**چند گیاه داروئی**

**راد، احمد**

به‏طوری که در شماره‏های سال جاری(1966)مجلهءفرانسوی کنستلاسیون‏ ذکر شده،اخیرا دربارهء منافع عده‏ای از گیاهان که سابقا درمان بعضی از بیماریها می‏دانستند با روش علمی مطالعاتی به عمل آمده است و تأثیر آنها را در معالجهء امراض تأکید کرده‏اند. ذکر برخی از آنها ممکن است برای علاقه‏مندان سودبخش باشد.

کلم،داروی شفا بخش.داروی تازه‏ای که برای بهبود زخم معده آزمایش شده‏ در مدت چند روز درد را تخفیف می‏دهد،در سوزش معده آرامش پیدا می‏شود،وزن بیمار افزایش می‏یابد و حالت عمومی او بهبود پیدا می‏کند.عکس برداری از معده نشان می‏دهد در 80 درصد بیماران آثار غیر عادی بر طرف شده است.این داروی سحرانگیز کلم است. این آثار مورد تأیید دو پزشک فرانسوی دکتر دکو و دکتر بورسیه است که اخیرا در بیمارستان ده کرتی (Cre?teil) نزدیک پاریس دربارهء اثر داروئی«کلم»در معالجهء زخم‏ معده تحقیقاتی به عمل آورده‏اند.کلم را از قدیم برای معالجهء بسیاری از امراض به کار می‏برده‏اند.در رم برای رفع بی خوابی،اقسام سر دردها،التیام بواسیر،تقویت کودکان‏ به کار می‏رفت.خواص آن تا دورهء«رنسانس»بخوبی شناخته شده بود.امروز مطالعات علمی‏ متعدد نشان داده که خاصیت کلم محقق است.اثر آن در معالجهء زخم معده بواسطهء ماده ضد آماسی است که در برگ آن وجود دارد و آن را«ویتامین ẓU می‏نامند.گاه باشد که‏ زیاده‏روی در استعمال داروهای مختلف خود موجب بیماری خاصی شود(مرض زیاده‏روی‏ در دارو Maladie medicabenteux ،کلم برای رفع این بیماری نیز بسیار مفید است. در التیام جراحات ساق پا کمک می‏کند،ممکن است در تهیهء شربت ضد سرفه از آن‏ استفاده کرد،به بیمارانی که به ورم کلیه مبتلا هستند یاری پر ارزشی می‏دهد.خلاصه آنکه‏ پزشکان برای این«داروی تازه»در حدود ده مورد استعمال پیدا کرده‏اند.

کاهو-کاسنی-تره.در آزمایشگاه بر کلی کالیفرنیا استادهبرت م.اوان،موشهای‏ ماده‏ای را که دستیار آزمایشگاه از قفس بیرون می‏آورد به دقت امتحان می‏کرد،یادداشت‏ کرد:«بی گفتگو آثار بارداری نمودار است».در اثر استعمال یک سبزی خوراکی معروف‏ به«کاهو»،مرحلهء اصلی مبارزه با نازائی زنان طی شده بود.قریب بیست روز،چند موش‏ با غذائی ترکیبی تغذیه شده بودند و بطور عادی رشد کرده به حد بلوغ رسیده بودند.

این موشان پس از آمیزش با موش‏های نر باردار شدند،ولی طولی نکشید که بچه‏شان‏ سقط شد.استاد اوان اندیشید که به غذای آنان برگ کاهو بیفزاید،چنین کرد و این‏بار موشان ماده سقط نکردند و در موقع مقرر بچه‏هاشان به دنیا آمد.به دنبال این آزمایش، عامل باروری و ماده‏ای که موجب نگاهداری حمل شده بود از کاهو استخراج کردند،ویتامین E این کشف مهم،در کتاب«دور نمای ساده»تالیف استاد لئون بینه عضو آکادمی پزشکی‏ و آکادمی علوم که اخیرا به عنوان کتاب ممتاز مشمول جایزه شده یادآوری شده است.دانش‏ پزشکی،دیگر امروزه در اثر شفا بخشب معالجات قدیمی به وسیلهء علف‏ها و گیاهان تردید ندارد.در آزمایشگاههای بیمارستانها به تحقیق پیوسته که کاهو مخز نیست از ویتامین‏ها و مواد معدنی.

استاد بینه تایید می‏کند که در آب تره(-بولاغ اوتی-شاهی آبی- (Cresson نیز مواد مفید فراوان است.این سیزی دارای پنج ویتامین است،و همچنین یود،آهن،مس، ارسنیک،پوتاسیوم و کلسیوم در آن جمعند که برای کم خونی(فقر الدم)و اختلال تغذیه، داروی واقعی شمرده می‏شوند.کاهو ضمنا دارای ماده خواب آور سبکی است،کاسنی برای‏ بیماران مبتلا به قند و امراض کبدی توصیه می‏شود.

مارچوبه برای بیماران قلبی.دکتر هانری لکلرک که مطالعات او دربارهء گیاهان‏ مشهور است فایده‏ای که مارچوبه به بیماران قلبی می‏بخشد تأیید می‏کند.

در قرن نوزدهم بروسه،یکی از بزرگترین پرستاران بیمارستانهای پاریس،جوانه‏های‏ این سیزی را خوب ریز کرده می‏جوشاند و از آن شربتی می‏ساخت که برای تسکین تپش قلب‏ تجویز می‏کرد.اما مخصوصا استعمال ریشهء مارچوبه است که تأیید می‏شود.بیماران قلبی که‏ از ورم پاها رنج می‏برند،با استعمال مارچوبه ورم پاشان برطرف خواهد شد،زیرا آب‏ اضافیی را که سبب این آماس است از مجرای ادرار خارج می‏کند.عصاره مایع ریشهء مارچوبه‏ تهیه کند.جوانه‏های مارچوبه را در هاونی می‏کوبند تا شیره آن خارج شود،چند ساعتی‏ می‏گذارند تا ته‏نشین بشود و بعد صاف می‏کنند.در 100 گرم این مایع 180 گرم شکر می‏ریزند.آنگاه آنرا پنج دقیقه می‏جوشانند،شربتی به دست می‏آید که عمل ترشح کلیه‏ها را آسان می‏کند.ولی هانری لکلرک کسانی را که مبتلا به سنگ کلیه یا ورم مثانه هستند از خوردن‏ آن منع می‏کند،چه ممکن است موجب تحریک سختی در مجرای ادرار شود.ماده غذائی‏ این سبزی کم است ولی خنک کننده و به مزاج بسیار سازگار است،چون دارای الیاف خیلی‏ سست است معده‏های بسیار ضعیف هم آنرا تحمل می‏کنند.

آویشن برای رفع خستگی.پزشکی جدید،به آثار معالجاتی که سابقا،درمان‏های‏ «پیرزنی»توصیف می‏شد،از نو پی می‏برد.پیشتر درباره خواص کلم در بیماری زخم معده‏ ذکری شد،اینک اضافه می‏شود به‏طوری که اطلاع حاصل شده آزمایشگاه معتبری در کار است‏ که از این گیاه ماده مؤثر آن را استخراج کرده داروی تازه‏ای بسازد.خبر غیر منتظر دیگر استعمال گیاهان خوشبوی معروف آویشن (le thvm) یا سیسنبر (Serpolet) است از طرف‏ پزشکان پرستار.دکتر لکلرک اعلام می‏دارد که هر یک از دو گیاه مذکور به صورت عصاره برای‏ تسکین ناآرامی بیماران سود بخش است.کودکانی که به سیاه سرفه مبتلا هستند و لا ینقطع‏ از شدت سرفه قی می‏کنند با این عصاره آرامش می‏یابند.اما جالبترین خاصیت این«گیاه»رفع‏ خستگی است.جریان خون را در رگها تسهیل می‏کند،مراکز اعصاب را بر می‏انگیزد و به کار می‏اندازد،نتیجه آنکه قبض و بسط عضلات افزایش یافته کوفتگی و خستگی برطرف می‏شود.

چگونه باید این دارو را به کار برد؟می‏توان دم کرده آن را مخصوصا بیشتر نوشید و هم ممکن است جوهر اسطو خودوس (Lenanode) (Romarine) به آن افزوده با آن بدن را شستشو دهند.برای رفع خستگی روز و راحت گذراندن شب‏ هیچ چیز بهتر از استحمام با این آب نیست.

کل گندم برای بیماریهای چشم.وقتی کنار مزرعهء گندمی گردش می‏کنید،در آن‏جا گل آبی رنگی می‏بینید که عامه«گل گندم» (Bleuet) می‏گویند.این گل را در فرانسه‏ سابقا«عینک شکن»می‏نامیدند،زیرا می‏گفتند،هرکه آنرا در بیماری چشم به کار برد، هرگز گزارش به در خانهء چشم پزشک نخواهد افتاد.گل گندم در بهبود اقسام التهابات چشم‏ سود بخش است.تاری دید،آب ریزش،سوزش،درد و سرخی مداوم چشم را برطرف می‏کند کافیست که گل گندم تازه چیده را در کمی آب گرم دم کرد و این محلول را به‏طور قطره در چشم بچکانند یا با آن چشم را بشویند.گیاهانی دیگری نیز هستند که دارای همین خاصیتند مانند شاه افسر(-اکلیل الملک (Melilot و بارهنگ(-بارتنگ (Plantain .از کشیش‏ روستائی حکایت می‏کنند که هفته‏ها بود از ورم ملتحمه به سختی رنج می‏برد و هیچ‏یک از داروهای‏ شیمیائی در بهبود آن مؤثر نمی‏افتاد.چند بار با دم کرده گلهای مزرعه چشم خود را شست و معالجه‏ شد،بطوری که دکتر دکوکس (Decausc) تأیید می‏کند،مزیت این معالجه طبیعی آن است‏ که بهیچوجه ضرر ندارد.

در خوردن اسفناج مراقب باشید که مسموم نشوید.معروف است که اسفناج‏ سبزی مفیدی برای کودکان است،چون دارای آهن فراوان است و از ضعف و کم خونی‏ پیش‏گیری می‏کند.اما باید بلا شرایط آنرا در غذای کودکان مخصوصا اطفال نورس و شیر خوار وارد کرد؟این پرسشی است که متخصصان آلمانی پس از مشاهده مسمومیتهای سختی‏ که در عده‏ای از اطفال دو تا نه ماهه بروز کرده،از خود می‏کنند.حتی در یک مورد مسمومیت‏ به مرگ منتهی شد.همه این حوادث به یک نحو روی داده.چند ساعت پس از خوردن اسفناج، اطفال به نفس تنگی مبتلا شده‏اند،پوست بدنشان کبود شده،حالت خفگی پیدا کرده‏اند. سیزده نفر از 14 نفر این اطفال به موقع به بیمارستان منتقل شدند و در بیمارستان زیر چادر اکسیژن جا داده شدند و از مرگ نجات یافتند.

خفگی آنان بهیچوجه به شش‏ها مربوط نبود.فقط خون اطفال بیمار ناسازگاری‏ شدیدی پیدا کرده بود که مانع می‏شد گلوبول‏های قرمز(گویچه‏های سرخ)،به‏طور عادی‏ اکسیژن را به اعضاء برسانند و عمل خود را انجام دهند،سمی که گلبولها را از عمل بازداشته‏ بود،از املاح شوره (Nitriles) محتوی در اسفناج حاصل شده بود.

این مسمومیت،که برای نخستین بار دیده می‏شد،غیرقابل توضیح می‏نمود.پزشکان‏ آلمانی به تحقیق پرداختند تا معلوم کنند که این سبزی در چه شرایطی خورده شود. ملاحظه کردند که در همه حالاتی که مسمومیت تولید شده،آبی که در آن اسفناج را پخته‏اند به صورت چاشنی به کار برده‏اند و اسفناج بیست و چهار تا 48 ساعت پس از پختن مصرف‏ شده.پس از این ملاحظات متوجه شدند طول مدت موجب شده که املاح شوره در آب ظاهر شوند و تولید مسمومیت کنند.دکتر سینیوس (Sinios) که این تحقیقات زیر نظر او انجام شده،چنین نتیجه گرفته که اسفناج بی ضرر است به شرطی که بعد از پختن زودتر مصرف‏ شود و مدت پخته بدون آب نگاهداری شود خوردن آن پرری ندارد.