



كماً الصحراء غذاء ودواء

أ.م.د. علي عبدالهادي عبدالمجيد

قسم الزراعة الحافظة

الكلمات المفتاحية: الكماً، فطريات الصحراء، الصحراء الغربية.

الكماً هو من الفطريات الكيسية Ascomycetes المغذية للإنسان اذ يمثل الجزء المأكل منه الطور الجنسي الذي يحمل بداخله الابواغ Spores التي تكون في اكياس بوغية ascospores التي بمجموعها تكُون الجسم الثمري الكيسي ascocarp الذي يمثل لب الكماً gleba ويحاط بغلاف مكوناً الكماً.

عرف الكماً منذ ازمة بعيدة، فنذكر بعض المصادر انه كان أحد الاطعمة الفاخرة التي تقدم لقيصرة الروم، كذلك كان الكماً من الهدايا القيمة التي يتبادلها الملوك العرب في شبه الجزيرة العربية، ومنذ ذلك الحين بقي الكماً من اسرار الطبيعة التي اوجدها الله سبحانه وتعالى. ينمو فطر الكماً في المناطق البرية عند توافر الامطار بكميات وفيرة في فصل الخريف اذ تساعد الامطار المبكرة على زيادة الانتاج والنمو في التربة ولاسيما ذات النسجة الحاوية على نسب معتبرة من الطين Clay، وفي العراق والمناطق المجاورة ينمو الكماً في التربة الحاوية على نسب معتبرة من كاربونات الكالسيوم و / او كبريتات الكالسيوم.

يعتمد الكماً في نموه على العلاقة التكافلية التي يكونها مع بعض النباتات او الاشجار فيكون علاقة ارتباط جذرية Mycorrhiza مع جذور النباتات الحولية في المناطق الصحراوية او الاشجار المعمرة مثل اشجار البلوط والبندق في الغابات في المناطق المطيرة.

يكون الكماً الصحراوي والذي ينتشر في مناطق الوطن العربي علاقة ارتباط مع النباتات الحولية الصحراوية وخصوصاً العائدة للجنس Helianthemum من العائلة السستائية Cistaceae والتي تضم العديد من الانواع ، توفر هذه العلاقة الثنائية الغذاء والرطوبة اللازمة لنمو الكماً بالإضافة لإمداده بالعناصر الغذائية المهمة والضرورية لنموه. ويتصدر النباتات الحولية والمنتشرة في الصحراء نبات يعرف محلياً بالجريدة والذي يساهم في ارتفاع محتوى الكماً من العناصر ولاسيما النتروجين والذي هو المكون الرئيسي للبروتين والاحماض الامينية مما يضع الكماً بديلاً عن اللحوم ويجعله من الاغذية الكاملة.

ينتشر العديد من انواع واجناس الكماً في مناطق مختلفة من العالم والتي تتباين في ظروفها المناخية، اذ ينتشر في المناطق الرطبة كما في اوربا اذ يوجد اغلى وافخر انواع الكماً وهو Tuber perigord ، كما ينتشر نوع اخر في جنوب اوربا هو الـ Melanosporum ، اما في الوطن العربي وخصوصاً منطقة الخليج العربي وجنوب حوض البحر الابيض المتوسط فينتشر الكماً الصحراوي Desert Truffles والذي يضم عدة اجناس وانواع مختلفة منها:

- 1- Terfezia boudieri وهو المعروف محلياً بالحبة والذي يكون بلون بني غامق.
- 2- Terfezia claveryi وهو المعروف محلياً بالحرقة والذي يكون بلون اسود .
- 3- Tirmania nivea وهو المعروف محلياً بالزبيدي والذي يكون بلون ابيض.
- 4- Terfezia pinoyi وهو المعروف محلياً بالهوير والذي يكون بلون بني فاتح ويكون اسفنجي ولا يؤكل (تأكله الطيور والحيوانات).

الاهمية الغذائية للكمأ

بينت الدراسات المتعددة عن الكمأ الصحراوي الاهمية الغذائية والطبية له، اذ يحوي الكمأ على العديد من الاحماض الامينية الاساسية والتي يحتاجها الانسان في حياته اليومية (Al-Rawi et al, 2020). يحوي الكمأ العراقي على نسب معتبرة من البروتين والدهون والألياف وفيتامين C والعناصر المعدنية والتي تساهم في توفير نسبة كبيرة من حاجة الانسان اليومية لهذه المكونات (Sakri,1989؛ الراوي، 2006).

يعد الكمأ من الناحية الطبية من المكونات التي تدخل في علاج رمد العين اذ بين الراوي (2002) الدور الفعال لماء الكمأ في علاج حالة الرمد التي تصيب عيون الاطفال والكبار كذلك. وفي احدث بحث علمي بينت النتائج علاقة الكمأ مع علاج مرض السكر وتثبيط الالتهابات وتنظيم مسار الدهون بجسم الانسان.

المصادر

- Al-Rawi, Ali, A. A. AL- Azzami & A. N. Hasan.2020. Amino Acids In Three Iraqi Truffles Type. European Journal of Molecular & Clinical Medicine. ISSN 2515-8260 Volume 07.

- الراوي، انيس مالك (1984). الكمأ من المن وماؤها شفاء للعين. مجلة الاعجاز العلمي. العدد الثاني. المملكة العربية السعودية.

-Sakri, F.A. 1989, Chemical composition and mineral content of Iraqi Truffles. Iraqi Jur. Sci. Vol (30) p:421-424.

- الراوي ، علي عبدالهادي عبدالمجيد(2006). عزل الخميرة *Candida krusei* من الكمأ العراقي واستخدامها مخصبا حيويا مع دراسة مكوناته. اطروحة دكتوراه – جامعة بغداد.

-Ziyuan Wu,1 Muthukumaran Jayachandran,1,2 Wai San Cheang ,3 and Baojun Xu. 2022.Black Truffle Extract Exerts Antidiabetic Effects through Inhibition of Inflammation and Lipid Metabolism Regulation. Oxidative Medicine and Cellular Longevity. Volume 2022, Article ID 6099872, // <https://doi.org/10.1155/2022/6099872>.