الجوز و فوائده الصحية



شجر كبير مزروع في منطقة حلب، ثماره معروفة جيدة ومستعملة كثيراً – يأخذها البعض قبل تمام جفافها مقشرة كنوع من المسليات المقوية (قلبه أبيض) وبعد تمام نضج الثمار تجفف وتحفظ والبعض يقشرها ويبيعها. تدخل في صنع الحلويات كالبقلاوة والأغذية خاصة الكبة المقلية والمشوية.

الجزء الطبي من الشجرة هو الأوراق والثمار، الأوراق: خضراء إذا فركت أعطت رائحة مقبولة، وإذا مسح بها الجلد صار نقياً. وإذا غليت بالماء وجعلت حماماً قدمياً تفيد لعلاج زيادة التعرق والتسلخ والتثليج (الشرث) Engelure ومغلي الأوراق بالماء يقوّي الشعر ويصبغه ويفيد حماماً مهبلياً مضاداً للالتهابات. وإذ قطر في الأذن كلفح السيلان. وإذا طلي به الجلد أفاد في معالجة الحكة والجرب.

الثمار: القشرة الخارجية الخضراء للثمار إذا غليت بالماء بمقدار قشر جوزة في كاسات ماء. حتى يبقى النصف. إذا شربت موزعة على دفعات طول اليوم تطرد الديدان المعوية وتقوي الباه وترقدء النزف.

أما لب الثمار فهو غذاء جيد للمصابين بداء السكر وتغذي الأُمّهات التقليديات بحلب أولادها بالجوز مع الزبيب.

المصدر: الطب الشعبي