د بوی مادران د کروندو کلتوري ارزښت

پوهاند گل‌احمد ظاهریان

دیپارتمنت هارتکلچر، پوهنځی زراعت، پوهنتون کابل، کابل، افغانستان
ایمیل: Gulahmad_Zahiryan@Yahoo.com

لنډیز

بوی مادران (Achillea millefolium) څوکلن بوټی او د (Asteraceae) په کورنی پوری اړه لری. بوی مادران په طبیعی درملنی کی د پخوا څخه استعمالیده، اکثراً د ټپونو د وینو پر بندولو باندی اغیزی لری. د بوی مادران ګلان، پاڼی او تنه په پخلنځیو او درملنو کی استعمالیږی. د بوټی پاڼی د اومه او پخه په ډول استعمالیږی. بوی مادران لمرلرونکی سیمی او سپکو ریګی خاوری ته ترجیح ورکوی. دا بوټی په وچو، منځنیو، ښه زهکښی شوی ریګی لوم خاوروی چی بشپړه لمر ولری ښه وده کوی. دا بوټی د باغونو د کمزورو خاورو سره چی زهکښی شوی وی مقاومت لری. دا بوټی د دوبی د تودوخی، لندبل او وچو اقلیم سره مقاومت لری. د بوی مادران بوټی د سړکونو پر څنډی، کروندو، خرابو ځمکو، شیلو، هموارو چمندونو وده کوی. د ګل سر (وړی)، لوی، کلک د تنی پر سر موقعیت لری او هر کلستر د یوه او یا د ډیری ګلان د سرونو څخه جوړ شوی دی.

کلیدی اصطلاحات: بوی مادران؛ عنعنوی؛ طبی؛ ګل؛ پاڼی؛ پخلنځی؛ وچ اقلیم

Yarrow Cultivate Culture Value

Prof. Gul Ahmad Zahiryan

Department of Horticulture, Faculty of Agriculture, Kabul University, Kabul, Afghanistan
Email: Gulahmad_Zahiryan@Yahoo.com

Abstract

Yarrow (Achillea millefolium) is a perennial plant from the Asteraceae family. Yarrow has seen historical use as in traditional medicine, often because of its astringent effects. Yarrow uses in cooking and medicinal include the following**,** flowers, leaves and stems. Leaves can be consumed raw or cooked. Common yarrow prefers sunny locations on thin, sandy soils. Best grown has in lean, dry to medium, well-drained sandy loams in full sun. Plants do well in average garden soils and tolerate poor soils as long as drainage is good. Plants also tolerate hot, humid summers and drought. You’ll see yarrow along roadsides, in fields, waste areas, canyon bottoms, grasslands and open forests and even on lawns. Flower heads are arranged in large, compact clusters at the top of the stem. Each cluster consists of 1 or more flower heads.

Keyword: Yarrow; Traditional; Medicine; Flowers; Leaves; Cooking; Drought

سریزه

د بوی مادران (Yarrow) د بوټي علمي نوم Achillea millefolium او د Asteraceae په کورنۍ پورې اړه لري. بوی مادرن او یا زر پاڼي، واښه ای څوکلن بوټي دی، چې تنه او ښاخونه ئې راسته وده لري. د بوټي لوړوالی د ۳۰ څخه تر ۹۰ سانتي مترو پورې رسيږي. دا په حوزه مدیترانه او منځنۍ اسیا کې وده لري. دا بوټي په دوديز ډول به درملنې کې اســتعماليږي. دا بوټي زرغون ژیړ ته ورته رنګ او د پاڼي ليکې ئې اوږده، ګلان ئې اوږده ګيډې، د وړې په ډول د پاڼو په څنګ کې لري. دانې ئې صــاف او کروی دی. د دی ښاخونه څانګړی بوی لري. په دودیز درملنې کې د تېر د صافولو لپاره مصرفيږي او د ســاه د بندیدو د مخنیوی په نامه یادیږي. په نوی زلانډ او اســترليا کې د څاروی د خوراک لپاره استفاده کیږي. دا معمولاً د لندو او وچو سیمو لکه د سړکونو څنډې،د څرځايونه، کروندی او ساحلي ســيمي بوټي دی(۴). دا بوټي د تندی په مقابل کې کلک دی او د خاورو د تخریب څخه مخنیوی کوی. دا بوټي د څاروی د خوراک لپاره اسـتفاده کیږي. د دی بوټي د شـتون یو دليل د ریښـو ژوروالی دی، چې په ګډ ډول د نورو واښـو سره وده کوی، د دی بوټي پاڼي د منرال څخه بډای دی. په څارويو کې د دی بوټي د خوړلو په اساس د منرالونو لړوالی له منځه وړی. د بوی مادران ډولونه به دودیز ډول استعماليزی او اصلاح شوی بوټي د ښـه کیفیت لرونکې ډولونو پواسـط تبديليږي (٦). دا بوټي د تندی سره کلک دی په چمندونو کې د نورو بوټو سره وده کوی (۲). دا بوټي ګرم او وچ ځانګړتیاوی لري.

د بوی مادران بوټي د سـمندر د سـطحی څخه ۳۵۰۰ متره لوړتره وده کولای شـی. دا بوټي به هر ډول خاورو کې لکه خرابو خاورو، د څړ ځایونه او ځنګلونو کې وده کوی، فعاله وده د پســرلی په موســم کې تر سره کوی او معمولآ د غوئی څخه تر غبرګولي میاشــتوګلان تولیدوی (۱۰). د بوی مادران د بوټي اصلي ټاټوبی اروپا او اسیا دی مګر د انګلستان څخه تر چین پورې پیدا کیږي.

انځور ۱: د بوی مادران بوټي (http://www.agri-es.ir/Default.aspx?tabid=4467)

تاریخ

بوی مادران د کروندو اضافي واښه دي چې پر خپل سر به دښتونو، د سړکونو پرڅنډې،غرنی سیمو کې شنه کیږي. د بوی مادران د بوټي اصلي ټاټوبی د آسیا، اروپا او شمالي امریکا معتدله سیمي دي چې تر ۲ ۵۰۰ مترو ارتفاع د سمندر څخه لري وده کوي. د بوی مادران بوټي لاتیني نوم اشیل (*Achillea*) دی، چې د یونان د افسانوي قهرمان نوم دی. د تروا د جنګو (۱۲۰۰ کاله مخ له میلاد څخه) په دوره کې د بوی مادران څخه د ټپونو د درملنې، د وینو د دریدلو او التهاب لپاره استفاده کیده. د دې بوټي څخه د ساکسون (saxon) په دوره کې د نظر د ورکولو او د سحر او جادو لپاره استفاده کیده. د دودیز نوم (د پڅی وینه) کاراوه چې په دودیز د وینو بندیدل تشریح کوي. دا بوټي تر ۳۵۰۰ متر د سمندر د سطح څخه اوچت وده کولای شي (۱۰). ډیر خلک چې د بوی مادران بزغلي لري دا د زینتي بوټي په توګه کری. دا بوټي په باغونو، زینتي ځایونو په توپیر لرونکي اقلیمو کې شنه او وده کوي، دا په شمول د اصلي ټاټوبي، د تندی سره کلک او به خپل سر په باغونو کې شنه کیږي.

د بوی مادران نمونه

د بوی مادران بوټي په انګلیسی ورته yarrow، او نور دودیز نمونه لکه ordaldo, nosebleed , old man's bloodwort pepper, devil's nettle, sanguinary, milfoil, soldier's woundwort, thousand-leaf، ویل کیږي (۲). په هسپانوی، مکسیکوئی د پاڼو په اساس ورته پلوماجیلو (plumajillo) او یا کوچیني پلار little feather وائی، په جرمني کې ورته ګرو (gerw) وائی. د دې بوټي علمي نوم (Achillea) د زر پاڼي په معنا دی، چې د بوی مادران د پاڼو ډک ځانګو ته اشاره شوي. یونانیان په ټولو جنګونو کې د درملنې په توګه د دې بوټي څخه ګټه پورته کول. د ځینو معتبرو اثارو په اساس دا بوټي د اشیل (Achillea) په نامه پیژندل شوي چې د یونان لوی قهرمان اشیل نومیده د خپلو سربازانو د ټپونو د درملنې لپاره په جنګونو کې استعمالول. د انګلستان د کلو خلک دا بوټي دعسکر د ټپ ترلو او بخار واښه په نامه پیژني چې ټپونه جوړوي، د دې بوټي بل نوم د پوزې وینه دی، چې دلیل ئې د پوزې د وینو بندیدل دی. د کلو خلک د بوی مادران تازه پاڼي د پوزې په سوري کې داخلول او وینه ئې درول. په کوردی ژبه د بوژانه (bozhana) په نوم یادوي، چې معنائی (درد لپاره) دی، ځکه دا بوټي د تسکین او د درد ضد خواص لري. د دې یو ډول بوټي چې په ټیټو سیمو کې شتون او لږ بوی لري د (brnjdasa) په نامه یادیږي. او بل ډول چې په لوړو ارتفاعاتو کې وده کوي، تند تره او دعطری بوی لري د (bozhana) په نامه یادیږي. د بوی مادران بوټي د پخوا زمانو څخه د درملنې د خواص په اساس د لوړ شهرت او اعتبار خاوند دی او حتی د نئاندرتال په دوره کې د انسانانو په قبرونو کې د دې بوټي ګرده لیدل شوي دي.

انځور ۲: د بوی مادران د بوټي ډولونه او تخم (http://juha.blogfa.com)

د بوی مادران ډولونه (varieties and subspecies) لکه: *Achillea millefolium* subsp. *millefolium*:

- Achillea millefolium . subsp. m. var. millefolium – Europe, Asia
- Achillea millefolium subsp. m. var. borealis – Arctic regions
- Achillea millefolium . subsp. m. var. rubra – Southern Appalachians
- Achillea millefolium subsp. chitralensis – western Himalaya
- Achillea millefolium subsp. sudetica – Alps, Carpathians
- Achillea millefolium var. alpicola – Western United States, Alaska[https://en.wikipedia.org]
- Achillea millefolium var. californica – California, Pacific Northwest[http://www.agri-es.ir]
- Achillea millefolium var. occidentalis – North America[https://www.google.com]
- Achillea millefolium var. pacifica – west coast of North America, Alaska[https://www.webmd.com]
- Achillea millefolium var. puberula – endemic to California[۱۰]

د بوټي ځانګړتیاوې

د دی بوټي علمي نوم Achillea millefolium او د Asteraceae پـه کورنۍ پورې اړه لري. بوی مـادران راسـته وده لرونکی، واښـه ای، څوکلن، د اوږده ورځو، لمر خوښـونکی او دوه مشـیمه‌ای بوټي دی. د (Achillea millefolium) بوټي د بوی مادران په نامه یادیږي. معمولي بوی مادران د اروپا، اســیا چې اصلي ټاټوبي بلل کیږي امریکا ته د مهاجرینو پواسطه وړل شوی دی.

دا بوټي د منځني او سهیلي اروپا، ختیځ اسیا او شمالي افریقا په لندبلو ځمکو کې وده کوي. په شمالي امریکا کې د بوی مادران اصـلي او معرفي شـوي جینوټایپونه 2N (diploid) او څو N (polyploid) بوټي شتون لري (۳). طبیعي بوی مادران معمولاً دوه ډوله سپین او ژیړ رنګونه لري. د بوټي ټول برخې تریخ ډولـه خونـد، نفوذ کوونکی بوی لري. د بوی مـادران د (millefolium) ډول ســـپین رنګـه ګلان لري،

ولی د (santolina) ډول د اندازی په اســـاس وړوکی بوټی، د ژیړ رنګه ګلانو په درلودلو عطر لرونکی نفوذی بوی لری. دا بوټی بوټه ای دی او د ۱۰-۳۵ سانتی متر لوړوالی لری. د بوی مادران د دی سپیشز Achillea filipendulina اصـــلی ټاټوبی افغانســـتان او ایران شـــمیرل کیږی معمولاً د صـــاف ګلابی چی روښان سور رنګ لری، پانی ئی سرخس ته ورته دی شتون لری.

پاڼې

د بوی مادران پاڼی ژور پری دی، سرخس ته ورته پاڼې، ښــه بوی لرونکی، او منځنی زرغون رنګ لری. نیزه ای ډوله، لږ څه اوږده او ۲-۳ واره غوځ شوی دی. پاڼی پت لرونکی خټه شین رنګ، اوږده لکی لری. د بوی مادران پاڼی ښه بوی لرونکی مصاله جوړوی. د دی بوټی مصاله په تجارتی ډول ډیر لږ لیدل کیږی. د دی کلټوار او دورګه بوی مادران ډیر قوی تنی، ښــه توافق او لوی ګلان تولیدوی، د دی ګلان په زینتی باغونو کی ډیر شـــهرت لری. د دی کلټوارونو د ګلانو د رنګ اندازه په شـــمول د ګلابی، سور،کریمی، ژیړ او د ګلپاڼی دوه رنګه تغیر خوړونکی دی.

پاڼی د تنی په اوږدوالی خپاره شـوی دی، هغه پاڼی چی د تنی د ټیټنی خواته شـتون لری غټ دی او مخ ئی ډیر اوښتیان لری. د دی پاڼو اوږدوالی ۵-۲۰ سانتی‌مترو ته رسیږی، د پاڼی د لکی دواړو خواته دوی او یا دری کوچنی پاڼی لری، تقریباً د مارپیچ په ډول د تنی پر شا وخوا باندی موقعیت لری (۵).

د دی بوټی پاڼی لکه د چرګانو بوڼکی ملایم او سـپک دی، د ټپونو د وینو د دریدلو لپاره ښــه مرحم بلل کیږی. د دی بوټی پاڼی باید په دوبی کی ټول شی. دا بوټی په بشپړه ډول عطر لرونکی دی.

تنه

د ریښــو د پاســنی برخی څخه ډیر اســتوانی ډوله تنی وده کوی. د بوټی جګوالی د ســیمی په اقلیمی شرایطو پوری اړه لری، ۳۰-۱۰ ســانتی‌مترو ته رســیږی. د بوی مادران نور ډولونه د ســیمی د ودی په اســـاس توپیر لری چی لوړوالی ئی د ۱۰-۸۰، ۱۵-۵۵ او ۱۵-۴۰ او حتی د ۳۰-۹۰ ســـانتی‌مترو شاوخوا ته رسیږی (۴).

که چیری دا بوټی د ښکلا لپاره وکرل شی ښه به داوی چی د قوی بادونو څخه وساتل شی. د بوټی تنه په پسرلی کی مخ له ګل کولوغوځ شـی تر څو د بوټی جګوالی کنترل شـی. د بوټی غوځول تر څو د ګلانو جانبی زخی وروســته د ګل د تولیدیدو څخه اضـــافی ګلان منځ‌ته راشـــی. د بوټی پـاڼی وروســته لـه ګل کولو غوځ شـــی. بوټی د رایزوم او خپل د تخم پواســطه هری خواته خپاره کیږی او یوه ټولنه جوړوی.

گل

د بوی مادران د بوټي ډولونه، منځنی زرغون، عطری، ښه بوی لرونکی پاڼی او ډیر ښاخونه تولیدوی، سپین ګلان ډیر پیوست (متراکم) تولیدوی. دا بوټی به چمنونو، طبیعی باغونو، دښتونو او شهری سیمو کی شــــنه کیږی چی ځینی تازه او یا وچ ګلان تر لاســـه کیږی. دا ډول بوټي معمولاً په پراخه پیمانه پرخطونو باندی د پام وړ دی. د دی بوټی ګلان د ځمکی او یا لمر لرونکی چمنونه، پرته د لاری څخه د پوښلو لپاره استعمال شی (۲).

د بوی مادران بوټي ډیر ښــکلی چتری لرونکی ګلان لری او بوټه ای ډول دی. د بوی مادران ګل ۹-۴ راسته ګردی ګلان چی هر یو د سپین تر ګلابی رنګ تولیدوی. معمولاً هر یو د ۳-۸ بیضوی ډوله څخه تر ګردی ګلان لری. د بوی مادران د وچو او تازه تناسب ۱:۴ دی، دګلانو وچ او تازه تناسب ۱:٦ دی. د بوټو ساتل په ځمکی کی د ۳- ۵ کالو لپاره اقتصادی بلل کیږی. میوه ای، اوږده د چرګی دهګی په ډول، زرغون رنګه لری.

د بوی مادران د بوټي ګلان سپین، ژیړ، سور، ګلابی، کریمی، نارنجی او داسی نور رنګونه لری او کله د ملایم صــورتی په رنګ لیدل کیږی. د دی ګلانو بوی مشــک ته ورته دی، د دوبی د لمړی څخه د منی تر اخره دوام کوی.

یوه ګردی ګل د ۱۵-۴۰ کوچنی ښــاخونه لری. ګلانوکی، ســپین، ژیړ او یا صــورتی رنګونو پرته له کاسبرګ څخه لری. منځنی رهبری ګلوکی چی ۴-۸ ملی متر اوږدوالی او ۲-۵ ملی متر پسور لری او په دوه ډوله د ژبی په ډول سپین او ارغوانی رنګونو د ګلازین پر څنډی چی د ۵-٦ څخه نه اوچتیږی، او بل لولی ای په ډول په منځ کی لیدل کیږی. ګلان د اصــلی او فرعی تنی په پاســنی برخه کی د تراکم چتری په ډول جوړ شــوی دی. لمړی ګلان د پسرلی په اخر کی منځته راځی او تر منی دوام کوی. د ګلانو د وږی پاسنی برخه‌ئی هموار دی او ډیر مچی او پروانی ځینی لیدنه کوی او ګرده افشانی تر سره کیږی. لځ کوچنی تخم یعنی میوه د کپسول په نامه یادیږی. د ګلانو حاصـل ټولول، چی په دی وقت کی ګلان د لکی سره د ۳-۴ سانتی مترو په اوږدوالی غوځ شی. ګلا ن په دوم کال کی په هر هکتار کی د ۱-۴ ټنو په شاوخوا تر لاسه کیږی.

نیلی

د دی بوټي نیلی د تنـدی سره کلـک دی. دا بوټی تر ځمکی لانـدی څوکلن تنـه ډولـه ریښـــی، پراختیا مونـدلی دی. دا بوټي کلـک مســـتقیم اوډیر نـازکی پاشـــان نیلی لری یعنی پاشـــان ریښـــی هم خپاره شوی دی.

خاوره

د بوی مادران بوټي په کمزورو خاورو په توپیرلرونکو خاورو او اقلیمو کې وده کوي لکه د سرکونو پرڅنډو، غرنی سیمی، میلان لرونکی، د کرنی کروندی، بی کرنی ځمکو، چمندونو، وچو سیمو، دڅرځایونه او سرخلاصی ځنګلونو کی خپاره او پر خپل سرشنه کیږی. دا بوټي په پسرلی کی فعاله وده او د دوبی د لندبل سره کلک دی.

دا بوټي ریګی او سپکی خاوری د پی اچ (pH=٦-٦/٧) په درلودلو ښه خوښوی. بوی مادران زهکښی شوی خاوری، بشپړه لمرلرونکی ته ترجیح ورکوی، اما د خپل د خوښی ودی لپاره لرتره ښه شرایط تر لاسه کولای شی (٧).

که چیری په ځمکی کی کرل کیږی، لمړی ځمکه ۲۰-۲۵ سانتی مترو په ژوروالی ښه یوی شی، ځینی وابښه، ډبری لیری شی. په ځمکه کی ۳۰ ټنه حیوانی سره، د نایتروجن، فاسفورس او پتاشیم عناصر اضافه شی. دا عناصر پر ودی او ګټمن موادو (موثره مواد) باندی ګټور اغیزی لری. د ۵۰-۸۰ کیلو ګرام هر یو فاسفورس او پتاشیم‌داره سره په هر هکتار ځمکه کی، د منی د کرلو په وقت کی ورکړه شی او ۴۰-۶۰ کیلو ګرامه نایتروجنداره سره په هر هکتار ځمکه کی په دری پړاو کی استعمال شی.

دا بوټي د منځنی وده لرونکی په درلودلو د هر ډول خاورو، اقلیمونو او آب او هوا سره د توافق په اساس یو زینتی بوټي په باغچو او باغونو کی کارول کیږی. که چیری بوټي په غیر مستقیم ډول وکرل شی، په منی کی اصلی پټی ته انتقالیږی او یوه کال وروسته له کرلو څخه ګل تولیدوی او کولای شی چی حاصل واخلی. که چیری بوټي په مستقیم ډول په ځمکی کی وکرل شی حاصل په دریم کال کی ترلاسه کیږی.

اقلیم

د بوی مادران د ودی او ګل کولو لپاره ښه تودوخه د سانتیګراد ۱۸-۲۶ درجه اټکل شوی دی. په ګرمو او لمر لرونکو سیمو کی ښه وده کوی، په هغه سیمو کی چی کلنی اورښت ئی ۱۲۰ ملی متر وی هم لیدل کیږی. بوی مادران د خپل د ودی په دوران کی ځانګری اقلیم ته اړه نلری او تقریباً په هر اقلیم کی وده کوی اما په ګرمو او لمر لرونکو سیمو کی ډیر ګلان تولیدوی (۱۰).

بزغلی

د بزغلی د خاورو سره پنځم برخه ریګ ګډ شی. دا په هغه ځای کی چی ښه لمر ولری وکرل شی.د دی بوټي تخم په پسرلی کی وکرل شی. د دی کار لپاره ښه موسم د پسرلی لمړی او منی دی (۵). بوی مادران د تخم د کرلو لپاره مناسب بستر باید د نورو وابښو څخه پاك او ۱۵ سانتی متر ژوروالی ولری. بوی مادران د تخم پواسطه تکثیر کیږ ی او د ټوکیدنی لپاره لمر ته اړه لری، په بزغلی کی د قطارونو

ترمنځ ۵-۲۰ سانتی متر واټن به نظر کی ونیول شی.د ښه ټوکیدنی لپاره تخم باید تر ٦ ملی مترو ژور ونکرل شی، تخم په بزغلی کی نباید تر نیم سانتی متر ژوروالی ولری. تخم د ټوکیدنی لپاره د سانتی گراد ۱۸-۲۴ درجی تودوخی ته اړتیا لری.

تخم د ۷-۱۰ ورځی په موده ټوکیدنه کوی. په هر هکتار ځمکه کی ۲-۳ کیلو گرامه تخم ته اړه لری. د بوټی لمړی وده ضعیف دی. دا بوټی د ټوکیدنی لپاره باید ښه اوبونه تر سره شی. د دی تکثیر د ریښو سره تر سره کیږی. د بوی مادران د ژوند دوره په ځینی سیمو کی لند او په ځینو سیمو کی اوږد دی (۹).

په ځمکی کی کرل

د بوی مادران بوټی وروسته له کرلو څخه په چټکی سره وده کوی، کولای شی چی په دوبی کی پاڼی او د بوټی نوری برخی ټول شی، کله چی گلان تولید شی گلان ټول شی. تخم په مستقیم ډول په ځمکی کی د قطارونو تر منځ ۴۰-۵۰ سانتی متر او د بوټو تر منځ ۲۵-۳۰ سانتی متر واټن په نظر کی و نیول شی. په پټی کی د تخم د مستقیم کرلو ښه وقت د دوبی د اخر څخه د منی تر لمړیو وقتونو پوری دی. د تخم مصرف په هر هکتار ځمکه کی د ۴-٦ کیلو گرامه دی. د بوی مادران بوټی ۴-۵ کلنو لپاره په ځمکی کی پاته کیږی. د ۴-۵ کلنو بوټی د تکثیر لپاره به منی کی د ځمکی څخه لیری شی او هر بوټی په ۲-۴ بوټی باندی سره بیل شی او په تعین شوی پټی کی وکرل شی. د هغه بوټو چی د ودیز دوره ئی لنډ وی، د بوی مادران سره په تناوب کی وکرل شی، ځکه وروسته له ټولولو څخه د ځمکی د جوړولو لپاره بشپړه وقت شته.

انځور ۳: د بوی مادران گلان (http://juha.blogfa.com)

اوبونه

بوی مادران د تندی سره کلک دی ولی د تندی په حالت کی پاڼی او نور اجزاوی لړیږی. اوبونه په اقلیم پوری اړه لری، بیا هم د ۵-۱۰ وروځو به موده تر سره شی.

حاصل ټولول

بوټي د گل په وقت کې زیادترینه گټمن مواد لري، دا مرحله د بوی مادران د گلانو او نور غړو (تنه او څوان ښاخونه) د ټولولو ښه وقت بلل کیږي. د بوی مادران پاڼې، تنه او گلان د گل په وقت کې ټول شي. گلان د لکې سره د ۳-۴ سانتي‌مترو په اوږدوالي ټول شي. د بوی مادران ټول شوي برخې په سیوري او یا د وچولو په ماشینونو کې د سانتیگراد د ۳۰-۴۰ درجو کې وچ شي. د وچولو په وقت کې بې پروای، د بوی مادران د گلانو رنگ تغیر خوري او د گټمن په موادو کې لږوالي راځي.

د بوی مادران حاصل په دوم کال کې د هر هکتار ځمکه څخه ۱-۴ ټنه تر لاسه کیږي. د تازه او وچ بوټو تناسب ۴:۱ دی او د گلانو د تازه او وچ تناسب ۶:۱ دی. د عطر اندازه ۳-۵ کیلو گرامه د هر هکتار ځمکې څخه د تقطیر او بخار پواسط تر لاسه کیږي. د بوی مادران د بوټي څخه د کپسول، عصاره، پوډر، چای، رنگ، محلول، درمل په ډول تر لاسه کیږي. د معمولي بوی مادران کلنی منځنی حاصل ۸۴۰۰۰ بوټي په یوه هکتار کې اټکل شوی او ۱۰۵۰۰ کیلو گرامه حاصل تر لاسه کیږي (۲).

د بوی مادران بوټي وروسته له ټولولو څخه په توپیر لرونکي ډول لکه: تازه بوټي او گلان، وچ بوټي، د کپسول په ډول، د گولي په ډول، د رنگ په ډول، د مایع په ډول او د چای په ډول مارکیټ ته وړاندې کیږي. نو تاسې کولای شی چې د بومادران تازه بوټي په طبیعي ډول خپل کور ته نږدې د ځمکو څخه تر لاسه کړی.

انځور ۴: د بوی مادران د بوټي ټولونه (https://draxe.com)

کیمیاوي ترکیب

ضروري غوړ د پروزیولینز (proazulenes) په نامه یادیزي (۸). د ضروري غوړ تور ابي ډوله رنگ لرونکې د غوماشو (Aedes albopictus) لاروې وژني (۱). د کمازولین (Chamazulene) او کادینول (δ-Cadinol) ترکیب د بوی مادران (A. millefolium) په بوټي کې پیدا کیږي. په ۲۰۱۳ عیسوي کال کې د یوه څیړنې په اساس معلوم شول چې د تجارتي بوی مادران ډیر غوړ ،اشباع شوي

شــحمی تیزابونه، پروټین، باارزښــته انرجی، قند او فلاوینود (flavonoids) لري. طبیعي بوی مادران لوړ اندازه کاربوهایدرید، اورگانیک تیزابونه (organic acids)، غیر اشــباع شــوی شــحمی تیزابونه (unsaturated fatty acids)، توکوپیرول (tocopherols) او فینولیک تیزابونه (phenolic acids) او داسی نور لري. بر سیره پر دی اسپاراجین (asparagine)، سالیسیلیک تیزابونه (salicylic acid) او فلاونوئید (flavonoids)، کروتینید (carotenoids)، ترپینز (terpenes) لري. د بوی مادران د گلانو څخه غوړ عطر په ابی رنگ ترلاسه کیږي. په هر ۱۰۰ گرامو گلانو کی ۱۰۰-۱۲۰ میلی گرامه ازولین تر لاســه کیږي، چی د یوه هکتار ځمکی څخه ۳-۵ کیلو گرامه لاس ته راځي. دا بوټی اینولین او لږ تانین لري چی په اروپا کی د تبی وړونکی په نامه استفاده کیږي چی فلاونوئید د اکسیدان، سرطان او التهاب ضد خواص لري، د بدن مقاومت جگوی اود ځگرساتندوی دی (۴).

په خوراکی توکو کی د بوی مادران استفاده

د بوی مادران پاڼی اومه او پخه شوی په ډول مصرفیږي، او ځینی ترخه خوند لري. د بوی مادران ښه استفاده د بوټی په ځوانی پړاو کی دی. دا بوټی د خوراکی ارزښت په لحاظ ډیر بډای او خوندور بلل کیږي، نباید ډیر مصرف شـی. د دی بوټی تند او تریخ پاڼی، ښاخونه او گلان د سـلاد بوی او خوند ډیروی. د بوی مادران پاڼی د سبو په اکثریت پخلیو، سوپ او ساس او یا ایشولو او لږ ایشولو د کوچ سره اســتفاده کیږي. د دی پـاڼی پـه نورو خوراکو کی د مصــــالی پـه توگـه، د سرکـه او غوړ لپـاره اســتعمالیږي. ځوان تازه گلان په سـلاد کی اسـتعمالیږي. بوی مادران خوږ خوند لري او ځینی وقتونه ترخ وی. د دی پاڼی ډیر نرم دی که چیری د نورو سبو سره ډیر تودوخه ورگړه شـی خوند ئی له منځه ځی .د بوی مادران د بوټی پاڼی په ۱۷ پیړی کی لکه پالک د سابه په ډول مصرفیده (۴). د بوی مادران بوټی چی د منځنی ودی عمر ولری د بیر د ښـه خوند لپاره اسـتعمالیږي (۲). د دی بوټی گلان او پاڼی په چښونکو (نشابه) او د ترخه خوړلو د خوند د تغیر لپاره استعمالیږي (۸).

د درملنی خواص

د بوی مادران بوټی د انســـانانو د ســـاتنی لپاره غوره بلل کیږي چی د خولی له لاری د خوراکو سره وخوړل شـــی. د بومادران د پاڼو، گلانو او غوړ څخه گټه اخســـتل کیږي. د بوی مادران د گل څخه په درملنی کی د ساه د سیستم ستونځی ورکوی، د حساسیت ضد، خلط راوړل، التهاب ضـد، اسپاسـم ضـد، د پوسـت ملایمول، د درد ورکول، هضـم ښـه کول، د کولمو د باد ضـد، اشتیا ډیرول، د بواسیر ورکول، د متیازی د ســتونځی ورکول ، د زړه د ســتونځی لږول، د وینو فشــار لږول، د تبی ورکول، د ویروس ضـد، د بکتریا ضـد، د چنچی ضـد، د غوماشـی او حشـراتو وژل، د یخ وهنی ضـد، د زکام جوړول او ښبتورگی درملنه په غاړه لري. د بوی مادران غوړ په ښځینه کی د میاشتنی عادت ښه کول،

د عضلاتو د پړسوب ضد لپاره کارول کیږی. د بوی مادران مرحم د ټپر او د سر د درد لپاره غوره دی. په شـــمالی امریکا کی په دودیز ډول د غاښـــونو او غوږو د درد د ارامولو لپاره د بوی مادران بوټی ئی ژول (۳). په کاناډا کی د بوی مادران د بوټی څخه د درد د آرامولو او هم د تبی د ورکولو او د خوب لپاره د دی بوټی چای چښـل لپاره گټه اخسـتل (۱). د بوی مادران د پاڼی څخه په درملنی کی د وینو درول، د ټپونو جوړول، د غاښـونو د درد، د سر د پوخی ورکول، د وینښـتیانو د ودی هڅول، د معدی لپاره استعمالیږی.

انځور ۵: د بوی مادران د گلانو رنگونه (http://www.agri-es.ir/Default.aspx?tabid=4467)

تاوانونه

بوی مادران د هغو بوټی د ډلی څخه دی چی لږتره تاوانونه لری. د بوی مادران د گلانو مصـــرف د ایشـولو په توگه تاوان نلری،که چیری بوی مادران ډیر مصـرف شـی، اما دا تاوانونه ورته نسبت ورکړه شـوی دی لکه: ډیر لږ واقع کیږی چی بوی مادران د پوستکی حساسیت ډیر کړی، هغه کسان چی د استر (Aster) د کورنی سره حساسیت لری، ماشومانو چی عمرئی تر دو کالو لږ وی، هغه کسان چی موسمی حساسیت لری، ښځینه د امیندواری په وقت، د شیدی ورکونکی به دوره کی د بوی مادران څخه استفاده ونکړی. د حساسیت لرونکو خلکو په سترگو او یا د سترگو شا وخوا ته استعمال نشی. د تاوان په درلودلوخوب لرونکی، بی‌اشتیائی، کانګی، د روښنای سره حساسیت نښی لری. بوی مادران د ځینو څاروی لکه: سپی، پیشـک او آسـانو لپاره زهری دی او د ډیری متیازی، کانګی، اسـهالی او د پوستکی پړسوب ستونزی پیدا کوی. بالغ کسان د ورځی اضافتر تر ۲۵ گرامه مصرف نکړی. ورځنی د ۴،۵ گرامه استعمال تحریکونکی دی او د تشویش وړ ندی (۴).

پایلې

د بوی مادران بوټی په کمزورو خاورو په توپیرلرونکو خاورو او اقلیمو کی وده کوی، د دی بوټی نیلی د تندی سره کلک دی. د بومادران د پاڼو، ګلانو او غوړ څخه ګټه اخستل کیږی. بوټی د ګل په وقت کی زیادترینه ګټمن مواد لری، دا پراو د بوی مادران د ګلانو او نور غړو (تنه او څوان ښـــاخونه) د ټولولو ښه وقت بلل کیږی.

بوی مادران خوږ خوند لری او ځینی وقتونه ترخ وی. د بوی مادران د بوټی ګلان او پاڼی په چښـونکو (نشـابه)، درملنی، مصـاله او د ترخه خوړلو د خوند د تغیر لپاره اسـتعمالیږی. د دی بوټی تند او تریخ پاڼی، ښـاخونه او ګلان، د سـلاد بوی، خوند، پخلیو، سـوپ او سـاس ډیروی. د بوی مادران پاڼی په نورو خوراکو کی د مصالی په ټوګه، د سرکه او غوړ لپاره استعمالیږی.

منابع

(1) Alan S. and Weakley, Flora of the Carolinas, Virginia, Georgia and Surrounding Areas. 2008.
(2) Anonymous: Flora of North America Editorial Committee (ed.). "Achillea millefolium”. 2013.
(3) Anonymous, Native American Ethnobotany, Achillea millefolium University of Michigan-Dearborn. 2013.
(4) Anonymous: RNZIH-Horticulture pages-Weeds- Achillea millefolium-yarrow. www.rnzih.org.nz. 2015.
(5) Conti B.at al., Essential oil composition and larvicidal activity of six Mediterranean aromatic plants against the mosquito L. Parasitology Research. 2010; 107(6), pp. 1455–1461.
(6) Dorling Kindersley Z., encyclopedia of garden plants. United Kingdom. ISBN978-1-4053-3296. 2008, p. 1136.
(7) Johnson B., Wildflower Center Native Plant Database. Achillea millefolium (Common yarrow). 2013.
(8) Michler and Carl-Gerold Arnold Predicting Presence of Proazulenes in the Achillea millefolium Group. Barbara, Folia Geobotanica, 1999; Vol. 34, No. 1, pp. 143–161.
(9) Rouge, B. The PLANTS Database (http://plants.usda.gov, National Plant Data Center, USDA, NRCS 70874-4490 USA. 2006.
(10) Simon & Schuster, Simon & Schuster Guide to Herbs and Spices,Inc. ISBN 978-0-671-73489-3. 1990.