

## ( ١٣٢ ) الفواكه في علاج الامراض

« ثالثُ اثنين وثالثُ اثنين » بالتنوين في الثاني على حد قولك هذا ضاربُ زيدٍ وضاربُ زيداً كما اشار اليه قبل هذا في الصفحة السابقة وفي مادة ( ن ف ث - ص ١٧ س ١٥ ) « وفي حديث المغيرة مثنى كانها نُفات اي تنفت النبات نفثاً » ورُوي « النبات » بنونٍ ثم بآءٍ وكُرِّر كذلك بعد سطر والصواب « تنفت النبات » بتقديم الباء على النون كما لا يخفى ( سنأتي البقية )

### الفواكه في علاج الامراض

( تمة ما سبق )

ومن افضل الفواكه التي يُستشفى بها العنب وذلك لكثرة ما يوجد فيه من العناصر والاملاح المعدنية كالبيوتاس والجير والمنايزيا والحديد والمنغنيز وانواع الكالورور والسلفات والكر بونات والفضفات وغير ذلك فهو يتضمن من هذه المواد اكثر مما يتضمنه كثير من المياه المعدنية . وفيه فضلاً عن ذلك كثير من الخواص الدوائية التي تنفع في عدة كبيرة من الامراض فانه هاضمٌ ومسكنٌ ومُدرٌ للبول ومحللٌ ومقوٌّ ومسهلٌ ومبرّدٌ وقد يكون نافعاً للصدر أيضاً

فباختبار ما فيه من خاصيتي الهضم والتسكين يكون اخض نفعه في حال ضعف المعدة الذي يصحبه ألمٌ وانتفاخٌ وحموضةٌ ونحو ذلك مهما كان المسبب لهذا الضعف . ويوصف ايضاً في حال الآلام العصبية في المعدة (الجسترجيا) والتهاب غشائها المخاطي وفي الاسهال والدوسنطاريا المزمنين

## الضياء

( ١٣٣ )

وما جرى هذا المجرى . وهو افضل علاج لإِدْرَارِ البول من غير تهيج وقد ثبت نفعه في جميع احوال الرمل الكُلوي والتهاب المثانة واضطراب البول بما يخالطه من المواد في زمن الشيخوخة

ويفيد العنب في العلال الناشئة عن سوء الغذاء أو قلة كالفصرة وفقر الدم والنقح البطيء فإنه على الغالب يساعد على الشفاء وقد يكون به البرء التام . وذلك اما بالواسطة باعتبار ما تستفيد به المعدة من القوة فأنها من اول يوم تنشط للهضم وتكون اقوى على تمثيل الطعام الذي هو المقوم الوحيد لأود الوظائف العضوية الحقيقية . واما بنفسه باعتبار ما يتضمنه من املاح الحديد المقوية والمسخنة واملاح الفسفور الحامضة المنبهة والمغذية وهذه الاملاح كثيرة في العنب فان كأساً من عصيره فيها من الحديد اكثر مما في نصف لتر من الماء المعروف بماء أورززا وهو اكثر الينابيع المعدنية المعروفة حديدًا . والعنب فضلاً عن ذلك كله يُمد من الفواكه المبردة المرطبة وهو يلائم الذين يمرض لهم اعتقال الامعاء والمبتلين بالامراض الجلدية وعلال الكبد أو الصدر وقد اشتهر نفعه في معالجة السمن المفرط

على ان انواع العنب تختلف منافعها باعتبار اللون فان الاحمر منها يتضمن من المواد المعدنية اكثر مما يتضمنه الالبيض فهو لذلك اشد تقويةً واكثر تغذيةً الا انه عند تساوي المقدار بينهما اشد تهيجاً . وباعتبار هذه الخصائص يُختار الاحمر في معالجة فقر الدم ونحطاط القوى وبطء النقع والالبيض عند ارادة تليين الامعاء او ادرار البول او تقوية الهضم وينبغي ان تكون مدة الاستشفاء بالعنب من ثلاثة اسابيع الى ستة

## ( ١٣٤ ) الفواكه في علاج الامراض

فيؤخذ منه أولاً نصف كيلغرام الى كيلغرام في اليوم ثم يزداد هذا المقدار تدريجاً الى ان يبلغ ثلاثة او اربعة الى خمسة كيلغرامات تؤخذ على اربع او خمس مرات ويترتاض في اثنائها رياضة معتدلة . واذا كان المراد تقوية عمل الكليتين او الامعاء فاكثراً يؤخذ العنب في الصباح قبل الطعام . واذا كان المراد تناول ما فيه من الغذاء والعناصر المقوية للدم ينبغي ان يكون المقدار اليومي منه اقل مما ذكر لكن على مدة اطول

ويجب ان يكون العنب ما امكن حديث العهد بالجنى وان يُغسل ليُزال ما عليه من جراثيم الاختمار فانها اذا دخلت المعدة احدثت فيها انتفاخاً . ويحسن ان يؤكل منه اللباب وحده ويطرح القشر والبزر الا اذا كان البطن مستطلقاً فينبغي ان يؤكل القشر مع اللباب ويلفظ البزر وحده او كان قابضاً واريده من العنب ان يكون مليناً فيجب ان يؤكل اللباب والبزر ويطرح القشر

والاستشفاء بالعنب لا بد ان يصحبه رياضة بدنية ونزهة في الهواء المطلق والافضل للاستيثاق من نفعه ان يكون في الضواحي دون المدن . ويقول الدكتور ايشانوف الروسي انه يجوز ان يجتزأ عن العنب بعصيره قبل ان يختمر يؤخذ منه نصف كأس او كأس على الريق قبل طعام الصباح بنصف ساعة او ساعة . وهذا العصير ينبغي ان يُحفظ في زجاجات محكمة السدّ توضع في مكان بارد وقبل ان يتناول منه يسخن تسخيناً خفيفاً في حمام ماريّا لتثبيته فعليه وبعد تناوله يحسن الخروج لنزهة قصيرة . انتهى