

استخدام القرفة في تطهير الجهاز الهضمي



لقد دخلت القرفة مصر مع رحلة الملكة حتشيسوت إلى الصومال عام 1495 - 1475 قبل الميلاد. وجاء اسم القرفة ضمن الكثير من الوصفات العلاجية في البرديات الطبية الفرعونية. وللقرفة تاريخ طويل من الاستعمال في الهند، وأوّل ما استخدمت طبياً في أجزاء من أوروبا كان منذ نحو سنة 500 قبل الميلاد. وكانت القرفة تستخدم في ذلك الزمان لعلاج الزكّان والأنفلونزا والمشاكل الهضمية، ولا تزال تستخدم حتى اليوم بنفس الطريقة، ويعتقد البعض أن فوائد القرفة تقتصر على استخداماتها اليومية في الطبخ، وفي بعض المشروبات الساخنة غير أن مكوناتها وخصائصها جعلتها تفيد في علاج بعض الأمراض المرتبطة بالدورة الدموية والقلب والمعدة والأمعاء والجهاز الهضمي. ومما قاله الطبيب اليوناني ديسكوريدس على القرفة: "يستخدم زيت القرفة دهاناً لعلاج الكلف، والنمش ومع الخلّ للبتور، وهو مفيد لعلاج القوباء، والقروح، ويؤخذ شراباً لعلاج السعال، وينقي الصدر، ويقوي المعدة، ويدر البول، والطمث".

علاج البرد والسعال:

يشير الدكتور أحمد نصر [١]، استشاري الطب البديل بجامعة الأزهر، إلى أن القرفة تتعدد أنواعها، وأشكالها حسب مصادرها، لكن النوع الأجود حسب تجريب الخبراء هو الأغنى بالزيت الطيار، واللحاء هو المكوّن الأساسي لطاقتها العلاجية، ويكون شكله وخشونته ومثاقنته حسب نوع الشجر وبيئته، بينما يعتبر الزيت المتبقي في الأوراق والأغصان والجذور غير ذي قيمة علاجية أو قدرة تفاعلية مثل اللحاء.

كذلك للقرفة وجوه علاجية كثيرة، حيث يستخدم مغلي القرفة بمعدل ملعقة صغيرة من مسحوقها توضع على كوب ماء مغلي، وبحرك المزيج ثم يترك لمدة عشر دقائق ثم يشرب بمعدل كوبين إلى ثلاثة أكواب في اليوم، وذلك لعلاج البرد، والسعال، وآلام الرحم، وعسر البول، والعادة الشهرية.

حالات التخمة:

ويضيف: "تستخدم القرفة كذلك في علاج حالات التخمة حيث يستخدم مزيج متساوٍ من مسحوق القرفة، والزنجبيل وذلك بأخذ ملعقة صغيرة من القرفة وأخرى من الزنجبيل وإضافتهما إلى كوب ماء مغلي وتحريك المزيج جيّدًا، ويترك 10 دقائق ثم يشرب بمعدل كوب إلى كوبين في اليوم لعلاج حالات التخمة، والغثيان، وانتفاخ البطن، وطرود الغازات، والمغص المعوي، وضعف شهية، وتحسين سوء الهضم، وضد برودة اليدين والقدمين".

تطهير الجهاز الهضمي:

ومن جانبها، تشير الدكتورة نهى العمريطي، استشارية الطب البديل بجامعة القاهرة، إلى أنه يؤخذ من زيت القرفة ما بين نقطة إلى نقطتين تضافان إلى كوب ماء عادي أو كوب حليب، وتمزج جيدًا وتشرب بمعدل مرة واحدة في اليوم؛ لتطهير الجهاز الهضمي والتنبيه، وحالات حمى التيفوئيد ورجفة المفاصل، وضد الخفقان، والوسواس، كما يقوي الكبد، ويسكن البواسير، ويضعفها، ويقال إن القرفة تحفظ للإنسان قوته طوال حياته. كذلك تستعمل صبغة القرفة بمعدل 4 إلى 8 غرامات لتقوية القلب وتنشيط الرياضيين.

تأبيض السكريات:

كذلك تساعد القرفة على تأبيض السكريات وخفض مستويات السكر، فوضع ربع ملعقة قرفة، مع الطعام، يساعد على خفض مستويات السكر العالية والسكر الفائض في الدم، ويمكن أن يؤدي إلى تخزين الدهون.

القرفة علاج للسكري:

كذلك تضيف الدكتورة نهى العمريطي: "يعدّ السكري أحد الأمراض العصرية التي ظل الطب يبحث لها عن علاج ناجح، ووصف العديد من المواد النباتية كعلاجات أولية لهذا المرض، وأخيرًا دخلت القرفة مضمار المنافسة"، وتقول أبحاث علمية: "إنّ مادة تستخرج من القرفة قد تقى من الإصابة بمرض السكري الذي يصيب البالغين، فالقرفة التي تستخدم عادة في الطهي قد تساعد الجسم على التعامل مع المواد السكرية بشكل أكثر فاعلية، وقد حثّ أحد العلماء الذين أجروا البحث الأخير الناس على الإكثار من استخدام القرفة لجني أكبر فائدة من هذه المادة".

ثمّة تجارب ناجحة لمؤسسة الأبحاث الزراعية الأمريكية في ولاية ميريلاند الأمريكية أثبتت أن مادة مستخلصة من نبات القرفة بإمكانها إعادة تفعيل الخلايا التي توقفت عن الاستجابة لهورمون الأنسولين بحيث تجعلها أكثر استجابة لهورمون المذكور، وقد وجد الباحثون أنّ القرفة تزيد من نسبة معالجة السكر 20 مرة، أما المادة المسؤولة عن ذلك فتدعى أم أتش سي بي، وقد أثبتت التجارب التي أجريت على الفئران فعاليتها في خفض نسبة السكر في الدم. وينصح مرضى السكري بتناول ربع ملعقة إلى ملعقة كاملة من مادة القرفة يوميًا.

غنية بالزيوت العطرية:

ويمكن معرفة أن القرفة غنية بالزيوت العطرية إذا كانت لينة في ملمسها وسهلة الانثناء، وعادة تحفظ في مكان غير جاف، وغير معرض للهواء والرطوبة؛ حتى لا تفقد قيمتها العطرية ونكهتها، وخصوصاً تقليل زيت القرفة الذي يسهل امتصاصه إذا تعرضت للتخزين في الأجواء غير المناسبة، ويفضل ألا تسحق القرفة إلا عند استخدامها لتظل محتفظة بمكوناتها وخصائصها.