

## סירופ סומק- המתוק של צמחי מרפא שהוא גם ממש חמוץ

מאת גידי גור

סירופ נתפס על ידי רבים מאיתנו כצורת לקיחה שאנו נוטלים בעיקר בזמן שיעול, עם זאת, סירופ הוא אחת מצורות הלקיחה העתיקות ביותר המוכרות בעולם צמחי המרפא, ולאורך ההיסטוריה התפתח הסירופ לצורות לקיחה שונות על בסיס מדיות שונות.

- סירופ על בסיס סוכר, דבש, חרובים, סילאן, מיץ פירות
- סירופ שהצמחים מבושלים בו, סירופ שהצמחים נטחנים לתוכו טחינה גסה או טחינה דקה.
- סירופ שמתסיסים טרם התחלת בישולו.
- סירופ בעל סמיכות שונה- החל מסירופ שנועד לליקוק עם הלשון, מרקם צמיג כריבה או נוזלי.

לכל סוג יש שם ותפקוד והרכבים קלאסיים המלווים את צורת הלקיחה שהתבססו זה מאות רבות של שנים, אם נניח שטינקטורה היא צורת הלקיחה הנפוצה ביותר בעולם המערבי, לא יהיה זה מוגזם להגיד כי סירופ על צורתיו השונות הוא הנפוץ ביותר ממערבה של סין, הודו, פקיסטן, איראן ומרכז אסיה.

sharbat, majun, jawarish, lauq, khmira הם רק מקצת השמות לתיאור סוגי הסירופים שהתפתחו ממצרים ועד מערבה של סין.

כיום, מרשמי קצה רבים בצורות סירופ הינם חלק מפרמקופיאות מאושרות וזמינים כתרופות מדף במדינות רבות (ואין הכוונה רק לסירופ אותו אנו רואים לרוב בבתי המרקחת בארץ). אז **סומק, Rhus Coriaria**, רוב חלקי העץ בשימוש רפואי, אך הפרי הוא המוכר ביותר ונעשה בו שימוש רב לתבולון ורפואה, איבן סינא בקנון הרפואה מבדיל בין עצי הסומק הגדלים במרכז אסיה שם הפירות גדולים ופחות סגולים, לאילו הגדלים בסוריה ומצריים שהם קטנים וסגולים וכמובן מוכרים לנו היטב.

פירות הסומק קרים במעלה השנייה ויבשים בשלישית, טבע הריפוי הוא מצמת וחוסם כאשר הוא מבושל או נלקח באבקה; כאשר משתמשים בחומץ מסומק יש לו השפעה מדללת יותר על הרקמות וכלי הדם. המנגנון הריפוי של הפירות פועל על ידי חסימת זרימת המרה הצהובה לתוך האיברים והחללי הגוף; שני המאפיינים האחרונים והקור שלו מייצרים את פעולת הפסקת הדימום היעילה שלו.

### שימושים:

- שימוש חיצוני בפלסטר מסייע בהפחתת המטומה ומניעת ריקבון של כלי דם, זיהום בציפורניים וצמיחה לא תקינה על העור, במיוחד של כיבים ממאירים.
- אמבטיות של סומק או קומפרס חיצוני מקל על טראומה פנימית באיברים, שטיפות פה מסייעות לחניכיים ובטיפול בשיניים רקובות; טיפות אוזניים מסומק מונעות היווצרות מוגלה.

- צריכה פנימית מעודדת תיאבון ועיכול, מקלה על בחילות והקאות ומפחיתה צמא.
- חוקן סומק יעיל לדיזנטריה, ושטיפת נרתיק מפחיתה הפרשות צהובות מהנרתיק; נטילה פנימית יעילה מאוד לשלשול כרוני ולחוסר ספיגה.
- ערבוב קליפות הפירות עם שרף אסטרגלוס יעיל כקומפרס לעיניים לסוגים שונים של כיבים והפרשות.
- ערבוב עלים, פירות וקליפת העץ עם דבש עד ליצירת משחה, יעילה לטיפול חיצוני בכיבים כרוניים, מחלות חניכיים, כיבים רטובים ודימומים.

סירופ סומק -

הסומק יושב תחת צילו של הירח ונושא את איכותו הקרה והיבשה, וכזה גם תפקודו. הקיבה שלנו יכולה לסבול לרוב מקור, אבל יש מקרים בהם היא תסבול מחום עודף, בגלל דלקת, רגשות, מזון או תרופות, חלק מהסימפטומים המלווים מצב פתופיזיולוגי שכזה הן הקאות, בחילות, שלשול חם, לשון אדומה, עם או ללא חיפוי, עור חם למגע והזעה או עור לח, נטייה לכיבים מדממים.

סינדרום זה יכול להתלוות למחלות ומצבים רבים כמו כיבי קיבה, זיהום חיידקי בקיבה, תופעות לוואי של כימותרפיה או הקרנות, דלקות בכיס מרה, בחילות בהריון ועוד.

יש להשרות 200 גרם גרגרי סומק בליטר מים למשך הלילה, בבוקר להביא לרתיחה, להוריד לאש נמוכה ולבשל עד לצמצום הנוזלים לחצי, יש לסנן את פירות הסומק ולהוסיף קילו סוכר קנים. יש לערבב בהתמדה את הסירופ עד לקבל מרקם סמיך.

את הכמות שהתקבלה יש לאחסן בבקבוק זכוכית נקי, ומומלץ לשמור בקירור.

מינון - 5-10 מ"ל פעם עד פעמיים ביום.