



جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الدقيقة وعلوم الطبيعة والحياة
قسم العلوم الزراعية



مذكرة ماستر

بعنوان

بحث ميداني حول النباتات الطبية المستخدمة في التجميل
عند المرأة الريفية بمنطقة الحاجب

الأستاذة المشرفة:

بن عيسى كلثوم

إعداد الطالبة:

يحي اسماء

لجنة المناقشة:

الأستاذة: سعدي اناس

الأستاذ: قيصر كمال

السنة الجامعية 2021 /2022

الاهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات " اهدي تخرجي
إلى من كان نور دربي وذخري ومن علمني دون
انتظار أبي العزيز والى أملي في الحياة وقرة عيني
إلى من كان دعائها سر نجاحي أمي الحبيبة والى
أساتذتي الأعزاء والى سندي في شدتي وبهم أقوى
على دنيتي إخوتي وأخواتي وزوجي وابنتي الغالية
إسراء وصديقاتي

شكر و عرفان

شكر و عرفان

إلهي

لا يطيب العمل إلا بذكرك ولا تطيب اللحظات إلا بشكرك

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة ونصح الأمة... نبي الرحمة، سيدنا

محمد صلى الله عليه وسلم



الشكر موصول إلى الذين

حملوا أقدس رسالة في الحياة... من مهدوا لنا طريق

النجاح...

إلى جميع أساتذة قسم علوم زراعية

ونخص بالذكر والشكر من ساعد على إتمام هذا البحث ووقف إلى جانبنا وقدم لنا

العلم والمعرفة، وتفضل بالإشراف على هذا العمل، الأستاذة الفاضلة الدكتورة بن

عيسى كلتوم والأستاذة المؤطرين الأستاذ الفاضل قيصر كمال والأستاذة الفاضلة

سعدى اناس

، فلها منا كل التقدير



كما نتقدم بالشكر والعرفان لإدارة قسم علوم الزراعة وكل طاقمها على تسهيل

طريق البحث والدعم المتواصل للطلب

الفهرس

I. مقدمة عامة: 1.....

I.1 نبدو تاريخية..... 1.....

I.2 التصنيف المورفولوجي..... 2.....

I.2.1 نباتات تستعمل بأكملها..... 2.....

I.2.2 نباتات تستعمل بأوراقها..... 2.....

I.2.3 نباتات تستعمل نوارتها أو أزهارها..... 2.....

I.2.4 نباتات تستعمل ثمارها..... 2.....

I.2.5 نباتات تستعمل بذورها..... 3.....

I.3 تقديم لمحة تاريخية عن النباتات الطبية..... 3.....

I.3.1 في الصين القديمة..... 3.....

I.3.2 في العصر الحديث..... 3.....

I.3.3 في الجزائر..... 4.....

الفصل الأول: منهجية العمل

II.1 ميدان البحث..... 5.....

II.1.1 معلومات عامة عن المنطقة المدروسة..... 5.....

II.2.1 الموقع الجغرافي والإداري..... 5.....

II.2 طرق ووسائل العمل..... 5.....

II.2.1 الهدف من الدراسة..... 5.....

- 6.....II.2.2 الادوات والوسائل المستعملة في البحث الميداني
- 6.....II.2.3 منهجية البحث الميداني
- 6.....II.2.4 الهدف من الاستبيان
- 6.....II.2.5 طريقة الحساب
- 6.....II.2.6 الصعوبات والعراقيل

الفصل الثاني: مناقشة النتائج

- 7.....III.1.1 استعمال النباتات في التجميل حسب السن
- 8.....III.1.2 استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب المستوى التعليمي
- 9.....III.1.3 استعمال النباتات في التجميل حسب الهيئة
- 10.....III.1.4 استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب الجزء المستعمل
- 10.....III.1.5 استعمال النباتات الطبية للتجميل حسب الحالة العائلية
- 11.....III.2.1 مدة الاستخدام
- 13.....III.1.2 النباتات التي تستخدم للبشرة الجافة والمتشققة
- 14.....III.2.2 النباتات التي تستخدم للعناية بالبشرة الدهنية
- 15.....III.2.3 النباتات التي تستخدم لشد البشرة والقضاء على التجاعيد ومحاربة الشيخوخة
- 18.....III.2.4 نباتات تستخدم لعلاج الحبوب والبثور و النمش
- 20.....III.2.5 النباتات التي تستعمل للوقاية من أشعة الشمس
- 21.....III.2.6 النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر التالف والمتساقط
- 22.....III.2.7 النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر الخشن
- 23.....III.2.8 نباتات تعمل على تقوية الشعر ومعالجته من القشرة

24.....	III.9.2. لنباتات التي تستخدم للاعتناء باللثة وتبييض الأسنان
25.....	III.10.2. النباتات التي تستخدم في تعطير الفم.....
27	III.11.2. النباتات التي تستعمل لتوريد الحدود والشفاه
28	III.12.2. النباتات التي تستعمل للعناية بتششقات القدمين
30.....	الخاتمة.....
31	قائمة المصادر والمراجع.....

قائمة الجداول

قائمة الجداول

- 13.....1.2.II. النباتات التي تستخدم للبشرة الجافة والمتشققة.
- 14.....2.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالبشرة الدهنية.
- 16.....3.2.III. النباتات التي تستخدم لشد البشرة والقضاء على التجاعيد ومحاربة الشيخوخة.
- 18.....4.2.III. نباتات تستخدم لعلاج الحبوب والبثور و النمش.
- 20.....5.2.III. النباتات التي تستعمل للوقاية من أشعة الشمس.
- 21.....6.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر التالف والمتساقط.
- 22.....7.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر الخشن.
- 23.....8.2.III. نباتات تعمل على تقوية الشعر ومعالجته من القشرة.
- 24.....9.2.III. النباتات التي تستعمل للاعتناء باللثة وتبييض الأسنان.
- 25.....10.2.III. النباتات التي تستعمل في تعطير الفم.
- 27.....11.2.III. النباتات التي تستعمل لتوريد الخدود والشفاه.

قائمة الصور

قائمة الصور:

- 5..... الصورة (1) توضح تعريف منطقة الحاجب
- 8..... الصورة (2) صورة توضح استعمال النباتات في التجميل حسب السن
- 9..... الصورة (3) صورة توضح استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب المستوى التعليمي
- 9..... الصورة (4) صورة توضح استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب الجزء المستعمل
- 10..... الصورة (5) صورة توضح استعمال النباتات الطبية للتجميل حسب الحالة العائلية
- 11..... الصورة (6) صورة توضح استعمال النباتات حسب المدة
- 11..... الصورة (7) مدة استخدام النباتات الطبية للتجميل
- 12..... الصورة (8) صورة توضح عائلات النباتات الأكثر استعمالا

ملخص:

لعملنا أهمية كبيرة في جمع المعلومات حول نباتات التجميل من النساء اللواتي يستخدمن النباتات كمواد خام، التعرف على نباتات التجميل واستخداماتها التقليدية من قبل سكان مدينة الحاجب تم تنفيذ استبيان طرحنا فيه مجموعة من الأسئلة على فئات عمرية مختلفة من النساء أظهرت نتائج هذه الدراسة ان النساء اللاتي يستخدمن النباتات هن من الشابات، كما أظهرت النتائج ان الجزء الأكثر استخداما في النباتات هو الأوراق والتي تشكل الأغلبية أظهرت هذه الدراسة مدى استخدام النساء للنباتات وفوائدها الضخمة

الكلمات المفتاحية استعمالات تقليدية ، نباتات التجميل، بلدية الحاجب، مستحضرات التجميل

Résume :

Notre travail est d'une grande importance dans la collecte d'informations sur les plantes cosmétiques par les femmes qui utilisent les plantes comme matière première.

Identification des plantes cosmétiques et de leurs usages traditionnels par les habitants de la ville de Biskra. Un questionnaire a été réalisé dans lequel nous avons posé un ensemble de questions à différentes tranches d'âge de femmes. Nous avons collecté une quinzaine de plantes utilisées par les femmes. Les résultats de cette étude ont montré que les femmes qui utilisent les plantes sont des femmes jeunes. Les résultats ont également montré que la partie la plus utilisée dans les plantes est les feuilles à 30%, ce qui constitue la majorité.

Cette étude a démontré à quel point les femmes utilisent les plantes et leurs énormes avantages.

Mots clés : usages traditionnels, plantes cosmétiques, commune d'el hadjeb, cosmétiques.

Abstract:

Our work is of great importance in collecting information about beauty plants from women who use plants as raw materials.

Identification of cosmetic plants and their traditional uses by the inhabitants of Biskra. A questionnaire was carried out in which we asked a series of questions to different age groups of women. We collected about fifteen plants used by women. The results of this study showed that the women who use the plants are young women. The results also showed that the most used part in the plants is the leaves with 30% and constitute the majority.

This study showed how much women use plants and their enormous benefits.

Keywords: traditional uses, cosmetics, municipality of Biskra, cosmetics.

I. مقدمة عامة :

إن استخدام النباتات الطبية في التجميل أصبح أمراً ملموساً وذلك لان التوجه للطبيعة التي أوجدها الله سبحانه وتعالى أفضل بكثير وإذا ما قورن باستعمال المواد المصنعة كيميائياً. بجانب كون المواد النباتية أكثر أماناً من المواد الكيميائية من ناحية الأعراض الجانبية إذا تم استعمالها عن خبرة وتجربة. وبالرغم أن حب الزينة وحسن الهيئة والمظهر من الأمور التي حرصت عليها المرأة منذ قديم الزمان حتى يومنا هذا، فإن هناك فروقات شاسعة في التعبير عنها سواء في طبيعة اللباس أو من حيث مستحضرات التجميل والحلي التي تستخدم في التزيين وإضافة لمسات الجمال (اياذ بزراغ الاثوري 2012).

والسؤال الذي يطرح نفسه ماذا كانت تستخدم المرأة من نباتات قديماً عندما كانت تتزين؟ وما المستحضرات التي كانت تستخدمها في التزيين؟ وماذا تستعمل المرأة للزينة في الوقت الحالي. هل زالت تستعمل النباتات في الزينة كوصفات متوارثة عبر الأجداد أم استغنت عنها وتوجهت إلى المواد الكيميائية ومساحيق التجميل؟

I.1 نبذة تاريخية :

«المستحضرات التي تستخدمها المرأة في التزيين قديماً كانت تشتمل على استخدام النباتات كمواد أولية وتحويلها إلى مواد تجميل تتزين بها نذكر منها الكحل العربي ، وهو حجر أسود تقوم المرأة بسحقه وتنعيمه ثم تضعه على عينيها ليضفي عليها جمالاً فوق جمالها.. وكانت أيضاً تضعه فوق «صرة» الطفل المولود حديثاً، ولكن ثبت أن استعمال الكحل العربي يسبب التسمم، لوجود مادة الرصاص به، ولهذا امتنعت أمهات اليوم عن وضعه لأطفالهن. بالإضافة إلى الحناء، وهي شجرة كانت تزرع في البيوت قديماً ويأخذ منها الأوراق وتسحق حتى يصبح المسحوق ناعماً ثم تضعه المرأة على شعرها أو يديها أو قدميها (اياذ بزراغ الاثوري 2012) .

والحناء تعطي لونا أحمر يمنع تساقط الشعر ويفيد الشعر الدهني ويقوي بصيالات الشعر ويقلل من حرارة الجسم بالصيف أو عند المرض. كما يوضع على الحناء القليل من الخل وتوضع على الرأس أو على قمة الرأس للذين يشكون من الصداع الدائم. «يعتبر الحناء رمزا لعناية المرأة بزینتها، وهي شجرة معمرة وشكل قديم من أشكال الزينة، وقد استخدمت الحناء في التجميل واستخراج العطور وصنعت منها المرأة مزيجا بإضافات متنوعة توضع على الشعر لتلونه وتمنحه لمعانا وحيوية، كما استخدمت لتجميل اليدين والقدمين بخلاطة مع الليمون اليابس والماء المغلي.

ويعتبر النقش بالحناء من العادات العربية القديمة والمستحبة في الأعياد أو الحفلات أو الأعراس، «كذلك الرشوش وهو مجموعة من الريحان والمسك الأبيض والمسمار وورد الجوري والحناء.. وتسحق جميعها لتكون مسحوقاً ثم يخلط بالماء ويوضع على شعر المرأة، والباقي يفرك به الجسم لإعطائهما رائحة طيبة، كما يطيل الشعر ويقويه ويعطيه لمعاناً طبيعياً وهو مغذ للشعر أيضاً. أما الديرم فهو عبارة عن لحاء لشجرة الديرم يؤخذ منه القليل، ولكن بعد أن يجف ويبيس وينقع بغم المرأة أو بالقليل من الماء، ويستخدم في فرك الأسنان وتبييضها.. الديرم مقو جداً للثة. ويعطي لوناً أحمر قانياً طبيعياً وجميلاً يستمر لونه لأسبوع. ولا شك أن زينة المرأة لم تكن تكتمل إلا بالعطور العربية مثل «دهن العود» وغيرها، إضافة للبخور. (اياذ بزراغ الاثوري 2012)

2.I. التصنيف المورفولوجي :

حيث تصنف النباتات الطبية والتجميلية تبعاً للجزء المستخدم والذي يحتوى على المادة الفعالة إلى

1.2.I. نباتات تستعمل بأكملها :

وهي النباتات التي تتواجد بها المواد الفعالة بالأجزاء النباتية المختلفة دون أن تميل للتركيز أو التجمع في عضو نباتي محدد دون الآخر.

2.2.I. نباتات تستعمل أوراقها :

وهي التي تحتوى على المواد الفعالة في أوراقها ومن أمثلتها : الريحان ، والنعناع ، والصبار ، والشاي ، والحناء .

3.2.I. نباتات تستعمل نوارتها أو أزهارها :

وهي النباتات التي تتواجد موادها الفعالة سواء في النواردة مثل : "البابونج ، والأقحوان" أو توجد في بتلات الأزهار كما في الورد ، والياسمين ، والفل أو في كأس الزهرة كما في " الكركديه " أو مياسم الأزهار كما في الزعفران.

4.2.I. نباتات تستعمل ثمارها :

وهي النباتات التي تحتوى على المواد الفعالة في ثمارها "كالشمش والفرولة.

5.2.I نباتات تستعمل بذورها :

وهي المواد التي تحتوي على المواد الفعالة في بذورها مثل "حبة البركة، والخردل، والكافور، والبن، والخروع. (ايباد بزاع الاثوري 2012).

3.I. تقديم لمحة تاريخية عن النباتات الطبية:

في العالم احتلت النباتات الطبية مكانة هامة منذ القدم، حيث كانت ولا تزال تلعب دورا أساسيا في الغذاء والدواء والتجميل على حد سواء، وتمثل النباتات الذخر الوحيد لأدوية الإنسان خلال عدد لا يحصى من القرون، حيث تشير الرسومات والنقوش المكتشفة على جدران المعابد إلى أن تاريخ التداوي بالنبات يعود لأزيد من 4000 سنة قبل الميلاد، فقد استطاع الإنسان القديم معرفة كيف يستفيد من العلاجية لبعض النباتات.

وتجدر الإشارة إلى أن جميع الخبرات المتراكمة كانت نتيجة للمصادفة والتجربة، فإن ذلك يكون بمثابة الإعلان عن هذه الصفات الطبية لهذا النبات، حيث تشير المصادر التاريخية أن تاريخ طب الأعشاب ازدهر في عدة شعوب من العالم نذكر منها مصر القديمة فقد مارس الفارعة هذه المهنة وبرعوا فيها في بلاد الرافدين حيث تعاقبت في العديد من الحضارات أقدمها الحضارة السومرية التي تعود إلى 3000 سنة قبل الميلاد (محمد السيد هيكل, 1993)

1.3.I. في الصين القديمة:

يعود تاريخ طب الأعشاب في الصين إلى الألف الخامس قبل الميلاد، حيث أول من كتب رسالة عن النباتات الطبية هو إمبراطور صيني قديم 4800 سنة قبل الميلاد اختبر فيها القيمة العلاجية لمئات الأعشاب مثل: القرفة، القنب، الأفيون و من النباتات التي أكثروا استعمالها هي نبات الجينسينغ الذي يستخلص منه اليوم العديد من الأدوية (محمد السيد هيكل, 1993).

2.3.I. في العصر الحديث:

بعد زوال الحضارة العربية انتقلت العلوم الطبية والكيميائية والنباتية إلى أوروبا عن طريق إسبانيا وصقلية، حيث ظهر في بداية القرن الثالث عشر العديد من العلماء الذين جاءوا إلى الشرق ليدرسوا علوم العرب وبحوثهم وحملوا معهم الكتب العربية القديمة وترجموها إلى لغاتهم (د. ليلي مصطفى الشريف, 2004).

3.3.I. في الجزائر:

أثبتت دراسات عديدة أن بالجزائر ما لا يقل عن 3500 نوع من النباتات منها ما تعود إلى المناخات الحارة، ومنها ما تعود على المناخات المعتدلة، وأن من بين هذا العدد منها حوالي 1900 نوع، يمكن العثور عليها في إسبانيا وما يقارب 1500 نوع في إيطاليا، وأخرى لا نعثر عليها إلا في البلدان الصحراوية، وأخرى أصلية لا نجدها إلا في بلدان شمال إفريقيا، ولا يخفى ما لهذه الثروة النباتية من قيمة اقتصادية لا يمكن إهمالها أو استهانتها، وأن هناك أنواع لازالت مدسوسة في الطبيعة لم تكتشف بعد رغم كثرة ما أُلّف عن الأعشاب الجزائرية، وإن من بين هذه النباتات ما لا يقل عن خمسمائة عشبة متداولة ومعروفة لدى السكان فبلادنا الجزائر غنية جدا بأعشابها الطبيعية المتنوعة لما لها من مساحات واسعة ومناخات عديدة، بحرية، قارية، صحراوية، ولما تتمتع به من دفء و سطوع شمسي وطقس جميل وتربة متنوعة وخصبة للغاية. ولا شك أن لهذه المناخات والتربة من أثر بالغ ليس فقط على شدة التنوع النباتي ولكن أيضا على تركيب النباتات وإعطائها المميزات الخاصة (سحر ملص، 2001)

تعريف النباتات الطبية:

يمكننا تعريف النباتات الطبية بأنها النباتات التي يكون لها أو لأجزائها خواص علاجية، أو وقائية معينة لأمراض الإنسان أو الحيوان، وفي العادة لا يوجد خط فاصل بين النباتات التي تستخدم كغذاء أو كدواء، إذ يمكن أن يستخدم النبات في الطعام أو في العلاج، كما أن العديد من النباتات البرية الصالحة للأكل تستخدم بسبب الاعتقاد بأن لها فوائد طبية أو علاجية، وهذا يمكن تسميتها نباتات طبية. (سحر ملص، 2001).

ولمعرفة مدى استعمال النباتات الطبية في التجميل اخترنا أن يكون موضوع مذكرتنا حول استعمال النباتات الطبية في التجميل في منطقة الحاجب بسكرة وقد وقع اختيارنا على هذه المنطقة كونها جبلية ويضم غطاؤها النباتي العديد من النباتات ذات الاستعمال الطبي العلاجي والتجميلي وقد تطرقنا في بحثنا هذا إلى ما يلي:

- الفصل الأول: وسائل وطرق الدراسة
- الفصل الثاني: تحليل ومناقشة النتائج

الفصل الأول الطرق والأدوات

1.II. ميدان البحث:

1.1.II. معلومات عامة عن المنطقة المدروسة:



الصورة (1): خريطة توضح موقع منطقة الحاجب

2.1.II. الموقع الجغرافي والإداري:

الحاجب بلدية بولاية بسكرة الجزائرية. يبعد مقرها عن عاصمة الولاية ب 12 كم، يقدر عدد سكانها ب 10 آلاف نسمة موزعين على أكثر من 7 تجمعات سكنية أو قرى صغيرة تزخر المنطقة بثروة النخيل وإنتاجها للتمور من النوعية الجيدة كما يتواجد بها حمام معدني كذلك فإنها مكان مميز لعلاج أمراض الروماتيزم عن طريق الردم في الرمال. كانت إبان ثورة التحرير مركزا مهما لتجنيد الثوار ونقطة عبور إستراتيجية. تتوفر حاليا على فرع جامعي ومعهد لتطوير تقنيات الزراعة الصحراوية وحمام معدني وغابات نخيل جميلة ومحطة المسافرين الخاصة بالولاية

2.II. طرق ووسائل العمل

1.2.II. الهدف من الدراسة:

تسمح الدراسة بالتعرف على مختلف النباتات الطبية المستعملة في التجميل من قبل نساء منطقة البحث منطقة الحاجب بسكرة. إن استعمال النباتات الطبية في التجميل حديثا يركز أساسا على

الفصل الأول: منهجية العمل

مختلف المعارف التي أصلها الطب التقليدي وان اكتشاف مختلف المواد الفعالة للنباتات في التجميل يرتكز في الأساس على فعاليتها الطبية المستخدمة في مختلف الحضارات وكذا مختلف الملاحظات المسجلة حول استعمالات النباتات في الطب التقليدي كما تسمح الدراسة بالتعرف على أصل المعلومة لدى المستخدمين

II.2.2. الأدوات والوسائل المستعملة في البحث الميداني :

استبيان(الملحق) موجه لمختلف الفئات العمرية للنساء في منطقة البحث الحاجب بسكرة.

II.3.2. منهجية البحث الميداني:

انجاز استبيان وتقديمه للنساء (الملحق). يضم 141 سؤالاً و 6 أسئلة عن المبحوثة . يتم إطلاقه إلكترونياً عبر الفيسبوك ووزعت منه 30 نسخة ميدانياً بالإضافة للقائه المباشرة مع النساء في المنطقة

II.4.2. الهدف من الاستبيان:

التعرف على مختلف النباتات الطبية الموجودة والشائع استعمالها بمنطقة الحاجب بسكرة والتعرف على مدى معرفة نساء المنطقة بالنباتات الطبية وكيفية استعمالها.

II.5.2. الصعوبات والعراقيل:

في بادئ الأمر قمنا بإطلاق الاستبيان عبر الانترنت. وهذا تماشياً مع قلة الوقت. فلم نستطع تحديد وتصنيف المستجيبين في مختلف الفئات العمرية. حيث توسعت دائرة المشاركة إلى القاطنين خارج المنطقة. فاضطررنا إلى توزيع 30 نسخة بصفة يدوية واستجوابهم.

II.6.2. طريقة الحساب:

لتحميل معطى الاستبيان تم الاعتماد أساساً على عامل التردد المئوي ويعرف بأنه علاقة رياضية يعرف بالنسبة المئوية يستعمل في علم الإحصاء لتسهيل تحليل المعلومات التي تم جمعها في البحث حيث يعتبر طريقة للتعبير عن عدد على شكل كسر من مئة ويعرف بالعلاقة نسبة التركيز المئوي يساوي عدد

ن _ م % = عدد تكرارات العامل * 100 / عدد جميع العوامل

ن - م % = التردد المئوي (النسبة المئوية)

الفصل الثاني

مناقشة النتائج

1.III مناقشة النتائج :

الأسئلة التي وضعناها في الاستبيان الذي قمنا به والتي اعتبرناها مهمة قمنا بتحليلها ومناقشتها من خلال الرسوم البيانية المئوية من أجل المقارنة الصحيحة للبيانات . النتائج المتحصل عليها يتم تصنيفها للممارسات والاستخدام اليومي واستعمال النباتات في التجميل فحصلنا على مجموعة من المعلومات مستوحاة من إجابات النساء يتم تصنيفها إلى ثلاث مجموعات

1.1.III استعمال النباتات في التجميل حسب السن :

استعمال النباتات في التجميل في منطقة الحاجب لا يقتصر فقط على فئة عمرية محددة بل يتوسع ليمس مختلف الفئات (صور2) مع ملاحظة أن الفئة العمرية (20-30) سنة هي الفئة الأكثر استعمالا للنباتات نسبة 60 % أما بالنسبة للفئة العمرية من (30-60) سنة فهي في المرتبة الثانية بنسبة 30 % . أما الفئة (60-90) سنة فهي الفئة الأقل استعمالا للنباتات في التجميل . على الرغم من المعرفة الكبيرة لديها باستخدامات النباتات للتجميل بنسبة 10 % .

الإقبال الكبير للنساء من فئة الشباب . على استخدام النباتات في التجميل يرجع إلى اهتمام هذه الفئة بالجمال وهذا ما يقودهم الى البحث عن الوصفات الأقل تكلفة والأقل خطرا فيما يخص الآثار الجانبية والسلبية للمواد الغير طبيعية .

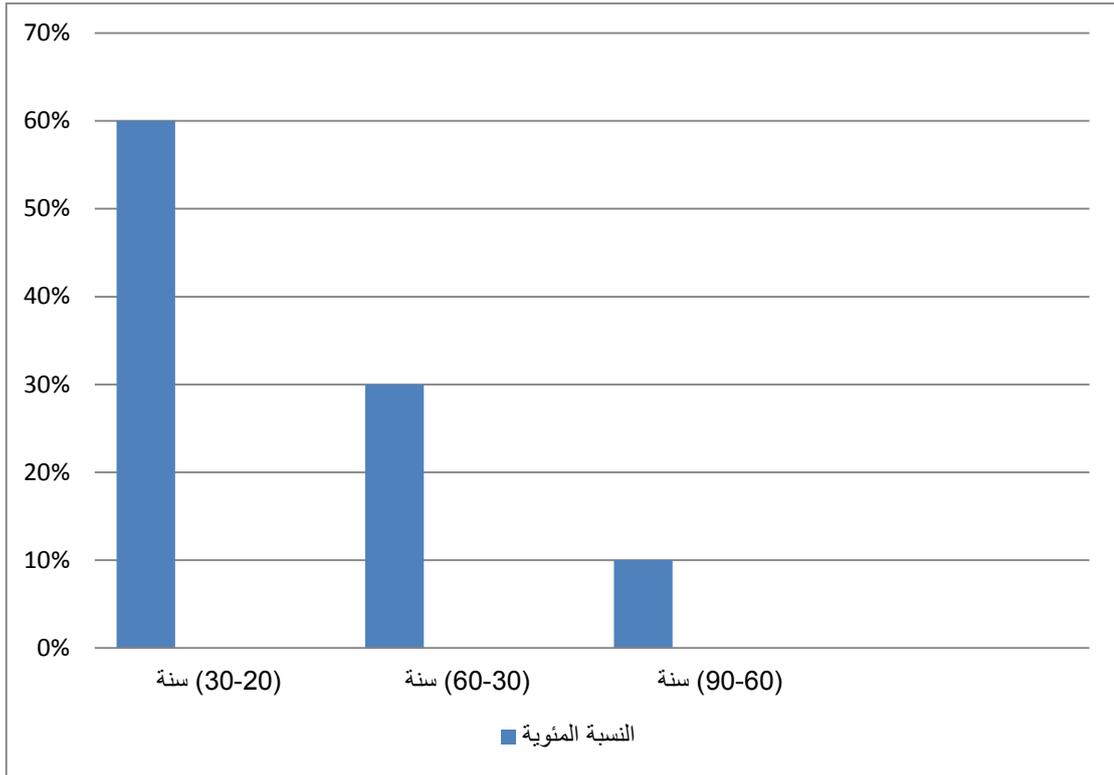
-التأثر الكبير لهذه الفئة بوسائل التواصل الاجتماعي خاصة الفايسبوك فيما يتداول فيه من حكايات للتجارب الشخصية ونجاحتها وقلة تكلفتها من قبل مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي

-اهتمام المنظومة التربوية للجامعات بالاختصاصات التي تعني بدراسة النباتات بصفة عامة وتشجيع أهل الاختصاص بالمواضيع التي تتناول علم النبات

- تأثر هاته الفئة بالموروث الثقافي المتداول من قبل الجدات إلى الأمهات .

- حرص فئة الجدات للحفاظ على استخدام المواد الطبيعية خاصة النباتات في التجميل . من قبل فئة الشباب من خلال سرد الحكايات والوصفات الناجحة .

- لا يمكننا الجزم نهائيا بان المعرفة باستخدام النباتات الطبية في التجميل مهددة بالانقراض بسبب الانتشار الواسع والموافقة على استخدام النباتات الطبية . وهذا ما ظهر من هذه الدراسة



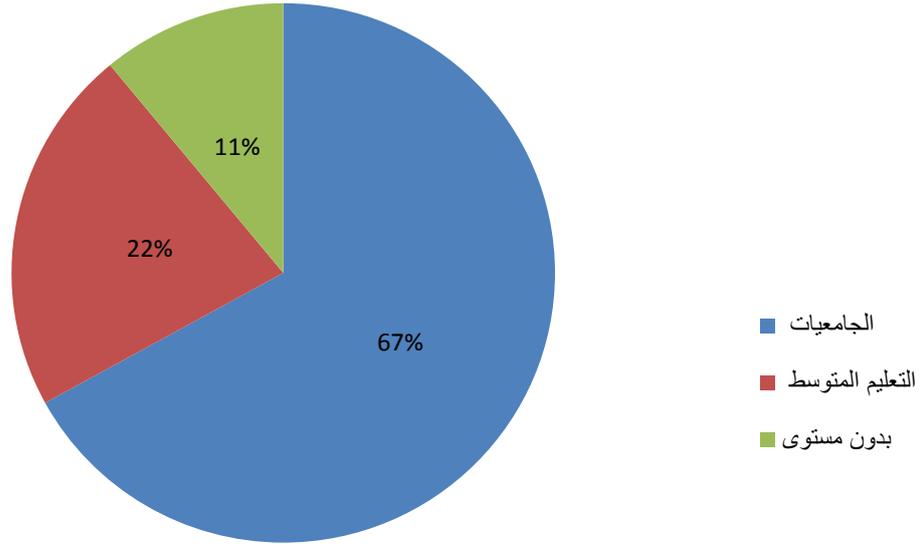
صورة (2) توضح استعمال النباتات في التجميل حسب السن

2.1.III. استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب المستوى التعليمي :

من خلال الشكل الذي يمثل المستوى التعليمي لمستخدمات النباتات الطبية (صور3) نلاحظ ان الفئة المتعلمة (فئة الجامعيات) هي الفئة الأكثر استعمالاً للنباتات الطبية في التجميل بنسبة (67 %) ويليهما الفئة ذات التعليم المتوسط بنسبة (22 %). وفي الأخير الفئة دون مستوى تعليمي بنسبة (11 %) وهذا راجع الى الاطلاع الجيد لفئة النساء المتعلمات على البحوث والدراسات الحديثة التي تخص النباتات الطبية والعطرية واستخداماتها في التجميل.

يسمح المستوى التعليمي الجامعي بمعرفة مختلف النباتات الطبية واستعمالاتها وكذا الآثار الجانبية والسمية لبعضها.

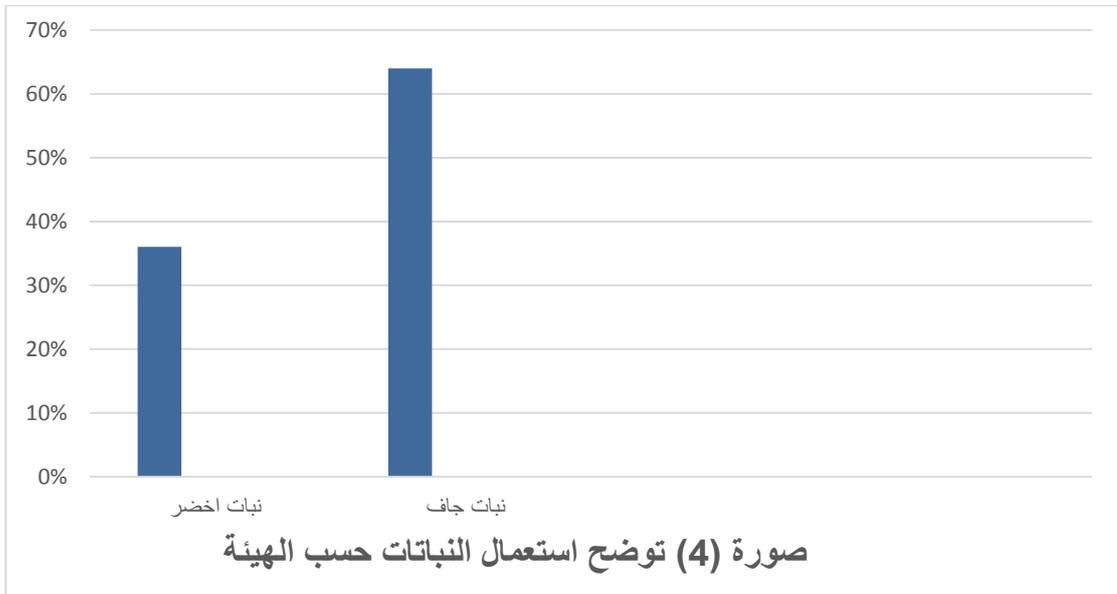
مقارنة مع (سلمى عنوان 2016). التي تحصلنا بالمقارنة مع نتائجها على نتائج هي نفس النتيجة بالنسبة للجامعيات. تليها النساء ذوات التعليم المتوسط (13 %) وبعدها النساء بدون مستوى



صورة (3) توضح استعمال النباتات في التجميل حسب المستوى التعليمي

3.1.III استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب الهيئة :

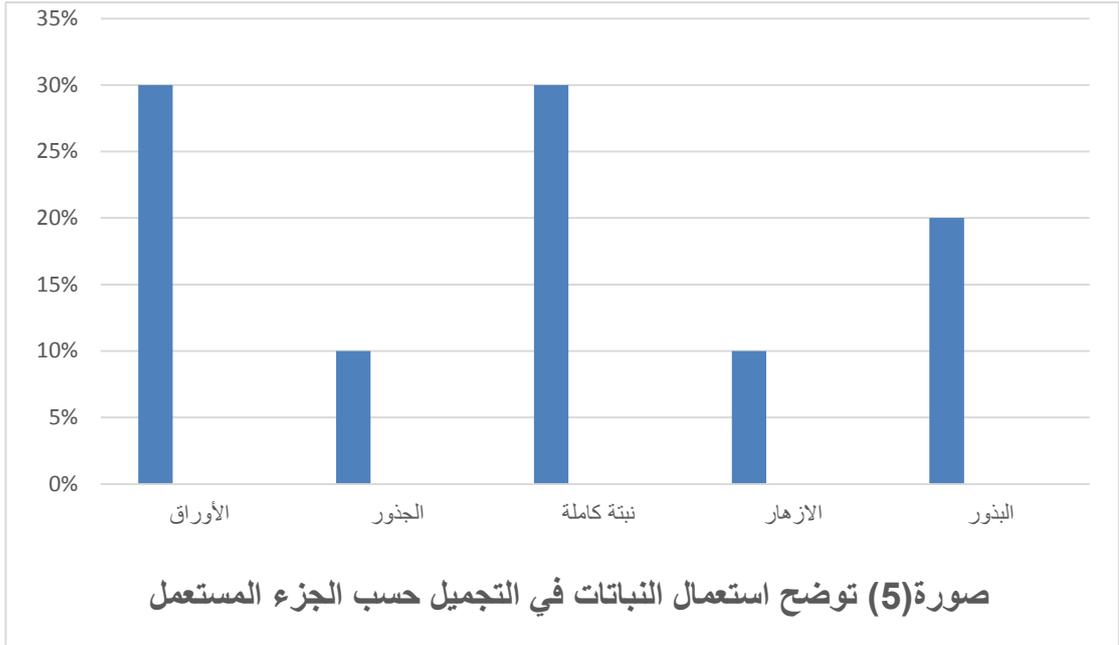
النباتات المستخدمة من قبل النساء في التجميل حسب (الصورة 4) فإن الغالبية العظمى على شكل نبات جاف بنسبة 64 % وبنسبة اقل على شكل نبات اخضر نسبة 36 % وذلك راجع إلى صعوبة الحصول على الأعشاب الطازجة باستمرار بسهولة تخزينها لفترة طويلة على عكس الورقية التي تذبل بسرعة



صورة (4) توضح استعمال النباتات حسب الهيئة

4.1.III. استعمال النباتات الطبية في التجميل حسب الجزء المستعمل :

حسب النتيجة المسجلة في الصورة (الصورة 5) فان النباتات المستعملة في التجميل مصنفة حسب ترتيب تنازلي من حيث الجزء المستعمل فالجزء الأكثر استعمالا هو الأوراق بنسبة (30%) ثم النبتة كاملة بنفس الرتبة (30%) المئة ثم تليها البذور بنسبة (20%) ثم الجذور بنسبة (10 %) ثم الازهار بنسبة (10%) أيضا

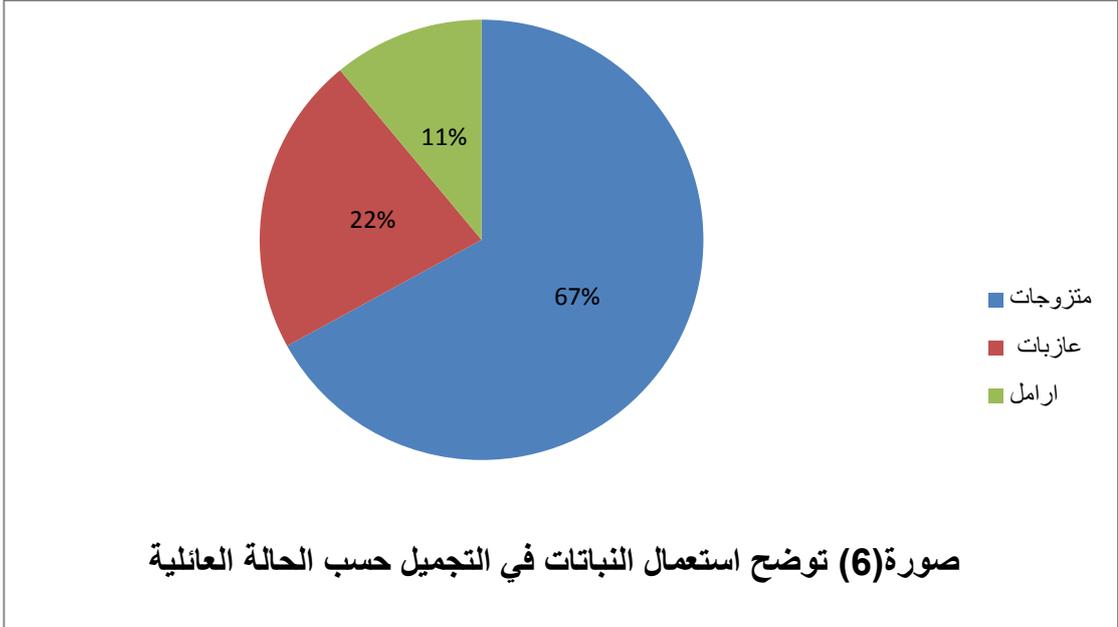


5.1.III. استعمال النباتات الطبية للتجميل حسب الحالة العائلية:

حسب الصورة.(صورة 6 .) وجدنا ان النساء المتزوجات هن الأكثر استعمالا للنباتات في التجميل بنسبة (67 %). وذلك راجع ل

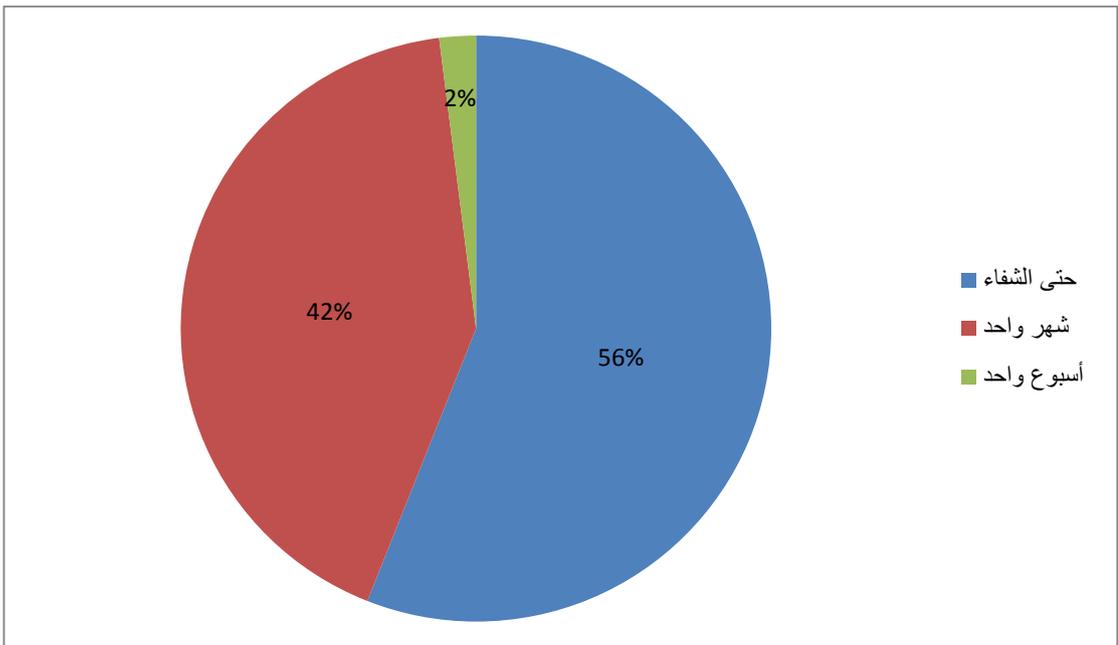
- لقلة تكلفة النباتات الطبية بالمقارنة مع الأسعار الباهظة للمستحضرات التجميلية. الكيميائية.
- اهتمام النساء المتزوجات بالتجميل. وتحسين المظهر اكثر من الفئات الاخرى وبنسبة اقل بالنسبة للعازبات بنسبة (22%) وذلك راجع الى عزوف الفتيات عن المواد الطبية خاصة النباتات الطبية. وتوجيههم إلى المستحضرات التجميلية الصناعية وبنسبة اقل عند الأراامل (11%)

مناقشة النتائج



2.III. مدة الاستخدام :

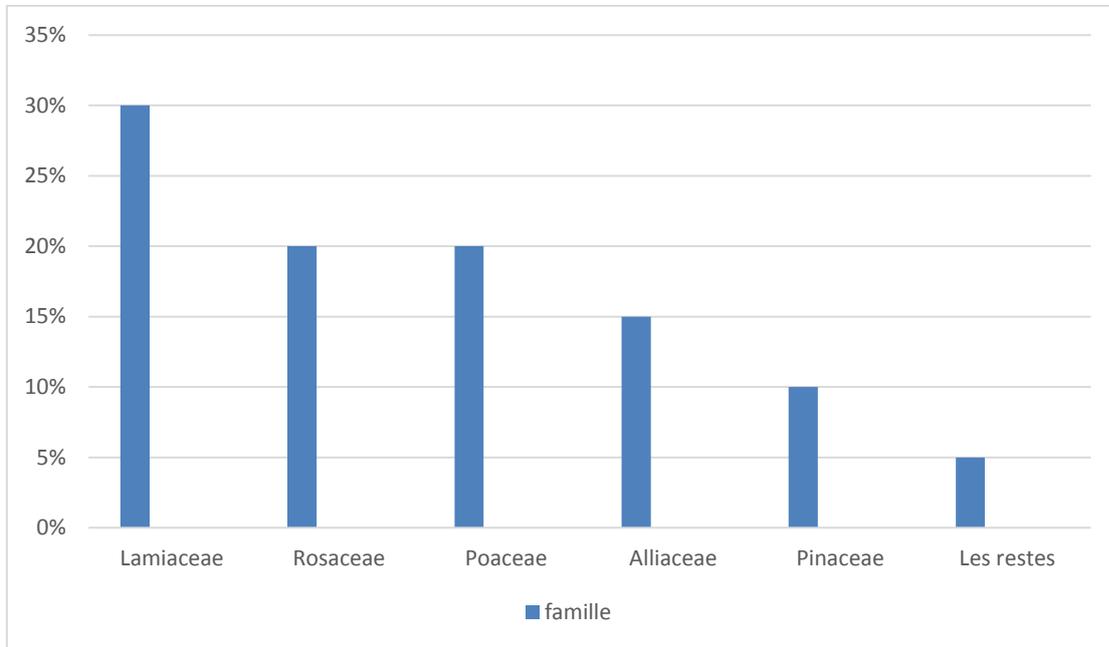
يمثل الشكل (صورة 7) ا المدة المستعملة من قبل النساء للتجميل في منطقة الحاجب بسكرة نلاحظ أن معظم النساء تستخدم النباتات حتى الشفاء بنسبة (56%). اما (42%) تستخدم لمدة شهر واحد و(2%) تستعمل لمدة اسبوع و لا يوجد نباتات تستخدم فعاليتها ليوم واحد والجدير بالذكر أن النباتات تعطي نتائج مبهرة عند المواظبة على الاستخدام.



صورة (7) مدة استخدام النباتات الطبية للتجميل

عائلات النباتات الأكثر استعمالاً في التجميل:

من خلال الشكل (الصورة 7) نلاحظ ان عائلة (الفصيلة الشفوية) هي الأكثر استعمالاً في التجميل بنسبة 30% وذلك لان اعلی النباتات التي نستعملها في حياتنا اليومية تنتمي لهذه العائلة كالزعترواكيل الجبل والنعناع والميرمية ثم تليها في المرتبة الثانية كل من عائلة (الفصيلة الوردية) و (الفصيلة القنبية او نجلية) بنسبة 20 % وهذا راجع لانتشارها الواسع في المنطقة مثل الشعير ثم في المرتبة الثالثة (عائلة الثوميات) والتي تضم مجموعة من النباتات المهمة مثل البصل . الثوم . ثم تليها العائلة الصنوبرية بنسبة 10 % وفي الأخير باقي العائلات بنسبة 5 %



صورة (8) توضح عائلات النباتات الأكثر استعمالاً

مناقشة النتائج

1.2.II. النباتات التي تستخدم للبشرة الجافة والمتشققة :

النبات	اللافندر	الاقحوان	الالوفيرا	الكركم	جوز الهند	الشاي الاخضر	النعناع
الاسم العلمي	<i>Lavandula officinalis</i> .	<i>matricaria recutita</i>	<i>Aloe vera</i>	<i>Curcuma Longa</i>	<i>Cocos nucifera</i>	<i>Camellia sinensis</i>	<i>Mentha Spicata</i>
العائلة	<i>Lamiaceae</i>	<i>Asteraceae</i>	<i>Alliaceae</i> <i>Liliaceae</i>	<i>Zingiberaceae</i>	<i>Arecaeae</i>	<i>Theaceae</i>	<i>Lamiaceae</i>
الاسم العربي الشائع	الخزامى	البابونج	الصبار	الكركم	جوز الهند	التاي الاخضر	النعناع
الجزء المستعمل	النبته كامله	الزهرة	لنبته كامله	لنبته كامله	لنبته كامله	الاوراق	الاوراق
مدة الاستعمال	مفتوحة	ساعتين في الاسبوع	مفتوحة	10 دقائق	مرتين في الاسبوع	30 دقيقة	أكثر من 20 دقيقة
طريقة الاستعمال	في وعاء نضع ملعقتين من نبات اللافندر مع كاس من الماء ثم	اغسلي الوجه جيدا باستعمال حمام بخار ثم جففي الوجه ثم طبقي خليط ملعقه من زهرة الأقحوان مطحونه	ملعقتان كبيرتان من مسحوق الكركم + ملعقه من زيت الزيتون و توضع على الوجه و اليدين وتفرك ثم اخلطي	ملعقه من مسحوق الكركم + ملعقه من زيت الزيتون و توضع على الوجه و اليدين وتفرك	ضعي القليل من زيت جوز الهند على البشرة ثم افحي منشفة مبللة ودافئة على وجهك وبعد حوالي 30 ثانيه قم بإزالة	2 كيس من الشاي الأخضر ما يقارب ملعقتين كبيرتين + ملاعق عسل + عصير الليمون ويطبق على البشرة	يستعمل كماسك شرائح الخيار وأوراق النعناع ونصف ملعقه كبيرة

مناقشة النتائج

من العسل تطحن المكونات من اجل الحصول على مزيج ناعم يوضع المزيج لمدة 20 دقيقة ثم يغسل بالماء البارد يطبق القناع مرتين على الأقل في الأسبوع	ويترك لمدة نصف ساعة ثم يغسل بالماء الفاتر	جوز الهند برفق باستخدام المنشفة -ملعقتين من مطحون جوز الهند + ملعقة بن + زيت السسم (جلجلان) + ملعقة عسل ثم يستعمل كمقشر وتفرك به البشرة 3 دقائق ثم يشطف بالماء الفاتر	جيذا بحركة دائرية لمدة عشر دقائق ثم تشطف بالماء الفاتر	جيذا ثم طبقي المزيج على البشرة يترك لمدة نصف ساعة ثم يشطف بالماء الفاتر ثم الماء البارد	+ملعقتين من زيت الأركان +3 قطرات من الزيت العطري للخزامة تستعمل كل ليلة	نضعها على النار حتى الغليان ثم نغطي المزيج ونتركه يبعد ثم يطبق على بشرة نظيفة يترك نصف ساعة ثم يشطف بالماء الفاتر
---	--	---	--	---	--	---

2.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالبشرة الدهنية:

النبات	اكليل الجبل	الليمون	الطماطم	البقدونس	البرتقال	الفلفل الأسود	حب الرشاد
الاسم العلمي	<i>Rosmarinus officinalis</i>	<i>Citrus limon</i>	<i>Solanaceae</i>	<i>Petroselinum crispum</i>	<i>Citrus Aurantium</i>	<i>Piper nigrum</i>	<i>Lipidium sativum</i>
العائلة	<i>Labiées</i>	<i>Rutaceae</i>	<i>Lycopersicum Exulentum</i>	<i>Apiceae Umbelliferae</i>	<i>Rutaceae</i>	<i>Piperaceae</i>	<i>prassicaceae</i>
الاسم العربي الشائع	اكليل الجبل	الليمون	الطماطم	البقدونس او المعدنوس	البرتقال	الفلفل الأسود	حب الرشاد
الجزء المستعمل	نبته كاملة	ثمرة	ثمرة	النبته كاملة	القشرة	الثمرة	بذور

مناقشة النتائج

مدة الاستعمال	5 دقائق مرتين في الأسبوع	15 دقيقة	مفتوحة	مفتوحة	20 دقيقة	مرة كل أسبوع	مرة كل أسبوع
طريقة الاستعمال	في وعاء قومي بغلي ملعقتين كبيرتين من إكليل الجبل حتى يصبح مشبعاً بالبخار ثم اجلسي أمام الإناء حتى يضرب البخار وجهك مباشرة قومي بإنشاء خيمة كمنشفة تحوي راسك والوعاء أغمضي عينيك واتقي في الخيمة لمدة 5 دقائق يؤدي ذلك الى تنظيف مسامك من الداخل ومنحك بشرة صافية ونضرة	يمزج عصير نصف ليمون مع القليل من ماء الورد ثم يوضع المزيج على البشرة لمدة 15 دقيقة ثم يغسل بالماء الفاتر او يمكن فرك البشرة مباشرة بشرائح الطماطم	قطعي ثمرة الطماطم متوسطة الحجم إلى قطع صغيرة ضعها في الخلاط لهرسها ضع مطحون الطماطم على بشرة نظيفة وجافة ووزعيه بشكل متساوي يترك لمدة 15 دقيقة ثم اشطفي وجهك بالماء	ملعقتين من ماء البقدونس المغلي نصف له بيضة واحدة ونصف ملعقتين من الحليب و نقوم بمزج المواد ثم نوزع الخليط على البشرة الوجه والرقبة يترك لمدة 20 دقيقة ثم يغسل بالماء الفاتر	نقوم بتجفيف قشور البرتقال ثم طحنها و نضيف لها ملعقة كبيرة من العسل و 2 ملاعق حليب ونقوم بمزج المكونات جيدا ثم يطبق على البشرة ويترك 15 دقيقة ثم قومي بتدليك وجهك برفق في حركة دائرية ثم اغسليه بالماء الفاتر ثم الماء البارد لغلق المسام	نغلي حب الرشاد مع اوراق البقدونس الخضراء مع الماء نضيف اليها اوراق من النعناع الاخضر نتركها حتى تغلي جيدا ثم نطفئ عليها ونعرض البشرة للبخار المتصاعد مع الحجب بمنشفة لمدة 5 دقائق ثم نقوم ايضا بتمرير قطعة من القطن المبلل بهذا الخليط وهذا يساعد على التخلص من الاوساخ وطبقات الجلد الميت	

III.2.3. النباتات التي تستخدم لشد البشرة والقضاء على التجاعيد ومحاربة الشيخوخة :

مناقشة النتائج

النبات	الزنجبيل	الحلبة	الخيار	البطيخ الأحمر	السبانخ	الفاولة	التفاح	الميرمية
الاسم العلمي	Zingiber Officinale	Fenugrec	Cucumis Sativus	Citrullus vulgaris	Spinacia Aleraceae	fragaria	Malus domestica	Salvia fruticosa
العائلة	Zingiberaceae	Leguminosae	Malvaceae	Cucurbitaceae	Chenopodiaceae	Rosaceae	Rosaceae	Lamiaceae
الاسم العربي الشائع	الزنجبيل مسكنجبيل	الحلبة	الخيار	البطيخ الأحمر أو الدلاع	السلق	فاولة	التفاح	الميرمية
الجزء المستعمل	نبته	أوراق الحلبة	ثمرة	ثمرة	النبته كاملة	ثمرة	ثمرة	أوراق
مدة الاستعمال	مرتين في الأسبوع	يومياً بالانتظام	مرة في اليوم	مرتين في الأسبوع	يومياً بالانتظام	مفتوحة	مفتوحة	مفتوحة
طريقة الاستعمال	نقوم بسحق الزنجبيل ونضيف له ملعقة كبيرة من زيت الزيتون + ملعقة كبيرة من العسل + ملعقة كبيرة من الشا نقوم بخلط المزيج جيداً ثم نطبقه على البشرة بتركة لمدة نصف ساعة ثم بغسل بتاماً	نقوم بطحن أوراق الحلبة للحصول على مسحوق ناعم نضيف لها مقدار ملعقة من زيت الزيتون +ملعقة من العسل + بضع قطرات من	قومي بخلط الخيار في الخلاط للحصول على عصير نضيف له ملعقة كبيرة من عصير الليمون وبياض بيضة ثم نطبق القناع على الوجه	قومي بتقطيع البطيخ الى شرائح رقيقة ضعها في الشرائح على وجهك و عنقك وانت ممددة للحفاظ على ثباتها واتركها لمدة 20 دقيقة ثم قومي	نقوم بغلي القليل من عشبة السلق ثم نطفئ عليها ونغطيها لمدة 5 دقائق ثم نقوم بتصفية المزيج نستعمل المصفي لغسل الوجه به يومياً للحصول على أفضل النتائج مع القيام	حبات من الفراولة في الخلاط الكهربائي ونضيف 3 ملاعق من ماء الورد وملعقة من العسل وملعقة من عصير الليمون ونمزج جميع المكونات جيداً ثم نقوم بتطبيقها على البشرة	كوب من الماء ونضيف ملعقة كبيرة من خل التفاح ويضيف الوجه والرقبة يترك لمدة 30دقيقة ثم يشطف الوجه ويجفف	اغلي بعض اوراق الميرمية في الماء ثم قومي بتصفيته واضيفي له ملعقة من الشوفان المطحون ثم طبقي المزيج على البشرة وقومي بعمل تدليك بحركة دائرية ثم اتركيه

مناقشة النتائج

ليجف 15 دقيقة ثم اغسله بالماء الفاتر	تترك لمدة 15 دقيقة ثم تشطف بالماء الفاتر	بالتدليك	بازاتها و شطف الوجه بالماء البارد كرري العملية بانتظام	ونتركه ليجف مدة 20 دقيقة ثم يغسل بالماء البارد تكرر الوصفة بانتظام كما يمكن وضع شرائح الخيار مباشرة	الجليسيرين ثم نقوم بمزج المكونات جيدا وتطبيقها على اماكن التي تكثر فيها التجاعيد عادة وتركها على البشرة ليلة كاملة شطف البشرة بالماء الفاتر في الصباح تكرر الوصفة بانتظام		
--------------------------------------	--	----------	--	---	---	--	--

النبات	الصنوبر	القهوة	الجرجير	العنب
الاسم العلمي	<i>Pinus halepensis</i>	<i>Coffea arabiceae</i>	<i>Eruca sativa</i>	<i>vitis vinifera</i>
العائلة	<i>Pinaceae</i>	<i>Rubiaceae</i>	Cruciferae Brassicaceae	<i>Vitaceae</i>
الاسم العربي الشائع	الصنوبر	القهوة	الجرجير	العنب
الجزء المستعمل	ثمرة	ثمرة	أوراق	ثمرة

مناقشة النتائج

مدة الاستعمال	مفتوحة	مرة في الأسبوع	يوم بعد يوم	مرة في الأسبوع
طريقة الاستعمال	نقوم بطحن مقدار ملعقتين من الصنوبر نضيف لها ملعقة من العسل ثم نقوم بمزج الخليط مع ملعقتين من ماء الورد يطبق مباشرة على البشرة كقناع يترك على البشرة لمدة نصف ساعة ثم يغسل بالماء الفاتر	نحضر نصف كوب من حبوب القهوة المطحونة ونضيف لها 3 ملاعق من زيت الزيتون ونخلط جيدا حتى الحصول على خليط طري يطبق الخليط على البشرة وقومي بتدليكها بحركة دائرية لمدة 5 دقائق ثم اتركيها لمدة 15 دقيقة على الاقل ثم اغسليها جيدا بالماء البارد	تغلي 7 أوراق من الجرجير في كوب من الماء الفاتر لمدة 10 دقائق على نار متوسطة ثم تصفى وتمزج مع ماء الورد و الليمون .يوزع المزيج على البشرة مع التركيز على اماكن التجاعيد يترك لمدة 20 دقيقة	نقوم بهرس بضع حبات من العنب ثم نضيف لها ملعقة من الحليب ونضيف ملعقة من الليمون ثم نقوم بمزج الخليط جيدا يترك المزيج على البشرة لمدة 10 دقائق . يتم تنظيف بشرة الوجه من القناع من خلال غسلها بماء بارد

4.2.III. نباتات تستخدم لعلاج الحبوب والبثور و النمش:

النبات	الثوم	الريحان	الشوفان	جوزة الطيب	الزيتون	الزعتر	شجرة الشاي	الغار
الاسم العلمي	<i>Allium sativum</i>	<i>Ocimum basilicum</i>	<i>Avena sativa</i>	<i>Ayristica fragrans</i>	<i>Olea europeae</i>	<i>Majorana syriaca</i>	<i>Arabre a the</i>	<i>Lauus nobilis</i>
العائلة	<i>Alliaceae</i>	<i>Lamiaceae</i>	<i>Gramineae</i>	<i>Myristicaceae</i>	<i>Oleaceae</i>	<i>Lamiaceae</i>	<i>Melaleuca alternifolia</i>	<i>Lauraceae</i>
الاسم العربي الشائع	الثوم	الريحان	الشوفان	جوزة الطيب	الزيتون	الزعتر	الشاي	الرند

مناقشة النتائج

الجزء المستعمل	نبات	اوراق	ثمرة	نبات	أوراق	أوراق	أوراق	أوراق
المدة المستعملة	مرتين في الأسبوع	3مرات في الأسبوع	مرتين في الأسبوع	مرتان في الأسبوع	مرتين في اليوم	3مرات في الأسبوع	مرتين في الأسبوع	مرتين في الأسبوع
طريقة الاستعمال	نقوم بسحق 3فصوص ثم نضيف لها 3 ملاعق من ماء الزيتون ثم نقوم بتدليك الحبوب بالمزيج نترك لمدة 15 دقيقة ثم يغسل الوجه	نقوم بمسحوق الريحان المجفف ناعما نضيف له ملعقة من زيت زيتون والقليل من الماء البارد حتى الحصول على كريمة ناعمة تطبق على الوجه بترك لمدة 15 دقيقة ثم يغسل بالماء الفاتر	نقوم بطحن 2 ملاعق كبيرة من دقيق الشوفان نضيف له ملعقة صغيرة من مسحوق الكركم وملعقة من مسحوق العدس ثم نضيف له كمية من الماء حتى الحصول على كريمة ناعمة نوضع على الجلد ونترك 30 دقيقة عندما يحف نقوم بالتدليك بحركة دائرية ثم يشطف بالماء الفاتر	ملعقة صغيرة من مسحوق جوزة الهند 2 ملاعق زيت اللوز 3ملاعق من ماء الورد تمزج المكونات جيدا ثم يطبق القناع على البشرة النظيفة لمدة 20دقيقة تفرك البشرة بالمزيج برفق ثم تشطف بالماء الفاتر	نقوم بأخذ حفنة من اوراق الزيتون تغلى اوراق الزيتون في الماء ثم يترك حتى يبرد تماما مع تغطية الاناء	نقوم باخذ حفنة من اوراق الزعتر نقوم بغلي كاس من الماء حتى الغليان ثم نضع الاوراق ونغطي عليها لمدة ساعة يصفى المنقوع ثم يعبا في زجاجة بقطعة قطن يطبق هذا المحلول على حبوب الشباب يترك لمدة 20 دقيقة مع الواضبة على الوصفة	يغلى الشاي الاخضر ثم يترك حتى يبرد يصفى المحلول ثم يطبق على بشرة مع التركيز على حب الشباب يترك لمدة 40 دقيقة الى ساعة ثم صفي المزيج وقومي باستعمال المصفي على الوجه ويترك لمدة 30 دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر ثم يغسل بالماء البارد	ضعي بعض من اوراق الغار الطازجة او المجففة في وعاء به ماء مغلي ثم اتركيه لينقع لمدة 40 دقيقة الى ساعة ثم صفي المزيج وقومي باستعمال المصفي على الوجه ويترك لمدة 30 دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر ثم يغسل بالماء البارد

مناقشة النتائج

5.2.III. النباتات التي تستعمل للوقاية من أشعة الشمس :

النبات	البطاطا	السدر	الجزر	اللفت	الموز	القمح	الحمص
الاسم العلمي	Solanum tuberosum	Zizphus spina-christi	Daucus carotte	Brassicarapa	Musa paradisiacal	Triticum aestivum	Cicer arietinum
العائلة	solanaceae	Rhamnaceae	Apiaceae	Brassicaceae	Musaceae	Poaceae	Leguminosae fabaceae
الاسم العربي الشائع	البطاطا	النبق	الجزر	اللفت	الموز	القمح	الحمص
الجزء المستعمل	ثمرة	ثمرة	ثمرة	ثمرة	ثمرة	بذرة	ثمرة
مدة الاستعمال	يوميا	مرتين في الاسبوع	مرتين في الاسبوع	3 مرات في الاسبوع	يوميا	يوميا	يوميا
طريقة الاستعمال	نحضر حبة بطاطا ثم نقوم بتقشيرها و سلقها ثم نقوم بإضافة نصف كاس حليب . امزج جيدا للحصول على قوام كريمي ثم نقوم بتطبيقه على الوجه والأماكن التي تتعرض للشمس . يترك الخليط 30 دقيقة ثم يغسل بالماء الفاتر	ملعقتان من السدر المطحون + ثلاث ملاعق من الزبادي (اليأوووت) ونضيف لها ملعقتان من العسل + ملعقتان من ماء الورد . نقوم بمزج المكونات الخلية على الوجه واليدين لتجانس ثم يوضع على البشرة ويترك إلى أن يجف ثم يغسل بالماء فقط بدون الصابون	ملعقة كبيرة جزر مبشور ملعقة حليب ملعقة عسل ملعقتان زيت الزيتون اخلطي جميع المكونات طبقي الخليط على الوجه واليدين للوقاية من اشعة الشمس يترك 20 دقيقة ثم يغسل بالماء فقط	نقوم بهرس حبة لفت مسلوقة وأضيفي ملعقة حليب الجاف وملعقة من النشاء وملعقة من الزبادي ضعي القناع على البشرة لمدة 30 دقيقة ثم يغسل بالماء الفاتر	نحضر موزة واحدة نقوم بهرسها جيدا ثم نضيف لها نصف كاس حليب ونقوم بالمزج جيدا للحصول على قوام كريمي نطبق الخليط على البشرة التي تتعرض للشمس يترك 30 دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر	نقوم بمزج ملعقتين كبيرتين من دقيق الحمص نضيف له ملعقتان كبيرتان من الحليب المجفف + ملعقتان كبيرتان من اللبن الرائب وملعقة صغيرة من العسل ونمزج المكونات جيدا نقوم بتطبيق القناع على البشرة يترك لمدة 45 دقيقة ثم يشطف بالماء الفاتر	ملعقتان كبيرتان من دقيق الحمص نضيف له ملعقتان كبيرتان من الحليب المجفف + ملعقتان كبيرتان من ماء الورد نقوم بمزج المكونات جيدا ثم تطبق على البشرة تترك مدة 20 دقيقة ثم تشطف بالماء الفاتر

مناقشة النتائج

6.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر التالف والمتساقط :

النبات	الحناء	الارز	البصل	حبة البركة	الحرمل	الرمان	السمسم
الاسم العلمي	Henne	Oryza sativa	Allium cepa	Niellée arvensis	Peganum harmala	Punica granatum	Sesamum indicum
العائلة	Lawsonia inermis	Poaceae	Alliaceae	Renonculacées	Zygophyllacée	Punicaceae	Pedaliaceae
الاسم العربي الشائع	الحناء	الارز	البصل	حبة البركة الحبة السوداء	الحرمل	الرمان	الجلجلان
الجزء المستعمل	الاوراق	ثمرة	ثمرة	بذرة	بذرة	قشرة	بذرة
مدة الاستخدام	مرتان في الاسبوع	مرة اسبوعيا	مرة اسبوعيا	3 مرات اسبوعيا	مرتين في الاسبوع	مرتين في الاسبوع	مرة اسبوعيا
طريقة الاستعمال	نقوم بمزج 3ملاعق كبيرة من بودرة الحناء مع ملعقتين من بياض البيض و 3 ملاعق من زيت الزيتون مع القليل من الماء حتى الحصول على مزيج متجانس نقوم بتطبيق المزيج على الشعر	نقوم بخلطها في الخلط الكهربائي نضيف قليلا من الماء ونقوم بتصفيته ثم نقوم بتطبيق المزيج الناتج على فروة الرأس باستخدام الأصابع مع التدليك	قم بتقشير حبة بصل وتقطيعها إلى أربعة أجزاء ونخلطها في الخلط الكهربائي نضيف قليلا من الماء ونقوم بتصفيته ثم نقوم بتطبيق المزيج الناتج على فروة الرأس باستخدام الأصابع مع التدليك	تنقع ملعقتان كبيرتان من الحبة السوداء في الماء المغلي لمدة 5 ساعات ثم يصفى الماء ويحتفظ به في زجاجة بخاخة بعد غسل الشعر وتجفيفه طبيعيا يرش منقوع الحبة السوداء على فروة الرأس مع التدليك لا يشطف الشعر بعد تطبيق مغلي الحبة السوداء على فروة الرأس ثم يغسل الشعر	نصف كوب من بذور الحرمل مطحونة مع نصف كوب من الحناء المطحونة مع نصف كوب من زيت الزيتون مع كمية قليلة من الماء كي تساعد في تجانس المكونات يفرد المزيج على كامل الشعر من الجذور إلى الأطراف ثم يغطي الشعر بفوطة مبللة بماء دافئ ثم يترك لمدة لا تقل عن ساعتين ثم يغسل الشعر	قم بتقطيع قشر الرمان إلى قطع صغيرة جدا ثم نقوم بنقعها حتى نغمرها ثم نضعها على نار هادئة حتى الغليان إلى أن يصبح السائل كثيف جدا ثم نترك السائل ليبرد ثم نقوم بتصفية الخليط ونضع مصفى لقشور الرمان في قنينة بخاخة	ملعقة كبيرة من السمسم المطحون مع ملعقتان من زيت الزيتون تمزج المكونات جيدا ثم يطبق الخليط على فروة الرأس ويترك لمدة ساعة على الأقل ثم يشطف الرأس كما يمكن استعمال زيت السمسم كحمام زيتي

مناقشة النتائج

	ثم رشه على الشعر مع تدليك فروة الرأس به وتركه لمدة ساعة على الأقل ثم غسل الشعر	بشامبو لطيف		بلطف بحركات دائرية يترك المزيج على فروة الرأس لمدة ساعة تقريبا ثم يشطف بالماء والصابون	إلى ابيض ضبابي ثم نقوم بتصفية الماء من الأرز ثم نقوم بوضع المنقوع في زجاجة بخاخة ونقوم برشه على فروه الرأس والإطراف يترك لساعة ثم يغسل الرأس	والتركيز على الفروة والإطراف المتقصفة يترك المزيج 45 دقيقة ثم يغسل الشعر
--	--	-------------	--	--	--	--

7.2.III. النباتات التي تستخدم للعناية بالشعر الخشن :

النبات	بذور الكتان	الزعفران	جوز الهند	اللوز
الاسم العلمي	<i>Linum pubescens</i>	<i>Crocus sativus</i>	<i>Noix de coco</i>	<i>Prunus amigdalus</i>
العائلة	<i>linaceae</i>	<i>Iridaceae</i>	<i>Cocos nucifera</i>	<i>Rosaceae</i>
الاسم العربي الشائع	زريعة الكتان	الزعفران	جوز الهند	اللوز
الجزء المستعمل	بذور	اوراق	نواة	بذرة
مدة الاستعمال	مرة في الأسبوع	مرتين في الأسبوع	مرتين في الأسبوع	مرة في الأسبوع
طريقة الاستعمال	ضعي كمية من بذور الكتان في كوبان من الماء المغلي واتركه على نار مرتفعة ثم	نقوم بمزج ملعقة كبيرة من الزعفران مع كمية مناسبة	كاس من مبشور جوز الهند مع نصف كاس ماء	نقوم بطحن كمية من حبات اللوز في المطحنة بسرعة منخفضة ونضيف لها ملعقتين

مناقشة النتائج

كبيرتين من العسل وملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون ثم نقوم بمزج المكونات حتى الحصول على معجون رخو القوام نقوم بتطبيقه على الشعر والفروة 30 دقيقة ثم يشطف الشعر	مغلى ونخلط في الخلاط ثم نضيف ملعقتين كبيرتين من النشاء ونضعه على النار خفيفة حتى الحصول على قوام كريمي ثم نتركه يبرد ثم يطبق على فروة الرأس والشعر ويغطي الرأس ويترك 45 دقيقة ثم يشطف الشعر	حسب كثافة الشعر من زيت الزيتون وتوضع على نار هادئة لمدة 5 دقائق يترك 10 دقائق ليبرد ثم يطبق على الشعر وفروة الرأس ويترك لساعة كاملة ثم يغسل الشعر	نقوم بتخفيف الحرارة ونترك الخليط على النار حتى نحصل على قوام الهلام السميك ثم نقوم برفع الوعاء على النار وتركه يبرد ثم يصفى الخليط باستخدام قطعة شاش ونقوم بإضافة زيت السمسم للهلام ثم ضعي الهلام على الشعر
--	---	---	---

8.2.III. نباتات تعمل على تقوية الشعر ومعالجته من القشرة:

النبات	الزبيب	الشعير	المشمش	الكاليتوس
الاسم العلمي	<i>Lantana rugosa</i>	<i>Hordeum vulgare</i>	<i>Brunus armeniaca</i>	<i>Eucaplyptus</i>
العائلة	<i>Verbernaceae</i>	<i>Poaceae</i>	<i>Rosaceae</i>	<i>Myrtaceae</i>
الاسم العربي الشائع	الزبيب	الشعير	المشمش	الكاليتوس
الجزء المستعمل	نبات	نبات	ثمرة	الأوراق
مدة الاستعمال	مرة في الأسبوع	مرتين في الأسبوع	مرة في الأسبوع	مرة في الأسبوع
طريقة الاستعمال	نقوم بنقع مقدار من الزبيب في ماء فاتر لمدة 5 ساعات وبعد ذلك نقوم بسحقه في الخلاط ثم يطبق على شعر مغسول ومبلل ليترك على الشعر لمدة 30 دقيقة ثم يغسل الشعر	نقوم بغلي كمية من الشعير في وعاء به ماء لمدة 15 دقيقة ثم نتركه يبرد ثم نقوم بتعبئته في زجاجة الرش ثم يستخدم كسبروم لكامل الشعر وتطبيقه	ملعقتان كبيرتان من مشمش ثم نقوم بعصرها ونضيف لها ملعقتان من زيت الزيتون ونقوم بخلط المكونات جيدا ثم نوزعها على فروة الرأس نترك لمدة	نقوم بغلي حفنة من أوراق الكاليتوس في وعاء به ماء وبعد الغليان يترك ليبرد ثم يغسل به الشعر مع تدليك الفروة بحركة دائرية

مناقشة النتائج

	30 دقيقة ثم يغسل الرأس	لمدة 30 دقيقة ثم يغسل الرأس	
--	------------------------	-----------------------------	--

9.2.III. النباتات التي تستعمل للاعتناء باللثة وتبييض الأسنان :

النبات	عشبة الديرم	الاثل	عشبة الاذريوم (نبتة القطيفة)	البلوط
الاسم العلمي	<i>Aa achalensis</i>	<i>Tamarix articulata</i>	<i>amaranthus</i>	<i>Saropoterium Spinosum</i>
العائلة	<i>Juglandaceae</i>	<i>Tamaricacées</i>		<i>Fagaceae</i>
الاسم العربي الشائع	المسواك	الطرفه (الطرفاء)	نبتة القطيفة او البكورية	البلوط
الجزء المستعمل	اوراق	اوراق	النبات	ثمار
مدة الاستعمال	مرة في اليوم	مرتين في اليوم	مرة في اليوم	3 مرات في اليوم
طريقة الاستعمال	يؤخذ القليل من عود المسواك ويوضع على اللثة مباشرة لمدة 2 الى 3 دقائق مع فرك الاسنان به للحصول على اسنان ناصعة البياض	نحضر وعاء ونضع به بعض من الاوراق الاثل ونضيف الماء ونتركه حتى الغليان ثم نقوم بتصفية المزيج ونضع المحلول حتى يبرد	نقوم بوضع القليل من العشبة بوعاء فيه ماء ثم يرفع على النار لمدة 5 دقائق ثم يترك حتى يبرد . نقوم بتصفية المزيج ثم استعماله كغسول للفم مع المضمضة به لمعالجة اللتهاب اللثة	نغلي مقدار من ثمار البلوط ونتركها تبرد ثم يستعمل المحلول كغاسول للغرغرة او المضمضة لمعالجة اللتهاب اللثة . كما يعمل على تبييض الاسنان

مناقشة النتائج

	وتبييض الاسنان	ويستخدم كمضمة لمعالجة الشهاب اللثة	
--	----------------	------------------------------------	--

10.2.III. النباتات التي تستعمل في تعطير الفم :

النبات	القرنفل	اللبان الذكر	كزبرة	الهيل	اليانسون	الكمون	اراك	الشيح
الاسم العلمي	<i>Eugenia caryophyllata</i>	<i>Boswellia cartevii</i>	<i>Coriandrum sativum</i>	<i>Cardamom</i>	<i>Pimpinella anisum</i>	<i>Cuminum cyminum</i>	<i>Salvadora Bersica</i>	<i>Artemisia absinthium</i>
العائلة	Myrtaceae	Burseraceae	Apiaceae	Elettaria cardamomum	Apiaceae	Apiaceae umbelliferae	salvadoraceae	artemisia
الاسم العربي الشائع	الطيب	اللبان	كزبر	الهيل	حبة حلاوة	الكمون	عود السواك	الشيح
الجزء المستعمل	نبات	بذرة	اوراق	بذرة	بذرة	بذور	غصن	أوراق
مدة الاستعمال	مرتين في اليوم	يومية	مرة في اليوم	مرة في اليوم	مرة في اليوم	يومية	يومية	مرتين في الأسبوع
طريقة الاستعمال	قومي بوضع كأس من الماء في وعاء ونضعه على النار حتى الغليان ثم نضع 3-7 حبات من القرنفل في الماء المغلي ثم نضيف له بعض من أوراق النعناع	مضغ اللبان الذكر يقوي الاسنان ويحسن اداء اللثة ويعطر الفم . او استعمال منقوع اللبان كغسول يومي للمضمة للتخلص من	نقوم بوضع القليل من الكزبرة الناعمة على كمية من الماء الدافئ ثم نضيف له القليل من الملح ويستعمل المحلول لغسل الاسنان به ومضمة	ملعقة كبيرة من الهيل مطحون نضيف لها ملعقة كبيرة من مبشور الليمون نضيف لها ملعقة كبيرة من المسكة نضيف لها ملعقة كبيرة من السكر	ملعقتان كبيرتان من بذور اليانسون نضيف لها حفنة كبيرة من اوراق النعناع و 3 اكواب ماء مع ملعقة ماء الورد ثم نرفعها على النار متوسطة ونتركها حتى الغليان نطفي النار ثم يترك	نضع ملعقة كبيرة من الكمون في لتر من الماء ويغلى على النار مدة 5 دقائق يترك ليبرد ثم يعبئ في	يوضع الجزء المستخدم في لماء لفترة قصيرة تحدد المسافة التي تستخدم بقطعها بسكين	يمكن شربه كشاي او استخدامه كغسول للفم من خلال نقع ملعقة صغيرة من اوراق الشيح في كوب من الماء

مناقشة النتائج

الساخن ثم تصفية المنقوع وشربه او استعماله كغسول للمضمضة والغرغرة لمدة 3 دقائق	ويفضل ان تكون 1 سم نقوم بتدوير المسواك (الاراك) بضرب طرفه حتى تسقط القشرة الخارجي ة ثم تتباعد الياف السواك وتصبح مثل الفرشاة كما يجب ازالة الجزء المستخدم م من اعواد الاسنان بشكل دوري	قارورة ويتعمل المحلول للمضمضة للتخلص من الرائحة الكريهة للغم	الاناء لمدة 7 دقائق يضب في قارورة زجاجية ثم يستعمل كغاسول للمضمضة وغسل الأسنان بشكل يومي	وملعة من القرفة ثم نقوم بمزج كل المكونات على الحصول على عجينة متماسكة بعد ذلك جزئي المزيج الى كور صغيرة الحجم ثم انقضي بها في علبة نظيفة محكمة الغلق وعند الاستعمال ضعي كرة من المزيج في الفم لمدة 10 دقائق	الفم للحصول على رائحة زكية للفم	الرائحة الكريهة للفم	ونتركه ليبرد ثم نصفي المزيج ويستعمل كغسول للمضمضة يوميا
---	--	--	--	---	---------------------------------	----------------------	---

1.1.2.III. النباتات التي تستعمل لتوريد الخدود والشفاه:

النبات	الشمندر	الورد	الكرديه	التوت
الاسم العلمي	<i>Betavulgaris</i>	<i>Rosa</i>	<i>Hibiscus sabdariffa</i>	<i>Morus nigra</i>
العائلة	<i>Chenopodiaceae</i>	<i>Rosacees</i>	<i>Malvacées</i>	<i>Moraceae</i>
الاسم العربي الشائع	الشمندر	الورد	الكرديه	التوت
الجزء المستعمل	ثمرة	بتلات	زهرة	ثمرة
مدة الاستعمال	مرتين في الاسبوع	مرة في الاسبوع	يوميا	مرة في الاسبوع
طريقة الاستعمال	نقوم ببشر الشمندر ونضيف له مبشور الجذور ثم نقوم بعصر المزيج وتصفيته نأخذ الخليط الجاف ونضعه على البشرة يترك ل 10 دقائق ثم نقوم بتدليك الخليط على الخدود والشفاه ثم نغسل الخدين و الشفاه بالعصير المتبقي من خليط الشمندر والجزر ثم نقوم بترطيب الخدين والشفاه بزيت جوز الهند مع التدليك الخفيف للحصول	ضعي ملعقة كبيرة من الحليب في وعاء صغير ثم اضيفي 3 ملاعق كبيرة من بتلات الورد وملعقتين كبيرتين من العسل وتخلط المكونات جيدا بالخلط حتى الحصول على مزيج متجانس ضعي قناع الورد على الخدين والشفاه لمدة 20 دقيقة	نقوم باحضار اربع ملاعق كركديه كبيرة وتوضع داخل كوب مياه ونقوم بغلي الخليط حتى تصل المياه اللي نصف قدرها الاصلي ثم نتركه ليبرد ثم نضيف له ملعقة كبيرة من الفازلين ونقوم بالخلط حتى الحصول على خليط كريمي يتم الاحتفاظ بهذا القناع داخل الثلاجة ويمكن استخدام هذا القناع في أي وقت من اليوم	نقوم بهرس مقدار حبتين من التوت ثم تضاف لها ملعقة من الفازلين ثم نقوم بمزج المكونات حتى الحصول على قوام كريمي يتم الاحتفاظ بالخليط في علبة محكممة الاغلاق و تطبيقها على الخدين لمدة 5 دقائق ثم نغسل البشرة

مناقشة النتائج

			على أفضل النتائج	
--	--	--	------------------	--

1.2.2.III. النباتات التي تستعمل للعناية بتشققات القدمين :

النبات	الأرز	الحناء	الموز	الخردل	الذرة	الليمون
الاسم العلمي	Oryza sativa	Henne	Musa paradisia	Mustarda	Zea mays	Citron
العائلة	Pinaceae	Lawsonia inermis	Musaceae	brassicaceae	Poaceae	Rutacées
الاسم العربي الشائع	الأرز	الحناء	الموز	الخردل	الذرة	*الليمون
الجزء المستعمل	ثمرة	اوراق	ثمرة	ثمرة	ثمرة	ثمرة
مدة الاستعمال	مرتين في الاسبوع	مرتين في الاسبوع	مرة في الاسبوع	مرتين في الاسبوع	3 مرات في الاسبوع	مرتان في الاسبوع
طريقة الاستعمال	13 ملاعق كبيرة ارز مطحون وملعقة كبيرة من العسل و3 قطرات من خل التفاح	ملعقتين من الحناء المطحونة ونضيف لها الماء الدافئ ونضيف لها ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون	نقوم بتحضير موزة ناضجة ونهرسها للحصول على عجينة	اطحني ثلاث ملاعق من الخردل ونقوم بخلطها بالماء حتى تصبح على شكل عجينة 1	ضعي اولاً قدميك في ماء دافئ به ملعقة من بيكرات ثم قومي بتحضير	نظفي قدميك بالمنشفة الصحية جيداً ثم ضعبي قدميك في الماء الدافئ لمدة 15 دقيقة ثم جففيها بالمنشفة ثم ضعبي ملعقة من عصير

مناقشة النتائج

<p>الليمون وملعقة من الفازلين وقلبيه جيدا</p>	<p>مزيج من ملعقتين من نشا الذرة وملعقتين من الفازلين بعد تجفيف القدمين من الماء ضعي من الخليط على مكان تشققات القدمين وقومي بالدهن بطريقة دائرية ثم لفي قدميك بكيس بلاستيكي لمدة 10 دقائق ثم تغسل القدمين بالماء</p>	<p>ضعي هاته العجينة على القدمين مع التركيز على أماكن التشققات ثم لف القدمين بكيس بلاستيكي لمدة 10 دقائق</p>	<p>ناعمة نقوم بتنظيف القدمين جيدا ثم نضع مزيج الموز على تشققات القدمين يترك لمدة 20 دقيقة حتى تمتصه البشرة تغسل القدمين برفق بالماء ثم تنقع في الماء البارد لمدة 10 دقائق</p>	<p>ثم يوضع مطحون الحناء في أماكن التشقق ثم ارتدي كيسا بلاستيكي لمدة 10 دقائق</p>	<p>تمزج المكونات معا لعمل عجينة متماسكة ثم نضيف ملعقة زيت زيتون نقوم بنقع القدمين في ماء دافئ لمدة 10 دقائق ثم نغسل</p>
---	--	---	---	--	---

الختامة

الخاتمة:

بينت الدراسة البيانية لاستعمال النباتات الطبية في التجميل في منطقة الحاجب – بسكرة غناها بانواع نباتية عديدة تستخدم لإغراض طبية جمالية وقد تحصلنا من خلال هذه الدراسة على العديد من المعلومات الخاصة باستعمال النباتات الطبية والعطرية في التجميل أهمها أن النساء يكتسبن ثقافة استخدام النباتات في التجميل

تظهر نتائج الاستطلاع بعض النباتات التي اعتقدنا أنها غير ضرورية لكننا وجدنا نساء يستعملنها في التجميل

يوضح عملنا أهمية هذه النباتات وضرورة احترام المكونات وطريقة التحضير ومدة الاستعمال من أجل تحقيق أفضل النتائج التباين الملحوظ من حيث المستوى التعليمي لمستخدمات النباتات في التجميل حيث وجدنا ان النسبة الأكثر استعمالا هي فئة الجامعيات وان أصل المعلومة لديهن مناصفة بين الموروث الثقافي من الجدات إلى الأمهات ومن خلال مواقع التواصل الاجتماعي

ومنه نستطيع القول بان الموروث الثقافي لاستعمال النباتات الطبية في التجميل غير مهدد بالانقراض بشرط الاهتمام بهذا المجال وتطويره وتدريب المتخصصين وتبادل المزايا والخبرات مع المناطق الأخرى لتحسين المجال الإكثار من البحوث حول هذا المجال لضمان عدم ضياع المعلومات

الملتحق

الملحق

الاستبيان

معلومات حول المبحوثة:

- 1- السن
- 2- المنطقة الحاجب بسكرة ؟
- 3- لمستوى التعليمي ؟
- دون مستوى تعليم متوسط تعليم ثانوي خريجة جامعة
- 4- ظروف اللقاء ؟
- مباشر عبر الهاتف عبر مواقع التواصل الاجتماعي أقارب
- 5- أصل المعرفة؟
- متوارثة أم عن جدة دراسة بحث في المواقع 6
- 6- الحالة الاجتماعية ؟
- عزباء متزوجة جدة

معلومات حول النباتات المستعملة من قبل المبحوثة :

- 1- ما تستعملين من النباتات لمعالجة الشعر التالف والمتساقط ؟

.....

- 2 - كيف تستعملينها (الوصفة) ؟

.....

- 3- ما هي المدة المستعملة؟

.....

- 4- ما المناسبة التي تستعملينها؟

.....

الملحق

5- لماذا تفضلينها؟

.....

6- بماذا تعوضينها؟

.....

7- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

8- ماذا تستعملين من النباتات لمعالجة الشعر الخشن؟

.....

9- كيف تستعملينها (الوصفة) ؟

.....

10- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

11- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها؟

.....

12- هل تستعملينها لوحدها ام تمزجينها مع مواد أخرى؟

.....

13- لماذا تفضلين استعمالها ؟

.....

14- بماذا تعوضينها؟

.....

15- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

16- ماذا تستعملين من النباتات لمعالجة الشعر الخفيف و المتقصف؟

.....

17- ما هي الطريقة والوصفة المستعملة؟

الملحق

18- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

19- ما هي مدة استعمالها ؟

20- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

21- هل تفضلين استعمالها أم تفضلين مواد أخرى ؟

22- بماذا تعويضين استعمال النباتات لهذا المشكل ؟

23- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

24- ماذا تستعملين من النباتات لمعالجة البشرة الجافة ؟

25- كيف تستعملينها (الوصفة) ؟

26- ما هي مدة استعمالها ؟

27- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

28- لماذا تفضلين استعمالها ؟

29- بماذا تعويضينها ؟

الملحق

30- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور الأوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

31- ماذا تستعملين لزينة العينين؟

.....

32- كيف تستعملينها (الوصفة)؟

.....

33- لماذا تفضلين استعمالها عن المواد الأخرى؟

.....

34- بماذا تعوضينها؟

.....

35- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

36- ماذا تستعملين من النباتات لتقوية الرموش؟

.....

37- كيف تستعملينها؟

.....

38- ما هي مدة الاستعمال؟

.....

39- لماذا تفضلينها؟

.....

40- بماذا تعوضينها؟

.....

41- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

الملحق

42- ماذا تستعملين من النباتات لتبييض الأسنان؟

.....

43- كيف تستعملينها؟

.....

44- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

45- بماذا تعوضينها؟

.....

46- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

47- ماذا تستعملين لتعطير رائحة الفم؟

.....

48- كيف تستعملينها؟

.....

49- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

50- ما هي مدة استعمالها؟

.....

51- بماذا تعوضينها؟

.....

52- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

53- ماذا تستعملين من النباتات لتعطير الجسم؟

.....

54- كيف تستعملينها؟

الملحق

55- ما هي مدة استعمالها ؟

56- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

57- لماذا تفضلين تفضلين استعمالها ؟

58- بماذا تعوضينها ؟

59- ماذا تستعملين من النباتات لتبييض وتفتيح لون البشرة ؟

60- كيف تستعملينها ؟

61- ما هي مدة استعمالها ؟

62- ما المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

63- لماذا تفضلين استعمالها ؟

64- بماذا تعوضينها ؟

65- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق ساق ثمرة بذرة

66- ماذا تستعملين من النباتات للعناية بالأظافر ؟

الملحق

67- كيف تستعملينها؟

.....

68- ما هي المدة المستعملة؟

.....

69- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها؟

.....

70- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

71- بماذا تعوضينها؟

.....

72- ما هو الجزء المستعمل؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

73- ماذا تستعملين من النباتات لعلاج تشققات القدمين؟

.....

74- كيف تستعملينها؟

.....

75- ما هي المدة المستعملة؟

.....

76- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

77- بماذا تعوضينها؟

.....

78- ما هو الجزء المستعمل؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذور

79- ماذا تستعملين من النباتات لمعالجة حب الشباب والبثور؟

.....

الملحق

80- كيف تستعملينها ؟

.....

81- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

82- ما المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

.....

83- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

84- بماذا تعوضينها ؟

.....

85- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور ساق أوراق ثمرة بذور زهرة

86- ماذا تستعملين من النبات لمعالجة النمش وأثار الحبوب والبثور؟

.....

87- كيف تستعملينها ؟

.....

88- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

89- ما هي النباتات التي تستعملينها لمعالجة التشققات واثار تمدد الجلد ؟

.....

90- كيف تستعملينها ؟

.....

91- ما هي المدة المستعملة ؟

.....

92- ما المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

.....

الملحق

93- لماذا تفضلين استعمالها ؟

.....

94- بماذا تعوضينها ؟

.....

95- ما هو الجزء المستعمل من النبات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

96- ما هي النباتات التي تستعملينها لمعالجة التجاعيد ومقاومة الشيخوخة ؟

.....

97- كيف تستعملينها ؟

.....

98- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

99- ما لمناسبة التي تستعملينها فيها ؟

.....

100- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

101- بماذا تعوضينها ؟

.....

102- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

103- ما النباتات التي تستعملينها لشد البشرة ؟

.....

104- كيف تستعملينها ؟

.....

105- ما مدة استعمالها ؟

الملحق

105- ما لمناسبة التي تستعملينها فيها ؟

106- لماذا تفضلين استعمالها ؟

107- بماذا تعوضينها ؟

108- ما هو الجزء المستعمل من النبات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

109- ما هي النباتات التي تستعملينها لإخفاء الشيب ؟

110- كيف تستعملينها ؟

111- ما هي المدة المدة المستعملة ؟

112- ما المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

113- لماذا تفضلين استعمالها ؟

114- بماذا تعوضينها ؟

115- ما هو الجزء المستعمل من النبات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

116- ماذا تستعملين من النباتات لحماية البشرة من أشعة الشمس ؟

الملحق

117- كيف تستعملينها ؟

.....

118- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

119- ما المناسبة التي تستعملينها فيها ؟

.....

120- لماذا تفضلين استعمالها ؟

.....

121- بماذا تعوضينها ؟

.....

122- ما هو الجزء المستعمل من النباتات ؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

123- ما هي النباتات التي تستعملينها لتوريد الشفاه والخدود ؟

.....

124- كيف تستعملينها ؟

.....

125- ما هي مدة استعمالها ؟

.....

126- ما هي المناسبة التي تستعملينها فيها؟

.....

127- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

128- بماذا تعوضينها

.....

الملحق

129- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

130- ماذا تستعملين من النباتات لمعالجة البشرة الدهنية؟

.....

131- كيف تستعملينها؟

.....

131- ما هي مدة استعمالها؟

.....

132- ما المناسبة التي تستعملينها فيها؟

.....

133- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

134- بماذا تعوضينها؟

.....

135- ما هو الجزء المستعمل من النباتات؟

جذور أوراق زهرة ساق ثمرة بذرة

136- ماذا تستعملين من النباتات لترطيب البشرة؟

.....

137- كيف تستعملينها؟

.....

138- ما هي مدة استعمالها؟

.....

139- ما المناسبة التي تستعملينها فيها؟

.....

140- لماذا تفضلين استعمالها؟

.....

الملحق

141- ما هو الجزء المستعمل؟

جذور أوراق ساق زهرة ثمرة بذرة

قائمة المصادر والمراجع:

- الدكتور اياد بزاع الاثوري 2012, مدونة اياد بزاع الاثوري مدنة تهتم بعلم الكيمياء بالتنمية البشرية ص 2 3 4 5.
- الدكتور محمد السيد هيكل، كلية الزراعة جامعة الإسكندرية و (1990 عبد الرزاق عبد الله عمر، قسم عقاقير كلية الصيدلة جامعة الاسكندرية ، الطبعة.
- د ليلي مصطفى الشريف ، د. هيثم بيومي علي حسن ، د. شعبان السيد محمد خليل، د .عبد عمران محمد ابراهيم .اقتصاديات أهم النباتات الطبية والعطرية في مصر المركز القومي للبحوث. ص 1-145.
- د. سحر ملص، 2001 دار البازوزي للنشر و التوزيع.
- إحصاء الديوان الوطني لبلديات بسكرة 2008 نسخة محفوظة 23 يوليو 2018