

فوائد الزعفران الطبية

Posted on 2017, 24 أكتوبر



Category: [أشجار ونباتات](#)

بواسطة: المحيط

الزعفران، صبغ أصفر زاهي اللون يضيف نكهة طيبة للطعام، يُنتَج عن طريق تجفيف مياسم وجزء من الأقسام في زهرة نبات زعفران الخريف البنفسجي، الذي يعرف علميا باسم الزعفران السوسني، ما يقرب من 4,000 زهرة يمكن أن تنتج نحو 28 جم من

الزعفران التجاري. حيث تنزع المياسم من الزهور المتفتحة، وتجفف في الظل ثم على شبكة رفيعة أو دقيقة على نار هادئة

الزعفران والطب

الجزء الفعال في الزعفران هو عبارة عن ميسم الزهرة (أعضاء التلقيح) التي تنزع من الزهور المتفتحة بدقة متناهية، وبأيدي أشخاص ذوي خبرة وفن في التقاطها وتجميعها. وتجفف في الظل ثم على شبكة رفيعة أو دقيقة على نار هادئة

تحتوي المياسم على زيت دهني طيار ذي رائحة عطرية ومواد ملونة. وهذه المادة لونها أحمر برتقالي، وذات رائحة نفاذة، وطعم مميز. وتحفظ في أوان محكمة لكي لا تفقد قيمتها كمادة ثمينة

لكن اليوم مع انتشار الأدوية لم يعد له قيمة طبية كبيرة، وهذا عدا عن أن الكثيرين يشككون أصلاً بما أن كان له فائدة طبية. ولذلك فقد أصبح استخدامه كدواء مُقتصرًا على الأوساط الشعبية

استخدامات الزعفران

- يستخدم الزعفران باعتباره دواء عشبي طارد للريح (تشنجات وانتفاخ البطن)، استخدم الأريبيون في العصور الوسطى الزعفران لعلاج التهابات الجهاز التنفسي والاضطرابات مثل السعال ونزلات البرد والحمى القرمزية والجذري والسرطان ونقص الأكسجين والربو وكان للزعفران أهداف أخرى تشمل اضطرابات الدم والارق والشلل وأمراض القلب واضطرابات المعدة والنقرس والنزيف الرحمي المزمن واضطرابات العين. والمصريون القدامى استعملوه كمنشط جنسي. ومسحوقه ينشط الدورة الدموية ويفيد الطحال والكبد والقلب وبه مادة تخفض، ضغط الدم
- يعتبر الزعفران مضاد للتشنج يدخل السرور على قلب من يشربه، منبه للمعدة، شديد المفعول للأمعاء والأعصاب، منشط مدر للطمث، والزعفران يدخل في بعض الأدوية المستخدمة لتنشيط القلب وبعض أنواع الكحل المساعد في إزالة الغشاوة من العين
- وقد استخدم الزعفران منذ القدم في علاج كثير من الأمراض مثل النزلات المعوية، ويدخل الزعفران في صناعة الأدوية الحديثة كتلك المستعملة لطرده الديدان المعوية والأدوية المهدئة للحالات العصبية والنفسية والأدوية المستعملة لتنشيط الإفراز البولي وكثير من الأدوية الأخرى. وتؤكد الأبحاث بأن كثرة أكل الزعفران تصدع الرأس وتنوم الحواس، لذا ينصح بعدم الإكثار منه
- وقد أثبتت التحاليل الكيميائية أن الزعفران يحتوي على مادة تسمى (لروسين) طعمها حلو وهذه المادة مقوية للأعصاب ومنشطة ومنبهة وتساعد على إدرار الطمث عن المرأة، غلي جرام واحد من الزعفران في لتر من الماء والشرب منه بعد تبريده يعتبر شرباً للبرد ومنبه للأعصاب

استخدام الزعفران في الطبخ

- يستخدم الزعفران على نطاق واسع في شمال أفريقيا وبعض المأكولات الآسيوية، وصف الخبراء رائحته التي تشبه العسل مع العشب، القش المعدني، طعم الزعفران هو من هذا القبيل من القش، مع الإشارة لمرارته. يساهم الزعفران أيضاً بلونه

الأصفر البرتقالي في تلوين المواد الغذائية

- حيث يتم استخدام الزعفران في المخبرزات، الجبن، الحلويات، الكاري، المشروبات الروحية، اطباق اللحوم والحساء، في (Saffron rice) يستخدم الزعفران في الهند وإيران وإسبانيا وبلدان أخرى على انهار بهار للأرز، يستخدم زعفران الارز وهو اعداد الارز واللحم بالتوابل paella valenciana : العديد من المأكولات فهو يستخدم في اطباق كثيرة مشهورة مثل والزعفران (fabada asturiana) وهو عبارة عن سمك مطبوخ كما أنها تستخدم أيضا في zarzuela fish وكذلك طبق اكلة الارز (risotto) الفرنسي التي هي خليط الأسماك الحار من مرسيليا. كذلك (bouillabaisse)أساسي في طبق الإيطالية أساسها الزعفران والاصناف السويدية وكوركيش من كعكة الزعفران