

ولا يُستفاد من ثمرة الموز فقط، فأوراق بعض أنواع الموز تُستخدم لبناء
سقوف المنازل، وعمل الحقائب، والسلال، والحصير.

أما من الناحية الطبية فإن للموز مكانة معروفة في الطب الشعبي، وأفاض
في وصف منافعه الأقدمون. ووصف ابن سينا الموز في «القانون» فقال: الموز
مغذ، ملين، نافع لحرقة الحلق والصدر، ويزيد في المنى. ونصح بإعطائه للأطفال
مع الحليب، وللمصابين بفقر الدم والضعف العام وللحوامل والمرضعات^(١). والموز
علاج أكيد للهبوط، وهو مفيد في تنشيط عمل الكلى والجهاز البولي، كما أنه
ينشط الذاكرة^(٢). وعموماً يعتبر الموز خافضاً لضغط الدم المرتفع، وهو من الأغذية
المفضلة والمسموح بها لمرض ضغط الدم المرتفع^(٣).

وأكل الموز مع الجبن يعتبر علاجاً فعالاً لبعض متاعب الدورة الشهرية حيث
يخفض الموز من كمية النزف. كما أن تناول الموز مع اللبن يفيد جداً في حالة
الشكوى من الدوار، وهو في الوقت نفسه علاج لقرحة المعدة. والموز من الأطعمة
المفضلة لمرضى التيفود، والإسهال، والدوستاريا.

ومن أشهر استخدامات الموز استخدامه لخدمة جمال المرأة وخاصة وجهها.
فقناع الموز من أفضل أقنعة البشرة الجافة، وهو يساعد على مقاومة ظهور تجاعيد
الوجه^(٤). أما وضع قشرة الموز على مكان الإصابة بالكدمات والرضوض بحيث
يلامس جدارها الداخلى الجلد مع تثبيتها بضمادة مبللة بالماء البارد؛ يساعد ذلك
على تسكين الآلام، وزوال الزرقان من مكان الإصابة^(٥).

(١) كيف تحضر دواءك بنفسك من تذكرة داود لمختار محمد كامل.
(٢) دنيا الزراعة والنبات وما فيها من آيات لعبد الرزاق نوفل.
(٣) أسرار العلاج بالفواكه والخضراوات لوفاء بدوى.
(٤) أعشاب ونباتات في خدمة الجنس اللطيف لآيمن الحسينى.
(٥) الوصفات الشعبية لآيمن الحسينى.

