

عشبة الشذاب وفوائدها

أكتوبر 24, 2017



Categories: [أشجار ونباتات](#), [طب](#)

بواسطة: المحيط

الشذاب عشبة معروفة تستخدم منذ القدم لأغراض عديدة؛ بخوراً في التطهير المنزلي من الهوام والحشرات والنمل والوزغ والصراصير، وفي علاج من به مس من الجن، كما تستخدم سعوطاً، وفي دول شرق آسيا تستعمل شاي أوراق الشذاب على نطاق واسع كمانعة للحمل، تتوفر عشبة الشذاب في كل مكان وتباع أحياناً في أسواق الخضار، ولها الكثير من الاستخدامات والمنافع.

أصل الاسم

ويعرف أيضاً باسم الفيجن النتن أو فيجل وحزاء، وقديماً أهل "اليمن" يسمونه الخُفت، الاسم (Rue: الشذاب أو شَذَاب) بالإنجليزية (Ruta graveolens): أما الشذاب البري يعرف عالمياً باسم (Ruta graveolens) العلمي: النوع المنتشر البستاني أو المخزني الذي يُزرع (chalepensis).

زراعته

ينتشر الشذاب برياً في معظم المناطق في الجبال والأودية وعلى جنبات الطرق، كما أنه نبات زراعي يتكاثر بالبذور ويفضل الأماكن المكشوفة المشمسة، وفي اليمن يُزرع في الكثير من أسقف وشرفات المنازل

خصائص النبات

منبه بقوة لعضلات الرحم مطمث، مضاد للتشنج ومقو للجهاز العصبي، مُعرق، مقو للبصر، مضاد للسموم وطارد للديدان

فوائد واستخدامات الشذاب

يستخدم الشذاب داخليا وخارجيا بحذر وفق جرعاته المحددة أو تحت إشراف مختص، وتضاف قليل من أوراق الشذاب إلى السلطات كمادة منكهة، مادة الروبين الموجودة في الشذاب لها مفعول داعم ومقوي للبطانة الداخلية للأوعية الدموية وخافض للضغط الدموي

وهذا الميزة تجعله مناسباً لبعض أمراض الدم والأوعية الدموية، وعلى سبيل المثال الشذاب مفيد بعد حدوث الجلطة لأنه يمنع (Bell's palsy) تكرارها، يستخدم بفعالية لبعض اضطرابات الجهاز العصبي الذاتي مثل الصرع والتصلب المتعدد وشلل بيل وأنواع من الجنون، تستعمل أوراق الشذاب لعلاج اضطرابات الحيض وآلام الدورة الشهرية، وكمانع للحمل، في أمراض الحمى وضد الحبوب الناتجة عن الحرارة، ومضاد للإسهال وضد فقد الشهية وعسر الهضم

تستعمل عشبة الشذاب وزيتها خارجياً لعلاج الأمراض الجلدية وخاصة التهابات الجلد والأكزيما، وتسكين الألم العضلي وآلام الأعصاب والتشنجات وآلام الروماتيزم، ومن الخارج أيضاً كغسول للمساعدة في شفاء الجروح والقروح النتنة وآلام وإجهاد العين ومشاكل الرؤية، وكمضمضة في التهاب اللوزتين والتهاب اللثة، أو كغرغرة في أوجاع البلعوم، الشذاب عشبة معروفة منذ القدم في علاج من به مس من الجن، وذلك باستخدام أوراقه بخوراً أو زيتة سعوطاً

طرق تناول الشذاب

- **الشذاب الغضّ:** تستخدم الأجزاء الغضة من الشذاب حيث يمكن أن يفرك به على الجلد أو المكان المُستهدف خارجياً، كما يمكن تناول بضع أوراق منه مع الخبز، ويمكن عمل شاي منه بإضافة ملء ملعقة كبيرة من مهروس الأوراق الغضة إلى كوب ماء مغلي يغطي لدقائق ويصفى ويشرب مرة واحدة في اليوم، وهذا المستخلص يمكن استخدامه كمضمضة وكغرغرة أيضاً
- **الشذاب المجفف:** تجفف الأجزاء الهوائية لعشبة الشذاب في الظل لأن تنشيفها في الشمس يفقدتها خصائصها، وعند شراء العشبة من العطار يجب أن تكون جيدة ونظيفة وخالية من الشوائب لأنه يوجد عند بعض العطارين شذاب قديم لا لون له ولا رائحة وهذا ليس بجيد ولا فائدة منه، وأجود الشذاب ما كان أخضر اللون، ذو رائحة عطرية نفاثة، ويحضر شاي الشذاب بطريقة النقع؛ حيث يؤخذ ملء ملعقة صغيرة (1 جرام) من مسحوق العشبة الجاف وتوضع في كوب ثم يضاف له

كوب ماء سبق غليه ثم يغطى الكوب ويترك لمدة 15 دقيقة ثم يصفى ويشرب بمعدل كوب مرة واحدة في اليوم، كما يمكن استخدام الشذاب سعوطا بعد طحنه

زيت الشذاب

زيت الشذاب يستخدم في صناعة العطور كما يستخدم النوع الجيد منه في العلاج من الداخل أو من الخارج، وقد يستخلص الزيت الطيار للشذاب بالتقطير المائي للأوراق وللأزهار، وهناك طرق منزلية يمكن من خلالها استخلاص الزيت من الأجزاء الغضة للشذاب لكن يعاب عليها بأن ماء الشذاب يتعفن بعد أيام بخلاف الشذاب المقطر الذي تمتد صلاحيته لسنتين على الأقل أو زيت الشذاب الذي تمتد لفترة أطول من ذلك

ومن الطرق المنزلية التي تورد طريقة استخلاص دهن الشذاب، يتم أخذ جزء من أوراق الشذاب وهرسها وغمرها مع جزأين من زيت الزيتون، ويسد عليها في زجاجة محكمة وتوضع في الشمس مدة أسبوعين بعد ذلك تصفى بشاش أو مصفاه ويحفظ لوقت الحاجة، علما بأن غالبية زيت الشذاب الذي يباع في الأسواق غير نقي ومخلوط مع زيوت أخرى، لكن هناك عينات جيدة يكون فيها نسبة الزيت والماء المقطر مقبولة، ويمكن شرب مقدار واحد مل من الزيت في جودته المتوسطة، كما تستخدم منه قطرات في حالة الأمراض الجلدية، ويضاف زيت الشذاب لزيوت التدليك في جلسات العلاج الطبيعي والمساج

المحظورات والمحاذير: لا يستخدم الشذاب نهائيا خلال فترة الحمل والإرضاع، كما يجب عدم استخدامه للأطفال تحت سن الثانية عشرة، وفي جرعاته القياسية لا يستعمل مطولا لأكثر من شهرين

المصدر: [مقالة الشذاب موقع العلاج](#)