



# شجرة السدر

تنمو أشجار السدر في مختلف البيئات والمواطن حول العالم، إذ تنتشر في المناطق ذات الإرتفاع الشاهق الذي قد يصل إلى ١٥٥٠ - ٢١٥٠ متر، بالإضافة للغابات العشبية والصنوبرية، كما وتنمو أشجار السدر في المناطق المنخفضة أيضاً والمناطق الصحراوية، والسهول، بالإضافة لتواجدها بالمناطق الجافة والرطبة.

تتوزع شجرة السدر في كل من شمال وشرق أفريقيا، والجزيرة العربية، ومصر، وسوريا، وفلسطين، ولبنان، والعراق، وجنوب إيران، وشرق أفغانستان، وباكستان، وشمال غرب الهند



# فوائد شجرة السدر

تحتوي شجرة السدر على العديد من الفوائد الغذائية التي تساعد على بقاء جسم الإنسان صحياً وسليماً، ومن هذه الفوائد ما يأتي:

1تحتوي على الألياف

2تحتوي على فيتامين ب

3تحتوي على بعض الأحماض الدهنية.



# استخدامات شجرة السدر

يمكن استخدام شجرة السدر علاجياً للتخلص من العديد من الأمراض، ومن هذه الاستخدامات ما يأتي:

- ١ يستخدم للتخلص من الأمراض الجلدية، كالحكة، والجروح.
- ٢ يستخدم لحل مشكلات الجهاز الهضمي، كعلاج قلة الشهية، أو الإسهال.
- ٣ يستخدم لحل مشكلات الدورة الدموية مثل : ارتفاع ضغط الدم، أو فقر الدم.
- ٤ يستخدم لعلاج الربو، وأمراض العيون، و الالتهابات المختلفة.

الطالبة : ميار اصليح  
المعلمة : عصمت راشد  
المديرة : اسماء ابو صاع  
مدرسة بنات زيتا الثانوية