

دور النباتات الطبية في علاج الآلام والالتهابات: دراسة ميدانية حول النعناع والزعر والخلبة في مدينة أجدابيا

أعداد:

منى علي مختار الفاخري

ماجستير، محاضر - قسم علم النبات - كلية العلوم - جامعة أجدابيا - ليبيا

أحمد إبراهيم عمر، مريم صالح محمد، فاطمة صالح الغول

بكالوريوس - قسم علم النبات - كلية العلوم - جامعة أجدابيا - ليبيا

الملخص:

تهدف دراستنا إلى معرفة كيفية استعمال النباتات الطبية في معالجة الآلام والالتهابات في منطقة اجدابيا. اعتمدنا في دراستنا على نوعين من الاستجابات الأول موجه لعامة الناس، والثاني موجه لبائعي الأعشاب الطبية ومنه توصلنا الى ان عامة الناس مقبلين بشكل كبير على التداوي بالأعشاب والنباتات الطبية. ووثوقهم التام بمدى تعافي المرضى من مختلف الآلام والالتهابات. حيث توارثها عبر الأجيال من الأجداد. ومن الدراسة تحصلنا على مجموعة كبيرة من النباتات الطبية التي يستعملها الناس في المنطقة. قمنا باختيار 3 أنواع من هذه النباتات: الخلبة. النعناع. الزعر

الكلمات المفتاحية: النباتات الطبية، التداوي، الآلام والالتهابات الأعشاب

Abstract:

The focus of our study is to know how medicinal plants are used to treat pain and inflammation in the Ajdabiya region. We put in our study mainly two types of questions, the first is curious to the public, admirers of medicinal herb sellers, and from it, we reached that people are generally willing to treat with medicinal plants. And their simple confidence in the extent of patients' recovery from various pains and inflammations. As they were inherited through generations from their ancestors.

Then the study reached a large group of medicinal plants that people used in the region.

You can choose 3 types of these plants: Contribute, Contact, Thyme

Keywords: plants, treatment, herbal pain and inflammation

المقدمة:

ان التداوي بالنباتات معروف منذ القدم في جميع أنحاء العالم، اذ تملك بلادنا ثروة هائلة وتراث غني بالنباتات الطبية بدون استغلال فنحن بحاجة ملحة لاستغلال هذا التراث من قبل مختصين حتى يتمكنوا من دراسته للانتفاع به (عابد، 2009) يعتبر استعمال النباتات الطبية اشيع أداة دوائية في الطب التقليدي والطب التكميلي على نطاق العالم ويعتمد كثير من المجتمعات المحلية على المنتجات الطبيعية التي تجمع من النظم الايكولوجية لأغراض دوائية

وثقافية، بالإضافة إلى الأغراض الخاصة بالغذاء. وبالحدوث على النباتات خاصة في منطقة اجدايا بما في ذلك النباتات الطبية فأنها تمتلك غطاء نباتي مفتوح وقليل كثافة، بالرغم من تباعد نمو هذه الافراد النباتية الا ان اغلبها نباتات عشبية. تم استخدام النباتات الطبية كعلاج لان الطب النباتي منجزر بمعق في ثقافتنا وكما تستخدم في عدة مجالات أخرى كالتعطير ومواد التجميل والتبيل وحافظات الغذاء. فقد ثبت وبالذليل القاطع ان النباتات الغنية بمنتجاتها الثانوية ذات الطعم المر والرائحة العطرية المميزة تمتلك اثر علاجي ضد معظم الامراض المستعصية التي تصيب الانسان والحيوان، ينتمي نبات الشيح *Artemisia herba alba* والتقف *Artemisia campestris* إلى العائلة النجمية *Asteraceae* حيث تستعمل هذه الأنواع بكثرة في الطب الشعبي في علاج عدة امراض من بينها: علاج الاسهال وحالات الام الراس و الروماتيزم و مرض السكرى و حمى وغيرها. كما أظهرت بعض الدراسات الحديثة ان مستخلصات بعض النباتات مثل الثوم والبصل وغيرها تمتلك فاعلية في قتل او تثبيط نمو الكثير من الاحياء المجهرية المرضية التي تصيب الانسان والغذاء وان استعمالها يكون بشكل امن دون حدوث اثار جانبية ضارة كالتالي تنتج عن الادوية المصنعة من مواد كيميائية. لذا فان المواد الطبيعية مثل الجزيئات النشطة بيولوجيا من النباتات تثير حاليا اهتماما خاصا نظرا لأنشطتها البيولوجية المتعددة: المضادة للبكتيريا مضادات الاكسدة والمبيدات الحشرية الحيوية هذه الاخيرة تحظى باهتمام كبير في مجال صحة الانسان والحيوان على حد سوى نظرا لما تسببه الحشرات الضارة. بالحديث عن استعمالات النباتات كمبيد حشري نجد الكثير من المواضيع في هذا المجال نظرا لأهميته البالغة لعل اهمها الحشرات الناقلة للأمراض ، فالحشرات مسؤولة عن نقل عدة عوامل ممرضة (كالفيروسات والبكتيريا والحيوانات الاولية و الديدان) من شخص مصاب إلى اخر سليم مسببة بذلك عدة امراض متنتقلة ، مما يجعلها ذات اهمية وبائية عالمية بالغة بالنسبة للإنسان و الحيوان نظرا لما يترتب عنها من اضرار وخيمة على الصحة والاقتصاد ونجد في مقدمتها البعوض (اول مجموعة ناقلة للعوامل الممرضة) ، متبوعا بمجموعة السوس (السوسة) ثم تأتي مجموعة القراد ، وفي الأخير مجموعة البراغيث (*Lecoimtre et herve* ، 2001).

هو أحد مواضيع علم النبات ويشتمل على استخدام ما هو مخصص من النباتات لأغراض طبية أو كمكمل غذائي. كانت النباتات اساسا للمعالجة الطبية منذ ما قبل التاريخ، ومازال التداوي بالأعشاب أو طب الأعشاب يمارس على نطاق واسع، اليوم يستفيد الطب الحديث من العديد من المركبات المشتقة من النباتات كمادة أولية أساسية في صناعة الأدوية، على الرغم من أن التداوي بالأعشاب قد يطبق المعايير الحديثة لاختبار الأعشاب و الأدوية المشتقة من المصادر الطبيعية، إلا أنه لا يوجد إلا عدد قليل فقط من التجربة السريرية و المعايير عالية الجودة بالنسبة للنقاء أو جرعات الاستخدام في بعض الأحيان، يتوسع نطاق الأدوية العشبية ليضم المنتجات الفطرية وعسل النحل، فضلاً عن المعادن و الأصداق و أجزاء معينة من الحيوانات. تعتبر الأعشاب الطبية مفيدة لجسم الانسان لأنها تقوم بعلاج الأمراض أو المشاكل الصحية، حيث تقدر المنظمة الصحية العالمية أن 80 في المائة من السكان بعض البلدان الآسيوية و الإفريقية، يستخدمون حالياً طب الأعشاب في بعض جوانب الرعاية الصحية الأولية، وتعتبر المستحضرات الصيدلانية باهظة التكلفة بالنسبة لمعظم سكان العالم، نصفهم يعيشون على الأقل دولارين أمريكيين يوميا في العالم 2002، في المقابل يمكن زراعة بذور الأدوية العشبية أو تجمعها من الطبيعة بتكلفة قليلة أو بدون تكلفة للعديد من المستحضرات الصيدلانية المتاحة حالياً، للأطباء تاريخ طويل من الاستخدام العلاجات العشبية بما في ذلك لأفيون الارتميسينين والأسبرين والديجيتال والكينين، وفقاً لمنظمة الصحة العالمية ما يقارب 25 بالمائة من الأدوية الحديثة المستخدمة في الولايات المتحدة قد تم اشتقاقها من النباتات (د. القحطاني 2008).

1.1. الهدف من الدراسة:

من خلال هذه الدراسة تطرقنا إلى:

1. النباتات الطبية واستعمالها في التداوي من الآلام والالتهابات.
2. التعرف على إقبال واستخدام الناس للتداوي بالأعشاب والأمراض المعالجة بها.
3. التعرف على مدى معرفة سكان المنطقة بالنباتات الطبية وكيفية استعمالها.
4. معرفة كفاءة بائعي الأعشاب الطبية في مجال التداوي به.

5. التعرف على مختلف النباتات الطبية الموجودة في منطقة اجدابيا.



2. استعمال النباتات الطبية في علاج الآلام والالتهابات

العلاجات الطبيعية وخاصة بالنباتات الطبية كانت ولا زالت تستخدم في تطبيب الأمراض والآلام التي تصيب الإنسان وهي أيضا في نفس الوقت تعتبر كمادة أولية في الطب الحديث، حيث أن العديد من النباتات تستهلك كل عام في ليبيا على شكل منقوع (Tisane) أو مسحوق (Poudre) أو بطرق أخرى في الوقت الحالي، وبعد تطور الصناعات الكيميائية والدوائية لم يمنع هذا الأطباء من البحث في مجال النباتات الطبية المستوطنة واستعمالها في الطب الشعبي إضافة إلى دراسة مكوناتها الفعالة وكيفية الاستفادة منها.

1.2 طرق استخدام النباتات الطبية:

1.1.2 الغليان Décoction:

المادة المستخدمة (macerat) غالبا ما تكون جذور أو قشور حيث أن الجزء المستعمل منه في هذه الحالة يغلى لمدة 10 إلى 15 دقيقة وهذا من أجل استخلاص القدر الأكبر من المواد الفعالة الموجودة فيه، ثم نقوم بعملية الترشيح وقبل هذه العملية من الضروري أن نترك المغلي يترشح لبعض الوقت. (Iserine, 2001 ; Khetouta , 1987 ; Roberto , 1982).

2.1.2 طريقة الشاي النباتي Infusion:

المادة المستخلصة: الأوراق، الأزهار المجففة. وهي الطريقة الأكثر استعمالا وشيوعا في مجال العلاج بالنباتات حيث تقوم على سكب الماء المغلي على كمية محددة من المادة النباتية، وتترك لمدة محددة على حسب كمية ونوعية النبات والجزء المستعمل وبعدها نقوم بترشيح المزيج. (Koedam, 1987)

3.1.2 طريقة النقع Maceration:

هي عملية تقوم على وضع كمية معينة من المادة النباتية سواء كانت مجففة أو طرية في محلول معين سواء ماء بارد، كحول أو زيت لمدة تتراوح بين 12 إلى 18 ساعة في درجة حرارة معتدلة وهي طريقة تستعمل في استخلاص المواد الفعالة للنباتات الطبية التي لا تتحمل الحرارة العالية.

4.1.2 المساحيق Poudres:

يمكن طحن الأعشاب وتناولها على شكل مسحوق يخلط بالماء أو يرش على الطعام .

5.1.2 النقيع الزيتي :

يمكن استخلاص مقومات النبات الفعالة بجلها في الزيت وذلك للاستعمال الخارجي في شكل زيوت للتدليك، كريمات أو مرهم. (Koedam, 1987)

2.2. كفاءات وحالات استعمال النباتات الطيبة :

يقع استعمال النباتات الطيبة بالطرق التالية:

- **المستحلب:** من 30 إلى 50 من النبتة في لتر من الماء المغلي لمدة 10 إلى 15 دقيقة مع الشرب المستحلب ثلاث 03 مرات في اليوم على الأقل.
- **المغلي:** تغلي النبتة في الماء لمدة 10 إلى 30 دقيقة بكمية لا تتجاوز 50 غ في اللتر عند الاستعمال الداخلي و100 غ في اللتر عند الاستعمال الخارجي.
- **النقيع الساخن:** يحضر بسكب الماء المغلي على الأجزاء النباتية الفعالة وتترك هذه الأخيرة في المادة لمدة 5-10 دقائق أو أكثر حسب التعليمات ثم تصفى.
- **النقيع البارد:** يحضر بوضع الأجزاء النباتية في الماء البارد وتترك في مكان بارد ليلة كاملة أو لعدة أيام وحتى أسابيع.
- **الكمامات والضمادات:** هي جزء من النبات المطحون أو قطعة قماش مشبعة بالمستحضر العلاجي الذي يوضع على الجلد أو الجزء المصاب من الجسم لوضع دقائق البعض منها لالتام الجروح والآخر ملين لها وضد الروماتيزم والحروق.
- **الكريم:** هو مادة طبيعية تستخرج من بعض النباتات على شكل حليب (لبن) نباتي ويحضر عادة بمزجها بمادة دهنية يمسح به الجلد ويفرك حتى يخترق المسامات.
- **الغرغرة أو المضمضة:** مستحضر علاجي سائل يغسل به الفم، الحنجرة، البلعوم واللوزتين والغاية منه التطهير وتسكين الآلام كما يجب التنبيه لعدم بلع سائل الغرغرة.
- **المسحوق:** يحضر بطحن الأجزاء الفعالة من النباتات المجففة ويستعمل بمزجها بالماء أو بلعه مع الطعام.
- **الزيوت:** بعض الثمار والبذور تعطى عند عصرها زيتا يختلف عن الزيت العطري وهو ليس مادة دهنية ولتحضيره للعلاج تنقع الجذور أو النباتات المجففة في الزيت لتعطي زيت طبي والذي يؤخذ إما عن طريق الشرب أو يفرك به الجلد. (د شويخ عاطف، 2021).

3.2. طرق أخذ الأدوية الطيبة:

1.3.2. عن طريق الفم:

النقيع، المغلي، الصبغة، الشراب، والأقراص غالباً ما تؤخذ عن طريق الفم، وأحياناً تحت اللسان (Mohammedi Z. 2006).

2.3.2. عن طريق الأنف (بالتدخين، الشم أو التبخير):

الزيوت الأساسية المعلقة في السوائل الساخنة أو المواد المسحوقة يمكن شمها بحيث يتم امتصاص المركبات النشطة من خلال الغشاء المخاطي، الدخان المنبعث من حرق المواد يتم استنشاقه والمركبات النشطة تمتص بواسطة الرئتين بنفس الطريقة التي يمتصها النيكوتين في الرئتين.

3.3.2. بشكل موضعي:

يتم تطبيق المستحضرات، والزيوت أو الكريمات التي تحتوي على مستخلصات النباتات الطيبة مباشرة على الجلد، حيث يتم امتصاص المركب النشط (Mohammedi Z. 2006).

4.3.2. الاستحمام:

الأعشاب أو المستخلصات العشبية يمكن أن تضاف لماء الحمام (Mohammedi Z. 2006).

5.3.2 الحقن تحت الجلد أو في العضلات:

المكونات الكيميائية النقية المستمدة من النباتات الطبية يتم حقنها في مجرى الدم ومن المثير للاهتمام أحيانا أن بعض المركبات غير نشطة تماما عندما تأخذ عن طريق الفم وتصبح نشطة للغاية عندما يتم حقنها (Mohammedi Z. 2006).

4.2. النباتات المدروسة:

قمنا بدراسة ثلاثة نباتات وهي:

1.4.2 الحلبة: *Trigonella foenum-graecum*

الوصف النباتي:

هو نبات زارعي حولي من الفصيلة الفراشية *fabaceae*، تزرع في المناطق الصحراوية، الساق ارتفاعه ما بين 20 و 40، غالبا ما تكون قائمة. أوراقها متعاقبة، معنقة، مركبة، من ثلاث وريقات، أزهارها إبطية، فراشية الشكل، بيضاء اللون، الثمرة قرنه طولها ما بين 7 و 10 سم تحتوي من 10 إلى 20 حبة صف اراء اللون، ملساء و صلبة.

Circuit classification

Trigonella foenum-graecum Scientific name:

Medical uses: It is used as an antibiotic to treat boils, and to treat chronic chest diseases such as asthma

Trigonella: Genus

Common name: Fenugreek

Legumes: Famille

Foliates: Order

الأجزاء المستعملة:

البذور

العناصر الفعالة في النبات:

تحتوي على مواد بروتينية وزيتية وسكريات، كالسيوم، مغنيسيوم، فوسفور، كومارينات، الكولين، ديو سجينين،

الكولين $C_5H_{14}NO$:

من القلوبيدات يستخدم لعلاج اضطرابات الكبد الدهني ومرض الزهايمر واضطراب ثنائي القطب.

ديو سجينين $C_{27}H_{42}O_3$:

من الصابونوزيدات الستيرويدية يستعمل بعد فصل الجزء السكري منه في الإنتاج التجاري للكورتيزون والبروجسترون.

مجالات الاستعمال:

- ملينة، محللة للأورام الصلبة، محسنة للون، مقوية للمعدة والأعصاب.
- تستعمل كمضادة لعلاج الدماميل، كما توصف لزيادة الوزن.
- لعلاج امراض الصدر المزمنة كالربو وضيق التنفس والسعال إذا اضيفت للتمر والتين والزيت.

- مستحلب الحلبة مع الخل نافع لضعف المعدة، ومع العسل ضد المغص.
- مسحوقها يفيد في تنشيط الهضم وإفرازات الطحال.

محاذير استعمال للحلبة:

- منع استخدام الحلبة للمرأة الحامل، لأن الحلبة تعمل على تنشيط الرحم الذي قد يؤدي للإجهاض.
- يمنع استخدام الحلبة للأطفال تحت سن السنتين لأنها قد تسبب فقدان الوعي.
- يمنع استخدام الحلبة للمصابين بمرض السكري، إلا بعد استشارة الطبيب.
- الحلبة تؤثر في مستويات السكر في الدم، خاصة عند المرأة الحامل المصابة بسكري الحمل والأفضل أن تتجنبه تماما.
- قد يسبب تناول الحلبة قبل موعد الولادة صدور رائحة غريبة لجسم المولود، مما قد يدعو بعض الأطباء للتشخيص الخاطئ، والاعتقاد بإصابة المولود بدأ بول شراب القيقب يكون فيه المولود غير قادر على استقلاب أحماض أمينية معينة؛ وتتراكم المنتجات الثانوية لهذه الأحماض الأمينية مما يؤدي إلى تغيرات عصبية كالنوبات الصرعية والإعاقة الفكرية.
- ينصح بإبلاغ المخبر باستعمالك للحلبة عند إجراء فحوصات الدم أو الكولسترول حتى يأخذ ذلك بعين الاعتبار عند الزيادة أو النقصان في نتائج الفحص.
- الحرص على عدم استخدام الحلبة أكثر من عشرة أيام، وذلك لأنها قد تسبب مضاعفات صحية على المدى الطويل لاحتوائها على التريفنولين (شويخ عاطف، 2021).



الشكل (1.2): يوضح الحلبة

2.4.2 النعناع أو الفليو *Mentha pulegium*:

نبات عطري حولي من الفصيلة الشفوية *Lamiaceae*، يصل ارتفاعها من 10 إلى 15 سم، ساقه مخشوشبه، منحنيه في الأسفل متفرعة، أوراقها لاطئة، مزغبه، ذات تعرق شبكي، سهميه الشكل، أزهارها أنبوية الشكل معنقة، متراسة، متجمعة في حلقات من ستة إلى خمس زهرات في كل حلقة، تخرج من إبط الأوراق، الثمرة مستطيلة، مغلفة بغلاف مزغب وكل ثمرة تحوي أربع بذور سمراء اللون، مستطيلة الشكل.

Mint classification

Scientific name: Mentha Pulegium

Common name: Phlebo

Medical uses: Used as an intestinal analgesic and gas expellant, relieves rheumatic pain, useful for colds

Pulmonary: useful for severe cough

Common name: Mint

Medical uses: useful for heart weakness, useful for treating

Migraine, anemia, colds

الأجزاء المستعملة:

الأوراق والجزء الهوائي.

المواد الفعالة:

زيت طيار يحتوي على المانثول: Pulégone, Manthol, Geraniol, Carvacol, Menthone

: $C_{10}H_{18}O$ Geraniol

يوجد في العديد من النباتات العطرية كالنعناع والخزامى وهو من الكحوليات التربينية، يدخل في المبيدات الحشرية حيث يعمل على إذابة طبقة الكيتين المغشية لجسم الحشرة حتى يحدث التلامس المباشر بين المبيد وجسم الحشرة وهو فعال جدا خاصة في إبادة وقتل اليرقات.

: $C_{10}H_{20}O$ Menthol

من التربينات الكحولية يوجد في العديد من النباتات العطرية كنبات النعناع، يحفز مستقبلات الإحساس بالبرودة في الجلد والفم حيث يعمل عكس عمل capsaicine في الفلفل الحار يستخدم في: معجون الأسنان وغسول الفم، ومنتجات ما بعد الحلاقة للتخفيف من الإحساس بالحرق.

كريمات حروق الشمس حيث يوفر الإحساس بالبرودة، منتجات الإسعافات الأولية (الجليد المعدني) : $C_{10}H_{18}O$ Menthone

من التربينات الأحادية يوجد في العديد من النباتات العطرية كنبات النعناع، يستخدم في النكهات والروائح ومستحضرات التجميل.

: $C_{10}H_{16}O$ Pulégone

من التربينات الأحادية يوجد في العديد من النباتات العطرية كنبات النعناع، يستخدم كمبيد حشري ومنكه غذائي.

مجالات الاستعمال:

- مستحلب النبات مفيد لاضطرابات القلب، ألأم الكبد، النزلة الرئوية المزمنة والسعال الحاد.

- زيت النبات يستخدم كمسكن معوي ولطرد الغازات المعدية .
- الدهن بالزيت لتخفيف الأم الروماتيزم والأعصاب الوجهية.

محاذير استعمال النبات:

- شرب المستحلب ليلا يمكن أن يسبب الأرق لبعض الأشخاص.
- تجنب إعطاء مغلي النبات للرضع لاحتوائه على كمية عالية من المثول.
- استعماله بحذر في أشهر الحمل الأولى لتجنب الإجهاض والارتجاع المرئي.



الشكل (2.2): يوضح النعناع

3.4.2 الزعتر *Thymus vulgaris*

الوصف النباتي: الزعتر الشائع أو الصعتر هو نبات عطري بري معمر من العائلة الشفوية Lamiaceae متخشب، يعلو ما بين 10 و 20سم، سيقانه متلويه، خشبية زاحفة أحيانا، رمادية اللون، أسطوانية، مرغبة قليلا، أوراقه صغيرة، لاطة، متقابلة خضراء من الأعلى بيضاء من الأسفل، ملتفة الحواف؛ الزهرة سنبلية والأزهار أنبوبية صغيرة مائلة إلى الحمرة أو البياض، البتلات مفصصة إلى فصين أو ثلاثة تحيط بأربع أسدية.

Order: Lamiales

Famille: Lamiaceae

Genus: Thymus L

Thymus Vulgaris : Scientific name

Common name: Thyme

Medical uses

Useful for heart weakness, useful

Treatment of migraine, anemia, cold

الأجزاء المستعملة:

الأغصان المزهرة.

العناصر الفعالة:

زيت طيار تتراوح نسبته بين 0.1 و 1.5 % حسب الأنواع يحوي نسبة مرتفعة من التيمول Thymol والكارفاكروول، صمغ، تانينات. من الفينولات التربينية يستخدم ضد مرض الفارو الذي يصيب النحل؛ طارد للحشرات؛ يدخل في الأدوية المضادة للتشنجات ويدخل في معجون.

مجالات الاستعمال:

- شرب مستحلب النبات مفيد لضعف القلب، وضد التخمر والغازات ولفقر الدم، الإرهاق، الزكام والديدان.
- يمكن أن يشرب مستحلب النبات للأشخاص الذين هم في فترة نقاهة.
- الدهن بالزيت يفيد في علاج الام الروماتيزم.
- استنشاق المستحلب أو مسحوق النبات يفيد ضد نزيف الأنف.
- استنشاق المستحلب المخلوط بعصير الليمون مفيد لعلاج الشقيقة.

محاذير استعمال النبات:

- الاستعمال المفرط للنبات يمكن أن يسبب التهابا طفيفا للمعدة.
- يعمل على إبطاء عملية تخثر الدم، والذي قد يؤدي عند الإفراط استعماله إلى حدوث نزيف.
- قد يؤدي تناول الزعتر مع بعض الأدوية إلى حدوث بعض التفاعلات الدوائية، مما يتسبب ببعض المشاكل، ومن هذه الأدوية المضادة للكولين التي تفيد في خفض تأثيرات الأستيل كولين في الجهاز العصبي المركزي والجهاز العصبي المحيطي.
- الأستروجين الذي يعطى للنساء اللواتي تعانين من مشاكل في الدورة الشهرية، بسبب قلة الهرمون.
- مثبطات الأستيل كولين اسيتراز التي تستخدم لمرضى الزهايمر؛ مضادات التخثر.



الشكل (3.2) يوضح الزعتر

3. الجانب التطبيقي

1.3. الجانب التطبيقي نبات الزعتر:

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل بيانات الاستبانة لعينة تتكون من 118 مفردة أخذت من، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام برمجية الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS Statistics 25 IBM) كأداة لتحليل بيانات الدراسة.

الوصف الإحصائي لعينة الدراسة:

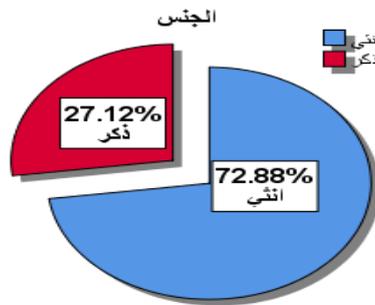
1. توصيف العينة طبقاً للجنس:

جدول (1.1.3) توصيف العينة طبقاً للجنس

النسبة	التكرار	الجنس	
%27.1	32	ذكر	
%72.9	86	أنثى	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة من الجنسين كانت تقريباً 72.9% وهي الإناث، بينما الذكور كانت أقل نسبة حيث كانت 27.1% تقريباً.



الشكل رقم (1.1.3) يمثل الجنس

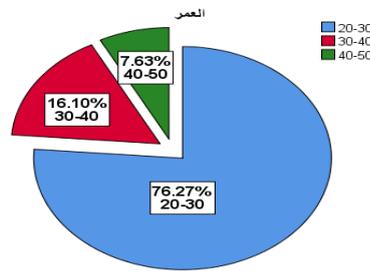
2. توصيف العينة طبقاً للعمر:

جدول (2.1.3) يمثل العمر

النسبة	التكرار	الفئات العمرية	
%76.3	90	30-20	
%16.1	19	40-30	
%7.6	9	50-40	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم من الفئة العمرية (30-20) كانت نسبتهم %76.3 تقريبا وهي النسبة الأكبر ، بينما النسبة الأصغر كانت من نصيب الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم الفئة 40 وما فوق حيث كانت نسبتهم %7.6 تقريبا.



الشكل رقم (2.1.3) يمثل العمر

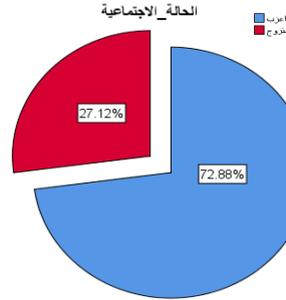
3. توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية:

جدول (3.1.3) توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية

النسبة	التكرار	الحالة الاجتماعية	
%72.9	86	أعزب	
%27.1	32	متزوج	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانوا من الأشخاص الغير متزوجون وذلك بنسبة 72.9% تقريبا، بينما النسبة الأضعف في العينة كانت الحالة الاجتماعية لمتزوج وذلك بنسبة 27.1%.



الشكل رقم (3.1.3) يمثل الحالة الاجتماعية

4- توصيف العينة طبقا لمستوى التعليمي:

جدول (4.1.3) المستوى التعليمي

النسبة	التكرار	
1.7%	2	ابتدائي
5.1%	6	متوسط
93.2%	110	جامعي
100%	118	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأشخاص الذين لديهم مستوى تعليمي ابتدائي فكانت 1.7% تقريبا، بينما النسبة الأكثر لأفراد العينة الذين يحملون شهادات جامعية وكانت 93.2% تقريبا



يمثل الشكل رقم (4.1.3) المستوى التعليمي

5- توصيف العينة طبقا هل استعملت نبات الزعتر من قبل:

جدول (5.1.3) هل استعملت نبات الزعتر من قبل

النسبة	التكرار		
93.2%	110	نعم	هل استعملت نبات الزعتر من قبل
6.8%	8	لا	
100%	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

93.2% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استعملوا نبات الزعتر من قبل، بينما 6.8% من أفراد العينة كانت لا يستعملوا نبات الزعتر من قبل وتعتبر النسبة الأقل، يدل على ان نبات الزعتر نبات معروف محليا.



الشكل رقم (5.1.3) يمثل هل استعملت نبات الزعتر

6-توصيف العينة طبقا للاستعمال نبات الزعتر عادات:

جدول (6.1.3) استعمالك لنبات الزعتر

النسبة	التكرار	الاستعمال	للإستعمال نبات الزعتر عادات
83.9%	99	علاجي	
3.4%	4	تجميلي	
12.7%	15	استخدامات أخرى	
100%	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أغلب أفراد العينة كان استعمالهم لنبات الزعتر كعلاج أمراض حيث كانت نسبتهم 83.8% تقريبا، بينما نسبة الأقل استعماله لغرض تجميلي وهي 3.4%.



الرقم (6.1.3) يمثل الاستعمال النبات عادات

7-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

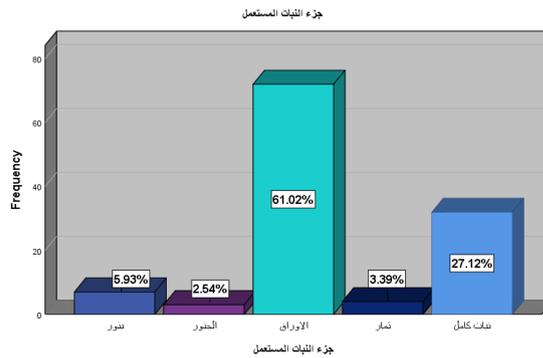
جدول (7.1.3) لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

النسبة	التكرار	الجزء المستعمل	ما هو الجزء المستعمل من النبات
5.9%	7	البذور	
2.5%	3	الجدور	
61.0%	72	الاوراق	

النمار	4	3.4%
نبات بالكامل	32	27.1%
المجموع	118	100%

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة هي (الأوراق) وذلك بنسبة 61% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة على أنهم استخدموا من نبات الزعتر أوراقه



يمثل الشكل رقم (7.1.3) الجزء النباتي المستعمل

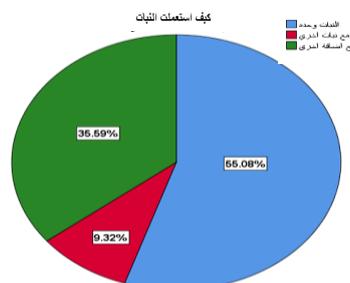
8- توصيف العينة طبقا لسؤال كيف استعملت النبات:

جدول (8.1.3) كيف استعملت النبات

النسبة	التكرار	كيف استعملت النبات
55.1%	65	يستعمل مع نبات وحده
9.3%	11	مع نبات أخرى
35.6%	42	مع إضافة أخرى
100%	118	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

55.1% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استعملوا النبات وحده أي إن أفراد العينة كانوا يجذبون استخدامه فقط دون خالطه مع إضافات أخرى أو نبات آخر.



يمثل الشكل رقم (8.1.3) كيف استعملت النبات

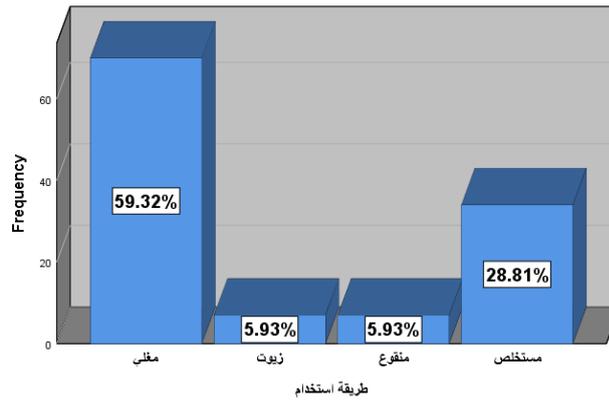
9-توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام:

جدول (9.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام

النسبة	التكرار	كيف كانت طريقة الاستخدام
%5.9	7	زيوت
%59.3	70	مغلي
%5.9	7	منقوع
%28.8	34	مستخلص
%100	118	الاجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

%59.3 تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استخدموا مغلي نبات الزعتر وهي تفوق النصف بينما %28.8 يستخدموه كمستخلص.



يمثل الشكل رقم (9.1.3) طريقة الاستخدام

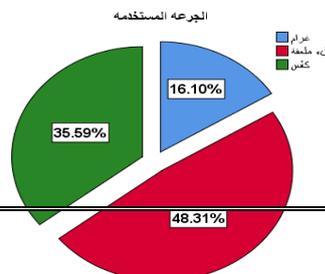
10-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

جدول (10.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

النسبة	التكرار	الجرعة المستخدمة
%16.1	19	غرام
%48.3	57	ملء المعلقة
%35.6	42	كأس
%100	118	الاجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

%48.3 تقريبا من أفراد العينة قالوا إن الجرعة المستخدمة كانت ملء المعلقة ثم يليها الكأس.



يمثل الشكل رقم (10.1.3) الجرعة المستخدمة

11-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الزعتر:

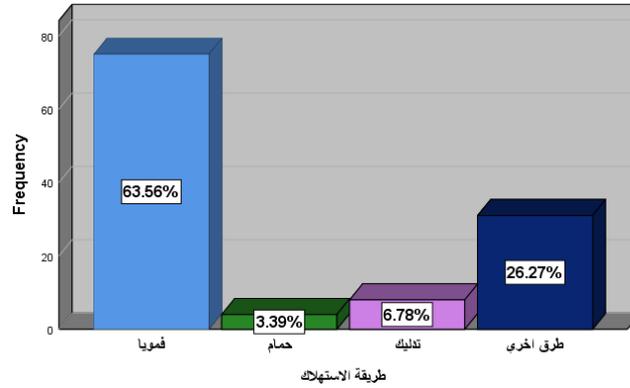
جدول (11.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الزعتر

النسبة	التكرار		
%63.6	75	فمويا	ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الزعتر
%3.4	4	حمام	
%6.8	8	تدليك	
%26.2	31	طرق أخرى	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على طريقة استهلاك لنبات الزعتر هو فمويا وذلك بنسبة %63.6 تقريبا، وأقل نسبة هي حمام كطريقة استهلاك لزعتر بنسبة %3.4 تقريبا.

طريقة الاستهلاك



يمثل الشكل رقم (11.1.3) طريقة الاستهلاك

12-توصيف العينة طبقا لسؤال كم عدد الجرعات اليومية:

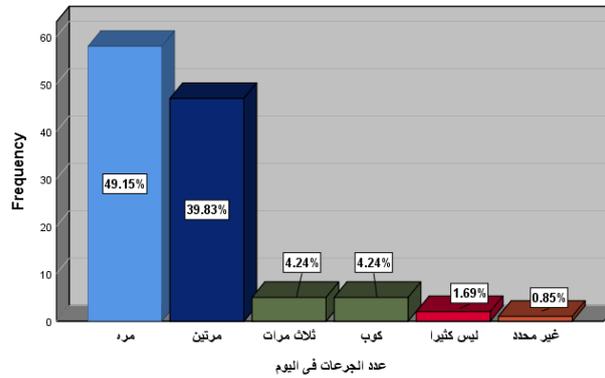
جدول (12.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كم عدد الجرعات اليومية

النسبة	التكرار
--------	---------

%49.2	58	مرة واحدة	عدد الجرعات اليومية
%39.8	47	مرتين	
%4.2	5	ثلاث مرات	
%4.2	5	كوب	
%1.7	2	ليس كثير	
%0.8	1	غير محدد	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (مرة واحدة يوميا) وذلك بنسبة 49.2% تقريبا وكذلك، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان المعدل لاستهلاك نبات الزعتر هو مرة واحدة يوميا.



يمثل الشكل رقم (12.1.3) عدد الجرعات اليومية

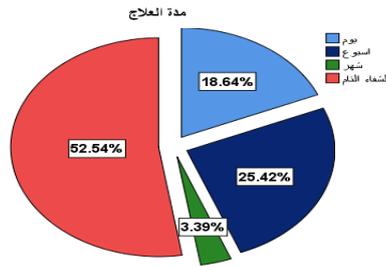
13- توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج:

جدول (13.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج

النسبة	التكرار	
%25.4	30	أسبوع
%3.4	4	شهر
%52.5	62	إلى غاية الشفاء
%100	118	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (إلى غاية الشفاء) وذلك بنسبة 52.5% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان كانت استهلاكهم للزعتر إلى تمام الشفاء



يمثل الشكل رقم (13.1.3) مدة العلاج

14-توصيف العينة طبقا لسؤال من أين تحصل على نبات الزعتر:

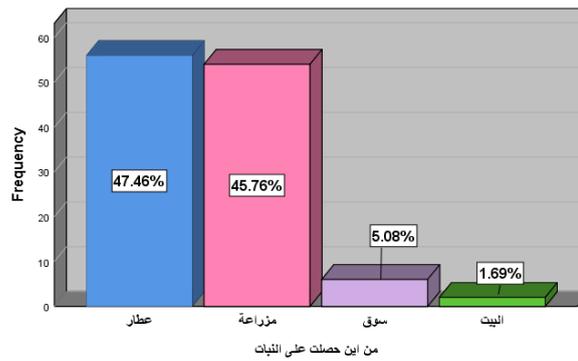
جدول (14.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال من أين تحصل على نبات الزعتر:

النسبة	التكرار		من أين تحصل على الزعتر
47.5%	56	عطار	
45.8%	54	مزرعة	
5.1%	6	سوق	
1.7%	2	البيت	
100%	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

47.5% تقريبا كانت نسبة أفراد العينة الذين تحصلوا على نبات الزعتر من عطار إما باقي النسب فهي تتوزع على باقية الخيارات

من أين حصلت على النبات



يمثل الشكل رقم (14.1.3) من أين تحصل على النبات

15-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات الزعتر:

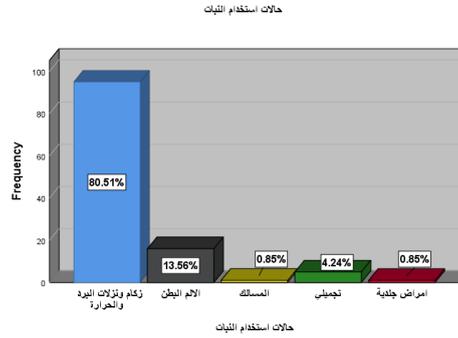
جدول (15.1.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات الزعتر

النسبة	التكرار		الحالات المرضية المستخدمة لنبات الزعتر
80.5%	95	زكام ونزلات البرد	
13.6%	16	الألم البطن	
0.8%	1	المسالك	
4.2%	5	تجميلي	
0.8%	1	إمراض جلدية	

%100	118	المجموع	
------	-----	---------	--

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأعلى كانت لعلاج زكام ونزلات البرد فهي تقريبا 80.5% وكانت اقل نسبة استخدام الزعتر كعلاج المسالك وإمراض الجلدية



يمثل الشكل رقم (15.1.3) حالات استخدام نوع المرض

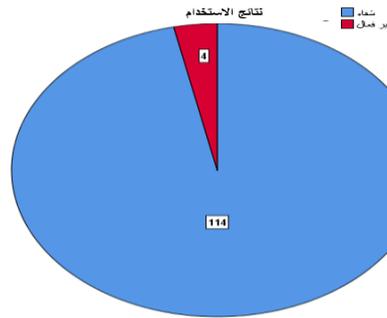
16-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نتائج الاستخدام:

جدول (16.1.3) ما هي نتائج الاستخدام

النسبة	التكرار	ما هي نتائج الاستخدام	
%96.6	114	شفاء	
%3.4	4	غير فعال	
%100	118	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

كانت نتائج الاستخدام فاعلة حيث ظهرت نسبة نتائج لأفراد العينة حوالي 96.6% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتيجة إن النبات غير فعال.



يمثل الشكل رقم (16.1.3) نتائج الاستخدام

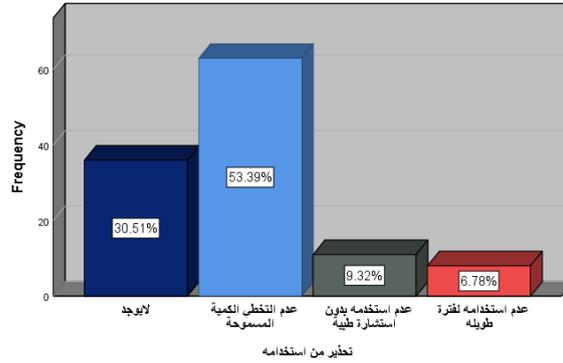
17-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي تحذير الاستخدام:

جدول (17.1.3) ما هي تحذير الاستخدام

النسبة	التكرار	ما هي تحذير الاستخدام	
%30.5	36	لا يوجد	
%53.4	63	عدم التخطي الكمية المسموحة	
%9.3	11	عدم استخدام بدون استشارة طبية	

%6.8	8	عدم استخدام لفترة طويلة
%100	118	المجموع

كانت نتائج التحذير لأفراد العينة (عدم التخطيطي الكمية المسموح) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 53.4% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى



يمثل الشكل رقم (17.1.3) تحذير الاستخدام

18- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نصائح الاستخدام:

جدول (18.1.3) ما هي نصائح الاستخدام

النسبة	التكرار	ما هي نصائح الاستخدام
%84.7	100	ينصح به باستخدامه
%9.4	11	عدم الإكثار منه
%5.9	7	الالتزام بتعليمات الاستخدام
%100	118	المجموع

كانت نتائج النصائح لأفراد العينة (ينصح به لأنه مفيد) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 84.7% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى

يمثل الشكل رقم (18.1.3) نصائح حول العلاج بالنبات

19- توصيف العينة طبقا هل انت مقتنع باستخدامه:

جدول (19.1.3) هل انت مقتنع باستخدامه:

النسبة	التكرار	هل انت مقتنع باستخدامه
%100	118	نعم
0	0	لا
%100	118	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

100% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم مقتنعين باستخدامه هو الرأي بإجماع ان هذا النبات معروف شعبيا ومتداول بين الناس



يمثل الشكل رقم (19.1.3) هل أنت مقتنع باستخدامه

2.3. الجانب التطبيقي نبات الحلبة:

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل بيانات الاستبانة لعينة تتكون من 117 مفردة أخذت من، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام برمجية الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS Statistics 25 (IBM) كأداة لتحليل بيانات الدراسة.

الوصف الإحصائي لعينة الدراسة:

1. توصيف العينة طبقاً للجنس:

جدول (1.2.3) توصيف العينة طبقاً للجنس

النسبة	التكرار	الجنس	
70.1%	82	ذكر	
29.9%	35	أنثى	
100%	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة من الجنسين كانت تقريباً 70.1% وهي الذكور، بينما الإناث كانت أقل نسبة حيث كانت 29.9% تقريباً.



الشكل رقم (1.2.3) يمثل الجنس

2. توصيف العينة طبقاً للعمر:

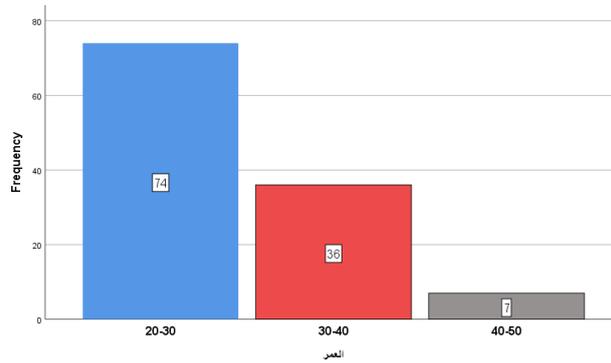
جدول (2.2.3) يمثل العمر

النسبة	التكرار	الفئات العمرية	
63.2%	74	30-20	
30.8%	36	40-30	
6%	7	50-40	
100%	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم من الفئة العمرية (30-20) كانت نسبتهم 63% تقريباً وهي النسبة الأكبر، بينما النسبة

الأصغر كانت من نصيب الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم الفئة 40 وما فوق حيث كانت نسبتهم 6% تقريبا.



الشكل رقم (2.2.3) يمثل العمر

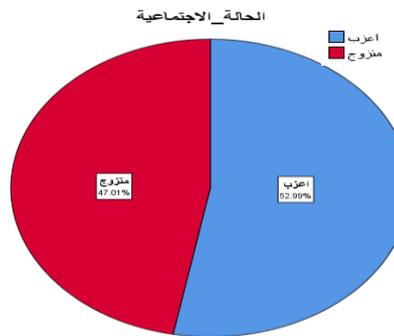
3. توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية:

جدول (3.2.3) توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية

النسبة	التكرار	الحالة الاجتماعية
%53	62	أعزب
%47	55	متزوج
%100	117	الجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانوا من الأشخاص عزاب وذلك بنسبة 53% تقريبا، بينما النسبة الأضعف في العينة كانت الحالة الاجتماعية لمتزوج وذلك بنسبة 47%.



الشكل رقم (3.2.3) يمثل الحالة الاجتماعية

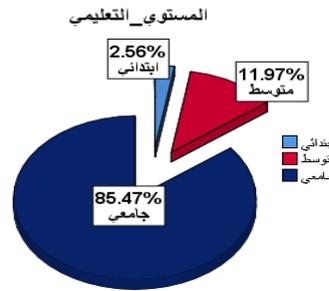
4- توصيف العينة طبقا لمستوى التعليمي:

جدول (4.2.3) المستوى التعليمي

النسبة	التكرار	
%2.6	3	ابتدائي
%12	14	متوسط
%85.4	100	جامعي
%100	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأشخاص الذين لديهم مستوى تعليمي ابتدائي فكانت 2.7% تقريبا، بينما النسبة الأكثر لأفراد العينة الذين يحملون شهادات جامعية وكانت 85.4% تقريبا



يمثل الشكل رقم (4.2.3) المستوى التعليمي

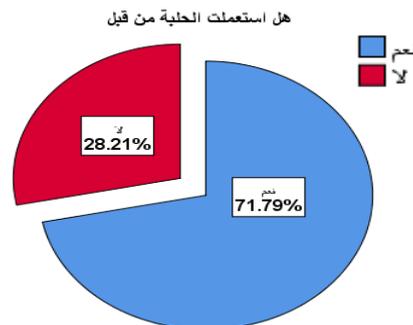
5- توصيف العينة طبقا هل استعملت نبات الحلبة من قبل:

جدول (5.2.3) هل استعملت نبات الحلبة من قبل

النسبة	التكرار		
%71.8	84	نعم	هل استعملت نبات الحلبة من قبل
%28.2	33	لا	
%100	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

71.8% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استعملوا نبات الحلبة من قبل، بينما 28.2% من أفراد العينة كانت لا يستعملوا نبات الحلبة من قبل وتعتبر النسبة الأقل، يدل على أن نبات الحلبة نبات معروف محليا.



الشكل رقم (5.2.3) يمثل هل استعملت نبات الحلبة

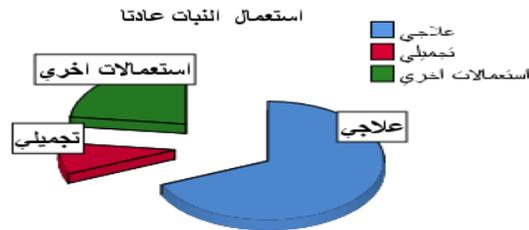
6-توصيف العينة طبقا للاستعمال نبات الحلبة عادتا:

جدول (6.2.3) استعمالك لنبات الحلبة

النسبة	التكرار	للاستعمال نبات الحلبة عادتا	
%68.4	80	علاجي	
%8.5	10	تجميلي	
%23.1	27	استخدامات أخرى	
%100	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أغلب أفراد العينة كان استعمالهم لنبات الحلبة كعلاج أمراض حيث كانت نسبتهم %68.4 تقريبا , بينما نسبة الاقل استعماله لغرض تجميلي وهي %8.5 .



الرقم (6.2.3) يمثل الاستعمال النبات عادتا

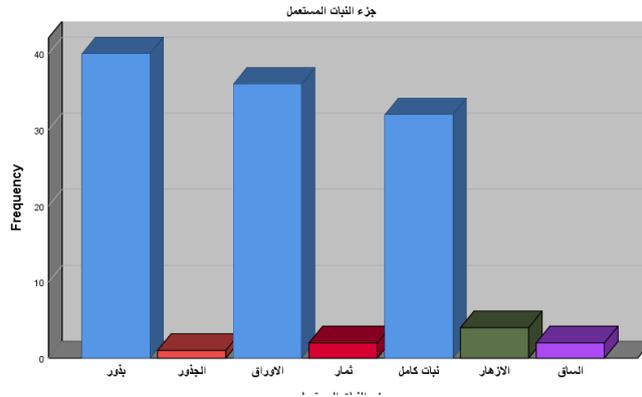
7-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

جدول (7.2.3) لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

النسبة	التكرار	ما هو الجزء المستعمل من النبات	
%34.2	40	البدور	
%9	1	الجدور	
%30.8	36	الاوراق	
%1.7	2	النمار	
%27.4	32	نبات بالكامل	
%3.4	4	أزهار	
%1.7	2	الساق	
%100	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (الأوراق) وذلك بنسبة 30.8% الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان نبات النعناع الجزء المستخدم منه هو الأوراق بينما القليل يستخدمون الجذور



يمثل الشكل رقم (7.2.3) الجزء النباتي المستعمل

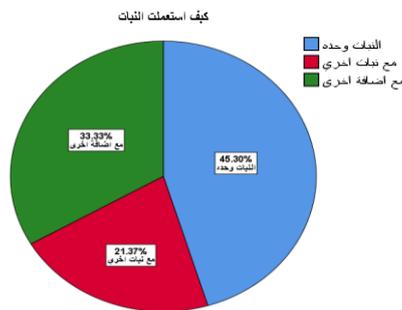
8-توصيف العينة طبقا لسؤال كيف استعملت النبات:

جدول (8.2.3) كيف استعملت النبات

النسبة	التكرار	كيف استعملت النبات
45.3%	53	يستعمل مع نبات وحده
21.4%	25	مع نبات أخرى
33.3%	39	مع إضافة أخرى
100%	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

45.3% تقريبا من أفراد العينة قالوا انهم استعملوا النبات وحده أي ان أفراد العينة كانوا يجذبون استخدامه فقط دون خالطه مع إضافات أخرى او نبات آخر .



يمثل الشكل رقم (8.2.3) كيف استعملت النبات

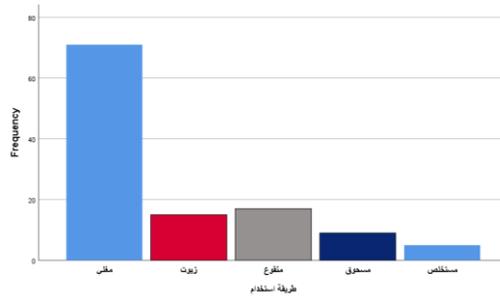
9-توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام:

جدول (9.2.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام

النسبة	التكرار	كيف كانت طريقة الاستخدام
%12.8	15	زيت
%60.7	71	مغلي
%14.5	17	منقوع
%7.7	9	مسحوق
%4.3	5	مستخلص
%100	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استخدموا مغلي نبات الحلبة وهي تفوق النصف بينما %4.3 يستخدموه كمستخلص.



يمثل الشكل رقم (9.2.3) طريقة الاستخدام

10- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

جدول (10.2.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

النسبة	التكرار	الجرعة المستخدمة
%15.4	18	غرام
%23.1	27	ملء الملعقة
%61.5	72	كأس
%100	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

%61.5 تقريبا من أفراد العينة قالوا إن الجرعة المستخدمة كانت كأس ثم يليها ملء الملعقة.



يمثل الشكل رقم (10.2.3) الجرعة المستخدمة

11- توصيف العينة طبقاً لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الحلبة:

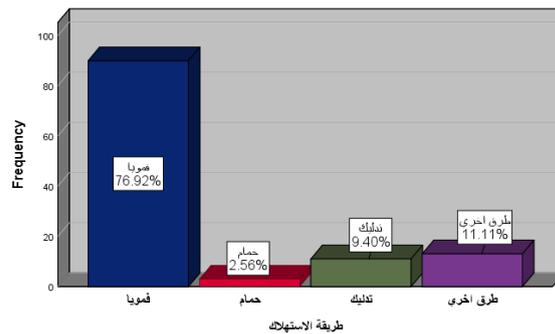
جدول (11.2.3) توصيف العينة طبقاً لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الحلبة

النسبة	التكرار	طريقة الاستهلاك	ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الحلبة
76.9%	90	فمويًا	ما هي طريقة الاستهلاك لنبات الحلبة
2.6%	3	حمام	
9.4%	11	تدليك	
11.1%	13	طرق أخرى	
100%	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على طريقة استهلاك لنبات الحلبة هو

فمويًا وذلك بنسبة 76.9% تقريباً، وأقل نسبة هي حمام كطريقة استهلاك لحلبة بنسبة 2.6% تقريباً.



يمثل الشكل رقم (11.2.3) طريقة الاستهلاك

12- توصيف العينة طبقاً لسؤال كم عدد الجرعات اليومية:

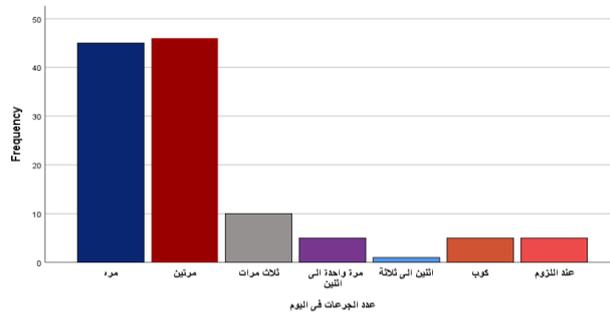
جدول (12.2.3) توصيف العينة طبقاً لسؤال كم عدد الجرعات اليومية

النسبة	التكرار	عدد الجرعات اليومية
38.5%	45	مرة واحدة
39.3%	46	مرتين
8.5%	10	ثلاث مرات

4.3%	5	كوب
0.9%	1	من مرة الى مرتين
4.3%	5	من مرتين الى ثلاث مرات
4.3%	5	عند اللزوم
100%	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (مرتين يوميا) وذلك بنسبة 39.3% تقريبا وكذلك، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان المعدل لاستهلاك نبات الحلبة هو مرتين يوميا.



يمثل الشكل رقم (12.2.3) عدد الجرعات اليومية

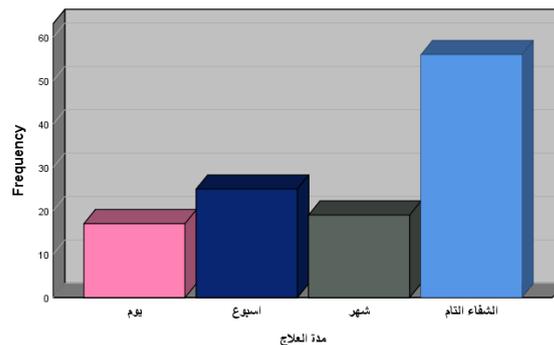
13-توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج:

جدول (13.2.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج

النسبة	التكرار	مدة العلاج
14.5%	17	يوم
21.4%	25	أسبوع
16.2%	19	شهر
47.9%	56	إلى غاية الشفاء
100%	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (إلى غاية الشفاء) وذلك بنسبة 47.9% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان كانت استهلاكهم لحلبة إلى تمام الشفاء.



يمثل الشكل رقم (13.2.3) مدة العلاج

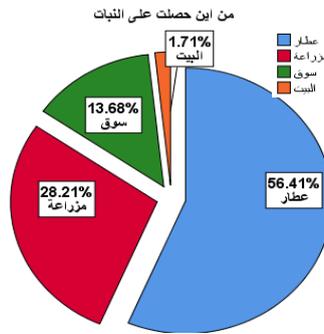
14-توصيف العينة طبقا لسؤال من اين تحصل على نبات الحلبة:

جدول (14.2.3) توصيف العينة طبقا لسؤال من اين تحصل على نبات الحلبة :

النسبة	التكرار	من اين تحصل على الحلبة	
%56.4	66	عطار	
%28.2	33	مزرعة	
%13.7	16	سوق	
%1.7	2	البيت	
%100	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

%56.4 تقريبا كانت نسبة أفراد العينة الذين يتحصلون على نبات الحلبة من عطار إما باقي النسب فهي تتوزع على باقية الخيارات



يمثل الشكل رقم (14.2.3) من أين تحصل على النبات

15-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات الحلبة:

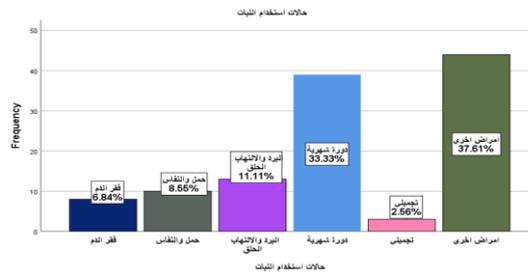
جدول (15.2.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات الحلبة

النسبة	التكرار	ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات الحلبة	
%6.8	8	فقر دم	
%8.5	10	الحمل والنفاس	
%11.1	13	نزلات البرد	
%33.3	39	الألم الدورة الشهرية	

2.6%	3	تجميلي
37.6%	44	أمراض أخرى
100%	117	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأعلى كانت لعلاج أمراض أخرى والتي تشمل (كمغص وتقيح المعدة والقولون صداع وشد عضلي والم المفاصل وتخسيس ومرضي الضغط وسكر) فهي تقريبا 37.6% وكانت اقل نسبة استخدام الحلبة كعلاج تجميلي بنسبة 2.6%.



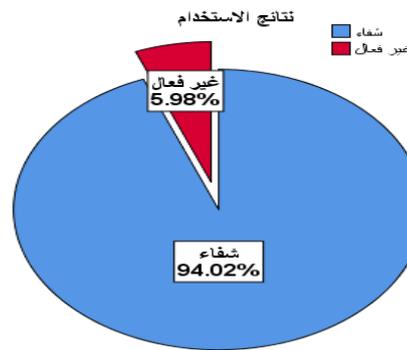
يمثل الشكل رقم (15.2.3) حالات استخدام نوع المرض

16-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نتائج الاستخدام:

جدول (16.2.3) ما هي نتائج الاستخدام

النسبة	التكرار	ما هي نتائج الاستخدام
93.2%	110	شفاء
5.9%	7	غير فعال
100%	117	المجموع

كانت نتائج الاستخدام فاعلة حيث ظهرت نسبة نتائج لأفراد العينة حوالي 93.2% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتيجة ان النبات غير فعال.



يمثل الشكل رقم (16.2.3) نتائج الاستخدام

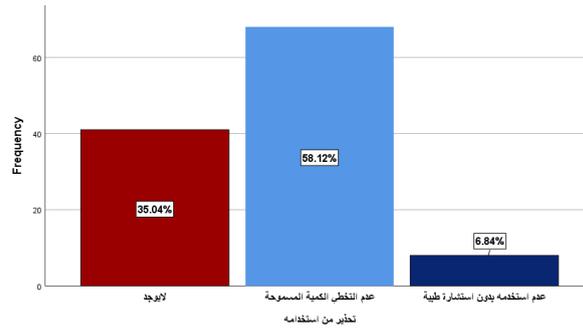
17-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي تحذير الاستخدام:

جدول (17) ما هي تحذير الاستخدام

النسبة	التكرار
--------	---------

%35	41	لا يوجد	ما هي تحذير الاستخدام
%58.1	68	عدم التخطي الكمية المسموحة	
%6.8	8	عدم استخدام بدون استشارة طبية	
%100	117	المجموع	

كانت نتائج التحذير لأفراد العينة (عدم التخطي الكمية المسموح) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 58.1% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى



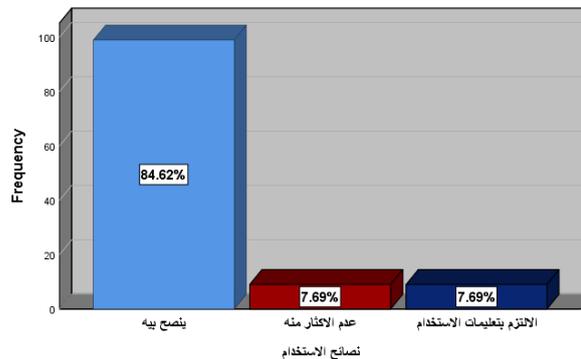
يمثل الشكل رقم (17.2.3) تحذير الاستخدام

18- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نصائح الاستخدام:

جدول (18.2.3) ما هي نصائح الاستخدام

النسبة	التكرار	ما هي نصائح الاستخدام	
%84.6	99		ينصح به باستخدامه
%7.7	9		عدم الإكثار منه
%7.7	9		الالتزام بتعليمات الاستخدام
%100	117	المجموع	

كانت نتائج النصائح لأفراد العينة (ينصح به لأنه مفيد) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 91.1% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى



يمثل الشكل رقم (18.2.3) نصائح حول العلاج بالنبات

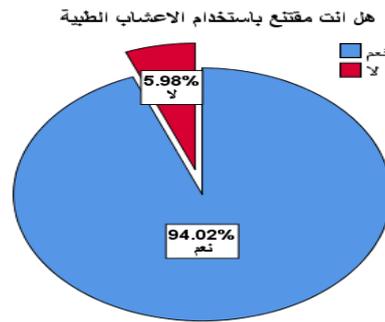
19- توصيف العينة طبقا هل انت مقتنع باستخدامه:

جدول (19.2.3) هل انت مقتنع باستخدامه:

النسبة	التكرار	هل انت مقتنع باستخدامه	
%94	110	نعم	
%6	7	لا	
%100	117	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

94% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم مقتنعين باستخدامه هو الرأي بإجماع ان هذا النبات معروف شعبيا ومتداول بين الناس



يمثل الشكل رقم (19.2.3) هل أنت مقتنع باستخدام

3.3. الجانب التطبيقي نبات النعناع:

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل بيانات الاستبانة لعينة تتكون من 112 مفردة أخذت من، و لتحقيق هدف الدراسة تم استخدام برمجية الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS Statistics 25 (IBM) كأداة لتحليل بيانات الدراسة.

الوصف الإحصائي لعينة الدراسة:

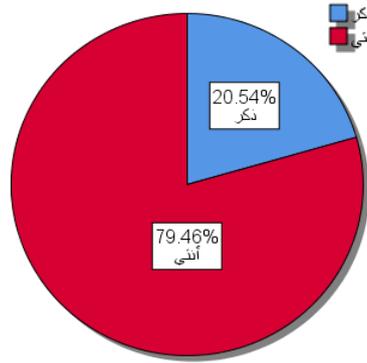
1. توصيف العينة طبقا للجنس:

جدول (1.3.3) توصيف العينة طبقا للجنس

النسبة	التكرار	الجنس	
%20.5	23	ذكر	
%79.5	89	أنثى	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة من الجنسين كانت تقريبا 79.5% وهي إناث، بينما الذكور كانت أقل نسبة حيث كانت 46.5% تقريبا.



الشكل رقم (1.3.3) يمثل الجنس

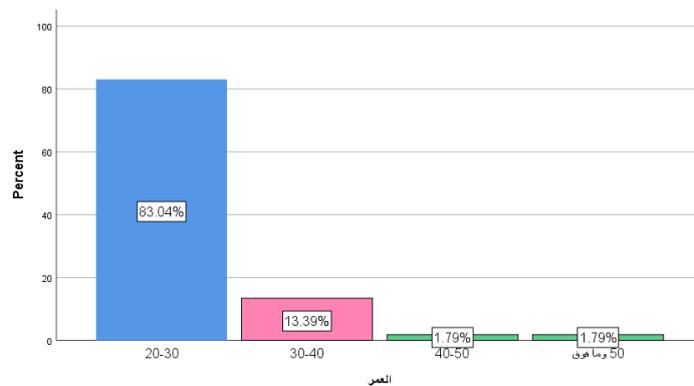
2. توصيف العينة طبقا للعمر:

جدول (2.3.3) يمثل العمر

النسبة	التكرار	الفئات العمرية
%83	93	30-20
%13.4	15	40-30
%1.8	2	50-40
%1.8	2	50 وما فوق
%100	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم من الفئة العمرية (30-20) كانت نسبتهم 83% تقريبا وهي النسبة الأكبر، بينما النسبة الأصغر كانت من نصيب الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم الفئة 40 وما فوق حيث كانت نسبتهم 2% تقريبا.



الشكل رقم (2.3.3) يمثل العمر

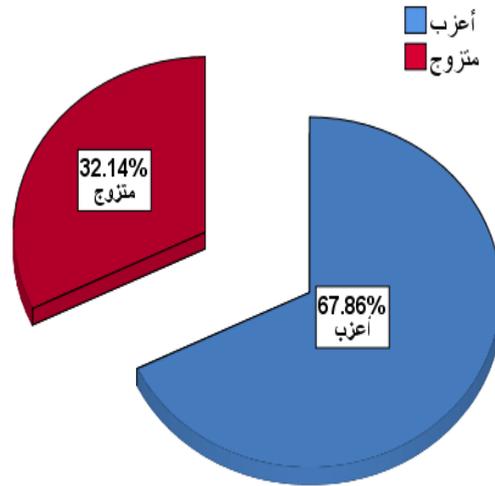
3. توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية:

جدول (3.3.3) توصيف العينة طبقا لحالة الاجتماعية

النسبة	التكرار	الحالة الاجتماعية	
%67.9	76	أعزب	
%32.1	36	متزوج	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانوا من الأشخاص عزاب وذلك بنسبة 67.9% تقريبا، بينما النسبة الأضعف في العينة كانت الحالة الاجتماعية لمتزوج وذلك بنسبة 32.1%.



الشكل رقم (3.3.3) يمثل الحالة الاجتماعية

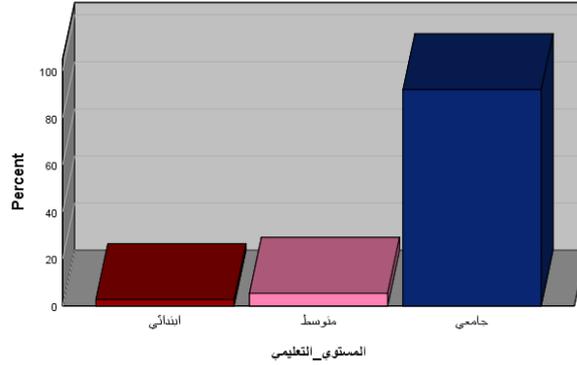
4- توصيف العينة طبقا لمستوى التعليمي:

جدول (4.3.3) المستوى التعليمي

النسبة	التكرار	المستوى التعليمي	
%2.7	3	ابتدائي	
%5.3	6	متوسط	
%92	103	جامعي	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأشخاص الذين لديهم مستوى تعليمي ابتدائي ومتوسط تقاربت فكانت 2.7% تقريبا 5.3% على التوالي، بينما النسبة الأكثر للأشخاص الجامعيون وكانت 92% تقريبا



يمثل الشكل رقم (4.3.3) المستوى التعليمي

5-توصيف العينة طبقا هل استعملت نبات النعناع من قبل:

جدول (5) هل استعملت نبات النعناع من قبل

النسبة	التكرار	هل استعملت نبات النعناع من قبل	
%93.7	105	نعم	
%6.3	7	لا	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

93.7% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استعملوا نبات النعناع من قبل، بينما 6.3% من أفراد العينة كانت لا يستعملوا نبات النعناع من قبل وتعتبر النسبة الأقل، يدل على ان نبات النعناع نبات معروف محليا.



الشكل رقم (5.3.3) يمثل هل استعملت نبات النعناع

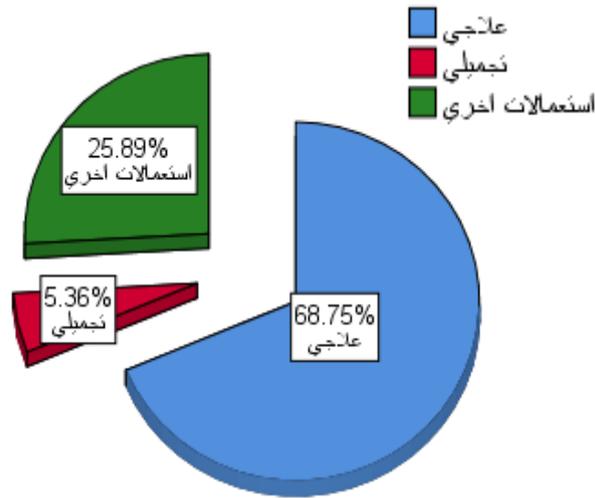
6- توصيف العينة طبقا للاستعمال نبات النعناع عاداتا:

جدول (6.3.3) استعمالك لنبات النعناع

النسبة	التكرار	للاستعمال نبات النعناع عاداتا	
%68.8	77	علاجي	
%5.4	6	تجميلي	
%25.8	29	استخدامات أخرى	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أغلب أفراد العينة كان استعمالهم لنبات النعناع كعلاج أمراض حيث كانت نسبتهم %68.8 تقريبا، بينما نسبة الاقل استعماله لغرض تجميلي وهي %5.4.



الرقم (6.3.3) يمثل الاستعمال النبات عاداتا

7- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

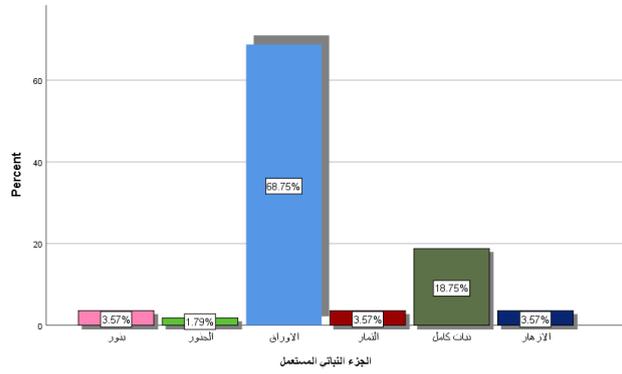
جدول (7.3.3) لسؤال ما هو الجزء المستعمل من النبات

النسبة	التكرار	ما هو الجزء المستعمل من النبات	
%3.6	4	البدور	
%1.8	2	الجدور	
%68.8	77	الاوراق	
%3.6	4	الثمار	

21	18.6%	نبات بالكامل
4	3.6%	أزهار
112	100%	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (الأوراق) وذلك بنسبة 68.8% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان نبات النعناع الجزء المستخدم منه هو الأوراق بينما القليل يستخدمون الجذور



يمثل الشكل رقم (7.3.3) الجزء النباتي المستعمل

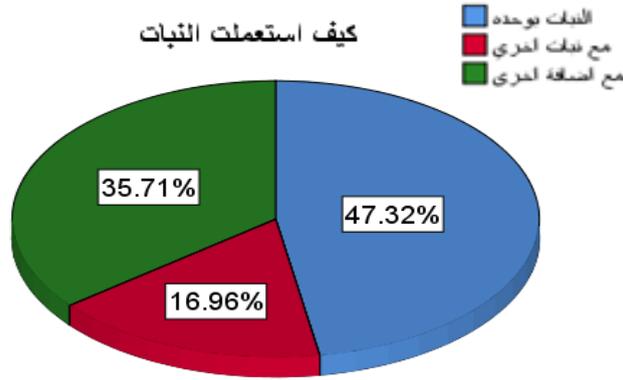
8-توصيف العينة طبقا لسؤال كيف استعملت النبات:

جدول (8.3.3) كيف استعملت النبات

النسبة	التكرار	كيف استعملت النبات
47.3%	53	يستعمل مع نبات وحده
17%	19	مع نبات أخرى
35.7%	40	مع إضافة أخرى
100%	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

47.3% تقريبا من أفراد العينة قالوا انهم استعملوا النبات وحده أي ان أفراد العينة كانوا يجربون استخدامه فقط دون خالطه مع إضافات أخرى او نبات آخر.



يمثل الشكل رقم (8.3.3) كيف استعملت النباتات

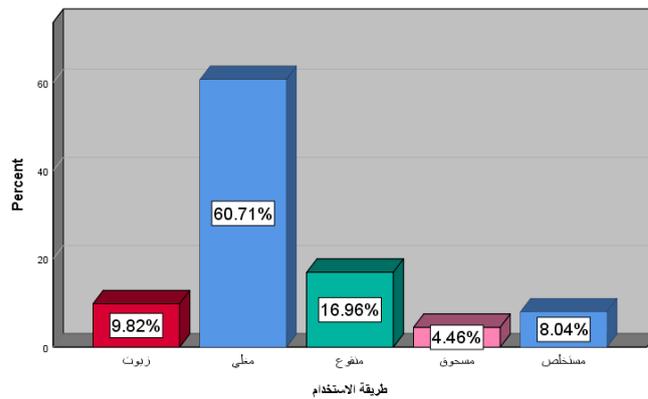
9-توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام:

جدول (9.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كيف كانت طريقة الاستخدام

النسبة	التكرار	كيف كانت طريقة الاستخدام
%9.8	11	زبوت
%60.7	68	مغلي
%17	19	منقوع
%4.5	5	مسحوق
%8	9	مستخلص
%100	112	الاجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

60% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم استخدموا مغلي نبات النعناع وهي تفوق النصف بينما 5% يستخدموه كمسحوق



يمثل الشكل رقم (9.3.3) طريقة الاستخدام

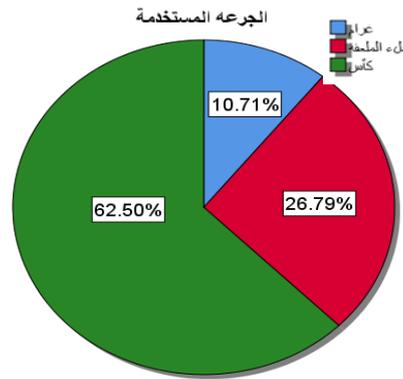
10- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

جدول (10.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي الكمية والجرعة المستخدمة:

النسبة	التكرار	الجرعة المستخدمة	
%10.7	12	غرام	
%26.8	30	ملء الملعقة	
%62.5	70	كأس	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

62% تقريبا من أفراد العينة قالوا إن الجرعة المستخدمة كانت كأس ثم يليها ملء الملعقة.



يمثل الشكل رقم (10.3.3) الجرعة المستخدمة

11- توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات النعناع:

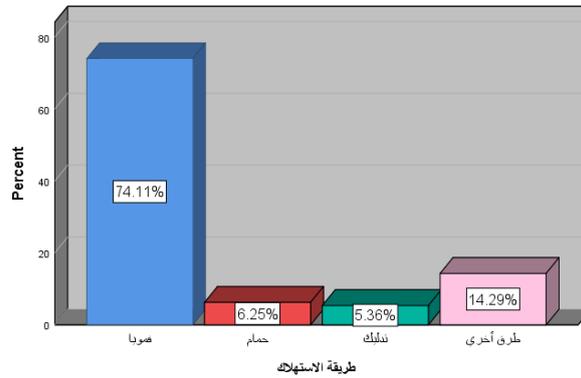
جدول (11.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي طريقة الاستهلاك لنبات النعناع

النسبة	التكرار	ما هي طريقة الاستهلاك لنبات النعناع	
%74.1	83	فمويا	
%6.3	7	حمام	
%5.4	6	تدليك	
%14.3	16	طرق أخرى	
%100	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على طريقة استهلاك لنبات النعناع هو فمويا وذلك بنسبة 74.1% تقريبا، وأقل نسبة هي التدليك كطريقة استهلاك لنعناع بنسبة

5.4% تقريبا.



يمثل الشكل رقم (11.3.3) طريقة الاستهلاك

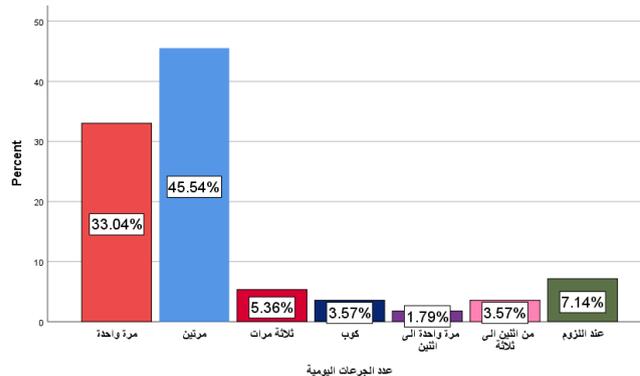
12-توصيف العينة طبقا لسؤال كم عدد الجرعات اليومية:

جدول (12.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كم عدد الجرعات اليومية

النسبة	التكرار	عدد الجرعات اليومية
33%	37	مرة واحدة
45.5%	51	مرتين
5.4%	6	ثلاث مرات
3.6%	4	كوب
1.8%	2	من مرة الى مرتين
3.6%	4	من مرتين الى ثلاث مرات
7.1%	8	عند اللزوم
100%	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (مرتين يوميا) وذلك بنسبة 45.5% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان المعدل لاستهلاك نبات النعناع هو مرتين يوميا.



يمثل الشكل رقم (12.3.3) عدد الجرعات اليومية

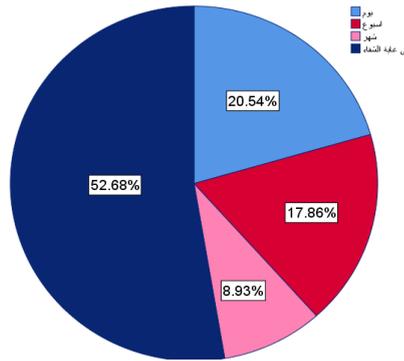
13-توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج:

جدول (13.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال كم مدة العلاج

النسبة	التكرار	مدة العلاج
20.5%	23	يوم
17.9%	20	أسبوع
8.9%	10	شهر
52.7%	59	إلى غاية الشفاء
100%	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

أعلى نسبة كانت على الإجابة (إلى غاية الشفاء) وذلك بنسبة 52.7% تقريبا، الذي يوضح إن رأي أفراد العينة بان كانت استهلاكهم لنعناع إلى تمام الشفاء.



يمثل الشكل رقم (13.3.3) مدة العلاج

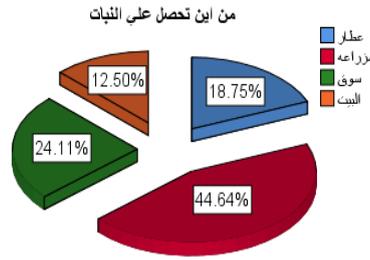
14-توصيف العينة طبقا لسؤال من اين تحصل على نبات النعناع:

جدول (14.3.3) توصيف العينة طبقا لسؤال من اين تحصل على نبات النعناع:

النسبة	التكرار	من اين تحصل على النعناع
18.8%	21	عطار
44.6%	50	مزرعة
24.1%	27	سوق
12.5%	14	البيت
100%	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

% تقريبا كانت نسبة أفراد العينة الذين يتحصلون على نبات النعناع من مزرعة إما باقي النسب فهي تتوزع على باقي الخيارات



يمثل الشكل رقم (14.3.3) من أين تحصل على النباتات

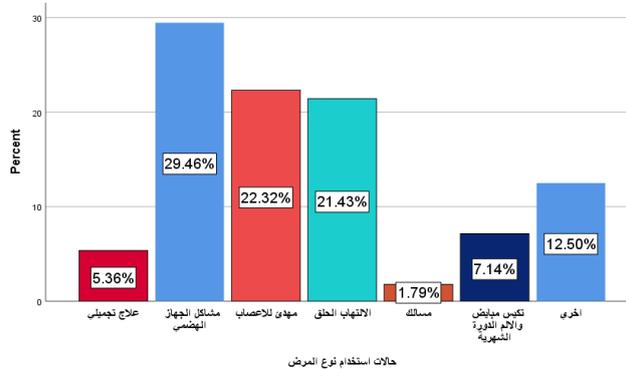
15-توصيف العينة طبقاً لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات النعناع:

جدول (15.3.3) توصيف العينة طبقاً لسؤال ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات النعناع

النسبة	التكرار	علاج تجميلي	ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات النعناع
5.4%	6	علاج تجميلي	ما هي الحالات المرضية المستخدمة لنبات النعناع
29.5%	33	مشاكل الجهاز الهضمي	
22.3%	25	مهدئ لأعصاب	
21.4%	24	الالتهاب الحلق	
1.8%	2	المسالك	
7.1%	8	تكيس المبايض والألم الدورة الشهرية	
12.5%	14	إمراض أخرى	
100%	112	المجموع	

من الجدول السابق نلاحظ أن:

نسبة الأعلى كانت لعلاج أمراض الجهاز الهضمي كمغص والقالون والألم المعدة فهي تقريبا 29.5% وكانت اقل نسبة استخدام النعناع كعلاج تجميلي بنسبة 5.4%.



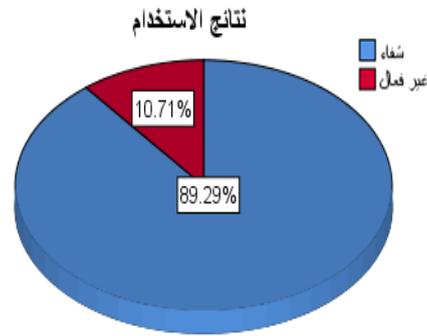
يمثل الشكل رقم (15.3.3) حالات استخدام نوع المرض

16-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نتائج الاستخدام:

جدول (16.3.3) ما هي نتائج الاستخدام

النسبة	التكرار		
%89.3	100	شفاء	ما هي نتائج الاستخدام
%10.7	12	غير فعال	
%100	112	المجموع	

كانت نتائج الاستخدام فاعلة حيث ظهرت نسبة نتائج لأفراد العينة حوالي 89.3% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتيجة ان النبات غير فعال.



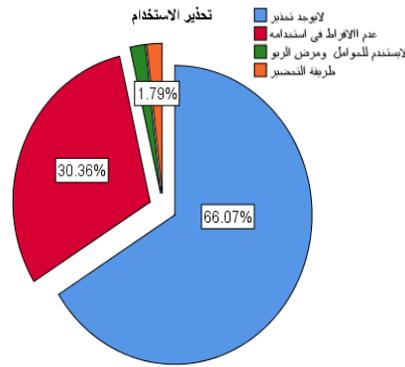
يمثل الشكل رقم (16.3.3) نتائج الاستخدام

17-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي تحذير الاستخدام:

جدول (17.3.3) ما هي تحذير الاستخدام

النسبة	التكرار		
%66.1	74	لا يوجد	ما هي تحذير الاستخدام
%30.4	34	عدم الإفراط في استخدام	
%1.8	2	لا يستخدم للحوامل	
%1.8	2	طريقة التحضير	
%100	112	المجموع	

كانت نتائج التحذير لأفراد العينة (لا يوجد تحذير في الاستخدام) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 66.1% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى التي تحذر باستخدامه بكثرة او طريقة تحضيره.



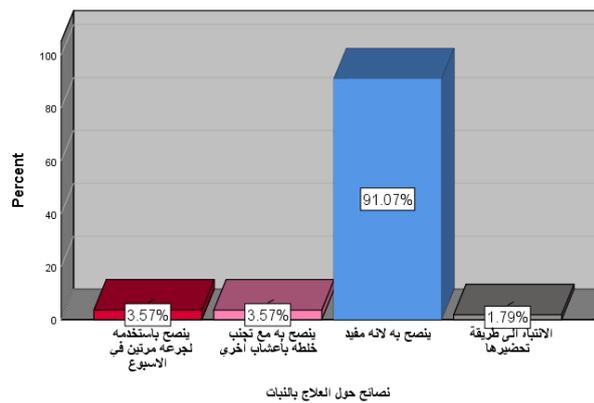
يمثل الشكل رقم (17.3.3) تحذير الاستخدام

18-توصيف العينة طبقا لسؤال ما هي نصائح الاستخدام:

جدول (18.3.3) ما هي نصائح الاستخدام

النسبة	التكرار	نصائح الاستخدام
%3.6	4	ينصح به باستخدامه مرتين في الأسبوع
%3.6	4	ينصح به مع تجنب خلطه مع أعشاب أخرى
%91.1	102	ينصح به لأنه مفيد
%1.8	2	ينصح به الانتباه في التحضير
%100	112	المجموع

كانت نتائج النصائح لأفراد العينة (ينصح به لأنه مفيد) الأعلى حيث ظهرت نسبة حوالي 91.1% تقريبا وهي نسبة تفوق بكثير عن نتائج الأخرى



يمثل الشكل رقم (18.3.3) نصائح حول العلاج بالنبات

19-توصيف العينة طبقا هل انت مقتنع باستخدامه:

جدول (19.3.3) هل انت مقتنع باستخدامه:

النسبة	التكرار	هل انت مقتنع باستخدامه
%99.1	111	نعم
%0.9	1	لا
%100	112	المجموع

من الجدول السابق نلاحظ أن:

99.1% تقريبا من أفراد العينة قالوا إنهم مقتنعين باستخدامه هو الرأي بإجماع ان هذا النبات معروف شعبيا ومتداول بين الناس



يمثل الشكل رقم (19.3.3) هل أنت مقتنع باستخدامه

4.3. مناقشة ومقارنة النتائج مع دراسات سابقة:

من خلال دراستنا الاحصائية

- أن الاهتمام بالنباتات الطبية بمس كلا الجنسين لكن نسبة اهتمام الرجال فاق ثير بك نسبة اهتمام النساء.
- المستوى التعليمي لأغلبية مستخدمي النباتات الطبية كانت الفئة كثر المتعلمة وهي الاستخدام النباتات الطبية وخاصة الجامعي أكثر.
- استعمالات النباتات الطبية تمثلت في الغرض العلاجي.
- مدة استخدام النباتات الطبية كانت الى غاية التماثل للشفاء ان هذه النتائج المتحصل عليها تتوافق مع نتائج دراسات ثنوا نباتية وجرى النباتات الطبية، بوزغاية (2024)
- الأجزاء المستعملة من النباتات الطبية يستعمل كنبات كامل.
- الطريقة الأكثر استخداما للنباتات الطبية مغلي وهذه النتائج لا تتوافق مع نتائج دراسات اثنوا نباتية وجرى النباتات الطبية، بوزغاية

خاتمة

من خلال دراستنا الإحصائية النباتات الطبية وكيفية استخدامها في علاج الآلام والالتهابات تبين أن منطقة اجدايا غنية بأنواع عديدة من النباتات الطبية التي تستعمل الأغراض طبية علاجية وعدة أعراض أخرى.

ولقد تحصلنا على عديد من المعلومات الخاصة بالتداوي بالنباتات الطبية ومدى استعمال المجتمع المنتمي لهذه المنطقة (اجدايا) لها.

حيث قمنا من خلال هذه الدراسة والمعلومات المتحصل عليها من النتائج من تحديد الفئة الأكثر استعمالا للنباتات الطبية المخصصة بالدراسة (الحلبة، النعناع، الزعتر) وهي فئة العزاب وخاصة الاناث منهم والتي تتراوح أعمارهم ما بين (20_30) عام الأغلبية منهم ذو مستوى تعليمي جامعي وكذلك الصنف الأكثر تداولاً لدى عامة الشعب حيث نجد الأغلبية تستعمل هذه النباتات لا استعمال علاجيا بغرض التداوي ويختلف الجزء النباتي المستعمل منه حسب نوع الألم أو المرض المراد تخفيفه أو تسكينه.

مع تمنياتنا تصميم هذه الدراسة على جميع مناطق الوطن بهدف الحفاظ على التراث النباتي والطبي ومنه فإن ليبيا تملك ثروة طبيعية هائلة من النباتات الطبية، ولذلك وجب تطوير مجال التداوي بالأعشاب والنباتات الطبية والتعريف بأهميتها من خلال إجراء دورات تكوينية للعشابين وأصحاب الخبرة في هذا المجال، إعداد برامج تليفزيونية، إنشاء محميات للمحافظة على النباتات انشاء كتب ومذكرات ذات صلة بالموضوع .

أولاً: المرجع العربي

1. أبا ميلود, دحه حمزة . (2022). تقدير القيمة الغذائية والمحتوى الفينولي ودراسة النشاطية المضادة لألكسدة لثلاثة أصناف من نبات الكينوا *willd quinoa Chenopodium* المزروعة
2. أحمد الشريف, علي الدرسي . (2008). أسس الكيمياء العضوية, *organic of Fondations chenistry* الطبعة الأولى.
3. الحسيني م ، المهدي ت ، (1990) النباتات الطبية زراعتها مكوناتها واستخداماتها العالجية . مكتبة بن سينا للنشر والتوزيع والتصدير . القاهرة ص. 13-176، 8
4. الشحات نصر ابو زيد ، (1886) النباتات والعشاب الطبيعية . دار البحار بيروت مكتبة مدبولي ص 32-2، 8
5. محمد س ، عبد هلال ع ، (2003) النباتات الطبية والعطرية كيميائها ، انتاجها وفوائدها . منشأة المعارف بالسكندرية . مصر . ص 8
6. حسن بن محمد أحمد الحازمي 1422. المنتجات الطبيعية, *products Natural* فضاء العلوم ، أستاذ الكيمياء العضوية, قسم الكيمياء, جامعة الملك سعود ، الناشر دار الخرجي للنشر والتوزيع ص.
7. زردومي سليمان *campestris Artemisia* . (2015). في منطقة اريس, دراسة تشريحية ودراسة النشاطية الضد بكتيرية وال ضد تأكسدية لزيتها الأساسي, ماجستير في بيولوجيا و فيزيولوجيا النبات جامعة فرحات عباس , سطيف.
8. محمد وآخرون. (2009). المجلة العراقية للعلوم, الكشف من المركبات الكيميائية والتنقية الجزئية للقلويدات في المستخلصات (ثمار وأوراق وجذور) نبات وعنب الذيب, *(Nigrum) (Solanun)* كلية العلوم جامعة بغداد العراق , المجلد, 50 العدد 3, ص. 332
9. محمود سراج علي, يونس محمد الحسن. (2002). تأثير استزراع النباتات الطبية البرية على خواصها الكيميائية والحيوية , تقرير النهائي المقدم إلى عمادة البحث العلمي, جامعة الملك فيصل.
10. عيشة محمد علي محسن وآخرون. (2021). المجلة العربية للبحث العلمي , ورقة بحثية . التحليل الكروماتوغرافي الكتلي لبعض المركبات الفعالة حيويًا في اثنين من النباتات الطبية اليمنية , قسم الكيمياء كلية التربية , كلية العلوم , جامعة عدن , عدن , الجمهورية اليمنية , ص.
11. عبود صالح , د. محمد محمد . (2020). الكيمياء الحيوية (الجزء النظري والعملي) , أستاذ في قسم علم الأغذية , جامعة دمشق , ص .
12. عزيزة إبراهيم يوسف. (2020). محاضرات من مقرر العقاقير كيمياء العقاقير , *Phytochemistry* القسم النظري , منشورات جامعة المنارة , كلية الصيدلية
13. غسان حجاوي ، حياة المسيمي ، روال محمد جميل قاسم . علم العقاقير ، الطبعة الأولى ، مكتبة . دار الثقافة للنشر و التوزيع - عمان - الأردن (2004)
14. كساد وآخرون. (2012). اطلس النباتات الطبية العطرية في الوطن العربي , المركز العربي لدراسات المناطق الجافة والأراضي القاحلة أكساد دمشق 2012, ص. 52-59 و ص 36
15. كنبوة ص، شوشاني ع ف، رحومة ن، لخلول ف - (2015) دراسة كيميائية لنبات صحراوي *cotula cinerea* من منطقة واد سوف . مذكرة ليسانس أكاديمي قسم البيولوجيا . جامعة الشهيد حمة لخضر . الوادي ص 3
16. في منطقة واد سوف , مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر أكاديمي , جامعة حمة لخضر الوادي , ص.
17. وجدي عبد المنعم مشهور , مجدي إسماعيل مصطفى . (2007). الميكروبيولوجيا الزراعية , كلية الزراعة , جامعة عين شمس .

ثانيا: المرجع الأجنبية

- 18.ATHAMENA S.2009 ، - Etude quantitative flavonoides des grains de Cuminum cyminum et Les feuilles de Rosmarinus officinalis et l'évaluation de l'activite biologique. Memoire Présenté pour l'obtention du diplôme de Magister. Université El -Hadj Lakhder Batna. 126p
- 19.Baba Aissa ،F. ،(1991). Les plantes médicinales en Algérie. Coédition Bouchene et Addiwane ،Alger ،Algérie.
- 20.Calsamiglia S. ،Busquet M. ،Cardozo P.W. ،Castillejos L. ،Ferret A. ،(2007). Invited
- 21.Iserin ،P. ،(2001) ،Encyclopédie des plantes médicinales ،Ed. Larousse ،p.11. 14-16
- 22.Gheddab Nadjet :2016-Inhibition De La cyclooxygénase par Les Flavonoïdes Etude bibliographique ،université des Frénes Mentouri Constantine, pag14 .
- 23.Koedam A. (1987). Some aspects of essential oil preparation in capillary gas chromatography in essential oil analysis. Sandra P. ،Bicchi C. p.13-27
- 24.Soumai Hebabcha .2021-Les Alcaloïdes et L Alzheimer, université Larbi Ben Mhidi oum el Bouaghi ،pag3
- 25.Sapna desai,Harmeet kaur :2009-saponins and their biological activties ،pag13.
- 26.Karray-Bouraoui N. ،Rabhi M. ،Neffati M. ،Baldan B. ،Ranieri A. ،Marzouk B. ،(2009). Salt effect on yield and composition of shoot essential oil and trichome morphology and density on leaves of Mentha pulegium. Industrial Crops and Products. 30. 338-343.