

# سِرُّ عِلَاجِ السَّرَطَنِ

الطبعة الثانية (مزيدة ومنقحة )

ضبطه وخرَّج أحاديثه  
الشيخ / مجدي محمد الشهاوي

جمع وترتيب  
حسن فاروق وهبه

## إهداء

أهدي كتابي هذا إلى أحبائي المصابين بالسرطان،  
وأسأل الله الرحيم الشافي أن يجعله سبباً في شفائهم..  
ويشرفني أن أهديه إلى الأصحاء المثقفين ، والمعالجين الرحماء .

حسين قافي

## تقديم ( بين يدي الكتاب )

ما أجمل أن نستهل كلامنا بذكر الله ، ولا خير من أن نبدأ حديثنا بما بدأ الله به سبحانه كتابه الكريم حيث قال : ﴿ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ . الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ . الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ . مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ . إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ . اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴾ [سورة الفاتحة: 1-7] .

( آمين ) .. ثم نحمده تعالى حمد الشاكرين، ونصلي ونسلم على المبعوث رحمة للعالمين، سيدنا محمد صلى الله عليه وعلى آل بيته وصحابته ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين.  
ثم أما بعد :

في المستقبل القريب ، وعندما يصل العلم إلى منتهاه ، وبعد تجاربه الكثيرة المتواضعة ، واكتشافاته المحدودة البسيطة ، سوف يُقَرُّ العلم بحقيقة واحدة ، أن ما جاء في كتاب الله وسنة رسوله محمد ﷺ ، وما وهبنا الله من خير الطبيعة هي خلاصة الأشياء ، وما ذكر فيهما هو العلاج الأمثل لكل أمراضنا ، وكل ما فعله الإنسان وما كان منه إلا محاولة لإثبات الذات ، وكلما زادت اكتشافاته ؛ زاد يقينه بالله وإيمانه به سبحانه، لأنه بهذه الاكتشافات يهتدي إلى الحقيقة التي أخبر عنها النبي ﷺ منذ أكثر من أربعة عشر قرناً في كتاب الله « القرآن الكريم » ﴿ إِنَّهُ هُوَ الْوَاقِعُ ﴾ [لِلْعَالَمِينَ . وَلَتَعْلَمُنَّ نَبَأَهُ بَعْدَ حِينٍ] [ص : 87-88] .

وبمشيئة الله نقدم في هذه الدراسة المدعمة بالأدلة العلمية الحديثة وتجارب العلماء والتي تثبت أن هناك أكثر من علاج غير تقليدي يمكن الأخذ به في مجابهة هذا الداء العضال (السرطان) والوقاية والتشافي منه بإذن الله ، وأحياناً يُشار إلى أن هذه التجارب العلمية الحديثة وما توصل إليه العلماء بأنها قد تكون مما نبأنا الله تبارك وتعالى عن أخبارها في كتابه الكريم ( مُجْمَلَةٌ ) (1)، ودلنا عليها ودأوانا بها رسول الله المعصوم ﷺ وذكرها بشيء من الإيجاز الجامع في السنة النبوية المطهرة الصحيحة (2)، وقد وقّفتي الله تبارك وتعالى إلى أن يكون هذا الكتاب – بعد هذه المقدمة - في خمسة فصول :

### \* الفصل الأول: معلومات عن السرطان.

(1) قال الله تبارك وتعالى ﴿ سَتَرْنَاهُمْ آيَاتِنَا فِي الْآفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴾ [ فصلت : 53 ]

(2) قال ﷺ : « يا عباد الله تداووا، فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له دواء إلا واحداً وهو الهرم » ، حديث صحيح، أخرجه أحمد (278/4)، وأبو داود (3855)، والترمذي (2038)، والنسائي في الكبرى (7553)، وابن ماجه (3427)، وابن حبان (6061)، والبيهقي في سننه (19343)، وفي شعب الإيمان (1496-1497)، والحاكم (416)، (7430)، وابن أبي شيبة (421/5) رقم (23417)، وابن أبي عاصم في الأحاد والمثاني (1316 ، 2351)، والطبراني في الكبير (181/1)، والصغير (559)، والحميدي (862)، وأبو نعيم في معرفة الصحابة (729)، والطالبيسي (1232)، وصححه الألباني في : صحيح الجامع (2930، 3973، 7934)، ومشكاة المصابيح (4532)، وغاية المرام (292).

**\* الفصل الثاني:** فوائد الفيتامينات والأغذية المؤثرة على الخلايا السرطانية والأورام بإذن الله.

**\* الفصل الثالث:** يعرض إحدى عشرة طريقة مختلفة تفيد في علاج مرض السرطان بإذن الله .

**\* الفصل الرابع:** بعض الأعشاب التي ثبت أن لها مفعولاً مؤثراً على الخلايا السرطانية والأورام بإذن الله.

**\* الفصل الخامس :** فخاتمة تبين بشيء من الشرح أقوال العلماء وتجاربهم ، وأحدث ما توصلوا إليه من أبحاث في علاج السرطان حتى الآن ، مع بيان أن علاج السرطان بسيط للغاية بإذن الله تبارك وتعالى .

وَأَسْأَلُ اللَّهَ تَبَارَكَ وَتَعَالَى أَنْ يَنْفَعَ بِهِ الْمُسْلِمِينَ وَالنَّاسَ أَجْمَعِينَ، وَآخِرُ دَعْوَانَا  
أَنْ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ .

الكاتب

## الفصل الأول معلومات عن السرطان

### تمهيد

«إن بإمكان الحكومات والأطباء والمربين على كل المستويات ان يساهموا في زيادة الوعي بالسرطان وتحسين السلوك الصحي العام للناس للحيلولة دون الإصابة بسرطان حتى يمكن تجنبه قدر الأمكان<sup>(3)</sup>» (ياذن الله )

**اعرف عدوك وخططه لاحتلال جسدك :** والكثير من المصابين لا يعرفون عن السرطان إلا اسمه ، وبالتالي يمثل هذا عندهم شبحاً مخيفاً مميتاً فتاكاً ، ولو أنهم نزعوا العصابة عن أعينهم وعرفوا عنه كل شيء ، لأدركوا أنهم مخطئون في ما يظنون ، وفي هذا المعنى يقول الدكتور اندروفون ايسكنباك - رئيس المعهد القومي للسرطان : « الناس لا يموتون لأنهم مصابون بالسرطان ، وإنما يموتون عندما يعرفون أنهم مصابون بالسرطان ، ولو نكتشفه في توقيت مبكر لأمكننا أن نفعل شيئاً بشأنه »<sup>(4)</sup> .

ومن هذا المنطلق نقول : أولاً: يجب عليك قبل أن تواجه عدواً ، حصّن نفسك ، ودعّم جندك، وابحث عن نقاط ضعفه ، ثم ضع له خطة مناسبة تجعل من تغلبك عليه نصراً مؤزراً بإذن الله ، ويجب عليك أن لا تخشاه ، لأنه لو شعر أنك فريسة لليأس والخوف سوف ينقضّ عليك ، كذلك الحال مع السرطان ، قبل أن تتعرف على العلاج المؤثر عليه.. ، أولاً : تعرّف على ما هو؟ وكيف يتكون ؟ وأسباب نشاطه ؟ وعلامات ظهوره ؟ وأماكن انتقاله؟ وكيف يقضي الجسم عليه ؟ ، بعدها تصبح لديك فكرة عن كيفية التعامل معه والسيطرة عليه ، واختيار أنسب الطرق العلاجية لتدميره بإذن الله .

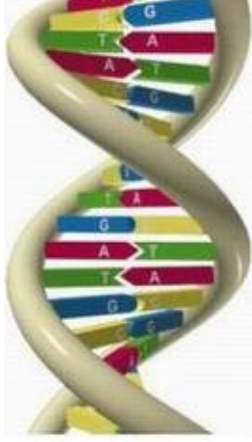
### ما هو السرطان ؟ :

ثبت بالدليل القاطع مما لا يدع مجالاً للشك أن السرطان هو عبارة عن خلايا طبيعية ولكنها تنشأ نتيجة الأكسدة والشقوق الحارة ، ويؤدي هذا بدوره إلى حدوث خلل في البروتينات والجينات ( البصمة الوراثية) وهي أجزاء دقيقة جداً مسؤولة عن الخواص المميزة لكل كائن حي ، والجينات هي المكان الذي يتم فيه تخزين جميع المعلومات عن كل عملية كيميائية حيوية تجري داخل الكائنات ، وتعرف الجينات بأنها مهمة من حيث موقعها في سلسلة الـ(دي.إن.أي)، سواء بالنسبة لموقعها في الكروموسومات، أو بالنسبة لمكانها في الخلية ، ووجود خلل في تكوين الكروموسومات التي تحتويها النواة بهذه الخلايا، وخلل أيضاً في عدد وتوزيع الجينات الوراثية الموجودة على هذه الكروموسومات، وأول خيط في هذا هو الجين المسمى (بي53) وهو الجين المسئول عن تنظيم انشطار الخلية السليمة، حيث إن

<sup>(3)</sup> هكذا قال الدكتور رنارد ستيوارت، المتخصص في شؤون السرطان من جامعة نيو ساوث ويلز في استراليا والذي شارك في كتابة تقرير منظمة الصحة العالمية عن السرطان .

<sup>(4)</sup> ياذن الله .

الخلية الطبيعية لها معدل معين من الانشطار أو التكاثر، وهذا الجين الـ (بي53) هو الذي يحد ويوقف حدوث أي نشاط زائد في هذا الانشطار، فقد ثبت أنه إذا حدث خلل لهذا الجين فإن الخلية التي تحتويه تستمر في عملية التكاثر والانشطار أكثر وبدون منظم يكبح هذا النمو فينتج عنه ظهور الورم الخبيث الذي قد يستمر في التكاثر حتى يجد طريقه من خلال الأوعية الدموية والغدد الليمفاوية فيحدث الانتشار لأجزاء وأعضاء أخرى بالجسم، وقد يحدث الاضطراب في الجينات على صورة اختفاء



شريط المورثات بداخل الخلية

جزء من أحد الكروموسومات التي تحتوي على الجينات المائعة أو المحيطة لتكاثر الورم عن طريق معادلة أو مقاومة المواد والصفات الوراثية المحفزة والدافعة لنمو الأورام، ولذلك عند اختفاء هذه الجينات تتطلق الخلايا السرطانية في التكاثر والنمو ويبدأ الورم في الظهور ، وإن المادة الوراثية الكلية للإنسان تحتوي على (30) ألف جين من حوالي (3,5) بليون زوج من القواعد النيتروجينية المكونة لسلسلة الـ (دي.إن.أيه) في الخلية البشرية (5)، ومعظم هذه السلسلة غير مترجمة وتقع ما بين الجينات نفسها كحشو، أي التي تترك مواقع فارغة ، وهذه المواقع الفارغة يمكن استخدامها بشكل ما جدي ، والأجزاء الكبرى والغير مبرمجة من سلسلة الـ (دي.إن.أيه) تبلغ حوالي 99% منها ما تظهر وكأنها لا تحقق

أية غاية وليس لها أي هدف سوى مضاعفة وتكاثر نفسها، وينتج عنها إذا تسرطنت حدوث طفرة في معدل نمو الخلايا بشكل غير طبيعي؛ ..... وبمعنى أبسط ، إن الخلايا تتكاثر بالانقسام ، ولابد من نسخ الحامض النووي (دي.إن.أيه) داخل نواة الخلية عند الانقسام ، وعملية الانقسام هذه تتم وفق نظام دقيق لا قصور فيه يصيب الإنسان بحالة من الإنهيار ، فجزئية (دي.إن.أيه) في أجسادنا تشبه سلماً حلزونياً يحتوي على ثلاثة مليارات حرف تعد مركزاً للمعلومات ، ويأتي الإنزيم اللولبي (هليكاز) إلى موقع الانقسام عند بداية عملية الانقسام فينقسم السلم الحلزوني (دي.إن.أيه) إلى شريطين بعد حل اللولب المزدوج ، ويتم انفصال الشريطين عن بعضهما بكسر الروابط الهيدروجينية الموجودة بين القواعد المزدوجة في الشريطين ، وفي النهاية يفترق وجهاً (دي.إن.أيه) عن بعضها البعض بشكل " هيلكس " الذي دخل في بعضهم البعض ، ويقوم (دي.إن.أيه) بوظيفة في الوقت المناسب و دون تأخير و بغير تخاذل أو إهمال ، وبدون أدنى خطأ يذكر ، كما لا يصاب (دي.إن.أيه) بأي ضرر ولو بسيط في حالة صحة الخلايا ، أما الآن فلقد جاء دور أنزيم (تيلوميراسي) ، فوظيفته تكملة وجهي الـ (دي.إن.أيه) اللذين انقسم إلى شريطين

(5) قال الدكتور كريج فينتر الذي يرأس فريق من العلماء بمختبر سيليرا جينوميكس للمورثات ، إن معظم العلماء في هذا المجال كانوا يظنون أن لدى الإنسان ما بين 50 ألف و 100 ألف مورث، ولكننا ذهبنا عندما عرفنا أن ما لدينا من مورثات هو ما بين 26 ألفاً و 30 ألفاً مورث .

بشريط آخر لجعلها وحدة متكاملة ، الأنزيم المكون من ذرات والذي يتوقع أن يكون له عقل وعلم ووعي يستطيع أن يثبت المعلومات، اللازمة التي تأتي بها من أماكنها في الخلية وصفها في موقعها الصحيحة لتكملة النصف الثاني، ويكون (دي.إن.أيه) خلال هذه العملية دقيقاً كل الدقة حيث لا يوجد أدنى خطأ خلال العملية و بدقة متناهية جداً يثبت ثلاثة مليارات حرف الواحد وراء الآخر ، وفي نفس اللحظة يقوم أنزيم (تيلوميراسي) آخر نفس العملية لتكملة النصف الآخر (دي.إن.أيه) ، بينما يحدث كل هذا تمسك أنزيمات الربط (دي.إن.أيه) من أطرافها لكي لا يحدث اختلاط بين جزأين منفصلين في شريطي (دي.إن.أيه) كما نرى فإن كل أنزيم يعمل من خلال تنظيم عسكري صارم جداً خلال عملية استنساخ (دي.إن.أيه) الذي يحتاج إلى العقل والعلم للقيام بهذه العملية الدقيقة، ( فهل لك أن تتصور القيام بنسخ كتاب يحتوي على ثلاثة مليارات حرف عن طريق الآلة الكاتبة بها خلل من غير أن يحدث خطأ في حرف من الحروف ؟! طبعاً هذا مستحيل ... فبدون أدنا شك لا بد وأن يحدث خطأ في عملية النسخ ، فكذلك الحال إذا حدث تغير في مواصفات الخلية الطبيعية ، وهذا ما يسمى بالخلايا المتسرطنة ) (6) .

(6) كان من المعتقد إلى وقت قريب جداً أن الخلايا السرطانية فصيلة من فصائل الفيروسات ، والحقيقة أن هذا خطأ أمكن تداركه والله الحمد ( وذلك الآن الخلايا السرطانية لها نواة ، أما الفيروسات فليست لها نواة ) ولكن هناك علاقة وطيدة بين الإصابة بالسرطان بعد الإصابة ببعض أنواع الفيروسات وذلك على المدى البعيد ، وهذا ما أكدته الدراسات العلمية الحديثة وتجارب العلماء أن واحد من بين كل 7 أورام سرطانية تسببه الفيروسات الشائعة أي أن الفيروسات مسئولة عن نشوء 15% من الأورام السرطانية التي تصيب الإنسان ، وأصبح من معلوم علم اليقين أن الفيروسات المسببة للأمراض السرطانية تتغلغل إلى داخل خلايا الجسم و تضع آليات الوظائف الخلوية في خدمة تكاثرها ونموها ، ويتمكن بعضها من بناء نفسه بشكل دائم داخل الخريطة الجينية للإنسان ويسبب اختلال عملية الاستقلاب داخل الخلايا ، وتؤدي هذه العملية إلى تنشيط جينات معينة كانت خاملة وبشكل يؤدي إلى نشوء الورم السرطاني ، ووجه الشبه بين الفيروسات والخلايا السرطانية ، أنهما يحاطا بهما من الخارج غلاف يصعب على الجهاز المناعي التعرف عليها كأجسام غريبة يجب القضاء عليها ، ويعتقد العلماء في الولايات أنهم قد توصلوا إلى سبيل جديد لمكافحة الفيروس المسبب للمشكلات التناسلية وسرطان عنق الرحم ، واكتشف الباحثون في جامعة هارفارد الطبية كيفية دخول فيروس الورم الحليمي أو "إتش بي في" إلى الجسم ، وقد أوضحت التجارب التي أجراها الباحثون على الفئران أن بروتينا في الفيروس يتفاعل مع بروتين آخر في خلايا الجسم ، وقال الباحثون الذين نشرت دراستهم في دورية "جورنال سيل" إن الاكتشاف قد يؤدي إلى وسائل علاجية جديدة ، ويأتي فيروس الورم الحليمي الذي يصيب البشر ضمن مجموعة تضم أكثر من 80 نوعا مختلفا من الفيروسات ، ويسبب هذا الفيروس، التي قد ينتقل عن طريق الممارسة الجنسية ، عدة مشكلات من ضمنها مشكلات تناسلية كما أن له علاقة بمرض السرطان ، يذكر أن نحو 15 بالمئة من السيدات اللاتي تتراوح أعمارهم ما بين 20 إلى 30 عاما و 6 بالمئة من النساء اللاتي تتجاوز أعمارهن 40 عاما يحملن الفيروس ، وكان العلماء قد اكتشفوا قبل سبعة أعوام أن الفيروس يدخل إلى الجسم عن طريق إدخال الفيروس لحامضه النووي في خلايا الجسم، وذلك عن طريق بروتين في الفيروس يدعى "إي2" ، ولم يتمكن العلماء آنذاك من التوصل إلى آلية حدوث ذلك، غير أن العلماء بجامعة هارفارد قالوا إنهم اكتشفوا الآن أن بروتين "إي2" يتفاعل مع بروتين آخر في خلايا الجسم يدعى "بي آر دي 4" ، ويعمل العلماء الآن مع غيرهم من الباحثين في الجامعة على التوصل إلى عنصر كيميائي أو بروتيني لإعاقة عمل بروتين "بي آر دي4" ، وقال البروفيسور بيتر هولي أحد المسؤولين عن الدراسة: "اكتشفنا هدفا جديدا يمكن أن يؤدي إلى علاج جديد مضاد للفيروس. فإذا توصلنا إلى جزيء صغير أو عنصر



ومن النظريات الحديثة أيضاً حول تحول الخلايا الطبيعية إلى خلايا السرطان ، قال البروفسور الألماني وراتباي : « إنه عندما تكون الخلايا الصحيحة في وضع يستحيل معه أن تتنفس بشكل طبيعي (التنفس الخلوي) فإنها تدخل إلى حالة من التخمر ، ومن ثم تصبح خلايا سرطانية بالفعل ، وعندما تصبح كتلة خلايا في مختلف الأنسجة سمية أو خالية من التغذية العضوية لا تستطيع التنفس على الوجه الصحيح ، حتى أنها تفقد القدرة على القضاء على الفضلات وامتصاص العناصر الغذائية ، وهكذا فهي بالفعل تتخمر في فضلاتها الخاصة بها وتتحول إلى أورام سرطانية » .

### كيف يتكون السرطان ؟

هو محاولة يقوم بها الجسم للسيطرة على الخلايا المتسرطنة (المعطوبة) وتجميعها في مكان واحد على هيئة ورم ، وبالأمس القريب كان معروفاً من الأورام (151) نوعاً فقط ، أما الآن ومع ثورة الأكتشافات والتطور العلمي المذهل ، فقد أفادت الإحصائيات على أنه تم حصر أكثر من (200) نوع من الأورام (قابلية للزيادة) ، وهي إما :

- 1- أورام حميدة .
- 2- أورام خبيثة .

### الأورام الحميدة :

تتألف من خلايا تظل معزولة عن مجموعات الخلايا المحيطة بها وتنمو ضمن كبسولة محيطة بها ، وتدل كلمة حميد<sup>(7)</sup> أو معتدل على كون هذا النوع من التورم غير مؤذي ، ولكنه مادام يحتل فسحة من الجسم، فإنه قد يسبب متاعب جانبية عن طريق الضغط على مجموعات الأنسجة المحيطة به ، أو ربما يقوم بإفراز مواد فعالة مثل الهرمونات ، والتورم الدهني الذي يظهر تحت الجلد مباشرةً على شكل فقاعة صغيرة هو من هذا النوع ، الثؤلول أيضاً يُعتبر ورم حميد.

### الأورام الخبيثة :

تتألف من خلايا تنمو بكثرة وبتوسع وتغزو مجموعات الأنسجة المحيطة بها أو تنتشر عن طريق الدم (لا تبقى محصورة) وهذا النوع من الأورام يسمى السرطان ، إذ ينمو هذا الورم السرطاني فإنه ينشر تأثيره المدمر باتجاهات متعددة مترامية ، وعندما يغزو مجموعات الخلايا والأنسجة الأخرى فإنه غالباً ما يقضي

كيماوي بإمكانه إيقاف التفاعل بين بروتين "إي2" وبروتين "بي آر دي 4" فإن ذلك قد يؤدي إلى علاج جديد. " ، ويحاول العلماء في أنحاء العالم تطوير لقاحات جديدة للحماية من فيروس "إتش بي في" ، وعلى الرغم من وجود بعض النتائج الواعدة إلا أن التجارب لا تزال في مراحلها الأولى ، يذكر أنه لم يتم التوصل حتى الآن إلى علاج لفيروس "إتش بي في" ، كما أن الفيروس يصاحب المصابين به ممن يعانون من مشكلات تناسلية إلى نهاية العمر ، وقال البروفيسور هولي إن هناك حاجة للتوصل إلى علاج يستهدف الفيروس بشكل خاص ، وأضاف : "لا يوجد علاج مضاد لفيروس الورم الحليمي بشكل خاص " .

(7) معنى الحميد : ( الحسن . الصالح ) ، والورم ليس كذلك ولا ينطبق عليه هذه التسمية بأي حال من الأحوال ، ولكننا ذكرنا هذه تسمية (الحميد) على الورم بطى النمو لما هو متعارف عليه بين العامة ، والأليق أن نسميه الورم الحليمي ( أي الذي يحلم رويداً في انقسام خلاياه المتسرطنة ) .

عليها ويدمرها إذ أنه يعرقل إمداد الدم إليها ، هذا التدمير للأنسجة المجاورة قد يؤدي إلى النزيف والتقرح ، ولعل أسوأ مظاهر التورمات الخبيثة هي تلك المجموعات الصغيرة من الخلايا السريعة التي تنفصل غالباً عن الورم الأصلي وتحمل إما بواسطة الدم أو بواسطة السائل الليمفاوي<sup>(8)</sup> إلى أجزاء أخرى من الجسم ، هذه المجموعات من الخلايا المدمرة تتجمع في النهاية وتتكاثر وتتحد لتكون وربما ثانياً رئيسياً كالورم الأصلي، ويصف العلماء عملية الهجرة هذه بعملية الإنبثاقية، وقد يهدد هذا الورم الإنبثاق<sup>(9)</sup> حياة المريض حتى أكثر من الورم الأساسي، ويميل الورم الخبيث الجديد إلى النمو لفترة قصيرة على شكل الورم الأصلي ومن ثم تتكرر العملية، إذ تبدأ مجموعات من خلاياه بالانفصال والابتعاد مع مجرى الدم لتكون وربما آخر منفصلاً، ولذلك فإنه كلما عولج السرطان مبكراً، كلما زادت إمكانيات نجاح المعالجة، وعندما يزول الورم الخبيث تماماً في مراحله الأولى قبل أن تبدأ عملية الإنبثاق ، تكون احتمالات إنقاذ حياة المريض جيدة نسبياً ؛ بإذن الله .

### أسباب نشاط السرطان ؟

- التعرض المستمر لأشعة الشمس الحارقة (الأشعة فوق بنفسجية) وبخاصة أصحاب البشرة البيضاء .
- التعرض بكثرة للأشعة السينية أشعة إكس أو الكوبالت المشع 60 وغيرها<sup>(10)</sup> .
- القروح والحروق التي تصيب الطبقة المخاطية لبعض أعضاء الجسم الداخلية والخارجية .
- عوامل وراثية .
- عوامل النفسية .
- المهدئات .
- السيدات اللاتي لم تنجب أو أنجبن بعد عمر الخامسة والثلاثين ، أو من يعانين من اضطرابات مستمرة في الدورة الشهرية ، أو من أجريت لها عملية إجهاض لأكثر من مرة .
- الهرمونات التعويضية التي تستخدمها السيدات بعد انقطاع الدورة الشهرية .
- عملية تجميل الثدي .
- الممارسات الجنسية الشاذة أو المحرمة .
- بعض نباتات الزينة .
- المواد المعالجة كيميائياً .
- صبغات الشعر والشمبو .

<sup>(8)</sup> سائل قلوي شفاف عديم اللون تقريباً يتألف من بلازما الدم وكريات دم بيضاء .

<sup>(9)</sup> أي الذي انفصل عن الورم الأصلي .

<sup>(10)</sup> إن الإشعاع المؤين المستخدم في المعالجات الإشعاعية و أيضاً بالأجهزة التصويرية للأشعة السينية يُعد من أكثر عوامل المؤكدة لنشوء أورام الدماغ .

- بعض أصحاب المهن مثل عمال مناجم الفحم ، وعمال الصباغة والطباعة والعمل في مجال الإشعاع وعمال الطلاء والدوكو والبطاريات وعمال محطات البنزين وما شابه .
  - التدخين والمخدرات والمسكرات .
  - الإفراط في استخدام الهاتف المحمول .
  - العوامل البيئية المحيطة بنا والتي تسبب التلوث مثل عوادم المواصلات والمصانع والتدفئة .
  - الفطريات التي تصيب الغذاء .
  - الإفراط في تناول المضادات الحيوية بدون إشراف الطبيب أو تحت إشراف طبيب ولكنه بالغ في وصفها للمريض .
  - الأمراض المستوطنة (مثل البلهارسيا) .
  - الأغذية المغذاة والمرشوشة بمبيد حشري أثناء الزراعة .
  - الطيور والحيوانات المغذاة بغذاء كيميائي .
  - تناول أسماك المياه الراكدة والبحيرات التي يصب فيها المخلفات .
  - كثرة تناول الأغذية المدخنة والدهنية .
  - الأغذية المطهورة تحت درجة حرارة عالية مثل ( البطاطس المحمرة والفلافل ) .
  - الإفراط في تناول الأغذية التي تحتوي على نسبة عالية من السكريات والنشويات .
  - الأغذية المحفوظة .
  - ملح السيّاحات (الملح المغشوش) .
  - الأماكن القريبة من محطات كهرباء الضغط العالي وشبكات المحمول .
- هام :** هناك أنواع من السرطانات غير الوراثية ، تحدث نتيجة تراكمات تصل أحياناً إلى عشرون عاماً ، ثم يبدأ بعدها السرطان في الظهور ، لذي كلما أمكن تفادي هذه الأسباب السابقة المنشطة له ، لأمكن تجنب حدوث تغيرات في مواصفات الخلايا الطبيعية بإذن الله (11) .

### علامات تسبق ظهوره :

- الصداع ذو القوة المتوسطة عند بدء الاستيقاظ (12) .
- حدوث نزيف أو وجود دم في البول أو البراز أو المهبل خصوصاً عند كبار السن .
- زغللة العين الدائمة .

(11) سيأتي شرح الأسباب المنشطة للسرطان مفصلة فيما يلي بإذن الله في الفصل الخامس من الكتاب .

(12) وهو على عكس الصداع النصفي الذي يحدث بسبب تقلصات في شرايين المخ ولا يدل على وجود مرض خطير برغم أن الصداع شديد وعنيف ويحدث بعد الاستيقاظ من النوم بساعة ، ويزيد من حدته حتى الظهر ، وعادة ما يكون في ناحية واحدة من الرأس ، وليس شاملاً كل الرأس ، ويضرب هذا الصداع في الرأس مع القلب ، وأيضاً خلف العين ، ويشعر المريض بأن أحد عينيه سوف تخرج من مكانها ، ويصاحب هذا غثيان وقئ ، ثم يقل ، وقد يخفي الصداع النصفي في الموضع نصف جالس السذي يريح المريض من هذا الصداع العنيف .

- التشنجات أو الصرع .
  - وجود ورم محسوس في أي مكان من جسم الإنسان .
  - تغير في شكل أو حجم حسنة أو زائدة أو وحة جلدية .
  - وجود قرحة جلدية لا تلتئم .
  - وجود سعال مستمر وحشرجة أو بحة في الصوت .
  - عسر هضم مستمر، لا يستجيب لأي علاج ، أو وجود صعوبة في البلع .
  - إخراج دماء أثناء السعال أو مع القيء (بلغم أو قيء مدمم) .
  - تغير ظاهر ومستمر في عملية الإخراج .
  - حدوث نزيف ، أو وجود دم في البول أو البراز أو المهبل ، وخصوصاً عند كبار السن .
  - فقدان غير معروف السبب للشهية .
  - نقص غامض في وزن الجسم يتجاوز الـ 10 % في خلال ستة شهور .
  - تعرُّق ليلي غزير و غير طبيعي .
- تنبيه للعلم :** هذه الأعراض لا تعني بالضرورة أنها أعراض إصابة بالمرض الخبيث، ولكنها في نفس الوقت قد تكون إنذاراً ينبئ عن حدوث سرطان ، لذلك يجب الحيلة والتأكد .

### الجسم يقاوم الانتشار السريع للسرطان

ونستقيض هنا في سرد بعض الأدلة التي تثبت أن سر علاج السرطان يبدأ من داخل المصاب نفسه<sup>(13)</sup>، وذلك لأن الجسم كائن قادر على شفاء نفسه بنفسه، وللإنسان طاقة كامنة لا يستغلها أثناء مرضه تبلغ 90% من كمية الطاقة التي بجسده ، وفي كثير من الأحيان لا تُستخدم ولا يُستعان بها مع الاعتقاد أن الطرق العلاجية وحدها سوف تقضي على المرض نهائياً ! ، ويؤكد هذه النظرية ما يلي :

① اكتشف فريق من الباحثين أن البروتين الموجود في أنسجة الجسم الطبيعية يمكن أن يحول دون نمو الأورام السرطانية ، ويمكن أن ينمو الورم فقط في حالة وصول الاحتياجات الضرورية من المواد الغذائية إليه ، ويبدو أن البروتين الذي اكتشفه باحثون بجامعة بريستول يمنع نمو الأوعية الدموية بعد الوصول إلى حجم معين ، ويأمل الباحثون أن يؤدي عملهم الذي نشرته دورية أبحاث السرطان إلى تطوير علاجات جديدة للسرطان ، وهناك مجموعة من البروتينات تعرف باسم (في.إي.جي.إف) هي المسؤولة عن نمو الأوعية الدموية بما فيها الأوعية الجديدة والتي تشكلت كورم يأخذ في النمو، لكن فريق جامعة بريستول حدد شكلاً في هذه المجموعة يطلق عليه (في.إي.جي.إف. 165بي) يبدو أن له تأثيراً عكسياً حيث يمنع نمو الأوعية الدموية الجديدة المطلوبة لتتجاوز الأورام حاجز ميليمتر واحد ، ووجد الباحثون أيضاً أن هذا الشكل يوجد بشكل عام في أجزاء عديدة عادية من الجسم بما

(13) ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾ [الذاريات : 21] .

فيها البروستاتا لكن ليس في سرطان البروستاتا ، ويأمل الباحثون في أن يتمكنوا في النهاية من استخدام (في.إي.جي.إف. 165بي) للحيلولة دون نمو الورم بمنع وصول المواد الغذائية إليه، وتعتمد معظم علاجات السرطان الجديدة على حجب المواد الغذائية الضرورية عن الورم بمهاجمة امداداته الغذائية بدلاً من الخلايا السرطانية ، وأظهرت التجارب الأخيرة أن أعاقا العوامل المسؤولة عن نمو الأوعية الدموية باستخدام الأجسام المضادة ستكون فعالة في تجارب تتعلق بعلاج سرطان القولون في الولايات المتحدة ، ويذكر أن نمو الأوعية الدموية أمر ضروري في نمو الجنين وتضميد الجروح ونمو المشيمة في الحمل والعضلات خلال برامج تدريب بدنية، لكن يعتقد أن بإمكان البالغين العيش بصحة جيدة دون نمو أوعية دموية لفترات طويلة ، وقال الدكتور ديف باتس - أحد أعضاء فريق البحث : « الآن ومع اكتشاف أن هذا البروتين يعمل في الأنسجة الحية فإننا في حاجة إلى العثور على أفضل طريقة لاستخدامه »..، وأضاف « ونحتاج أيضاً إلى تجربته في أمراض أخرى حيث يكون نمو الأوعية الدموية ضرورياً مثل أمراض السكري والتهاب المفاصل » .

**2** كشف باحثون أن بروتيناً طبيعياً تفرزه الغدة اللمفاوية في الجسم يمكن أن يقضي على الأورام السرطانية ويأمل الباحثون في أن يتمكن نوع من البروتين المحقّر من معالجة سرطان الرئة، من خلال مساعدة الجهاز المناعي على محاربة المرض ، وعند حقن الفئران في المختبر بالبروتين الذي يدعى بـ(أس.إل.سي)، فإنه تمكن من القضاء على الخلايا السرطانية في أربعين في المائة من الفئران المصابة، وتقلص نمو الأورام السرطانية بدرجة كبيرة في الفئران الباقية، ويأمل فريق البحث الذي يرأسه الدكتور ستيفن دوبينت - من جامعة كاليفورنيا ، بلوس انجلوس « إن فريقه متفائل بالنتائج التي جاءت بها الأبحاث في هذا المجال، وقادت إلى بلوغ المراحل الأولى من تطوير علاج جيني يعزز من قدرة الجهاز المناعي على محاربة السرطان، ويقوم بروتين (أس.أل.سي) ، وهو مركب كيميائي وواحد من مجموعة من البروتينات التي اكتشفت في السنوات الأخيرة، بإرسال إشارات إلى الجهاز المناعي تمكنه من مقاومة المرض ، وإيقاف أو إبطاء نمو الأورام السرطانية من خلال قطع إمدادات الدم المغذية لها حقن البروتين في الأورام السرطانية » ، ويقول الدكتور دوبينت في مقال له في مجلة المناعة ، إميونولوجي « إن البروتين المذكور عند حقنه في الأورام السرطانية فإنه يدفع بعض خلايا المناعة المعروفة بخلايا ليفوسايتس والخلايا الشجرية نحو الورم السرطاني ، وتقوم هذه الخلايا بتدمير الخلايا الغازية مثل البكتيريا لكنها قد تقتل أيضاً خلايا أخرى كخلايا السرطانية، إلا أن الخلايا الشجرية لا تقوى على محاربة الخلايا السرطانية لأن الأخيرة قادرة على إخفاء نفسها ، غير أن بروتين (أس.أل.سي) يغير التوازن الكيميائي عند حقنه في الأورام السرطانية وعندئذ تكون أقل قدرة على مقاومة دفاعات الجهاز المناعي ، وأن هذا يبرهن على أن بروتين (أس.أل.سي) يساعد على منع الخلايا المناعية من تجاهل الخلايا السرطانية المهاجمة، أي أنه يحفزها على المقاومة » ، وقال متحدث باسم جمعية الأبحاث السرطانية : « إن هذا الاكتشاف مثير للاهتمام وباعث على

السرور، لكنه أكد على أن الأبحاث لم تتمكن بعد من معالجة الأورام السرطانية في الفئران، وقد تستغرق وقتاً طويلاً قبل أن تأتي بعلاج للإنسان» .

3 قال علماء فرنسيون إنهم استخدموا جيناً لوقف انتشار سرطان القولون في الفئران، وهو ما يعد اكتشافاً يمكن أن يمثل أملاً جديداً لمرضى سرطان القولون، ووصف العلماء هذا الجين بأنه الجين الانتحاري حيث تستخدم مادة جينية تحول مركباً غير ضار إلى عقار قاتل لا يستهدف سوى الخلايا السرطانية، ولا ينطوي هذا الجين على الآثار الجانبية المدمرة نفسها للعلاج الكيماوي التقليدي لأنه لا يضر الخلايا السليمة، وحوّل العلماء بمعهد الأبحاث الوطني في نيس الحمض النووي لبكتيريا موجودة في الأمعاء إلى خلايا أورام ثم حقنوها تحت الجلد أو مباشرة في أورام الفئران التي انتشر فيها السرطان خارج منطقة القولون، ثم أعطيت الفئران بعد ذلك مادة غير ضارة تحولت إلى عامل كيماوي سام هاجم السرطان الذي امتد إلى أكباد الفئران، وما لبث الورم أن تراجع في الكبد بنسبة 70% خلال 30 يوماً مقارنة بالفئران التي لم تتلق العلاج، وقال دكتور برنار روسي - الذي قاد فريق البحث الذي نشر اكتشافه في دورية الأمعاء الطبية «إنه إذا حقن الورم بالحمض النووي فقط فإن ذلك سيكون فعالاً، وأضاف، أنه على الرغم من أن العلاج بالجين الانتحاري ليس جديداً فإن يبدو فعالاً للغاية في حالة سرطان القولون» .

4 تمكن فريق من العلماء من الكشف عن دلائل حول وجود نوع من المورثات بعينه قد يلعب دوراً مهماً في المحافظة على حياة الإنسان عند تعرضها لظروف غير طبيعية، ويقولون إن هذا المورث يقوم بحماية الأنسجة ليس فقط من السرطان، بل حتى من مخاطر جدية أخرى مثل نقص الأوكسجين، ومن شأن هذا الكشف رفع سقف امكانية استخدام مثل هذا المورث في تطوير عقاقير وادوية أقوى تأثيراً على السرطان وأقل ضرراً على الصحة العامة، يشار إلى أن الأوساط العلمية كانت على دراية منذ وقت ليس بقصير بوجود تأثير فاعل للمورث المعروف باسم (بي53) على الوقاية من السرطان، إلا أن للإنسان ثلاثة أنواع من مورث (بي53) متداخلة الوظائف، مما يجعل من الصعب على العلماء تحديد دور كل منها على افراد وبالدقة المطلوبة، لكن العلماء من جامعة كاليفورنيا اكتشفوا أن دودة بدائية تعرف باسم (نيماتودا) تحمل نوعاً واحداً من هذا المورث، وهذا الكشف جعل المهمة أسهل بكثير للباحثين في الكشف عن الدور الحيوي الذي يلعبه في جميع الحيوانات الأكثر تطوراً، وقد وجد العلماء أن هذا الجين يلعب دوراً مهماً في القضاء على الخلايا المعطوبة بفعل تعرضها لمواد أو تأثيرات خارجية ضارة مثل الإشعاع، ومن المعروف أن الخلايا التي تتعرض لضغوط جينية سمية يمكن أن تتحول إلى خلايا سرطانية، في حال مرورها دون رقابة من جهاز المناعة في الجسم، وقد اكتشف الباحثون أن هذا المورث يسهم في إطالة عمر الدودة التي تتعرض للعديد من أوجه النقص الحيوية، وتبقي على حياة الدودة وهي تحت ظروف حياتية صعبة مثل النقص الشديد في الأوكسجين، يذكر أنه في حالة الإنسان يعتبر نقص الأوكسجين سبباً مباشراً في حالات عطب واسعة في الأنسجة، وهو ما يؤدي في كثير من



الأحيان إلى أزمات قلبية أو سكتات دماغية ، ويقول رئيس فريق البحث البروفيسور جول روثمان : «إن الكشف الأخير يعني أن مورث (بي53) يساعد الحيوانات على الرد على الضغوط البيئية المختلفة» .

5 توصل باحثون من جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور بالولايات المتحدة وجامعة تسوكوبا في اليابان ، إلى أن الجسم يمتلك نظاماً طبيعياً يستطيع معه مقاومة الآثار المسببة للسرطان في الكيماويات السامة الموجودة في الأغذية والبيئة المحيطة ، وهو أمر ساورت العلماء شكوك طويلة بشأن وجوده ، وقال باحثون إنهم قاموا بإجراء اختبارات على الفئران للتأكد من وجود هذا النظام بعد أبحاث استمرت عشرين عاماً، وقال الباحثون في دراستين منشورتين بمجلة الأكاديمية القومية للعلوم إنهم لم يتعرفوا على الطرق الأساسية لعمل هذا النظام في الفئران فحسب ، وإنما توصلوا أيضاً إلى مفتاح التحكم فيه ، وقال الدكتور بول تالالي - المتخصص في علم أدوية الجزيء بجامعة جونز هوبكنز والذي شارك في البحث : «توصلنا إلى دليل طال انتظاره بشأن الآلية الأساسية التي يمكنها الحد من خطر السرطان » ، ويشرف خبير السموم توماس كنيسلر على تجارب معملية أولية لاستحداث مثل هذا العقار في الصين ، ومضى قائلاً : « لدينا الدليل على تمكننا من زيادة مستويات حماية هذا النظام في البشر، ونحن نخطط لإجراء دراسات طويلة الأجل يمكنها أن تكشف أي إصابة بالسرطان في مراحله الأولى » ، وقال الباحثون : « إن هذا النظام يبدو شائعاً في الكثير من الحيوانات، وأضافوا أنهم يبحثون عن سبل لاستخدام شبيه له في الجسم البشري للمساعدة في حماية الإنسان من السرطان ويعتمد جهاز الحماية في الجسم على إعطاء دفعة قوية لأنزيمات الحماية التي يطلق عليها أنزيمات المرحلة الثانية (ت) ، والتي يمكنها التخلص من الكيماويات السامة ، وأوضح الباحثون أن هذه الأنزيمات لها فاعلية كبيرة على شل قدرة السموم على إلحاق الضرر بالحمض النووي (دي.إن.إيه) ومن ثم حدوث الإصابة بالسرطان» ، وأضاف بول تالالي : «أن رفع مستويات أنزيمات المرحلة الثانية يمكن أن يوفر طريقة فعالة جداً للوقاية من السرطان » .

### ويبسط فهم الكلام السابق جهازين ، أولهما

\* **الجهاز العصبي** : الأعصاب تهيمن على المخ وسائر الأعضاء، والجهاز العصبي ينظم حياة الجسم ويؤثر في نشاط الغدد الصماء التي تؤثر بدورها في الجهاز العصبي ، وهو الذي يتلقى الاحساسات في صورها المختلفة فيمنعها ويحولها إلى حركات وأفكار وكلام وغيرها، والجهاز العصبي ينقسم إلى قسمين ، أو بمعنى أدق إلى جهازين ، أولهما (الجهاز العصبي السمبتاوي) والذي يتحكم بدوره في نشاط أعضائنا الداخلية ، والجهاز السمبتاوي هو المختص أساساً عن التوازن والتناسق بين ردود فعل أجسامنا ، وكل اضطرابات في الجهاز السمبتاوي يؤدي إلى فوران داخلي وعندما يضطرب الجهاز العصبي السمبتاوي كثيراً ما يعاني من اضطرابات عضوية شتى ، ويسمى هذا بالانقباض العصبي ، حيث أن الجهاز السمبتاوي يتحكم في غدداً وهي خارج نطاق التحكم الواعي وتعمل مستقلة عن الإرادة ، ومنها الغدة

النخامية الموجودة في منتصف الرأس تحت المخ تماماً والتي تفرز هرمونات تثير الإفراز مواد كيماويات ونبضات عصبية من الجزء المجاور في المخ ويسمى الهيبوثلاموس<sup>(14)</sup>، وهذه المنطقة الضئيلة تنظم أغلب عمليات التوازن اللاشعورية في الجسم مثل القلب والتنفس وضغط الدم والحرارة ونحو ذلك وتأتي الخيوط العصبية إلى الهيبوثلاموس من كل مناطق المخ الأخرى بحيث تؤثر العمليات العقلية والعاطفية التي تحدث في أي مكان في المخ على الجسم، والجهاز العصبي السمبتاوي على اتصال مستمر بمخنا الواعي (قشرة المخ)، وهو القسم الثاني للجهاز العصبي المركزي الذي يتحكم في الحركات الإرادية الحساسة الواعية أو الشعورية والموجودة في قشرة المخ التي تنظم وتهيمن وتراقب وتسير، ويجب أن نضع في الاعتبار أن الجهاز العصبي المركزي إذا كان معتمداً على إرادتنا الخاصة فهذه الإرادة بدورها تعتمد أساساً على الجهاز العصبي السمبتاوي، ونؤكد على الأهمية الجوهرية لتوازن العقلي غير الوعي (اللا شعور) الذي كثيراً ما يتوقف عليه العمل السليم للجهاز العصبي السمبتاوي وبالتالي عمل الجسم والعقل.

**\* ثانياً : الجهاز المناعي :** ويحتوي جهاز المناعة على أكثر من 12 نوعاً من خلايا الدم البيضاء، وهي مرتكزة في الطحال والغدة التيموسية والغدة الليمفاوية وتجوب هذه الخلايا جميع أنحاء الجسم عن طريق الجهاز الدوري والليمفاوي وهي تنقسم إلى قسمين رئيسيين :

أولاً : مناعة فطرية أو طبيعية : وتعتبر خط دفاع أولي للجسم، إذ تعمل على منع دخول الغازي أو إبادته قبل تمكنه من احتلال الأنسجة وتكاثره فيها وتسببه للمرض، وهي مناعة غير نوعية، حيث أنها توجد لصد جميع الغزاة من الكائنات الدقيقة والعوامل الخارجية الضارة بكيفية واحدة، وتعمل هذه المناعة وفق الآليات التالية:

**آليات ميكانيكية وفيزيائية وكيمائية :** والتي تحمي الجسم من هؤلاء الغزاة، (كالجلد والأغشية المخاطية المبطنة للجهاز التنفسي، والهضمي، والتناسلي، والبولي وملتحمة العين)، وهذه الكائنات للجسم، كما أن في إفرازات الجلد مواد فعالة في قتل الجراثيم مثل حمل اللاكتيك الموجود في العرق، والأحماض الدهنية الموجودة في جلد البالغين، وشمع الأذن المضاد للجراثيم لما فيه من حامض الأوليك، كما تحوي الأغشية المبطنة

لمواد قاتلة للجراثيم مثل الخميرة الحالة وكذلك مواد قاتلة للفيروسات، هذا فضلاً على ميكانيكية حركة السائل المخاطي في الجهاز التنفسي والذي به يتخلص من الجراثيم والأجسام الغريبة أولاً بأول.

**الجراثيم الموجودة بصورة طبيعية في الجسم :** وهي جراثيم غير مرضية،

إذ تعيش أعداد هائلة في أمعاء الإنسان وفمه وفي أماكن أخرى، ولها دور بارز في الدفاع عن الجسم، إذ تكون وسطاً غير صالح للأنواع المرضية فتقبلها أو تعيق نموها.

(14) ما تحت السرير البصري .



**بعض المركبات الكيميائية في الدم:** والتي تلتصق بالجراثيم الغازية أو السموم وتحطمها مثل الجسيمات الحالة وعديدة الببتيدات الأساسية والتي تبطل مفعول أنواع معينة من البكتيريا.

مجموعة الانتروفيرونات: تنتجها الخلايا حينما تصاب بفيروسات قبل إنتاج الأجسام المضادة، وهذه المواد تسمى مواد مانعة إذ تجعل النسيج يقاوم الإصابة إذا ما تعرض لفيروس آخر فتمنعه من النمو فيقضي عليه الجسم مبكراً.

**نظام المتم:** يتكون من حوالي عشرين بروتيناً، ووظيفته تنشيط عملية البلعمة لكل من الخلايا البيضاء وخلايا البلعمة، ومعادلة الفيروسات وجعلها غير قادرة على التكاثر، ومحاصرة مكان الالتهاب والغازي في آن واحد، والقضاء على الميكروب قبل تكوين الأجسام المضادة الخاصة.

البلعمة: وتعنى ابتلاع وقتل وهضم الكائنات والمواد الغريبة بواسطة خلايا الدم البيضاء المعروفة بالبلعميات، وهي الوحدات المتحركة لنظام الدفع الجسيمي وتتكون هذه الخلايا من نخاع العظام، ثم تنتقل إلى الدم وجميع أنسجة الجسم، وتكمن أهميتها الحقيقية في انتقالها السريع إلى أماكن الإصابة الخطرة لتشكل دفاعاً سريعاً وقوياً ضد الغزاة، وتقوم هذه الخلايا بشل فاعلية هذا الغريب الغازي وتحطيمه وخلايا البلعمة نوعان وهما ؛

**البلعميات الكبيرة :** وتتكون من الخلايا من الخلايا البيضاء وحيدة النواة فعندما تدخل الأنسجة تكبر وتتحوّل إلى خلايا بلعمية كبيرة وتتصل بالأنسجة وتبقى متصلة بها شهوراً أو سنيناً تدافع عنها وتلتهم عدداً كبيراً من البكتيريا والفيروسات والخلايا الميتة والأجسام الغريبة ، وتتمركز خلايا البلعمة في مراكز أساسية في الجسم لحمايته من أخطار الغزاة، وتختلف من حيث موقعها ومظهرها وحجمها وحركتها، فتسمى في الكبد (خلايا كوفر)، وفي الدم (الخلايا وحيدة النواة) ، وفي الرئة (خلايا الغبار)، أما إذا وجدت في السائل المتكون نتيجة الالتهاب فتسمى بالبلعم الكبير، ويحتوي الكبد والطحال على أعلى نسبة من البلعم الكبير.

**البليعمات:** وهي كريات الدم البيضاء مثل الخلايا متعادلة الاضطباغ والخلايا حامضية الاضطباغ وهي أصغر حجماً من البلاعم النسيجية ويتكاثر عددها أثناء الالتهابات الحادة إلى أكثر من 60% من مجموع كريات الدم البيضاء. تبدأ عملية البلعمة بالانجذاب الكيميائي نحو العامل الغريب ويتم التحامه بالبلاعم بواسطة أرجلها الكاذبة حتى يتم احتواؤه داخل الخلية البلعمية، وأثناء ذلك يتم قتل العامل الغريب إن كان حياً نتيجة لإفراز (بروكسيد الهيدروجين ومشتقاته) ، بعدها تبدأ عملية هضمه بواسطة أنزيمات تفرزها حبيبات موجودة في الهيولي ثم يتم عرض جزيئاته على سطح الخلية البلعمية لتتعرف على تركيبة الخلايا المماثلة ، وهكذا تتخلص البلاعم من العوامل المعادية.

**الخلايا القاتلة:** تعمل الخلايا القاتلة على قتل الخلايا المعادية الكبيرة التي لا تستطيع البلاعم التهامها بسبب كبر حجمها مثل خلايا الجسم المصابة بأحد

الفيروسات الممرضة والخلايا السرطانية، وهناك نوعان من الخلايا القاتلة تعملان بنشاط أثناء المناعة الفطرية هما:

- خلايا طبيعية قاتلة : وهي أكبر الخلايا اللمفاوية وذات حبيبات كثيرة تحتوي إنزيمات تعمل على اختراق الغشاء الخلوي للخلايا المعادية مما يسبب تحللها وموتها، وتعمل الخلايا القاتلة الطبيعية دون تنشيط ولا تتحول إلى نوع آخر من الخلايا.

**خلايا حامضية الاصطباغ:** وهي متخصصة في قتل الديدان التي تصيب الجسم مثل دودة البلهارسيا عن طريق التصاقها على سطح الدودة ومن ثم إفراز إنزيمات تتفاعل مع الدودة لتقضي عليها.

- **ثانياً: المناعة النوعية :** وهي قدرة الجسم على إنشاء مناعة خاصة قوية وتامة ضد جميع العوامل الغازية للجسم كل على حدة، وتسمى أيضاً المناعة المكتسبة ، وهي المناعة التي يكتسبها الجسم نتيجة لتفاعل الجهاز المناعي مع عامل خارجي اخترق دفاعات الجسم واحتل الأنسجة وربما سبب مرضاً ظاهراً مثل الميكروبات الفتاكة والفيروسات والسموم، والأنسجة الغريبة من الحيوانات الأخرى ، وتتكون هذه المناعة من النسيج الليمفاوي والخلايا اللمفاوية التي تنتج الأجسام المضادة، ومن الخلايا اللمفاوية المتخصصة للقضاء على كل ميكروب غازي للجسم حسب تركيبه ووصفه.



**الخلايا اللمفاوية :** ( السلاح المتخصص ) : تمثل الخلايا الليمفاوية السلاح الأكثر تخصصاً، والمعد لكل نوع من أنواع الغزاة بخصائصه المميزة أو سمومه الفتاكة، وتعتبر السلاح الدفاعي الحاسم في حلبة الصراع ، ولنتعرف على هذه الخلايا ونرى كيف تعمل بصورة متخصصة لكل كائن غريب يوجد داخل الجسم ، (هناك نوعان من الخلايا اللمفاوية المتخصصة: الخلايا البائية، والخلايا التائية ):

**1- الخلايا البائية:** تتكون الخلايا البائية في نخاع العظام وتبقى فيه إلى أن يكتمل نموها وتصبح خلايا فعالة ثم تنتشر في أجزاء الجسم المختلفة، وتتركز في الدم والطحال واللوذين والعقد الليمفاوية لتشارك بعد إثارتها في مهاجمة الأجسام الغريبة وذلك بإنتاج الأجسام المضادة والتي تعرف بالأجسام المناعية.

**2- الخلايا التائية:** تتكون الخلايا التائية في نخاع العظام ثم تتركه قبل أن يكتمل نموها وتتجه إلى الغدد الصغرية (بواسطة مواد جاذبة معينة تفرزها هذه الغدة) وتبقى فيها حيث يتم انقسامها ويكتمل نموها، ومن ثم تتركها وتنتشر في أجزاء الجسم المختلفة لتشارك في عمليات جهاز المناعة، وتنقسم الخلايا التائية الناضجة إلى ثلاثة أنواع رئيسية، لكل منها وظائف محددة هي:

**الخلايا التائية المساعدة :** تقوم هذه الخلايا بوظائف عديدة وتساعد وظائف جهاز المناعة بعدة طرق أهمها (زيادة تنشيط الخلايا القاتلة والخلايا الكابحة والخلايا البائية) كما تقوم بتنشيط استجابة خلايا البلعمة لابتلاع الكائنات الغريبة، وذلك بإفراز عدد من المواد البروتينية تعرف بمحفزات الخلايا مثل الإنترلوكين والإنترفيرون التي تساعد على انقسام ونمو وتكاثر الخلايا المختلفة لجهاز المناعة وتنشيطها حتى تصبح في حالة تأهب دائم للمشاركة في عملية الدفاع عن الجسم، وتحمل هذه الخلايا دلالات سطحية عبارة عن جليكوبروتينات ملتصقة بغشائها الخارجي ويرمز لها بأرقام مختلفة للتمييز بين أنواعها العديدة التي تميزها عن باقي أنواع خلايا (ت) الأخرى.

**الخلايا القاتلة أو المحللة للخلايا :** تساعد الخلايا القاتلة الجهاز المناعي على مواجهة وتحطيم الخلايا المصابة بالفيروسات والخلايا السرطانية، وتتميز الخلايا القاتلة بسهولة تنشيطها بمواد تفرزها خلايا (ت) الليمفاوية المساعدة فتحولها إلى خلايا قاتلة منشطة، ويوجد على جدر هذه الخلايا جزيئات مستقلة بأشكال مختلفة (مثل الأجسام المضادة) وتتعدى هذه الجزيئات 100 ألف مستقبل على جدار كل خلية، تتحد بقوة مع جزيئات الغازي ولا تتركه حتى يتم التخلص منه، وتهاجم الخلايا القاتلة الخلايا الغريبة مباشرة، ولديها القدرة على قتل الكائنات الدقيقة من خلال إفراز مواد قلوية سامة مصنعة في هذه الخلايا (تتجه مباشرة للخلية المهاجمة) وتستطيع كل خلية قاتلة أن تهاجم كائنات دقيقة عديدة ومختلفة واحداً تلو الآخر، كما أن لها دوراً هاماً في تحطيم الخلايا السرطانية، أو أي نوع آخر من الخلايا الغريبة على الجسم، وتترك الخلية القاتلة الخلية المصابة (قبل قتلها كلية) لتموت وحدها وتبحث عن خلايا أخرى مصابة لتلتحم بها وتبدأ في قتلها، وهكذا حتى يتم التخلص من جميع الغزاة والكائنات الغريبة

**الخلايا الكابحة :** تكبح هذه الخلايا نشاط الخلايا القاتلة والخلايا المساعدة بعد انتهاء المعركة مع الغازي ، وذلك بإفراز عدد من المواد المثبطة التي تؤثر عليها وتحولها من الحالة الفعالة أو النشطة إلى الحالة الطبيعية الخاملة في نهاية فترة الالتهاب، وترجع الحال إلى الوضع الطبيعي، حتى لا تستمر تفاعلات ونشاط جهاز المناعة فيدمر الجسم ذاته ، وقبل شرح آلية عمل خلايا المناعة النوعية لا بد لنا أن نتعرف على ثلاثة مصطلحات مهمة وهي:

**المستضدات:** وهي أجزاء من الميكروب المهاجم أو الجسم الغريب، توجد إما في جدار الخلية (في حالة البكتريا) وإما في الغشاء الخارجي للفيروس ، وتعمل المستضدات على إثارة أو حث الجهاز المناعي لإنتاج الأجسام المضادة المطلوبة للقضاء على الميكروب أو الجسم الغريب.

**الأجسام المضادة :** وهي عبارة عن جلوبولينات مناعة تتفاعل مع المستضدات خلال مراحل القضاء على الجسم الغريب الذي يغزو جسم الإنسان أو الحيوان، وكل جسم مضاد يرتبط بالمستضد المشابه له تماماً والذي تسبب في تشكله، وكلما كان الشبه قوياً كان الترابط قوياً ، والأجسام المضادة في أبسط صورها عبارة

عن مركبات بروتينية مكونة من أربع وحدات أو سلاسل ببتيدية خفيفة وثقيلة يبلغ طول الواحدة منها حوالي مائة حامض نووي وتتشكل على هيئة الحرف واي (Y) ، ولكل جسم مضاد مستضد خاص يعمل معه وفق شفرة خاصة دون غيره مثلما يحدث للقفل والمفتاح، وبسبب كثرة تنوع الترتيب الكيميائي الذري لسلاسل الثقيلة والخفيفة فإن الأجسام المضادة تأتي على أشكال مختلفة قد يصل عددها في الجسم إلى أكثر من بليون جسم مضاد، وتوجد خمسة أنواع من الأجسام المضادة تبعاً لنوع السلسلة الثقيلة والحجم وتركيب الأحماض الأمينية .

**ارتباط المستضد بالجسم المضاد:** يرتبط الجسم المضاد بالمستضد بأحد الروابط الكيميائية الأربعة المعروفة وهي الرابطة الهيدروجينية أو الرابطة الكهروستاتيكية أو رابطة فاندروالز أو الرابطة النافرة للماء، ويأتي شكل موقع الالتصاق مع الجسم المضاد على شكل مقعر، لذلك وجب على موقع الاتحاد في البروتين الفيروسي (المستضد) أن يكون ذو شكل محدب حتى يتم الاتحاد بصورة فعالة.

### كيف تعمل خلايا المناعة وتحدث الاستجابة المناعية ؟ :

تتعاون وتتفاعل خلايا جهاز المناعة بأنواعها المختلفة بعضها مع بعض لمواجهة ومحاربة الأجسام الغريبة التي تحاول دخول جسم الإنسان، وتبدأ عملية المواجهة بقيام الخلايا الملتزمة (البلمعات) بالتهام وابتلاع الأجسام الغريبة وتكسيروها وإعادة عرضها على سطح الخلية مرة أخرى في صورة مواد بروتينية بسيطة لتقديمها إلى الخلايا الليمفاوية المساعدة (ت) التي تتحد بها، وينتج عن ذلك الاتحاد قيام خلايا (ت) بإفراز محفزات الخلايا التي تعمل على تنشيط خلايا جهاز المناعة المختلفة، لكي تشارك (حسب دور ووظيفة كل نوع) في درء الخطر عن الجسم ، وعلى سبيل المثال تقوم كل من خلايا (ت) المحللة، والخلايا القاتلة والخلايا القاتلة الطبيعية بالتعرف على الخلايا المصابة في الجسم (بما يوجد داخلها من أجسام غريبة وتدميرها )، وتقوم خلايا الدم البيضاء المحببة بأنواعها الثلاثة (متعادلة، حامضية، وقاعدية الاصطباغ) عند تنشيطها بإفراز إنزيمات مختلفة تعمل على استدراج واستقطاب خلايا جهاز المناعة إلى مكان الالتهاب، كما تؤدي محفزات الخلايا إلى تنشيط خلايا (ت) الليمفاوية وحثها على الانقسام والتكاثر وإفراز الأجسام المضادة المختلفة التي تسهل (عند اتحادها مع الأجسام الغريبة) عملية ابتلاعها بواسطة الخلايا الملتزمة، كما تعمل تلك الأجسام المضادة على تنشيط الجهاز المتم الذي يعمل على تحلل الأجسام الغريبة، ومما يجدر ذكره أن كل خلية ليمفاوية (ب) أو (ت) تحمل على سطحها مستقبلًا خاصاً يمكنها من التعرف على جسم غريب واحد فقط، ويتكون المستقبل في خلايا (ب) من أجسام مضادة من جلوبولين المناعة { (م) و(د) }، بينما يتكون في خلايا (ت) من سلسلتين ببتيديتين ، وعند دخول أي جسم غريب على جسم الإنسان تنشط الخلايا الليمفاوية (البائية والنائية) التي تحمل فقط المستقبل الخاص لذلك الجسم وتتعرف عليه وتلتحم به شكل (7) وتتكاثر بالانقسام وتكون جيشاً كبيراً من الخلايا المناعية ، أما باقي الخلايا الليمفاوية الأخرى التي

تحمل مستقبلات مختلفة فلا تقوم بالمشاركة في عملية الدفاع، وتبقى إلى أن يأتي الجسم الغريب الذي يتفق مع مستقبلها ، وتنتشر الأجسام المضادة والخلايا المتخصصة في الدم والأنسجة وتظل لفترة طويلة تصل لعدة شهور أو سنوات

**خلايا المعلومات في جهاز المناعة:** تتكون أثناء حدوث الاستجابة المناعية وتكاثر خلايا المناعة خلايا خاصة من الخلايا اللمفاوية (البائية والتائية) تسمى خلايا الذاكرة تخزن في داخلها كل المعلومات التفصيلية والدقيقة عن الكائن الغازي للجسم بعد القضاء عليه، فخلايا الذاكرة تتكون من بعض الخلايا البائية بعد تنشيطها، وهي تسبح في كل الجسم وتظل ساكنة فيه حتى تنبه مرة ثانية بنفس المستضد في إصابة تالية، فتسارع إلى تنشيط الخلايا اللمفاوية البائية لإنتاج الأجسام المضادة بكميات كبيرة وبصورة سريعة ، أما خلايا الذاكرة (ت) فتتكون من الخلايا التائية المنشطة وتحفظ في النسيج اللمفاوي في كل الجسم، وعندما يتعرض الجسم لنفس الغازي تنشط مرة أخرى وبسرعة الخلايا التائية المتخصصة، وينتج منها كميات كبيرة وبصورة أسرع، مثلما يحدث في خلايا الذاكرة (ت) وبهذا يحمي الجسم من أخطار الكم الهائل من الكائنات الدقيقة والأجسام الغريبة التي تغزو الجسم على مدار الساعة، وهذا هو الأساس الذي تقوم عليه فكرة اللقاح والتطعيم .

وقد أظهر البحث الحديث أعصاباً ظلت مجهولة حتى اليوم تربط الغدة التيموسية والطحال بالهيبوثلاموس مباشرة ، كما أثبت بحث آخر أن خلايا الدم البيضاء تستجيب مباشرة لبعض الكيماويات ذاتها التي تحمل الرسائل من خلية عصبية إلى أخرى ، وهذا الدليل التشريحي يدل على تحكم المخ مباشرة في الجهاز المناعي وبالتالي يمكنه القضاء على الخلايا السرطانية بإذن الله .

وأحدث الدراسات العلمية الحديثة تقول ، إن قوة الجهاز المناعي في مرضى السرطان تساوي في أهميتها أهمية المعالجة الصحيحة في التغلب على المرض ، ويمكن أن تساعد هذه الدراسة الأطباء في التعرف على المرضى ذوي الجهاز المناعي الضعيف لوضعهم تحت المراقبة قبل حدوث انتكاسة في وضعهم الصحي ، وتقول الدراسة إن إعطاء هؤلاء المرضى لقاحاً لتعزيز جهازهم المناعي يمكن أن ينقذ حياتهم ، وقال الدكتور مارك لودل من مستشفى أمراض سرطان الدم بلندن " تشير أبحاثنا إلى أن قصور الجهاز المناعي عند المرضى هو المسؤول عن انتكاسة وضعهم الصحي وليس المعالجة الكيماوية<sup>(15)</sup> ". وقد درس الباحثون 25 من مرضى

<sup>(15)</sup> للحق ، العلاج الكيماوي من أعراضه الجانبية أنه يضعف المناعة إلى أقصى حد ، ( ويؤكد على هذا ) ، في مقالة له صرح الدكتور شوقي الحداد أستاذ الأورام والطب النووي بطب القاهرة مجلة طببك الخاص في العدد 409 ، الصادر في يناير 2002 قائلاً [ يستنكر الدكتور شوقي تصرف بعض أطباء الأورام لوصف العلاج الكيماوي المرتفع التكاليف ، لأنه لم يختبر ولم يستخدم في الدول المتقدمة ، وفي إنجلترا والسويد لا يعطى الكيماوي للأورام إلا للأمراض المتفوق عليها نهائياً ، أما الأدوية التي لا تزال تحت التجارب فلا يمكن استخدامها ولا تعطى للمريض لأن استعمالها فيه ضرر ويعد استخدامها ضرراً رهيباً للمرضى كما أن للدواء إضرار لاقتصاد الدولة لأنه مرتفع التكاليف ولم يأت بالنتيجة المرجوة ، لأنه لم يثبت نجاح الدواء في هذا النوع من الأورام ونتيجة من 20 إلى 25 % ، ونجاح العلاج يكون لمدة شهور معدودة فقط ، أما أضرار هذه الأدوية فهي رهبة على الجهاز الدموي

سرطان الدم أصيبوا بانتكاسة بعد المعالجة الكيميائية. وحددوا قوة استجابة الجهاز المناعي عند هؤلاء المرضى لخلايا الدم السرطانية ، ثم حسبوا النسبة المئوية للخلايا السرطانية التي قُتلت ، ويقول الدكتور لودل إن هذه النسبة يجب أن تكون في حد معين ، وبقي المرضى تحت المراقبة ثماني سنوات، ووجد الباحثون أن جميع المرضى الذين أصيبوا بانتكاسة كانت قوة جهازهم المناعي تحت الحد المطلوب ، وتوصل الباحثون إلى أن الجهاز المناعي يقوم بدور أساسي في الحيلولة دون الإصابة بالسرطان ، وقال الدكتور لودل: "سرطان الدم في بادئ الأمر يكون أقوى من الجهاز المناعي. ونحن نعالجه معالجة كيميائية تدمر الخلايا المريضة، ولكن المعالجة لا تقضي عليه تماماً ، هنا يبدو أن الجهاز المناعي عند بعض المرضى يقوم بدور فعال في مكافحة ما تبقى من الخلايا السرطانية " .

وعلى هذا يتضح أنك بداخلك أمهر الأطباء المتخصصين ، وهبهم الله لك للقضاء على الخلايا السرطانية والأورام الناتجة عنها إن شاء الله .

### جسم الإنسان يتحلل :

إن عدد الخلايا الطبيعية في جسم الإنسان حوالي مائة تريلون خلية تتجمع لتكون أعضاء وأجهزة الجسم المختلفة ، وفي الأحوال العادية تموت كل دقيقة في جسم الإنسان ثلاثة ونصف مليار خلية وتولد مكانها أخرى جديدة ، ولكن أيضاً ينشأ معها خلايا ورمية يتم تدميرها في الحال من قبل الجهاز المناعي<sup>(16)</sup> ، وهذه الخلايا تتحلل كل 157 يوم (الخلايا السليمة وأيضاً المصابة) ، أي أن جسم الإنسان بالكامل يتحلل ويتغير في تلك المدة ، وفي أثنائها إذا أمددنا الجسم بما يحتاجه من عناصر تساعد على تقوية جهاز المناعة ومقاومة النمو السريع للخلايا السرطانية ومنعها من تكوين أورام بمناطق حيوية تستلزم إجراء جراحة عاجلة لها وأحياناً تكون خطيرة ، لأمكننا القضاء على الخلايا السرطانية ونصل بالجسم إلى بر الأمان صحيحاً معافياً بإذن الله .

### كيف يؤثر الغذاء على السرطان ؟

والجهاز المناعي ، ويمكن أن يزداد انتشار المرض مع العلاج الكيميائي رغم ارتفاع ثمنه ولن يفيد ، ويضيف الدكتور شوقي ، أنصح

بعدم استخدام العلاج الكيميائي إلا للضرورة القصوى [ 00

<sup>(16)</sup> تبين من هذا الاكتشاف ، أن الخلايا السرطانية ملازمة تماماً للإنسان ، وإذا أساء الصحيح لجسده ، تغيرت مواصفاتها الخلايا الطبيعية وتكررت ، وعندها تبدأ تظهر عليه علامات الإصابة بالسرطان ، ولذا .. هذه نصيحة غالية للأصحاء : لا تنتظر حتى تتحول الخلايا الطبيعية إلى خلايا متسرطنة ، وذلك بتقويتها وحفظها وصيانتها ، ويكون هذا إن شاء الله بتجنبك ما ثبت بالأدلة أنه يؤثر عليها سلباً ، وإمدادها وتقويتها ( باعتدال ) بعناصر طبيعية بما مواد تحافظ على المورثات بداخلها من التلف، وفي الوقت نفسه تقوي الجهاز المناعي بإذن الله ، وإجراء بعض التمارين الرياضية ( والمشي من الرياضة ) ، والتقرب إلى الله بالطاعات ، واستغفر لذنبك « والسعيد من وعظَّ بغيره » .



أن خلايا الجسم السليمة لديها آلية داخلية تسمح لها بتدمير نفسها ( أي تنتحر ) إذا حدث أي خلل خطير ، وهي عملية تتعطل في خلايا السرطان ، ويمكن عن طريق إمداد أجهزة الجسم بمواد تعيد للخلايا المتسرطنة أليتها لتدمر نفسها ( إصلاحها ) أو بمنع العمليات الكيميائية بداخل الخلايا السرطانية وبالتالي لا تنقسم بإذن الله ، ويكفي أن يمنع عن الورم غذائه ، وهذا يؤدي إلى ضموه فهلاكه فزواله بإذن الله ، وهي طريقة أشبه بطريقة الرجيم (التخسيس) دون اللجوء إلى إراقة ولو قطرة دم واحدة ، وكلما كانت أجهزة الجسم قوية ، كلما ساعد هذا على استخلاص أكبر قدر ممكن من العناصر الطبيعية المؤثر على السرطان ، كالفسفور مثلا فقد ثبت علمياً أن الفسفور عنصر أساسي من عناصر نواة الخلية، ولذلك تتكاثر الخلايا الخبيثة بشدة بعد استهلاك الفسفور بكثرة ، وقد استطاع عالم اسمه لورنس إكساب الفسفور خاصية الإشعاع القاتل ليكون بهذا أدخل إلى نواة الخلية ما يدمرها بناء على طلبها، وعالج به سرطانات شرسة وعنيفة مثل (سرطان الدم) وهذا الفسفور المشع أثبت العلم الحديث أنه متوفر بكثرة في بعض الأغذية والنباتات الطبية مثل (عسل النحل والحبة السوداء وفول الصويا وحبوب القمح وبنسبة متفاوتة في الكثير من الأغذية) ؛

**بدليل :** أفاد البحث الذي أشرف عليه فريق من وحدة السموم بمركز الأبحاث الطبية في جامعة ليستر البريطانية أن هذا الاكتشاف ( معرفة أسباب موت الخلية ) قد يؤدي إلى سبل علاجية جديدة لسلسلة من الأمراض من ضمنها السرطان ، ويعتقد العلماء أن معرفة أسباب موت الخلية قد يجعل من الممكن التعامل مع التفاعلات المعقدة داخل الخلية والتي تؤدي إلى موتها ، يذكر أن خلايا الجسم تموت بشكل مستمر ويقتل معظمها بعضه عن طريق ما يعرف باسم عملية "أبوتوسيس" أو التدمير الجيني الداخلي للخلية ، ويقوم الجسم السليم بإنتاج ملايين الخلايا في الثانية كما تموت ملايين الخلايا الأخرى أو تقتل نفسها ، غير أن فشل الخلية في أداء هذه العملية بشكل طبيعي يلعب دوراً في الإصابة بالعديد من الأمراض ومن ضمنها السرطان وبعض الأنواع الناجمة عن اضطرابات ضمو العصب مثل الباركنسون وأمراض المناعة ، وكانت دراسات سابقة قد أوضحت أن دورة الحياة الطبيعية للخلية تنظمها آلية معقدة داخل الخلية تعرف باسم "بروتيسم" ، وتعمل هذه الآلية عن طريق التحكم في التوازن الحساس للبروتينات في الخلية، ومن ثم تقوم بتدمير الخلايا التي لم تعد تحمل إشارة ، في الوقت نفسه، وخلال عملية "الأبوتوسيس" يتوقف جزء من "البروتيسم"، القادر على تعقب الإشارات في الخلية، عن العمل بسبب انطلاق مجموعة من الإنزيمات تعرف باسم "كاباسباس"، وهو ما يسمح بنمو بروتينات داخل الخلية تساعد في موتها ، ويأمل الباحثون أن يساعد إلقاء الضوء على هذه العملية في الوصول إلى سبل جديدة لمعالجة الأمراض ، فمن المحتمل أن يساعد إعادة الخلية إلى دورتها الطبيعية في الحيلولة دون نمو أورام السرطان والتي قد تنتج في بعض الأحيان بسبب عدم موت الخلايا بعد انتهاء الدورة الطبيعية لحياتها ، وقال الدكتور جيرالد من جامعة ليسستر وقائد فريق البحث في الدراسة: "يساعد هذا البحث في التحرك خطوة نحو فهم كيفية موت الخلية ، أماننا الآن تحد آخر وهو

استخدام هذه المعرفة في الوصول إلى طرق علاجية جديدة للعديد من الأمراض الشائعة التي تحدث نتيجة موت الخلية بشكل غير طبيعي." ، وقال الدكتور جولي شارب مدير قسم المعلومات العلمية بمعهد أبحاث السرطان بالمملكة المتحدة: " قد يتمكن العلماء في المستقبل من استخدام هذه المعلومات في التوصل إلى علاج جديد يعيد الخلية إلى دورتها الطبيعية ويوقف خلال السرطان".

وأحدث الاكتشافات العلمية الآتية من لندن تؤكد على أنه يمكن السيطرة على الخلايا السرطانية ، بل منعها من النشاط والانشاطار بإذن الله ، حيث اكتشف عدد من العلماء مفتاح وراثي يسمح للخلايا السرطانية بالانقسام والانتشار داخل الجسم، هذا الاكتشاف من شأنه أن يفتح طريقاً جديداً لمعالجة العديد من أمراض السرطان الأكثر شيوعاً ، حيث يسيطر ذلك المفتاح على إنزيم يدعى (تيلوميراسي) في الخلايا الطبيعية ، والجين الذي ينظم ذلك المفتاح مبرمج بحيث أن المفتاح لا يعمل ، بمعنى أنه لا ينتج ذلك الإنزيم (تيلوميراسي) وعندها الخلايا يمكنها فقط الانقسام لعدد محدود من المرات ، لكن الباحثين البريطانيين والسويسريين وجدوا أن خلايا السرطان تستطيع كشف ذلك الجين المتحكم بالمفتاح المسئول عنه ، وتعمل على إعادة إنتاج الإنزيم حتى تتمكن من الانقسام لعدد غير محدود ، وينشأ السرطان عندما تفقد السيطرة على خلية ما ويحدث خطأ ما وقت تبديلها، وبدلاً من أن تدمر الخلية نفسها تقوم بالانقسام بدون سيطرة مكونة ما يسمى بالورم ، وعلى الرغم من أن هناك أكثر من 200 نوع من السرطانات ، إلا أنها جميعها تبدأ بالطريقة نفسها، ويقول البروفيسور نيوبولد - من جامعة برونييل شمال لندن وعلماء آخرون من معهد بحوث السرطان السويسري : « إنهم استطاعوا التحكم بالمفتاح الخاص بإنزيم (تيلوميراسي) في أبحاثهم على الخلايا السرطانية في المختبر بإضافة جينات مأخوذة من خلايا طبيعية مما تسبب في ارتداد المفتاح في الخلايا السرطانية إلى وضعه الطبيعي والذي بدوره يوقف الخلايا السرطانية عن الانقسام» ؛

أما بخصوص الأدوية الجديدة ، يعتقد العلماء ، والذين نشروا هذا التقرير في مجلة أبحاث السرطان، أن بالإمكان إنتاج أدوية جديدة تستهدف الجين المسئول عن ذلك المفتاح حتى يوقف انقسام الخلايا السرطانية ، ولأنه نشيط في حوالي 85-90 بالمائة من أمراض السرطان، العلاج الذي يمنع إنتاج ذلك الإنزيم (تيلوميراسي) يمكن أن يكون فعالاً فعال ضد العديد من أنواع السرطان المختلفة ، وفي الخلايا الطبيعية يتوقف ذلك المفتاح عندما يكون الجنين بعمر 20 أسبوعاً تقريباً داخل الرحم، ويعتقد نيوبولد أن الإغلاق للمفتاح هي عملية وقائية لمنع حدوث السرطان ، لأنه بدون ذلك الإنزيم الخلايا لها فترة حياة محدودة، ويمكنها الانقسام فقط لعدد معين من المرات، ويعتقد نيوبولد أن تلك الآلية وجدت لحماية الإنسان من السرطان (17).

## معوقات وصول العلاج للورم السرطاني :

(17) والغذاء الجيد يعمل وبكفاءة عالية على بقاء هذا الإنزيم خاملاً بإذن الله ، كما سيأتي ذكره في موضعه بعون الله مفضلاً .



هناك معوقات كثيرة تمنع وصول العقار إلى مكان الورم ، وإذا وصل إليه فإن الضغط الداخلي له عالي جداً ( تماماً كاسطوانة الغاز الممتلئة) وبهذا يصعب على أي عقار اختراقه .. ، **كيف؟! .**

قبل أن يبدأ أحد الأدوية المحمولة بواسطة الدم الانقضااض على الورم ، فإنه لابد أن ينجز ثلاث مهمات حرجة، إذ يجب عليه أن يشق طريقه إلى داخل الوعاء الدموي المجهرى ويقع بالقرب من الخلايا الخبيثة في الورم ، وأن يخرج من هذا الوعاء عابراً إلى داخل المطرق المحيط بالوعاء (ويعرف بالنسيج الخلالي) وأن يسري أخيراً خلال هذا المطرق باتجاه الخلايا ، ولسوء الحظ فإن الأورام غالباً ما تطور أساليب تعوق كلاً من هذه الخطوات ، باستثناء المعالجة الإشعاعية فقد تسهم في إيصال العقاقير التي يحملها الدم ، إذ يعمل الإشعاع جزئياً عن طريق تحويل جزيئات الأكسجين إلى أشكال بالغة التدمير تدعى الجذور الحرة ولكن الأورام كثيراً ما تفتقر للأكسجين ، وفي محاولة لزيادة تأثير الخلايا السرطانية بهذه المعالجة ، يعطى الآن عوامل محسنة تقلد الأكسجين أو ترفع من مستوياته في الورم، ومن ثم يتم توجيه جرعة كبيرة هائلة من أشعة جاما (18)، وتدخل هذه الإشعاعات عن طريق مسارات متفرقة إلى بؤرة واحدة هي مركز الورم، ويمكن التحكم فيها بدقة عن طريق جهاز الكمبيوتر، ومن الجدير بالذكر أن هذا النظام لا يتبع إلا مع الأورام الحميدة التي لا يزيد قطرها عن 5سم فقط ، والطريقة الأضمن والأكثر شيوعاً هي استئصال الورم جراحياً ، ولكن في هذه الحالة يحتمل انتقال الخلايا السرطانية إلى مكان آخر تبحث فيه عن أمان، ونسبة انتقالها حددها العلماء بـ 33%، وفي محاولة للتغلب على هذه المشكلة، يتم الآن إعطاء جرعة من العلاج الكيماوي قبل أجراً الجراحة، أو بتبريد الورم (كيه بالتجميد) (19) ، ويفضل في كثير من الأحيان أخذ عينة من الورم قبل إجراء الجراحة، وذلك باتباع طريقتين: إما بإجراء جراحة مفتوحة متكاملة للوصول إلى موضع الورم واستخلاص عينة منه، أو باستخدام إبرة يتم إدخالها عبر الجلد باتجاه الورم، والذي يتم عادة عقب التخدير الموضعي للجلد، و أحياناً بالتخدير الكامل فهو نوعان (الخزعة الإبري التقليدي ويسمى خزعة الكتلة) باستخدام إبرة كبيرة نسبياً يتم غرزها مباشرة داخل كتلة الورم لاستخلاص عينة اسطوانية تكون كافية عادة لجميع التحاليل، إذ يبلغ قطرها حوالي 1.5 ملليمتر ، وطولها حوالي 12.5 ملليمتر، بينما تسمى الطريقة الأحدث (بخزعة أو سفت الإبرة الشعرية) باستخدام إبرة رفيعة لسحب كمية ضئيلة من أنسجة الورم، و يمكن للطبيب

(18) ويُعرف الجهاز المستخدم تجارياً باسم (المشرط الإشعاعي أو الجمانايف) .

(19) يتم باستخدام البرودة الشديدة في الكي لأثرها المثلث للخلايا ، وبدأ الأطباء في استخدام هذه التقنية جديدة لعلاج سرطان الرئة ، عبر تجميد الخلايا في درجة حرارة تصل إلى سالب 190 درجة مئوية، وذلك للمرضى الذين ليس بإمكانهم الخضوع لعمليات جراحية ، وتتضمن هذه التقنية الجديدة عمل فتحة طولها 12سم في الصدر حتى يمكن إدخال جهاز خاص إلى منطقة الورم الخبيث ، ويستخدم النتروجين السائل في تجميد الورم لجعله يتحلل مع الجسم خلال فترة تتراوح بين ثلاثة إلى ستة أشهر، وهو أمر يعتقد العلماء أنه ليس خطيراً وأن المرضى يحققون نتائج جيدة .

استهداف الموضع المتضخم و المحسوس تحت الجلد و المشتبه بكونه ورمياً، أو الموضع العميق داخل الجسم وغير المحسوس من الخارج، باستخدام التصوير الشعاعي الطبقي (مَسَحَ سي تي أو الأشعة المقطعية) لضمان دقة التوجيه نحو كتلة الورم<sup>(20)</sup>.

احتمالات الإصابة بأنواع السرطانات لدى الرجل و المرأة	
المرأة	الرجل
الجلد 3 %	الجلد 3 %
الفم 3 %	الفم 6 %
الرئة 9 %	الرئة 72 %
البنكرياس 14 %	البنكرياس 14 %
القولون 14 %	القولون 14 %
المستقيم 14 %	المستقيم 14 %
الجهاز البولي 4 %	الجهاز البولي 9 %
الرحم 13 %	
المبيض 4 %	
احتمالات إصابة المرأة بابيضاض الدم والورم الليمفي 8 % باقي الأنواع الأخرى 18 %	احتمالات إصابة الرجل بابيضاض الدم والورم الليمفي 7 % باقي الأنواع الأخرى 14 %

### مخطط السرطان لاحتلال الجسد ( أماكن انتقاله وانتشاره ) :

- سرطان المخ: لا ينتقل خارج الجهاز العصبي ( إلا في حالات نادرة )<sup>(21)</sup>.
- سرطان الميلانوما: أكثر أماكن الانتقال (الرئة – الكبد – العظام – الدماغ).
- سرطان الدرقية: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – الرئة – العظام – الدماغ).
- سرطان الرئة: أكثر أماكن الانتقال (الجنب المنصف – غدد المنطقة الليمفاوية – الكبد – العظام – الدماغ – الكظر – أعصاب المنطقة).

<sup>(20)</sup> هناك أربعة أمور هامة قبل الإقدام على هذه الخطوة المصيرية ( الجراحة ) وهي : أولاً : وأنت ذاهب إلى الطبيب قد تشعر بأن عقلك مغيب خشية أن تسمع ما تكره ، لذلك اصطحب أحداً معك . ثانياً : اطلب ممن يرافقك أن يدون الملاحظات التي يعلها الطبيب (حتى لا يفوتك منها شيء) . ثالثاً : إذا لم تستطع التركيز في أن توجه إلى الطبيب ما تريد السؤال عنه ، احتفظ بقائمة من الأسئلة ، ويجب أن يكون عندك الجراحة في أن تناقش طبيبك حول خططه لمساعدتك على الشفاء بإذن الله ، وما هي المضاعفات المحتملة . رابعاً : لا مانع من التأكد من تشخيص الطبيب الأول وذلك بالذهاب إلى آخر ، وإذا لاحظت اختلاف فعليك بالذهاب لثالث ( واحتفظ لنفسك برأي كل طبيب ) إلى أن تجد منهم رأيين متفقين على خطة علاج واحدة .

<sup>(21)</sup> تحدث لمن أصيب بأورام في الجهاز العصبي (والخ خاصة ) آلام مبرحة أثناء البرد الشديد ، والسبب هو انخفاض درجة حرارة الورم ، مما يعيق سريان الدم بداخل الأوردة والشرايين والأعصاب المحيطة به ، ولذلك يفضل ارتداء قبعة لتجنب حدوث مثل هذه الأعراض بإذن الله ، وكذلك (التدفئة الجيدة) عند إصابة النخاع الشوكي .

- سرطان الثدي: أكثر أماكن الانتقال (العقد الإبطية <sup>(22)</sup> – الرئة – العظام – الكبد – الدماغ) .
- سرطان المريء: أكثر أماكن الانتقال (الانتقال إلى الجوار – عقد المنطقة – الكبد – الرئة) .
- سرطان المعدة: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – الكبد – الرئة – الغشاء البريتوني) .
- سرطان القولون والمستقيم: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – الكبد – الرئة) .
- سرطان الكلية: أكثر أماكن الانتقال (الكلية الأخرى – عقد المنطقة – العظام – الرئة – الكبد) .
- سرطان البروستاتة: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – العظام) .
- سرطان الخصية: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – الرئة – الكبد) .
- سرطان المبيض: أكثر أماكن الانتقال (الغشاء البريتوني – عقد المنطقة – الرئة – الكبد) .
- سرطان عنق الرحم: أكثر أماكن الانتقال (عقد المنطقة – جدار الحوض – المهبل – الأعضاء المجاورة) .
- سرطان جسم الرحم: أكثر أماكن الانتقال (الأعضاء المجاورة – عنق الرحم – عضلة الرحم) .



<sup>(22)</sup> الغدد الليمفاوية تحت الإبط .

## الفصل الثاني : فيتامينات وأغذية تؤثر على السرطان

### أولاً : ما هي الفيتامينات ؟ :

الفيتامينات <sup>(23)</sup> هي عبارة عن مركبات ضرورية للنمو والصحة , وهي في الغالب تؤخذ من مصادرها الطبيعية , والفيتامينات بعضها مركبات أساسية من الإنزيمات وبعضها تشكل جزءاً أساسياً من الهرمونات , ومهمتها تحفيز التفاعلات الكيميائية في الجسم وإتمامها وتساعد على التكاثر .

### أقسام الفيتامينات :

تنقسم الفيتامينات إلى قسمين أساسيين :  
مجموعة الفيتامينات التي تذوب في الدهون: مثل فيتامين ( أ.د.هـ.ك ) .  
مجموعة الفيتامينات التي تذوب في الماء: مثل فيتامين (سي.ومجموعة فيتامين بي) .

### حقيقة علمية :

كشف العلماء في معهد الأغذية في نورثس ببريطانيا عن الخصائص الدقيقة في بعض الخضراوات التي قد تمنع الإصابة بالسرطان , وقال الدكتور ديفيد هيويز : « إن البحث الذي يجريه المعهد ينظر في الميكانيزمات المحتملة التي يمكن أن تؤثر بها مكونات هذه الخضراوات في خلايا المناعة التي تحارب السرطان داخل الجسم» .

### ❁ أقوال العلماء عن فوائد الفيتامينات والمعادن وتأثيرها على إضعاف

#### وإبادة الخلايا السرطانية

**نقص الفيتامينات سبب رئيسي للسرطان :** حذر الباحثون في جامعة كاليفورنيا الأميركية من أن نقص أي مادة من العناصر الغذائية أو الفيتامينات المهمة الضرورية لسلامة الجسم وصحته قد يكون سبباً رئيساً في ظهور السرطان , وأوضح هؤلاء أن نقص حمض الفوليك أو فيتامينات (ب 12) أو (ب 6) أو (سي) أو (أي) أو النياسين أو الحديد أو الزنك , يشبه في تأثيره تأثير الإشعاع والمركبات الكيميائية في تدمير المادة الوراثية (دي إن إي) من خلال تكسير سلسلتيه أو إحداث تغيرات تأكسدية أو كليهما معاً , وقال الباحثون إن 10 في المائة من سكان الولايات المتحدة يعانون من نقص حمض الفوليك الذي يسبب تكسر الكروموسومات وإتلاف المادة الوراثية وبالتالي زيادة خطر الإصابة بسرطان القولون , وأظهرت بعض الدراسات أن نقص فيتاميني (ب 12) و(ب 6) يسبب تلف المادة الوراثية بطريقة مشابهة لنقص الفوليك الأمر الذي يفسر السبب وراء زيادة معدل الإصابة بمعظم أنواع الأمراض السرطانية بين الأشخاص الذين لا يستهلكون الكثير من الخضراوات والفواكه بحوالي الضعف عن الأشخاص الذين يتناولون أعلى الكميات وأشارت الدراسات إلى أن 80 في المائة من الأطفال والمراهقين الأميركيين ونحو 68 في

<sup>(23)</sup> يُلاحظُ أن تناول الفيتامينات بكثرة وبكمية كبيرة وبدون ضابط يجعلها تترسب في طبقات الجسم وتحدث أضرار بالغة .و يوجد 13 فيتاميناً . فبالإضافة لفيتامين ( أ . ج . د . هـ ) يوجد 8 فيتامينات تنتمي لمجموعة فيتامين (بي) وهي: (النياسين) ، (1) ، (ريبوفلافين) ، (2) ، (بيريدوكسين) ، (بي6) ، (سيانوكوبولامين) (بي12) ، (بيوتين) ، (حمض الفوليك) ، (بي.سي) ، (نياسين) ، (بي.بي) ، (حمض البانتوثين) ، (بي5) .

المائة من البالغين لا يتناولون الكمية الموصى بها من الفواكه والخضراوات التي تبلغ خمس حصص يومياً ، وقد حذر باحثون مختصون في الولايات المتحدة من أن الفيتامينات الصناعية قد تحتوي على كميات كبيرة وخطيرة من المواد الكيميائية التي تهدد حياة مستهلكيها ، وجاء هذا التحذير عقب إصابة رجل بالتسمم بسبب أقراص الفيتامينات التي تناولها إذ تعاطى جرعة زائدة من فيتامين (د)، ولكنه شفي بعد التوقف عن تعاطيها ، وحسب التقرير الذي سجلته مجلة « نيو إنجلاند » الطبية، وجد الباحثون في جامعة بوسطن الأميركية بعد إجراء تحليل لأقراص الفيتامينات التي تناولها الرجل ومجموعة أكبر من الأقراص أن قرصاً واحداً منها يحوي كمية من الفيتامين أكبر من المعلن عنها بنحو (430) مرة وأقراصاً أخرى تحوي كمية أكبر بنحو (26) مرة ، وألقى الباحثون باللوم على قلة التنظيم وضعف الرقابة في الولايات المتحدة مشيرين إلى أن إدارة الأغذية والعقاقير الأميركية لم تقم بالتصديق على إنتاج مثل هذه الأقراص .<sup>(24)</sup>

### فيتامين (سي) :

يقول العالم الياباني موريشيج : « إنه قد تحقق المزيد في معالجة الحالات السرطانية الشديدة باستخدام الفيتامينات خاصة فيتامين (سي) وأن إشراك مقادير عالية من هذا الفيتامين مع المداواة قد يطيل من عمر المصابين حتى المتقدمين في مراحل هذا المرض ، ويرى بعض الأوساط أنه ربما أمكن الاستفادة من فيتامين (سي) لإذابة الأورام ، ففي سلسلة من التجارب المخبرية على حيوانات التجارب لوحظ أن مزيجاً من فيتامين (سي) والنحاس كان له تأثيراً مبيداً للسرطان وهو تأثير أقوى من مفعول كل مادة على حدة ، وقد طبق هذا المزيج على سيدة في الرابعة والثلاثين من عمرها مصابة بسرطان في العظم وفي مرحلة متقدمة من المرض وكانت حالتها معتادة على المعالجة الكيميائية كما كان الألم شديد لدرجة أن المسكنات لم تعد مجدية معها ، وكم كانت النتائج مثيرة للدهشة (هكذا يقول الدكتور موريشيج) ، فبعد شهرين من المعالجة بهذا المزيج زال الألم الشديد من ذراعها كما زال الشلل الخفيف الذي كان به ، وقد أظهرت صور الأشعة تراجعاً كلياً للورم وتكلس خلال أربع أشهر من المعالجة به ، وبعد مرور سنتين كانت السيدة معافاة تماماً من أثر هذا الداء».

وفيتامين (سي) متوفر بمصدره الطبيعي والصناعي ، فهو موجود في الحمضيات بشكل عام مثل : البرتقال واليوسفي والليمون بأنواعه ، وأيضاً موجود في الطماطم والسيانخ والبطاطا والكرنب و المانجو والأناناس والكمثرى والتفاح والبطيخ والفلفل الأخضر والحار ، والجوافة ، والملفوف ( الكرنب ) ، واللفت والقرنولة .

### فيتامين (أ) أو الكاروتين :

<sup>(24)</sup> لذلك ، أضمن شيء للحصول على الفيتامينات والمعادن هو من مصادرها الطبيعية كما سيأتي ذكره بإذن الله .

أشارت الأبحاث الجارية في جامعة بافيا الإيطالية إلى أن مادة بيتاكاروتين هي طليعة لفيتامين (أ) قد تضعف وتقلل من فرصة الإصابة بسرطان الجلد، وقد قام العلماء بإجراء دراسة للتحقق من تأثير هذه المادة المضادة للسرطان وذلك بإعطاء حيوانات المختبر جرعة من مادة (البيتاكاروتين) مع تعرضهم لمواد مسرطنة والأشعة فوق بنفسجية (وهي الجزء المسرطن لأشعة الشمس)، فكانت النتيجة أن نسبة الإصابة بالسرطان في التي أعطيت (البيتاكاروتين) كانت أقل من المجموعة التي لم تُعط هذه المادة، ويستخلص العلماء من هذه التجربة أن (البيتاكاروتين) لها تأثير مضاد للأورام ، لأنها تساعد الجسم على تعطيل عملية الأكسدة والتي تسببها عدة عوامل ، ويقول الدكتور سانتا ماريا : « إن الأبحاث الجارية تهدينا إلى معرفة وقف تشكيل خلايا سرطان الجلد لدى الإنسان باستخدام مادة (البيتاكاروتين) وأن المعطيات تشير إلى ميزة هذه المادة بكونها خالية من أي تأثير سمي» .

وبعد إجراء مزيد من البحوث إكتشف العلماء في معهد الأغذية في نورتش ببريطانيا عن الخصائص الدقيقة في بعض الخضراوات التي قد تمنع الإصابة بالسرطان ، قال الدكتور ديفيد هيوز : « إن البحث الذي يجريه المعهد ينظر في الميكانيزمات المحتملة التي يمكن أن تؤثر بها مكونات هذه الخضراوات في خلايا المناعة التي تحارب السرطان داخل الجسم ، وإن البحث يتركز على مادة (البيتاكاروتين)، وهي المادة التي تضيف على بعض الخضراوات والفاكهة اللون الأصفر ، فقد غذى الباحثون المتطوعين الأصحاء من الذكور بمادة (البيتاكاروتين) ، وراقبوا أثرها في خلايا المناعة لديهم، وتشير النتائج التي حصلنا عليها إلى أن مادة (البيتاكاروتين) بمستوى معين يمكن تحديده عن طريق نظام غذائي خاص ، وقال الدكتور هيو: « إن فريق البحث مهتم أكثر بأثر ذلك في كبار السن فلدينا دليل الآن يبين لنا أن نظام المناعة في الجسم يقل مع كبر السن، وهناك دليل أيضاً على أننا يمكن أن نقوي وظيفة المناعة في الجسم لدى كبار السن بحيث يماثل ما هو لدى الشباب عن طريق تناول الخضراوات والفاكهة » .

وفيتامين (أ) متوفر بمصدره الطبيعي والصناعي موجود في الفواكه والخضراوات ذات اللون الأصفر القاني مثل: المشمش الطازج والشمام والجزر واليقطين (القرع الأصفر) والبطاطا الحلوة والطماطم والبطيخ والجزر، وأيضاً في الخوخ و البرقوق صفار البيض والبروكولي (نوع من أنواع القرنبيط) واللفت والخس والكبد والحليب والسبانخ والكوسة و النعناع و المقدونس .

### مادة أخرى مشتقة من فيتامين (أ) :

لقد استخدم العلماء في كلية الطب بجامعة بنسلفانيا مادة مشتقة من فيتامين (أ) و تعرف بـ (حامض ريتينهيبيك 13) في معالجة سوء النمو النخاعي وهو داء طليعة ابيضاض الدم ، ولا يتجاوب هذا الداء إلا بشكل إفرادي مع المعالجة الكيميائية ، ويندر أن يتراجع وغالباً ما يكون مميتاً ، وقد عولج بها 18 مريضاً ولمدة عدة أشهر ، فلوحظ تراجع في المرض بشكل جزئي ولمدة خمسة أشهر لدى مريضين،

كما لوحظ تراجع كاملاً للمرض لمدة سنتين لدى مريضين آخرين ، ويقول الدكتور بيما : « إن تراجع المرض بهذا الشكل الكامل أمر مثير للدهشة والسرور ولم تعد في أي معالجة دوائية القدرة على إحداث هذا التراجع ولو على المدى البعيد ، ولابد من الإشارة هنا إلى أن استخدام المواد الكيميائية في معالجة هذا الداء يزيل الخلايا الطبيعية والخبيثة معاً وأن الميزة في استعمال هذه المادة هي أن تحدث تراجعاً للمرض دون حدوث آثار جانبية من الدواء » .

### فيتامين (ك):

لقد وجد العلماء بمختبر المركز الطبي بجامعة لوس أنجلوس أن قوة تأثير فيتامين (ك) على الأورام يماثل قوة تأثير المعالجة الكيميائية أو الإشعاعية عليها ، وقد انتزعوا أورام خبيثة مختلفة من عدد من المرضى وأخضعوها لتجربة فيتامين (ك) عليها فلاحظوا أنها توقفت عن النمو ، ويعتبر هذا التأثير المثبط لنمو الأورام يشبه النتائج المعالجة بالطرق التقليدية ، هذا ولم يكن تأثير فيتامين (ك) مفاجئاً ، فقد أشارت الأبحاث إلى أن إعطاء فيتامين (ك) لبعض المرضى مع المعالجة الإشعاعية كان يساعدهم على إطالة الأعمار عن غيرهم من الذين لم يتناولوه ، ويقول الدكتور شوابوسكي : « إن الخطوة التالية ستكون البحث عن تأثير فيتامين (ك) على الأورام إذا أعطى بمفرده مباشرة » .

وفيتامين (ك) متوفر بمصدره الطبيعي في البروكولي والكرنب أو الملفوف والجبن الشيدر و أوراق الخس الخضراء ، والكبد ، والسبانخ واللفت والجوز واللوز وزيت فول الصويا والفول السوداني والكستناء والذرة وزيت جنين القمح والأسماك .

### فيتامين (هـ) أو التوكوفيرول :

في مركز العلوم الصحية بجامعة دنفر بكلولورادو ، وجدت الأبحاث المخبرية أن فيتامين (هـ) قد يوقف نمو الخلايا السرطانية للبروستاتا ، ويقول الدكتور برا ساد : « إن نتائج الأبحاث المتوفرة لدينا توحي بأن فيتامين (هـ) قد يفيد في معالجة المصابين بسرطان المثانة » .

وفيتامين (هـ) متوفر بمصدره الطبيعي في الأسماك والحبوب والحليب والكبد والكلوي وصفار البيض .

### فيتامين ب6 (بايرونوكسين) :

لاحظ دكتور لادنر من جامعة فرايبورغ بألمانيا بعد استخدام فيتامين (ب6) أنه أعطى نتائج جيدة للمصابين بسرطان المراحل المتقدمة ، وقد طبقت المعالجة على حالات متقدمة من سرطان الثدي وعنق الرحم ، وقد أعطى لمجموعة منها 300 ميليجرام يومياً من فيتامين (ب6) لمدة خمسة أسابيع ، أما المجموعة الثانية فقد



عولجت بالإشعاع فقط (25) ، وكانت نتائج التجربة كما يلي: 41 % من نساء المجموعة الأولى قد عاشت لأكثر من خمس سنوات بعد تشخيص المرض ، في حين أن 56 % من نساء المجموعة الثانية لم تتخط الخمس سنوات ، ويعتقد الدكتور لاندن أن ازدياد المدة عن الحد المرتقب للبقاء على قيد الحياة قد يعود لقابلية فيتامين (ب6) على إبطال بعض الآثار السلبية للمعالجة بالإشعاع .  
وفيتامين (ب6) متوفر بمصادريه الطبيعي في خميرة البيرة والموز و الجوز و الكبد والدجاج والحبوب والعدس والبطاطا والقمح والبسلة والسبانخ والبروكلي .

### فيتامين دال (د) :

أكدت دراسات علمية نشرت مؤخراً في مؤتمر للجمعية الأمريكية لبحوث السرطان (وبشكل شبه قاطع) أن السيدات اللاتي يتناولن كميات مناسبة من فيتامين (دي) يكن أقل عرضة للإصابة بسرطان الثدي ، وجاءت نتائج دراستين حديثتين لتضيف دليلاً جديداً على مدى الدور الذي يمكن أن تقوم به أشعة الشمس في الوقاية من الكثير الأمراض السرطانية المختلفة، وأثبتت نتائج إحدى الدراستين أن السيدات اللاتي حصلن على مستويات عالية من فيتامين (دي) انخفضت نسبة إصابتهن بسرطان الثدي إلى حوالي 50 في المائة، كما أن اللاتي حصلن على مستويات أقل انخفضت احتمالات إصابتهن بالمرض بنسبة 10 في المائة ، ووجدت الدراسة الثانية التي أجراها باحثون كنديون، أن السيدات اللاتي تقضين بعض الوقت خارج المنزل أو تتناولن فيتامين (دي) في غذائهن (وخاصة من هن في سن المراهقة) تنخفض معدلات إصابتهن بسرطان الثدي بنسبة تتراوح بين 25 و45 في المائة، أي أقل من السيدات اللاتي لا تتناولن كميات مناسبة من الفيتامين ، وقالت رئيسة الفريق البحثي بمستشفى مونت سيناي في تورنتو : « التعرض لفيتامين (دي) خلال الفترة التي ينمو فيها الثدي خاصة بالنسبة للمراهقات، قد يكون أمراً مهماً » .  
ويوضح الدكتور مارتن هويسون ، قائد فريق البحث في جامعة برمنجهام ومستشفى اس تي جورج في لندن السبب الرائع لفاعلية فيتامين (دي) بقوله : "عملنا يوضح أن الثدي فيه مصنع داخلي لتوليد الشكل ويعتقد الباحثون أن وجود مصنع داخلي لمكافحة السرطان يعد جزءاً من رد فعل الوقاية الطبيعية للثدي ضد الإصابة بورم سرطاني المقاوم للسرطان من فيتامين (دي) " .

ويمكن لجسم الإنسان أن يقوم بتوليد فيتامين (دي) أثناء تعرضه لأشعة الشمس في أوقات معينة، حيث أن التعرض لفترات طويلة لأشعة الشمس قد يؤدي للإصابة بسرطان الجلد ، ويرى العديد من الأطباء أن أفضل معدل للتعرض لأشعة الشمس، يجب ألا يزيد عن 15 دقيقة، لعدة مرات خلال الأسبوع ، ويستطيع الفيتامين أن يقلص خطر الإصابة بأنواع كثيرة من السرطانات عن طريق منع نمو أوعية دموية جديدة تسمح للسرطان بالانتشار، وهي عملية تعرف باسم (تولد الأوعية) .

(25) من المعروف أنه لا يجوز تعدي جرعة فيتامين (ب6) عن 50 ميليجرام بدون إشراف طبي .

ويقول علماء ان استخدام جرعات كبيرة من "فيتامين دي" يمكن ان تخفض الى النصف مخاطر التعرض للإصابة بالسرطان ، وقام باحثون بمراجعة 63 دراسة قديمة وخلصوا الى ان "فيتامين دي" يمكن ان يخفض مخاطر تطور سرطان الثدي والأعضاء التناسلية والقولون وأنواع أخرى من السرطان ، وقد أجريت هذه الدراسات ونشرت ما بين أعوام 1966 و 2004 ، وهي تشمل 30 دراسة بحثية حول سرطان القولون و 13 حول سرطان الثدي، و 26 حول سرطان البروستاتا و 7 حول سرطان الأعضاء التناسلية ، وقال الباحثون على الاثر ان التحليلات تشير الى انه في انواع معينة من السرطان فانه لا يمكن تجاهل دور "فيتامين دي" ، الا ان الباحثين يقولون ان هناك حاجة لاجراء المزيد من الابحاث للتوصل الى رأي قاطع ، وقد تم نشر الدراسة في مجلة الجمعية الامريكية للصحة العامة ، ورحبت الجمعيات الخيرية بحذر بالدراسة التي اجرتها جامعة كاليفورنيا، الا انها نبهت الى ان الافراط في استخدام "فيتامين دي" يمكن ان يلحق اضرارا بالكلية والكبد ، وينتج الشكل الطبيعي من "فيتامين دي" من الجلد عقب التعرض لاشعة الشمس ويطلق عليه "دي -3"، ورصدت الدراسة التي اجريت في جامعة كاليفورنيا بسان دييغو العلاقة بين تناول "فيتامين دي" وانخفاض معدلات الإصابة بالسرطان ، وفي هذا السياق اشارت الدراسة الى تزايد معدلات الإصابة بالسرطان بين الافارقة والكاريبين مقابل انخفاضها لدى البيض ، ربما بسبب ان البشرة السوداء لا تنتج كمية كافية من "فيتامين دي" ، ويقول العلماء ان تناول 25 ميلجرام من "فيتامين دي" يوميا يمكن ان يقلل خطر الإصابة بسرطان القولون بنسبة 50 بالمئة وخطورة الإصابة بسرطان الثدي والمبايض بنسبة 30 بالمئة ، الا ان العلماء اقرروا بأن تناول كميات اكبر من فيتامين (دي) هو امر يجب التعامل معه بحذر ، ويقول العلماء ان تناول خمسين ميلجرام من "فيتامين دي" قد يؤدي الى ان الجسم قد يمتص كمية كبيرة من الكالسيوم وهو امر قد يتسبب في الاضرار بالكبد والكلية ، ويرى البروفيسور سيدريك جارلاند الذي ترأس فريق البحث انه تبين ان هناك حاجة لايلاء "فيتامين دي" عناية اكبر ، ويعتبر جارلاند انه في حال عدم وجود اشعة شمس كافية، فانه يمكن الحصول على الفيتامين من مصادر أخرى، غير انه اشار أيضا الى ان التعرض للشمس له محاذير أخرى ، ويضيف على ذوي البشرة الداكنة التعرض بشكل اكبر لاشعة الشمس من اجل الحصول على كمية كافية من "فيتامين دي".

ويوجد فيتامين (دي) في الكثير من الأطعمة ، زيت كبد السمك و منتجات الألبان و البيض كلها تحتوي على فيتامين (دي) ، و يوجد هذا الفيتامين في سمك السلمون و السردين و التونة ، وكذلك يوجد في الشوفان والبطاطا والزيت النباتية .

يحتاج الجسم إلى 200 وحدة دولية يوميا للرجل ، و 200 وحدة دولية يوميا للمرأة من فيتامين (دي) .

الكالسيوم :

في دراسة حديثة أجريت على 45000 امرأة أمريكية، تبين أن تناول الكالسيوم، سواء كان على شكل حبوب أو بالمواد الغذائية المحتوية عليه، سيساعد في الوقاية من الإصابة بالسرطان المستقيمي الشرجي ، وأظهرت الدراسة نتائج أفضل عندما تمت مشاركة الحمية الغنية بالكالسيوم مع العقاقير المحتوية عليه ، النساء اللواتي حصلن على الكالسيوم من حميتهن الغذائية كانت احتمالات الإصابة لديهن أقل بنسبة 26 بالمائة، بالمقارنة مع النساء اللواتي احتوت حميتهن الغذائية على نسبة قليلة من الكالسيوم ، والنتيجة المثلى كانت لدى النساء اللواتي مزجن حميتهن الغذائية الغنية بالكالسيوم مع أدوية إضافية مركبة من الكالسيوم أيضاً لزيادة كمية الوارد منه ، وبالتالي ارتفعت النسبة إلى 46 بالمائة، (ولم يتمكن الباحثون في جامعة مينيسوتا الأمريكية من معرفة الآلية التي يؤثر بها الكالسيوم في تخفيف نسبة الإصابة بسرطان المستقيم والشرج) ، وسبق أن أكدت دراسات أخرى نفس تأثير الكالسيوم على الرجال أيضاً<sup>(26)</sup> .

والكالسيوم موجود بكثرة في الألبان (منزوعة الدسم) ومنتجاتها ، وفول الصويا والبقდونس والجوافة .

### • الأغذية المفيدة في مكافحة السرطان

أعلن باحثون أن التنوع في تناول أطعمة قد يساعد في مكافحة السرطان ، ويقول العلماء إن الجمع بين نوعين من مكونات الطعام تدعى (سولفورافان) و (سلنومي) يزيد من القدرة على مكافحة مرض السرطان بنحو 13 مرة عن تناول أيهما بشكل منفرد، وقد يعني هذا الاكتشاف أنه قد يصبح من الممكن تحديد نظام غذائي معين يساعد في القضاء على السرطان ، وركز باحثون من معهد الأبحاث الغذائية على الجينات أو المورثات التي تلعب دوراً هاماً في تكوين وتطوير الأورام وانتشار خلاياه، وعندما تم الجمع بين تناول السولفورافان والسلنومي كان هناك أثر أكبر على الجينات من تناول أيهما منفرداً. ويرتبط نقص السلنومي بالإصابة بأنواع كثيرة من السرطان ، من ضمنها سرطان البروستاتا ، غير أن الحمية الغذائية تتضمن نصف معدلات السلنومي المعدني وتوجد السولفورافان، وهي مادة كيميائية مستخلصة من النباتات وتستخدم لمنع ومعالجة السرطان، بكميات كبيرة مركزة في القرنبيط والكرنب والملفوف والبقلة المائية ، وتحتوي المكسرات والدواجن والأسماك والبيض وبذور دوار الشمس والفطر على كميات غنية من مادة السلنومي.

(26) سبحانه الله ، إذا كان علماء الدنيا لم يتمكنوا من معرفة كيف يتم التأثير الفعال لنوع واحد من المواد ( على السرطان ) والتي حبانها الله بها ، والموجودة بكثرة في عناصر مُشار إليها منذ مئات السنين ، سواء في القرآن الكريم أو في السُنّة النبوية المطهرة ؟! ، أليس هذا مدعاة إلى انتهاج نهج من قال في حقه سبحانه : ﴿ وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا ﴾ [الحشر : 7] ، لكي نتجنب الأخطار والأهوال ؟!!!! .

**\* الوجبة المتكاملة ( تمر ولبن ) :** هما أفضل ما يتناوله الإنسان خاصة عند الصوم كما أكدت هذا السنة الشريفة وأيدتها الدراسات العلمية الحديثة ، فقد كان رسول الله ﷺ يفطر على تمر ، كما في الصحيحين عن رسول الله ﷺ قال : **« مَنْ تَصَبَّحَ بِسَبْعِ تَمَرَاتٍ عَجْوَةً لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سُمٌّ وَلَا سِحْرٌ »** (27) .  
وعنه ﷺ أنه قال :

**« بَيِّتٌ لَا تَمْرَ فِيهِ جِيَاعٌ أَهْلُهُ أَوْ جَاعَ أَهْلُهُ »** (28) .

وفي قوله : **« جِيَاعٌ أَهْلُهُ أَوْ جَاعَ أَهْلُهُ »** تفصيل (29) .

وكان ﷺ عند الصوم يفطر على تمر ولبن ، وأكدت الأبحاث العلمية فوائدهما العديدة لجسم الإنسان سواء في غذائه أو للحماية من الأمراض ، فكلاهما يمدان الجسم بما يحتاجه من العناصر العديدة ويحميانه في ذات الوقت من بعض الأمراض والمشاكل الصحية ، وتكوين مضاد حيوي ، فالكوليرا لا تعيش في التمر أكثر من ثلاثة أيام ، وهذا يؤكد على أن التمر يحتوي على مضادات للميكروبات، وأن الكيلو جرام الواحد من التمر يعطي نفس القيمة الحرارية التي يعطيها اللحم، وأن ما يعطيه الكيلو الواحد من البلح يعادل ثلاثة أضعاف ما يعطيه كيلو واحد من السمك ، والتمر يتلقاه الكبد بسرعة فينشط الجسم وفائدته تصل إلى المخ عن طريق الكبد ، وعناصر التمر الغذائية تمد الجسم بالطاقة الحرارية والنشاط ويساعد على تنشيط إفرازات الجهاز الهضمي التي تساعد على هضم الطعام ، كما يحتوي التمر على نسبة عالية من الأحماض الأمينية اللازمة لبناء خلايا الجسم وإصلاح ما تلف منها وإجراء وظائف حيوية عديدة ، وأيضاً يحتوي على مضادة للأكسدة وهي مواد تساعد في الوقاية من الأمراض أو علاج الفيروسات الشاردة (مثل الخلايا السرطانية) ، وأثبتت الدراسات أن الأفراد الذين اعتادوا كثيراً على تناول التمر تقل لديهم نسبة الإصابة بالأورام سواء كانت حميدة أو خبيثة . وأكدت دراسة علمية أجراها المركز القومي المصري للبحوث أن التمر أو البلح المجفف يساعد في الحماية من السرطان وتسوس الأسنان ويقوى العصب البصري ، وبينت الدراسة أن أثر الوقاية الصحية في التمر يعود إلى احتوائه على مجموعة كبيرة من العناصر الغذائية، أهمها الحديد

(27) البخاري (5769) ، ومسلم (2047) .

(28) مسلم (2046) ، وأبو داود (3831) ، والترمذي (1815) ، وابن ماجه (3327) ، والدارمي (2060) ، وأحمد

(179/6 ، 188) عن عائشة . . . ومعظم البيوت الآن عندها من الطعام ما لذ وطاب، ولكن نرى معنى الجوع هنا هو الافتقار

إلى الغذاء الصحي .

(29) قيل : أراد به أهل المدينة ومن كان قوتهم التمر ، أو المراد به تعظيم شأن التمر . قال القاضي أبو بكر بن العربي في « شرح الترمذي » : « لأن التمر كان قوتهم فإذا خلا منه البيت جاع أهله ، وأهل كل بلدة بالنظر إلى قوتهم يقولون كذلك . وقال النووي : فيه فضيلة التمر وجواز الإذخار للعيال والحث عليه . قال الطيبي : ويمكن أن يحمل على الحث على القناعة في بلدة يكثر فيه التمر يعني بيت فيه تمر وقنعوا به لا يجوع أهله وإنما الجائع من ليس عنده تمر ، وينصره حديث عائشة : كان يأتي علينا الشهر ما نوقد فيه ناراً إنما هو التمر والماء إلا أن يؤتى بالحلح ... انظر : تحفة الأحوذى (18/5) ، فيض القدير

(273/3) .

والمغنيسيوم ومجموعة فيتامين (ب) ومادة الفلوريد التي تزيد نسبتها في التمر عن الفواكه الأخرى بخمسة أضعاف ، كما يحتوي التمر على فيتامين (ج) وبروتين وسكريات بنسبة 85 بالمائة، ودهون وألياف وأحماض أمينية تنشط التفاعلات الكيميائية .

أما بخصوص اللبن ، فإن القيمة الغذائية له لا ترجع فقط إلى تركيبته الغنية بكثير من المقومات اللازمة للصحة ، إنما ترجع لتواجدها بنسب متوازنة وهو ما لا يتحقق في تركيبة الأغذية الأخرى ، ويمكننا القول بأن اللبن غذاء يقارب الكمال، وصدق الله العظيم إذ يقول : ( وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَنًا خَالِصًا سَائِغًا لِلشَّارِبِينَ ) [ النحل : 65 ] ، وقريباً جداً أظهرت الدراسات الحديثة أن اللبن البقري النظيف به مواد تفتك بالخلايا السرطانية ، وهذا يؤكد صدق كلام رسول الله ﷺ :

« إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمْ يَضَعْ دَاءً إِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً ، فَعَلَيْكُمْ بِاللَّبَنِ الْبَقَرِ فَإِنَّهَا تَرُمُّ مِنْ كُلِّ الشَّجَرِ » (30)

### \* عسل النحل :



ذكره الله سبحانه في القرآن الكريم لما له من فائدة عظيمة فقال جل شأنه : ( وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنْ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ . ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ) [ النحل : 68-69 ] .

كما لقي عسل النحل في السنة النبوية المطهرة تقديرًا كبيراً ، وكان النبي ﷺ يشربه بالماء على الريق وقال :

« عَلَيْكُمْ بِالشِّفَاءَيْنِ الْعَسَلِ وَالْقُرْآنِ » (31) .

وقال ﷺ :

« مَنْ لَعِقَ الْعَسَلَ ثَلَاثَ غَدَوَاتٍ كُلَّ شَهْرٍ لَمْ يُصِبهْ عَظِيمٌ مِنَ الْبَلَاءِ » (32) .

(30) أحمد (315/4) ، والنسائي في الكبرى (6864 ، 7566 ، 6567) . قال الشيخ شعيب الأرناؤوط : حديث حسن لغيره ،

وهذا إسناد مختلف فيه على قيس بن مسلم .

(31) ابن ماجه (3452) ، وأبو نعيم في الحلية (133/7) ، والبيهقي (19349) ، والحاكم (7435 ، 8225) ، تاريخ بغداد (385/11) ، الكامل لابن عدي (209/3) مرفوعاً وإسناده ضعيف .. وأخرجه ابن أبي شيبة (23689 ، 30019) ، و الحاكم (7437) موقوفاً ورجاله رجال الصحيح ، كثر العمال (28102) ، الجامع الصغير (5534) ، كشف الخفاء للعجلوني (1870) .

(32) ضعيف ، أخرجه ابن ماجه (3450) ، وأبو يعلى (6415) ، والطبراني في الأوسط (415) ، والبيهقي في شعب الإيمان (5930) ، جمع الجوامع (6533) ، كثر العمال (28169) ، جامع الأحاديث (23799) ، السلسلة الضعيفة و الموضوعة للألباني (2 / 183) رقم (762) ، ضعيف الجامع (5831) .

وعسل النحل أسرع المواد الكربوهيدراتية جميعاً تمثيلاً في الجسم ، ولذلك ينتج طاقة أسرع من النشا والسكر دون أن يتحمل الجهاز الهضمي أدنى تعب أو عناء، ولذلك نرى الأطباء كثيراً ما ينصحون بالابتعاد عن السكريات الصناعية واستعمال عسل النحل بدلاً منها، فإن هذه السكريات ثنائية معقدة تجهد الجهاز الهضمي حتى تتأكسد وتتحول إلى سكريات احادية، ويقوم البنكرياس بإفراز إنزيمات خاصة لتحويل السكريات الصناعية إلى نشا حيواني (جليكوجين) يمكن للجسم أن يستفيد منه عند الحاجة، فإذا زادت كمية ما يتناوله الإنسان من السكر الصناعي سبب ذلك إجهاداً للبنكرياس، وهذا الأمر يؤدي إلى الإصابة بالبول السكري، مما يؤثر بدوره على الكلى والدورة الدموية (وذلك لأن القدر المتبقى من السكر دون هضم يبقى كمادة سامة في الجسم ينتج عنها الشعور بالتعب) ، كما يتميز عسل النحل عن غيره من الأغذية باحتوائه على مجموعة كبيرة من الإنزيمات التي اكتسب بعضها من أمعاء النحل وبعضها من رحيق الأزهار ، وهذه الميزة تجعله مساعد على الهضم وخفيفاً على المعدة، كما تقوم هذه الأنزيمات بدوراً كبيراً في مساعدة الخلايا على القيام بوظائفها الحيوية ، (ويجب ملاحظة أن هذه الميزة لا تتوفر إلا في العسل الخام النقي فقط) ، حيث أن عملية طبخ أو تسخين العسل يفقد هذه الأنزيمات فاعليتها ، ويحتوي العسل على كل الفيتامينات وهرمونات قوية منشطة فعالة بها مضادات حيوية تقي الإنسان من كافة الأمراض وتفتك بأعتى الجراثيم و المكروبات بإذن الله ، فجرثومة التيفويد تموت بعد وضعها في العسل بحوالي 24 ساعة وجرثومة التيفوس تموت بعد 48 ساعة وجرثومة الإلتهابات الرئوية تموت بعد 4 أيام وجرثومة الدوسنتاريا تموت بعد 10 ساعات ، وقد أكتشف حديثاً أن بالعسل مادة الديوتيريوم (33) المضادة للسرطانات، و كيلو من عسل النحل النقي يعادل في قوته الغذائية 12 كيلو من الخضروات أو 60 برتقالة أو 50 بيضة أو 26 موزة أو 5 لتر من اللبن، وقال أبو الطب أبو قراط : «إذا أردت الاحتفاظ بشبابك فعليك بتناول ملعقة من عسل النحل يومياً» .

وقال الدكتور أولد فيلد : « الأغذية الرخيصة ليست دائماً رخيصة، والأغذية الغالية قد تكون هي الرخيصة في النهاية، ولتوضيح هذه العبارة لنتصور أننا اشترينا كيلوجراماً من غذاء ما، ويتكون نصف هذا الغذاء من مواد قابلة للهضم مثل القشر والبذور، فإذا تأملنا ذلك وجدنا أن الثمن الذي دفعناه هو في الحقيقة مدفوع مقابل نصف الكيلوجرام فقط بشكل صافٍ، وقد يكون القسم الباقي محتويًا على نسبة عالية من الألياف (السليولوز) التي تمر في الجسم دون هضم، وبالتالي يكون الغذاء الصافي هو كمية قليلة من ذلك الكيلوجرام، ويصبح الثمن المدفوع في الغذاء الحقيقي أضعاف الثمن الظاهر، وإذا انتقلنا إلى العسل وجدنا أن العسل الصافي النقي ليس له فضلات (فكله غذاء) وبالتالي فالثمن المدفوع في العسل هو إذن للحصول على غذاء كامل» .

(33) الهيدروجين الثقيل .



وفي دراسة حول ظاهرة تلوث العسل أجرى فريق علمي من المركز القومي للبحوث بمصر وأساتذة الباطنة والتغذية دراسة ، وقد أثبتت الدراسة أن عسل النحل يتأثر بالمبيدات ، ووجدت بقاياها في العسل خاصة المبيدات الفسفورية مثل (الملاثيون والدايمثويت) ، وهذه البقايا أثرت على وظائف الكبد في الإنسان ، حيث أعطيت ملعقة كبيرة من عسل النحل مدة 3 شهور لبعض الأشخاص ، وتبين تأثر وظائف الكبد لديهم ، بالإضافة إلى أن آثار المبيدات قللت من القيمة العلاجية والغذائية لعسل النحل . وقد ذكر خبراء النحل أن المبيدات الكيماوية إذا وجدت في العسل فلا يمكن أن تكون النحلة هي التي أدخلتها إلى الخلية (لأن النحلة لا تقف على زهرة ملوثة بهذه المبيدات، ولو وقفت عليها أو امتصت رحيقها الملوثة بالمبيد فإنها ستموت قبل أن تعود إلى الخلية ، وإن رجعت بهذا التلوث فإن النحل الحارس للخلية سيمنعها من الدخول لتغير رائحتها المميزة والتي تُعتبر بصمة خاصة بها) ، وهكذا نستنتج أن هذا التلوث الكيماوي للعسل قد يكون ناتجاً عن سوء استعمال بعض النحالين للمبيدات الكيماوية بإدخالها إلى الخلية وبكميات كبيرة ، (وقد تكون هذه الجرعات مُمرضة وليست مُميتة) كمحاولة منهم للقضاء على بعض أمراض النحل مثل مرض أيدز النحل (الفاراو) .

#### ◆ سؤال، كيف يمكنك التعرف على العسل الجيد ؟

هناك أكثر من طريقة لكي تفرق بين العسل المغشوش والعسل الجيد، والحقيقة أغلبها غير عملي، وأفضلها على الإطلاق (تحليل العسل في معمل متخصص) ولكن هذه الطريقة صعبة جداً على المستهلك العادي وغير متوفرة له بسهولة ..فما الحل ؟!.

هتان طريقتان سهلتان و عمليتان جداً لكشف عن جودة العسل :





① أولهما : تذوق نصف ملعقة صغيرة ، ولاحظ سرعة ذوبانها في الفم ، فإذا ذابت بسرعة فالعسل في الخطوة الأولى جيد، ثم انتظر دقيقتان ، إذا وجدت طعم حلاوة العسل في فمك واضحة فاعلم أن العسل مغشوش لأن العسل الطبيعي بعد دقيقتين أو ثلاث لا يبقى له طعم في الفم ، ونجد أن العسل المغشوش يشعر متناوله بطعم مادة قابضة في الحلق (يشحط في الزور بشدة) بعد بضع دقائق من تناوله ، أما العسل النقي فلا يسبب هذا الشعور وإنما يشحط في الزور قليلاً بطريقة مخففة ، والعسل المغشوش يسبب على الريق إحساس بالحموضة في الجوف .

② ظهور شرارت أثناء إحتراق العسل بإشعال عود كبريت يدل على خلطه بالسكريات.

③ خلط العسل بضعف وزنه من الماء ينتج محلول حامض يكشف عنه بورق عباد الشمس .

④ العسل المغشوش يكون رواسب إذا أذيب في 5 أضعافه من الماء المقطر وتركه لمدة يومين .

⑤ خطوات مصورة لتحديد جودة العسل :

<p>2</p> <p>نفس الخيط السابق بعد إضافة كمية أكبر من العسل إلى الماء ، لاحظ كيف يتجمع العسل في شكل قطرات متناثرة في قاع الكوب</p> 	<p>1</p> <p>عسل النحل الطبيعي لا يذوب بسرعة في الماء البارد ويكون خيطاً سميكاً يتجمع في قاع الكوب</p> 
<p>4</p> <p>شراب سكر 70% فقط، ولاحظ كيف يسبب حدوث عكارة شديدة بمجرد امتزاج المحلول بالماء البارد ، كما لا تتجمع قطرات المحلول في قاع الكوب</p> 	<p>3</p> <p>عسل نحل مضاف إليه 70% شراب سكر ، لاحظ كيف تنتشر قطرات العسل بمجرد امتزاجها بالماء البارد</p> 

طريقة تخزين العسل : إن أهم مميزات العسل قدرته على الاحتفاظ بكل صفاته الطبيعية لمئات السنين ؛ إذا حُفِظ بطريقة صحيحة ، وهي :

1. أواني الحفظ : يعبأ العسل في أوعية زجاجية أو فخارية مصقولة، ويجب الحذر من الأوعية المعدنية، وذلك لأن الحديد يتحد بسكر العسل منتجاً مواد سامة ، وكذلك الخارصين (الزنك) يتحد بالأحماض المعدنية الموجودة بالعسل منتجاً أيضاً مواد سامة .

2. الرطوبة : العسل يتأثر جداً بالرطوبة ، ولذلك فإن نسبة الماء فيه تزداد إذا تعرض للرطوبة، والعسل النقي لارتفاع نسبة الرطوبة فيه عن 20% ، وقد وجد أن العسل إذا تعرض للرطوبة امتص الماء وزاد وزنه بنسبة 33% ، ولهذا لا يُنصح بحفظ العسل في الثلاجة نظراً لارتفاع نسبة الرطوبة بداخلها ، وإذا زادت الرطوبة



في العسل عن معدلها الطبيعي أدى ذلك إلى تخمره وفساده ، وكل عسل زادت نسبة الرطوبة فيه عن 20% يكون مغشوشاً أو غير ناضج .

3. الحرارة : يمكن تخزين العسل دون خوف عند درجة حرارة لا تزيد عن 12 درجة ، وإذا تعرض العسل لدرجة حرارة أعلى من ذلك فهناك خطر كبير من تحلل الفيتامينات وفقد ما به من أنزيمات .

4. الضوء : يؤثر الضوء تأثيراً بالغاً في العسل ، حيث يفقده المادة الموجودة فيه والمانعة لتشكل الكولسترول ، وتعرض العسل للضوء بشكل مباشر يحلل المادة القاتلة للجراثيم التي يحتوي عليها العسل .

**أفضل أنواع العسل :** لكي تستريح من عناء تحديد نوعية العسل الجيد من حيث القيمة الغذائية والطعم والتعقيم فعليك بالعسل الموجود داخل قرص العسل ، حيث أنه يعد محفوظاً في عبوته الطبيعية (أي في داخل شمع العسل)، فإن لم يمكنك ذلك فيُنصح بأن تشتري العسل من مصدر ثقة .

**أبحاث عن فوائد العسل في علاج السرطان :** نُشر بحث مثير قام به فريق طبي من كلية الطب جامعة إسطنبول يفيد بأن دهان الجروح الناتجة عن عمليات إزالة الأورام بالعسل يمنع ظهور الورم المزال في جرح العملية ، ويعاني الأطباء حالياً من مشكلة ما يسمى باستزراع الأورام مكان الجرح الناتج عن عمليات إزالة الأورام سواء كان ذلك في العمليات التقليدية أم باستخدام المناظير الجراحية وينتج عن ذلك تكرار ظهور الورم المزال ولكن في مكان الجرح ، ومن المعلوم أن للعسل فوائد إيجابية بالنسبة لعملية التئام الجروح ، ويبدو أن خواص العسل الكيميائية والفسيولوجية حمت الجروح من استزراع الورم فيها ، وبالتالي قد يكون استخدام العسل كدهان لجروح عمليات إزالة الأورام حلاً لحماية الجرح ضد استزراع الورم . وفي تجربة أخرى مشابهة للدكتور إبراهيم شامخ - الأستاذ بكلية الطب جامعة عين شمس ، تم فيها استخدام عسل النحل بالفم (ملعقة كبيرة صباحاً ومساءً) وموضعياً بعد جراحة سرطان الثدي ، مع الاستعمال اليومي لمطحون حبة البركة بالفم (ملعقة صغيرة يومياً) ، كانت النتائج بفضل الله الشفاء التام بعد إجراء الجراحة بنسبة 100% بدون ارتجاع للسرطان لمدة 5 سنوات من المتابعة ، وقد أثبتت الأبحاث وجود حامض الكافيك وحامض السيناميك وهذان الحامضان يعملان في التأثير على الحامض النووي للخلايا السرطانية فقط عكس الكيماويات التي تؤثر على الخلايا السليمة والخلايا السرطانية في آن واحد، وقد عُرضت هذه الدراسات بالندوة الدولية للاستخدامات الطبية لمنتجات النحل بالمركز القومي للبحوث بمصر في مارس 1997م.

وبعد تجارب عديدة أعلن الدكتور باتنج (مكتشف الأنسولين) تحذيراً عام 1929 قال فيه : «إن انتشار مرض البول السكري يتناسب طردياً مع مقدار ما يستعمله الفرد سنوياً من سكر القصب، ومنذ ذلك الحين بدأ الأطباء ينصحون بالإقلال من السكريات الصناعية والعودة إلى استخدام عسل النحل بدلاً منها.

وأثبتت تجارب باحثين كرواتييين أن منتجات النحل مثل العسل والشمع وغذاء الملكات وحمض الكافريك أو حتى المادة السامة المفترزة أثناء لسع النحل، تلعب دوراً وقائياً وعلاجياً ضد مرض السرطان، جاء ذلك في عدد هذا الشهر من مجلة "علم الأغذية والزراعة" الأميركية.

وتوصل الفريق التابع لجامعة "زغرب" بقيادة الدكتورة نادا أورسوليتش إلى هذه النتائج عندما درس الأثر العلاجي والوقائي للمركبات التي ينتجها النحل، وذلك عن طريق تجريب هذه المركبات حقناً أو عن طريق الفم على فئران تجارب محقونة بخلايا سرطانية بشرية، ولدراسة الأثر الوقائي كان يتم حقن الفئران بأحد منتجات النحل قبل الحقن بالخلايا السرطانية، بينما كان يتم الحقن بأحد المركبات التي ينتجها النحل بعد الحقن بالخلايا السرطانية لدراسة الأثر العلاجي، وبيّنت نتائج التجارب دور المركبات التي ينتجها النحل في تثبيط نمو الخلايا السرطانية، كما حسنت هذه المركبات من معدل إبقاء حيوانات التجارب على قيد الحياة لفترة أطول، فشجع العسل أو حمض الكافريك مثلاً، قد أوقفوا نمو سرطانيا تحت الجلد بصورة واضحة، كما أدى العسل إلى إيقاف انتشار نمو سرطاني تم حقنه في رئت الفئران، ونتج نفس الأثر عندما تم حقن خلايا سرطانية وغذاء ملكات النحل (رويال جيلي) في نفس التوقيت، وعندما حقنت المادة السامة التي يفرزها النحل عندما يلسع شخصاً مباشرةً في ورم سرطاني، تقلص حجم ذلك الورم وتأكد تباطؤ معدل نموه، كما أن فترة بقاء فئران التجارب التي تناولت المادة السمية على قيد الحياة كانت أطول مقارنة بالفئران التي لم تحقق بها (34)؛

ورغم عدم التوصل إلى الأسباب الكامنة خلف قدرة منتجات النحل على علاج السرطان أو الوقاية منه، فإنه يُعتقد أن هذه المركبات تحوي مواد كيميائية تقتل الخلايا السرطانية أو تقودها للانتحار الذاتي أو الموت المبرمج، وقد اقترح الباحثون كذلك أنه ربما تكون لهذه المركبات القدرة على حث وتعديل استجابة الجهاز المناعي للجسم تجاه الخلايا السرطانية بحيث يبدأ في مهاجمتها، وذكروا أيضاً أن هذه المركبات ربما تعمل على تقليل مجموعات الأكسجين الحرة الضارة، وخلص الباحثون إلى أن تناول العسل والمنتجات الأخرى للنحل ربما يكون له دور إيجابي في الوقاية من السرطان وفي علاجه كذلك.

والشيء بالشيء يذكر، لتمام الفائدة نضيف إلى العسل بعض ما ينتجه النحل وله فائدة عظيمة في علاج الأمراض بإذن الله، ومنها:

1. حبوب اللقاح
2. العكبر (البروبوليس)
3. الغذاء الملكي.

\* حبوب اللقاح :

(34) للتعرف على كيفية العلاج بلدغ النحل بطريقة سهلة مبسطة، يأتي ذكر هذا العلاج منفصلاً ومفصلاً بإذن الله.

يحتوي العسل على حبوب اللقاح ، وحبوب لقاح الأزهار التي تلتصق بأرجل النحل أثناء جمع الرحيق وهي متناهية الصغر، وحتى تزن جراماً واحداً من حبوب اللقاح نحتاج إلى 14000 حبة ، وإذا تناول الإنسان العسل الطبيعي فيكون قد تناول كميات كبيرة من حبوب اللقاح وهي المصدر الرئيسي لأهم المكونات الغذائية والعلاجية فيما يخرج من بطون النحل ، وقد ثبت حديثاً أن حبوب اللقاح نفسها تحتفظ ببعض الخواص الغذائية والعلاجية حيث تُستخدم حبوب اللقاح كغذاء مركز للإنسان لتعويض النقص في الفيتامينات والأحماض الأمينية والعناصر المعدنية والبروتينية ، وكذلك تحتوي حبوب اللقاح على كل الفيتامينات المعروفة فيما عدا فيتامين (ب12) ، وتساعد حبوب اللقاح في القضاء على الأنيميا لدى الأطفال حيث تؤدي إلى زيادة عدد كرات الدم الحمراء ونسبة الهيموجلوبين بعد شهرين من العلاج بحبوب اللقاح ، ولوقاية الإنسان من الأورام السرطانية الخبيثة .

في عام 1959 حصل العالم الكندي الشهير جوردون توندش، على أول نتائج هامة في التجارب التي أجريت على الأورام الخبيثة عند فئران التجارب ، حيث درس هذا العالم تركيب حبوب اللقاح والغذاء الملكي ومقدرتهما على إيقاف نمو الخلايا السرطانية ، وفي خلال عشرين يوماً أحضر ألفاً من فئران التجارب بها من 3-5 مليون خلية سرطانية، وأعطاهما في وقت واحد خليطاً من حبوب اللقاح والغذاء الملكي. وبالفعل فإن تلك الفئران شفيت، وذلك بخلاف ألف أخرى من فئران التجارب المعدة للمقارنة والتي أحتوت على نفس الكمية من الخلايا السرطانية ولم تعط هذا الخليط قد هلكت جميعها في خلال شهرين ؛ وقد أثبت الباحث الفرنسي إلين كبا ، أن تناول ملعقة شاي من حبوب اللقاح تمنع الإصابة بمرض السرطان (بإذن الله).

وقد تطرق أحد الأطباء في 1985 في فرنسا إلى استخدام حبوب اللقاح في فئران التجارب المصابة بأحدث أنواع سرطان الدم، وقد وجد أن المجموعة التي تتغذى على نوع معين من حبوب اللقاح تتميز بزيادة في الوزن وزيادة في عدد كرات الدم البيضاء الناضجة .

### \* البروبوليس - صمغ النحل - العكبر :

أما عن البروبوليس فهو مادة طبيعية تنتجها شغالات النحل من براعم وقلف الأشجار، له رائحة عطرية في بعض الأنواع لاذعة المذاق ، لزج الملمس ، سهل الخلط مع شمع النحل ، لونه مائل إلى اللون البني ، يذوب في الكحول والأثير والتربنين ولا يذوب في الماء ، وهذه المادة الراتنجية الصمغية يستخدمها النحل في لصق الإطارات وسد الشقوق التي يدخل منها الضوء وتضييق مدخل الخلية في فصل الشتاء ، كما يستعملها لتحنيط بعض القوارض والحشرات كبيرة الحجم التي يقتلها داخل خليته ويصعب عليه إخراجها لكبر حجمها فيقدم على تغليفها بالكامل بالبروبوليس منعاً لتحللها وصدور روائح كريهة داخل الخلية (وهذا برهان قاطع على أن هذه المادة لها تأثير قاتل على البكتيريا والفطريات) ، وقد تجمع الشغالات مادة البروبوليس من حبوب اللقاح ، ويستعمله النحل في صقل وتطهير العيون السداسية المعدة لوضع البيض بها وتعتبر إطارات الشمع التي تضع ملكة النحل

البيض بها أكثر عقم من أحدث المستشفيات ، كما يحتوي البروبوليس على الكثير من الفيتامينات والمعادن الأربعة عشر المهمة للجسم البشري وعلى 16 حامض أميني ويعتبر مضاد للبكتيريا والفطريات ومعيق لتكاثر الفيروسات ومقاوم للتأكسد وله القدرة على القضاء على البكتيريا التي اكتسبت مقاومة للمضادات الحيوية الصناعية الحديثة بفاعلية حتى الآن ، وبما أن البروبوليس مادة مقوية مطهرة ومضاد حيوي طبيعي يعمل على تقوية جهاز المناعة بالجسم ويساعده في مقاومة العلل أو الأمراض فبالناتالي يحفاظ على حيوية الجسم وسلامة أعضائه ، وفي الوقت الذي يعمل فيه على قتل البكتيريا الضارة فإنه لا يتعرض لتلك البكتيريا المفيدة الموجودة على تأدية وظائفه، وهذه الخاصية لا تجدها في المضادات الحيوية الصناعية التي تقضى على كافة انواع البكتيريا دون تمييز ويعتبر واحد من الأطعمة الغذائية الجديدة ويساعد على مقاومة الشيخوخة وأمراض القلب وأمراض الجلد والمعدة والأمعاء والقولون والسرطان ، وفي السنوات الأخيرة أتجه العلماء والأطباء لإجراء البحوث العلمية حول هذه المادة فوجدوا أن لها تأثير نافع على جسم الإنسان وليس له أي آثار جانبية معروفة ، والبروبوليس يقوي جهاز المناعة ومفيد في معالجة جميع أنواع القرحة والأمراض الجلدية والسرطان ، ومقاومة البرد والأنفلونزا والالتهاب الرئوي والتهاب الإذن والحنجرة واللثة وأمراضها والصداع ومقاومة حب الشباب وفي بعض الأحيان يطلق عليه ( بنسلين روسيا ) لكثرة إستخدامه في هذه المنطقة .

ومن ضمن أبحاث كثيرة عن فوائد البروبوليس في مكافحة السرطان نذكر هذا البحث في عام 1988 استطاع البروفيسور ماتسينو، من معهد أبحاث السرطان بجامعة كولمبيا بنيويورك كشف العديد من المركبات المعزولة من البروبوليس البرازيلي لها تأثير قاتل للسرطان .

### \* الغذاء الملكي :

ونضيف إلى العسل أحد مشتقات ما يفرزه النحل (الغذاء الملكي) ، وهو سائل لبني تفرزه الشغالات عن طريق زوج من الغدد موجود في رأسها تحت منطقة الجبهة ، وتسمى بـ « غدد الغذاء الملكي » أو « الغدد البلعومية » ، كما له عدة صفات تخصه وهي صفات فيزيائية ( اللون: أصفر شاحب ، الطعم : حامض ، القوام : هلامي ثقيل) وهو ذو تركيب خاص يجعله يتمثل بأكمله في الجسم، ويمر في الدم بدون حاجة إلى عمليات هضم، بالإضافة إلى احتوائه على كثير من المواد السكرية والبروتينية والدهنية والعناصر المعدنية والفيتامينات والمواد الأخرى التي لم يتوصل العلم إلى بعضها حتى الآن ، وهذا الغذاء هو الرئيسي لملكة النحل منذ ساعة تكوينها حتى موتها ، ويعتقد أن هذا الغذاء هو السر الذي يجعل الملكة تعيش ما يقرب من ستة أعوام بينما تعيش النحلة الشغالة مدة تبلغ بضعة أشهر ، وأثبت العلماء أن به القدرة على تكسير الحامض النووي للخلايا السرطانية وبذلك يمنع الخلايا السرطانية من الانقسام والتكاثر ، وأن الغذاء الملكي يستعمل حديثاً بواسطة مستخدمى النظائر المشعة وغيرهم من أخصائي الأشعة لتجديد خلاياهم بعد أن أثبت

العالم أربوزوف، وآخرون عام 1966 المفعول الواقى ضد الإشعاع باستعمال الغذاء الملكي في حيوانات التجارب .

ولكن لابد من التنبيه بأن الإفراط في تناوله قد ينتج عنه عواقب وخيمة على الجسم، فالغذاء الملكي الموجود في الأسواق في أغلب المحلات ليس مركزاً ، وقد لا يتجاوز تركيز الغذاء الملكي فيه عن 30 % ، أما البقية مواد مائية ، وهذه قد تكون ميزة لتفادي خطورة الغذاء الملكي المركز ، ولكنه في نفس الوقت يعتبر من أنواع الغش على المستوي العالمي ، فالجرعة التي يتحملها جسم الإنسان يجب أن تكون كمتوسط 1 مليجرام لكل كيلو جرام من وزن الجسم ، وعند شرائك الغذاء الملكي يجب التأكد من عدة نقاط نوجزها فيما يلي :

- أن يكون الغذاء مجمداً (محفوظاً في الفريزر) أو مخلوطاً مع عسل النحل (فإنه يحفظه إن شاء الله)، كحد أقصى (25 جم لكل 1 كجم عسل نحل) فالغذاء الملكي الغير مجمد يفقد قيمته وكثير من خواصه ، بل قد يتعدى الأمر إلى أكثر من ذلك بتلوته ، وخاصة إذا وضع في مكان عادي أو في الثلاجة ، وذلك لأنه غني بكثير من العناصر، والرطوبة العالية التي تعتبر بيئة مناسبة لنمو كثير من الميكروبات و خاصة الخمائر و الفطريات مما يجعله غير صالح للاستهلاك الآدمي .

- أن تكون العبوات المحفوظة فيها الغذاء معتمدة غير منفذة للضوء الشمس أو الإنارة (لتفادي عمليات الأكسدة) .

ونستطيع التفريق بين الغذاء الملكي الجيد من التالف بلونه ... ، **كيف ؟** ، الغذاء الملكي سريع التلف (إذ يتأثر بالحرارة والضوء والهواء) ويتدهور بسرعة على درجة الحرارة العادية، وبعد عدة أسابيع يصبح لونه مصفراً أو بنياً برائحة قوية نتيجة لتحلل البروتين ، وتزيد سرعة التحلل بزيادة الرطوبة الجوية التي تساعد على تكاثر جراثيم العفن .

### فوائد الغذاء الملكي في مكافحة السرطان:

في اليابان تم استخدام غذاء الملكة كمادة ضد نمو الأورام الخبيثة ، ويعزي ذلك إلى دور غذاء الملكات في كونه يحطم الأحماض النووية في خلايا الورم ، ولكن هذا التأثير يتم ببطء ، كما ثبت في مستشفى جامعة بولونيا بإيطاليا أن للعسل تأثيراً مقوياً .

قال باحثون : إن العسل وغذاء ملكات النحل يمكن أن يكون جزءاً من ترسانة السلاح التي يتم بها محاربة السرطان ، فقد توصل فريق من الباحثين بجامعة زغرب بکرواتيا إلى مجموعة من منتجات عسل النحل أوقفت نمو الأورام أو انتشارها لدى فئران التجارب ، ولكنهم قالوا : إن هذه المنتجات يجب استخدامها إلى جانب العلاج الكيميائي وليس بديلاً له، وقالوا في مقال بصحيفة « علوم الغذاء والزراعة » : إن البشر المصابين بالمرض يمكن أن يستفيدوا أيضاً من هذه النتيجة، وقال الباحثون : إنه لم يتضح بعد تماماً كيف تؤثر منتجات النحل على الخلايا السرطانية (35) ، غير

(35) ولكن المسلمون يعلمون جيداً كيف يتم هذا ، قال الله جل شأنه في كتابه الكريم: ﴿ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ

أنهم اقترحوا أن منتجات العسل ربما تؤدي إلى ما يعرف بالأبوتوسيس وهو انتحار الخلايا أو لديها تأثير مباشر سام على الخلايا أو يساعد الجهاز المناعي الذي يقاوم نمو الخلايا السرطانية، وقال الفريق البحثي الذي قاده الدكتور ندى أورساليش : إن الدراسة تشير إلى أن منتجات عسل النحل يمكن أن تكون أداة مفيدة في السيطرة على نمو الورم .

### \* الثوم :

هو أشهر نبات طبي على وجه الأرض ، وقد جاء ذكره في القرآن الكريم حيث قال الله تعالى : ﴿ وَإِذْ قُلْنَا يَا مُوسَىٰ لَنْ تَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِئُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِيهَا وَبَصَلَهَا قَالَ أَرَأَيْتُمْ أَتُسَبِّحُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَىٰ بِالَّذِي هُوَ خَيْرٌ أَهْبَطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مَّا سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِّنَ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّنَ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ﴾ [ البقرة : 61 ] ، ومصادقاً لكلام العليم الخبير، أكد الباحثون أن من بين 300 فصيلة من الثوم أجودها على الإطلاق هو الثوم المصري ، وذلك لطبيعة الأرض والمناخ والماء الذي يتم عليه زراعته ، ويرجع بداية ذكر الثوم ومعرفة الناس به إلى نحو 6000 سنة ماضية ، والنقوش المحفورة على أهرامات الجيزة تذكر أن فصوص الثوم كانت توزع على العمال الذين عملوا في بناء الأهرامات ليأكلوها قبل البدء في العمل (فتعطيهم القوة وتحفظهم من الأمراض) ، كما نبه الرسول الكريم ﷺ إلى فوائد الثوم الغذائية والطبية فقال : « كُلُوا الثُّومَ وَتَدَاوَوْا بِهِ فَإِنَّهُ فِيهِ شِفَاءٌ مِنْ سَبْعِينَ دَاءً » (36) .

ويعتبر الثوم هو أول نبات طبي عقد له مؤتمر عالمي وكان هذا في العاصمة الأمريكية عام 1990م .

ومن تحليل الثوم تبين أنه يحتوي على زيت طيار ومركبات الكبريت وفيتامينات وهرمونات تشبه الهرمونات الجنسية ، وكذلك ماد مضادة للعدوى ومخفضة لضغط الدم قاتلة للديدان المعوية ومدررة لإفرازات الكبد .

ومن فوائده واستعمالاته الطبية أيضاً : أنه خافض للحرارة ومطهر للأمعاء ويوقف الإسهال الميكروبي في حالات كثيرة ، ويؤكل مع اللبن الرائب لمعالجة السعال والربو والسعال الديكي ومدر للبول والطمث ومخرج للغازات ومفيد للأعصاب والقوة الجنسية ويزيد إفراز الأغشية المخاطية ، ويستخدم منه دهن يستعمل في علاج الروماتزم والنقرس واللمباجو ، كما ويفيد الثوم مرضى السكري كثيراً في وقايتهم من المرض بإذن الله .

وعن فوائد الثوم في مكافحة السرطان :

يَتَفَكَّرُونَ ﴿ [ النحل : 68 - 69 ] .

(36) ضعيف ، لم يخرج سوى الديلمي في مسند الفردوس (4721)، وما انفرد به الديلمي فهو ضعيف ، والحديث في جمع الجوامع (847) ، كنز العمال (40939) ، جامع الأحاديث (15775) .



في دراستين منفصلتين في الصين بإحدى المحافظات التي تعاني من ارتفاع ملحوظ في نسبة الوفاة من سرطان المعدة وجد انخفاض معدل الإصابة بسرطان المعدة إلى عشرة أضعاف في الذين يتناولون الثوم بصورة إعتيادية عن الذين لا يتناولونه ؛ وفي دراسة أخرى بالولايات المتحدة الأمريكية وجد أن زيادة تناول الثوم تقلل من خطورة سرطان القولون وهذه الدراسات الإحصائية أدت إلى دراسات معملية على حيوانات التجارب حيث يظهر تناول الجرعات العالية من مركبات الثوم إنخفاضا ملحوظا في حدوث سرطان الثدي والقولون والمريء وسرطانات أخرى نتيجة تعرض حيوانات التجارب لمواد كيميائية مسرطنة .

وقد وجد أن هناك مادة تتكون عند تقطيع أو طحن الثوم عندما يتم حقنها في الخلايا السرطانية فإن هذه الأورام يصغر حجمها إلى النصف ، كما توجد مادة أخرى من مكونات الثوم تمنع حدوث سرطان الثدي عن طريق منع الخلايا السرطانية من اتحادهما بخلايا الثدي وذلك بسبب إن الثوم يقوي مناعة الجسم ، والتي تعتبر عاملاً مهماً في القضاء على السرطان ، ولهذا يعتبر مادة علاجية ووقائية ضد مرض السرطان .

وآخر الدراسات الحديثة عن فوائد الثوم عُرضت في اجتماع الجمعية الأميركية لبحوث السرطان في فيلادلفيا ، وأكدت أنه يساعد في تقليل خطر الإصابة بسرطان المعدة وسرطان القولون والمستقيم .

وقد اكتشف الباحثون في قسم التغذية وعلوم البواء في جامعة نورث كارولينا الأميركية بعد تحليل 17 دراسة شملت أكثر من 100 ألف شخص، وجود معدلات أقل من سرطان المعدة والقولون بين الأشخاص الذين انتظموا في تناول الثوم، إذ انخفضت بين الأشخاص الذين تناولوا أغذية غنية بالثوم بحوالي 50 في المائة عما هي عليه بين الذين لا يأكلون الكثير منه ، أما بالنسبة لمعدلات ظهور سرطان القولون والمستقيم فقد كانت النتائج مشابهة إذ قلت بين أكلي الثوم بحوالي 30 في المائة ، ونوه الدكتور أيرون ، الأخصائي في الجامعة إلى أن تناول 18 غراماً من الثوم يومياً يبدو إجراءً وقائياً جيداً ضد هذه الأمراض ، مشيراً إلى أن كل فص من الثوم يحتوي على حوالي 3 جرامات .

وقال الدكتور جون ميلنر، باحث التغذية في بنسلفانيا : إن من المسموح للثوم المقطع أن يبقى لمدة 10 دقائق على الأقل قبل أن يتم تحميصه أو تعريضه للحرارة وإلا فإن آثاره المضادة للسرطان تقل مع الوقت ، وأشار إلى أن هرس الثوم يطلق الأنزيم الكامن فيه بشكل طبيعي ويسمح له ببدء التفاعل الكيميائي الذي ينتج مركبات الإليل الكبريتية التي تملك خصائص مضادة للسرطان ؛ لذلك فإن تسخين الثوم وتحميصه مباشرة بعد التقطيع يثبط هذا الأنزيم ويعيق الفوائد الصحية التي يتميز بها الثوم (37) .

(37) هناك ضوابط لأكل الثوم : روي عن أبي أيوب الأنصاري قال : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَتَى بَطْعَامَ أَكَلَ مِنْهُ وَبَعَثَ بِفَضْلِهِ إِلَيَّ ، وَإِنَّهُ بَعَثَ إِلَيَّ يَوْمًا بِفَضْلَةٍ لَمْ يَأْكُلْ مِنْهَا لِأَن فِيهَا ثُومًا ، فَسَأَلْتُهُ : أَحَرَامٌ هُوَ؟ قَالَ : « لَا ، وَلَكِنِّي أَكْرَهُهُ »



### \* البصل :

عَنْ أَبِي زَيَْادٍ خِيَارِ بْنِ سَلَمَةَ أَنَّهُ سَأَلَ عَائِشَةَ عَنِ الْبَصَلِ ؛ فَقَالَتْ : إِنَّ آخِرَ طَعَامٍ أَكَلَهُ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ طَعَامٌ فِيهِ بَصَلٌ (38) .

ويصنف البصل كثاني أشهر نبات طبي على وجه الأرض ، وأجود أنواع البصل على الإطلاق هو البصل الذي يزرع بصعيد مصر ، وأيضاً أشار القرآن الكريم إلى هذا في نفس الآية الكريمة التي ورد فيها ذكر الثوم ، وبتحليل البصل وجد أنه يحتوي على مواد مدرة للبول والصفراء ومواد ملينة للبطن ومقوية للأعصاب و مضادات حيوية قوية أفضل من جميع المضادات الحيوية المخلفة ، ومواد مقوية جنسياً ، ومواد مؤثرة تحمي القلب وتنظم الدورة الدموية ، ويحتوي على مادة تحدد نسبة السكر في الدم وهي تعادل الأنسولين ، وخمائر تقيد في كثير من الأمراض خاصة مرضى الاستسقاء وتليف الكبد ، وتفتك بالجراثيم، وتساعد على الهضم ، وإنزيمات مفيدة للمعدة ، ومواد منبهة ومنتشطة للغدد والهرمونات، ومواد بروتينية نشوية بنسب ضئيلة ، وزيت طيارة ، وأملاح أهمها الكبريت والكوبالت.

### البصل والسرطان:

أما عن الأبحاث العلمية الجادة لاختشاف فوائد البصل في مكافحة السرطان ، فقد أظهرت دراسة جديدة أجريت في هولندا وجود ارتباط قوي بين استهلاك البصل وانخفاض خطر الإصابة بسرطان المعدة ، وأوضح خبراء التغذية أن البصل يقلل خطر الإصابة بسرطان المعدة لاحتوائه على تراكيز عالية من مادة (كويرسيتين)، وهي أحد أنواع مركبات الفلافونويد الوقائية المضادة للأكسدة التي تحمي خلايا الجسم من التأثيرات الضارة والتلف الذي تسببه جزيئات الراديكالات الحرة المؤذية ، لذلك يُعتقد أنه يساعد أيضاً في حماية القلب والشرابين .

وقد نشرت مجلة فرنسية للعالم جورج لاكوفسكي أنه حقن بمصل البصل كثيراً من المرضى ولا سيما مرضى السرطان فحصل على نتائج مبهرة ، وأعلن أحد العلماء الأمريكيين أنه أنتج عقار من البصل ثبت أنه يشفي أمراض الالتهاب

مِنْ أَجْلِ رِيحِهِ » ، قَالَ : فَإِنِّي أَكْرَهُ مَا كَرِهَتْ.. الحديث رواه مسلم (2053) ، وأحمد (416/5 ، 417) ، والطبراني في الكبير (236/2) . والسبب أنه صلى الله عليه وسلم كان ينجي ربه ، وأيضاً كان يأتيه الوحي ويكره أن يتأذى منه سيدنا جبريل ﷺ ، وقال رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: « مَنْ أَكَلَ ثُومًا أَوْ بَصَلًا فَلْيَعْتَزَلْنَا أَوْ لْيَعْتَزَلْ مَسْجِدَنَا وَلْيَقْعُدْ فِي بَيْتِهِ » رواه البخاري: (855) ، ومسلم (564) ، وابن خزيمة (1664) ، وأبو داود (3822) عن جابر بن عبد الله الأنصاري .. وفي حديث أبي سعيد الخدري عن النبي ﷺ قال : « كُلُّوهُ وَمَنْ أَكَلَهُ مِنْكُمْ فَلَا يَقْرَبْ هَذَا الْمَسْجِدَ حَتَّى يَذْهَبَ رِيحُهُ مِنْهُ » وهو حديث صحيح ؛ أخرجه ابن خزيمة (1669) ، وابن حبان (2085) ، وصححه الألباني في : السلسلة الصحيحة (2032) ، صحيح الترغيب (334) ، صحيح الجامع (4507) ،... وعلى هذا احرص على أن لا يتأذى منك أحد ، .. وللتخلص من رائحة الثوم بعد تناوله تؤكل تفاحة ، أو يُمضغ ورق نعناع ، أو يُستحب قرنفل ، أو ملعقة عسل ، أو مضغ بعض أعواد بقادونس ، أو مضغ بعض أعواد شبت ، أو أشركه مع طبق السلطة مضافاً إليها ملعقة خل تفاح .

(38) حديث ضعيف ، أخرجه أحمد (89/6) ، وأبو داود (3829) ، والنسائي في الكبرى (6680) ، والبيهقي (4841) ، والطبراني في الأوسط (8189) ، وفي مسند الشاميين (1176) ، وضعفه الألباني في إرواء الغليل (2513) .

الرئوي والحمى القرمزية وبعض الجروح ، ويقول العلماء : إن البصل يحتوي على كمية من المود التي تفوق في تأثيرها البنسلين والأوريومايسين .  
كما أظهرت دراسة طبية نشرتها مجلة « كيمياء الزراعة والغذاء » المتخصصة، أن البصل ذا النكهة القوية والطعم الحار يساعد على الوقاية من أورام الكبد والقولون السرطانية ، وأوضح العلماء في جامعة كورنيل الأمريكية، أن أنواع البصل الحارة ذات الطعم اللاذع القوي، تملك أعلى نشاط مضاد للأكسدة، بسبب وجود مركبات البوليفينول والفلافونويد التي تحمي من التأثيرات الضارة وتلف الخلايا الناتجة عن الجزيئات الأكسجينية الحرة، لذا فهي الأفضل في منع نمو الخلايا السرطانية في الكبد والأمعاء، إضافة إلى دورها في الوقاية من السكري وأمراض القلب ، هذا ولم يتضح للباحثين بعد كمية البصل أو عدد الحصص اليومية اللازمة لتحقيق أكبر وقاية ممكنة ضد السرطان، ولكن الدراسة الجديدة تقترح أن على الأشخاص تناول البصل الحاد بدلا من الحلو للحصول على الفوائد الوقائية المطلوبة ، وقام الباحثون في هذه الدراسة بتحليل عينات من 10 أنواع شائعة من البصل الطازج وغير المطبوخ، وقياس محتواها من مضادات الأكسدة ، ونشاطها وقدرتها على إعاقة نمو الخلايا الخبيثة ، وأشار العلماء إلى أن الأنواع غير الحارة من البصل تحتوي على مستويات أقل من مضادات الأكسدة ، أو تحتوي على مركبات غير نشطة، لذا فهي لا تفيد كثيراً في مكافحة السرطان .

### \* العنب:

قد ذكره الله سبحانه في مواضع عديدة في القرآن الكريم ومنها قوله تعالى : ﴿ يُنْبِتْ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [ النحل : 11 ] .

والعنب من أفضل الفواكه وأكثرها نفعاً ، وهو أحد ملوك الفواكه الثلاثة (العنب والرطب والتين) ، ويحتوي العنب على أملاح مثل البوتاسيوم والكلسيوم والفوسفور والحديد ، وقشر العنب غني بفيتامينات (ب) المركب الذي يدخل في عمليات حيوية كثيرة في جسم الإنسان ، وهو عامل مهم لسلامة الجهاز العصبي ، وكذلك يحتوي العنب على كمية لا بأس بها من فيتامين (ج) والذي يحافظ على مناعة الجسم ويقلل من احتمالات الإصابة بالمكروبات والجراثيم ، والعنب مصدر غني بالألياف النباتية التي تمنع حدوث الإمساك وتنظيم مستوى الجلوكوز والكوليسترول بالجسم ، بل تحمي كذلك الجسم من الإصابة بمرض سرطان الأمعاء ، والاستخدامات الطبية والعلاجية للعنب كثيرة ، ولكن ما يهمنا منها تأثيرها على الخلايا السرطانية نذكر منها ما قاله الأستاذ برنارمكفادن أخصائي الطب الطبيعي : « إنه ما لفت نظري في الإحصاءات الخاصة بمرض السرطان يكاد يكون معدوم في البلاد التي يكثر فيها العنب ، وعندما شرعوا في استخدام العنب كعلاج للسرطان وجدوا أن المريض يتخلص من آلامه خلال بضعة أيام ، ولم يعد يحتاج إلى عقاقير مهدئة أو منومة ، وفي الحالات القابلة للشفاء كان المريض يتقدم ببطء نحو الشفاء،

وقد يرجع ذلك إلى تأثير العنب في تنقية الدم وإزالة سموم النمو السرطاني الخبيث، وعلى الرغم من أن العلماء لم يتوصلوا إلى وجود المادة الفعالة في العنب والتي تضاد النمو السرطاني إلا أنه يمكننا القول بأن هناك ثلاثة عناصر أساسية وضرورية في ثمار العنب وهي (أملاح البوتاسيوم والبروتين والحديد) ، وقد وجد أن مرضى السرطان تفتقر أجسادهم لهذه العناصر الثلاثة ويمكننا القول أيضاً بأن قدرة العنب على إيقاف النمو السرطاني قد ترجع إلى قدراته على إذابة النمو السرطاني وتحويل أنسجته إلى جزيئات دقيقة تخرج إلى تيار الدم حيث يتخلص منها الجسم عن طريق البول والعرق والفضلات ، وبذلك يتم تنقية الدم من هذه المخلفات والسموم ويعود للمريض الحيوية والنشاط ، وهناك بعض الأعراض التي قد تظهر على المريض أثناء مروره في فترة العلاج بالعنب ، وهذه الأعراض تأتي توقيتها مع خروج السموم من النمو السرطاني إلى تيار الدم ، ومن هذه الأعراض (حدوث ارتفاع في درجة حرارة الجسم وظهور طفح جلدي مع زيادة العرق ) وبعد أن يجتاز المريض هذه الفترة العلاجية ويتخلص من السموم تبدأ علامات الشفاء ، حيث يتحسن لون الجلد ويعود بريق العينين ، ويستعيد المريض حيوية ونشاطه وقدرته على التركيز ، واستخدام العنب للعلاج من السرطان يحتاج إلى نظام غذائي معين ، يعتمد أساساً على العنب ويبدأ هذا النظام أولاً بفترة من الصيام لمدة يومين أو ثلاثة يكتفي خلالها المريض بشرب كمية من الماء الدافئ ثم الماء مع حقنه شرجية ، يومياً بحوالي لتر من الماء الدافئ يلي فترة الصيام هذه بتناول أول وجبة من العنب ، وذلك بعد تناول ( 1-2 ) كوب من الماء البارد على الريق في الصباح ، ويفضل أن تبدأ أول وجبة في الثامنة صباحاً ، ثم تكرر كل ساعتين حتى الثامنة مساءً ( أي 7 وجبات يومياً ) ، ويستمر هذا النظام الغذائي لفترة تتراوح من أسبوعين إلى شهر ، وتتكون الوجبة من حوالي 30 إلى 90 جراماً من العنب .

### \* الجزر:

عرفه الإنسان من أقدم العصور، وقال عنه قدماء الأطباء: إنه يقطع البلغم، وينفع من أوجاع الصدر والسعال والمعدة والكبد والاستسقاء، ويدر ويفتت الحصى. وفي الطب الحديث تبين أن الجزر لوفرة فيتامين (أ) فيه فإنه يقوي البصر والنمو ويعدل فعل الغدة الدرقية ، ويهدئ اضطراب القلب والأعصاب ، كما يعطى للمصابين بالسمنة فلا تزيد سممتهم ، كما يفيد المصابين بالروماتيزم والمصابين بالإمساك .

ويشكل الجزر مصدراً غنياً للكاروتين الضروري للنظر ، كما يفيد في إعادة بناء البروتوبلازما في الجسم ، ويتحول الكاروتين بواسطة الكبد إلى فيتامين (أ) حيث يخزن هناك ، ويحتوي الجزر على كميات كبيرة من الكالسيوم السهل الهضم، والفيتامينات (أ.ب.سي.دي) ، ولقد جرت اختبارات كثيرة لتحديد فوائد الجزر، وقد دلت النتائج أن الجزر له خواص المضادات الحيوية، فهو يدمر البكتيريا التي تظهر في الأمعاء، كما يساعد عصير الجزر في التخلص من الإلتهابات المعوية ، بل إنه يساعد

في شفاء قرحة المعدة، بالإضافة إلى أنه مدر للبول، فإنه يمكن استخدامه طعاماً ودواءً في علاج التهابات الكلى ، وحين يؤكل الجزر ويمضغ فإنه ينظف ويقوي الأسنان ، وقطع الجزر مع قليل من الملح لها تأثير نافع على مرض الأكزيما ، ويحتوي الجزر على هرمون نافع جداً في علاج أعراض السكري.

أما عصير الجزر، فيطرد الحامض البولي من الدم، ولذا فهو يساعد مرضى النقرس، كذلك فهو علاج لأوجاع حصى المرارة وأمراض الكبد، والسل ، ويستخدم حالياً كعلاج جيد للتقرحات السرطانية ، وللقضاء على الخلايا السرطانية ، وقال الباحثون : إن البحث الآن يتركز على مادة البيتاكاروتين ، وهي المادة التي تضاف على الجزر لونه الأصفر ، فقد غذى الباحثون المتطوعين الأصحاء من الذكور بمادة البيتاكاروتين ، وراقبوا أثرها في خلايا المناعة لديهم ، وتشير النتائج إلى أن مادة البيتاكاروتين بمستوى معين يمكن تحديده عن طريق نظام غذائي خاص ، وذلك بأكل الجزر والفواكه الصبغية الأخرى والخضراوات مثل القرنبيط والمشمش ، لها أثر مفيد في تقوية نظام المناعة في الجسم ، وفي الوقاية من السرطان .

وكشفت نتائج أبحاث أجراها فريق في جامعة نيوكاسل الإنجليزية أن أكل الجزر يقلل من مخاطر تكون السرطان ، واكتشف الفريق أن المادة الموجودة في الجزر والمسماة الفالكارينول قللت من مخاطر تكون الخلايا السرطانية في الفئران بنسبة الثلث، ويأمل الباحثون أن يؤدي البحث إلى تخليق جيل جديد من الأدوية المضادة للسرطان وتساعد المزارعين على محاولة التركيز على هذه المادة الفعالة الموجودة في المنتجات التي يزرعونها ، ونشرت نتائج البحث في دورية كيمياء الزراعة والطعام ، وتساعد مادة الفالكارينول على حماية الجزر من الإصابات الفطرية ؛ مثل مرض التسوس الذي يسبب بقع سوداء على جذور النبات، وقد أثار هذا المركب اهتمام العلماء بعد أن نشرت نتائج بحث سابق والتي أشارت إلى احتمال أن تمنع المادة تكون الخلايا السرطانية ، وقد أجرى الفريق عدداً من الاختبارات على أربعة وعشرين فأراً لديهم أعراض الإصابة بالسرطان ، وبعد ثمانية عشر أسبوعاً وجد الباحثون أن الفئران الذين أكلوا الجزر بالإضافة إلى غذائهم العادي أو الذين أعطوا مستخلص مادة الفالكارينول قد انخفضت لديهم نسبة تكون الخلايا السرطانية إلى الثلث عن الفئران الذين تناولوا الغذاء الطبيعي فقط ، وتقول الدكتورة كريستين برانديت : « كنا نعرف بالفعل أن الجزر مفيد للصحة ، ويمكن أن يقلل من احتمالات الإصابة بالسرطان إلا أن الجديد في البحث هو تحديد المادة الفعالة في النبات التي تساعد على هذا ، ونحتاج الآن إلى أن نعرف الكمية المطلوبة من مادة الفالكارينول التي يمكن أن تحمي من الإصابة من السرطان ، وأي الأنواع بالضبط التي توفر هذه المادة الحماية منها، إذا كان هناك أنواع معينة من الجزر أفضل من غيرها في مجال الحماية ».

وتنصح دكتورة برانديت المستهلكين بأكل جزرة صغيرة يومياً ، بالإضافة بالطبع للإكثار من أكل الخضراوات والفاكهة الطبيعية الأخرى، ويقول الباحثون : إن الفاكهة والخضراوات الطبيعية تحفز خلايا الجسم لمحاربة تكون الخلايا السرطانية،

وينصح الباحثون بتناول خمس جرعات مختلفة من الفاكهة والخضروات الطازجة يومياً ، وذلك لتوفير حماية شبه متكاملة من تكون الخلايا السرطانية .

### \* البرتقال:

يحتوي البرتقال على فيتامين (ج) الذي يساعد على خفض نسبة الكوليسترول بالدم ويمنعه من تدمير جدار الأوعية الدموية ، وتناول البرتقال وغيره من الموالح (الليمون واليوسفي ... ) يساعد على خفض احتمالات الإصابة بالسرطان ، كما يعجل بشفاء الجروح ويرفع من قدرة الجهاز المناعي للجسم (بإذن الله) ، كذلك يخفف هذا الفيتامين الالتهابات المصاحبة لأمراض الربو والحساسية والتهابات المفاصل ، ويحتوي البرتقال كذلك على مادة الفلافينويد التي تحمي القلب عن طريق منع الكوليسترول منخفض الكثافة من أكسدة وتدمير الأوعية التاجية .

### \* الموز:

أظهرت دراسة علمية حديثة أن الموز يحتوي على ألياف تستطيع حماية الجسم من الإصابة بالأورام السرطانية ، كما يحمي الجسم من فقر الدم ويساعد على إفراز الملح لاحتوائه على البوتاسيوم ، وأكدت الدراسة على أهمية مزج عصير الموز مع الحليب والذي يساعد على تهدئة قرحة المعدة ، كما أن قشر الموز يساعد على تهدئة الأعصاب والشعور بالارتياح.

### \* الرجل:

أثبتت الدراسات المعملية التي قام بها المركز القومي للبحوث بالقاهرة أن نبات الرجل يساعد على الحماية من مرض السرطان حيث تحتوى أوراقه على نسبة عالية من فيتامينات ( أ. بي. سي ) مع البروتينات والمواد الكربوهيدراتية وبيتاكاروتين بالإضافة إلى كمية كبيرة من الأحماض الدهنية غير المشبعة والجلوتاثيون ، وتوصلت الدراسات إلى فائدة نبات الرجل كمكمل غذائي للأطفال ؛ لأن أوراقه تحتوى على عناصر الكالسيوم والصوديوم والبوتاسيوم، حيث دلت الأبحاث الفيتوكيميائية على وجود لكومارين والافينات والانثراكينون في مستخلص نبات الرجل ، وهذه المركبات تعرف جيداً بقدرتها الفائقة كمدرات للأكسدة ، وتشير الدكتورة هناء حمدي - أستاذ باحث مساعد بقسم الهرمونات بالمركز القومي للبحوث إلى أن النتائج المعملية التي أجريت على استخدام المستخلص المائي الكحولي لأوراق نبات الرجل لاستبيان كفاءته المضادة للسرطان في الفئران أظهرت انخفاضاً ملحوظاً بالنسبة للفئران المعالجة بمستخلص أوراق نبات الرجل، موضحة أن ذلك يرجع إلى احتواء الرجل على كثير من المواد المضادة للأكسدة مثل البيتاكاروتين ، والذي يعمل على زيادة الفجوة بين الخلايا السرطانية ، مما يمنع اتصال بعضها ببعض ، وبالتالي تثبط عملية تكاثر الخلايا السرطانية ، وينخفض مستوى دلالات الأورام الناتجة عنها ، وخلصت نتائج الدراسة إلى أن لنبات الرجل دوراً فعالاً

للوفاية والعلاج من مرض السرطان ، حيث أنها تثبط من نمو وتكاثر الخلايا السرطانية ، وتقوم بتحفيز نشاط الجهاز المناعي الدفاعي المضاد للأكسدة ، بالإضافة إلى كونها مصدراً مهماً من مصادر الغذاء .

### \* الفاصوليا

أشار الباحثون في دراسة جديدة الى ان الفاصوليا السوداء تحتوي على اعلى نسبة من مضادات الأكسدة التي تحمي من أمراض القلب والسرطان، ويقول الاطباء ان هناك أكثر من سبب يجعل من تناول الفاصوليا السوداء صحياً مثل احتوائها على نسبة عالية من البروتين النباتي واحتوائها ايضاً على نسبة عالية من الالياف التي تساعد على عملية الهضم وتكافح الامساك، وبينت الدراسات ان الفاصوليا السوداء تغني عن العديد من الفواكه الشائعة التي تحتوي على نسبة عالية من مضادات الاكسدة مثل العنب والفريز والتوت البري، وقد ربط الباحثون بين لون الفاصوليا ونسبة مضادات الاكسدة، حيث درسوا اكثر من 12 نوعاً من الفاصوليا المتعددة الألوان ووجد الباحثون أن أكثر ألوان الفاصوليا فائدة هو الاسود، الذي يحتوي على نسبة 100 في المائة من مضادات الاكسدة. يأتي في المرتبة الثانية اللون الاحمر ثم البني يليه اللون الاصفر. أما اللون الابيض فيحتوي على أقل نسبة من مضادات الاكسدة.

وتعتبر الفاصوليا السوداء من المواد العالية التركيز بمركب يدعى الفليفونيد الذي يلعب دوراً بارزاً في الوقاية من امراض لقلب ويؤخر عمليات الشيخوخة في الجسم ويقلل من الانقسامات الخلوية غير الطبيعية وهذه الاخيرة تساعد على التقليل من السرطان ومكافحته. ووجد الباحث جورج هاوس فيليد من جامعة ميتشغان الاميركية ان كمية مركب «انتھوسينين» يوجد بمعدل عشرة اضعاف الطبيعي في الفاصوليا السوداء وذلك مقارنة مع العنب والتوت البري. وقال فيليد إن الطبخ يقلل من كمية هذه المواد المفيدة، لكن رغم غلي الفاصوليا وطبخها تبقى نسبة مضادات الاكسدة عالية ومفيدة للجسم.

### \* الشاي الأخضر:

يوجد في العالم أكثر من 500 نوعاً من الشاي ، و تؤكد قطعياً بأن الشاي الأخضر يخفض نسب انتشار الخلايا السرطانية بنسبة 50% ومنع نموها (بإذن الله) ، وهذا ما أقره بحث نشر في مجلة بريطانية ينص على قدرة الشاي الأخضر على محاربة السرطان ، وهذا عكس ما كان يظنونه العلماء ، وتوصل العلماء إلى أن الشاي الأخضر يحتوي على مواد مضادة للتأكسد يمكن أن يكون لها أثر وقائي، واكتشفوا حالياً أن المواد الكيماوية في الشاي تسد الطريق أيضاً أمام جزيء رئيسي يمكنه أن يلعب دوراً هاماً في تطور السرطان ، وجزيء لديه قدرة على تنشيط الجينات ، ولكن ليس بطريقة إيجابية على الدوام، ووجد باحثون من جامعة روتشستر أن هناك مادتين كيماويتين في الشاي الأخضر تعيقان نشاط هيدوركربون الأريل ،



والمادتان الكيماويتان مشابھتان لمرگبات يطلق عليها اسم فلافونويد، والتي توجد في (القرنبیط الأخضر والملفوف والعنب) ، والتي يعرف عنها أيضاً أنها قادرة على الوقاية من السرطان وقال الباحث البروفسور توماس جاسيويز : « الشاي الأخضر قد يعمل على نحو مختلف عما كنا نظنه لكي يقوم بنشاطه المقاوم للسرطان ، ووجد الباحثون في دراسة أخرى شارك فيها 400 مريض مصاب بسرطان الخلايا الصبغية في الجلد أن الأشخاص الذين شربوا الشاي الساخن قل خطر إصابتهم بسرطان الجلد بحوالي الثلثين ، أما شرب الشاي المثلج فلا يبدو أنه قلل هذا الخطر» .

وقد استطاع العلماء من تحديد وجود مادة كيميائية مضادة للأكسدة في الشاي الأخضر ظهر في السابق أن لها تأثير مضاد لأمراض مزمنة أخرى ، وقد أشارت الأبحاث إلى أن شرب الشاي الأخضر مرتبط بالتقليل من خطر بعض الأمراض لدى الإنسان ، مثل سرطانات الثدي والبنكرياس والقولون والمريء والرئة ، ويحتوي الشاي على مادة البوليفينول المضادة للتأكسد التي أظهرت أبحاث أخرى أنها قد تقي من أمراض القلب ، كما أشارت دراسات سابقة أجريت على حيوانات مخبرية إلى أن مستخلص الشاي الأخضر قد تكون له منافع في الوقاية من مرض باركنسون دون توضيح الآلية التي يجري فيها ذلك ، لكن علماء في الأكاديمية الأمريكية لعلم الأعصاب حققوا تقدماً في تصور الآلية التي تعمل بموجبها مادة البوليفينول في الحماية من مرض باركنسون ، ويمتاز مرض باركنسون بفقدان خلايا الدماغ المنتجة لمادة الدوبامين التي تتحكم بالحركة وقد وجد الباحثون في كلية بايلور الطبية في هيوستن أن مضادات الأكسدة الموجودة في الشاي تساعد على مكافحة العناصر المشعة التي تلحق أضراراً بالدماغ مسببة مرض باركنسون ، غير أن الدراسة أجريت على الفئران ، ويقول العلماء أن مادة البوليفينول يجب أن تجرب على الإنسان بالرغم من أنها أظهرت نتائج إيجابية، ويعتقد بعض الخبراء أن المرضى الذين يواظبون على شرب الشاي الأخضر أو يتعاطون البوليفينول كمستحضر دوائي قد يتجنبون تطور أعراض المرض ، وقال متحدث باسم جمعية مرض باركنسون إن دراسات أجريت حديثاً على الفئران توصلت إلى أن الشاي الأخضر قد يساعد على حماية الخلايا من التدمير.

ونشر المعهد الصيني أن الذين يشربون كوباً من الشاي الأخضر أسبوعياً لمدة ستة أشهر هم أقل إصابة بسرطان المريء من الأشخاص الذين لا يشربونه ، وأوضحت الدكتورة جين مكريجور - أخصائية أمراض الجلد في الصندوق الملكي البريطاني لأبحاث السرطان أن الدراسة الجديدة تؤكد صحة الاعتقاد الذي كان سائداً من قبل وقالت : « هناك تجارب أجريت على الفئران تؤكد أن الشاي (الأخضر والأسود على حد سواء) يوفر حماية مهمة من آثار الأشعة فوق البنفسجية الحادة (الحروق الناجمة عن أشعة الشمس) وتلك الطويلة الأمد المتمثلة في السرطان» .



وللتخلص من الآثار السلبية للشاي الأخضر يمكنك إضافة قطرات من الليمون الطازج (39) أو يمزج الشاي بقدر من الحليب أو بعض حبات القرنفل ؛ وذلك لأنه يحتوي على نسبة 30% من وزنه مادة العفص التي تسبب تخريش للمعدة ، وشربه بعد الطعام مباشرة خطأ شائع ، والسبب لأنه عامل رئيسي لتأخر عملية التمثيل الغذائي وإفرازات المعدة ، لذا يفضل شرب الشاي والمعدة في تمام راحتها (أي بين الوجبات الرئيسية بوقت كافي، مثلاً بعد الفطور بساعتين أو بعد العصر أو بعد تناول طعام العشاء بساعتين ، فهذا أجدى في الحصول على فوائد الشاي المنبه) ، ومن أجل تحقيق الحد الأقصى من الفائدة الطبية والغذائية المرجوة يجب الامتناع عن غليه ، بل ينبغي تسخين الماء حتى الغليان ثم إضافة السكر والشاي الأخضر الجاف بمقدار ملعقة صغيرة لكل كوب ويترك منقوعاً من 3 إلى 5 دقائق ثم يشرب .

وقد أظهرت دراسة مخبرية حديثة أن مستخلصات الشاي تؤثر بقوة على خلايا سرطان الدم، وتساعد الخلايا الطبيعية على محاربة السرطان والالتهاب، ومما لا شك فيه أن هذه النتائج قد تساعد على تفسير التأثيرات الصحية العديدة التي يحصل عليها شاربو الشاي، بما فيها سمعته المعروفة كمضاد للسرطان، ففي الدراسة التي قامت بها الباحثة ليزا آن بيلتز، من جامعة لواء الشمالية عملت على تعريض الخلايا السرطنة والسليمة لمستخلصات الشاي الأخضر، الشاي الأسود، والمركب (إي.جي.سي.جي) الموجود في الشاي، وهو العنصر الفعال الذي ركزت عليه الدراسة، وكان لجميع الأنواع الواردة سابقاً أثراً واضحاً في منع نمو كريات الدم البيضاء السرطنة المسببة للوكيميا أو سرطان الدم ، إلا أنه لم يكن لها نفس التأثير المضاد على النوع الطبيعي من كريات الدم البيضاء، والتي تسمى للمفلويات (تي)، والتي تساهم في تعزيز الجهاز المناعي ودفاعاته بطرق متعددة ، وعوضاً عن ذلك ، تقوم مستخلصات الشاي بتحريض تلك الخلايا على إفراز رسائل كيميائية تدعى (انترلوكين 2) بكميات تزيد بستة إلى ثمان مرات عن العادي لها، وهي مادة تساعد على تقوية عمل الجهاز المناعي في تمييز خلايا السرطان والتعامل معها على أنها غريبة عن الجسم .

ويرى الخبراء أنه لا بد من القيام بدراسات أخرى تدعم تلك النتائج، كما تؤكد الدكتور بيلتز أن مادة (إي.جي.سي.جي) لا تقتل الخلايا الورمية فحسب ، بل تكافح عوامل إنتانية أخرى معينة .

### \* الفجل ( الند ) :

عرف الند (الفجل) منذ أكثر من ألفي عام ، وتحدث الأطباء العرب القدامى كثيراً عن فوائد الند فقليل: إنه ينقي الصدر والمعدة ، ويهضم ويخرج الريح ، مع

(39) يقول علماء أمريكيون إنه من شأن تناول الشاي الساخن المزوج بقشور الليمون الحامض أن يوفر الحماية من الإصابة بسرطان الجلد ، واتضح لهم أيضاً أن وضع قشور الليمون الحامض في الشاي قد قلص احتمالات الإصابة بسرطان الجلد بنسبة تفوق سبعين في المئة ، وأن تناول الشاي الأسود لوحده يساهم في تقليص احتمالات الإصابة بنسبة أربعين في المائة .

تليين لطيف ، ويبرئ السعال مسلول ، وماؤه ينفع السدد ، وعصارة أغصانه تفتت الحصى ، وأكله بالعسل يزيد في الباه ويصلح برد الكبد ، ويزيل البهاق طلاء .  
وفي الطب الحديث ذكر المسؤولون في معهد الصين لأبحاث علوم الطب التقليدي الصيني أن النذ (الفجل) يساعد على الوقاية من الإصابة بالسرطان ، كما أشار المسؤولون إلى أن فيتامين (ج) الذي يحتويه النذ يعد مادة ضرورية تحافظ على النسيج الخلوي ، ويقوم بدور مانع لنمو الخلايا السرطانية (بإذن الله) .

### \* الجرجير:

فوائد الجرجير كثيرة ، منها : أنه هاضم للطعام ومدر للبول وملين للبطن وينقي الدم من السموم ، وينفع أمراض الكلى والاستسقاء والحصى والنقرس ، وقد اكتشف حديثاً الدكتور ريتشارد ميثين - في مركز جون إنز أن أكل الجرجير ينشط استجابة الجسم الوقائية في مواجهة السرطان ، وقال : إن البحث الذي أجراه يظهر أن بالجرجير مجموعة عناصر توجد فيه بمستويات قليلة ، لكنها ذات تأثير قوي في إثارة إنزيمات الوقاية في الجسم بعد أكل الجرجير .

### \* البقدونس:

يعتبر البقدونس من النباتات الغنية جداً بفيتامينات (أ.ب.ج) كذلك عنصر الحديد ، ولذلك فهو كثيراً ما يفيد في إعادة تكوين ما يحرقه الجسم من أنسجة ، ويساعد على النمو ويحتوي على مادة مسهلة لعملية الهضم ، وكذلك ينشط إفرازات المرارة الناتجة عن كسل الكبد ، وجفاف العين والتسمم ، ويستعمل كمهدئ عام للأعصاب ، وينشط الأنسجة العضلية والأمعاء والمرارة والمثانة ، ويوسع العروق ، ويجدد الشعيرات الدقيقة ، ويفيد كثيراً في حالات الآلام السرطانية .

### \* الكرنب :

يعتقد أنه يساهم في منع سرطان الثدي ، ويوقف نمو الورم المخاطي الذي يعتبر عادة مقدمة للسرطان في الأمعاء الغليظة ، وقد أظهرت الدراسات أن من يأكل الكرنب أكثر من مرة واحدة في الأسبوع تنخفض لديه نسبة الإصابة بسرطان الأمعاء الغليظة حوالي 66% ، وأن من يتناول ملعقتين يومياً من الكرنب المطبوخ تنخفض لديه نسبة التعرض لسرطان المعدة انخفاضاً كبيراً ، ويحتوي على مركبات مضادة للقرحة ويساعد في الشفاء من القرحة ، ويمتاز بخصائص مضادة للخمائر والجراثيم ، ولكنه يسبب لدى البعض انتفاخاً في البطن ، وربما أحدث وجعاً في الرأس عند البعض الآخر ، وللاستفادة من فوائده الطبية يفضل أكله نيئاً للحفاظ على كامل خصائصه الطبيعية .

### \* الطماطم:

هي مصدر هام لمادة ليكوبين ، وهي مادة فعالة مضادة للأكسدة أظهرت جدواها في مقاومة السرطان مثل سرطان الثدي وسرطان الرئة وسرطان الجهاز الهضمي والعديد من الأمراض كأمراض القلب ، وخفض نسبة الكوليسترول والسكر في الدم ، ولحماية العين من المياه البيضاء ، وقد لاحظ العلماء في جامعة هارفارد الأمريكية انخفاض معدل الإصابة بسرطان البروستاتا بنسبة 45% بين الرجال الذين يتناولون الطماطم على الأقل عشر مرات أسبوعياً ، وأظهرت دراسة أخرى أجريت على 32 مريضاً من المصابين بسرطان البروستاتا تراوحت أعمارهم ما بين 60 و74 سنة ممن تناولوا صلصة الطماطم مرة واحدة يومياً لمدة 3 أسابيع قبل خضوعهم لعملية استئصال غدة البروستاتا وثبت من التجارب أن مادة لايكوبين المضادة للأكسدة زادت في أنسجة البروستاتا عندهم مما ساعد على سرعة شفائهم .

وفي دراسة أمريكية حديثة، تبين أن تناول وجبة طعام تشتمل على البندورة (الطماطم) والبروكولي (وهو نوع من أنواع القرنبيط) قد تساهم فعلاً في الحد من السرطان، وقد أكد عدد من الباحثين في جامعة أليوني الأمريكية أن تناول هذين النوعين من الخضار معاً، يحد بدرجة عالية من ظهور الأورام الخبيثة في البروستاتا، وتكون ذات فاعلية أكبر من تناولهما منفردين، وقال البروفيسور جون أيردمان - أستاذ التغذية بجامعة إيليني: « إن النوعين يتسم كل منهما على حدة بإمكانات كبرى فيما يتعلق بالحد من السرطان، إلا أن عملهما معاً أدى إلى أفضل تركيبة للوقاية من المرض» .

وتأتي هذه النتائج العلمية مكملية لأبحاث سابقة أكدت أن بعض المواد الكيميائية في الخضار أو المأكولات الأخرى تمنع أو تقلل من حدوث الأمراض (بإذن الله).

### \* البطيخ ( الكنز ) :

كشفت دراسة حديثة أن الكنز(البطيخ) فعال في محاربة الأورام السرطانية كالطماطم تماماً ، بسبب احتوائه على مواد طبيعية مضادة للأكسدة تثبط عمل الجزيئات الضارة وتمنع تحول الخلايا السليمة إلى خبيثة ، وأوضح الباحثون أن مادة (لايكوبين) المضادة للأكسدة والمتوافرة في الطماطم وتعطيها لونها الأحمر موجود في الكنز أيضاً ، ووجد هؤلاء بعد متابعة 23 رجلاً وامرأة أن مستويات اللايكوبين في الدم كانت بنفس الارتفاع بين المتطوعين الذين شربوا ثلاثة أكواب من عصير الكنز(البطيخ) والذين شربوا كوباً واحداً من عصير الطماطم ، حيث زاد استهلاك الكنز من مستويات اللايكوبين تماماً كعصير الطماطم ، وبالتالي فإن مضاعفة الجرعة المتناولة منه لم ترفع تلك المستويات إلى أعلى مما هي عليه في حال شرب ثلاثة أكواب يومياً ، وأشار الخبراء في مجال التغذية المتخصصة إلى أن كوبين إلى ثلاثة أكواب من الكنز ينتج 20 ملليجراماً من اللايكوبين ، ولأن الدهن يساعد في زيادة امتصاص هذه المادة ينصح بتناول الكنز(البطيخ) مع بعض الدهن أو عقب

وجبة دسمة مباشرة منوهين إلى أنه كلما كان لون الكنز أكثر احمراراً كان أفضل للصحة .

### \* البطاطا :

نجح علماء من ألمانيا في تطوير بطاطا معدلة وراثياً يمكن أن تزود النساء بوقاية ملموسة ضد سرطان عنق الرحم ، وزود هؤلاء العلماء البطاطا اللقاحية بجين مأخوذ من فيروس (البابيلوما) المسؤول عن معظم حالات الإصابة بسرطان عنق الرحم الفيروسي المنشأ ، ويعتبر هذا الجين والبروتين المرتبط به مسؤولاً عن تكوين غلاف الفيروس مما يقوي صموده وتأثيره في خلايا عنق الرحم ، و يدفع تناول هذه البطاطا جسم المرأة إلى إنتاج أجسام مضادة لهذا البروتين الذي يغلف الفيروس و بالتالي إضعافه، وقد تم إنتاج البطاطا اللقاحية في معهد لايبنتز لدراسات الهندسة الوراثية للنباتات والمحاصيل في جاترسلين .

### \* زيت الزيتون :

الزيتون يعتبر من أقدم النباتات التي عرفها الإنسان وغرسها واستثمرها واستخراج زيتها الثمين واستعماله في الأكل والدواء وغيرهما ، ولأهميته ذكر في أكثر من موضع في القرآن الكريم ، منها : **﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ [النور : 35] .**

كما لقي زيت الزيتون اهتماماً في السنة النبوية المشرفة، فعن رسول الله ﷺ قال:

« كُلُوا الزَّيْتِ وَأَدِّهُوا بِهِ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ » (40) .

وزيت الزيتون يعطي الجسم خواص متميزة وله عدة فوائد طبية منها ، يقوي المعدة وشهوة الطعام و مرطب و يفتح السدد ويحسن اللون ويقوي الأعضاء ويحسن أداء الكبد ويدر الصفراء ويفتت الحصى ويفيد مرضى السكر وتصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم والذبحة الصدرية ويؤثر على الخلايا السرطانية ، وهذا ما أكدته الابحاث التي أجراها الدكتور فوزي الشوبكي ، أستاذ التغذية بالمركز القومي للبحوث : « إن استخدام زيت الزيتون في طهو الطعام يمنع الإصابة بسرطان المعدة لفوائده الوقائية الكبيرة، ولكن يجب أن يكون هذا الزيت مستخلصاً بطريقة معينة وبأسلوب يعطي زيت يسمى (زيت الزيتون البكر) وهو ممتاز وناتج من العصرة الأولى ، وأوضح الدكتور فوزي « أن زيت الزيتون من الزيوت النباتية التي يفضل

(40) أخرجه الترمذي (1851) ، وابن ماجه (3319) ، والحاكم (122/4) بسند صحيح عن عمر .. وأخرجه أحمد (497/3) ، والترمذي (1952) ، والدارمي (2052) ، والحاكم (398/2) عن أبي أسيد .

استخدامه لاحتوائه علي فيتامين (هـ) وهو مادة لها خاصية منع الأكسدة التي تسبب الأورام السرطانية ووجودها في أي مصدر يحافظ علي سلامة الجسم ضد ما يسمى بالشقائق الحرة التي تؤكسد المواد الحيوية الموجودة في الجسم والتي تتولد منه نتيجة عدة عوامل كالتهرض للأشعة فوق البنفسجية لفترات طويلة في بعض الحالات ، وهذه الشقائق الحرة في الجسم لها آثار تدميرية علي الخلايا خاصة المواد الدهنية التي تعد أساس تكوين جدران الخلايا وعند تعرض جدران الخلايا للأكسدة بفضل الشقائق الحرة يحدث تدمير للخلية، لذلك فإن زيت الزيتون يمنع الإصابة من تصلب الشرايين ويقى من العديد من الأمراض ، ويُصح باستخدام زيت الزيتون طازجاً بدون طهو حتي تتم الاستفادة منه كاملاً » .

وفي دراسة قام بها فريق من العلماء اليابانيون أفادت أن تعريض الجلد لزيت الزيتون ذي النوعية الجيدة (البكر أو النقي) بعد التعرض للشمس يقلص من احتمالات الإصابة بسرطان الجلد، وقد اختبرت الطريقة الجديدة بنجاح على حيوانات مخبرية معدلة وراثياً بحيث لا تحمل شعر، وكشف الباحثون عن أن زيت الزيتون ذا الدرجة العالية يساعد على إبطاء ظهور آثار السرطان على الجلد ويقلل من حجم الأورام السرطانية إذا ما نشر على الجلد وقد وضع الباحثون هذه الحيوانات المخبرية تحت ضوء الشمس ثلاث مرات في الأسبوع ، وبعد خمس دقائق من تعريضها لأشعة الشمس قاموا بدهن مجموعة ثانية بزيت الزيتون العادي ، وأخرى بزيت الزيتون الجديد ذي الدرجة العالية ، وثالثة لم تعرض إلى نوع من زيت الزيتون ، وبعد ثمانية عشر أسبوعاً بدأت أورام سرطانية بالظهور على مجموعة التي لم تتعرض إلى زيت الزيتون ، أما التي تعرضت لزيت الزيتون العادي فكانت أفضل حالاً قليلاً، غير أن المجموعة التي عرضت لزيت الزيتون الجيد ذي الدرجة العالية لم تظهر عليها أي آثار لسرطان الجلد إلا بعد أربعة وعشرين أسبوعاً ، ويعتبر زيت الزيتون غنياً بالمواد المانعة للتأكسد التي يعتقد أنها تمتص التأثيرات الضارة للإشعاعات فوق البنفسجية، لكنه لا يمنع الأشعة فوق البنفسجية من اختراق الجلد .

وتوصل بحث علمي أجري في أسبانيا ونشرته مجلة « جت » المختصة بأمراض الجهاز الهضمي إلى أن استخدام زيت الزيتون في طهي الطعام قد يمنع سرطان الأمعاء ، ويقول الفريق الطبي الذي أجرى التجربة إن النتائج أظهرت أن لزيت الزيتون فوائد وقائية، الأمر الذي يفسر سبب كون الغذاء المتوسطي غذاء صحياً ، وقد أجري البحث على عدد من الفئران المختبرية التي أطعم بعضها غذاء غنياً بزيت الزيتون والبعض الآخر بزيت السمك ومجموعة ثالثة بزيت زهرة العُصفر ، ثم قسم الباحثون كل مجموعة إلى قسمين أعطي أحدهما مواد تسبب السرطان ، وبعد أربعة أشهر وجدوا أن الحيوانات التي أطعمت زيت الزيتون كانت أقلها من الإصابة بأورام سرطانية ، ويقول رئيس الفريق البروفسور ميجيل جاسول :« إن هذه الدراسة تقدم دليلاً على أن غذاء يحتوي على خمسة بالمائة من زيت الزيتون يقي من الإصابة بالسرطان مقارنة بزيت زهرة العُصفر ، أما زيت السمك فيبدو أن له تأثيراً إيجابياً هو الآخر بالحد من انتشار الخلايا السرطانية

، ويفسر الفريق العلمي دور زيت الزيتون بأنه يعرقل تكون مادة يطلق عليها (أركيدونات) المسؤولة، عند اتحادها مع مادة أخرى هي (البوستجلاندين إي) عن تحريض الخلايا على الانقسام السرطاني ، ويعتقد الباحثون أن بدائل زيت الزيتون قد تؤدي العمل نفسه» ، لكن العلماء يؤكدون أن الأمر لا ينتهي عند هذا الحد ؛ بل يحتاج إلى مزيد من التجارب لمعرفة الآلية الدقيقة لتأثير زيت الزيتون في منع تكون السرطان.

هذا وقد توصل علما بريطانيون إلى أدلة جديدة تثبت المنافع الوقائية لزيت الزيتون في علاج سرطان الأمعاء الذي يذهب ضحيته حوالي 20 ألف شخص سنوياً في بريطانيا وحدها ، ووجد باحثون وأطباء في جامعة أوكسفورد الإنجليزية أن زيت الزيتون يتفاعل في المعدة مع حامض معوي ، ويمنع الإصابة بمرض سرطان الأمعاء والمستقيم ، وكانت دراسة قد أجريت العام الماضي في أسبانيا على الفئران أشارت أيضاً إلى أن زيت الزيتون يساعد في مكافحة مرض سرطان الأمعاء ، ولكن الدراسة الجديدة لجامعة أكسفورد تذهب أبعد من ذلك لتؤكد على العلاقة مع نوع الطعام الذي يتناوله الشخص وعلى زيادة خطر الإصابة بالمرض عند تناول اللحوم والخضراوات ، وبحثت الدراسة في نسبة الإصابة بمرض سرطان الأمعاء في ثمانية وعشرين بلداً في العالم ، يقع معظمها في أوروبا، إضافة إلى الولايات المتحدة والبرازيل وكولومبيا وكندا والصين ، ووجد الباحثون أن عوامل غذائية تلعب دوراً هاماً في إصابة الشخص ، وأن الأشخاص الذين يأكلون كميات كبيرة من اللحوم أكثر عرضة للإصابة بالمرض من الأشخاص الذين يأكلون الخضراوات والحبوب ، ووجد العلماء أيضاً أن خطر الإصابة بمرض سرطان الأمعاء تقل مع تناول وجبات غذائية غنية بزيت الزيتون ، ويعزو العلماء ذلك إلى أن الوجبات الغذائية التي تحتوي على كميات كبيرة من اللحم يمكنها أن تزيد من إفراز حامض الصفراء أو حامض دياوكسيسيكليك، الذي بدوره يقلل من فعالية أنزيم خاص يعتقد بأنه يلعب دوراً هاماً في تجدد خلايا الأنسجة المبطنة للأمعاء ، ويعتقد العلماء أن انخفاض الأنزيم الخاص الذي يسمى ديامين أوكسيداس، قد يكون سبب تزايد الخلايا السرطانية في الأمعاء ، وهنا وجد العلماء الدور المهم الذي يقوم به زيت الزيتون في خفض المادة الحامضية الضارة الناتجة عن تناول كميات كبيرة من اللحم وزيادة إفراز الإنزيم الذي يقي من تكاثر الخلايا الغير عادية والسرطانية ، وقال أحد الباحثين إن الدراسة الجديدة تؤكد أن البلدان التي تستهلك فيها كميات كبيرة من زيت الزيتون لديها حالات سرطان أمعاء ومستقيم أقل نسبياً عما كان يعتقد، آخذين بنظر الاعتبار جوانب أخرى من العادات الغذائية لتلك البلدان .

وقالت متحدثة باسم مؤسسة التغذية البريطانية: « إنه في السابق كانت فوائد زيت الزيتون تقتصر على أمراض القلب، ولكن منذ شيوع فوائده في محاربة الأمراض الأخرى ازداد وعي الناس بأهميته، وازداد استخدامه في الطعام».

\* خل التفاح :



في صحيح مسلم عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ سَأَلَ أَهْلَهُ الْأُدْمَ ، فَقَالُوا : مَا عِنْدَنَا إِلَّا خَلٌّ . فَدَعَا بِهِ فَجَعَلَ يَأْكُلُ بِهِ وَيَقُولُ : « نِعَمَ الْأُدْمُ الْخَلُّ ، نِعَمَ الْأُدْمُ الْخَلُّ » (41) .

وخل التفاح هو ناتج عن حدوث تخمر للتفاح ، وهو أفضل من التفاح نفسه للتداوي به ، وذلك لأن التفاح الصحيح يفتقد إلى البكتريا النافعة التي تتكون نتيجة تخمر التفاح ، ولها القدرة على مواجهة الميكروبات الضارة والجراثيم ، ورغم استخدام خل التفاح في التداوي لبعض الأمراض منذ حوالي 7000 سنة م ، إلا أنه لم يعرف في ما مضى كيفية علاج خل التفاح لتلك الأمراض ، وخلال السنوات القليلة الماضية زاد الاهتمام بشكل كبير بخل التفاح كقيمة غذائية وصحية ، واستطاع الباحثون أن يكتشفوا بوضوح عن تأثيراته ومركباته المختلفة ، فخل التفاح يحتوي على نسبة جيدة من مغذيات ضرورية مختلفة أكثر مما كان مقدر له ، فهو يحتوي على دهون وبروتينات وألياف وكربروهيدرات وكالسيوم وفسفور وحديد وماء وصوديوم وبوتاسيوم ، ولعل الكثيرون يعتقدون أن الخل الرائق الذي يمر بعملية تقطير ويتعرض لدرجات حرارة عالية هو الأفضل وهذا غير صحيح ، لأنه بعملية التقطير هذه تفسد بعض مميزاته الصحية والغذائية ولا توجد به البكتريا النافعة ، والتي لها القدرة على مواجهة الخلايا السرطانية ، والخل غير الرائق غامق اللون الذي تظهر به بعض الشوائب الصغيرة والناتجة عن تخمر البكتريا هو النوع الأفضل ، ويجب استعماله لفوائده الصحية ، ويمكنك تحضير الخل بنفسك في منزلك لضمان سلامة ولن يكلفك الكثير ، وهو كالتالي :

- تجهز كمية من ثمار التفاح الناضجة ثم تقطع إلى أجزاء صغيرة دون إزالة القشر أو البذور (لأن معظم فوائده الفيتامينات تقع فيهما).  
- توضع الثمار المقطعة في وعاء مناسب ، ثم تغطى بقطعة من القماش مسامية (شاش أو قماش كتان) ، يحفظ وعاء التفاح في مكان دافئ لبضعة أسابيع (من 4 إلى 5 أسابيع) .

- خلال هذه الفترة تحدث عملية التخمر لثمار التفاح بفعل بكتريا الهواء فيسيل منها كحول يتحول إلى خل.

- تصفي محتويات الوعاء للحصول على خل نقي .  
ثم احفظه بداخل زجاجة محكمة الغلق، وتكون بهذا أعددت الخل الصالح للاستعمال.

**ملاحظة:** يراعى عدم استخدام أواني معدنية في تحضير الخل، وذلك لتفاعله معها .  
وعن فوائد خل التفاح أوضحت دراسة علمية حديثة أجريت بلندن على أن الخل المصنوع من تخمر عصير التفاح يفيد الصحة، ويحمي من أمراض القلب والسرطان وغيرها من الحالات المرضية التي تظهر مع تقدم السن.  
وفي دراسة قام بها الدكتور فرانسيس راول - من المؤسسة الوطنية للأبحاث الطبية والصحية بتراسبورغ في فرنسا قال : « ثبت أن المواد الكيماوية

(41) لفظ مسلم (2052) ، والدارمي (2048) ، وأحمد (364/3 ، 390) ، والبيهقي (19810) .



الموجودة في التفاح ساعدت في الوقاية من سرطان القولون « ، ... وأضاف : « وثبت لدينا أن وجود مضادات الأكسدة في الفواكه والخضار يحمي الجسم من الأذية التي تحدثها الخلايا عند انقسامها في الأمراض الخبيثة » .

### \* الحبوب:

من أهم مصادر الألياف الغذائية الحبوب ، والذي يعتقد أن لها دوراً هاماً في الوقاية من السرطان ، وبخاصة سرطان القولون ، إذ تعمل على زيادة حجم البراز وتسريع مرور الفضلات الغذائية من الأمعاء ، وتقليل فترة مكوثها فيها ، ومن ثم التقليل من فرصة التفاعل ما بين المواد المسرطنة والخلايا الطلائية المبطنة لجدر الأمعاء ، ويعتقد كذلك أن هذه الألياف ترتبط بالمواد المسرطنة وأحماض الصفراء وتسهل طرحها خارج الجسم ، فضلاً عن ذلك فإن لبعض الألياف الغذائية قابلية التخمر في القولون بفعل بعض أنواع البكتيريا منتجة بذلك أحماضاً دهنية قصيرة السلسلة مثل حامض البيوتريك ، والذي يعتقد أن له تأثيراً مضاداً للسرطان من خلال زيادة حموضة القولون ، ومن ثم تقليل فرص تكون بعض المواد المسرطنة ، وهذا ما أكدته حديثاً تجارب العلماء فلقد توصل أخيراً إلى أن أحد أنواع البكتيريا (إي كولاي) التي تسبب إسهالاً حاداً يمكن الاستفادة منه لحماية الجسم من سرطان الأمعاء ، ويعتقد هؤلاء العلماء أنه يمكن الاستفادة من بكتيريا (إي كولاي) للحماية من سرطان القولون والمستقيم الذي يعد أحد أهم أسباب الوفيات الناتجة عن الإصابة بالسرطان في الدول الصناعية المتطورة التي تنخفض فيها نسبة الإصابة بالـ (إي كولاي) مقارنة بدول العالم النامية ، وبناء على ذلك قرر الباحثون معرفة ما إذا كان هذا النوع من البكتيريا يساعد في صورة ما على الحماية من تطور السرطان ، وركز العلماء على تأثير سم بعينه تنتجه هذه البكتيريا على الخلايا السرطانية في القولون ، ووجدوا أنه بالإضافة هذا السم إلى الخلايا السرطانية المزروعة في المختبر يتباطأ معدل انقسامها تباطؤ كبيراً ، وتمتاز خلايا السرطان بسرعة انقسامها ، ولا يتوقف هذا الانقسام كما هو الحال في الخلايا الطبيعية عندما تنتهي فترة حياتها ، وأظهرت الاختبارات أن مفعول سم البكتيريا يشبه مفعول مادتين كيماويتين تتحكم في انقسام خلايا القولون والمستقيم ، وبينت أن الخلايا التي تتعرض للسم لها دورة حياة أطول ، وبالتالي تنقسم بمعدل أبطأ ، مقارنة بالخلايا التي لم تتعرض للسم ، ويقول الباحثون إنهم يأملون بأن تمكنهم النتائج التي توصلوا إليها من تطوير علاج لسرطان القولون والمستقيم باستثمار فكرة إبطاء انقسام الخلايا ، ولكن هناك أمر مهم وهو : اشتراط جودة الحبوب وأيضاً البقول (42) ... ، وأيضاً لأن الحبوب تعتبر مصادر جيدة

(42) يذكر أن مادة الأكريلاميد مادة بلورية عديمة اللون وهي موجودة بكثرة في الأغذية النافلة خاصة الحبوب والبقول التي ظهرت عليها بقع بنية أو خضراء أو تغيرت رائحتها ، وتصنفها الوكالة الأمريكية لحماية البيئة بأنها من المواد التي قد تسبب السرطان للإنسان ، ووفقاً للوكالة الدولية لأبحاث السرطان فإن الأكريلاميد تحدث تشوهات جينية ، وأظهرت اختبارات على الحيوان أن هذه المادة تسبب أوراماً حميدة وخبيثة بالمعدة ، ومن المعروف أيضاً أن الأكريلاميد يضر بالجهاز العصبي المركزي والحيطي .

للسيلينيوم<sup>(43)</sup> والتي اكتشف أخيراً أنها تلعب دوراً رئيسياً وفعالاً في علاج السرطان ، إذ تبين أن وجود نسبة عالية منه في الدم من شأنه أن يخفض احتمالات الإصابة بهذا المرض ، وهذا ما أكد علي فريق عمل من مركز أريزونا للسرطانات التابع لجامعة أريزونا ، حيث أنه قام بدراسة أحوال 1700 شخص شاركوا في ثلاث تجارب متعلقة بسرطان المستقيم والقولون ، وكانت التجارب تركز على مكافحة الورم الغدي المستقيمي الشرجي وهو عبارة عن تكاثر للخلايا السرطانية أو البوليبيات في القولون أو المستقيم ، المشاركون في الدراسة، خضعوا سابقاً لاستئصال ورم غدي واحد على الأقل، عبر التنظير المستقيمي، وكانوا يجربون عدداً من العلاجات الغذائية، لتجنب نكس تلك الأورام ، التجربة الأولى اعتمدت على مكمل غذائي غني بالألياف، الثانية تعتمد حمية قليلة الدسم عالية الألياف مع الإكثار من كمية الفواكه والخضار المتناولة معها، أما التجربة الثالثة فكانت تركز على الفتامينات (سي) و (إي) و (البيتاكاروتين) ، أظهرت النتائج أن المشاركين ممن كانت لديهم نسبة السيلينيوم في الدم عظمى، كانت نسبة تشكل ورم غدي جديد عندهم أقل بـ 34 بالمائة من غيرهم ، ويبقى أن نشير أن الشخص البالغ يحتاج إلى كمية قليلة من السيلينيوم 55 ميكروجرام يومياً، حسب المقاييس الطبية المعتمدة في الولايات المتحدة.

### \* فول الصويا :

وصف فول الصويا بأنه غذاء كامل وسهل الهضم جداً ، وأنه بناء من الدرجة الأولى للعضلات والعظام والأعصاب وأنه منشط قوي ومرمم للجسم ومحقق للتوازن بين الخلايا ، ويحتوي فول الصويا على مواد مضادة للتأكسد كذلك ، الأمر الذي يحبط كثيراً من الجذور الأكسجينية الحرة من مهاجمة خلايا الجسم وأعضائه ، وبذلك يقلل من انتشار الخلايا السرطانية التي تسببها هذه الجذور الأوكسجينية الحرة ، و يحتوي فول الصويا على مواد كيميائية تحاكي عمل هرمون الإستروجين الأنثوي، وبالرغم من أن هذه المواد موجودة في نباتات أخرى، إلا أنها توجد بتركيز أكبر في فول الصويا ، ويُعتقد أنها تحول أيضاً دون نمو الأورام السرطانية عن طريق منع الآثار المسببة للسرطان والناجمة عن هرمون الاستروجين، وكانت بعض الدراسات قد أشارت إلى أن الأظعمة الغنية بفول الصويا تساعد على تقليل خطر إصابة السيدات بسرطان الثدي، وقال باحثون : إن نظاماً غذائياً غنياً ببروتين فول الصويا أدى للحد

(43) السيلينيوم ، هو معدن يوجد في جميع أنسجة الجسم ولكنه يوجد بكثرة أو يتركز في الطحال والكبد والكلى والخصيتين والبنكرياس.. ويوجد السيلينيوم في المنتجات الطبيعية مثل النخالة والبروكلي (نوع من القنبيط) والرز البني والملفوف الصغير والدجاج والكلى والثوم والكبد والحليب والمشروم والخميرة والبصل والأسماك والتونة وكل منتجات الحبوب والسليونيوم لا يشيد كيميائياً، ومن أهم وظائف معدن السيلينيوم وأكثرها شهرة دوره كمضاد للأكسدة وللسرطان.. لقد أثبتت العديد من الدراسات التي أجريت على حيوانات التجارب أن نقص معدن السيلينيوم يزيد من معدل حدوث ونمو السرطانات في الحيوانات التي تعرضت لسرطانات قوية مختلفة أو تم زرع أورام بها. كما أوضحت دراسات أخرى أن تناول السيلينيوم بكميات كبيرة يقي الجسم من السرطان بأنواعه المختلفة .

من الألم والأورام لدى حيوانات التجارب ، مما يشير إلى إمكان الاستعانة به يوماً ما للتحكم في الألام المزمنة المرتبطة بأمراض مثل السرطان لدى البشر ؛ وقال علماء في جامعة جونز هوبكنز في بالتيمور في دراسة إن الحيوانات المخبرية التي وضعت على نظام غذائي يعتمد على بروتين الصويا تعرضت لأورام أقل بصورة ملحوظة ، وأظهرت قدرة على تحمل الألم أكبر مما أظهرته مجموعة اختبار أخرى تغذت على بروتين اللبن ، ويعتقد باحثون من هاواي أن تناول نظام غذائي غني بالصويا يمكن أن يقلص من احتمالات الإصابة بالسرطان بنسبة خمسين في المئة ، وقد قاسوا مستويات مادة كيميائية موجودة بكثرة في فول الصويا (الايذوفلافونز) ، ووجد أن النساء اللاتي ترتفع لديهن نسبة هذه المادة هن أقل عرضة للإصابة بسرطان الثدي ، ويقول الخبراء إن تناول منتجات فول الصويا في فترة المراهقة قد يمنع إصابة النساء بسرطان الثدي في مرحلة لاحقة من العمر ، وأضاف البروفيسير أدريان فرنك : إن دراسة قديمة أجريت على الحيوانات أثبتت أن سنوات المراهقة هي أفضل فترة لبدء تناول فول الصويا ، وأضاف أن هذه النتائج تدعم تأثير أكل فول الصويا على منع سرطان الثدي في الدول التي يعد فول الصويا جزءاً من نظامها الغذائي التقليدي ؛

وأظهرت دراسة أجراها معهد شنغهاي للسرطان على 1700 امرأة أنه كلما تناولت المرأة كمية أكبر من الصويا كلما قلت فرص إصابتها بالسرطان ، وقال البحث الذي نشر في الدورية الطبية البريطانية أن فول الصويا يحتوي على مواد كيميائية لها نفس تأثير هرمون الإستروجين في الجسم ، وأظهرت دراسات سابقة أن تناول أغذية غنية بالصويا تحد من خطر الإصابة بسرطان الثدي ، وأوضحت أيضاً أن تأثير المواد الكيميائية المماثلة للإستروجين قد يكون مفيداً في مكافحة مرض القلب والسرطان ، وأجريت الدراسة على 832 امرأة من شنغهاي تتراوح أعمارهن بين 30 و69 عاماً وتم تشخيص إصابتهن بسرطان الرحم أو بطانة الرحم بين عامي 1997 و2001 م بالإضافة إلى 846 امرأة سليمة من نفس المرحلة العمرية ، وقارن الباحثون بين كميات فول الصويا التي تناولتها السيدات خلال خمس سنوات ودونوا نتائجهم ، ووجد الباحثون أن النساء اللاتي يعانين من سرطان بطانة الرحم تتناولن كميات أقل من الصويا عن النساء اللاتي تمتعن بصحة جيدة ، ويتراوح معدل الإصابة بسرطان بطانة الرحم في آسيا بين خمس وثلاث معدل الإصابة في الدول الغربية ، وقال الباحثون إن ذلك قد يكون لأن استهلاك الأغذية الغنية بالصويا يزيد كثيراً في الدول الآسيوية عن الاستهلاك في أوروبا ، وفي هذه الدراسة كان متوسط نسبة المواد الكيميائية التي تستهلكها النساء من الأغذية الغنية بالصويا أكثر 25 مرة من استهلاك النساء في الدول الغربية ، وقال الباحثون بقيادة البروفيسور شيوا في تقرير نشرته الدورية الطبية البريطانية : « إن العوامل الغذائية قد تلعب دوراً مهماً في هذا الاختلاف العالمي » ، لكنهم يقولون أن هناك حاجة لأجراء المزيد من الدراسات للتأكد من بعض نتائجهم بما في ذلك الإشارة إلى أن المرأة التي تعاني من زيادة الوزن كانت أكبر المستفيدات من تناول كميات أكبر من الصويا ؛ وقال الدكتور تيم

كي - من وحدة علم الأوبئة في المركز البريطاني لأبحاث السرطان في أكسفورد : « إن البحث أضاف إلى الدراسات السابقة التي تقول أن فول الصويا يقلل من خطر الإصابة بسرطان الرحم ، الصورة بوجه عام هي أنه بالنسبة لهذا النوع من السرطان فإن البيانات تبدو أنها ثابتة بشكل معقول بشأن أنه قد يكون هناك إمكانية لتقليل الخطر، لكن لا توجد بيانات كافية تقول أن هناك تأثيراً حقيقياً ، بالنسبة لسرطان الثدي فإن الأدلة غير ثابتة إلى حد كبير ، ولا ينصح النساء بزيادة كميات الصويا في غذائهن، ولا يوجد دليل على وجود أضرار لكن الدليل على وجود فائدة ليس شاملاً ، وأن البدانة تعتبر أكبر عامل خطر للإصابة بسرطان الرحم ؛

وقال علماء إن تناول فول الصويا قد يحمي الرجال من الإصابة بمرض سرطان البروستاتا ومن الصلع ، يأتي ذلك بعد أن توصل الباحثون الأمريكيون إلى جزيء يتم إنتاجه عند هضم فول الصويا في الأمعاء ويحول دون نمو الهرمون الذي يثير نمو سرطان البروستاتا ويسبب الصلع، وقال الباحثون الذين نشرت دراستهم في دورية "علم الأحياء التناسلي" إن هذه النتائج قد توضح أسباب ندرة الإصابة بسرطان البروستاتا بين اليابانيين الذين يتناولون فول الصويا كثيراً، وقال الباحثون إن هذا الجزيء قد يستخدم كعلاج للسرطان أو الصلع، كما أشار الباحثون إلى أن الجزيء الذي يدعى "إيكول" يعوق عمل هرمون "دي إتش تي" عند الرجال عن طريق إنتاج مادة تعرف باسم "تستوستيرون". ، وأضاف الباحثون أن هذا الاكتشاف يمثل أهمية ولا سيما بالنسبة للرجال المصابين بتضخم البروستاتا أو سرطان البروستاتا ، وقد استخدم الباحثون هرمون دي إتش تي في الأبحاث الخاصة بأسباب الصلع عند الرجال، وكان قد تم تطوير أنواع عديدة من العقاقير على مدى السنوات الماضية بهدف إعاقة عمل هرمون دي إتش تي، غير أن الباحثين قالوا إن هذه العقاقير لها أعراض جانبية ، وأفاد الباحثون أن الجزيء "إيكول" لا يمنع تكوين هرمون دي إتش تي ولكنه يعوقه عن العمل ، وقد أجرى الباحثون تجربتين على الفئران، حيث أظهرتا انخفاض حجم البروستاتا لدى الفئران الذكور الذين تم حقنهم بالجزيء ، وفي إحدى التجربتين قام الباحثون بنزع خصيات الفئران الذكور ومن ثم لم يتم إنتاج هرمون دي إتش تي، غير أنه عندما حقنها الباحثون بالهرمون زاد حجم البروستاتا عندها ، وعندما حقن الباحثون الفئران بجزيء إيكول وهرمون دي إتش تي، وجدوا أن الجزيء أعاق الهرمون عن عمله الطبيعي كمثير لنمو البروستاتا ، وقال البروفيسور روبرت هاندا من كلية الطب البيطري بولاية كولورادو والذي قاد فريق البحث في الدراسة: "لا شك أن إعاقة عمل هرمون دي إتش تي دون التأثير على التستوستيرون سيمنح جزيء إيكول القدرة على تجنب العديد من الآثار الضارة للهرمونات الذكرية دون التأثير على آثارها الإيجابية." ، وقال الدكتور كينيث ستيتشل الذي كان أول من تعرف على جزيء إيكول قبل 20 عاماً: "هذه النتائج لها أهمية طبية كبيرة لأن إعاقة عمل هرمون دي إتش تي كان محل تركيز شركات الأدوية من أجل علاج سرطان البروستاتا وغيره من الأمراض." ، وأضاف: "يؤدي الجزيء الناجم عن فول الصويا هذه المهمة." ، وصرح المتحدث باسم مركز أبحاث

السرطان بالمملكة المتحدة قائلا: "يرتبط ثلث حالات السرطان بالنظام الغذائي غير أنه من لم يعرف بالتحديد أي العناصر الغذائية التي تحمي من السرطان أو تحول دون تعرضنا لخطر نمو السرطان." ، وأضاف: "نعلم أن الدول التي يتناول مواطنوها فول الصويا كثيرا مثل اليابان تقل نسبة الإصابة بسرطان البروستاتا بين مواطنيها".

وفي استراليا اخترع الإستراليون علاجاً فعّالاً لأمراض السرطان ، وسماه الأستراليين بـ « الرصاصة السحرية » وهو عبارة عن شراب حليب فول الصويا المعدل وراثياً القادر على مُعالجة أمراض السرطان المُختلفة (بإذن الله) .

### \* الأرز الكامل ( الأرز البني ) :

لا شك أن الأرز هو أكثر الأغذية الشعبية المفضلة على وجه الكرة الأرضية ، وبوصفه كذلك لا يلبي فقط احتياجات البقاء ؛ بل ويستخدم كمحور للاحتفالات الدينية والشعبية والعادات والتقاليد وفنون الطهي وغيرها كثير، ويقدر العلماء عدد جينات الأرز بنحو 50 ألف جين (أي أنه يزيد من 10 إلى 20 ألف جين على الجينات البشرية) ، وفي إطار البحوث المستمرة لزيادة القيمة الغذائية للأرز، توصل الباحثون إلى تطوير نوعاً جديداً منه باستخدام الهندسة الوراثية يتميز بقيمته الغذائية العالية، ويحتوي على فيتامين (أ) وهو العنصر الغذائي الهام الذي تعاني الكثير من الشعوب الفقيرة والمعتمدة على الأرز بصفة أساسية في غذائها من نقصانه الشديد ، وقد توصل إلى هذا الإنجاز باحثون في معهد التكنولوجيا بزيوريخ في سويسرا، حيث تمكنوا من إدخال جينات إلى حبات الأرز، تجعل هذه النبتة تنتج مادة (البيتاكاروتين) التي لا غنى للبشر وجميع الثدييات عنها، وهي المادة الأساسية لفيتامين (أ) ، وقد دفع الطموح علماء من معهد نورويتش البريطاني لأبحاث الأغذية إلى البحث في الخصائص المميزة لبعض الخضر المانعة للإصابة بالسرطان، والتي تحتوي على مادة (البيتاكاروتين)، وأعلن الدكتور ديفيد هيوز - من المعهد : « إن العمل الذي نقوم به يرمي إلى البحث في الآليات المحتملة، التي بفضلها تستطيع هذه المكونات التأثير على الخلايا المنبوعة المقاومة للسرطان داخل الجسد ، وأوضح أن هذه الأبحاث ركزت بشكل خاص على مادة (البيتاكاروتين) التي تمنح حبات الجزر لونها البرتقالي، وتضمن البحث إطعام هذه المادة لمتطوعين من الذكور بحالة صحية جيدة، ومراقبة تأثير هذه المادة على الخلايا المنبوعة في أجسادهم » .

هذا ويصنف الأرز عالمياً إلى عدة أصناف، يصل تعدادها في إحدى الدراسات إلى 14 ألف صنف ، ومنها (الأرز الكامل) وله سبعة قشور ، القشرة الخارجية منبوعة للتأثيرات الكيماوية ولكنها ضعيفة البنية، ولذلك يجب غسل الرز بلطف ، والسبب أن الأرز يفقد الكثير من قيمته الغذائية فور نزع هذه القشرة ، ويحتفظ الأرز البني بأكبر قدر من المواد الغذائية مثل (الثيامين.نياسين.ريبوفلافين.حديد. كالسيوم) ، كما أنه يحتوي على البروتينات، وكميات صغيرة من الدهون، وكلما تركته في الماء كلما زادت قيمته الغذائية على

عكس الأرز الأبيض ، ويكون الأرز (بجميع أنواعه) بعد الطهي عرضة لتكون البكتريا السامة به، لذا لا ينبغي الاحتفاظ به لأكثر من يومين في الثلاجة ، ويخزن الأرز في مكان بارد جاف مظلم في حاويات محكمة الغلق ، ويوضع بعض فصوص الثوم (بدون نزع القشرة) مع الأرز حتى تبعد السوس عنه ، ويعيش الأرز الأبيض لفترات طويلة ، أما الأرز البني فلا بد من الاحتفاظ به في الثلاجة أو الفريزر.

**ملاحظة:** معظم الناس يتناولون الأرز الأبيض على الرغم من أنه الأخ الوضيع للأرز الكامل ، فللحصول على الأرز الأبيض يخضع الأرز الكامل للعمليات الثلاثة التالية :

أولاً : تنزع القشرة الداخلية للأرز الكامل والتي تتألف من سبعة قشور غنية بالألياف والمعادن والفيتامينات ، وبنزع هذه القشرة يفقد الأرز معظم المعادن المفيدة والموجودة فيه مثل (الصوديوم والماغنيسيوم والفوسفور بالإضافة إلى زوال فيتامين ب1 والكالسيوم كلياً) .

ثانياً: يغسل بمادة مزيله للألوان مشابه للمادة التي تستعمل في إزالة البقع عند غسيل الثياب (علماً بأن هذه المادة مسببة للسرطان).

ثالثاً: يغطى ببودرة التالك والنشا لإعطائه اللون الأبيض المعروف (التالك هو مادة مشابهة للمادة التي توضع على جسم الطفل الصغير لمنع التسلخ ، وهي أيضاً مسببة للسرطان) .

### \* اللوز:

أفاد باحثون أمريكيون أن اللوز وغيره من الأطعمة الغنية بفيتامين (إي) كالمكسرات ، ومركباته النشطة تساعد في الوقاية من الإصابة بسرطان المثانة ، ووجد الباحثون أن الاستهلاك الغذائي من فيتامين (إي) قد يساعد في تقليل خطر نمو الأورام الخبيثة في المثانة حيث تبين أن الأشخاص غير المصابين بالسرطان استهلكوا كميات كبيرة من الأطعمة الغنية بهذا الفيتامين وتحتوي دماؤهم على مستويات عالية منه ، مشيرين إلى أنه كلما كان استهلاك الفيتامين أعلى كانت درجة الوقاية من السرطان أكبر ، ولاحظ الباحثون عند اختبار تأثيرات مادة (الفاتوكوفيرول) وهي أحد أشكال فيتامين (إي) الأكثر امتصاصاً في الجسم والأكثر استهلاكاً في الغذاء أنه الوحيد الذي يؤثر بالصورة الوقائية المطلوبة لأنه يدور في الدم ويصل إلى جميع الأنسجة مقارنة مع الأشكال الأخرى للفيتامين مثل (جاما توكوفيرول) ، وأشار أخصائيو التغذية إلى أن اللوز يعتبر مصدراً جيداً لمادة (الفاتوكوفيرول) وفيتامين (إي) حيث يمكن الحصول على 50 بالمائة من كميته اليومية الموصى بها بتناول حصة واحدة منه على الأقل.

### \* عيش الغراب ( ملك الأعشاب ):

يقول العالم المصري عماد الدين راغب - الدكتور بمعهد بحوث تكنولوجيا الأغذية التابع لوزارة الزراعة المصرية : « إن التحاليل الكيميائية التي أجريت على



عيش الغراب (الفطر) أكدت أنه يتمتع بقيمة غذائية عالية تفوق القيمة الغذائية لمعظم أنواع الخضر والفاكهة ، ويقترب كثيراً من القيمة الغذائية للحوم، الأمر الذي جعل العديد من الدراسات العلمية حول العالم تعتبره بمثابة الغذاء البديل للحم، في حين أطلق عليه البعض الآخر تسمية « لحم الفقراء » ، مؤكداً أن القيمة الغذائية لفطر عيش الغراب تكمن بالدرجة الأولى في محتواه من البروتينات التي تشكل 5% من وزن المادة الطازجة للفطر، وهو ما يعادل 35 إلى 40% من وزن المادة الجافة، وهو الأمر الذي يجعل عيش الغراب يتفوق على معظم أنواع الخضر والفاكهة وهو لا يتميز بارتفاع نسبة هذه البروتينات فقط بل ونوعية هذه البروتينات، لأن الأحماض الأمينية التي تتكون منها بروتينات عيش الغراب مشابهة كثيراً لتلك التي تتكون منها البروتينات الحيوانية كبروتينات اللحوم والحليب والبيض ، حيث تتكون بروتينات عيش الغراب من أكثر من 20 حمضاً أمينياً وهي من الأحماض الأساسية التي تعد ضرورية لحياة الإنسان ونموه نمواً طبيعياً، وهذه البروتينات الموجودة في عيش الغراب يمكن أن تعوض البروتينات الحيوانية بنسبة 100% ، بينما البروتينات النباتية الأخرى للحبوب والبقول والخضر لا تعوض البروتينات الحيوانية إلا في حدود 40 إلى 50% ، وهو الأمر الذي يجعل فطر عيش الغراب منافساً حقيقياً وقوياً للحوم والمنتجات الحيوانية الأخرى» ؛

ويذكر العالم المصري أيضاً : « إن عيش الغراب لا ينافس اللحوم فحسب ، بل ينافس الفواكه والخضروات أيضاً، لأن الفطر ليس منبعاً للبروتينات فحسب وإنما للفيتامينات أيضاً، فقد أثبتت التحاليل أنه مصدر جيد للعديد من الفيتامينات كمجموعة فيتامين (بي) وفيتامين (سي) و(كي) و(إي) و(حمض الأسكوربيك) بل ويمتاز عن باقي النباتات باحتوائه على فيتامين (دي)، ورغم أن عيش الغراب لا يحتوي على فيتامين (إيه) إلا أنه يحتوي على المادة الأولية لهذا الفيتامين على صورة (كاروتين)، مشيراً إلى أن هذا الفطر يعد كذلك من المصادر الجيدة للأملاح المعدنية، لأن محتواه في هذه المواد يعادل تقريباً محتوى لحم البقر ، ويفوق محتوى بعض المنتجات الحيوانية كاللبن والزبد، كما يفوق محتوى العديد من أنواع الخضار والفواكه كالخيار والتفاح والطماطم وغيرها، أما أهم الأملاح التي يحتويها عيش الغراب فهي أملاح البوتاسيوم والصوديوم والفوسفور كما يحتوي على أملاح الكالسيوم والحديد والنحاس أيضاً» ؛

ويوضح الدكتور راغب «أن التحاليل أثبتت كذلك أن عيش الغراب رغم أنه من المنابع الجيدة والقيمة للبروتين والفيتامينات والأملاح، إلا أنه يعد فقيراً في المواد الكربوهيدراتية مقارنة بالأنواع النباتية الأخرى كالحبوب والبطاطا والبطاطس والتفاح، لأن هذه الكربوهيدرات لا تشكل سوى 3.5 إلى 5.2% من وزن الفطر، بينما تبلغ نسبة هذه الكربوهيدرات في القمح مثلاً 60 إلى 70%، مشيراً إلى أن الفطر يعد فقيراً كذلك في محتواه من المواد الدهنية التي تتراوح بين 0.01 إلى 0.2%. إضافة إلى كل ذلك فإن الفطر يحتوي على العديد من الإنزيمات المهمة التي تساعد على عمليات الهضم وقد أثبتت التحاليل أن عدد هذه الأنزيمات يصل إلى



حوالي 24 إنزيمًا، كما يحتوي على مواد تعد من فاتحات الشهية وتحسين حالتها، وأكد أن هذه المكونات تجعل الفطر غذاءً متكاملًا ولكن أهميته لا تعود إلى ذلك فقط بل تتعدى إلى اعتباره بمثابة الدواء، لأن عيش الغراب نظراً لاحتوائه على مجموعة فيتامينات (بي) فإنه يحمي الجسم من التهابات الجلد والأغشية المخاطية والأمعاء والتي تنتج عند نقص هذا الفيتامين في الجسم كما أن حمض الفوليك الموجود به يحمي الجسم من فقر الدم أو الأنيميا، ووجود الكولين به يحمي الجسم من تراكم المواد الدهنية ويمنع نزيف الكلى وتضخم الطحال الذي ينتج عن نقص هذه المادة، بخلاف مواد يجري البحث عنها حول العالم في فطر عيش الغراب مضادة للسرطان، وخصوصاً بعد فصل مضاد حيوي يدعي (نبلريني) الذي يستخدم في علاج الأورام السرطانية والوقاية منها» ؛

ويكشف العالم المصري «أن انخفاض محتوى الفطر من المواد الكربوهيدراتية يجعله مناسباً لمرضى السكر والأفراد الذين يعانون من ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم، حيث أثبتت الدراسات أن تناول الفطر بشكل منتظم لعدة أسابيع متوالية يساعد على تخفيض كوليسترول الدم بنسبة تصل إلى 45%، ولنفس هذا السبب يعد عيش الغراب مناسباً للأفراد الذين يعانون من السمنة ولكل أولئك الذين يرغبون في المحافظة على رشاقة أجسامهم وحيويتها» ؛

وأفادت دراسة علمية، أن نبات الفطر وكافة المشتقات المستخرجة منه تتحلل بفاعلية كبيرة في مقاومة أنواع عديدة من الأمراض السرطانية حيث تزيد من قدرة الجهاز المناعي في عرقلة انقسام الخلايا السرطانية وانتشارها فضلاً عن مساعدة المصابين بالسرطان في التغلب على الآلام المبرحة الناجمة عن تلقيهم العلاج مثل العلاج الإشعاعي والكيميائي .

### \* الأسماك:

أظهرت دراسة أن تناول السمك قد يقلل بصورة ملحوظة من مخاطر الإصابة بسرطان البروستاتا ، وقال باحثون من معهد كارولينسكا في ستوكهولم بالسويد : إن تحاليل أجريت لرجال لم يتناولوا سمكا منذ 30 عاما أظهرت أنهم أكثر عرضة للإصابة بسرطان البروستاتا بمرتين أو ثلاث مرات ممن يتناولون السمك بانتظام ؛

وقال العلماء : إن السمك الغني بالأحماض الدهنية التي تسمى (أوميغا 3) فعالة بصورة خاصة ومن المهم أيضاً أن هذه الأحماض الدهنية (أوميغا 3) جيدة جداً للحماية من أمراض القلب والأوعية الدموية .

ويقول العلماء اليابانيون : إن الإكثار من أكل الطبق الياباني الشهير والمسمى سوشي والذي يعتمد على الأسماك يقلل من احتمالات إصابة المدخنين بسرطان الرئة، فرغم أن اليابانيين يستهلكون الكميات نفسها التي يستهلكها الأميركيون والبريطانيون من السجائر إلا أن نسب الإصابة بسرطان الرئة لديهم أقل بكثير، ويعتقد البروفيسور توشيرو تاكازاكي - من مركز آجي للسرطان في مدينة

ناكوييا اليابانية أن سبب انخفاض حالات الإصابة بسرطان الرئة بين المدخنين اليابانيين يعود إلى حب اليابانيين لهذا النوع من الطعام ، وتوازي معدلات إصابة المدخنين اليابانيين بسرطان الرئة ثلثي معدلات إصابة المدخنين البريطانيين بذات المرض ، على الرغم من تكافؤهما في عدد السجائر المدخنة ؛

وقام البروفيسور توشيرو تاكازاكي وزملاؤه بإجراء دراسة على أصناف الطعام التي يحبذها أربعة آلاف ياباني سليم من أي مرض وأصناف الطعام التي يحبذها ألف مصاب بسرطان الرئة، بهدف التعرف على العلاقة بين الطعام والإصابة بهذا المرض وأثبتت الدراسة انخفاض معدلات الإصابة بسرطان الرئة لدى الأشخاص الذين يتناولون في وجبات الطعام كميات كبيرة من السمك الطازج ، ويساهم تناول السمك الطازج بشكل خاص في الوقاية من الإصابة بنوع من سرطان الرئة يعرف بالورم الغدي ، وتنخفض معدلات ظهور أورام خبيثة لدى الأشخاص الذين يحبذون تناول السمك الطازج دائما ولا يساهم تناول السمك المملح أو المجفف في الوقاية من هذه الأمراض، بل إن دراسات علمية أخرى ترى مساهمته في الرفع من احتمال الإصابة بسرطان الرئة ولا يعرف العلماء الأسباب الحقيقية الكامنة وراء مساهمة السمك الطازج في التقليل من حالات الإصابة بسرطان الرئة، ولكنهم يشكون في أن السبب يكمن بالأحماض الدهنية المتعددة وغير المشبعة الموجودة في دهن السمك ولم تصل الدراسات السابقة التي بحثت في العلاقة بين تناول الأسماك الطازجة والتقليل من خطر الإصابة بسرطان الرئة إلى نتيجة حاسمة.



### الفصل الثالث:

### طرق مختلفة لعلاج السرطان

[ إذا كنت تود معرفة المزيد عن طرق أخرى تؤثر على السرطان ، فإليك بعض هذه الطرق العلاجية التي تعمل على وقف نمو الخلايا السرطانية بإذن الله ]

## [1]- العلاج بماء زمزم

قال رسول الله ﷺ :

« مَاءُ زَمْزَمَ لِمَا شَرِبَ لَهُ ، إِنَّ شَرِبْتَهُ تَسْتَشْفَى بِهِ شَقَاكَ اللَّهُ ، وَإِنْ شَرِبْتَهُ لَشَبِعَكَ أَشْبَعَكَ اللَّهُ بِهِ ، وَإِنْ شَرِبْتَهُ لَقَطَعَ ظَمْنِكَ قَطْعَهُ اللَّهُ ، وَهِيَ هَزْمَةُ جِبْرِيلَ ، وَسُقْيَا اللَّهِ إِسْمَاعِيلَ » (44) .

وقد قام مركز أبحاث الحج بدراسات حول ماء زمزم، فوجدوا أن ماء زمزم ماء عجيب يختلف عن غيره !! ، وقال أحد مسؤولي أبحاث الحج : عندما كنا نحفر في زمزم عند التوسعة الجديدة للحرم كنا كلما أخذنا من ماء زمزم زادنا عطاء ، كلما أخذنا من الماء زاد ، شغلنا ثلاث مضخات لكي ننزح ماء زمزم حتى يتيسر لنا وضع الأسس ، ثم قمنا بدراسة لماء زمزم من منبعه لنرى ، هل فيه جراثيم؟! فوجدنا أنه لا يوجد فيه جرثومة واحدة!! نقي طاهر، لكن قد يحدث نوع من التلوث بعد ذلك في استعمال الأنية أو أنابيب المياه أو الدلو يأتي التلوث من غيره!، ولكنه نقي طاهر ليس فيه أدنى شيء يشوبه ، وبتحليله وجد أن ماء زمزم قلوي تكثر فيه الصودا والكلور والجير وحامض الأزوتيك والبوتاس والكالسيوم والمغنيسيوم والصوديوم والبوتاسيوم والكربونات والبيكاربونات والكلورايد وحامض الكبريتيك مما يجعله أشبه بالمياه المعدنية ، ومن عجائبه أننا لا نعرف من أين يأتي؟! ، ودائماً يعطي منذ عهد الرسول ﷺ إلى اليوم هذا وهو يفيض ، وإذا امتلاء توقف عن الفيضان ، أما الآبار التي من غيره يستمر عطائها خمسين أو مائة سنة ويغور ماؤها وتنتهي!! سبحانه الله! والماء عموماً عظيم القدر والنفع، ولأهمية ورد ذكره في بضع آيات من القرآن الكريم ومنها، قال جل شأنه ﴿ هُوَ الَّذِي أَرْسَلَ الرِّيَّاحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا ﴾ [ الفرقان : 48 ] وقال سبحانه وتعالى ﴿ وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيًّا أَفَلَا يُؤْمِنُونَ ﴾ [ الأنبياء : 30 ]

وأوضح الدكتور عبد الباسط محمد سيد - رئيس قسم الكيمياء الحيوية بمركز البحوث بمصر سابقاً، وعضو هيئة الإجاز العلمي للقرآن والسنة أوضح نظرية غاية في الأهمية والإعجاز عن الماء فقال : « يوجد حالياً ما يعرف بعلاج بالماء ، وفكرته مبنية على إكساب الماء كميات من الطاقة بإضافة إليه المادة التي يريد العلاج بها (أي كانت هذه المادة) وذلك لأن الماء هو السائل الوحيد الذي له خواص تختلف عن السوائل الموجودة في كل الدنيا ، فالماء لهو خواص محددة ، جزيئاته موجودة في سلاسل ، وهذه السلاسل لها ترتيب ولها رابطة تسمى بـ « الرابطة الأيدروجينية » ، إذا أضيف للماء مادة ما ، وبرجه يخلط الماء بالمادة ويذوب فيها ليصبح مكوناً كاملاً لها، وهذه هي الحكمة من وصية النبي ﷺ في الحديث الشريف:

(44) خرجه الدارقطني (289/2) رقم (2772)، والديلمي (6470) ، كثر العمال (34784) ، جامع الأحاديث (20925) ، ضعيف الجامع (4972) ، وفي صحيح الترغيب (1164) قال : حسن لغيره .

« عَلَيَّكُمْ بِشَرَابِ الْعَسَلِ » (45)

أي العسل المخفف في الماء، فالقيمة الغذائية في ملعقة العسل ولكن رتبت كل جزيئات الماء حسب ملعقة العسل.

## [2]- علاج السرطان بالحجامة

في الصحيحين أن رسول الله ﷺ قال :

« إِنْ أُمْتُلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ » (46)

وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا عَنْ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ:

« الشِّقَاءُ فِي ثَلَاثَةٍ: فِي شَرْطَةِ مِحْجَمٍ، أَوْ شَرْبَةِ عَسَلٍ، أَوْ كَيْةٍ بَنَارٍ؛ وَأَنَا أَنُهِى أُمَّتِي عَنْ الْكِي » (47)

### ما هي الحجامة ؟

النظرية الحديثة تقول : إنها تقلل زيادة كرات الدم الهرمة ، أي المحتوية على نسبة عظمى من الكريات الحمراء الهرمة وأشكالها الشاذة ومن الشوائب الدموية الأخرى، فيُزال الضغط عن الجسم ، ويندفع الدم النقي العامل من الكريات الحمر الفتية ليغذي الخلايا والأعضاء كلها ويخلصها من الرواسب الضارة والأذى والفضلات، فإنه مع تقدم العمر تؤدي هذه التراكمات إلى عرقلة عامة لسريان الدم العمومي في الجسم ، مما يؤدي إلى ما يشبه الشلل في عمل كريات الدم الفتية، وبالتالي يصبح الجسم بضعفه عرضة لمختلف الأمراض (48) فإذا احتجم الإنسان عاد الدم إلى نصابه ، فالدم كالنهر الجاري إذا نُظِفَ ماؤه وأزيل ما فيه من شوائب دببت فيه الحياة وعاد إلي نقائه من جديد، والعلم الحديث أكد هذه النظرية

(45) لم أجده بهذا اللفظ .

(46) أخرجه البخاري (5696) ، ومسلم (1577) ، والترمذي (1278) ، وأحمد (107/3) ، والنسائي في الكبرى (7582)

، (7595) ، وغيرهم عن أنس .

(47) البخاري (5680 – 5681) ، وابن ماجه (3491) ، وأحمد (245/1) ، والبيهقي (19328) .

(48) أظهرت دراسات حديثة وجود ارتباط قوي بين مركب بروتيني معين موجود في الدم وإصابة السيدات بسرطانات الأعضاء التناسلية مما قد يساعد يوماً ما في تطوير فحص بسيط للدم يساعد في الكشف عن هذا المرض مبكراً ( وقبل أن تبدأ أعراضه بالظهور ) ، ووجد الباحثون في مستشفى — بريغهام وومز في بوسطن : أن بروتين ( أوستيوبونتين ) ينتج بكميات كبيرة عند وجود خلايا سرطانية في الأعضاء التناسلية حيث لوحظ وجوده بتركيز عال جداً عند المريضة المصابات ، ولاحظ الباحثون في دراستهم لعينات نسيجية سحبت من 144 سيدة من المصابات بالمرض وأخريات غير مصابات وجود مستويات عالية من بروتين ( أوستيوبونتين ) عند السيدات المصابات بسرطان وأورام خبيثة في الأعضاء التناسلية مقارنة مع مستوياته عند غير المصابات به أو المصابات بآفات حميدة ، وأشار العلماء إلى أن فحص هذا البروتين في الدم دقيق للغاية في الكشف عن السرطان دون احتمالات ظهور نتائج إيجابية خاطئة ، [ وهذا دليل يؤكد على أن الحجامة مفيدة للغاية لمن أصيب بالسرطان بإذن الله ، وذلك بالحفاظ على نظافة الدم ( بخروج الأخلط منه ) وتنشيط الجهاز المناعي ] .

فالأخلاط التي تفور في الدم قبل اكتمال البدر تؤثر على جسم الإنسان تماماً كما يؤثر اكتمال القمر على البحار والأنهار ، وذلك لأن جسم الإنسان 70% منه يتكون من الماء ، واستدلوا بارتفاع معدل الجريمة عالمياً في 13-14-15 من الشهر القمري<sup>(49)</sup>، ثم تعود هذه الأخلاط أو الشوارد لتترسب ثانية في الأيام التي تليها، وأكثر هذه الأماكن جذباً لهذه الترسبات في جسم الإنسان هو الكاهل (وهو أعلى نقطة على الظهر) لبطء حركة الدم في هذا الموضع ، وكثرة الشعيرات الدموية إضافة لعدم وجود مفاصل متحركة تزيد من حركه الدم، لذلك كانت هذه المنطقة مثالية لترسب الأخلاط والخلايا الهرمة .

وفي دراسة مخبرية لفضل أثر الحجامة على معافاة الجسم بإذن الله قام بها فريق من الأطباء السوريين مؤلف من 11 أستاذاً في كلية الطب جامعة دمشق ، من ذوي اختصاصات طب العيون وجراحة القلب والصدر والجراحة العامة وجراحة المخ والأعصاب والعظام ومعالجة السرطانات والأورام والدم وطب الأطفال والنساء والتوليد والصيدلة والتشريح، بإخضاع القوانين التي ذكرها شيوخ الحجامة، وأجرى الفريق دراسة مخبرية دموية على الدم الخارج من منطقة الحجامة (الكاهل) ومقارنتها مع الدم الوريدي الطبيعي لعدد كبير من الأشخاص الذين أجريت لهم الحجامة وفق أصولها الصحيحة :

### ماذا قال الأطباء ؟ :

- إن دم الحجامة يحوي عشر كمية الكريات البيضاء الموجودة في الدم الطبيعي وذلك في جميع الحالات المدروسة دون استثناء ، وهو الأمر الذي أثار دهشة الأطباء!!، إذ كيف يخرج الدم بغير كرياتة البيضاء!! ، مما يدل على أن الحجامة تحافظ على عناصر الجهاز المناعي وتقويه.

- إن السعة الرابطة للحديد في دم الحجامة مرتفعة جداً مما يدل على أن الحجامة تبقي الحديد داخل الجسم دون أن يخرج مع الدم المسحوب بهذه الحجامة، تمهيداً لاستخدامه في بناء كريات فنية جديدة.

- إن الكرياتينين في دم الحجامة كان مرتفعاً ، وهذا يدل على أن الحجامة تقتنص كل الشوائب والفضلات والرواسب الدموية مما يؤدي إلى نشاط كل الأجهزة والأعضاء .

(49) من له السبق والاكتشاف العلمي ؟؟ عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ : أَمَرَنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ أَنْ نَصُومَ مِنْ الشَّهْرِ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ الْبَيْضِ ثَلَاثَ عَشْرَةَ وَأَرْبَعَ عَشْرَةَ وَخَمْسَ عَشْرَةَ .. أَخْرَجَهُ أَحْمَدُ (150/5 ، 177) ، والنسائي في المجتبى (2422) ، وفي الكبرى (2730) ، والبيهقي (8227) ، وابن حبان (3656) ، وابن خزيمة (2128) وغيرهم .. ، وقد أكد العلماء على أن الصوم يجد من غليان الدم ، وبالتالي فإن الصوم في هذه الأيام دون غيرها عند رسول الله ﷺ له مدلوله الواضح ، فيعمل على الحد من استئثاره من يعاني من الغضب الذي هو السبب في الكثير من المشاكل الصحية والاجتماعية ، وإذا ربطنا بين أمر رسول الله ﷺ بصيام الثلاثة أيام القمرية وتوصيته بالحجامة في أيام (17 و19 و21) ، لاستدلنا أن بالصوم تنجذب الرواسب الضارة نحو منافذ الإخراج ثم يتم طرحها خارج الجسم ، وما تبقى منها ينجذب نحو خارجها فيترسب في طبقاته القريبة من الجلد ، وأفضل ما يتم عمله في هذه الحالة هو تجميع هذه الرواسب وفتح منافذ لها لطرحها خارج الجسم .

عملية الحجامة تزيد من قوة جهاز المناعة لزيادة نشاط الجملة الشبكية البطانية، كما أن التروية الدموية الجيدة للنسج والأعضاء من شأنه رفع مناعة الجسم بسبب كثرة تعرض العامل الممرض لعناصر جهاز المناعة .

زيادة الإنترفيرون وهو أسرع خط دفاعي يتم تكوينه وإفرازه بعد تعرض الجسم لأي فيروس، كما قال البروفيسور كانتيل : « إن الكريات البيضاء تستطيع إنتاج الأنتروفيرون بمعدل يزيد على عشرة أضعاف مما تنتجه خلايا الجسم ، وقد دلت أرقام دم الحجامة على وجود نسبة لا تذكر من الكريات البيض فيه ، إضافة إلى أثرها الكبير في تحريض نقي العظام على توليد كريات جديدة وخاصة إذا كان الجسم في حالة تستدعي إنتاج خلايا مناعية دفاعية كالماتقات في حال وجود أي عامل ممرض ، إذ إن تمايز خلايا الدم البدئية يسير باتجاه تشكيل كريات بيضاء» .

وفي تعليق له حول دور الحجامة في تنظيف الجسم أكد الدكتور هاني الغزاوي - أستاذ زائر بكلية الطب البديل جامعة لشبونا وعضو أكاديمية بيكين والمجلس البريطاني للعلاج الصيني : « أن المواد السامة التي يتعامل معها الإنسان من خلال الطعام والشراب والأدوية والملابس ولوازم العمل المختلفة كفيلة بكم لا بأس به من الألم النفسي والعضوي ، والشيء الخطير في هذه السموم أنها تتجمع في الجسم ، ويختص بهذا التجمع النسيج الدهني وأنسجة الخلايا العصبية شبه الدهنية وتتراكم هذه السموم في الكبد (السموم القابلة للإذابة في الدهون) وفي الكلى (السموم القابلة للإذابة في الماء) وأيضاً في البنكرياس والجلد والنخاع العظمي والأسنان ، وحجامة هذه الأجزاء تستخدم بشكل ناجح للتخلص من تلك السموم ، وحيث أن العرض الأول لهذه السموم هو الشعور بالإرهاق المزمن وعدم التركيز، فإنه بعد جلسات معدودة يشعر الإنسان بتحسّن كبير وينعم بالراحة والحيوية .

وقام العالم الياباني كيوكريسا بتجربة ركز فيها على دراسة الدم الخارج من الجسم بعد الحجامة ، واستدل من خلاله على حقيقة واحدة ، أن الشوائب في الدم هي السبب في إصابتنا بالأمراض المختلفة .

وعن الحجامة يقول الأستاذ الدكتور على محمد مطاوع - عميد كلية طب الأزهر وأستاذ الأشعة والأورام: « الحجامة مبنية على أساس علمي معروف وهو أن الأحشاء الداخلية تشترك مع أجزاء معينة من جلد الإنسان في مكان دخول الأعصاب المغذية لها في النخاع الشوكي ، وبمقتضى هذا الاشتراك فإن أي تنبيه للجلد في منطقة ما من الجسم يؤثر على الأحشاء الداخلية المقابلة لهذا الجزء من الجلد ، وهي نفس النظرية التي على أساسها تستخدم الإبر الصينية في علاج الأمراض ، ويقول وبمعرفة خرائط توزيع الأعصاب على الجلد وعلى الأحشاء الداخلية يمكن معرفة أجزاء الجلد التي تعمل فيها الحجامة للحصول على الأثر الطبي المنشود» .

والحجامة تفيد في كثير من الأمراض بإذن الله ، ومن الأمراض التي تعالجها : الصداع ، والصداع النصفي ، الارتفاع في ضغط العين ، التهاب الجيوب الأنفية ، اضطرابات الغدد ، زيادة الكوليسترول بالدم ، ارتفاع ضغط الدم ، أمراض الكبد والمرارة ، التهاب القولون ، والقولون العصبي ، التهاب البروستاتا ، آلام الظهر.



## وأما عن أثر الحجامة على السرطان :

قال العلامة العربي محمد أمين شيخو رحمه الله : « إن تراكم الشوائب الدموية ينعكس سلباً على جريان الدم فتتقص تغذية الأنسجة والأعضاء فيضطر القلب لبذل مجهود أكبر لتأمين متطلباتها وكذا الكبد لما يقل تغذيته الدموية تشغله الشوائب الدموية عن وظيفته الأكثر أهمية في إزالة المواد السامة ، ويتدنى مستوى أداء الطحال لوظيفته المناعية في إنتاج الأضداد وتخليص الدم من العناصر الغريبة ويترجع عمل الأجهزة شيئاً فشيئاً ، وهذا ما لا يشعر به المرء على التو، حتى إذا ما تقدمت به السن تفاقمَت الأمور وظهرت المشاكل ودبَّت الأمراض، لذلك نجد أن نسبة الإصابة بالسرطان عند الطاعنين بالسن أعلى مما هي عند الآخرين ، كل ذلك بغياب الحجامة ، وإذا ما أتت المؤثرات الخارجية كالمواد الكيماوية والإشعاعية والعوامل النفسية كالصدمات فبدل أن يتصدى الجسم لهذه المغيرات يصبح ضحية لما تنتجه من خلل أكبر فيه، وليس هذا فحسب، بل تقوده بعض خلاياه إلى التكاثر بشكل جنوني وكأن هذه الخلايا قد ثارت على هذا الجسم فكان السرطان ، فخلل أجهزة الجسم أدى إلى خلل التوازن الهرموني مع العوامل الخارجية فكان الأمر أكبر من أن يتغلب عليه جهاز مناعي ضعيف ، ضعفت قلة التروية الدموية ، إن العضوية تتعرّف على الخلايا السرطانية وتعتبرها غريبة فتكون الأضداد تجاهها ساعية لضبط هذا الانتشؤ ومنع انتشاره ، ولكن عندما يميل التوازن لصالح الخلايا السرطانية يظهر الورم ، لقد نما السرطان حينما تغلبت خلاياه على جهاز المناعة، وجهاز المناعة مرتبط ببقية أجهزة وأعضاء الجسم والكل يشكل وحدة متكاملة، فإذا عمل الكبد وبكفاءة عالية خلّص الجسم من السموم وخزّن وحلّل وركّب، وكذا الطحال قام بدوره المناعي فتحوّلت خلاياه البالغة (تي.بي) إلى خلايا مفرزة للغلوبولينات ففويت المناعة الخلطية ، وكذا الكليتان تنقيان الدم وتنظمان الأملاح بوتيرة عالية كما سائر الأجهزة والأعضاء ، وعندها يقوم الجسم بصد كل المؤثرات الخارجية، يبقى سليماً معافى بإذن الله ، وقد دلّت الإحصائيات على أن الأشخاص الذين أخذوا عقاقير مثبطة للمناعة لدى إجراء عمليات زرع الكلي لهم كانوا أكثر تعرضاً للإصابة بالأورام السرطانية من الأشخاص العاديين بنسبة تصل إلى 35 مرة ، وقد وجد في أمريكا أن 74% من المصابين بالسرطان كانوا يعانون من التهاب الكبد الفيروسي، فصاحب الكبد المريض أكثر عرضة للإصابة بسرطان الكبد البدئي ، وقد بيّنت إحدى الدراسات أن نسبة الإصابة بسرطان الكبد بين الذكور أعلى من الإناث بـ 6 مرات وهذا من أثر المحيض تلك الحجامة الإلهية ، وقد دلّت الدراسات أن خلايا الورم في الدورة الدموية والتي تتجو لتصبح إنبثاثاً خبيثاً لا تتعدى نسبتها خلية من كل عشرة آلاف خلية من مجموع خلايا الورم لأن فعل المناعة في الوسط الدموي قوي ، لذلك بادر الأطباء إلى استعمال مانعات التجلط للحد من انتشار الخلايا السرطانية ، فالحجامة ترفع قدرة جهاز المناعة بشكل عام وتخلصنا من العثرات والكريات العاطلة والشوائب الدموية فتقلل بذلك فعل التجلط الدموي وتخفف لزوجة الدم فترتفع ميوعته بشكل طبيعي لا تحريضي صناعي وتحرض نقي العظام على توليد

المزيد من الخلايا المناعية ، فبعملية الحمامة يتفرغ الطحال لممارسة دوره المناعي وأعيد تأهيل أجهزة الجسم ورُفعت كفاءتها مما ساهم في التحسن أو الشفاء من هذا المرض الخبيث» . أهـ

### علاج السرطان بالحمامة :

قلتُ: بحثنا كثيراً عن مواضع حمامة تفيد مرضى السرطان، وسألنا كثيراً أهل الخبرة عن هذا السؤال: ما هي المواضع التي يمكن إجراء عليها حمامة للسرطان ؟! وكان شرطاً أساسياً عندنا أن يكون الحمام الذي نعرض عليه هذا السؤال يتميز بهذه الشروط الأربعة على الأقل :

1. أن يكون ثقة .
2. أن يكون ممارساً للحمامة منذ بضع سنين.
3. أن يكون قد أجرى آلاف الحمامات .
4. عالج حالات مصابة بالسرطان .

وذلك لتدعيم وتقوية إحصائية البحث، والحقيقة لم نَحْظْ بجوابٍ شافٍ ، ولم نجد منهم اثنين متفقين على أماكن محددة لحمامة السرطان ، والحالات التي شفاهها الله بها فردية ، أما الحالات التي تحسن والحمد لله بعد إجراء الحمامة فكثيرة جداً ، برغم أنهم يتعرضون لعلاج عنيف مثل العلاج الكيميائي، إلا أن التحسن بات ظاهراً وملموساً والفضل الله ، وخرجنا من هذه التجربة بنظرية نعرضها عليكم لعل الله ينفعكم بها ، وهي أنه طالما لا توجد أماكن محددة لإجراء حمامة للسرطان، إذاً يمكن الالتزام بمواضع السنة فقط، أو بعضها (أقرب أماكنها من الأورام) ، ولاحظ أنها منتشرة على جميع أعضاء الجسم ، أي أنها بإذن ربنا تنظف الجسم من الأخطأ، وتضبط الجهاز المناعي للقضاء على الخلايا السرطانية وسحقها بإذن الله (لا تنشطه فتثير الخلايا السرطانية ولا تثبطه فتقلل من مقاومة الجسم لها) وتهيئة البيئة المناسبة للعلاجات، سوء من الطب التقليدي أو من الطب البديل .  
ووالله الذي لا إله غيره ، إذا أجريت الحمامة بنية وعقيدة ويقين على مواضع السنة، بإذن الله ستري ولا بد بعد إجرائها العجب العجائب .

### مواضع الحمامة التي ورد أن النبي ﷺ احتجم عليها<sup>50</sup>

روى البخاري :

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ : احْتَجَّمَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي رَأْسِهِ وَهُوَ مُحْرَّمٌ مِنْ وَجَعٍ كَانَ بِهِ بِمَاءٍ يُقَالُ لَهُ لُحْيُ جَمَلٍ<sup>(51)</sup> .

(<sup>50</sup>) غيبي إقتفاء أثر النبي وإتباع سنته ﷺ ، النبي ﷺ قد أجرى ثلاثة مواضع للحمامة على الأكثر ، وهذا ما سوف تلاحظه أثناء قراءتك للأحاديث الواردة بإذن الله ، ويمكنك الاطلاع عليها والاستفادة منها ( الحمامة ) بتوسع من مصدره كتاب: « الحمامة سنة نبوية غفل عنها المسلمون » تأليف أخي الشيخ مجدي محمد الشهاوي.

(<sup>51</sup>) البخاري (5700) .

وفي رواية:

« مِنْ صُدَاعٍ كَانَ بِهِ أَوْ شَيْءٍ كَانَ بِهِ » (52).

وفي رواية:

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ : أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَمَ وَهُوَ مُحَرَّمٌ فِي رَأْسِهِ مِنْ شَقِيقَةٍ كَانَتْ بِهِ (53).

الشقيقة: الصداع النصفي.

وعن أبي هريرة أن أبا هند حَجَمَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الْيَافُوخِ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ :

« يَا بَنِي بِيَاضَةَ ، أَنْكَحُوا أَبَا هَنْدٍ وَأَنْكَحُوا إِلَيْهِ » ، وَقَالَ : « وَإِنْ كَانَ فِي شَيْءٍ مِمَّا تَدَاوُونَ بِهِ خَيْرٌ فَالْحَجَامَةُ » (54).

(أبو هند): اسمه يسار وكان مولى لبني بياضة (في اليافوخ) : وهو حيث التقى عظم مقدم الرأس ومؤخره . قاله في القاموس ، (أنكحوا أبا هند) : أي زوجته بناتكم ( وأنكحوا إليه ) : أي اخطبوا إليه بناته ولا تخرجوه منكم للحجامة ( وإن كان في شيء مما تداوون به خير فالحجامة) : أي فهو الحجامة . وفي رواية عبد الله بن بحنة :

احتجم رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو محرم بلحي جمل في وسط رأسه (55).

وفي حديث أنس أن النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَمَ ثَلَاثًا فِي الْأَخْدَعَيْنِ وَالْكَاهِلِ (56).

وفي رواية عنه :

اِثْنَتَيْنِ فِي الْأَخْدَعَيْنِ ، وَوَاحِدًا فِي الْكَاهِلِ (57).

قال أهل اللغة : الأخدعان : عرقان في جانبي العنق ، والكاهل : ما بين الكتفين وهو مقدم الظهر ، وهو مقدم أعلى الظهر مما يلي العنق ، وهو الثلث الأعلى ، وفيه ست فقرات .

وعند أحمد عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ :

احْتَجَمَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي الْأَخْدَعَيْنِ وَبَيْنَ الْكَتِفَيْنِ (58).

وعند ابن ماجه في سننه :

(52) أخرجه أحمد (259/1) .

(53) البخاري (5701 ، 1836) .

(54) أخرجه أبو داود (2102) ، وابن حبان (6078) ، وأبو يعلى (5911) ، والدارقطني في سننه (204) .

(55) البخاري (5698) ، ومسلم (1203) ، والنسائي في المجتبى (194/5) ، وفي الكبرى (3833) ، وابن ماجه (3481) ،

وأحمد (345/5) ، وابن حبان (3953) ، والبيهقي (8930) .

(56) أخرجه أحمد (119/3) ، وأبو داود (3860) ، والترمذي (2051) ، وابن ماجه (3483) ، والحاكم (210/4) ،

والطيالسي (1994) ، وأبو يعلى (3048) .

(57) أحمد (192/3) ، والبيهقي (19317) ، جزء أشيب (19) .

(58) أخرجه أحمد (316/1 ، 324 ، 33) .

عَنْ جَابِرٍ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَقَطَ عَنْ فَرَسِهِ عَلَى جَذَعٍ فَأَنْفَكَتْ قَدَمُهُ قَالَ وَكَيْعٌ : يَعْني أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَّمَ عَلَيْهَا مِنْ وَثْءٍ<sup>(59)</sup> .

وعند أبي داود عَنْ جَابِرٍ :

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَّمَ عَلَى وَرْكِهِ مِنْ وَثْءٍ كَانَ بِهِ<sup>(60)</sup> .

الوثء : بفتح الواو وسكون الثاء فهمز ، أي : من أجل وجع يصيب العضو من غير كسر . وفي القاموس : الوثء وجع يصيب اللحم لا يبلغ العظم ، أو وجع في العظم بلا كسر ، أو هو الفك .

وفي رواية عند أحمد :

عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَّمَ وَهُوَ مُحَرَّمٌ مِنْ وَثْيٍ كَانَ بِوَرْكِهِ أَوْ ظَهْرِهِ<sup>(61)</sup> .

وفي رواية عنه :

من ألم كان بظهره أو بوركه<sup>(62)</sup> .

وكان جابر يحدث أن رسول الله صلى الله عليه وسلم احتجم على اهله من أجل الشاة التي أكلها ، حجه أبو هند مولى بني بياضة بالقرن<sup>(63)</sup> .

زاد ابن سعد في رواية له :

وأمر رسول الله صلى الله عليه وسلم أصحابه فاحتجموا أو ساط رؤوسهم<sup>(64)</sup> .

وفي سنن النسائي :

عَنْ قَتَادَةَ عَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ احْتَجَّمَ وَهُوَ مُحَرَّمٌ عَلَى ظَهْرِ الْقَدَمِ مِنْ وَثْءٍ كَانَ بِهِ<sup>(65)</sup> .

وفي رواية :

على ظهر القدم من وجع كان به<sup>(66)</sup> .

وفي حديث أبي كبشة الأنماري قال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحتجم على هامته وبين كتفيه ، ويقول : من أهرق منه هذه الدماء فلا يضره أن لا يتداوى بشيء لشيء<sup>(67)</sup> .

<sup>(59)</sup> صحيح ، أخرجه ابن ماجه (3485) .

<sup>(60)</sup> صحيح ، أخرجه أبو داود (3863) ، والبيهقي (19315) .

<sup>(61)</sup> أخرجه أحمد (305/3 ، 382) ، والنسائي في الكبرى (3234) ، وابن خزيمة (2660) ، والبيهقي (19316) .

<sup>(62)</sup> أخرجه أحمد (357/3) .

<sup>(63)</sup> ضعيف ، أخرجه أبو داود (4510) ، والدارمي (68) ، والبيهقي (15787) .

<sup>(64)</sup> طبقات ابن سعد (200/2) .

<sup>(65)</sup> أخرجه النسائي في المجتبى (194/5) ، وفي الكبرى (3832) ، (7589) .

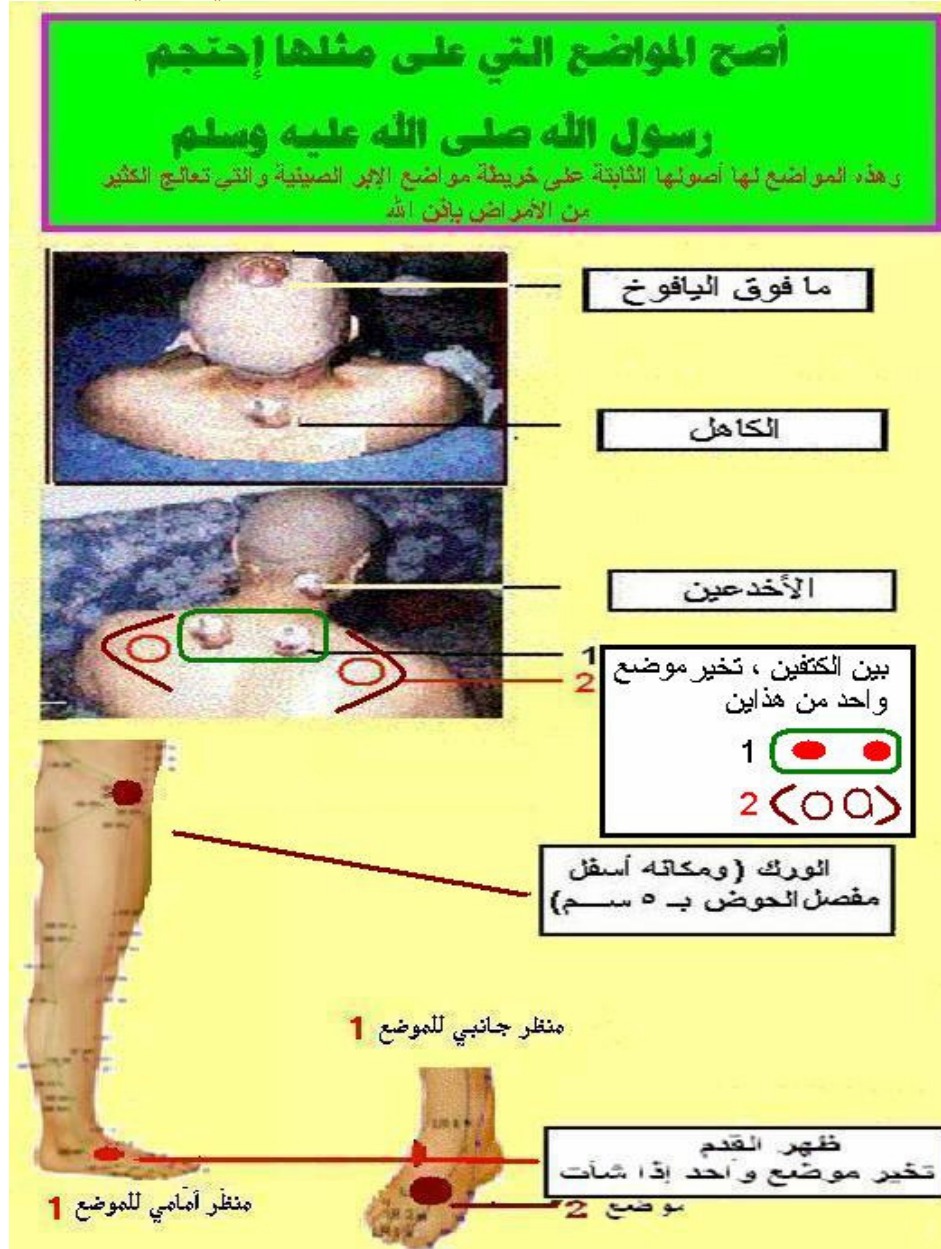
<sup>(66)</sup> أخرجه أحمد (164/3) ، وأبو داود (1837) .

<sup>(67)</sup> صحيح ، أخرجه أبو داود (3859) ، وابن ماجه (3484) ، والبيهقي (19318) ، والطبراني في الأوسط (940) ، وفي

الكبير (343/22) ، وفي مسند الشاميين (179) ، وابن أبي عاصم في الأحاد والمثاني (1283) ، كثر العمال (18357) ،

فيض القدير (7005) .

(على هامته): أي رأسه، وقيل : وسط رأسه ، وقيل : وسط الرأس وأعله (وبين كتفيه): يحتمل أن يكون فعله هذا مرة وذاك مرة ، ويحتمل أن يكون جمعها . وعن عبد الرحمن بن خالد بن الوليد أنه كان يحتجم في هامته وبين كتفيه ، وقال : إن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يحتجمها ويقول: ﴿ من أهرق من هذه الدماء فلا يضره إلا أن يتداوى بشيء لشيء ﴾ (68)



(68) أخرجه الطبراني في مسند الشاميين (211)، وابن عساكر في تاريخ دمشق (325/34)، كثر العمال (28483)، وفي مجمع الزوائد (8340) قال : رواه الطبراني ، وعبد الرحمن بن خالد لا أعلم له صحة ، وأبو هزان لم أعرفه ، وبقية رجاله ثقات

وهذه بعض معلومات عن طريقة إجراء الحمامة تفيدك في إنجاح عملها بإذن الله

### أنواع الحمامة :

1. الحمامة الجافة.
2. الحمامة الرطبة.
3. الحمامة بدودة العلقه .
4. الحمامة المترحلة (69) .

ونخص منها بالذكر: الحمامة الجافة، و الحمامة الرطبة.

**الحمامة الجافة (كاسات الهواء) :** تفيد في نقل الأخلاط الرديئة وسحب مادة البروستجلنديين من مواضع الألم إلى سطح الجلد (وهي مادة وهبها الله للإنسان لمعرفة أن هذا الموضع مريض) ، وبذلك يختفي جزء كبير من الألم ، وتختلف الحمامة الجافة عن الحمامة الرطبة بعدم تشريط الجلد .

**الحمامة الرطبة:** وتختلف عن الحمامة الجافة بتشريط الجلد تشريطاً خفيفاً ، ووضع المحجمة على مكان التشريط وتفرغها من الهواء عن طريق المص فيندفع الدم والأخلاط الرديئة من الشعيرات والأوردة الصغيرة إلى سطح الجلد نتيجة تسليك الشرايين والأوردة الكبيرة والدقيقة وتنشيط الدورة الدموية ، وذلك بالتفريغ الذي أحدثه مص الدم .

**وقت أدائها:** جاء في كتاب «الدواء العجيب» : «والحمامة تبدأ من بعد شروق الشمس وتنتهي عندما تشتد الحرارة قرب الظهر» ، وتتم الحمامة في النهار بعد شروق الشمس، أما عن موعد انتهائها لكل يوم فحسب حرارة الجو ، فإن كانت الحرارة بارتفاع الشمس لا تزال معتدلة نستمر حتى الظهر فهو جائز لكنه غير محبب، والأفضل منه هو الساعات الأولى من النهار ، فإن بقي الإنسان لساعات متأخرة (قبل حلول الشمس وسط السماء) فلربما يتداركه التعب ويشعر بدوار لتأخره في الإفطار واحتجامة، فلكي نتفادى كل هذه الاحتمالات ولكي ننقذ حمامة صحيحة مفيدة أتم الفائدة نسارع في ساعات النهار الباكرة ونحتجم ما بين الساعة السابعة للعاشر وللضرورة إلى الحادية عشر، ثم عندما نتأخر لساعات متأخرة (للظهر) فلا بد أننا نتحرك ونعمل ، ومن شأن هذا أن يحرك الدم قليلاً ويجرف القليل مما تقاعد من شوائبه في منطقة الكاهل وبالتالي تكون الفائدة من الحمامة غير تامة، والطبيب ابن سينا ذكر الوقت قائلاً : «أوقاتها في النهار الساعة الثانية أو الثالثة بالتوقيت الغربي، أي ما يعادل بتوقيتنا الساعة (8) إلى (9) صباحاً بشكل عام (70) .

(69) مساج باستخدام قارورة الحمامة مع زيت الزيتون وزيت النعناع أو غيره .

(70) قال الإمام ابن القيم: واختيار هذه الأوقات للحمامة فيما إذا كانت على سبيل الاحتياط والتحرز من الأذى وحفظاً للصحة ، وأما مداواة الأمراض فحيثما وجد الاحتياج إليها وجب استعمالها ، وكان الإمام أحمد بن حنبل — رحمه الله — يحتجم في أي وقت هاج عليه الدم .



**أفضل أيام لإجرائها :** هي أيام (17-19-21) من كل شهر عربي ، فقد صح عن أنس بن مالك ؛ أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :

« مَنْ أَرَادَ الْحَجَامَةَ فَلْيَنْتَحِرْ سَبْعَةَ عَشَرَ ، أَوْ تِسْعَةَ عَشَرَ ، أَوْ إِحْدَى وَعِشْرِينَ . وَلَا يَنْتَبِغْ بِأَحَدِكُمُ الدَّمَ ، فَيَقْتُلُهُ » (71) .

« يَنْتَبِغْ » قال ابن الأثير في النهاية : تبيع به الدم إذا تردد فيه . ومنه تبيغ الماء إذا تردد وتخير في مجراه ، أي غلبة الدم على الإنسان .

**توصيات هامة :** يفضل عمل الحجامة بعد تهيئة المحتجم نفسياً ، والتمهيد له قبلها ( تذكيره بفضائلها وفوائدها ومنافعها ) .

- يحذر إجراء الحجامة بعد الأكل وامتلاء المعدة ، فلا تُجرى إلا بعد مرور ساعتين على الأقل بعد تناول الطعام .

- تتجنب الحجامة بأكثر من كأس في وقت واحد لمن يعاني من الأنيميا أو ( فقر الدم ) ، أو من يعاني من انخفاض في ضغط الدم ، وعدم حجامته على الفترات القطنية ( لأنها تتسبب في انخفاض ضغط الدم بسرعة ) ويتم الحجامة له بدءاً بكأس واحد يتلوه آخر على حسب استعداده البدني وتحمله الصحي ، وفي هذه الحالة ( إذا لزم الأمر ) ينصح بأن يشرب المحتجم شيء من السكريات والعصائر أو طعام يزوده بسعرات حرارية قبل الحجامة .

- لا يحجم المحتجم وهو واقفاً أو على كرسي ليس له جوانب تمنعه من السقوط على الأرض ( خشية أن يغمى عليه وقت الحجامة ) ، ولذلك أفضل وضع لإجراء الحجامة هو أن يكون المحتجم مستلقياً على جنبه ، أو يمتطي كرسي ذا مسند ( خاصة لمن يعاني من أنيميا أو انخفاض في ضغط الدم أو رهبة منها ) .

- في حالة الإغماء وقت الحجامة أو على إثرها ، يستلقي المصاب على ظهره وترفع قدماه للأعلى بوسادة أو غيرها ، وكذلك يشرب المصاب شيء من السكريات أو العصائر الطازجة .

- تتجنب الحجامة للإنسان المصاب بالرشح أو البرد ودرجة حرارته عالية .

- تتجنب الحجامة على أربطة المفاصل الممزقة .

- تتجنب الحجامة على الركبة المصابة بالماء ولكن بجوارها وكذلك الدوالي .

- من يتعاطون أدوية لسيولة الدم ( يتم عمل الحجامة لهم بحذر وحيطه ) .

- لا يحجم الجزء المريض من الجلد الذي يحتوي على دمامل وأمراض جلدية معدية أو التهاب جلدي شديد .

- لا يحجم مريض القلب المستخدم لجهاز لتنظيم ضربات القلب ولا مريضى الفشل الكلوى .

- لا تحتجم المرأة الحامل في أسفل البطن أو على منطقة الصدر (خاصة في الأشهر الثلاثة الأولى) .

- يحذر ويمنع منعاً باتاً عمل الحجامة فوق الأورام الخبيثة ( بل على مقربة منها ) .

(71) أخرجه ابن ماجه (3486) ، زيادة الجامع الصغير (2899) عن أنس ، وصححه الألباني .



- يحذر عمل الحمامة لمن تبرع بالدم إلا بعد ( 3-5 ) أيام على الأقل.
- بعد الحمامة ينصح بما يلي :
- يمتنع عن شرب السوائل شديدة البرودة لمدة 24 ساعة .
- يغطي المحتجم موضع الحمامة ولا يعرضه للهواء البارد .
- يجب ان لا يأكل المحتجم طعاماً مالحاً أو فيه بهارات حار ، والألبان ومشتقاتها (بل ينتظر لمدة 24 ساعة أو نحوها ) .
- يجب أن يرتاح المريض ما أمكن، ولا يجهد نفسه ولا يغضب بعد الحمامة لمدة يوم أو يومين، وعدم أخذ الراحة الكافية قد تكون سبب في عودة الألم مرة ثانية.
- يمتنع المحتجم عن الجماع قبل الحمامة مدة 12 ساعة ، وبعد الحمامة لمدة 24 ساعة .
- بعض الناس يشعر بارتفاع في درجة حرارة في الجسم وذلك ثاني يوم من الحمامة، هذا أمر طبيعي ويزول بسرعة بإذن الله.
- بعض الناس يشعر بغثيان أو يحصل له إسهال عندما يحتجم في ظهره ، هذا أيضاً أمر طبيعي .
- يجب إتخاذ التدبير اللازمة والحيلة والحرص مع الأمراض التي تنتقل أو تعدي .
- نتيجة الحمامة : بعد عمل الحمامة للمريض تكون هناك حالة من حالتين : إما أن يشعر المريض بتحسن في حالة الصحة ، وهنا تكون الحمامة قد أتت ببعض ثمارها بإذن الله ؛ وفي هذه الحالة : إما أن يكون المرض قد زال بالكلية ، ولا يحتاج المريض إلى مزيد من الجلسات ، وإما أن يكون المريض في حاجة إلى جلسات أخرى ، وذلك لأن أعراض المرض لم تنته بالكلية ، أو لأن المرض مرض مزمن كالسكر والضغط ونحوها وإما لا يشعر المريض بتحسن في حالة الصحة من أول جلسة ، وهنا يجب تكرار الجلسة حتى تزول أعراض المرض وينتهي المرض بإذن الله تعالى ، وكم من المرضى من لا يشعر بتحسن إلا بعد الجلسة الثانية أو الثالثة أو الرابعة ، وما الحمامة إلا سبب من الأسباب المشروعة ، والشفاء أولاً وأخيراً بإذن الله .

ويلق الدكتور أحمد مصطفى متولي، على ما سبق ذكره في كتابه : « الموسوعة الشاملة في الطب البديل » قائلاً: « وإني لأعجب حينما يستعمل المريض دواءً كيميائياً مصنعاً يستمر عليه شهراً أو شهرين ، ثم يعاود الطبيب الذي يكرر العلاج الكيميائي للمريض لشهر أو شهرين آخرين لأن المريض لم يتحسن في المدة الأولى ، ناهيك عن الأعراض الجانبية والمضاعفات الخطيرة الدوائية التي نادراً ما يخلو منها دواء من الأدوية الكيميائية ولا يكاد ينجو منها مريض من المرضى » .

### [3]- علاج السرطان بلبن وبول الإبل

قال الله العليم في كتابه الحكيم: ﴿ أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ ﴾ [ الغاشية :

17 ] .

وفي الصحيحين : عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ نَفَرًا مِنْ عُلَّيْ تَمَانِيَّةٍ قَدِمُوا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَبَايَعُوهُ عَلَى الْإِسْلَامِ فَاسْتَوْخَمُوا الْأَرْضَ وَسَقَمَتِ أَجْسَامُهُمْ فَشَكُوا ذَلِكَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَقَالَ :

« أَلَا تَخْرَجُونَ مَعَ رَاعِيْنَا فِي إِبِلِهِ فَنُصِيبُونَ مِنْ أَبْوَالِهَا وَالْبَانِيَا » .

فَقَالُوا : بَلَى . فَخَرَجُوا فَشَرَبُوا مِنْ أَبْوَالِهَا وَالْبَانِيَا فَصَحُّوا ؛ فَقَتَلُوا الرَّاعِيَّ وَطَرَدُوا الْإِبِلَ ، فَبَلَغَ ذَلِكَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ فَبَعَثَ فِي آثَارِهِمْ فَأَدْرَكُوا فَجِءَ بِهِمْ فَأَمَرَ بِهِمْ فَقَطَّعَتْ أَيْدِيَهُمْ وَأَرْجُلُهُمْ وَسُمِرَ أَعْيُنُهُمْ ثُمَّ نُبِدُوا فِي الشَّمْسِ حَتَّى مَاتُوا (72) .

وعنه يقول الدكتور عبد الجواد الصاوي - عضو الهيئة العالمية للإعجاز العلمي في القرآن والسنة : «لقد استفاد العرب قديماً من لبن الإبل في علاج كثير من أمراضهم كالجدري والجروح وأمراض الأسنان وأمراض الجهاز الهضمي ومقاومة السموم ، وقالوا أن أفضل لبن الإبل كعلاج اللبن بعد الولادة بأربعين يوماً وأفضله ما اشتد بياضه وطاب ريحه ولد طعمه وكان فيه حلاوة يسيرة ودسامة معتدلة واعتدال قوامه في الرقة وحلب من ناقة صحيحة معتدلة اللحم محمودة المرعى والمشرى ، ويقول العرب اللبن الإبل الدواء ، ولبن الإبل محمود يولد دماً جيداً ويرطب البدن اليابس وينفع من الوسواس والغم والأمراض السوداوية، وإذا شرب مع العسل نقي القروح الباطنية من الأخلاط العفنة » .

وقد قال الرازي في لبن الإبل : « لبن اللقاح يشفي أوجاع الكبد وفساد المزاج » .

وقال ابن سينا في كتاب القانون : « لبن النوق دواء نافع لما فيه من الجلاء برفق وما فيه من خاصية، وإن هذا اللبن شديد المنفعة فلو أن إنساناً أقام عليه بدل الماء والطعام شفي به، وقد جرب ذلك قوم دفعوا إلى بلاد العرب فقادتهم الضرورة إلى ذلك فعفوا » .

ويُنصح المريض الذي يأخذ لبن الإبل للعلاج أن يأخذه بالغداة، ولا يدخل عليه شيئاً ، ويجب عليه الراحة التامة بعد شربه ، ويعتبر لبن الإبل الطازج الحار أفضل شيء لتنظيف الجهاز الهضمي ويعتبر أفضل المسهلات، وينتشر بين البدو أن

(72) حديث أنس من طرق .. رواه البخاري (1501، 3018، 4192، 6899) ، ومسلم (1671) ، وأبو

داود (4364) ، والترمذي (72 ، 1845 ، 2042) ، والنسائي في المجتبى (160/1) ، (93-97/7) ، وفي الكبرى

(3488-3497) ، وابن ماجه (2578 ، 3503) ، وأحمد (107/3) ، 161 ، 163 ، 186 ، 198 ، 205 ، 233 ،

287 ، 290 ) ، وابن حبان (1386 ، 1388 ، 4467 ، 4469 ، 4470 ، 4471) ، والبيهقي (15864 ، 17827 )

، وأبو يعلى (2816 ، 2882 ، 3311 ، 3508 ، 3905) ، المنتقى لابن الجارود (746) ، ولزبد الفاسدة انظر : إرواء

الغليل للشيخ العلامة الألباني رحمه الله ( 1 / 195 ) .

أي مرض في الداخل يمكن أن يعالج بلبن الإبل ، فاللبن ليس مانحاً للقوة فقط ولكن للصحة أيضاً.

وقد أثبت البحث العلمي الحديث مزايا فريدة للبن الإبل ؛ ومنها : تبين للدارسين أن الكثافة النوعية لحليب الناقة هي أقل من الكثافة النوعية لألبان الأبقار والأغنام والجاموس ، كذلك يصل محتوى الماء في حليب الناقة إلى ما بين 84- 90 % ، وهذا له أهمية كبيرة في الحفاظ على حياة صغار الإبل والسكان الذين يقطنون المناطق القاحلة ، فصغار الإبل وأولئك الناس يحتاجون في تلك المناطق إلى السوائل للمحافظة على الاتزان البدني والتعادل الحراري في أجسامهم ، ويختلف محتوى الماء في حليب الناقة ويتأثر تبعاً لمدى توافر مياه الشرب وتوافر الأعلاف والنباتات الرعوية (الغنية بالماء) طيلة فترة العام .

وبشكل عام يكون لبن الناقة أبيض مائلاً للحمرة ، وهو عادة حلو المذاق لاذع ، إلا أنه يكون في بعض الأحيان مالحاً ، كما يكون مذاقه في بعض الأوقات مثل مذاق المياه ، وبمقارنة دهون حليب الناقة مع دهون ألبان الأبقار والجاموس والنعاج ، وجد أنها تحتوي على أحماض دهنية قليلة ، كما أنها تحتوي على حموض دهنية قصيرة التسلسل ، إلا أنه يمكن العثور على أحماض دهنية طويلة التسلسل ، ويرى الباحثون أن قيمة حليب الناقة تكمن في التراكيز العالية للأحماض الطيارة وبخاصة حمض اللينوليك والحموض المتعددة غير المشبعة ، والتي تعتبر ضرورية من أجل تغذية الإنسان ، وخصوصاً في تغذية الأشخاص المصابين بأمراض القلب وهذا في الواقع نعمة من الله ، وعلى الرغم من أن الحليب الناتج من الناقة العطشى تنخفض فيه نسبة الدهون والبروتين ، فإن محتوى الصوديوم والكلوريد يزداد فيه وهذا هو السبب في مذاق الحليب المائل للملوحة .

وتنخفض تراكيز الكالسيوم والمغنيسيوم في حليب الناقة العطشى أيضاً ، غير أن هذه التراكيز تبقى كافية لاحتياجات تغذية الإنسان ، ويعد حليب الناقة أيضاً مصدراً غنياً بفيتامين (ج) أو ما يسمى بحمض الاسكوربيك ، وهذا الأمر مهم جداً من الناحية الغذائية للإنسان في المناطق التي تندر فيها الفواكه والخضر التي تحتوي على هذا الفيتامين ، ولهذا ينصح بإعطاء هذا الحليب للنساء الحوامل والمرضعات وللمصابين بالزكام وبعض الأمراض التنفسية الأخرى ، وكذلك لمرضى داء الحفر (البشع أو مرض الأسقربوط) الذي تتجلى أعراضه بتورم اللثة ونزف الدم منها ، وقد وجد أن فيتامين (ج) في حليب الناقة يتراوح بين 5,7 % و 9,8 % ملليجرام ، ومع تقدم فقرة الإدرار يزداد محتوى فيتامين (ج) وتبلغ معدلات فيتامين (ج) في حليب الناقة ثلاثة أمثالها في حليب الأبقار ومرة ونصف معدلها في حليب النساء ، ويوجد في حليب الناقة معدلات لا بأس بها من فيتامينات (أ ، ب1 ، ب2 ، ب12) ونسبة من الكاروتين .

ومن أهم المزايا التي تخص حليب الناقة دون غيره من ألبان الحيوانات الأخرى ، هو امتلاكه لمركبات ذات طبيعة بروتينية كالليزوزيم ومضادات التخثر ومضادات التسمم ، ومضادات الجراثيم والأجسام المانعة وغيرها ، وهي تمتلك

خصائص مقاومة التجزئ ، وخلال فترة محددة من الزمن تعرقل هذه الأجسام تكاثر الأحياء الدقيقة في حليب الناقة ، ولهذا فهو لا يتجنب أو يصعب تجنبه أحياناً ، وهكذا فهو يتميز عن حليب أو ألبان بقية الحيوانات الأخرى بإمكان حفظه لمدة طويلة في حالة طازجة ، وبسبب ارتفاع مقدرة حليب الناقة على مقاومة التجزئ فإن الحموضة لا تسرع إليه وتتزايد بشكل بطيء ، وعند حفظ الحليب بدرجة حرارة + 10م فإن الحموضة الطبيعية فيه تبقى على حالها مدة 3 أيام.

ويقول الدكتور عبد العاطي كامل - رئيس بحوث الأبقار بمركز البحوث الزراعية التابع لوزارة الزراعة : « إن ألبان الإبل تحتوي على كمية فائقة من فيتامين (سي) ، وهو الأمر الذي يجعل لألبان الإبل أهمية عظيمة لسكان المناطق الصحراوية التي لا توجد فيها الخضراوات الورقية الطازجة والفواكه » ، وأشار الدكتور عبد العاطي إلى أن معدلات الفيتامينات والمعادن في ألبان الإبل يزداد تركيزها مع التقدم خلال موسم الحليب الذي يمتد إلى 12 شهراً كاملاً متفوقاً بذلك على موسم الحليب في الأبقار والجاموس والذي لا يزيد عن 7 اشهر ، وفي الأغنام 3 أشهر فقط ، وأضاف أن نسبة الفيتامينات والأملاح في ألبان الإبل تصل إلى ثلاثة أضعاف ما في ألبان الأبقار ومرة ونصف ما في ألبان الأمهات من النساء ، مؤكداً أن نسبة الكازين تصل بألبان الإبل إلى 70% من البروتين ، الأمر الذي يؤدي إلى سهولة هضمه وسرعة امتصاصه في جسم الإنسان ، كما أن تركيزات فيتامين (بي1 ، بي2) في ألبان الإبل تتفوق على نظيرتها في ألبان الأغنام والماعز ، ومن نتائج الأبحاث والتجارب ثبت أيضاً أن حليب الإبل يحتفظ بجودته وقوامه لمدة 12 يوم في درجة حرارة 4° .

وكشف عميد كلية المختبرات الطبية بجامعة الجزيرة السودانية البروفسير أحمد عبد الله أحمداني ، عن تجربة علمية باستخدام (بول الإبل) لعلاج أمراض الاستسقاء وأورام الكبد أثبتت نجاحها لعلاج المرضى المصابين بتلك الأمراض ، وأضاف البروفسير أحمداني في ندوة نظمتها جامعة الجزيرة أن التجربة بدأت بإعطاء كل مريض يومياً جرعة محسوبة من (بول الإبل) مخلوطاً بلبنها حتى يكون مستساغاً ، وبعد 15 يوماً من بداية التجربة كانت النتيجة مدهشة للغاية حيث انخفضت بطون جميع أفراد العينة وعادت لوضعها الطبيعي وشفوا تماماً من الاستسقاء ( بإذن الله ) ، وذكر أحمداني أن تشخيصاً لأكباد المرضى قبل بداية الدراسة قد جرى بالموجات الصوتية وتم اكتشاف أن كبد 15 مريضاً من 25 تحتوي شمعاً ، وبعضهم كان مصاباً بتليف الكبد بسبب مرض البلهارسيا ، واستطرد البروفسير أحمداني قائلاً : إن جميع المرضى استجابوا للعلاج باستخدام (بول الإبل) وبعض أفراد العينة من المرضى استمروا برغبتهم في شرب جرعات بول الإبل يومياً لمدة شهرين آخرين وبعد نهاية تلك الفترة اثبت التشخيص شفاءهم جميعاً من تليف الكبد ، وتحدث البروفسير أحمداني في محاضرته عن تجربة علاجية رائدة أخرى لمعرفة أثر لبن الإبل على معدل السكر في الدم استغرقت سنة كاملة ، وأثمرت الدراسة فيما بعد عن انخفاض نسبة السكر في المرضى بدرجة ملحوظة ، وأشار إلى أنهم اختاروا في هذه التجربة عدداً من المتبرعين المصابين

بمرض السكر لإجراء التجربة العلمية ، حيث قسم المتبرعين لفئتين قدم فيها للفئة الأولى جرعة من لبن الإبل بمعدل نصف لتر يومياً فيما حُجبت عن الفئة الثانية ، وشرح البروفسير أحمداني في ختام محاضراته حول الأعشاب الطبية والطب الشعبي الخواص العلاجية لبول ولبن الإبل ، وقال : إن بول الإبل يحتوي على كمية كبيرة من البوتاسيوم ويحتوي أيضاً على زلال ومغنسيوم، إذ أن الإبل لا تشرب في فصل الصيف سوى أربعة مرات فقط ومرة واحدة في الشتاء ، وهذا يجعلها تحتفظ بالماء في جسمها لاحتفاظه بمادة الصوديوم، حيث أن الصوديوم يجعلها لا تدر البول كثيراً لأنه يرجع الماء إلى الجسم، وأوضح البروفسير أحمداني أن مرض الاستسقاء ينتج عن نقص في الزلال أو في البوتاسيوم، وبول الإبل غني بالاثنتين معاً . وفي الهند يستخدم حليب الناقة لعلاج الاستسقاء واليرقان ومتاعب الطحال والسل والربو وفقر الدم والبواسير .

كما ثبتت فائدة شراب (الشال) في علاج السل وأمراض الصدر الأخرى ، وقد أنشئت عيادات خاصة يستخدم فيها حليب الناقة لمثل هذه المعالجات . كذلك أفادت الأبحاث العلمية أن وظائف الكبد تتحسن كثيراً في المرضى الذين أصيبوا بالتهابات الكبد، وذلك بعد علاجهم بحليب الناقة الذي ثبتت فعاليته في العلاج .

وفي كينيا تبين أن الرعاة الذين يعيشون على حليب الناقة فقط ، وكذلك الرعاة الذين يتناولون هذا الحليب في منطقة الأحجار في الصحراء الكبرى ، يتمتعون بصحة جيدة وحيوية متدفقة ، فحليب الإبل عندهم مشهور بصفاته التي توفر الصحة الجيدة والعافية بما في ذلك نمو العظام القوية، وبعض الرعاة الذين يعيشون على حليب الناقة فقط تحول لون أشعارهم إلى الأحمر ولكن شعرهم عاد إلى لونه الطبيعي عندما حصلوا على غذاء أكثر توازناً ، كذلك فإن حليب الناقة له مفعول مسهل إذا تناوله إنسان لم يتعود استخدامه ، ومن الواضح أن المعدة تضطرب فقط عند تناول حليب الناقة وهو لا يزال دافئاً عند بدء استخدامه ، أما عند ما يبرد فليست له أي تأثيرات ضارة ، وقد وضحت بعض البحوث أن لهذا الحليب خصائص تؤدي إلى تخفيف الوزن ، كما أنه سهل الهضم في الجسم ، كذلك يعطي حليب الناقة للمرضى والشيوخ والأطفال والنساء الحوامل نظراً لغنى تركيب هذا الحليب بالمواد الغذائية التي سلف ذكرها ، وبخاصة الحموض الدهنية والمواد البروتينية والفيتامينات ، ولأن الدراسات أثبتت أن هذا الحليب مفيد للصحة وفي تكوين العظام.

### أما عن فوائده في علاج السرطان :

ففي أحدث دراسة نشرتها مجلة العلوم الأمريكية في عددها الصادر في أغسطس عام 2005م وجد أن عائلة الجمال وخصوصاً الجمال العربية ذات السنم الواحد تتميز عن غيرها من بقية الثدييات في أنها تملك في دمائها وأنسجتها أجساماً مضادة صغيرة تتركب من سلاسل قصيرة من الأحماض الأمينية وشكلها على صورة حرف (V) وسماها العلماء الأجسام المضادة الناقصة أو النانوية ، ولا توجد هذه الأجسام المضادة إلا في الإبل العربية ، زيادة على وجود الأجسام المضادة

الأخرى الموجودة في الإنسان وبقية الحيوانات الثديية فيها أيضاً، والتي على شكل حرف (Y)، وأن حجم هذه الأجسام المضادة هو عشر حجم المضادات العادية وأكثر رشاقة من الناحية الكيميائية وقادرة على أن تلتحم بأهدافها وتدمرها بنفس قدرة الأضداد العادية، وتمر بسهولة عبر الأغشية الخلوية وتصل لكل خلايا الجسم، وتمتاز هذه الأجسام النانوية بأنها أكثر ثباتاً في مقاومة درجة الحرارة ولتغير الأس الأيدروجيني تغيراً متطرفاً، وتحفظ بفاعليتها أثناء مرورها بالمعدة والأمعاء بعكس الأجسام المضادة العادية التي تتلف بالتغيرات الحرارية وبإنزيمات الجهاز الهضمي، مما يعزز من آفاق ظهور حبات دواء تحتوي أجساماً نانوية لعلاج مرض الأمعاء الالتهابي وسرطان القولون والروماتويد وربما مرضى الزهايمر أيضاً.

وقد تركزت الأبحاث العلمية على هذه الأجسام المضادة منذ حوالي عام 2001م في علاج الأورام على حيوانات التجارب وعن الإنسان وأثبتت فاعليتها في القضاء على الأورام السرطانية حيث تلتصق بكفاءة عالية بجدار الخلية السرطانية وتدمرها وقد نجحت بعض الشركات المهمة بأبحاث التكنولوجيا الحيوية الخاصة في بريطانيا وأمريكا في إنتاج دواء على هيئة أقراص مكون من مضادات شبيهة بالموجودة في الإبل لعلاج السرطان والأمراض المزمنة العديدة والالتهابات البكتيرية والفيروسية.

وطورت دواء عملاقاً هذه الأجسام النانوية لتحقيق ستة عشر هدفاً علاجياً تغطي معظم الأمراض المهمة التي يعاني منها الإنسان (وأولها السرطان) يليها بعض الأمراض الالتهابية، وأمراض القلب والأوعية الدموية، ويعكف الآن حوالي 800 عالم من علماء التكنولوجيا الحيوية المتخصصين في أبحاث صحة الإنسان والنظم النباتية الحيوية، وبتكاتف عدة جامعات على أبحاث الأجسام المضادة النانوية لتنفيذ مشروع المستقبل في علاج الأمراض العنيدة، ورغم الكم الهائل من العلماء الذين يبحثون في هذا الموضوع لتوفير هذه الأجسام المضادة كوسيلة لعلاج هذه الأمراض، إلا أن هناك كثير من المشاكل والصعوبات تعترضهم في سبيل تصنيع هذا الدواء بالطريقة المثلى التي تتلاءم مع الظروف البيئية والاقتصادية للبشر، وكل هذه الأنواع من الأمراض، مما يجعل العلماء يتجهون بأبصارهم وعقولهم ناحية البيولوجيا الجزيئية لعائلة الجمال.

وقد أجريت أبحاث علمية ومخبرية في كلية الزراعة جامعة الكويت بالتعاون مع مكتب الطب الإسلامي في الكويت عام 1988م تلخصت هذه التجربة في حقن نباتات مسرطنة بتركيز مختلفة من بول الإبل بغرض إمكانية تثبيط نمو الخلايا السرطانية ببول الإبل، والدراسة استندت إلى أن البدو في الكويت والصحراء العربية يعالجون السرطان ببول الإبل، وقد خلصت الدراسة إلى أن بول الإبل قد أوقف نمو الخلايا السرطانية بعد عدة أسابيع من استعماله وأنه يمكن أن يفيد في علاج سرطان الجهاز الهضمي وسرطان الدم.

وفي الختام يمكن القول أنه برغم تلك الاعتقادات والظنون الخاطئة التي يعتقد بها بعض الناس عن حليب الناقة، فإن البحوث والدراسات الحديثة أكدت أهميته



الكبرى في تغذية الإنسان وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على لطف الله بعباده وقدرته الخارقة ، وأنه الخالق العظيم الذي أحسن خلق كل شيء في هذا الوجود ، وما علينا نحن البشر إلا السجود له والإيمان به والاعتراف بربوبيته وعظمته وقدرته

#### [4]- علاج السرطان بالطيب

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :

« مَنْ عَرَضَ عَلَيْهِ طِيبٌ فَلَا يَرُدُّهُ ، فَإِنَّهُ طِيبٌ الرِّيحُ خَفِيفُ الْمَحْمَلِ » (73)

وعن أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ قَالَ: إِنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ لَا يَرُدُّ الطِّيبَ (74) .

#### الزيوت العطرية وتأثيرها على الجسم :

لقد اكتشفت الخواص العلاجية الشفائية للنباتات العطرية منذ آلاف السنين ، وذلك عندما كان الإنسان الأول يحرق بعض الأخشاب استجلاباً للدفع أو كوقود فتصاعدت منها روائح ذكية عطرية لفتت انتباهه ، ويمثل العلاج بالزيوت العطرية جزء لا يتجزأ من العلاج بالأعشاب التي لها مفعول قوي ومؤثر يحقق الله بها الشفاء من أمراض كثيرة بنجاح كبير، واستخلاص الزيوت العطرية من النباتات يعد بمثابة فصل وعزل شخصية النبات أو قوته الحيوية ، ولهذا فإن عملية الاستخلاص هذه يجب أن تتم بعناية فائقة ، ثم تحفظ الزيوت المستخلصة جيداً بحيث تظل قوة النبات الحيوية والعطرية متواجدة في الزيت بدون تحلل ، ومن خلال عملية التدليك يتم امتصاصها إلى تيار الدم ، كما أنه يمكن استنشاقها عن طريق الأنف ، وأغلب الزيوت العطرية لها مفعول مطهر يقضي على الجراثيم ، ويحتل أفضل من الطريقة التي تحدثها المضادات الحيوية إذ توقف نموها بالإضافة إلى عدم إحداث أضرار جانبية مثلما تحدثه بعض المضادات الحيوية ، حيث يرجع السبب إلى أن مكونات الزيوت العضوية تنبه وتنشط القوى الطبيعية الشافية في الجسم ، والزيوت العطرية تتحلل داخل الجسم وتخرج بقاياها عن طريق الرئتين أو لبول والقليل منها عن طريق الجلد بينما يختزل البعض منها داخل الكبد والكليتين أو في بعض أعضاء الجسم الأخرى ، وينقسم مفعول الزيوت النباتية إلى :

1- تأثير فيسيولوجي، حيث يعمل التأثير الفيسيولوجي مباشرة على الجسم الفيزيائي .

2- تأثير نفسي، ويعمل التأثير النفسي على العقل عن طريق حاسة الشم (الزيوت الطيارة) وتأثيرها على أجهزة الجسم عن طريق:

- العقل ؛ فأحياناً يكون العقل في حالة نشاط زائد فيحدث الكثير من القلق النفسي ولهذا يمكن عن طريق ربط العقل بالروح ومع تنشيط الخواص الإيجابية له يمكن الحد من الخواص السلبية للعقل بدرجة كبيرة ، وعلى هذا فيمكن استخدام العطور كعقاقير علاجية بنفس الفاعلية التي تحدثها المهدئات .

(73) مسلم (2253) ، وأبو داود (4172) ، والنسائي في المجتبى (5259) ، وفي الكبرى (9411) ، والبيهقي (5762) ،

وأحمد (320/2) ، وأبو يعلى (6253) ، وابن حبان (5109) .

(74) البخاري (2585) ، والترمذي (2789) ، وأحمد (133/3) ، (261) .



- الجهاز العصبي؛ أظهرت الدراسات أن الجسم الإنساني في حالة نشاط وتغير بدرجة ثابتة وأنه بدون وجود تأثير مركزي حاكم ومتناسق بداخله فإن كل تغير يحدث له سوف ينتج عنه خلل يؤدي إلى المرض ، وعلى هذا فإن الجهاز العصبي المركزي يعد واحد من القنوات التي تنظم وتتحكم في باقي أجهزة الجسم ، والزيوت العطرية تؤثر على أدائه بشكل فعال كما أكدت هذا دراسة علمية أجريت في جامعة كلييكا الكندية أن النساء لم يشعرن بالآلام الناتجة عن وضع أيديهن في ماء شديد السخونة بدرجة كبيرة عند استنشاقهن لروائح ذكية ، ولكن هذه الآلام قد ازدادت حدتها عندما استنشقين رائحة الخل أو روائح أخرى كريهة ، ويقول العلماء إن الإحساس الممتع الناتج عن لمس النباتات والزهور ينشط من منطقة في القشرة الخارجية الأمامية للمخ التي تستخدم للتدقيق والشم .

**ومن الزيوت العطرية الهامة التي تنشط عملية تكوين خلايا الدم وتقوية جهاز المناعة:**

**\* المسك:** وقد ذكره الله في كتابه الكريم فقال جل شأنه: ( **خِثَامُهُ مِسْكٌ** ) [

المطففين : 26 ] .

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :

« **أَطْيَبُ الطِّيبِ الْمِسْكُ** » (75) .

والمسك يساعد على الاسترخاء، وأيضاً تقوية الجهاز المناعي.

**\* القسط الهندي:** ومنه نوعان: الأبيض الحجازي، والأسود الهندي وأجوده الأول، وعن رسول الله ﷺ قال:

« **إِنَّ أَمْتَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ وَالْقُسْطُ الْبَحْرِيُّ** » (76) .

ويُعرف القسط البحري باسم « العود الهندي » أيضاً ، وهو يقوي المعدة والروح ، ويصلح الكبد والعصب ، وعن رسول الله ﷺ أنه قال :

« **عَلَيْكُمْ بِهَذَا الْعُودِ الْهِنْدِيِّ فَإِنَّ فِيهِ سَبْعَةَ أَشْفِيَةٍ** » (77) .

**\* اللافندر :** له مفعول جيد للشفاء من الأورام السرطانية والأورام الحميدة ، ويزيد من عدد خلايا الدم البيضاء ويساعد على تهدئة الأعصاب والتخلص من القلق، كما أنه يعالج الأشخاص الذين يعانون من عدم القدرة على النوم العميق المتواصل ، وبعض حروق الجلد بإذن الله .

**\* الريحان:** عن رسول الله ﷺ قال :

« **مَنْ عَرَضَ عَلَيْهِ رِيحَانٌ فَلَا يَرُدُّهُ ؛ فَإِنَّهُ خَفِيفُ الْمَحْمَلِ طَيِّبُ الرَّيْحِ** » (78) .

(75) مسلم (2252) ، وأبو داود (3158) ، والترمذي (991-992) ، والنسائي في المجتبى (5119) ، وفي الكبرى

(9412) ، وأحمد (36/3 ، 40 ، 46 ، 62) ، والبيهقي (6497) ، وابن حبان (5592) عن أبي سعيد الخدري .

(76) تقدم تخريجه .

(77) البخاري (5692) ، ومسلم (2214) .

(78) تقدم تخريجه .

**الورد :** يحلل الأورام ويساعد على توازن الهرمونات في الجسم .  
ويمكنك استعمال العطور أو الكولونيا ، وأيضاً النباتات وأزهارها ، اختر منها ما تحبه واستنشقه أو ضعها قريبة منك بحيث يصل إليك عبيرها ، فهذا سيساعدك على الشفاء بإذن الله .  
**نباتات عطرية أخرى :** النرجس . الفل . القرفة . القرنفل . النعناع . الصندل . الزعتر . الليمون . الريحان . الياسمين . العتر . البنفسج . سذاب . أقحوان .

### [5]- علاج السرطان بلدغ النحل

سم النحل محفوظ في كيس بداخلها ، ويفرز من زوج من غدد السم المتحورة عن الغدد الزائدة ويتم تخزينه في هذا الكيس الذي يفرغ محتوياته عند اللزوم في قاعدة آلة اللدغ ، ويزيد السم في هذا الكيس إذا زادت نسبة المواد البروتينية عن المواد الكربوهيدراتية في غذاء النحل ، والنحل حديث الخروج من العيون السداسية به كمية صغيرة جداً من سم النحل، ولكن بتقدم عمر الشغالة تتراكم بها كميات من السم بشكل تدريجي لتصل إلى 0.3 ملليجرام في شغالة نحل العسل عمر 15 يوم، وعندما يصل النحل إلى عمر النحل الحارس 18 يوم لا يتم إنتاج كميات إضافية من سم النحل، وبالتالي فإن وزن سم النحل داخل كيس السم لا يتغير كما أن كيس السم لا يمكن أن يمتلئ ثانية إذا تم إفراغ محتوياته .

#### مواصفات سم النحل:

سم النحل سائل شفاف يجف بسرعة حتى في درجة حرارة الغرفة ، ورائحته عطرية وطعمه لاذع مُرٌّ ، وبه إنزيمات و أحماض عديدة ، بالإضافة إلى كمية كبيرة من البروتينات وكمية كبيرة من الزيوت الطيارة وهي التي تؤدي إلى الشعور بإحساس لاذع وألم عند اللدغ<sup>(79)</sup> ، كما يحتوي سم النحل على 18 مادة فاعلة ، أهمها مادة (ميلييتين) ، وهي مادة مضادة للالتهاب وتبلغ قوتها 100 ضعف قوة دواء (هايدروكورتيزول) الذي يستخدم في علاج حالات الالتهاب التي يتعرض لها الجسم، ويمكن استخدام هذا المادة في حالة السرطان لعلاج الألم الذي ينشأ عنه، كما أنها (مادة ميلييتين) تذوب جزئيتها في غشاء الخلايا ، ويتسبب هذا في تحلل الخلية (خاصة خلايا الجلطة الدموية والخلايا المريضة) ، وكذلك مواد تزيد من سرعة تمرير الإشارات العصبية ومواد تعيق العديد من التأثيرات المسببة للأرتقاء ، كما وأن به مجموعة الأحماض الأمينية النشطة والتي أهمها (الهستامين) والذي يسبب تمدد واتساع الأوعية الدموية وزيادة النفاذية للمود الفعالة في الشعيرات الدموية ، ويحتوي أيضاً على أنزيمات تسبب تفكك المادة الغرائية التي تربط الخلايا ببعضها ، وهذا بالتالي يسهل مرور السوائل حول الخلايا ، وكننتيجة لذلك فإن المكونات الأخرى لسم النحل يمكنها النفاذ إلى الأماكن البين خلوية ويمكنها مهاجمة جدران

<sup>(79)</sup> بعد عدة لدغات يشعر المصاب أنها تصعقه مثل صاعقة البعوض أو أشد قليلاً .

الخلايا ، مما يساعد على تزويد المناطق الملتهبة بالمواد التي تساعد على الشفاء بإذن الله .

وفي اليابان ازداد الاهتمام بهذا الفرع الطبي ، بحيث تخصصت إحدى الكليات بمنح الدكتوراه للعلاج بالنحل ، وقد أكدت دراسات عدة وتقارير منشورة أهمية سمّ النحل في علاج الحمة الروماتيزمية والالتهاب المفاصل الروماتيزمي والالتهاب العظمي المفصلي وفي تسكين الآلام الناتجة عنها ، وقد استخدم دكتور بيتروفيتش سمّ النحل في علاج مرضى مصابون بالروماتيزم ، ويقول في كتابه « النحل والطب » إن علاج الروماتيزم بسمّ النحل لا يجب استخدامه فقط عند فشل الأدوية الأخرى في العلاج ، بل العكس تماماً فإنه عند ثبوت التشخيص فإننا ننصح على الفور باستخدام سمّ النحل وفي تلك الحالة يكفي تماماً كمية من العلاج تعادل (200) لدغة نحل وأحياناً (100) لدغة حيث يشفى المريض تماماً (بإذن الله) ، وكذلك يعالج سمّ النحل أمراض الأنسجة الضامة، مثل مرض تصلب الجلد وأمراض أخرى لا علاقة لها بالمفاصل مثل الربو والقولون التقرحي ، والجروح الحادة والمزمنة مثل التهاب الصرة والتهاب الأوتار وغيرها من الجروح التي تتطلب عوامل وأدوية مضادة للالتهاب ، وينفع سمّ النحل في تلطيف ندوب الأنسجة والجدر ، وفي تسطيحها وتخفيف بروزها وقائمة لونها ؛

ويجب أن ننوه على أن هناك أمراض يمنع فيها استخدام سمّ النحل مثل (مرض السكر وتصلب الشرايين والأزمات القلبية بدون إشراف طبي مباشر) ، ويستطيع الشخص السليم أن يتحمل من 5 إلى 10 لدغات في وقت واحد ، ولا يبدو عليه أي أثر للحساسية سوى بعض الآثار الظاهرة كالآلم في مكان اللدغ واحمرار في الجلد ، وعند تعرض الإنسان لحادث مثل هجوم خلية من النحل عليه يمكنه تحمله من (200 إلى 300 لدغة)، أما إذا وصل العدد إلى (500 لدغة) في آن واحد فتظهر أعراض التسمم (ضيق التنفس ، وسرعة في نبضات القلب ، وزرقة في اللون) وأدى ذلك إلى الموت، وذلك لأن سمّ النحل يشبه إلى حد كبير سمّ الثعابين ، وإذا وصل إلى الدم فإنهما يصلان إلى جميع أجزاء الجسم مما يؤثر على الجهاز العصبي ، وقد تحدث الوفاة نتيجة لشلل عضلات الجهاز التنفسي ، أما في الجرعات العلاجية فإن لهما تأثيراً مضاداً للآلام ، وبلاستخدام الصحيح الأمثل للتداوي بسمّ النحل في شكل جرعات علاجية ووقائية يؤدي هذا إلى نتائج طبية باهرة بإذن الله .

ومن الجدير بالذكر أيضاً أن العلم الحديث قد توصل إلى أن المضادات الحيوية الشائعة يمكن أن توقف عمل الخلايا السرطانية عند الفئران وهو ما يقدم أملاً في تطوير وسائل علاج جديدة لمرضى السرطان (وباعتبار ما قاله الأستاذ الدكتور أسامة الأنصاري - رئيس قسم الحشرات الاقتصادية بكلية الزراعة - جامعة الإسكندرية ، في كتابه « العلاج بلدغ النحل » ، قال بالحرف الواحد : « إن اللدغ بالنحل له خاصية قوية للتعقيم، فلدغة النحل لها القدرة أكثر من 1000 مرة قدرة وظيفة المضاد الحيوي البنسلين على إزالة الجراثيم المختلفة والفيروسات والتلوث » ، ومقارنة بين كلام الدكتور أسامة ، وبما توصل إليه العلم الحديث حيث أفاد بأن :

المضادات الحيوية نجحت في إيقاف عمل جين يطلق عليه (ميك) ويعرف أنه يسبب السرطان ، وظلت الفئران خالية من السرطان خلال الفترة التي تناولت فيها المضادات ، ووجد باحثون في جامعة ستانفورد أن الفئران أصيبت بسرطان في الكبد بعد توقفها عن تناول العقاقير، وقال خبراء السرطان أن الدراسة التي نشرت في دورية نيتشر العلمية تبشر بتطوير عقاقير مضادة للسرطان لعلاج البشر ، ويأمل الباحثون في إمكانية تطبيق النتائج أيضاً على سرطان الثدي والأمعاء والبروستاتا لأن جميع هذه الأنواع من السرطان بالإضافة إلى سرطان الكبد تبدأ في خلايا تغطي الجسم يطلق عليها الخلايا الظهارية ، وقال مركز بحوث السرطان في بريطانيا إن الجين ربما يؤدي إلى الوفاة في نحو واحدة من كل سبع حالات إصابة بالسرطان ، ودرس العلماء في جامعة ستانفورد الفئران التي تم تغيير خلايا كبد لها لحمل جين (ميك) المتحور المعروف أنه يسبب السرطان ، ويتحكم الجين (ميك) في انقسام الخلية، وعلى عكس النسخة الطبيعية من الجين ظلت النسخة المتحورة في العمل باستمرار وهو ما يعني استمرار الخلية في الانقسام وأصبحت بعض الخلايا سرطانية ، وأدى تناول الفئران المضاد الحيوي دوكسيسيلين إلى تعطيل عمل الجين المتحور ولذلك توقف نمو الخلايا السرطانية ، وعندما أوقف الباحثون تناول الفئران المضاد الحيوي أصيبت بسرطان الكبد ، وعندما عادت الفئران لتناول المضاد الحيوي لم يوقف المضاد الجين عن العمل ويعطل نمو الخلايا السرطانية وحسب لكنه أعاد الخلايا السرطانية إلى طبيعتها ، وقال الدكتور دين فليشر - الذي قاد الدراسة : «الشيء المثير هو أن بوسعك تحويل الخلايا السرطانية إلى خلايا تبدو طبيعية» ، لكنه قال : « رغم أنه يبدو أن الخلايا تعود لطبيعتها لكن لا يزال لها القدرة على أن تصبح خلايا سرطانية إذا توقف تناول المضاد الحيوي ، وأضاف إن ذلك يمكن أن يوضح سبب عودة بعض أنواع السرطان بعد خضوع المرضى للعلاج الكيميائي» ، وقالت الدكتورة ايلين فيكرز- مسؤولة المعلومات العلمية في مركز بحوث السرطان في بريطانيا : « إن الجين (ميك) يعرف بنشاطه الزائد في أنواع كثيرة من السرطان ، تشير التقديرات إلى أن الجين ربما يتسبب في وفاة نحو حالة من كل سبع حالات إصابة بالسرطان ، وأضافت أن البحث الأخير مثير جداً ، وقالت يضيف البحث ثقلًا للأدلة التي توضح أن العقاقير التي توقف عمل الجين (ميك) ربما تكون فعالة في علاج السرطان في المستقبل» .

كما كشفت دراسة صينية حديثة إن المضادات الحيوية قد تساعد الأشخاص الحاملين لنوع شائع من البكتريا (هليكوبكتر) المسببة للقرحة على الوقاية من سرطان المعدة .

وعلى هذا يتضح أن العلاج بلدغ النحل أفضل من المضادات الحيوية بكثير ، وهذا ما أكد عليه الدكتور أسامة الأنصاري ، في الشق الثاني مما ذكرناه سابقاً «وإن المضاد الحيوي بشكل عام قد ينتج صدمة ، ولكن وخز النحل لا يفعل ذلك ، ومن الأمثلة على ذلك أن آلافاً عديدة من مرضى روماتيزم المفاصل الذين يعالجوا بالبوسلفين يموتون كل عام ، في حين أنه لا يوجد مريض واحد من هؤلاء قد تعرض

للموت بسبب علاجه بلدغ النحل، وهذه الحقيقة تطمئننا إلى الأمان في العلاج بلدغ النحل).

وأيضاً سبق وقد ذكرنا أن سم النحل به مضادات الآلام والالتهاب أقوى من أفضل المضاد الآلام والالتهاب المخلقة بـ 100 مرة ، وقد أفادت دراسة جديدة بأن الأسبرين وغيره من العقاقير المضادة للآلام قد يكون بإمكانها مقاومة سرطانات الأعضاء التناسلية، وينتمي الأسبرين إلى مجموعة من العقاقير تعرف باسم العقاقير المثبطة المضادة للالتهاب<sup>(80)</sup> والتي بإمكانها إعاقه مادة كيميائية تعرف باسم (كوكس 2) ، وقد اكتشف الباحثون في الولايات المتحدة أن هذه المادة أو البروتين تساعد في نمو أورام سرطانات الأعضاء التناسلية ، وأعلن الباحثون في مؤتمر عقده الجمعية الأمريكية لأبحاث السرطان أن هذه المجموعة من العقاقير بإمكانها مقاومة المرض ، ويأتي هذا البحث في إطار سلسلة من الدراسات التي تقول بأن الأسبرين، المتداول منذ أكثر من 100 عام، يلعب دوراً في علاج السرطان ، وكانت دراسات سابقة قد قالت إن الأسبرين قد يساعد في الحماية من العديد من الأورام السرطانية مثل سرطان الثدي والقولون والأمعاء ، وقد ساهم عدد كبير من العلماء في التجارب لمعرفة مدى صحة هذه النظريات ، غير أن الدراسة الأخيرة حظيت بترحيب خاص بعد أن كشف الدكتور مايك زو ورفاقه في مركز "فوكس تشيس" للسرطان أن الأسبرين يقاوم سرطانات الأعضاء التناسلية .

وأيضاً توصل إليه العلم الحديث ، أنه تمكن العلماء من فك لغز إنتقال الخلايا السرطانية عبر أنحاء الجسم المختلفة ، فقد ظل لغز انتشار الخلايا السرطانية من مكان لآخر محيراً بالنسبة للأطباء الذين يقضون عليها في ناحية ليجدوا أنها نمت في أنسجة أخرى وفي مكان آخر من الجسم ، وهذه الخاصية التي تدعى بـ متاستاسيس جعلت من الخلايا السرطانية صعبة الاجتثاث بالأدوية أو بالعلاج الكيميائي ويعتقد الدكتور دانيال هامر من جامعة بنسلفانيا في الولايات المتحدة الأمريكية أن الفريق الذي يرأسه ربما توصل إلى الآلية التي تتحكم بكيفية انتقال الخلايا السرطانية عبر الدورة الدموية وكيف تخرج هذه الخلايا عند النقطة التي تختارها ، وتعتبر عملية انقل الخلايا هذه مهمة جداً لوظائف الجسم المعتادة كالطريقة التي يتعامل بها الجسم مع الأجسام الغريبة التي تهاجمه ، وقال الدكتور هامر في مؤتمر الأكاديمية القومية للعلوم إن خواص عدد قليل من جزيئات الخلايا المتواجدة على سطحها هي التي تقرر متى تخرج الخلية من الدم ، وعندما تقفز الخلية في أحد الأوردة فإن هذه الجزيئات ترتبط بمستقبلات الخلايا التي تتشبث بالغلاف الداخلي للوريد

وتقوم الجزيئات بتوجيه الخلايا إلى طريقين اثنين، فأما أن تستمر الخلية في رحلتها خلال الدم أو تبقى ملتصقة بجدران الأوردة حتى تخرقها منتقلة إلى الأنسجة المجاورة ، ويضيف الدكتور هامر أن جزيئات الخلايا على السطح مجتمعة تعمل

<sup>(80)</sup> ومن الجدير بالذكر أن المواد الفعالة في الأسبرين وغيره من مضادات الالتهاب مستخرجة من النباتات ، مثل نبات

بكفاءة وبمفاتيح معقدة لتوجيه الخلايا إلى المكان المناسب ، وقد استخدم فريق الباحثين كمبيوترا لتقليد التماسك في الخلية في تيار الدم وعلى سطح جدران الأوعية الدموية ، وقال المتحدث باسم صندوق إمبريال لأبحاث السرطان إن نتائج البحث قد تكون مفيدة في التوصل إلى طرق جديدة لمعالجة السرطان ، وأضاف المتحدث أن الباحثين في أمراض السرطان كانوا دائما يعرفون أن بعض خلايا السرطان أكثر قدرة على الانتشار إلى أنسجة الجسم المختلفة من غيرها ، ويبدو أن فريق الدكتور هامر قد تمكن من تحديد الطريقة التي تنتقل بها الخلايا وهذا لا بد وأن يساعد على توضيح هذه الظاهرة وكيفية معالجتها ، وقال المتحدث إن العلماء في صندوق إمبريال يحاولون معرفة الآلية التي تنتشر بها هذه الخلايا لذلك فإن دراسة الدكتور هامر تقدم مفاتيح جديدة لحل الألغاز ...؛ وقد أفاد الدكتور وليد عبد الغني كعكة أستاذ مدرس علم الحشرات بجامعة الإمارات العربية ، أن ( سم النحل يحتوي على إنزيمات مثل (الفوسفوليپاز ) وبروتينات مثل ( الملتين ) لها القدرة على تحلل كريات الدم الحمراء وخروجها من الخلايا دون تحطيمها من الخارج ، والتأثير على كريات الدم البيضاء مسببة خروج الأنزيمات وتنشيط نشاط بعض الإنزيمات بغشاء الخلايا وتغير بشكل بروتوبلازما الخلايا ، حيث يسبب انفصال البروتين الدهني داخل الخلايا ، كما أن إنزيم ( الهالورونيديك ) يعمل على تحلل حامض هيلورونيك ( يتواجد في السوائل بين الخلايا ) إلى وحدات بسيطة والذي يتسبب في إلتهاب المفاصل الروماتزمية ...؛ وبالمقارنة بين ما توصل إليه العلم الحديث وبين ما أفاد به الدكتور وليد عبد الغني ، يتضح أن سم النحل له خاصية فعالة في التأثير على إنتشار الخلايا السرطانية ، أو على أقل تقدير يثبط نشاطها ويشوش عليها ويحد من تكاثرها المستمر بإذن الله ، وبشل حركته وإضعافها ( الخلايا السرطانية ) يسهل التركيز عليها بعلاجات فعالة مثل النباتات والأغذية وغيرها ، والتي بها مواد تؤثر عليها وتضعفها وتدمرها بإذن الله ؛

لكن حقيقة ، هذه المقارنات السابقة يلزمها مزيد من الدراسات والبحوث العلمية المتخصصة من قبل ( خبراء وعلماء ودارسين أكفاء ) ، وذلك حتى نصل إلى طريقة مثلى ومقننة للاستفادة من هذا العلاج الناجع بإذن الله ، وإلى هذا الوقت والحين ، إذا لم يتسن لك أن تجد من يعالجتك بلدغ النحل ، على حذر يمكنك معالجة نفسك بنفسك .. كيف ؟ :

### طريقة سهلة مصورة للعلاج بلدغ النحل<sup>(81)</sup>

#### خطوات الإعداد قبل اللدغ :

(2) طبقة من السكر تعلق على سطح الإسفنج كما سبق وأشرنا في الصورة السابقة ( تنبيه هام : يجب سقاية النحل	(1) برطمان مصنوع من البلاستيك مُعد لوضع النحل به ، وبداخله قطعة من الإسفنج يختزل بها
---	--

<sup>(81)</sup> إذا كنت تعاني من فرط الحساسية عند تعاطيك أقراص الأسبرين فلا تقدم على هذه الخطوة إطلاقاً ، بل يجب عليك إلغاء فكرة العلاج بلدغات النحل بالكلية .



<p>ببعض قطرات من الماء مع السكر ، وإذا إخترت سقايته بالعسل المخفف فوفره له يوم ويوم .</p> 	<p>العسل المخفف أو يوضع عليها سكر مطحون ، وبجوار البرطمان ملقاط لمسك النحل به .</p> 
<p>(4) البرطمان وبه ما يقرب من 50 إلى 75 نحلة ، ويفضل وضع به كمية تكفي لأسبوع ، ثم اشترى كمية للأسبوع الثاني ( وهكذا ) .</p> 	<p>(3) يلاحظ أن البرطمان مفتوح به فتحة من جانبه على هيئة باب ( مربع مفتوح به أربعة ثلاثة أضلاع فقط ) لإدخال الملقاط منه ومسك النحل به ، وبإخراجه ينغلق الباب تلقائياً ، كما ويلاحظ ثقبه من جوانبه وحتى بداية الإسفنج ، وأيضاً ثقب الغطاء، وذلك لتوفير الهواء للنحل .</p> 
<p>خطوات اللدغ :</p>	
<p>(6) ضع النحلة على الجلد ودعها تلدغك .</p> 	<p>(5) أخرج نحلة من الباب الجانبي أو من غطاء البرطمان ، ويلاحظ مسكها من الصدر أو من على الأجنحة أو الرأس</p> 

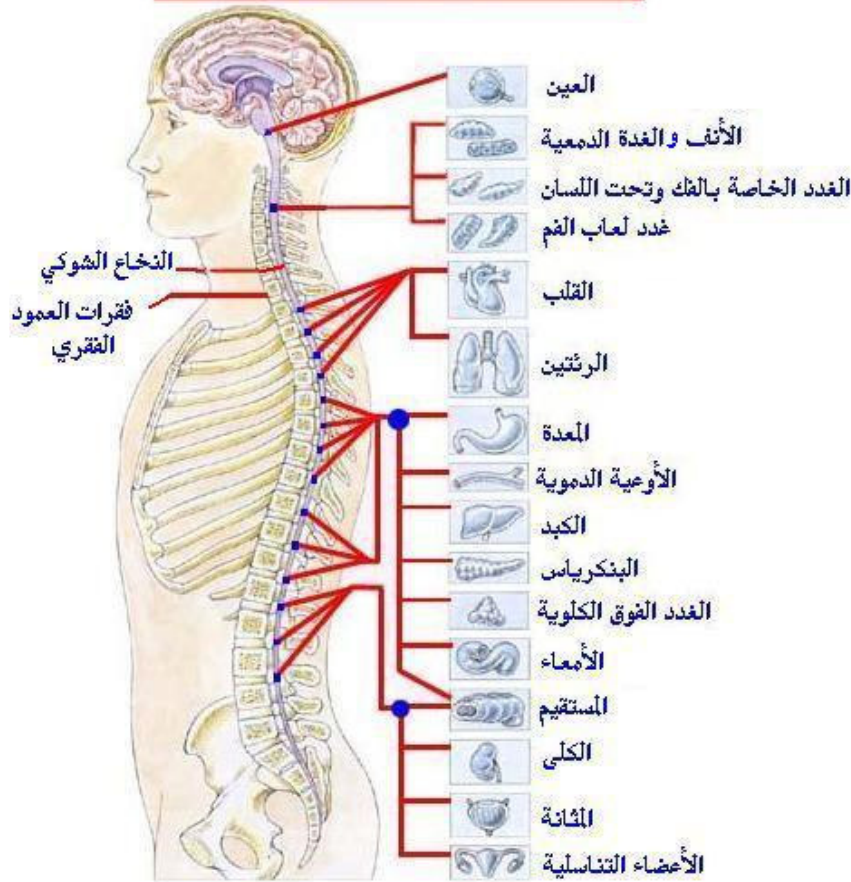


<p>( 8 ) امسك الملقاط وانزع الذنب</p> 	<p>( 7 ) بعد برهة ، ارفع النحلة .</p> 
<p>( 10 ) سوف يحمر الجلد ويتورم بعد نزع الذنب ، ملاحظة : هذا الموضع الموضح بالصورة عادة ما يستخدم في لدغة الاختبار الأولى ، ثم يتم بعدها اللدغ على مواضع الإبر الصينية ويتجنب الأماكن الحساسة والضعيفة وإذا كنت لا تعرف مواضعها بالضبط ، فيتم اللدغ على الرجلين والذراعين والظهر والرأس ، أو على حسب الاستحسان شريطة أن يكون مكان اللدغ غير حساس أو ضعيف .</p>  <p>( 11 ) بلل قطعة من القطن في زيت حبة البركة أو زيت زيتون وذلك بها على مكان اللدغ ، فهذا يعمل على تهدئة الآثار المؤلمة وزوال التورم بإذن الله .</p>	<p>( 9 ) ملاحظة هامة : يمكن رفع النحلة بملقاط أو بيدك ، وذلك لأنها لا يمكن أن تلدغ أبداً مرة أخرى ، وذلك لأنها عند اللدغ وبعد رشق ذنبها في الجلد ، وبرفعها ينكسر الذنب في الجلد كما هو في الصورة الموضحة سابقاً ، ويخرج معه ( الذنب ) جزء من جهاز اللدغ والذي يشبه إلى حد كبير أمعائها، وهذا ما يؤدي في بعض الأحيان إلى موتها بعد اللدغ ، فلا تستعجل على موتها بطريقة مقصودة ، وليتك تتركها لتطير في الهواء الطلق ، وأكرم هذا الصيدلية الربانية كما أكرمها الله في كتابه الكريم ( القرآن ) .</p> 



هذا ويمكنك استخدام من لدغة إلى ثلاث لدغات يومياً على أماكن متفرقة من الجسم ، وكذلك مع الأطفال ، كما يمكنك استخدام اللدغات الثلاثة على فقرات العمود الفقري ( من شهر إلى ثلاثة شهور ، وبين كل شهر أسبوع راحة إن بإذن الله ) ، وهذه الصورة الآتية تسهل عليه تحديد الأعضاء الداخلية الضعيفة والتي تحتاج إلى ضبط وتنشيط أعصاب وقنوات الطاقة لهذه الأعضاء باستخدام العلاج بلدغ النحل :

تنشيط وظائف أعضاء الجسم من خلال  
إرتباطها بالعمود الفقري



ماذا يحدث بعد اللدغ ؟ :

سوف تلاحظ أن أول شيء يحدث لك هو زوال الإرهاق ، و حدوث بعض الاحمرار مكان اللدغ شيء طبيعي ويزول تدريجيا ، وإذا كان الاحمرار شديداً فهذا يعني أن جسمك يستجيب ، وأن هذه البقع الحمراء سوف تزول خلال أسبوع بإذن الله ، وأيضاً قد يحدث هرش شديد مكان اللدغ ، وعليك بدهان عسل نحل أو استعمال غسول ملطف للجلد أو دواء مضاد للحساسية ، كما قد يحدث لك أعراض البرد فعليك بالراحة فهذا يزول خلال يوم أو يومين ، وإذا حدث ورم مكان اللدغ فلا تقلق فهذا تورم سوف يزول سريعاً ، ويمكن استعمال الثلج لتخفيف الحالة ، وعند إعادة عملية اللدغ فلا تلدغ في الأماكن المتورمة بل انتقل إلى مكان آخر ، إن لدغات النحل تنشط جهاز الشفاء الداخلي بالجسم ولأسباب ما سوف نجد أن التئmil وثقل الأرجل والأذرع والتقلص والتشنج وعدم التحكم كل هذا تجده يذهب ويشفى بإذن الله ، في بعض الأحيان قد يسبب سم النحل بعد عملية اللدغ تأثيرات سمية قوية على الإنسان، فهناك حوالي 1% إلى 2% من البشر لديهم حساسية لسم النحل لهذا فإنه من المهم إزالة أداة اللدغ (الذنب) من الجلد بسرعة كلما أمكن ذلك ، ويتم ذلك بواسطة ملقاط أو قشطها بواسطة الأظفر أو طرف سكين في حالة وجود حساسية ، ولا يجب على الإطلاق الضغط على كيس السم حيث يسبب هذا مرور كمية سم أكثر إلى الجسم ، ويجب على كل إنسان قد تكون لديه حساسية لسم النحل أن يحمل معه طقم العلاج الخاص بهذا والذي يمكن شراؤه من الصيدلية يمكن الحصول عليه فقط بواسطة الوصفة الطبية (الروشتة) والذي يحتوي على عقار الأدرينالين أو الهستامين المضاد للحساسية أو عبوة أيروسول بها إمكانية البخ في الشعب الهوائية كما في حالة علاج المرضى اللذين يعانون من داء الربو ، والجرعة عبارة عن بختين يتم تكرارها بعد 15 دقيقة ، وأن يستعمله حسب الإرشادات مع الاتصال الفوري بالطبيب إذا حدث له حساسية ، كما ويمكن إعطاء المصاب عند الضرورة القصى حقنة ( هيدروكورتيزون) بالعضل أو الوريد ، وقد يعطى المصاب حقنة فيتامين ( سي ) مع كلوريد الكالسيوم بالوريد في حال ظهور علامات الشري الجلدي ، حيث أن لفيتامين ( سي ) وظيفة تنشيط الهستاميناز ، وهو الإنزيم المحلل للهستامين الذي يسبب التحسس ويجب على المريض الذي يعالج بلدغ النحل أن يتناول هذه المكملات الغذائية وغذاءً محتوياً على المواد الكربوهيدراتية ، والبروتينية (فيتامين ( سي ) 500 مجم يومياً حيث تحتاج الغدة فوق الكلوية إلى فيتامين ( سي ) لإنتاج الكورتيزول الطبيعي بالجسم (كما أنه مضاد للسموم ) ، فيتامين ب 1 فيتامين ب 6 حمض العسل الطبيعي) .

**ملاحظه هامة :** لا تنس أن تغذي النحل بوضعه قليل من العسل المخلوط بالماء في الجرة وذلك كل يوم أو اثنين .

## [6]- العلاج المغناطيسي للسرطان

المغناطيس هو أحد أنواع وسائل العلاج بالطب البديل التي تستخدم الطاقة المغناطيسية في علاج الكثير من الأمراض التي تصيب الجسم ، والمغناطيس في حد ذاته لا يقوم بالشفاء ، بل يهيئ بيئة متوازنة للجسم للإسراع من عملية الشفاء بإذن الله ، فقد أثبتت الدراسات العلمية الحديثة أن قوة المجال المغناطيسي للأرض قد قلت بنسبة 50 % عما كانت عليه منذ قرون مضت، مما أدى إلى نقص كمية الطاقة المغناطيسية التي يستفيد جسم الإنسان منها، كما أنها تحمي الأرض من الإشعاعات المشحونة ، وقد ساهم مجتمعنا الصناعي الحديث بما يحيطنا به تقنيات ومعدات معدنية تمتص جزءاً من الطاقة المغناطيسية المنبعثة لنا من الأرض في تقليل فائدة وقوة الطاقة المغناطيسية التي يمكننا الحصول عليها ، فالأرض مغناطيس طبيعي ضخم والجسم الإنساني مغناطيس آخر وله جهات مغناطيسية، فيعتبر الرأس والجزء العلوي من الجسم قطبه الشمالي، أما القدمان والجزء السفلي من الجسم فهو قطبه الجنوبي هذا عمودياً ، أما أفقياً فالجهة اليمنى هي القطب الشمالي والجهة اليسرى هي القطب الجنوبي، كذلك تعتبر الجهة الأمامية قطباً شمالياً والجهة الخلفية قطباً جنوبياً ، بتوافق مع قوانين القوى فإن أي حركة أو عمل يتم في الاتجاه الصحيح يؤدي إلى النتائج الحسنة أو إلى إضطرابات واختلالات أقل شدة منه إذا تم في الاتجاه المعاكس ، فإذا ما نام الإنسان ورأسه إلى قطب الأرض الشمالي وقدماه إلى قطبها الجنوبي فإنه يتجنب الأرق وعدم الراحة لأنه يحقق التوازن الطبيعي بإذن الله ، كما تحققة قطعة المعدن المعلقة في الهواء حيث تتجه إلى الاتجاه المغناطيسي الطبيعي ، وسبب الراحة هو أن التيارات المغناطيسية بين القطبين الأرضيين تؤثر على الجسم عندما يكون في اتجاهها تأثيراً إيجابياً، وتعتمد فكرة العلاج المغناطيسي على نفس قواعد الطاقة المغناطيسية في الطبيعة ، حيث تخترق الطاقة المغناطيسية الجلد في موضع معين لتمدن عن طريق الشعيرات الدموية الموجودة في الجلد المغطي لهذا الموضع ، فتسير في الدم حتى تصل إلى مجرى الدم الرئيسي الذي يغذى جميع الشعيرات الدموية الموجودة بالجسم ، ويرجع امتصاص الطاقة المغناطيسية في الدم إلى احتواء هيموجلوبين الدم على جزيئات حديد وشحنات كهربائية أخرى تمتص هذه الطاقة المغناطيسية فينشأ تيار مغناطيسي في مجرى الدم يحمل الطاقة المغناطيسية إلى أجزاء الجسم المختلفة ، وتتسبب الطاقة المغناطيسية الممتصة في تحفيز الأوعية الدموية فتتمدد، وبالتالي تزداد وتتحسن الدورة الدموية مما يؤدي لزيادة تدفق الغذاء المتمثل في الطعام والأكسجين إلى كل خلايا الجسم فتساعده على التخلص من السموم بشكل أفضل وأكثر كفاءة ، وبالتالي تعادل المحتوى الهيدروجيني لخلايا وأنسجة الجسم فتساعد هذه البيئة المتوازنة على تحسين أداء وظائف الجسم ، وبالتالي يشفي الجسم نفسه بنفسه بإذن الله عن طريق تحفيز الكيمياء الحيوية الموجودة في الجسم وبالتالي يحدث الشفاء بطريقة تلقائية .

تجارب واستنتاجات : أجريت تجارب كثيرة جداً على الحيوانات التي تجرى عليها التجارب عادة لمصلحة الإنسان كالآرانب والفئران والأسماك والطيور، وكذلك

النبات وبعض الأنسجة الحية، وقد أكد في هذه التجارب أن تعرض الكائن الحي إلى قوة مغناطيسية عالية جداً لا تسبب له ضرراً مما شجع على تدعيم التعريض للمغناطيس للأغراض العلاجية.

ومن الاستنتاجات الأخرى ما يلي :

- تؤثر المغناطيسية على كل خلية في الجسم بسبب نفاذيته العالية.
- يمكن للمجال المغناطيسي أن يؤثر على الدماغ الأوسط المسيطر على الغدد الصماء بشكل مباشر وبدون مساهمة من الأعضاء الحسية.
- يستجيب الدماغ الذي يفقد إلى أي اتصالات عصبية مع الخلايا المستلمة إلى المجال المغناطيسي أكثر من الدماغ الخالي من الخلل.
- للمعالجة المغناطيسية تأثيراً تثبيطياً للرمز الوراثي (المورثات) .
- هناك تأثير ملحوظ للمجال المغناطيسي في معالجة الجروح، حيث ثبت أنه يقلل من التليف ومن التثقب في الجروح .
- وفي تجارب أجريت في معهد النشاط العصبي العالي والفلسفة العصبية ومعاهد وأكاديميات أخرى في الاتحاد السوفيتي استنتج الباحثون بعض الاستنتاجات المذكورة أعلاه ، وغيرها :
- تحدث تغيرات في الصورة العامة للدم بعد تعريض الجسم لمجال مغناطيس مستمر.

- يبقى تأثير المجال المغناطيسي، في بعض الأحيان، حتى بعد رفعه عن الجسم.

- المجال المغناطيسي محفز ضعيف القوة.

وفي تجارب أخرى أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية توصل العلماء والباحثون إلى استنتاجات منها :

- هناك تفاعل بين عمل الجهاز العصبي المركزي والمجالات المغناطيسية الخارجية.

- هناك تأثير للمجال المغناطيسي على العمليات الحيوية في الخلايا وهو متعلق بعمر ونوع الأنسجة، كما أن هذا التأثير يتناسب مع قوة المجال المغناطيسي .

- يقلل التعريض للمجال المغناطيسي من الإحساس بالألم.

- هناك تأثير للمجال المغناطيسي على الهرم (التقدم بالسن).

ملاحظة : وفيما يخص كون المجال المغناطيسي محفز ضعيف (فهذا هو المطلوب، لأن المحفز المتوسط القوة يضر أما المحفز القوي فقد يقتل)

**طريقة سهلة للتداوى بالمغناطيس :** هناك طريق آمنه سهلة وبسيطة

(الماء الممغنط) كل ما تحتاجه لتحضيره منزلياً هو المغناطيس، ويمكن للأصحاء تناول هذا الماء لتحسين الهضم وإزالة الضعف والتعب اللذين يحصلان من الأنشطة اليومية .

**طريقة صنع الماء الممغنط :** عندما يوضع المغناطيس باتصال مباشر مع

الماء لفترة من الزمن فإن هذا الماء ليس فقط سيتأثر بالفيض المغناطيسي، وإنما



سيصبح ممغنطاً وتصبح له خواص مغناطيسية، وإن لهذا الماء الممغنط تأثيراً على الجسم البشري عندما يتم تناوله داخلياً بانتظام لمدة من الزمن .

**ومن مميزات الماء الممغنط العلاجية :** يحسن الاستعمال المستمر للماء الممغنط عملية الهضم، ويفتح الشهية، ويقلل من الحوامض والصفراء الفائضة، وهو يساعد في تنظيم عمل الأمعاء وطرده السموم والملح الزائد ، ويساعد استعمال الماء الممغنط على تنظيم الحيض عند النساء ، أما الأوعية الدموية فإن الماء الممغنط من الممكن أن يساعد على تنظيفها من التجلطات الدموية ، كما ينظم الدورة الدموية وينظم عمل القلب ، وفي الجهاز البولي يساعد الماء الممغنط على طرد البول ، وإذا توقف التبول تماماً يعطى المريض خليطاً من 35 مل لتر من كل من الماء الاعتيادي والماء الممغنط على دفعات متقاربة جداً (5 إلى 10 دقائق) لثمان إلى عشر مرات لكي يتبول المريض بعدها بإذن الله ، وينفع الماء الممغنط في جميع حالات الحمى وكل أنواع الألم، وفي الربو والتهاب القصبات الهوائية ونزلات البرد والسعال والصداع وغيرها .

**تحضير الماء الممغنط :** خذ مغناطيسين من النوع الدائري المسطح بقطر 7 إلى 15 سم بحيث يكون لكل واحد منهما قطب واحد أي أحدهما شمالي والآخر جنوبي ، ثم املاً زجاجتين بماء شرب عادي ، وكاحتياط استعمل ماء الصنبور بعد غليه وتبريده، وضع كل واحدة منهما على أحد المغناطيسين، ثم غط الزجاجتين، ثم اترك الماء طول الليل (من 10 إلى 12 ساعة) لكي يتمغنط ، بعدها اخلط محتويات الزجاجتين في زجاجة نظيفة ثالثة ليصبح عندك الماء الممغنط المطلوب .

**الجرعة :** أما الجرعة المطلوبة فهي 50 مل لتر في المرة الواحدة ، أما عدد الجرعات فتتفاوت إلى أربع مرات ، الأولى عند الاستيقاظ ، والثانية والثالثة بعد وجبتي الطعام الرئيسيتين ، والرابعة قبل النوم ، أما للأطفال فيمكن تقليل الجرعة إلى النصف .

**تطبيقات عملية على العلاج بالمغناطيس :** هناك حالات ناجحة قد عولجت بالمغناطيس ومنها :

امرأة في أول العقد الثاني من عمرها راجعت الدكتور الهندي غوبتا ، لمعالجة نمو سرطاني قرب أذنيها ، كان الورمان بحجم البيضة وكانا صليدين كحجر ومؤلمين ، وضع الدكتور مغناطيسين قويين تحت كفيها لمدة 15 دقيقة ، ومغناطيس صغير مثبت على الورم قرب أذنها اليسرى ، كان الورم الذي قرب اليسرى أكبر من الثاني، كما أمرها بشرب الماء الممغنط ، وبعد شهر واحد أصبح الورم لنا وحجمه أصغر وزال الألم (بإذن الله) ، ثم اختفى الورمان بعد الاستمرار في العلاج .

قد حقق الدكتور ماكلين - أخصائي أمراض النساء في مدينة نيويورك الأمريكية نتائج ممتازة في علاج حالات السرطان المتقدمة باستعمال المغناطيس هذا مع أنه لم يعالج سوى الحالات التي اعتبرت ميئوساً منها ، والدكتور ماكلين يرى أنه لا يمكن أن يوجد السرطان في مجال مغناطيسي قوي ، كما حقق نتائج رائعة فيما يخص شعر رأس مرضاه ، حيث استعاد العديد منهم لون الشعر الأصلي

بعد أن تغير إلى اللون البياض (الشيب) لتقدم العمر ، ويذكر أن الدكتور ماكلين نفسه أصغر من عمره الحقيقي بعشرين سنة، فهو يعرض نفسه لمجال مغناطيس قدره 3,600 جاوس يومياً لسنوات، كما استطاع (بإذن الله) إزالة الآلام المسببة لأي سبب مرضي باستعمال المغناطيس .

كما سجّل أخصائيو الأشعة في مستشفى سور مارا لودوفيكيا الأرجنتينية نجاحاً ملحوظاً في معالجة خمسة أطفال مصابين بالرتق المريئي باستخدام مغناطيسات قوية ، ويتمثل العلاج الجديد في تمرير مغناطيس صغير عبر الفم إلى الجزء العلوي من المريء ، ووضع مغناطيس آخر مماثل في الجزء السفلي منه عبر فتحة صغيرة في المعدة، فيعمل التجاذب القوي بينهما على دفع الأجزاء المنفصلة من المريء نحو بعضهما مشكلة أنبوباص واحداً متكاملأ، ولفت العلماء في المجلس الأرجنتيني للأشعة والتصوير والعلاج الإشعاعي إلى أن هذا العلاج حقق نجاحاً في جميع الحالات التي استخدم فيها في غضون خمسة أيام فقط، واستطاع الأطفال الرضاعة بصورة طبيعية بعد يومين فقط من الربط ، الأمر الذي يجعله إجراء سهلاً وفعالاً وأقل إيلاًماً من الجراحات المستخدمة في تصحيح تلك الحالة.

وقد أجريت تجارب ودراسات لإطالة أعمار الفئران في الاتحاد السوفيتي وتوصلوا فيها إلى إطالة أعمارها بنسبة 50% من معدل العمر الطبيعي ، وقد حصلت مفاجأة في أثناء التجارب وهي أن فأرة عمرها أربع سنوات ولدت في هذا السن المتقدم، بل إن العمر المعتاد لها لا يتجاوز ثلاث سنوات ، هذا وأجريت تجارب كثيرة في اليابان والمملكة المتحدة وبلدان أخرى على الإنسان والحيوان والنبات مؤيدة لما تقدم من تأثير المجال المغناطيسي على الكائن الحي بشكل إيجابي مفيد .

## [7]- علاج السرطان بالرياضة وفتح مسارات الطاقة الحيوية

العلاج بالتمرين الرياضية المختلفة (فمن لم يستطع) .  
المشي قبيل شروق الشمس وقبل غروبها (فمن لم يستطع) .  
يركز على تمرين الحوض (فمن لم يستطع) .  
يجلس القرفصاء (يحيط بذراعيه حول ساقيه إلى أن تمس ساقيه بطنه ، أو يجلس على مقعد وينزل بمنكبيه (الأكتاف) على فخذه ويحيط بذراعيه ساقيه ثم يمكث هكذا فترة يتحملها، أو يستلقي على ظهره ويحيط بذراعيه حول ساقيه إلى أن تمس ساقيه صدره ويمكث هكذا فترة يتحملها (فمن لم يستطع) .  
عليه بتدليك الأصابع (فرك أصابع القدم واليد، أو تدليكها) امسك كل صابع بأصابع اليد الأخرى (الإبهام والسبابة والوسطى) والضغط عليه بشدة إلى حد القرص أو يتخيل وكأنه يخلخل أصابعه بالماء كما هو الحال عند بدء الوضوء ، ويستمر التدليك من 3-4 دقائق (فمن لم يستطع).  
ينظم أنفاسه شهيق وزفير (بحبس الهواء في داخله فترة ، من خمس إلى عشر ثواني ثم يطرده إلى الخارج) .

التفاصيل :



**أولاً :** التمارين الرياضية : تعد التمرينات الرياضية وسيلة جيدة لحل الكثير من المشاكل الصحية التي تقابل الإنسان ، والمفهوم الشائع للتمرين الرياضية هو إجهاد عضلات الجسم بغرض زيادة دورتها الدموية ، وهناك شيء أدق منها يجرى مثل طاقة روحية أثيرية في الدم وهي الطاقة الحيوية ، حيث إن مجرى الدم يحوي الكثير من أسرار الحياة لم تكتشف بعد ، ولأن الغرض من التمارين الرياضية هو جلب دم جديد إلى أنسجة الجسم وتسهيل مرور التيار الحيوي إلى الرأس بكمية إضافية (الضعف) من الدم النقي المحمل بالأوكسجين، فقد استخدمها الإنسان على مر العصور لشفاء كثير من الأمراض ، والسير لبعض الوقت هو أسهل وأبسط أنواع هذه التمرينات الرياضية ، وهذا ما أكدته دراسات علمية كثيرة منها دراسة أمريكية حديثة كشفت أن ممارسة رياضة المشي بنشاط وبانتظام لمدة ساعة أو ساعتين أسبوعياً يقلل من احتمالات الإصابة بسرطان الثدي بنسبة 20 بالمائة للسيدات حيث كانت نتيجة الدراسة ، أن النساء اللاتي مارسن تمارين رياضية محدودة لمدة ساعة أو ساعتين أسبوعياً تراجع نسبة إصابتهن بسرطان الثدي بنسبة 20 بالمائة مقارنة بالسيدات اللواتي لا يبذلن أي نشاط جسدي ، وأكدت الباحثة الكندية كريستين فريدينريتش أن الرياضة لا تضمن الوقاية الكاملة من سرطان الثدي ولكنها تقلل خطر الإصابة به إلى جانب دورها الوقائي في الكثير من الأمراض الأخرى كأمراض القلب والسكري والبدانة وهشاشة العظم ، وإضافة لذلك أثبتت الدراسات أن 30 دقيقة يومياً من الرياضة متوسطة الصعوبة كالمشي لها الكثير من الفوائد الصحية التي أهمها :

- تقلل احتمالية الإصابة في الجهاز الدوري (القلب والأوعية الدموية) .
- تقلل ضغط الدم .
- تقلل مستوى الكوليسترول في الدم .
- تقلل احتمالية الإصابة بمرض ترقق العظام .
- تحسن تنظيم السكر في الدم حتى لدى المصابين بمرض السكري .
- تقلل مستوى الإجهاد العصبي .

وتشير الدراسات أن هذه الفوائد يجنيها الشخص بشكل تراكمي خلال اليوم حتى لو لم تتم الممارسة في جلسة واحدة متواصلة، ولهذا فإن إستخدامك الدرج بدلاً من المصعد، والمشي للمسافات القريبة بدلاً من ركوب السيارة تعتبر عادات حميدة عليك باكتسابها، لأنها تحتسب من النصف ساعة التي قد تبعد عنك الكثير من الأوضاع المرضية المقيدة مستقبلاً ، أو على الأقل قد تقلل من احتمالية حدوثها (بإذن الله).

وقد أفادت وأثبتت إحدى الدراسات مؤخراً أنه يمكن اعتبارها وصفة علاجية للشفاء من السرطان ، وذلك حسب ما ذكرته وكالة أنباء اسوشيتد برس ، فقد أظهرت الدراسة أن نحو ربع إلى نصف عدد النساء اللواتي مارسن الرياضة بعد إصابتهن بسرطان في الثدي، انخفضت نسبة خطورة تعرضهن للوفاة تبعاً لمدى نشاطهن الفيزيائي ، ولا بد من الإشارة هنا إلى أن الآلية التي تؤثر بها ممارسة

الرياضة على المرض لا تزال غير واضحة ، رغم أن هناك العديد من الفرضيات حولها، ومهما كان التفسير الحيوي لها، فإن الباحثين يصرون على أن الرياضة المعتدلة هي نصيحة ذات نتائج إيجابية أكيدة على جميع مرضى سرطان الثدي ، فقد ثبت أن الأشخاص الذين يمارسون رياضة المشي وغيرها من الرياضات هم أقل عرضة من غيرهم للإصابة بالعديد من الأمراض، كالإصابات القلبية، وارتفاع الضغط الشرياني، هشاشة العظام ، الداء السكري ، كما أن الرياضة يمكن أن تمنع حدوث سرطانات القولون والثدي، وتساعد على إيقاف سرطان الكلية والمري ، وينصح الأطباء بممارسة الرياضة (الخفيفة أو العنيفة) لمدة 45 دقيقة يومياً خمس مرات في الأسبوع ، ويقول الأطباء عن الرياضة يمكن أن تسرع من حركة الأمعاء، وبالتالي يحول دون الإصابة بسرطان القولون ، كما أشاروا إلى أنه يمكن للرياضة أن تقلل من فرص الإصابة بسرطان الثدي عبر تذويب الخلايا الدهنية المخترنة، والتي تفرز الاستروجين الذي يحرض على نمو الخلايا المسرطنة .

**ثانياً :** المشي قبيل شروق الشمس وقبل غروبها : تعد الشمس مركز الوجود لمجموعتها من كواكب وأقمار ومذنبات ، وكلها تدور حولها في مدارات بدون توقف على مسافات هائلة وبسرعات مختلفة حددها الخالق سبحانه لايتسنى لأحد منها أن يخرج على مداره المحدد له : ﴿ لَا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ ﴾ [يس : 40] ، وبدون الشمس فلن تكون هناك حياة



على الأرض ، ومن المعروف أن هناك دورة نشاط للشمس كل 11 عام يكون فيها أعلى نشاط للبقع الشمسية، وهي انفجارات هيدروجينية ترسل إلى الفضاء بكميات هائلة من الطاقة والحرارة ومن الموجات الكهرومغناطيسية التي تؤثر على كل مخلوقات الأرض

بالإضافة إلى قطع وتشويش الاتصالات اللاسلكية في كل أنحاء العالم (82) . وقد أجريت دراسات علمية عديدة من كل أنحاء العالم على ظاهرة النشاط الشمسي وتأثيره على مخلوقات كوكب الأرض ، نذكر منها دراسة فرنسية أثبتت بالتجارب أن هناك صلة قوية بين نشاط البقع الشمسية وحدث هبوط في القلب ناتج من جلطة في أحد الشرايين الموصلة له (بسبب الإشعاعات القوية التي يرسلها

(82) أخبرنا رسول الله ﷺ في الحديث الذي رواه جابر بن عبد الله الأنصاري قال : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ : « غَطُّوا الْإِنَاءَ ، وَأَوْكُوا السَّقَاءَ ؛ فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ لَا يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَمْ يُغَطَّ وَلَا سِقَاءٍ لَمْ يُوكَّ إِلَّا وَقَعَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ » رواه مسلم (2014) . وهذا الحديث يكون رسول الله ﷺ قد سبق كافة الاكتشافات في العصر الحديث التي تبيننا عن هذه الظاهرة .

النشاط الشمسي الزائد والتي تساعد على تكون الجلطات القريبة من سطح الجلد تؤدي إلى حدوث انسداد في الشريان التاجي) وهذا يدل على أن الكثير من وظائف الجسم البشري تحدث لها تغيرات كبيرة نتيجة لما تحدثه الإشعاعات الشمسية الزائدة من تغير في المجال المغناطيسي للأرض مؤثرة بدرجة كبيرة على الجهاز العصبي للإنسان والذي يعتمد في عمله أصلاً على نظام خاص من المنبهات الكهربائية الداخلية ، كما أثبتت الدراسات الحديثة وجود أشعة ضوئية منظورة تصدر عن الشمس وتربطها بكافة الأجسام حولها (الأشعة الشمسية) وتمتزج بالموجة الذاتية للشمس وتسقط على الأرض دائماً قبيل طلوع الشمس وأثناء النهار وبعد الغروب بقليل ، فالأشعة الشمسية بها موجات حاملة تركب عليها كافة الذبذبات والمغناطيسية والكهربائية والموجات ذات الصدارة من الشمس والتي تربطها بكل الأشياء وهذه الإشعاعات الصادرة والمستقبل منها بعضها مرئي والبعض الآخر غير مرئي وهذه حقيقة علمية ثبت صحتها ويشعر بها الجميع ، كما أن أشعة الشمس لا يمكن للجلد تكوين فيتامينات معينة بصورة طبيعية بدونها ، وقد استُخدمت منذ أزمان بعيدة في العلاج النفسي والمغناطيسي عن طريق تعرض بعض أجزاء الجسم المريضة لشحنات كهربائية تعمل على إعادة التوازن والتوافق بين مختلف موجات الجسد وبذلك يتم الشفاء من الأمراض بإذن الله .

**ثالثاً:** تمارين الحوض : يؤكد بعض من العلماء على أن القوة الحيوية للإنسان موجودة ومختزلة في منطقة الحوض فالجزء الأمامي منه يُعد القوة المولدة ، بينما الجزء الخلفي يمثل القوة الحركية (أي القوة المحركة داخل المنطقة الثلاثية الجدران (للأمام الجافية والطبقة العنكبوتية ، والأم الحنون ) ويمكن استخدام هذه القوة لتنشيط إعادة بناء الجسم من خلال المجهود المركزي لتمارين الجلوس المرتكز على الفخذين ، فالمخ يعد القطب الحركي الموجب لنشاط العقل ، في حين أن الحوض يمثل القطب الحركي السالب لنشاط الجسم إذ يحوي القوة المختزلة المحدثة لكل الحركات والنشاط سواء أدركها الإنسان أو جهلها .

**رابعاً :** تدليك أصبع اليد والقدمين : قد أثبتت الكثير من الدراسات العلمية وكذلك الملاحظات الميدانية التأثير النفسجسمي في عملية تعبئة قوى الجسم للنشاط والاستشفاء ، وقد تبين أن الجسم البشري يحتوي على 12 تياراً للطاقة مقسمة بحيث يخص كل نصف من نصفي الجسم ستة تيارات للطاقة ، وتمتد هذه التيارات بين الرأس وأصبع القدم الكبير والأصابع الخمسة لليدين ، وهذه التيارات تتبع خطوط طولية وتؤثر على جميع أعضاء وعضلات الجسم ، كما يحتوي الجسم البشري على عدد كبير من النقاط النشطة تصل إلى 72 ألف نقطة عرف منها قديماً 365 نقطة ، وتم اكتشاف عدد آخر من النقاط لتبلغ الآن 700 نقطة مهمة تسيطر على مجريات الأمور لأعضاء جسم الإنسان ، ومعظم هذه النقاط متمركزة في اليدين والقدمين وفكرة وجود مناطق على القدم واليد تتبع أو تتصل بالغدد وأعضاء الجسم الرئيسية ، وعن طريق التأثير على هذه الأجزاء من الجسم باستخدام الضغط فوق المناطق الخاصة بها والموجودة على القدم أو اليد يمكن إحداث تأثير على المناطق التي تتصل

بها هذه الأماكن داخل الجسم وهو ما يسمى بـ « علم الانعكاس » ، ويعتبر « علم الانعكاس » طريقة سهلة وطبيعية متكاملة ، حيث تعمل على استثارة عمليات الشفاء الذاتي بالجسم ، وعندما يمرض الجسم أو يقع تحت ضغط يصبح الجسم في حالة عدم توازن ، ويظهر ذلك على المناطق الحساسة بالقدم أو اليد لتحديد الجسم التابعة لها فتتحسن الدورة الدموية ويسترخي الجسم كله ويصبح في حالة اتزان .

**خامساً :** تنظيم النفس : تعتمد تدريبات النفس العميق لتوسيع حجم الرئة على سريان طاقة روحية أثيرية في الدم بإدخال هواء نقي محمل بالأوكسجين بكمية كبيرة إلى الرئتين في عملية الشهيق <sup>(83)</sup> ، وبالتالي إلى كل أنسجة الجسم بحيث إذا تدفقت التيارات الحيوية منها بطريقة طبيعية في مساراتها فإن الإنسان لا يشكو من معظم الأمراض ، ويخرج ثاني أكسيد الكربون في عملية الزفير والذي ينتج في الجسم عن طريق عملية احتراق الطعام فيه ، ويضطر الجسم إلى إخراج الكميات الزائدة منه في الدم عن طريق التنفس وإلا أدى تراكمه في الجسم إلى الخمول والكسل ، ويمكن للمرضى بحالة التوتر الاستفادة من تمارين الاسترخاء بدون استخدام أية قوة خارجية ، ويلزم فقط توافق بسيط من العقل والعواطف مع العضلات وموضع ارتكاز البدن ، فالمهم هو تدفق التيار الحيوي وهو الهرمون الطبيعي للجسم وهو الذي يكسبه الصحة والحيوية الناتجة من هذا الجهد البسيط المبذول فتوافق أجزاء الجسم مع بعضها يهيئ للطبيعة تحريك ميكانيكية القوى الحيوية الداخلية به وتجعل العضلات مرنة إلى حد كبير ، فشذو ارتخاء الجسم يكسب ألياف العضلات ليونة ونشاط أكثر في الحركة <sup>(84)</sup> .

<sup>(83)</sup> اكتشف فريق من الأطباء البريطانيين أن الخلل في التوازن الطبيعي للجهاز التنفسي يمكن أن يؤدي إلى تغيرات في الدماغ في المراحل اللاحقة من أمراض الرئة ، وقد توقع الباحثون العثور على كميات أكبر من حامض اللكتيك ضمن بيئة أكثر حمضية في الدماغ ، كما هو الحال في الأعضاء الأخرى التي تتعرض للحرمان من الأوكسجين أو نقصه ، ويشيرون إلى أن نقص الأوكسجين هو الذي يؤدي إلى هذه التغيرات المهمة في عمل الدماغ ، لكن الدماغ له القدرة على معاودة العمل بالطريقة السابقة بعد عودة الأوكسجين إلى معدلاته الطبيعية ، ولاحظوا وجود معدلات من المواد القلوية في الخلايا الدماغية ، وهو ما يعني أن الدماغ عوضت مع مرور الوقت نقص التحول في طرق عمله ومواجهة التغيرات الكيميائية الناتجة عن نقص الأوكسجين . وعندما أعطى الباحثون الأوكسجين لنفس المرضى ولمدة نصف ساعة لاحظوا تلاشي تلك التغيرات في الميزان الكيميائي المختل ، وعودته إلى سابق عهده . وهذا استنتجوا أن الدماغ له القدرة على إعادة ترتيب بيئته الكيميائية على نحو يضمن استمراره في القيام بمهامه المتنوعة حتى في الظروف غير الملائمة .

<sup>(84)</sup> يلاحظ أن المؤذنين ومقرئي القرآن ، برغم أن منهم من يعاني من مرض ما ، إلا أنه يستطيع الأداء بكفاءة ، وذلك لأنهم يدخلون إلى رتتهم كمية كبيرة من الهواء الجوي المحمل بالأوكسجين أثناء فترة التوقف بعد ارتفاع الصوت ، ولذلك إذا قرأت القرآن بصوت مرتفع نسبياً بانتظام وليكن عشر دقائق يومياً ، تكون قد تداويت ، وفي الوقت ذاته تكون قد أطعت الله بأحب شيء يرضاه . والعلم الحديث يثبت أن كل خلية بالجسم البشري بما تردد مختلف وأمواج الصوت تحدث تسليكا داخليا في المستوى الخلوي ، فلو كانت موجة صوتية مقاربة للتردد الخلوي فإنها تضرب الجزيئات بالخلية وترجع الصدى مما يحدث تماسكا بجدار الخلية مع زيادة تدفق الدم إليها وتحسين التمثيل الغذائي بها مما يعطيها طاقة منشطة ، وتستعمل هذه الترددات الصوتية الضعيفة بتوجيه موجات صوتية لها تردد فعال يعادل أي خلل في ترددات الذرات المريضة لاستعيد ترددها الطبيعي والفعال .وهـا

## [8]- علاج السرطان بالألوان

هذا العلاج نذكره أولاً للوقاية ، ثم للتداوي بعد ذلك ، وذلك لأن بعض المصابين ربما يرتدي ملابس أو ينظر إلى ألوان معينة وهو لا يدري أنه ينشط نمو السرطان،.. **كيف؟**

إن كل إنسان حي تنبعث منه موجات كهربائية وإشعاعات ذات ذبذبات خاصة به كما أنه يستقبل من الكون الفسيح من حوله إشعاعات وذبذبات لونية يعيش فيها وتؤثر عليه (بإذن الله) ، ولكل إنسان أو حيوان أو نبات محطات استقبال ذاتية بداخله تستقبل دوماً هذه الإشعاعات بعد اختراقها لجسده ثم تتجمع بداخله وتتحول فيه إلى إشعاعات وذبذبات خاصة به تفصح عن النوع الذاتي لذبذباته الترددية ، وهذه الإشعاعات الصادرة المستقبلية منه بعضها مرئي والبعض الآخر غير مرئي ، وهذه حقيقة علمية ثبتت صحتها ويشعر الجميع بها ، وقد استُخدمت منذ أزمان بعيدة في العلاج النفسي والمغناطيسي عن طريق تعرض بعض أجزاء الجسم المريضة لشحنات كهربائية تعمل على إعادة التوازن والتوافق بين مختلف موجات الجسد وبذلك يتم الشفاء التام من الأمراض (بإذن الله) ، فهذه الإشعاعات الكونية أو اللونية تحدث تغيرات في جسم الإنسان تتسبب في مرضه وصحته (بإذن الله)، وذلك لأنها تنهمر بصفة مستمرة على الأرض التي نعيش عليها وعلى الكواكب المحيطة بنا ، وتأتي من الفضاء الكوني الفسيح نتيجة التفاعل النووي الرهيب الذي يحدث نتيجة تكون وانفجار النجوم العملاقة ، وترسل إلينا ما يطلق عليه اسم (النفائات النووية) على هيئة موجات تنتشر في أثير الفضاء بسرعة الضوء وهي حوالي (300 ألف كيلو متر في الثانية) وتخترق أجساد الأحياء ، وهذه الموجات تتكون من مجالات كهربائية ومغناطيسية ذات تردد معين ، وكلا المجالين متعامدان على بعضهما وعلى اتجاه انتشار هذه الموجات ، وعلى هذا فالجرعة التي تستقبلها الأجساد الحية تؤثر على سلامتها نتيجة تأثيرها على الخلايا التي تتكون منها الأنسجة الحية ، فبعض هذه الإشعاعات الكونية صالحة للجسم حيث تمنحه القوة والشفاء والحيوية (بإذن الله)، في حين أن بعضها تضره ، وقد لاحظ العلماء أن الكواكب السيارة التي تدور حول الشمس وتحيط بالأرض من كافة الجهات ترسل نتيجة دورانها المستمر إشعاعات لونية مرئية وغير مرئية فمنها ما يحاكي ألوان الطيف الضوئي السبع وهي (الأحمر والبرتقالي والأصفر والأخضر والأزرق والنيلي والبنفسجي) وبعض هذه

هو النبي ﷺ يخبرنا عن هذا العلاج ( في كلمات بسيطة موجزة ) والذي يُشيد له الآن الصروح الطبية العملاقة ، روى البخاري (7527) عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : « لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يَتَغَنَّ بِالْقُرْآنِ » . وَزَادَ غَيْرُهُ « يَجْهَرُ بِهِ » . وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ : « لَمْ يَأْذَنْ اللَّهُ لِشَيْءٍ مَا أَذِنَ لِلنَّبِيِّ ﷺ يَتَغَنَّ بِالْقُرْآنِ » . وَقَالَ صَاحِبُ لَهُ : يُرِيدُ يَجْهَرُ بِهِ [ البخاري : (7482) ، ومسلم (792) ] . وقد قيل لابن أبي مليكة: يا أبا محمد! رأيت إذا لم يكن حسن الصوت؟ قال: « يُحَسِّنُهُ مَا اسْتَطَاعَ » [ رواه أبو داود (1471) ، والبيهقي (2257) ] . وقال الله في كتابه الكريم : ﴿ وَقُرْآنًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَأَهُ عَلَى النَّاسِ عَلَى مُكْثٍ وَنَزَّلْنَاهُ تَنْزِيلًا ﴾ [الإسراء : 106] . وهذا ما يُعرف الآن في الأوساط الطبية بالعلاج بالموسيقى الهادئة ( مع الأخذ في الاعتبار البون الشاسع بين قرآن الرحمن وقرآن الشيطان ) .



الإشعاعات اللونية تسبب أضراراً وأمراضاً بالجسم البشري نتيجة تغييرها لبعض الصفات الوراثية بخلاياه الحية ، حيث تدفعها إلى الخطأ في أداء وظائفها ، مما يربك أجهزة الجسم وتنتج عنها في النهاية أمراض تسبب أضراراً جسيمة ، ولذلك في حالة علاج الأمراض بالألوان فإنه من المعروف أنه طالما كانت صحة الإنسان ممتازة فإن ذبذبات الإشعاعات المختلفة والمكونة لطبيعته تكون في حلة توازن ، وبذلك يصعب على المكروبات والجراثيم المتواجدة بصفة دائمة وبصورة طبيعية في فمه وأنفه التكاثر بطريقة مرضية خطيرة وإلا قام الجسم بطردها أو على الأقل يحتفظ بها في حالة ساكنة وخاملة بحيث لا تضر بصحته (بإذن الله) ، ولكن إذا اضطرب توازن ذبذبات جسم الإنسان فإن الجراثيم تسارع إلى مهاجمة ذلك العضو الذي فقد اتزانه الذبذبي (أي انخفضت درجة اهتزاز تردد موجاته) وبذلك يمرض الجسم وتعتل صحة الإنسان ، ولقد أمكن تقسيم هذه الإشعاعات اللونية إلى مجموعتين ، وكل منهما يمتاز بخواص تؤثر في العناصر المختلفة لأعضاء الجسم الحي وهي :

**أولاً:** ألوان موجبة: (الأحمر والبرتقالي والأصفر وتحت الأحمر والأسود) وهذه الألوان تمتاز بتفاعلاتها الحمضية حيث تكون إشعاعاتها منشطة ومثيرة ، ولذا يجب تجنبها ما استطعت خشية تنشيطها للخلايا السرطانية.

**ثانياً:** ألوان سالبة: (الأزرق والنيلي والبنفسجي والوردي والأبيض والأخضر ، والرمادي) وهذه الألوان تمتاز بتفاعلاتها القلوية حيث تكون إشعاعاتها باردة مهدئة ، وهذه ما يفضل إستخدامها لمنع تنشيط الخلايا السرطانية (بإذن الله) .

## [9]- العلاج النفسي

أتعرف سيدنا أيوب عليه السلام ؟ ، أتعرف قصته ؟

هو من يُقْتَدَى به في الصبر على البلاء ، فقد ابتلاه الله بداء ألزمه الفراش سنين عدة حتى أن أهله خافوا أن يقتربوا منه خشية أن يصيبهم ما أصابه من كثرة الداء وعظم البلاء ، ولا يعود إلا من أودع الله في قلبه الشفقة والرحمة ، وكان عليه السلام كلما أشد عليه المرض ازداد يقينه بالله وعلم أن الله جلت قدرته ما ابتلاه ليعذبه ، ولكن اختاره لشيء عظيم واختبره فوجده صابراً ، فطهره سبحانه وجعله من أنبيائه الصالحين ، ودائماً أبداً ما يذكر الصبر في كتاب الله إلا وكان التعقيب عليه بشيء حسن تسر له الأنفس وتقر له الأعين ، مثل قول الله سبحانه : ( **إِنَّمَا يُوقَى الصَّابِرُونَ** **أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ** ) [ الزمر : 10 ] ، وقوله جلت قدرته : ( **إِنَّهُ مَنْ يَتَّقْ وَيَصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ** ) [ يوسف : 90 ] ، وقوله تعالى : ( **وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ . الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ . أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ** ) [ البقرة : 155-157 ] ، ولما اشتد بسيدنا أيوب عليه السلام المرض ، دعا الله على استحياء وكانت دعوته مثلاً للدعوة الصادقة المؤدبة واثقاً في الله أنه سبحانه لن يخزيه ويخذله ، وما أروع ما دعا به عليه السلام ربه حيث قال : ( **وَأَيُّوبَ** )

إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ( [ الأنبياء : 83 ] ، أرأيت أدياً مثل هذا الأدب ؟! أسمع دِعاءً مثل هذا الدِعاء ؟! ، لم يقل : يارب اشفني ( وهذا جائز بل مستحب ) ولكن سيدنا أيوب - عليه وعلى نبينا السلام - استحي أن يطلب من الله الشفاء ، لعل هذا الشفاء يكون سبب في هلاكه ، أي يقين هذا الذي أعطاه الله له ﷺ حتى يصبر على كل هذا البلاء ؟! ، ففوض أمره لله حين أن يقضي الرحيم فيه ، ولما صبر استجاب له ربه وقال سبحانه وتعالى : ( ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ ) [ ص : 42 ] ، بعد طول سنوات المرض يأتيه الفرج ممن ؟ من الله ، بماذا ؟ بالماء ، أيعتقد البعض ممّا أنّ في الماء شفاءً ؟!! ، نشرب منه كل يوم ولكن لا ندرك هذه الحقيقة ، فاعلم يا صاحب البلاء أن الله قادر على شفاك كما شفي نبيه أيوب ﷺ دون النظر إلى الأسباب ، لأنه سبحانه رب الأرباب ومُسبب الأسباب ، وفي هذا قال سبحانه في كتابه الكريم : ( إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ ) [ يس : 82 ] .

وربما يقول قائل : هذا نبي ، ونحن أبدأ لن نكون مثله ؟ .  
أسرى الحروب ليسوا بأنبياء ، لو نظرنا إلى أسرى الحروب مثل حرب 67 ، أو الأسرى الفلسطينيين في السجون الإسرائيلية ، نقرأ ونسمع ونشاهد أنهم ينكل بهم أشد العذاب ، ورغم هذا تجدهم صابرين صامدين على كل هذا البلاء ، حتى بعد سنين عدة ، ولا يزدحم هذا إلا صموداً ؛ ولو حللنا ما يحدث لهم بطرح سؤال : أليس لو أنهم تسرب إليهم اليأس والخوف لقضي عليهم من أول وهلة يتعرضون فيها للعذاب رهيب ؟! ( يجلدون بالسياط ويكونون بالنار ويصعقون بالكهرباء ويجوعون ويعطشون وإذا أكلوا يأكلوا أخبث ما يمن به عدوهم عليهم ، ويمرضون المرض العظيم فلا يجدون من يداويهم ، فضلاً عن أن يجدوا ما يتداووا به ، وهذه المحن برغم عظمها إلا أنها أبسط ما يعانون منه ) ، فما الذي يجعلهم يحتملون كل هذا العناء ؟! ، ما السر الذي يجعل أجسادهم الضعيفة تصمد ؟!! الإيمان بالله والرضا بقضائه وقوة الاحتمال والصبر ، فهذه القوى الروحية يحدث سلام داخلي لجميع أعضاء الجسد فيقوى وينضبط فيقاوم ( وفقط يصمد من أجل غاية ) ، فاعلم عفا الله عنك أنك مثلهم ، أسير عدوك السرطان وعليك أن تجاهده ، واعلم أن الله قادر على أن يبريك من سقمك ويعيدك إلى حال أفضل مما كنت عليه ، فثق في الله وتوكل عليه يكن لك خير معين .

ونقول لكل مبتلى : حتى تخرج بإذن الله من هذه المحنة بسلام ، يجب عليك أن تهديء من روعك وترفع من روحك المعنوية ؛ فهذا من أهم أنواع العلاج ، ويكون هذا باتباع الآتي :

- اقنع نفسك أنك يجب أن تقاوم هذا المرض العضال ، وذلك لأن لديك الكثير من الأعمال الطيبة الصالحة تنوي القيام بها في مستقبلك بإذن الله .
- هناك من يحتاجون إليك ، وإذا ما استسلمت للمرض سوف تتسبب لهم في جرحاً حالة ما إذا افتقدوك لا قدر الله .
- ذكّر نفسك أنك تواجه عدواً ليس له غرض إلا القضاء عليك فانتصر عليه .



- ضع في اعتبارك أن الله وهبك وزودك في جسدك بجنودٍ من عنده سبحانه ، تحارب المرض تلقائياً، أيّ كان نوعه أيّ كان موضعه، وهذا الجهاز هو جهاز المناعة ، حصنك المنيع وجيش الدفاع لجسدك ضد أي هجمات تشن عليه، سواء من الداخل أو من الخارج .

- عليك أن لا تستسلم للمرض إطلاقاً، لأن هذا يجعل من جسدك أرضاً خصبة للنمو السريع للخلايا السرطانية ، وبالتالي تسيطر عليك ، فتهاجم الأورام جميع أنحاء جسدك ، كما أن السرطان هذا المخلوق الضعيف ، مخلوق من مخلوقات الله ، فاستعن بالله عليه يخضع لأمر الله

- ينبغي عليك أن تعلم أن الطرق العلاجية ما هي إلا أسباب ، فلا تؤمن بالأسباب أن لها القدرة على شفائك وتنسى رب الأرباب ومسبب الأسباب ، سواء بهذه العلاجات أو بغيرها .

- أقم علاقات طيبة مع الصالحين وقم بزيارتهم .... **وقفة** [ أخي عفا الله عنك ، أنت قد جرّبت المرض ، وتشعر تماماً ما يعانيه غيرك بمثل ما أصابك ، زيارة لأخ لك في الله ولوجه الله ، تسري بها عنه همّه ، لها عظيم الأثر ، له ولك ، فعن رسول الله ﷺ قال فيما بلغ عن رب العزة سبحانه : **« حَقَّتْ مَحَبَّتِي لِلْمُتَحَابِّينَ فِيَّ وَحَقَّتْ مَحَبَّتِي لِلْمُتَبَاذِلِينَ فِيَّ وَحَقَّتْ مَحَبَّتِي لِلْمُتَزَاوِرِينَ فِيَّ وَالْمُتَحَابُّونَ فِي اللَّهِ عَلَى مَنَابِرٍ مِنْ نُورٍ فِي ظِلِّ الْعَرْشِ يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلَّا ظِلُّهُ »** <sup>(85)</sup> ، وقال ﷺ : **« إِذَا عَادَ الرَّجُلُ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ مَشَى فِي خِرَافَةِ الْجَنَّةِ »** <sup>(86)</sup> حَتَّى يَجْلِسَ فَإِذَا جَلَسَ غَمَرَتْهُ الرَّحْمَةُ فَإِنْ كَانَ غُدُوَّةً صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُمْسِيَ وَإِنْ كَانَ مَسَاءً صَلَّى عَلَيْهِ سَبْعُونَ أَلْفَ مَلَكٍ حَتَّى يُصْبِحَ » <sup>(87)</sup> .

واحذر أخي من أن تُعامل مَنْ تزوره من المرضى بالفضل ؛ وهذا لعدة أسباب ؛ أولها : أن الله جالس معه ، ثانيها : أن فعلك هذا قد يكون من المِنَّة ، وأخشى أن يحبط الله الأجر ، ثالثها : أنه من المفترض أنه يعيش في جوٍّ إيماني طاهر (يصلي ويقرأ القرآن ويتقرب إلى الله بأفضل الأعمال) وأنت عندما تخرج من بيتك إلى حيث هو لا بد وأن تصيبك الدنيا بشيء من خبثها ، فما بالك إذا كنت منغمساً فيها ؟ ، فهي مليئة بالنفائيات ، وعلى أقل تقدير سيصيب قدميك شيئاً من وحلها ، فأنت تذهب إليه لتنتظر ثم تخرج من عنده وأنت مغتسل برحمة الله ورضاه ، فَمَنْ له الفضل على مَنْ ؟ **!!!؟؟** أخي يرحمك الله ، في حالة أن تكون أنت الزائر، لا تثقل على من يبسر الله لك زيارته ، إذا كان مرضه مرضاً شديداً أو بسيطاً ، والأفضل أن تخبره أو أهله

<sup>(85)</sup> أحمد (229/5 ، 236 ، 239) ، والبيهقي (20857) ، والحاكم (7315 ، 7316) ، والطالسي (572) ، بغية الباحث (1108) ، والطبراني في مسند الشاميين (625 ، 744) عن أبي إدريس الخولاني .

<sup>(86)</sup> خرافة الجنة : أي في اجتناء ثمرها ، أي أن العائد فيما يَحُوزُهُ من الثواب كأنه على نخل الجنة يَخْتَرِفُ ثَمَارَهَا وَيَخْرَفُ بالكسر ما يُجْتَنَى فيه الثَمَارُ .

<sup>(87)</sup> صحيح ، رواه أحمد (91/1) ، والنسائي في السنن الكبرى (7494) وهذا لفظه ، والبيهقي (6376 ، 6377) ، والحاكم (1293) ، والطبراني في الأوسط (1322) . السلسلة الصحيحة (1367) ، صحيح الترغيب (3476) ، صحيح الجامع (682) .

مُسبِقاً بهذه الزيارة المباركة المأجورة (بإذن الله) ، فقد يكون عنده ما يؤرقه ويستحي منك ، بفراستك استشعر ذلك وارفع عنه حرج أن يطلبها منك ، أو أن يظهر أمامك ما يريد إخفائه ، فإذا كان الأمر كذلك ، فيمكنك التخفيف عنه ، وكيفيك أن يستشعر أنك بجانبه ، بمعنى أن تعينه على قضاء معروف أو أمر صعب ، أو طاعة ، فهذا والله أفضل ، وإذا قصدك في أداء حاجة فلا تتخلى عنه ولا تتردد ، ولَّيه له ما استطعت ، واقتنص منه دعاء خالصاً لله لك ، والله الذي لا إله غيره بعد أن ينقذك الله من ضائقة ، يقذف الله في قلبك ، أن هذا جزاء ما صنعت لفلان المريض القريب مني ، كما في الحديث القدسي عن رسول الله ﷺ قال : إن الله عز وجل يقول يوم القيامة : « يَا ابْنَ آدَمَ مَرَضْتُ فَلَمْ تُعْذِنِي ، قَالَ : يَا رَبِّ كَيْفَ أَعُوذُكَ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَالَمِينَ ؟ ! ، قَالَ : أَمَا عَلِمْتَ أَنَّ عَبْدِي فُلَانًا مَرَضَ فَلَمْ تُعْذِهِ ، أَمَا عَلِمْتَ أَنَّكَ لَوْ عَذَّيْتَهُ لَوَجَدْتَنِي عِنْدَهُ ؟ ، يَا ابْنَ آدَمَ اسْتَطَعَمْتُكَ فَلَمْ تُطْعِمْنِي ، قَالَ : يَا رَبِّ وَكَيْفَ أُطْعِمُكَ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَالَمِينَ ؟ ! ، قَالَ : أَمَا عَلِمْتَ أَنَّهُ اسْتَطَعَمَكَ عَبْدِي فُلَانٌ فَلَمْ تُطْعِمْهُ ، أَمَا عَلِمْتَ أَنَّكَ لَوْ أُطْعِمْتَهُ لَوَجَدْتَ ذَلِكَ عِنْدِي ، يَا ابْنَ آدَمَ اسْتَسْقَيْتُكَ فَلَمْ تَسْقِنِي ، قَالَ : يَا رَبِّ كَيْفَ أَسْقِيكَ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَالَمِينَ ؟ ! ، قَالَ : اسْتَسْقَاكَ عَبْدِي فُلَانٌ فَلَمْ تَسْقِهِ ، أَمَا إِنَّكَ لَوْ سَقَيْتَهُ وَجَدْتَ ذَلِكَ عِنْدِي » (88)

وتذكر جيداً (لا تتخلى عنه) ، وذلك لأنه عندما يكون أقرب ما يكون من ربه يخلصك بالدعاء ، وإذا غفلت عنه دعا لك من ضمن من أحسنوا إليه عامة ، ويخلص غيرك ممن لم يتخلَّ عنه ويداوم على تقديم له كل يد العون والمعروف بأفضل الدعوات عند ربه.

أما إذا كنت أنت المزار ، وكنت لا تقوى على استضافة الزائر ، أو عندك ما لو رآك الضيف عليه لتسببت له في جرح لحزنه عليك وحرجه منك ، فهو عليك ، لأن معظم الصالحين على علم بأمور دينهم ، ويفقهون جيداً الآيات والأحاديث التي ترفع عنك هذا الحرج ، وما دام الزائر يبتغي من وراء هذه الزيارة وجه الله فلن يغضب بإذن الله إذا اعتذرت له ، ويمكنك تحديد يوم معين في الأسبوع للزيارة ، وإذا كنت لم تزل في غاية الحرج أن تخبره أنك مريض وتحتاج للراحة ، فقد تكون مضطراً لأن تعلق لافتة مكتوبة بأسلوب طيب تبين فيها أنك مريض ، مثل : « بسم الله والحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله ﷺ ، عفواً إخوتي ، وأرجو قبول اعتذاري ، حالتي الصحية لا تسمح بالزيارة ، وأسألكم بالله الدعاء ، وأسأل الله أن يؤتاكم أجركم مرتين ، ومن كانت له حاجة عندنا فأسأل الله أن يعيننا على قضائها له » .

واعلم أخي أن هذا قد يكون من الصبر ، كما قال ذو النون المصري (89) رحمه الله : ثلاثة من أعلام الصبر : التباعد عن الخطاء في الشدة ، والسكون إليه مع تجرُّع غصص البلية ، وإظهار الغنى مع حلول الفقر بساحة المعيشة (90) .

(88) مسلم (2569) ، وأحمد (404/2) ، وابن حبان (269) ، (944) ، الأدي المفرد للبخاري (517) .

(89) ثوبان بن إبراهيم الإخميمي المصري ، أبو الفيض ، أو أبو الفيض ، أحد الزهاد العبَّاد المشهورين ، من أهل مصر ، نوي الأصل ، كانت له فصاحة وحكمة وشعر ، مات بالجزيرة سنة 245 هـ ، انظر ترجمته في : الأعلام (102/2) ، وفيات الأعيان (101/1) ، حلية الأولياء (331/9) ، (3/10) ، تاريخ بغداد (393/8) .

ومن الناس من يتعفف عن قبول الهداية أو المساعدات من أحد ، فإن كنت منهم فلا حرج ، وإن كنت ممن يساعد أهل الخير على القيام بواجبهم وقبلت منهم هدية أو مساعدة فلا حرج ، وفي كل الأحوال يجب عليك شكرهم ولو بالدعاء لهم ، فقد قال رسول الله ﷺ :

« لَا يَشْكُرُ اللَّهُ مَنْ لَا يَشْكُرُ النَّاسَ » (91) .

وضع نصب عينيك هذه القاعدة : مَنْ يَرْضِ اللَّهَ فِيكَ أَجْرُهُ عَطَاءٌ ، فَإِنْ لَمْ تَجِدْ عَطَاءً تَعْطِيهِ إِيَّاهُ فَادْعُ اللَّهَ لَهُ حَتَّى تُوَفِّيَهُ أَجْرَهُ وَعَطَّرَ لَهُ سِيرَتَهُ .

### [10]- « دَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ »

الصدقة من أفضل الأعمال وأحبها إلى الله عز وجل؛ فإذا كنت ممن أنعم الله عليه بنعمة الغنى فتصدق كما قال ﷺ :

« إِنَّ الصَّدَقَةَ لَتُطْفِئُ غَضَبَ الرَّبِّ ، وَتَدْفَعُ عَنْ مِثَّةِ السُّوءِ » (92) .

وكما قال الله تعالى : ( مَنْ ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضَاعِفَهُ لَهُ وَلَهُ أَجْرٌ كَرِيمٌ ) [ الحديد : 11 ] ، وقال تعالى ( إِنَّ الْمُسَدِّقِينَ وَالْمُصَدِّقَاتِ وَأَقْرَضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا يُضَاعَفْ لَهُمْ وَلَهُمْ أَجْرٌ كَرِيمٌ ) [ الحديد : 18 ] ، وفي قوله سبحانه ( الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ) [ آل عمران : 134 ] ، والصدقة تجعل الله ينظر إليك بعين الرضا والعفو ، فإذا ما أنفقت لوجه الله فتعطي المحتاج ، وتساعد ذا الحاجة ، وتغيث الملهوف ، وتكرم خلق الله ؛ أكرمك الكريم سبحانه كما قال تبارك تعالى ( هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَانِ إِلَّا الْإِحْسَانُ ) [ الرحمن : 60 ] ، وقال تبارك وتعالى : ( إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ ) [ الأعراف : 56 ] ، وفي الحديث الشريف يقول رسول الله ﷺ :

« دَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ » (93) .

وقال ﷺ أيضاً :

« الصَّدَقَةُ تُطْفِئُ الْخَطِيئَةَ كَمَا يُطْفِئُ الْمَاءُ النَّارَ » (94) .

وصح عنه ﷺ :

« كُلُّ أَمْرٍ فِي ظِلِّ صَدَقَتِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُفْصَلَ بَيْنَ النَّاسِ » (95) .

(90) أخرجه أبو نعيم الأصفهاني في حلية الأولياء (362/9) .

(91) صحيح ، أخرجه أحمد (295/2 ، 302 ، 388 ، 461 ، 492) ، وأبو داود (4811) ، والترمذي (1954) ، ابن

حبان (3407) ، والبيهقي (11812) ، والطيالسي (2491) عن أبي هريرة .

(92) الترمذي (664) ، وابن حبان (3309) عن أنس .

(93) حسنه الألباني في صحيح الجامع (3358) ، وصحيح الترغيب (744) ،

(94) أحمد (321/3) ، وابن حبان (1723 ، 4514) ، والحاكم (265 ، 7163) عن جابر .

وَقَالَ ﷺ :

« إِنَّ اللَّهَ يَقْبَلُ الصَّدَقَةَ وَيَأْخُذُهَا بِيَمِينِهِ فَيُرَبِّيَهَا لِأَحَدِكُمْ كَمَا يُرَبِّي أَحَدَكُمْ مَهْرَهُ حَتَّى إِنَّ اللُّقْمَةَ لِتَصِيرُ مِثْلَ أَحَدٍ وَتَصْدِيقُ ذَلِكَ فِي كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ : ( أَلَمْ يَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ هُوَ يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَأْخُذُ الصَّدَقَاتِ وَأَنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ ) [ التوبة : 104 ] وَ ( يَمْحَقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُرْبِي الصَّدَقَاتِ ) [ البقرة : 276 ] » (96)

ويخبرنا رسول الله ﷺ عن دعاء الملائكة للمتصدق :

« مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلَفًا وَيَقُولُ الْآخَرُ اللَّهُمَّ أَعْطِ مُمْسِكًا تَلْفًا » (97)

وعساك أن تتصدق على محتاج لا يجد ما يرد به على حسن صنيعك له غير أن يدعو الله لك بإخلاص أن يذهب عنك ما أصابك فيستجيب الله له، كما حدثنا أحد الثقة أن رجلاً ميسور الحال عنده من النعم التي أنعم الله عليه بها ما يتمناه الكثير من الناس ، إلا أنه لم يرزقه الوهاب الذرية لعشر سنين ، ولطالما دعا الله باكياً ومتضرعاً له سبحانه أن ينعم عليه بتلك النعمة العظيمة ، ولأنه أنفق الكثير على الدواء والأطباء دون فائدة وبلا نتيجة ، فئس من أن يجد حلاً ، وأصيب بحالة من الحزن الشديد والكرب العظيم، وذات يوم أخبره أحد الطيبين قائلاً له وناصحاً : يا أخي قد فعلت من الطيبات الكثير فلما لا تجرب أن تتصدق عسى الله أن يقضي لك حاجتك وييسر لك أمورك؟، وأخبره أن هناك مبتلى يحتاج إلى من يساعده، فأرسل هذا الرجل مع ذاك الطيب مالا يسد به حاجة هذا المحتاج، وعندما جلس هذا الطيب مع ذاك المريض ، أخبره أن هذا المال من عند فلان ، ويسألك بالله أن تدعو الله له أن ينعم عليه ويرزقه سبحانه من عنده ذرية صالحة ، والله الذي لا إله غيره بعد شهرين ذهبت زوجة هذا الرجل إلى الطيبة ؛ فبشرتها أن التحاليل تدل على وجود حمل وبعد مرور ثلاثة سنوات على تلك الواقعة ، ذهب هذا الرجل برفقة زوجته وابنته إلى الأراضي المقدسة لأداء منسك العمرة شكراً لله على أنه استجاب له ، وأراه قد صدق فيه قول رسول الله ﷺ :

« مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ ، وَمَنْ سَتَرَ مُسْلِمًا سَتَرَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، وَمَنْ يَسَرَ عَلَى مُعْسِرٍ يَسَرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ » (98)

ولكن أخي شفاك الله انتبه إلى شيء مهم جداً، لا تشق على نفسك متكلفاً في هذا الأمر إن كنت بسيط الحال ، لأن الله قال في كتابه الكريم ( لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلاَّ وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ) [البقرة : 286] ، وكيفيك نيتك ، بمعنى أن تتمنى أن تفعل الخير مثل فلان ، أو تتصدق مثل فلان ، فأنتم في الأجر سواء ، كما في حديث أبي كبشة الأثماري أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ :

(95) أحمد (147/4) ، وابن خزيمة (2431) ، وابن حبان (3310) ، والحاكم (1517) عن عقبه بن عامر بسند صحيح .

(96) لفظ أحمد (471/2) ، والترمذي (662) ، عن أبي هريرة .

(97) البخاري (1442) ، ومسلم (1010) ، والنسائي في الكبرى (9178) ، والبيهقي (7605) عن أبي هريرة .

(98) مسلم (2699) ، والترمذي (1425) .

«إِنَّمَا الدُّنْيَا لِأَرْبَعَةِ نَفَرٍ : فذكر الحديث ، وفيه : « عَبْدَ رَزَقَةَ اللَّهِ مَالًا وَعِلْمًا فَهُوَ يَبْقَى فِيهِ رَبُّهُ وَيَصِلُ فِيهِ رَحِمَتُهُ وَيَعْلَمُ لِلَّهِ فِيهِ حَقًّا فَهَذَا بِأَفْضَلِ الْمَنَازِل ، وَعَبْدَ رَزَقَةَ اللَّهِ عِلْمًا وَلَمْ يَرَزُقْهُ مَالًا فَهُوَ صَادِقُ النَّيَّةِ يَقُولُ لَوْ أَنَّ لِي مَالًا لَعَمِلْتُ بِعَمَلِ فُلَانٍ فَهُوَ بَنِيَّتُهُ فَأَجْرُهُمَا سَوَاءٌ » (99)

ويمكن التصديق بشيء آخر غير المال إذا تعذر، كما روي عن رسول الله ﷺ

« يُصْبِحُ عَلَى كُلِّ سَلَامٍ (100) مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ ، وَكُلُّ نَسِيحَةٍ صَدَقَةٌ ، وَتَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ ، وَتَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ ، وَتَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ ، وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ ، وَيُجْزَى أَحَدَكُمْ مِنْ ذَلِكَ كُلِّهِ رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الضُّحَى » (101)

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ أَيْضًا :

« تَبَسُّمُكَ فِي وَجْهِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ ، وَأَمْرُكَ بِالْمَعْرُوفِ وَنَهْيُكَ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ ، وَإِرْسَاؤُكَ الرَّجُلَ فِي أَرْضِ الضَّلَالِ لَكَ صَدَقَةٌ ، وَبَصْرُكَ لِلرَّجُلِ الرَّدِيءِ الْبَصَرَ لَكَ صَدَقَةٌ ، وَإِمَاطَتُكَ الْحَجَرَ وَالشَّوْكَةَ وَالْعِظَمَ عَنِ الطَّرِيقِ لَكَ صَدَقَةٌ ، وَإِفْرَاغُكَ مِنْ دُلُوكَ فِي دَلْوِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ » (102)

### [11]- العلاج بالقرآن والدعاء والرقى الشرعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ( وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ) [ الإسراء : 82 ] .

إن التداوي بالقرآن الكريم والاستشفاء به من الأمراض الجسمية والآفات والعلل العضوية عن طريق تلاوته أو قراءة بعض سورته وآياته هو المقصود في هذا المقام ، سواء في التصرفات، أو التعرض لبعض الإيذاء من الدواب والهوام، أو مس وإيذاء واعتداء من الجن أو غيرهم من المخلوقات، أو كان تلفاً وخللاً في بعض الأجهزة العضوية وغيرها، وهذا موضوع قد كثر حوله الكلام وطال فيه الجدل والخلاف، بين مانع من ذلك جملة وتفصيلاً بأدلة عقلية وأقيسة منطقية – بزعمه - وبين مغالٍ في إجازته معتمداً عليه معرضاً عن بذل الأسباب المادية الحسية وعن التداوي بغيرها والاستشفاء بما نفعه من خلال التجربة والدراسة العلمية، والحق إنما يتوسط بين الجافي والغالي، ويعتدل بين الإفراط والتفريط ، والتداوي والاستشفاء بالقرآن الكريم جاء في النصوص الشرعية الثابتة، ويقرره العقل والقياس الصحيح، لذلك وجب التصديق به، والإيمان بما جاء به النص، وأجازه العقل والنصوص الشرعية كثيرة جداً، منها قول الله تعالى : ( وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ

(99) أحمد (231/4) ، والترمذي (2325) بسند حسن .

(100) قال ابن الأثير: السَّلَامِي جمع سَلَامِيَّة ، وهي الأُثْمَلَةُ من الأصابع ، وقيل : واحده وجمعه سواء ، وتجمع على سَلَامِيَّاتٍ ، وهي التي بين كل مَفْصِلَيْنِ من أصابع الإنسان ، وقيل : السَّلَامِي كل عظم مجوف من صِغار العظام .

(101) مسلم (720) ، وأبو داود (1285) ، وابن حبان (3381) ، والنسائي في الكبرى (9029) ، وأحمد (167/5) عن أبي

ذر .

(102) صحيح ، أخرجه الترمذي (1956) ، وابن حبان (529) عن أبي ذر .

لِلْمُؤْمِنِينَ ) [ الإسراء : 82 ] ، وقوله تعالى : ( قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَئِكَ يُنَادُونَ مِنْ مَّكَانٍ بَعِيدٍ ) [ فصلت : 44 ] .

ولفظ ( شفاء ) عام يتناول شفاء الأمراض القلبية والعقلية، كما يتناول الأمراض الجسدية والعوارض المادية الحسية ، والأصل بقاء العام على عمومته ، وعدم تخصيصه إلا بمُخصَّص، ولا مُخصَّص هنا على ما قرره العلماء وما جاء في سنة رسول الله ﷺ ؛ فقد ثبت أنه استشفى واسترقى ببعض آيات القرآن، وأمر بذلك ، وأوصى به، وفعله ﷺ لنفسه ولغيره، وأقره كذلك من فعل بعض أصحابه رضي الله تعالى عنهم :

روى البخاري : عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ : كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ نَفَثَ فِي كَفِّهِ بِ ( قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ) وَيَالْمُعَوَّدَتَيْنِ جَمِيعاً ، ثُمَّ يَمْسَحُ بِهِمَا وَجْهَهُ ، وَمَا بَلَغَتْ يَدَاهُ مِنْ جَسَدِهِ . قَالَتْ عَائِشَةُ : فَلَمَّا اسْتَكَى كَانَ يَأْمُرُنِي أَنْ أَفْعَلَ ذَلِكَ بِهِ (103) .

وَصَحَّ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّ رَهْطًا مِنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ انْطَلَقُوا فِي سَفَرَةٍ سَافَرُوهَا ، حَتَّى نَزَلُوا بِحَىٍّ مِنْ أَحْيَاءِ الْعَرَبِ فَاسْتَضَافُوهُمْ ، فَأَبَوْا أَنْ يُضَيِّفُوهُمْ ، فَلَدَغَ سَيِّدُ ذَلِكَ الْحَى ، فَسَعَوْا لَهُ بِكُلِّ شَيْءٍ لَا يَنْفَعُهُ شَيْءٌ ، فَقَالَ بَعْضُهُمْ لَوْ أَتَيْنَاهُمْ هَؤُلَاءِ الرَّهْطَ الَّذِينَ قَدْ نَزَلُوا بِكُمْ ، لَعَلَّهُ أَنْ يَكُونَ عِنْدَ بَعْضِهِمْ شَيْءٌ . فَأَتَوْهُمْ فَقَالُوا : يَا أَيُّهَا الرَّهْطُ إِنَّ سَيِّدَنَا لَدَغَ ، فَسَعَيْنَا لَهُ بِكُلِّ شَيْءٍ ، لَا يَنْفَعُهُ شَيْءٌ ، فَهَلْ عِنْدَ أَحَدٍ مِنْكُمْ شَيْءٌ فَقَالَ بَعْضُهُمْ نَعَمْ ، وَاللَّهِ إِنِّي لَرَاقٍ ، وَلَكِنْ وَاللَّهِ لَقَدْ اسْتَضَفْنَاكُمْ فَلَمْ تُضَيِّفُونَا ، فَمَا أَنَا بِرَاقٍ لَكُمْ حَتَّى تَجْعَلُوا لَنَا جُعَلًا . فَصَالَحُوهُمْ عَلَى قُطِيعٍ مِنَ الْعُغَمِ ، فَأَنْطَلَقَ فَجَعَلَ يَثْقُلُ وَيَقْرَأُ : ( الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ) حَتَّى لَكَأَنَّمَا تُسِطُّ مِنْ عَقَالٍ ، فَأَنْطَلَقَ يَمْشِي مَا بِهِ قَلْبَةٌ . قَالَ : فَأَوْفَوْهُمْ جُعْلَهُمُ الَّذِي صَالَحُوهُمْ عَلَيْهِ ، فَقَالَ بَعْضُهُمْ : اقْسِمُوا . فَقَالَ الَّذِي رَقَى : لَا تَفْعَلُوا حَتَّى نَأْتِيَ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ فَتَذَكَّرَ لَهُ الَّذِي كَانَ ، فَتَنْظُرَ مَا يَأْمُرُنَا . فَقَدِمُوا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَتَذَكَّرُوا لَهُ ، فَقَالَ :

«وَمَا يَذَرِيكَ أَنَّهَا رُقِيَّةٌ ، أَصَبْتُمْ ، اقْسِمُوا ، وَاضْرِبُوا لِي مَعَكُمْ بِسْمِهِمْ» (104) .

قال ابن القيم رحمه الله : وَلَقَدْ مَرَّ بِي وَقْتُ بِمَكَّةَ سَقَمْتُ فِيهِ وَفَقَدْتُ الطَّبِيبَ وَالْدَوَاءَ فَكُنْتُ أَتَعَالَجُ بِهَا (105) أَخَذُ شَرْبَةً مِنْ مَاءٍ زَمْزَمَ وَأَقْرُوَهَا عَلَيْهَا مِرَارًا ثُمَّ أَشْرَبُهَا فَوَجَدْتُ بِذَلِكَ الْبُرءَ النَّامَ ثُمَّ صِرْتُ أَعْتَمِدُ ذَلِكَ عِنْدَ كَثِيرٍ مِنَ الْأَوْجَاعِ فَأَنْتَفِعُ بِهَا غَايَةَ الْإِنْتِفَاعِ (106) .

وليس معنى هذا ولازمه ترك التداوي والاستشفاء بالأدوية الطبيعية المادية، والاكتفاء بقراءة آيات من القرآن الكريم ، فليس ذلك من الرشد في الدين، ولا من الفقه لسنن الله تعالى الكونية، ولكن الشأن هو الجمع بين هذا وذاك، والانتفاع

(103) البخاري (5748) .

(104) البخاري (5749) وهذا لفظه ، ومسلم (2201) .

(105) يعني بالفاتحة .

(106) زاد المعاد (4/162) ، الجواب الكافي (ص 15) .



بالأميرين، والجمع بين بذل الأسباب الحسية والمادية مع الاعتماد على ما جاء به التوجيه الشرعي، وتعلق القلب بالله تعالى وحده، فهو النافع وهو رب الأرباب ومسبب الأسباب تبارك وتعالى.

وأما إقرار العقل لهذا التداعي فواضح، إذ العقل لا يحيل ذلك ولا يمنعه أبداً، كيف وقد جاء الخبر الصادق بذلك، والعقل قد صدق المخبر فيما هو أعظم من مجرد الإخبار بالاستشفاء بتلاوة بعض الآيات والسور.

ثم إنه لا يترتب على التصديق به أمر مستحيل، لأن العقل قد قرر أن الله سبحانه وتعالى هو المالك الفاعل المتصرف في الكون وما فيه من خلق، وهو سبحانه رب الأسباب والأدوية التي لا تشفي ولا تنفع بذاتها، بل هو الشافي والدافع لجميع الأفراد، وهو النافع والواهب للصحة والعافية، وهو الذي يحول بين الأسباب وبين مقتضياتها، وهو الذي يجعل فيها النفع سبحانه، فالاستشفاء والتداعي بتلاوة آيات وسور من القرآن على الأمراض الجسدية قرررتها الشريعة السمحة، وجعلتها أسباباً شرعية صحيحة نافعة بإذن الله تعالى، كما تقررها العقول الصحيحة.

### ملاحظات وتنبيهات :

ثمة أمور نحب أن ننبهك عليها للتذكير لا للتعليم، ومنها :

- الاعتماد على الله سبحانه وتعالى وتفويض الأمر إليه، وكثرة الدعاء والإلحاح في طلب الشفاء، فهذه الرقية ما هي إلا سبب أقامه الله تعالى ليظهر لعباده أنه هو المدبر والمقدر لكل شيء.
- أن تقرأ هذه الرقية بخشوع وتدبر وتؤدة مع استحباب الوضوء والتأدب بأداب الدعاء.

- يستحسن تكرار بعض الآيات عند القراءة كالفاتحة وآية الكرسي، والإخلاص والمعوذتين، وغيرها من الآيات والأدعية، مع النفث على الصدر أو العضو المصاب، وإن جمع الإنسان كفيه ونفث فيهما بعد قراءة كل مقطع من هذه الآيات والأدعية ومسح بهما ما استطاع من جسده كله فهذا أبلغ في النفع وأقوى في التأثير بإذن الله تعالى.

- الاستمرار والمداومة على قراءة هذه الرقية (كل يوم، أو يومين، أو ثلاثة أيام) وعدم استعجال الشفاء.

- إذا شعرت أنك بحاجة ماسة إلى الرقية الشرعية بسبب ما تعانيه من أعراض بعض الأمراض، وأنت تجد العزوف والانصراف عنها، وكراهيتها وعدم الإقبال عليها، فاعلم أن ذلك بسبب الشيطان، لأجل أن يؤذيك في حياتك ونفسك ويمرضك في جسمك، ويمنعك من الخير وذكر الله وطاعته أطول وقت ممكن !! (فانتبه لهذه الحيلة).

- الابتاع وعدم الابتداع، والتوسع في مجال الرقية، فيكفي الأخذ بما ثبت عن النبي ﷺ من الرقى والدعوات، ففيها الخير والبركة، ولا حاجة للمزيد عليها أو القيام بأعمال وتعاويز فيها محاكاة للمشعوذين والسحرة.

- إنها خير هدية تقدمها لنفسك ولأهلك ولأولادك ، ولمن تحب لهم الخير ، للتحصن والحفظ أولاً ، وللعلاج وطلب الشفاء آخرأ ، وخاصة إذا رأيت من أحدهم تغيّراً مفاجئاً في سلوكه ، أو صحته ، أو نفسيته .

- إكمالاً لفائدة هذه الرقية لو استطاع المسلم والمسلمة قراءة سورة البقرة بكاملها كل يوم وفي جلسة واحدة ، لكان في ذلك خير كثير من تحصين النفس ضد وساوس الشيطان وتخذيذه ، وإزالة الهموم والأحزان ، ومساعدة لها في الشفاء العاجل مما ألمّ بها من مرض نفسي أو جسمي .

- أنت طبيب نفسك ! : وما دمت يا أخي قد اقتنعت بنفع وأهمية الرقية في حياتك فلست إذاً بحاجة إلى أن تذهب لأحد من الناس حتى يريقك، بل أنت تستطيع أن ترقى نفسك بنفسك، وهذا أفضل من عدة جوانب:

**أولاً:** أنه من تمام التوكل على الله سبحانه وتعالى ، وهو أن لا تطلب الشفاء والعافية إلا منه سبحانه وتعالى ، لأنها نوع من أنواع الدعاء .

**ثانياً:** أن رقية الإنسان لنفسه أدعى إلى الإخلاص وأكثر صدقاً في الالتجاء إلى الله والتضرع إليه، ومن ثم أكثر نفعاً وأسرع شفاء بإذن الله تعالى.

**ثالثاً :** لوجودها لديك في كل وقت تشاء من ليل ونهار ، بعكس أولئك الراقين الذين لهم أوقات معينة ، مع ما يحصل في الذهاب إليهم من حرج نفسي ، وتضييع الأوقات ، وإنفاق الأموال ، أما من له حالة خاصة أو مرض أتعبه ، فليذهب إلى أحد الرقاة الموثوقين ليساعده بإذن الله تعالى في الشفاء من مرضه .

### شروط الرقية :

- 1- أن تكون بكلام الله تبارك وتعالى أو بأسمائه وصفاته ، أو بالمأثور عن النبي ﷺ
- 2- أن تكون باللسان العربي الفصيح أو بما يُعرف معناه.
- 3- أن يعتقد الراقى أن الرقية لا تؤثر بذاتها ، بل بتقدير الله تعالى .
- 4- ألا تكون الرقية بهيئة محرمة أو بدعية ، كأن تكون الرقية في الحمّام ، أو في مقبرة ، أو أن يخصص الراقى وقتاً معيناً للرقية ، أو عند النظر في النجوم والكواكب ، أو أن يكون الراقى جُبّاً ، أو يأمر المريض أن يكون جنباً .
- 5- ألا تكون الرقية من ساحر أو كاهن أو عراف؛ لنهيهِ ﷺ عن إتيان هؤلاء أو تصديقهم .
- 6- ألا تشتمل الرقية على عبارات أو رموز محرمة، لأن الله لم يجعل دواءً في المحرّمات.

### أعراض ومظاهر تدل على الاحتياج للرقية :

هذه أعراض إن وجدت كلها أو بعضها ، أو حتى عرض واحد منها ، في اليقظة أو المنام ، بشكل غير معتاد ، كأن يكون متكرراً ، أو واضحاً في قوته ، فهذا يدل على أن الشخص بحاجة إلى الرقية الشرعية ، وإلى غيرها من الأدوية الطبية ، وزيارة العيادات النفسية ، وبمناسبة ذكر هذه الأعراض نحب أن ننبه على أمر مهم ، وهو أن ذكرنا لهذه الأعراض ليس من باب إلقاء الوهم والشك في النفس بوجود أي مرض كما قد يظن بعض الناس ، كلا ، فنحن لم نقصد بذكرها إلا غرضين :

الأول: عندما لا توجد لدى الإنسان هذه الأعراض أن يقوم بشكر ربه ويحمده على ما أنعم عليه من نعم كثيرة ، ومنها السلامة من مثل هذه الأمراض .

الثاني : إن وجدت لديه بعض تلك الأعراض وأراد العلاج (لنفسه أو لغيره) أن يكون ذلك عن طريق الرقية الشرعية والرقاة الموثوقين ، وليس عن طريق المشعوذين والسحرة والكهان ، لأن الذهاب إليهم محرم ، وقد يصل بالإنسان إلى الشرك ، نعوذ بالله من ذلك ، وإن كانوا يدّعون كذباً وخداعاً بأن لديهم العلاج الشافي والسريع لكل الأمراض فلنبتعد عنهم ولنحذر منهم ، أما أعراض ومظاهر المرض الروحي والنفسي فمنها :

- الصدود عن ذكر الله وعن الطاعات وخاصة الصلاة .  
- صداع دائم لا يكون له سبب عضوي حالات الغضب الشديد، وفقدان الإنسان لإرادته ولسانه.

- الشرود الذهني (كثرة النسيان بطريقة غير معتادة).  
- خمول في أنحاء الجسد مع كسل شديد وفتور في القوى .  
- حالات الأرق في الليل ، وعدم الخلود للنوم بسهولة .  
- الشعور بالقلق والحزن وضيق الصدر بصفة دائمة .  
- الميل إلى البكاء أو الضحك بدون سبب الأحلام المفزعة والكوابيس،  
الخلل الزائد ، وحب العزلة عن الناس .  
- كره الجلوس في البيت، أو مع الأهل والزوجة والأولاد ، أو التعامل معهم بقسوة وعنف وحدث المشكلات العائلية الكثيرة .  
- وقوع الإنسان في شي من التغيرات السلبية بعد أن كان متميزاً بالنجاح والاستقرار.

- أي مرض معين في عضو من أعضاء الجسم لم ينفع معه دواء معاصر أو علاج نفسي كالسرطان والتشنج والزكام والحساسية ... الخ .  
وقد يتبادر إلى الذهن أن الرقية خاصة بعلاج أمراض العين والسحر والمس ، وليس لها نفع أو تأثير في الشفاء من الأمراض الأخرى كالعضوية والنفسية والقلبية !! فهذا غير صحيح ، ومفهوم خاطئ عن الرقية يجب أن نصححه حتى نستفيد منها في علاج كل أمراضنا الحسية والمعنوية.

### هام قبل الاستماع لرقية العلاج بالقرآن بإذن الله :

أحضِر إناءً به ماء سبق تسخينه، ومضافاً إليه ما تيسر من هذه النباتات الآتية: (ورق سدر + ورق زيزفون ( تليو ) + ورق غار ) ، ولا يشترط لا الكم ولا الكيف ، وبالطريقة التي تناسبك ، ثم قرّب فيك منه ، واقرأ عليها : الفاتحة و آية الكرسي و ( قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ ) و ( قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ) ، والمعوذتين .. وكرر هذه السور الثلاث مرات، ثم اشرب من الماء ويفضل تبريده، واغتسل من باقي الماء بدون تبريد، والأفضل أن تغتسل في مكان طاهر (بعيداً عن الحمام)، الشرب من الماء كل يوم ، والاستحمام متى قدرت على ذلك .

### الرقية الشرعية :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ .. ( بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ . الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ . الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ . مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ . إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ . اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ . صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ) [الفاتحة : 7-1].

( الم . ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ . الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ . وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ . أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ) [البقرة : 1-5].

( وَاتَّبِعُوا مَا نَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكٍ سَلِيمٍ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَكِنَّ الشَّيَاطِينُ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّى يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ وَمَا هُمْ بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنْفَعُهُمْ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَقٍ وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنْفُسَهُمْ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ) [البقرة: 102].

( اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ . لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ . اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أُولَئِيَاوُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُمْ مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ ) [البقرة : 255-257].

( اللَّهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخَفَوْهُ يُحَاسِبُكُمْ بِهِ اللَّهُ فَيَغْفِرُ لِمَن يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ . آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ . لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ) [البقرة : 284-286].

( الم . اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ . نَزَّلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ مُصَدِّقًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهِ وَأَنزَلَ التَّوْرَةَ وَالْإِنْجِيلَ . مِنْ قَبْلِ هُدًى لِّلنَّاسِ وَأَنزَلَ الْفُرْقَانَ إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ ذُو انتِقَامٍ . إِنَّ اللَّهَ لَا يَخْفَى عَلَيْهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ ) [آل عمران : 1-5].

( إِنَّ الَّذِينَ يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّينَ بِغَيْرِ حَقٍّ وَيَقْتُلُونَ الَّذِينَ يَأْمُرُونَ بِالْقِسْطِ مِنَ النَّاسِ فَنَبِّئْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ . أُولَئِكَ الَّذِينَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَا لَهُمْ مِنْ نَاصِرِينَ ) [آل عمران : 21-22].

( وَلَهُ مَا سَكَنَ فِي اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ) [الأنعام : 13].  
( قَالَ فَاهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُونُ لَكَ أَنْ تَتَكَبَّرَ فِيهَا فَاخْرُجْ إِنَّكَ مِنَ الصَّاغِرِينَ ) [الأعراف : 13].

( إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُومُ مُسَخَّرَاتٌ بِأَمْرِهِ أَلَا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ . ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ . وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ ) [الأعراف : 54-56].

( وَأَوْحَيْنَا إِلَى مُوسَى أَنْ أَلْقِ عَصَاكَ فَإِذَا هِيَ تَلْقَفُ مَا يَأْفِكُونَ . فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ . فَعُلُّوا هُنَالِكَ وَانْقَلَبُوا صَاغِرِينَ ) [الأعراف : 117-119].  
( وَإِذْ يَعِدُكُمُ اللَّهُ إِحْدَى الطَّائِفَتَيْنِ أَنَّهَا لَكُمْ وَتَوَدُّونَ أَنَّ غَيْرَ ذَاتِ الشَّوْكَةِ تَكُونُ لَكُمْ وَيُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُحَقِّقَ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَيَقْطَعَ دَابِرَ الْكَافِرِينَ . لِيُحَقِّقَ الْحَقَّ وَيَبْطُلَ الْبَاطِلَ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ . إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَاسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّي مُمِدُّكُم بِآلِفٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُرَدِّينَ . وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَى وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِ قُلُوبُكُمْ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ) [الأنفال : 7-10].

( قَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخْزِهِمْ وَيَنْصُرْكُمْ عَلَيْهِمْ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ . وَيُذْهِبْ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ وَيَتُوبَ اللَّهُ عَلَى مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ) [التوبة : 14 ، 15].

( ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ جُنُودًا لَّمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ ) [التوبة : 26].  
( يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ) [يونس : 57].

( وَقَالَ فِرْعَوْنُ اانْتُونِي بِكُلِّ سَاحِرٍ عَلِيمٍ . فَلَمَّا جَاءَ السَّحَرَةُ قَالَ لَهُمْ مُوسَى أَلْقُوا مَا أَنْتُمْ مُلقُونَ . فَلَمَّا أَلْقَوْا قَالَ مُوسَى مَا جِئْتُمْ بِهِ السَّحَرُ إِنَّ اللَّهَ سَيَبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ . وَيُحَقِّقُ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ ) [يونس : 79-82].

( قَالَ لَهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ) [يوسف : 64].  
( قَالُوا يَا مُوسَى إِمَّا أَنْ تُلْقِيَ وَإِمَّا أَنْ نَكُونَ أَوَّلَ مَنْ أَلْقَى . قَالَ بَلْ أَلْقُوا فَإِذَا حِبالُهُمْ وَعَصِيُّهُمْ يُخَيَّلُ إِلَيْهِ مِنْ سِحْرِهِمْ أَنَّهَا تَسْعَى . فَأَوْجَسَ فِي نَفْسِهِ خِيفَةٌ مُّوسَى فُلْنَا لَا تَخَفُ إِنَّكَ أَنْتَ الْأَعْلَى . وَأَلْقَى مَا فِي يَمِينِكَ تَلْقَفُ مَا صَنَعُوا إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدٌ سَاحِرٌ وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَى ) [طه : 65-69].  
( وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْجِبَالِ فَقُلْ يَنْسِفُهَا رَبِّي نَسْفًا . فَيَذَرُهَا قَاعًا صَفْصَفًا . لَا تَرَى فِيهَا عِوَجًا وَلَا أَمْتًا ) [طه : 105 - 107].

( بَلْ نَقْذِفُ بِالْحَقِّ عَلَى الْبَاطِلِ فَيَدْمَغُهُ فَإِذَا هُوَ زَاهِقٌ وَلَكُمُ الْوَيْلُ مِمَّا تَصِفُونَ )  
[الأنبياء : 18].

( وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ . فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْعَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ ) [الأنبياء : 87 - 88].

( أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ . فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ . وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ . وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ )  
[المؤمنون : 115-118].

( وَقَدِمْنَا إِلَى مَا عَمِلُوا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَاهُ هَبَاءً مَنْثُورًا ) [الفرقان : 23].  
( يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ جَاءَتْكُمْ جُنُودٌ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا وَجُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَكَانَ اللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا . إِذْ جَاءُوكُمْ مِنْ فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونًا . هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَزُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا ) [الأحزاب : 9-11].

( وَالصَّافَاتِ صَفًّا . فَالزَّاجِرَاتِ زَجْرًا . فَالْثَّالِيَّاتِ ذِكْرًا . إِنَّ إِلَهُكُمْ لَوَاحِدٌ . رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشَارِقِ . إِنَّا زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بَزِينَةِ الْكَوَاكِبِ . وَحِفْظًا مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ مَارِدٍ . لَا يَسْمَعُونَ إِلَى الْمَلَأِ الْأَعْلَى وَيُقْفَذُونَ مِنْ كُلِّ جَانِبٍ . دُحُورًا وَلَهُمْ عَذَابٌ وَاصِبٌ . إِلَّا مَنْ خَطِفَ الْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ )  
[الصافات : 1-10].

( أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِّنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ . اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُّتَشَابِهًا مّتَابِعًا تَتَشَاعَرُ مِنْهُ جُودٌ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضِلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ . أَفَمَنْ يَتَّقِي بِوَجْهِهِ سُوءَ الْعَذَابِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَقِيلَ لِلظَّالِمِينَ ذُوقُوا مَا كُنْتُمْ تَكْسِبُونَ . كَذَّبَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَاتَّاهُمُ الْعَذَابُ مِنْ حَيْثُ لَا يَشْعُرُونَ . فَأَذَاقَهُمُ اللَّهُ الْخِزْيَ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَكْبَرُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ . وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ لَّعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ . قُرْآنًا عَرَبِيًّا غَيْرَ ذِي عِوَجٍ لَّعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ ) [الزمر : 22-28].

( فَسَنَذَكُرُونَ مَا أَقُولُ لَكُمْ وَأَفْوِضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ . فَوْقَاهُ اللَّهُ سَيِّئَاتٍ مَا مَكَرُوا وَحَاقَ بِآلِ فِرْعَوْنَ سُوءُ الْعَذَابِ . النَّارُ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا غُدُوًّا وَعَشِيًّا وَيَوْمَ تَقُومُ السَّاعَةُ أَدْخِلُوا آلَ فِرْعَوْنَ أَشَدَّ الْعَذَابِ . وَإِذْ يَتَحَاجُّونَ فِي النَّارِ فَيَقُولُ الضُّعَفَاءُ لِلَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا إِنَّا كُنَّا لَكُمْ تَبَعًا فُهِلْ أَنْتُمْ مُعْتُونٌ عَنَّا نَصِيبًا مِّنَ النَّارِ . قَالَ الَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا إِنَّا كُلٌّ فِيهَا إِنَّ اللَّهَ قَدْ حَكَمَ بَيْنَ الْعِبَادِ . وَقَالَ الَّذِينَ فِي النَّارِ لِخِزْنَةِ جَهَنَّمَ ادْعُوا رَبَّكُمْ يُخَفِّفْ عَنَّا يَوْمًا مِّنَ الْعَذَابِ . قَالُوا أَوْ لَمْ تُكُنْ تَأْتِيكُمْ رُسُلُكُمْ بِالْبَيِّنَاتِ قَالُوا بَلَى قَالُوا فَادْعُوا وَمَا دُعَاءُ الْكَافِرِينَ إِلَّا فِي ضَلَالٍ . إِنَّا لَنَنْصُرُ رُسُلَنَا وَالَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيَوْمَ يَقُومُ الْأَشْهَادُ . يَوْمَ لَا يَنْفَعُ الظَّالِمِينَ مَعَذِرَتُهُمْ وَلَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ ) [غافر : 44-52].



( لَوْ أَنزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَّرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لَضُرِبَهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ . هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ . هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ . هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ) [الحشر : 21-24].

( ثُمَّ ارْجِعِ الْبَصَرَ كَرَّتَيْنِ يَنْقَلِبْ إِلَيْكَ الْبَصَرُ خَاسِئًا وَهُوَ حَسِيرٌ . وَلَقَدْ زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِمَصَابِيحَ وَجَعَلْنَاهَا رُجُومًا لِلشَّيَاطِينِ وَأَعْتَدْنَا لَهُمْ عَذَابَ السَّعِيرِ ) [الملك: 3 - 4].

( وَإِنْ يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَيَقُولُونَ إِنَّهُ لَمَجْنُونٌ . وَمَا هُوَ إِلَّا ذِكْرٌ لِلْعَالَمِينَ ) [القلم: 51 - 52].

( وَالسَّمَاءَ ذَاتِ الْبُرُوجِ . وَالْيَوْمَ الْمَوْعُودِ . وَشَاهِدٍ وَمَشْهُودٍ . قُتِلَ أَصْحَابُ الْأُخْدُودِ . النَّارِ ذَاتِ الْوُقُودِ . إِذْ هُمْ عَلَيْهَا قُعُودٌ . وَهُمْ عَلَى مَا يَفْعَلُونَ بِالْمُؤْمِنِينَ شُهُودٌ . وَمَا نَقَمُوا مِنْهُمْ إِلَّا أَنْ يُؤْمِنُوا بِاللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ . الَّذِي لَهُ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ . إِنَّ الَّذِينَ فَتَنُوا الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ثُمَّ لَمْ يَتُوبُوا فَلَهُمْ عَذَابُ جَهَنَّمَ وَلَهُمْ عَذَابُ الْحَرِيقِ . إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْكَبِيرُ . إِنَّ بَطْشَ رَبِّكَ لَشَدِيدٌ . إِنَّهُ هُوَ يُبْدِي وَيُعِيدُ . وَهُوَ الْعَفُورُ الْودُودُ . ذُو الْعَرْشِ الْمَجِيدُ . فَعَالٌ لِّمَا يُرِيدُ . هَلْ أَتَاكَ حَدِيثُ الْجُنُودِ . فِرْعَوْنُ وَتَمُودَ . بَلِ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي تَكْذِيبٍ . وَاللَّهُ مِنْ وَرَائِهِمْ مُحِيطٌ . بَلْ هُوَ قُرْآنٌ مَّجِيدٌ . فِي لَوْحٍ مَّحْفُوظٍ ) [البروج : 1-22].

( إِذَا زُلْزِلَتِ الْأَرْضُ زِلْزَالَهَا . وَأَخْرَجَتِ الْأَرْضُ أَثْقَالَهَا . وَقَالَ الْإِنْسَانُ مَا لَهَا . يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا . بِأَنَّ رَبَّكَ أَوْحَى لَهَا . يَوْمَئِذٍ يَصُدُّرُ النَّاسُ أَشْتَاتًا لِّيُرَوْا أَعْمَالُهُمْ . فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ . وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ) [الزلزلة : 1-8].

( قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ . لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ . وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ . وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَّا عَبَدْتُمْ . وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ . لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ دِينِ ) [الكافرون : 1-6].

( قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ . اللَّهُ الصَّمَدُ . لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ . وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ) [الإخلاص : 1-4].

( قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ . مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ . وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ . وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ . وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ) [الفلق : 1-5].

( قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ . مَلِكِ النَّاسِ . إِلَهِ النَّاسِ . مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ . الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ . مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ) [الناس : 1-6].

#### ثم اقرأ التحصينات النبوية التالية :

- أسأَلُ اللهَ العَظِيمَ رَبَّ العَرْشِ العَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَنِي [سبع مرات] .
- أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ [

ثلاث مرات] .

- اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، أَذْهَبِ الْبَاسَ. وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا [ ثلاث مرات ] .
- حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ ، وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ [ سبع مرات ] .
- بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ [ ثلاث مرات ] .
- وتقرأ آيات الشفاء الست ، وهي :
- ( وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ ) [ التوبة : 14 ] .
- ( يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ) [ يونس : 57 ] .
- ( فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ ) [ النحل : 69 ] .
- ( وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ) [ الإسراء : 82 ] .
- ( وَإِذَا مَرَضْتُمْ فَهُوَ يُشْفِيكُمْ ) [ الشعراء : 80 ] .
- ( قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ ) [ فصلت : 44 ] .

وبالجملة : القرآن الكريم كله رقية ( إذا أريد به نية الشفاء والهداية ) .



## الفصل الرابع النباتات التي تؤثر على السرطان

( بحمد الله ) في هذا الفصل جملة من أشهر النباتات التي لها دور فعّال وخواص علاجية وشفائية لمرض السرطان- بإذن الله الشافي-<sup>(107)</sup>



### 1. حبة البركة :

E:Small garden femel flower

F:Nigella

L: Nigella arvenaia

روى البخاري عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ قال :

<sup>(107)</sup> النباتات الأربعة الأولى مذكورة بشيء من تفصيل ، ثم باقيها ذكرنا بُدأً بسيرة عنها .

« إِنَّ هَذِهِ الْحَبَّةَ السَّوْدَاءَ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا مِنَ السَّامِ . قُلْتُ : وَمَا السَّامُ ؟ قَالَ :  
« الْمَوْتُ » (108) .

وفي الصحيحين عن أبي هريرة أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ :  
« فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلَّا السَّامَ » (109) .

هو نبات قصير القامة لا يزيد طول قامته عن 3 م ، لها ساق منتصبة متفرعة وأوراق دقيقة عميقة القطع وأزهار زرقاء إلى رمادية وقرون وبذور مسننة ، وهو ينتمي لعائلة الشمر واليانسون، حتى إنه أحياناً يتم الخلط بينه وبين نبات الشمر، وتحتوي ثمرة النبات على كبسولة بداخلها بذور بيضاء ثلاثية الأبعاد والتي سرعان ما تتحول إلى اللون الأسود عند تعرضها للهواء ، موطنها غربي آسيا ولكنه يزرع في مناطق عديدة أخرى في شمال أفريقيا وآسيا ومنطقة البحر المتوسط والجزيرة العربية.

وللحبة السوداء أسماء أخرى، مثل حبة البركة ، الكراوية السوداء ، أو الكمون الأسود، وكذلك يسمونها في الهند بالكالونجي الأسود، وفي بلاد فارس القديمة عرفت باسم شونيز.

**المواد الفعالة في بذور الحبة السوداء :** تحتوي البذور على 40% من الزيت الثابت واحد من الصابونينات ( الميلائتين ) وحوالي 1.4% من الزيت الطيار ، زيت حبة البركة تحتوي على العديد من الأحماض الدهنية الأساسية ، وتحتوي حبة البركة على مادة النيجلون (وهي أحد مضادات الأكسدة الطبيعية) وكذلك الجلوتاثيون ، وتحتوي بذور حبة البركة على حمض الأرجينين .

وفي الطب القديم : قال عنها ابن سينا صاحب القانون : « والشونيز ( حبة البركة ) حريف مقطع للبلغم جلاء ، ويحلل الرياح والنفخ ، وتنقيته بالغة ويوضع مع الخل على البثور اللينة ويحل الأورام البلغمية والصلبة ومع الخل على القروح البلغمية والجرب المتقرح ، وينفع من الزكام وخصوصاً مسحوقاً ومجعولاً في صرة كتان ، يطلى على جبهة من به صداع ، وإذا نقع في الخل ليلة ثم سحق وأعطى للمريض يستنشقه نفع من الأوجاع المزمنة في الرأس لقتل الديدان ولو طلاء على السرة ، ويدر الطمث إذا استعمل أياماً ويسقى بالعسل والماء الحار للحصاة في المثانة والكلى» .

وجاء في تذكرة داود عن حبة البركة : « استعمال حبة البركة كل صباح مطبوخة بالزبيب يحمر البشرة ويصفيها ، ورماده يقطع البواسير طلاء ، وإن طبخ بزيت الزيتون وقطر الزيت في الأذن شفى من الزكام ، أو دهن به مقدم الرأس منع انحدار النزلات ، ومع الحنظل والشيخ يخرج طفيليات البطن طلاء على السرة ، وهو ترياق السموم حتى أن دخانه يطرد الهوام» .

(108) البخاري (5687) .

(109) البخاري (5688) ، ومسلم (2215) .

وفي الطب الحديث : هناك أكثر من 150 بحثاً، تم نشره مؤخراً في الدوريات العلمية المختلفة عن فوائد استخدام حبة البركة، والتي تؤكد على الفوائد العديدة التي ذكرها القدماء عن هذا النبات، ويأتي معظم هذه الأبحاث من أوروبا وتحديداً النمسا وألمانيا، والتي تأتي في مقدمة الدول الداعية لإحياء طب الأعشاب كطب بديل، وقد أثبتت التجارب الحديثة التي أجريت على الإنسان والحيوان أن للحبة السوداء تأثيراً موسعاً للشعب الهوائية، وتأثيراً مضاداً للميكروبات، وتأثيراً منظماً لضغط الدم، وتأثيراً مدرراً لإفراز المرارة ، وبما أن التأثير العلاجي للحبة السوداء يشمل عدداً كبيراً من الأمراض؛ فقد اتجه التفكير إلى احتمال وجود أثر منشط للمناعة فيها ، وهكذا ظهرت حبة البركة في مستحضرات طبية متنوعة بين أقراص وكبسولات وأشرطة وزيوت في العديد من الدول الأوروبية، وكذلك الولايات المتحدة، هذا بالإضافة إلى بلدان العالم العربي والإسلامي ، وأفادت الأنباء الواردة من كندا أن الدكتور الجراح أحمد القاضي : قد ابتكر مستحضراً طبياً جديداً وهو مزيج من حبة البركة والثوم ، قد أثبت فعاليته في التئام خلايا جسم الإنسان وتقوية جهازه المناعي .

#### فوائد الحبة السوداء في مكافحة السرطان :

قال الدكتور عبد الجواد الصاوي - عضو الهيئة العالمية للإعجاز العلمي في القرآن والسنة: أجرى الدكتور أحمد القاضي وزملاؤه بالولايات المتحدة الأمريكية أربعة أبحاث عن تأثير الحبة السوداء على جهاز المناعة في الإنسان وقد أجري البحث في دراستين كانت نتائج الدراسة الأولى: زيادة في نسبة الخلايا للمفاوية التائية المساعدة إلى الخلايا الكابحة بنسبة 55% وزيادة متوسطة في نشاط خلايا القاتل الطبيعي بنسبة 30% وقد أعيدت الدراسة مرة أخرى على مجموعة ثانية من المتطوعين، وذلك لوقوع معظم المتطوعين في الدراسة الأولى تحت ضغوط مؤثرة شخصية ومالية، وضغوط متعلقة بالعمل خلال فترة الدراسة، وذلك لتفادي عامل الضغوط (الإجهاد) على جهاز المناعة ، وقد أجريت الدراسة الثانية على ثمانية عشر متطوعاً ممن تبدو عليهم أمارات الصحة، وقد قسم المتطوعون إلى مجموعتين ، مجموعة تناولت الحبة السوداء بواقع جرام واحد مرتين يومياً، ومجموعة ضابطة تناولت الفحم المنشط بدلاً منها لمدة أربعة أسابيع، وقد غلفت عبوات بذور الحبة السوداء في كبسولات متشابهة تماماً مع عبوات الفحم، وقد ثبت من خلال هذا البحث أن للحبة السوداء أثراً مقوياً لوظائف المناعة، حيث ازدادت نسبة الخلايا للمفاوية التائية المساعدة إلى الخلايا التائية الكابحة إلى 72% في الوسط، وحدث تحسن في نشاط خلايا القاتل الطبيعي بنسبة 74% في المتوسط ، أما المجموعة الضابطة فحدث نقص 7% في نسبة الخلايا المساعدة إلى الكابحة، وحدث تحسن 42% في نشاط خلايا القاتل الطبيعي، وقد عزى هذا إلى قدرة الأغذية الطبيعية في إحداث أثراً في تقوية المناعة، بعد امتصاص الفحم للكيمويات السامة في الطعام المهضوم والشراب ؛ وقد جاءت نتائج بعض الدراسات الحديثة مؤكدة لنتائج أبحاث الدكتور أحمد القاضي منها:

نشرت مجلة « المناعة الدوائية » في عدد أغسطس 1995م بحثاً حول تأثير الحبة السوداء على الخلايا اللمفاوية المدمرة للخلايا السرطانية الإنسانية في الخارج على عدة مطفرات، وعلى نشاط البلعمة لخلايا الدم البيضاء متعددة النواة، وقد أثبت البحث تأثيراً منشطاً لمستخلص الحبة السوداء على استجابة الخلايا اللمفاوية لأنواع معينة من الخلايا السرطانية، كما أثبت البحث أيضاً أن مستخلص الحبة السوداء يزيد من إنتاج بعض الوسائط المناعية (انترلوكين 3) من الخلايا اللمفاوية البشرية، عندما زرعت مع نفس الخلايا السرطانية السابقة بدون إضافة أي منشطات أخرى . كما أثبت البحث أيضاً أن الحبة السوداء تزيد من إفراز (انترلوكين نوع 1 بيتا) مما يعني أن لها تأثيراً في تنشيط خلايا البلعمة.

كما نشرت مجلة المناعة الدوائية في عدد سبتمبر 2000م بحثاً عن التأثير الوقائي لزيت الحبة السوداء ضد الإصابة بالفيروس المضخم للخلايا في الفئران، حيث اختبر زيت الحبة السوداء كمضاد للفيروسات وقيست المناعة المكتسبة أثناء الفترة المبكرة من الإصابة بالفيروس وذلك بتحديد خلايا القاتل الطبيعي والخلايا البلعية الكبيرة وعملية البلعمة ، وبعد إعطاء زيت الحبة السوداء للفئران، وجد تثبيط واضح لمعدلات نمو الفيروس في الكبد والطحال بعد ثلاثة أيام من الإصابة، كما ازدادت معدلات الأجسام المضادة في المصل، ومع أنه انخفض كل من عدد ونشاط خلايا القاتل الطبيعي في اليوم الثالث من الإصابة، إلا أنه حدثت زيادة في أعداد الخلايا المساعدة التائية، وفي اليوم العاشر مع الإصابة لم يمكن تحديد أي معدل لوجود الفيروس في الكبد والطحال، بينما وجد بوضوح في مجموعة التحكم . وأظهرت هذه النتائج أن زيت الحبة السوداء له خاصية مضادة للفيروسات المضخمة للخلايا والتي قيست من خلال ازدياد وظيفة وعدد الخلايا اللمفاوية التائية المساعدة وزيادة الخلايا البلعية الكبيرة وتنشيط عملية البلعمة وزيادة إنتاج الإنترفيرون نوع جاما في المصل.

ونشرت مجلة السرطان الأوروبية في عدد أكتوبر 1999م بحثاً عن تأثير مركب الثيموكينون على سرطان المعدة في الفئران، وقد أثبت البحث أن الزيوت الطيارة في بذور الحبة السوداء يعد عاملاً كيميائياً قوياً واقياً ضد سرطان المعدة، وقد عزى هذا لأن لها تأثيراً مضاداً للأكسدة والالتهابات.

كما نشرت مجلة أبحاث مضادات السرطان في عدد مايو 1998م بحثاً عن مستخلصات الحبة السوداء كمضاد للأورام السرطانية، وأثبت البحث أن مركبات الثيموكينون والدايثيموكينون لهما تأثير مدمر على أنواع عديدة من الخلايا السرطانية البشرية.

ونشرت أيضاً مجلة الاثنو الدوائية في عدد أبريل عام 2000م بحثاً تطبيقياً آخر عن التأثيرات السمية والمناعية للمستخلص الإيثانولي من بذور الحبة السوداء وثبت أن له تأثيراً سميّاً قوياً على بعض الخلايا السرطانية وتأثيراً قوياً ومنشطاً للمناعة الخلوية.



ونشرت نفس المجلة في عدد نوفمبر 1999م بحثاً عن تأثير الثيموكينون على متلازمة فانكوني ونشاط الخلايا السرطانية في الفئران وأثبت البحث أن هذا المركب الموجود في الحبة السوداء له نشاط واضح مضاد للأورام.

ونشرت مجلة النباتات الطبية في عدد فبراير 1995م بحثاً عن تأثير زيت الحبة السوداء الثابت ومركب الثيموكينون على كرات الدم البيضاء، والأكسدة الفوقية للدهن في الأغشية المبطنية وثبت من خلال هذا البحث صحة الاستخدام الشعبي للحبة السوداء ومنتجاتها في علاج الروماتيزم والأمراض الالتهابية ذات العلاقة.

كما ثبت أيضاً في الدراسة التي نشرتها مجلة الحساسية في عدد مارس 1992م أن لمركب النيجيلون تأثيراً متوسطاً مثبطاً لإفراز الهستامين من الخلايا البلازمية.

ونشرت مجلة السرطان في عدد مارس 1992م بحثاً عن الخواص المضادة للأورام في بذور الحبة السوداء وأجرى البحث على خلايا سرطانية مسببة للاستسقاء.

وقد توقف نمو هذه الأورام تماماً داخل حيوانات التجارب بواسطة المواد الفعالة في بذور الحبة السوداء ، ويعتقد لحد كبير أن مستوى التأثير وصل للحمض النووي (دي.إن.إيه)

ونشرت مجلة الاثنو الدوائية في عدد فبراير 2002م بحثاً عن تأثير زيت الحبة السوداء على تليف الكبد الذي يحدث نتيجة الإصابة بالبلهارسيا المعوية في الفئران ، وأثبت البحث أن لهذا الزيت تأثيراً مضاداً لتدمير الخلايا الكبدية نتيجة الإصابة بديدان البلهارسيا، وقد تحسنت أنزيمات الكبد تحسناً ملحوظاً، وانكمشت بؤر الإصابة ببيوض الديدان في الكبد انكماشاً كبيراً، مما يعني أنه يمكن أن يكون لزيت الحبة السوداء دور في التحكم ضد التغيرات التي تحدثها الإصابة بديدان البلهارسيا المعوية، وذكر الباحثون أن هذا التحسن يمكن أن يعزي جزئياً إلى التحسن في جهاز مناعة العائل وإلى التأثير المضاد للأكسدة في هذا الزيت.

ونشرت مجلة إثنو الدوائية في عدد سبتمبر 1991م بحثاً عن التأثير المضاد للميكروبات في بذور الحبة السوداء ثبت من خلاله أن لها تأثيراً مثبطاً للجراثيم موجبة الجرام ممثلة في جراثيم المكورة الذهبية، والتي قتل النوع الخطير منها تحت الجلد عندما عولج بالمستخلص حقناً وكان له تأثير مباشر على عدد من الجراثيم سالبة الجرام، أو معاً ضد لبعض المضادات الحيوية ، وهناك عدة دراسات تعضد التأثير المضاد للبكتيريا في مستخلص الحبة السوداء وخصوصاً الجراثيم موجبة الجرام.

### وجه الإعجاز :

ووجه الإعجاز أنه ﷺ أخبرنا أن في الحبة السوداء شفاء لكل داء، ووردت كلمة شفاء في صيغ الأحاديث كلها غير معرفة بالألف واللام، وجاءت في سياق الإثبات فهي لذلك نكرة تعم في الغالب، وبالتالي يمكن أن نقول أن في الحبة السوداء نسبة من

الشفاء في كل داء ، وقد ثبت من خلال وصف الجهاز المناعة أنه النظام الوحيد والفريد الذي يمتلك السلاح المتخصص للقضاء على كل داء، إذ تقوم الخلايا البلعية بعد التهام الجراثيم الغازية وهضمها بعرض قطع البكتريا المتحللة (المستضد) على سطحها، ثم تلتصق بالخلايا للمفاوية لتعريفها على التركيب الدقيق للميكروب، فتحت كلاً من الخلايا البائية والخلايا التائية لإنتاج الأجسام المضادة، أو خلايا المتخصصة والخاصة بهذا المستضد الذي حفز إنتاجهما ، ويمتلك جدار الخلايا البائية حوالي 100 ألف جزئ من الأجسام المضادة، والذي يتفاعل بخصوصية عالية مع النوع الخاص الذي سببه المستضد عند الميكروب، وكذلك في الخلايا التائية حيث تكون المستقبلات البروتينية السطحية الكائنة في جدار الخلية للمفاوية والتي تسمى علامات الخلية ، متشابهة تماماً للأجسام المضادة، وتتحد الأجسام والخلايا التائية المتخصصة اتحاداً تاماً مع المستضد للميكروب فتبطل عمله أو تدمره، وبالتالي فهذه المناعة هي مناعة متخصصة لكل كائن غريب يوجد داخل الجسم فكل داء دواؤه المناسب ، وبما أنه لا توجد مادة مركبة أو بسيطة على وجه الأرض تملك خاصية المقدرة على التخلص من مسببات جميع الأمراض وشفائها حتى الآن فيما نعلم وتعمل عمل جهاز المناعة، فيمكننا القول بأنه الجهاز الوحيد الذي يملك تقديم شفاء من كل داء على وجه الحقيقة واليقين بما يحويه من نظام المناعة النوعية أو المكتسبة التي تمتلك إنشاء الأجسام المضادة، وتكوين سلاح الخلايا القاتلة والمحلة المتخصصة لكل كائن مسبب للمرض ، وهذا الجهاز هو مثل بقية الأجهزة ينتابه العطب والخلل والمرض، فقد يعمل بكامل طاقته وكفاءته أو بأقل حسب صحته وصحة مكوناته، فمادام هذا الجهاز سليماً معافى في الجسم يستطيع القضاء على كل داء بإذن الله .

## 2. الكركم :

E:Curcuma

F:Curcuma long

L: Curuma aromatica

أخرج الترمذي وغيره <sup>(110)</sup> من حديث عَنْ زَيْدِ بْنِ أَرْقَمٍ؛ قَالَ: «نَعَتَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ ذَاتِ الْجَنْبِ <sup>(111)</sup> وَرَسًا وَقُسْطًا وَزَيْتًا <sup>(112)</sup>، يُلَذُّ بِهِ <sup>(113)</sup>» .

<sup>(110)</sup> الحديث : أخرجه أحمد (372/4) ، والترمذي (2078-2079) ، والنسائي في سننه الكبرى (7588) ، وابن ماجه

(3467) ، والحاكم في المستدرک (201/4) .

<sup>(111)</sup> « ذات الجنب » في تفسيرها قال الحافظ ابن القيم: ذات الجنب عند الأطباء نوعان حقيقي وغير حقيقي، فالحقيقي ورم

حار يعرض في نواحي الجنب في الغشاء المستبطن للأضلاع، وغير الحقيقي ألم يشبهه يعرض في نواحي الجنب عن رياح غليظة

مؤذية تحقن بين الصفاقات فتحدث وجعاً قريباً من وجع ذات الجنب الحقيقي إلا أن الوجع في هذا القسم ممدود وفي الحقيقي

ناخس: قال: ويلزم ذات الجنب الحقيقي خمسة أعراض وهي الحمى والسعال والوجع الناحس وضيق النفس والنبض المشاري،

وفي حديث أم سلمة قالت:

« كَانَتْ النَّفْسَاءُ تَجْلِسُ عَلَى عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا ، فَكُنَّا نَطْلِي وَجُوهَنَا بِالْوَرَسِ مِنَ الْكَلْفِ » (114)

الورس هو الكركم ؛ فقد ذكر الشيخ داود بن عمر الأنطاكي ( المتوفى سنة 1008 هـ = 1600 م ) قال (115): الورس يُطلق عندنا على الكركم ، وقيل هو أصله ، وهو نبت يُزرع فيخرج عروق كالقطن وحمله كالسمسم ، تبقى شجرته عشرين سنة ، ... إلخ . مما سبق فإن الورس هو : ثمر أو حب نبات الكركم .. ، والكركم أصل الورس ، ويُستخرج مسحوق الكركم من الريزومات ، والله أعلم (116)

الكركم نبات عشبي معمر بجذوره ولكن أوراقه حولية وهو نبات منتصب له أوراق ذات أعناق طويلة تغمد الساق حيث يصل طول الورقة بعنقها حوالي متر أما نصل الورقة فيتراوح ما بين 30 - 50 سم طولاً و 7 - 8 سم عرضاً ولا يزيد عدد الأوراق على 10 أوراق، وللكركم رأس زهري يصل طوله إلى 15 سم وعرضه 5-7 سم ويحمل عدداً من الأزهار بلون أبيض مصفر وثمره النبات عبارة عن كبسولة ، والكركم المتعارف عليه والموجود في الأسواق هو عبارة عن جذامير ( ريزومات ) تكون على هيئة درنات صغيرة قرب سطح الأرض يتراوح طولها ما بين 5-8 سم

والعلاج الموجود في الحديث ليس هو لهذا القسم، لكن للقسم الثاني الكائن عن الريح الغليظة، فإن القسط البحري وهو العود الهندي على ما جاء مفسراً في أحاديث آخر صنف من القسط إذا دق دقاً ناعماً وخلط بالزيت المسخن وذلك به مكان الريح المذكور أولعق، كان دواء موافقاً لذلك نافعاً له محلاً لمادته مذهباً لها، مقوياً للأعضاء الباطنة مفتحاً للسدد، والعود المذكورة في منافعها كذلك. قال المسيحي: العود حار يابس قابض يجبس البطن ويقوي الأعضاء الباطنة ويطرد الريح ويفتح السدد، نافع من ذات الجنب، ويذهب فضل الرطوبة. والعود المذكور جيد للدماغ ، قال: ويجوز أن ينفع القسط من ذات الجنب الحقيقية أيضاً إذا كان حدوثها عن مادة بلغمية لا سيما في وقت انحطاط العلة .. انتهى كلامه وانظره مع المزيد في: زاد المعاد (81/4) ، الطب النبوي (ص 64-66) [ ..... قال الشهاوي رحمه الله :وتنطبق هذه العلامات على التهاب الغشاء المبطن للرنّة الذي يترافق بألم حاد شديد يتفاقم مع التنفس العميق أو السعال بالإضافة إلى سعال جاف وارتفاع حرارة وإنهاك القوى العامة وقد يتجمع في الغشاء سوائل في بعض الحالات . وفسر الترمذي في سننه ( بعد الحديث 2079 ) ذات الجنب بأنها : « السل ». وقال ابن الأثير الجزري في « النهاية في غريب الحديث والأثر » ( 1 / 302 ) : ذَاتُ الْجَنْبِ هِيَ الدَّبِيلَةُ والدَّمَلُ الْكَبِيرَةُ التّي تَظْهَرُ فِي بَاطِنِ الْجَنْبِ وَتَنْفَجِرُ إِلَى دَاخِلٍ وَقَلَمًا يَسْلُمُ صَاحِبُهَا وَذُو الْجَنْبِ الَّذِي يَشْتَكِي جَنْبَهُ بِسَبَبِ الدَّبِيلَةِ إِلَّا أَنَّ ذُوَ الْمَذْكُورِ وَذَاتُ الْمَوْثُوتِ وَصَارَتْ ذَاتُ الْجَنْبِ عَلَمًا لَهَا وَإِنْ كَانَتْ فِي الْأَصْلِ صِفَةً مُضَافَةً وَالْمَجْنُوبُ الَّذِي أَخَذَتْهُ ذَاتُ الْجَنْبِ ، وَقِيلَ أَرَادَ بِالْمَجْنُوبِ الَّذِي يَشْتَكِي جَنْبَهُ مُطْلَقًا .. انتهى.

(112) الورس : الكركم ، والقسط : القسط أو العود الهندي ، والزيت : زيت الزيتون .

(113) اللدود ما يسقى في أحد جانبي الفم ، والد بالضم هي الفعل ، وفي هذا إشارة إلى طريقة إعطاء الدواء للمريض عندما لا يتمكن غالباً من تناوله بيده، أو يرفض تناوله ، كما يحصل عند الأطفال غالباً ، فإذا رفض الطفل تناول الدواء فيجب إعطائه إياه عنوةً ، وذلك بفتح فمه وسقيه الدواء في أحد جانبي فمه، أما وضع الدواء في وسط فمه فقد يؤدي إلى اختناقه .

(114) الحديث صحيح ، أخرجه أحمد (300/6 ، 302 ) ، وأبو داود (311) ، والترمذي (139) ، وابن ماجه (648) ، والدارمي (955) ، والحاكم (175/1) ، والبيهقي (1503) ، وأبو يعلى (7023) ، والطبراني (370/23) .

(115) في كتابه « تذكرة أولي الألباب والجامع للعجب العجائب » (ج1/ص 339) .

(116) انظر كتاب « أغذية وأعشاب أوصى بها النبي ﷺ » تأليف مجدي محمد الشهاوي .

وسمكها حوالي 1.5 سم ذات لون أصفر محببة، ويوجد له أنواع عدة قد تصل إلى أكثر من 50 نوعاً .

- أسماؤه : وللكركم أسماء عدة فيعرف بـ « الهرد » وأصل هذه التسمية فارسية و« كركب » و« عقيد الهند » و« الورس » و« الزعفران الهندي<sup>(117)</sup> » و« الجدوار » و« عروق الصباغين » و« بقلة الخطاطيف ».

- مكونات الكركم الكيميائية : يحتوي الكركم على زيوت طيارة ويتكون هذا الزيت من حوالي 50 مركباً ولكن أهم هذه المركبات مجموعة تعرف باسم (كيتونات سيسكوتربينية) وهي تشكل 60% وتعرف هذه المجموعة باسم (تورميرونز) كما يحتوي الكركم على مجموعة أخرى هامة جداً تعرف باسم (كوركو مينيديز) ومن أهم مركبات هذه المجموعة مركب (الكركمين) كما يحتوي الكركم على خليط متجانس من الراتنج والزيت الطيار يعرف باسم (أوليورزن) وكذلك يحتوى على زيوت ثابتة (دهون) ومواد مرة وبروتين وسيلليبيوز وبننوزان ونشا ومعادن .

- الكركم في الطب القديم : قد عرف الكركم باسم الورس لدى العرب ، وقال صاحب كتاب الطب النبوي ، انه ينفع من الكلف والحكة والبثور الكائنة في سطح البدن إذا طلي به وله قوة قابضة صابغة، وإذا شرب منه وزن درهم نفع من الوباء وهو في مزاجه ومنافعه قريب من منافع القسط البحري، وإذا لطخ به على البهاق والحكة والبثور والسعفة نفع منها، وقد استخدمه العرب كمكسب للطعم والرائحة وكمادة ملونة لبعض المأكولات وخاصة الأرز وبعض الحلوى، كما استخدموه منبهاً وهاضماً ومدرراً للبول والصفراء وضد داء الحفر والرشح والآلام العظيمة واضطرابات المرارة ، وفي الهند وتايلاند واندونيسيا وماليزيا استخدم الكركم من مئات السنين كمادة متبلة وصابغة للأطعمة ويستخدم مسحوق الكركم في تايلاند لعلاج الدوخة والسيان وقرحة المعدة وفتح للشهية ومنعش وطارد للآرياح ومقبض ومضاد للإسهال ، كما يستخدم خارجياً لعلاج لسعات الحشرات ومرض القوباء الجلدية والجروح وموقف للنزيف وفي شد اللثة .

- الدراسات العلمية الحديثة التي تثبت فوائد الكركم : كان الهنود هم أول من أولى الكركم الدراسة البحثية لأن هذا النبات أحد أهم النباتات الاقتصادية في الهند، فقد بدأوا دراسته في السبعينات حيث أثبتوا فائدة المستخدمة في الطب الشعبي وأن له قوة عجيبة وبالأخص للجهاز الهضمي والكبد والصفراء، وبداية من عام 1971م إلى عام 1991م قامت دراسات بحثية على تأثير الكركم على مرض الروماتزم، وقارنوا تأثيره بتأثير الهيدروكورتيزون واثبتت الدراسة أن تأثير الكركم كان أقوى من تأثير الهيدروكورتيزون كعلاج للروماتزم والرموماتويد، وأنه مضاد للإلتهابات عن طريق خفض لمستوى الهستامين ويخفف من الآلام المصاحبة لها خاصة التهاب المفاصل، كما قامت دراسة أخرى على تأثير مركب الكوركومين<sup>(118)</sup> ، وأثبتت الدراسة أن الكوركومين يعد من أقوى المواد المضادة للميكروبات، كما ثبت أن له

(117) وهي تسمية فقط ، فالكركم نبات آخر مختلف تماماً عن الزعفران المعروف ..

(118) المركب الرئيسي والعنصر الفعال في الكركم .

تأثيراً قوياً كمادة مضادة للأكسدة أكثر من فيتامين (أي) ، كما قام الصينيون بعمل دراسة إكلينيكية على معدل الكلولستيرول في الدم وكذلك على تخثر الدم وتوصلوا إلى أن الكوركومين يخفض نسبة الكوليسترول ومضاد للتخثر بشكل جيد ومنع لتكوين جلطات، كما ثبت أن الكركم يزيد من افرازات الصفراء، وله قدرة عجيبة في حماية المعدة من القرحة والكبد من الأمراض وكذلك تخليص الكبد من سمومه الناتجة، ويفيد الكركم في علاج حصوة المرارة، فقد عملت دراسة على مركب الكركيومين حيث درس هذا المركب على الفئران واثبت جدواه لإذابة حصاة المرارة ، حيث يقوم مركب الكركمين على زيادة سيولة الصفراء الذي من شأنه منع تكون حصى المرارة ، ويستخدم الكركم على نطاق واسع في الهند وآسيا لعلاج القرحة ويقولون إن الكركم نعمة من الله على الفقراء فهو علاج القرحة عند الفقراء وبعد دراسات عملت في تايلندا وجد أن أخذ كبسولات محضرة من الكركم تحتوي على 250مليجرام بمعدل كبسولة ثلاث مرات يومياً تشفي القرحة ، كما ينصح به كعلاج طبيعي لالتهابات المفاصل ، وأكدت دراسة علمية لـ (المركز القومي للبحوث) في مصر ، أن نبات الكركم الذي يعتبر من التوابل المشهورة خاصة في البلاد العربية له فعالية كبيرة كعلاج مساعد لمرضى السكر ، حيث إنه مخفض لإفراز الأنسولين .

**- فائدة الكركم في علاج السرطان :** قد أشار الدراسة الحديثة التي نشرتها مجلة التغذية والسرطان إلى أن الكركم يتمتع بخصائص مضادة للسرطان، ويحمي الجسم من الأورام الخبيثة ، وأن مادة كوركومين، أثبتت فعاليتها ضد الإصابات السرطانية، وأوضحت أن هذه المادة مركب قوي مضاد للأكسدة يمنع تلف الخلايا المسببة للسرطان ، وأثبتت الدراسة أن الكركم يمنع حدوث طفرة لخلايا التي يسببها الدخان ، وتوصل الباحثون بعد دراسة العناصر الطبيعية التي تشجع الانتحار الذاتي للخلايا الخبيثة وتطويرها كجيل جديد من أدوية السرطان مثل السيلينيوم وفيتامين (أ) والشاي الأخضر وفيتامين (دي3)، إلى أن مادة كركيومين ، وهي خلاصة مضادة للأكسدة مستخلصة من بهار الكركم ذو الخصائص الصحية المتميزة هي الأكثر فعالية إذ أظهرت قدرة فريدة على تقليل الخلايا وتكسير المادة الوراثية (دي.إن.أيه) وإعاقة برمجة الإشارات الخلوية، وهذه المظاهر جميعها تشير إلى عملية الانتحار الذاتي، ويرى الباحثون أن على مرضى السرطان أن يتعاطوا ما بين 2000 و4000 مليغرام يومياً من خلاصة كركيومين مع وجبة غنية بالمغذيات، حيث تعمل هذه المادة على تجديد وظائف الكبد وحمايته من الأمراض التي تصيبه .

وفي أحدث ثلاثة كشوفات علمية لمكافحة السرطان عرضت ثلاثة فرق علمية لباحثين اميركيين وكنديين نتائج أبحاث مثيرة أمام اللقاء السنوي الثالث والعشرين بعد المائتين للجمعية الاميركية لأبحاث السرطان الذي انعقد في سان فرانسيسكو ، وتوصل الفريق الأول إلى استخدام (الكركم) في مكافحة أورام البروستاتا السرطانية ، بينما توصل الفريق الثاني إلى توظيف احد العقاقير المتداولة لعلاج جفاف الفم في الوقاية من سرطان الرئة لدى المدخنين المدمنين ، وأشارت النتائج الأولية للدراسة الأولى التي أجريت على خلايا بشرية مصابة بسرطان

البروستاتا، أن العلاج المزدوج بتوظيف تقنيات معززة مماثلة لعمليات الجسم البشري الطبيعية لمكافحة السرطان من جهة والكركم من جهة أخرى أدت إلى زيادة كفاءة تدمير الخلايا السرطانية (بمرتين إلى ثلاث مرات) بالمقارنة مع أي طريقة واحدة منفصلة للعلاج .

وفي أحدث دراسة نشرتها مجلة « الطب والبيولوجيا التجريبية » المتخصصة أثبت باحثون في المكسيك أن بالإمكان استخدام الكركم , كعامل واق من السرطان أو في البرنامج العلاجي المخصص لهذا المرض ، ووجد الباحثون بعد مراجعة مجموعة كبيرة من الدراسات الخيرية والأبحاث التي أجريت على الحيوانات، أن الزعفران لا يمنع فقط تشكل أورام سرطانية ، ولكنه قد يسبب تقلص و انكماش الأورام الموجودة, كما يزيد فعالية العلاج الكيميائي ويشجع آثاره المضادة للسرطان وأوضح الباحثون أن الفوائد الصحية للزعفران قد ترجع بصورة جزئية إلى محتواه العالي من المركبات التي تعرف (بالكاروتينويد) التي تشمل أيضاً مادتي (لايكوبين) و(بيتاكاروتين) كعوامل وقاية وعلاج من السرطان .

- استعمال الكركم خارجياً : أما بالنسبة للاستعمالات الكركم الخارجية فيستعمل المسحوق لعلاج الجروح الحديثة وذلك بذرّه فوق الجرح ، وبالنسبة للسع الحشرات تدهن بمرهم محضر من مسحوق الكركم مع الفازلين ، كما يستعمل نفس المرهم لمرض القوباء الجلدي وكذلك ضد الكلف وبعض البقع السوداء في الوجه والرقبة ، وبالنسبة لالتهاب اللثة وتقرحات الفم فيستعمل مغلي الكركم غرغرة .

- الجرعة وطريقة الاستخدام : الجرعات المأمونة للكركم هي ما بين نصف واحد جرام من مسحوق الكركم توزع على ثلاث جرعات في اليوم الواحد بين الوجبات أو ما بين 1 ونصف - 3 جرامات موزعة على اليوم تذاب كل جرعة في حليب دافئ ، أما إذا كان مركب الكركمين النقي هو الذي يستخدم فإن الجرعة تكون 1200 ملليجرام موزعة على ثلاث مرات في اليوم ، أما بالنسبة للكبسولات فإن كل كبسولة تحتوي على 300 ملليجرام حيث تؤخذ كبسولة واحدة ثلاث مرات يومياً ، وبالنسبة للخلاصة السائلة تؤخذ ملعقتان ثلاث مرات يومياً .

### 3. السفرجل :

E: Quince – tree

F: Coignassier, cognassier

L: Pyrus cydonia, cydonia nulgaris

شجرة مثمرة من فصيلة الورديات ، وموطنها الأصلي غرب آسيا ، وينمو هناك برياً ، وكان الرومان يقدرونه تقديراً كبيراً ، وكذلك الإغريق ، وقد عرف العرب السفرجل وتحدثت عنه كتبهم القديمة ، وورد في حديث للنبي ﷺ ، رواه ابن ماجة في سننه عن طلحة بن عبيد الله رضي الله عنه قال : دَخَلْتُ عَلَى النَّبِيِّ ﷺ وَبِيَدِهِ سَقَرَجَلَةٌ فَقَالَ :



« دُونُكَهَا يَا طَلْحَةَ فَإِنَّهَا تُجِمُّ الْفُؤَادَ » (119)

ورواه الطبراني من طريق آخر وقال : قَالَ : أَتَيْتُ النَّبِيَّ ﷺ وَهُوَ فِي جَمَاعَةٍ مِنْ أَصْحَابِهِ ، وَفِي يَدِهِ سَفَرَجَلَةٌ يَقْلُبُهَا ، فَلَمَّا جَلَسْتُ إِلَيْهِ دَحَى بِهَا نَحْوِي ، ثُمَّ قَالَ ﷺ : « دُونُكَهَا أَبَا مُحَمَّدٍ ، فَإِنَّهَا تَشْدُدُّ الْقَلْبَ ، وَتُطَيِّبُ النَّفْسَ ، وَتَذْهَبُ بِطَخَاوَةِ الصَّدْرِ » (120)

وقد ظهر من تحليل السفرجل أنه يحتوي على كثير من الأملاح الكلسية والمواد الهضمية وحامض التفاح وماء وبروتين وألياف سكر ومواد دهنية وبوتاس وفوسفور وكبريت وصودا وكلور وكلس ، ويحتوي أيضاً على وحدات حرارية ومقدار وفير من فيتامينات (أي. بي. سي. بي. بي. دي. إي) . ومن مميزات السفرجل أنه قابض ، منشط ، مقوي عام وفتح للشهية ، مسكن، معالج للمعدة والكبد، يشفي الإسهال المزمن يقوي القلب، يفيد المصابين بسل الأمعاء والصدر والنزيف المعوي والمعدي ويمنع القيء ويشفي من سيلان اللعاب والزكام الشديد ومن سيلان المهبل، والبذور غروية ويحضر منها مطبوعات توضع على الأورام فتحللها وتدخل في مركبات للقطرة، ومفيد للحوامل فأكله يحفظ الأجنة ويمنع الإجهاض ، ويزيل خشونة الصوت ومزيل للسعال والربو وباستعماله دهاناً يقطع تأثير العرق الزائد، وهو عموماً كثرة تستعمل مقوية للمعدة ، ومنشط للكبد، ويشفي من اليرقان والصداع ويزيل حرقان البول، ويستعمل كعطر لآثار العرق، وكثرة أكل الثمار تقوي البصر، وعند استعماله دهاناً يشفي الحكة والجرب، وعند مضغ لب الثمار فيشفي قروح الفم .

وقد أكدت الدكتورة سبهتي دارماناندا - مديرة المعهد الصيني للطب التقليدي أن السفرجل الياباني له فاعلية في علاج السرطان أفضل من جزر نبات سوفورا (121)

## الزنجبيل :

E: Daisy

F: Paquerette

L: Bellis perennis

هو نبات معمر ذو روزمات متشعبة ، من العائلة الجوزبيلية ويتبعها نحو 324 نوعاً ، وهو عشبي عطري له عدة سوق هوائية طويلة ، وورقه رمحي الشكل

(119) ابن ماجه (3369) ، والحاكم (5592 ، 8265) ، بسند ضعيف .

(120) الطبراني في الكبير (117/1) .

(121) من نباتات الطب الصيني **Sophora Root** = سوفورا روت ، يُعرف في الصين محلياً باسم **Shan Dou**

**Gen** = شاندوجين ، وهو نبات ذو فاعلية وكفاءة عالية في علاج السرطان ، في التصنيف النباتي يتبع العائلة البقولية **Leguminaceae** ، واسمه العلمي : **Radix Sophorae Tonkinensis** . وخلصت الأبحاث إلى أنه يفيد في علاج الكثير من الأمراض ، منها : التهاب الكبد الفيروسي والأمراض القلبية وأمراض الجلد ، كما أنه يسكن الحرارة وآلام التهاب الحلق والفم واللثة ، ويعالج الإمساك والانتفاخ والزيغ المعوي المصاحب لالتهاب القولون ، ويعالج الرئة والكحة ، ويُضاد السموم .

أخضر ويتفرع كالأصابع ، وزهره أصفر ذو شفاة أرجوانية، ويحتوى على زيت طيار ومواد فينولية وقلوانيات وله رائحة نفاذة وطعم لاذع ، وموطنه الأصلي جنوب شرق آسيا .

وقد ذكر في قوله تعالى: ( وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيلًا ) [ الإنسان

: 17 ] .

وروى الحافظ أبو نعيم الأصبهاني في كتاب « الطب النبوي » عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال :

«أهدى ملك الروم إلى رسول الله ﷺ جرة زنجبيل ، فأطعم كل إنسان قطعة ، وأطعمني قطعة» (122)

وقد عُرفَ الزنجبيلُ قديماً عند أطباء اليونان بأنه دواء عام النفع ، معرق ، مقوي للقلب، كما أنه هاضم وطارد للغازات ويستعمل الزنجبيل لتوسيع الأوعية الدموية، وزيادة العرق والشعور بالدفء وتلطيف الحرارة، وتقوية الطاقة الجنسية ، يستعمل منقوعه قبل الأكل كدواء قوي الفعل في القولون الروماتزمي أو النقرس ، ويستعمل أيضاً لبحة الصوت ، وذكر ابن سينا أن الزنجبيل يزيد في الحفظ ويجلو الرطوبة عن نواحي الرأس والحلق وينفع من سموم الهوام .

وفي الطب الحديث تبين أن الزنجبيل له خصائص مقوية ومطهرة ومضاد للحمى ، كما يستخدم لتوسيع الأوعية الدموية وزيادة العرق وللشعور بالدفء .

#### وعن فوائد الزنجبيل في علاج السرطان :

فقد استخدم عالمان من جامعة مينيسوتا مستخلصاً من نبات الزنجبيل على فئران مصابة بخلايا سرطانية مستنسخة من الإنسان ، وأصبحت غالبية تلك الفئران بأورام. إلا أنه عندما أطعمت تلك الفئران بمادة موجودة بالزنجبيل تجعله حريفاً أصيب عدد قليل من الفئران فقط بالأورام.

وأعلن الباحثون في جامعة ميتشجان في مقر رابطة أبحاث السرطان الأمريكية أن الاختبارات أظهرت أن الزنجبيل يقتل الخلايا السرطانية ، وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أن الزنجبيل، المستخدم كأحد التوابل وكمشروب ، لديه القدرة على وقف تحول الخلايا السرطانية إلى خلايا مقاومة للعلاج ، ومن المعروف أن الزنجبيل يساعد في علاج الغثيان وأنه له خصائص مضادة للالتهاب، لكن النتائج التي توصلت إليها الدراسة الأمريكية تمثل نافذة أمل جديدة لمرضى السرطان ، واستخدم الباحثون

(122) أخرجه الحاكم في المستدرک (7190) ، وابن عساکر في تاریخ دمشق (343/14) ، والطبرانی في الأوسط (2509) ، کثر العمال (14484) ، جامع الأحادیث (41833) ، و في مجمع الزوائد (45/5) قال الحافظ الميمني: رواه الطبرانی في الأوسط وفيه عمرو بن حکام وقد اقم بهذا الحديث وهو ضعيف .

قلت (الشهاوي) : عمرو بن حکام هو أبو عثمان البصري: قال البخاري: ليس بالقوى عندهم ، ضَعْفَه على. وقال ابن عدی: عامة ما يرويه غير متابع إلا أنه مع ضعفه يكتب حديثه. وقد علّق الذهبيُّ على الخبر في ميزان الاعتدال (254/3) فقال: هذا منكر من وجوه: أحدهما أنه لا يُعرف أن ملك الروم أهدى شيئا إلى النبي صلى الله عليه وسلم. وثانيهما: أن هدية الزنجبيل من الروم إلى الحجاز شيء ينكره العقل فهو نظير هدية التمر من الروم إلى المدينة النبوية.

مسحوق الزنجبيل، وهو الشكل الذي يباع به في متاجر العطارة، وقاموا بإذابته في محلول، ووضعوه على خلايا سرطانية في أعضاء تناسلية، واكتشف العلماء أن التجربة أدت إلى موت جميع الخلايا في جميع الاختبارات التي أجريت، لكن الأمر الذي أعطى مزيداً من الأمل هو الكيفية التي ماتت بها الخلايا، فقد أظهرت الاختبارات حدوث نوعين من موت الخلايا: الأول انتحار الخلايا السرطنة، والثاني يشبه الالتهم الذاتي.

وقالت معدة التقرير ربيكا ليو "غالبية مرضى سرطان المبيض يصابون بالمرض عدة مرات بحيث يصبح في النهاية مقاوماً للعلاج بالأدوية الكيميائية المرتبط بدفع الخلايا إلى الانتحار، وأضافت "إذا كان بإمكان الزنجبيل دفع الخلايا إلى التهام نفسها بالإضافة إلى التسبب في قتلها بانتحارها، فإنه ربما كان قادراً على التحايل على مقاومة الخلايا للعلاجات الكيميائية التقليدية".

#### 4. الهندباء :

E: Dandelion

F: Pissenlit

L: Tanacetum officinale

فوائده الطبية: يستعمل مستحلب جذور الهندباء مع الأوراق لمعالجة جميع إصابات الكبد وما ينتج عنها من اضطرابات في الهضم والدورة الدموية والبول السكري بما في ذلك الإصابة بحصاة المرارة والتهاب الكيس الصفراوي ويحسن الشهية، ويدر إفراز الصفراء، وينظم عمليات الكبد بجميع وظائفها الخاصة، ويلين للبطن ويدر البول، وبذلك ينقي الجسم من السموم والسوائل المتراكمة في أنسجته، ويسكن ألام النقرس في المفاصل والعضلات.

وأكد علماء في الحدائق الملكية في كيو بغرب لندن، بأن هذه النبتة زهرة رائعة وقد تحمل الأمل في القضاء على مرض السرطان الذي يحصد أرواح عشرات الآلاف كل عام.

#### 5. الونكا :

E: Periwinkle

F: Pervenche

L: Vinca rosea

فوائده الطبية : تخفيض الضغط العالي وضد الانقباضات والتأثير على القلب والتنفس، ولكن أهم التأثيرات الطبية التي اكتشفت لبعض هذه القلويدات، أن لها تأثير على نمو الخلايا السرطانية، وقد أجرى العالمان بيرو- ونوبل، من جامعة انتاريو بكندا تجارب على الحيوانات الخيرية، ولاحظا خلالها أن خلاصة نبات الونكا (123)

(123) الونكا تُستخدم باحتراس، ومن قبل المختصين فقط، والنبات ليس للاستخدام من كل أحد وأي أحد، وعموماً لا تُتراد الجرعة المستخدمة من النبات يومياً عن أربعة جرامات (4 جرام فقط)، يتم تقسيمها على مدار اليوم في جرعات صغيرة.

غير النقي يقلل أيضاً من نشاط نخاع العظم ، وعلى ذلك بدأ البحث في تأثيره على تكوين الكريات البيضاء ، وأثر ذلك على انتشار خلايا سرطان الدم (الوكيميا) . وأصدر مكتب براءات الاختراع التابع لأكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا براءة اختراع حول طريقة لإنتاج القلوانيات المضادة للسرطان من نبات الونكا المصري ، وذلك للدكتور مدحت محروس سيف النصر- والدكتور محمد كمال البحر- والدكتور محمد صفوت عبد السلام محمد ، ويتعلق هذا الاختراع بطريقة لإنتاج القلوانيات المضادة للسرطان من نبات الونكا المصري باستخدام مزارع الخلايا والأنسجة النباتية والجذور الشعرية ، كما يتم في إطار هذا الاختراع توظيف خط خلوي ذا إنتاجية عالية من القلوانيات المضادة للسرطان والموجودة في نبات الونكا لاستخدامه كبادئ للإنتاج في المفاعلات الحيوية ، كما يتم إنتاج الكالوس وخلايا معلقة معدلة وراثياً عن طريق النقل الوراثي باستخدام سلالات مختلفة من الأجيروباكتيريوم ، ويشتمل الطريقة على الشروط اللازمة لتحقيق أعلى إنتاجية من القلوانيات باستخدام الخطوط الخلوية الناتجة سواء من النبات الأصلي أو المعدل وراثياً ، كما يتعلق هذا الاختراع أيضاً بطريقة فصل وتجزئة المحتوى القلواني . ويؤخذ في الاعتبار أنه يحتمل انخفاض نسبة كرات الدم البيضاء إلى الحد الذي يلزم المتابعة .

## 6. الجنسج :

E: Ginseng

F: Ginseng

L: panax schseng

يعتبر الجنسج أهم العقاقير الموقية في الصين ، ويستعمل عندهم منذ آلاف السنين ، ويعتبره الصينيون شافية من مجموعة كبيرة من الأمراض (بإذن الله) ، وقد ثبت من خلال أبحاث المؤتمر الطبي العالمي المنعقد بمدينة سول سنة 1986م أنه يوجد بنبات الجنسج مادة فعالة تزيد من إفراز بعض الهرمونات الحيوية بالجسم بطريقة صحيحة أفضل من الهرمونات المخلقة ، ومن فوائد بعض الهرمونات تنشيط البنكرياس لإفراز الأنسولين لعلاج مرضى السكر ومقوي للنواحي الجنسية ، كما ثبت أن هذه المادة الفعالة المستخرجة من جذور الجنسج توقف انتشار الأورام السرطانية ، كما ثبت أن خلاصة هذا النبات تقوي المجهود العقلي والعضوي والذهني والتنفسي للجسم ، وله تأثير واقى من ترسب الكولسترول في الأوعية الدموية .

والنبات آمن الاستخدام وليس له آثار جانبية إذا ما رُوعي الالتزام بالجرعات الآمنة المحددة (124) ، فقد وجد أن الزيادة من تناول أكثر من 3 جرام يومياً تنشيط الجهاز المناعي وأنسجة الجسم ، وفي هذه الحالة يحتمل حدوث أضرار .

(124) الجرعة اليومية الآمنة المقترحة من الجينسينج كالتالي من نصف إلى 2 جرام من الجذور الجافة ، تقسم على دفعات على مدار

اليوم .

## 7. العرقسوس :

E: Liquorice

F: Reglisse

L: Glycyrrhiza glabra

المواد الفعالة فيه : تحتوي جذور العرقسوس على مادة صابونينية ( الغليسيريزين ) ذات طعم حلو تفوق درجة تسكرها أكثر من خمسين ضعف من السكر الناتج من قصب السكر وعسل النحل ونشا وماء وحمض الغياسيرين والأسيسارغين وأملاح البوتاس والكالسيوم وصبغات صفراء ، و الأدرينالين .  
فوائده الطبية: ينقي الصوت والقصة الهوائية ، ومفيد في حالة ضيق التنفس والسعال، ويوافق التهابات المعدة والكبد والمثانة وأوجاع الكلى ، وينفع في الحميات والمثانة ويدر البول بغزارة ، ويفيد في حالات آلام المفاصل وآلام بعض أمراض الحساسية والعيون والربو وأمراض الجلد .

### ومن فوائده في التأثير على الخلايا السرطانية :

أعلن المعهد الاقليمي للطب الصيني التقليدي أنه تم إضافة نبات العرقسوس إلى القائمة المطولة للأعشاب النباتية المستخدمة في الطب التقليدي لعلاج العديد من الأمراض ، وأوضح البروفيسور تشانغ هونغ - كبير الباحثين بالمعهد قائلاً : « إنه تم اكتشاف مادة منشطة في نبات العرقسوس تسمى (بيتا هيدروكسي) تتسم بفاعلية عالية في وقف نمو الخلايا السرطانية في الثدي والبروستاتا حيث تعمل تلك المادة على تثبيط نشاط البروتينات المسؤولة عن نمو وانقسام الخلايا السرطانية، وأن للعرقسوس خواص علاجية أخرى حيث ، يحتوى على مواد مضادة للالتهابات ولتخفيف حدة السعال ولرفع ضغط الدم لدى الأشخاص الذين يعانون من انخفاض الضغط» .

وفي عام 1955-1960م تم فصل مركب سيترويدي أطلق عليه اسم حمض الجلسرهيزيك من جذور نبات العرقسوس وقد تبين أن هذا الحمض يشبه في بنيته الكيميائية مركب الكورتيزون المعروف ، إلا أنه يتميز عنه بخلوه تماماً من الآثار الجانبية المعروفة عند التداوي بالكورتيزون خصوصاً لمدة طويلة .  
ويؤخذ في الاعتبار أن الكمية الكبيرة من تناول العرقسوس تتسبب في ارتفاع الضغط .

## 8. الحرجل :

E: Arghel

F: Arguel

L: Cynachum argel

كشفت دراسة علمية جديدة أجريت في جامعة جنوب الوادي المصرية أن نبات الحرجل المنتشر في المناطق الجبلية والصحراوية العربية يحتوي على مواد فعالة لعلاج الأمراض السرطانية والتشنجات العصبية ، وأفاد الدكتور عرفة إبراهيم حامد ، المشرف على إعداد الدراسة بأن الفريق العلمي المصري الإيطالي قد نجح

في فصل 50 مركباً فعالاً من نبات الحرجل حيث جرى استخدامه بنجاح في علاج العديد من حالات سرطان المعدة في السودان .

## 9. النعناع الصيني :

E: Mint

F: Menthe

L: Mintha

اكتشف أطباء بريطانيون، خلال سعيهم لإيجاد علاج لمرض السرطان، نوعاً من أوراق نبات النعناع الصيني الشهير تمتلك خواص تمكنها من تدمير الخلايا السرطانية، واستخدم الباحثون نوعاً من نبات النعناع لتصنيع مادة كيميائية تدمر الأوعية الدموية التي تقوم بتغذية الأورام السرطانية، مما يؤدي إلى موت خلايا تلك الأورام ، وقال البروفيسور الين مكنغوين - من جامعة سالفورد بشمال إنجلترا : « إن جميع أنواع السرطان تتطلب تغذية من الدم حتى يمكن للخلايا السرطانية النجاة والنمو، لذلك فإن تمكنا من استهداف وتدمير الأوعية الدموية، فسنحصل على معالجة يمكن تطبيقها على جميع أنواع السرطان لدى كل من البالغين والأطفال على حد سواء ، وفيما تعمل الطرق التقليدية في معالجة السرطان على محاولة تدمير الخلايا السرطانية نفسه، فإن المادة الجديدة لا تهاجم سوى الأوعية الدموية المرتبطة بالورم أو الأنسجة السرطانية بحرمانها من الأوكسجين والمواد المغذية لها » .

## 10. الأفسنتين

E: Absinth, worm wood

F: Absinthe

L: Artemisia absinthium

صرحت شركة الأدوية جينينتيك - ومقرها سان فرانسيسكو- أن عقارها التجريبي لمكافحة السرطان " أفاستين"، قد حصل على ترخيص خاص من إدارة الأغذية والعقاقير الأمريكية بدراسته على وجه السرعة، ومنح الترخيص يعني احتمال طرح العقار إلى الأسواق ، وبمصادقة إدارة الأغذية والعقاقير على عقار «أفاستين»، فإنه سيصبح أول دواء من فئة الأدوية التي تتوجه إلى تعطيل الأوعية الدموية المغذية للأورام ، مما يؤدي إلى توقف نموها، وكمؤشر أولي فقد تضاعفت قيمة أسهم الشركة منذ إعلانها عن نتائج اختبارات سريرية موسعة أظهرت دور العقار في إطالة عمر المصابين بسرطان القولون فترة خمسة أشهر، المرض الذي يحتل المرتبة الثانية بعد سرطان الرئة من حيث انتشاره في الولايات المتحدة الأمريكية، وتناهب الشركة الآن لاختبار "أفاستين" على أنواع أخرى من السرطان.

## 11. القمح وسنابله :

E: Wheat

F: Ble, froment



### L: Triticum vulgare

يعتقد باحثون أمريكيون أن القمح قد يكون سلاحاً فعالاً في محاربة السرطان



وأعراض أخرى ، وتوصل باحثون في جامعة كنساس سيتي في الولايات المتحدة إلى أن القمح غير المعالج يحتوي على مستويات عالية من المواد المضادة للأكسدة التي قد تساعد في الوقاية من سرطان القولون ، وكذلك أمراض أخرى مثل السكري وأمراض القلب ، وقال فريق من العلماء في قسم الكيمياء الحيوية في

جامعة كنساس سيتي إن هذه النتائج قد تساعدهم على إنتاج أنواع من القمح المعدل وراثياً يحتوي على كميات عالية من مواد كيميائية مضادة لمرض السرطان .

ومن مميزاته أنه علاج عشبي للسرطان لن يكلفك شيء ، حيث قال الأستاذ الطبي في كتابه (علاج السرطان والوقاية منه بالأعشاب) : « أثبتت وصفة علاج السرطان بعشبة القمح أفضل النتائج، إذ أن تناول هذه العشبة مع عسل النحل الطبيعي يوقف نمو الخلايا السرطانية ويعمل على قتلها - بإذن الله - وكذلك تقوية مناعة الجسم ضد هجمات من قبل أي خلايا سرطانية قد تنشأ في الجسم، وعشبة القمح لها في علاج السرطان نتيجة أفضل من المستحضرات والتراكيب الكيميائية التي تعمل على قتل الخلايا الطبيعية مع الخلايا الورمية الخبيثة ، أما عشب القمح فيقوم بإيقاف نمو السرطان ويعمل على مقاومة وإبادته إبادة كلية ؛ ثم استدل على حقيقة ذلك بذكر بعض الحالات التي استفادة من التداوي بعشبة القمح ، منها :

① نيويورك : برهن على جدارة العلاج بعشبة القمح أحد المرضى المصابين باللويميا ( سرطان الدم ) حيث أفاده هذا العلاج لدرجة الشفاء فيقول في رسالته التي وجهها إلى الناس : « كنت أتناول علاج عشب القمح بانتظام ، وعندي صندوق منه داخل المنزل واثنان خارجه ، وكانت نتائج هذا العلاج جيدة وهنا الأخبار ممتازة ، إذ بعد كل زيارتي اليائسة إلى المستشفى حيث الأشياء كانت تتحول باستمرار إلى الأسوأ أمل أنني قد وصلت في النهاية، ويوم الجمعة الماضي أجريت فحصاً للدم وكان تركيب دمي طبيعياً لا أعلم كم ستستمر هذا الحال ، ولكنني سوف أتابع تناول عشب القمح بانتظام لأن عندي أملاً كبيراً ، ووفقاً للطب العلمي لا شفاء لهذا المرض لكن تركيب دمي الآن يعطي البرهان على خطأ هذا القول».

② بعث أحد المستفيدين من هذا العلاج وهو من بنسلفانيا يقول «أعطى والدي أربعة شهور على استمراره في الحياة نتيجة إصابته بسرطان العظم ، وربما قد تمتد حياته إلى سنة ونصف إذا كان العلاج الكيميائي فعالاً ولكن سيكون ذلك مع الضعف ومع الألم ، ومع أنه كان يستهلك خمسة عشر نوعاً مختلفاً من العقاقير إلا أن كانت حالته تسير من سيئ إلى أسوأ ولم يكن باستطاعته أن يبرح الفراش وكنا نبحت يائسين عن جواب لكل هذا ، وأخيراً تعرفنا على نسخة من كتاب ( كن طبيب نفسك ) وداخلتنا الشكوك في بادئ الأمر ولكن لم يكن هناك من بديل ، وبعد مضي ثلاثة أسابيع على تناول اثنين وثلاثين جراماً ( أي ثلاثة أونصات) من عصير عشب القمح يومياً بالإضافة إلى البذور المنبهة والكثيرة من الطعام الطازج الحي (غير المطهو)

تمكن والدي من مغادرة المستشفى وانتصب على قدميه وأخذ يتجول ، وبعد زمن شعرنا بالاطمئنان وتخلصنا من جميع العقاقير، وخلال الشهر التالي أخذ والدي يستعيد وزنه دون أي ضرورة لمعالجة الألم ، وفي الأشهر التالية دخل في مرحلة زوال آلام السرطان وكذلك الخلايا السرطانية ، وعلمنا أننا على الطريق الصحيح، وأمام دهشة أطبائه أصبح والدي أقوى وأوفر صحة ، ويظهر شاباً أكثر من أي وقت مضى!، إننا نشكر الله لوصول والدي إلى شاطئ النجاة وشفائه .. (بفضله ثم ) بفضل ما وهبنا الله في الطبيعة من عشبة القمح» .

③ تقول أم لطفل أصيب بسرطان البلعوم واستخدامها لعلاج عشب القمح حيث تثبت في رسالتها قدرة عشب القمح على معالجة ابنها حتى الشفاء فتقول: «أصيب ابني بالسرطان وقد ظهر السرطان أولاً كتدرن تحت إبطه الأيسر وبعدها في العنق ، رفض في البدء إجراء عملية جراحية لكن في النهاية وافق على إجرائها بعد أن كان التورم قد أحدث فتحة في بلعومه وأخذ التقيح ينزف إلى معدته، كان كل شيء بالنسبة له مؤلم للغاية مما جعله في حالة تشبه الجنون ، في هذا الوقت كان أطباء الجراحة قد أبلغوني أنه قد فات الأوان لإجراء العملية بسبب إصابة أعصاب الدماغ ، وكان قد أخذ في تجربة العلاجات السرطانية ( الكيماوي والإشعاعي) ولكن التدرنات انتشرت وتصلبت بشكل مريع ، وإذ ذاك ذهب إلى مصحة في واشنطن هناك في المصحة زال الألم خلال الأسبوع الثاني ، وفي نهاية الأسبوع الثالث كان قد توقف نزف البلعوم ، ومع مرور الزمن أصبح مستعداً لمغادرة المصحة حين أخذت التدرنات تلين وتنقلص إلى نصف حجمها السابق، واليوم ابني في المنزل ولا يزال يتناول علاج عشب القمح<sup>(125)</sup> ، وقد زالت التدرنات من تحت إبطه والتورم البادي في عنقه أصبح صغير الحجم، وهو الآن في طريقه إلى الشفاء» (2)

يوجد في القمح والشعير سوبر إنزيم أكسيد ديسميوتاز الذي يرمز له بالرمز (أس.أو.دي) هو إنزيم يستعيد حيوية الخلايا، ويقلل سرعة تدميرها، وهو يقوم بمعادلة نوع من الذرات الحرة يسمى السوبر أكسيد، ويعد أكثر أنواع الذرات الحرة شيوعاً وربما أكثرها خطورة. كما أن هذا الأنزيم يساعد كثيراً على الاستفادة من معادن الزنك والنحاس والمنجنيز وتحليل مستويات الـ (أس.أو.دي) إلى الانخفاض التدريجي مع تقدم السن في الوقت الذي يزيد فيه إنتاج الذرات الحرة وقدرته كعلاج مضاد للشيخوخة.

<sup>(125)</sup> عشبة القمح هي سنابل القمح ، وطريقة تناولها:ضع في لتر ماء 10 عيدان من سنابل القمح أو ما يعادل 2 فنجان من السنابل المقطعة (العشبة بعد درس الحصول وجمعه) + ثلاثة ملاعق كبيرة حبة سوداء + ملعقة صغيرة قرنفل مطحون + ملعقة صغيرة نبات رعي الحمام ، وبعد نزولهم من على النار انتظر حتى تبرد ثم ضعهم بداخل إناء زجاجي في الثلاجة ، وتناول منها من كوبين إلى ثلاثة أكواب يومياً قبل الأكل بنصف ساعة أو بعد الأكل بساعتان، ويمكنك تحليتها بعسل، كما يمكنك إعادة تسخينها إذا شئت .

وفي الطب الشعبي أيضا يفيد القمح المُبرعم<sup>(126)</sup> في علاج السرطان ، كغذاء ودواء في آن واحد ، ويمكن أن تؤخذ منه كمية على شكل سلطة بمعدل أربع ملاعق عند الغداء ومثلها عند العشاء ، وهذه الجرعة للكبار ، ويكون عادة نصفها للصغار كما يمكن صنع عصير منها يصنع على عصارة الجزر بمعدل نصف فنجان قهوة صغير من عصير العشب يضاف مع أي عصير آخر مثل عصر الليمون أو التفاح الطازج مثلاً ، ويؤخذ مرة عند الغداء ومثلها عند العشاء .

### \* نباتات أخرى :

وهناك نباتات أخرى منها ما ثبت علمياً فائدتها في علاج السرطان ( بإذن الله )<sup>(127)</sup> ، وهي المذكورة بالقائمة التالية :

مسلسل	من الأسماء المعروفة	الإسم العلمي
1	أرقيون	Arctium tomentosum mil
2	أقحوان	Anthemis cotula
3	آس	Myrtus communis
4	أناناس	Ananas sativus
5	أرطاسيا	Artemisia glacialis
6	إكليل الملك	Melilotus officinalis
7	إكليل الجبل	Rosmarinus officinalis
8	إكليل بوقيصي	Spiraea ulmaris
9	أنجدان	Assfoetida
10	أدهاتودا	Justicia adh
11	أسد الأرض	Carlina asualis
12	أسلاب	Tropalum majus
13	أشنان	Anadasis aphylla
14	إهليج	Terminalia chebula
15	أوكالبتوس	Eucalyptus
16	أراك	Salvadora persica

<sup>(126)</sup> طريقة برعمة القمح : 1- يُغسل القمح جيدا . 2- ينقع لمدة 24 ساعة في الماء بدون غطاء . 3- يصفى من الماء ويغسل جيدا ويترك أيضا 6 ساعات بدون ماء . 4- وبعدئذ يُغسل ويترك حتى تتم عملية البرعمة ( تنبت أو خروج البراعم ) . 5- يحفظ في البراد (الثلاجة) ويؤكل بمعدل 50 إلى 60 جرام في اليوم للكبار ، وللأطفال 20 إلى 30 جرام .

<sup>(127)</sup> ننوه أولاً إلى أن هذه النباتات إذا ما تم تركيب بعضها في توليفة عشبية فيجب أن يتم هذا بمعرفة متخصص على دراية بمخصائص كل نبات والجرعة المناسبة منه ، وذلك لأن الكثير منها آمن بإذن الله ( إذا ما استخدمت مفردة ) ، أما إذا ما رُكبت هذه النباتات بطريقة خاطئة فإنه قد ينتج عنها تأثير سلبي على الجسم (وأحياناً أخطار)، فضلاً على أن النبات الواحد له عدة أسماء مترادفة ، وربما وضع البعض مرتين نفس النبات في التركيبة ظناً منه أن النبات غير نفسه ، باختلاف أسمائه وتشابه صفاته مع غيره ، فانتبه يرحمك الله ، وننصح الباحثين في هذه الحالة باللجوء إلى الاسم العلمي للعُشب .

Withania somnifera	أشوا فاندا	17
Heracium pilosella	أليسيتي	18
Archichos	أرخيقن	19
Andropogon shoenauthus	إنخر	20
Calendula officinalis	آزريون الحدائق	21
Digitalis purpurea	أصابع العذراء	22
Tragopogon pratensis	أمديان	23
Irsa	إيرسا	24
Scutellaria baicalensis	إسقولارية	25
Hydropiper, water pepper	بطباط مائي	26
Pistacia, pistachio	بوطم	27
Prunella vulgaris	برونيلا	28
Berberis vulgaris	بارباريس	29
Asphodelus	بروق	30
Viola odorata	بنفسج عطري	31
Ainhm usitatissimum	بذر الكتان	32
Matriaria chamomilla	بابونج	33
Atropa belladonna	بلادونا	34
Coffea arabica	بن	35
Cyemen persicum mill	بخور مريم	36
Origanum majorana	بردقوش	37
Sambucus nigra	بيلسيان	38
Pneumus boldus	بلودو	39
Belula alba	بيتولا بيضاء	40
Gossypium hebeceum	بذور القطن	41
Centaurea calctirapa	بوشويك	42
Vesbascum Thapsus	بوصير	43
Afimen	بادروج	44
Melissa officinelis	ترنجان	45
Rubus fruticosus	توت العليق	46
Ginkgo Biloba	جنكة	47
Lindera benzoin	جاوي	48
Teucrium chamaedrys	جعدة	49
Ulmus minor	جار الماء	50
Juglases regia	جوز	51

Galeopsis segetum	جملوج	52
Gentiana lutea	جنطيانا	53
Genista tinctoria	جنستا الصباغين	54
Galium odoratum	جويسة عطرية	55
Reichardia tingitana	جلوين	56
Curcuma zedoaria	جدوار	57
Borago Officinalis	حمحم	58
Trigonella foenum	حلبة	59
Peganum harmala	حرمل	60
Populus Nigra	حور	61
Solanum dulcamara	حلوة مرة	62
Oxalis acetosella	حميض	63
Chrysanthemum vulgare	حشيشة الشفاء	64
Angelica archangelica	حشيشة الملاك	65
Tussilago farfara	حشيشة السعال	66
Pulmonaria officinalis	حشيشة الرئة	67
Humulus lupulus	حشيشة الدينار	68
Potentilla tormentilla	حشيشة الأوز	69
Parietaria officinalis	حشيشة الزجاج	70
Ammi visnaga	خلة	71
Sempervivum tectorium	خرشوف	72
Brassicav	خردل	73
Ricinus communis	خروع	74
Lactuca stati	خزامي	75
Veratrum album	خربق أبيض	76
Lactuca virosa	خس بري	77
Erica cinerea	خلنج	78
Galium verum	خثرة	79
Althaea officinalis	خطمية	80
Sambucus Nigra	خمان أسود	81
Alpina purpurata	خولنجان	82
Coptis chinensis	خيوط ذهبي	83
Digitalis purpurea	دجتال	84
Prunus persica	دراق	85
Dictamnus albus	درايدار	86

Rauwalfia serpentina	راوولفيا	87
Alchemilla Valgaris	رجل الأسد	88
Rheum Palmatum	راوند	89
Lnula Spp	راش	90
Lepidium sativum	رشاد	91
Ocimum basilicum	ريحان	92
Verbena officinalis	رعي حمام	93
Hysspus officinalis	زوفا	94
Anemone coronaria	زهر النعمان	95
Arnica Montana	زهر الربيع	96
Helianthus Annuus	زهر دوار الشمس	97
Veronica officinalis	زهر الحواشي	98
Crataegus otyacontha	ز عتر	99
Canvallaria majulis	زنبق الوادي	101
Cleome africanum Botsch	زيتية	102
Crocus sativus	زعفران	103
Symphytum Officinalis	سنفيتون مخزني	104
Cassia asutifolia	سنامكي	105
Ruta graviolens	سذاب	106
Quercus rubor	سنديان	107
Silybum	سلبين	108
Rhus coriaria	سُمّاق	109
Groundsel	سنانير	110
Colchicum autumnale	سورنجان	111
Colsa	سلجم	112
Lonicera japonica	سلطان الجبل	113
Cleome droserifolia	سموة	114
Hordeum vulgare	شعير	115
Avena Sativa	شوفان	116
Anethum graveolens	شبت	117
Foeniculum Officinalis	شمر	118
Beta vulgaaris	شمندر	119
Buxus sempervirens	شمشير	120
Fumaria officinalis	شاهترج	121
Erigeron canadensis	شيخ الربيع	122



Cnicus benedictus	الشوك المبارك	123
Corylus avellana	شجرة البندق	124
Sophora japonica	شجرة الهيكل الصفراء	125
BLEPHARIS Ciliaris	شوك الضب	126
Artemisia inculta	شيخ جبلى	127
Crataegus oxycanthus	شوكة بيضاء	128
Cpuntia ficus indica	صبر	129
Bine	صنوبر	130
Hipophae ramnoides	صفصاف شائك	131
Clematis recta	ظيان	132
Glycyrrhiza Spp	عرقسوس	133
Anagallis arvensis	عين القط	134
Arcostaphylos Ura	عنب الدب	135
Lycium chinese	عرق الصيني	136
Chelidonium Majus	عروق الصباغين	137
Solidago virgaurea	عصا الذهب	138
polygonum	عصا الراعي	139
Adonis autumnalis	عرف الديك	140
Heracleum sphondylium	عُشبة هرقل	141
Smilax	عُشبة حمراء	142
Filipendula	عُشبة النحل	143
Gratiola officinale	عُشبة الفقراء	144
Saxifraga granulata	عُشبة الصخور	145
Arnebia hispidissima	عطان	146
Alhagi maurorum Medic	عاقول	147
Ballota nigro	عُصيفة	148
Laurus Nobilis	غار	149
Agrimonia Spp	غافت	150
Ribia tinctorum	فوة	151
Areca catechy	فوفل	152
Anthyllis vulneraria	فصة	153
Raphanus raphanistrum	فجل أسود	154
Urtica dioica	قراص	155
Cinnamomum cassia	قرفة	156
Eugenia caciophyllata	قرنفل	157

Centaurea cyanus	قنطريون عنبري	158
Costus	قسط	159
Cnicus benedictus	قُصوان	160
Hibiscus Sabdariffa	كر كديه	161
Cincona succirubia	كينا	162
Adiantum Capillus Veneris	كزبرة البئر	163
Castanea sativa	كستناء	164
Capsella Bursa - Pastoris	كيس الراعي	165
Ribes Nigrum	كشمش أسود	166
Hedera helix	لبلاب	167
Capparis spinosa	لصاف	168
Lamium album	لاميوم	169
Trifolium arvense	لاغورس	170
Moringa	لؤلؤية	171
Plantago Spp	لسان الحمل	172
Prunus virginiana	محب	173
Salvia	مريمية	174
Galega officinalis	مُدرة	175
Fraxnus excelsior	مَران	176
Cressa cretica	مليح	177
Heracium pilosella	مروش أورطا	178
Alisma plantagoaquatica	مزمارة الراعي	179
Stellaria media	نجمية	180
Taraxacum officinalis	هندباء برية	181
Viscum album	هدال	182
Asparagus officinalis	هليون	183
Hypericum Perforatum	هيبوفاريقيون	184
Acorus calamus	وَج	185
Vinca rosea	ونكا	186
Curcubita maxima	يقطين	187

- وإستكمالاً لتمام الفائدة بإذن الله ، نذكر في هذا المقام بحث مُعتبر لطرق الحصول على دواء جديد من أصل نباتي باستعمال المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي ، لدكتور الروماني / أوفيدوبو جور . (128)

(128) يمكن تجاوزه لغير الباحثين أو المهتمين بعلم النبات وتصنيع الدواء ، ( ومن الأفضل قرأته لتمام الفائدة ) .

قال: لا شك أن العقاقير النباتية ستظل أحد ثلاثة مصادر رئيسية للمواد الخام التي يمكن الحصول منها على الأدوية خلال الألف عام القادمة، وهذه المصادر هي :-

1. مواد من أصل خلايا حيوانية أو بشرية.
  2. مواد من أصل خلايا نباتية.
  3. مواد مصنعة (إما بتقليد مركبات موجودة بالفعل أو ببتكرها الإنسان).
- كما لا يجب إغفال المعادن كمصدر ثانوي، خاصة العناصر المنشطة التي تساعد على النمو، وتستخدم العقاقير النباتية الآن في جميع دول العالم بغض النظر عن مدى تقدمها.
- إذ أن الاختلاف الوحيد بين هذه الدول هو مدى استخدامها لهذه العقاقير وطريقة هذا الاستخدام، فنجد أن نسبة العقاقير التي تحتوي على مواد طبيعية فعالة في الدول المتقدمة تصل إلى ما يتراوح بين 30% و 50%، بينما تصل هذه النسبة في الدول النامية إلى 80%.
- وهناك فرق آخر، فالطب الحديث أو ما يطلق عليه (الطب العلمي) يفضل المواد الخالصة الفعالة وهي تسمى أيضاً المبادئ الفعالة، بينما يفضل الطب الشعبي المستخرجات النباتية (أي مجموع عدة مواد فعالة).
- وهذا الفرق هو أيضاً نتيجة للأسس التي تقوم عليها المناهج الطبية وهل هذه الأسس نظرية أم فلسفية.
- ونود في البداية أن نشدد على حقيقة نعتبرها في غاية الأهمية " لا يمكن أن نحكم على نظام علاجي معين بالصلاحيات أو بالفشل بتطبيق مقاييس نظام علاجي آخر، فإذا فعلنا ذلك، وقعنا في خطأ أساسي، وبمعنى آخر لا يمكن تقويم أي نظام علاجي من حيث كفاءته أو قصوره إذا لم نعرف الأساس النظري الذي يقوم عليه هذا النظام، والسبب الذي يحدونا إلى التشديد على هذه النقطة بالذات هو أن الباحثين في مجال العقاقير في الدول الصناعية يحاولون دائماً وصف خصائص دواء معين، أو علاج شعبي معين بطريقة شخصية ومن جانب واحد باستخدام طرق البحث والتحقيق الخاصة بنظام العلاج عندهم، وما نريد أن نعرضه في هذا البحث هو الطرق الواجب اتباعها للحصول على دواء من أصل نباتي على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي وذلك باستخدام طرق البحث الفنية الحديثة، أخذين المبادئ الأساسية لهذا النوع من الطب في عين الاعتبار، ولهذا السبب اخترنا مراحل معينة، وركزنا على المفاهيم الأساسية المشتركة بين سائر أنواع المناهج الطبية، وأرجو أن تصحوا لي ما قد أقع فيه من أخطاء، وليكن الهدف من أي اقتراح يطرح بهذا الخصوص هو إنجاح هذا المؤتمر الذي يسعى إلى مساعدة المرضى .
1. مرحلة الأعداد للدواء الجديد :

بصرف النظر عن أوجه الاختلاف بين أنواع الطب، أعتقد أنه لا يوجد خلاف على أن أي دواء جديد لا بد أن يكون أكثر فعالية وأقل ضرراً من الدواء السابق عندما يعطى بجرعات معقولة، ومن المواصفات التي يجب أن تتوفر أيضاً لمثل هذا الدواء الجديد أن يكون قابلاً للإنتاج على نطاق واسع وسهل التناول (بالنسبة للأطفال وكبار السن وللمصابين بأمراض خطيرة)، كما يجب أن يتوفر بأسعار من شأنها أن يكون متاحاً لأكثر عدد ممكن من المرضى، وأرجو أن توافقوني عندما أقول إن الأساس الذي يجب أن تركز عليه محاولات إنتاج أعداد أو تركيب دواء جديد، وتقدير طريقة تناوله والجمع بينه وبين أي أساليب أخرى للعلاج هو الحكمة القائلة: " لا توجد أمراض ولكن يوجد مرضى " ونحن بذلك لا نقصد الإساءة إلي القائمين على أمر صناعة الدواء ورجال أعماله، وإنما نقصد استرعاء أنظار الأطباء إلى ضرورة الاهتمام بكل فرد مريض بصفته الشخصية، وبكل ما يميزه عن غيره من وظائف جسمانية ونفسية على درجة كبيرة من التعقيد، وستجدون بالشكل التوضيحي الملحق بهذا البحث جميع المراحل الأساسية التي ينبغي اتباعها للحصول على دواء ذي أصل نباتي. ولا أنوي عرض هذه المراحل حسب تسلسلها الزمني، حيث يمكن الاطلاع عليها ودراستها في المجلد الذي سيضم أعمال هذا المؤتمر، ومع ذلك، اسمحوا لي أن أكتفي بعرض الجوانب الرئيسية اللازمة للحصول على دواء نباتي بنوعية جيدة؛ أولى هذه المراحل هي استنباط الصيغة الملائمة لأعداد هذا الدواء وحيث إنه دواء يقوم على أساس مبادئ الطب الشعبي، ينبغي على فريق المتخصصين أن يكونوا على بينة تامة من مبادئ نوع الطب الشعبي الذي يعنيه، سواء كان طباً إسلامياً أو عربياً أو هندياً (أيورفيديك) أو يونانياً أو صينياً أو سيد هاوياً أو غير ذلك من مناهج الطب القديم، وينبغي لذلك استخدام جميع مصادر المعلومات التي يمكن التوصل إليها، (كالرسائل القديمة والحديثة والمخطوطات والمعلومات) التي يتم جمعها من الذين يستخدمون العقاقير النباتية في الوقت الحالي، أو من هؤلاء الذين يمارسون الطب الشعبي حالياً، وهذا المصدر الأخير بالذات من أصعب المصادر التي يمكن التوصل إليها، حيث تبقى هذه المعلومات سرّاً تنتقله الأجيال جيلاً بعد جيل، ويمكن مقارنة هذه المعلومات بما نعرفه عن أصول الطب على ألا تكون لهذه المقارنة أي تأثيرات سلبية، هذه المرحلة الأولى،

إذاً، هو ما يمكن أن نسميه البحث الأساسي حسب قواعد البحث العلمي، وهي تعني ضمناً مرحلة الإبداع والفلسفة والتحليل المنطقي وإيجاد العلاقات والتماس الإلهام.

## 2. المادة الخام :

يمكن الحصول على المادة الخام اللازمة لإنتاج دواء جديد ذي أصل نباتي من النباتات أو المستنبطات التي تنمو تلقائياً في الوقت الحاضر، أما في المستقبل فيجب أن يشتمل تخطيطنا على الأنسجة والخلايا المستنبطة في المختبرات، وفيما يختص بالمادة الخام- أي النباتات الطبية- أود أن ألفت الانتباه إلى ناحيتين هامتين :

**أ-** إن الكمية الموجودة حالياً من النباتات التي تنمو تلقائياً محدودة للغاية، خاصة تلك الأنواع التي تستخدم على نطاق واسع، فتجار النباتات الطبية في سعيهم وراء

تحقيق الأرباح الطائلة بعد شرائها بأبخص الأثمان ، لا يهتمهم في شيء الحفاظ على المناطق الريفية، وإنما يهتمهم فقط استغلال الكميات المتوفرة الآن في مختلف المناطق الجغرافية، حيث تنمو هذه النباتات بأقصى ما يستطيعون ، وقلائل جداً هم الذين يفكرون جدياً في حماية أنواع النباتات من الانقراض والحفاظ عليها لأجيال المستقبل ، إن النباتات الطبية جزءاً من نظاماً بيئياً ، إذا اختل توازنه بسبب الاستغلال الأهوج كان لذلك عواقب وخيمة على العوامل الأخرى في هذا النظام ، ولقد توصلنا في رومانيا إلى طريقة لتقويم كمي وكيفي لمصادر النباتات الطبية خلال الثلاثين سنة الماضية، واستهدفت هذه الطريقة التي أطلق عليها " التنظيم الاقتصادي للنباتات الطبية التلقائية النمو " حصر الكميات المتوفرة من المادة الخام مع مراعاة المحافظة على توازن البيئة الطبيعية ، ويتم في الوقت الحالي استغلال الثروة النباتية الطبية بطريقة منظمة، بحيث لا يتكرر جمع هذه النباتات من نفس المنطقة إلا بعد مرور بضع سنوات تسمح بأن تسترد الأرض ما فقدته ، وإلى جانب ذلك أصبح إجبارياً أن يبذر الحقل ببذور نوع معين من النباتات إذا كانت أوراق هذه النباتات أو جذورها أو جذمورها (سيقانها الأرضية الشبيهة بالجذور ) قد جمعت بأكملها .

#### ب- المستنباتات:

وهي المصدر الثاني للمادة الخام، ولهذه المستنباتات ميزات هامة تتفوق بها على النباتات التي تنمو تلقائياً ، فعملية الاستنبات يمكن أن تبرمج بحيث تتم على سبيل التفصيل بجوار المصنع الذي يجهز المستنبت لأغراض صناعة العقاقير المطلوبة، كما أن المصنع سوف يستخدم لتكاثر هذه المستنباتات مواد أرقى من الناحية الوراثية ومن وجهة نظر الكيمياء النباتية ، ويتصف البحث العلمي في هذه المرحلة بأنه أساسي وتطبيقي، ونعتقد أن زراعة النباتات الطبية والأروماتية (ذات الرائحة العطرة) ، وخاصة في البلاد النامية تمثل خط البداية في تأمين مصدر للحصول على المواد الخام ، وسواء كان التخطيط لطاقة إنتاجية صغيرة أو متوسطة أو كبيرة فإن الحد الأدنى لتأمين مصادر المواد الخام هو عشر سنوات .

#### ت- توحيد معايير المادة الخام :

من الأمور اللازمة لإنتاج دواء نباتي ضمان الحصول على كميات من المادة الخام ذات النوعية الممتازة، على أن يكون تركيبها الكيميائي ثابتاً بقدر الإمكان ، وتتوقف نوعية الدواء على توقيت جمع النبات وظروف تجفيفه وتخزينه ومدة فاعليته (أي تاريخ انتهاء صلاحيته) ، كما تتوقف على درجة نقائه ومدى احتوائه على عناصر فعالة إلى غير ذلك من العوامل، والبحث في هذا المجال يعتبر عملياً أكثر منه نظرياً ، وتختلف معايير النوعية من نبات إلى آخر ومن بلد إلى بلد ، لذلك يجب أن يحدد المتخصصون المعايير المطلوبة، مع مراعاة النواحي الاقتصادية أيضاً ، إن توحيد معايير المادة الخام ضروري من أجل ضمان التوصل إلى دواء يمكن إنتاجه بمواصفات ثابتة .

#### ث- التكنولوجيا الدوائية اللازمة لصناعة دواء نباتي جديد:

الطرق المعتادة لتناول العقاقير النباتية هي إما غليها في الماء لاستخلاص موادها الفعالة، أو نقعها في ماء ساخن، أو صنع مراهم منها، وكل العقاقير التي تعالج بهذه الطرق تحتوي على مجموعات من العناصر الفعالة لا على مواد خالصة، وهناك عدد كبير من العقاقير النباتية يمكن تناولها كما هي (ومنها النباتات التي تحتوي على شبه القلويات والجلوكوسيد والصابونين وحامض التنيك والانثوسيانين والفيتامينات والزيوت المركزة وعناصر فعالة أخرى)، وتتراوح الجرعات اليومية المطلوبة منها لتأمين العلاج ما بين جرام واحد وأربعة جرامات، ولقد أثبتت الأبحاث التي قمنا بإجرائها أو التي أجراها غيرنا من الباحثين أنه عند تناول هذه النباتات على شكل مسحوق فإن موادها الفعالة تذهب مباشرة إلى العصير المعدي، حيث إن قدرة المعدة والأمعاء على الامتصاص في هذه الحالة تفوق قدرتهما على امتصاص منقوع النبات أو المستخلص منه بالإغلاء، نظراً لأن المسحوق ينتشر على مساحة أوسع؛ ومن جهة أخرى، يتميز المسحوق بأنه يحتفظ بمجموعة من المواد الفعالة تؤثر عليها الحرارة الشديدة جداً أو المذيبات العضوية فيما إذا تم اغلاء النبات أو نقعه في ماء ساخن جداً<sup>(129)</sup>، والطريقة التي نراها ملائمة لصناعة العقاقير التي تعتمد على هذه المجموعة من النباتات هي أن تكون على شكل أقراص تصنع مباشرة من النبات بعد سحقه، وتتلخص كل التكنولوجيا المطلوبة لصناعة مثل هذه العقاقير في تحويل النبات إلى مسحوق ناعم جداً، ثم توزن المكونات وتضاف إليها مقادير ضئيلة من العناصر المنشطة أو أي مقومات أخرى إذا لزم الأمر، ثم يصنع من كل ذلك خليط متجانس، ثم يبرغل ويعقم بالتبريد، ثم تصنع منه الأقراص، ويمكن أن نستغني بهذه الطريقة البسيطة عن استخدام المستخرجات الكحولية في البلاد التي تحرم المشروبات الكحولية لأسباب دينية (وهو ما يجب أخذه في الاعتبار)، وليس هذا سوي مثال واحد لصناعة دواء نباتي جديد على نطاق ضيق لا يتطلب من الأيدي العاملة سوى عدد محدود يتراوح ما بين عشرة إلى خمسين عاملاً يعملون بتكنولوجيا ومعدات بسيطة، ولا يلزم لهذه الصناعة سوى الحد الأدنى من الاستثمار، وتتصف الأبحاث في هذه المرحلة بأنها تسعى إلى إدخال التعديلات وممارسة التطبيق العملي، وقد تختلف النظم الطبية قرب طريقة تقويم كل منها لمفعول الأدوية، إلا أن هناك خطوات أساسية مشتركة لا بد لكل نظام أن يقيم عليها هذا التقويم، وهي التأكد من خلو الدواء من المواد السامة، ودراسة ما قد يكون له من آثار ينجم عنها تشوهات خلقية، والتأكد من خلوه من البكتيريا الضارة، وتتطوي الخطوتان الأولى والثانية على طرق معقدة، لذلك يجب أن يقوم بتنفيذها شخص متخصص (عالم أحياء ميكروبية)، ولا بد من الفحص الميكروبي خاصة بالنسبة للعقاقير التي تصنع مباشرة من المادة الخام التي قد تحتوي على جراثيم مسببة للأمراض، كالبكتيريا والفطريات والطفيليات وذلك لعدم مراعاة النواحي الصحية أثناء جمع

<sup>(129)</sup> نرجح غلي النباتات مع الماء، وذلك لما هو من فائدة عظيمة في قتل البكتيريا والطفيليات والجراثيم التي قد تكون محتوية عليها هذه النباتات، كما أنها (النباتات) تحتوي على مواد تنحل في الماء يكون التركيز الأقصى لها في المصل بعد ساعتين أو ثلاثة، إضافاً إلى أنه بغلي الماء يتم تعقيمه.



النباتات وحفظها، ولا يجب إطلاقاً استخدام أي أنواع من المبيدات لرش النباتات الطبية، سواء كانت ضد الأعشاب أو الفطريات أو الحشرات، لأن هذه المبيدات تصنع من مواد شديدة الخطورة على صحة الإنسان ، وتبين الأمثلة القليلة التي أوردناها هنا كيفية الحصول على دواء جديد ذي أصل نباتي على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي، وليس هناك من جديد سوى التكنولوجيا وشكل الجرعات، أي الشكل الذي يقدم به الدواء، وهذا هو مغزى كلمات مدير برامج الطب الشعبي بمنظمة الصحة العالمية ، السيد/ ر. هـ. با نرمان، عندما قال: " ينبغي لذلك الجمع بين العبقريّة المحلية والتكنولوجيا العلمية الحديثة " .

#### ج- النواحي التنظيمية :

توجد في معظم البلاد ما يسمى بلجنة الأدوية أو ما يشابهها من الهيئات التي تتبع وزارة الصحة، وفي رومانيا على سبيل المثال تضم هذه اللجنة صيادلة وأطباء يمثلون سائر التخصصات الطبية، وتتولى هذه اللجنة مسؤولية بحث ودراسة المقترحات المقدمة لإنتاج أدوية جديدة ، فإذا كانت النتائج الأولية لهذه الدراسات مرضية أرسلت اللجنة موافقتها المبدئية التي تسمح للمنتج أن يبدأ في إنتاج عينات من هذا الدواء الجديد وإرساله إلى اللجنة التي تجري عليها بالتالي الفحوص والتجارب، الإكلينيكية اللازمة قبل إرسال موافقتها النهائية على البدء في الإنتاج على نطاق تجاري واسع، ويتم تسجيل الدواء الجديد، ويبدأ في النزول إلى الأسواق بعد الاستقرار على نوع التعبئة، ووضع النشرة الداخلية في كل عبوة. ومع ذلك، فليست هذه هي المرحلة النهائية من عملية طرح دواء جديد في الأسواق، إذ يجب أن يسبق ذلك تعريف الجمهور بالمنتج الجديد، على أن تتبع الجهود المبذولة في الإعلان عن الدواء الجديد وتسويقه أسلوباً كريماً لائقاً، يهدف أساساً إلى إقناع الجمهور بفوائده وخصائصه لا إلى مجرد الترويج التجاري. فنحن لا نعتبر الدواء سلعة تجارية يقصد من ورائها الربح بقدر ما هو وسيلة للتخفيف من معاناة جمهور المرضى ومساعدتهم على الشفاء من أمراضهم.

#### ح- النواحي الاقتصادية:

منذ أربعة عشرة عاماً، تمخض مؤتمر " خبراء الصناعات الصغيرة في الدول العربية " الذي عقد في بيروت في نوفمبر سنة 1968 عن عدة توصيات بشأن السياسات والبرامج الضرورية لتطوير الصناعات الصغيرة، والانتقال من مرحلة الحرف والصناعات اليدوية إلى مرحلة الصناعة الحديثة ، وقد نادى هذه التوصيات بضرورة التعاون الدولي والإقليمي في تنفيذ هذه البرامج، إلا أنه لم يتم إحراز أي تقدم ملموس في مجال تصنيع النباتات الطبية وإنتاج أدوية جديدة ذات أصل نباتي ، وقد اتفقت الآراء في ذلك المؤتمر بصفة عامة على أن القطاع الشعبي في الدول العربية بالشرقين الأدنى والأوسط هو القطاع الذي يمثل الأغلبية العظمى بين سائر المؤسسات الصناعية؛

وفي الدول النامية نجد أن قطاع الصناعات الصغيرة يتألف من مؤسسات يتراوح عدد الأيدي العاملة في الواحدة منها ما بين خمسة إلى خمسين فرداً. وما نغنيه

بالصناعات الصغيرة يشمل تلك الصناعات التي تستخدم التكنولوجيا الحديثة، ولكنها تعمل برأس مال ثابت متواضع وتوظف عدداً قليلاً من الأيدي العاملة. ويبين ذلك أيضاً أن الصناعات الصغيرة في الدول النامية تقتصر على المشروعات التجارية الفردية، لذلك ينبغي مراعاة هذه النواحي العامة في عملية إنشاء صناعات دوائية نباتية على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي ؛ وأختم حديثي الآن بالتأكيد على نقطة هامة وهي:

إننا عندما ننتج دواء بناء على خبرة ألف سنة من الطب الشعبي أعتقد أن مثل هذا الدواء يجب أن يكون في متناول أيدي أكبر عدد ممكن من الأفراد. وفي رأي أن الدواء والطب لا يجب أن يقفا عند حدود دولة معينة ، أو أن تحتكرها جماعة معينة، أو بلد معين، كما لا يجب أن يكونا وسيلة للربح التجاري الجشع. ولو كان الأمر بيدي لأمرت بإنتاج الدواء دون حاجة إلى إصدار ترخيص بذلك. فالدواء وكل ما توصل إليه العلم في مجال صناعته يجب أن يكون ثروة مشتركة بين الناس جميعاً، خاصة وأن 75% من سكان العالم ما زالوا يعانون من نقص الخدمات الطبية، كما كان الحال تقريباً منذ آلاف السنين ، وأعتقد أن من واجب الدول المتقدمة والهيئات والمنظمات الدولية أن تحاول الارتقاء بمستوى الطب الشعبي على أسس علمية جديدة، فعمل الخير يقتضي منا أن نخفف عن آلام البشر الجسدية أو النفسية، وأن نضع حداً لسوء التغذية والفقر المدقع الذي يعاني منه الناس ، إن لكل شعوب العالم مهما كان حجمها أو درجة قوتها وتقدمها نفس ما لغيرها من حقوق الحياة والحرية والصحة. وعندما تتحقق هذه الأمانى لن يظل شعار " الصحة للجميع في عام 2000 " مجرد مثل أعلى نحلم به بل سيتحول إلى حقيقة واقعة . (إنتها كلامه)

### ونختم هذا الفصل بفكرة علاج ( مستنبطة من آية في كتاب الله ، القرآن الكريم)

الحمد لله حمد الشاكرين ، ونصلي ونسلم على المبعوث رحمة للعالمين ، سيدنا محمد ﷺ وعلى آل بيته وصحابته ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين ، ثم أما بعد :-

هذه تجربة ضئيلة ومتواضعة ربما يرى فيها القارئ الكريم (ولا سيما المتخصص) فكرة جديدة وبداية خيط لعلاج شافي ودواء لداء ما عضال ، يُرصد له الميزانيات الضخمة والأموال الطائلة ويرجون أن يتوصل بعدها لما يسمونه بإنجاز وإعجاز (بينما العلاج بسيط !! ) ، والأدهش أن يكون قد ورد ذكره في القرآن الكريم — فإله أسأل أن يجعل فيها النفع وينزل لهذه الفكرة القبول والرواج ، ومن يدري لعلها يعتد بها في يوماً ما كعلاج — .

ذات يوم ، طرأت على خاطري هذه الآية ﷻ وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ . ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﷻ [ النحل : 68-69 ] .

واسترسلت في التمعن فيها ، حتى ألهمني الله - والحمد والمنة لله - إلى شيء لم يكن في الحساب ولم أصادف أحداً ذكره بهذه الكيفية أثناء رحلة بحثي عن علاجات للداء الذي أصابني ؛

قوله سبحانه ﷻ يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﷻ

فقلت ، لم لا يأكل النحل توليفة النباتات الطبية ، ، خاصة وقد توقف نمو ورمنا وأورام غيرنا بعد تعاطي توليفات نباتية سابقة - والحمد لله -

( ثم من الله علينا وتم تطوير تلك التركيبة النباتية وتزويدها بنباتات جديدة بحيث تصلح لكثير من أمراض بإذن الله ) ، فلما لا يأكلها النحل حتى تخرج من بطون هذا المختبر الرباني (معدة ومُعقمة ومذاقها طيب ، والأهم من ذلك كله الفائدة الطبية) ، وأخذت الفكرة تتبلور في ذهني ؛

وذات يوم جاءني صديق لزيارتي ومعه صديقه المهندس الزراعي ، وكانت هذه فرصة طيبة لأعرض هذه الفكرة على مختص ، ونذكر لكم ملخص للحوار الذي دار بيننا ؛ قال:الصديق المهندس" الفكرة جميلة ، لكن بصفتي دارس وصاحب منحل،أظن تطبيقها عملياً صعب" .

قلت : الفكرة جديرة بأن نسعى للتطبيقها عملياً فدعنا نجرب.

قال: كما شئت

قلت : وما المطلوب لإتمام ذلك .

قال: خلية نحل وعسل (جيد نقي) لخلطه مع النباتات .

قلت : على بركة الله .

وبدئنا في إجراء التجربة ، وبالمتابعة وجدنا أن النحل - والحمد لله - في أتم صحة وأحسن حال ، وبجني نتاج الخلية من عسل محفوظ في شمعته ، (أكلنا من شهبهه) ووجدنا له عظيم النفع والفائدة ، وانعكس هذا على صحتنا والحمد لله .

• وهناك حقائق أفصح عنها لأول مرة من خلال ذكر تلك التجربة (والتي أسأل الله أن تصادف فكراً صحيحاً راشداً يستكمل ما بدأناه)، على من يأخذ بهذه التجربة ويعمل بها ، وحتى تنتج علاجاً صحيحاً أمناً (100% بإذن الله ) ، عليه أن يضع في اعتباره عدة نظريات منها :

**1.** أن تكون تلك التوليفة النباتية معدة مسبقاً قبل تقديمها للنحل (وينسب مضبوطة)

**2.** وكل عنصر من عناصرها يهتم برفع كفاءة جزء معيناً من أعضاء الجسد للعمل كفريق جماعي واحد (130)

**3.** أن يكون بها مواد ثبت علمياً أنها تعمل على إعادة الخلايا المتسرطنة إلى طبيعتها ومن ثم تدمر نفسها ألياً (فلا تنقسم بإذن الله) - ومواد تُهاجم وتقتل الخلايا المتسرطنة التي لم تفلح معها إعادتها إلى طبيعتها - ومواد تُضمر الأورام - ومواد تزيل وتذيب السموم والمعادن الضارة المترسبة في الجسم - ومواد تقوي الجهاز المناعي - ومواد تمد الجسم بالفيتامينات والمعادن والإنزيمات اللازمة - ومواد تمنع أكسدة الخلايا... إلى غيره ).

**4.** عليه أن يدرس جيداً خصائص ومكونات العسل الجبلي ( وهو أجود أنواع العسل على الإطلاق ، والراعي على نباتات طبيعية جبلية ، والتي من شأنها الحفاظ على الصحة عامة والعمل على مجابة الأمراض خاصة ) ، ثم تكون عناصر التوليفة النباتية مشابهة ومتوافقة مع خصائص هذا العسل (الجبلي) ، مع الأخذ في الاعتبار ما يحققه هذا العسل الراعي نحله على تلك التوليفة النباتية الطبية من مكاسب لا تتوفر حتى في العسل الجبلي ( ليست مبالغة) ، فالنباتات الصحيحة والمختارة والمنقاة بعناية من مناطق متعددة من أنحاء العالم يصعب على النحل الحصول عليها من موطنه الأصلي ، وبالتالي تنعكس هذه المنافع على المرضى والناس عامة ، أقلها ( رخص ثمنه (العسل) وعلو جودته وفائدته ) .

{ ومن يدري لعل الفكرة يستحسنها أحد المهتمين المتميزين أو الباحثين النبغاء ويأخذ بها ويستفاد الناس من خيرها في مجابة الأمراض والحفاظ على الصحة بإذن الله ، وبعد نجاح تصنيعها - بفضل الله تعالى- عليه أن يوفر جهده ووقته وماله ويسعى في إنتاج هذا العلاج

(130) وهذه النظرية مستنبطة من حديث رسول الله ﷺ « مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى ». أخرجه البخاري (6001)، ومسلم (2586)، وأحمد (268/4 ، 270 ، 274 ، 276 ، 278) ، وابن حبان (233) ، والبيهقي في سننه (6223) ، وفي شعب الإيمان (8701) ، والطبراني في الصغير (382) ، وفي مسند الشاميين (512) ، والطيالسي (788 ، 790) ، والحميدي (919) ، والقضاعي في مسند الشهاب.

كغذاء ( فأكلي لحوم البشر لا يزالون يسيطرون على مجريات الأمور، إلا من رحم الله ) ،  
وأسأل الله لكم التوفيق والسداد ودوام الصحة والعافية إنه ولي ذلك والقادر عليه { .



**الفصل الخامس :  
للقاية من السرطان (احذر هذه الأشياء )**

**فضلاً مهلاً ، اقرأ وتمعن**

السرطان كلمة تشتمل على الكثير من أنواع السرطانات ، وكل نوع منه له خصائصه ، وله أسبابه التي تساعد على تنشيطه وظهوره كخطر يهدد حياة الكثير من الناس ، وقد يستهين المرء الصحيح ببعض العادات النمطية الخاطئة ، ظناً منه أنه لن يصيبه



شيء إذا ما أصر على ممارستها ، ويعتبر نفسه في مأمن ومحصن من أضرارها والالام التي تنجم عنها ،

لذا رأينا من الواجب علينا توعيته أنه بقلة فقهه للعادات الخاطئة - التي هي بسيطة في نظره - قد تعود عليه بأضرار جمّة وطامة كبرى (السرطان) ، وأكثر من يقدر هذه الكلمات هم المرضى المصابين بالسرطان (صدق)

[ فقد أصدرت الخبراء في أمراض السرطان قائمة بأنواع السرطان التي ستشكل خطر على الإنسان ( إذا شاء الله ) بحلول عام ألفين وعشرين ، وتقول حملة أبحاث السرطان في بريطانيا إن التقدم التقني سوف يقلص عدد الوفيات المتسببة عن السرطان في العالم المتقدم ، لكن أمراض السرطان الناتجة عن التدخين سوف تواصل ارتفاعها في العالم النامي لأن شركات التبغ سوف تستهدف هذه الأسواق أكثر من السابق ، وتقول الحملة أيضاً إن انتشار العادات الغربية غير المحبذة، مثل الأغذية غير الصحية وانعدام النشاط الجسماني، سوف تساعد على زيادة الإصابة بسرطان الأمعاء والصدر والمريء ، وقال البروفيسور جوردون ماكفاي المدير العام لحملة أبحاث السرطان "إنه يعتقد بأن البلدان المتقدمة مثل بريطانيا سوف تتغلب على أمراض السرطان من خلال تقليص معدلات التدخين وتحسين الأنظمة الغذائية والمأكولات والتقدم الطبي " ، وأضاف البروفيسور ماكفاي "أن التحديات التي تواجه العالم الثالث هي أنه يجب أن لا يكرر الأخطاء التي وقع فيها العالم المتقدم من خلال تبني أنماط الحياة التي تسبب الأمراض مثل التدخين والكحول وتناول المأكولات غير الصحية" ، ويتنبأ الخبراء أن يرتفع عدد المصابين بسرطان البروستات مقارنة بسرطان الرئة وسرطان الأمعاء والصدر ليصبح أخطر مرض في العالم المتقدم ، غير أن سرطان الرئة سيستمر في كونه أكثر أنواع السرطان انتشاراً في العالم الثالث بحلول عام ألفين وعشرين، يتبعه في الخطورة والانتشار كل من سرطان الصدر وسرطان الكبد ، وفي بريطانيا فإن سرطان الرئة يؤدي بحياة تسعين في المئة من المصابين به، وإن العلاج الحديث لم يحد حتى الآن من الإصابة بالمرض ، وتتوقع حملة أبحاث السرطان أن يؤدي انحسار عادة التدخين إلى تقليص عدد الإصابات الجديدة إلى النصف بحلول عام ألفين واثنين .



ويقول الأطباء ، إن الملايين من المرضى في الدول النامية يعانون من آلام المرض في صمت، وينتهي بهم الحال إلى الموت بعد عذاب شديد، والسبب أن هؤلاء الملايين لا يجدون أدوية تسكين الألم، لدرجة أن مرضى السرطان وغيره من الأمراض القاتلة يضطرون لاستبدال أدوية علاج السرطان بالأسبرين والباراسيتامول، هذا إذا كانت

متاحة، للتخفيف من حدة آلامهم ، ويقول الدكتور تواليب نجوما المدير التنفيذي لأحد أبرز مراكز علاج السرطان في تنزانيا "إنه من المريع لأسرة المريض أن تراه يموت وهو يتألم، لكن هذا هو الواقع الذي يواجهه الملايين ، وعلى الرغم من أن

العقاقير المستخدمة لتخفيف آلام السرطان مثل عقار المورفين بدأت تنتشر في بعض المدن الإفريقية في السنوات الأخيرة، إلا أن أكثر المرضى لا يزالون عاجزين عن الحصول عليها ، ويوضح استقصاء للرأي قامت به منظمة الصحة العالمية أن الحصول على الأدوية المسكنة يتصدر قائمة أولويات المرضى الأفارقة ، وحسب ما يقول الدكتور نجوما فان مرضى السرطان يرتعدون من الألم ويتمنون أن يموتوا بأسرع ما يمكن للتخلص من عذابهم ، ويبدو التناقض هائلاً بين حالة المرضى الأفارقة، وحالة نظرائهم في الدول المتقدمة ، وحسب ما يقول الدكتور نجوما فان 90% من مرضى الدول الغنية يتمكنون من السيطرة على آلام امراضهم باستخدام العقاقير المتوافرة ، ولا بد أن يقفز للذهن سؤال عن سبب عجز الحكومات عن مواجهة هذا الوضع غير الإنساني؟! ، أن هيئات الصحة الحكومية محملة بعشرات الأعباء والمسؤوليات في وقت لا تمتلك فيه التمويل اللازم لمواجهة هذه المشكلة ، وينتهي الأمر بان اغلب من يحتاجون للمساعدة لا يحصلون عليها ، ( ويبقى الأفارقة أتعس حظاً، حتى المرضى منهم ) [ .

[ إذا من الحكمة أن نتبع الحكمة التي تقول « الوقاية خير من العلاج » ] .

**التعرض المستمر لأشعة الشمس الحارقة (الأشعة الفوق بنفسجية) :**  
حذرت منظمة الصحة العالمية من أن أكثر من 60 ألف شخص يموتون سنوياً جراء أشعة الشمس الشديدة ، وأوضحت المنظمة قائلة إن الضحايا يصابون بسرطان الجلد الناجم عن التعرض المفرط لأشعة الشمس والأشعة فوق البنفسجية ونصحت المنظمة باللجوء إلى إجراء بسيط هو تغطية الجسم حيث أشعة الشمس الشديدة، مشيرة إلى أن ذلك سيقطع الوفيات (تبيّن للعلماء أن التعرض الشديد للأشعة ما فوق البنفسجية يعيق عمل جهاز المناعة في الجسم، ويشل وسائل الجسم الطبيعية للدفاع عن الجلد) ، وقالت الدكتورة ماريا نيرا - مديرة الصحة العامة والبيئة بالمنظمة : « من حسن الحظ أنه يمكن الوقاية من هذه السرطانات بذلك الإجراء البسيط مجرد تغطية الجسم» ، ودعت منظمة الصحة العالمية ومنظمة السياحة العالمية التابعة للأمم المتحدة الناس إلى الحذر الشديد لدى تعرضهم لأشعة الشمس لحماية أنفسهم من الأشعة فوق البنفسجية ، والجميع يتعرض للأشعة فوق البنفسجية من الشمس وكميات قليلة منها تعتبر مفيدة للصحة وتلعب دوراً رئيسياً في إنتاج الجلد لفيتامين (د)، ولكن الإفراط في التعرض لها يرتبط بمجموعة متنوعة من المشاكل الصحية والقاتلة ، ولا يمكن رؤية الأشعة فوق البنفسجية أو الشعور بها ، ولكن هناك مؤشراً لقياسها ، وكلما ارتفعت هذه المؤشرات زادت المخاطر على الجلد والعين ، ومن جانبها قالت لورا جان أرمسترونج - من مكتب معلومات السرطان التابع لمركز بحوث السرطان في بريطانيا : « إن هذا البحث يؤكد مخاطر التعرض المفرط لأشعة الشمس، ويبرز عدد ضحايا سرطان الجلد وغيرها من الأمراض المرتبطة بالشمس في أنحاء العالم ،

وإن رسالتنا واضحة وهي « تجنب الحرق » <sup>(131)</sup>، والمساعدة في حماية نفسك من الشمس في منتصف اليوم بالبقاء في الظل وتغطية نفسك بقميص وقبعة وارتداء نظارة شمسية .

## التعرض بكثرة للأشعة السينية ( أشعة إكس ) أو الكوبالت المشع 60 وغيرها :

يسبب استخدام تلك الأشعة تسمماً للمرضى ويظهر بعدها خلايا سرطانية إذ أن هذه الإشعاعات تحوى أيونات موجبة يمكنها أن تزيد من هذه الأورام وإثارة الخلايا ، وعلى هذا يلاحظ أن بعض الأورام يقف نموها بهذه الإشعاعات بينما تفشل مع البعض الآخر ، ويعتقد باحثون من جامعة أكسفورد ومركز أبحاث السرطان في بريطانيا أن نحو 0.6 بالمئة من إجمالي مخاطر الإصابة بالسرطان ربما ترجع إلى التعرض للأشعة السينية في المستشفيات، ويمكن قياس خطر الإصابة بالسرطان نتيجة التعرض لتراكم الأشعة، عن طريق استخدام البيانات التي أخذت من أولئك الذين تعرضوا للإشعاعات بعد انفجارات القنبلة الذرية عام 1945 في هيروشيما وناجازاكي ، ويقول الخبراء : إن على الأطباء تجنب الأشعة السينية غير الضرورية وفحوصات (سي تي) في تشخيص الأمراض ، وتقول الدراسات التي أجريت في بريطانيا إن نحو 30 بالمئة من الأشعة السينية التي تستخدم في تشخيص منطقة الصدر ليست ضرورية طبياً، كما هو الحال في عمليات التشخيص التي تجرى على بعض فحوصات (سي تي) ، لكن الأطباء يقولون إن فوائد الأشعة السينية لاتزال تفوق مخاطرها، بما يسمح باستخدامها في تشخيص الأمراض .

## عوامل نفسية (الضغط النفسي والعصبي والتوتر والانفعالات والحزن الشديد) : وهناك من العلماء من يؤيد أن الهدوء الغير طبيعي والنتائج عن

<sup>(131)</sup> من المعارف عليه علمياً أن أعلى تركيز للأشعة فوق بنفسجية يكون في ذروة الظهيرة ، وكان رسول الله ﷺ يقل ( ينام القيلولة ) في هذا الوقت ( أي وقت الظهيرة ) ، فعليك أن تأخذ قسطاً من الراحة وتنام في مكان ظليل هاديء عند اشتداد حر الظهيرة ، وفي حديث أنس بن مالك عن النبي ﷺ قال : « قِيلُوا فَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لَا تَقِيلُ » [ الحديث صححه الألباني في الصحيحة (1647) ، وصحيح الجامع (4431) ] ، والقيلولة أضحت من السنن المدومة في حياة المسلمين ، رغم أن أهل العلم الحديث يتحدثون عنها وعن فوائدها، وكتب فيها أبحاث هامة، تؤكد فوائدها العلمية ، ليس عند اشتداد الحر فقط ؛ بل بصفة يومية ، ويشير الدكتور حسان شمسي باشا — إلى ما أكدته الباحثون في دراسة نشرت في مجلة العلوم النفسية عام 2002 من أن القيلولة لمدة 10 - 40 دقيقة (وليس أكثر) تكسب الجسم راحة كافية، وتخفف من مستوى هرمونات التوتر المرتفعة في الدم نتيجة النشاط البدني والذهني الذي بذله الإنسان في بداية اليوم. ويرى العلماء أن النوم لفترة قصيرة في النهار يريح ذهن الإنسان وعضلاته، ويعيد شحن قدراته على التفكير والتركيز، ويزيد إنتاجيته وحامسه للعمل. وأكد الباحثون أن القيلولة في النهار لمدة لا تتجاوز 40 دقيقة لا تؤثر على فترة النوم في الليل، أما إذا امتدت لأكثر من ذلك، فقد تسبب الأرق وصعوبة النوم. وتقول الدراسة التي تمت تحت إشراف الباحث الأسباني الدكتور إيسكالانتي : « إن القيلولة تعزز الذاكرة والتركيز، وتفسح المجال أمام دورات جديدة من النشاط الدماغي في نمط أكثر ارتياحاً » . كما شدد الباحثون على عدم الإطالة في القيلولة ، لأن الراحة المفرطة قد تؤثر على نمط النوم العادي. وأشار الدكتور إيسكالانتي إلى أن الدول الغربية بدأت تدرج القيلولة في أنظمتها اليومية ، وأوصى بقيلولة تتراوح بين 10 - 40 دقيقة » . ا هـ .

الاكتئاب يسبب الإصابة بالسرطان ، وقد وجد الباحثون في دراسة أجريت على الحيوان، أن تعرض الفئران للضغط النفسي، والأشعة فوق البنفسجية معاً، يؤدي لحدوث سرطان في الجلد، خلال نصف المدة الزمنية، التي يحدث بها، عند أولئك المعرضين للأشعة وحدها ، ويشير الباحثون إلى أنه في حال أظهرت دراسات إضافية نفس التأثيرات على الإنسان ، أن برامج تقليل الشدة النفسية، مثل اليوغا، وتمارين التأمل<sup>(132)</sup> قد تساعد الأشخاص المعرضين لخطورة الإصابة بسرطان الجلد، في الوقاية منها ، وتساعد برامج تقليل الشدة النفسية العديد من الناس، ولكنها قد تكون أكثر أهمية لغيرهم ممن تكون نسبة خطورة الإصابة بسرطان الجلد لديهم أعلى، بحسب ما قاله الدكتور فرانسيسكو توسك - الأستاذ المساعد في قسم أمراض الجلد، في مؤسسات جون هوبكنز الطبية ، وأجريت الدراسة على 40 فأراً، وظهرت الإصابة الأولى بالورم، في أحد الفئران المعرضين للشدة النفسية، والأشعة فوق البنفسجية، خلال ثمانية أسابيع فقط، أما الفئران المعرضة للأشعة فقط لم تصب بالورم إلا بعد مرور 13 أسبوعاً على الأقل ، وبعد مرور 21 أسبوعاً على التعرض للعوامل المضرة، أصيب 14 فأراً من بين 40 بسرطان في الجلد، مقارنة مع اثنين من الفئران ، غير المعرضة للشدة النفسية ، معظم سرطانات الجلد كانت من نوع الأورام الشائكة الخلايا، وهو نوع من الأورام الخبيثة غير الصباغية، ذات الاستعداد الكبير للانتشار إلى أقسام أخرى من الجسم ، ويقول الباحثون ، أنهم بصدد القيام باختبارات إضافية، لتقرير مدى تأثير التعرض للشدة النفسية، على تطور سرطانات الجلد لدى الإنسان ، وقال الدكتور توسك : « إن هناك دلائل كثيرة على وجود تأثيرات سلبية للضغط النفسي المزمن على جهازنا المناعي وأقسام أخرى من جسدنا، لكن للمساعدة على إيجاد استراتيجيات علاجية جيدة نحن بحاجة لفهم أفضل للآليات التي تؤثر فيها الشدة النفسية على حدوث تلك الأورام السرطانية .

### وقفه

[ بماذا يدعو المهموم والمحزون والمكروب عند ما تحاصره الهموم والأحزان والكروب ، والشدائد والعظام والخطوب؟! ]

(132) التأمل شيء محمود أوصانا به ربنا تبارك وتعالى في كتابه الكريم ، حيث قال : ﴿ أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ . وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ . وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ . وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ ﴾ [ العنكبوت : 17-20 ] ، وقال جل شأنه : ﴿ وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴾ [ الذاريات : 21 ] ؛ وقال : ﴿ قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ﴾ [ العنكبوت : 20 ] ، ولما نزلت ﴿ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴾ [ آل عمران : 190 ] قال ﷺ : « وَبَلِّغْ مَنْ قَرَأَهَا وَلَمْ يَتَفَكَّرْ فِيهَا » [ انظر : صحيح الترغيب (1468) ، السلسلة الصحيحة (106/1) ]...والأفضل منه النظر في كتاب الله القرآن الكريم ﴿ إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلْبَيِّهِ أَقْوَمَ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا ﴾ [الإسراء : 9] .

• في السُّنَّة عَلَّمَنَا النَّبِيُّ الْمُعْصُوم ﷺ وَعَلَّمَ كُلَّ مُؤْمِنٍ بِمَاذَا يَدْعُو الْمَهْمُومَ وَالْمَحْزُونِ وَالْمَكْرُوبِ عِنْدَمَا تَحَاصِرُهُ الهموم والأحزان والكروب ، وتحيط به الشدائد والخطوب (133) كما يلي :

\* عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ كَانَ يَقُولُ عِنْدَ الْكَرْبِ :  
« لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ ، وَرَبُّ الْأَرْضِ ، وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ » (134)  
\* وفي حديث أبي بَكْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ :

« دَعَوَاتِ الْمَكْرُوبِ : اللَّهُمَّ رَحْمَتُكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ » (135)

\* وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ جَعْفَرٍ عَنْ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ قَالَ : عَلَّمَنِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا نَزَلَ بِي كَرْبٌ أَنْ أَقُولَ :

« لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ ، سُبْحَانَ اللَّهِ ، وَتَبَارَكَ اللَّهُ ، رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ » (136)

\* وَعَنْ أَسْمَاءَ بِنْتِ عُمَيْسٍ قَالَتْ : قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ :  
« أَلَا أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ تَقُولِينَ عِنْدَ الْكَرْبِ ، أَوْ فِي الْكَرْبِ ، اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا » (137)

\* عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا ، قَالَتْ : دَخَلَ عَلَيَّ أَبُو بَكْرٍ ، فَقَالَ : هَلْ سَمِعْتِ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ دُعَاءَ عَلَمَنِيهِ ؟ قُلْتُ : مَا هُوَ ؟ قَالَ : كَانَ عَيْسَى بْنُ مَرْيَمَ يُعَلِّمُهُ أَصْحَابَهُ قَالَ : لَوْ كَانَ عَلَى أَحَدِكُمْ جَبَلٌ ذَهَبٍ دَيْئًا ، فَدَعَا اللَّهَ بِذَلِكَ لَقَضَاهُ اللَّهُ عَنْهُ : « اللَّهُمَّ فَارِجِ الْهَمِّ ، كَاشِفِ الْغَمِّ ، مُجِيبِ دَعْوَةِ الْمُضْطَرِّينَ ، رَحْمَانَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَرَحِيمَهُمَا ، أَنْتَ تَرْحَمُنِي ، فَارْحَمْنِي بِرَحْمَةٍ تُغْنِينِي بِهَا عَنْ رَحْمَةِ مَنْ سِوَاكَ » (138)  
وأخرج ابن أبي شيبة عن عبد الرحمن بن سابط قال : كان رسول الله ﷺ يدعو بهؤلاء الكلمات ويعلمهن : « اللهم فارج الهم ، وكاشف الكرب ، ومجيب المضطرين ،

(133) من كتاب « لا تحزن وعش سعيداً » للشيخ مجدي محمد الشهاوي (ص 29-34 بتصرف) .

(134) البخاري (6345-6346) ، ومسلم (2730) ، والترمذي (3435) ، وابن ماجه (3883) ، وأحمد (228/1) ، 254 ، 339 ، 356 وغيرهم .

(135) أحمد (42/5) ، وأبو داود (5090) ، والنسائي في الكبرى (10487) ، وفي عمل اليوم والليلة (656) ، وابن حبان (970) ، وابن السني (342) ، والبخاري في الأدب المفرد (701) ، بسند صحيح .

(136) صحيح ، رواه أحمد (94/1) ، والنسائي في الكبرى (10463-10465) ، والحاكم (508/1) ، وابن حبان (865) ، وابن السني (341) ، والبيهقي في شعب الإيمان (623) ، (10223) .

(137) رواه أحمد (369/6) ، وأبو داود (1525) ، والنسائي في الكبرى (10483-10485) ، وابن ماجه (2882) ، والطبراني في الكبير (135/24) ، والبيهقي في شعب الإيمان (10255) ، وأبو نعيم في الحلية (360/5) ، الجامع الصغير (2877) ، وفي الترغيب للمنزوي (2811) عزاه لأبي داود والنسائي وابن ماجه ، ثم قال : ورواه الطبراني في الدعاء وعنده : «

فليقل : الله ربي لا أشرك به شيئا » - ثلاث مرات - وزاد : وكان ذلك آخر كلام عمر بن عبد العزيز عند الموت .

(138) ضعيف ، كثر العمال (5468 ، 15561-15562) ، الدر المنثور (24/1) ، والحاكم (515/1) .

ورحمن الدنيا والآخرة ورحيمهما، أنت ترحمني فارحمني رحمة تغنني بها عمن سواك» (139).

\* عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ : كَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا كَرَبَهُ أَمْرٌ قَالَ :  
« يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ » (140).

\* وَعَنْ مُعَاوِيَةَ بْنِ أَبِي سُفْيَانَ، قَالَ : سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ :  
« مَنْ دَعَا بِهِؤْلَاءِ الْكَلِمَاتِ الْخَمْسَ لَمْ يَسْأَلِ اللَّهَ شَيْئًا إِلَّا أُعْطَاهُ : لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ » (141).

\* ويدعو بما صح في حديث عبد الله بن مسعود رضي الله تعالى عنه قال :  
قال رسول الله ﷺ :

« مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطُّ هَمٌّ وَلَا حَزَنٌ فَقَالَ : اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ أَمَتِكَ ، نَاصِيَتِي بِيَدِكَ ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ ، عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمِيَتْ بِهِ نَفْسُكَ ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ ، أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ ؛ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي ، وَتُورَ صَدْرِي ، وَجَلَاءَ حُزْنِي ، وَذَهَابَ هَمِّي ؛ إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَجًا ».

قالوا : يا رسول الله ألا نتعلم هذه الكلمات ؟  
قال :

« بَلَى يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهُنَّ أَنْ يَتَعَلَّمَهُنَّ » (142).

\* وأخرج ابن جرير في « تهذيب الآثار » عن أيوب أن أبا قلابه (143)

(139) الدر المنثور (24/1) وعزاه لابن أبي شيبة .

(140) الترمذي (3524) ، وحسنه الألباني في صحيح الجامع (4653) .

(141) المعجم الكبير للطبراني (361/19) ، وفي الترغيب للمنزوي (2541) قال : رواه الطبراني في الكبير والأوسط بإسناد حسن .

(142) أخرجه أحمد (391/1، 452) ، وابن حبان (972) ، والحاكم (509/1) ، وأبو يعلى (5297) ، والطبراني (169/10) ، بغية الباحث (1057) ، كثر العمال كثر العمال (3434 ، 3436) ، مجمع الزوائد (17129 ، 17445) وقال : رواه أحمد وأبو يعلى والطبراني والبخاري إلا أنه قال : « وذهب غمي » مكان : « همي » ورجال أحمد وأبي يعلى رجال الصحيح غير أبي سلمة الجهني وقد وثقه ابن حبان .

(143) قال الشهاوي غفر الله له : أبو قلابه رحمه الله ، هو عبد الله بن زيد الجرهمي (توفي سنة 104 هـ) من عبّاد أهل البصرة وزهادهم ، وله قصة عجيبة في الرضا بالقضاء ، والصبر على البلاء ، وحسن الدعاء والرجاء ، أذكرها هنا فهي نافعة إن شاء الله لمن أصيب بالحزن والاكتئاب ، ففيها عبرة وعظة .. يروي ابن حبان في كتاب الثقات (5-3/5) عن الأوزاعي عن عبد الله بن محمد قال : خرجتُ إلى ساحل البحر مُرابطاً ، وكان رباطنا يومئذ عريش مصر ، قال : فلما انتهيت إلى الساحل فإذا أنا ببُطيحة ، وفي البُطيحة خيمة ، فيها رجل قد ذهب يداؤه ورجلاه وثقل سمعه وبصره ، وما له من جارحة تنفعه ؛ إلا لسانه وهو يقول : « اللهم أوزعني أن أحمداً حمداً أكافي به شكر نعمتك التي أنعمت بما عليّ وفضلتي على كثير من خلقت تفضيلاً » . قال الأوزاعي : قال عبد الله : قلت : والله لآتين هذا الرجل ولأسأله أتى له هذا الكلام ؟ ، فهم أم علم ؟ أم إلهام ألهم ؟ ! ، فأتيت الرجل فسلمت عليه فقلت : سمعتك وأنت تقول : « اللهم أوزعني أن أحمداً حمداً أكافي به شكر نعمتك التي أنعمت بما عليّ وفضلتي على كثير من خلقت تفضيلاً » فأني نعمة من نعم الله عليك تحمده عليها ؟ وأي فضيلة تفضل بها عليك تشكره عليها ؟ ، قال :



كتب إليه بدعاء الكرب وأمره أن يعلمه ابنه : لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إله إلا الله رب العرش العظيم، لا إله إلا الله رب السماوات السبع ورب الأرض ورب العرش الكريم ، سبحانه يا رحمن ، ما شئت أن يكون كان ، وما لم تشاء لم يكن، ولا حول ولا قوة إلا بالله ، أعوذ بالذي يمسك السماوات السبع ومن فيهن أن يقعن على الأرض من شر ما خلق ومن شر ما برأ، وأعوذ بكلمات الله التامات التي لا يجاوزهن بر ولا فاجر من شر السامة والهامة، ومن الشر كله في الدنيا والآخرة .. ثم يقرأ آية الكرسي وخواتيم سورة البقرة (144) .

\* قال الحسن البصري رحمه الله : عجا لمكروب غفل عن خمس ، وقد عرف ما جعل الله لمن قالهن ؛ قوله تعالى : ( وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ ) [ البقرة : 156 ] ، عظمت مصيبي ، رجل مثل هذا إن تركه أكلته السباع ، وإن قعدت لم أقدر على ضر ولا نفع ، فسجيت بشملة كانت عليه ، وقعدت عند رأسه باكيا ، فبينما أنا قاعد إذ هجم علي أربعة رجال فقالوا : يا عبد الله ما حالك وما قصتك ؟ ، فقصص عليهم قصتي وقصته ، فقالوا لي : اكشف لنا عن وجهه ، فعسى أن نعرفه ، فكشفت عن وجهه ، فأنكب القوم عليه يقبلون عينيه مرة ويديه أخرى ، ويقولون : بأي عين طال ما غصت عن محارم الله ، وبأي وجسمه طال ما كنت ساجدا والناس نيام ، فقلت : من هذا يرحمكم الله ؟ ، فقالوا : هذا أبو قلابة الجرمي صاحب ابن عباس ، لقد كان شديد الحب لله وللنبي <sup>٨</sup> . فغسلناه وكفناه بأثواب كانت معنا ، وصلينا عليه ودفعناه ، فانصرف القوم وانصرفوا إلى رباطي ، فلما أن جن علي الليل وضعت رأسي ، فرأيت فيما يرى النائم في روضة من رياض الجنة ، وعليه خلتان من حلل الجنة ، وهو يتلو الوحي : ﴿ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى الدَّارِ ﴾ [ الرعد : 2 ] فقلت : أليست بصاحبي ؟ ، قال : بلى ، قلت : أتى لك هذا ؟ ، قال : إن الله درجات لا ثل إلا بالصبر عند البلاء ، والشكر عند الرخاء ، مع خشية الله عز وجل في السر والعلانية .

(144) الدر المنثور (139/2) . وأخرج ابن السني في عمل اليوم والليلة (344) بسند ضعيف عن أبي قتادة أن النبي <sup>٨</sup> قال : « من قرأ آية الكرسي وخواتيم سورة البقرة عند الكرب أغاثه الله » .



قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ( [ البقرة : 155-156 ] ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ بَعْدَهَا : ( أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ ) [ البقرة : 157 ] ... ، وقوله تعالى : ( الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ ) [ آل عمران : 173 ] ؛ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ بَعْدَهَا : ( فَانْقَلَبُوا بِنِعْمَةِ مِّنَ اللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمَسَّسْهُمْ سُوءٌ وَاتَّبَعُوا رِضْوَانَ اللَّهِ وَاللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ ) [ آل عمران : 174 ] ... ، وقوله تبارك وتعالى : ( وَأَفْوُضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ ) [ غافر : 44 ] ؛ فَإِنَّ اللَّهَ سَبْحَانَهُ قَالَ بَعْدَهَا : ( فَوَقَّاهُ اللَّهُ سَيِّئَاتٍ مَا مَكَرُوا ) [ غافر : 45 ] ... ، وقوله : ( وَمَا كَانَ قَوْلُهُمْ إِلَّا أَنْ قَالُوا رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَتُبَّتْ أَقْدَامَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ) [ آل عمران : 147 ] ؛ فَإِنَّ اللَّهَ بَعْدَهَا قَالَ : ( فَآتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ) [ آل عمران : 148 ] . قَالَ الْحَسَنُ : مَنْ لَزِمَ قِرَاءَةَ هَذِهِ الْآيَاتِ فِي الشَّدَائِدِ كَشَفَهَا اللَّهُ عَنْهُ ، لِأَنَّهُ وَعَدَ وَحَكَمَ فِيهِمْ بِمَا جَعَلَهُ لِمَنْ قَالَهُنَّ ، وَحُكْمُهُ لَا يَبْطُلُ ، وَوَعْدُهُ لَا يُخْلَفُ <sup>(145)</sup> .

**عوامل وراثية :** تحاول دراسة قومية أمريكية إيجاد رابط بين الجينات والبيئة في الإصابة بسرطان الثدي في بحث أطلق عليه دراسة الشقيقات التي يشارك فيها 50 ألف من الشقيقات ، وتعد الدراسة التي أعدها معهد علوم الصحة البيئية القومي أكبر دراسة من نوعها، وفق وكالة الأسوشيتد برس، وقال الدكتور ديل ساندلر الذي قاد البحث الموسع : « إن دراسة شقيقات يملكن نفس الجينات وخضن نفس التجارب ونشأن في نفس البيئة واللواتي تتضاعف لديهن مخاطر الإصابة بسرطان الثدي يمنحنا فرصة أفضل للتعرف على أسباب المرض ، وستشمل الدراسة فحوص على الدم والبول وحتى غبار منازل المشاركات في البحث، في محاولة لسبر غور كيفية مساهمة الطقوس والروتين بجانب الجينات في الإصابة بالمرض» ، وفي هذا السياق نفى رئيس قسم علوم الأوبئة في معهد علوم الصحة البيئية أن الجينات تلعب دوراً رئيسياً في الإصابة بسرطان الثدي، ونوه قائلاً : «الجينات مهمة، غير أنها لا تقدم جميع التفسيرات ، والحقيقة أن نصف الإصابات بسرطان الثدي تنسب إلى عوامل معروفة ، وحياة المشاركات اللواتي تراوحت أعمارهن بين 35 إلى 74 عاماً ، واشترطت الدراسة أن تكون إحدى الشقيقتين قد أصيبت بالسرطان على مدى عشرة أعوام، ليتمكن الباحثون من تحديد رابط بين الصحيحات والمريضات، ويعد سرطان الثدي ثاني الأمراض شيوعاً بعد سرطان الجلد، ووفقاً لجمعية السرطان الأمريكية ، ومن المتوقع أن تشخص 215 ألف حالة جديدة بالمرض هذا العام في الولايات المتحدة.

السيدات اللاتي لم ينجبن أو أنجبن بعد عمر الخامسة والثلاثين ، أو من يعانين من اضطرابات مستمرة في الدورة الشهرية، أو من أجريت لها عملية إجهاض لأكثر

<sup>(145)</sup> (الفرج بعد الشدة للتوخي (1/63-64) .

من مرة، حيث تشير الدراسات إلى أن الخلايا الحية الناجمة عن الحمل يمكن أن تتحول إلى خلايا سرطانية إذا ما انتهى الحمل بشكل غير طبيعي ؛ و يقول الباحثون : إن النساء الحوامل اللواتي يتناولن حامض الفوليك والحديد يقللن من خطورة تعرض إلى مخاطر السرطان المبكر، وخصوصاً سرطان الدم في الأطفال ، ويشير هؤلاء، في الدراسة التي نشرتها مجلة لانسيت الطبية مقتطفات منها، إلى أن تناول مزيج من هاتين المادتين المفيدتين للجسم بالنسبة للحامل يقلل من فرص ظهور نوع خطير من سرطان الدم يعرف باسم ليمفوبلاستيك لوكيميا ، ويوصي الطب الحديث هؤلاء النسوة بالإكثار من تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة ، شديدة الحمرة ، شديدة الخضرة ، شديدة الصفرة .

### الهرمونات التعويضية التي تستخدمها السيدات بعد انقطاع الدورة

**الشهرية والمهدئات :** أظهرت دراسة بريطانية أن العلاج بالهرمونات يزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي، وأيدت هذه الدراسة ما توصلت إليه الأبحاث الأمريكية عن الآثار الجانبية للعلاج الهرموني حيث خلصت إلى أن علاج النساء بالهرمونات للحد من أعراض انقطاع الطمث يزيد من احتمالات الإصابة بسرطان الثدي ، وخلصت نتائج تحليل أربع دراسات عن آثار العلاج الهرموني إلى أن النساء اللواتي عولجن بالهرمونات على مدى خمس سنوات تعرضن بنسبة أكبر لمخاطر الإصابة بسرطان الثدي وقالت فاليري بيرال - من مركز أبحاث السرطان البريطاني : « إن الدراسات الأربع السابقة على الرغم من اختلاف ظروفها وتركيبها إلا أنها توصلت إلى نتائج متماثلة ، وصدمت ملايين النساء اللواتي يعالجن هرمونياً للحد من نوبات ارتفاع الحرارة والتقلبات المزاجية أو الحد من هشاشة العظام عندما توصلت دراسة أمريكية إلى أن العلاج بهرموني الإستروجين والبروجسترون يزيد من احتمال الإصابة بسرطان الثدي والجلطات، وإن نتائج تحليلها للدراسات التي اشتملت على 20 ألف امرأة أصبن بأعراض انقطاع الطمث ، ونشرت في دورية لانسيت الطبية تؤكد ما توصلت إليه الدراسة الأمريكية ، وتناولت ثلاث دراسات من التي تناولها التحليل آثار العلاج الهرموني بعدة هرمونات ، وتناولت دراسة واحدة فقط آثار هرمون ألاستروجين منفرداً » ، ومن الجميل والجدير بالذكر حقاً ما توصل إليه المعهد القومي للصحة في الولايات المتحدة إن دراسة جديدة أكدت أن النساء اللاتي يتعاطين علاجاً تعويضياً بالهرمونات تزيد احتمالات إصابتهن بسرطان الثدي رغم أن هذا الخطر يتراجع بعد وقف العلاج، وقال القائمون على الدراسة : إن تعاطي هذا العلاج لا يسبب خطراً دائماً يصابون به، ونصحوا آلاف النساء اللاتي يتناولن ما يسمى بالعلاج الهرموني التعويضي بالتوقف عن ذلك بعد أن وجدت تجربة على البشر أن أكثر أنواع العلاج الهرموني التعويضي شيوعاً يزيد خطر الإصابة بالسرطان ، ووجدت الدراسة التي شملت نحو 3800 سيدة بلغن سن انقطاع الحيض أن احتمالات إصابة النساء اللاتي يتعاطين العلاج التعويضي بسرطان الثدي تزيد بمقدار 1.54 مرة عن النساء اللاتي لا يتعطين هذا العلاج، إلا أن نتائج الدراسة

أوضحت أن هذا الخطر يبدأ في التراجع إلى المستوى العادي بعد ستة أشهر فقط من وقف العلاج الهرموني ، وقد أوقفت الحكومة الفيدرالية بالولايات المتحدة الأمريكية دراسة كانت تقوم بها منظمة الغذاء والدواء الأمريكية، حول فائدة هرمون الاستروجين في العلاج الهرموني البديل، بعد أن تبين أن استخدام الهرمون وحده لا يؤثر إيجابياً في علاج المرضى، وربما يتسبب في ردة فعل عكسية على الصحة ، وحسب ما ذكرته المنظمة في تقريرها فإن الأرقام أظهرت أنه لا توجد فائدة تذكر لهرمون الاستروجين، إذا ما تم استخدامه بمفرده لعلاج أمراض القلب بل ربما يزيد من مخاطر الإصابة بالجلطة ، وكشفت دراسة بريطانية أعدت مؤخراً أن العلاج بواسطة الهرمونات يزيد من مخاطر الإصابة بسرطان الثدي خاصة بين النساء اللاتي يتناولن عقاراً ممزوجاً فيه الأستروجين والبروجسترون ، وأظهرت الدراسة التي نشرت هذا الأسبوع في مجلة العلوم البريطانية « لانسيت » أن النساء اللاتي يتعرضن لهذا النوع من العلاج لهن القدرة على الإصابة بالسرطان أكثر من النساء الأخريات بما معدله 22 بالمائة. واعتمدت الدراسة على نحو ألف من النساء البريطانيات، وتتراوح أعمارهن بين 50 و 64 عاماً ، وتم التعرف على النساء بين أعوام 1996 و 2001 وتواصلت الدراسة عليهن حتى وفاة بعضهن، ونقلت وكالة الأسوشيتد برس عن البروفيسور فاليري بيرال : « هناك دليل كبير على أن خلط العلاج له علاقة لمخاطر السرطان » .

**الممارسات الجنسية الشاذة أو المحرمة :** قام فريق من أخصائي أمراض النساء والولادة بولاية فلوريد الأمريكية ببحث حول أصابه الفتيات بسرطان عنق الرحم جاء فيه : « إن هناك زيادة بنسبة 800 % في الحالات المشتبهة لسرطان عنق الرحم للفتيات البالغ أعمارهن من 15 سنة إلى 22 سنة وذلك في خلال أربع سنوات ، ويرجع الباحثون هذه الزيادة الرهيبة إلى الزيادة المضطربة في الممارسات الجنسية دون تمييز ، وقد لوحظ ازدياد الإصابة بسرطان عنق الرحم بعد انتشار الحرية الجنسية و استخدام مانعات الحمل و تعدد الشركاء الجنسيين كما لوحظ ازدياد احتمال الإصابة بهذا النوع من السرطان إذا بدأت الفتاة حياتها الجنسية بشكل مبكر كما وجد علاقة بين سرطان الشرج و الممارسات الجنسية الشاذة (146) .

**بعض المهن الخطرة صحياً :** مثل عمال مناجم الفحم (مادة الراديوم ، واليورانيوم ) ، وعمال الصباغة و الطباعة ( استخدام اللانيلين) والعمل في مجال الإشعاع ( أشعة إكس و الراديوم واليورانيوم المشع وغيرها) عمال الطلاء والدوكو والبطاريات وعمال محطات البنزين : تسبب كمية الرصاص المتطاير والموجودة

(146) في حديث عبد الله بن عمر عن النبي ﷺ قال: « لَمْ تَظْهَرْ الْفَاحِشَةُ فِي قَوْمٍ قَطُّ حَتَّى يُعْلِنُوا بِهَا إِلَّا فَشَا فِيهِمُ الطَّاعُونُ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَضَتْ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَضَوْا » أخرجه ابن ماجه (4019) ، ، وأبو نعيم في الحلية (333/8-334) ، وصححه الألباني في الصحيحة (106) ، وصحيح الجامع (7978) .

في هذه المواد الكيميائية سرطانات وأهمها سرطان الرئة ، وهي أخطر بكثير من المواد الناتجة عن التدخين، و تدخل هذه المواد الضارة الجسم عن طريق الاستنشاق ، و مفعولها مائة ضعف الكمية التي تدخل عن طريق الجهاز الهضمي؛ وللوقاية: يُنصح باجتناّب الأماكن سيئة التهوية ، والحرص على إجراء التدابير اللازمة والتغذية الجيدة لعدم ترسب هذه المواد الضارة في الرئتين .

**صبغات الشعر والشامبو:** قام الباحثون في المعهد القومي الأمريكي للسرطان بدراسة حول استخدام صبغات الشعر والمثبتات، وتبين أن هذه الصبغات مع الوقت تسبب (السرطان) إذ أن هذه الصبغات تحمل مواد ضارة شديدة الخطورة أخطرها مادة (بي بي دي) وهي مادة عادة ما تكتشف في دماء المنتحرين ، والنسبة الآمنة من هذه المواد الضارة لا تتعدى 3% ، وهذه النسبة لا تكفي لتلوين الشعر بالقدر المطلوب مما جعل اللاهثين وراء الثراء أصحاب الذمم الخربة والجشعين الطامعين يزدوا من نسبة هذه المواد الضارة إلى 70% ، وهذا سر ثبوت أفضل الأنواع من هذه الصبغات ، ويختاروا لها أسماء رنانة مثل (الحناء السوداء) ، وقد تبين أنه ربما تكون هناك علاقة بين استخدام مستحضرات صبغ الشعر وبين الإصابة ببعض أنواع السرطان والتسمم ، وذلك لوصول هذه المواد إلى مجرى الدم وسريانها فيه عبر الجلد وبصيلات الشعر ، وبالتالي تنتقل إلى جميع أعضاء الجسم ، وتبدأ تظهر هذه الأعراض السمية في غضون من 4 إلى 6 ساعات .

إن التسمم (بي بي دي) الحاد يوصف بأنه يحصل أعراض استسقاء في الرأس والرقبة وانتفاخ وصعوبة في إخراج اللسان ، وانسداد في الجزء العلوي من الجهاز التنفسي ، وصعوبة في التنفس ، وحصول النعاس والرعدة والتشنجات ، حصول تقيؤ ، وحصول فشل كلوي حاد وفجأة ، وحصول وفاة قلبية نتيجة الفشل الحاد.

وقد حذر السكرتير التنفيذي في النظام الصحي بجامعة بنسلفانيا الدكتور مايكل هالي « أن مادة تدعى (سلفات لوريث الصوديوم) قد تسبب الإصابة بالسرطان ، حيث اتضح أن هذه المادة تدخل في تركيب أغلب أنواع الشامبوهات ، وذلك لأنها تنتج قدراً كبيراً من الرغوة إضافة إلى قلة تكلفتها ورخص ثمنها ، لكن من الحقائق المذهلة عنها أنها تستخدم في شطف الجراجات أو الأرضيات وهي مادة قوية المفعول» .

**التدخين والمخدرات والمسكرات:** حيث تقدر منظمة الصحة العالمية أن منتجات التبغ تتسبب في وفاة 4 ملايين حالة سنوياً، وتتوقع زيادة عدد الحالات إلى 8.4 ملايين عند حلول عام 2020 حين ستكون 70% من هذه الوفيات في الدول النامية ، وتشير آخر الاستطلاعات إلى انتشار التدخين في الفئة العمرية الأقل من 18 عاماً ، وأنه في حالة استمرار هذا الاتجاه سيتسبب التدخين في وفاة 250 مليون شخص من هؤلاء الذين بدءوا التدخين في هذه السن المبكرة، وسيكون معظمهم في

الدول النامية. وتزداد نسبة الإصابة بسرطان الرئة مع زيادة عدد السجائر ، فمن يدخن 25 سيجاره في اليوم تزداد نسبة إصابته بالسرطان إلى 25-30 مرة مقارنة بغير المدخنين . وهناك بحث علمي يفيد أن كل سيجارة يتنفسها الإنسان تنقص من عمرة 5 دقائق، وهناك بحث آخر يفيد أن تدخين 20 سيجارة يومياً تنقص من عمر الإنسان المدخن 8 سنوات ، والدليل على ذلك أن السيجارة الواحدة تحتوي على أربعة آلاف مادة ضارة منها 60 مادة مسببة للسرطان وأمراض القلب والشرابين (موت عضلة القلب والسكتة الدماغية) أمراض الرئة وتصلب شرايين الساقين ، ويؤدي ذلك إلى حدوث غرغرينا ، وسبب ذلك أن التدخين يعمل على تجمع الصفائح الدموية ويرفع تركيز المواد المسببة لتجلط الدم ويقلل من مادة (البروستاغلين) المسؤولة عن اتساع الوعاء الشرياني كما أن الورقة المغلفة وإن بدت رقيقة وهشة إلا أنها تحتوي عند احتراقها على أول أكسيد الكربون الذي بدوره يؤثر على هيموجلوبين الدم ويقلل من فاعليته وقدرته على حمل الأكسجين وبالتالي لا يصل إلى سائر أعضاء الجسم ، كما أن التدخين يزيد من نسبة الحموضة بالمعدة ، وبالتالي يؤثر على امتصاص الغذاء ، الأمر الذي يمنع من الاستفادة بقيمته ويؤدي هذا بدوره إلى عدم انتظام الجهاز الهضمي ، وبالتالي يؤثر على جميع أجهزة الجسم .

وقال باحثون: إن التدخين يزيد من احتمال الإصابة بسرطان المثانة للرجال والنساء إلا أن الخطر أكبر على المدخنات. وتوصل الباحثون في كلية كيك للطب في جامعة كاليفورنيا إلى أن فرصة إصابة المدخنين بصفة عامة بسرطان المثانة تعادل مرتين ونصف احتمال إصابة غير المدخنين ، وقال الباحثون : إنه عندما يدخن كل من النساء والرجال أعدادا متقاربة من السجائر فإن فرصة إصابة المدخنات بسرطان المثانة تزيد بكثير على الرجال .

وقال رئيس الطب الوقائي في مركز السرطان التابع لكلية كيك للطب رونالد روس : « إن الدراسة تقدم أحدث البراهين على أن احتمال إصابة النساء أكبر من احتمال إصابة الرجال ببعض أنواع السرطان الناجمة عن التدخين ، وأشار أيضاً إلى الأدلة المتزايدة على أن المدخنات أكثر عرضة للإصابة بسرطان الرئة من المدخنين » .. وقال روس في مقابلة : إن الدراسة تثبت أن النساء لسن بمأمن من خطر الإصابة بالأمراض ذات العلاقة بالتدخين بل ربما يتعرضن لمخاطره أكثر من الرجال ، وتبدو نتائج البحث مثيرة للدهشة حقاً لأن الأطباء عادة ما يعتبرون سرطان المثانة مرضاً يصيب الرجال حيث تمثل الإصابة به 6% من جميع الإصابات بالسرطان لدى الرجال و2% فقط من الإصابات بالسرطان لدى النساء ، وأصيب نحو 53200 أميركي بسرطان المثانة وأودى المرض بحياة 12200 مريض العام الماضي ، ويعتقد أن نصف جميع الحالات نجمت عن التدخين ، وشملت الدراسة التي نشرتها مجلة معهد السرطان القومي 1514 مريضاً بسرطان المثانة و1514 من غير المصابين بالمرض القاطنين في لوس أنجلوس. وسأل الباحثون جميع المشاركين عن عادات التدخين الخاصة بهم وعدد السجائر التي يدخنونها ونوع السجائر وعما إذا كانوا يبتلعون الدخان بعمق أو باعتدال أو بصورة خفيفة؛ وقال

الباحثون إنه بالنسبة لكل من الجنسين زادت فرصة الإصابة بسرطان المثانة وفقاً لعدد السجائر يومياً ووفقاً لعدد سنوات التدخين بصفة مستمرة ، وفي كل فئة من المدخنين كانت فرصة إصابة النساء أكبر من الرجال ، وتوصلت الدراسة إلى أن النساء اللائي يدخن 40 سيجارة في اليوم أو أكثر من ذلك على مدى 40 عاماً أو أكثر يواجهن احتمال الإصابة بسرطان المثانة يزيد على مثلي احتمال إصابة الرجال ممن يشاركونهن عادات التدخين نفسها ، ويزيد احتمال إصابة المدخنات بسرطان المثانة 11 مثلاً عن غير المدخنين بينما يزيد احتمال إصابة المدخنين خمسة أمثال عن غير المدخنين ، وقال روس : إن الأطباء لا يعرفون على وجه اليقين لماذا يتسبب التدخين في سرطان المثانة، لكنه أضاف أنه قد يكون ناجماً عن احتواء دخان السجائر على كميات ضئيلة من مادة كيميائية يطلق عليها (أريلامينات) ، وحلل الباحثون عينات من دم بعض المشاركين في الدراسة بحثاً عن أدلة على وجود الأريلامينات وتوصلوا إلى أن تركيز أحد مؤشرات وجود الأريلامينات لدى الرجال والنساء الذين يدخنون بمستوى واحد يوجد في النساء بنسبة أكبر من الرجال ، كما توصل الباحثون إلى أن خطر الإصابة بسرطان المثانة ليس له علاقة بوجود فلتري في السجائر من عدمه أو لتدخين السجائر منخفضة القطران أو السجائر ذات النسبة المرتفعة من القطران أو للابتلاع العميق أو المعتدل أو الخفيف لدخان السجائر ، وتبدأ معظم حالات سرطان المثانة بالخلايا المبطنة لجدار المثانة ، ولا يعتقد أن الوراثة عامل مؤثر في الإصابة بسرطان المثانة .

أما الدكتورة جوليا شارب من معهد بحوث السرطان البريطاني فتقول : إن التدخين هو السبب وراء تسع من عشر حالات سرطان الرئة، وأن الطريقة الأفضل للبقاء بعيداً عن المرض هي الإقلاع عنه ، هذا وقد هبط معدل الوفيات الناجم عن سرطان الرئة في صفوف النساء البريطانيات اللواتي دون سن السبعين إلى أدنى مستوى له منذ 30 عاماً .

ويقول خبراء: إن الهبوط يعود بشكل أساسي إلى انخفاض عدد النساء المدخنات، وقد لوحظ اتجاه مماثل في صفوف الرجال، حيث أن معدلات التدخين شهدت انخفاضاً أسرع.

وقال السير ريتشارد بيتو - من معهد أبحاث السرطان في بريطانيا : « نصف الأشخاص الذين يواصلون التدخين سيقتلون في خاتمة المطاف جراء عاداتهم هذه ولكن الإقلاع عن التدخين يؤدي الغرض منه بشكل جيد» ، وأردف يقول : « وحتى بعد العديد من السنوات في التدخين، فإن أولئك الذين يقلعون عنه قبل أن يُصابوا بسرطان الرئة أو مرض خطير آخر، يتجنبون معظم الخطر المحيق بهم بأن يقتلهم التبغ» . وقالت الدكتورة ليزلي وولكر مديرة قسم المعلومات العلمية في المعهد : « إنها توحى بأننا سنرى معدل سرطان الرئة في صفوف النساء يستمر في الانخفاض خلال العقد المقبل ، الجدير بالذكر أن التدخين هو السبب الرئيسي لسرطان الرئة، حيث أن تسع إصابات من بين كل 10 إصابات بسرطان الرئة هي على صلة بالتبغ ، وكانت معدلات سرطان الرئة في بريطانيا من بين الأعلى في



العالم ، ولكنها شهدت انخفاضاً في العقدين الأخيرين ، وهذا ناجم بشكل أساسي عن إقلاع الناس في بريطانيا عن التدخين ، ففي عام 1970 كان نحو 60 بالمئة من البالغين البريطانيين يدخنون، أما اليوم فإن نسبة المدخنين هبطت إلى أقل من النصف حيث ترسو عند معدل 27 بالمئة» .

ولكن دكتور كلايف بيتس - مدير جمعية آس الخيرية لمكافحة التدخين، حذر من أن معدلات التدخين قد توقفت عن الانخفاض ، وقال :« نحن بحاجة إلى إعادة مضاعفة الجهود لمساعدة المدخنين على الإقلاع عن التدخين والشباب لكي لا يبدؤوا بالتدخين على الإطلاق ، ويعتبر سرطان الرئة أحد أشد أنواع السرطان استعصاء على العلاج، ولكنه أحد الأنواع الأيسر على الوقاية منه» .  
ومن الأخبار السارة للذين أقلعوا عن التدخين مايلي :

من المعروف أن الإقلاع عن التدخين يقلل بالضرورة مخاطر الإصابة بسرطان الرئة، لكن الضرر الجيني الذي يتركه التدخين يحتاج إلى وقت أطول حتى تختفي آثاره ، وتشير الاحصاءات الطبية إلى أن نصف المعرضين للإصابة بهذا المرض هم من المدخنين السابقين ، ويحاول العلماء إيجاد طريقة معينة لمنع العطب الجيني، المتخلف عن آثار التدخين السابقة، من التحول إلى سرطان الرئة عند المدخنين المقلعين ، ويحاول الباحثون في جامعة تكساس الأمريكية التركيز على مادة تعرف باسم "ريتينيود"، وهي مكونات طبيعية ويمكن تصنيعها في المختبر، لها صلة بفيتامين ( أ ) والمعروف أيضاً باسم "ريتينول" ، ويحتاج الجسم إلى حامض الريتينول لأهميته لخلايا تدخل في التركيب الداخلي للرئة، ووظيفتها جعل تلك الخلايا تعمل بشكل طبيعي ، وينشط هذا الحامض مجسات معينة تنظم حياة وموت الخلايا، حيث يعرف العلماء أن المدخنين يعانون من تراجع أحد الأنواع الرئيسية من هذه المجسات ، وقد قرر الفريق العلمي في جامعة تكساس النظر في إمكانية تفعيل معالجة جينية يمكن أن تعيد الأوضاع إلى طبيعتها في الرئة ، ويقول الدكتور ووان كي هونغ رئيس قسم طب السرطان في جامعة تكساس إن البحث اظهر وجود إمكانية لإعادة الأوضاع إلى طبيعتها في رئات المدخنين السابقين ، ويعلق الدكتور جوناثان كيوري رئيس فريق البحث بالقول إن أهمية نتائج الدراسة تتركز في أنها أول بحث من نوعه يشخص هذا الموضوع في المدخنين السابقين ، إلا أن باحثين آخرين يقولون إن هذا الأسلوب قد لا يكون أفضل علاج لسرطان الرئة عند المدخنين، وذلك لأن له أعراضاً جانبية مثل الصداع والالتهابات الجلدية والاجهاد .  
[ويمكن الحصول على هذه المادة "ريتينيود"، من أغذية طبيعية مثل التي سبق وأشرنا إليها سابقاً ( وبدون أدنا أعراض جانبية بإذن الله ) ] .

**العوامل البيئية المحيطة بنا والتي تسبب التلوث مثل عوادم المواصلات**

**والمصانع والتدفئة :** تشير التقديرات الأخيرة إلى أن 80% على الأقل من جميع

حالات السرطان يلعب فيها العامل البيئي دوراً مهماً ، وأن التعرض للمعادن الثقيلة مثل الزئبق أو الرصاص أو مركبات اصطناعية معينة قد يخلق قابلية للإصابة



بأورام الدماغ أو بالسلوك الشاذ ، فعلى سبيل المثال بينت دراسة عن الآثار بعيدة المدى للتعرض لجرعات صغيرة من الرصاص في فترة الطفولة ارتباط هذا التعرض بعجز في وظيفة الجهاز العصبي المركزي يظل ملازماً حتى فترة الشباب . وحذرت منظمة الصحة العالمية من أن البشرية معرضة لأمراض خطيرة وغير متوقعة بسبب الأضرار التي تتعرض لها البيئة، خاصة في مناطق جنوب الصحراء الأفريقية ووسط وجنوب شرق آسيا ، وأجزاء من أمريكا اللاتينية ، وقالت منظمة الصحة العالمية في تقرير شارك في وضعه 1300 خبير من مختلف أنحاء العالم : « إن تلوث الغذاء يعد أحد أسباب المشاكل الخطيرة التي يتعرض لها السكان، بجانب تناقص المخزون السمكي والزراعي، إذ يعاني حوالي 800 مليون نسمة في الدول الفقيرة من سوء التغذية الناتج في الأساس عن مشكلات بيئية» .

**المبيدات الحشرية :** خلصت دراسة علمية إلى أن المزارعين والبستانيون الذين يستخدمون المبيدات الحشرية يعرضون أنفسهم لخطر الإصابة بتلف في خلايا المخ ، وذكرت الدراسة التي أجراها علماء هولنديون أن الأشخاص الذين تعرضوا مباشرة وعلى مدى فترات طويلة للمبيدات الحشرية أثناء عملهم يمكن أن يصابوا بإعاقات ذهنية لا يرجى منها الشفاء ، وقد تناولت الدراسة صحة 830 شخصاً، بينهم 629 ممن تعرضوا للمبيدات أثناء عملهم ، وأظهرت النتائج أن الكثيرين منهم أصيبوا بإعاقات ذهنية تضمنت صعوبات في تمييز بعض الكلمات أو الألوان أو الأعداد وفقدان القدرة على التحدث بطلاقة ، ووجد الباحثون أن الأشخاص الذين تعرضوا للمبيدات الحشرية تزداد فرص إصابتهم بالعلل الذهنية البسيطة بنحو خمسة أضعاف فرص إصابة غير المتعرضين لها ، كما أوضحت الإحصاءات أن المزارعين والبستانيون هم أكثر شرائح العينة المدروسة تعرضاً للإصابة بتلف خلايا

**تلوث الغذاء بالفطريات :** يرجح الكثير من العلماء أن الفطريات هي السبب الأول والمباشر في الإصابة بالسرطان، كما أكد هذا دراسة علمية هامة للدكتور محمد عبد الحميد - عضو مجلس بحوث الصحة والدواء ، وفيها : « إن السموم الفطرية هي عبارة عن نواتج ثانوية للفطريات وهي شديدة الشبه بالمضادات الحيوية لأنها تختلف عنها في سميتها الشديدة للكائنات الحية ، وترجع خطورتها إلى أن الفطريات المنتجة لها تصيب جميع السلع الغذائية والأعلاف الحيوانية بلا استثناء ، لا سيما إذا أتاحت الفرصة وتهأت الظروف الملائمة لهذه الفطريات للقيام بإفرازاتها الثانوية من مضادات حيوية وسموم فطرية » .

ويضيف البحث : إن السموم الفطرية مجموعات كبيرة تضم تحتها حوالي 120 نوعاً من السموم الفطرية تم التعرف عليها ، ومن بينها ما يسبب آثاراً مرضية للكبد ، ومنها ما يؤثر على الكلى .

وهناك دراسة أقيمت في السويد أثبتت أن هناك علاقة بين الداويكسينات والفيورانات في غذاء الإنسان ، وانخفاض ملحوظ في أعداد الخلايا الطبيعية القاتلة التي تلعب دوراً هاماً في مقاومة السرطان .

ولذا يُنصح بعدم تناول طعام وشراب ظهرت عليه علامات العطن ، بقع بنية ، أو طعام وشراب تغيرات رائحته (حامض) ، كما ننصح بحفظ الأغذية في درجة حرارة منخفضة فهذا يحميها إلى حد كبير من التلف بإذن الله ، والمعلوم أن الفطريات يقل إفراز سمومها تحت درجة حرارة أقل من 15م وأعلى من 45 م وبالتالي عدم تكوين مادة الأفلوتوكسينات السامة ، أما درجة الحرارة ما بين 20م إلى 35م فتعتبر الدرجة المثلى لنمو الفطريات وإفراز السموم ، كما تلعب الرطوبة دوراً رئيسياً في المساعدة على نمو الفطر وإفراز السموم .

**الإفراط في تناول المضادات الحيوية بدون إشراف الطبيب ، أو تحت إشراف طبيب ولكنه بالغ في وصفها للمريض :** المضاد الحيوي يقتل البكتريا النافعة مما يؤدي إلى إحداث تغيير بالتوازن البيئي لسوائل الجسم ، وبالتالي يتغير المركب الكيميائي له ، ويُرجح أن هذا السبب هو السبب الثاني والمباشر لإصابة العديد من المرضى بالسرطان خصوصاً مع تناولهم للغذاء الرديء (عديم القيمة الغذائية) ، ونلفت نظر كل من يستخدم المضادات الحيوية أن يهتم بالغذاء الجيد أثناء فترة العلاج بها ، لأن للغذاء الجيد القدرة على تقوية جهازه المناعي وحماية الكبد الذي يجد عبئاً كبيراً في استخلاص ما في هذه الأدوية من سموم .

**الأمراض المستوطنة:** حسب إحصائيات المعهد القومي للأورام بالقاهرة عن حالات الأورام السرطانية في مصر، وجد أن أورام المثانة تمثل 18.2% من إجمالي الحالات ويرجع ذلك لانتشار البلهارسيا، بينما تمثل أورام الجهاز الهضمي 18.4%، وتأتي أورام الثدي في المرتبة الأولى بين النساء بنسبة 24.3% .

**الغذاء وما يتعلق به:** أفادت الأنباء الواردة من صحيفة العلوم والتكنولوجيا اليومية الصينية بأن أحدث البحوث يبين أن 50 بالمائة من الإصابات بمرض السرطان لها صلة بالعوامل الغذائية، وأن تعديل التكوين الغذائي يمكن أن يخفف فرصة الإصابة بمرض السرطان بنسبة 30 بالمائة.

ويقول باحثون بريطانيون إن النساء اللواتي يتبعن حمية غذائية كثيرة الدسم يمكن أن يضاعفن من خطر إصابتهن بمرض سرطان الثدي في وقت لاحق من حياتهن ، ووجدت دراسة أجريت على أكثر من 13 ألف امرأة في نورفولك، في بريطانيا، أن النساء اللواتي تناولن أكثر من 90 جراماً من الدهون في اليوم لديهن خطر إصابة بسرطان الثدي يبلغ ضعف ذاك الذي لدى اللواتي تناولن 40 جراماً من الدهون أو أقل ، وقد فشل العديد من الدراسات في العثور على صلة بين الدهون وسرطان الثدي، ولكي الخبراء يقولون إن نوع المسح الغذائي الذي اعتمد من قبل الباحثين

السابقين يمكن أن يكون قد حجب المشكلة عن الأنظار ، ومن المعروف بالفعل أن كون المرأة بدنية يرفع من نسبة خطر إصابتها بسرطان الثدي، ولكن هذه الدراسة تشير بأصبع الاتهام إلى الأطعمة الدسمة على وجه الخصوص ، وأفاد خبراء من وحدة "دن" للتغذية البشرية في مجلس الأبحاث الطبية في كامبريدج ببريطانيا في دراسة لهم نشرت في مجلة لانست الدورية الطبية بتفاصيل في شأن "اليوميات الغذائية" التي أخذت من النساء اللواتي شاركن في البحث ، وكان خطر الإصابة بسرطان الثدي لدى النسوة اللواتي في الشريحة التي تشكل أعلى 20 بالمئة من استهلاك الدهون المشبعة نحو ضعف الخطر لدى الشريحة التي تشكل أدنى 20 بالمئة ، وقد تمت الملاءمة بين النساء بعناية في هذه الدراسة بحيث أخذت عوامل أخرى يمكنها أن تشوه النتائج، من قبيل أنماط حياة أخرى غير الحماية الغذائية الغنية بالمواد الدهنية ، وقالت الدكتورة شايليا بينجهام، نائبة رئيس الوحدة: "الدراسة تظهر أن هناك صلة في طور الظهور بين تناول الكثير من الأطعمة الدسمة والارتفاع في خطر الإصابة بسرطان الثدي" ، وأردفت تقول: "الأثر (المرتبط على ذلك) يبدو مرتبطا على وجه الخصوص بالدهنيات المشبعة الموجودة على الأغلب في الحليب كامل الدسم، والزبدة، واللحوم وبعض الأطعمة المصنوعة من الدقيق مثل البسكويت والكاتو" ، وقالت الدكتورة ليزلي ووكر، من مركز أبحاث السرطان في بريطانيا: "إن دراسة الصلة بين الحماية الغذائية وسرطان الثدي أمر معقد" ، وأضافت: "الدراسة تواصل كشف النقاب عن المزيد من المعلومات حول الكيفية التي يمكن بها الربط بين الاثنين" ، ومضت تقول: "هذا البحث يسلط الضوء على أهمية الأكل بشكل متعقل من أجل التخفيف من خطر الإصابة بالسرطان" ، الجدير بالذكر أن حدوث سرطان الثدي في الدول المتطورة يشهد تزايدا مضطردا، بحيث يشكل حاليا أكثر أنواع السرطان شيوعا لدى النساء في بريطانيا ، وهناك قدر كبير من الحالات التي يتم اكتشافها حاليا بسبب وجود برامج للكشف عن السرطان، والتقدم في مجال العلاج بالأدوية يعزز من معدلات الشفاء من المرض ، وقالت دليث مورجان، المديرية التنفيذية لجماعة "التقدم في مجال سرطان الثدي" البريطانية: "إن سرطان الثدي مرض بالغ التعقيد ومن الصعب إجراء أبحاث على الأثر الذي تتركه عوامل غذائية معينة، من قبيل تناول الدهون لوحده، على خطر الإصابة بسرطان الثدي".

### الطيور والحيوانات المغذاة بغذاء كيميائي : يجب تفادي اللحم أو التقليل

منه إلى حد كبير حيث أن اللحم الذي يأتنا من المزارع الصناعية والتي تعطى فيها الحيوانات نسبة كبيرة من الهرمونات، كما أن مركبات الإستروجين تحقق بصفة دورية للحيوانات من أجل تسمينها، وعند أكل مثل هذا الأنواع من اللحوم فإن الهرمون الموجود فيها يخزن في أنسجة الفرد التناسلية سواء في المبايض أو الخصية أو البروستاتا ، والذي بدوره يحرض هرمونات الجسم ، وبالتالي تؤدي زيادتها إلى تكوين السرطان ، و كشفت دراسة طبية نشرت دورية « كلينيكال نيوتريشن » الأميركية المتخصصة في التغذية وأجراها باحثون أميركيون النقاب عن أن المفرطين في تناول اللحوم الحمراء ومنتجات الألبان هم أكثر عرضة من

غيرهم للإصابة بسرطان المريء والمعدة والقولون ، وأوضحت الدراسة أن 33% من المصابين بسرطان المعدة و35% من المصابين بسرطان المريء هم من المفرطين في تناول اللحوم والألبان ، وأشارت إلى أن الإصابة بسرطان المريء الذين يتبعون نظاماً غذائياً يعتمد على اللحوم بصورة كبيرة يعادل ثلاثة أمثال احتمال إصابة من يتناولون طعاماً صحياً ، في حين تبلغ النسبة بين أولئك في سرطان المعدة المثلين ، ويقول الباحثون إن خطر الإصابة بكلا النوعين من السرطان يتضاعف لدى أولئك الذين يتناولون الكثير من منتجات الألبان ويميلون في الوقت نفسه إلى تناول الكثير من اللحوم .

وقد أجرى الباحثون وهم من معهد السرطان بجامعة تافتس في بوسطن الدراسة على 124 مصاباً بسرطان المعدة و124 مصاباً بسرطان المريء و449 من غير المصابين بالسرطان من سكان ولاية نبراسكا الأميركية، وقسم الباحثون النظم الغذائية التي يعتمد عليها الذين أجريت عليهم الدراسة عدة تصنيفات، هي صحي ومفرط في تناول اللحوم ، ومفرط في تناول الألبان، ومفرط في تناول الوجبات الخفيفة المملحة ، ومفرط في تناول الحلوى ، ومفرط في تناول الخبز الأبيض ، وأشار الباحثون إلى أن نظام الغذاء الصحي هو الذي يحتوي في الأغلب على الفاكهة والخضر والحبوب، وأوضح الباحثون أنه رغم وجود 21% من الذين شملتهم الدراسة يتبعون نظاماً صحياً إلا أنهم كانوا يتناولون بصفة عامة أقل قدر ممكن من السعرات الحرارية .

وفي واشنطن تصاعدت المخاوف مجدداً من تناول اللحوم الحمراء، وخصوصاً اللحم البقري، بعد أن اكتشف العلماء في جامعة كاليفورنيا بسان دييجو، أنها تسبب أمراض القلب والسرطان نتيجة إدخالها مركب كيميائي سام إلى أنسجة الجسم، وقال الباحثون إن هذا المركب، وهو نوع من السكر، لا ينتج في البشر ، ولكنه موجود بمستويات عالية في لحوم الحملان والعجول والخنازير، ويحفز استجابات مناعية مؤذية في جسم الإنسان.

وأوضح العلماء في التقرير الذي نشرته مجلة « أحداث الأكاديمية الوطنية للعلوم » أن الدراسات السابقة ربطت اللحوم الحمراء بأمراض القلب والسرطان، ولكن الدراسات الجديدة ركزت على الدهون المشبعة والمواد الكيميائية التي تنتج خلال عملية الطهي، حيث تبين أن تلف الأنسجة يتراكم عبر السنين وهو ما يسبب المرض ، ويركز البحث الجديد على نوع من السكر يعرف باسم (حمض سياليك) حيث أظهرت الاختبارات على ثلاث أشخاص أن أنسجة الجسم كالأوعية الدموية مثلاً تمتص هذا السكر عند وجوده في الغذاء، وبينت أيضاً أن جهاز المناعة يعتبره مادة غريبة وينشط لمهاجمتها نظراً لعدم وجوده في الجسم في الحالة الطبيعية ، وأوضح العلماء أن هذا المركب ليس ساماً فوراً، ومن الممكن أن البشر قد بنوا قوة تحمل معينة بعد ممارسة عادة أكل اللحوم لمئات الآلاف من السنين، ويبدو أن التلف هو الذي تراكم عبر السنين، مشيرين إلى أن البشر يعيشون مدة أطول الآن ، ولكن التساؤل الذي يبرز هنا هو ما إذا كان تراكم مادة (نيوفايف جي سي) ووجود الأجسام

المضادة لها تلقائيا هو الذي يسبب بعض الأمراض مستقبلا ، وهذا التحذير ينطبق على اللحوم البيضاء المغذاة بأغذية كيميائية ، ويكفيك أن تعلم أنه لكي يصبح وزن دجاجة 2 كيلو يلزمها 6 أشهر ، أما الآن فلن تصبح الدجاجة بهذا الوزن يلزمها 35 يوماً فقط ، وهذا ما يلحظه البعض من خلال صوتها (الصوت صوت فرخ ، والجسم جسم دجاجة) والسؤال الذي يطرح نفسه ، إذا كانت هذه الأغذية تنشط وزن الدجاجة إلى هذا الحد ! وفي هذه المدة الوجيزة ! فما الذي ستفعله بخلايانا الضعيفة ؟!

### الإفراط في تناول الغنية بالسكريات والنشويات :

أظهرت دراسة مكسيكية-أمريكية أن الإفراط في تناول الأغذية التي تحتوي على نسبة عالية من السكريات والنشويات يضعف من احتمالات الإصابة بأمراض السرطان، خصوصاً سرطان الثدي، ناهيك عن تسببها بالبدانة بشكل عام ، وأجرى الدراسة رئيس قسم التغذية في معهد الصحة العامة التابع لجامعة هارفرد بالتعاون مع معهد كورنفاكا في مكسيكو ، وانضمت إلى الدراسة 475 مصابة بسرطان الثدي و1391 سيدة تتمتع بالصحة، وقارن الأطباء بين العادات الغذائية للفئتين ، وتبين أن اللواتي تصل نسبة النشويات والسكريات في غذائهن إلى أكثر من 62 في المئة معرضات للإصابة بسرطان الثدي بنسبة 2.22 في المائة أكثر من اللواتي تمثل هذه المواد نسبة 52 في المائة أو أقل ، ويشرح الأطباء مخاطر هذه المواد كونها ترفع نسبة السكر في الدم بسرعة مما يدفع الجسم إلى إفراز كميات أكبر من الأنسولين، مما يؤدي إلى انفصام الخلايا وإلى ارتفاع مستوى مادة الإستروجين في الدم، وهما أمران يؤديان معاً إلى ارتفاع خطر الإصابة بسرطان الثدي وينبه الأطباء في الوقت نفسه إلى أن التخفيف من تناول النشويات والسكريات لا يعني في أي حال من الأحوال التوجه نحو أكل اللحوم والأجبان والدهون، لما لهذه الأخيرة من مخاطر أخرى على الصحة (كما سبق ذكره) .

وقامت منظمة الصحة العالمية بإجراء سلسلة مشاورات طارئة لتقييم الأبحاث والدراسات المقلقة الأخيرة التي أشارت إلى وجود مادة في رقائق البطاطس، والبطاطس المقلية وبعض أنواع الخبز يمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالسرطان . وأجريت أبحاث في أربع دول توصلت للنتيجة نفسها في أن البطاطس المقلية قد تكون إحدى مسببات السرطان في الدول الغربية، فقد أجمع العلماء خلال اجتماع منظمة الصحة العالمية ومنظمة الأغذية والزراعة على أن المستويات العالية من مادة (الأكريلاميد) في الغذاء أمر مثير للقلق . فهذه المادة تستخدم في صناعة البلاستيك ثم اكتشفت في الأغذية التي تتعرض للحرارة العالية وقد أثار ذلك الاكتشاف الذي أعلن في شهر أبريل عام 2002م في السويد انتباه علماء الصحة والبيئة.

بدأت الأبحاث بدعم من المنظميتين المذكورتين آنفاً ، وبالفعل وجد أن مادة الأكريلاميد مسببة للسرطان في حيوانات التجارب ، كما تتلف الأعصاب مما يؤدي إلى قلة الإحساس وضعف التحكم في العضلة وربما التتميل.

توالت الأبحاث على هذه المادة في كل من النرويج والنمسا وبريطانيا والولايات المتحدة لتؤكد وجود تلك المادة في الأغذية النشوية مثل البطاطس المقلية وبعض البسكويتات وبعض المخبوزات ، فقد وجدت في البطاطس المقلية بنسبة تزيد عن 500% من الحدود المسموح بها ، كما وجدت أن نسبتها تعدت 100% من المسموح به في مطاعم الأغذية السريعة ، كما وجدت بكميات أقل في البسكويتات وحبوب الإفطار وبعض المخبوزات. وتتكون هذه المادة الضارة باتحاد السكر الموجود في البطاطس مع نوع من البروتين بوجود حرارة عالية وقلة الماء. تتضاعف هذه المادة في الأغذية التي تتعرض لدرجة حرارة عالية في عدم وجود الماء فهي إذاً تتكون في الأغذية المقلية وكلما زادت درجة القلي كلما زادت تلك المادة أما البطاطس المطبوخة فلا تتكون فيها ، مازالت الأبحاث جارية لتقلل خطر تلك المادة فاتجهت جامعة ريدينج في بريطانيا لإنتاج سلالة من البطاطس يقل فيها ذلك الحمض الأميني المكون للمادة من البروتين بينما اتجهت أبحاث أخرى لمحاولة إيجاد بديل للبطاطس المقلية ولكن الجميع أجمعوا على أنه يجب الاحتياط وعدم الإكثار من البطاطس المقلية تفادياً لأي خطر .

**أصبغة تنقية المياه:** ثبت في تجارب مخبرية أجريت على حيوانات التجارب أن مادة الأكريلاميد، التي تستخدم في إنتاج مواد بلاستيكية وأصبغة ولتنقية مياه الشرب، هي مادة مسببة للسرطان وبالتالي فإنه يشتبه في كونها تسبب السرطان لدى الأشخاص المعرضين لمستويات عالية منها على مدى فترات طويلة ، وعلى الرغم من وجودها في المياه، فإن وجودها المحتمل بمستويات عالية في أغذية أساسية قد كان له وقع الصدمة. وقال يورجن شلوندت - منسق قسم سلامة الأغذية في منظمة الصحة العالمية : « إذا كان ما نعرفه عن طريق المياه والتجارب على الحيوانات صحيحاً، فإن ذلك يمكن أن يكون مصدراً هاماً جداً للسرطان لدى البشر» .. وأضاف : « إن هذا الأمر ليس مجرد دعر غذائي آخر».

وقد بلغ مستوى القلق لدى منظمة الصحة العالمية درجة حدثت بها إلى تنظيم لقاء يضم 25 خبيراً دولياً في غضون شهرين من نشر الدراسة السويدية، واستناداً إلى شلوندت، فإن هذا الأمر قد سجل رقماً قياسياً بالنسبة للمنظمة الدولية التابعة للأمم المتحدة، والتي عادة ما يستغرق منها أمر تنظيم اجتماعات متخصصة لمراجعة معلومات علمية ما يقارب العام ، وقال شلوندت : « إن قلق منظمة الصحة العالمية قد لقي ما يبرره في دراسات لاحقة في النرويج وبريطانيا وسويسرا عززت من صحة ما توصلت إليه دراسة دائرة الغذاء القومية السويدية من نتائج» ، وأردف يقول : « إنها ليست مسألة دفعة من النتائج المغلوطة من قبل علماء ، كل من لديه أدنى خبرة يفهم أن هذا تهديد محتمل» .

وأفاد بحث جديد بأن زيادة استهلاك المشروبات الغازية قد يكون سبباً في الإصابة ببعض أنواع سرطان المريء ، وخلص فريق من مستشفى تاتا ميموريال الهندية إلى أن استهلاك المشروبات الغازية ازداد خمس مرات في الولايات المتحدة



خلال الـ 50 عاما الماضية ، وربط الباحثون هذه الزيادة بارتفاع معدلات سرطان المريء ست مرات عن المعتاد بين الرجال البيض الذي يستهلكون معظم المشروبات الغازية .

في الوقت نفسه شكك بعض العلماء في العلاقة بين المشروبات الغازية وسرطان المريء ودعوا إلى إجراء مزيد من الأبحاث ، وتوصل الفريق إلى وجود هذه العلاقة أيضاً في بريطانيا وأستراليا حيث ترتفع أيضاً معدلات استهلاك المشروبات الغازية، يذكر أن نحو 7200 شخص يصابون بسرطان المريء كل عام بزيادة 65 بالمائة على مدى الثلاثين عاماً الأخيرة ، وعلى النقيض تقل معدلات الإصابة بالمرض في دول مثل اليابان والصين بسبب انخفاض معدلات استهلاك المشروبات الغازية ، وقال الباحث مهندس مالاث «يشير هذا الارتباط القوي والمفاجئ إلى تأثير المواد الغذائية على الصحة ، وفي ظل استمرار ارتفاع تلك المعدلات خلال العشرين عاماً القادمة نعتقد أن هناك حاجة ملحة لإجراء مزيد من الدراسات من أجل التوصل إلى العلاقة الحقيقية» .

في الوقت نفسه أكد الدكتور لي كابلان - من مستشفى ماساشوستس العامة » أن البحث لا يثبت بأي حال أن استهلاك المشروبات الغازية يسبب سرطان المريء ولكنه يشير فقط إلى احتمال وجود علاقة بين الأمرين» .. وأضاف : « إن الأشخاص الذين يستهلكون كميات كبيرة من هذه المشروبات قد يكون عندهم أسباب أخرى تؤدي إلى السرطان مثل السمنة الزائدة» ، وقد أوضح البحث أن المشروبات الغازية تؤدي إلى انتفاخ المعدة مما قد يؤدي إلى دخول محتويات المعدة إلى المريء ، ومن المعروف أن محتويات المعدة تميل إلى أن تكون حمضية في معظمها مما يثير أغشية المريء وهي ظاهرة يربطها العلماء بتطور سرطان المريء .

### أسماك المياه الراكدة وبحيرات التي يصب فيها المخلفات : أظهرت

دراسة أميركية أن أطفال بعض الأمهات اللاتي قد تربين على أكل أسماك البحيرات لديهم درجات ذكاء منخفضة مقارنة بغيرهم من الأطفال وذاكرة ضعيفة طويلة المدى وقصيرة المدى بالإضافة إلى درجة تركيز منخفضة ، ارتبطت الملوثات العضوية الدائمة أيضاً بانخفاض في أعداد الحيوانات المنوية عند الرجال وزيادة في العيوب الخلقية للجهاز التناسلي وزيادة نسبة سرطان الخصية ، أما بالنسبة للحيوانات البرية فقد أثبتت دراسات عديدة علاقة بضعف نمو الجهاز التناسلي فيها وبالتالي علاقتها المباشرة بتعرض الكثير من الحيوانات للانقراض .

وفي الدراسة التي أجراها الدكتور فوزي الشوبكي - أستاذ الكيمياء الحيوية والتغذية بمعهد البحوث القومي بالقاهرة ، أكد على أن الكائنات البحرية التي تعيش في مياه ملوثة بالرصاص تنقله إلى المستهلكين، وأن هذا النوع من الرصاص ثبت أنه يمتص بسهولة من الأمعاء لمن يتناولون هذه الكائنات البحرية من أسماك وغيرها، حيث ثبت أن معدل تركيز الرصاص وصل إلى 64 ميكروجراماً في الجرام الواحد بعد 3 أسابيع فقط من استمرار الفرد في تناول هذا الطعام البحري.



**ملح السياحات :** هو نتاج منخفض طبيعي أو صناعي أو صرف صحي أو مياه جوفيه وغيره ، و يحتوي الملح المغشوش (الفاقد) على مبيدات حشرية وبكتيريا مميتة وأتربة ومواد كربونية وعناصر ثقيلة ضارة مثل الزرنيخ والرصاص ، وعنه يؤكد الدكتور محمد سراج الدين زكريا - أستاذ الباطنة العامة والكبد والجهاز الهضمي بطب قصر العيني «تتوقف الآثار السلبية لتناول ملح السياحات على جسم الإنسان ، الكبد والرئة والكلى ، نتيجة لتراكم العناصر الثقيلة والمبيدات والأسمدة وباقي الملوثات الأخرى الموجودة به على ظهور أمراض معينة مثل التسمم والعقم والسرطان والفشل الكلوي وأمراض الكبد وذلك على المدى الطويل (ويجب أن نشير هنا إلى أن بعض المطاعم ومحلات المخللات ومحلات الأسماك المملحة تستخدم مثل هذا الملح ، نظرا لانخفاض سعره ) .

وأشارت دراسة إلى أن تناول كميات مرتفعة من الملح في الطعام يزيد من احتمال الإصابة بسرطان المعدة ، فقد قام العلماء من المركز الوطني لبحوث السرطان في اليابان بدراسة استغرقت 11 عاماً وشملت 40 ألف ياباني في منتصف العمر، وأظهرت الدراسة إن احتمال الإصابة بسرطان المعدة نسبته 1 في الخمسمائة بالنسبة للرجال الذين يتناولون أكبر كميات من الملح وهو ضعف المعدل بالنسبة للذين يتناولون أقل كميات من الملح ، وأشارت الدراسة التي نشرتها الدورية البريطانية لأبحاث السرطان، أن احتمال الإصابة بسرطان المعدة بين النساء بلغ 1 في الـ 1300 سنويا بالنسبة للاتي يتناولون أكبر كميات من الملح، مقارنة بواحد في الألفين بالنسبة للاتي يتناولون طعاماً خالياً من الملح نسبياً ، يذكر أن سرطان المعدة يعد السبب الثاني بين الأورام السرطانية المسبب للوفاة على مستوى العالم ، حيث يقدر أن سرطان المعدة تسبب في وفاة 776 ألف شخص على مستوى العالم عام 1996 ، ويدرك العلماء أن تناول كميات كبيرة من الملح في الطعام يمكن أن يؤدي إلى التهاب المعدة الضموري، والذي يندر باحتمال ظهور سرطان المعدة ، يذكر أن التملح والتخليل والتدخين من الوسائل الشائعة تقليدياً في إعداد الطعام في اليابان، والمعروف أن الخضروات المخللة غنية بالصوديوم وفقيرة في فيتامين (سي) ومع انتشار الأطعمة الغربية في اليابان لوحظ انخفاض معدلات سرطان المعدة وزيادة معدلات سرطان الثدي والأمعاء، مما يؤكد أهمية العلاقة بين السرطان ونوعية الطعام ، وقال الدكتور شويتشيرو تسوجاني والذي قاد البحث :«رغم الانخفاض المستمر في حالات ظهور سرطان المعدة، إلا أنه مازال أكثر أنواع السرطانات شيوعاً في اليابان» . وأضاف : «بالإضافة إلى الملح في الطعام تظهر الدراسة التي قمنا بها أيضاً أن التدخين وقلة تناول الفاكهة والخضروات تزيد من احتمالات الإصابة بسرطان المعدة، خاصة عند الرجال» .

ويقول الدكتور تيم كي، والذي يعمل مع معهد بحوث السرطان ببريطانيا : «تظهر هذه الدراسة علاقة قوية بين سرطان المعدة وتناول الأطعمة اليابانية التي ترتفع فيها نسبة الملح ومنها الأسماك المملحة والخضروات المخللة» ، وأضاف :

ما لا نعرفه هو ما إذا كان الملح في حد ذاته في تلك الأطعمة هو الذي يمكن أن يسبب السرطان ، أم اقتران الملح بمواد أخرى» ، وتابع قائلاً : « في بريطانيا تنخفض معدلات سرطان المعدة كثيراً عن اليابان، حيث لا يشيع استهلاك تلك الأطعمة المالحة ، كما أن خفض كميات الملح التي تدخل الجسم عن طريق الطعام يسهم أيضاً في إقلال مخاطر الإصابة بضغط الدم العالي وأمراض القلب والأوعية ، وتبرز الدراسة أهمية خفض الملح في طعامنا اليومي ليس فقط لتقليل احتمالات الإصابة بسرطان المعدة، بل أيضاً لحمايتنا من أمراض القلب» .

**الإفراط في استخدام الهاتف المحمول:** أشارت دراسة أمريكية جديدة بقيادة الباحث هنري لي - في جامعة واشنطن الأمريكية إلى أن الأمواج القصيرة جداً (الميكروويف) تزيد من إفراز هرمون داخلي من زمرة الكورتيزول، كما يمكن أن تطلق المورفين الداخلي ، وتؤكد نتائج هذه الدراسة تأثير الهاتف المحمول في كيميائية الخلايا الحية، كما تشرح لماذا تجد حيوانات التجارب صعوبة في التعلم ، وذلك لأن إفراز هذا الهرمون مرتبط بالتعرض لنوع من التأزم الداخلي، سواء عن طريق ارتفاع درجة الحرارة أو الألم .

كما أشار الباحث جون تيترسيل - من بريطانيا إلى «أن الهواتف المحمولة تؤثر في كهربائية الدماغ لفترة زمنية قد تطول أو تقصر حسب المدة الزمنية التي يتعرض لها الإنسان للأمواج القصيرة، واستناداً إلى هذه الدراسة منعت بعض الشركات استخدام الهواتف المحمولة لدى المهن التي تحتاج إلى تركيز كبير ومستمر» .

ومن الدراسات حول تأثير التليفون المحمول على الجسم ، دراسة دكتور ديفيد بوميرايا ، وفريقه العلمي في جامعة نوتنغهام البريطانية، الذي سلط الأمواج القصيرة جداً على نوع من الديدان الصغيرة المعروفة للعلماء من الناحية الفيسيولوجية والتشريحية، ووجد أن الأمواج تزيد من نموها بمعدل 5 في المائة، مقارنة بالديدان الأخرى، وهذا يعني أن الهواتف المحمولة يمكن أن تزيد من الانقسام الخلوي، وبالتالي مخاوف حدوث السرطان.

وكشف فريق من الباحثين بجامعة إيسن الألمانية أن الأشخاص الذين يستخدمون التليفون المحمول بانتظام تتضاعف فرصة إصابتهم بسرطان العين ثلاث مرات ، وكان العلماء بالجامعة قد اختبروا 118 مريضاً ممن يعانون من الورم الخبيث وهو سرطان يصيب قزحية العين وقاعدة الشبكية بها، ضمن تتكون من 475 فرداً، فوجدوا أن كل هؤلاء المصابين بسرطان العين ممن يستخدمون الهاتف المحمول بكثافة عالية .

أيضاً أثبتت دراسة لجامعة أسبانية أن الهاتف المحمول له أثر عظيم على خلايا المخ أكثر مما كان يظن سابقاً، حيث وجد أن استخدام الهاتف المحمول يزيد من شدة المجال الكهربائي الناشئ في الخلايا غير الكروية بالمخ.

اقترحت دراسة حديثة أن يكون الإفراط في استخدام الهاتف المحمول سبباً في تدمير الحيوانات المنوية، وذكر باحثون من مؤسسة كليفلاند كلينيك في أوهايو أن الرجال الذين يستخدمون المحمول لأربع ساعات أو أكثر في اليوم لديهم حيوانات منوية أقل، وسرعتها أقل، ونوعيتها بائسة، بالمقارنة بأولئك الذين يستخدمون الهاتف المحمول بشكل أقل .

وقالت دراسة إن الرجل الذي يستخدم المحمول 4 ساعات أو أكثر يومياً عدد الحيوانات المنوية لديه تبلغ 50 مليوناً في المليمتر وحالتها متدهورة، مقارنة بـ 69 مليوناً لمن يستخدم المحمول بين ساعتين و4 ساعات وتكون حالتها متوسطة، مقارنة بـ 86 مليوناً لمن لا يستخدم المحمول على الإطلاق وهي الأفضل في نوعيتها ، وشملت الدراسة التي أجريت بأوهايو 364 رجلاً وتم تقديمتها إلى الجمعية الأمريكية لطب الخصوبة في نيواورليانز ، وقال الدكتور أشوك أجروال - الذي قاد الفريق البحثي : « إن الدراسة لم تثبت التأثير المدمر للمحمول على الحيوانات المنوية ولكنها تظهر ضرورة الحاجة إلى المزيد من الدراسات» ، واقترح أن الإشعاع الصادر عن المحمول ربما يكون مضرراً للحمض النووي الذي يؤثر على خلايا الخصيتين التي تنتج التستوستيرون أو الأنابيب التي تنتج فيها الحيوانات المنوية ، ولكن خبيراً بريطانياً هو الدكتور آلان بيسي - الأستاذ بجامعة شيفلد استبعد هذه النتيجة قائلاً إن الهواتف المحمولة تستخدم بعيداً عن الخصيتين، ورجح أن يكون السبب وراء هذه المشاكل الجلوس لفترات طويلة وعدم ممارسة التمارين الرياضية ، وقال إن الذين يستخدمون الهاتف المحمول لفترات طويلة يميلون للجلوس لفترات طويلة وعدم ممارسة الرياضة وربما تكون الضغوط أو الوجبات السريعة غير المغذية هي السبب في النتائج التي توصلت إليها الدراسة .

وهناك تجربة بسيطة يمكنك القيام بها (وأنت صاحب الاختيار) افتح خط تليفون محمول، أو عند الاتصال بك قربة من جهاز كهربائي مثل الراديو أو التلفاز أو خط تليفون عادي، ستجد أن هذه الذبذبات تشوش على أدائهم بشكل ملحوظ ، وإلى أن يُكتشف ابتكار تنعدم معه أضرار هذا الجهاز فهو عدوك، وأحياناً يكون صديقك فقط وقت الحاجة إليه .

### وهذه دراسة قيمة تشتمل على كل ما تقدم ذكره في هذا الفصل وتؤكد عليه

أوضحت دراسة حديثة قامت بها جامعة هافارد الأمريكية أن تغيير أسلوب الحياة السائد في كثير من المجتمعات يمكن أن يساعد إلى حد كبير في تخفيض عدد المصابين بالسرطان في العالم ، وحسب هذه الدراسة فإن ثلث حالات الوفاة بسبب السرطان في العالم، والتي تبلغ 7 ملايين حالة وفاة، ترتبط بمجموعة من العوامل، التي يطلق عليها الباحثون "عناصر الخطر"، وأكثرها مرتبطاً بنمط الحياة المعاصرة ، ووضعت الدراسة تسعة من هذه العناصر التي تزيد من إمكانية الإصابة بالسرطان، وعلى رأسها السمنة، وقلة ممارسة الرياضة، وتناول الأغذية غير الصحية، والتدخين، وتناول المشروبات الكحولية، وتلوث الهواء ، وجاءت نتائج هذه

الدراسة اعتمادا على مراجعات شاملة للدراسات الطبية والتقارير الحكومية في مجال مكافحة السرطان ، كما قام فريق جامعة هافارد الذي اعد الدراسة باعادة تحليل مجموعة من البيانات التي احتوت عليها الدراسات المختلفة في هذا الصدد ، وانتهى فريق البحث الى انه في الدول منخفضة او متوسطة الدخل، فان اهم العوامل التي تزيد من مخاطر الاصابة بالسرطان هي التدخين وتناول الكحوليات وقلة تناول الخضراوات والفاكهة. اما في الدول مرتفعة الدخل فان اهم تلك العوامل هي السمنة، بالإضافة الى التدخين والكحوليات ، ويقول الدكتور ماجد عزت الذي قد فريق البحث بجامعة هافارد ان التدخين يتصدر العوامل التي تزيد من مخاطر الاصابة بالسرطان، اذ انه وحده يتسبب في 21% من حالات السرطان التي تؤدي للوفاة ، وضرب عزت مثالا على اهمية جهود مكافحة التدخين بما تم في بريطانيا، اذ ان حملات التوعية العامة بمخاطر التدخين ادت الى انخفاض ملحوظ في حالات الوفاة الناجمة عن سرطان الرئة ، وأكد عزت اهمية الوقاية في وقف انتشار السرطان، وهي جهود تركز ببساطة على تغيير انماط الحياة السائدة في مجتمعات كثيرة، وتحسين ظروف البيئة ، وتقول الدكتورة كات آني الباحثة في مركز ابحاث السرطان في بريطانيا ان هذه الدراسة توضح بجلاء ان الكثير من حالات السرطان، والكثير من الوفيات المرتبطة بها حول العالم يمكن تجنبها، وتؤكد ان الدراسات التي قام بها مركز ابحاث السرطان في بريطانيا قدرت انه يمكن منع نصف حالات الاصابة بالسرطان عن طريق تغيير انماط الحياة ، يشار الى ان هذا المركز ينظم حملة لتغيير نمط الحياة في بريطانيا، تقوم على الاقلاع عن التدخين، وممارسة الرياضة بانتظام، وتناول الاطعمة والمشروبات الصحية، وتجنب التعرض بشكل مفرط لاشعة الشمس .

ومن جانبه قال الدكتور الاين فيكرز المسؤول في جمعية المعلومات العلمية البريطانية : " بامكانك التقليل من خطر الاصابة بالسرطان بعدم التدخين مع تناول كميات كافية من الفاكهة الطازجة والخضراوات والتقليل من شرب الكحول والحفاظ على وزن صحي وحماية الجلد من تأثيرات الشمس الضارة" ، وكانت الحياة صعبة بالنسبة لمن سبقونا وبالمقارنة نجد أن حياتنا أسهل إلى حد ما ونستطيع التحكم فيها بشكل أكبر لكن لأننا عادة ما نقبل بالوضع فإننا عرضة لخطر المساهمة في وباء السرطان ، وكلما بكرنا في التغيير من عاداتنا كلما كان الوضع أفضل ، وربما أعطينا علماء المستقبل شيئا آخر يستطيعون التحدث عنه.



### وبعد

والأفضل من كل ما تقدم ذكر ، هناك أشياء قد تضرك أنت تجهلها ، إذا أردت أن تسلم منها انتهج نهج رسول الله ﷺ في كل شيء ، وتأكد أنك قد توصلت

إلى ما لم يُتوصل إليه بعد ، نقب عن الصحيح منها والذي ثبت عنه ﷺ وفعله ؛ لأن رسول ﷺ مبعوث رب العالمين ، يخبرك ما يضررك وما ينفعك ، ما لك وما عليك ، قال الله سبحانه وتعالى في كتابه : ( وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ) [ الحشر : 7 ] .

أسأل الله العليّ القدير أن يجعل هذا العمل المتواضع سبباً في شفائكم ، وأن يرزقنا فيه الإخلاص والقبول ، وأن يجزيانا عنه خير الجزاء في الدنيا والآخرة ، وكذلك من ساهم فيه ، ومن لهم فضل علينا . وأخيراً : لا يسعني إلا أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى كل من لهم الفضل عليّ ، وكذلك من ساعدني في أن يصل هذا الكتاب لكم ، وأسأل الله العليّ القدير أن يُحسن إليهم جميعاً كما أحسنوا إلينا ، وأن يجزيهم أفضل مما تفضلوا به علينا . وكل ما نرجوه منكم أن لا تنسونا من صالح دعائكم .

( رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ ) [ إبراهيم : 41 ] .  
( رَبَّنَا ثَقَلَتْ مَوَازِينُكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ) [ البقرة : 127 ] .  
( وَثُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ ) [ البقرة : 128 ] .  
( سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ . وَسَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ . وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ) [ الصافات : 180-182 ] .

وكتبه : عبد الله  
حسن فاروق وهبه  
(المصري)



### أهم مراجع الكتاب

- القرآن الكريم .
- الموسوعة الحديثية ( الكتب التسعة ) نسخة إلكترونية .
- الطب النبوي ..... للإمام ابن قيم الجوزية ( دار التقوى )
- التداوي بالأعشاب ..... د. أمين رويحة ( دار القلم ، بيروت ) .

- موسوعة النباتات الطبية ، م. على الدجوي ( مكتبة مدبولي، القاهرة ).
- موسوعة الطب البديل ..... د.أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، ود.محمد صبحي حسنين ( مركز الكتاب ، القاهرة ).
- التداوي بالأعشاب قديما وحديثا ..... أحمد شمس الدين ( دار الكتب العلمية، بيروت ).
- موسوعة العلاج بالأعشاب ( دواء لكل داء ) ..... أمين الحضري ، زكي الحضري (مكتبة مدبولي ، القاهرة ) .
- النباتات والطب البديل .... د. توفيق الحاج يحيى ( الدار العربية للعلوم ) .
- علاج السرطان والوقاية منه بالأعشاب ، عكاشة الطيبي (دار الفضيلة القاهرة) .
- الثلاثي العجيب (خل التفاح ، عسل النحل، الثوم) ..... د.أيمن الحسيني ( مكتبة ابن سينا، القاهرة ) .
- الطب الشعبي التقليدي حقائق وغرائب ..... د.سمير يحيى الجمل (مكتبة مدبولي، القاهرة) .
- الجديد في العلاج بلدغ النحل ... أ.د.أسامة الأنصاري ( منشأة المعارف بالإسكندرية ) .
- الموسوعة الشاملة في الطب البديل .... د.أحمد مصطفى تولى ( دار ابن الجوزي . القاهرة ) .
- مجلة طبيبك الخاص ( أعداد مختلفة ) .
- معلومات من شبكة الإنترنت ، من مواقع مختلفة ، أهمها :  
موقع مركز معلومات الأورام ، موقع معاً ضد مرض السرطان ، موقع شفاء السرطان ، موقع الطب والصحة ، موقع هيئة الإعجاز العلمي للقرآن الكريم والسنة ، موقع الرقية الشرعية ، موقع بلسم ، موقع لقط المرجان، موقع البي بي سي أون لاين، موقع CNN العربي ، موقع إسلام أون لاين ، موقع جريدة الرياض ، موقع جريدة الشرق الأوسط ، موقع التداوي بالعسل ، موقع مركز أبحاث العسل، موقع الملكة لتربية نحل العسل ، موقع الحجامه، موقع الشيخ عبد العزيز ابن باز عليه رحمة الله ..، وبعض المواقع الأخرى .



## فهرس الكتاب

مسلسل	الموضوع	صفحة
1.	إهداء .....	2
2.	تقديم ( بين يدي الكتاب ) .....	3

□ الفصل الأول : معلومات عن السرطان □	
3.	تمهيد .....
6	اعرف عدوك وخططه لاحتلال جسدك .....
6	ما هو السرطان ؟ .....
6	كيف يتكون السرطان ؟ .....
9	الأورام الحميدة .....
9	الأورام الخبيثة .....
10	أسباب نشاط السرطان .....
11	علامات تسبق ظهور السرطان (إنذار) .....
12	الجسم يقاوم الانتشار السريع للسرطان .....
22	جسم الإنسان يتحلل .....
23	كيف يؤثر الغذاء على السرطان ؟ .....
25	معوقات وصول العلاج للورم السرطاني .....
26	احتمالات الإصابة بأنواع السرطانات لدى الرجل و المرأة .....
26	خطط السرطان لاحتلال الجسد ( أماكن انتقاله وانتشاره) ..
□ الفصل الثاني : فيتامينات وأغذية تؤثر على السرطان □	
17.	ما هي الفيتامينات ؟ .....
29	أقسام الفيتامينات .....
29	فوائد الفيتامينات وتأثيرها على الأورام السرطانية .....
34	الكالسيوم .....
35	الأغذية المفيدة في مكافحة السرطان .....
36	الوجبة المتكاملة ( التمر مع اللبن ) .....
37	عسل النحل ومنتجاته .....
39	كيف يمكنك التعرف على العسل الجيد ؟ .....
41	أفضل أنواع العسل .....
41	فوائد العسل في علاج السرطان .....
42	حبوب اللقاح .....
43	البروبوليس - صمغ النحل - العكبر .....
44	الغذاء الملكي .....
45	فوائد الغذاء الملكي في مكافحة السرطان .....
46	الثوم .....
48	البصل .....
49	العنب .....
50	الجزر .....
52	البرتقال .....



52	الموز.....	36.
52	الرجلة.....	37.
53	الفاصوليا.....	38.
53	الشاي الأخضر.....	39.
55	الفجل.....	40.
56	الجرجير.....	41.
56	البقدونس.....	42.
56	الكرنب.....	43.
56	الطماطم.....	44.
57	البطيخ.....	45.
58	البطاطا.....	46.
58	زيت الزيتون.....	47.
60	خل التفاح.....	48.
62	الحبوب.....	49.
63	فول الصويا.....	50.
66	الأرز الكامل ( الأرز البني ).....	51.
67	اللوز.....	52.
67	عيش الغراب ( الفطر / المشروم ).....	53.
69	الأسماك.....	54.
<b>□ الفصل الثالث : طرق مختلفة لعلاج السرطان □</b>		
72	[1] - علاج السرطان بماء زمزم.....	55.
73	[2] - علاج السرطان بالحجامة.....	56.
84	[3] - علاج السرطان بلبن وبول الإبل.....	57.
89	[4] - علاج السرطان بالطيب.....	58.
91	[5] - علاج السرطان بلدغ النحل.....	59.
100	[6] - العلاج المغناطيسي للسرطان.....	60.
103	[7] - علاج السرطان بالرياضة وتفتيح مسارات الطاقة الحيوية.....	61.
108	[8] - علاج السرطان بالألوان.....	62.
109	[9] - العلاج النفسي.....	63.
103	[10] - العلاج بالصدقات « دَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ ».....	64.
115	[11] - العلاج بالقرآن والدعاء والرقى الشرعية.....	65.
<b>□ الفصل الرابع : بعض الأعشاب التي ثبت تأثيرها على السرطان □</b>		
126	حبة البركة.....	66.
130	الكركم.....	67.

134	السفرجل .....	68.
136	الزنجبيل .....	69.
137	الهندباء .....	70.
137	الونكا .....	71.
138	الجنسنج .....	72.
139	العرقسوس .....	73.
140	الحرجل .....	74.
140	النعناع الصيني .....	75.
140	الأفسنتين .....	76.
141	سنابل القمح .....	77.
143	نباتات أخرى .....	78.
149	كيفية الحصول على الدواء من النباتات .....	79.
154	فكرة علاج مستنبط من القرآن .....	80.
<b>□ الفصل الخامس : للوقاية من السرطان (احذر هذه الأشياء) □</b>		
159	فضلاً مهلاً ، اقرأ وتمعن .....	81.
160	التعرض المستمر لأشعة الشمس الحارقة .....	82.
161	التعرض بكثرة للأشعة السينية ( أشعة إكس ) أو الكوبالت المشع .....	83.
162	الضغط النفسي والعصبي والتوتر والانفعالات والحزن الشديد .	84.
167	الهرمونات التعويضية التي تستخدمها السيدات والمهذئات .....	85.
168	الممارسات الجنسية الشاذة أو المحرمة .....	86.
169	بعض المهن الخطرة صحياً .....	87.
169	صبغات الشعر والشامبو .....	88.
169	التدخين والمخدرات والمسكرات .....	89.
173	تلوث البيئة .....	90.
173	المبيدات الحشرية .....	91.
173	تلوث الغذاء بالفطريات .....	92.
174	الإفراط في تناول المضادات الحيوية .....	93.
174	الأمراض المستوطنة .....	94.
174	الحيوانات المغذاة كيماوياً .....	95.
177	الإفراط في تناول الأغذية الغنية بالسكريات والنشويات ..	96.
178	أصبغة تنقية المياه .....	97.
179	أسماك المياه الملوثة .....	98.
180	ملح السيّاحات .....	99.

181	الإفراط في استخدام الهاتف المحمول ( الجوال ) .....	100
184	وبعد .....	101
185	أهم مراجع .....	102
186	فهرس الكتاب .....	103

\*\*\*\*\*