

## بردقوش ORIGANUM

مردقوش — مرقوش برى — مردكوش — مرزنجوش — العترة



المردقوش البستاني SWEET MARJORAM

وهو نبات عشبي معمر عطري وموطنه بلاد حوض البحر الأبيض المتوسط ويعرف علمياً

باسم ORIGANUM VULGARE

فهو نبات معمر من الفصيلة الشفوية، وهو من مجموعة النعانيق المشهورة ، ويعرف في المدينة باسم الدوش وفي الجنوب باسم الوزارينمو على المنحدرات المشمسة بالمروج والحقول والأراضي الحجرية فى الأجواء الجافة، والنبات عشبة ترتفع 30 — 60 سم ، ساقها صلبة مضلعة، وتكسوها شعيرات دقيقة لونها فى الأعلى أسمر ممزوج بالحمرة، والورقة بشكل اللسان، وأزهارها بمجموعات مغزلية لونها أحمر فاتح، ولها رائحة عطرية.

الموطن الأصلي : حوض البحر الأبيض المتوسط وإيران وشمال أمريكا ومصر والجزيرة العربية والهند.

الجزء المستخدم: الأغصان المزهرة مع الزهر.

وينصح علماء الأعشاب باستخدام عشب المردقوش لعلاج الجلوکوما ونصحوا باستخدام أي

عشب يحتوي على مضادات الأكسدة حيث إنها تمنع حدوث الجلوكوما ويعد المردقوش من أفضل الأعشاب المضادة للأكسدة ويمكن ، استخدام ملء ملعقتين شاي من مسحوق المردقوش الجاف لكل كوب ماء مغلي مرتين في اليوم ويمكن إضافة جزء يسير من النعناع وحصى البان إلى المردقوش.

ومن فوائد البردقوش انه يزيل انتفاخ البطن وينبه تدفق الصفراء ومضاد للالتهابات الصدرية واللوذتين والتهابات القصبة والربو ومدر للحيض وجيد لآلام المعدة. اما مضاره فلا يوجد له مضار الا اذا استعمل بطريقة عشوائية ولم يتقيد الشخص بالجرعة والجرعة هي ملء ملعقة صغيرة توضع في كوب ويصب عليها الماء المغلي وتترك لمدة عشر دقائق ثم تصفى وتشرب بمعدل مرتين في اليوم صباحاً ومساءً.

والبردقوش يستعمل من الخارج لعلاج الزكام بتدليك الأنف بمرهم عصير العشب .

وهذا النبات يعتبر من النباتات المطهرة حيث يحتوي على مركبات كثيرة بها هذا التأثير.

وفيد مغليه لعلاج التهابات الأنف التحسسية.

ومن الداخل يستعمل مستحلب الأزهار وأغصانها المجففة لمعالجة السعال والربو

والاضطرابات المعدية والمعوية والانتفاخ.

والمضمضة والاستحمام بمستحلب الأزهار مفيد جدا للجسم .

ومن الداخل يستعمل مستحلب الأزهار وأغصانها المجففة لمعالجة السعال والربو

والاضطرابات المعدية والمعوية والانتفاخ.

المضمضة والاستحمام بمستحلب الأزهار مفيد جدا للجسم .

يستخدم على نطاق واسع في الصناعات الغذائية كتوابل مع اللحوم والخضراوات.

ينصح بعدم تناوله أثناء الحمل، لأنها منبه رحمي نشط.