الأمراض الجلدية

**الأكـزيمــــــا**
الأكزيما عبارة عن اضطراب جلدي يتميز بالحكة والالتهاب وتكون البشرة أحيانا ملتهبة وجافة ومتورمة، ومكسوة بقشرة أو تنضح بالسوائل، وللأكزيما أشكال متعددة ويمكن تصنيفها الى قسمين رئيسين هي. التهاب الجـلـد الأكزيمي الخارجي، والتهاب داخلي المنشأ او ما يسمى الالتهاب البنيوي.

ويسبب التهاب الجلد الأكزيمي عوامل خارجية، مثل التأثير التهيجي لمنظفات الأوساخ على البشرة، وليس للأكزيما الداخلية سبب ظاهر، وتنقسم الأكزيما الداخلية المنشأ الى خمسة انواع فرعية هي: الأكزيما التأتبية، واكزيما بوومبفيكي، والأكزيما المثيه، واكزيما الدوالي، والأكزيما القرصية.

والأكزيما التأتبية والتي تسمى ايضا الجلد التأبتي تميل الى الانتشار في العائلات،وتبدأ معظم حالاتها في مرحلة الطفولة، وتنمو بسرعة فائقة عند الثالثة او الرابعة من العمر، ويستمربعضها خلال مرحلة البلوغ او الرشد، وتتهيج من وقت لآخر خصوصا حين يكون الضحية مضطربا أو غاضبا او قلقا.

اما الأكزيما المعروفة بالنوع البومبفيكي فيمكن رؤيته على الأيدي والأقدام، وينتشر عادة بين الأشخاص الذين في العشرينات او الثلاثينات من اعمارهم، اما الأكزيما المثية فتكون على هيئة صفيحات قشرية على الوجه وفروة الرأس وتكون الصفيحات في الأكزيما القرصية الشكل على هيئة قطع معدنية، وتبدو واضحة المعالم، أما أكزيما الدوالي فتظهر بسبب ضعف الدورة الدموية في الأرجل وهي كالازيما القرصية تحدث غالبا عند المسنين من الناس..

**علاجهـــــــا**
أما علاج الأكزيما فيتوقف على معرفة السبب ويشتمل العلاج على استخدام مراهم الستيرويدات او الكريمات، وتدخل الاعشاب في علاج الاكزيما ومن اهم الاعشاب التي تستخدم لهذا الغرض والموجودة على هيئة مستحضرات صيدلانية عشبية مايلي:

ـ زيت لسان الثور او ما يعرف بالحمحم Borage

ولقد أثبتت الابحاث الى أن زيت لسان الثور له تأثير على علاج حالات الالتهابات الجلدية ومن ضمنها الأكزيما ويوجد الزيت في كبسولات تباع في الصيدليات حيث يؤخذ 500مللجرام يوميا.

ـ عشبة الطيور Chickeed

ونبات عشبة الطيور يعرف ايضا باسم النجمية، تستعمل الاجزاء الهوائية (النبات كاملا عدا الجذور) على شكل مراهم لعلاج الأكزيما والمتهيجات الجلدية وتستعمل هذه الوصفة على نطاق واسع في اوروبا، كما يستعمل الزيت المستخرج من النبات كبديل للمرهم لعلاج الأكزيما. او يضاف منه ملئ ملعقة على الحمام المائي قبل الترويش، ويمكن ان تسحق اجزاء النبات سحقا نعاما وتضاف الى الحمام المائي قبل الترويش بدقائق او يمكن خلطه مع فازلين واستخدامه كمرهم علما بأنه يوجد مستحضرات من نبات عشبة الطيور تباع في الصيدليات.

- نبات السرساباريلا Sarsaparilla " الفشاغ ـ الفشغ ـ سميلاسين ـ سكارشو"

والجزء المستخدم من النبات جميع اجزائه وتعتير المادة الفعالة هي لأحماض صابونية وفايتوسيرولز، تستعمل جذور النبات لعلاج الالتهابات الجلدية وبالأخص الأكزيما ويوجد من هذا النبات مستحضرات صيدلانية تباع في الصيدليات.

- نبات الأخدرية Evening Primrose

والجزء المستخدم من النبات جميع اجزائه وتعتبر المادة الفعالة هي الأحماض الدهنية الموجودة في زيت البذور يستعمل زيت البذور دهانا لعلاج الأكزيما وكذلك الأمراض الجلدية الأخرى، ويجب عدم استخدام نبات الاخدرية للمصابين بالصرع.

ـ الهماميلس Witch Hazel

نبات شجري معمر الجزء المستخدم منه الأوراق والقشور ويحتوي على مواد عفصية وفلافونيدات ومواد مرة وزيوت طيارة "في الاوراق فقط" تستخدم الاوراق والقشور لعلاج الأكزيما كما تحمي القروح من التلوث بالبكتيريا، توجد مستحضرات صيدلانية من نبات الهماميلس في الصيدليات.

ـ زيت نبات البلقاء Tea tree oil

يستخرج زيت من نبات البلقاء الذي ينمو في استراليا حيث يستخدم الزيت من مئات السنين لعلاج امراض الجلد وبالاخص الأكزيما وللزيت خاصية ضد البكتريا وقد اصبح هذا الزيت حاليا مشهورا بالولايات المتحدة الامريكية.

ـ حشيشة النحل او الترنجان Lamon balm

لقد ربط الناس منذ اقدم العصور بين الترنجان والعسل حيث ان لنبات الترنجان خواص العسل والغذاء الملكي، وقد قال العالم جيرارد ان العشبة تعزي القلب وتطرد كل الأحزان ولقد كان الترنجان من الأعشاب المفضلة في القرون الوسطى لتحضير"اكسير الشباب" وفي القرن الثامن عشر كان يعتقد ان الترنجان يجدد الشباب.

يستخدم زيت حشيشة النحل لتخفيف الألم والحكة التي تسبها الأكزيما.

ـ نبات البابونج Chamomile

وهو نبات عشبي والجزء المستعمل منه الأزهار وتحتوي ازهار البابونج على زيت طيار أهم مركباته، بروازولين، وبارنسني والفابايسابولول بالاضافة الى فلافونيدات وجلوكوزيدات مرة وكو مورينات ومواد عفصية، وتستعمل ازهار البا بونج على نطاق واسع ومن اهم استعمالاتها: مضادة للالتهابات ومن ضمنها الاكزيما ومضاد للمغص او التلقصات. وطارد للغازات ومضاد للحساسية، ولاستعمال البابونج يؤخذ 50جرام من ازهار البابونج وتنقع في ماء سبق غليه ثم يوضع على الأماكن المصابة بعد ان يبرد او اضف الخليط وهو ساخن الى الحمام المائي واجلس فيه لمدة 20دقيقة.

ـ جذور نبات الأرقطيون Burdock

تستعمل جذور نبات الأرقطيون من مدة طويلة في علاج الامراض الجلدية ويشتهر في جميع انحاء العالم بانه منق للدم وطارد لسموم الجسم.ويستخدم على هيئة اقراص داخليا او على هيئة شاي وتوجد له مستحضرات في السوق.

- الترمس:
تسحق بذور الترمس سحقاً ناعماً جداً ثم تمزج بالفازلين يتكون مرهم ثم يوضع هذا المرهم طازجاً على مواقع الاكزيما ويعتبر من العلاجات الناجحة للاكزيما مع ملاحظة ان يحضر المرهم طازجاً. كل جرعة تحضر طازجة ولايصلح تحضيرها واستعمالها بعد فترات متتالية.

- الفاصوليا الجافة:
تؤخذ حبوب الفاصوليا الجافة ثم تسلق حتى النضج تماماً ثم تهرس وتعجن حتى تكون كالمرهم ثم توضع على مواقع الاكزيما وتبدل صباحاً ومساءً ويجب ان تكون التحضيره طازجة، وقت الاستعمال.

- اللوز الحلو
يستعمل زيت اللوز الحلو دهاناً على مكان الاكزيما وذلك بمعدل 3- 5 مرات في اليوم ويستمر عمل ذلك حتى الشفاء بإذن الله.

**" نصائح للمصابين بالأكزيما "**

ـ عند الاستحمام استخدم الماء الدافئ قليلا ولا تستخدم الماء الساخن ويفضل ان تضيف الى الماء قطرات من زيت اللاونده او زيت البابونج وبعد الانتهاء من الحمام أدهن جلدك المصاب باي من زيت الزيتون او زيت اللوز.

ـ كما يفضل لبس الملابس القطنية حيث ان ألياف القطن تسمح للجسم بالتنفس.

ـ مارس الرياضة حيث ان الرياضة تزيد من دوران الدم جيدا ولكن عليك بغسل العرق مباشرة بعد الانتهاء من التمارين.

ـ عليك التقليل من الأكل المقلي والأكلات المضافة لها السكر والألوان الاصطناعية والمنكهات..

ويمكن عــــــلاج الإكزيما بالطرق الآتية:
هناك طريقة يسيرة وتنفع بإذن الله ويتطلب تحضيرها هذه التركيبة:
1- كوب من الحبة السوداء الناعمة.
2-كوب من زيت الزيتون.
ـــــــــــــــــــــــــ
طريقة تركيبه تتم كالآتي: يخلط كوب من الحبة السوداء الناعمة بكوب من زيت الزيتون. يضرب الخليط حتى يصبح متجانساً.
طريقة الإستعمال: يدهن الجزء المصاب مرة يوميا.
مدة إستعمال الدواء: إلى أن تختفي آثار الإكزيما.
تاريخ صلاحية الدواء: ثلاثة أسابيع على أن يتم حفظه في مكان بارد.

الإكزيما العقبوليه: وتظهر على شكل حبوب ذات رؤوس سوداء.

لعلاجها ينصح بالآتي:

ــ إستخدم قطعة من قماش الصوف الخشن ((وكل ماكان القماش خشنا أكثر كلما كانت الفائدة أكبر)) وغمرة في الخل المتلون ((خل التفاح الأحمر بعد أن يخلط مع الحبة السوداء الناعمة بمقدار كوب حبه سوداء الى كوبين من الخل ثم يؤخذ الخل الملون بعد عملية الترشيح والذي أخذ معه خلاصة الحبة السوداء)) ثم بعد ذلك حك الجزء المصاب بواسطة قطعة القماش المبللة مرة واحدة يوميا. ويلاحظ أن هذه الحبوب تبدأ بالتلاشي بعد ثلاثة أيام بإذن الله تعالى.

**وصفات لعلاج الأكزيما:**

ــ يتم عمل لبخة وذلك عن طريق غلي حبوب الحلبة على النار حتى يتم نضجها تماماً ثم توضع على قطعة قماش وتضوع هذه اللبخة فوق منظقة الإصابة.

ـ وضع بعض مسحوق زهور شيح البابونج فوق المنطقة المصابة بأكزيما الجلد فلذلك يسرع بشفائها.

ــ لعمل حمام للقدمين أو اليدين يغلى قدر نصف قبضة من الخزام المزهر مع لتر ماء.

ـــ مسحوق من زهور الخزام يرش على مكان الإصابة بالأكزيما.

\_ وقيل أن الحناء علاج جيد لمرض الاكزيما أضف الماء الى الحناء ثم ضعه على المكان المصاب 3-5 مرات.

ــ مقدار من الكركم مع زيت زيتون أصلي وادهني به المكان المصاب واي حكة اوحساسية ينفع معها هذا العلاج ان شاء الله.

**وصفات لعلاج الأكزيما:**

تركيبة لعلاج الاكزيما التي تصيب راحة اليد و القدم : كوب من الحبة السوداء الناعمة و كوبان من خل التفاح قطعة من القماش و كوب من زيت الزيتون .

الطريقة : يؤخذ كوب من الحبة السوداء مع كوبان من الخل ثم يرشح الخليط بواسطة قطعة القماش المسامي ثم يؤخذ المحلول الناتج ويوضع في انا معدني ويسخن على نار متوسطة حتى الغليان, عند بدء الغليان يضاف كوب من النشاء ويحرك الى ان يتماسك الخليط , يرفع الوعاء عن النار و يضاف زيت الزيتون الى الخليط و يمزج الى ان يتماسك الخليط ، تؤخذ من التركيبة ملعقة متوسطة وتفك بها اليدين المصابة , ثم تغطى بقطعة الشاش و ذلك قبل النوم .

**الصــدفيــة**

الصدفية مرض جلدي مزمن يتميز بظهور بقع حمراء تغطيها قشور ذات لون فضي ولها احجام مختلفة وتظهر غالباً على فروة الرأس والركبتين والمرفقين وأسفل الظهر والكاحل وعلى أظافر اليدين والقدمين والصدر والبطن وظهر الذراعين والساقين وراحتي اليدين وأخمص القدمين. وهي تؤدي الى حفر في الجلد وتغير اللون واحياناً الى تشقق الأظافر.

وعادة تظهر الإعراض على المراهقين والشباب وتستمر طوال الحياة، وتزيد او تقل درجتها بدون سبب واضح ولا تترك ندباً. وسبب الصدفية الى حد الآن غير معروف، ولكنها تحدث في افراد العائلة مع العلم انها ليست وراثية. وقد لوحظ ان الصدفية تصحب المفاصل شبه الروماتزمية احياناً بالرغم من عدم تبين العلاقة بينهما حتى الآن.

وقد تحدث الصدفية بصورة حادة ولكن اغلب حالاتها مزمنة. وفي الحالات العنيفة تؤدي لقشور وشقوق وقشرة متورمة على راحتي اليد والقدمين ويمكن ان تظهر الطفح ايضاً على الاعضاء التناسلية مع تساقط القشرة المتينة للجلد، واحياناً وفي حالات نادرة يحدث التهاب المفاصل الكبرى والعمود الفقري. تصيب الصدفية حوالي 2الى 4% من البشر وهي توجد في البيض اكثر من السود. وحسب تقرير طبي فهي لا تنتج عن الحساسية او العدوى او الطعام او الضغط العصبي او نقص الفيتامينات والاملاح. وربما تكون بنتيجة خلل في جهاز المناعة يؤدي الى مهاجمة الجسم وهي عادة ليست معدية.

والصدفية تحدث خللاً في نمو واستبدال الجلد فالجسم يستبدل طبيعياً خلايا الجلد كل 48ساعة لكن الصدفية تزيد من سرعة هذه العملية بمعدل 5الى 10مرات مما يؤدي الى حدوث القشور على الجلد.
واشعة الشمس تساعد على التخلص من بقع الصدفية واذا لم يتمكن الشخص من تعريض نفسه لاشعة الشمس فيمكن تعريض المناطق المصابة الى الاشعة فوق البنفسجية، كما ان الاجواء الدافئة والرطبة تفيد كثيراً في تحسين حالة المصاب والجو الجاف يزيد من شدة الصدفية.

هل هناك علاج للصدفية بالمستحضرات الكيميائة او بالادوية العشبية؟
- حتى الوقت الحاضر لا يوجد علاج شاف للصدفية ولكن توجد أدوية تحد منها وتهدئها وفي بعض الحالات يتم الشفاء ومن اهم الادوية المستخدمة للصدفية ما يلي:

- الصبار
تحتوي عصارة الصبر على جلوكوزيدات انثراكينونية وتختلف المواد الفعالة تبعاً لنوع النبات وعلى سبيل المثال نوع الصبر Aloe Ferox يحتوي فقط على المركب الجلوكوزيدي الوئين (Aloin) والانواع الأخرى تحتوي بجانب هذا المركب على باربالوئين Barbalion ومركب Alue-emodin كما تحتوي على مواد راتنجية واحماض عفصية ومتعددة السكاكر وبعض المعادن. ووجد الباحثون أن النبات أثبت فعاليته المضادة للألم وأنه استخدم منذ القدم لمعالجة الحروق وحالات الجلد بما في ذلك الجرب وحروق الشمس ولسعات الحشرات و. يستخدم النبات كعنصر رئيسي في مواد ومستحضرات التجميل لأنه معدل درجة حامضية وقاعدية الجلد (PH) ، واستخدم النبات كملين ، كما أن هناك بعض الدلائل تشير إلى أنه يعزز من القدرة المناعية للجسم. وعصارة الصبر مفيدة للصدفية والأكزيما وطريقته أن يخلطه مع العسل ويعمل كدهان خارجي .

- الخلة البلدي Bishp.s weed
والخلة نبات عشبي معمر يصل ارتفاعه الى حوالي 50سم وقد استخدمه قدماء المصريين والهنود منذ آلاف السنين حيث كانوا يدلكون الصدفية بهذا النبات ثم يعرضون انفسهم للشمس. وقد اثبتت الدراسات الحديثة ان ثمار الخلة تحتوي على مادة الزورالين التي ثبت نجاحها في الحد من تقشر الجلد الناتج عن الصدفية حيث تقوم هذه المادة على ايقاف تكاثر الخلايا وتبطئ انقسام خلايا الجلد التي تسبب القشور.

- الفلفل الأحمر Red pepper
وهو ما يعرف بالشطة او الحبحر او التراز ويوجد منها عدة انواع ولكن اشهرها النوع الافريقي وهو النوع الصغير الذي يحتوي على مركب الكبساسين capsaicin بنسبة 0.25% وقد نشرت مجلة Prevention magazine ان هذا النوع من الفلفل يقوم على تسكين الصدفية بدرجة مرضية جداً. وفي احد البحوث استخدم 98شخصاً كريم الكبساسين المركب الرئيسي في الشطة واستخدم 99آخرون كريماً غير فعال (وهمي) للعلاج واوضحت النتاذج ان كريم الكبساسين قلل الاحمرار والقشور بنجاح بالرغم انه سبب لبعض المرضى الاحساس بالحرقان اثناء استعماله. ويوجد دهانات من الكبساسين تحت اسم Zostrix وكبساسين p (capzacin p).
ويجب على مستخدم هذا الدهان بعد الانتهاء من الدهان غسل اليدين حتى لا يصل الى العينين.

- عرقسوس Licorice
لقد تحدثنا عن عرقسوس كثيراً الذي يستخدم على نطاق واسع في جميع انحاء العالم وقد ذكرنا انه يحتوي على مركب يشبه الى حد ما تأثير الهيدروكورتيزون ولكنه لا يعطي الأضرار الجانبية التي يسببها الكورتيزون والطريقة ان يؤخذ مسحوق عرقسوس الناعم ويخلط مع فازلين وتدهن به المناطق المصابة.

- الكتان Flax

يستخدم زيت بذر الكتان الذي يحتوي على احماض اللينولينيك واكسوبنتانويك المفيدة في علاج الصدفية. وقد وجد أن 10الى 12جم من هذه الاحماض تعالج الصدفية وهذا ما يعادل 5- 6ملاعق صغيرة من الزيت تساعد على الحد من الصدفية.

- الافوكاتو Avocado
وهو ثمار تشبه في حجمها وشكلها الكمثرى وقد نصح العشابون القدامى باستخدام قشرة ثمرة الافوكاتو لعلاج الصدفية وتحتوي ثمار الافوكاتو على بروتينات بنسبة 25% وتربينات احادية نصفية وفيتامينات أ، ب1، ب 2ويستخدم لب الثمرة مع جزء من قشرتها على هيئة عجينة وتوضح على المناطق المصابة فتعمل على ترطيب الصدفية.

- الجوز البرازيلي Brazil nut

والجوز البرازيلي يحوي مواد زيتية من نوع الزيوت الثابتة ويحتوي هذا الزيت على فيتامين ه وكذلك معدن السيلنيوم وقداستخدمته قبائل حوض الامازون لعلاج الامراض الجلدية ويمكن لمريض الصدفية وضع هذا الزيت على المناطق المصابة ليلاً قبل النوم ولمدة اسبوعين الى ثلاثة اسابيع فهو جيد لهذا الغرض.

- الحلبة Fenugreek
الحلبة من اشهر الادوية العشبية وقد تحدثنا عنها كثيراً فهي علاج لأكثر من مرض وتستخدم لعلاج الصدفية حيث تطحن طحناً ناعماً ثم تدهن المناطق المصابة بالصدفية بزيت الزيتون ثم يذر بعد ذلك مسحوق الحلبة الناعم على المناطق المصابة ويعمل ذلك مرة واحدة قبل النوم ويكرر ليلياً حتى الشفاء بإذن الله بجانب ذلك يؤخذ حوالي 5ملاعق من مسحوق الحلبة الناعم ثم نخلطه مع 5ملاعق من زيت الزيتون ويستعمل ربع هذه الكمية لعوقاً اربع مرات في اليوم ولمدة شهر كامل وهذا بجانب الاستعمال الخارجي وبالاضافة الى ذلك يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من بذور الحلبة وتضاف الى نصف لتر ماء وتغلى لمدة دقيقة واحدة ثم تصفى ويشرب الماء فقط بمعدل ملعقة كبيرة كل ساعة.

- حشيشة الملائكة Angelica
وهي نبتة معمرة يصل ارتفاعها الى مترين خضراء زاهية سيقانها جوفاء ذات ازهار بيضاء صغيرة تتجمع في خصلات وشكل ازهار جذابة جداً وخاصة في موسم الصيف. وهي تحتوي على كومازينات وفيتامين ب 12وبيتاسيتو ستيرول. وحشيشة الملاك العينية هي العشبة المقوية الرئيسية للحالات التي تعاني منها النساء في العينيه.تتناولها ملايين النساء يومياً كمقو منشط وهي تساعد في تنظيم الحيض وتقوي الدم. كما انها تحسن دوران الدم وتفريج عسر الهضم والرياح والمغص. تستعمل حشيشة الملاك لعلاج الصدفية حيث تؤخذ طازجة وتفرم ثم توضع على المناطق المصابة. او يمكن عمل منها حساء ثم تناولها وبعد ذلك يتعرض الشخص لاشعة الشمس والاشعة فوق البنفسجية.

- البابونج Camomile

البابونج نبات عشبي معمر والجزء المستخدم منه الازهار وقد تحدثنا عنه في مقالات سابقة وهو يحتوي على زيت طيار واهم محتويات هذا الزيت مادة تدعى كمازولين. والبابونج كثير الاستعمال في البلاد الاوروبية وخاصة للصدفية والحساسية وجفاف الجلد. ويعد المعالجون بالاعشاب ان وضع هذا النبات على الجلد افضل من الادوية الشائعة الاستعمال لعلاج الصدفية. وحيث ان البابونج يحتوي على فلافونيدات بجانب الزيوت الطيارة وهي مضادة للالتهابات فإنه يمكن عمل دهان طازج من مسحوق ازهار البابونج الناعم مع زيت الزيتون وتدهن به المناطق المصابة ليلاً عند النوم ويداوم على ذلك حتى الشفاء بإذن الله. مع ملاحظة ان الاشخاص المصابين بحساسية حمى القش لا يمكنهم استخدام البابونغ حيث ان الحكة ستزيد وعلى أية حال عند استعمالك لأي دواء وتزيد معه الحكة فأوقفه حالاً ولا تستعمله.

- الرجلة Purslane
وهي نبات عشبي حولي وهي غنية بفيتامين أ، ح، ه مع معدن السيلنيوم وحمض الفارلينوكنييك ويقول الطبيب اندرو ويل المهتم بالاعشاب وأستاذ بكلية الطب جامعة اريزونا بتكسون ومؤلف كتاب "Naturul Health medicine" ان الاعشاب او الاغذية التي تحتوي على المركبات السابقة هي افضل شيء لعلاج الصدفية والرجلة هي افضل الاغذية لذلك الغرض. حيث تؤخذ الرجلة وتطبخ على البخار مثل السبانخ ويؤكل وتستخدم السيقان الصغيرة مع السلطة مع الوجبات الغذائية.

- بقلة الملك Fumitory

وهي عشبة حولية متسلقة يصل ارتفاعها الى 30سم لها اوراق مركبة وازهار انبوبية قرنفلية ذات رؤوس حمراء داكنة. تستعمل كل اجزاء النبات الذي يحتوي على قلويدات الايزوكينولين وعلى حمض الفوماريك الذي يفيد في علاج الصدفية حيث تدلك المنطقة المصابة بقطعة قطن او قماش حيث تغمس في مغلي مسحوق النبات في الماء وتدهن بها المناطق المصابة مرتين في اليوم. كما ان بقلة الملك تستعمل ايضاً على نطاق واسع لتنبيه الكبد والمرارة، كما انها مدرة للبول ويمكن استخدامها لعلاج الاكزيما.

- اللاونده Lavander
اللاونده نبات عشبي معمر له ازهار ارجوانية جميلة وجذابة وله رائحة عطرية يحصد ويستخرج منه عطر اللافندر المشهور. تحتوي اللاونده على زيت طيار حيث يؤخذ الزيت ويدهن به الاماكن المصابة ثم يتبع بزيت اللوز وقد اعطى نتائج ايجابية للصدفية وللامراض الجلدية الأخرى.

- كعيب Milk thistle
ويعرف ايضاً باسم الحرشف البري وهو نبات شائك ثنائي الحول يصل ارتفاعه الى حوالي مترين. له اوراق بيضاء مشوكة وازهار ارجوانية الجزء المستخدم البذور التي تحتوي على مركب السيليمارين (Silymarin) والمعروف عن هذا المركب تخفيضه للصدفية. كما انه الكعيب يحتوي على مركبات أخرى مضادة للالتهابات الجلدية مثل المواد المرة ومواد متعددة الاسيثيلين!
نقلا عن جريدة الرياض الاثنين بتصرف 10 محرم 1425العدد 13037 السنة 39

ومما نقل عن منتدى الساحات الطبي لعلاج الصدفية : تعرف وحل البحر داوم عليه، حنا في قطر نسميه ((الصبخه)) هذه تكون قريبه من البحر وبالصدفه لي صديق مصاب بالصدفيه بكلتا قدميه وتمنعه الله يعزك من ارتداء نعليه فذات يوم كان متوجها للبحر واضل الطريق وتوخلت سيارته(غرزت) وظل قرابة 6 ساعات وهويداوس بهذا الوحل حتى تم اخراج السياره وعاد لمنزله متعب ونام وبعد ان استيقظ راى تقشر في قدميه وفي خلال 3 ايام لم يعد به اي شي من الصدفيه. ويمكن هذا بسبب اليود او الملح واو صدفه. واسال الله ان يشافيك ويشافينا جميعا

**القوبــــــاء**
للقوباء أنواع عديدة ومختلفة ولذلك يختلف العلاج على حسب انوع.

علاج القوباء المستأكله : وهي التي تكون مع تجرحات وحبيبات في الجلد ويؤخذ لعلاجها كمية من الخل الأسود بواسطة القطنة ويمسح بها المكان عدت مرات في اليوم ولأيام متعددة حتى تشفى بإذن الله

القوباء التي تأتي على شكل لون ابيض خفيف وقد تسبب معها حكة وتعالج هذه بقراءة القرآن الكريم عليها ويمكن استخدام القراءة على مرهم او كريم للتداوي به لجميع أنواع القوباء ومجرب هذا كثيرا ونفع باذن الله.

**علاج البرص**

اخوتي الكرام فلقد أصاب قريب لي المرض المعروف وهو (البرص) ولقد نصحه أحد أصدقائه باستخدام وصفة كان قد أخذها من أحد الاطباء في الصين حينما كان هناك.

ولقد استخدم قريبي هذا الوصفة هذه ما يقارب السنه والحمد لله فلقد شفي شفاء تام ولا أثر للبرص .

الوصفه هي:

كأس ليمون خالص (بمعنى لايزاد عليه من الماء ولا السكر)
يحلى هذا الكأس بملعقة عسل طبيعي ......ويأخذ هذا العلاج ثلاث مرات في اليوم .
لقد أصيب قريبي هذا بالمرض واستمر على العلاج لمدة السنه وهو الان ولله الحمد متعافي.

قد لا تنفع الوصفه هذه للكل ولكن هي للإفاده .... ويجب على الانسان بذل الاسباب .
ملاحظه مهمه....... البرص المعني هو ما جاء بعد الولاده ولا أقصد به البرص الناتج عن الخلقه .

٭ الأخت أم سارة تقول: هل توجد أعشاب لعلاج البهاق وما هي الأعراض أو الآثار الجانبية لمستحضر لينكوين مونو بنزوين 20٪.
- الأخت أم سارة توجد أعشاب لتخفيف البهاق مكونة من ملء ملعقة عصير ثوم + ملعقتين خل تفاح + ملعقة كبريت أصغر تمزج سوياً ثم تضاف إلى ثلث كوب عسل نقي وتمزج جيداً ثم توضع على مواقع البهاق. أما الأضرار الجانبية لمستحضر لينكوين مونو نيزوين 20٪ فلا استطيع الإفادة لأن الأضرار قد تحدث بعد مدة طويلة والله أعلم، وإذا كان هذا المستحضر مسجلا بوزارة الصحة ويحمل رقماً للتسجيل الصيدلي فاعتقد ان أضراره ستكون قليلة جدا.

**علاج فساد رائحة الجلد**

كذلك يطلى على البدن ما يسد المنافس ويمنع العرق مثل الشب والمر والصبر ودهن الآس ودهن الورد.

خلطة لوقف العرق تحت الابط ...

المقادير :-

شب أو شب الفؤاد (150 جرام ) - تراب المـسك (15 جرام ) - مصطـكى ( 10 جرام ) - صمغ عربي ( 1 جرام ) - بودرة أطفال خالي من العطر ( 150 جرام ) . حسب الرغبة اضافة ( بودرة الياسمين أو الفل 15 جرام ) أو أي نوع من الروائح الطيـبة .

طريقة الاستعمال :-

تطحن الأعشاب جيدا حتى تصبح كالبودرة ثم تخلط وتستعمل بقطعة من الأسفنج تحت الابط .

لازالة البقع السوداء:

يستخدم زيت الخروع لتدليك البقع السوداء في الجسم ، سواء كانت من نوع الشهوة أو الثؤلول الجاف أو تلك الموجودة على أيدي المسنين . وينصح بتدليك البقعة ثلاث مرات يومياً على مدى 15 يوماً.

وصفة أخرى

يدهن مكان الاسوداد بزيت الخروع المخلوط مع العسل لمدة ربع ساعة ثم يزال بماء دافئ.

كيف أقوم بإزالة ( السواد ) الموجود في الاكواع والركب ؟.

إليكم خلطة سحرية ومفيدة ولكن يبيلها وقت حتى تثمر وهي:

الجلسرين (الاصلي) + الليمون أو حمض الفواكه 30% " يوجد في الصيدلية "

طريقته : تفرك المنطقة بنص ليمونه معصورة ثم تدهن المنطقة بالجلسرين مره واحده يوميا و لن تبدأ النتائج بالظهور الا بعد شهر.

يوضع قبل النوم ويتم غسل المواضع في النهار مع استعمال كريم مقشر .

كيف أقوم بإزالة ( السواد ) الموجود في تحت العينين ؟.

إن من أفضل الأعشاب لإزالة السواد تحت العين هو أن تضع قطع من الخيار الطازج على هذه الهالات يومياً لمدة نصف ساعة " مجرب " ، وكذلك زيت الصنوبر له نتائج سريعة وجيدة، كما ننصح بالراحة لأن هذا السواد سببه الرئيسي هو الأرق والتعب.

ولعلاج الهالات السوداء أيضا استخدام الكركم بعد سحقه سحقاً ناعماً وخلطه مع الفازلين والدهان مرتين يومياً مرة في الصباح ومرة في المساء.

ماهي الاعشاب الطبية والزيوت النباتية المستخدمة في العناية بالقدمين؟

يوجد عدد من الاعشاب والزيوت النباتية تستخدم في عناية القدمين وهي:

-قشور نبات البلوط OAK BARK :

وقشور لحاء البلوط يستحصل عليه من شجرة البلوط الكبيرة التي يصل ارتفاعها الى 45متراً، ذات أوراق عميقة التفصيص وثمر بني يشبه ثمر البلح. ينمو البلوط في نصف الكرة الشمالي والغابات، ويزرع ايضاً لخشبه يعرف علمياً باسم Quercus roban والجزء المستعمل من النبات القشور والعفصات التي تسببها بعض الحشرات تحتوي قشور اللحاء على مابين 15-20% حمض العفص وكذلك أحماض فينوليه كربوكسيليه.

يستخدم مغلي القشور لعلاج حالات تثليج اصابع القدمين (برودتها الزائدة)، حيث يؤخذ ملء ملعقة كبيرة من مسحوق القشور ويوضع في قدر ويضاف له لتران من الماء ويوضع على النار حتى يغلي ويترك يغلي لمدة 5دقائق ثم يوضع في وعاء كبير يتسع للقدمين ويضاف له ماء بارد حتى يكون المزيج دافئا تتحمله الاقدام، ثم تغمس القدمان فيه مع التدليك المستمر ولمدة نصف ساعة ويشمل التدليك الساق والقدم والاصابع بصفة خاصة، يجب تجفيف القدمين والساقين بعد ذلك مع ضرورة لبس جوارب صوف واسع نسبياً تكرر هذه العملية يومياً حتى تعود الاصابع الباردة الى طبيعتها الاولى

- البابونح chamomile

لقد تحدثنا في أعداد سابقة عن أزهار البابونح ولاستخداماتها الواسعة ونتحدث عنه اليوم لعلاج قرحة اظافر القدمين، حيث يستخدم مغلي ازهار البابونح على هيئة شراب وذلك بأخذ ملعقة كبيرة من ازهار البابونح وتوضع في كوب ويضاف لها الماء المغلي حتى يمتلئ الكوب ثم يغطى لمدة 5دقائق ثم يشرب بمعدل كوب مرة بعد الفطور واخرى بعد العشاء ويجب عدم زيادة الجرعة عن هذا المعدل. كما يمكن استعمال مغلي ازهار البابونح كحمامات للقدمين حيث يؤخذ ما مقداره قبضة اليد من ازهار البابونح وتوضع في قدر ويضاف لها حوالي لترين من الماء ويسخن حتى الغليان ويترك يغلي لمدة 10دقائق ثم يصب هذا المغلي في وعاء يتسع للقدمين ويصب عليه ماء حتى تكون درجة حرارته حوالي 40(يكون دافئاً) ثم تغمس الاقدام فيه مع تدليك الاماكن المتعبة وتدليك قرحة الاظافر وما بين الاظافر ويكرر هذا الحمام مرة واحدة ليلياً حتى يتم الشفاء بإذن الله.

-صمغ الجبر Euryops

مضمغ الجبر يستحصل عليه من سيقان نبات يعرف بالجبر وهو ينمو في المناطق الباردة من المملكة وهو شجيرة صغيرة معمرة ذات أوراق شريطية وأزهار صغيرة كثة تتكون فيها نهاية الاغصان والجبر يحتوي على زيت طيار وقلويدات وفلافونيدات وكومارينات ومواد عفصية يستخدم صمغ الجبر في علاج التشققات التي تحدث في عقب القدمين عند كثير من الناس وبعض هذه التشققات مؤلمة وتدمي أحيانا. وؤخذ الصمغ من سيقان النبات ثم يدفأ على نار حتى يلين ثم تحشى به التشققات وتدهن به وهو علاج ناجح ومجرب.

-الحلبة Fenugreek

لقد تحدثنا في أعداد سابقة عن الحلبة لكن الحديث عنها اليوم عن تأثيرها على التشققات الجلدية في القدمين حيث تسحق ويستعمل منها ملء ملعقة متوسطة وتضاف الى بعض كوب من الماء وتحرك جيداً ثم يشرب او يمكن سفها وبمعدل ثلاث مرات في اليوم وتعتبر من الوصفات الجيدة لعلاج تشقق كعب القدمين.

-المرميه Sage

تستخدم المرمية ضد تعرق القدمين وهي تحد ايضاً من عرق الجسم يؤخذ ملء ملعقة صغيرة من مسحوق المرمية وتوضع في كوب ثم يملأ بماء مغلي ويغطى ويترك لمدة 5دقائق ثم يشرب بعد ذلك مرة بعد الفطور واخرى بعد العشاء يومياً حتى يزول عرق القدمين بالاضافة يمكن وضع قليل من مسحوق الشبه في الجوارب عند لبسها. نقلا عن جريدة الرياض الاثنين 21 محرم 1424العدد 12694 السنة 38

- الخردل : الخشونة الموجودة في اليدين والقدمين، فإنه يصلح لها نفس العلاج السابق مع استخدام بعض الموسعات وهي عبارة عن الخردل المطحون؛ حيث يوضع منه ملعقة كبيرة + 3 لترات ماء دافئ، وتوضع بها القدمان لمدة نصف ساعة يوميًا؛ لأن الخردل يؤدي إلى جريان الدم في جميع أجزاء الجسم. هذا علاوة على استخدام ملعقة زيت زيتون يوميًا لمحاربة تصلب الشرايين ، أما عن الأعصاب أيضا يمكن استخدام الخردل كمنقوع للقدمين .

تصفية البشرة

الأخت منى تقول ان بشرتها توجد فيها بعض النقط وتسأل فيما إذا كان هناك وصفة عشبية آمنة لتصفية البشرة وتحسين لونها؟..
- الأخت منى نعم هناك وصفة آمنة لتصفية البشرة وخالية من أي مواد كيميائية وهي تحضير عجينة طازجة تحضر عند الاستعمال فقط وتتكون من مزيج متساوٍ من الكركم وحبة البركة والكثيراء والزعتر والمصطكى والليمون وزيت الخروع ودقيق ذرة وعسل وتستعمل هذه العجينة مباشرة دون تأخير كقناع على الوجه وتمكث على الوجه عشرين دقيقة ثم تغسل بالماء الدافئ ويجفف الوجه ثم يرش بماء الورد وذلك بمعدل مرة واحدة في اليوم.

**امراض الفطـــــر**

امراض الفطر هي امراض تسببها عادة كائنات دقيقة جداً تسمى بالفطر ومن شأنها غزو الرئتين والجلد وربما اجزاء اخرى من الجسم. والفطر يتواجد في الهواء والماء والتربة ولكن انواعاً منها وليست كلها هي التي تسبب المرض ، بالرغم ان اغلب الناس لا يتأثرون بها ولو تأثروا بها فإن هذا التأثير يكون مؤقتاً حيث أن جسم الإنسان في مقدرته مقاومتها.

لقد بدات امراض الفطر تزداد انتشاراً وصعوبة الإصابة بأمراض الفطر هو أنها تنمو وتتكاثر ببطء وتشخيصها ليس بالعمل السهل، وان اغلبها لا يستجيب للعلاج، إلا إن الموت يكون نادراً.

وكثير من الناس يعتقدون ان امراض الفطر او العدوى الفطرية تقتصر على العدوى الموضعية كما هو في مرض القوبا الجلدي او اصابات اقدام رياضيي الركض (Athletes foot) على ان هناك انواعا من الفطر تغزو جسم الانسان ولا تكون لها أثار ظاهرية مشهورة وهذا النوع من الفطر يدخل الى الجسم عن طريق الاستنشاق حيث تدخل أعداد كثيرة من ابواغ الفطر والتي تقابل البذور النباتية وهي صغيرة جداً لا ترى بالعين المجردة ويحملها الهواء من مكان الى آخر وقد تحملها الرياح مئات الكيلومترات، واذا استنشق الانسان كمية كافية من هذه الابواغ (spons) ولم تستطع المسالك التنفسية من طردها قبل ان تستقر في الممرات الشعبية بالجهاز التنفسي والذي ينجم عن ذلك اصابة الرئتين بامراض الفطر الحاد وفي كثير من الحالات تسبب هذه الانواع الفطرية خراجات وفي حالات نادرة وعند تقدم المرض فقد يسبب الفطر خراريج في العظام وبعض اعضاء الجهاز الهضمي مثل الكبد او الزائدة الدودية وقد تسبب العدوى بالفطر في الرئتين خطورة كبيرة حيث ان الرئتين قد تتلف كلما استمر الفطر في التكاثر داخلها ومن علامات عدوى الفطر الرئوي السعال المزمن او قصر النفس المستمر او ما الى ذلك من علامات الانذار بالعدوى الفطرية وينبغي استشارة الطبيب عندما تحدث مثل هذه التأثيرات ، وتتلخص امراض العدوى الفطرية التي يتعرض لها اعضاء البطن والجلد فيما يلي:

الهستو بلازمية Histoplasmosis

وهي عدوى فطرية تصيب الانسجة الدقيقة في الرئتين وهذا المرض الفطري يشبه الى حد ما في نشأته واعراضه ونتائجه التدرن الرئوي وكثيراً مايلتبس به الاطباء وعلى غرار التدرن وغيره من الامراض الجرثومية المعدية والتي تنتقل من شخص الى اخر فإن الفطر الذي يسبب المرض الرئوي لاينتقل من شخص الى اخر وعادة فإن ابواغ او بذور الفطر تستنشق عادة ضمن تراب ملوث بالفطر واكثر الاماكن التي تتواجد بها هذه الابواغ او البذور في الكهوف والبيوت الزجاجية حيث يختلط بزبل الخفافيش والكهوف والطيور، مكونة خليط الرجيين (السماد العضوي).
والهستوبلازمية تعد الى حد كبير مرضاً فردياً او ريفياً في الولايات المتحدة الامريكية وهذا لايعني عدم حدوث المرض في المناطق الحضرية وقد تتبع بعض العلماء مصادر هذا الفطر فوجدوا ان منابعه كانت ابراج الحمام وحدائق المدن.

واعراض الهستوبلازمية النشيطة تشبه ليس فقط تلك التي تحدث في التدرن الرئوي بل كذلك الانفلونزا وغيرها من الامراض التنفسية الاخرى وهذه الاعراض قد تشمل الحمى والتعب والسعال والام الصدر وبصق الدم وفقدان الوزن. ويمكن تشخيص المرض بواسطة اختبارات الجلد والدم اما فحص الصدر بواسطة الاشعة السينية فهو الى حد ما غير حاسم نظراً الى مشابهته للتدرن ويصرف الاطباء عادة لمثل هذا المرض عقاراً يعرف باسم (امفوتريسين ب) اما في الحالات الشديدة المتناهية فقد تكون الجراحة هي الحل الامثل حيث تزال الاجزاء المصابة من الرئة.

-حمى الصحراء (Coccidyoumicosis)

وهو مرض غير خطير يشبه الفلونزا ونادراً مايكون مميتاً ويعطى مناعة دائمة لمن اصيب به ذات مرة وهو يعرف باسم الفطور الكرواتية او الكوكسيدية وتحدث الاصابة بهذا المرض عن طريق استنشاق اتربة الصحراء الدوارة حيث تتسرب الى الجسم غالباً عن طريق الرئتين اوفي حالات نادرة عن طريق حدوث جروح في الجلد وقد تنتقل الاصابة بحمى الصحراء من الرئتين الى اجزاء اخرى من الجسم وقد تكون حينئذ بالغة الخطورة وهي في شكلها الرئوي الاكثر شيوعاً قلما تطول اكثر من اسبوعين اوثلاثة اسابيع وتكون اعراضها حمى معتدلة نسبياً مصحوبة بسعال وآلام مختلفة وفي بعض الاحيان يصاحبها طفح جلدي يشبه الى حد ما طفح مرض الحصبة. واذا ماسرى المرض الى اعضاء اخرى من الجسم فإنه من المتوقع حدوث حمى شديدة الارتفاع مصحوبة بدرجة متناهية من الضعف العام وتحدث الوفاة في الحالات الشديدة فقط. ويصاب عادة بهذا المرض العمال الذين يشتغلون في العراء. ويشخص مرض حمى الصحراء بواسطة فحص الدم والجلد والاشعة السينية وقد اثبت عقار (الانفوتريسين ب) فعاليته في علاج الحالات الشديدة.

**الفطريات الباطنة الاخرى**

ان المرض المعروف باسم بلاستو ميكوزيس يعد بصفة ابتدائية مرضا رئويا وهو يشبه الى حد ما مرض الهستوبلازموسيس وهو على نوعين احدهما ينسب الى امريكا الشمالية والاخر الى امريكا الجنوبية والشكل المنسوب الى امريكا الشمالية هو في العادة الاقل خطورة من الاخر، ولو ان كليهما قد يكونان خطيرين في بعض الاحيان، وعقار الانفوتريسين ب يعتبر ناجعاً في هذا المرض ولكن قد يكون من اللازم الالتجاء الى الجراحة اذا راى الطبيب ضرورة اجرائها.

اما المرض المسمى (كريبتوكوكسوزيس) والذي يطلق عليه ايضاً اسم (توريولوزيس) فإنه يؤثر غالباً في الجلد والعظام والاعضاء الباطنية وقد يغزو الدماغ ويسبب الالتهاب السحائي والفطر الذي يسبب هذا المرض الذي وان كان نادراً فإنه خطير يوجد غالباً في زبل الحمام. وليس لهذا المرض علاج، ولو ان عقار (الامفوتريسين ب) قد كان ناجعاً في الحالات التي ادركت في مراحلها الاولى فقط ومرض (الكروموبلاستوميكوزيس) يحدث بصفة رئيسة في المناطق الحارة وهو عادة يصيب الساقين وبالاخص في العمال الذين يمشون حفاة، ويبدو ان ابواغ او بذور الفطر المسببة لهذا المرض تتسرب الى الجسم من خلال مايكون في الجلد من قطوع او تمزقات تحدثها الاشواك او المسامير وعلاج هذا المرض هو عقار (الامفوتريسين ب) وهناك مرض فطري اخر يصيب اسفل الساقين ويسمى (قدم مادورا) او (ميسيتوما) وهو يتصف بظهور تورم مؤلم غالباً في القدم، وهو من امراض المناطق الحارة وهو مرض مزمن خطير قد يستغرق تكونه مدة قد تطول الى عشر سنوات وعلاجه عسير وقد يستلزم فيه البتر احياناً.

- عداوى الفطر الموضعية:

واهم هذه العداوى مرض القوباء والمعروف بالامبيتجو او الحزازة وكلها مترادفة لاسم واحد ومرض واحد جلدي فطري والقوبا تتسبب من مجموعة من انواع الفطر تتغذى على مخلفات الجلد من بقايا ميتة وعرق كما في الابطين وبين اصابع القدم وباطن القدم واظافر القدمين، وهناك انواع من القوباء تصيب فروة الراس واجزاء الجلد الظاهرة وبخاصة الذراعين والساقين.

واسباب القوباء العدوى الناشئة من الحيوانات المستأنسة ومن الانسان المريض بهذا المرض وتظهر على هيئة لطخ حمراء بها نقط تنتشر في شكل دوائر تحيط بمناطق سليمة من الجلد ومن اعراضها الهرش او الحك الشديد. والقوباء معدية وتنتشر من المرضى والحيوانات كما ذكرنا وادوات المرضى كالامشاط والفوط وتنتشر بالخدش الناتج عن الهرش من مكان الى مكان اخر في الجسم.

علاج القوباء:

تعالج القوبا بالتفاح المخلوط بزيت بذر الكتان والمعروف بالزيت الحار.

والطريقة ان تشوي تفاحة بكامل محتوياتها من بذور وقشور ثم تهرس جيداً ثم يضاف اليها زيت بذر الكتان وتمزج جيداً بالزيت حتى يكون كالمرهم ثم يدهن المكان المصاب ثم يغطى بغطاء ويترك طوال الليل وبصورة يومية ولمدة شهرين متصلين على الاقل مع تجفيف المكان المصاب بعد الاستحمام جيداً.

-جذور نبات الثيل: تؤخذ جذور نبات الثيل وتقطع جيداً وتنظف ثم تهرس ثم تغطى بكمية من الماء وتغلى غلياً مستمراً ولمدة حوالي نصف ساعة ثم تترك حتى تبرد وتصفى ويستخدم الماء المصفى كدهان على الاماكن المصابة بمعدل ثلاث مرات في اليوم وتستمر المعالجة لمدة شهرين على الاقل.

-الجزر: يؤخذ الجزر وينظف جيداً ثم يقطع دون ان يقشر ويفرم جيداً بالفرامة ثم يؤخذ جزء منه ويضاف له قليل من زيت الخروح ثم يوضع فوق المكان المصاب ليلاً قبل النوم ويغطى بقطعة من القماش ويثبت بشريط من البلاستر وينزع في الصباح وتكرر العملية لمدة شهرين على الاقل.

حيث تعتبر الثعلبة أحد الأمراض الفطرية حيث تنشأ نتيجة للإصابة بعدوى بنوع من الفطر تنقل عدواه من إنسان إلى آخر مباشرة أو بملامسة القطط والكلاب المصابة أو الأشياء الملوثة بالفطر كمسند الكرسي أو مسند الجلوس أو استخدام قبعات وأمشاط الغير وغير ذلك من الأدوات التي تلامس جلد فروة الرأس وشعرها.

ويظهر المرض بشكل ثغرات (مناطق خالية من الشعر في فروة الرأس) أو بقع مستديرة أيضاً في فروة الرأس تفرز قشوراً صغيرة، وتظهر لأول وهلة بأنها خالية من الشعر، ولكن عند التمحيص في النظر إليها يشاهد الشعر فيها مكسوراً عند مستوى الجلد. وفي بعض الأحيان يحمر الجلد المصاب أو يفرز بعض الإفرازات السائلة وتتضخم العقد اللمفاوية القريبة من موضع الإصابة وتنحصر الإصابة أحياناً في موضع واحد من الرأس وأحياناً أخرى تتعدد أماكنها وتظهر أكثر ما تظهر في مؤخرة الرأس، ويطول المرض ويستعصي علاجه ولو أنه يشفى سريعاً في بعض الأحيان ويصاب بهذا المرض عادة الصبيان لأنهم بطبيعة الحال أكثر حركة وأكثر شقاوة وبالتالي أكثر عرضة من البنات للتلوث بالعدوى.

وهناك مرض فطري سطحي آخر يسمى (السماط) وهو يغزو الأغشية المخاطية أكثر مما يغزو الجلد والمواضع التي يغزوها هي تجاويف الشرج والمهبل والفم وتختلف الأعراض تبعاً لموضع الإصابة ولكنه في الغالب يسبب الهرش وظهور إفراز ويعرف هذا المرض وخاصة الذي يصيب الفم باسم آخر يسمى مرض (المونيلا).

وهناك مرض فطري يسمى بالفطار (الشعاعي) أو (الأكتينوميكوزبي) وهو أيضاً عدوى فطرية سطحية قد تغزو الجلد أو اللوزتين أو نسيجاً غشائياً آخر وقد تغزو كذلك عظم الفك فتسبب الحالة التي تعرف باسم الفك الكتلي أو بعض الأعضاء الباطنة وهو يتسم بظهور تورم وإفراز صديدي، في هذه العدوى تعقب غالباً حدوث إصابة أو إهمال العناية بالأسنان، وهذا النوع يحتاج إلى العلاج بالمضادات الحيوية.

علاج عدوى الفطر في أقدام الرياضيين بالأعشاب:

- خليط من مقادير متساوية من مرهم الكبريت تركيز 10% + مرهم السالسليك + زيت خروع بحيث تمزج مزجاً جيداً ثم توضع في برطمان وتغطى بغطاء محكم ويدهن مكان الإصابة في قدم الرياضي دهاناً حثيثاً حتى يتشبع مكان الإصابة بالمزيج ثم يلبس جورباً. والوقت المناسب لهذا العلاج عند الذهاب إلى النوم. وفي الصباح تغسل القدم غسلاً جيداً بالماء الدافىء والصابون ويكرر هذا الاستعمال يومياً حتى الشفاء.

**علاج السماط:**

- المس الأزرق أومس الجنجانا وهو علاج جاهز يباع في الصيدليات وهو ذو تركيز معين ويباع في زجاجات صغيرة وطريقة الاستعمال هي استعمال فرشة صغيرة تغمس في المس الأزرق الموجود على هيئة سائل وتدهن بالفرشة الأماكن المصابة ويمكن استخدام مرود مغطى رأسه بقطعة من القطن وتغمس في السائل وتدهن به الأماكن المصابة. ويستمر العلاج ليلاً حتى الشفاء.

علاج الفطار الشعاعي:

يستخدم الحنا حيث يسحق سحقاً ناعماً ويوضع في وعاء ويضاف إليه الماء الدافىء حتى تتكون عجينة رخوة ثم يضاف علها نصف ملعقة صغيرة من الخل وتستخدم جميع الكمية وذلك بوضعها على مكان الفطر الشعاعي مع التدليك البسيط حتي يتغلغل الحنا وتستعمل هذه الطريقة عند النوم ليلاً وتغطى بقطعة قماش ويلف عليها بالبلاستر حتى الصباح وبعد ذلك يغسل الحنا جيداً ويجفف مكان الفطر جيداً.

علاج الفك الكتلي

- البابونج: تستعمل أزهار البابونج بعد أن تؤخذ كمية منها وتغلى مع الماء ثم تبرد وتستعمل كغرغرة ومضمضمة يومياً بمعدل 5إلى 7مرات وتكون مدة الغرغرة في كل مرة ما بين 2- 5دقائق. وهذا العلاج يستغرق وقتاً طويلاً إلا أنه من العلاجات التي تعطي نتائج جيدة. كما يمكن تناول كوبين يومياً من مغلي أزهار البابونج وذلك مرة بعد الإفطار وأخرى عند النوم.

**علاج الثعلبة:**
- الثوم: يعتبر الثوم من أنجع الأدوية لعلاج الثعلبة حيث تقشر أفصاص الثوم ثم يفرم وتفرك مكان الثعلبة بالمفروم مرتين يومياً مرة في الصباح وأخرى في المساء ولكن يجب الحذر من ترك مفروم الثوم على المكان بل يزال مباشرة بعد الدهن ويبقى على مكان الثعلبة ماء الثوم فقط نظراً لأن الثوم قوي جداً. وتعتبر هذه الطريقة من أنجح الطرق لعلاج الثعلبة.

- الفجل: يستعمل الفجل الأحمر والأبيض لعلاج الثعلبة وذلك بفرم الفجل جذوره وأوراقه ثم تدهن الثعلبة بماء مفروم الفجل وتستمر في الدهان مرتين في اليوم إلى أن تزول الثعلبة.

أعشاب تستعمل ضد أنواع الإصابات الفطرية:

- العرقسوس: لقد وجد أن العرقسوس يحتوي على 125مركباً مضاداً للفطريات ويعتبر أكثر النباتات المسجلة غنى بهذه المركبات. ويقول الدكتور أدولي أنه لم يجد أنجع علاجاً للفطريات منه والطريقة أن يعمل خلاصة مركزه من عرقسوس وذلك بأخذ حوالي ملء 5ملاعق شاي من المسحوق ووضعها على ملء كوب ماء ثم أدهن المناطق المصابة بالسائل بواسطة قطعة قطن وذلك مرتين إلى ثلاثة مرات في اليوم.

- الأذخر: لقد أثبت العلماء أن نبات الأذخر المعروف باسم Lemongrass أعطى نتائج متميزة ضد الفطريات وذلك بأخذ مغلي مسحوق الأذخر بمعدل ما بين كوب واحد إلى أربعة أكواب في اليوم شرباً. ويمكن وضع باقي ثفل المسحوق مباشرة على المناطق المصابة.

- الكركم: لقد أثبتت بعض الدراسات العلمية الباكستانية أن زيت الكركم وحتى بتركيزات خفيفة يهبط كثيراً من أنواع الفطريات. ويقولون إنهم قد استخدموا زيت الكركم الذي يُباع في كثير من محلات العطارة وذلك بأخذ جزء من زيت الكركم وإضافته إلى ضعفه من الماء ثم يدهن به الأماكن المصابة بواسطة قطعة قطن أو قطعة قماش نظيفة.

- خاتم الذهب: يحتوي نبات خاتم الذهب وخاصة جذوره، مركب البربرين وهذا المركب يعتبر من أشد المركبات فتكاً بالفطريات وبعض أنواع البكتيريا. ويمكن استعمال صبغة عرق خاتم الذهب والتي تباع في الصيدليات وذلك بوضعها على أماكن الإصابة أو استعمال مسحوق جذر خاتم الذهب وذلك بأخذ حوالي ما بين 5ملاعب إلى 7ملاعق متوسطة ووضعها في كوب ثم ملئه بالماء المغلي وتركه لمدة ما بين 15إلى 20دقيقة ثم تصفيته بعد التبريد ثم تدهن المناطق المصابة وذلك بواسطة قطعة قطن بمعدل مرة إلى ثلاث مرات في اليوم.

**حساسية: مرض الشرى (الارتيكاريا)**

الشرى نوع من حساسية الجلد يسميها بعض الناس بالآكلة والبعض يسميها ارتيكاريا وهي تتولد نتيجة تناول طعام معين مثل السمك والبيض والمحار والجوز. وتظهر أعراض الحساسية بشكشة في اللسان والحلقوم والشفتين ثم يحدث تورم بعد ذلك وينتشر بعد عدة دقائق وبسرعة في هذه الأعضاء ويحس المريض بسخونة وأكلان ثم يكتسي الجلد اللون الأحمر القاتم مسبباً الحكة الشديدة والاحتقان، كما يشعر المريض بضيق في التنفس. ومن الأعشاب الهامة في علاج الارتيكاريا ما يلي:

الشبث + العفص + خل

يؤخذ مقادير متساوية من الشبث والعفص والخل وتطبخ معاً حتى تمام الامتزاج ثم تدهن بها مكان الحساسية فإن المريض يشفى.

حصرم العنب

يؤخذ حصرم العنب ويعصر ويدهن به مكان الإصابة أولا بأول فيشفى المريض بإذن الله.

مسحوق بذر الفاصوليا + أزهار البابونج

تؤخذ بذور الفاصوليا وتسحق جيداً ثم تسحق أزهار البابونج ويؤخذ من الاثنين كميات متساوية وتدلّك الأماكن المصابة بهذا المسحوق فيعطي نتيجة ممتازة.

عرق الحلاوة

الجزء المستخدم من النبات جميع أجزائه حيث يؤخذ كمية قليلة منه سواء أكان طازجاً أم يابساً ثم يغمر في ماء مغلي وبعد ان تنقع جيداً في الماء المغلي تخرج العشبة من الماء وتفرم بالمفرمة أو تسحق ثم توضع ككمادات على الأماكن المصابة وتكرر الكمادات عدة مرات في اليوم حتى تزول حكة الحساسية.

المرمية + البردقوش

يؤخذ ملء ملعقة من مسحوق كل من المرمية والبردقوش وتغمران في كوب مملوء بالماء المغلي ثم يغطى ويترك جانباً لمدة عشر دقائق ثم يصفى ويشرب من هذا المصفى 3أكواب يومياً بمعدل كوب واحد قبل الوجبة الغذائية.

أوراق الريحان الطازجة + زيت خروع

يؤخذ كمية من أوراق الريحان الطازجة وتفرم جيداً مع ستة أمثالها من الماء ثم توضع على النار وتترك حتى يتبقى ربع حجمها الأصلي ثم تصفى ويضاف إليها نصف حجمها زيت خروع ويخلط الجميع جيداً ويدهن به مكان الارتيكاريا.

كبريت + نطرون + عسل نحل

تؤخذ كميات متساوية من الكبريت والنطرون وتخلط بضعف حجمها عسل نحل نقي ويطلى به مكان الإصابة.

لعلاج الحكة : دهن الجسم بمحلول كوب ماء مضاف إليه ملعقتين من الخل ومزجهما جيداً وتكرر العملية كلما شعرت بالحكة.

الأخ صالح العروان يقول إنه يعاني من وجود فطريات بين اصابع الارجل منذ زمن بعيد ويقول لقد عالج لدى كثير من الاطباء ولكن دون فائدة ويرغب الحل؟- الأخ صالح يمكنك استعمال عصارة اوراق الصبر بمعنى تأخذ الورقة المليئة بالعصير وتكسرها ثم تدهن الفطريات بين الاصابع بمائه مرة في الصباح وأخرى في المساء