

خواص درمانی علف چای

دکتر سهراب بختیاری

کارشناس امور دارویی

مقدمه

تاریخچه مصرف علف چای با نام علمی Hypericum perforatum به زمان‌های قدیم برمی‌گردد. دارونامه آمریکایی کینگ (King's american dispensatory) برای این گیاه اثرات خواب‌آور، قابض و مدر قایل شده و مصرف آن را برای حالات عصبی توأم با افسردگی، خونریزی، اسهال و اختلالات مزمن مجاری ادراری مناسب دانسته است. از این گیاه به‌طور موضعی در درمان کوفتگی، زخم‌ها و جراحات استفاده می‌شود. هم‌چنین می‌توان از علف چای در درمان شب ادراری و کابوس شبانه در بچه‌ها استفاده نمود.

تحقیقات اخیر نشان داده است که علف چای یک داروی ضد افسردگی مؤثر با عوارض جانبی اندک می‌باشد. در اروپا هزینه درمان با علف چای حدود یک دهم هزینه درمان با داروی فلوکستین (Fluoxetine) است و فرآورده‌های دارویی تهیه شده از این گیاه به‌صورت OTC به بیماران عرضه می‌شود. در بازار دارویی ایران فرآورده تهیه شده از علف چای تحت نام هایپیران و به شکل قطره ۲۰ ml موجود می‌باشد.

شکل ظاهری گیاه

گیاه علف چای، گیاهی زیبا است که در اوج گرمای تابستان گل می‌دهد. به علت هم‌زمان شدن روزسنت جان (St. John's Day) یعنی سوم تیرماه با زمان گل دادن این گیاه، آن را در اروپا علف سنت جان (St. John's Wort) می‌نامند. گیاه فوق یک ساله بوده و در نواحی دست‌نخورده یافت می‌گردد. محل رویش آن در ایران عبارت است از دامنه‌های رشته کوه البرز، کرج، اطراف تهران، استان‌های گیلان، مازندران، گلستان، آذربایجان غربی، اردبیل، خراسان و لرستان (۱).

از علف چای می‌توان در درمان شب ادراری و کابوس شبانه در بچه‌ها استفاده نمود.

طول این گیاه ۵۰ تا ۸۰ سانتیمتر است (۱، ۲). برگ‌های آن کوچک و بیضی شکل بوده و بر روی آن نقاط ریزی وجود دارند. وقتی برگ‌ها در مقابل نور قرار بگیرند، این غدد ظاهری متخلخل به برگ‌ها می‌دهند. به همین دلیل نام جنس گیاه پرفوراتوم

(perforatum) به معنی متخلخل است.

در زمان‌های قدیم خرافات زیادی در رابطه با این گیاه وجود داشته است و مردم تصور می‌کردند که رایحه آن تمام ارواح شیطانی را فراری می‌دهد. به همین علت نام علمی گیاه هایپریریکوم (Hypericum) نهاده شده است. هایپریریکوم واژه‌ای با منشأ یونانی و به معنی «مافوق تصور» است.

گل‌های علف چای به رنگ زرد پررنگ و درخشان بوده و قطر هر گل یک اینچ است. هر گل از پنج گلبرگ تشکیل شده است و هر گلبرگ حاوی نقاط متعدد سیاه‌رنگ می‌باشد و هر کدام از این نقاط حاوی رنگدانه قرمز هستند (۲، ۳).

ترکیبات

- مواد مؤثره موجود در علف چای عبارتند از:
- ۱- کمپلکس هایپریرسین (Hypericin complex) شامل هایپریرسین، پسود و هایپریرسین، ایزوهایپریرسین و پروتوهایپریرسین (۲).
 - ۲- فلاونوئیدها از قبیل هایپروزاید (Hyperoside)، کوئرستین (Quercetin)، روتین (Rutin) و بی‌فلاونها (Biflavones) (۲).
 - ۳- هایپرفورین (hyperforin) که یک مشتق فلوروگلوسینول است و از نظر ساختمانی شبیه به مواد تلخ مزه موجود در رازک است (۲).
 - ۴- اسانس‌ها شامل آلکان‌های نرمال، آلفاپینن و مونوترپن‌های دیگر (۲).
 - ۵- تانن‌ها (۲).
 - ۶- پروسیانیدین‌ها (Procyanidines) (۲).

موارد مصرف

علف چای و فرآورده‌های دارویی آن به فرم

خوراکی در درمان افسردگی خفیف تا متوسط، هیجان، ناراحتی‌ها و تحریکات عصبی تجویز می‌شوند. همچنین این فرآورده‌ها در درمان شب‌ادراری و کابوس شبانه در اطفال به کار می‌روند.

این گیاه به‌طور موضعی در درمان زخم‌ها، کوفتگی‌ها، سوختگی‌ها و دردهای عضلانی کاربرد دارد (۱، ۲، ۳).

در سابق تصور می‌شد که اثرات دارویی علف چای مرتبط با ماده هایپریرسین است، اما به تازگی مشخص شده است که بایفلاون‌ها و هایپرفورین نیز در ایجاد اثرات فوق‌دخیل می‌باشند. در مطالعات تجربی مشخص شده است که علف چای آنزیم مونوآمین اکسیداز (MAO) را مهار می‌کند و همچنین قادر به مهار باز جذب سروتونین است (۲). اثرات ضد‌التهابی و ضد باکتریایی آن احتمالاً مرتبط با ماده هایپرفورین است.

علف چای و فرآورده‌های دارویی آن به فرم خوراکی در درمان افسردگی خفیف تا متوسط، هیجان، ناراحتی‌ها و تحریکات عصبی تجویز می‌شوند.

مکانیسم‌هایی که برای توجیه اثرات مختلف علف چای ذکر شده‌اند عبارتند از:

مهار باز جذب سروتونین، مهار ترشح کورتیزول ناشی از استرس، مهار آنزیم MAO، افزایش غلظت خونی ملاتونین در شب، افزایش تولید دوپامین و تقویت اتصال به گیرنده‌های بنزودیازپینی (۲).

ضد افسردگی استفاده نمایند.

نکات قابل توجه در رابطه با مصرف علف چای

علف چای و فرآورده‌های دارویی حاصل از آن را به‌طور هم‌زمان نباید با داروهای مهارکننده مونوآمین اکسیداز (MAO) مصرف کرد. مصرف هم‌زمان این دو سبب افزایش خطرناک فشارخون می‌شود و باید بین زمان قطع مصرف داروی مهارکننده مونوآمین اکسیداز و زمان شروع مصرف علف چای، چهار هفته فاصله زمانی باشد.

در زمانی که بیمار داروهای مهارکننده باز جذب سروتونین مثل فلوکستین را مصرف می‌کند، بهتر است که مصرف علف چای را به تدریج شروع نموده و به‌طور هم‌زمان مصرف داروی ضد افسردگی را کم کند. چون حداقل مدت زمان لازم برای شروع اثرات درمانی علف چای و فرآورده‌های دارویی آن بین ۴ تا ۶ هفته است، در این فاصله زمانی نباید میزان مصرف داروهای ضد افسردگی را کاهش داد. در صورت بروز عوارض ناشی از افزایش سروتونین از قبیل تعریق، تحریک پذیری، گیجی، ضعف، لرزش و گرفتگی عضلات به پزشک مراجعه کنید.

منابع:

1. Roth L. Hypericum - hypericin: Botanik, Inhaltstoffe, Wirkung. 1 Auflage. Landsberg. Ecomed; 1990: 30, 94, 130.
- ۲- زرگری ع. گیاهان دارویی. جلد اول. چاپ چهارم. تهران: انتشارات دانشگاه تهران؛ ۱۳۶۶: ۳۲۴-۳۱۸.
3. Wichtl M. Teedrogen und phytopharmaka. 3 Auflage. Stuttgart: Wissenschaftliche; 1997: 309 - 312.

مصرف در دوران بارداری و شیردهی

در رابطه با بی‌ضرری مصرف علف چای در دوران بارداری و شیردهی هنوز مطالعاتی صورت نگرفته است، اما چون ترکیبات موجود در علف چای سبب مهار ترشح پرولاکتین از هیپوفیز می‌شوند، مصرف علف چای در دوران شیردهی ممکن است تولید شیر را مختل کند.

عوارض جانبی

در تحقیقات صورت گرفته بر روی انسان عوارض جانبی تنها در ۲/۴٪ از افرادی که علف چای و یا فرآورده‌های حاوی آن را مصرف می‌کردند، ظاهر شد. این عوارض شامل اختلالات گوارشی (۰/۶٪)، واکنش‌های حساسیتی (۰/۵٪)، خستگی و ضعف (۰/۴٪) و بی‌قراری (۰/۳٪) است. مصرف علف چای و فرآورده‌های حاوی آن برخلاف سایر داروهای ضد افسردگی فاقد عوارضی چون ناتوانی جنسی، خشکی دهان، سردرد و حساسیت به نور می‌باشد. به علاوه مصرف هم‌زمان علف چای با سایر داروها به جز داروهای مهارکننده مونوآمین اکسیداز، تداخل ندارد.

موارد منع مصرف

مصرف علف چای و فرآورده‌های دارویی آن در افسردگی شدید با علایم بالینی چون تمایل به خودکشی و نیز در موارد ابتلا به جنون ممنوع است. البته در این رابطه هنوز مطالعات لازم صورت نگرفته است، ولی چون اثرات درمانی علف چای به آهستگی ظاهر می‌شوند، بهتر است افراد مبتلا به افسردگی شدید به جای استفاده از علف چای از داروهای