



الإمارات العربية المتحدة

الاتحاد النسائي العام

إدارة الصناعات التراثية والحرفية

التداوي بالأعشاب

في مجتمع الإمارات

إعداد
نورانصيب البلوشي

مراجعة
لولوه عيسى الحميدي

الاتحاد النسائي العام

ص.ب. 130 أبوظبي؛ الإمارات العربية المتحدة

هاتف: +971 2 6161111

فاكس: +971 2 6161110

البريد الإلكتروني : womenunion@gwu.ae

رقم الإيداع الدولي: ISBN 978-9948-20-980-5

© جميع الحقوق محفوظة للاتحاد النسائي العام

الطبعة الأولى 2014

نبذة عن الاتحاد النسائي العام

تأسس الاتحاد النسائي العام في 27 أغسطس 1975 برئاسة سمو الشيخة فاطمة بنت مبارك؛ رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيس الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية، رئيس المجلس الأعلى للأمومة والطفولة؛ ويحرص الاتحاد النسائي العام بشكل مستمر على تأدية رسالته الرامية إلى النهوض بالمرأة في دولة الإمارات العربية المتحدة، وتعزيز أدوارها التنموية في مختلف المجالات والأخذ بيدها نحو الريادة، مع الحرص على المحافظة على التراث وتوثيقه .

المقدمة

تراث الإمارات العربية المتحدة عريق وزاخر بالموروثات الشعبية التي نلاحظها جلياً في العادات والتقاليد والقيم العربية الأصيلة المتوارثة جيلاً بعد جيل بكل فخر واعتزاز، لقد اهتم مؤسس الدولة الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه بالتراث اهتماماً كبيراً وقد جسد سموه تلك النظرة في مقولته الشهيرة «الوطن بلا ماضي لا حاضر له ولا مستقبل»، وذلك عن طريق إحياء المهرجانات والفعاليات التراثية السنوية وبناء المتاحف والعديد من المراكز التراثية وإنشاء عدة مراكز للتداوي بالأعشاب للحفاظ على الموروث الشعبي وحمايته من الإندثار.

حيث يعتبر الطب الشعبي جزء من الموروث الذي ما زال يمارس حتى وقتنا الحالي. والقائمون بالعلاج الشعبي في الإمارات هم المطيبون الذين كانوا يمارسون مهنة الطب بالوراثة والخبرة والمعرفة والمطيب هو المعالج الذي يستخدم طريقة معينة يمارسها وتصبح مهنته ومصدر لرزقه، مثل المجبر والموسم والداية ويعرف الطبيب الشعبي بالخبير بعلاجات الأعشاب.

الأعشاب الطبية

أن التداوي بالأعشاب هو خلاصة نتائج التجارب والممارسات والخبرات، لعلاج الأمراض التي كانت منتشرة في فترة ما قبل قيام الاتحاد لقد برع المعالجون القدامى في الطب الشعبي باستخدام الأعشاب ذات المفعول العلاجي التي بان لهم أثرها في شفاء مرضاهم.

اعتمد سكان الإمارات على بعض الأعشاب التي تنبت في البيئة المحلية وسخروها لمصلحتهم، بالإضافة إلى استيراد بعض الأعشاب من الدول المجاورة مثل سلطنة عمان واليمن والهند وإيران.

ونحن في هذا الكتيب سنلقي الضوء على جزء من الموروث الشعبي في جانبه المادي وهو «الطب الشعبي»، ونضع بين أيديكم شرح لبعض أشهر الأعشاب العلاجية وطرق التداوي بها كما هو متواتر لنا من آباءنا وأجدادنا.

الأعشاب الطبية

«1» الحلول



الحلول أهم عشبة علاجية ولا يكاد يخلو البيت الإماراتي منها وهو نبات ينمو في شبة الجزيرة العربية وتستعمل أوراقه للعلاج وهو معروف جيداً عند المعالجين القدامى والعطارين، وللحلول عدة مسميات حسب كل دولة من دول الخليج العربي، ففي قطر والبحرين يسمى بالعشرج

طريقة الاستعمال

تؤخذ ملعقة صغيرة من الأدوية التالية : اللبان، الحلبة، الحبة السوداء، اليعدة، فنجان من أوراق الزعتر، 7 حبات الهليلج، 100 جرام ورد مجفف، و100 جرام من أوراق الحلول، ثم يضاف عليها 5 أكواب من الماء المغلي ويترك مغطى لمدة نصف يوم، ثم يصفى ويشرب مقدار كأس إلى كأسين حسب العمر والوزن في الصباح على معدة فارغة ويفضل شرب الحلول مرة في الشهر.

وفي السعودية يطلق عليه بالسنا مكي، حيث قال الرسول عليه الصلاة والسلام: **«عليكم بالسنا والسنتون فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام وهو الموت»** وأما في الإمارات وعُمان فيسمى بالحلول ويستخدم كعلاج ملين ومسهل للبطن ويسمى بالمسبوعة في حالة أضيف له سبعة أنواع من الأدوية وهي اللبان، الورد، الزعتر، اليعدة، الحلبة، الحبة السوداء، وأخيراً الهليلج، أهل الإمارات يؤمنون أن المعدة بيت الداء وهي تحتاج للتنظيف مرة في الشهر وذلك بشرب الحلول حتى يطهر الجهاز الهضمي من أغلب ما يعلق به من جراثيم وديدان وتراكمت لأطعمة فسدت في الأمعاء، فتسبب الغازات والمغص وخلل في المزاج والنوم وضعف الشهية.

الفوائد العلاجية

1. يعتبر ملين للجهاز الهضمي وطارد للفضلات المتكونة في القولون.
2. يعالج حالات الإمساك المزمن والحاد.
3. طارد للغازات المتراكمة في البطن.
4. يخرج ديدان البطن.

«2» حبة البركة (الحبة السوداء)



حبة البركة تعرف بالحبة السوداء وفي الإمارات يطلقون عليها السويداء وهي نبات عشبي شتوي معروف منذ القدم وتعتبر من البذور وتزرع في شمال أفريقيا وسوريا والهند وإيران، لها فوائد عديدة قال عنها رسول الله ﷺ: «الحبة السوداء فيها شفاء لكل داء إلا السام». رواة البخاري ومسلم

حبة البركة أو السويداء تحتوي على الحديد والفوسفات

والكربوهيدرات والفسفور وهي مقوي ومنشط لتحسين وظائف الجسم ويستخلص منها زيت حبة البركة.

الفوائد العلاجية وطريقة استعمال

1. تؤخذ نصف ملعقة صغيرة من حبة البركة مع العسل لرفع مناعة الجسم.
2. تؤخذ ملعقة صغيرة من زيت حبة البركة مع فتجان قهوة يهدي الأعصاب ويزيل التوتر.
3. لعلاج الصداع توضع كمية قليلة من حبة البركة في قطعة قماش ويستنشق المريض رائحتها، أو يدهن زيت حبة البركة على الجبهة وبجانب الأذنين.
4. يستعمل زيت حبة البركة كمضاد للسعال والكحة.
5. تساعد حبة البركة على تفتيت الحصى في الكلي حيث تؤخذ مقدار 20 غرام حبة البركة، مع 100 غرام من العسل وتعجن مع بعضها، ثم يأخذها المريض مع الماء وتشرب عدة مرات في الأسبوع.
6. تخلط حبة البركة مع الخل وتستعمل لتسكين وجع الأسنان.

«3» الحبة الحمراء



الحبة الحمراء تعرف بإسم حب الرشاد، من أكثر النباتات الغنية باليود مما يجعلها سهلة الهضم، لأنها تحتوي الكثير من المعادن والفيتامينات الهامة من الحديد والفسفور والمنجنيز والكالسيوم بدرجة عالية وتشتهر بها منطقة الشرق الاوسط، تتواجد بكثرة في سوريا وتركيا والحبة الحمراء تفتح الشهية وايضا مقوي عام ومسكن لألم البطن، تنصح المرأة بعدم تناولها في فترة الحمل الاولى لأنها تسبب الاجهاض وتؤخذ بعد الولادة مباشرة بكميات مناسبة لأنها مفيدة للمرأة في فترة النفاس.

الفوائد العلاجية

1. مفيدة للمرأة في فترة النفاس.
2. تدر الطمث.
3. تساعد على فتح الشهية.
4. تلين البطن.
5. تساعد على إخراج الرمل والغبار من العين.

طريقة الاستعمال

1. يصنع حساء حبة الحمرا وتشربه المرأة بعد الولادة، بحيث تنقع حبة الحمراء مقدار فتجان قهوة لمدة نصف ساعة حتى يكبر حجمها ويتضاعف، ثم تغلى مع خمسة أكواب من الماء ويضاف إليها قليل من الكركم والفلفل الأسود والزنجبيل والقرفة.
2. لعلاج أمراض العيون: ينظف قليل من الحبة الحمراء وتغسل ثم تنقع بالماء وتوضع داخل العين.

«4» الكركم



الكركم عبارة عن عقد صفراء وهو من التوابل المعروفة في شرق آسيا، وتنتشر زراعته في الهند وأندونيسيا وتايلند وماليزيا والصين، يوجد نوعان من الكركم، الأول الكركم الذكر على شكل أسطواناني ويستخدم في الطبخ فقط، والنوع الثاني الكركم الأنثى على شكل دائري ويستخدم في العلاج والتجميل التالي ذكرها :

1. يستخدم لعلاج اليرقان (الصفراء) ويساعد على تجديد وحماية وظائف الكبد من الأمراض

وذلك بشرب اللبن الممزوج بنصف ملعقة شاي من الكركم.

2. يستخدم منقوع الكركم لعلاج الحكة في الجسم بحيث تدهن المناطق الجافة بالزيت الممزوج بالكركم.

3. منقوع الكركم بالماء يطهر الجروح.

4. يخفض نسبة الكوليسترول في الدم ويمنع التجلط.

5. شرب منقوع الكركم بالماء يطرد الغازات ويقتل البكتيريا في الامعاء.

6. يساعد الكركم على تبييض الوجه والجسم ويزيل البقع والسواد ويقضي على الالتهابات الجلدية في البشرة، حيث يؤخذ مقدار ملعقة طعام من الكركم بعد سحقه ناعماً ويخلط مع الفازلين أو زيت الزيتون، ويدهن مرتين يومياً، مرة في الصباح ومرة في المساء.

«5» الصبر



الصبر نبات عشبي معمر استخدمه الإنسان على مر العصور ومنذ آلاف السنين، له أوراق خنجرية ممتلئة بعصارة مائية، وحواف الأوراق مسننة شوكية، يزرع في أغلب المناطق الجافة والمناطق الممطرة ويتواجد على مدار العام ماعدا شهر يناير، ويفضل زراعته في فصلي الربيع والصيف وتشتهر في زراعته الحجاز واليمن وأندونيسيا وغينيا وأمريكا اللاتينية.

الفوائد العلاجية

1. يستخدم الصبر كمنظف لأمعاء المرأة الحامل في الأشهر الأخيرة.
2. يعالج قرحة المعدة.
3. يعالج اضطراب المعدة والإسهال.
4. تستعمل عصارة الصبر كدهان لتخفيف آلام المفاصل.
5. تستخدم عصارة الصبر على تخفيف الهرش الناتجة عن الجدري.
6. يستعمل الصبر لعلاج الرمذ بحيث ينقع بالماء ثم تكتحل به العين.
7. يخلط الصبر مع العسل ويؤكل لعلاج مرض النقرس (داء الملوك).
8. يستعمل الصبر في علاج بعض الأمراض الجلدية مثل الحزاز والثعلبة وذلك بدهن المناطق المصابة.

طريقة الاستعمال

يؤخذ مقدار 1 ملجم من الصبر ويبلع مع الماء أو ملعقة صغيرة من خلاصة الصبر صباحاً لتنظيف الأمعاء.

«6» القسط



القسط قال عنه رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن أمثل ما تداويتم به الحجامه والقسط البحري» رواة البخاري.

القسط عبارة عن عود شكلة قريب من شكل المسواك ويزرع في الهند والصين، ويوجد منه نوعان: النوع الاول القسط البحري، لونه أبيض، أما النوع الثاني القسط الهندي، لونه بني ولهما نفس دواعي الاستعمال تقريباً وذكر في الطب النبوي الجمع بين القسط والحجامه ويعالج العين والسحر بإذن الله تعالى.

الفوائد العلاجية

1. يستخدم في علاج الغدة الدرقية.
2. يوازن الهرمونات في الجسم.
3. يزيل تكيس المبايض.
4. يعالج تكرار الاجهاض.
5. قاتل للجراثيم ومطهر ومعقم للجروح ويحمي من الندبات بعد الحجامه.

طريقة الاستعمال

يؤخذ قليل من القسط ويطحن ناعماً ويضاف منه ملعقة صغيرة على كأس ماء أو مع ماء الورد ويشرب منه يومياً على الريق مرة صباحاً وأخرى مساءً.

7» اليعدة



اليعدة نبات عشبي معمر، لونه مخضر يميل إلى الرصاصي، يمتاز برائحة عطرية، يتواجد على مدار العام ويزدهر في فصل الربيع وأول فصل الصيف، تنمو نبتة اليعدة في المناطق الصخرية والأراضي الصلبة، تنتشر اليعدة بشكل كبير في شبة الجزيرة العربية و شمال أفريقيا وإيران وجنوب أوروبا والهند.

الفوائد العلاجية

1. تعالج ارتفاع السكر.
2. تعالج حالات ارتفاع ضغط الدم وتنقية.
3. تعالج القي والغثيان.
4. مضادة للإسهال و مدره للبول.
5. تعالج السعال والربو.
6. تعالج الصداع.
7. تعالج اضطراب الجهاز الهضمي.

طريقة التحضير و الاستعمال

توضع ملعقتين من مسحوق اليعدة على كأس ماء مغلي ويترك إلى أن يفتر، ثم يشرب. ولعلاج مرضى السكر يشرب بعد الوجبات.

«8» الزنجبيل



الزنجبيل من أقدم النباتات العلاجية التي استخدمها الإنسان، ونبت تحت التربة، وله طعم لاذع، ويستعمل الزنجبيل كبهارات لتحسين طعم الطبخ، والزنجبيل له تأثير على تنشيط الدورة الدموية ويستعمل الزنجبيل كمشروب شعبي في الشتاء لتدفئة الجسم.

للزنجبيل أنواع عديدة منها: الزنجبيل البلدي، والزنجبيل الشامي، والزنجبيل الهندي، وتشتهر زراعة

الزنجبيل في الصين والهند وباكستان وجمايكا وسريلانكا والفلبين والمكسيك.

الفوائد العلاجية

1. يعالج أمراض الجهاز التنفسي، ويخفف حده أمراض البرد والزكام، والسعال ويطرد البلغم.
2. يخفض مستوى الكوليسترول في الدم.
3. يعتبر مهدي للمعدة ويوقف الإسهال.
4. يعالج انسداد الشرايين بقدرته على زيادة تدفق سريان الدم ومقوي لعضلة القلب.
5. مسكن قوي لالتهاب المفاصل ويخفف انتفاخ المفاصل عند المصابين بالروماتيزم.
6. يخلص الجسم من الدهون العالقة به وملين ومطهر للبطن والأمعاء.
7. يساعد الزنجبيل على تخفيف الصداع الناتج عن التوتر النفسي.

9» الخيلة (خيل)



الخيلة عبارة عن نبات صمغى يزرع في إيران ذوات رائحة قوية ونفاذة وتعتبر الخيلة من النباتات التي تقاوم السموم، وتستخدم كمطهر للمعدة ولإنزال الديدان من الأمعاء وكذلك لعلاج انتفاخ البطن وتدهن بها الجروح والقروح لتساعد على سرعة التئامها.

مع مراعاة عدم الاستمرار في استخدامها لفترات طويلة وعدم ملامستها للأسنان لأنها تسبب ترققها وتفتتها ولا تعطي للأطفال لأنها تسبب تأكسد للهيموغلوبين في الدم.

8. منقوع الزنجبيل قبل الأكل يعتبر مهدى لاضطراب المعدة.

طريقة الاستعمال

تضاف ملعقة زنجبيل مبشور الى كأس ماء مغلي ويترك 10 دقائق ثم يشرب، يستعمل كغرغرة للتهاب الحنجرة.

الفوائد العلاجية

1. تؤخذ كمضاد حيوي قوي وسريع المفعول لأي التهاب في الجسم.
2. طاردة لديدان البطن.
3. تعالج انتفاخ البطن.
4. منقوع الخيلة يساعد على إخراج الصديد من الدمامل الملتهب وتجفف مكانه.
5. التداوي بمنقوع الخيلة يساعد على سرعة التئام الجروح.
6. يستعمل منقوع الخيلة كغرغرة لعلاج التهاب اللوز.
7. تطرد البلغم.
8. تعالج المغص.
9. تعالج ارتفاع نسبة السكر في الدم.
10. تحد من الجلطات الدموية في الجسم وتساعد على تمييع الدم.

11. تخفض نسبة الدهون في الجسم.

12. تعالج الالتهابات المزمنة للقصبات الهوائية ومجاري التنفس.

طريقة الاستعمال

1. تبلع قطعة صغيرة بحجم حبة القهوة مع قليل من الماء، مع اخذ الحذر من ملامسة الخيلة للأسنان، لأنها تسبب ترققها وتفتتها.
2. لصنع منقوع الخيلة نضع 5 حبات بحجم حبة القهوة في كأس ماء.

«10» الحلبة



قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «استشفوا بالحلبة»
لابن القيم (الطب النبوي) وقال بعض الأطباء القدماء «لو
علم الناس منافعها، لاشتروها بوزنها ذهباً».

الحلبة نبات عشبي صغير تحمل كل ثمرة عدداً من
البذور، وتحتوي الحلبة على نسبة كبيرة من البروتينات
والزيوت والفسفور، وتشتهر زراعة الحلبة في باكستان والهند
والصين وسوريا والجزائر وموريتانيا .

الفوائد العلاجية

1. تعالج أمراض الكلى، ومدرّة للبول.
2. ترفع مستوى المناعة.
3. تعالج فقر الدم وضعف البنية.
4. تساعد على فتح الشهية، وعلى الهضم.
5. تعتبر منشطاً للرحم.
6. تقوي الجهاز الهضمي.
7. تساعد الحلبة على خفض نسبة السكر في الدم
والكوليسترول.
8. تعطى للفتيات في بداية البلوغ لتنظيم موعد
الطمث.
9. تساعد على إدرار الحليب عند المرأة النفساء.
10. يستعمل منقوع الحلبة في غسل الوجه لعلاج الكلف
والنمش.

«11» الزعتر



الزعتر نبات جبلي ذو رائحة عطرية زكية وقوية، تؤكد الأبحاث ان الزعتر له فاعلية في القضاء على الكثير من الأمراض، له خاصية مسكنة للألم ومطهرة ومنشطة للدورة الدموية ويستخدم الزعتر كمضاد للسموم داخل الجسم. يوجد نوعان من الزعتر: زعتر بري، وزعتر مزروع، يحضر شاي الزعتر بشكل دائم في فصل الشتاء لكثرة فوائده وفعاليتته في مقاومة أمراض البرد ويعتبر مسكن للألم، تنتشر زراعته في سوريا، لبنان، وإيران.

طريقة الاستعمال

1. يغسل مقدار ملعقتي أكل من الحلبة، وتغلى مع كأسين من الماء المغلي.
2. تشرب المرأة النفساء الحليب بالحلبة، حيث يوضع في كأس الحليب ملعقة من الحلبة، تغلى لمدة 5 دقائق حتى تلين الحلبة ويسهل مضغها أثناء شرب الحليب.

الفوائد العلاجية

1. مطهر للجهاز التنفسي في حالة نزلات البرد والزكام والربو.
2. يخفف من ألم المغص وانتفاخ البطن، وطارد للغازات.
3. يستخدم كغرغرة في حالات التهاب اللثة والتهاب الحنجرة.
4. يساعد على خفض ضغط الدم.
5. مغلي الزعتر يزيل رائحة الفم ويعطره.
6. يوقف الإسهال.
7. تستخدم كمادات الزعتر لتنظيف العين ولعلاج إجهاد العين والرمد.

طريقة تحضير شاي الزعتر

يؤخذ من أوراق الزعتر مقدار 50 جرام ويضاف له 4 أكواب من الماء المغلي.

الزموتا (ماء الزعتر)

مستخلصة من الزعتر بشكل مركز ولها نفس فوائده في تخفيف المغص وطارد الغازات وتستخدم كغرغرة لالتهاب اللثة والحنجرة.

طريقة الاستعمال

يشرب منه نصف فنجان في حالة الشعور بالمغص أو عند تجمع الغازات.

«12» المر



المر عبارة عن مادة صمغية وزيت طيار، يوجد في سيقان نبات يسمى «البيلسان»، ويستخرج عن طريق تجريح ساق الشجرة فتخرج منه عصارة المر، وهو مطهر وطارد للغازات.

يوجد منه نوعان: الأول المر الحجازي، والثاني المر الأفريقي، وتشتهر بإنتاجه عدة دول منها: اليمن، سلطنة عمان، الصومال وشمال أفريقيا.

الفوائد العلاجية

1. يعتبر كمضاد حيوي طبيعي سريع المفعول.
2. يعالج أمراض الصدر مثل الربو.
3. يعتقد أن شرب منقوع المر بالماء يمنع نمو وتكاثر الخلايا السرطانية.
4. يعالج حب الشباب بحيث يوضع منقوع المر على المكان المصاب حتى يجف ويبرأ.
5. يخلط مسحوق المر مع زيت الزيتون ويستخدم كدهان لأوجاع المفاصل والروماتيزم.
6. مسحوق المر يوضع على الجروح العميقة بعد العمليات الجراحية، مما يساعد على سرعة التأميها.

طريقة تحضير منقوع المر

نضع ملعقتين من المر في لتر من الماء الدافئ ويترك لمدة ليلة حتى يمتزج مع الماء ويشرب منه نصف فنجان على الريق. في حالة الربو، أو تبلع حبة صغيرة منه وينصح باستعماله مره في الشهر.

«13» اللبان



اللبان هو عبارة عن صمغ و زيت طيار، يستخرج من سيقان شجرة اللبان التي تخدش بفأس حاد ثم تترك فيخرج سائل لزج لونه أبيض مصفر، وينمو شجر اللبان في الجبال فقط. ويوجد نوعان من اللبان: الذكر والأنثى و يزرع شجر اللبان في جنوب شبه الجزيرة العربية وخاصة في اليمن ومحافظة ظفار في سلطنة عمان.

الفوائد العلاجية

1. يعالج منقوع اللبان أمراض الصدر والسعال الشديد وضيق التنفس.
2. يساعد على إخراج البلغم ومقوي للشعب الهوائية.
3. يستعمل كبخور في المنزل لينقي الجو من الفيروسات والجراثيم وخصوصاً في فترة انتشار أمراض البرد في فصل الشتاء.
4. يساعد وضع مسحوق اللبان على الجروح العميقة على سرعة التئامها ويوقف نزيف الدم.
5. مقوي للقلب والدماغ والذاكرة.
6. يصفى الصوت ويقضي على الرائحة المزعجة في الفم.
7. مهضم للطعام.

طريقة تحضير منقوع اللبان

لصنع منقوع اللبان يغسل مقدار فتجان من اللبان ويضاف اليه لتر ماء دافئ، يترك لمدة 12 ساعة حتى يمتزج اللبان بالماء، ثم يشرب على الريق فتجان منه.

«14» تركة صالح



تركة صالح نبات يشبه الصبر قاتم اللون ويعالج ضيق الصدر وتنتشر زراعته في إيران.

الفوائد العلاجية

تستخدم في علاج ضيق النفس وألم الصدر، توضع على جسم الطفل وخاصة اليدين والرجلين لاعتقادهم أنها تطرد الشياطين.

طريقة الاستعمال

1. تؤخذ قطعة صغيرة بحجم حبة القهوة وتبلع بالماء.
2. لصنع منقوع تركه الصالح تذوب قطعة صغيرة في كوب ماء ويمسح بها الصدر.
3. تخلط تركة صالح مع النيلة وتعجن بالماء، كعلاج لحاله البكاء المستمر للطفل الرضيع.

«15» الهليلي



الهليلي عبارة عن شجرة كبيرة معمرة، الجزء المستخدم منها الثمار، شجرتها ضخمة يبلغ طول الساق 8 أمتار تقريباً وهي مثمرة على مدار العام، تنتشر زراعتها في السودان، الهند، باكستان وإيران.

الفوائد العلاجية

1. يعالج حالات الإسهال المزمن.
2. يعالج الحموضة والقرحة.

3. يعالج الكوليسترول والدهون العالية.
4. يعالج البهاق والجذام .
5. منقوع الهليلي يستعمل كفسول لعلاج حساسية العين.
6. شرب الهليلي يقوي الشعر و يؤخر الشيب.

طريقة الاستعمال

1. يستخدم في علاج إمرض العين من الانتفاخ والاحمرار و الرمد، بحيث يطحن ويستخدم مثل الكحل.
2. ينقع من 5 الى 10 حبات ليلا وتشرب صباحا على الريق لمعالجة ارتفاع الكولسترول وحموضة المعدة.

«16» العنزروت



العنزروت شجرة صمغية تنبت في بلاد فارس وهي نبات بري أوراقه على شكل أشواك تنمو في الجبال لها ثمر مثل الصمغ وتشبه شجرة اللبان، العنزروت له فاعلية قوية في تجبير الكسور.

فوائده العلاجية

يستخدم في تجبير الكسور وأثبت العنزروت بأن فائدته تفوق فائدة الجبس.

طريقة الاستعمال

لعلاج الكسور يوضع فتجانين من العنزروت المطحون ويمزج مع بياض بيضتين، ثم يوضع على مكان الكسر ثم يلف بالقماش.

«17» الموميان



الموميان عبارة عن ترسبات وتعرقات جبلية من مادة البوتمين المضغوط يستخرج من الكهوف ويحتوي على مواد عضوية من الكائنات الحية تحولت بفعل الحرارة والضغط إلى مادة سوداء تشبه البلاستيك، يستخدم الموميان في علاج الكسور، يوجد في الهند وباكستان.

الفوائد العلاجية

1. الموميان يساعد على سرعة بناء العظم المكسور.
2. يعالج ألم المفاصل وهشاشة العظام.

طريقة الاستعمال

1. تذوب قطعة موميان بحجم نواه التمر في كوب حليب وتشرب مرتين الى ثلاث مرات يوميا.
2. يطحن الموميان ويخلط مع زيت الخردل ويستخدم كضمادات توضع على مكان الكسر.

الخاتمة

الخاتمة

وفي الختام وبعد هذا السرد الموجز لبعض أهم أنواع الاعشاب الشعبية المستخدمة في التداوي في مجتمع الإمارات، نتوجه بكل الشكر والتقدير لأمهاتنا حاميات التراث بإدارة الصناعات التراثية والحرفية بالاتحاد النسائي العام اللواتي قمن بتزويدنا ببعض المعلومات وكانوا من أهم مصادر الأدوية والأعشاب المستخدمة في البيت الإماراتي وطريقة استعمالها ونخص بالذكر:

- السيدة لولوه عيسى الحميدي.
- السيدة عتيقة علي المحيربي.
- السيدة امنة سعيد بوميان.
- السيدة موزة محمد منصور.
- السيدة موزة احمد الرميثي.
- السيدة شيخة عبيد الظاهري.
- السيدة شمة خلفان السبوسي.
- السيدة خزنة سلطان المهيري.
- السيدة فراشة السعدي.

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع

1. عبدالله علي الطابور، الطب الشعبي في الإمارات العربية المتحدة، الطبعة الأولى، مركز الخليج للكتب، دبي، 1998م.
2. ابن القيم الجوزية، الطب النبوي، تحقيق محمد كريم راجح، منشورات دار ومكتبة الهلال، بيروت، 1983.
3. فوزي محمد كريم: الأعشاب في دولة الإمارات العربية المتحدة. الطبعة الأولى. مطبوعات جامعة الإمارات العربية المتحدة. 1995م.
4. محمد عبدالرحيم: الحبة السوداء شفاء من كل داء. الطبعة الأولى. دار أسامة للطباعة والنشر والتوزيع دمشق-بيروت. 1991م.
5. خلف سالم اللوييد: الاستشفاء بالغذاء. الطبعة الثانية. مكتبة الرائد العلمية. 1988م.
6. علي الغنيمي، موسوعة نباتات الإمارات العربية المتحدة في تراث الطب الشعبي، إصدار جامعة الإمارات، 1993م.
7. ناصر عبدالله عوض: السعتر فوائده الطبية. الطبعة الأولى. صنعاء. مركز عبادي للدراسات والنشر. 1998م.

8. علي سالم باذيب، النباتات الطبية في اليمن، مكتبة الإرشاد، صنعاء، 1993م.

9. عبدالله حسن منصور آل عبدالمحسن، الطب الشعبي في الساحل الشرقي للملكة العربية السعودية، مطبعة البيان العربي، 1421هجرية.

10. <http://www.khayma.com/hawaj>

11. شفاء العليل في عجائب الزنجبيل لأبي الفداء محمد عزت محمد عارف بتصرف وجريدة الرياض الاثنين 30 شوال 1425 هـ - 13 ديسمبر 2004 م - العدد 13321.

