

## القرفة مشروب لذيذ.. ومفيد طبيًا



تعتبر القرفة من النباتات الطبية المهمة في حياة الناس، فالقرفة عبارة عن لحاء أشجار من فصيلة الغار. وأوراق هذه الأشجار دائمة الخضرة تعيش في أراضٍ رملية على سواحل البحر وبعد أن يصبح عمر الشجرة أربع سنوات يقطع لحاؤها كل سنتين مرة واحدة. تعيش أشجار القرفة في المناطق الاستوائية وشبه الاستوائية وخاصة في سيلان والهند، ويصل ارتفاع أشجارها إلى عشرة أمتار، وأوراقها رائحتها عطرية وأزهارها صفراء توجد في عناقيد طرفية، وثمارها عنبية سوداء، ويستخدم من هذه الأشجار الأوراق والسيقان. إنَّ للقرفة رائحة ونكهة مميزة وتستخدم في صناعة الحلويات والمشروبات وتوجد أنواع للقرفة حسب مناطق زراعتها وأوجدها القرفة السيلانية والقرفة الصينية التي يطلق عليها (الدار صيني). طريقة تصنيعها للأسواق: توضع القشور في أماكن حتى تتخمر ثمَّ ينزع الخشب الخارجي عن هذه القشور ثمَّ تجفف القشور في الشمس. تركيبها ومحتوياتها: تحتوي على زيت طيار بنسبة 4% وأهم مركبات هذا الزيت: الدهيد القرفة ويوجينول وسينمايل آسيت وسينمايل الكحول. ومن محتويات القرفة الأخرى: حمض القرفة وتربينات ثنائية ومواد هلامية. ونشاء وسكر وصمغ ومادة ملونة وحمضات الكلس. فوائد القرفة في الطب القديم: يقول العالم اليوناني "ديسقوريدس" إنَّ الدار صيني (القرفة) مسخنة ومدررة للبول ولوجع الكلى وأيضاً تدر الطمث وتجلو ظلمة البصر وإذا شربت تسقط الجنين. أما ابن سينا فيذكر في كتابه "القانون في الطب" أنَّ القرفة مفيدة للكلف، وأما دهن القرفة فيفيد في علاج الرعشة إذا ذلك به، وأيضاً يسكن وجع الأذن ويزيل الغشاوة

عن العين إذا اكتحل بدهن القرفة، والقرفة أيضاً تقوي المعدة وتفتح سد الكبد وتنفع من نهش (لسع) الهوام وتنفع من السعال. - فوائد القرفة الطيبة: - تكافح النخر في الأسنان ولذلك تستخدم في معاجين الأسنان. - تدر الطمث بعد الولادة. - تخفض الضغط وقد اكتشف ذلك الباحثون اليابانيون. - لطرده البلغم وتطهير الجهاز التنفسي. - لتقوية الكبد ومعالجة التيفوئيد والوسواس ورجفة المفاصل، وذلك بأخذ نقطة إلى نقطتين من زيت القرفة ووضعها على كوب ماء أو كوب حليب وتمزج معه وتشرب. - زيت القرفة ينشط الدورة الدموية والتنفس ويحرك الأمعاء ومعقم ومضاد للتعفن. - إذا خلطنا الزنجبيل والقرفة والهيل بنسب متساوية وعملنا منها شراباً فإنّه يفيد في علاج حالات القيء والغثيان. - يفيد المشروب الدافئ من القرفة في علاج الروماتيزم والقلب. الخلاصة: القرفة من النباتات المفيدة للإنسان فهي تعالج أموراً كثيرة وتستخدم في صناعة الحلويات والمشروبات، وتمتاز برائحتها ونكهتها. وبالرغم من فوائدها المتعددة فإنّه ينصح للمرأة الحمل بعدم شربها، لأنّها تؤدي لإنقباض عضلة الرحم.