



ثمار الجامبوزا Jambul (Jamun) fruits

لخفض نسبة السكر فى الدم
وضغط الدم المرتفع والقضاء على التهابات الفم



إعداد

د. / محمد عبد الرحمن الوكيل

أستاذ أمراض النبات – جامعة المنصورة - مصر

Web: <http://osp.mans.edu.eg/wakil>

E-mail: mawakil@mans.edu.eg

مايو 2009

آخر تحديث نوفمبر 2018

الجامبوزا شجرة مستديمة الخضرة سريعة النمو يصل ارتفاعها إلى 30م أو أكثر وقطر جذعها إلى حوالى المتر. وتعيش هذه الشجرة لأكثر من مائه عام.

منشأها:

الهند - بورما - سيلان - جزر الملاوى - جنوب آسيا وقد انتشرت فى جزر هاواى عن طريق الطيور المهاجرة وتتواجد فى كوبا - برمودا - جاميكا - هاياتى - ترتداد - برتاريكو - الفلبين - وأفغانستان - جوانيمالا - البرازيل - فنزويلا - بيرو - الأراضى المحتلة بفلسطين. ووصلت أيضا الى الولايات المتحدة ومعظم دول القارة الافريقية. وتعتبر هذه الشجرة من الأشجار المقدسة فى الديانة الهندوسية.

الاسم الانجليزى Rose apple

كما ان لها المرادفات الآتية:

Malebar plum - Jamolan plum - Java plum - Jamun – jamblang – black plum

الاسم العلمى يوجد منها أنواع أهمها:

Eugenia jambolana, Eugenia cumini, Syzgium cumini

التزهير:

تزهى أشجار الجامبوزا فى الربيع فى شهرى مارس وإبريل وأزهارها ذات رائحة عطرية جميلة.

الأثمار:

تثمر الأشجار فى مواسم مختلفة وعادة ما يكون أثمارها فى شهر مايو عقب التزهير بشهرين أو 3 أشهر وتتحول ثمارها إلى اللون الأسود عند النضج أما مذاقها فهو حلو لكنه قابض نسبياً.

الأصناف:

ينتشر منها صنفين الأول ذو ثمار كبيرة الحجم لونها بنفسجي مسود ومذاقها حلو وبذورها صغيرة وتسمى Regaman. أما الصف الثانى فثماره صغيرة الحجم حامضية الطعم ويسمى Kaatha.

التربية الملائمة لزارعتها:

تنمو جيدا فى التربة جيدة الصرف سواء طينية أو رملية أو جيرية - وبالرغم من ذلك فأنها تتحمل النمو فى المناطق المنخفضة سيئة الصرف.

التكاثر:

* تفقد بذور الجامبوزا حيويتها بسرعة أشبه فى ذلك ببذور التيم التى تفقد حيويتها بسرعة شديدة ويستغرق إنباتها أسبوعين.

* يمكن إنتاجها بالعقل بعد معاملتها هرمونيا بحامض أندول بيوتريك وتعطى هذه المعاملة نسبة نجاح حوالى 20%.

الزراعة:

فى العام الأول تكون النباتات بطيئة النمو وقد تصل إلى 4م فى خلال عامين.

الأثمار: تثمر الأشجار بعد 6 - 10 سنوات من الزراعة وعند التطعيم تثمر بعد حوالى 4 سنوات فقط.

الخدمة: لا يوجد برنامج خدمة محدد لهذه الأشجار.

الحصاد:

تجمع الثمار باليد عند النضج وعلى مراحل خلال الموسم وتنتج الشجرة الواحدة حوالى 700 ثمرة عندما يصل عمرها إلى خمس سنوات.

الحشرات والأمراض:

1- تصاب الأشجار بالحشرة القشرية والذبابة البيضاء وذبابة الفاكهة كما تأكل الطيور ثمارها ويعشقها الوطواط الكبير Large bat والمسمى Flying fox.

2- الأمراض: الانثراكنوز - تبقعات الأوراق.

الاستخدام:

1- الاحجام الكبيرة منها والجيدة تؤكل طازجة فهى لذيذة الطعم كما يمكن تصنيعها إلى مربى.

2- الثمار ذات المزاق القابض يمكن تحويلها إلى صورة سائغة بغمرها فى محلول ملحي أو خذها وفركها بالملح وتترك لمدة ساعة ثم تغسل وتؤكل.

3- يمكن عمل عصير من الثمار تشبه عصير العنب من الثمار المطبوخة.

4- تحتوى الثمار على نسبة بكتين عالية فعند عمل جيلي منها تصبح شديدة الصلابة لذلك تستخدم فى عمل الشرابات sherbet بإضافة السكر وحامض الستريك إليها بالإضافة إلى بنزوات الصوديوم كمادة حافظة.

5- تستخدم أوراقها كغذاء جيد للحيوانات وأيضا لتربية دودة القز.

6- تستخدم الأفرع فى زنجبار وبرما فى تنظيف الأسنان مثل السواك.

محتويات الأوراق الغذائية:

- يحتوى الأوراق على 9.1% بروتين ، 4.3% دهون ، 17% ألياف ، 6% رماد ، 1.3 كالسيوم - فوسفور 0.19%.
- تحتوى الأوراق أيضا على التانينات وعلى أنريمات الاستريز Esterase Galloyl Caboxylase.
- تستخدم الزيوت المستخرجة من الأوراق فى صناعة الصابون العطرى كما تستخدم مع مواد أخرى لصناعة العطور.

اللحاء Bark

يحتوى اللحاء على صبغة ثابتة ويكثر استخدامه فى دباغة الجلود وحفظ شباك الصيد.

التركيب الكيماوى للثمار والبذور:

1- تحتوى على الزيوت الأساسية والفينولات والتانينات والقلويدات وأهمها:

Methy Xanthoxylin, Tannins, ALKaloids (Jambosine), Triterpenoids, Allagic acid, Albumen

فوائدها الصناعية:

تعتبر من أشجار الظل المرغوبة وأخشابها قوية لا تمتص المياه لذلك تستعمل فى عمل فلنكات السكك الحديدية وفى تثبيت المواتير على الحوائط وخشبها قوى لدرجة يصعب تشكيله.

فوائدها الصحية لها:

- 1- تستخدم الثمار فى علاج مرض السكرى وتعتبر من أفضل النباتات لعلاج مرضى السكرى من النوع B وتوابعه التى تتمثل فى تكرار عملية التبول. حيث إحتوائه على جلوكوسيدات والتى تمنع من تحول النشا الى سكر مما يعمل على التحكم فى مستوى السكر فى الدم.
- 2- مصدر جيد للكاروتينات Carotene، الحديد Iron، حمض الفوليك Folic acid، البوتاسيوم Potassium، الفوسفور Phosphorus، الصوديوم Sodium.
- 3- مصدر جيد لفيتامين C ومضادات الاكسدة.
- 4- تحتوى على الجلوكوز والفركتوز وترطب الجسم فى الجو الحار وتمنع الظمأ (العطش).
- 5- تحافظ على شرايين القلب من التصلب عند أكل الثمار بانتظام.
- 6- المسحوق الجاف للثمار يساعد على منع حدوث التشوهات فى الجلد Skin blemishes ويساعد فى الحفاظ على الجلد نظيف وجذاب.
- 7- لها تأثير قابض للقرح التى قد تحدث فى الفم والتهاباته Mouth ulcerations and stomatitis.
- 8- تساعد فى علاج الربو، التهابات الشعب الهوائية، والكحة المزمنة Asthma, bronchitis and chronic coughs.
- 9- تنشيط الكبد للمساعدة على الهضم والامتلاء Flatulence بالإضافة الى علاج الدوسنتاريا والاسهال.
- 10- الجامبوزا تعتبر مخزن لمضادات الاكسدة ولها صفات الحد من الشيخوخة المبكرة.
- 11- طريقه طبيعية للتحكم فى ضغط الدم.

- 12- لاحتوائها على الحديد وعديد من المعادن فهي علاج جيد للانيميا والهزال.
- 13- تحسين قوة الذاكرة عند استخدامها لفترات طويلة.
- 14- تستخدم فى علاج حب الشباب والبثرات Acne and pimples.
- 15- تستخدم كعلاج للحموضة.
- 16- تنشط تكوين صبغة الميلانين وفى ذلك فهو علاج جيد للبهاق Leukoderma.
- 17- علاج لحصوات الكلى عندما يضاف مسحوقها الجاف الى اللبن الزبادى.
- 18- لعلاج التبول اللارادى او الليل عند الاطفال اثناء النوم حيث يضاف نص ملعقة من مسحوقها للماء وتشرب مرتين يوميا لعدة ايام.
- 19- استخدام 2 جم من البذور الجاف يحد من حدوث تكرار التبول الـ Polyuria.
- 20- استخدامها فى الاكل لفترات طويلة يمنع حدوث التهاب للبواسير.
- الاحتياطات اللازمة عند استخدامها فى العلاج:**
- على مرضى السكرى استشارة الطبيب المعالج وذلك لضبط الجرعات المناسبة لكل حالة لتناسب مع كمية الأنسولين المستخدمة.

المصادر:

المواقع العلمية الموثوق بها والعديد من الأبحاث العلمية الحديثة المنشورة حتى أكتوبر 2018.