة، حشيشة الإوز، كتان، ناردين مخزني.  
ارتخاء الأمعاء: ثوم الدببة.

عفونة الأمعاء: أويسة عنب، زيزفون.

غازات الأمعاء: سنوت، شمرة، انيسون، حشيشة الملاك، مردقوش،  
افسنتين، بصل، خردل أبيض وأسود، خزامى  
معروفة، كروياء، مرزنجوش، ناعمة مخزنية،  
نعنن، وج.



الديدان المعوية: حشيشة الملاك، ناردين مخزني، قيصوم، بصل،  
سذاب مزروع، لسان الحمل، جوز، ثوم،  
أقحوان، ثوم الدببة، جزر، قرع، سرخس ذكر  
(للدودة الوحيدة)، أفسنتين (للاسكاريس).  
القرحة المعوية: كتان، حرشف السطوح، بابونج، سوس، أزريون  
الحدائق، صعتر بري، غافث، قصوان، كيس  
الراعي.

نزيف الأمعاء: عرق انجبار، قراص، صفصاف، أخيليا ذات الف  
ورقة، هдал، غرنوق، كيس الراعي، سانيكولة  
أوروية.

سرطان الأمعاء: قراص، جاوى.

ضعف الشهية: توت الأرض، راش، مردقوش، بصل، جنجل،  
خرز الصخور، سذاب مزروع، جوز، خردل،  
أخيليا ذات الف ورقة، عرعر شائع، قنطريون  
صغير، عروق الصباغين، مستدرة، وج.

الاسهال: بلوط، ثوم الدببة، رجل الأسد، تفاح، عليق  
دغلي، قراص، قيصوم، شوفان سحلب، أفسنتين،  
بصل، أويصة عنب، بابونج، توت الأرض، قسطل  
الفرس، لسان الحمل، ثوم، إجا ص شائك، جزر  
(للأطفال)، قنطريون صغير، غافث، مرزنجوش،  
خبازة برية، بطباط، راوند كفى، جذر قرنفلي.

الاسهال المدمم: سنفتون، عرق انجبار، قيصوم، عصا الراعي.  
الزحار ((دوسنطاريا): بلوط، هдал، حشيشة الإوز، جذر قرنفلي.

تيفوئيد: عنب الدب، كتان، جذر قرنفلي، سانيكوله  
أوروبية.

القبض (امسك): ثوم الدبية، حلبة، تفاح، كتان، نبق، لبلاب،  
أفسنتين، بابونج، خممان اسود، ثوم، إجااص شائك،  
حماض بستاني، كرنب، نبق مسهل، جنستا  
الصباغين، راوند كفى، وج، قزازه، تين.  
تقرحات الشرج: كتان.

سقوط الشرج: بلوط، ناعمة مخزنية.

البواسير: بلوط، حلبة، سنوت، عرق انجبار، نبق،  
بصل، خممان اسود، قسطل الفرس، كنبات  
الحقول، أخيليا ذات الف ورقة، هيوفاريقون،  
لاميون احمر، بقلة الملك، جذر قرنفلي، كيس  
الراعي، هندباء برية، قزازه، سانيكولة أوروبية،  
آذان الدب.

الناصور: غافث.

سرطان الشرج: بنفسج عطري.\*

الكبد

اختلال اعمال الكبد: تفاح، توت الأرض، أفسنتين، لسان الحمل،  
طرخشقون، قنطريون صغير، عروق الصباغين،  
نعنع، بقلة الملك، قصوان، راوند كفى.  
احتقان: برباريس، توت الأرض، جرجير، راش، فراسيون،  
نبق، إكليل الجبل، فجل أسود، عروق الصباغين،  
ناعمة مخزنية، رعى الحمام، هندباء برية.

تضخم الكبد: بتولا بيضاء، إجااص شائك.  
ضمور الكبد: بلوط، بتولا بيضاء.  
خراج الكبد: شمار الماء.  
سرطان الكبد: جاوي، عروق الصباغين.  
\*

الكيس الصفراوي (المرارة)  
التهاب الكيس الصفراوي: طرخشقون، فجل الخيل، عروق الصباغين،  
بقلة الملك.  
آلام الكيس الصفراوي: حشيشة الإوز سنوت، أفسنتين، بابونج، صعتر  
بري، فجل الخيل.  
حصاة الكيس الصفراوي: برباريس، توت الأرض، كتان، أفسنتين، برسية،  
أخيليا ذات الف ورقة، طرخشقون، فجل الخيل،  
فجل اسود، عروق الصباغين، غافث، ننع،  
بقلة الملك.  
مدرات المرارة: جرجير، راش، قراص، إكليل بوقيصي، عصا  
الذهب، برسية.  
أبو صفار: برباريس، فراسيون، حماض بستاني، عروق  
الصباغين.  
\*

الطحال  
احتقان الطحال: نبق، قنطريون صغير.

## الجهاز البولي الكلبي

التهاب الكلبي: تفاح، فاصوليا، كتان، عصا الذهب، ورد السياج،  
بصل، أويصة عنب، خمان اسود، سوس، كنبات  
الحقول، شمار الماء، إجااص شائك، رعى الحمام.  
حصاة الكلبي: عليق دغلي، كتان، كنبات الحقول، فوة، جنستا  
الصباغين، جراب الراعي، وزال.  
رمل الكلبي: بتولا بيضاء، توت الأرض، عليق دغلي، فاصوليا،  
قراص، جنستا الصباغين، وج، وزال.  
المغص الكلوي: حشيشة الإوز، عنب الدب، فاصوليا، قراص.  
نزيف الكلبي: رجل الأسد، قراص، كنبات الحقول، غرنوق،  
بطباط، كيس الراعي.  
التهاب حوض الكلبي: شمرة، عنب الدب، إكليل بوقيصي، عصا الذهب،  
برسية، فجل الخيل، وزال، لاميون أبيض.\*

## المثانة

التهاب المثانة: شمرة، عنب الدب، فاصوليا، كتان، عصا  
الذهب، ورد السياج، رجل الذئب، صفصاف،  
أويصة عنب، بابونج، خلنج، سوس، كنبات  
الحقول، لسان الحمل، شمار الماء، برسية، إجااص

شائك، فجل الخيل، نجيل، لاميون أبيض،  
غرنوق، خطمي وردي.  
حصاة المثانة: كنبات الحقول، غافث، جراب الراعي.  
نزيف المثانة: كنبات الحقول، غرنوق، رجل الأسد، قراص،  
بطباط، كيس الراعي.  
البول المدمم: رجل الأسد، قراص، كيس الراعي، سانيكولة  
أوروبية.  
التهاب مجرى البول: شمرة، عنب الدب، عصا الذهب، أويصة عنب.  
انحباس البول: عنب الدب، بصل، كنبات الحقول.  
عسر التبول: إجاص شائك.  
سلس البول: (التبول بدون إرادة): بلوط، عنب الدب، لبيدة، لاميون  
أبيض، آذان الدب.  
رمل البول: بتولا بيضاء، جرجير، راش، إكليل بوقيصي،  
ورد السياج، بصل، خمان أسود، خلنج، كشمش  
اسود، مقدونس، نجيل، الرمال الأصفر.  
التبول ليلا في الفراش: بلوط، لبيدة، لسان الحمل، هيوفاريقون،  
آذان الدب.  
البول السكري: أرطماسيا، حلبة، رجل الأسد، جرجير، فاصوليا،  
قراص، مدرة مخزنية، خيار، شوفان، ورد  
السياج، بصل، أويصة عنب، خرز الصخور، ثوم،  
عرعر شائع، كرنب، ناعمة مخزنية، لاميون ابيض.  
داء النقرس: حشيشة الإوز، بتولا بيضاء، راتنجية - تنوب،  
تفاح، توت الأرض، سرخس ذكر، فاصوليا،  
قراص، نفل الماء، عصا الذهب، شوفان، ورد

السياج، رجل الذئب، صفصاف، لبلاب متسلق،  
جاوي، خمان أسود، سوس، قسطل الفرس،  
كشمش أسود، بهشية شائعة، خردل أبيض وأسود،  
عرعر شائع، زهرة الربيع، طرخشقون فجل  
الخيل، كرفس، غافث، نجيل، هيوفاريقون،  
جنستا الصباغين، أقحوان.  
\*

أعضاء الحوض الصغير - البروستات  
التهاب البروستات: كتان.  
تضخم البروستات: عنب الدب، خلنج، كنبات الحقول، إجاص شائك،  
قرع، لاميون أبيض.  
سرطان البروستات: قراص.  
التهيج الجنسي: شوفان، جنجل.  
الافراط الجنسي: خرز الصخور.  
الضعف الجنسي: آزريون الحدائق، كرفس.  
ضعف الانتصاب عند الذكور: جوز.  
\*

المبيض  
التهاب المبيض: رجل الأسد.  
آلام المبيض: بابونج.

## الرحم

هبوط الرحم: بلوط.

نزيف الرحم: رجل الأسد، قراص، كنبات الحقول، ناعمة مخزنية، هдал، بطباط، كيس الراعي، سانيكولة أوروبية.

سرطان الرحم: بلوط، قراص، بابونج جاوي، شمار، الماء، بنفسج عطري، أزريون الحدائق.\*

## الحيض

اضطراب الحيض: أرطماسيا، إكليل الجبل.

آلام الحيض: أرطماسيا، حشيشة الإوز، رجل الأسد، سنوت، ناردين مخزني، مردقوش، بابونج، جويسئة عطرية، إكليل الجبل، مقدونس، كروياء، ننع، هيوفاريقون.

عدم انتظام الحيض: أرطماسيا، رجل الأسد، هيوفاريقون.

احتقان الحيض: جرجير، راش، فراسيون، أنيسون، خردل ابيض وأسود، أزريون الحدائق، إكليل الجبل، نفل الماء.

فرط نرف الحيض: بلوط، رجل الأسد، عرق انجبار، عليق دغلي، هдал، كيس الراعي.

العقم عند النساء: مرزنجوش، ناعمة مخزنية، هдал، جذر قرنغلي. الحمل: شمرة، هдал.

التقيؤ في الوحام: خرز الصخور.  
الولادة السهلة: أنيسون، أفسنتين، رجل الأسد.  
الاجهاض المتكرر: رجل الأسد.  
النفاس: فراسيون، إكليل بوقيصي، بابونج، ترنجان.\*

المهبل  
التهاب المهبل: الرمال الأصفر.  
افرازات المهبل: بلوط، رجل الأسد، سنفتون، عرق انجبار،  
بابونج، جوز، إكليل الجبل، مرزنجوش، ناعمة  
مخزنية، جذر قرنفلي.  
سرطان المهبل: قراص، بنفسج عطري.  
الفتق الأربي وفتق السرة: بلوط، سنفتون.  
حكة الشيوخوخة في الأعضاء التناسلية: رجل الذئب، ناعمة مخزنية.  
تسلخات الأعضاء التناسلية: شمرة.  
تورم الأعضاء التناسلية: سنوت.  
آلام الأعضاء التناسلية: جنجل.\*

البلوغ  
اضطرابات البلوغ: هيوفاريقون.  
اضطرابات سن المراهقة عند البنات: هيوفاريقون، لاميون أبيض.



سن اليأس  
اضطرابات سن اليأس: أنسيون، نفل الماء، ناردين مخزني، ذنب الأسد،  
زعرور شائك، زنبق الوادي، إكليل الجبل،  
هدال، رعى الحمام.  
الضعف الشيخوخي: بتولا بيضاء، خرز الصخور، سذاب مزروع.\*

الأطراف  
تشقق الأيدي: حلبة، حرشف السطوح، قسطل الفرس، خردل  
أبيض وأسود، آزريون الحدائق، هدال.  
رجفة اليد: ناردين مخزني، ناعمة مخزنية.  
الدحاس: حلبة.  
قرحة الأظافر والتهابها: أفستين، خمان أسود، كنبات الحقول، زراوند  
ظياني، بابونج، آذان الدب.  
تثليج الأصابع راتنجية - تنوب، زهرة العطاس، فراسيون،  
بصل، قسطل الفرس، آزريون الحدائق، بلوط،  
تفاح، قيصوم، فجل الخيل، هدال، قصوان.  
اختلال الدورة الدموية في الأطراف السفلى عند الشيوخ: سنفيتون.  
التهاب الدوالي في الساق: سنفيتون، حشيشة السعال، لبيدة، لسان الحمل،  
آزريون الحدائق، سرخس ذكر، فراسيون،  
زراوند ظياني، آذان الدب.  
ضغط الحذاء على القدمين، بصل.  
مسمار (كالو) الأصابع: حرشف السطوح، لبلاب متسلق، بصل.

آلام القدم: سرخس ذكر، لسان الحمل، ندية.  
قروح القدم: حلبة.  
عرق القدم: كنبات الحقول.  
برودة القدم: صعتر، مرزنجوش.  
قروح الندبة في الأطراف المبتورة: سنفيتون.  
آلام الأطراف المبتورة: سنفيتون، بصل.  
\*

#### المفاصل

التهاب مفصل الركبة: بتولا بيضاء، سنفيتون، إكليل بوقيصي.  
التهاب المفصل (فكشة): زهرة العطاس، سنفيتون، حشيشة السعال، سذاب  
مزروع، خزامى معروفة، صعتر بري، مقدونس،  
هيوفاريقون.

الروماتزم المفصلي والعضلي: ثوم الدببة، حلبة، بتولا بيضاء، راتنجية -  
تنوب، جرجير، تفاح، حشيشة الملاك، سرخس  
ذكر، فاصوليا، إكليل بوقيصي، شوفان، ورد  
السياج، رجل الذئب، صفصاف لبلاب متسلق،  
سوس، قسطل الفرس، كشمش اسود، لبيدة،  
بهشية شائعة، بنفسج مثلث الألوان، ثوم، خزامى  
معروفة، عرعر شائع، زهرة الربيع، ترنجان،  
فجل الخيل، فجل أسود، وج، كرفس، غافث،  
كروياء، ناعمة مخزنية، نجيل، هيوفاريقون،  
جنستا الصباغين، أقحوان، ثوم الدببة.

التهابات أوتار العضلات: سنفيتون مخزني، بصل، سذاب مزروع.  
التهاب غلاف أوتار العضلات: بصل.

\*

#### العضلات

التهاب الأكياس المخاطية: زهرة العطاس.  
الشلل: زهرة العطاس، قراص، سذاب مزروع، عرعر  
شائع، مرزنجوش، وج.  
شلل الأطفال: ثوم.  
تشنجات العضلات: حشيشة الإوز، زهرة العطاس.  
كزاز: حشيشة الإوز.

\*

#### العظام

التهاب السمحاق: سذاب مزروع، سنفيتون مخزني.  
تقيح العظام: حلبة، بابونج، كنبات الحقول، وج.  
لين العظام (الكساح) صعتر بري، سنفيتون مخزني، قراص، قيصوم،  
رجل الأسد، فوة، طرخشقون، مرزنجوش،  
جزر، لسان الحمل، كنبات الحقول، وج.  
كسور العظام: سنفيتون، ناردين مخزني، وج.

\*

#### الأعصاب

التهاب عرق النسا (اسياتيك): سرخس ذكر، سنفيتون، إكليل

بوقيصي، خمان اسود، خزامى معروفة، كرنب،  
هيوفاريقون.  
آلام الأعصاب (نویرالجي): تفاح، سنفيتون، ذنب الأسد، قسطل الفرس،  
خزامى معروفة، زهرة الربيع، مرزنجوش،  
نعنع.  
آلام أسفل الظهر: سرخس ذكر، هيوفاريقون.  
ضعف الأعصاب: بلوط، راتنجية - تنوب، حشيشة الملاك، جويسئة  
عطرية، إكليل الجبل، صعتر بري، كرفس، وج.  
الرقص الزنجي: ناردين مخزني.\*

#### الجلد

التهاب الجلد وأمراضه: بتولا بيضاء، جرجير، فاصوليا، قيصوم، شوفان،  
حرشف السطوح، (للتشقق)، أويسة عنب،  
أرقطيون، حشيشة السعال، جوز، (للتقرحات)،  
بنفسج مثلث الألوان، عرعر شائع، غافث،  
مرزنجوش، غرنوق.  
طفح الجلد: بلوط، ثوم الدبية، تفاح، راش، قراص، كتان،  
فراسيون، نفل الماء، قيصوم، أفسنتين، أرقطيون  
(لحب الصبا) نجيل، لاميون ابيض، هندباء برية.  
الاكزما: بلوط، ثوم الدبية، حلبة، جرجير، عرق انجبار،  
فاصوليا، قراص، رجل الذئب، أويسة عنب،  
بابونج، كنبات الحقول، بنفسج مثلث الألوان، صعتر  
بري، بقلة الملك، وزال.

الحكة: أفسنتين، بر، أويسة عنب.  
الجرب: راش، ثوم، أقحوان.  
الدمل: حلبة، جرجير، كتان، بصل، أرقطيون،  
حندقوق حقلي، زنبق ابيض، هندباء برية.  
الجمرة: بصل.  
القلغموني: حلبة، سنفيتون.  
الخراج الممتن: حلبة

\*

القروح  
القروح العادية: كتان، ناردين مخزني، حرشف السطوح، صفصاف  
لبلاب، متسلق، بابونج، جنجل، أرقطيون،  
سذاب مزروع، كنبات الحقول، جويسئة عطرية،  
ثوم، زراوند ظياني، زيزفون، كرنب، غافث،  
هيوفاريقون، غرنوق، الرمال الأصفر، خبازة برية،  
قصوان، الزوفا اليابس، خوذية، بطباط، جذر  
قرنفلي، سانيكولة، أوروبية.  
القروح المتقيحة: عرق انجبار.  
القروح العفنة (التنتنة): بلوط، بصل، رعى الحمام، وج، تين.  
القروح المزممة: قنطريون صغير.  
القروح الصلبة: كتان.  
القروح الرقادية: بلوط، حندقوق حقلي، حشيشة الرئة، آزريون  
الحدائق، جزر.  
القروح السرطانية: سنفيتون، قراص، حرشف السطوح.

الجروح  
الجروح العادية: بابونج، سذاب مزروع، كنبث الحقول، لسان  
الحمل، شمار الماء، حشيشة الرئة، زراوند ظياني،  
زنبق ابيض، هيوفاريقون، الرمال الأصفر، رعي  
الحمام، قصوان، الزوفا اليايس، خوذية، بطباط،  
خطمي وردي، راش، سانيكولة أوروبية.  
جروح الحروق: أرقطيون، حشيشة السعال، لسان الحمل.  
الجروح النتنة: بلوط، زهرة العطاس، راش، ناردين مخزني،  
صفصاف، جنجل، حندقوق حقلي، ثوم، آزريون  
الحدائق، زيزفون، تين.  
التسلخات: بلوط، بتولا بيضاء، ورد السياج، لسان الحمل،  
بنفسج مثلث الألوان، جزر، صعتر بري،  
هيوفاريقون.  
الكدمات (رضوض): زهرة العطاس، حشيشة الملاك، سنفيتون مخزني،  
سذاب مزروع، هيوفاريقون.\*

الحروق  
لحروق الموضوعية: حرشف السطوح، لبلا بمتسلق، زيزفون، زنبق  
أبيض، جرجير، قراص، كتان.  
مراهم للحروق: جرجير، كتان، كرنب، لاميون احمر.

عقصة الحشرات  
زهرة العطاس، حرشف السطوح لسان الحمل،  
زنبق أبيض، فجل الخيل.  
لسعة الأفعى: بابونج.  
عضة الكلب: زهرة العطاس، لسان الحمل.  
\*

التسمم  
التسمم بالرصاص: حشيشة الملاك، أفسنتين.  
التسمم بالمعادن: أرقطيون.  
التسمم بالغذاء الفاسد: جاوي.  
التسمم بالنيكوتين (الافراط بالتدخين): حشيشة الملاك، ناردين مخزني، ثوم.  
التسمم بالكحول: حشيشة الملاك، ناردين مخزني، جاوي.  
الخرف الكحولي: صعتر بري.  
\*

تجمع السوائل  
الأوزيما والانصبابات: جرجير، فاصوليا، قرص، كمثرى، إكليل بوقيصي،  
عصا الذهب، خمان أسود، كشمش أسود، بهشية  
شائعة، عرعر شائع، طرخشقون، فجل الخيل،  
قرع، مقدونس، جنستا الصباغين، بتولا بيضاء،  
خمان صغير، كنبات الحقول، وزال.

الحميات  
الحمى (سخونة): برباريس، خيار، بندق، ورد السياج، كشمش  
اسود، لبيدة، زنبق الوادي، عباد الشمس، نجيل.  
الحصبة: كتان، بنفسج عطري، خردل أبيض وأسود،  
صعتر بري.

الكريب، (انفلوینزا): خمان أسود، لبيدة.  
مشروبات منعشة: تفاح، عليق دغلي، نجيل.  
معرقات: إكليل بوقيصي، بندق، لبيدة.  
مضاد للتعرق: كنبات الحقول: جوز، ناعمة مخزنية.  
النقاهاة: راتنجية - تنوب، توت الأرض، قيصوم، شوفان،  
ورد السياج، خرز الصخور، أخيليا ذات الف  
ورقة، إكليل الجبل، صعتر بري، قصوان.\*

الاجهاد  
الاجهاد العام: أرطماسيا، شوفان، خرز الصخور، ثوم، نعنن،  
رعى الحمام.  
الاجهاد المدرسي: شوفان.  
الهزال: حلبة، لسان الحمل، أخيليا ذات الف ورقة،  
عرعر شائع، صعتر بري.  
الضعف العام: بلوط، ثوم الدببة، راتنجية - تنوب، تفاح، وج.



مقويات: بلوط، ثوم الدببة، راتنجية - تنوب.  
مقويات المناطة: ثوم، عرعر شائع.

\*

السمنة

فرط السمنة: رجل الأسد، فوقس حويصلي، ناعمة مخزنية.

\*

الأورام

غير الخبيثة: حندقوق حقلي، هدا، بصل.

الثؤلول: حرشف السطوح، بصل، ندية.

السرطان: بنفسج عطري، ثوم، آزر يون الحدائق، جزر،

طرخشقون، عروق الصباغين، هدا

\*

الاضطرابات النفسية

الأرق: سنوت، شوفان، جنجل، خلنج، ثوم الدببة،

سرخس ذكر، زعرور شائك، بنفسج عطري،

حندقوق حقلي، خشخاش منثور، أخيليا ذات

الف ورقة، ترنجان، هدا، لاميون ابيض.

الضيق النفساني: ناردين مخزني، أفسنتين، خزامى معروفة، ترنجان،

قنطريون صغير، كرفس، رعى الحمام، جذر قرنفلي.

الذوف عنء الامءءان: نارءين مءزنل.  
ءهلء الأءصاب (نرفزة): ءفاح؁ ءشله الملاء؁ ءنءل.  
السولءاء (ملاءءوللاء): راء؁ هلوفارلقون؁ هندباء برلة.  
الهسءرلا: أرءماسلا؁ نارءلن مءزنل؁ ذنب الأسء؁ سذاب  
مزروع؁ ءرنءان؁ قنءرلون صءلر؁ هلوفارلقون.  
النولر اسءلنلا: ءرنءان؁ هلوفارلقون.

روزنامة لجمع الأعشاب الطبية  
ويلاحظ انه لا بد من ظهور بعض الاختلاف فيها  
باختلاف المناطق ودرجات الحرارة في كل منطقة  
شهر كانون الثاني (يناير)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
البلوط اللحاء والأثمار  
بنفسج عطر الجذور  
ثوم الدببة الأوراق  
حرشف السطوح الأوراق  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فجل أسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزاة العشبة كلها ما عدا الجذور  
هدال الفروع الحديثة

شهر شباط (فبراير)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
ثوم الدببة الأوراق  
جويسئة عطرية العشبة قبل الأزهار  
جرجير الغصن كله قبل الأزهار  
حرشف السطوح الأوراق  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فجل أسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزازة العشبة كلها ما عدا الجذور  
هدال الفروع الحديثة

شهر آذار (مارس)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
أرطماسيا الجذور  
إكليل الجبل أوراق الأزهار  
برباريس شائع الجذور  
البلوط اللحاء  
البندق التوتات الصغيرة  
بنفسج عطر الأوراق والأزهار  
جذر قرنفلي الجذور  
جويسئة عطرية العشبة قبل الأزهار  
جرجير الغصن كله قبل الأزهار  
حشيشة السعال الأزهار  
حرشف السطوح الأوراق  
حماض بستاني الأوراق  
خمان صغير الجذور  
راش جذور العشبة المعمرة  
زهرة العطاس جذور العشبة التي يبلغ عمرها (٢ - ٣)  
سنوات فقط، لان الجذور بعد ذلك  
تصبح خشبية قليلة الفائدة  
زهرة الربيع الجذور  
سنتون مخزني الجذور قبل ظهور الأزهار  
سوس الجذور الغليظة  
عروق الصباغين الأوراق قبل ظهور الأزهار  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
فجل الخيل الجذور الطازجة

فجل اسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
فوة الجذور  
قزازة العشبة كلها ما عدا الجذور  
لبلاب الجذور  
لبلاب الحقول الجذور  
لسان الحمل الأوراق  
ناعمة مخزنية الأوراق والفروع الحديثة  
نجيل الجذور  
وج الجذور قبل ظهور الأوراق  
هندباء برية الجذور

شهر نيسان (إبريل)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
إجاص شائك الأزهار ما دامت ناصعة البياض  
أرقيون جذور النبتة في سنتها الثانية فما بعد  
(النبتة الحديثة ضعيفة التأثير)  
أرطاماسيا الأوراق قبل تفتح الأزهار  
إكليل الجبل أوراق الأزهار  
أويصة عنب أوراق النبتة  
بتولا بيضاء الأوراق ولحاء الأشجار الفتية وعصارة  
الشجرة  
برباريس شائع الجذور  
البلوط اللحاء  
البندق التوتات الصغيرة  
بنفسج عطر الأوراق والأزهار  
ترنجان الأوراق والعشبة (قبل ظهور الزهر)  
جاوي الجذور والأوراق  
جذر قرنفلي الجذور  
جرجير الغصن كله قبل الأزهار  
حشيشة السعال الأزهار  
حشيشة الملاك الجذور  
حرشف السطوح الأوراق  
حماض بستاني الأوراق  
خرز الصخور العشبة كلها  
خشخاش منتور أوراق الزهر  
زهرة الربيع الأزهار

اسم العشبة  
الاجزاء الطبية المراد جمعها  
سذاب مزروع الأوراق قبل الأزهار  
سنفيتون مخزني الجذور قبل ظهور الأزهار  
سوس الجذور الغليظة  
طرخشقون الجذور والأوراق قبل الأزهار مع براعم  
الزهر  
عرق انجبار الجذور  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
عليق دغلي الأوراق  
عنب الدب الأوراق  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزازه العشبة كلها عدا الجذور  
قيصوم الأوراق الغضة  
كرفس الجذور والأوراق  
لبلاب الجذور  
لبلاب الحقول الجذور  
لبلاب متسلق الأوراق الحديثة  
لسان الحمل الأوراق  
ناردين مخزني الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة  
ناعمة مخزنية الأوراق والفروع الحديثة  
نبق لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
نعنع بستاني الأوراق  
هندباء برية الجذور  
لاميون أبيض الأزهار بدون الكأس



شهر أيار (مايو)  
اسم العشبة  
الاجزاء الطبية المراد جمعها  
إحاص شائك الأزهار ما دامت ناصعة البياض  
آزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا الأوراق قبل تفتح الأزهار  
إكليل الجبل أوراق الأزهار  
الرمال الأصفر الأزهار (بدون ساق) والعشبة الغضة كلها  
أويسة عنب أوراق النبتة  
بتولا بيضاء الأوراق ولحاء الأشجار الفتية وعصارة الشجرة  
بقلة الملك العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
بنفسج مثلث الألوان الأزهار والعشبة كلها عدا جذورها  
بهشيه شائعة الأوراق  
ترنجان الأوراق والعشبة (قبل ظهور الزهر)  
توت الأرض الأوراق  
جاوي الجذور والأوراق  
جراب الراعي الجذور  
حشيشة السعال الأوراق  
حشيشة الرئة الأوراق  
حشيشة الملاك الجذور  
حرشف السطوح الأوراق  
حشيشة الإوز العشبة وهي مزهرة  
خرز الصخور العشبة كلها

اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
خشخاش منتور أوراق الزهر  
خمان أسود الأوراق بدون الساق  
راتنجية الفروع الحديثة  
رجل الذئب الغبار في سنابل الأزهار المستورة ويجمع بالضرب الخفيف فوق السنبلة  
دون قطعها  
رجل الأسد  
الفروع حاملة الأزهار  
زراوند ظياني العشبة كلها في الأزهار  
زعرور شائك الأزهار  
زنبق الوادي الأزهار  
زهرة الربيع الأزهار  
سانيكولة أوروبية الأوراق  
سحلب أبقع الأوراق قبل الأزهار  
سذاب مزروع الأوراق قبل الأزهار  
سعتر العشبة المزهرة  
صفصاف لحاء الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها  
طرخشقون الجذور والأوراق قبل الأزهار مع براعم  
الزهر  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
عصا الراعي الجذور  
عليق دغلي الأوراق  
عنب الدب الأوراق  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ

اسم العشبة  
الاجزاء الطبية المراد جمعها  
قزازة العشبة كلها ما عدا الجذور  
قسطل الفرس الأزهار  
قصوان الأوراق  
قيصوم الأوراق الغضة  
كرفس الجذور والأوراق  
كشمش اسود الأوراق  
كنبات الحقول الفروع  
كيس الراعي العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها  
لبلاب متسلق الأوراق الحديثة  
لسان الحمل العشبة المزهرة كلها مع جذورها  
مدرة مخزنية القسم الاعلى من الأغصان المزهرة  
مستدرة العشبة وهي في الأزهار  
ناردين مخزني الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة  
ناعمة مخزنية الأوراق والفروع الحديثة  
نبق لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
نعنع بستاني الأوراق  
نفل الماء الأوراق في وقت الأزهار  
وزال الأزهار  
لاميون أبيض الأزهار بدون الكأس

شهر حزيران (يونيو)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
أخيليا ذات ألف ورقة العشبة كلها ما عدا الجذور  
أزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا العناقيد الغضة المزهرة  
الرمال الأصفر الأزهار (بدون ساق) وكذلك العشبة  
الغضة كلها  
الزوفا اليابس العشبة المزهرة مع الأوراق  
أويسة عنب أوراق النبتة  
بابونج معروف رأس الأزهار  
بطباط جنجر العشبة المزهرة  
بقلة الملك العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
بنفسج مثلث الألوان الأزهار والعشبة كلها ما عدا جذورها  
بهشية شائعة الأوراق  
ترنجان الأوراق والعشبة قبل ظهور الأزهار  
توت الأرض الأثمار  
جاوي الجذور والأوراق  
جنستا الصباغين العشبة المزهرة  
الجوز الأوراق ما عدا ساقها  
حشيشة الرئة الأوراق  
حرشف السطوح الأوراق  
حشيشة الإوز العشبة وهي مزهرة

اسم العشبة  
الاجزاء الطبية المراد جمعها  
حلبة مزروعة البذور الناضجة  
حندقوق حقلي الجزء الاعلى من العشبة  
خبازة برية الورق مع الساق والأزهار بدون الساق  
خشخاش منتور أوراق الزهر  
خشان أسود الأزهار  
رجل الذئب الغبال من سنابل الأزهار المستورة ويجمع  
بالضرب الخفيف فوق السنبله دون قطعها  
رجل الأسد الفروع حاملة الأزهار  
رعى الحمام الأوراق وفروع الزهر  
زراوند ظياني العشبة كلها في الأزهار  
زعرور شائك الأزهار  
زنبق الوادي الأزهار  
زهرة العطاس الجبلية الزهرة بعد نزع القدح عنها (وهي الأوراق  
الغليظة تحت أوراق الزهرة مباشرة)  
زيزفون عنقود الزهر وورقته وخشب الأغصان وقشرتها المتوسطة البيضاء  
سانيكولة أوروبية الأوراق  
سحلب أبقع الأوراق قبل الأزهار  
سعتري بري الفروع المزهرة  
صفصاف لحاء الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
عليق دغلي الأوراق والأزهار  
غافث العشبة وأزهارها

فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزازة العشبة كلها ما عدا الجذور  
قصوان الأوراق  
قيصوم الأوراق الغضة  
كرفس الجذور والأوراق  
كشمش أسود الأوراق  
كنبات الحقول الفروع  
كيس الراعي العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها  
العشبة في حالة الأزهار  
لبلاب الحقول العشبة في حالة الأزهار  
لسان الحمل العشبة المزهرة كلها مع جذورها  
مدرة مخزنية القسم الاعلى من الأغصان المزهرة  
مستدرة العشبة وهي في الأزهار  
ناعمة مخزنية الأوراق والفروع الحديثة  
نبق لحاء الأشجار التي يتجاوز عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
نعنع بستاني الأوراق  
نفل الماء الأوراق في وقت الأزهار  
ندية الأوراق  
ورد السياج الأزهار وزال البذور  
هندباء برية العشبة المزهرة  
لاميون أبيض الأزهار بدون الكأس

شهر تموز (يوليو)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
أخيليا ذات الف ورقة العشبة كلها ما عدا الجذور  
آذان الدب الأزهار والعشبة كلها  
آزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا العناقيد الغضة المزهرة  
أفسنتين الأوراق والأزهار  
أقحوان الجزء الاعلى والمزهر من العشبة  
إكليل بوقيصي الأزهار  
الرمال الأصفر الأزهار بدون ساق وكذلك العشبة  
الغضة كلها  
الزوفا اليابس العشبة المزهرة مع الأوراق  
أنيسون البذور في الأزهار بعد نضجها  
أويسة عنب أوراق النبتة والأثمار  
بابونج (معروف) رأس الأزهار  
برباريس شائع الأثمار  
بطباط جنجر العشبة المزهرة  
بقلة الملك العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
بنفسج مثلث الألوان الأزهار والعشبة كلها ما عدا جذورها  
جنستا الصباغين العشبة المزهرة  
الجوز الأثمار غير الناضجة  
حشيشة الرئة الأوراق

حرشف السطوح الأوراق  
حشيشة الإوز العشبة وهي مزهرة  
حلبة مزروعة البذور الناضجة  
حندقوق حقلي الجزء الاعلى من العشبة  
خبازة برية الورق مع الساق والأزهار بدون الساق  
خردل أسود البذور  
خردل ابيض البذور  
خزامى (معروفة) الأزهار حول نهاية الشهر  
خطمي وردي أوراق الزهر  
خلنج رؤوس الفروع المزهرة والأزهار وحدها  
خمان اسود الأزهار  
خوذية العشبة المزهرة  
ذنب الأسد القسم الاعلى من العشبة مع الزهور فيه.  
رجل الذئب الغبار في سنابل الأزهار المستورة ويجمع  
بالضرب الخفيف فوق السنبله دون قطعها  
رجل الأسد الفروع حاملة الزهر  
رعى الحمام الأوراق وفروع الزهر  
زهرة العطاس الجبلية الزهرة بعد نزع القدح عنها (وهي الأوراق  
الغليظة تحت أوراق الزهرة مباشرة)  
زيزفون عنقود الزهر وورقته وخشب الأغصان  
وقشرتها المتوسطة البيضاء  
سرخس ذكر الجذور والأغصان بأوراقها



سعتري بري الفروع المزهرة  
صفصاف لحاء الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
عصا الذهب الجزء الاعلى المزهر من العشبة  
عليق دغلي الأوراق والأزهار  
غافث العشبة وأزهارها  
فراسيون الأوراق بعد ظهور الأزهار  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قراص العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور أيضا  
قزازه العشبة كلها ما عدا الجذور  
قصوان الأوراق  
قنطريون صغير كل ما هو فوق الأرض من العشبة المزهرة  
قنطريون عنبري أزهارها الزرقاء  
قيصوم الأوراق الغضة والأغصان العليا المزهرة  
كروياء البذور الناضجة على أن تجفف  
كرفس الجذور والأوراق  
كشمش أسود الأثمار العنبية  
كنبات الحقول الفروع  
كيس الراعي العشبة كلها ويفضل الجزء الاعلى منها  
لبلاب العشبة في حالة الأزهار  
لبلاب الحقول العشبة في حالة الأزهار  
لبيدة الأزهار المتفتحة تماما وبدون كأسها الأخضر  
مردقوش بري الأغصان المزهرة مع الزهر

اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
نبق لحاء الأشجار التي يبلغ عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
هندباء برية العشبة المزهرة  
هيوفاريقون (معروف) رؤوس الأغصان المزهرة  
لاميون أبيض الأزهار بدون الكأس

شهر آب (أغسطس)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
أخيليا ذات الف ورقة العشبة كلها ما عدا الجذور  
آذان الدب الأزهار والعشبة كلها  
آزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا العناقيد الغضة المزهرة  
أفسنتين الأوراق والأزهار  
أقحوان الجزء الاعلى والمزهر من العشبة  
إكليل بوقيصي الأزهار  
الزوايا اليابس العشبة المزهرة مع الأوراق  
أنيسون البذور في الأزهار بعد نضجها  
أويسة عنب الأثمار  
برباريس شائع الأثمار  
برسية رجل الهر رؤوس الأزهار  
بطباط جنجر العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
بنفسج مثلث الألوان العشبة كلها ما عدا جذورها  
حشيشة الرمد العشبة المزهرة ما عدا جذورها  
حرشف السطوح الأوراق  
حندقوق حقلي الجزء الاعلى من العشبة  
خبازة برية الورق مع الساق والأزهار بدون الساق  
خردل أسود البذور

خردل ابيض البذور  
خزامى معروفة الأزهار حول بداية شهر  
خطمي وردي أوراق الزهر  
خلنج رؤوس الفروع المزهرة والأزهار وحدها  
خوذية العشبة المزهرة  
ذنب الأسد القسم الاعلى من العشبة مع الأزهار فيه  
راعى الحمام الأوراق وفروع الزهر  
زعرور شائك الأثمار الناضجة  
سرخس ذكر الجذور والأغصان بأوراقها  
سنوت الحبوب ويجب ان تجفف  
شمار الماء البذور  
صفصاف لحاء الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان  
عليق دغلي الأوراق والأزهار إذا وجدت أو الأثمار  
غافث العشبة وأزهارها  
فراسيون الأوراق بعد ظهور الأزهار  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قراص العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور  
أيضا  
قزازه العشبة كلها ما عدا الجذور  
قنطريون صغير كل ما هو فوق الأرض من العشبة المزهرة.  
قنطريون عنبري أزهارها الزرقاء

قيصوم الأوراق الغضة والأغصان العليا المزهرة  
كتان معروف البذور بعد نضجها على أن تجفف  
كروياء البذور الناضجة على أن تجفف  
كرفس الجذور والأوراق  
كشمش أسود الأثمار العنبية  
كنبات الحقول  
الفروع  
لبلاب الجذور  
لبيدة الأزهار المتفتحة تماما وبدون كأسها الأخضر  
مدرة مخزنية البذور  
مردقوش بري الأغصان المزهرة مع الزهر  
نبق لحاء الأشجار التي يبلغ عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
نبق مسهل الأثمار الناضجة السوداء  
هندباء برية العشبة المزهرة  
هيوفاريقون (معروف) رؤوس الأغصان المزهرة  
لاميون ابيض الأزهار بدون الكأس

شهر أيلول (سبتمبر)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
آذان الدب الأزهار والعشبة كلها  
أزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا العناقيد الغضة المزهرة  
اقحوان الجزء الاعلى والمزهر من العشبة  
إكليل الجبل أوراق الأزهار  
أنيسون البذور في الأزهار بعد نضجها  
بطباط جنجر العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء  
بنفسج عطر الجذور  
جذر قرنفلي الجذور  
جنجل، حشيشة الدينار الذرات الناعمة كالدقيق (الطلع) في الأزهار  
حشيشة الرمد العشبة المزهرة عدا جذورها  
حرفش السطوح الأوراق  
حندقوق حقلي الجزء الاعلى من العشبة  
خبازة برية الورق مع الساق والأزهار بدون الساق  
خردل أسود البذور  
خرز الصخور العشبة كلها  
خطمي وردي أوراق الزهر  
خمان صغير الجذور  
خمان اسود الأثمار الناضجة ويكون لونها مشربا  
بزرقة براقه وتجفف بالشمس

خوذية العشبة المزهرة  
راش جذور العشبة المعمرة  
راوند كفى جذور العشبة المسنة (بعد السنة الثالثة  
من زرعها)  
زهرة العطاس الجبلية جذور العشبة التي يبلغ عمرها (٢ - ٣)  
سنوات لان الجذور بعد ذلك تصبح  
خشبية وقليلة الفائدة.  
زهرة الربيع الجذور  
سرخس ذكر الجذور والأوراق بأغصانها  
سنوت الحبوب ويجب ان تجفف  
سوس الجذور الغليظة  
شجرة السمن الأثمار  
شمار الماء البذور  
شمار (شمرة) البذور الناضجة  
صفصاف لحاء الأغصان بعد السنة الرابعة من عمرها  
عرعر شائع القسم الاعلى من الأغصان والأثمار الناضجة  
عصا الراعي البذور  
عليق دغلي الأوراق والأثمار  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فجل أسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر من الشاطئ  
فوة الجذور  
قراص العشبة المزهرة بكاملها بما فيها الجذور أيضا

قزازة العشبة كلها عدا الجذور  
قسطل الفرس الأثمار  
قنطريون عنبري أزهارها الزرقاء  
لبلاب الحقول الجذور  
لبيدة الأزهار المتفتحة تماما بدون كأسها الأخضر  
مدرة مخزنية البذور  
مردقوش بري الأغصان المزهرة مع الزهر  
ناردين مخزني الجذور في السنة الثانية من عمر العشبة  
نبق لحاء الأشجار التي يبلغ عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
نبق مسهل الأثمار الناضجة السوداء  
نجيل الجذور  
وج الجذور  
ورد السياج الأثمار السليمة الزاهية الألوان  
هندباء برية الجذور  
لاميون أبيض الأزهار بدون الكأس



شهر تشرين أول (اكتوبر)  
اسم العشبة  
الاجزاء الطبية المراد جمعها  
إحاص شائك الأثمار وتجفف بالشمس  
آزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرقيون جذور النبتة في سنتها الثالثة فما بعد  
(النبتة الحديثة ضعيفة التأثير).  
إكليل الجبل أوراق الأزهار  
برباريس شائع الجذور  
بطباط جنجر العشبة المزهرة  
البلوط اللحاء والأثمار  
بنفسج عطر الجذور  
جاوي الجذور  
جذر قرنقلي الجذور  
جرجير الغصن الغض كله  
حرشف الملاك الجذور  
حرشف السطوح الأوراق  
خرز الصخور العشبة كلها  
راوند كفى جذر العشبة المسنة (بعد السنة الثالثة من  
زرعها)  
سوس الجذور الغليظة  
شجرة السمن الأثمار  
شمار (شمرة) البذور الناضجة  
عرق انجبار الجذور  
عرق شائع القسم الاعلى من الأغصان والأثمار الناضجة

عصا الذهب الجزء الاعلى المزهر من العشبة  
عليق دغلي الأوراق  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فجل أسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزازه العشبة كلها ما عدا الجذور  
لبلاب الجذور  
لبلاب الحقول الجذور  
مردقوش بري الأغصان المزهرة مع الزهر  
نبق لحاء الأشجار التي يبلغ عمرها (٣ - ٤)  
سنوات تجفف وتخزن لمدة سنة أو سنتين  
وج الجذور  
ورد السياج الأثمار السليمة الزاهية اللون  
هندباء برية الجذور

شهر تشرين ثاني (نوفمبر) اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
إجاص شائك الأثمار وتجفف بالشمس  
آزريون الحدائق أوراق الزهر المتفتح  
أرطماسيا الجذور  
برباريس شائع الجذور  
البلوط اللحاء والأثمار  
بنفسج عطر الجذور  
جاوي الجذور  
جراب الراعي الجذور  
جرجير الغصن الغض كله  
حشيشة الملاك الجذور  
حرشف السطوح الأوراق  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فجل أسود الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزاة العشبة كلها عدا الجذور

شهر كانون الأول (ديسمبر)  
اسم العشبة الاجزاء الطبية المراد جمعها  
البلوط اللحاء والأثمار  
بنفسج عطر الجذور  
جرجير الغصن الغض كله  
حرشف السطوح الأوراق  
فجل الخيل الجذور الطازجة  
فوقس حويصلي تقذفها أمواج البحر إلى الشاطئ  
قزازه العشبة كلها عدا الجذور