بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعه الشيخ عبد الله البدري

كليه العلوم الصحية

قسم الصيدلة

بحث تكميلى لنيل درجة الدبلوم التقنى في الصيدلة

بعنوان :

دراسة فعالية الاستخدام الشعبى لبعض النباتات التى تحتوى على الفلافونيدات بمدينة بربر

إعداد الطلاب:ـ

١- عفراء عجب على

٢- عبدالهادى يعقوب الطيب

٣- عبدالماجد عبده عبدالنور

٤- عبدالعزيز سليمان ناير

٥- عبدالقادر ابراهيم توة

٦- على عثمان حسن

٧- عثمان الصادق حامد

٨- عمار عبدالله ناصر

اشراف د.

اسماء عبدالله

جامعة الشيخ عبد الله البدري
عمادة المكتبات
مكتبة الكلية الصحية
رقم التسجيل ٨٤
رقم التصنيف

يوليو ٢٠١٧م

بسم الله الرحمن الرحيم

الآيـــة

قـــال تعـــالى :

قَالَ تَعَالَىٰ: أَعُوذُ بِٱللَّهِ مِنَ ٱلشَّيۡطَٰنِ ٱلرَّجِيمِ ﴿ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ ٱلثَّمَرَٰتِ فَٱسۡلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلٗاۚ يَخۡرُجُ مِنۢ بُطُونِهَا شَرَابٞ مُّخۡتَلِفٌ أَلۡوَٰنُهُۥ فِيهِ شِفَآءٞ لِّلنَّاسِۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَةٗ لِّقَوۡمٖ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾ ﴾

صدق الله العظيم

سورة النحل الاية (٦٩)

الإهـــداء

الـــى كثيـــرون لاتعلمونهـــم

ولكـــــن اللـــــه يعلمهـــــم

الباحثون

شكر وعرفان

إمتثالا لقوله تعالى: [لئن شكرتم لأزيدنكم]

صدق الله العظيم

الشكر لله من قبل ومن بعد

الشكر اجزلة للاستاذ الدكتورة/ اسماء عبدالله

التى اعطتنا من وقتها ومدَّتنا بالمعلومات في سبيل هذا البحث ودعواتنا لها بدوام الصحة والعافية

والشكر ايضا للاساتذة الاجلاء الذين لم نري منهم الا بحورا من العلم بجامعة الشيخ عبد اللّه البدري

ونخص بالشكر اساتذتنا بقسم الصيدلة

الفهرس

الموضوع	رقم الصفحة
الأية	I
الإهداء	II
الشكر والعرفات	III
الفهرس	IV
فهرس الجداول	V
فهرس الأشكال	VI
الملخص	VII
الفصل الأول (مقدمة منهجية)	
المقدمة	٤ – ٥
منطقة الدراسة	٦-٧
الأهمية	٨
الأهداف	٩
الفصل الثاني (أدبيات البحث)	
مدخل	١١-٢١
أمثلة لبعض النباتات التي تحتوي علي الفلافونيدات المستخدمة شعبياً في مدينة بربر	٢٢-٤٦
الفصل الثالث (منهجية البحث)	
منهجية البحث	٤٨-٤٩
الفصل الرابع (النتائج)	
عرض النتائج	٥١-٨٦
مناقشة النتائج	٨٧-٩١
الفصل الخامس (الملحقات)	
التوصيات	٩٢
المراجع	٩٣
الخاتمة	٩٤

فهرس الجداول

الجدول(٤-١) يوضح الفئة العمرية	٥١
الجدول(٤-٢) يوضح النوع	٥٢
الجدول(٤-٣) يوضح المستوى التعليمي	٥٣
الجدول(٤-٤)يوضح الغرض من إستخدام هذا النباتات	٥٤
الجدول(٤-٥)يوضح الغرض من إستخدام الكركدي	٥٥
الجدول(٤-٦) يوضح الغرض من إستخدام النعناع	٥٦
الجدول(٦-٧) يوضح الغرض من إستخدام الحزا	٥٧
الجدول(٤-٨) يوضح الغرض من إستخدام أوراق الشاي	٥٨
الجدول(٤-٩) يوضح الغرض من إستخدام أم شويكة	٥٩
الجدول (٤-١٠) يوضح الغرض من إستخدام الريحان	٦٠
الجدول (٤-١١) يوضح الغرض من إستخدام الحبة السوداء	٦١
الجدول(٤-١٢)يوضح الغرض من إستخدام الضريسة	٦٢
الجدول (٤-١٣) يوضح الغرض من إستخدام الكركم	٦٣
الجدول (٤-١٤)(٤-٢٢) يوضح طريقة الاستخدام	٦٤-٧٢
الجدول (٤-٢٣)(٤-٣١) يوضح الزمن اللازم للحصول علي الأثر العلاجي	٧٣-٨١
الجدول (٤-٣٢) يوضح الشفاء التام عند استخدام النباتات الطبية	٨٢-٨٣
الجدول(٤-٣٣) يوضح الاثار الجانبية	٨٤-٨٥
الجدول(٤-٣٤)يوضح المصادر التي يقوم باستشارتها	٨٦

فهرس الأشكال

الشكل(٤-١) يوضح الفئة العمرية	٥١
الشكل(٤-٢) يوضح النوع	٥٢
الشكل(٤-٣) يوضح المستوى التعليمي	٥٣
الشكل(٤-٤)يوضح الغرض من إستخدام هذا النباتات	٥٤
الشكل(٤-٥)يوضح الغرض من إستخدام الكركدي	٥٥
الشكل(٤-٦) يوضح الغرض من إستخدام النعناع	٥٦
الشكل(٦-٧) يوضخ الغرض من إستخدام الحزا	٥٧
الشكل(٤-٨) يوضح الغرض من إستخدام أوراق الشاي	٥٨
الشكل(٤-٩) يوضح الغرض من إستخدام أم شويكة	٥٩
الشكل (٤-١٠) يوضح الغرض من إستخدام الريحان	٦٠
الشكل (٤-١١) يوضح الغرض من إستخدام الحبة السوداء	٦١
الشكل(٤-١٢)يوضح الغرض من إستخدام الضريسة	٦٢
الشكل (٤-١٣) يوضح الغرض من إستخدام الكركم	٦٣
الشكل (٤-١٤)(٤-٢٢) يوضح طريقة الاستخدام	٦٤-٧٢
الشكل (٤-٢٣)(٤-٣١) يوضح الزمن اللازم للحصول علي الأثر العلاجي	٧٣-٨١
الشكل (٤-٣٢) يوضح الشفاء التام عند استخدام النباتات الطبية	٨٢-٨٣
الشكل(٤-٣٣) يوضح الاثار الجانبية	٨٤-٨٥
الشكل(٤-٣٤)يوضح المصادر التي يقوم باستشارتها	٨٦

الملخص

علي الرغم من أن النباتات الطبية تحتوي علي عدد هائل من مركبات الأيض الثانوية (الجواهر الفعالة) الإ أن مجموعة الفلافونيدات من أهم المجموعات وهي صبغات نباتية ذائبة في الماء وهي مسؤولة عن الألوان في الازهار ، الفواكه ، الخضروات . حيث تتميز هذه المركبات بخصائصها العلاجية العالية لعلاج كثير من الأمراض والوقاية منها فهي تعمل كمضاد للأكسدة Antioxidain كما تساهم في إيقاف سلسة التفاعلات الناتجة عن الجذور الحرة .

وقد تمت هذه الدراسة بمدينة بربر لمعرفة بعض انواع النباتات التي تحتوي علي مجموعة الفلافونيدات المستخدمة شعبيا" بمدينة بربر ، عن طريق عمل أستبيان حول إستخدامها الشعبي ثم تم جمع وتحليل نتائج الاستبيان ومقارنة النتائج بالدراسات العلمية الحديثة.

من خلال الدراسة التي أجريت وجد أن هذه النباتات تستخدم في علاج كثير من الأمراض مثل : ارتفاع ضغط الدم ،

الملاريـــا ، الســـرطان ، عـــلاج التهـــاب الجهـــاز الهضـــمي .عـــلاج التهـــاب المســـالك البوليـــة ، عـــلاج الحصـــاوي ،مطهـــر للجـــروح ، الحساســـية . وكـــذلك وجـــد أن أغلـــب النباتـــات تســـتخدم عـــن طريـــق الغلـــي وهـــي لا تســـتغرق زمنـــا" طـــويلا" للحصـــول علـــي الأثـــر العلاجـــي فأغلبهـــا مـــن (١ - ٤) ايـــام تمتـــاز هـــذه النباتـــات بقلـــة الأثـــار الجانبيـــة لـــذا يجـــب الأهتمـــام باســـتخدام تلـــك النباتـــات وذلـــك لمـــا لهـــا مـــن فوائـــد علاجيـــة كثيـــرة ورخيصـــة الـــثمن ومتـــوفرة بمنطقـــة الدراسة .

الفصـــل الاول

المقدمة – الاهداف – الاهمية

منطقة الدراسة

المقدمة

عـــرف الانســـان التـــداوي منـــذ فجـــر التـــاريخ وقـــد أثبـــت الاكتشـــافات الاثريـــة أن الحضـــارات القديمـــة كانـــت تتخـــذ العديـــد مـــن الاعشـــاب فـــي عـــلاج الامـــراض التـــي تواجههـــا و فـــي العصـــر الحـــديث مثلـــت النباتـــات ايضـــاً أهميـــة قصـــوى نظـــراً لاحتوائها علـــي عـــدد هائـــل مـــن الجـــواهر الفعالـــة التـــي تعـــد مصدراًاساســـي للاكتشـــاف الادوية الجديـــدة، وتعـــد مجموعـــة الفينـــولات والفلافونيـــدات مـــن أهـــم مركبـــات الايـــض الثانويـــة، التـــي نالتحظـــاً مـــن الابحـــاث والدراســـات العلميـــة بســـبب تأثيرهـــا الايجـــابي علي الصحة والحماية من السرطان. (١)

تـــم التوصـــل الـــي حـــوالي (4000) نـــوع مـــن الفلافونيـــدات وهـــي المســـؤولة عـــن الصـــبغات والالـــوان فـــي الفواكـــه والحبـــوب والخضـــروات، ويـــرجح العلمـــاء أن التأثيرات العلاجية لكثيـــر مـــن الأعشـــاب الطبيـــة يعـــزي الـــي وجـــود هـــذه الفلافونيـــدات (١)

كمـــا نالـــت هـــذه الفلافونيـــدات نصـــيباً كبيـــراً مـــن اهتمـــام البـــاحثين بســـبب خواصـــها المضـــادة للأكســـدة Antioxidan،فهـــي تســـاهم فـــي إيقـــاف سلســـلة التفـــاعلات الناتجـــة عن الجـــذور الحـــرة وبالتـــالي تحـــد مـــن تـــدهور الخلايـــا وضـــعفها ومضـــادت الأكســـدة تعمل علـــي تقويـــة جهـــاز المناعـــة وتحمـــي خلايـــا الجيـــد مـــن التجاعيـــد وتخفـــف مـــن ترســـيب الـــدهون فـــي الصـــفائح الدمويـــة علـــي الشـــرايين ، كمـــا تعمـــل ايضـــآ علـــي حماية الفم وخلايـــا الـــدماغ ، وتســـاعد علـــي ألتئـــام الجـــروح بالأضـــافة إلـــي القليـــل مـــن تأثير الضغوط النفسية .(١)

بعض النباتـــات التـــي تحتـــوي علـــي الفلافونيـــدات تســـتخدم شـــعبيا" علـــي نطـــاق واســـع فـــي مدينـــة بربـــر منـــذ عصـــور قديمـــة فـــي عـــلاج الامـــراض والوقايـــة منهـــا ويعتبـــر المعـــالجون الشـــعبيون مصـــدرا" مهمـــا" لاســـتقاء المعلومـــات فـــي التـــداوي بالأعشـــاب ونـــواة لإقامـــة البحـــوث العلميـــة ، لـــذا ركـــزت هـــذه الدراســـة علـــي فعاليـــة الإســـتخدام الشـــعبي لـــبعض النباتـــات المحتويـــة علـــي مجموعـــة الفلافونيـــدات باعتبارهـــا مـــن اهـــم الجواهر الفعالة .(١)

منطقة الدراسة

بربر مدينة سودانية تاريخية تقع في ولاية نهر النيل على ارتفاع ٣٣٤ متر و ١٠٩٥ أقدام فوق سطح البحر و تبعد عن الخرطوم بحوالي ٣١١ كيلو متر (٢٨٤ميل).

التعليم

عرفت بنهضة تعليمية منذ القدم عندما انتشرت فيها المدارس القرآنية في القرنين السادس و السابع عشر الميلاديين،ونشأت في العصور القليلة الماضية عدة معاهد عليا وكليات جامعية منها جامعة الشيخ عبد الله البدري وكليات الدراسات الاسلامية العربية،والشريعة والقانون وكلية الزراعة التابعات لجامعة وادي النيل والمعهد التقني ،ويبلغ عدد مدارس مرحلة الاساس ١٠٧ مدرسة، وفيها ٩ مدرسة ثانوية للبنات و٧ للبنين و٥ مدارس مشتركه .

وهناك معهدين للتدريب الحرفي وخلاوي لتحفيظ القران .

الرعاية الصحية

توجد بالمحلية مستشفيات عده :

مستشفى بربر –ومستشفى القمبرات ــ كدباس - والباوقة.

السكان والمساحة

تبلـــغ ســـكان المحليـــة حســـب احصـــاء ٢٠٠٨ (١٥٢.٣٧٧)نســـمه وتبلـــغ مســـاحة المحلية ١٤٧١١ كيلو متر مربع.

اهمية البحث

تمثل النباتات التي تحتوي على مجموعة الفلافونيدات دوراً مهماً في علاج كثير من الأمراض والوقاية منها يوجد العديد من هذه النباتات المستخدمة شعبياً بمدينة بربر.

وبما ان المعالجون الشعبيون مصدر مهم لاستقاء المعلومات في مجال التداوي بالأعشاب لذا اهتم هذا البحث بإجراء دراسة لفعالية بعض من تلك النباتات بمدينة بربر المستخدمة شعبياً،والتأكد من صحة هذا الاستخدام عن طريق المقارنة والربط بالدراسات العلمية الحديثة في كل ما يخص تلك

اهداف البحث

١- التعرف على بعض النباتات التي تحتوي علي فلافونيدات وتستخدم شعبيا في مدينة بربر.

٢- تقييم فعالية استخدام تلك النباتات شعبيا.

٣- القاء الضوء علي التداوي الشعبي وبيان اوجه الاستفادة منه كنواة للبحوث علمية

جامعة الشيخ عبد الله البشير
عمادة الشئون
مكتبة الكلية الصحية
رقم التسجيل
رقم التصنيف
Reg.No
Class.No

الفصـــل الثانـــى

أدبيـــات البحـــث

الفلافونيدات:Flavonoids

مدخل

تعرف الفلافونويدات بأنها صبغات نباتية تذوب في الماء، وهي مسؤولة عن الوان الازهار والفواكه أحيانا بعض الاوراق الوانها متعددة فقد تكون صفراء او برتقالية او زرقاء او حمراء وتعرف هذه الالوان بالانثوسيانينز Anthocyanins.(١)

توصل العلماء منذ عام (١٩٢٨) الي حوالي (٤٠٠٠) نوع من الفلافونيدات Flavonoids وقد عرف عن هذه المركبات الكيميائية النباتية انها المسؤولة عن الالوان في الفواكه والحبوب والبذور والخضروات ، يقول العلماء أن معظم التأثيرات العلاجية للأعشاب الطبية يعود لوجود هذه المواد كقوة علاجية،كما اثبتت مئات الدراسات التي اجريت علي الفلافونيدات أنها تمتلك قدرات علاجية كبيرة،حيث تعمل كمضادات للالتهاب وللهستامين و للفيروسات وللأكسدة.(١)

في السنوات الاخيرة جذبت انتباه العلماء خواص الفلافونيدات المضادة للأكسدة ،إذ بدت أكثر فعالية من مضادات الاكسدة المعروفة مثل فيتامين(هـ و ج)،

بالموضـــع (رقـــم ٣)،ومـمـــا يجـــدر ذكـــره هـــو إن الايزوفلافونـــات لاتنتشـــر فـــي الطبيعـــة بكثرة.(٢)

خواص الفلافونيدات

الفلافونيـــدات مركبـــات هيدروكســـيلية ذات صـــفة حمضـــية ضـــعيفة ذوابـــة فـــي القواعـــد القوية مثل هيدروكسيد الصوديوم .

الفلافونيدات التـــي تحمـــل عـــدد أكبـــر مـــن مجموعـــات الهيدروكســـيل الحـــرة لهـــا صـــفة قطبية وعليـــه فهـــي تـــذوب فـــي المـــذيبات مرتفعـــة القطبيـــة مثـــل الميثـــانول والإيثـــانول ،وثنـــائي ميثيـــل سلفوكســـيد والاســـتون والمـــاء ،ووجـــود الجـــزء الســـكري فـــي المركـــب يجعلـــه أكثـــر إذابـــة فـــي المـــاء أمـــا الفلافونيـــدات الاقـــل القطبيـــة مثـــل الإيزوفلافونـــات وكـــذلك الفلافونـــات التـــي تحمـــل عـــدد مـــن مجموعـــات الميثوكســـيل فإنهـــا تـــذوب فـــي المذيبات الأقل قطبية مثل الكلوروفورم والإيثر.(٢)

الفلافونيدات طرق فصل وإستخلاص

اولاً: طرق إستخلاص الفلافونيدات

بعـــد تجفيـــف وطحـــن الأجـــزاء النباتيـــة المـــراد إســـتخلاص الفلافونيـــدات منهـــا فإنهـــا تعامل بمـــذيب مناســـب للإســـتخلاص واكثـــر المـــذيبات إســـتخداماً هـــو الميثـــانول المـــائي

، وتخمر الاجزاء النباتية في المحلول المائي للميثانول لمدة لاتقل عن يوم واحد مع التحريك من حين إلي اخر ومن ثم يرشح ويغسل الجزء المتبقي من الأجزاء النباتية بالمذيب المستخدم في استخلاص ، يختزل حجم الرشاحة بتبخير اكبر كمية من الميثانول من ثم تعامل الرشاحة بواسطة الكلوروفورم أو الهكسان لكي يتم التخلص من مركبات ذات الطبيعة القطبية الضعيفة مثل الدهون والكلورفيل، ايضاً قد تحتوي رشاحة الكلوروفورم أو الهكسان على بعض الفلافونيدات الأقل قطبية وعليه فإن هذه الرشاحة لا تعمل وتؤخذ بعين الإعتبار لأحتوائها علي بعض الفلافونيدات باقي الرشاحة يتم معاملتها بأكثر من مذيب حسب التدرج في قطبيه المذيب ثانية يتم فصل ونتقية هذه المركبات الطبيعية.(٢)

ثانياً: فصل وتنقية الفلافونيدات

يتم تنقية الفلافونيدات إستخدام طرق الفصل الكروماتوغرافي بأنواعه المختلفةلعل أكثر هذه الطرق شيوعاً هي كروماتوغرافيا الطبقة الرقيقة وكروماتوغرافيا العمود إذ تستخدم الأولى في المركبات الصغيرة في حين تستخدم الطريقة الأخيرة عندما تتوفر كميات اكبر من المركب الطبيعي

وتستخدم ايضاً طريقة الكروماتوغرافيا الورقية حيث إنه عند تطبيق هذه الطريقة تستخدم المذيبات الكحولية . (٢)

الكشف عن الفلافونيدات

تعطي المجموعات المختلفة من الفلافونيدات الواناً مميزة مع الكثير من الكواشف التي تستخدم للدلالة على وجود هذهالمركبات الطبيعية ،من اهم هذه الكواشف :

أ/محلول كلوريد الامونيوم (٥%) الذي يعطي بقعاً صفراء إذا ما وجدت المادة الفلافونيدية التي تحمل مجموعة هيدروكسيل في الموقع رقم(٥).

ب/ وتعطي جميع الفلافونيدات الواناً صفراء وبرتقالية مع هيدروكسيل الصوديوم وتجدر الإشارة إلي إن الإنثوسيانينات تعطي الوان بنفسجية أوزرقاء.

ج/ كما جميع الفلافونيدات بما في ذلك الانثوسيانينات تعطي الوناً صفراء إلي برتقالية مع حمض الكبريتيك المركز وهو يعد من اهم الكواشف المستخدمة في التنعدين على الفلافونيدات.

د/ يستخدم محلول يتم تحضيره بإضافة حمض الهيدروكلوريك المركز إلي محلول فانيلين(Vanillin) تم إضافة محلول الإيثانول بنسبة (١-٤) على التوالي ، عند رش هذا الكاشف حيث تظهر جميع الفلافونيدات علي هيئة بقع حمراء في الحال او بعد التدفئة البسيطة .

هـ/ كما يستخدم محلول هيدروكسيد الحديد الثلاثي للكشف عن من وجود المركبات الفلافونيدية في الخلاصة النباتية حيث يعطي الواناً مميزة حمراء او صفراء او زرقاء.(٢)

الفلافونيدات التي تم دراستها دراسة دقيقة هي:

كويرستين:Quercetin

الروتين:Rutin

نارينجين:Naringin

هيسبريدين:Hesperidin

جينستين:Ginistin

بيكالين:Baicalin

بيكنوجينول:pycnognole

كاتيشين:Catechine

الفعالية العلاجية لمجموعة الفلافونيدات

أ/ امراض القلب

في دراسة هولندية اجريت لفحص عادات تناول الطعام لدي(٨٠٥) من الاشخاص الذين تتراوح اعمارهم بين (٦٥ -٨٤) وجد ان احتمال الإصابة بامراض القلب في الاشخاص الذين تناولوا الكثير من الاغذية الغنية بالفلافونيدات كان أقل بمقدار النصف عن أولئك الذين لم يتناولوا هذه الاغذية وأن نسبه الوفيات بسبب هذه الامراض كانت أقل بنسبه الثلث.(١)

كما أن التجارب السريرية الإكلينيكية التي اجريت علي الانسان أثبتت أن الفلافونيدات تمنع النزيف من الاطراف أومن الفتحات الطبيعية، وتمنع تورم الساقين نتيجة لاحتجاز الماء في الجسم، وتقي من اعتلال الشبكية المصاحب لداء السكري وارتفاع ضغط الدم.(١)

في دراسة أخري، وجد الباحثون الفنلنديون أن الاشخاص الذين قل مقدار تناولهم من الفيلافونيدات لفترة ٢٥ عام ارتفعت لديهم خطورة الاصابة بأمراض القلب .

ويرجع الفضل في هذه الفوائد الي مركبات (الكويرستين) أحد أقوي الفلافونيدات حيث تتصف هذه المركبات بأنها مضادة للأكسدة وأقوي من فيتامين (هـ) الذي يعرف بدوره في الوقاية من أمراض القلب، وليست فقط الوظائف المضادةللاكسدة هي التي تجعل الفلافونيداتتوفر كل هذا القدرة من الوقاية كما يقول العلماء حيث تؤكد الدلائل أن هذه المركبات تعمل كغطاء مانع وغير لاصق في مجري الدم يمنع الصفائح الدموية(في الدم التي تسبب التجلط) من الالتصاق بجدران الشرايين والعمل علي انسدادها .(١)

ب/الفلافونيدات كمضادات للاكسدة

أثبتت الدراسات إن الفلافونيدات في الحقيقة تعد افضل لتثبيت الشقوق الحرة.

ج/ أمراض الكبد

تستخدم الفلافنويدات علي نطاق واسع في الدول الاوربية حيث تتمتع بشعبية عالية فعلي سبيل المثال يستخدم السيلمارين بشكل شائع (وهو إحدى الفلافونيدات الموجودة في أنواع معينة من الخرشوف)، لعلاج اضطرابات الكبد

المتعلقة بالكحوليات، فقد وجد أن جرعات عالية من السيلمارين يمكن أن تقلل من معدل الوفيات من جراء تعاطي جرعات عالية من الكحوليات التي تسبب تلف الكبد بمقدار النصف، إضافة الي ذلك وجد العلماء في هولندا أن إعطاء جرعات كبيره من مركب السيلمارين للحيوانات يمكن أن تزيل أي تلف بالكبد ويسمي المركب(أكسير الكبد).(١)

د/ الفلاونيدات كمضادات للسرطان

الإصابة بالسرطان قد تحدث بسبب الجذور الحرة التي تتلف الحمض النووي الخاص بـــــDNA الذي يمثل المادة الجينية داخل الخلايا التي تحدد كيفية ادائها لوظائفها، وهذا التلف يمكن أن يؤدي الي حدوث السرطان.

تعمل الفلافونيدات على تثبط الشقوق الحرة وتعوقها مما يمنح وقاية من السرطان.

ه/ تعمل كمضادات للفيروسات والبكتيريا والإلتهابات.

و/ تقلل من حدة الاعراض المرتبطة بالنزيف المستمر وإنخفاض مستوى الكالسيوم.

ز/ تقئ من المياة البيضاء وتعالجها ومضاعفات السكري.(٢)

ر/ اوضحت الدراسات التي أجراها العلماء مدي فعالية مختلف للفلافونيدات في الوقاية من السرطان وعلاجه، وقد تمت عن طريق الخلايا المزروعة مخبريا علي الكائنات الحية.

المكملات الغذائية المشتقة من الفلافونيدات التي لها تأثير علاجي

يوجد عدة مستحضرات من أهمها الآتي:-

- الكوركمين: هو المركب الرئيسي في جذور الكركم والذي يؤخذ بجرعات مابين ٥٠٠-١٥٠٠ مليجرام يومياً لعلاج الحساسية والتهاب المفاصل والربو.

- بيكنوجينول برونثوسيايندين: يؤخذ بجرعات مابين ٥٠-١٠٠ مليجرام يومياً لعلاج اضطرابات الدورة الدموية التي تشمل التهابات ودوالي الساقين والكدمات.

- البيوفلافونيدات المركبة: التي تحتوي علي مركب الروتين والهيسبريدين ، يوخذ بجرعات مابين (١٠٠٠-٥٠٠٠) مليجرام يومياً لعلاج مشاكل الدورة الدموية ودوالي الساقين.(١)

- الجينستين: يؤخذ بجرعات مابين (٤٠٠٠-٦٠٠٠) مليجرام يومياً للوقاية من السرطان بالأخص سرطان الثدي والبروستاتا واختلاف الهرمونات.

- كيرستين يؤخذ بجرعات مابين (٥٠٠-١٥٠٠) مليجرام يومياً لعلاج العدوي الفيروسية.(١)

أعراض نقص الفلافونيدات

النزف المفرط وتورم الانف وبعض الاصابات بالبواسير يمكن أن تكون لنقص الفلافونيدات و عموماً ضعف الوظيفة المناعية يمكن ان يؤدي الي علامة عدم كفاية المدخول الغذائية من الفلاونيدات .(3)

الاطعمة التي تتوفر فيها الفلافونيد

تتوافر في الفواكه والخضروات والأعشاب والبهارات وتوجد في انواع اخري من المواد الغذائية ، بما في ذلك الفاصوليا الجافة وبهذا السبب قد تظهر بطرق أقل ملحوظة في الغذاء ينطوي احد الامثلة علي ذلك اللب الابيض والأخضر داخل البرتقال بالإضافة الي كونها وجدت في الاقسام باللون البرتقالي المائي من هذه الفاكهة التي تحتوي تقريبا من محتوي فيتامين سي ويمكن ايضا العثور علي الفلافونويد في اللب الابيض داخل الجلد وتحاصر الاقسام .(3)

ظروف التخزين وتأثير معالجة الفلافونيدات

يمكن لدرجة الحرارة ودرجة الحموضة أن يكون لها تاثير كبير علي محتوي الفلافونويد من المواد الغذائية، كذلك درجة الغليان تذيد حوالي (٣٠%) من مركبات الفلافونيدات.(3)

تفاعل الفلافونيد مع غيرها من المغذيات

اوضحت الابحاث الحالية التأزر بين مجموعة الفلافونيد وفتامين(C) إذ أن كل مادة تحسن نشاط الأخرى كمضاد للأكسدة.(3)

الاعراض السمية للفلافونيدات

ان محتويات الفلافونيدات لا تسبب اعراض غير مرغوبة فيها نسبياًحتى في كميات كبيرة اي بنسبة (١٥%)من مجموعة السعرات الحرارية، وفشلت الدراسات خلال فترة الحمل أيضاً لإظهار مشاكل مع السعرات عالية المستوي عن الفلافونيدات .(3)

أمثله لبعض النباتات التي تحتوي علي الفلافونويد المستخدمة شعبياً بمدينة بريدة

١- الكركم : Curcuma

التصنيف العلمي لنبات الكركم

الطائفة : احادية الفلقة

الرتبة : الزنجبيليات Zingiberale

الاسم العلمي :CarthamusTinctorius

إسم العائلة :Asteraceae

الإسم المحلي :Kurkum

الاسماء الشائعة :بقلة الخطاطيف

الزراعة :

يزرع حالياً بماليزيا وتايلاندا والفلبين

الوصف النباتي

هو عشب معمر،جذامير علي هيئة درنات صغيرة قرب سطح الارض ، اوراقه حولية والجزء المستخدم من النبات الدرنات ، ويتراوح طوله بين ٥-٨ سم ذو لون اصفر محبب .

يوجد انواع مختلفة للكركم في اماكن مختلفة من العالم من أهمها:

١-Curcuma,longa موطنه الاصلي سيرلانكا

2-Curumaamada موطنه الاصلي الهند

٣- Curcuma angustifolia يوجد أيضا في الهند

٤- Curcuma aromatic موطنه الاصلي بنغال

٥-Curcuma aeraginose موطنه الاصلي بورما و كمبوديا

٦- Curcuma caesia يوجد أيضا في البنغال

٧- Curcamamangga موطنه الاصلي ماليزيا

٨- Curcuma PurPurascens موطنه الاصلي غرب ووسط جاو

٩- Curcuma Xanthorrhiza موطنه الاصلي أندونيسيا وماليزيا

١٠- Curcuma zedoaria موطنه الاصلي الشمال الشرقي للهند

الجواهر الفعالة

يحتوي الكركم على الفلافونيدات (Curcuminodes) تسمي كركومينويدز وزيوت طيارة بنسبة ١٤% ويتكون هذا الزيت من حوالي ٥٠ مركباً، ولكن اهم مركبات هذا المجموعة تعرف باسم كيتونات سيسكوتربينية (SesquiterPenelaCton) كما يحتوي ايضا على كركوميديذ (Curcuminodes)،كذالك من أهم مركبات هذه وتم فصله بشكل تجاري ويعطي الصبغة الصفراء ، كذلك يحتوي علي خليط من الراتنج والزيت الطيار

يعـــرف باســـم Oleo Resin وزيـــوت ثابتـــة ومـــواد مـــرة وبـــروتين وســـيليلوز ونشـــأ ومعادن.

الإستخدام الشعبي

يستخدم فـــي صـــناعة الغـــذاء حيـــث يـــدخل كـــأهم التوابـــل والمـــواد الملونـــة كمايســـتخدم مســـحوقه فـــي المعجنـــات بالإضـــافة، بصـــبغة للمنســـوجات و صـــناعة الـــورق وفـــي الكشف عن حامض اليوريك.

الاستخدام في الطب الحديث

تســـتخدم درنـــات الكـــركم كمـــادة مقويـــة ومضـــادة وللفيروســـات وللالتهابـــات والســـرطانات وكـــذلك خـــافض الكلســـترول،كما يســـتخدم لعـــلاج القرحـــة والرومـــاتزم وداء النقرس وزيادة إفرازات الصفراء .

كـــذلك لعـــلاج الاكزيمـــا والجـــرب وبعـــض الفطريـــات التـــي تتكـــون بـــين أصـــابع الرجلين .

الاضرار الجانبية للكركم

أثبت الدراسات أن استخدام الكركم لفترة طويلة قد ينجم عنه الآتي:

-يسبب بعض الالام في المعدة.

-قد يظهر بعض الالم في المرارة.

- كما يجب علي الام الحامل عدم استخدام الكركم للعلاج خلال فترة الحمل .

التداخلات الدوائية للكركم

يمنع استخدام مستحضرات الكركم مع الاشخاص اللذين يستعملون إي أدوية كيميائية أو عشبية بالأخص الاسبرين والورفارين أو أي من مضادات التخثر وكذلك أدوية الضغط .(4)

٢- الكركديHibiscu

التصنيف العلمي

الشعبة: النباتات الزهرية

الطائفة:ثنائية الفلقة

الاسم العلمي:Hibiscus Sabdariffa

اسم العائلة:Malvaceae

الاسم المحلي :Karkade

الاسماء الشائعة:الجوكرت والغجر و القرقديب و الكركديب و الحماض الاحمر.

الوصف النباتي

هو نبات عشبي حولي يتميز بقلة تفرعه ونموه الرأسي، حيث يصل ارتفاعه الي حوالي مترين، ساق وافرع النبات ذات لون اخضر مشرب بحمرة، الاوراق بسيطة ذات اعناق طويلة وحواف مسننة تشبه راحه الكف ذات لون اخضر محمر، يحمل النبات ازهار لحمية الشكل جميلة المنظر ذات لون ارجواني، وتخرج من براعمها ولها عنق قصير جدا واجزاء الزهرة سميكة ومتشحمة بلون احمرداكن ، والثمار علي هيئة كبسولات بداخلها عدد من البذور البنية اللون كورية الشكل و

مجعدة السطح الجزء المستخدم من نبات الكركدي هو الازهار والاوراق

الجواهر الفعالة

تحتوي السبلات علي جليكوسيدات بالإضافة الي مواد ملونة تسمى الفلافونيدات (flavonoids)

واملاح اكسالات الكالسيوم وفيتامين (ج) يتلون الكركدي باللون الاحمر الداكن في الوسط الحمضي بسبب وجود مركبات البيتا سيانينيا كما يحتوي علي مواد هلامية .

الاستعمال الشعبي

تستعمل الازهار كمشروب مسكن لآلام الراس وطارد للديدان ،كذلك يستخدم في إنتاج الالياف النباتية اللازمة لصناعة الحبال والورق والسيليلوز النقي وقد اصبح حالياً من النباتات الاقتصادية المهمة في الصناعات الغذائية والدوائية .

يستخدم مشروبه ليخفض ضغط الدم المرتفع ويزيد من سرعة دوران الدم و يقوي ضربات القلب ويقتل الميكروبات مما يجعله مفيد في علاج الكوليرا وهو منشط للهضم،يستخدم مستحلب الكركدي ليخفض الآم النقرس.

استخدامه في الطب الحديث

تستخدم خلاصة أزهار الكركدي في الآتي:

١/ قاتل للميكروبات وخاصة لكثير من السلالات البكتيرية والفطرية.

٢/ يهدئ من تقلصات الرحم والمعدة والامعاء.

٣/ مرطب ومنشط ومنظف وملين.

٤/يستخدم كعلاج لألآم الصدر والربو و إلتهاب المفاصل والروماتيزم والنيقرس والمغص الكلوي.

أمـــا اســـتخدامه الخـــارجي فيكـــون لزيـــادة تثبيـــت لـــون الشـــعر وإكســـابه لونـــاً نحاســـياً برقاً.

موانع الاستعمال

يجـــب عـــدم اســـتخدام الكركـــدي مـــن قبـــل المصـــابين بإنخفـــاض ضـــغط الـــدم لأنـــه يخفض الضغط.(4)

3/ الحبة السوداء(Cuminum)

التصنيف العلمي:

الإسم العلمي:Nigella Sativa

إسم العائلة: Acanthaceae

الإسم المحلي:Kamonasod

الأسماء الشائعة: سنوت، كمون، والحنطة.

المـــوطن الأصل:مصـــر و تركســـتان ولكنـــه يـــزرع اليـــوم فـــي مختلـــف منـــاطق حـــوض البحر المتوسط.

الزراعة:يزرع في مختلـــف أنحـــاء العـــالم فـــي إيـــران وباكســـتان والهنـــد والصـــين وفـــي جنوب الولايات المتحدة الأمريكية .

الوصف النباتي

هو عشب حولي يبلغ ارتفاعه حوالي ٥٠ سم وله ساق مجوف وأوراق خيطية والأزهار تتجمع في نهاية الأفرع علي هيئة مظلة بلون أصفر، وعند النضج تكون الثمار مستطيلة شبه مسطحة مخططة بخطوط ذات لون بني غامق ، لها رائحة عطرية نفاذة لذا يعتبر من التوابل المشهورة.

الجزء المستخدم من النبات : الثمار التي تعرف عند كثير من الناس بالبذور

الجواهر الفعالة

يحتوي (٢.٥- ٤%) زيت طيار يتألف من ألدهيد الكمون (Cuminic aldehyde)وجاما تربين وبيتا بانثينوبار اسايمين وزيوت دهنية وفلافونيدات(flavonoids).

الاستخدام الشعبي

عرفه المصريين القدماء فاستخدمة في علاج كثير من الأمراض ، وجاء الكمون في البرديات القديمة في أكثر من ستين وصفة علاجية،فالكمون في برديه أبرز تستخدم لعلاج حالات الحمى والدودة الشريطية وعسر الهضم والمغص المعدي و طارد للرياح و ضد كثرة الطمث، كما صنع المصريون منه

دهانـــا مســـكنا لآلام المعـــدة و اوجـــاع الروماـــاتزم و المفاصـــل و نـــزلات البـــرد و لشـــفاء الحـــرق و ضـــد حـــالات الجـــرب ،إســـتخدموه مـــن الخـــارج لغيـــار الجـــروح و القروح ذات الرائحة الكريهة و بخاخات موضعية .

الاستخدام في الطب الحديث

اثبـــت الدراســـات الحديثـــة أن الكمـــون لديـــه خصـــائص علاجيـــة عاليـــة ضـــد الميكروبات كـــذلك لديـــه القـــدرة علـــى الإحتفـــاظ بـــالمواد الفعالـــة ســـبع ســـنوات ، و هـــو منبه ممتاز للمعدة و طارده للرياح و له استعمالات داخلية و خارجية كما يلي :

الاستعمالات الداخلية

لحالات المغـــص و ســـوء الهضـــم و انتفـــاخ المعـــدة و كثـــرة الطمـــث و الديـــدان المعديـــة و حالات البرد ، كمـــا يســـتخدم ملعقـــة صـــغيرة مـــن مســـحوق الكمـــون مـــع مـــلْ كـــوب مـــاء مغلـــي لعـــلاج حـــالات التشـــنجات العصـــبية و ضـــعف الشـــهية للطعـــام ، يســـتعمل مغليـــاً مكونـــاً مـــن ملعقـــة صـــغيرة مـــن مســـحوق الكمـــون فـــي لتـــر مـــاء أو يمـــزج مسحوق الكمـــون بمعـــدل جـــرام واحـــد مـــع مقـــدار ملعقـــة كبيـــرة عســـل نحـــل لعـــلاج و تسكين الالام الروماتزمية.

الاستعمالات الخارجية

ـــ يستعمل لعلاج القروح و الجروح ، كما يستخدم كدهان لاورام الخصيتين و موضعياً لعلاج الجرب و الحكة.

ـــ كذلك تستعمل فتيلة من القطن مشبعة بمسحوق الكمون مع زيته لإيقاف نزيف الانف و كذلك لإزالة بقع الوجه و الحصول على بشرة صافية ، كما يدخل زيت الكمون في صناعة العطور و مادة منكهه و تم إدخاله في صناعة الجبن .

الكمون يعالج التهاب العيون و يهدئ من تهيجها و كذلك محاربة السمنة و لإدرار الحليب لدى المرضعات و طارد لنمل و يتداخل مع الادوية المنومة مثل الباربيتيورات

الأضرار الجانبية

أثبتت الدراسات خلوه من الأعراض الجانبية .(4)

4/ إكليل الجبل : (Rosmarinus)

التصنيف العلمي:

الإسم العلمي:RosmarinusOffcinalis

المملكة:النباتات.

الشعبة:مستورات البذور.

الطائفة: زات الفلقتين.

الفصيلة: شفوية.

الجنس:Rosmarinus

النوع:Offcinalis

الأسماء الشائعة: حصى البان وأيضاً ندى البحر و الروزماري والحوران وحشيشة العرب وإكليل النفساء وعشب البوصلة.

الموطن الأصلي: البحر الأبيض المتوسط وفي غرب وجنوب غرب شبه الجزيرة العربية.

الزراعة: يمكن أن ينمو في كثير من بلدان العالم وتصلح زراعته في مكان مفتوح (حديقة وداخل المنزل) أو عند أي شرفة .

الوصف النباتي

نبات عشبي من فصيلة الشفويات وعشب معمر يصل ارتفاعه من متر إلي مترين ورائحته تشبه رائحة الكافور .

الجزء الطبي في النبات: جميع الأجزاء الهوائية.

المواد الفعالة

زيت طيار (الكامفين،الكافور، السينيول) وأحماض العفص والروزمارنيك و فلافونيات.

الإستخدام في الطب الحديث

١/مرض الزهايمر ولتحسين الذاكرة ويحتوي على مواد مضادة للأكسدة مثل الروزمارنيك ومركبات تمنع تكسر المادة الكيميائية الدماغية التي يسبب تكسرها الزهايمر والجزء المسؤول عن ذلك، الزيوت الطيارة وحمض العفص، كما له تأثير منبه علي الذاكرة فهو من يساعد علي دوران الدم .

٢/ مشاكل الشعر :يستخدم كغسول للشعر حيث انه يؤدي إلي تماسك الشعر ومنع سقوطه والقضاء علي القشرة ومساعدته علي النمو ووصول تدفق الدم الكافي للرأس .

٣/ الإفرازات المهبلية: إستعمال منقوعة كغسول مهبلي دافئ مرتين باليوم ليمنع الإفرازات المهبلية.

٤/ الإضـــطرابات العصـــبية لـــدى مـــدمني الكحـــول: شـــرب منقـــوع العشـــب أربعـــة أكـــواب خـــلال اليـــوم وثلاثـــة مـــرات فـــي اليـــوم يهـــدئ هذهالإضـــطرابات وقـــد يرافـــق ذلك إسهال ولكن هذا أمر طبيعي .

٥/التعب: تناول منقـــوع إكليـــل الجبـــل بعـــد الوجبـــات وقبـــل النـــوم منشـــط لمـــن يعـــانون من سرعة التعب والخمول.

٦/ يســـتخدم كمـــادة حافظـــة : يحتـــوي علـــى مـــواد مضـــادة للأكســـدة ويســـتخدم كحـــافظ للحوم من التعفن حيث يضاف إليها لمنع التأكسد والتلف .

٧/مـــدر للبـــول والطمـــث وضـــد الســـعال والربـــو و كعـــلاج مســـاعد لحـــالات الإكتئـــاب الخفيف.

٨/أثبتـــت بعـــض الدراســـات أن نبـــات إكليـــل الجبـــل يمنـــع تكـــون الأورام الســـرطانية وتطورها.(4)

٩/ لايوجـــد اســـتخدام شـــعبي لعـــدم وجـــود تطـــابق الاســـم العلمـــي مـــع الاســـم المتـــداول شعبيا"

٥/ الريحان :(Ocimumbasilicum)

الإسم العلمي: Ocimumbasilicum

إسم العائلة :Lamiaceae

الإسم المحلي: rehan

الطائفة : ثنائية الفلقة.

الشعبة:حقيقيات الأوراق.

الفصيلة : الشفوية.

الأسماء الشائعة: العشبة الملكية.(الريحان)

الوصف النباتي

هو نبات عطري يتبع للفصلية الشفوية يستخدم في التزين والطهي والطب وتكون أزهارها ذات الوان بيضاء أو أرجوانية ذات رائحة عطرية مميزة وهو يعد من التوابل القديمة الاستخدام في تحضير الحساء والسلطات وتحسين نكهة الشاي وأما زيته العطري المستخلص من اوراقه يدخل في صناعة العطور والمشروبات كما يدخل الريحان في صناعة الأدوية وعلاج كثير من الامراض في الطب القديم

الجواهر الفعالة

يحتوي هذا النبات على فلافونيداتFlavonoids وزيوت طيارة حيث يكون كل من Orientin،VIcenin وهما من الفلافونيدات الذائبة في الماء.

الإستخدام الشعبي للريحان

يستخدم الزيت الطيار الذهبي الحلو في العطور وفي المشروبات المختلفة في الأطعمة المطبوخة ، كما يستعمل منقوع الأزهار والأوراق كطارد للغازات فيزيل المغص المعوي كما إنه مدر للبول .

أما مغلي البذور في الماء فيستعمل في علاج الدوسنتاريا وعلاج الإسهال المزمن ، و نوع الريحان الكافوري يستعمل عجينة أوراقه في علاج بعض الأمراض الجلدية .

الإستخدام الطبي الحديث

١/يستخدم زيته في علاج حب الشباب حيث تشير مجموعة من الدراسات إلي أن زيت الريحان يقتل البكتريا حيث يستعمل للجلد فلذلك يعتبر علاجاً مناسباً لحب الشباب الذي تعد العدوة البكتيرية إحدي العوامل المهمة للإصابة به.

٢/ كـــذلك يســـتخدم فـــي مقاومـــة الســـموم الفطريـــة حيـــث تعمـــل حمـــض الروزمانيـــك(RosmarinicAcid) علـــى الـــتخلص مـــن الســـموم الفطريـــة خاصـــة الإفلاتوكســـين (Aflatoxin A)والأكراتوكســـي(Ochratoxin A) المســـببين لـــتحطم خلايـــا الكبـــد وذلـــك عـــن طريـــق حمايـــة الـــ DNA، فالروزمانيـــك مركـــب فينولي طبيعي يتواجد فـــي العديـــد مـــن الأعشـــاب الطبيـــة ومنهـــا النعنـــاع وتفيـــد الإمعـــاء

٣/ أثبتـــت الدراســـات أن الريحـــان لـــه مفعـــول قاتـــل للجـــراثيم الديـــدان الطفيليـــة التـــي تعيش في الإمعاء وفي علاج حالات السعفة .

٤/ مقـــاوم للالتهابـــات حيـــث خضـــع مركـــب Eugenol الموجـــود فـــي الزيـــوت الطيـــارة للريحـــان لدراســـات مكثفـــة لتثبيـــت مقدرتـــه علـــي وقـــف نشـــاط إنـــزيم CycloOxygenase ويشـــابهه فـــي ذلـــك تـــأثير الإســـبرينو الايبـــوبروفين ibuprofen ممـــا يجعلـــه عـــلاج وشـــفاء لمـــن يعـــاني مـــن الأمـــراض المصحوبة بالإلتهابات كمادة مسكنة.

٥/ تـــأثيره علـــى أمـــراض القلـــب ويعتبـــر مصـــدراً جيـــداً لفيتـــامين A وذلـــك لاحتوائيـــه علـــى تركيـــز عـــالي مـــن الكاروتينـــاتCarotenoids وأهمهـــا بيتـــا كـــورتين (Beta Caroten) والـــذي يطلـــق علـــي(Pro__vit A) تعمـــل كمضـــاد قـــوي للأكســـدة وهـــي

أقـــوى مـــن فيتـــامين A نفســـه فـــلا يتوقـــف فعلـــه علـــى حمايـــة الطبقـــة المبطنـــة epithelial cells للعديـــد مـــن تراكيـــب الجســـم بمـــا فـــي ذلـــك الأوعيـــة الدمويـــة مـــن تـــأثير الشـــوارد الحـــرة المـــدمرة ولكنـــه أيضـــا يمنـــع الشـــوارد الحـــرة Free Radicals من العمل .

٦/ لاحتوائـــه علـــي الماغنيســـيوم يســـاعد فـــي حمايـــة القلـــب مـــن الأزمـــات ويحســـن إندفاع الـــدم وتقليـــل خطـــورة إيقـــاف ضـــربات القلـــب او تقلصـــات العضـــلات والأوعيـــة الدموية، كـــذلك بعـــض الأبحـــاث التـــي أجريـــت أثبتـــت أن لزيـــت الريحـــان قـــدرة علـــى تطهيـــر الأذن مـــن التلـــوث الميكروبـــي والإصـــابة البكتيريـــة، كمـــا أثبتـــت الدراســـات الأوليـــة أن الأوراق وبـــذور الريحـــان لهـــا دور فـــي الـــتحكم بالســـكري مـــن النـــوع الثاني ٢-Type.(5)

٦/ أوراق الشاي: Theaceae

التصنيف العلمي:

الإسم العلمي: CamelliaSinensis

إسم العائلة: Lamiaceae

الإسم المحلي:Alshai

الأسماء الشائعة:الشاي الابيض و الاسود و الاخضر.

الوصف النباتي

شجرة دائمة الخضرة تنمو بشكل عفوي في مناطق الهند والصين وأدخلت زراعتها إلي إنجلترا وعدد من البلدان الأخرى ، يبلغ طول الشجرة حوالي(١٠ أمتار) وأزهارها بيضاء اللون .

تستعمل الأوراق والأزهار وتكون الأوراق بشكل بيضاوي طولها بين ٥ إلي ١٥ سم، وعرضها من (٢ إلي ٦ سم) ، تحتوي على عصيب مركزي وتتميز بوجود عصيبات على شكل المخالب قريبة من حافه الورقة وتكون الاوراق الغضة حريرية الملمس لوجود أشعار تغطيها أما الاوراق الجافه فهي جرداء ولونها أخضر.

الجواهر الفعالة

تحتوي أوراق الشاي علي الآتي : -

زيت طيار Volatile oil تزداد نسبته أثناء عمليه التخمير

مشتقات متعددة الفينول مثل الفلافونات السكرية والكاتيكول

القلويـــدات وأهمـــا الكـــافين Caffeine بنســـبة (٣-٥%) والثيـــوفيللين Thephyline

والثيـــوبرومين Theobromine وهـــي مشـــتقات مـــن نـــواة الكـــرنتين ، الخمـــائر

وأهمها الثياز Thease

بعـــض الفيتامينـــات مثـــل(فيتـــامين C) وحـــامض الاســـكوربيك Ascorbic Acid

و(فيتامين A) وبعض المواد العفصيه .

<u>تأثيره الفيزيولوجي واستخدامه في الطب الحديث</u>

يـــؤثر كمنبـــة للجهـــاز العصـــبي ومنشـــط كمـــا أنـــه مـــدر للبـــول ومنبـــه للقلـــب وجهـــاز

التنفس الا أن وجـــود مركبـــات متعـــددة الفينـــول يقلـــل مـــن أثـــر الكـــافيين المنبـــه ولـــذالك

نجده أكثر أحتمالآ من القهوة .

الا أن اســـتعماله لمـــده طويلـــة يســـبب التســـمم المـــزمن بالكـــافين وتتجلـــى أعراضـــه بقلـــه

النـــوم ، الصـــداع ، فقـــدان الشـــهية بعـــض الاضـــطرابات العصـــبية ويســـتعمل بشـــكل

منقوع .

أمـــا خارجيـــاً فيســـتعمل كقـــابض علـــي شـــكل قطـــرات العـــين ، الشـــاي يســـاعد علـــي

خفض نســـبه الاصـــابة بمـــرض ســـرطان المبـــايض بنســـبه(٤٦%) فـــي النســـاء اللـــواتي

يشـــربن فنجـــانين أو أكثـــر مـــن الشـــاي يوميـــآ مقارنـــة بمـــن لا يشـــربن الشـــاي ، وقـــد

توصلت الدراسات الي أن شرب الشاي الاسود أو الاخضر يبطئ من نشاط إنزيم اكيتكلولين المسؤول عن الزهايمر ، الشاي الاخضر يحتوي علي مولدات للمضادات القلوية بعكس القهوة مما يساعد علي تقوية وتحفيز جهاز المناعة ضد الامراض عند الانسان .

تؤثر مكونات الشاي علي الشرايين بشكل يمنع تكون الكوليسترول علي الجدران الداخلية للأوعية الدموية لاحتوائهعلي مادة مضادة للتأكسد يطلق عليها أسم فلافونيدات، كذلك تناول كوب من الشاي بعد الوجبات الدسمة الثقيلة يساعد علي تقليل الآثار المؤذية للطعام الدسم علي الجسم وهو نافع لصحة وسلامة الانسان ،ايضاً يساعد علي الوقاية من إلتهاب الروماتزم أو المفاضل .

ويستخلص زيت من لحاء الشاي يعالج به قرحة الفم وقشرة الشعر .

<u>الاستخدام الشعبي</u>

١/ يستخدم كعلاج للجروح السطحية للجلد

٢/ يستخدم منقوع الشاي في علاج عسر الهضم

٣/ يستخدم مغلي الشاي بالماء كمادة منبهة . (5)

٧-النعناع Pepper minte

التصنيف العلمي

الاسم العلمي peristrophepaniculata (forssk)

أسم العائلة Acanthaceae

الاسم المحلي Elnenae

الموطن الاصلي :البحر الابيض المتوسط وبريطانيا

الوصف النباتي

هي عبارة عن اوراق المجففة والقمم المزهرة للنبات peristrophepaniculata وهي من الفصيلة الشفوية lobiatae وهو من الاعشاب التي تنمو في معظم أنحاء العالم وخاصة في مناطق حوض البحر الأبيض المتوسط ومعظم أوربا و خاصة في بريطانيا وشمال أفريقيا.

الوصف الخارجي :

شكله عشب ساقه مربع وأوراقه بيضاوية متقاربة يبلغ طولها من(٣-٩ سم) وعرضها من(١- ٣ سم) لها ذيل، و لون الورقة أخضر داكن ورائحتها وطعمها عطري يعطي شعوراً بالبرد في الفم.

الجواهر الفعالة

يحتوي على زيت طيار يتألف من المنثول(menthoL) وخلات المنثيل(manthyl acetate)وإيزوفاليريانات المنثيل(menthylisovalerianate)والمنثون(menthone) ليمونين(Lemonin)وكذالك تحتوي علي فلافونيداتFlavonoids

الإستخدام الشعبي للنعناع

يستعمل النعناع كمهدئ للأعصاب وأمراض القلب ومخفض للكوليسترول لعلاج الفم والمعدة والالم القولون والقرحة والإلتهاب المجاري البولية والمغص والتشنجات.

الإستخدام في الطب الحديث للنعناع

١/ يستخدم كمسكن ومهدئ.

٢/هاضم ومقوي ومانع للقيء.

٣/ مزيل للتشنجات ومرطب ومنعش.

٤/ تستعمل الازهار داخلياً كمشروب لتهدئة الجهاز العصبي ومكافحة أفات المعدة والتسممات

٥/ الكبد والمذرة وضد الخفقان والوهن والمغص.

٦/يستعمل خارجياً ضد الربو وإلتهابات القصبات وإلتهابات الجيوب والحساسية والجرب.(٦)

٧/ طارد للريح ومعطر ويأتي علي شكل منقوع لعلاج إضطرابات الجهاز الهضمي. (٥)

٨/الحزا

الإسم العلمي: Haplophyllumtuberculatum(forssk)

إسم العائلة:Rutaceae

الإسم المحلي: elhazza

الموطن الأصلي: نبات بري ينمو في شمال السودان.

الوصف النباتي

عشبة معمرة،قائمة ، غزيرة التفرع ، يصل إرتفاعها إلي (١ متر) ولها عدد درنية ، الأوراق السفلى شكلها بيضي مقلوب يصل طولها إلي (٥ سم) منفردة إلي دائرية وحوافها مسننة ، الأوراق العلية ملعقيةالشكل ، يصل طولها إلي(٣ سم) ، قمتها منفرجة وحوافها ملساء ، النورات محدودة طرفية ، صفراء اللون

، السبلات حدبيـــة ، خيـــوط الأســـدية غديـــة، الثمـــار علبـــة بهـــا (٥ فصـــوص) ويصـــل نصف قطرها إلي(٥سم) ، البذور مجعدة وشكلها كلوي .

المواد الفعالة

يحتـــوي النبـــات علـــي قلويـــدات وجليكوســـيدات فلافونيديـــة وبعـــض المركبـــات الكومرينيةCumarins إلي جانب بعض الزيوت الطيارة والشحوم.

الاستعمال الشعبي

تســـتعمل الأوراق والســـيقان لعـــلاج المغـــص والإســـهال كمـــا يســـتخدم لعـــلاج إلتهابـــات المســـالك البوليـــة والبروســـتاتا عنـــد الرجـــال والمبـــيض والتهـــاب المبـــايض والـــرحم عند النساء.(6)

الفصـــل الثالـــث

منهجيـــة البحـــث

انوع الدراسة

دراسة وصفية وتحليلية.

مكان وزمن الدراسة

ولاية نهر النيل مدينة بربر/ مايو ٢٠١٧م حتى أغسطس ٢٠١٧م.

المستهدفون من الدراسة

أفراد المجتمع بمدينة بربر بمختلف أعمارهم من ١٥ فما فوق.

حجم العينة

بلغت ٢٠٠ فرد بمدينة بربر.

نوع العينة

عينة عشوائية.

أماكن جمع العينة

تم جمع العينة عشوائياً من مناطق مختلفة شملت الأسواق والمنازل والشوارع والمؤسسات التعليمية وغيرها.

أداة البحث

الإستبيان

طريقة جمع البيانات:

بالمقابلة الشخصية ثم ملئ إستمارات الإستبيان بواسطة الباحثين .

تحليل البيانات

بواسطة برنامج اكسيل ٢٠٠٧

التعرف علي العينات النباتية

تم جمع العينات النباتية من مدينة بربر من محل العطارة الشعبية وتم التعرف

عليها بالمركز القومي للبحوث بواسطة عالم النبات (هناء حسب الرسول)

جامعة الشيخ عبد الله البحري
عمادة المكتبات
مكتبة الكلية الصحية