

نباتات يمنية وفوائدها

ديسمبر 4, 2017



Category: [أشجار ونباتات](#)

بواسطة: المحيط

تتميز اليمن بالنباتات ذات الخصائص العلاجية والشفائية المدهشة، وتؤكد العديد من الدراسات أن ازدهار طب الأعشاب في اليمن يعود إلى تنوع وغزارة الغطاء النباتي حيث يوجد في اليابسة فقط أكثر من 3 آلاف نوع من النباتات فيما يبلغ عدد النباتات المتوطنة التي لا يوجد مثيل لها في أي مكان في العالم 415 نوعاً نباتياً منها 236 نوعاً في جزيرة سقطرى فقط.

بعض أعشاب اليمن

تملك اليمن مخزون هائل من النباتات، وتنتشر العديد من النباتات الطبية الموسمية والمعمرة والتي يكثر استخدامها للعلاج في الأرياف لذلك نجد أبناء الأرياف أكثر صحة وأطول عمراً، ومن أبرز النباتات التي تستخدم في اليمن بكثرة كغذاء وعلاج نبات

الحلبة التي تزيد من إدرار الحليب والبول والطمث وتساعد على تلطيف التهابات الجلد وتفيد في علاج مرض الربو وضيق التنفس كما أنها فاتحة للشهية وتساعد في عملية الهضم وتستعمل كعلاج موضعي في حالات النقرس كما أن البذور مفيدة في حالات فقر الدم والسكري.

وكذلك هناك نبات الكندر أو اللبان الشحري الذي يستخدم منقوعة لتقوية الذاكرة وله اثر سحري في علاج السعال وحالات الربو والتهاب الحنجرة، ولا ننسى الحنا الذي يرتبط ويقترن اسمه باليمن، والحنا يستخدم لعلاج كثير من الأمراض الجلدية وفي صناعة العطور وفي التجميل، وهناك العديد من النباتات الأخرى مثل الصبر والمُرّ والقرض والآس أو كما هو معروف في اليمن بـ "الهدس"، وشجرة دم الأخوين المشهورة التي لا توجد إلا في سقطرى والتي يستخرج منها خلاصة دم الأخوين

أوراق أشجار القرض

هناك مثل شعبي يقول (بلد فيه قرض ما فيه مرض) وهي مقولة صحيحة بالنظر لما يحمله القرض بين أشجاره الضخمة المنتشرة بكثرة في اليمن ويجب توعية الناس بفوائده الجمة، تختلف أسمائه من منطقة لأخرى ومن دولة لأخرى ويعرف في السعودية والشام بأسم "السنط"، وهو الذي اشتهرت به اليمن منذ قديم الزمان فمنه يستخرج صمغ المرة واللبان الذكر الذي كان يستخدم على نطاق تجاري واسع في القوافل التجارية لقريش عندما كانت تأتي لليمن، أوراق القرض له استطبابات وعلاجات كثيرة خصوصا في نزلات البرد والتهابات الصدر وعلاج أمراض البطن مثل الحموضة التي تنتشر بكثرة في المجتمعات العربية وهناك وصفة لعلاج الحموضة بالقرض وهي كالتالي: يخلط مطحون أوراق وثمار القرض المجففة مع كوب حليب دافئ ويشرب في الصباح الباكر على الريق.

الحلبة في اليمن

تستخدم الحلبة في اليمن كغذاء كما تستخدم في العلاج، ولهذا تتوافر الأسواق بشكل كبير ويستعملها العديد من الناس ويكاد لا يخلو منها بيت، تعتبر الحلبة من أهم محاصيل البقوليات وتُزرع في الكثير من المحافظات اليمنية مثل الجوف وعمران وحجة وذمار، وفي الفترة 2008 - 2012م. جاء محصول الحلبة في المرتبة الثالثة من حيث المساحة المزروعة سنويا بأنواع البقوليات المختلفة، وتشتهر بذور الحلبة اليمني بجودتها وقيمتها الغذائية وخصائصها العلاجية، وتتميز بحجم أصغر وبلون مائل إلى الأخضر.