

## المحتويات

4	..... المقدمة
9	..... 1. أصطرك
10	..... 2. أكليل الجبل
11	..... 3. آس
12	..... 4. بابونج
13	..... 5. بختري
14	..... 6. بخورمریم
15	..... 7. بقلة
16	..... 8. بلان
17	..... 9. بطم فلسطيني
18	..... 10. بلوط
19	..... 11. بنفسج
20	..... 12. بوصير
21	..... 13. ترمس
22	..... 14. توت عليق
23	..... 15. ثوم بري
24	..... 16. حبق
25	..... 17. حماض
26	..... 18. حشيشة السعال
27	..... 19. ختمية
28	..... 20. خرنوب
29	..... 21. خس صفصافي
30	..... 22. خلة
31	..... 23. خلنج
32	..... 24. دردار
33	..... 25. ذهب الشمس
34	..... 26. رعي الحمام
35	..... 27. زنبق الماء

36	.....	زعتري بري	.28
37	.....	زعرور	.29
38	.....	زعفران بري	.30
39	.....	زوفا	.31
40	.....	زهرة الحواشي	.32
41	.....	سحلب	.33
42	.....	سرو دائم الاخضرار	.34
43	.....	سوسن بري	.35
44	.....	سنديان عادي	.36
45	.....	شقائق النعمان	.37
46	.....	شوفان	.38
47	.....	شوكران	.39
48	.....	صفصاف	.40
49	.....	صفندر	.41
50	.....	صنوبر بروتي	.42
51	.....	طيون	.43
52	.....	عاقول	.44
53	.....	عرعر شرييني	.45
54	.....	عرقسوس	.46
55	.....	عشبة النجيل الزاحف	.47
56	.....	عناقية	.48
57	.....	عنصل بحري	.49
58	.....	عود الصليب	.50
59	.....	غار	.51
60	.....	فشاغ	.52
61	.....	قبار	.53
62	.....	قتاء الحمار	.54
63	.....	قرانيا	.55
64	.....	قرصنة	.56
65	.....	قطلب	.57

66	..... قندول	.58
67	..... كزيرة البئر	.59
68	..... كيس الراعي	.60
69	..... كينا	.61
70	..... لبلاب	.62
71	..... لسان الحمل	.63
72	..... لحلاح	.64
73	..... مريمية	.65
74	..... نرجس	.66
75	..... نفل زغبى	.67
76	..... هليون	.68
77	..... هندباء	.69
78	..... وزال	.70
79	..... مراجع	

## الاستخدام الطبي لأنواع الحراجية المنتشرة في الغاب

### المقدمة:

تشكل الثروة الحراجية في سورية تراثاً طبيعياً فريداً من نوعه من حيث التنوع الحيوي والوراثي إذ يبلغ عدد الأنواع النباتية البرية التي تعيش في غابات سورية ما يقارب 800 نوع وهذا يعادل ربع الأنواع المكونة للفلورة النباتية السورية التي تتجاوز 3200 نوع نباتي.

وتضم هذه الثروة أنواعاً نادرة لا توجد إلا في سورية منها على سبيل المثال لا الحصر الدردار في منطقة الغاب واللذاب في القلمون. وقد وصلت مساحة الحراج في سورية إلى 509 آلاف هكتار يشكل الحراج الطبيعي منها نحو 233 ألف هكتار بينما مساحة التحريج الصناعي نحو 276 ألف هكتار.

وسهل الغاب هو سهل منبسّط خصب يقع في محافظة حماة في المنطقة الوسطى من سوريا بين جبال اللاذقية غرباً وجبل الزاوية شرقاً وجسر الشغور شمالاً ومصيف جنوباً، يمر فيه نهر العاصي، وقد كان قسم من سهل الغاب مستنقعاً تم تجفيفه، يبلغ طول سهل الغاب 80 كم وعرضه يتراوح ما بين (10-13) كم.

يوجد عدة قرى صغيرة في سهل الغاب وعلى أطرافه، وفيه مدينة السقيلية ويتبع هذه المدينة عدد من البلدات والقرى والمزارع، منها (سحب، حورات عمورين، العشارنة، كفرنبودة، قلعة المضيق، الحواش، القاهرة، الجيد، جورين، شطحة) تحيط بمنطقة سهل الغاب جبال عالية وخاصة من الجهة الغربية. والسهل منطقة خصبة جداً فقد كان قديماً يغرق بالمياه في أجزاء كبيرة منه وتم معالجة هذه المشكلة بفتح قنوات مائية تُبعد المياه الفائضة إلى مناطق أخرى. تبلغ المساحة الإجمالية للحراج في الغاب 38 ألف هكتار، منها 28 ألف هكتار غابات طبيعية و10 آلاف هكتار تحريج صناعي وهي ممتدة على السفح الشرقي لسلسلة الجبال الساحلية المطلّة على سهل الغاب ولقد قامت الحكومة بالعمل على زيادة المساحة المحرّجة بشكل سنوي وذلك لما للغابة من دور بيئي وحضاري وسياحي واقتصادي هام.

تنتج معظم غراس الأشجار الحراجية الملائمة للتحريج بمنطقة الغاب من مشتل حراج سحب وهو المشتل الوحيد بالمنطقة وذلك ضمن خطة انتاج سنوي تزيد عن 210 آلاف غرسة وأهم أنواع الغراس المنتجة هي (الصنوبريات بأنواعها والسرو العمودي والافقي والكيينا والدلب والدردار السوري..... الخ) وأهم مواقع التحريج بمنطقة الغاب هي ( وادي السرجان، الامير نجم، الشيخ عبد الله، الشيخ علي الجورة، موقع حنجر، موقع عناب، موقع المسحل، موقع جب الغار، موقع البركة ) .

تمتد الغابات الطبيعية في منطقة الغاب شمالاً من حدود محافظة إدلب باتجاه الجنوب إلى حدود مدينة مصيف وتتشترك المناطق الحراجية مع عدة محافظات ( إدلب، طرطوس، اللاذقية، حماة) وتقع معظم هذه الغابات على السفح الشرقي لسلسلة الجبال الساحلية حيث يبدأ انتشارها من ارتفاع 200 م وحتى ارتفاع 1562 م عن سطح البحر وهي أعلى قمة في هذه الجبال، يتمتع هذا السفح بانحدارات مختلفة ومتباينة تضي على هذه

المناظر جمالاً ورونقاً متميزاً بما تحتويه من وديان وامتدادات هضبية مغطاة بأشكال متنوعة من النبات الطبيعي والغابات المختلفة والمختلطة بتنوع نباتي يشكل نسبة عالية من الأنواع الموجودة بالفلورا السورية الموزعة ضمن الطوابق النباتية المتوسطة على الشكل التالي:

1- **الطابق المتوسطي الحراري:** الذي يمتد حتى ارتفاع 300 م عن سطح البحر وتسود فيه عادةً تجمعات الخرنوب *Ceratonia Siliqua* ولم يبق من هذا الطابق إلا بقايا بسيطة من تجمعات الخرنوب المبعثرة على طول الشريط الجبلي قرب قرية مرداش.

2- **الطابق المتوسطي الحقيقي:** يمتد بين ارتفاع ( 300 – 850 ) م يتكون أساساً من الغابات السنديانية مستديمة الخضرة السنديان العادي *Quercus Calliprinos* على ترب التيراروسا ومخروطيات جفافية الصنوبر البروتي *Pinus Prutia* والسرو دائم الاخضرار *Cupressus Sempervirens* على ترب ناشئة على الصخور الكلسية المارنية ويعتبر هذا الطابق غني جداً بالأنواع النباتية الشجرية والعشبية: الزرود *phillyrea media* الزيتون البري *Olea europaea* البقص *Rhus cotinus* السماق *Rhus coriaria* السويد الفلسطيني *Rhamnus palaestina* الزمزيق *Cercis siliquastrum*.

3- **الطابق المتوسطي العلوي:** يمتد بين ارتفاع ( 850 – 1200 ) م ويتألف من غابات متساقطة الأوراق يتمثل هذا الطابق بأنواع منها السنديان البلوطي *Quercus infectoria* إضافةً إلى أنواع مرافقة منها: الأجاص البري *Pirus syriaca* اللوز الشرقي *Amygdalus orientalis* الغبيراء *Sorbus torminali*.

4- **الطابق المتوسطي الجبلي:** ويمتد بين ارتفاع ( 1200-1562 ) م ويتألف من الأرز اللبناني *Cedrus libani* ومرافقاته ومن أهمها: السنديان شبه العذري *Quercus pseudo cerris* العدريش *Juniperos drupacea*.

إضافة إلى ما ذكر يوجد في منطقة الغاب تجمعات ذات أهمية نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر: تجمعات غابوية من الدردار السوري تتوزع ضمن الشريط القريب من الجبل على الترب المستنقعية الغدقة ضمن بقع بمساحات مختلفة بعضها يتجاوز عدة هكتارات تمثل مع مرافقاتها مجتمع الدردار المرافق لأنواع مهمة منها الصفصاف الأبيض *Salix alba*.

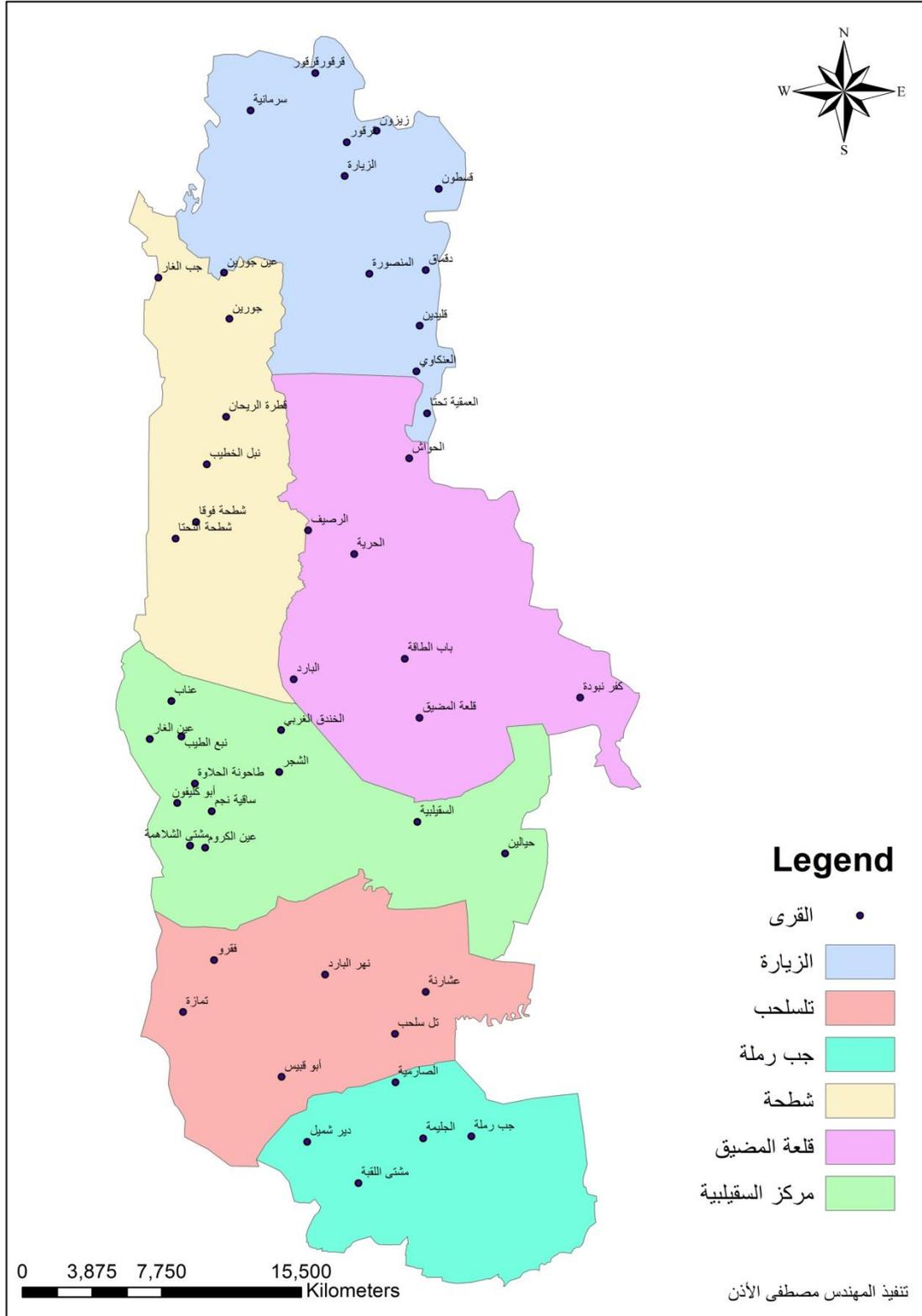
تستخدم الأنواع النباتية الحراجية بمنطقة الغاب في العديد من المجالات الاقتصادية من إنتاج الأخشاب والفحم وتربية النحل و كذلك الاستخدامات الطبية، وبما أن العالم يشهد اتجاهاً واضحاً نحو استخدام الأدوية النباتية التي تتمتع بمستوى أمان عالٍ وتخفف من التأثيرات الجانبية التي تسببها الأدوية الكيميائية منبهة إلى ضرورة وجود الدواء المستخلص من النباتات التي نرغب باستخدامها في مراجع علمية موثوقة ووجود أبحاث علمية تثبت فعاليتها. لذلك كان من الضروري التعرف على الأنواع النباتية الحراجية المنتشرة بمنطقة الغاب واستخداماتها الطبية، تصنف النباتات تبعاً لطبيعة العلاج أو الفائدة:

- نباتات مسهلة أو ملينة: العرقسوس.
- نباتات مسكنة أو مخدرة: الصفصاف، الخشخاش.

- نباتات مانعة لتهتك الأوعية الدموية الشعرية: الحنطة السوداء.
- نباتات منشطة للقلب: بصل العنصل الأبيض، الديجتالس.
- نباتات مسببة للأحمرار الموضعية: الخردل الأبيض والأسود.

**كما تصنف النباتات الطبية والعطرية تبعاً للجزء المستخدم والذي يحتوي على المادة الفعالة:**

- نباتات تستعمل بأكملها: وهي النباتات التي تتواجد بها المواد الكيميائية الفعالة بالأجزاء النباتية المختلفة دون أن تميل للتركيز أو التجمع في عضو نباتي محدد دون الآخر، ومن أمثلتها: الصنوبر الأسود، الونكا، الداتورة.
  - نباتات تستعمل أوراقها: وهي التي تحتوى على المواد الكيميائية الفعالة فى أوراقها: الريحان ، النعناع .
  - نباتات تستعمل نوارتها أو أزهارها: وهي النباتات التي توجد موادها الفعالة سواء فى النورة مثل: البابونج، الأقحوان أو مياسم الأزهار كما فى الزعفران.
  - نباتات تستعمل ثمارها: وهي النباتات التي تحتوى على المواد الكيميائية الفعالة فى ثمارها: الخلة .
  - نباتات تستعمل بذورها: وهي المواد التي تحتوى على المواد الكيميائية فى بذورها مثل: الخردل، الخروع.
  - نباتات يستعمل قلفها: الصفصاف، الحور.
  - نباتات تستعمل أجزاءها الأرضية: وهي قد تكون سيقان أرضية متحورة أو جذور وتدية أو جذور متدرنة وتوجد بها المواد الكيميائية الفعالة مثل: العرقسوس، درنات السحلب وغيرها.
- في هذا الكتاب نبين 70 نوع من الأنواع النباتية الحراجية المنتشرة بمنطقة الغاب واستخداماتها الطبية والمواد الفعالة حيث أن رتبت الأنواع حسب الترتيب الهجائي للاسم المحلي .



خريطة إدارية لمنطقة الغاب تبين النواحي التابعة لمنطقة الغاب وأهم القرى فيها



## أصطرك

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي لنبات الأصطرك *Stryax officinalis* L ينتمي للفصيلة الأصطركية. وهو شجرة صغيرة جميلة يصل طولها إلى عشرة أمتار. أوراقها بيضوية خماسية الأجزاء بما يشبه شكل النجمة ذات نهاية مدورة ولونها أخضر ناصع مجرد من الشعيرات على الوجه العلوي، وتغطي وجهها السفلي شعيرات بيضاء قطنية. وللورقة حافة ملساء والأزهار بيضاء قشدية اللون، قطرها (2-3) سم، معنقة، متدلّية، رائحتها زكية، وتتجمع الأزهار في نورات من (3-6) أزهار على محور قصير. والثمرة حسلة بحجم الكرزة ومغطاة بأشعار بيضاء متلبدة.

تكثر في بلاد الشام ومنها انتقلت إلى أوروبا، ويرجع البعض تسمية هذه الشجرة باللبنى إلى لبنان. حيث تتواجد في بلدان المشرق العربي و تركيا والبلقان وإيطاليا.

### مواقع تواجد النبات في الغاب: مرداش، شطحة.

**المواد الفعالة:** مواد راتنجية، سينمات بنزول، سترين، استرات عطرية.

**الأجزاء المستخدمة:** القلف والصمغ الذي تفرزه الجذوع.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع، مستحضر، سائل، غرغره، مراهم، دهون، كمادات.

### الاستخدام الطبي:

- يدخل البلسم المحضر من النبات في صناعة بعض أنواع المراهم لعلاج الالتهابات الجلدية والقروح.

- يدخل البلسم في صناعة أدوية الكحة والسعال والربو ونزلات البرد.

- يستخدم البلسم في صناعة بعض أنواع العطور والبخور.

- يستخدم القلف لعلاج بعض حالات الدوسنتاريا والإسهال.

## أكليل الجبل

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لأكليل الجبل *Rosmarinus officinalis* L ينتمي للفصيلة الشفوية. وهو عشب معمر يتراوح ارتفاعه من (1-2) م. أوراقه ضيقة وطويلة سطحه الأعلى أخضر غامق وبراق ومنقط بنقط صفراء ذهبية أو بيضاء فضية وسطحه الأسفل مكسو بشعيرات بيضاء دقيقة ونوراته نيلية اللون أو زرقاء.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة ، الناعور ، فريكة.

**الأجزاء المستخدمة:** جميع الأجزاء الهوائية.

**المواد الفعالة:** زيت طيار وأهم مركبات هذا الزيت الكافور، والكامفين، والسينيول والبورنيول، كما يحتوي على فلافونيات وحمض العفص وتربينات ثنائية وحمض الروزمارينيك، وحمض التتيك. كما تحتوي العشبية كذلك على مادة الترينتين ومواد قابضة ومسكنة للتشنجات، وعلى بعض المواد المنشطة للأعصاب، وأخرى مدرة للصفراء والبول.

### الاستخدام الطبي:

- لعلاج مرض الزهايمر ولتحسين الذاكرة حيث له تأثير منبه على الذاكرة فهو يعتبر أحد منبهات دوران الدم الجيدة وله شأن كبير في طب الأعشاب الأوروبي فهو يحسن القدرة على التركيز والذاكرة.  
- يستخدم كغسول للشعر حيث أنه يؤدي إلى تماسك الشعر ومنع سقوطه والقضاء على القشرة ومساعدته على النمو ووصول وتدفق الدم الكافي إلى الرأس.

- تناول منقوع أكليل الجبل بعد الوجبات وقبل النوم منشط لمن يعانون من سرعة التعب والخمول وضعف الأعصاب.

- عشب أكليل الجبل مفيدة في علاج اضطرابات القلب، وهي طاردة للرياح وتقضي على الطفيليات ومدرة للبول والطمث وضد السعال والربو، وكعلاج مساعد لحالات الاكتئاب الخفيف.

- يحتوي إكليل الجبل على مواد مضادة للأكسدة وكان يستعمل كحافظ للحوم من التعفن حيث يضاف إليها لمنع التأكسد والتلف.



## آس

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لنبات الآس *Myrtus communis* L ينتمي للفصيلة الآسية. هو شجيرة دائمة الخضرة له أفرع كثيرة تحمل أوراقاً متقاربة جلدية القوام ذات رائحة عطرية فواحة، الأزهار بيضاء أو وردية عطرية، الثمار لبية سوداء تؤكل غضة وتجفف فتكون من التوابل.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** قطرة الريحان، الناعور، نبل الخطيب.

**الأجزاء المستعملة:** الأوراق والثمار.

**المواد الفعالة:** الأوراق تحتوي على زيت سينيول والفاباينتن ومايرتينول ومايرتينابل اسيتيت وليمونين والفاترينول وجيرانبول وجيرانايل اسيتيت ومايرتيل، كما تحتوي الأوراق على مواد عفصية وأهمها جالوتتي.

### الاستخدام الطبي:

- لقد أثبتت الدراسات على أن لأوراق الآس تأثيراً مضاداً للبكتيريا بالنسبة لعلاج التهاب الغدد.

- ثبت أن له تأثيراً في دورة النوم حيث يزيد فترة النوم. كما ثبت أنه يخفف من أعراض البرد والأنفلونزا.

- يستعمل زيت الآس لعلاج مشاكل الجهاز التنفسي.

- تستعمل الأوراق لحالات سوء الهضم وعسر البول ونزلات البرد والتهاب المجاري البولية.

- الثمار تفيد في حالات الإسهال والغازات المعوية، حيث تؤكل خضراء أو جافة.

- كما يستخدم زيت الآس لتطهير الجروح السطحية.

- يستخرج من أوراق الآس وأزهاره ماء مقطراً يسمى ماء الملائكة ويستعمل مطهراً للأنف.

- ثمار الآس تفتت الحصى وتفيد في أمراض الكبد ويسكن المغص وإذا طبخ بالخل يفيد في وجع الأسنان.

- يستخدم الزيت المستخرج من الأوراق في عمليات التدليك لحالات الشلل.



## بابونج

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبابونج *Matricaria chamomilla* L ينتمي للفصيلة النجمية. هو نبات عشبي شتوي حولي ارتفاعه (60)سم سريع النمو كثير التفرع ، ساقه قائمة وتحمل أوراقاً صغيرة ريشية مفصصة ويعطي النبات أزهاراً مركبة على شكل نورات لها رائحة عطرية مميزة. وتتكون النورة من نوعين من الأزهار أزهار شعاعية وهي محدودة العدد بيضاء اللون وأزهار قرصية وهي كثيرة العدد صغيرة جداً ولونها أصفر أنبوبية الشكل.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** وادي السرجان، نبع الطيب، عناب.

**الأجزاء المستعملة:** الأزهار.

**المواد الفعالة:** تحتوي زهرة البابونج 1 % زيت أساسي يحتوي: الكامازولين، مادة الازولين، الفابايسابول، بايسابولول اوكسيد (B)، ايسابولون أوكسيد (A)، وغيرها من المحتويات الكيميائية.

### الاستخدام الطبي:

- الزيت له خواص منشطة ومانعة لتقلص العضلات غير الإرادية.
- يستخدم كعلاج للانتفاخ ومفيد في حالات الإسهال والمغص المعدي والمعوي والمرارة، وطرده الغازات المتولدة في الأمعاء.
- مهدئ عام للجسم والنفس لذلك فهو مفيد في حالات الأرق والاكنتئاب والخوف والأزمات النفسية.
- يستعمل مغلي الأزهار للاستنشاق في حالة التهاب المسالك الهوائية ومستحلب الأزهار يستعمل لغسل العيون المصابة بالرمد.
- يساعد على شفاء الجروح الغير ملتئمة وخاصة الأماكن من الجسم التي تعسر معالجة الجراح.

### محاذير الاستخدام:

عدم استخدام البابونج من قبل الناس الذين يعانون من الحساسية، ولا يحضر ولا يخزن بأواني حديدية، وكذلك لا يجمع بينه وبين أدوية تحتوي على الحديد.



## بختري

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبختري *Erodium Cicutarium* (L.) L'Her ينتمي للفصيلة الغرنوقية. هو عشب حولي ارتفاعه (10-40) سم، يكسوه زغب وأوبار غدية بدرجات متفاوتة، السوق متفرعة، مستلقية أو منتصبية. الأوراق مركبة ريشية تضم (5-11) وريقة، الوريقة بيضوية بشكلها العام، عميقة الى متوسطة التفصص، موبرة ونادراً جرداء.

النورات خيمية، شماريخها أطول من الأوراق الداعمة ، تضم (3-6) أزهار شعاعية التناظر، الأزهار قصيرة، موبرة أو شبه جرداء ، منبسطة أو متدلّية بعد الاثمار، الزهرة خنثوية شعاعية التناظر، وردية- ارجوانية أو بنفسجية اللون، موعد الازهار: من شباط إلى أيار. الثمرة تنقسم الى خمس اقسومات ثمرية ينتهي كل منها بمنقار طويل. البذرة وحيدة داخل كل اقسومة ثمرية. **مواقع تواجد النبات في الغاب:** جورين، شطحة، عناب، طاحونة حلاوة، شطحة، نبل الخطيب.

**الأجزاء المستعملة:** جميع أجزاء النبات.

### الاستخدام الطبي:

- يتمتع المستخلص المائي للنبات بخواص قابضة نافعة لعلاج النزيف الرحمي ( قاطع للنزف) ولعلاج الاسهالات والديدان المعوية.
- استعمل قديماً لغسل الأجزاء الملتهبة من الجلد وكذلك الأجزاء المصابة بلسع العقارب.
- يستعمل مغلي القمم المزهرة لزيادة التعرق وكمدن للبول (خصوصاً عند مرضى الجهاز البولي)، وفي حالات الاضطرابات المعوية المصحوبة بارتفاع الحرارة ( التيفوئيد).
- تستعمل بودرة الأوراق والبذور على شكل كمادات لعلاج مرض النقرس والروماتيزم.
- يحتوي النبات على مركبات تسهل عملية الولادة عند النساء.

## بخور مريم

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لبخور مريم *Cyclamen Persicum* Mill ينتمي للفصيلة المرسينية. هونبات عشبي معمر يتكاثر عن طريق الدرنات ودرنته كبيرة يتراوح قطرها بين (2-12) سم وتخرج منها الأوراق والأزهار والجذور، والأوراق بيضوية ضيقة النهاية وقاعدتها قلبية الشكل ومعلقها طويل ولونه أخضر داكن. والأزهار جميلة شماريخها طويلة تفوق معاليق الأوراق بالطول. والبتلات زهرية اللون شريطية الشكل وترتد نحو الخلف يزهر النبات من كانون ثاني ويستمر حتى أيار.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** الناعور، دير شميل، شطحة، جورين، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار، الدرنات.

**المواد الفعالة:** زيت عطري، نيرول، فرنيسول، أنتوسيان.

**طبيعة الاستخدام:** يستعمل داخلياً وخارجياً بمشورة طبيب اختصاصي.

**طريقة الاستخدام:** صبغة، منقوع، مستحضر، مسحوق، كمادات.

### الاستخدام الطبي:

- يستعمل بخور مريم في علاج حالات الإمساك.

- أهم استخدام شعبي طبي لزهرة بخور مريم هو لمعالجة الدامل والجروح المتقيحة وهو علاج فعال في حالة وجود فطريات الأظافر وفطريات الجلد.

- يستخدم في علاج الحروق الخفيفة في الجلد و حروق أشعة الشمس.

- أشارت الأبحاث العلمية الحديثة أن نبات بخور مريم يحتوي على مواد لها تأثير على بعض أنواع الخلايا السرطانية.

- تستعمل الدرنات كمادة طاردة للديدان ومسهلة وكذلك تستعمل الدرنات كمادة قابضة في حالات أمراض الروماتيزم وآلام الرأس، وفي حالات أمراض القلب وتضخم الغدة الدرقية وفي مثل هذه الحالات تستخدم تحت اشراف طبي كامل.

### محاذير الاستخدام:

قد يحدث اضطرابات في جهاز الهضم والكليتين.



## بقلة

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي لنبات البقلة *Portulaca Oleracea L* ينتمي للفصيلة القرنفلية. هو عشب حولي منها ما هو منتصب ومنها ما هو منبسط. يصل ارتفاعها حوالي (30) سم، ساقها وأفرعها ملساء ذات لون مخضر إلى محمر عصيرية رخوة، أوراقها بيضية مقلوبة مستديرة القمة، الأزهار صغيرة صفراء اللون جالسة بدون أعناق تتفتح في الصباح ثم تغلق غالباً قبل منتصف النهار.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** فريكة، شطحة، دير شميل، وادي السرجان.

**الأجزاء المستخدمة:** تستعمل الأجزاء الهوائية بما فيها البذور.

**المواد الفعالة:** قلويدات وفلافونيدات وكومارينات وجلوكوزيدات، زيت ثابت، وغنية جداً بالكالسيوم والحديد والفيتامينات و(أوميغا . 3) . أملاح معدنية (نترات البوتاسيوم وكلوريدات البوتاسيوم وكبريتات البوتاسيوم)

### الاستخدام الطبي:

- إن للبقلة تأثير فعال في علاج الديدان الشعبية، كما أثبتت دراسات أخرى بأنها تقاوم الزحار العصوي
- عند حقن خلاصة العشبة فإنها تحرض التقلص الشديد للرحم وعند أخذ العصير بالفم فإن انقباضات الرحم تضعف.
- في الطب الصيني تستعمل البقلة لمشكلات مماثلة ولالتهاب الزائدة الدودية وكذلك ترياق لعلاج اصابات الأفاعي والعقارب والرتيلاء،
- تستخدم كدهان لعلاج بعض المشاكل الجلدية.
- أكدت أحدث الدراسات العلمية أن لها دور فعال في الوقاية من السرطان وعلاجه، حيث إنها تعمل على منع نمو وتكاثر الخلايا السرطانية، وتقوم بالتقاط الشوارد الحرة الناتجة عن الإصابة بالسرطان فيحد من انتشاره.

### محاذير الاستخدام:

يجب ملاحظة عدم استخدام البقلة كعلاج عند النساء أثناء الحمل وكذلك عدم استخدامها باستمرار.



## بلان

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للبلان *Poterium spinosum* L ينتمي للفصيلة الوردية. هو نبات قصير يتراوح طوله من (10-30) سم. وأوراقه ضيقة ريشية بطول (2-5) سم ، وأزهاره ذات لون زهري غامق وأحمر، تظهر ما بين شهري آذار وأيار ، وله ثمار صغيرة جداً ذات لون أحمر تشبه التفاح . ينمو بشكل كبير في بلاد حوض البحر الأبيض المتوسط، و هذا النبات متعلق بالضوء فينمو بعيداً عن الأشجار و يزول وجوده عند إعادة المناطق المقطوعة من الأشجار إلى أصلها. يمتاز البلان بفوائد بيئية هامة فجزره القوي يثبت التربة و يحميها من الانجراف بفعل الأمطار الغزيرة.

كان يستعمل قديماً في تسقيف البيوت بوضعه فوق أخشاب السقف عندما لا يتوفر ألواح الطبق الخشبية التي توضع فوق عيدان الخشب ، وأيضاً كان يستخدمه الفلاحون في كنس أرض البيادر لجمع الحبوب مع التراب والتبن والقش المتبقي بعد جمعه بالمدراة على شكل أكوام.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** دير شميل ، شطحة.

**الأجزاء المستعملة:** كامل النبات.

**المواد الفعالة:** مادته تشبه الغالجن (للسكري)، مواد عفصية، مواد قابضة، فلافونيات البلان.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع ، مستحضر ، صبغة ، لبخات ، ذرور.

**الاستخدام الطبي:**

- معالجة آلام الأسنان والتهابات اللثة: من خلال المضمضة بماء مغلي مع جذور البلان.

- جذوره النبات تستعمل في علاج مرض السكري وكذلك ضغط الدم العالي.

- يستخدم النبات لمعالجة مرض البواسير و يمكن ان يستخدم كمدر للبول.

- يمكن استخدام النبات لعلاج وقف النزيف.

- استخدام النبات يمكن أن يساعد على تسهيل عمليات الهضم.



## بطم فلسطيني

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبطم الفلسطيني *Pistacia palaestina* Boiss ينتمي للفصيلة البطمية. شجرة معمرة نفضية يصل ارتفاعها إلى (10) م الساق متعددة ولا سيما عند الأشجار الفتية. محور الأوراق موبر. الأوراق ريشية مركبة (4-5) أشعاع، زوجية بدون وريقة انتهائية غالباً. الورقات سميكة ولكنها ليست جلدية، بلون أخضر والتعصيب بلون فاتح، شبه لاطئة، النهاية العلوية للورقات مستدقة الشكل تنتهي بشعرة. الثمار بيضوية مضغوطة، بنية مزرققة. ينتشر في المشرق العربي وبالأخص المناطق الجبلية في غرب بلاد الشام.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** فريكة، شطحة، ساقية نجم.

**الأجزاء المستخدمة:** الثمار التي يُستخرج منها الزيت والصبغ.

**المواد الفعالة:** تحتوي ثمار البطم على حمض البالميتيك 24% ، حمض السيتاريك 1% ، حمض اللينوليك 22% ، حمض البالمتوليك 1% ، حمض الأوليفيك 50% ، حمض اللينولينيك 1%.

### الاستخدام الطبي:

- يفيد في علاج أمراض الكبد والأورام وأمراض المفاصل ، كما أنه يستخدم في علاج لسع الحشرات.
- صمغ شجرة البطم يستخدم في علاج داء الجرب.
- أظهرت دراسة حديثة أن صمغ البطم يفيد في علاج القرحة المعدية، وذلك لفاعليته في مقاومة البكتيريا الحلزونية المسببة لمرض القرحة.
- يستخدم زيتة في مداواة الأكزيما والحروق الجلدية.
- يستخدم في علاج احتقان الجيوب الأنفية.
- تخفيض كوليسترول الدم وبالتالي الوقاية من الأمراض القلبية الوعائية.
- يستخدم علاج السعال وعلاج التهاب القصبات وداء الربو.
- يمكن أن يستخدم مزيج الصمغ والزيت بعض أنواع السرطان.
- الزيت يدخل في تركيب بعض مستحضرات التجميل، كما أنه دواء لبعض الأمراض الجلدية.



## بلوط

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبلوط *Quercus infectoria Oliv* ينتمي للفصيلة الزانية. هو شجرة يمكن أن يصل طولها الى (20) م وقطرها (1.3) م، ذات قشرة حرشفية بنية اللون، الأوراق متساقطة، بسيطة، مسننة أو مفرصة، أحياناً شبه كاملة، بيضوية متطاولة، مسطحة أو متموجة على الأطراف، الأزهار المذكورة ذات غلاف زهري مقسم الى فصوص عميقة ضيقة لاتحتوي على عرق وسطي، الأزهار مؤنثة ذات أقلام قصيرة غير ملتحمة، حراشف قمع الثمرة وبرية قصيرة منطبقة على بعضها، نهايتها ذات لون أسمر، تتضج الثمار خلال السنوات الأولى. وفي العادة لا تحمل ثماراً حتى تبلغ حوالي 20 سنة من العمر. لكن تعيش هذه الأشجار عادة لوقت طويل يتراوح بين (200 - 400) سنة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** دير شمیل، جورين، أبوقبيس.

**الأجزاء المستخدمة:** اللحاء بدون القشرة الخارجية، والثمار المجففة.

**المواد الفعالة:** يحتوي اللحاء على مواد قابضة بنسبة 10- 20 % ، وأهم هذه المواد القابضة جلوكسيد كوير سترين، التتين.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم مغلي اللحاء كشراب لوقف النزيف الداخلي كما في حالة البواسير.
- يستخدم مغلي مسحوق القشور كمضاد للإسهال المزمن والدوسنتاريا، وكذلك في حالات الإفرازات المخاطية.
- يفيد مغلي قشور البلوط في التهابات وقروح الفم اذا استعمل كغرغرة.
- تؤكل ثمار البلوط لعلاج حموضة المعدة.
- تستخدم الثمار في الأكل لعلاج مرض ضمور الكبد.
- تحضر ثمار البلوط لاستخدامها كقهوة لعلاج الاسهال والدوسنتاريا ولعلاج ضعف الاعصاب.
- يفيد مغلي القشور في معالجة التبول اللاإرادي ولسلس البول عند المسنين.

## بنفسج

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبنفسج *Viola suaveolens* M. Bieb ينتمي للفصيلة البنفسجية. البنفسج نبات عشبي معمر لا يُعرف موطنه الحقيقي ولكنه انتشر في أوروبا و آسيا و أفريقيا. وأوراق البنفسج قلبية الشكل وأزهاره بنفسجية اللون ذات رائحة عطرية، وقد تكون أحياناً حمراء وردية أو بيضاء ومنها الأزهار المفردة والمزدوجة، ويبلغ طول الأعناق (90) سم وينتج النبات الجيد سنوياً بمعدل (125) زهرة في المتوسط في موسم طويل يبدأ من أواخر الشتاء وينتهي في أواخر الربيع.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** وادي السرجان، الزيارة، عناب، فريكة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

**المادة الفعالة:** مادة سالسليك أسيد وهي الاسيد الفعال الذي تصنع منه اقراص الاسبرين والاسبرو كذلك هنالك مادة قلبية تسمى فيولين .

### الاستخدام الطبي:

- في الطب الحديث يوصف زهر البنفسج شرباً كالثاي فيفيد ضد السعال والرشح.

- تستعمل الأزهار كمهدئ لآلام الالتهابات بشكل لبخات وتمزج زهوره مع السكر وتجفف لاستعماله في معالجة السعال والإمساك.

- يصنع من زهور البنفسج شراب مقو ومدر خفيف للبول.

- يفيد مغلي النبات كعلاج ضد الزحار.

- يفيد منقوع زهوره في أمراض الجلد، وهو منقو وملين ومعرق.

- مسكن لآلام سرطان اللسان بالمضمضة بمنقوع الأوراق.

- مقشع وطارد للبلغم من خلال شرب منقوع الجذور والأوراق.

- مخفض لدرجة الحرارة في الحصبة بشرب منقوع الأزهار.

- يستخدم الزيت لتصنيع مراهم تستخدم بالمساج وآلام الظهر.

- زيت البنفسج من أهم الزيوت المستخدمة في توفير الراحة النفسية.

- يستخدم الزيت بالمراكز الطبية في العلاجات الطبية التي تساعد على

استرخاء الجسم واعطائه حيوية.

- يستعمل الزيت للتخلص من الصداع وآلام الرأس.



## بوصير

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للبوصير *Verbascum cedreti* Bois ينتمي للفصيلة الغديبية. نوع من النباتات الحولية الوبرية. تنمو نباتات البوصير أساساً في أوروبا وآسيا. وتُعدّ الأماكن الحجرية الجافة في منطقة حوض البحر الأبيض المتوسط مناطق مناسبة لها. ولها حلية من الأوراق الوردية القريبة من الأرض والتي ينمو منها عنقود زهريّ طويل.

تبقى بذور البوصير قابلة للنمو لفترات طويلة وبعضها قد نبت بعد أن بقي محفوظاً لمدة (100) سنة. تنمو أنواع البوصير على جوانب الطرق وفي الأراضي المهجورة. يزرع البوصير الأبيض الموجود في غرب ووسط أوروبا في الحدائق ومن أنواعه الجذابة التي تُزرع في الحدائق نبات البوصير البرتقالي له زهور ذات لون أصفر زاهٍ أو برتقالي عرضها نحو (4) سم.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع حنجور ، موقع عناب، موقع المسحل

، موقع جب الغار .

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم الزيت الطيار من الأزهار كملطف للبشرة.
- يخفف من آلام الأذن والتهابات الاغشية المخاطية.
- يستخدم أيضا لعلاج السعال الديكي والسعال العادي والالتهاب الرئوي والتهاب الحلق واللوزتين.
- فعال في علاج اضطرابات الجهاز البولي.
- يعتبر البوصير من الأعشاب القديمة والحديثة التي تستعمل لعلاج أمراض الصدر بشكل عام.
- يستخدم على نطاق واسع لعلاج التهاب الحنجرة وذلك لغناه بمادة الهلام التي ترطب الحنجرة حيث يؤخذ ملعقة كبيرة من مسحوق أوراق وأزهار النبات وتغمر في ملء كوب ماء مغلي ويغطى لمدة عشرة دقائق ثم يصفى ويشرب بمعدل مرة صباحاً وأخرى مساءً.



## ترمس بري

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لنبات الترمس *Lupinus albus* L. ينتمي للفصيلة البقولية. نبات حولي، متفرع مغطى بشعيرات الأوراق راحية لها اذينات و الأوراق متبادلة على الساق النورة عنقودية الأزهار ذات لون أبيض. يزهر النبات في شهر شباط و آذار فهو من الحوليات الشتوية. ينتشر في تركيا والبلقان ومنها انتشر إلى معظم مناطق أوروبا والمشرق العربي.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** عناب، فريكة، موقع حنجر، موقع المسحل، نبل الخطيب.

### الأجزاء المستخدمة: البذور.

**المواد الفعالة:** يحتوي الترمس على الأملاح المعدنية، وعلى مادة اللستين المكونة من الكالسيوم والفوسفور معاً، كما غني بالألياف.

### الاستخدام الطبي:

- مفيد جيد للأعصاب، ومنبه للقلب، مدر للبول.
- يساعد على تخفيض السكر لدى المرضى، ويساعد في علاج الامساك.
- الترمس غني بالألياف، وهذا ما يجعله من الأغذية المناسبة لمريض السكر كما أنه يقاوم ارتفاع مستوى الكوليسترول، ويحمي من الاصابة بسرطان الأمعاء الغليظة.
- يساعد على التخلص من الغازات، وتنشيط الجسم ويساع على شد الأعصاب المترخية.
- مغلي الترمس يستخدم للقضاء على الديدان.
- تدلك به الأيدي والجسم للتخلص من الجرب والأكزيما والحزازة، ويستخدم للقضاء على جرب الحيوانات.
- مقو للأعصاب، لأنه ينشط الجسم ويشد الأعصاب المترخية.
- يعد من المصادر الطبيعية لفتح الشهية وتقوية الأجسام الهزيلة.
- لتحلية الترمس وجعله صالحاً للأكل أو مقبولاً يغلى بالماء (3-4) ساعات ثم ينقع بعد ذلك لمدة (2-3) يوم ، على أن يتم تبديل الماء يومياً، وعندما تذهب مرارته يرش عليه الملح حسب الرغبة والحالة.



## توت عليق

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لتوت العليق *Rubus fruticosus* L ينتمي للفصيلة الوردية. هو شجيرة شائكة متسلقة ارتفاعها (4) م. لها أوراق راحية الشكل ذات (3-5) فصوص. أزهارها بيضاء إلى قرنفلية الثمرة متكدسة وهي مجموعة حسلات لأن بداخلها بذور صغيرة. للثمرة مذاق طيب ورائحة زكية. تكون خضراء في البداية ثم تصبح بيضاء وعند النضج تصبح حمراء. تنضج في أواخر الصيف. تنتشر في أوروبا وشمال آسيا وحوض البحر الأبيض المتوسط وفي الأماكن المشمسة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** ساقية نجم ، فريكة.

**المواد الفعالة:** يحتوي على العديد من الفيتامينات ومعادن الحديد والكالسيوم والمغنيزيوم و الفسفور والبوتاسيوم و الزنك والنحاس والمغنيز، ويحتوي على نسبة من الألياف التي يحتاجها الجسم بشكل يومي.

**الأجزاء المستخدمة:** الثمار، الأوراق، الجذور.

### الاستخدام الطبي:

- مفيد جداً في حالات فقر الدم وأورام الحلق واللثة، وله تأثيرات فعالة في خفض درجة الحرارة وفي حالات الحميات والحصبة، كما انه يفيد في حالات العطش كما يستخدم عصير التوت كغرغرة وشراب ثلاث مرات في اليوم لحالات الحميات والتهاب الحنجرة والحصبة.

- يشرب مغلي جذور التوت بمعدل كوب واحد يومياً على الريق صباحاً، وذلك لعلاج حالات الاسهال وطرد الديدان المعوية.

- جذور التوت تعمل أيضاً على خفض نسبة السكر في الدم والبول وهو بذلك مفيد لحالات ارتفاع نسبة السكر في الدم وأمراض الكبد وحالات السعال والحصبة.

- يستخدم مغلي الازهار والأوراق وأيضاً تؤكل الثمار طازجة لتأثيرها المطهر، وذلك لعلاج التهابات الفم والأمعاء والاضطرابات الهضمية.

- يستخدم عصير التوت في المجال الطبي لإضافته مع الأدوية بغرض التلوين وتحسين الطعم.



## ثوم الدببة

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لثوم الدببة *Allium ursinum* L ينتمي للفصيلة النرجسية. نبات عشبي حولي وثنائي الحول يبلغ ارتفاعه نحو نصف متر ذو ساق منتصب تنتهي الى الأعلى بكيس زهري، أزهاره بيضاء وأوراقه خضراء اللون لامعة تتخذ شكل الحربة مع اشاعة بسيطة عند نهايتها، كبيرة الشبه بالثوم العادي شكلاً ورائحةً ولكن يكون الفص أكبر حجماً.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلوة.

**الأجزاء المستخدمة:** سائر أجزائه الهوائية بالإضافة الى البصلة.

**المواد الفعالة:** مواد كبريتية، زيت طيار، فيتامينات (A,B,D)، أملاح معدنية، خمائر ومواد مضادة للعفونة ومخفضة لضغط الدم ومواد مدرة لإفراز الصفراء.

### الاستخدام الطبي:

- للنبات دور فعال في علاج التهاب القصبات المزمن والغشاء القسبي والزكام المتكرر والأنفلونزا، وله دور فعال في قتل البكتيريا ومقاومة السموم التي تفرزها.

- تمتد فوائده إلى مجال الأورام الخبيثة، ففي حالة طحنه ينتج مادة تؤدي إلى تقليل حجم الأورام السرطانية إلى النصف إذا ما حققت بها.

- يفيد في حالات الأمراض المعوية ويطهر الأمعاء، خصوصاً عند الأطفال .

- يفيد مرضى البول السكري كثيراً في وقايتهم من مضاعفات المرض.

- طارداً لسموم الأفاعي والعقارب كضمد من مسحوقه.

- يستخدم الزيت لعلاج القروح المنقحة.

- تستخدم عشبة ثوم الدببة في علاج أمراض الجلد المستعصية كالأكزيما وداء الخنازير.

- تشفي من الاسهال سواء كان حاداً أو مزمناً.



## حبق

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Ocimum Basilicum L* ينتمي للفصيلة الشفوية. نبات عشبي حولي ترتفع عن الارض في حدود (50) سم، الأوراق بيضوية لامعة، الساق مربعه، الأزهار بيضاء صغيرة. الساق ضعيف و مربع الشكل، الأوراق غزيرة، لونها أخضرغامق، الجذور رفيعة شبه بيضاء و شبكية، البذور صغيرة، لونها بني غامق وشكلها بيضاوي .

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة، الزيارة، شطحة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأجزاء الهوائية.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي و خارجي.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع، مسحوق، كمادات، لبخات.

**الاستخدام الطبي:**

- يستعمل منقوع أزهار الحبق كمطهر للأعضاء، فقد أثبتت بعض الدراسات أن للحبق مفعول قاتل للجراثيم والديدان الطفيلية التي تعيش في الأمعاء، كما أنه طارد للغازات، ويساعد على تحسين عملية الهضم كما يعالج المغص المعوي.

- زيت الحبق يستخدم لعلاج نزلات البرد عند دهنه على الجسم، وكذلك لإزالة الكدمات وتقرحات الفم وفي حالات أمراض الأذن.

- كما يستعمل الزيت أيضاً لعلاج حب الشباب نتيجة لخواصه المضادة للجراثيم لذلك فهو مناسب والوقاية من حب الشباب .

- يستخدم الحبق أيضاً لعلاج مشاكل الجهاز التنفسي المختلفة كالسعال، الزكام، التهابات مجرى التنفس والربو . كما يساعد على سرعة تدفق الدم.

**محاذير الاستخدام:**

بما أن الحبق يحتوي على نسبة من مركب الاستراجول فإنه ينصح بعدم استخدامه من قبل المرأة الحامل كما ينصح بعدم استخدامه من قبل الاطفال تحت سن الثانية.



## حماض

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للحماض *Rumex acetosa* L ينتمي للفصيلة البطباطية. وهو عشب حولي غض يتفرع من قرب قاعدته ويصل ارتفاعه إلى (30) سم، أوراقه بسيطة بيضية إلى مثلثة الشكل عسيرية نوعاً ما لها طعمحامض مقبول جداً. الأزهار في مجاميع دائرية عنقودية الشكل ذات لون وردي إلى محمر والبعض وردي إلى مبيض أو وردي إلى مخضر.



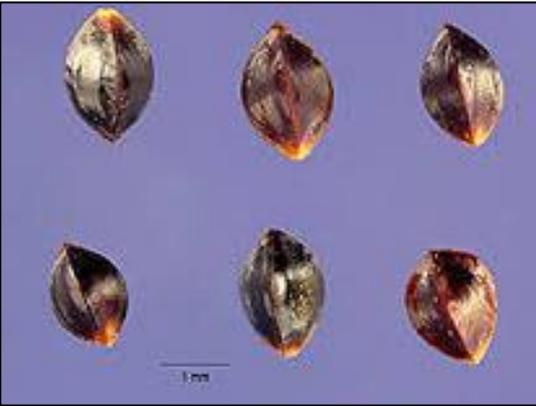
**مواقع تواجد النبات في الغاب:** جورين، شطحة، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** النبات كاملاً، البذور.

**المواد الفعالة:** يحتوي الحماض على قلويدات وانثرالسوينونات وفلافونيدات واستيروولات أما البذور فتحتوي على كريسوفا نول وإيمودين.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم النبات كملين للبطن ومفتت للحصاة.  
- بذوره تنفع من قرحة الأمعاء والأسهال المزمن والدسنتاريا.  
- يستخدم النبات لعلاج أثر لدغ الثعبان ولسع العقرب.  
- يقطع القيء ويسكن الغثيان الصفراوي.  
- عصارته تستعمل كغرغرة لعلاج آلام الأسنان والتهاب اللثة وقروح الفم.



- يستعمل في علاج الإمساك واحتقان الصفراء خاصة عند الكبار.  
- يؤكل طازجاً لعلاج اليرقان وتنشيط الكبد ولعلاج الإمساك وسوء الهضم وضعف الشهية للطعام.

- يستعمل للنساء لمعالجة أمراض الرحم المختلفة والعقم.  
- كان الناس في السابق يأكلونه مطبوخاً أثناء فترات الجوع وعدم توفر الغذاء، وأصبح الآن أكلة شعبية في بعض مناطق اليمن.

### محاذير الاستخدام:

ينصح بعدم استعمال الحماض في حالات النقرس والاسهال.

## حشيشة السعال

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لحشيشة السعال *Tussilago farfaa* L ينتمي للفصيلة النجمية. وهي عشبة معمرة يصل ارتفاعها إلى (30) سم ذات سوق مزهرة ولها حراشف أرجوانية وأزهار صفراء ذهبية وأوراقها قلبية الشكل. جذور النبات معمرة وزاحفة وله أزهار صفراء اللون والأوراق ذات حافة مسننة تسنيناً بسيطاً، ملساء ذات لون أخضر. ومن العجيب أن الأزهار تظهر في أواخر الشتاء قبل الأوراق بفترة طويلة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق والأزهار في الاستخدام الطبي تجمع الأزهار في أواخر الشتاء، أما الأوراق فتجمع في الصيف.

**المواد الفعالة:** تحتوي حشيشة السعال على فلافونيدات ومواد هلامية تتكون من متعددات السكريد. كما تحتوي على حموض العفص وقلويدات البيروليزيدين ومعدن الزنك.

### الاستخدام الطبي:

- تستخدم بشكل خاص للسعال التشنجي كما أنها تستخدم ممزوجة مع مسحوق عرق السوس والزعتر الشائع والكرز البري.
- مستخلصات النبتة بأكملها تزيد المقاومة المناعية.
- حشيشة السعال لها تأثير على دوالي الساقين وقروح الأقدام والحروق والتهاب المفاصل وذلك بوضع الأوراق الغضة والطازجة فوقها وتثبيتها.
- يعالج السعال بحرق مسحوق الأوراق واستنشاق دخانه كما يستنشق البخور.
- يعمل عصير الأوراق والأزهار الطازجة لمعالجة الأمراض الجلدية.

### محاذير الاستخدام:

لا تستخدم أزهار حشيشة السعال ولا تؤخذ الأوراق لمدة تزيد على أربعة أسابيع متواصلة، كما لا تؤخذ حشيشة السعال أثناء الحمل أو الإرضاع من الثدي، النبات غير ملائم للأطفال دون سن السادسة نظراً لاحتوائه على قلويدات البيرولولوزيديين السامة.



## ختمية

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للنبات *Alcea pallida* Waldst ينتمي للفصيلة الخبازية. نبات عشبي حولي صيفي، ارتفاعه كبير، ينجح في الأراضي جيدة الصرف ويفضل المواقع المشمسة. أزهاره على شكل أبواق وهي عديدة الألوان تظهر في الربيع وتستمر حتى نهاية الصيف. تنتشر في شرق البحر الأبيض المتوسط والصين. موعد الإزهار: من شهر حزيران حتى آب.



**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة، عناب .

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الأزهار، الجذور.

**المواد الفعالة:** المادة الفعالة في الختمية تعرف باسم الميوسيلاج تتراوح نسبتها بين 5-25% من المركب الكربوهيدراتي المعقد.

**طبيعة الاستخدام:** خارجي.

**طريقة الاستخدام:** منقوع، مطبوخ، ضمادات، مضغ.

**الاستخدام الطبي:**

- تستخدم الأزهار والأوراق بجانب الجذور كطاردة للبلغم ومهدئة ومدرة ومضادة للحصى ومضادة للالتهابات وللقرحة المعدية والاثني عشري.

- تستعمل جذور الختمية لعلاج التهابات الحنجرة والكحة والربو،

- يستخدم مسحوق الجذور والأزهار منقوعاً في الماء المغلي المبرد في

علاج التهاب الأوعية المخاطية لدى الأطفال، وفي حالات السعال

والسعال الديكي والتهابات الرئة والربو.

- تستخدم لعلاج كل الالتهابات حيث تستخدم جميع أجزاء النبات لعمل

منقوعات ومطبوخات وضمادات، تشفي التهابات الفم واللثة والحلق

كمسكن وملطف.

- توضع قطوراً في الأذن كغسيل منظم لالتهاباتها.

- تستخدم مضغ من قبل الأطفال لأوراقها الجافة لتخفف آلام التسنين

لديهم، ومغلي الأوراق مضمضة لشفاء خراج الأسنان.



## خرنوب

### التصنيف النباتي:

الاسم العلمي للخرنوب *Ceratonia siliqua* L ينتمي للفصيلة البقولية. هو شجرة دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها إلى ما بين (15-17) م. الأوراق ريشية تتكون من عنق طويل يحمل من (6-10) وريقات متقابلة، الورقة بيضية الشكل، الأوراق جلدية خضراء داكنة. الأزهار صغيرة حمراء، تتكون من زهرة واحدة مع ستة أسدية ذكورية، والزهور الذكورية ذات رائحة كريهة توجد في نورات ذات حامل أسطواني قصير. تخرج النورات من البراعم الجانبية على طول الأفرع. الأزهار مذكرة ومؤنثة وخنثى توجد على أشجار منفصلة. وتمتد فترة الإزهار من أيلول إلى تشرين ثاني. ثمار شجرة الخرنوب عبارة عن قرون عريضة وقد يصل طولها إلى (30) سم. بذور الخرنوب متساوية بشكل كبير مع بعضها في الحجم والوزن.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** مرداش.

**الأجزاء المستخدمة:** الثمار.

**المواد الفعالة:** قرون الخرنوب تحتوي على 36% سكريات و 5% من البروتين و 6% ألياف خام و 2% رماد، كما تحتوي أيضا على دهن خام 2%، مشيراً إلى أن 75% من السكريات الكلية للخرنوب عبارة عن سكروز مع جلوكوز وفركتوز.

### الاستخدام الطبي:

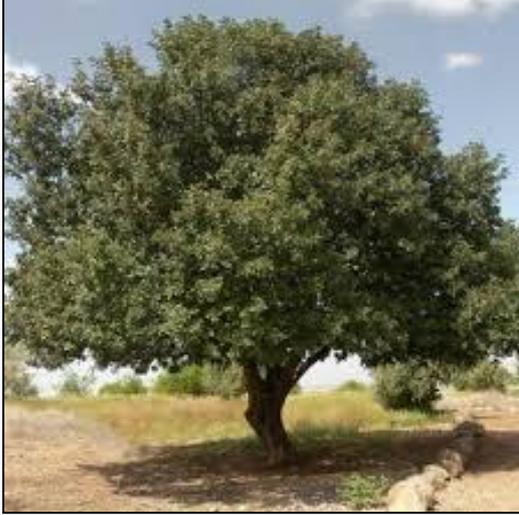
- أظهرت العديد من الدراسات بأن الخرنوب له عمل رئيسي في الأمعاء، حيث يساعد على امتصاص السوائل في الأمعاء و يساعد في التخلص من الإسهال عند الأطفال.

- يحتوي على الحديد، والذي يساعد على التغلب على فقر الدم.

- يعتبر أيضاً الخرنوب علاج مضاد لمرض هشاشة العظام، وذلك بسبب غناه في الفوسفور والكالسيوم.

- الخرنوب يحسن الهضم ويخفض مستوى الكوليسترول في الدم.

- يحتوي الخرنوب على أحماض تعمل بمثابة مسكن، مضاد للحساسية، مضاد للجراثيم، مضاد للفيروسات، وكمطهر.



## خس بري

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للخس البري *Lactuca saligna* L ينتمي للفصيلة النجمية. نبات عشبي ثنائي الحول، الأوراق متموضعة مباشرة على الساق دون عنيقة، لها أشواك صغيرة على جانبيها وفي الوسط. ينتج في السنة الأولى أوراقاً بيضوية الشكل غير مقسمة تصطف بشكل الزهيرة، ويبلغ طول الواحدة (12-30) سم أما في السنة الثانية فينتج هذا النبات جذعاً منتصباً ضخماً، اسطواني الشكل، متفرعاً، ذو لون أخضر شاحب ويصل ارتفاعه الى (1.5) م. الأوراق الجذعية خضراء داكنة متعانقة، متخالفة التوضع مستطيلة - بيضوية الشكل، رؤوس الأزهار عديدة، صفراء شاحبة تترتب في عرائيس، وتظهر في أواخر الصيف ينتشر النبات في بلدان المشرق العربي وحوض البحر الأبيض المتوسط.



**مواقع تواجد النبات في الغاب:** الزيارة، جورين، الجيد.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الجذور، البذور.

### الاستخدام الطبي:



- يستخدم النبات في علاج أمراض الروماتزم المفصلي.

- يساعد على تخليص الكلى من الحصى حيث ينصح بتناول كميات كبيرة من شاي النبات والذي قد يساعد علي إذابة حصى الكلى، ويعمل علي خروجها إلي خارج الجسم وتتم بعمل مغلي من الجذور المقطعة ويشرب منها عدة كاسات في اليوم، على الأقل لمدة عشرة أيام.

- أوراق الخس البري تعتبر من أفضل مدرات البول علي الإطلاق.

- من النباتات التي تحتوي على مرارة في الطعم، وله فائدة دوائية كبرى، وقدرة على الشفاء خصوصاً لأمراض الكبد والحوصلة المرارية.

- كما أنه يعمل على تخليص الكبد من السموم التي تصل إليه من الدم.



## خلة

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للنبات *Ammi Visnaga L* ينتمي للفصيلة الخيمية. أوراقه متعاقبة طويلة الزناد، أزهاره بيضاء عطرية. ينتشر في مناطق الوطن العربي المتوسطة والقوقاز ومعظم مناطق جنوب أوروبا، وأدخل إلى مناطق أخرى في وسط وشمال أوروبا ينتشر بين أغلب المحاصيل الشتوية وينمو برياً في الأراضي المهملّة، كما يمكن زراعته زراعة تقليدية لأغراض طبية.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** نبع البارد، الرصيف، دير شميل، فريكة، الزيارة.

**الأجزاء المستخدمة:** الثمار.

**المواد الفعالة:** تحتوي الخلة على مركبات كثيرة تعرف بالمواد المرة من أهمها: فيورانوكروموز، خلين، فزناجين، وخللول وخلينين وأميديين.

### الاستخدام الطبي:

- تستخدم حديثاً المركبات المفصولة من الثمار في علاج وإزالة الأمراض الجلدية السرطانية الناتجة عن التعرض للأشعة فوق البنفسجية والإشعاعات الأخرى غير المرئية والضارة بالبشرة والجلد.
- يستخدم مسحوق الثمار على هيئة مرهم لعلاج الصدفية حيث أن مادة الأيمودين المفصولة من الثمار تستخدم لعلاج الربو.
- تستخدم خلاصة الثمار كدهان موضعي لعلاج الالتهابات الجلدية المزمنة.
- الخلين له خصائص موسعة للأوعية الدموية وخصوصاً أوعية القلب والمسالك البولية.

### محاذير الاستخدام:

ربما قد تؤدي إلى زيادة تحسس بعض الأفراد للضوء المباشر للشمس، ويجب عدم استخدامها في حالات الحمل، حيث أن الخلة تحت الرحم على الانقباض نظراً لوجود مادة الخلين فيها.

## خلنج

### الوصيف النباتي:



الاسم العلمي للخلنج *Erica manipuliflora* Salisb ينتمي للفصيلة الخنجية. الخلنج من الشجيرات الصغيرة المتفرعة، حيث يصل ارتفاعها إلى (60) سم، أوراقه إبرية الشكل وأزهاره بيضاء أو قرنفلية اللون، أي ذات لون أرجواني، تنتشر بشكل عشوائي وهي خضراء طوال العام، كما تنمو على شكل سنابل.

**مواقع تواجد النبات في الغاب: شطحة.**

**الأجزاء المستخدمة: الأغصان المزهرة أو الأزهار فقط.**



**المواد الفعالة:** يحتوي الخلنج على فلافونيدات والأربوتين وحموض العفص وقلويدات مثل الأريكوئين ومواد راتنجية وحمض الساليسيليك.

### الاستخدام الطبي:

- الرؤوس المزهرة كانت تستخدم قديماً لعلاج لدغ الأفاعي.
- كتب العالم غالينوس عن قدرة النبات في الحث على التعرق.
- يعتبر الخلنج من المواد المطهرة وبالأخص للمسالك البولية ومدراً للبول كما يستخدم لعلاج حصى الكلى والمثانة.
- مفيد للروماتزم والنقرس والتهاب المفاصل حيث تستخدم الرؤوس المزهرة بعد سحقها وخلطها مع الفازلين أو الزيت يدهن به على المفاصل المصابة.
- اللبخة الحارة مع الماء لرؤوس الأزهار تفيد في علاج الروماتزم.
- تقول الدراسات الحديثة إن أزهار الخلنج تعالج الرشح والسعال.
- يدخل مع بعض الأعشاب في حالات حصى الكلى حيث يستخدم على هيئة مغلي بأخذ ملعقتين صغيرتين منها وتخلط مع ماء كوب ماء مغلي ويترك عشر دقائق ثم يصفى ويؤخذ بمعدل ثلاث مرات في اليوم ولمدة ثلاثة أيام.

### محاذير الاستخدام:

يجب عدم استخدام الخلنج من قبل المرأة الحامل والمرضع وكذلك الأطفال تحت سن السادسة.



## دردار

### الوصيف النباتي:



الاسم العلمي للدردار *Fraxinus syriaca* Boiss ينتمي للفصيلة الزيتونية. وهي شجرة صغيرة حيث يصل ارتفاعها إلى (15) م ، لحاؤها رمادي الى أخضر اللون ، القلف متشقق. الأوراق متساقطة- متقابلة - مركبة ريشية مفردة وعدد الوريقات (7-15) رمحية لاطئة البراعم سوداء، الأزهار: خنثى في نورات عنقودية تظهر قبل الأوراق من كانون ثاني إلى شباط .



الثمار: مجنحة متطاولة ذات نهاية مستدقة مدلاة.

الجذور: محبة جداً للماء الأرضي ، خشبها جيد له استخدامات عديدة وهي شجرة متعددة الأغراض. ومن النباتات أليفة الرطوبة ينتشر في المشرق العربي في سورية والأراضي الغدقة في لبنان وفلسطين.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** جورة سلمان ، فريكة، شطحة ، عناب، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق واللحاء.

### الاستخدام الطبي:

- تستعمل لعلاج ارتفاع الحرارة وكبديل للكينا.
- يستعمل محلول الأوراق واللحاء لتنظيم حركات الأمعاء، ولطرد الطفيليات منها، ولعلاج التهابات الكلى والمسالك البولية مثل نبات الخلنج وولتخلص من الحصى.
- تخفيف آلام الروماتيزم والنقرس.
- تستعمل الأوراق في كمادات أو في مستحضرات الحمام لعلاج الجروح الطرية وكمطهر للجروح النازفة.
- تعد جابرة لكسور العظام.
- يستخدم مسحوق اللحاء كمشروب مغذٍ للذين يعانون من التهاب الشعب الهوائية، كما أنه يشفي و يهدئ الأعشبية المخاطية.



## ذهب الشمس

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي *Helichrysum arenarium* (L.) Moench ينتمي للفصيلة النجمية. عشب معمر أخضر رمادي اللون، يكسوه وبر صوفي عنكبوتي. الساق الزهرية يتراوح طولها من (9-60) سم. الأوراق بسيطة، تامة، متناوبة بيضاء على كلا وجهيها.

الأوراق القاعدية رمحية مقلوبة الى ملعقة الشكل، الأوراق الساقية رمحية مقلوبة الى خطية، شبه معانقة للساق وذلك على كامل الساق. الأزهار كثيرة العدد (39-52)، أنبوية، جميعها خنثوية.

الثمرة أكينة أسطوانية الشكل، يغطيها أوبار غدية بيضاء، ويعلوها عفرة صفراء. موعد الأزهار: من حزيران الى تموز.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** جورين، شطحة، موقع فقرو، فريكة. **الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

**المواد الفعالة:** تحتوي الأجزاء الهوائية المزهرة زيتاً طياراً من أهم مكوناته: neryl acetate , nerol , geraniol , pinene , linalool ومركبات فلافونية من أهمها chalcone , apigenin , luteolin , kaempferol , quercetin يحتوي المستخلص الأزهار الكحولي فلافونات a,b helichrysin , naringenin (مضادات الأكسدة) إضافة لاحتوائه مركب arenarin .

**طبيعة الاستخدام:** داخلي ، خارجي.

### الاستخدام الطبي:

- يعتبر النبات المزهر مدرأً ومنتشطاً كبدياً ومفرغاً للصفراء وهاضماً.
- ينفع الزيت الطيار في تقوية جهاز المناعة وينشط حيوية الخلايا.
- يستعمل زيت خارجياً للنبات للعناية ببشرة الوجه والجلد ومضاد للالتهاب وعلاج الحساسية الجلدية وحب الشباب، كما يساعد الخلايا الجلد على ترميم وتجديد نفسها.
- يستعمل مركب arenarin المستخلص من النبات في روسيا كمضاد حيوي وعلى شكل مراهم في علاج التهاب العيون.



## رعي الحمام

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي لنبات رعي الحمام *Verbena officinalis* L ينتمي للفصيلة اللوزية. نوع نباتي عشبي يتبع جنس رعي الحمام من الفصيلة اللوزية ويسمى أيضاً الزوفا الهندي. يزهر من حزيران إلى تشرين الأول. يصل ارتفاع رعي الحمام إلى (75) سم الأزهار حمراء إلى زهرية فاتحة. ينتشر هذا النبات في دول أوروبا. في روما القديمة كانت تعتبر غصن خمسة نباتات دائمة الخضرة من الرموز المقدسة التي تستعمل في الأعياد الدينية، من بينها رعي الحمام.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، طاحونة حلوة. نبع الطيب.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الأزهار.

**المواد الفعالة:** يحتوى على الجليكوسيدات المرة المعروفة بالأيرودويدز، مثل الفربينالين والأكوبين والزيت الأساسي يمكن أن تساهم في فعاليته. كما يجذب مركبات أخرى مثل، القلويدات، والتانات، والغرويات.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم كمقو عام للجسم، وتحسين الهضم، ولمعالجة الآلام التشنجية في الجهاز المعوي .

- بما أنه مر الطعم، لذا فهو مفيد للأفراد الذين يعانون من كسل في المعدة، مثلما يحدث عند المصابين بداء السكري.

- لعلاج الإكتئاب، والضغط النفسية والعصبية وعلاج الأرق وقلة النوم.

- تسهيل عمليات الولادة وزيادة إدرار الحليب لدى المرضعات.

- لعلاج الإرضاع غير الكافي للطفل وسوء الهضم.

### محاذير الاستخدام:

يجب تجنب استعمال رعي الحمام بصورة عامة في الحمل المبكر، ومع ذلك فقد استخدمت عشبة رعي الحمام تقليدياً خلال الأسبوعين الأخيرين من الحمل لتسهيل المخاض، و يجب عم استخدامه أثناء الحمل إلا بإشراف أخصائي رعاية صحية ذو خبرة في طب الأعشاب.



## زنبق الماء

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي لزنبق الماء *Nuphar luteum (L.) Sm* ينتمي للفصيلة النيلوفرية. نبات مائي معمر ذو جذور عميقة وهو ينبت في المياه الراكدة. له ساق أملس يطول حسب عمق الماء فإذا ساوى سطح الماء أورق وازهر. أوراقه صفيحية على سوق اسطوانية، وأزهاره بيضاء كبيرة جميلة المنظر وبتلات الازهار تكون أحياناً مشوبة باللون القرنفلي. ينتشر نبات النيلوفر في بلدان أوروبا وينمو عادة في البرك وفي المياه الراكدة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** قطرة الريحان.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الازهار، الجذور.

**المواد الفعالة:** يحتوي الجذر على قلويدات ومن أهمها نيمفايين ونوفارين ومواد راتنجية وجلوكوزيدات وحمض العفص.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع، مطبوخ، مستحضر سائل، صبغة، كمادات.

### الاستخدام الطبي:

- جذور النيلوفر له تأثير قابض ومطهر.

- يستخدم النيلوفر لعلاج النزلات القصبية وكذلك آلام الكلى.

- يؤخذ كسائل غرغرة لالتهابات الحلق.

- كما يستخدم الجذر لعلاج التقرحات المهبلية.

- يهدىء الجهاز العصبي المركزي ولذا فهو مفيد في علاج الأرق والقلق والاضطرابات المشابهة.

- النيلوفر مبرد مرطب نافع ضد السعال والرئة و الصداع.

- يستخدم مغلي نبات النيلوفر في علاج الاسهال.

### محاذير الاستخدام:

لا توجد أي أضرار جانبية الا إذا زادت الجرعة المستخدمة.



## زعرتر بري

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للزعرتر *Thymus syriacus* Boiss ينتمي للفصيلة الشفوية. هو جنبة صغيرة متباينة الأحجام، طولها يتراوح من (30-50) سم. الأفرع منتصبية، متخشبة بدرجات متفاوتة، صلبة، مورقة، بيضاء زغبية. الأوراق لاطئة، صلبة - منبسطة، خيطية- رمحية، حادة القمة يكسوها وبغزارة غدد مفرزة لزيت طيارة. الأزهار خنثوية، تجتمع في نوريات رئيسية انتهائية كثيفة، بيضوية إلى اسطوانية، الأزهار: من حزيران الى تشرين أول، الثمرة أكينة بيضوية أو مستطيلة قصيرة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** نبع الطيب، شطحة، وادي السرجان.

**الأجزاء المستخدمة:** الفروع المزهرة، و الأوراق.



**المواد الفعالة:** زيت الزعرتر يحتوي من 20-54 % من الثيمول

ويحتوي الزيت العطري أيضاً على مجموعة من المركبات الإضافية، مثل بي سيمين والميرسين والبورنيول واللينالول.

**طريقة الاستخدام:** تغلى الأزهار و أوراقه مع الماء و تشرب كالشاي.

### الاستخدام الطبي:

- فاتح للشهية: يعمل الزعرتر على تنبيه المعدة وطرده الغازات ويمنع التخمرات ويساعد على الهضم وامتصاص المواد الغذائية وطرده الفطريات من المعدة والأمعاء الى جانب أنه يزيد الشهية.

- مضاد للأكسدة: بإضافة زيت الزعرتر إلى المواد الغذائية المعلبة يمنع الأكسدة بدلاً من إضافة مواد صناعية قد تضر بصحة الإنسان.

- تقوية الجهاز المناعي: يحتوي على بعض المواد شديدة الفاعلية تساعد في علاج بعض الأمراض حيث يحتوى على مواد لها خاصية مسكنة للألم ومطهرة ومنتشطة للدورة الدموية. وينشط الزعرتر عامة كل الوظائف المضادة للتسمم، ويسهل إفراز العرق، ويدر البول.

- علاج مشاكل الشعر وآلام الأسنان: يعتبر الزعرتر منشطاً ممتازاً لجلد الرأس ويمنع تساقط الشعر ويكثفه وينشطه، وينفع في علاج آلام الأسنان والتهابات اللثة خاصة إذا طبخ مع القرنفل في الماء.



## زعرور

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للزعرور *Crataegus monogyna* Jacqu ينتمي للفصيلة الوردية. وهو من الأشجار الحرجية متوسطة الحجم ، فروعها تنتهي بشوك، أوراقها مجنحة وصلبة كالجلد، أزهارها بيضاء، أوراق الطلع فيها وردية أو حمراء، ثمارها كروية حمراء تحوي كل منها (2 - 3) نواة. تحصد الأطراف العليا المزهرة في أواخر الربيع، والعنابات في أواخر الصيف وأوائل الخريف.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع فقرو، المسحل، نهر البارد.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، لبخات، منقوع، مستحلب، كمادات.

**الأجزاء المستخدم:** الأجزاء الهوائية (الأزهار والأوراق، اللحاء والثمار).

### الاستخدام الطبي:

- يستعان بخلاصة الزعرور البري في علاج التهاب عضلة القلب، وتصلب الشرايين، وفي حالات الذبحة الصدرية، وأمراض صمامات القلب. أيضاً فإن خلاصة الزعرور مفيدة في علاج اضطرابات عضلة القلب سواء كانت ناتجة من سرعة ضربات العضلة أم بطئها، وفي فتح الأوعية الدموية وتحسين سريان الدم فيها.

- توصف خلاصة نبات الزعرور البري (مزيج من الأوراق الجافة والأزهار والثمار) لعلاج الأمراض الميكروبية التي يمكنها أن تترك تداعيات سمية شديدة الخطورة على عضلة القلب، كما الحال في حالات الدفتيريا، والتيفوئيد، والتهاب الرئتين.

- ينفع الزعرور البري في علاج ارتفاع ضغط الدم كما في انخفاضه، حيث أن نبات الزعرور يعيد ضغط الدم إلى حالته السوية.

- كما تبين أن الزعرور يقوي الذاكرة، خصوصاً إذا تم تناوله مخلوطاً مع نبات الجنكة.

- يملك الزعرور خواص تساهم في تخفيف إصابات المجاري البولية التي تسببها بعض أنواع البكتيريا الضارة.



## زعفران بري

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للنبات *Crocus vitellinus* Wahlenberg ينتمي للفصيلة السوسنية. ارتفاع النبات (30-40) سم والثمار كبسولية الشكل حمراء بداخلها العديد من البذور المستديرة، تنشط بويصلات الزعفران مع هبوب رياح فصل الخريف وتخرج وروده، وينبت في مناطق معتدلة الحرارة تربتها رملية وأرضها مستوية.

موعد الازهار عند هذا النوع : ( أيلول - كانون ثاني).

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، ساقية نجم.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

**المواد الفعالة:** تحتوي أعضاء التلقيح (السمات) على زيت دهني طيار ذي رائحة عطرية ومواد ملونة.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم الزعفران منذ القدم في علاج كثير من الأمراض مثل النزلات المعوية، وكمهداً لاضطرابات المعدة.

- لعلاج السعال الديكي ونزلات البرد.

- يدخل الزعفران في صناعة الأدوية الحديثة كتلك المستعملة لطرد الديدان المعوية والأدوية المهدئة للحالات العصبية والنفسية والأدوية المستعملة لتنشيط الإفراز البولي وكثير من الأدوية الأخرى.

- يعتبر الزعفران مضاد للتشنج و يدخل السرور على قلب من يشربه، منبه للمعدة، شديد المفعول للأمعاء والأعصاب.

- الزعفران يدخل في بعض الأدوية المستخدمة لتنشيط القلب وبعض أنواع الكحل المساعد في إزالة الغشاوة من العين.

- أظهرت دراسة إيطالية أن نبات الزعفران يمكن أن يصبح علاجاً أساسياً لمنع فقدان البصر في مرحلة الشيخوخة.



## زوفنا

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للزوفنا *Micromeria myrtifolia* Boiss. et Hohen ينتمي للفصيلة الشفوية. هي عشبة حولية أو معمرة يبلغ ارتفاعها حوالي (50) سم كثيرة الفروع، عطرية الرائحة، أوراقها حرابية الشكل مجمعة متقابلة وغير مسننة وصغيرة تشبه الحراشف. الأزهار متجمعة تزهر على جانب واحد من الرأس بين شهري (حزيران وآب) أزهاراً صغيرة نيلية اللون ونادراً بيضاء أو حمراء والزهرة لها شفتان مع أنبوب طويل وهي دقيقة الطرف تنمو على شكل مجاميع ثلاثية عند المفاصل. ولنبته الزوفنا ساق عقدية خضراء ممتلئة بدون قشرة، ويصبح لونها أحمر أو أرجوانيا في فصل الخريف. تنتشر في حوض البحر الأبيض المتوسط. وتكثر في الأراضي الكلسية المشمسة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، جورين ، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأجزاء الهوائية من النبات.

**المواد الفعالة:** هي الفلافينودات والتربينات، مثل: ماريوبيين ، والتي

تعتبر طارد قوي للبلغم، والديتربين كما أنها تحتوي على حامض الكافيك، والكربوهيدرات المعقدة، والزيوت الطيارة ، الهيسوبين والتانين والرتنجات.

### الاستخدام الطبي:

- تكون دواء فعالاً ضد عسر الهضم وانتفاخ البطن والمغص، في حالة إضافة مقدار ملعقتين صغيرتين منها إلى ملء كوب ماء مغلي، مع القيام بتغطيته لمدة عشرة دقائق، ثم يصفى ويشرب مرتين في الصباح والمساء.

- كما أنها منظم لضغط الدم، و تعزز من الدورة الدموية ، ممتاز للعيون ، وحة الصوت ، والرئة ، والاعشبة المخاطية ، ومشاكل الجلد ، بالإضافة إلى المشاكل العصبية.

- أن نبات الزوفنا مفيد للغاية في علاج حالات الربو خصوصاً بين الأطفال .

## زهرة الحواشي

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Veronica syriaca* Roem & Schult ينتمي للفصيلة الحملية. وهو نبات عشبي معمر زاحف متفرع الأغصان يصل طوله حتى (30) سم. أوراقه متقابلة ومسننة وبيضوية الشكل أو متطاولة تتصل بالساق بذيل قصير. لون الأزهار زهري أو أبيض ليلكي وأذيالها أقصر تتجمع في عناقيد تخرج عادة من عب ورقة من الورقتين المتقابلتين. تتألف الثمرة من جيبين فيهما الكثير من البذور يستفاد من الأغصان التي تقطف في زمن تفتح الأزهار (نيسان- حزيران). تجفف في الظل أو في مجفف تصل حرارته إلى (45) درجة مئوية النبات الجاف أخضر اللون بلا رائحة وطعمه مر. الرطوبة التي يسمح ببقائها 12% توضع في أكياس ورقية وتحفظ في مكان جاف .

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، جورين.



**المواد الفعالة:** يحتوي النبات على الزيت الاتيري وعلى غليكوزيدات، وصابونينات، وحموض عضوية، وتأنينات، ومواد مرة، والقليل من القلويات وفيتامين (A) وغيرها.

### الاستخدام الطبي:

- للنبات مفعول مسكن لالتهاب الغشاء المخاطي في المجاري التنفسية، يوصف لعلاج أمراض جهاز التنفس (التهاب الحنجرة والتهاب القصبات، وضيق النفس).

- لزهرة الحواشي مفعول معقم لمجاري البول ويحسن وظائف الكبد.

- تستخدم لعلاج بعض أمراض الكبد.

- يستخدم الطب الشعبي زهرة الحواشي أيضاً في علاج عسر التبول، وتبول الدم، وحة الصوت، والإعياء، والمرحلة الأولى من التدرن الرئوي والحمى وغيرها.

- يوصف منقوع الأغصان في زيت الزيتون بنسبة (1/ 10) لعلاج الجراح المتقيحة والدمامل والحروق.



## سحلب

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للسحلب *Orchis comperiana* Stev ينتمي للفصيلة السحلبية . وهو عشب معمر ينمو بارتفاع (60) سم له أوراق ضيقة رمحية الشكل سميكة غالباً ما تكون ملطخة بلون أسود، للساق أزهار بنفسجية وله جوزان من الدرناات الأرضية أحدهما أطول من الأخرى. والدرناات مستطيلة أو بيضاوية الشكل لونها من الخارج أسمر فاتح ومن الداخل قشدي مصفر أما موعد الازهار في شهري ( أيار - تموز) ، ينمو السحلب برياً في سوريا و ايران وافغانستان واليونان والمغرب. **الأجزاء المستخدمة:** هي الدرناات الموجودة تحت سطح الأرض. **المواد الفعالة:** تحتوي درناات السحلب على حوالى 50% مواد صمغية وهلامية، وعلى بروتين ومواد مرة وعلى حواى 30% نشاء و13% دكسترين ومعادن وزيت طيار.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** عناب.

### الاستخدام الطبي:

- يعتبر السحلب ذو قيمة غذائية كبيرة فهو مقو ومضاد للاسهال المزمن والمصابين بالدستاريا.
- في بريطانيا يستخدم السحلب لمرض السل كما يوصف لحالات التسمم حيث أنه ملطف ومنتشط للدورة الدموية.
- يستعمل لإيقاف نزيف الرحم حيث يستخدم لهذا الغرض بأخذ ملعقة صغيرة من مسحوق الدرناات ويوضع فوق النار مع مقدار كوب ماء ويقلب جيداً باستمرار ويضاف إليه السكر ثم يبرد ويشرب بهدوء فيوقف النزيف.
- كما أن السحلب يساعد على التسمين للذين يعانون من النحافة الزائدة وتحسين الصحة.
- يعمل على تقوية العظام والوقاية من ارتفاع ضغط الدم والحفاظ على سلامة وقوة الأسنان وتحسين قوة الجسم المناعية والوقاية من خطر الإصابة بأي مرض معدي.



## سرو دائم الاخضرار

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للنبات *Cupressus sempervirens* L ينتمي للفصيلة السروية. هوشجرة دائمة الخضره يصل ارتفاعها إلى (30) م ذات اوراق خضراء غامقه دقيقه ومخاريط ذكريه وأنثويه وهو بطيء النمو. شجرة يتراوح ارتفاعها بين(20-30) م، وقطرها يصل حتى (1) م، قشرتها رقيقة ذات لون بني وهي ذات شقوق طولانية، الأوراق صغيرة جداً وملتصقة بالأفرع، الأزهار المذكرة كروية مفردة توجد في قمم الفروع الصغيرة، والمخاريط المؤنثة شبه كروية، المخاريط الثمرية تتضج في عامين ، البذور صغيرة ومحاطة بجناح صغير ضيق، يحتوي الكيلو غرام الواحد منها على (120) ألف بذرة. يمكن أن تعمر أشجار السرو دائمة الاخضرار حتى (500) سنة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طريق القرنوح.

**الاجزاء المستخدمة:** المخاريط والأغصان.

**المواد الفعالة:** تحتوي الأغصان على زيت طيار يضم البايينين والكامفين والسيترول وتحتوي المخاريط على حمض العفص.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي، خارجي.

**الاستخدام الطبي:**

- عندما يوضع السرو خارجياً كدهون أو زيت عطري يحدث انقباضاً للأوردة الدوالي والبواسير ويضيق الأوعية الدموية.
- يستخدم مغطس من المخاريط للأقدام لتنظيفها ومكافحة التعرق.
- عندما يؤخذ السرو داخلياً يعمل مضاداً للتشنج ومقوياً عاماً.
- يوصف للشاهوق وبق الدم والسعال التشنجي ويفيد هذا العلاج أيضاً الزكام والانفلونزا والتهاب الحلق.
- يحضر من مسحوق ورقه جرعة تصل إلى أربعة غرامات لعلاج آلام الصدر والسعال، كما يحضر منه صبغه يستخدم منها ما بين (20-40) نقطة.
- صمغ السرو يساعد على التئام الجروح جيداً ويوقف نزف الدم.



## سوسن بري

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Iris nusairiensis* sp nova ينتمي للفصيلة السوسنية. المجموع تحت الأرضي: ريزومي أو بصلي، الساق: قد تكون غير واضحة أو متطورة جداً، بسيطة أو متفرعة. الأوراق مترابطة غالباً، قاعدية، الأزهار عديدة التناظر في نورة محدودة النمو، لاطئة أو قصيرة الشمراخ، مفردة أو في مجموعات سيمية. الغلاف الزهري: مؤلف من ستة قطع (بتلات) تلتحم لتشكل أنبوباً، تمتاز البتلات الخارجية إلى ظفر نصل، البتلات الداخلية منتصبة وغالباً أصغر من الخارجية.

القلم مقسم من الأعلى إلى ثلاثة أفرع شبه بتلية واضحة. المبيض ثلاثي محاط بأنبوب الكم، موعد الأزهار لهذا النوع (آذار- نيسان). يمتلك هذا النوع مجموع تحت أرضي بصلي ذات نور مستمرة ثخينة، فهي تحتاج إلى معاملة بعناية خوفاً من تضرر الجذور عندما ترفع من التربة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب: شطحة.**

**طبيعة الاستخدام: خارجي.**

**طريقة الاستخدام: مسحوق، طازج، مستحضر، زيت.**

**الأجزاء المستخدمة: الأجزاء الهوائية.**

**الاستخدام الطبي:**

- يستنشق مسحوقه كمعطر و صرف المخاط والزكام من الأنف.
- زيتة يستخدم في صناعة العطور ويدخل في زيوت المساج.
- يدخل في الصناعات الطبية وخاصة معجون الأسنان.
- يستخدم كملين ومدر للبول.
- أيضاً يستخدم في مستحضرات التجميل والروائح العطرية.
- يستخدم كمشروب لعلاج التهابات الحنجرة والتهابات الكلى والمثانة.
- كما يستعمل النبات لادرار اللبن.
- يستخدم لعلاج الروماتيزم بالتدليك.

## سنديان عادي

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للسنديان *Quercus calliprinos* Webb ينتمي للفصيلة الزانية. شجرة قد يتجاوز ارتفاعها عشرين متراً، كثيرة التفرع والفسائل إذا قطعت، الأوراق دائمة (عدة سنوات)، ذات عنق قصير، قاسية، مسطحة أو مجعّدة، ذات حافة مسننة شوكية تنضج ثماره في عامين؛ وتعطي كل ثمرة بلوطة بيضوية محاطة بقمع نصف كروي مغطى بحراشف سفلية منطبقة على القمع، تتلوها حراشف علوية سنانية منتصبة أو ممتدة إلى الأسفل وينتشر السنديان العادي في المناطق الشرقية من البحر المتوسط وغربي آسيا. وفي إيران والعراق وسورية وتركيا ولبنان وفلسطين والأردن واليونان وكذلك في ليبيا.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** أبو قبيس، شطحة.

**الأجزاء المستخدمة:** قشر الأشجار الفنية طيلة أيام السنة وعلى الأخص في فصل الشتاء، الثمار الناضجة والمجففة في الشمس.

**المواد الفعالة:** مادة قابضة وموقفة للزيف ومسكنة للألم.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم في معالجة سلس البول.
- تفيد الثمار في معالجة فرط الحموضة في المعدة وضمور الكبد.
- يساعد مسحوق الثمار على شفاء الجروح إذا رش عليها.
- تفيد الثمار بخلطها مع القهوة أو الكاكاو في معالجة الإسهال. والدسنتاريا وضعف الأمعاء والأعصاب وذلك بتجفيف الثمار ثم طحنها مع القهوة وتعمل مغلي بإضافة ملعقة صغيرة لكل فنجان ماء.
- إن رماد الشجرة يفيد في تبيض الأسنان.
- يستخدم في معالجة الاكزيما وذلك برش مسحوق اللحاء على مكان الإصابة.



## شقائى النعمان

### الوصف النباتى:



الاسم العلمى للنبات *Anemone coronaria* L ينتمى للفصيلة الحوذانية. هو عشب حولى ذو ساق رفيعة غضة منتصبة ومتفرعة، الأوراق رمحية الشكل حافتىها مفصصة أو تبدو كأنها مقطعة ومسننة. للزهرة عدة ألوان بينها البنفسجى والزهري والأحمر والأبيض والقرمزى والقرنفلى والأرجوانى. ثمرة النبات عبارة عن كبسولة بيضوية الشكل مستديرة القاعدة تحوى عدداً كبيراً من البذور. ينتشر النبات فى أوروبا وشمال أفريقيا والمناطق المعتدلة فى آسيا.



**مواقع تواجد النبات فى الغاب:** عين الكروم، سلحب، طاحونة حلاوة، ساقية نجم.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

**المواد الفعالة:** الأزهار تحوى على صبغ أحمر وقلويدات وعلى مواد هلامية (Rhoegen، Rhoeadine، papaverine) وحمض العفص.

### الاستخدام الطبى:

- اشار العشاب الأيرلندى كيوغ سنة 1735م إلى ان شقائى النعمان ذات طبيعة مبردة ومنعشة عند شرب مغلى ما بين (5 - 6) زهرات، يخف الألم ويحث على النوم. كما يمكن وضع الأوراق الخضراء على القروح والحبوب والحميات الجلدية الحارقة.

- تستخدم الأزهار كمهدأ معتدل للألام وكعلاج للسعال المتهيج.

- يساعد فى خفض فرط النشاط العصبى.

- يمكن استخدام العشبة أيضاً فى علاج الأرق والسعال والربو ويُعطى عادة كشراب.

- تستعمل العشبة بكاملها فى محلول عادى وذلك بأخذ ملعقة صغيرة من مسحوق العشبة وتوضع على ملء كوب ماء مغلى وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب لعلاج الأضطرابات العصبية عند الأطفال ملعقة كبيرة (2-3) مرات فى اليوم.



## شوفان

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للشوفان *Avena pratensis* L ينتمي لفصيلة النجيلية. والشوفان نبات حولي طوله من (50 - 170) سم. طول الساق من (60-150) سم ويحتوي من (4-5) سلاميات مجوفة، تسمى السلامية العليا التي تحمل النورة بالحامل الزهري وينتج النبات في الظروف المعتادة من (3-5) فروع قاعدية. جذور الشوفان صغيرة ومتعددة ليفية مغطاة بالشعيرات الدقيقة وتمتد إلى أعماق التربة كلما تقدم العمر بالنبات وقد تصل إلى أكثر من متر وتكون جذور الأصناف المتأخرة أكثر تعمقاً من جذور الأصناف المبكرة.

توجد دلائل كافية على أن الشوفان كان معروفاً منذ القدم في شمال غرب أوروبا ثم امتدت زراعته إلى روسيا وتركيا وبلاد الشام وإلى الولايات المتحدة الأمريكية. وقد وجدت حبوب الشوفان في مواقع متعددة من سويسرا وألمانيا والدنمارك وفرنسا يرجع تاريخها إلى 2000 سنة قبل الميلاد كما كان يزرع في مصر والهند والصين.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** سلحب، حورات عمورين، العشارنة، الحواش، زيزون، القرقور، المنصورة، القاهرة، الجيد، عين الكروم، موقع حنجور، موقع عناب، موقع المسحل، موقع جب الغار، موقع البركة.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم نبات الشوفان لتخفيض الكوليسترول ويقلل من ارتفاع السكر في الدم يساعد على التخفيف من الوزن ويحسن الهضم.  
- يعزز جهاز المناعة لدى الإنسان وتقوية العظام لغناه بالكالسيوم والفوسفور والمغنيزيوم.

- جيد للبشرة حيث يساعد حمام دقيق الشوفان على التئام الجلد الجاف، ويشفي من الأكزيما وغيرها من الحالات الجلدية.  
- يستخدم لتخفيف حالات الاكتئاب، والأرق، والتعب الجسدي أو العصبي.



## شوكران

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للشوكران *Conium Maculatum* L ينتمي للفصيلة الخيمية. النبات عشبي ثنائي الحول يصل ارتفاع النبات إلى (1-2) م، وساقه جوفاء قائمة ومتفرعة، ملساء وعليها نقاط أرجوانية اللون. الأوراق كبيرة، طولها (10-40) سم، متناوبة ولها غمد في قاعدة المعلاق، مفصصة مضاعفة ومقسمة إلى أجزاء مستقلة وحوافها خشنة الأسنان، والأوراق السفلية ذات معلاق، والعلوية لاطئة. النورة خيمة يتراوح قطرها بين (3-7) سم، والأزهار بيضاء صغيرة، لا يزيد قطرها عن (2) مم، والثمرة صغيرة وتحتوي على بذرتين بنيتي اللون، يزهر من نيسان وحتى حزيران. وينتشر بشكل واسع في المناطق الرطبة وعلى أطراف الحقول والطرق في مناطق مختلفة من سورية.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة، جورين، شطحة.

**الاجزاء المستخدمة:** الثمار غير الناضجة والمجففة هوائياً.

**المواد الفعالة:** تحتوي البذور على قلويدات بنسبة 1% ، كونين، كونستين، كونهدين.

**طبيعة الاستخدام:** خارجي فقط.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع، لبخات، صبغة ، مسحوق.

**الاستخدام الطبي:**

- يستخدم دهاناً لعلاج الأمراض الجلدية بشكل عام (جرب، صدفية، حكة).

- يستخدم دهاناً لعلاج مرض النقرس.

- يستخدم لقطع اللبن من الثدي تضميدياً.

- يتم استخلاص العقار المسكن للآلام العصبية من هذا النبات على شكل لصقة.

**محاذير الاستخدام:**

يتمتع النبات بسم عديم الرائحة والعالم سقراط انتحر بتناول ثمار هذه النبات.

## صفصاف

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للصفصاف *Salix alba L* ينتمي للفصيلة الصفصافية. ينمو في التربة الرطبة بنصف الكرة الشمالي. ويوجد الصفصاف في جميع أنحاء العالم حيث يزرع على جوانب الجداول والسواقي ليستفيد منها القرويين في عمل ظل وتخفيف أثر الرياح الحارة في الصيف والباردة في الشتاء، كما تستخدم لعمل ماسك لبعض الأدوات الزراعية وكذلك تستخدم الأغصان الصغيرة كحطب.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، اللحاء، الأزهار.

**المواد الفعالة:** من أهم المركبات الموجودة هي الساليسين Salicine الموجود في قلف نبات الصفصاف.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم مغلي لحاء النبات كعلاج طارد للحمى، مضاد للروماتيزم وآلامه، مضاد للالتهاب ومهدئ للآلام.
- تستخدم أوراقه في علاج حالات السيلانات وبعض الأمراض.
- الأزهار تستعمل مذبذبة للبلغم ومهدئة للأعصاب.
- إن المستخلص الشائع والشهير لنبات الصفصاف هو الأسبرين فهو مخفف للآلام لذا يستخدم في حالات الصداع والآلام العصبية الأخرى. وهو ذو تأثير خافض للحرارة، فيستخدم في الحميات.
- كما يحوي خواصاً مضادة للالتهاب طارحة لحمض البول وهي مفيدة في حالات الروماتيزم والنقرس وبعض الالتهابات الداخلية في جهاز البول.

### محاذير الاستخدام:

عند استخدام اللحاء شعبياً يراعى التقيد بجرعات صغيرة إذ أن المبالغة في استعماله قد تسبب ظهور بعض الآثار الجانبية مثل: التهيج العصبي والنفرة، نفخة مؤلمة في البطن مترافقة مع الإسهال، أرق واضطراب في النظام الحراري للجسم، وتناوب القشعريرة والحمى.



## صفندر

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للصفندر *Ruscus aculeatus* L. ينتمي للفصيلة الهليونية. جنبة دائمة الاخضرار (30-60) سم ، كثيفة، شائكة. السوق مورقة، قاسية، مضلعة ، كثيرة التفرع. الأوراق بشكل حراشف مثلثية. الفروع مبسطة كأصص ورقية، بطول (1-4) سم، و عرض (1-2) سم، بيضية الشكل أو مستطيلة مستديرة الطرفين تنتهي برأس شائك و تحمل في وسطها أزهاراً . الأزهار مخضرة وحيدة أو ثنائية - ثلاثية في إبط قنابة ورقية الثمرة عنبية كروية ذات لون أحمر قانٍ و قطر يقارب (1) سم. موعد الإزهار لنبات الصفندر: شباط - نيسان.



خواص النبات أنه ثقيل الرائحة ، مر الطعم .

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الجذور، الأوراق.

**المواد الفعالة:** زيت عطري، راتنج، سابونيزيد، كالسيوم، بوتاسيوم.

**طبيعة الاستعمال:** داخلي و خارجي.

**الاستخدام الطبي:**

- يستخدم لعلاج أمراض القولون.
- يستخدم لمعالجة اليرقان و الصداع.
- يعمل على توسيع الشعب الهوائية لذلك فهو يعالج ضيق التنفس.
- قد تؤكل قضبان هذا النبات إذا كانت غضة و في طعمها مرارة .
- تستعمل الجذور في تركيب المستحضرات المدرة للبول.
- الأوراق تستعمل مع مركبات السلفا والأدرينالين كمخدر موضعي وفي علاج البواسير على شكل مرهم.
- يعمل على تهدئة الجهاز العصبي.

**محاذير الاستخدام:**

الجرعات الزائدة لاستخدام النبات تضر المرأة الحامل.

## صنوبر بروتي

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للنبات *Pinus brutia* Tenore ينتمي للفصيلة الصنوبرية. شجرة متوسطة الحجم تصل في الطول إلى (20-35) م ويصل قطر الجذع إلى (1) م، جذعها مستقيم وقليل الأغصان ، الأوراق أبرية وتجتمع كا اثنتان في غمد واحد أما لونها أخضر غامق وحافتها مسننة خشنة، تنتزع الأوراق عادة على كل الفرع تقريباً فتعطي تاج الشجرة هيئة كثيفة ذات لون أخضر غامق ، وتدوم الأوراق (3-5) سنوات.المخاريط الثمرية غير معنقة أو ذات عنق قصير . شكلها بيضوي وهي اما عمودية على الفروع أو متجهة نحو الأعلى، وغالباً ما تتوضع متجمعة مع بعضها مثنى أو ثلاث أو رباع بشكل كوكبي على الفروع. يبدأ الصنوبر البروتي بالاثمار باكراً بحود ثماني سنوات تقريباً.وتنتضج المخاريط الثمرية في خريف السنة الثانية وتأخذ عند النضج لوناً مائلاً الى البني الغامق.الصنوبر البروتي أليف النور ولايتحمل الغطاء وهو يتحمل البرودة. يعطي صنوبر بروتيا كمية من الراتنج أقل من الصنوبر الحلبي إذ يقدر إنتاج الشجرة من الراتنج في السنة بحوالي (1.5-2) كغ.

### مواقع تواجد النبات في الغاب: شطحة.

**الأجزاء المستخدمة:** القشر، الصمغ. عند جرح ساق هذه الاشجار ينساب منها سائل عطري زيتي عند تقطيره يفصل عنه الراتنج المعروف بالقلفونية ويبقى الزيت المعروف بزيت الترينتين حيث يستعمل هذان المكونان في الصناعة والطب.

### الاستخدام الطبي:

- يعالج الصنوبر أمراض الغشاء المخاطي و الصدر لذا فهو مقشع طارد للبلغم ، و يستعمل في حالات التهابات القصبات الهوائية.
- يستخدم في صناعة اللاصق.
- يستخدم الصنوبر في المعالجة بالاستنشاق و التدليك.
- للصنوبر استخدام خارجي في معالجة الحساسية و الصدفية.



## طيون

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للطيون *Inula viscosa* L ينتمي للفصيلة النجمية. هو عبارة عن نبات معمر شجيري يتراوح طوله بين (50-100) سم خشبي القاعدة، ذو رائحة قوية، أوراقه تميل للشكل الرمحي، الأزهار صفراء اللون، ينمو في المناخ المعتدل.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع حنجور، عناب، موقع المسحل.

**الأجزاء المستخدمة:** الأجزاء الهوائية وتكمن الفائدة في أوراقه وجذوره.

**المواد الفعالة:** زيت طيار، صابونين، فلافونيات، أنولين، برو أزولين عديد السكريد.

**طبيعة الإستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الإستخدام:** مغلي، منقوع، مسحوق، مستحضر، لبخات.

### الاستخدام الطبي:

- لعل أبرز استخداماته هو الحد من التلوث الجرثومي وينصح بإضافته إلى بعض الأغذية. أن التغذية على نبات الطيون بما يحتويه من مواد طبيعية تؤدي إلى حماية كاملة للأنسجة وتقلل من أكسدة الحمض النووي الناتجة من التغذية.

-ينصح باستخدامه كمضافات غذائية للحد من التأثيرات الضارة الناتجة عن ملوثات الغذاء خاصة السموم الفطرية.

- يستعمل شعبياً لوقف الدم النازف من الجروح وهو سريع الفاعلية بحيث يمكنه قطع النزيف حتى من الأوردة أحياناً ويتم ذلك بدق كمية من أجزاء النبات الخضرية وتوضع فوق الجرح وتضغط حتى ينقطع النزيف وإذا كان الجرح غائراً يمكن ربطها فوقه لليوم التالي ولا يحتاج الجرح المعالج بالطيون لغيره من الأدوية أو الوسائل الأخرى.

- يستخدم أيضاً لمعالجة الأورام ولمعالجة آلام المفاصل.

- الفروع المزهرة تستخدم لعلاج التهاب القصبات الهوائية، السل، فقر دم، الملاريا وأمراض الجهاز البولي وداء الأسقربوط.

- كما يغلى في الزيت ويستعمل في معالجة الأورام.



## عاقول

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للعاقول *Alhagi Mourorum Medik* ينتمي لفصيلة البقولية. العاقول نبات عشبي معمر دائم الخضرة شوكي يصل ارتفاع النبات الى (60) سم، الزهرة صغيرة حمراء قرمزية تخرج من جوانب الأشواك، الثمرة قرنية داكنة اللون أسفنجية يظهر عليها تخصرات بين مواقع البذور، ينتشر هذا النبات في دول المشرق العربي وتركيا والقوقاز والأجزاء الأوروبية والجنوبية من روسيا.



**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع حنجور، موقع عناب، موقع المسحل، موقع جب الغار، موقع البركة، شطحة. **الأجزاء المستخدمة:** جميع أجزائه بما في ذلك الجذور.

**المواد الفعالة:** يحتوي على مواد كربوهيدراتية، جلوكوزيدات، فلافونيدات، مواد عفصية، استيروولات غير مشبعة، مواد راتنجية، سكر مختزل، زيت طيار، ولكن الجذور لا تحتوي على أي نسبة من الزيوت الطيار والجزء المستعمل منه يحتوي على جلوكوزيدات انثراكينونية ومواد عفصة، وراتنجات، وسيتروولات غير مشبعة، ومواد صابونية، ومواد كربوهيدراتية.

**طريقة الاستخدام:** شراب، بخور، طلاء، كمادات.

### الاستخدام الطبي:

- النبات له تأثيرات حيوية، إذ يعمل على زيادة قوة انقباض القلب، وهو منشط ويزيد سرعة التنفس، ولا يؤثر على درجة حرارة الجسم.
- كما أنه مضاد للتقلصات ومفيد لعلاج نوبات الربو وغيرها.
- لهذا النبات أو مستخلصاته تأثيراً مضاداً للتقلصات، ومرخية للعضلات الملساء، مما يساعد على خفض ضغط الدم المرتفع خصوصاً ذلك الضغط الناشئ عن اضطرابات الكلى.
- كما يستعمل النبات في عمل ضماد يوضع على البواسير لعلاجها، أو يحرق النبات الجاف ويوجه الدخان المتصاعد جهة البواسير لتخفيف آلامها.



## عرعر شريني

### الوصف النباتي:

الإسم العلمي للنبات *Juniperus oxycedrus* L ينتمي للفصيلة السروية. هو شجرة أو شجيرة يصل ارتفاعها إلى عشرة أمتار. أوراقها إبرية الشكل مرتبة على الساق في حلقات، ويستخلص بواسطة عملية التقطير الإتلافي لأخشاب أشجارها زيت الكاد وتتنوع استخداماته في الطب البشري والطب البيطري. ينتشر في كافة أرجاء حوض البحر الأبيض المتوسط من المغرب العربي وإسبانيا إلى المشرق العربي حتى العراق وإيران.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة ، أبو قبيس .

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الثمار.

**المواد الفعالة:** يحتوي العرعر على زيت طيار وأنيولين ومواد سكرية وراتنجية وصمغية وشمعية طعمها مر.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم لعلاج آلام الصدر والغازات المعوية والسعال والربو.
- أوراقه وثماره لها استخدامات طبية كثيرة في طب الأعشاب، لأنها مطهرة ومدرة للبول ومنبهة وطاردة للريح .
- يستخدم مغلي الفروع للمعالجة الروماتزم المفصلي والعضلي.
- تدخل ثمار النبات في صناعة الكثير من الأدوية، لعلاج الديدان الشريطية وعلاج البطن.
- يستخدم مغلي خشب العرعر لعلاج الأمراض الجلدية المزمنة.
- يفيد ثمار النبات في علاج الشهقة حيث يؤخذ مسحوقاً ومذاباً في الماء.
- يستخدم زيت العرعر كوسيلة للتخلص من التوتر والضغط العصبي وتقوية الأعصاب، حيث يعد من أهم الزيوت المستخدمة أثناء عمل المساج.

### محاذير الاستخدام:

يمنع تناول نبات العرعر لمرضى الكلى ويمنع تناوله للمرأة الحامل.



## عرقسوس

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للعرقسوس *Glycyrrhiza Glabra* L ينتمي للفصيلة البقولية. هو نبات معمر ينبت في كثير من بقاع العالم مثل سوريا ومصر وآسيا الصغرى وأواسط آسيا وأوروبا.

تستخرج من جذور النبات مادة العرقسوس، وهي أكثر حلاوة من السكر العادي ويمكن مضغها أو تؤكل كحلويات.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** عناب، قطرة الريحان.

**الأجزاء المستخدمة:** الجذور.

**المواد الفعالة:** المادة الفعالة هي الكلتيسريتسن، وثبت أن عرق السوس يحتوي على مواد سكرية وأملاح معدنية من أهمها البوتاسيوم، الكالسيوم، المغنيزيوم، الفوسفور، ومواد صابونية تسبب الرغوة عند صب عصيره، ويحتوي كذلك على زيت طيار.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم العرقسوس أيضاً في تخفيف أعراض عسر الهضم ويفيد في علاج التهاب المعدة والمريء. يفضل استخدام العرقسوس جنباً إلى جنب مع النعناع والبابونج لتخفيف مشاكل الجهاز الهضمي.

- كما يستخدم العرقسوس لعلاج امراض الجهاز التنفسي العلوي، مثل التهاب الحلق والسعال الناتج من البرد.

- تفيد العديد من الأبحاث أن نبات العرقسوس له فعالية في علاج بعض أنواع العدوى الفيروسية، بما في ذلك فيروس التهاب الكبد الفيروسي وفيروس نقص المناعة البشرية.

- يحتوي العرقسوس على بعض الأحماض التي لها تأثير مشابه لتأثير الكورتيزون لذلك يعتبر علاج فعال للالتهابات الجلدية. ومؤخراً تم استخدام العرقسوس لعلاج الأكريما والصدفية.

### محاذير الاستخدام:

يجب على مرضى ارتفاع ضغط الدم والسمنة تجنب تناول العرقسوس منعاً للتعرض لمضاعفات صحية خطيرة.



## عشبة النجيل الزاحف

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Agropyrum repens* L من الفصيلة النجيلية. النجيل نبات عشبي متطفل ومعمر يعيش طويلاً ويوجد طيلة فصول السنة لهذا يسهل الحصول عليه غصاً ومجفف و النجيل يتكاثر بالبذور و بالجذامير وهو نبات عشبي معمر قوي يصل ارتفاعه إلى (80) سم، له جذمور طويل زاحف يحمل باقة من السيقان الجوفاء لها عقد واضحة. الأوراق دقيقة ضيقة ذات لون أخضر فاتح. عبارة عن سنابل قاسية طويلة تحمل أزهاراً خضراء تقع في نهاية الساق والثمار عبارة عن حبوب أحادية البذرة. مما يعطي بساطاً كثيفاً ناعماً من العشب الأخضر. يزهر النجيل في أيار وتتضج الثمار في تموز وآب. **مواقع تواجد النبات في الغاب:** سلحب، حورات عمورين، العشارنة، الحواش، الحويز، المشيك، زيزون، القرقور، المنصورة، القاهرة، الزيارة، الجيد، عين الكروم، موقع حنجور، موقع عناب، موقع المسحل، موقع جب الغار، موقع البركة.



**الأجزاء المستخدمة:** الجذمور والجذور المتفرعة والبذور.

**المواد الفعالة:** توصل الباحثون من خلال عملي التحليل البيولوجي إلى عزل المادة الفعالة في النجيل وهي مادة الفروكتوزان التي تشكل نسبة 2-15% من جذمور النبات، وهي مادة مشتقة من الإينولين الذي يتم إطراره عبر الكلية.

### الاستخدام الطبي:

- أثبتت الدراسات العلمية أن النجيل يمكن استخدامه لمعالجة التهاب الحنجرة.
- يستخدم لعلاج البروستات المتضخمة والتهاب البروستات وعلاج القروح الهضمية و اضطراب الوظيفة الكبدية و اليرقان الكبدي.
- يستخدم لعلاج أمراض المغص الكلوي الناجم عن الترسبات في الكلية سواء الحصيات البولية أو الرمل.
- يستخدم لعلاج احتباس السوائل في الجسم.



## عناقية

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Vinca Herbacea* L. 1753 ينتمي للفصيلة الدفلية. نبات عشبي صيفي، الأزهار ذات لون وردي أو أبيض أو بنفسجي، والساق خشبية، الأوراق جلدية بيضية الشكل وهو نبات مقاوم للحشرات، و بذور نبات الونكا سوداء صغيرة توجد داخل قرون صغيرة يجب ترك القرون التي تحوى البذور على عودها حتى تنضج تماماً و تعرف ذلك بالضغط برقة على طرف القرن فينفتح فترى البذور سوداء اللون يتكاثر النبات بالبذرة و العقلة.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** نبع الطيب، طاحونة حلاوة.

**المواد الفعالة:** تعتبر قلوانيات الفينكة كالفنكريستين vincristine، والفينبلاستين vinblastine، منتجات نباتية توقف نمو الخلايا السرطانية فتقوم بمنع الخلايا السرطانية من الانقسام والتكاثر خلال عمليات الانقسام الخلوي، بما ينتج إلى موتها.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم لمعالجة العديد من أنواع السرطان وخصوصاً أنواع اللوكيميا، وأورام الخصيتين، والأورام الليمفاوية.  
- تخفيض الضغط العالي و ضد الانقباضات والتأثير على القلب والتنفس.

- أهم التأثيرات الطبية لبعض هذه القلويدات الموجودة بالنبات أن لها تأثير على نمو الخلايا السرطانية، وقد لاحظ العالمان (بيروونوبل) أن خلاصة النبات تقلل أيضاً من نشاط نخاع العظم وعلى ذلك بدأ البحث في تأثيره على تكوين الكريات البيضاء وأثر ذلك على انتشار خلايا سرطان الدم (اللوكيميا).

### محاذير الاستخدام:

لا يستعمل هذا النوع في الطب إلا من قبل المختصين بالنبات.



## عنصل بحري

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للعنصل *Drimia maritima* (L.) Stearn ينتمي للفصيلة الهليونية. تظهر النبتة في بداية الخريف عند المطر الأول (لذلك تعد من مبشري الخريف) بظهور ساق بصلي رفيع وعليه أزهار تتعدد ألوانه حسب النوع من الأصفر إلى الأبيض والوردي. تجدر الإشارة ان النبات يستخدم كعلامة تفصل وتحد الحدود بين الأراضي نظراً لأنه يمد جذوره بعيداً في الأرض. رأس العنصل يشبه رأس البصل لكنه أكبر حجماً ، أوراقه سامة جداً وهي خضراء وتصبح صالحة لمأكل الحيوانات عندما تجف.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة الحلاوة ، موقع فقرو .

**الأجزاء المستخدمة:** الأبخال.

**المواد الفعالة:** تحوي الأبخال على مادة الجلوكينين الشبيهة بالأنسولين وفيتامين (A,B) والسعرات الحرارية والألياف والصوديوم والكالسيوم والفوسفور والمغنيزيوم والبوتاسيوم والكبريت والحديد والدهون والبروتين والكربوهيدرات والرماد والسكريات.

### الاستخدام الطبي:

- يستخدم في صناعة أدوية السرطان.
- الأبخال الطازجة تعالج بها الجروح والأورام وققر الدم، وهو طارد للديدان ومفيد لحالات الروماتيزم .
- تعالج عصارة الأبخال مرض السكر.
- تستخدم لمعالجة آلام المفاصل شريحة طازجة من أوراق بصل العنصل.
- يستخدم النبات أيضا في علاج الأمراض الفطرية الجلدية.

### محاذير الاستخدام:

إن زيادة الجرعة من الأبخال يجعل تأثيرها ساماً قاتلاً كما تؤثر سلباً على الأعصاب، لهذا يجب الحذر التام من استعمال النبات الخام.



## عود الصليب

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنبات *Paeonia mascula* (L.) Mill ينتمي للفصيلة الفاوانية. وهو نبات عشبي حولي أو معمر شبه متخشب إلى متخشب بري ارتفاعه من (0.5-1.5) م وهو يتكاثر بالبذور والعقل له أوراق خنجرية الشكل وأزهار حمراء جميلة تشبه أزهار الورد. ويعرف باسم عود الصليب وورد الحميد ويوجد منه ذكر وأنثى. ينتشر في آسيا وجنوب أوروبا وأمريكا الشمالية.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** جورين ، شطحة.

**الأجزاء المستخدمة:** أزهاره ، جذوره ، بذوره.



**المواد الفعالة:** يحتوي النبات على زيوت طيارة وجلوكوزيدات ومواد راتنجية ومواد عفصية وأحماض عضوية وسكاكر.

**طبيعة الاستخدام:** يستعمل على هيئة مغلي ويستعمل أيضاً كعصير وكصبغة.

### الاستخدام الطبي:

- إن الجذور هي أفضل من البذور، ثم الزهور، ومن ثم الأوراق، يتم غسل الجذر، وسحقه ومن ثم تتخذ صباحاً و مساء لعدة أيام.
- له فعالية في تطهير الرحم بعد الولادة. تؤخذ صباحاً ومساء، مع الماء المقطر أو الشراب المصنوع من الزهور.
- له استعمالات كثيرة لكن أكثرها استعماله كمهدئ وضد التشنج.

### محاذير الاستخدام:

إذا أخذ بجرعات كبيرة يسبب تسمماً شديداً ولذلك لا يجب استعماله إلا تحت إشراف المختصين.



## غار

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لنبات الغار *Laurus nobilis* L ينتمي للفصيلة الغارية. أشجار دائمة الخضرة منفصلة الجنس وأوراقها جلدية متبادلة وطولها بين (7.5- 10) سم، وحوافها متموجة قليلاً ولها رائحة عطرية تتأني من غدد تحتوي على زيت طيار، والأزهار بيضاء تترتب في إبط الأوراق تجتمع في نورات خيمية أو سنمية، وتُزهر أشجار الغار عادة في الربيع وتثمر في الخريف، وثمار الغار تشبه ثمار الزيتون ولونها أسود عند النضج ويحتوي على 25-35% زيت الغار، تزهر الأشجار في منتصف نيسان، والثمار تشبه ثمار الزيتون مع تميزها عنه بلون بني داكن وتتوضع الثمار بشكل عناقيد جميلة يتم قطفها في الخريف.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع جب الغار.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق، الثمار.

**المواد الفعالة:** إن الزيت العطري المستخرج من أوراق الغار (0.8 – 3) % تحتوي على (سينول، يوجينول Euginol ، استول ايجينول ، ميثيل d، جينول، الغار بيتا بينين ، فيلا ندرين، لينالول، جيرانيول ، تيربينول) كما تحتوي ثمار الغار (0.6– 10) % من الزيت العطري.

### الاستخدام الطبي:

- تحتوي أوراق هذا النبات على فيتامين(A)المقوي للرؤية والمجدي في تجنب الإصابة بسرطان الرئة وسرطان الفم.

- غني بالفيتامينات والمعادن وبشكل عام يسهم إستهلاكه المنتظم في الطعام في سلامة الجسم. اما تناول المغلي من اوراقه قبل وجبات الطعام فانه يحول دون ارتفاع نسبة سكر الدم، علماً ان توفر فيتامين (B) المركب في أوراق النبات له دوره في طبيعة عمل الجهازالعصبي وتنظيم عملية الايض في الجسم.

- يحتوي النبات على مواد معدنية وفيتامينات لها دور مهم في سلامة الإنسان، وتحول أوراقه دون تخميرالطعام داخل المعدة، ويسهل المغلي منه عملية الهضم وإخراج الغازات من المعدة.



## فشاغ

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للفشاغ *Smilax aspera* L ينتمي للفصيلة الزنبقية. هو نبات معمر ، أخضر ، متسلق ، السوق نحيفة ، مزوية ، ذات إبر متباعدة، تستطيع تسلق الأشجار أو الزحف على الصخور لغاية (10 – 15) م. الأوراق متبادلة، قاسية قلبية الشكل أو سنانية مستدقة ذات إبر صغيرة على الحافات وعلى عروق الوجه الأسفل. معلاق الورق ذو محلاقين أذنينيين، الأزهار بيضاء أو صفراء مخضرة منتظمة بشكل سنمة مظلية ملتوية أو متعرجة ، الكم ذو ستة مقاسم الثمرة عنبية كروية حمراء وهي ليست قابلة للأكل.



الإزهار: أيلول – تشرين الثاني .

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة، شطحة.

**الأجزاء المستخدمة:** الجذور.

**المواد الفعالة:** يحتوي الفشاغ على الصابونين الأسترويدي مثل سارساس أبوجينين الذي ربما يشبه عمل بعض الهرمونات الموجودة في جسم الإنسان، وهذه الخاصية لم توثق علمياً بعد ، كما أن الفشاغ يحتوي أيضا على الفيتوستيرولات مثل بيتا - سيتوستيرونول.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الاستخدام:** مغلي، منقوع ، مستحضر سائل.

**الاستخدام الطبي:**

- يستخدم لمعالجة الأكزيما الجلدية، والحكة المزمنة.
- كما يمكن أن يستخدم لعلاج الصدفية الجلدية، أو مرض الصدف.
- كذلك يستخدم في معالجة مرض التهاب المفاصل الروماتيزمي.
- يمكن أن يستخدم كمطهر عام للجسم.
- يستخدم في علاج لبعض الأمراض التي تنقلها القوارض للإنسان.
- يستخدم في علاج حالات الزهري الحاد .



## قبار

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للقبار *Capparis Spinosa* L ينتمي للفصيلة القبارية. نبات القبار عبارة عن شجيرة معمرة يتراوح ارتفاعها ما بين (30-80) سم، وأغلبها يفتقرش الأرض النبات دائم الخضرة ذات لون أخضر مزرق. الأفرع زاحفة أو مدادة، متخشبة سهلة الكسر، الأوراق سميكة ذات أذينات شوكية. الأوراق خضراء شاحبة، لحمية، مدورة.

الأزهار وردية-بيضاء كبيرة تتميز بوجود عدد كبير من الأسدية البارزة ذات اللون البنفسجي الفاتح. يستمر تشكل الأزهار من منتصف أيار حتى منتصف أيلول و تتشكل الثمار باستمرار وتتضج بشكل متتابع تبعاً لوقت عقدها عندما تتضج الثمرة تنشطر كاشفة عن لب أحمر اللون به عدد كبير من البذور. الجذور قليلة التفرع و عميقة جداً.

**مواقع تواجد النبات في الغاب: السقيلية.**

**الأجزاء المستخدمة: جميع أجزاء النبات بما في ذلك الجذور.**

### الاستخدام الطبي:

- تستخدم لعلاج مرض الدسك بوضع مجموعة من اوراقها أو باستخدام جذورها وهو الافضل حيث توضع على مكان الدسك على الظهر أو الرقبة لمدة تتراوح بين (45-60) دقيقة تقريبا فقط، وعلى المريض ان يصبر ويتحمل حرارتها لكي تعطي نتائجها.

- كما يستخدم القبار لعلاج غضروف الركبة لكبار السن فهو يقوم بتنشيط افراز المادة التي تمنع احتكاك الركبة بنفس طريقة علاج الدسك.

- البراعم الزهرية للقبار كذلك تعتبر مواد ملينة وتحفز الشهية بشكل ممتاز بالاضافة الى كونها تهدئ التهابات العينين وتعالج بعض المشاكل الجلدية مثل الاكزيما.

- تمضغ أوراقه لتهدئة آلام الأسنان و يستخدم مجفف الأوراق في صناعة الأدوية الخافضة للسكر.



## قثاء الحمار

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي لقثاء الحمار *Ecchallium elaterium* (L.) A. Rich ينتمي للفصيلة القرعية. عشب معمر تغطيه شعيرات كثيفة ساقه متفرعة يصل طوله للمتر وأوراقه مثلثية الشكل تقريباً وتغطيها شعيرات كثيفة ووجهها العلوي خشن وطولها (6-10) سم والنورة الذكورية عنقودية والازهار الانثوية مفردة صفراء اللون والثمرة عنبية بيضية خضراء اللون وطولها (3-5) سم وممتلئة بالعصير وعند لمس الثمرة الناضجة تندفع البذور والعصير منها الى مسافة بعيدة.

### مواقع تواجد النبات في الغاب: السقيلية.

### الأجزاء المستخدمة: أجزاء النبات كافة.

**المواد الفعالة:** تحتوي الثمار والعصير خاصة على ايلاتيرين وله تأثير مسهل وتحتوي أيضاً على ايلاتيريد والكوكوربيتاسين وتحتوي أيضاً على ايلاتيريدوكوكوربيتاسين وبعض القلويدات غير المعروفة كما أن الاوراق والساق والجذور تحتوي على مواد تربيتيرينويدية و كاروتينوتينويدات وفيتامين (C) ومواد ستيروئيدية وقلويدات وحموض عضوية.

### الاستخدام الطبي:

- لعلاج الجيوب الأنفية و اليرقان نضع القليل من عصارة قثاء الحمار داخل رشاشة ونضخ داخل أنف المريض قطرة واحدة فقط في فتحة الأنف و سينتج عن هذه العملية سيلان سائل أصفر اللون.
- من فوائد المغلي والمنقوع لأجزاء النبات حسب الطب الحديث أنه مزيل للاستسقاء وعلاج لسرطان الرحم وأمراض الجلد البكتيرية ومغلي الجذور له فوائد عظيمة في علاج القرحة.
- يستخدم بشكل كريم في إزالة الكلف التجاعيد من الوجه ويعتبر كريم تجميلي مثالي وله دور قوي في علاج البهاق الاسود.
- يستخدم كمعالج لمرض الربو وذلك بوضع نقطة تحت اللسان او نقطتين من العصارة.



## قرانيا

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للقرانيا *Cornus australis* L ينتمي للفصيلة القرانية. كلمة *cornus* تعني (القرن أو الشيء الذي يشبه القرن) وهي من الأشجار المتوسطة الارتفاع حيث يصل ارتفاعها الى (10) م أو يزيد ومع تقدم سنوات عمرها إلى السنة الخامسة يبدأ نموها يتجه عرضياً أكثر منه طولياً، أما قطر الجذع فلا يتعدى (30) سم. أوراقها نفضية ويتغير موعد تساقطها تبعاً للمناخ، خضراء بياضوية الشكل متقابلة تكتسب في فصل الخريف لونا أحمر أو بنياً يرافق نمو الأوراق نمو أربع قنابات بيضاء تتوسطها زهور صغيرة ذات بتلات صفراء أو خضراء تبدأ في الظهور ما بين شهري نيسان وأيار أو حزيران. ثمارها لحمية صغيرة حمراء وهي ليست ذات قيمة غذائية سوى أنها تعد مصدر غذاء رئيسي لعشرات الأنواع من الطيور التي تقتات عليها وتقوم بعد ذلك بنثر بذورها هنا وهناك مما يساعد على انتشار الشجرة في مساحات واسعة طبيعياً ودون تدخل من طرف الإنسان .

**مواقع تواجد النبات في الغاب: طاحونة حلاوة.**

**الأجزاء المستخدمة: الثمار المغلية.**

**الاستخدام الطبي:**

- يستخدم هذا النبات في طب الأعشاب في علاج العنة و انعدام وجود السائل التناسلي و التعرق و الدوار الليلي و علاج متلازمة الألم القطني .

- في الطب الصيني يستخدم النبات في علاج أمراض الكبد و الكلى و طنين الأذن و فرط التعرق و آلام الركبة و أسفل الظهر.

- يحضر الدواء بغلي الثمار والجرعة اليومية من (3-12) غ.



## قرصنة

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للقرصنة *Eryngium campestre* L ينتمي للفصيلة الخيمية. النبات ذو أشواك تنتشر في مناطق الوطن العربي المتوسطية وتركيا والقوقاز وكل مناطق أوروبا من اليونان والبلقان إلى إسبانيا والبرتغال وشمالاً من بريطانيا إلى روسيا، موطنه الأصلي وسط وجنوب أوروبا.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع فقرو، الزيارة، الجيد، شطحة،

جورين، سحلب، العشارنة، عين الكروم.

**الأجزاء المستخدمة:** الجذور، الاوراق.

**المواد الفعالة:** بروتين، غلوسيدات، سللوز، معادن (بوتاسيوم، صوديوم،

كالسيوم، حديد) صابونين، فلافونيات، مادة التانين القابضة، سكروز.

**طبيعة الاستخدام:** داخلي وخارجي.

**طريقة الاستخدام:** منقوع، لبخات، مرهم، كمادات، مستحضر، مغلي.

### الاستخدام الطبي:

- يستعمل مغلي القرصنة في حالات اضطراب النوم والآلام القلبية والمفصلية والسعال والشهقة والتهاب القصبات.

- القرصنة مفيد لعلاج الخراجات فإذا ضمدت بها أدت الى تحللها .

- مفيد لمعالجة الربو والسعال وأمراض الكبد والمغص، القرصنة

مفيد لمعالجة الربو والسعال وأمراض الكبد.

- جذور القرصنة مفيدة لعلاج أوجاع الظهر والمفاصل ونفث الدم.

- تستعمل القرصنة خصوصاً جذورها في معالجة لدغ الأفعى

- يتم تحضير مغلي القرصنة بغليه لمدة عشر دقائق يصفى بعدها

ومن ثم تؤخذ منه ملعقة كبيرة (4-5) مرات يومياً.



## قطب

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للقطب *Arbutus andrachne* L ينتمي للفصيلة الخنجية. هو شجرة متوسطة رائعة الجمال دائمة الخضرة قد ترتفع الى (6) م، توجد مع أشجار السنديان والبلوط الورقة قاسية متوسطة الحجم تشبه ورقة الكاوتشوك لكنها أقل ثخانة وحجماً، لونها أخضر جميلة جداً كشجرة تزيينية تتناوب عليها كافة الألوان ففي بداية الربيع تجدها خضراء زاهية تكتسي بعناقيد زهرية تحولها الى اللون الأبيض الوردى. الثمار كرزية قاسية قبل النضج وطرية جداً بعد النضج لدرجة يصعب نقلها. تبدأ الثمار باللون الأزرق ثم تصبح خضراء ثم صفراء الى أن تصبح عند النضج حمراء قرمزية. طعمها مزيج بين الكيوي والكرز والمندرين، البذور صغيرة جداً لا تشعر بها أثناء الأكل. الجذع والسيقان لونها أحمر غامق.

**مواقع تواجد النبات في الغاب: شطحة.**

**الأجزاء المستخدمة: الأوراق، الثمار.**

**المواد الفعالة:** تحتوي الأوراق على غليكوزيد اربوتين والذي له فاعلية لإزالة البقع الداكنة. وتحتوي أيضاً على احماض نباتية أساسية في تأهيل البشرة كما تحتوي على عناصر قابضة تفيد في شد البشرة ومواد أخرى مضادة للأكسدة كما أنها مفيدة لالتهابات المجاري البولية. أما الثمار غنية بفيتامين (C).

### الاستخدام الطبي:

- تستخدم في علاج الأكزيما المرتبطة بالنقرس والروماتيزم.
- تستخدم في علاج آلام الروماتيزم والمفاصل، خصوصاً في المفاصل الكبيرة كالركبة والمرفقين وآلام الظهر.
- كذلك تستخدم في علاج مشاكل البول المتقدمة المتعلقة بالمثانة والبروستات.

## قندول

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للقندول *Calycotome villosa* (Vahl) Link ينتمي للفصيلة البقولية. نبات خشبي شوكي لا يتجاوز ارتفاعه متر واحد بمعظم الأحيان. يزهر في بداية فصل الربيع في شهر آذار بزهر أصفر صغير ذو رائحة عطرية. يعد انتشار القندول مؤشراً سلبياً على تدهور الغطاء الشجري ولكن له إيجابيات في مقاومة الانجراف وتمكين الحيوانات البرية الحصول على مخبأ أمين لنفسها ولصغاره الثمار بقول عرضه (5-6) مم وطولها (30) مم، ذات طرفين جناحي الشكل في الكم الأسفل.



**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، طاحون حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

**المواد الفعالة:** يحتوي نبات القندول على سبارتين بالإضافة إلى جلوكوزيدات السكوبارين ومواد عصبية ومركبات مرة، وكذلك يحتوي على أوكسي تايرمين وزيت طيار وعلى مركب ساروثمين وجينيسيتين بالإضافة إلى فلافون.

### الاستخدام الطبي:

- دخلت العشبة في أدوية مسجلة لتوسيع الشرايين ورافعة للضغط المنخفض، مثير لعضلات الأمعاء والرحم، مخفض للخاصية الإيصالية لعصب القلب Conductivity of the heart.

- لهذا النبات دور في تحسين الدورة الدموية الصغيرة وعودة الدم إليها وكذلك تنظيم نبض القلب وكذلك تخفيض حدة التهيج في جهاز إيصالية عصب القلب.

### محاذير الاستخدام:

حيث إن النبات يحتوي على مواد سامة، لذا يجب التقيد بالجرعة المحددة لاستخدامه وكذلك المدة الزمنية لاستخدام هذا النبات هو أربعة أسابيع فقط.



## كزبرة البئر

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لكزبرة البئر *Adiantum capillus-veneris* L ينتمي للفصيلة الديشارية. وهو نبات رقيق ذو جزء قاعدي أسود لامع، السيقان أيضا سوداء لامعة، الأوراق ريشية متضاعفة وهي مستديرة إلي حد ما وذو حافة مسننة قليلاً، مقلوبة، النبات في مجمله في شكله العام يشبه المروحة ويوجد به عرق يأخذ الشكل الشعاعي، يبدأ من القاعدة وهو نبات مهم في الطب الشعبي.

النبات أولي، لذا فإنه لا يزهر ولا يثمر، وإنما يتكاثر بواسطة الريزومات والجراثيم التي تتكون علي السطح السفلي لأشباه الأوراق وعند النضج تتطاير تلك الجراثيم لتعيد دورة الحياة ويكون ذلك غالباً في فصل الربيع والصيف.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأجزاء الهوائية من النبات والريزومات.

**المواد الفعالة:** تحتوي كزبرة البئر على فلافونيدات والتي تشمل الروتين والايزوكوريتسين، كما تحتوي على التربينويدات والتي تشمل الاديانتون، كما تحتوي على حمض العفص ومواد هلامية.

### الاستخدام الطبي:

- المشاكل التنفسية، السعال، التهاب الشعب الهوائية، الزكام والإنفلونزا، ذات الرئة، زيادة مفرزات الأغشية المخاطية التنفسية وزيادة القشع والبلغم.

- تساقط الشعر والثعلبة وتقوية بصيالات الشعر.

- منقّ للدم ومزيل لسُموم الكبد ويزيد في حمايته.

- مقو للقلب ومنظم لعمله.

- مدر للعرق و مدر للبول.

- خافض للضغط الشرياني.

- يساعد على التئام الجروح وترميمها.



## كيس الراعي

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي لنبات *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medik الذي ينتمي للفصيلة الكرنبية. عشب سنوي وقد يعمر سنتين له أوراق كاملة ومحزرة بشكل ريشي وموضعة بشكل ضمة في القاعدة أوراق الساق صغيرة رمحية الشكل ذات قاعدة لاصقة (غير معنقة) على الساق. الأزهار غير بارزة بيضاء صغيرة وتظهر بشكل عنقود على قمم الأغصان يصل ارتفاع النبات إلى (50) سم. ثمار النبات مثلثة الشكل بشكل قلب مقلوب مما يعطيها اسم العشبة حيث تبدو الثمرة بشكل محفظة قديمة كمحفظة الراعي. يساعد هذا النبات في التخلص من الأعشاب الضارة بفضل إفرازات جذوره.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع الشيخ عبدالله، موقع فقرو، موقع المسحل، موقع جب الغار.

**الأجزاء المستخدمة:** تستخدم الأغصان المزهرة.

**المواد الفعالة:** يحتوي كولين واسيتايل كولين وبورسين ودايزومين ومواد عفسية وأحماض عضوية وقلويدات وبوتاسيوم وهستامين.

### الاستخدام الطبي:

- يعتبر نبات كيس الراعي من أفضل النباتات لوقف نزيف الجروح. وفي أثناء الحرب العالمية الثانية عندما لم يكن الحصول على الأدوية لوقف نزيف جرحى الحرب استخدموا هذا النبات وكان بمثابة البلسم الشافي لجروح المصابين في الحرب.

- يمكن استخدام هذا النبات لعلاج النزيف أياً كان ابتداء من الرعاف إلى الدم في البول وهو عشبة قابضة لما يحتويه من كمية كبيرة من العفص Tannins.

- يستخدم هذا النبات لعلاج حال التهاب المثانة.

- كما يستخدم لعلاج الزحار ويستخدم لوقف النزيف الحيضي الشديد كما يستخدم لنزف الرئة والمعدة وكذلك لاضطرابات الكلى والجهاز البولي.

## كينيا

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي *Eucalyptus camaldlensis* Dehnh تنتمي للفصيلة الأسيية. شجرة جميلة، ذكية الرائحة، دائمة الخضرة، قد يصل ارتفاع أشجار الكينا إلى 60 م، وربما أكثر، أزهارها ذات رائحة عطرية زكية وألوانها تتفاوت ما بين الوردي والأرجواني إلى الأبيض المائل أكثر إلى الخضرة ، تكون أوراقها متقابلة على فروعها الصغيرة، وتتحول تدريجياً إلى متبادلة، وهي جلدية الملمس، رمحية الشكل، ويوجد فيها غدد زيتية تخرج منها رائحة كافورية، أزهارها حمراء اللون لاطئة، تغطيها قبة تسقط عند تمام نضجها فتظهر الأسدية من داخلها.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** نهر البارد.

**الأجزاء المستخدمة:** اللحاء.

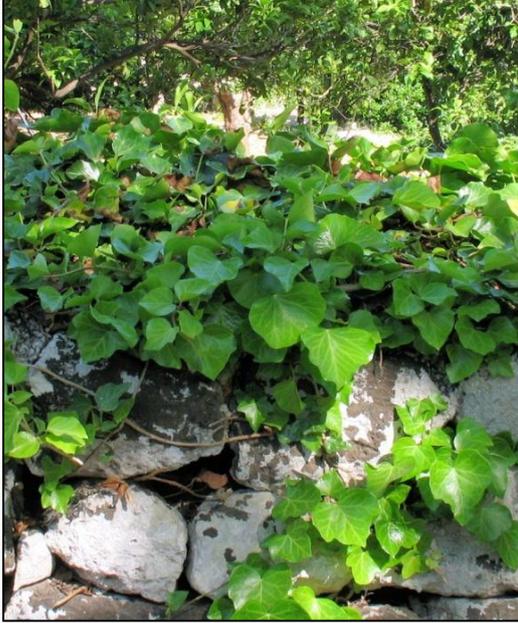
**المواد الفعالة:** يحتوي اللحاء على عدة قلويات مهمة منه الكينين والكنيدين والسكوتين والسكونيدين، مرتبطة مع حمض الكينين وحمض السكوتين. ومستحضرات الكينين لها طعم مر منبه ومقوي معوي، وقابضة.

### الاستخدام الطبي:

- تتمتع أوراق الكينا بقدرة كبيرة على معالجة المجاري التنفسية بغض النظر عن طريقة الحصول عليها، عن طريق الفم أو الجلد.
- يستعمل زيت الكينا موضعياً كعلاج لمشكلات والتهابات البشرة، ويدخل زيت الكينا في صناعة مستحضرات العناية بالبشرة كالصابون.
- يستعمل زيت الكينا أيضاً في علاج آلام العضلات والمفاصل عن طريق تدليك منطقة الألم به في حركات دائرية، وهو معروف بخواصه المسكنة للآلام والمهدئة للالتهاب المختلفة ، لذا فإنه يوصف كعلاج لمرضى الروماتيزم، والتواء الأربطة والأوتار.
- تستعمل الكينا كعلاج فعال ضد مشاكل الأسنان كالتسوس والتهاب اللثة، كذلك يستخدم زيت الكينا كمكون أساسي في العديد من أنواع غسول الفم ومعجون الأسنان.

## لبلاب

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للبلاب *Hedera helix L* الذي ينتمي للفصيلة الأرابلية. النبات عبارة عن عريشة معمرة ذات سوق ثخينة متفرعة. الفروع الفتية تحمل جذوراً هوائية وتكون مكسوة بالشعر، الأوراق ذات معلق طويل، دائرية القاعدة أو قلبية لونها أخضر غامق لامع على الوجه العلوي صفيحة الأوراق السفلية شبه مثلثية ملساء الحافة أما صفيحة الأوراق العلوية فبيضوية أو معينية ملساء الحافة وقمتها مستدقة أو مدورة. الشمراخ النوري والزهري مكسو بالشعر. الأزهار مرتبة في خيمات شبه كروية وهذه مرتبة في عناقيد شبه انتهائية. فصوص الكأس مثلثية البتلات خضراء مصفرة شبه مثلثية مقعرة القمة. أما الثمار فهي عنبية كروية الشكل سامة ذات لون أبيض شمعي.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** عناب، طاحونة حلاوة.

**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق.

### الاستخدام الطبي:



- تحتوي أوراق اللبلاب على غليكوزيدات سابونينية تعتبر المكونات الفعالة التي تعود إليها الفعالية المضادة لتشنج القصات كما أنها تحتوي على قلويد الإيميتين بكميات قليلة تعزى إليها خواص النبات المقشعة كما يحوي النبات على مكونات تعطيه خواصاً حائلة للقشع

- خلاصة الأوراق لها تأثيراً مضاداً للفظور، ساماً للخلايا، مضاداً للجراثيم، طارداً للديدان وقاتلاً لوحيدات الخلية

- التقارير السريرية الأوربية تقترح فعالية الكريمات الحاوية على اللبلاب وذب الخيل في تخفيف ندب الجراحة.

### محاذير الاستخدام:

يمنع من تناوله من قبل الاطفال فهو يسبب تسمم وقيء واسهال وغثيان ويجب عدم أكل الثمار فهي تسبب تهيج عصبي قوي وصعوبة في التنفس وتجنب لمس اوراق اللبلاب فهي تسبب الحساسية.



## لسان الحمل

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للسان الحمل *Plantago Ovata* Forssk ينتمي للفصيلة الحملية. عشب حولي أو معمر، طوله (5-20) سم، عديم الساق، تكسوه أوبار ناعمة كثيفة.

الأوراق تخرج على شكل وريدة في قاعدة النبات، خطية الى رمحية الشكل، حادة القمة، النورة سنبلية بيضوية الى أسطوانية الشكل، منتصبية أو مستقيمة، الكأس أربع سبلات ملتحمة التويج أربع بتلات، ملتحمة، فصوصها بيضوية عريضة الأسدية أربعة تبرز بشكل خفيف. الازهار: من كانون ثاني - نيسان. الثمرة علبية غشائية جافة، بيضوية، ثنائية البذور. البذرة بنية اللون، غنية باللثا النباتي.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** قطرة الريحان.

**المواد الفعالة:** تحتوي قشور البذور على مركب:  $\beta$ -sitosterol تحتوي البذور على ألياف وزيت ثابت (غني بحمض لينوليك) وبروتينات تحتوي الأوراق على مواد لعابية 11% وفلافونات وفيتامين K وكاروتينات.

### الاستخدام الطبي:

- علاج حالات الامساك المرضي والمزمن.
- تستعمل البذور المطحونة لخواصها الخافضة نسبة الكوليسترول والسكر في الدم، كما ثبت فعاليتها في علاج أمراض القولون.
- للبذور خواص مضادة للجراثيم وفوائدها في تخفيف التخثرات الناتجة عن البواسير.
- تستعمل بذور النبات كمدر وفي علاج التقرحات والجروح .
- يستعمل الزيت المستخرج من البذور في خفض نسبة الكوليسترول بالدم والحماية من تصلب الشرايين وأمراض القلب.

### محاذير الاستخدام:

يمكن أن تسبب حبوب اللقاح و البذور حساسية عند بعض الأشخاص.



## لحلاح

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي للحلاح *Colchicum Autumnna L* ينتمي للفصيلة اللحلاحية. اللحلاح عشب معمر من أحاديات الفلقة، له جعثن كورمة ونادراً رُئد باللاتينية *Stolon* ، بيضية الشكل، وتغطي الجعثن حراشف بنية، ويتشكل سنوياً جعثن جديد الأوراق قاعدية خيطية عددها (2-9) أوراق، والنورة عنقودية، والأزهار جميلة يتراوح عددها بين (2-5) أزهار، والكم له ست بتلات، ولون الزهرة قرنفلي أو أرجواني أو أبيض ونادراً أصفر، والثمرة كبسولة ثلاثية الحجرات، تزهر معظم أنواع اللحلاح في الخريف.

### مواقع تواجد النبات في الغاب:

الأجزاء المستخدمة: الكورمات والبذور .

**المواد الفعالة:** في الربيع يصبح طعمها مر ويرتفع تركيز المادة الفعالة بها. بينما تخلص جذوره أو درناته من أي اثر للمادة الفعالة *Colchicin* في فصل الخريف ويظهر ذلك من غياب المرارة فيها وحينها تكون غنية بالمواد النشوية

### الاستخدام الطبي:

- الكولشيسين مركب دوائي مستخلص من زهور نبات اللحلاح الخريفي يستخدم لمعالجة مرض النقرس .

- طورت شركة أسترالية *Giaconda* وصفة مركبة من الكولشيسين مع مضاد الالتهاب أوسالازين لعلاج متلازمة تشنج الكولون.

- حمى البحر الأبيض المتوسط: الكولشيسين له فعالية لمنع تكرار أزمات المرض وكذلك لمنع حدوث داء نشواني، وأما المرضى الذين لا يتحملون الكولشيسين فيمكن توزيع الجرعات على أربع مرات يومياً وبعد ذلك محاولة زيادة الجرعة تدريجياً.

### محاذير الاستخدام:

"السمية" توجد في جميع أجزاء النبات خصوصاً البذور والجزء البصلي من الجذر لذلك لا تستعمل الا من قبل المختصين.



## مريمية

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للمريمية *Salvia indica* L والتي ينتمي للفصيلة الشفوية. وهي عبارة عن نبات عشبي معمر صغير له عرق يرتفع قليلاً عن الأرض بحدود ( 30 ) سم في المتوسط وتتفرع منها أغصان، طول الورقة (2-4) سم وعرضها (0.5) سم. لون المريمية هو اللون الأخضر الناعم الملمس يلون الغصن الذي يصبح أحمر غامقاً كلما تقدم العمر بالنبته، وهي من أشهر وأقدم النباتات التي تستخدم في الطب القديم والحديث.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** شطحة، جورين، طاحونة حلاوة.  
**الأجزاء المستخدمة:** الأوراق.

### الاستخدام الطبي:

- تقوي جهاز المناعة: لأنها تحتوي على خصائص مطهرة فهي تعيق تطورها وانتقال العدوي، وتزيد مناعة الجسم، كما أن مضادات الأكسدة فيها تقلل بشكل كبير من الاستجابة للالتهابات، كما أنها تفيد في علاج حالات البرد والتهاب الحنجرة والحلق والتهابات الجيوب الأنفية.
- تعمل على تقوية الذاكرة ويدخل في نطاق واسع في تركيب الكثير من معاجين الأسنان العشبية، مزيج الميرمية و عصير الليمون يفيد في تبييض أسنان المدخنين.
- تعمل المريمية على تقوية الذاكرة وتنشيط الذاكرة وتنشيط الذاكرة تعمل المريمية على تقوية الذاكرة وتنشيط الذاكرة.
- كما أنها أيضا تسهل من عملية الهضم في الأغذية الغنية بالدهون والبروتينات.

### محاذير الاستخدام:

عدم الإكثار منها في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل فقد تسبب خطراً على حياة الجنين، وتعد الميرمية مانع لإدرار حليب المرضع وإن الإسراف في تناول الميرمية يعود بالضرر على الإنسان فأن ملعقة واحدة تعد أعلى حد في اليوم ، ولا يجوز أخذها يومياً لأكثر من شهر.



## نرجس

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنرجس *Narcissus psud narcissus* L الذي ينتمي للفصيلة النرجسية. نبات ينمو من البصلة، وهي بمثابة البذرة لها، وهي تشبه البصل في شكلها، والبصلة تتكون من حراشف لحمية وقواعد ورقية، وللنرجس أكثر من خمسين نوعاً، ولكن أشهرها الأبيض والأصفر. النرجس الأصفر ورقه كورق الزعفران، تلتوي أطراف الأوراق وترجع إلى جانب الأرض، وساقها تعلو نحو (20-40) سم وهي ملساء خضراء. وتظهر أزهارها في فصل الشتاء أي من شهر كانون الأول حتى شهر نيسان. ونبات النرجس يقتل أي نبات ينمو بجواره حيث يقوم هذا النبات على نشر جذوره في كل الاتجاهات المحيطة به الى ان تشتبك مع جذور باقي النباتات بحيث تمتص منها جميع العناصر المغذية مما يسبب في ذبول تلك النباتات، والنرجس ينتشر في أواسط آسيا وبلدان حوض البحر الأبيض المتوسط .



**مواقع تواجد النبات في الغاب:** موقع المسحل.

**الأجزاء المستخدمة:** الأزهار.

### الاستخدام الطبي:



- تستعمل في حالات التام الجروح والتحام الكسور وإزالة الام الجروح وتخفيفها.

- يفيد لعلاج الزكام والصداع وبعض حالات الصرع عند استعماله عن طريق الأنف.

- يستخدم كمقوي للأعصاب، وكخافض لدرجات الحرارة، وكمضادات للتشنجات.

- يستعمل مسحوق البذور مع الخل لعلاج الكلف والنمش والبهاق.

### محاذير الاستخدام:

الزيت عطري يضفي رائحة جميلة. إلا أنه قد يؤدي الحامل في بعض الحالات ويتسبب بالإجهاض وإسقاط الجنين.

## نفل زغبى

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للنفل الزغبى *Trifolium hirtum* Ail ينتمي للفصيلة البقولية. النبات قائم تتكون الورقة من ثلاث وريقات بيضوية الشكل. لون الأزهار زهري. و يبلغ طول النبات من (20- 80) سم. يعد النفل من أهم النباتات المثبتة للنيتروجين عن طريق البكتيريا المستجذرة والتثبيت التعايشي للنيتروجين هو إحدى ميزات الفصيلة البقولية، وهذا يساهم في زيادة خصوبة التربة. يستخدم معظمها كنبات علفي في الشام والمغرب العربي وقبرص وتركيا وشمال حوض المتوسط.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** العشارنة، الجيد، القاهرة، الزيارة، عين الكروم، جورين، العزيزية.

**الأجزاء المستخدمة:** الأجزاء العلوية من الأزهار.

**المواد الفعالة:** تحتوي ازهار نفل المروج على فلافونيدات واحماض فينولية منها حمض الساليسيليك. كما تحتوي على زيت طيار ومن أهم مركباته سالييلات المثل وكحول البنزين وسيتوسيترونول ونشاء واحماض دهنية والفلافونيدات الموجودة في الازهارمولدة للاستروجين.

### الاستخدام الطبي:

- استخدمت هذه العشبة لعلاج سرطان الثدي، حيث كان يوضع مغلي مركز منها على موقع الورم لحثه على النمو الى الخارج.
- كما برهنت احدى الدراسات المخبرية ان النفل يكافح بشكل فعال عدداً من الجراثيم وخاصة الجراثيم المسؤولة عن السل.
- اوصى العشابون المعاصرون بالنفل كاستعمال خارجي لمعالجة الاكزيما والصدفية والأمراض الجلدية والزهري .
- يستخدم عن طريق الفم كمنشط هضمي ومقشع للبلغم ولعلاج السعال والتهاب القصبات والحمى القرمزية.

### محاذير استخدامه:

يجب عدم تناول بذور النفل حيث انها تسبب اضطراب دموي ويجب على الحوامل عدم استخدام النفل أثناء الحمل.



## هليون

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للهليون *Asparagus acutifolius* L الذي ينتمي للفصيلة الهليونية. نبات شبه مُعمّر ينتشر في أوروبا الغربية و تحديداً انجلترا ، يُصنّف كإحدى الخضروات الورقية يستمر في الأرض نحو عشر سنوات، تُميّزه سيقانه الرفيعة وثماره الحمراء القانية، أوراقه تتخذ شكل الإبرة وأزهاره شكل الجرس، يرتفع نبات الهليون بحدود مترين عن الأرض.

**مواقع تواجد النبات في الغاب:** نبع الطيب، طاحونة حلاوة، نهر البارد.

**الأجزاء المستخدمة:** السوق الغضة قبل أن تكبر وتتفرّع.

**المواد الفعالة:** يحتوي الهليون على البوتاسيوم، الصوديوم، الزنك،

الفوسفور، الحديد، الكالسيوم، المنغنيز، المغنيزيوم، وعلى فيتامينات (C-B1-B2-B6-A-E) إضافة إلى الألياف الغذائية والبروتين و الكربوهيدرات ويحتوي على جلوكوزيدات سيترويدية وجلوكوزيدات مرة واسباراجين وفلافونيدات ومركب الاسباراجين.

### الاستخدام الطبي:

- يحتوي الهليون على خواص مضاده للالتهابات ومضادات للاكسدة وبالتالي يعتبر مقاتل قوي ضد سرطانات القولون والمثانة والبروستات.

- مصدر غني بفيتامين(K) الهام لصحة العظام والذي يقيمن خطر التعرض لتراكم الكالسيوم في الأنسجة الذي يؤدي الى العديد من الأمراض كتصلب الشرايين.

- يحتوي على فيتامين(C) المضاد للأكسدة والذي يساعد في تخفيض ضغط الدم ويقاوم أمراض الشيخوخة.

- مدر للبول، لاحتوائه على نسبة عالية من الامينو أسيد المدرة للبول.

### محاذير الاستخدام:

للهلين تأثيرات شديدة على الكلى لذلك يجب على المصابين بضعف الكلى عدم المبالغة في تناول الهليون.



## هندباء برية

### الوصف النباتي:



الاسم العلمي للهندباء *Cichorium Intybus L* تنتمي للفصيلة النجمية. هي نبات عشبي موسمي يصل ارتفاعه حتى 50 سم تقريباً وما يرتفع منه هو ساق مجوفة تحمل الزهرة في قمته أما الأوراق فهي لا تُحمل على ساق وإنما تخرج من سطح التربة مباشرة على شكل مجموعة وهي طويلة مستدقة القمة مسننة الحواف بشكل عميق يكاد يصل الى العرق الرئيسي بلون أخضر قاتم غالباً، الجذر مميز وتدي ثخين وطويل ويصعب نزعه من الأرض بكامله، وتحتوي الأجزاء المختلفة من الأوراق والجذر سائل أبيض اللون كاللبن ذو طعم مر يظهر عند قطع الأوراق أو الجذر. الأزهار محمولة على ساق مجوفة وهي كبيرة الحجم قطرها تقريباً (3) سم أو أكثر وهي بلون أصفر تتحول فيما بعد الى بذور متجمعة على شكل كتلة.

### مواقع تواجد النبات في الغاب:

الأجزاء المستخدمة: جميع أجزاء النبات.

### الاستخدام الطبي:

- تفيد الجذور في علاج أمراض الكبد وتنبيه المرارة لإدرار الصفراء، وتعتبر من أفضل المليينات. وتعتبر علاجاً فعالاً للكلى حيث يخلصها من المواد السامة عن طريق البول.
- يستعمل مغلي الأوراق لعلاج سوء الهضم ولنقص الشهية حيث تؤخذ ملعقة إلى ملعقتين صغيرتين بعد سحقها أو تقطيعها، وإضافتها إلى كوب ماء مغلي، ثم يصفى الماء بعد (15) دقيقة من وضع أوراق.
- لعلاج الإمساك ينقع حوالي ثلاث ملاعق من أزهار النبات في حوالي لتر من الماء البارد ويشرب منها كأس قبل كل وجبة.
- يستعمل مغلي الجذور أو الجزامير على هيئة كمادات دافئة لعلاج التهابات العين.
- يستعمل منقوع الأوراق والأزهار الطازجة في علاج آلام الأطراف بواسطة التدليك.

## وزال

### الوصف النباتي:

الاسم العلمي *Spartium junceum* L ينتمي للفصيلة البقولية. وهو عبارة عن شجيرة متساقطة الأوراق من العائلة البقولية يمكن أن يصل ارتفاعها حتى (3) أمتار تمتاز بأن أفرعها تتجه نحو الأعلى باستمرار. الورقة خيطية بطول (2) سم تظهر في أواخر الربيع على النموات الحديثة ثم تتساقط ليحل محلها أزهار عطرية الرائحة صفراء ذهبية تتوضع في شمراخ زهرية على الأجزاء العلوية لأفرع بطول (30) سم الثمرة قرن طوله (6-7) سم يحتوي عدداً من البذور. تمتاز أزهار الوزال بانها تبقى فترة طويلة دون أن تذبل و بالتالي هي صالحة للقطف يمكن أكتثار النبات بالبذور، وقت الإزهار فصل الربيع لون الزهرة: نورة عنقودية طرفية ذات لون أصفر فاقع .

نبات يتحمل كل أنواع الترب وهو قادر على احتلال الاراضي المهملة ويستعمل لتثبيت التربة و كنبات زينة و يعد من النباتات الرعوية باستثناء القرون يعد دالاً على تدهور غابات الطابق المتوسطي الحقيقي لا سيما الغابات السنديانية.

### مواقع تواجد النبات في الغاب: موقع فقرو.

**الأجزاء المستخدمة:** تعبر أجزاء النبات كلها طبية و خاصة الأزهار.

**المواد الفعالة:** زيت طيار، مادة السابونين، مواد مرة، مواد قابضة.

### الاستخدام الطبي:

- مغلي الأزهار يعتبر مادة مسهلة و هو مدر بولي كما انه دواء مقيء ومطهر عام للمعدة و الأمعاء وله قوة تقدر بحوالي خمس مرات مقارنة مع قوة ادوية تطهير الأمعاء.

- أزهار الوزال تدخل في استخدامات طبية كعلاج لسموم الأفاعي.

- يستخدم لمعالجة للأمراض الجلدية التي يصاحبها حكة .

### محاذير الاستخدام:

تحتوي أجزاء النبات على مادة سامة إذا تم تناولها وهي طازجة.



## المراجع

- العودات، محمد؛ وبركودة، يوسف (1977). نباتات سورية: البيئة والغطاء النباتي والأنواع الشائعة. مجلة علوم الحياة، مطبعة المدينة.
- العيسوي، داوود محمد حسن (1989) الدليل الحقلّي لأزهار الأردن البرية البلدان المجاورة.
- نحال إبراهيم؛ رحمة أديب ؛ شلبي محمد نبيل . ( 1989 ). الحراج و المشاتل الحراجية. منشورات جامعة حلب ،كلية الزراعة.
- الميناوي ، داود محمد (1995) علم العقاقير والنباتات الطبية. دار المستقبل للنشر والتوزيع، الأردن.
- مارتيني، غالية. 1999. تحاليل بيئية واجتماعية نباتية لغابات السفوح الشرقية لسلسلة الجبال الساحلية السورية. رسالة دكتوراة، جامعة حلب.
- موسوعة النباتات الطبية، ميشال حايك، (2001)، مكتبة لبنان ناشرون، لبنان.
- أطلس نباتات البادية السورية، 2008 - المركز العربي لدراسات المناطق الجافة والأراضي القاحلة
- ( أكساد).
- ابراهيم، دلال. 2011 . دراسة واقع التجمعات الطبيعية للدردار السوري في سهل الغاب من سوريا. رسالة ماجستير، جامعة تشرين.
- Mouterde, P., 1966-1983- Nouvelle Flore du Liban et de la Syrie. 3Tomes, 3Atlas, Dar El Mashreq, Beyrouth, Liban.
- Zohary, M. 1973. *Geobotanical Foundations of the Middle East*. Geobotanical Selecta Band III, Gustav Fisher Verlag, vols. Stutgard.
- Mouterde, p. 1953 la Flore du Djbel Druze Univer Lebanon
- Boissier, E. 1872: *Flora Orientalis*. Volumen secundum. Amsterdam.
- Pabot, Henri. 1957. *Carte Phytogeographique de la Syrie*. Ministere de l'Agriculture. Damas, Syrie.