



# التداوي بالأعشاب في مجتمع الإمارات



© جميع الحقوق محفوظة للاتحاد النسائي العام  
الطبعة الثانية 2019

طبع بموافقة المجلس الوطني للإعلام  
رقم الایداع الدولي: 5-980-20-9948-978

توجه جميع المراسلات إلى العنوان التالي:  
الاتحاد النسائي العام  
ص.ب. 130 أبوظبي، الإمارات العربية المتحدة  
هاتف: 0097126161111  
فاكس: 0097126161110  
البريد الإلكتروني: WOMANUNION@GWU.AE



# التداوي بالأعشاب

## في مجتمع الامارات

مراجعة

لولوه عيسى الحميدي

إعداد

نورا نصيب البلوشي

تصميم

أميرة بسامي الهنائي





## نبذة عن الاتحاد النسائي العام

تأسس الاتحاد النسائي العام في 27 أغسطس 1975 برئاسة سمو  
الشيخة فاطمة بنت مبارك؛ رئيسة الاتحاد النسائي العام، الرئيس  
الأعلى لمؤسسة التنمية الأسرية، رئيس المجلس الأعلى للأمومة  
والطفولة؛ ويحرص الاتحاد النسائي العام بشكل مستمر على تأدية  
رسالته الرامية إلى النهوض بالمرأة في دولة الإمارات العربية المتحدة،  
وتعزيز أدوارها التنموية في مختلف المجالات والأخذ بيدها نحو الريادة،  
مع الحرص المحافظة على التراث وتوثيقه .





## الرؤية

الريادة والتميز في المشاركة والتمكين للمرأة في مسيرة التنمية المستدامة لدولة الإمارات العربية المتحدة وبما يحقق جودة الحياة.

## الرسالة

يسعى الاتحاد النسائي العام في دولة الإمارات العربية المتحدة إلى تبني السياسات ووضع الخطط والبرامج وإطلاق المبادرات التي تسهم في تعزيز وضع ومكانة المرأة وبناء قدراتها وتذليل الصعوبات أمام مشاركتها في مختلف مناحي الحياة، لتتبوأ المكانة اللائقة ولتكون نموذجاً مشرفاً لريادة المرأة في كافة المحافل الوطنية والإقليمية والدولية، وتحقيق مقاييس التميز العالمية، وذلك من خلال شراكات متميزة وكفاءات عالية وخدمات مبنية على أفضل الممارسات وبالعامل مع كافة فئات المجتمع أفراد ومؤسسات وبناء قدراتهم لزيادة مشاركتهم في دعم وتمكين النساء.



# المقدمة

يعد تراث الإمارات العربية المتحدة عريق وذاخراً بالموروثات الشعبية التي نلاحظها جلياً في العادات والتقاليد والقيم العربية الأصيلة المتوارثة جيلاً بعد جيل بكل فخر واعتزاز .

لقد اهتم مؤسس الدولة الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه بالتراث اهتماماً كبيراً وقد جسّد سموه تلك النظرة في مقولته الشهيرة «الوطن بلا ماضي لا حاضر له ولا مستقبل»، وذلك عن طريق إحياء المهرجانات والفعاليات التراثية السنوية وبناء المتاحف والعديد من المراكز التراثية وإنشاء عدة مراكز للتداوي بالأعشاب للحفاظ على الموروث الشعبي وحمايته من الاندثار .

حيث يعتبر الطب الشعبي جزء من الموروث الذي ما زال يمارس حتى وقتنا الحالي. والقائمون بالعلاج الشعبي في الإمارات هم المطببون الذين كانوا يمارسون مهنة الطب بالوراثة والخبرة والمعرفة والمطبيب هو المعالج الذي يستخدم طريقة معينة يمارسها وتصبح مهنته ومصدر لرزقه، مثل المجبر والموسم والداية و يعرف الطبيب الشعبي بالخبير بعلاجات الأعشاب.



إن التداوي بالأعشاب هو خلاصة نتائج التجارب والممارسات والخبرات،  
لعلاج الأمراض التي كانت منتشرة في فترة ما قبل قيام الاتحاد لقد  
برع المعالجون القدامى في الطب الشعبي باستخدام الأعشاب ذات  
المفعول العلاجي التي بان لهم أثرها في شفاء مرضاهم.

اعتمد سكان الإمارات على بعض الأعشاب التي تنبت في البيئة  
المحلية وسخروها لمصلحتهم، بالإضافة إلى استيراد بعض الأعشاب  
من الدول المجاورة مثل سلطنة عمان واليمن والهند وإيران.

ونحن في هذا الكتيب سنلقي الضوء على جزء من الموروث الشعبي  
في جانبه المادي وهو «الطب الشعبي»، ونضع بين أيديكم شرح  
لبعض أشهر الأعشاب العلاجية وطرق التداوي بها كما هو متواتر لنا  
من آباءنا وأجدادنا.







# الأعشاب





## الحلول

أهم عشبة علاجية ولا يكاد يخلو البيت الإماراتي منها وهو نبات ينمو في شبة الجزيرة العربية وتستعمل أوراقه للعلاج وهو معروف جيداً عند المعالجين القدماء والعطارين، وللحلول عدة مسميات حسب كل دولة من دول الخليج العربي، ففي قطر والبحرين يسمى بالعشرج وفي السعودية يطلق عليه بالسنا مكي، **حيث قال الرسول عليه الصلاة والسلام: «عليكم بالسنا والسنوت فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام وهو الموت»**

وأما في الإمارات وعمان فيسمى بالحلول ويستخدم كعلاج ملين ومسهل للبطن ويسمى بالمسبوعة في حالة أضيف له سبعة أنواع من الأدوية وهي اللبان، الورد، الزعتر، اليعدة، الحلبة، الحبة السوداء، وأخيراً الهليلي، أهل الإمارات يؤمنون أن المعدة بيت الداء وهي تحتاج للتنظيف مرة في الشهر وذلك بشرب الحلول حتى يطهر الجهاز الهضمي من أغلب ما يعلق به من جراثيم وديدان وتراكمت لأطعمة فسدت في الأمعاء، فتسبب الغازات والمغص وخلل في المزاج والنوم وضعف الشهية.





## الفوائد العلاجية

- يعتبر مُلين للجهاز الهضمي وطارد للفضلات المتكونة في القولون.
- يعالج حالات الإمساك المزمن والحاد.
- طارد للغازات المتراكمة في البطن.
- يخرج ديدان البطن.

## طريقة الاستعمال

- 1 تؤخذ ملعقة صغيرة من الأدوية التالية : اللبان، الحلبة، الحبة السوداء، اليعدة، فنجان من أوراق الزعتر، 7 حبات الهليهلي، 100 جرام ورد مجفف، و100 جرام من أوراق الحلول.
- 2 يضاف عليها 5 أكواب من الماء المغلي ويترك مغطى لمدة نصف يوم.
- 3 يصفى ويشرب مقدار كأس إلى كأسين حسب العمر والوزن في الصباح على معدة فارغة ويفضل شرب الحلول مرة في الشهر.





# حبة البركة (الحبة السوداء)

تعرف بالحبة السوداء وفي الإمارات يطلقون عليها السويدا وهي نبات عشبي شتوي معروف منذ القدم وتعتبر من البذور وتزرع في شمال أفريقيا وسوريا والهند وإيران، لها فوائد عديدة قال عنها رسول الله ﷺ: «الحبة السوداء فيها شفاء لكل داء إلا السام.» رواة البخاري ومسلم

حبة البركة أو السويدا تحتوي على الحديد والفوسفات والكاربوهيدرات والفسفور وهي مقوي ومنشط لتحسين وظائف الجسم ويستخلص منها زيت حبة البركة.

## الفوائد العلاجية

- تؤخذ نصف ملعقة صغيرة من حبة البركة مع العسل لرفع مناعة الجسم.
- تؤخذ ملعقة صغيرة من زيت حبة البركة مع فنجان قهوة يهدي الأعصاب ويزيل التوتر.
- لعلاج الصداع توضع كمية قليلة من حبة البركة في قطعة قماش ويستنشق المريض رائحتها، أو يدهن زيت حبة البركة على الجبهة وبجانب اللذان.
- يستعمل زيت حبة البركة كمضاد للسعال والكحة.
- تساعد حبة البركة على تفتيت الحصى في الكلى.

## طريقة الاستعمال

- 1 تؤخذ مقدار 20 غرام حبة البركة، مع 100 غرام من العسل وتعجن مع بعضها، ثم يأخذها المريض مع الماء وتشرب عدة مرات في الأسبوع.
- 2 تخلط حبة البركة مع الخل وتستعمل لتسكين وجع الأسنان.





## حبة الحمراء

تعرف باسم حب الرشاد، من أكثر النباتات الغنية باليود مما يجعلها سهلة الهضم، لأنها تحتوي الكثير من المعادن والفيتامينات الهامة من الحديد والفسفور والمنجنيز والكالسيوم بدرجة عالية وتشتهر بها منطقة الشرق الأوسط، تتواجد بكثرة في سوريا وتركيا والحبة الحمراء تفتح الشهية وايضا مقوي عام ومسكن للألم البطن، تنصح المرأة بعدم تناولها في فترة الحمل الأولى لأنها تسبب الاجهاض وتؤخذ بعد الولادة مباشرة بكميات مناسبة لأنها مفيدة للمرأة في فترة النفاس.



## الفوائد العلاجية

- مفيدة للمرأة في فترة النفاس .
- تدر الطمث .
- تساعد على فتح الشهية .
- تلين البطن .
- تساعد على إخراج الرمل والغبار من العين .

## طريقة الاستعمال

- 1 يصنع حساء حبة الحمرا وتشربه المرأة بعد الولادة، بحيث تنقع حبة الحمراء مقدار فنجان قهوة لمدة نصف ساعة حتى يكبر حجمها ويتضاعف، ثم تغلى مع خمسة أكواب من الماء ويضاف إليها قليل من الكركم والفلفل الأسود والزنجبيل والقرفة.
- 2 لعلاج أمراض العيون: ينظف قليل من الحبة الحمراء وتغسل ثم تنقع بالماء وتوضع داخل العين.





# الهللهلى

عبارة عن شجرة كبيرة معمرة، الجزء المستخدم منها الثمار، شجرتها ضخمة يبلغ طول الساق 8 أمتار تقريباً وهي مثمرة على مدار العام، تنتشر زراعتها في السودان، الهند، باكستان وإيران.

## الفوائد العلاجية

- يعالج حالات الإسهال المزمن.
- يعالج الحموضة والقرحة.
- يعالج الكوليسترول والدهون العالية.
- يعالج البهاق والجذام.
- منقوع الهللهلى يستعمل كغسول لعلاج حساسية العين.
- شرب الهللهلى يقوي الشعر و يؤخر الشيب.

## طريقة الاستعمال

- 1 يستخدم في علاج إمراض العين من الانتفاخ والاحمرار و الرمذ، بحيث يطحن ويستخدم مثل الكحل.
- 2 ينقع من 5 الى 10 حبات ليلا وتشرب صباحا على الريق لمعالجة ارتفاع الكوليسترول وحموضة المعدة.





# الكركم

عبارة عن عقد صفراء وهو من التوابل المعروفة في شرق آسيا، وتنتشر زراعته في الهند وأندونيسيا وتايلند وماليزيا والصين، يوجد نوعان من الكركم، الأول الكركم الذكر على شكل أسطواناني ويستخدم في الطبخ فقط، والنوع الثاني الكركم الأنثى على شكل دائري ويستخدم في العلاج والتجميل .

## طريقة الاستعمال

- 1 يستخدم لعلاج اليرقان (الصفراء) ويساعد على تجديد وحماية وظائف الكبد من الأمراض وذلك بشرب اللبن الممزوج بنصف ملعقة شاي من الكركم.
- 2 يستخدم منقوع الكركم لعلاج الحكة في الجسم بحيث تدهن المناطق الجافة بالزيت الممزوج بالكركم.
- 3 منقوع الكركم بالماء يطهر الجروح.
- 4 يخفض نسبة الكوليسترول في الدم ويمنع التجلط.
- 5 شرب منقوع الكركم بالماء يطرد الغازات ويقتل البكتيريا في الامعاء.
- 6 يساعد الكركم على تبييض الوجه والجسم ويزيل البقع والسواد ويقضي على الالتهابات الجلدية في البشرة، حيث يؤخذ مقدار ملعقة طعام من الكركم بعد سحقه ناعماً ويخلط مع الفازلين أو زيت الزيتون، ويدهن مرتين يومياً، مرة في الصباح ومرة في المساء.





# القسط

قال عنه رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إن أمثل ما تداويتم به الحجامه والقسط البحري» رواة البخاري.

القسط عبارة عن عود شكلة قريب من شكل المسواك ويزرع في الهند والصين، ويوجد منه نوعان: النوع الاول القسط البحري، لونه أبيض، أما النوع الثاني القسط الهندي، لونه بني ولهما نفس دواعي الاستعمال تقريباً وذكر في الطب النبوي الجمع بين القسط والحجامه ويعالج العين والسحر بإذن الله تعالى.

## الفوائد العلاجية

- يستخدم في علاج الغدة الدرقية.
- يوازن الهرمونات في الجسم.
- يزيل تكيس المبايض.
- يعالج تكرار الاجهاض.
- قاتل للجراثيم ومطهر ومعقم للجروح ويحمي من الندبات بعد الحجامه.

## طريقة الاستعمال

يؤخذ قليل من القسط ويطحن ناعماً ويضاف منه ملعقة صغيرة على كأس ماء أو مع ماء الورد ويشرب منه يومياً على الريق مرة صباحاً وأخرى مساءً.





# الزنجبيل

أقدم النباتات العلاجية التي استخدمها الإنسان، وينبت تحت التربة، وله طعم لاذع، ويستعمل الزنجبيل كبهارات لتحسين طعم الطبخ، والزنجبيل له تأثير على تنشيط الدورة الدموية ويستعمل الزنجبيل كمشروب شعبي في الشتاء لتدفئة الجسم.

للزنجبيل أنواع عديدة منها: الزنجبيل البلدي، والزنجبيل الشامي، والزنجبيل الهندي، وتشتهر زراعة الزنجبيل في الصين والهند وباكستان وجمايكا وسريلانكا والفلبين والمكسيك.

## الفوائد العلاجية

---

- يعالج أمراض الجهاز التنفسي، ويخفف حده أمراض البرد والزكام والسعال ويطرد البلغم.
- يخفض مستوى الكوليسترول في الدم.
- يعتبر مهدى للمعدة ويوقف الإسهال.
- يعالج انسداد الشرايين بقدرته على زيادة تدفق سريان الدم ومقوي لعضلة القلب.
- مسكن قوي للتهاب المفاصل ويخفف انتفاخ المفاصل عند المصابين بالروماتيزم.
- يخلص الجسم من الدهون العالقة به وملين ومطهر للبطن والامعاء.
- يساعد الزنجبيل على تخفيف الصداع الناتج عن التوتر النفسي.
- منقوع الزنجبيل قبل الأكل يعتبر مهدى لاضطراب المعدة.

## طريقة الاستعمال

---

تضاف ملعقة زنجبيل مبشور الى كاس ماء مغلي ويترك 10 دقائق ثم يشرب، يستعمل كغرغرة للتهاب الحنجرة.



# اللبان

عبارة عن صمغ و زيت طيار، يستخرج من سيقان شجرة اللبان التي تخذش بفأس حاد ثم تترك فيخرج سائل لزج لونه أبيض مصفر، وينمو شجر اللبان في الجبال فقط. ويوجد نوعان من اللبان: الذكر والأنثى و يزرع شجر اللبان في جنوب شبه الجزيرة العربية وخاصة في اليمن ومحافظة ظفار في سلطنة عمان.







## الفوائد العلاجية

- يعالج منقوع اللبان أمراض الصدر والسعال الشديد وضيق التنفس.
- يساعد على إخراج البلغم و مقوي للشعب الهوائية.
- يستعمل كبخور في المنزل لينقي الجو من الفيروسات والجراثيم وخصوصاً في فترة انتشار أمراض البرد في فصل الشتاء.
- يساعد وضع مسحوق اللبان على الجروح العميقة على سرعة التئامها ويوقف نزيف الدم.
- مقوي للقلب والدماغ والذاكرة.
- يصفى الصوت ويقضي على الرائحة المزعجة في الفم.
- مهضم للطعام.

## طريقة الاستعمال

● لصنع منقوع اللبان يغسل مقدار فنجان من اللبان ويضاف اليه لتر ماء دافئ، يترك لمدة 12 ساعة حتى يمتزج اللبان بالماء، ثم يشرب على الريق فنجان منه.





# اليعدة (الجعدة)

نبات عشبي معمر، لونه مخضر يميل إلى الرصاصي، يمتاز برائحة عطرية، يتواجد على مدار العام ويزدهر في فصل الربيع وأول فصل الصيف، تنمو نبتة اليعدة في المناطق الصخرية والأراضي الصلبة، تنتشر اليعدة بشكل كبير في شبة الجزيرة العربية و شمال أفريقيا وإيران وجنوب أوروبا والهند.

## الفوائد العلاجية

- تعالج ارتفاع السكر.
- تعالج حالات ارتفاع ضغط الدم وتنقية.
- تعالج القي والغثيان.
- مضادة للإسهال و مدره للبول.
- تعالج السعال والربو.
- تعالج الصداع.
- تعالج اضطراب الجهاز الهضمي.

## طريقة الاستعمال

توضع ملعقتين من مسحوق اليعدة على كأس ماء مغلي ويترك إلى أن يفتر، ثم يشرب ولعلاج مرضى السكر يشرب بعد الوجبات.





## الخيلة (خيل)

عبارة عن نبات صمغي يزرع في إيران ذو رائحة قوية ونفاذة وتعتبر الخيلة من النباتات التي تقاوم السموم، وتستخدم كمطهر للمعدة ولإنزال الديدان من الأمعاء وكذلك لعلاج انتفاخ البطن وتدهن بها الجروح والقروح لتساعد على سرعة التئامها.

مع مراعاة عدم الاستمرار في استخدامها لفترات طويلة وعدم ملامستها للأسنان لأنها تسبب ترققها وتفتتها ولا تعطي للأطفال لأنها تسبب تأكسد للهيموغلوبين في الدم.

## الفوائد العلاجية

- تؤخذ كمضاد حيوي قوي وسريع المفعول لأي التهاب في الجسم.
- طاردة لديدان البطن.
- تعالج انتفاخ البطن.
- منقوع الخيلة يساعد على إخراج الصديد من الدم الملتهب وتجفف مكانه.
- التداوي بمنقوع الخيلة يساعد على سرعة التئام الجروح.
- يستعمل منقوع الخيلة كغرغرة لعلاج التهاب اللوز.
- تطرد البلغم.
- تعالج المغص.
- تعالج ارتفاع نسبة السكر في الدم.
- تحد من الجلطات الدموية في الجسم وتساعد على تمييع الدم.
- تخفض نسبة الدهون في الجسم.
- تعالج الالتهابات المزمنة للقصبات الهوائية ومجاري التنفس.

## طريقة الاستعمال

- 1 تبلع قطعة صغيرة بحجم حبة القهوة مع قليل من الماء، مع اخذ الحذر من ملامسة الخيلة للأسنان، لأنها تسبب ترققها وتفتتها.
- 2 لصنع منقوع الخيلة نضع 5 حبات بحجم حبة القهوة في كأس ماء.





## الحلبة

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: « استشفوا بالحلبة » لابن القيم (الطب النبوي) وقال بعض الأطباء القدماء « لو علم الناس منافعها، لاشتروها بوزنها ذهباً ».

الحلبة نبات عشبي صغير تحمل كل ثمرة عدداً من البذور، وتحتوي الحلبة على نسبة كبيرة من البروتينات والزيوت والفسفور، وتشتهر زراعة الحلبة في باكستان والهند والصين وسوريا والجزائر وموريتانيا .

## الفوائد العلاجية

---

- تعالج أمراض الكلى، و مدرة للبول.
- ترفع مستوى المناعة.
- تعالج فقر الدم وضعف البنية.
- تساعد على فتح الشهية، وعلى الهضم.
- تعتبر منشط للرحم.
- تقوي الجهاز الهضمي.
- تساعد الحلبة على خفض نسبة السكر في الدم والكوليسترول.
- تعطى للفتيات في بداية البلوغ لتنظيم موعد الطمث.
- تساعد على إدرار الحليب عند المرأة النفساء.
- يستعمل منقوع الحلبة في غسل الوجه لعلاج الكلف والنمش.

## طريقة الاستعمال

---

- 1 يغسل مقدار ملعقتين أكل من الحلبة، وتغلى مع كأسين من الماء المغلي.
- 2 تشرب المرأة النفساء الحليب بالحلبة، حيث يوضع في كأس الحليب ملعقة من الحلبة، تغلى لمدة 5 دقائق حتى تلين الحلبة ويسهل مضغها أثناء شرب الحليب.



# الزعر

نبات جبلي ذو رائحة عطرية زكية وقوية، تؤكد الأبحاث ان الزعر له فاعلية في القضاء على الكثير من الأمراض، له خاصية مسكنة للألم ومطهرة ومنشطة للدورة الدموية ويستخدم الزعر كمضاد للسموم داخل الجسم. يوجد نوعان من الزعر: زعر بري، وزعر مزروع، يحضر شاي الزعر بشكل دائم في فصل الشتاء لكثرة فوائده وفعاليته في مقاومة أمراض البرد ويعتبر مسكن للألم، تنتشر زراعته في سوريا، لبنان، وإيران.





## الفوائد العلاجية

- مطهر للجهاز التنفسي في حالة نزلات البرد والزكام والربو.
- يخفف من ألم المغص وانتفاخ البطن، وطارد للغازات.
- يستخدم كغرغرة في حالات التهاب اللثة والتهاب الحنجرة.
- يساعد على خفض ضغط الدم.
- مغلي الزعتر يزيل رائحة الفم ويعطره.
- يوقف الإسهال.
- تستخدم كمادات الزعتر لتنظيف العين ولعلاج إجهاد العين والرمد.

## طريقة الاستعمال

● يؤخذ من أوراق الزعتر مقدار 50 جرام ويضاف له 4 أكواب من الماء المغلي.

## الزموتا (ماء الزعتر)

مستخلصة من الزعتر بشكل مركز ولها نفس فوائده في تخفيف المغص وطارد الغازات وتستخدم كغرغرة لالتهاب اللثة والحنجرة.

## طريقة الاستعمال

● يشرب منه نصف فنجان في حالة الشعور بالمغص أو عند تجمع الغازات.



# المر

عبارة عن مادة صمغية وزيت طيار، يوجد في سيقان نبات يسمى «البيلسان»، ويستخرج عن طريق تجريح ساق الشجرة فتخرج منه عصارة المر، وهو مطهر وطارد للغازات.

يوجد منه نوعان: الأول المر الحجازي، والثاني المر الأفريقي، وتشتهر بإنتاجه عدة دول منها: اليمن، سلطنة عمان، الصومال وشمال أفريقيا.

## الفوائد العلاجية

- يعتبر كمضاد حيوي طبيعي سريع المفعول.
- يعالج أمراض الصدر مثل الربو.
- يعتقد أن شرب منقوع المر بالماء يمنع نمو وتكاثر الخلايا السرطانية.
- يعالج حب الشباب بحيث يوضع منقوع المر على المكان المصاب حتى يجف ويبرأ.
- يخلط مسحوق المر مع زيت الزيتون ويستخدم كدهان للجويع المفاصل والروماتيزم.
- مسحوق المر يوضع على الجروح العميقة بعد العمليات الجراحية، مما يساعد على سرعة التأميها.

## طريقة الاستعمال

● نضع ملعقتين من المر في لتر من الماء الدافئ ويترك لمدة ليلة حتى يمتزج مع الماء ويشرب منه نصف فنجان على الريق. في حالة الربو، أو تبلع حبة صغيرة منه وينصح باستعماله مره في الشهر.





# العنزروت

شجرة صمغية تنبت في بلاد فارس وهي نبات بري أوراقه على شكل أشواك تنمو في الجبال لها ثمر مثل الصمغ وتشبه شجرة اللبان، العنزروت له فاعلية قوية في تجبير الكسور.

## الفوائد العلاجية

— يستخدم في تجبير الكسور وأثبت العنزروت بأن فائدته تفوق فائدة الجبس.

## طريقة الاستعمال

● لعلاج الكسور يوضع فنجانين من العنزروت المطحون ويمزج مع بياض بيضتين، ثم يوضع على مكان الكسر ثم يلف بالقماش.







# تركة صالح

نبات يشبه الصبر قاتم اللون ويعالج ضيق الصدر وتنشعر زراعته في إيران.

## الفوائد العلاجية

— تستخدم في علاج ضيق النفس وألم الصدر، توضع على جسم الطفل وخاصة اليدين والرجلين لاعتقادهم أنها تطرد الشياطين.

## طريقة الاستعمال

- 1 تؤخذ قطعة صغيرة بحجم حبة القهوة وتبلع بالماء.
- 2 لصنع منقوع تركه الصالح تذوب قطعة صغيرة في كوب ماء ويمسح بها الصدر.
- 3 تخلط تركة صالح مع النيلة وتعجن بالماء، كعلاج لحاله البكاء المستمر للطفل الرضيع.



# الموميان

عبارة عن ترسبات وتعرقات جبلية من مادة البوتمين المضغوط يستخرج من الكهوف ويحتوي على مواد عضوية من الكائنات الحية تحولت بفعل الحرارة والضغط إلى مادة سوداء تشبه البلاستيك، يستخدم الموميان في علاج الكسور، يوجد في الهند وباكستان.

## الفوائد العلاجية

- يساعد على سرعة بناء العظم المكسور.
- يعالج ألم المفاصل وهشاشة العظام.

## طريقة الاستعمال

- 1 تذوب قطعة موميان بحجم نواه التمر في كوب حليب وتشرب مرتين الى ثلاث مرات يوميا.
- 2 يطحن الموميان ويخلط مع زيت الخردل ويستخدم كضمادات توضع على مكان الكسر.





## الصبر

نبات عشبي معمر استخدمه الإنسان على مر العصور ومنذ آلاف السنين، له أوراق خنجرية ممتلئة بعصارة مائية، وحواف الأوراق مسننة شوكية، يزرع في أغلب المناطق الجافة والمناطق الممطرة ويتواجد على مدار العام ماعدا شهر يناير، ويفضل زراعته في فصلي الربيع والصيف وتشتهر في زراعته الحجاز واليمن وأندونيسيا وغينيا وأمريكا اللاتينية.



## الفوائد العلاجية

- يستخدم الصبر كمنظف للأمعاء المرأة الحامل في الأشهر الأخيرة.
- يعالج قرحة المعدة.
- يعالج اضطراب المعدة والإسهال.
- تستعمل عصارة الصبر كدهان لتخفيف آلام المفاصل.
- تستخدم عصارة الصبر على تخفيف الهرش الناتجة عن الجدري.
- يستعمل الصبر لعلاج الرمد بحيث ينقع بالماء ثم تكتحل به العين.
- يخلط الصبر مع العسل ويؤكل لعلاج مرض النقرس (داء الملوك).
- يستعمل الصبر في علاج بعض الأمراض الجلدية مثل الحزاز والثعلبة وذلك بدهن المناطق المصابة.

## طريقة الاستعمال

يؤخذ مقدار 1 ملجم من الصبر ويبلع مع الماء أو ملعقة صغيرة من خلاصة الصبر صباحاً لتنظيف الأمعاء.

## الخاتمة

وفي الختام وبعد هذا السرد الموجز لبعض أهم أنواع الأعشاب الشعبية المستخدمة في التداوي في مجتمع الإمارات، نتوجه بكل الشكر والتقدير لأمهاتنا حاميات التراث بإدارة الصناعات التراثية والحرفية بالاتحاد النسائي العام اللواتي قمن بتزويدنا ببعض المعلومات وكانوا من أهم مصادر الأدوية والأعشاب المستخدمة في البيت الإماراتي وطريقة استعمالها ونخص بالذكر:

- السيدة لولوه عيسى الحميدي.
- السيدة عتيقة علي المحيربي.
- السيدة امنة سعيد بوميان.
- السيدة موزة محمد منصور.
- السيدة موزة احمد الرميثي.
- السيدة شبيخة عبيد الظاهري.
- السيدة شمة خلفان السبوسي.
- السيدة خزنة سلطان المهيري.
- السيدة فراشة السعدي.



# المصادر والمراجع

- 1 عبدالله علي الطابور، الطب الشعبي في الإمارات العربية المتحدة، الطبعة الأولى، مركز الخليج للكتب، دبي، 1998م
- 2 ابن القيم الجوزية، الطب النبوي، تحقيق محمد كريم راجح، منشورات دار ومكتبة الهلال، بيروت، 1983م
- 3 فوزي محمد كريم: الأعشاب في دولة الإمارات العربية المتحدة. الطبعة الأولى. مطبوعات جامعة الإمارات العربية المتحدة. 1995م
- 4 محمد عبدالرحيم: الحبة السوداء شفاء من كل داء. الطبعة الأولى. دار أسامة للطباعة والنشر والتوزيع دمشق-بيروت. 1991م
- 5 خلف سالم اللوييد: الاستشفاء بالغذاء. الطبعة الثانية. مكتبة الرائد العلمية 1998م
- 6 علي الغنيمي، موسوعة نباتات الإمارات العربية المتحدة في تراث الطب الشعبي، إصدار جامعة الإمارات، 1993م
- 7 ناصر عبدالله عوض: السعتر فوائده الطبية. الطبعة الأولى. صنعاء. مركز عبادي للدراسات والنشر 1998م
- 8 علي سالم باذيب، النباتات الطبية في اليمن، مكتبة الإرشاد، صنعاء، 1993م
- 9 عبدالله حسن منصور آل عبدالمحسن، الطب الشعبي في الساحل الشرقي للمملكة العربية السعودية، مطبعة البيان العربي، 1421 هجرية
- 10 شفاء العليل في عجائب الزنجبيل لأبي الفداء محمد عزت محمد عارف بتصرف وجريدة الرياض الأثنين 30 شوال 1425 هجري - 13 ديسمبر 2004 م - العدد 13321







# SOURCES AND REFERENCES

1. Abdulla Ali Al Taboor, Folk Medicine in United Arab Emirates. First issue Gulf Books Center – Dubai 1998.
2. Ibn Al QaYEM Al JozeH- Prophetic Medicine VerificatioOn by Mohammed Kareem Rajeh. Al Hila Home and Library Publications Beirut 1983.
3. Fawzi Mohammed Kareem – Herbs in United Arab Emirats – fist print United Arab Emirates University Publications 1995.
4. Mohammed Abdul Raheem, Nigella sativa (Black bean) Treatment of any disease – First Print Usama Housde for Publications and Prints and Distribution Damascus Beirut 1991.
5. Khalaf Salem Al Luwaibid Curing by Feeding Second Print Al Raed Scientific Bookshop 1988.
6. Ali Al Ghunaimi United Arab Emirates Plants Encyclopedia in Folk Medicine Heritage – Issued by Emirates University 1993.
7. Nasser Abdulla Awad, Zatar Medical Benefits First Print Sana'a Abadi Center for Studies and Publication 1998.
8. Ali Salem Badheeb Medical Plants in Yemen Al Ershad Bookshop San'a 1993.
9. Abdulla Hassan Mansoor Al Abdul Mohsin Folk Medicine in the Eastern Coast in Kingdom of Saudi Arabia Al Bayan Al Arabi Printing Press 1421 H.<http://www.khayma.com/hawaj>.
10. Shifa Al Aleel in Ajaeb Al; Zanjabeel – by Abu Al Fida Ezzat Mohammed Arif – by disposition of Al Riyadh Paper Monday 30 Shawal 1425 H 13 Fecember 2004 issue 13321.

# END

At the end and after this brief narration to some of the famous folk herbs used in the United Arab Emirates houses we like to extend our merit and thanks to our mothers that are protecting the Environmental and Crafts Industries Department of General Women Union who provided us by all types of information and assistance and they were resources to the most important medicines and herbs used in Emirate house and the method of using it and we thank in particular:

- Mrs. Loloe Eisa Al Hameedi.
- Mrs. Ateeqa Ali Al Muhairbi.
- Mrs. Amna Saeed Bomian.
- Mrs. Moza Mohammed Mansour.
- Mrs. Moza Ahmed Al Rumaithi.
- Mrs. Shaikha Obaid Al Dhaheri.
- Mrs. Shjamsa Khalfan Al SABOOSI.
- Mrs. Khazna Sultan Al Muhairi.
- Mrs. Farasha Al Sa'adi.



## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Cactus is used as a cleaner for the stomach of pregnant woman at the last months.
- Cure the ulcers in stomach.
- Cure and addresses upset stomach.
- The Cactus juice is used as an ointment to relief the joints pains.
- The cactus juice is used to relieve itching resulting from smallpox .
- Used to remedy eye conductivity where it is soaked in water then put in the eye.
- The cactus is mixed with honey and eaten to cure the gout (kings disease).
- Cactus is used in treating some of the skin diseases such as Lichen disease and alopecia by applying on the affected area.

## HOW TO USE

---

- Take 1 gram of Cactus and swallow with water or a small teaspoon with the cactus extract in the morning to clean the stomach.





## SABAR(CACTUS)

Is an old bushy plant used by human before thousands of years it has knife like edges. Its leaves filled with water juice with teeth thorny edges. It is planted in the dry areas and wet areas. It is found round the year except the month of January. It is preferred to be planted in Spring and Summer. It is mainly planted in Hijaz, Yemen, Indonesia, Guinea and Latin America.

# MOUMAAN PLANT

It is a type of mountainous deposits and branches from Botamin substance. It is extracted from caves and contains organic materials of living things that are transformed by heat and pressure into a black material like plastic. Mouman is used in curing fractures. It is found in India and Pakistan.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Mouman assist in urgent building of broken bones.
- Cures the arthritis and Osteoporosis.

## HOW TO USE

---

- 1 Dissolve a piece of Mouman, size of date, in a cup of milk and drink twice or three times a day.
- 2 Grind the Mouman and mix with mustard oil and use as bandages to be put on the place of fraction.





# TIRKAT SALEH

It is a plant like Al Sabr dark in color and addresses the hard breathing and is cultivated in Iran.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Used in addressing the hard breathing and chest pain. It is put on the child body particularly the hands and feet as it is believed it repels devils (Gin).

## HOW TO USE

---

- 1 Swallow with water a small piece (coffee bean size).
- 2 For making drenched Legacy dissolve a small piece in a cup of water and wipe the chest.
- 3 Mix with Neela and kneaded with water as a therapy for continuous crying of an infant.



# AL ANZARUT

Anzum and alike to Laban tree. An arut is a resin tree grows in Persia It is a wild plant in a form of thorns which grows in mountains . It has a fruit like gum and alike to Laban tree. Anzarutluence in has great effect in splinting fractures.


## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Used in splinting the fractures Anzarut proved that its advantage is more that gypsum .

## HOW TO USE

---

-  For handling fractures put two cups of powder Anzarut and mix with two white of eggs then put on the fracture place then tie with bandage.





# AL MURR(The Myrch)

Is the aromatic resin of a number of small, thorny tree species of the genus. It is found in the stems of a plant called Belesan It is obtained by wounding the stem of the tree where the juice is obtained. It is disinfectant and gas epeller. There two types of Myrch Higazi and African The following countries are famous of producing it: Yemen, Oman, Somalia and North Africa.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- It is a natural antibiotic very efficient.
- Cure chest diseases such as asthma .
- Myrch drenched in water prevent the growth and generation of cancer cells.
- Addresses acne by putting the drenched myrch on the infected place till it dray andhealed.
- The myrch powder is mixed with olive oil and used as paint for arthritis and rheumatism.
- Myrch powder is put on deep wounds after surgeries and that assist in healing.

## HOW TO USE

---

- Put two spoons of Myrch in one liter of warm water and leave for a night till it is mixed with water Then drink half cup before breakfast in case of asthma or swallow small pill It is recommended to be used one each month.







# THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Disinfectant to respiratory organs in case of cold, influenza and asthma .
- Relief the colic pains and abdomen swelling and gases repelling.
- Assist as gargling in cases of gum infection and throat infection.
- Assist in reducing blood pressure.
- Boiled zatar remove mouth odor and perfumes it.
- Stop diarrhea .
- Zatar packages Are used to clean eyes and treatment of eye fatigue and conjunctiva.

## HOW TO USE

---

- Take 50 gms of Zatar leaves and add to 4 cups of boiling water.

## ZAMOTA (Zatar water)

Extracted concentration of Zatar and has the same advantages in relief from colic and repelling gases. Used as gargling for gum infection and throat.

## HOW TO USE

---

- Half cup is drunk in case of feeling of colic or on gathering of gases.

# ZATAR

Is a mountain plant with perfumed scent . Researches in Zatar confirmed that it is effective in eradicating many diseases and has the feature of painkilling and disinfectant and tonic to blood circulation. Zatar is used as anti-toxic inside the body . There are two types of zatar natural zatar and planted zatar. Zatar tea is prepared continuously during winter due to its great advantages and effectiveness as fighting the cold diseases. It is painkiller . It is planted in Syria, Lebanon and Iran.



# THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Cure the kidney disease and urine generator.
- Increase the body immunity.
- Cure anemia .
- Assist in appetite and assist in digestion.
- Tonic to uterus.
- Strengthen the digestive system.
- Fenugreek assists in reducing sugar in blood and cholesterol .
- To be given to girls at the beginning of maturity. Menstrual regulation.
- Assist for milk generation for women after childbirth.
- Ditched hilba (Fenugreek) is used for washing face to For the treatment of melasma and freckles.

# HOW TO USE

---

- 1 Wash quantity of two table spoons of Fenugreek and boil with two cups of boiling water.
- 2 The woman after childbirth milk with hilba (fenugreek) where a minutes till it became soft and can be easily chewed during drinking milk.
- 3 spoon of hilba is put in a cup of milk Boil for .





## HILBA<sub>(FENUGREEK)</sub>

Prophet Mohammed peace be upon him said (Cure yourself by Hilba (Fenugreek), Ibn Al Qaim (Prophet Medicine) and some ancient doctors It has been said in the ring, “if he had known people, including the benefits they bought worth its weight in gold”.

Fenugreek is a small bushy plant and each fruit holds a number of seeds. The Fenugreek (Ring) contains high percentage of proteins, oils, phosphorus. It is grown mainly in Pakistan, India, China, Syria, Algeria and Mauretania.

# THERAPEUTIC BENEFITS

---

- To be used as strong and effective antibiotic for any infection in the body.
- Worms repellent.
- Cure abdomen swelling .
- Al Khaila drench assist in removing mucus from infected wounds and dry its place.
- Using the drenched Al Khaila assist in fast healing of wounds.
- Al Khaila drenched is used as gargling for treatment of tonsils infection.
- Cure colic.
- Cure the high sugar in blood.
- Blood clotting in body and assist in blood flow,
- Reduce fats in the body.
- Cures chronic infections of bronchi and respiration tracts.

## HOW TO USE

---

- 1 Swallow a small pill (coffee bean size) with little water and to take care not to touch the teeth as it causes thinning and decay.
- 2 To make Drenched Khaila     put five pieces (coffee bean size) in a cup of water.



## AL KHAILA (Khail)

It is a gum plant planted in Iran having a strong scent. It is considered from the plants that fights toxics and is used as disinfectant to stomach and remove worms from and also the swelling abdomen and to apply it on the wounds and ulcers to assist quick healing in consideration to continuous use for long times and not to touch the teeth as it causes decay and thinning. Not to be given to children as it oxidizes the hemoglobin in blood.



## JADA (TEUCRIUM)

It is a bushy long living plant with green colour and slightly silver having a perfumed scent. Found round the year and flourish in Spring and early Summer season. Al Jada (Teucrium) grows in the rocky areas and solid lands. It is scattered largely in the Arab Peninsular, North Africa, Iran, South Europe and India.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Cure the diabetic .
- Cure high blood pressure and purify it.
- Cure vomiting and sickness.
- Anti-diarrhea and diuretic.
- Treat with cough and asthma.
- Cure headache.
- Cure digestive system disorder.

## HOW TO USE

---

- Two spoons to be put in the Jada powder in a cup of boiling water and leave to cool then to be drunk for diabetic treatment to be drunk after food.







## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Drenched Laban cures the chest diseases, severe cough and hard breathing.
- Assist in removing sputum and strengthen bronchi .
- Used as Bakhoor (incense) to purify air from virus and germs particularly at the time of winter and cold diseases .
- Putting Laban powder on the deep wounds assist in quick healing and stop bleeding.
- Tonic for heart, brain and memory.
- Purify the voice and eradicates the bad smell from mouth.
- Digests food.

## HOW TO USE

---

For making drenched Laban, wash a cup of Laban and add to it one liter of warm water, Leave for 12 hours till water is mixed with Laban Drink one cup before breakfast.





## AL LABAN(Frankincense)

Is a gum and volatile oil, extracted from the stems of Laban tree by scratching it by a sharp ax then is left and a viscous liwuid comes out with white yellowish color. Laban trees grow only in mountains. There are two types of Laban (male and female). The Laban tree is planted in Arab Peninsular particularly in Yemen and Dhafar province in Sultanate of Oman.



# THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Cure the respiratory system and relief cold and cough and remove sputum in the blood.
- Reduce cholesterol .
- It is considered as calming of the stomach and stop diarrhea.
- Cure blocking of arteries due to its ability to increase the blood flow and strengthen the heart muscle.
- Strong painkiller for arthritis and Swelling of arthritis and rheumatism.
- Remove suspended fats in the body, Laxative and antiseptic of the abdomen and intestines.
- The ginger assists in removing headache resulting from psychological tension.
- Drenched Ginger before eating ginger is the a relief of the stomach disorder.

## How to use

---

- A spoon of crushed ginger to be added to a cup of boiling water and leave for ten minutes then drink. Used as gargling for throat infection.



# GINGER

Is one of the oldest treatment plants used by human. It grows under the ground and has a bitter taste. Ginger is used as spices to make good taste of food. The ginger has an effect on activating the blood circulation. Ginger is used as a folk drink in Winter to warm the body.

There are many types of ginger. The local ginger and Shami Ginger and Indian ginger and the ginger planting is famous in China, Pakistan, Jamaica, Srilanka, Philippine, and Mexico.



# AL GIST

**Our Messenger, prayers and peace be upon him said (The best you cure with is cupping and sea installment) Narrated by Al Bukhari.**

The installment is a lute similar to Miswak and planted in India and China. There are two types : the first type is the sea, or white, and the second type: Indian, brown colour.

They have the same purposes of use and it is mentioned in the Prophetic Medicine to join between the Installment and Cupping and it cures magic eye by the permit of Allah.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Used for Thyroid treatment.
- Balance the hormones in the body.
- Remove PCOS.
- Cure the repeated abortion.
- Germs killer, sterilizer for wounds and protect the scars after cupping.

## HOW TO USE

---

- Small quantity of installment to be taken and grinded finely and a teaspoon of it to be added to a cup of water or with rose water and to be drunk daily before breakfast and at night.



# KURKUM (Turmeric)

Is formed of yellow nodes and it is one of the famous spices in East Asia and it is widely grown in India, Indonesia, Thailand, Malaysia and China.

There are two types of Turmeric( Kurkum) The first one is the male which is in a form of cylinder and used in cooking only. The second party is the female which is circular in shape treatment and cosmetic.

## HOW TO USE

---

- 1 Used for treatment of jaundice and assists in renewal and protection of the liver functions from diseases by drinking the milk mixed with half teaspoon of Turmeric ( Kurkum).
- 2 The soaked Turmeric is used for treating itching on the body where the dry areas are rubbed by oil mixed with Turmeric.
- 3 Turmeric drenched in water cleanses wounds.
- 4 Reduce the cholesterol in blood and prevents clotting.
- 5 The drenched turmeric in water expels gases and kills bacteria in intestine.
- 6 The turmeric assists in whitening the face and body and removes stains and black and eradicates the skin infections on the edema. A quantity of spoonful of turmeric will be taken after it is crushed finely and mixed with Vaseline or olive oil and rubbed twice a day (morning and evening).





# AL HELAIHLI

Is an ancient large tree, The most part used in it is the fruit. Its tree is very large and the length of its stem is about 8 meters long, it is fruitful round the year. It is planted in Sudan, India, Pakistan and Iran.

## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Handles cases of chronic diarrhea.
- Addresses the acidity and ulcer.
- Addresses cholesterol and high fats.
- Treated vitiligo and leprosy.
- The drenched Helailhi is used as solution for treatment of eye allergenic.
- Al Helailhli drink strengthen hair and slow grey hair.

## HOW TO USE

---

- 1 Used for curing eye diseases such as swelling, reddish and conjunctiva where it is crushed like Al Kohl.
- 2 Soak 5 to 10 beans at night and drink in the morning before breakfast. Used for curing high cholesterol and stomach acidity .









## THERAPEUTIC BENEFITS

---

- Useful for the woman during the Puerperal stage.
- Generate menstrual.
- Good appetizer.
- Soften the abdomen.
- Assists to remove sand and dust from eyes.

## HOW TO USE

---

- 1 A soup of the Red Bean shall be prepared and drunk by the woman after delivery, as the red bean is put in a cup of coffee full of water for half an hour till its size is enlarged and doubled, then to be boiled with five cups of water and then small quantity of Turmeric Kurkum, black pepper, ginger and cinnamon.
- 2 For treatment of eye diseases. Clean small quantity of red bean and washed and then soaked in water and dropped in the eye.



## RED BEAN (*Lepidium sativum*)

Is known as Rashad Bean. It is one of the richest plants of iodine so it is easily digested as it contains many minerals and important vitamins such as iron, phosphor, manganese, and calcium in high rates. And it is famous in the middle east area. It is greatly found in Syria, Turkey. The Red Bean is a good appetizer and also it is General tonic and analgesic for abdominal pain. The woman is advised not to take it at the first stage of pregnancy as it causes abortion and shall be taken directly after delivery as it is useful for the woman during the Puerperal.

# BLACK CUMIN (Nigella sativa)

It known a the Black bean (Nigella sativa), and in Emirates they call it Al Suweda (black) and it is a winter herbal plant known from ancient times. It is considered and classified as seeds. It is grown in Nory Africa, Syria, India and Iran. It has many benefits and **our prophet Mohammed, prayers and peace be upon him said ( The black bean heals every disease except the death) narrated by Al Bukhari and Muslim.**

The black bean or Al Suweida contain iron, phosphates, carbohydrates, phosphor and it is an energizer and activator to enhance the functions of the body, and the black bean oil is extracted from it.

## THERAPEUTIC BENEFITS

- Take half-teaspoon of the black bean with honey to increase the immunity of the body.
- Taking half teaspoon of the black bean with a cup of coffee will release and relax nerves and remove the tension.
- For treatment of headache, put small quantity of the black bean in a cloth and the patient inhales it odor or apply the black bean oil on the forehead and near the ears.
- The black bean oil is used as treatment for antitussive and cough.
- The black beanjh assists in breaking the stones in kidneys where 20 gm of the black bean with 100 gm of honey will be taken and mixed together, then to be drunk by the patient with water several times a week.

## HOW TO USE

- 1 The black bean can be mixed with vinegar to relief the tooth pain.
- 2 The old people believe that using the black bean as smoke (Bakhoor) in the house will remove envy and expel the devils.







## THERAPEUTIC BENEFITS

- Laxative for the digestive system and repelling to the wastes formed in the colon.
- Handles cases of chronic and acute constipation.
- Repels gases formed in the abdomen.
- Remove abdomen worms.

## HOW TO USE

1. Take a teaspoon of all the following medicines .
2. ( Liban (chewing gum), Hilba (Trigonella), rose, black bean (Nigella sativa), Al Jada (Teucrium), cup of Zatar leaves , 7 beans of Al hail (Cardamom) and 100 grams of Al Halool leaves,
3. add 5 cups of boiling water and leave covered for half a day  
sieve and drink one to two cups in the morning according to age and weight after fasting (empty stomach). It is preferred to drink Al Halool once each month.





## AL HALOOL (Cassia angustifolia)

Is a therapy herb, and it is nearly found in any house in United Arab Emirates. It is a plant grown in Arab peninsular and its leaves are used for treatment. It is well known among the ancient therapists and spice dealers (Atytar). Al Halool has many different names in each of the Arab Gulf countries. In Qatar it is called ( Al Ashraj) and in Saudi Arabia it is called (Sana Mecca), **where our Prophet Mohammed, Prayers and Peace be upon him said ( You have to use Al San and Al Sanoot as they heal every disease except Death)**

In United Arab Emirates and Oman it is called Al Halool, and is used as a laxative and purgative of the abdomen. It is also called ( Al Masboua) (seven parts) when it seven types of medicines are added to it and those medicines are: ( Liban (chewing gum), rose, Zatar , Al Jada (Teucrium), Hilba (Trigonella), black bean (Nigella sativa) and finally Al hail (Cardamom). The Emirates people believe thjat the stomach is the house of diseases , and it requires cleaning and maintenance once each month by drinking Al Halool so as to clean the digestive system from all germs, worms and food accumulation for foods that are spoilt in the intestine, so it makes gases, colic and a defect in mood, sleep and poor appetite.



# HERBAL





# INTRODUCTION

We have mentioned in the brochure that herbal medication is a part of the traditional folklore medicine, and it is an extract of the long experiments, practices and experiences, and the old treatment method or the epidemic diseases in those times. The ancient therapists excelled in the folk medicine by using the herbs having the effective therapy effect which they explored its impact in healing of their patients.

The Unite Arab Emirates people relied on the herbs that grow naturally in the local environment and ecploited them for their interests in addition to importing some of the herbs from the neighboring countries such as Sultanate of Oman, Yemen, India and Iran.

In this brochure we are going to highlight a portion of the folk heritage in its material side which is the (Folk Medication) and we present to you before hands, an explanation of some of the famous therapy herbs and methods of medication as known and inherited to us from our fathers and grandfathers.





The culture of United Arab Emirates is full and enriched with folklore heritages that we can clearly observe in the customs, traditions and original Arabic values that are inherent and handed down generation after generation. The founder of the UAE Late Sheikh Bin Zayed Al Nahyan, may Allah bless and rest his soul, was highly concerned by the heritage and culture and His Highness embodied that vision in his famous saying ( Nation without past has neither present nor future) by launching annual festivals and heritage events, building museums and many and many of the heritage centers and constructing many centers for Herbal Medication so as to preserve the people folklore heritage and protecting it from extinction and vanishing .

The Folk Medicine is considered as one of the heritages that are still existing at the time being, and the persons exercising the folk medication in UAE are those who were practicing the medicine job by heritage , experience and know-how. The folk processor is the one who uses a specific method that he practices and will become a job for him and a source of income such as orthopedists and Daya (midwife), Barber and popular expert physician and herbal treatments.



# VISION

Leadership and excellence in participation and empowering women in the sustainable development of the UAE and achieving quality of life.

# THE MESSAGE

The General Women's Union in the United Arab Emirates seeks to adopt policies, plans, programs and initiatives that contribute to enhancing the status and status of women, building their capacities and overcoming difficulties in their participation in all walks of life. This is a worthy example of women's leadership in all national, regional and international forums, And to achieve international standards of excellence through distinguished partnerships, high competencies, best practice services, working with all segments of the community, individuals and institutions, and building their capacity to increase their participation in supporting and empowering women.



# ABOUT GENERAL WOMEN'S UNION

The General Women's Union, on 27 August 1975, under the chairmanship of Her Highness Sheikha Fatima Bint Mubarak, President of the General Women's Union, President of the Supreme Policy Section of the United States of America, linked its development roles in various fields and took its leadership role, while preserving and documenting heritage.





# HERBAL MEDICATION

## IN UAE SOCIETY

### **PREPARED BY**

Noura Naseeb Al Balooshi

### **REVIEWED BY**

Lolwah Eisa Al Hameedi

### **Design BY**

Ameera Sami Alhanaee



© Copyright is reserved for the General Women's Union  
Second Edition 2019

**Printed with the approval of the National Media Council**

International number: 978-9948-20-980-5

**All correspondence should be addressed to the following address**

General Women 's Union

PO Box 130 Abu Dhabi, United Arab Emirates

Phone: 0097126161111

Fax: 0097126161110

E-mail: WOMANUNION@GWU.AE





# HERBAL MEDICATION

---

## IN UAE SOCIETY

