

الوصفات العلاجية الشعبية في منطقة الغرب الجزائري

دراسة ميدانية

د./علي عمّار - جامعة تلمسان

منذ فجر التاريخ والإنسان يحاول أن يعالج أمراضه وآلامه باستخدام الوصفات الطبية الشعبية. وقد استطاع أن يكتشف العديد من النباتات التي مكنته من أن يستخلص منها عناصر علاجية شديدة المفعول. وقد توارثت المجتمعات الوصفات الطبية الشعبية وطرائقها التقليدية بحثا عن الشفاء، ولبعض هذه الأساليب جذور عميقة تعود إلى حضارات قديمة قدم التاريخ مثل الحضارة الفرعونية واليونانية وما بين النهرين والهندية وغيرها والعربية. ومع بداية ظهور الإسلام وتوسعه ظهر للوجود العديد من العلماء الذين اشتهروا في ميدان الطبابة باستخدام الأعشاب والعقاقير المتوفرة في الطبيعة. ولعل من أبرز هؤلاء الأنطاكي وابن سينا والرازي وابن ميمون والبيروني والزهرابي وابن البيطار ومن النساء أميمة بنت قيس العفرية وأم سليم وأم أيمن وأم عطية الأنصارية ونسيبة بنت كعب المارونية وغيرهم...

و يعتقد محمد الجوهري (1) أن الطب الشعبي من أكثر المجالات التي لها صلة وثيقة بالتراث الشعبي للمجتمع وأن هناك تداخلا وتفاعلا متبادلا بين مختلف ميادين المعتقدات الشعبية من ناحية وبين الميادين الأخرى من ناحية أخرى. ويعتبر هذا التداخل خاصية مميزة للثقافة الشعبية.

إن العديد من الوصفات الطبية الشعبية المجربة لزم من طويل قد تكون ذات تأثير علاجي نافع خاصة إذا عرفنا أن الكثير من الأدوية مشتقة من نباتات طبية. هذا بالإضافة إلى قلة تكلفة هذه الوصفات الأمر الذي يجعلها سهلة التداول والانتشار بين أفراد المجتمع (2). ولقد ازداد اهتمام المنظمات الدولية مثل منظمة الصحة العالمية بالطب الشعبي وكرست الجهود في بعض الدول النامية لدراسة وتقويم الممارسات العلاجية الشعبية في مداواة الأمراض ومن ثمة تحديد فعاليتها. ويعتقد ديفيد ورنر (3) أن بعض الوصفات الطبية الشعبية لها تأثير مباشر على الجسم يساعد على الشفاء والبعض الآخر يؤثر بمجرد اعتقاد الأفراد بفائدتها (الجانب النفسي). إن اعتقاد الأفراد بفعالية وصفة ما قد يفيد في علاج بعض الأمراض العضوية.

أما منظمة الصحة العالمية (4) فإنها تشير إلى أن بعض الممارسات العلاجية التقليدية التي تستخدم في علاج الأمراض لها فوائد مؤكدة ومن ثمة يجب تشجيعها على الممارسة والبعض الآخر إما عديم الفائدة أو ضار ولذلك ينبغي تفاديه..

و مع ازدياد النضج الصحي والتغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي برزت إلى الوجود في المجتمع الجزائري خاصة الانخفاض النسبي الملحوظ في الأمية والتحسين الملموس في الخدمات الصحية ساعد ذلك على تراجع وانحسار استخدام العلاج الشعبي. وهذا لا يعني اختفاء هذا النمط من العلاج. فقد أثبتت الدراسات

التي أجريناها في المجتمع الجزائري (الغرب الجزائري). أن هناك العديد من الأمهات اللاتي مازلن يعتقدن في أهمية الوصفات العلاجية الشعبية في علاج بعض الأمراض.

ففي دراسة قمنا بها عن العادات الغذائية (العادات الشعبية) للأمهات الحوامل والمرضعات في الغرب الجزائري لاحظنا أن حوالي 51% من الأمهات يتناولن أكلة (تافنة) أو (البسيصة) أو (الزमित). وللإشارة فإن هذه المسميات تختلف باختلاف جهات الغرب الجزائري. وهذه الأكلة (تتكون من السميد والسكر والدهن والتوابل وبعض الأعشاب) وهذه خاصة بالنساء بالإضافة إلى أكلة أخرى يطلق عليها في بعض المناطق (بركوكس) (تتكون من طعام محضر وخليط من الأعشاب) يقدم بحسب ظروف كل عائلة.

و هذا لاعتقادهم أن مثل هذه الأطعمة الشعبية تساعد على تنظيف الرحم من الدم والتخلص من بقايا المشيمة. وكذلك الزيادة في أدرار الحليب . وفي دراسة أخرى وجدنا أن بعض الأمهات يعتقدن بأن تناول السمك (خاصة سمك الهامور) والمكسرات يساعد على زيادة القدرة الجنسية للرجل (المناطق الساحلية للغرب الجزائري). وقد تبين أن هذه الاعتقادات منتشرة بين الفئات المتعلمة وغير المتعلمة على السواء. والحقيقة أن هذه المعتقدات الشعبية مغروسة في أعماق النفس الإنسانية وهي موجودة عند مختلف الطبقات الاجتماعية ودرجات متفاوتة (5).

و نادرا ما تخضع الدراسات الجادة لقياس أو معرفة أو تقويم الممارسات الشعبية التقليدية المرتبطة بعلاج الأمراض في المجتمعات النامية (6). ولعلنا لا نكون مبالغين إذا قلنا أن هذه الدراسة تعتبر إضافة جديدة في مجال التراث الشعبي في المجتمع الجزائري حيث تهدف إلى وصف المعتقدات والممارسات الشعبية المتعلقة بعلاج الأمراض المنتشرة في المجتمع الجزائري ومحاولة تتبع جذورها وتقويم فوائدها العلاجية كلما أمكن كذلك.

منهجية الدراسة :

يحدد محمد الجوهري (7) منهجية الدراسة بقوله : ان هناك منهجين لدراسة الطب الشعبي. المنهج الأول يعتمد على تدوين مجموعة من العقاقير والنباتات السائدة في المجتمع ثم السؤال عن الأمراض التي يفيد فيها استخدام هذه النباتات؟ أما المنهج الثاني فيعتمد على السؤال عن كيفية علاج بعض الأمراض باستخدام الوسائل التقليدية؟ ومع ذلك فقد اعتمدنا المنهج الثاني في دراستنا هذه حيث قمنا بتدوين مجموعة من الأمراض المنتشرة في الجزائر (الغرب الجزائري) ومن ثمة طلب من الأمهات ذكر النباتات أو الأغذية المستعملة في علاج هذه الأمراض ، حيث تم التركيز على الأمراض ذات الأعراض البسيطة والتي يمكن التحكم فيها وتشخيصها بسهولة (نسبيا). ومنها أوجاع الرأس ، أوجاع البطن ، اللوزتان ، ألام الأذن ، ألام الأسنان ، التهابات اللثة ، الدامل ، الحروق ...الخ.

ثم بعد ذلك اتبعنا المنهج الوصفي في هذه الدراسة منهج يعتمد على وصف الممارسات العلاجية الشعبية التي تستخدم فيها النباتات والأغذية لعلاج الأمراض واستئثنا الممارسات العلاجية التقليدية في الطبابة مثل العلاج بالكي والحجامة وغيرهما وذلك نظرا لتركيزنا واهتمامنا بالميدان المتعلق بالعقاقير والنباتات العلاجية.

فقد تم اختيار عينة تتكون من 250 عائلة من مختلف مناطق الغرب الجزائري ، وأخذت العينة بكيفية عشوائية بسيطة مع استخدام التقسيم التناسبي بحيث يكون عدد الأسر يتناسب مع العدد الكلي للأسر في كل منطقة اعتمادا في اختيار العينة على إحصائيات السكان الصادرة عن الهيئات المعنية (8). ثم تم جمع المعلومات عن طريق مقابلة الأمهات في منازلهن وفي الأسواق الأسبوعية ثم تدوين إجابتهن في مطبوعات إستبائية مخصصة لهذا الهدف.

تحليل النتائج:

1- آلام الرأس والصداع:

يوضح الجدول رقم (01) النباتات والأغذية المستعملة في علاج آلام الرأس والصداع حيث لاحظنا من خلال هذا الجدول أن الليمون والعسل هما أكثر الأغذية استخداما لعلاج آلام الرأس واللوزتان (12.4 % و 11.2 % على التوالي) حيث يحتوي الليمون على مواد مضادة وحيوية تؤدي بالشخص إلى التعود عليها عند تكرارها من ناحية أخرى فقد وجدنا أن نسبة 3.6 % من الأمهات ذكرن اختضاب الرأس بالحناء (الحنة) كعلاج لآلام الرأس وهذه في الحقيقة وصفة علاجية ومزينة قديمة استخدمت كثيرا عند العرب القدماء كما ورد ذكرها في كتاب الطب النبوي لابن القيم الجوزية (9).

وتعتقد بعض الأمهات أن سبب الصداع هو ناتج عن اضطرابات هضمية لذلك نجدهن يستخدمن شراب نقيع بعض النباتات العلاجية (الكمون ، البسباس ، حبة حلاوة). لطرد الفضلات من الجهاز الهضمي ومنه يتم تخفيف آلام الرأس ، وبصفة شاملة فإن بعض الاضطرابات الهضمية قد تسبب الصداع ومنه الإمساك. وإن التخلص من هذه الاضطرابات كثيرا ما يؤدي إلى زوال الصداع.

2- آلام البطن:

تعود أسباب آلام البطن لعوامل كثيرة يصعب حصرها في هذه الدراسة. ذلك أن منطقة البطن عادة ما تحتوي على العديد من الأعضاء مثل المعدة ، الأمعاء ، البنكرياس ، الكبد والصفراء. وان أي التهاب أو اضطراب على مستوى أحد هذه الأعضاء قد يسبب آلاما في كافة منطقة البطن، لذلك فإنه من الصعب تحديد مصدر آلام البطن بهذه البساطة. غير أن الاضطرابات الهضمية الناتجة عن الإكثار أو عدم الانتظام في تناول الطعام والتلوث الميكروبي للطعام من أكثر العوامل المؤدية إلى آلام البطن في المعدة والأمعاء. ومن خلال

الجدول رقم (02) نلاحظ أن خليط الماء والسكر وكذلك مغلي الكمون من أكثر الوصفات العلاجية الشعبية استخداما في علاج آلام البطن (23.6 %). وقد ورد ذكر هذه الوصفة في كتاب القانون في الطب لابن سينا (10). حيث قال أن في استخدام السكر معونة على القيء ويسهل. وتعود فكرة استخدام السكر مع الماء في علاج آلام البطن بأن التركيز العالي للسكر يساعد على القضاء على بعض الجراثيم نتيجة الخاصية الإسموزية وبالتالي تخفيف الآلام إذا كان ناتجا عن التلوث بالجراثيم. ويعلق ديفيد ورنر (11) على هذا بقوله: إن الوصفات المنزلية والتي تستخدم المشروبات المحلاة بالسكر لعلاج الآلام الناتجة عن الإسهال أشد تأثيرا وأقل خطرا من معظم الأدوية الحديثة.

و تستخدم نسبة 17.2 % من الأمهات الزعتر (الصعتر) في علاج آلام البطن. وقد ورد ذكر الزعتر في علاج العديد من الأمراض في كتب الطب القديمة. ومنها ما ذكره ابن سينا (12) على أن الزعتر ينفع في علاج الكبد والمعدة. ويقول التركماني في كتابه المعتمد في الأدوية المفردة (13). أن الصعتر طارد للرياح وهاضم للطعام الغليظ ويذهب بالأمغاص ويضيف احمد قدامة (14). أن الصعتر من التوابل التي لها رائحة عطرية وطعم حار وقد عرف منذ القدم كدواء لعسر الهضم. ونلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن نسبة لا بأس بها من الأمهات (11.6 %) تستخدم المرقدوش (المرددوش) لعلاج آلام البطن ، وهو عبارة عن نبات عشبي صعترى يعرف في بعض مناطق شمال إفريقيا (بالمردقوش والبردقوش) والاسم من أصل فارسي ، ويعرف في بلاد الشام (بالمرو). كما أنه وصف في الطب القديم على أنه مقو للمعدة وطارد للرياح ويعتقد أنه يسهل من الهضم (15). وتبين إحدى كتب الأعشاب العلاجية الحديثة (16) أن المردقوش (الصعتر) يفيد في آلام البطن. وللتخفيف من هذه الآلام الناتجة عن سوء الهضم تفضل بعض الأمهات استخدام الكمون لعلاج أوجاع البطن وقد يعود ذلك إلى نفس الاعتقاد السابق ذكره وهو أن تناول المليينات مثل الكمون وحب حلاوة (الأنيسون) يساعد على طرد الفضلات من الجسم وبالتالي تخفيف آلام البطن.

3- الإسهال :

يعتبر الإسهال من أكثر الاضطرابات الهضمية التي تحدث للأفراد وخاصة الأطفال وتعود أسبابه عادة إلى تناول أغذية أو مياه ملوثة بالجراثيم أو التحضير غير الصحي للطعام. وتبين لنا النتائج المسجلة من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة 26 % من الأمهات يعتقدن أن تناول الموز مفيد في علاج الإسهال. وقد ورد ذكر الموز في بعض كتب الطب القديمة فقد ذكر القيراوني (17) أن الموز يثقل المعدة. في حين ذكر التركماني (18) وابن سينا (19) بأن الإكثار من أكل الموز يولد السدد وهو مثقل على المعدة.

وتتبع فكرة هذا الاعتقاد من أن الأغذية ذات اللزوجة العالية مثل الموز واللبن الزبادي (الرايب) تزيد من صلابة البراز وبالتالي تخفف من حدة الإسهال. والحقيقة أن هذه الأغذية سهلة الهضم بحيث ينصح تناولها عند الإصابة بالإسهال.

وقد لاحظنا من خلال متابعتنا لهذه الدراسة أن معظم الأغذية والنباتات التي ذكرتها الأمهات كعلاج للإسهال تتناول بشكل سائل مثل الشاي وماء النشا (نقيع) ولا تعتبر هذه الوصفات العلاجية ضارة بل غالبا ما تكون مفيدة لأن أهم أسس علاج الإسهال هو الإكثار من تناول السوائل لتعويض المفقود منها.

4- الإمساك:

الإمساك من الأعراض المرضية التي ازدادت انتشارا في السنوات الأخيرة في المجتمع الجزائري ، وهو غالبا ما يحدث نتيجة قلة تناول الأغذية التي تحتوي على نسبة عالية من الألياف مثل الخضروات والفواكه وقلة الحركة والخمول وقلة تناول السوائل ونقص في ممارسة النشاطات الرياضية ، ومن خلال تحليلنا للجدول رقم (04) تبين أن السنامكي هو أكثر الوصفات الطبية الشعبية استخداما لعلاج الإمساك (41.2 %) ويعود سبب استخدام نبات السنامكي لخاصيته المليئة لأن من أعراض الإمساك قلة التبرز وصلابة البراز ، وتناول المليينات مثل السنامكي ، فإنه يمكن زيادة عدد مرات التبرز وليونة البراز ، وتعتبر هذه الوسيلة مؤقتة لأنها لا تعالج السبب أو العوامل الرئيسية للإمساك. أما الوصفات الأخرى التي ذكرتها الأمهات فهي مفيدة مثل تناول عصير البرتقال والماء المحلى بالسكر وحساء الخضروات وعصير الطماطم وعصير الليمون مع زيت الزيتون وشراب القهوة المرة واللبن الزبادي (الرايب). وقد وجدنا أن نسبة (6.8 %) من الأمهات قد ذكرن بأنهن يستخدمن تمر الهند (الصبار) كعلاج للإمساك وقد وصف تمر الهند في الطب القديم والحديث بأنه مفيد في علاج الإمساك (القبض) وهو ملين ومرطب (20).

5- آلام المفاصل:

من أهم الوصفات العلاجية الشعبية المستخدمة في علاج آلام المفاصل هي وضع التمر على مكان الآلام ، وكذلك الطباق (ماقرمان). فقد ذكرت (26.4) من الأمهات ذلك. ثم يأتي بعد ذلك تدليك المفاصل بالدهن أو زيت الزيتون (06 %) كما هو مبين في الجدول رقم (05).

وهناك اعتقاد راسخ لدى بعض الأفراد مفاده أن تناول حساء الكوارع يساعد على التخلص من آلام المفاصل ويطلق على هذا النوع من الاعتقاد (عقيدة التوقيع Doctorine deSignature) والتي تتخلص في أن لكل نبات أو غذاء علامات أو رموز تدل على نوعية استعماله من الأمراض التي يمكن أن يشفيها. فالنبات الذي له أزهار صفراء يمكن أن يشفي مرض الصفراء (21).

وفي هذا الإطار يقول ديفيد ورنر (22) بأنه كلما شابهت الوصفة العلاجية الشعبية المرض كان سبب فعاليتها هو الإيمان بها (الجانب النفسي). وهذا الاعتقاد لا يقتصر على المجتمع الجزائري بل يتعداه إلى باقي المجتمعات الأخرى سواء عربية أو غربية على أن تناول عصير الطماطم واللبن الزبادي (الرايب) وشرب

القهوة المرة وشرب خليط العسل والليمون على الريق يقضي تماما على آلام المفاصل ويفيد في زيادة الدم لكونه يتلاءم مع لون العصير ولزوجته مما يجعله مشابها للدم (23).

6- الزكام والأنفلونزا:

تتميز أمراض البرد والأنفلونزا بتكرار حدوثها لنفس الشخص في السنة الواحدة وهذا يرجع سببه لانعدام دواء فعال يقضي على هذه الأمراض (الزكام والأنفلونزا) لذلك فإن معظم الأدوية التي تعطي هي مسكنة للألم لا غير. وعادة ما يأخذ المرض دورته التي تستمر لعدة أيام أو أسابيع ثم يشفي المريض منه ولكنه يبقى عرضة للإصابة في أية لحظة. ومن خلال تتبعنا للجدول رقم (06) ان نسبة (15.6 %) من الأمهات يتناولن عصير البرتقال بكثرة لعلاج الزكام والأنفلونزا. وهذه الطريقة لها بعض الفوائد الصحية بحيث أن عصير البرتقال يحتوي على كمية من فيتامين (ج. c) الذي ظهر أنه يساعد على تقوية جهاز المناعة في الجسم.

ونفس الجدول يبين لنا أن هناك تركيزا على استخدام النباتات والأغذية التي تحتوي على رائحة نفاذة مثل البطيخ والبصل واستنشاق السكر المحروق. وقد يعود ذلك إلى أن من أعراض نزلات البرد انسداد فتحات الأنف مع صعوبة التنفس منه وبالتالي التأثير على حاسة الشم. لذلك فإن استخدام بعض النباتات التي تحتوي على روائح نفاذة قد تساعد على تخفيف هذه الآلام. وقد ورد ذكر استخدام البصل كعلاج للزكام والتهاب الرئة في الطب الشعبي القديم (24).

7- آلام اللوزتين:

يعتبر قشر الرمان من أكثر الوصفات العلاجية الشعبية إضافة إلى العسل وعصير الليمون التي ذكرتها الأمهات في علاج آلام اللوزتين فقد أفادت نسبة (20.4 %) من الأمهات بذلك. كما هو مبين في الجدول رقم (07) وتحضر الطريقة بأن يجفف قشر الرمان ثم يطحن حتى يصبح مسحوقا ناعما ثم توضع كمية منه على أحد أصابع اليد ويدخل في جوف المريض حيث يوضع المسحوق على اللوزتين. وأما عصير الليمون مخلوطا بالعسل فيؤخذ على الريق صباحا بمقدار ملعقة صغيرة على أن يعضض داخل فيه لبعض الثوان ثم يبلع مع الامتناع عن الأكل والشرب بعده لمدة نصف ساعة على الأقل. وفي هذا الإطار فقد أشار ابن القيم الجوزية (25) على أن الرمان نافع للحلق والصدر والرئة (غير أنه لم يحدد الجزء المستخدم من الرمان في العلاج). ثم يأتي استخدام الدهن الساخن بعد ذلك في علاج آلام اللوزتين حيث لوحظ أن بعض الأفراد يتناولون ملعقة صغيرة من الدهن البلدي بعد تدفئتها مع تحضير كمادات على مكان الإصابة لعلاج اللوزتين، ومنهم من يتناول مزيج زيت الزيتون والسكر بعد تدفئته.

8- آلام الأذن:

عادة ما تستخدم الأمهات زيت الزيتون (13.6 %) والزعتر (12 %) كأهم الوصفات العلاجية الشعبية لعلاج آلام الأذن. ويتم ذلك عن طريق قطر قطرات من زيت الزيتون أو ماء الصعتر في الأذن وأحيانا يتم مزج زيت الزيتون مع زيت الخروع مع إضافة كمية من الفلفل الأسود المسحوق ويوضع المزيج داخل الأذن (26). وبالإضافة إلى ذلك فقد ذكرت الأمهات أنهن يستخدمن أحيانا القهوة والليمون والثوم في علاج الام الأذن كما هو مبين في الجدول رقم (08).

9- الام الأسنان :

هناك أكثر من سبب لآلام الأسنان ويعتبر التسوس من أهمها جميعا. ويلاحظ أن تسوس الأسنان أضحى منتشرا بين أوساط المجتمع بشكل كبير وخاصة بين فئة الأطفال (27) ودراستنا هذه توضح لنا أن نسبة (40.8 %) من الأمهات يستخدمن القرنفل (عود النوار) في علاج أوجاع الأسنان.

ويعتبر القرنفل من أهم الوصفات الشعبية الأكثر استخداما في تسكين آلام الأسنان. وقد ورد ذكره في كتب الطب القديمة والحديثة على أنه يسكن آلام الأسنان ويشفي القروح (28) والجدول رقم (09) يوضح أن هناك وصفات أخرى لعلاج أوجاع الأسنان مثل الثوم والصعتر ومزيج الماء والملح وقشر الجوز (السواك) وقشور الرمان.

10- التهابات اللثة:

الجدول رقم (10) يبين أن نسبة (14 %) من الأمهات ذكرن بأن قشر الرمان وقشر الجوز (السواك) يستعمل في علاج التهابات اللثة. ونسبة (09 %) من الأمهات تستخدم زيت الزيتون لعلاج هذا المرض. كما نجد أن نسبة (7.6 %) من الأمهات يستعملن مزيج الماء الدافئ والملح. وقد يكون هذا العلاج ذو فائدة، حيث أن الملح يعتبر من العقاقير المطهرة والتي تساعد على قتل الجراثيم. وقد ذكر التركماني (29): أن الملح يمنع القروح الخبيثة ويفيد في قطع الدم المنبعث من نزع الضرس.

11- الدامل:

الدامل من الالتهابات الجلدية التي تحدث نتيجة عدوى ميكروبية في الجلد وتتميز بظهور خواريج على سطح الجلد تكون مملوءة بالصديد وهو عبارة عن إفرازات الميكروبات. و نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن نسبة (25 %) من الأمهات يستخدمن علك اللبان كعلاج للدامل. و علك اللبان معروف وهو عبارة عن مادة صمغية غالبا ما تكون إفرازا لإحدى النباتات تستعمل كعلكة إضافة إلى استخدامه في البخور لطرد الشياطين.

وقد أشار إلى ذلك ابن القيم الجوزية (30) بقوله : أن اللبان (لم يحدد نوع اللبان) ينبت اللحم في سائر القروح الخبيثة من الانتشار. ومن العقاقير المستخدمة في علاج الدامل حب العصفر (حبوب صغيرة سوداء اللون يعتقد أنها بذور لنبات الخردل الأسود) بحيث تقوم الأمهات بدق هذه الحبوب لتخرج منها مواد صمغية تلتصق في قرطاس ثم تلتزق على الدم. وقد ذكرت إحدى الكتب الحديثة في طب الأعشاب (31) أن بذور الخردل الأسود تحتوي على زيوت طيارة نفاذة. وعندما توضع على الجلد فإنها تهيجه وزيادة على ذلك يضيف احمد قدامة (32) قوله : أن زيت بذور الخردل الأسود يستخدم في تخدير أعصاب الجلد لإزالة الشعور بالألم ، كما يستخدم مسحوق الخردل كلزقة لتخفيف احتقان الدم. وقد ذكر التركماني (33) : أن الخردل يستخدم في علاج بعض الأمراض الجلدية.

12- الحروق:

اتضح لنا من خلال الجدول رقم (12) أن نسبة (28.8 %) من الأمهات يستخدمن من الحليب كعلاج للحروق، ويتم ذلك بسكب الحليب على المنطقة المصابة. وفي هذه الحالة يعلق ديفيد ورنر (34) على استخدام الحليب في علاج الجروح بأنه غير مفيد وقد يسبب بعض الالتهابات الخطيرة. ونفس الجدول يبين أن نسبة (6.4 %) من الأمهات يستخدمن الدهن كعلاج للحروق و (3.6 %) يستخدمن عجينة الحناء أو مسحوق الصنوبر البحري (التايدة) مع الشحم وهذه الوصفات العلاجية الشعبية قد تم ذكرها في بعض كتب الطب القديم. وتحتوي الحناء على صبغات نباتية ومواد دهنية. وتستخدم عجينتها في علاج بعض الأمراض الجلدية كما تفيد في التئام الجروح لاحتوائها على مادة التانين القابضة ولتأثيرها المطهر (35).

13- آلام العين:

يعتبر حليب الأم من أكثر الوصفات العلاجية الشعبية استخداما لعلاج التهابات العين عند الأطفال الرضع. وقد أدلت نسبة (11.6 %) من الأمهات بأنهن يستخدمن هذه الوصفة كما هو مبين في الجدول رقم (13). وتتم هذه الطريقة بتقطير عين الطفل بقطرات من حليب الأم أو حليب إحدى السيدات المرضعات. ويطلق على هذه الطريقة (التقطيرة) أو (الطريقة).

وقد أشار التركماني في كتابه المعتمد في الأدوية المفردة: على أن حليب الأم ينفع من الرمذ والطريقة في العين (36). ومن الوصفات العلاجية الشعبية التي ذكرتها الأمهات استخدام ماء الورد والعسل كعلاج لالتهابات العين. وقد ورد ذكر ماء الورد في كتاب التركماني (37) حيث قال: أن ماء الورد يسكن آلام العين من الحرارة ، وينفع كثيرا من أدوائها تحجيرا به وكحلا وتقطيرا. أما العسل فقد ورد ذكره في العديد من الطب القديمة والحديثة. وقد ذكر ابن سينا في كتابه القانون في الطب (38) أن العسل يجلو البصر. كما ذكر بوريش في كتابه العلاج بعسل النحل (39) أن بعض الدراسات قد أثبتت نجاح استخدام العسل في علاج بعض أمراض

العين كما تبين أن استخدام المراهم التي يدخل في تركيبها العسل بالإضافة إلى مواد طبية أخرى قد نجحت في التئام بعض جروح والتهابات العين.

وتتناول (04.4 %) من الأمهات الجزر لعلاج أمراض العين وهذه الوصفة لها فوائدها الصحية لأن الجزر يحتوي على كميات عالية من فيتامين (أ).

جدول بياني رقم (01) الوصفات الشعبية لعلاج الام الرأس والصداع.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
12.4 %	31	الليمون
12.2 %	28	العسل
03.6 %	09	الحناء
03.2 %	08	الكمون
03.2 %	08	البسباس
02.4 %	06	حبة حلاوة
64.0 %	160	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (02) الوصفات الشعبية لعلاج آلام البطن.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 23.6	59	شراب الماء المحلى بالسكر
% 17.2	43	الزعر
% 13.2	33	الكمون
% 11.6	29	المردقوش
% 04.0	10	عصير البرتقال
% 03.2	08	حبة حلاوة
% 05.6	14	الكروية
% 21.6	54	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

جدول بياني رقم (03) الوصفات الشعبية لعلاج الإسهال.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
26.0 %	65	الموز
17.2 %	43	اللبن الزبادي (الرايب)
10.08 %	27	ماء النشا (ماء الأرز)
09.2 %	23	الشاي الأحمر بدون سكر
08.8 %	22	شاي الليمون بالنعناع الأخضر
03.6 %	09	الحلبة بالجزر (مفروم)
24.4 %	61	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (04) الوصفات الشعبية لعلاج الإمساك.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
41.2 %	103	السنامكي
10.8 %	27	عصير البرتقال
07.6 %	19	الماء المحلى بالسكر
06.8 %	17	تناول حساء الخضروات
06.4 %	16	عصير الطماطم
04.0 %	10	عصير الليمون مع زيت الزيتون
23.2 %	58	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (05) الوصفات الشعبية لعلاج الام المفاصل.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
26.6 %	66	لبخات التمر أو الطباق (ماقرمان)
06.0 %	15	التدليك بالدهن أو زيت الزيتون
02.8 %	07	تناول حساء الكوارع
05.2 %	13	وسائل أخرى
59.6 %	149	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (06) الوصفات الشعبية لعلاج الزكام وأنفلونزا.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
15.6 %	39	عصير البرتقال
05.2 %	13	البطيخ والبصل
04.8 %	12	استنشاق السكر الحروق
04.0 %	10	استنشاق البخور
04.0 %	10	تناول زيت الزيتون
02.0 %	05	تناول البصل
64.4 %	161	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (07) الوصفات الشعبية لعلاج اللوزتان.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
20.4 %	51	قشر الرمان
10.4 %	26	تناول الدهن الساخن
06.0 %	15	تناول البيض والحليب
05.6 %	14	شرب الماء والملح
05.2 %	13	وضع الزعتر والليمون والعسل
52.4 %	131	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (08) الوصفات الشعبية لعلاج الام الأذن.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
13.6 %	34	قطرات زيت الزيتون
12.0 %	30	قطرات شراب الزعتر
10.0 %	25	قطرات القهوة
06.4 %	16	قطرات الليمون الجاف
04.4 %	11	وضع الثوم في الأذن
53.6 %	134	لا اعرف
100.0 %	250	المجموع

جدول بياني رقم (09) الوصفات الشعبية لعلاج الام الأسنان.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 40.8	102	القرنفل (عود النوار)
% 02.4	06	الزعر
% 02.4	06	الثوم
% 01.6	04	الماء والملح
% 52.8	132	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

جدول بياني رقم (10) الوصفات الشعبية لعلاج التهاب اللثة.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 14.0	39	قشر الرمان وقشر الجوز
% 09.2	23	زيت الزيتون
% 07.6	19	الماء الدافئ والملح
% 06.0	15	الدلك بقشر الليمون
% 05.6	14	طرائق أخرى
% 57.6	144	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

جدول بياني رقم (11) الوصفات الشعبية لعلاج الدمامل.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 25.2	63	علك اللبان
% 02.8	07	حب العصفر
% 02.8	07	البصل
% 03.6	09	طرائق أخرى
% 65.6	164	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

جدول بياني رقم (12) الوصفات الشعبية لعلاج الحروق.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 28.8	72	سكب الحليب على الحروق
% 14.4	36	مسحوق الشعير
%06.4	16	وضع الدهن على الحروق
% 04.8	12	وضع الماء والملح
% 03.6	09	وضع عجينة الحناء على الحرق
% 42.0	105	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

جدول بياني رقم (13) الوصفات الشعبية لعلاج الام العين.

النسبة %	العدد	الوصفة العلاجية الشعبية
% 11.6	29	تقطير حليب الأم في العين
% 10.8	27	تقطير الماء والملح في العين
% 09.6	24	تقطير ماء الورد في العين
% 04.4	11	تناول الجزر نيئا مفروما
% 03.6	09	تكحيل العين بالعسل
% 60.0	150	لا اعرف
% 100.0	250	المجموع

خلاصة النتائج

لقد اتضح لنا من خلال هذه الدراسة الميدانية أن نسبة كبيرة من الأمهات لا تستخدم الوصفات العلاجية الشعبية في معالجة الأمراض التي يعطي مؤشرا على انحسار هذه الطريقة في علاج واتجاه الأمهات إلى الطبابة الحديثة وبخاصة مع توفر الخدمات الصحية وتحسنها.

كما أننا وجدنا أن نسبة الأمهات اللاتي لا يعرفن الوصفات الشعبية تتفاوت حسب المرض. فهناك أمراض تستخدم فيها هذه الوصفات بشكل ملفت للانتباه أكثر من غيرها مثل آلام البطن والإسهال و الإمساك، وهناك أمراض تستخدم فيها الطرائق الشعبية بشكل مقيد خاصة آلام الرأس والعين والدمامل وأوجاع المفاصل. من جهة أخرى أوضحت الدراسة أن العديد من الوصفات الشعبية ذات جذور عربية وإسلامية. وقد ورد ذكرها في كتب الطب القديمة. وهذا يؤكد توارث هذه المعتقدات الشعبية.

أما من ناحية الفوائد الصحية للوصفات العلاجية الشعبية لعلاج الأمراض فيمكن تقسيمها إلى فئات

أربع هي:

- 1- وصفات علاجية شعبية مفيدة: وتشمل الوصفات التي لها فوائد صحية مؤكدة في تخفيف حدة الأمراض مثل تناول السوائل عند الإصابة بالإسهال و الإمساك، واستخدام القرنفل (عود النوار) لتخفيف آلام الأسنان، وشرب عصير البرتقال عند الإصابة بالزكام والأنفلونزا.
 - 2- وصفات علاجية شعبية مفيدة: وتشمل الوصفات التي تساعد على تخفيف حدة الأمراض، غير أنها لا تسبب أي ضرر صحي مثل تناول الجزر لعلاج آلام العين وتناول السوائل لعلاج أوجاع البطن.
 - 3- وصفات علاجية شعبية ضارة: وتشمل الوصفات التي قد تسبب ضررا صحيا أو مضاعفات أخرى عند استخدامها مثل وضع الحليب على الحروق وتقطير حليب الأم في العين بالنسبة للطفل لعلاج التهابات العين أو تناول المليينات بكثرة لعلاج الإمساك.
 - 4- وصفات علاجية شعبية غير معروفة النتائج : وتشمل الوصفات التي تستخدم فيها بعض النباتات العلاجية التي لم يجر تحليل تركيبها الدوائي بحيث يتطلب الأمر إجراء المزيد من البحث والتنقيب لتحديد فعاليتها وتأثيرها الصحي.
- وأخيرا وليس للأخر نأمل أن تكون هذه الدراسة حافزا لإجراء دراسات أخرى عن الطب الشعبي في منطقة المغرب العربي بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة مع التركيز على التركيب الدوائي للأعشاب والعقاقير المستخدمة في الوصفات العلاجية الشعبية حتى نتمكن من تحديد الفوائد الصحية لهذه الوصفات وبالتالي تشجيع استخدامها من عدمه.

الهوامش والإحالات

- 1- محمد الجوهري: الدراسة العلمية للمعتقدات الشعبية – دار الكتب للتوزيع. القاهرة ، 1978
ص 18-182 ، 42-62.
- 2- تصريحات بعض الأمهات بتاريخ 17.06.06 – مناطق الغرب الجزائري.
- 3- ديفيد ورنر: كتاب من لا يحضره طبيب ، ترجمة د . مي حداد مؤسسة الأبحاث العلمية العربية ، بيروت 1981 ، ص 1-18.
- 4- منظمة الصحة العالمية- الممارسات التقليدية التي تؤثر على صحة المرأة والطفل ، المكتب الإقليمي لدول حوض البحر الأبيض المتوسط –الإسكندرية ، 1979 ، ص 1-40.
- 5- دراسة ميدانية – تصريحات بعض الأفراد – منطقة الغرب الجزائري.

- 6- عبد الرحمان مصيفر – العادات الغذائية – الممارسات الغذائية و المناسبات الاجتماعية
وزارة الصحة – 1981 – البحرين ، ص 37.
- 7- محمد الجوهري – مصدر سابق ، ص 73.
- 8- مجلة الديوان الوطني للإحصائيات رقم 07-1985 – الجزائر، ص 26.
- 9- ابن القيم الجوزية – الطب النبوي ، دار الكتب العلمية بيروت (بدون تاريخ) ص 66-70
243، 245، 301، 302.
- 10- ابن سينا – القانون في الطب – شرح وترتيب جبران جبور ، مكتبة الطلاب ، بيروت
1972، ص 23-27، 50-51، 72-73، 195-196.
- 11- ديفيد ورنر – مصدر سابق ، ص 27.
- 12- ابن سينا – مصدر سابق ، ص 198.
- 13- التركماني – المعتمد في الأدوية المفردة - دار المعرفة ، بيروت 1982، ص 52-60-62
120-121، 285-286، 450، 465، 467.
- 14- احمد قدامة – قاموس الغذاء والتداوي بالأعشاب ، دار النفائس ، بيروت ، 1982، ص
117-118، 130-135، 247، 272، 273.
- 15- د. أمين رويحة – التداوي بالأعشاب – دار العلم – بيروت ، 1981، ص 280.
- 16- احمد الصباحي عوض الله – العلاج بالأعشاب والنباتات الشافية، دار اقرأ للنشر والتوزيع
والطباعة ، بيروت 1984، ص 64.
- 17- القيرواني – كتاب في المعدة وأمراضها ومداواتها، تحقيق سلمان قطاية ، دار الرشيد
العراف، 1980، ص 221-225.
- 18- التركماني – مصدر سابق ، ص 183.
- 19- ابن سينا – مصدر سابق، ص 63.

- 20- احمد الصباحي عوض الله – مصدر سابق ، ص 64.
- 21- يوسف خياط – معجم المصطلحات العلمية والفنية ، دار لسان العرب ، بيروت ، المجلد 4.
- 22- ديفيد ورنر – مصدر سابق ، ص 39.
- 23- د. حلومي عبد القادر علي – الفضائل المروية في الأعشاب الطبية ، موفم للنشر، ج/1
الجزائر، 1996، ص 73.
- 24- ابن سينا – مصدر سابق ، ص 99.
- 25- ابن القيم الجوزية – مصدر سابق ، ص 333.
- 26- د. حلومي عبد القادر علي – مصدر سابق ، ص 81.
- 27- دراسة ميدانية – مصلحة طب الأسنان بتاريخ : 05.07.06.
- 28- عبد الرازق بن حمادوش الجزائر – كشف الرموز في بيان الأعشاب، الجزائر، 1938 ص 26.
- 29- التركماني – مصدر سابق ، ص 211.
- 30- ابن القيم الجوزية – مصدر سابق، ص 341.
- 31- احمد جبارة – عجائب الطب الشعبي – دار البلاغة، حلب، 1972 ، ص 17.
- 32- احمد قدامة – مصدر سابق ، ص 146.
- 33- التركماني – مصدر سابق ، ص 231.
- 34- ديفيد ورنر – مصدر سابق ، ص 33.
- 35- فيصل كنز – الأعشاب الطبية ، دار المعارف ، تونس ، 1987، ص 73.
- 36- التركماني – مصدر سابق ، ص 243.
- 37- التركماني – مصدر سابق ، ص 275.
- 38- ابن سينا – مصدر سابق ، ص 101.
- 39- بوريش.ن. العلاج بعسل المحل – ترجمة محمد الطلوجي، دار المعارف، القاهرة ص 137-140.

مصادر مجتمع الدراسة (تلمسان نموذجا والمناطق المجاورة لها)

(عين غرابة - هنين - بني سنوس - ولهاصة - الغزوات)