

نبتة البابونج

عمل الطالبتين : بغداد حسونة

لانا عقاد

اشراف المعلمة : امل عبد الجليل

المديرة: اسماء ابو صاع

مدرسة بنات زيتا الثانوية

البابونج

❖ ما هو البابونج يوجد نوعان لعشبة البابونج (بالإنجليزية: Chamomile) هما؛ البابونج الألماني (الاسم العلمي: Matricaria recutita، والبابونج الروماني (الاسم العلمي: Chamaemelum nobile، وينتمي كلاهما للفصيلة النجمية (الاسم العلمي: Asteraceae)، والتي تضمُّ أيضاً الأقحوان، ودوار الشمس، وتجدر الإشارة إلى أنَّ النوع الأكثر شيوعاً هو البابونج الألماني، وهو ما يقصده الناس عادةً عند الإشارة إلى البابونج، ويعود أصله إلى أوروبا، وغرب آسيا إلا أنه يُزرع حالياً في جميع أرجاء العالم.

فوائد البابونج

❖ التقليل من آلام الدورة الشهرية، حيث يعمل على تقليل شدة تشنجات الحيض. التقليل من نسبة السكر في الدم للمصابين بالسكري، ويقلل من خطر مضاعفات مرض السكري، ولكنه لا يعتبر بديل عن أدوية السكري. تباطؤ أو منع الإصابة بمرض هشاشة العظام، حيث أنّ له تأثيرات مضادة للاستروجين. التقليل من الالتهابات في الجسم. معالجة السرطان والوقاية منه.

البابونج

