

دیدار با کتاب

دکتر شادان - فر

رسمی دانشجویان پزشکی کشور واحد یا ساعاتی برای آشنایی با این مقوله وجود ندارد هرچند در آخرین چاپ کتاب فارماکولوژی معروف و مورد پذیرش اکثر دانشکده‌های پزشکی کشور یعنی Basic and clinical pharmacology که بیشتر به نام فارماکولوژی Katzung شناخته می‌شود یکی از فصول ۶۶ گانه کتاب یعنی فصل ۶۵ آن با عنوان Botanicals (Herbal Medications) به این مقوله اختصاص یافته است یعنی در واقع مقوله داروهای گیاهی در کتاب‌های معروف Text پاگشا شده است اما اولاً تدریس نیمی از فصل‌های ۶۶ گانه کتاب به‌علت محدود بودن واحد درسی

یکی از ارکان طب سنتی «گیاهان دارویی» است. خوشبختانه در سال‌های اخیر استفاده از این منبع ارزشمند در حیطه داروسازی کشور گسترش مطلوبی یافته و تعداد کثیری از فرآورده‌های دارویی استحصال شده از منابع گیاهی موفق به اخذ پروانه و تولید علمی و صنعتی شده‌اند. اقبال پزشکان از این فرآورده‌ها هرچند رشدی فزاینده دارد اما هنوز کثیری از جمع چند ده هزار نفری پزشکان کشور در مورد تجویز این‌گونه داروها به وسعتی در خور دست نیازیده‌اند. شاید از عمده‌ترین عوامل باز دارنده در این مقوله، ذکر دو مشکل اولویت بیشتری دارد: اول آن که در هیچ یک از برنامه‌های آموزشی و

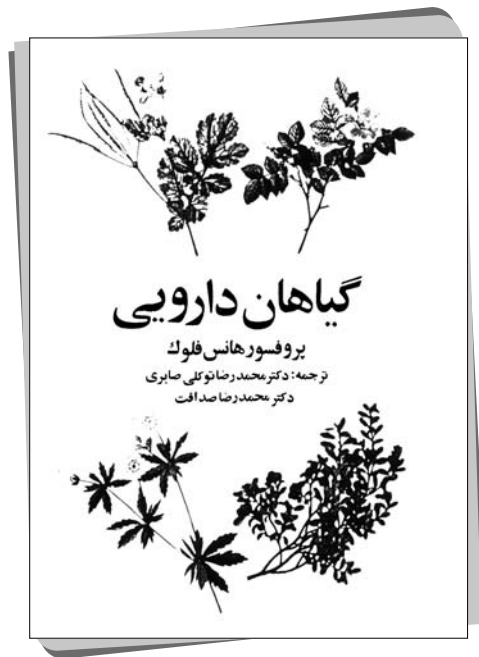
(۴ واحد یعنی ۶۸ ساعت) عملی نمی‌شود ثانیاً برای کاربرد این مقوله تا حدی که از سطح دانش صرف فراتر برود پیش نیازهایی لازم است که در حال حاضر کار را ناشدنی می‌نمایاند. برخلاف دانشجویان پزشکی، دانشجویان داروسازی دروس پیش‌نیاز مربوط به این مقوله را به تفصیل در برنامه آموزشی‌شان دارند و نیز بخش و گروه فارماکونوزی یکی از ارکان چهارگانه آموزشی دانشکده‌های داروسازی کشور به شمار می‌آید. به‌هرحال در نظر گرفتن یک درس تا دو واحدی می‌تواند زمینه مطلوب و مناسبی برای دانشجویان پزشکی فراهم آورد. مشکل دوم به کم رنگ بودن ارتباط واحدهای تولیدکننده فرآورده‌های دارویی از منابع گیاهی با گروه‌های پزشکی بر می‌گردد. این شرکت‌ها بنبیه مالی درخوری برای معرفی جدی و رسمی فرآورده‌های خود به جامعه پزشکی کشور در اختیار ندارند البته تلاش می‌کنند، در اکثر کنگره‌های پزشکی کشور با گرفتن غرفه و عرضه نمونه دارو، بروشور و کتابچه اطلاع‌رسانی می‌کنند اما به‌نظر می‌رسد که واحدهای بازاریابی خود را باید فعال‌تر نمایند. به‌عنوان عاملی مهم (اما نه با شرایط فعلی سازندگان دارو، عملی) باید از آن‌ها نگاه منطقه‌ای و برون مرزی را نیز انتظار داشت. هنر زیادی نیست که ما گیاهان روئیده، در فلات گسترده کشورمان را به صورتی خام و فرآوری نشده و طبیعتاً با قیمتی بسیار نازل، صادر بکنیم. صادر کردن چندین فرآورده دارویی و یافتن تکیه‌گاه مناسب، می‌تواند بسیار کارساز باشد، توان و جسارت

برای ورود به این مقوله حتماً باید با مهارت و شناخت علمی از این عرصه در هم آمیخته شود. به‌هرحال در چنین وانفاسایی که تنها درصد اندکی از قابلیت بسیار گیاهان دارویی به‌منصه ظهور رسیده آگاهی از انتشار ششمین چاپ کتاب معروف «گیاهان دارویی» تالیف پروفیسور آلمانی هانس فلوک با ترجمه دکتر محمدرضا توکلی صابری و دکتر محمدرضا صداقت موجب مسرت خاطر می‌شود. این کتاب معروف بار اول در سال ۱۳۶۶ توسط انتشارات روزبهان به بازار عرضه شد. زحمت ترجمه کتاب را همکار دیرین رازی ودوست ارجمندمان آقای دکتر محمدرضا توکلی صابری به اتفاق آقای دکتر محمدرضا صداقت تقبل کرده بودند. دکتر توکلی بعد از دریافت درجه PhD خود و اقامتی کوتاه در ایران مجدداً به ایالات متحده بازگشت اما هرگز رشته ارتباط قلمی خود با نشریات ایرانی و از آن جمله «رازی» را نگسست. وقتی به اشاره دکتر، اخوی ایشان خبر تجدید چاپ کتاب را همراه با نسخه‌ای از آن برایم ارسال کرد بر خود فرض دیدم هم خبر خوش رسیدن کتاب به چاپ ششم را به اطلاع همکاران محترم و خوانندگان ارجمند رازی برسانم و هم بخشی از یکی از قسمت‌های آن را تقدیم حضورتان کنم. کتاب «گیاهان دارویی» را پروفیسور فلوک به زبان آلمانی منتشر ساخت اما مترجمان فارسی برگردان آن را از نسخه ترجمه انگلیسی به فارسی انجام دادند. در مقدمه کتاب مترجمین از پروفیسور فلوک به‌عنوان استاد فارماکولوژی انستیتوی تکنولوژی سوئیس، عضو کمیته فارماکوپه سوئیس

آن «استفاده از گیاهان دارویی» را همراه با ۲ تک نگاشت تقدیم حضورتان می‌کنیم با این آرزو که با اقبالی گسترده‌تر، خوانندگان، کتاب را به چاپ‌های بیشتری برسانند و گستره خوانندگان و بهره‌گیران از آن را بیش از پیش فراخ نمایند. از راه دور دست همکار دور و دیر خودمان آقای دکتر توکلی صابری را می‌فشاریم، احتمالاً و با قولی که رد و بدل شده «رازی» از مقالات خواندنی ایشان برخوردار خواهد شد.

اروپا و بین‌المللی یاد شده است. در کتاب «گیاهان دارویی» به ۱۵۰ گیاه دارویی به صورت موجز و مفید اشاره شده است. از ابتکار مترجمین فارسی کتاب افزودن ۳۰ گیاه دارویی پرمصرف ایران - با همان سبک و سیاق پروفیسور فلوک - به متن ترجمه شده است در واقع از بعد گیاهان دارویی ایران هم کتاب غنی شده و کار را از ترجمه صرف به تالیف (تألیف) ارتقاء داده است.

برای آشنایی همکاران قسمتی از اولین مبحث



استفاده از گیاهان دارویی

در موارد بسیاری علت این است که روش استخراج در این گیاهان نادرست بوده و سبب شده است که اثر آن تا حدودی و یا کاملاً از بین برود. از سوی دیگر در طب خانگی به زیاد برآورد کردن خواص گیاهان دارویی گرایش زیادی وجود دارد و خواصی را که با ترکیبات شیمیایی گیاهان نمی‌توان توجیه کرد به آن‌ها نسبت می‌دهند. سل، امراض مقاربتی یا برخی بیماری‌های کبدی را با گیاهان دارویی نمی‌توان درمان کرد. در این موارد گیاهان دارویی فقط درمان حمایتی هستند.

بنابراین از درمان با گیاهان دارویی انتظار ناممکن نداشته باشید و بالاتر از همه برای چنین مواردی آن‌ها را توصیه نکنید.

برای بیماری‌های ساده‌ای مانند سرماخوردگی، التهاب مخاط دهان، حنجره، ناراحتی‌های ملایم گوارشی، اسهال و غیره گیاهان دارویی حتی اگر توسط فرد معمولی مصرف شود ممکن است ارزش واقعی داشته باشد. برای بعضی از بیماری‌های خطرتر مانند بعضی از بثورات پوستی یا بیماری‌های ریوی، درمان با گیاهان دارویی، داروی تجویزی پزشک را کارآمدتر می‌سازد.

اما در موارد مشخص بیماری‌های شدید مطلقاً ضروری است که از توصیه پزشکی که به‌خاطر تحصیلات علمی‌اش می‌تواند هم درست تشخیص دهد و هم درمان مناسب را تجویز کند، بهره جوییم. هنگامی که پزشک فراخوانده شد، نباید بدون دستور یا نظر او هیچ گیاه دارویی را مصرف کرد. یک «درمان تکمیلی» که توسط یک فرد عادی انجام می‌شود ممکن است با اثر مورد توجه پزشک ضدیت داشته باشد و می‌تواند کاملاً مانع از اثر آن شود.

بعضی از ترکیبات فعال گیاهی و طرز اثر آن‌ها

برای دانستن شیوه استفاده از گیاهان دارویی و طرز

تحقیقات جدید معلوم ساخته است که اثر گیاهان دارویی به‌خاطر وجود تعداد نسبتاً کمی از ترکیبات شیمیایی است - به نام مواد موثره - که گیاه تولید می‌کند. بقیه مواد شیمیایی گیاه که ماده موثره نیستند به عقیده برخی از محققین مواد بی‌اثر یا بی‌فایده‌اند. بنابراین هنگامی که تاننها از تورمنتیلا (*Tormentilla*) جدا شدند تصور می‌شد که این فرآورده‌های خالص می‌توانند جانشین تمام گیاهان تان‌دار از جمله خود تورمنتیلا گردند. اما آزمایش‌های انجام شده نشان دادند که تان خالص یک اثر بسیار قوی دارد، در حالی که گیاه طبیعی درمان ملایم‌تری برای اسهال است زیرا که تان‌ها به‌تدریج در دستگاه گوارش آزاد شده و در نتیجه شدت اثر کمتری دارد. همین‌طور در بسیاری از موارد ثابت شده است که تاثیر گیاهان دارویی از ماده موثره جدا شده از آن کامل‌تر است و «مواد بی‌اثر» در این زمینه نقشی دارد. درست است که برای برخی مصارف (مانند تزریق) ماده موثره یا عصاره‌ای که به‌دقت تهیه شده است بسیار مفیدتر از خود گیاه است. علت نیز آن است که برخی ترکیبات شیمیایی که خود بی‌اثرند، ممکن است در محل تزریق سبب تحریک بافتها شوند یا با خون واکنش‌هایی ایجاد کنند که حتی‌المقدور باید از آن‌ها جلوگیری شود. در طب خانگی ما از امتیاز مصرف تمامی گیاه یا یک یا چند اندام آن برخورداریم.

مواد موثره تعداد قابل توجهی از گیاهان دارویی هنوز هم ناشناخته است زیرا ترکیبات شیمیایی آن‌ها هنوز جدا و تشخیص داده نشده‌اند، یا فقط بعضی از فعالیت‌های گیاه طبیعی را می‌شناسیم (مانند داروآش). در این موارد ما باید به اطلاعاتی که در اختیار داریم مراجعه کنیم تا یک عصاره یا داروی موثر داشته باشیم. گاهی اثر گیاهان دارویی دست کم گرفته می‌شود.

مانند میوه گیاهان جمع می‌شوند. در برخی موارد این ترکیبات، به‌ویژه اسید تارتریک و املاحش، مانند یک ملین ملایم عمل می‌کنند.

موسیلاژ گیاهی در آب تورم پیدا می‌کند و محلول‌های خمیری شکل یا چسبناکی می‌سازد. این خاصیت است که اثر ملین به گیاه می‌دهد. آب در روده می‌ماند و از سفت شدن محتویات آن جلوگیری می‌کند و از سوی دیگر هم‌چون یک لینت دهنده عمل می‌کند. در همان زمان حجم محتویات دستگاه گوارش افزایش می‌یابد و فشار آن بر دیواره روده زیاد شده و به حرکات پرستالتیک کمک می‌کند. علاوه بر آن موسیلاژ یک لایه محافظ بر روی مخاط می‌کشد به‌طوری که محرک‌هایی نظیر اسیدها، نمک‌ها و غیره نمی‌توانند با قسمت‌های ملتهب مخاط بیمار تماس پیدا کنند. به همین دلیل از گیاهان موسیلاژدار به عنوان ملین و برای محافظت مخاط ملتهب دستگاه گوارش استفاده می‌شود. گاهی از این اثر تسکین‌دهندگی برای درمان اسهال به‌ویژه اسهال‌های ناشی از بعضی عوامل باکتریایی یا محرک‌های قوی استفاده می‌شود. هم‌چنین باید از مصرف آن‌ها به شکل کمپرس داغ (ضماد) نیز نام برد. موسیلاژ مقدار زیادی آب را در خود نگه می‌دارد و بنابراین گرمای زیادی را حفظ می‌کند که پیوسته به داخل بافت‌ها نفوذ می‌نماید. عمده‌ترین گیاهان حاوی موسیلاژ عبارتند از: برزک، شنبلیله، گل و برگ پنیرک، گل‌سنگ ایسلندی و شکوفه لیموترش. موسیلاژ در اثر حرارت طولانی تجزیه شده و به قند تبدیل می‌شود و بدین ترتیب فعالیت خود را از دست می‌دهد.

گلیکوزیدها موادی هستند که در اثر آنزیم‌ها، اسیدهای رقیق، قلیایی‌ها یا جوشاندن هیدرولیز شده و به یک ترکیب غیرقندی و یک یا چند قند تجزیه می‌گردند. خاصیت دارویی آن‌ها مربوط به قسمت غیرقندی مولکول است که از نظر شیمیایی بسیار متنوع است. قسمت قندی مولکول معمولاً بر روی قابلیت انحلال و در نتیجه بر روی جذب آن در بدن تاثیر می‌گذارد. بسیاری

اثر آن‌ها، لازم است که درباره ترکیبات فعال و اثربخشی آن‌ها چیزهایی بدانیم. مقدار موثر موجود در گیاهان بسیار متغیر است، مثلاً اگر گیاه در شرایط بسیار نامناسب پرورش یافته باشد یا اگر از گونه‌ای باشد که مقدار ماده موثر آن کم است حتی ممکن است گیاه اصلاً فاقد ماده موثر باشد. از سوی دیگر مقدار موثر گاهی ممکن است بیشتر از حد معمول باشد که در چنین شرایطی گیاه تاثیر قوی‌تری خواهد داشت. به همین دلیل داروساز، باید اکثر داروهایی را که به کار می‌برد استاندارد کند تا داروهایی با کیفیت خوب در اختیار پزشک و بیمار گذارد.

در زیر بعضی از مهم‌ترین ترکیبات فعال گیاهی همراه با طرز اثر آن‌ها به نظر می‌رسد.

از میان ترکیبات معدنی بدن املاح پتاسیم و کلسیم اهمیت ویژه‌ای دارند. نمک‌های پتاسیم خاصیت مدر دارند در حالی که املاح کلسیم به ساختمان استخوان‌ها، تنظیم دستگاه عصبی و مقاومت بیمار در برابر عفونت‌ها یاری می‌رساند. املاح پتاسیم تقریباً در تمام گیاهان به فراوانی یافت می‌شوند و معمولاً به شکل محلول هستند. املاح کلسیم کمتر قابل انحلال هستند و هنگامی که تیزان‌ها تهیه و مصرف می‌شوند به مقدار بسیار کمی به بدن می‌رسند. اسید سیلیسیک نیز عملاً در تمام گیاهان یافت می‌شود و برخی از گیاهان حاوی مقادیر زیادی از آن هستند (مانند دم اسب، علف هفت بند، شش گیاه) این اسید مانند یک تقویت‌کننده بافت‌های ملتحمه عمل می‌کند، به‌ویژه در ششها و بدین ترتیب مقاومت به سل ریوی را کمی افزایش می‌دهد.

یک رژیم غذایی متعادل حاوی مقدار کافی از املاح معدنی است. املاحی که در گیاهان دارویی وجود دارد با ترکیبات فعال دیگری همراه است و تاثیر دارویی چنین املاحی خالی از اهمیت نیست.

اسیدهای آلی (مالیک، سیتریک، تارتریک، اگزالیک و غیره) نیز از ترکیبات معمولی گیاهان هستند و در اندام‌هایی

محلول‌های مایی آن‌ها جوشانده شود مانند بقیه گلیکوزیدها از بین رفته و فعالیت خود را از دست می‌دهند.

سپونیت‌های herb paris و سیاهدانه گندم برخلاف سپونین‌های دیگر به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند و به سرعت وارد جریان خون شده سبب همولیز می‌شوند که ممکن است مهلک باشد (به خصوص حبه‌های herb paris).

هنگامی که از گیاهان گلیکوزیددار (و نیز سپونین‌دار) تیزان تهیه می‌شود لازم است که از جوشاندن طولانی آن‌ها خودداری شود زیرا این کار از تاثیر آن‌ها می‌کاهد.

تانن‌ها پروتئین‌ها را رسوب می‌دهند. به همین دلیل پوست حیوانات را به چرم تبدیل می‌کنند. تانن‌ها در گیاهان فراوانند مثلاً در پوست بلوط، بید، برگ گردو، گزنه، گل سرخ، گل آویز گونه‌های Tormentilla و سایر گونه‌های potentilla و غیر آن‌ها یافت می‌شود. به حالت آزاد و به مقدار زیاد مخاط را تحریک می‌کنند، با مقادیر کم مقدار کمی از پروتئین‌ها را در آستر مخاطی رسوب داده و بدینسان آن را نفوذناپذیر می‌سازند. پس از این از نفوذ سایر محرک‌ها به لایه‌های عمقی تر مخاط آسیب دیده جلوگیری می‌شود و بدین ترتیب به بهبودی آن‌ها کمک می‌شود. به خاطر این خاصیت تانن‌ها به‌عنوان ضداسهال و برای درمان برخی از سوختگی‌ها به‌کار می‌روند. با جریان مشابهی تانن‌ها از رشد باکتری‌ها جلوگیری می‌کنند زیرا پروتئین‌های تغذیه‌شان از دسترس خارج شده و پروتئین‌های خود آن‌ها نیز رسوب می‌کند. تانن‌ها مویرگ‌ها را نیز منقبض می‌کنند و بدین‌سان از برخی از خونریزی‌ها جلوگیری می‌کنند. تانن‌ها با اکسیژن اتمسفر ترکیب شده و به ترکیبات غیرفعال تبدیل می‌شوند. تانن‌ها در اثر جوشیده شدن طولانی در آب منهدم می‌شوند.

روغن‌های فرار یا اسانس‌ها از پرمصرف‌ترین فرآورده‌های گیاهی در طب خانگی است. این ترکیبات به‌ویژه به حالت بخار، بسیار فرارند. اسانس‌ها عامل اصلی

از گلیکوزیدهای گیاهی هیچ اهمیت درمانی ندارند، اما برخی مانند گلیکوزیدهای گل انگشتانه، خربق سیاه یا گل برف بر روی قلب تاثیر زیادی دارند و در همان حال ترشح ادرار را افزایش می‌دهند این ترکیبات از فعال‌ترین ترکیبات سمی گیاهان هستند. گروه ویژه‌ای از آن‌ها شامل گلیکوزیدهای آتراکینونی است که در سنجد تلخ، سیاه توسه monk's rhubarb و نیز در ریوند چینی و سنا یافت می‌شود و ملین‌های قوی هستند. گلیکوزیدهای مشتق از اسید سالیسیلیک شامل گروه دیگری می‌شود. این گلیکوزیدها در برخی از بیدها، ریش بز، بنفشه و غیر آن‌ها یافت می‌شود و خاصیت تب‌بر، ضدالتهایی، گندزدا و ضد درد دارند و برای درمان روماتیسم به‌کار می‌روند. سال‌ها توجه زیادی به گروهی از گلیکوزیدهای بی‌رنگ یا زرد رنگ به نام فلاونوئیدها می‌شد. این ترکیبات مویرگ‌ها را تقویت و از خونریزی‌های کوچک زیر پوستی که در سالخوردگان بسیار شایع است جلوگیری می‌کنند. برخی از آن‌ها انقباض‌های عضلات صاف را رفع می‌کنند، در حالی که برخی دیگر جریان خون را در شریان‌های کرونر بهبودی می‌بخشند.

سپونین‌ها نیز گلیکوزید هستند. خاصیت فیزیکی مهم آن‌ها این است که محلول‌های مایی آن‌ها بسیار کف می‌کند. به همین دلیل است که به‌عنوان دترجنت مصرف می‌شوند و نامشان سپونین است (سپو به زبان لاتین یعنی صابون). وجود مقادیر زیاد آن‌ها در جریان خون خطرناک است و ممکن است به‌علت تخریب گلبول‌های سرخ (همولیز) مهلک باشند. اما از آن‌جایی که به مقدار ناچیزی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند، خوردن آن‌ها معمولاً خطرناک نیست. سپونین‌ها در دستگاه گوارش جذب مجدد برخی از ترکیبات (مانند مواد غذایی و داروها) را تسهیل می‌کنند. سپونین‌ها ملین‌های ملایم، ادرارآور و خلط‌آور هستند. سپونین‌ها در گیاهان فراوانند و در گیاهان rüpturwort، ریشه جوبه و ریشه mullein cowslip و علف شر، به وفور یافت می‌شوند. اگر

ازبگدانه به شکل لینیمان برای تسکین درد استفاده می‌شود. بلادون، تاج‌الملوک (آقوتیون) دو گیاه معروف آکالوئیددار هستند.

ترکیبات تلخ یک گروه شیمیایی خاصی نیستند زیرا تنها خاصیت مشترک آن‌ها مزه تلخشان است. اما این خاصیت دارای اهمیت درمانی است زیرا این ترکیبات از راه خوراکی ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنابراین اشتهای بیمار را زیاد می‌کنند. از گیاهان تلخ می‌توان، افسنتین، ریشه جنتیانا، قنطاریون و خزه ایسلندی را نام برد. شمار زیادی از گیاهان طعم تلخی دارند و نباید فراموش کرد که برخی از آن‌ها خواص دارویی دیگری نیز دارند یعنی ممکن است سموم شدیدی باشند، مانند گیاه گرمسیری نوآومیک که حاوی استریکنین است. اما فقط آن گیاهانی به‌عنوان مواد تلخ مصرف می‌شوند که با مقادیر مناسب سمی نیستند.

بعضی از گیاهان هم دارای مواد تلخ هستند و هم روغن‌های فرار دارند مانند افسنتین و جنتیانا، این دو گروه ترکیبات ترشح شیره‌های گوارشی را افزایش می‌دهند و بنابراین اشتهای آن‌ها را زیاد می‌کنند.

آنتی‌بیوتیک‌ها که از گیاهان پست استخراج می‌شوند (مشهورترین آن‌ها قارچ پنی‌سیلین است) از اهمیت دارویی فراوانی برخوردارند زیرا تعدادی از بیماری‌های عفونی را درمان می‌کنند. اگرچه شمار زیادی از آنتی‌بیوتیک‌ها از قارچ‌ها استخراج می‌شوند اما بعضی آنتی‌بیوتیک‌ها نیز در تعدادی از گیاهان «عالی‌تر» مانند باب‌آدم نیز یافت شده‌اند که خاصیت ضدعفونی نسبت داده شده به این گیاهان را بیان می‌دارد. مطالعه گیاهان دارویی دارای این خاصیت به تازگی شروع شده است. هم‌اکنون فقط تعداد کمی گیاهان را می‌توان نام برد که ترکیبات آنتی‌بیوتیکی دارند. اگر از گیاهان عالی‌تر غالباً در تهیه آنتی‌بیوتیک‌ها استفاده نمی‌شود به این علت است که رشد آن‌ها در مقایسه با قارچ‌هایی که پنی‌سیلین تولید می‌کنند بسیار کند است.

بوی مشخص گیاهانند. اسانس‌ها به‌طور نامنظمی در سراسر گیاهان پخش شده‌اند. برخی از گیاهان عملاً هیچ اسانسی ندارند در حالی که برخی دیگر (مانند چتریان، نعناعیان و غیر آن‌ها) در بسیاری از گونه‌هایشان کم و بیش مقادیر زیادی اسانس دارند. روغن‌های فرار غالباً در برخی از غده‌های مخصوص یا در داخل بافت یا در سطح روپوست (اپیدرم) گیاه یافت می‌شوند. خاصیت دارویی آن‌ها بسیار متفاوت است. بعضی بر روی دستگاه عصبی اثر می‌گذارند مانند روغن رازیانه (بادشکن) یا روغن افسنتین (محرک). بسیاری از آن‌ها ترشح شیره معده را افزایش می‌دهند (غدد بزاقی، شیره روده و معده، صفرا) و بنابراین اشتهای آن‌ها را زیاد می‌کنند. این روغن‌ها به گوارش غذا کمک کرده و کار روده‌ها را تنظیم می‌کنند. هنگامی که اسانس‌ها بر روی مخاط یا حتی بر روی پوست سالم گذاشته می‌شوند جریان خون، به‌ویژه لکوسیت‌ها را افزایش می‌دهند (پرخونی). این خاصیت همراه با خواص باکتری‌کشی برخی از روغن‌ها مبنای اثر گندزدایی آن‌هاست. محلول‌های الکلی تهیه شده از داروهای حاوی روغن‌های فرار (تنظورها) را می‌توان به‌عنوان لینیمان برای درمان رماتیسم مصرف کرد که با افزایش جریان خون در ناحیه تحت درمان اثر خود را ظاهر می‌کنند. برخی از گیاهان اسانس‌دار مانند سرو کوهی، انجدان رومی، ترشح ادرار را تحریک می‌کنند. از این اسانس‌ها برای کاهش تجمع آب در بدن (خیز) استفاده می‌شود.

رزینها توسط غده‌های مخصوصی ترشح می‌شوند که شبیه غده‌های مولد اسانس‌ها هستند و غالباً هم در همان زمان ترشح می‌شوند. رزین‌ها فرار نیستند و برای تحریک پوست به‌کار می‌روند.

آکالوئیدها ترکیبات ازته‌ای هستند که تاثیر کم و بیش مشخصی بر روی اعصاب مرکزی دارند. و غالباً بر روی اعصاب محیطی نیز اثر می‌کنند برخی آکالوئیدها از قوی‌ترین سموم شناخته شده هستند. فقط تعداد کمی از گیاهان آکالوئیددار در طب خانگی به‌کار می‌روند، اگرچه

سمیت بعضی از گیاهان دارویی پیش از این گفته شده است. این سمیت آشکارا نشان می‌دهد که از گیاهان دارویی باید با دقت لازم استفاده کرد. اما از سوی دیگر از آن‌ها فقط برای درمان بیماری‌هایی باید استفاده کرد که می‌توانند آن‌ها را شفا بخشند.

در این زمینه باید تاکید کرد که بین سمیت گیاهان دارویی و مواد شیمیایی صنعتی اصولاً اختلافی وجود ندارد. بعضی گیاهان اصلاً سمی نیستند در حالی که بعضی دیگر با مقادیر بیش از حد معمولی سمی می‌شوند، بنابراین شخص باید همیشه از این نکته آگاه باشد. از آنجایی که ماده موثره گیاهی منشاء طبیعی دارد، این بدان معنی نیست که سمی نباشد، مسلماً هم ماده موثره و هم خود گیاه ممکن است سمی باشد.

موارد مصرف و روش‌های آماده کردن گیاهان دارویی

درمان موفقیت‌آمیز با گیاهان دارویی به مقدار زیادی بستگی به روش آماده کردن آن‌ها برای مصرف دارد. در طب خانگی غالباً به شکل تیزان، گرد یا تفاله (خمیری که از له کردن بافت‌های تازه به دست می‌آید) مصرف می‌شود. گرد گیاهان باید به حد کافی نرم باشد تا شیره‌های گوشتی بتوانند ماده موثره را از آن استخراج کنند. مصرف گیاهان دارویی به شکل گرد بدن را قادر می‌سازد تا این ترکیبات را به‌طور پیوسته و کامل جذب کند. بسیار بجاست اگر این روش را بهترین روش استفاده از گیاهان دارویی محسوب کنیم. به‌طور کلی مقدار لازم از گرد گیاهی را در کمی آب به حالت تعلیق درآورده و سپس می‌خورند. خمیر گیاهی غالباً بر روی زخم مالیده می‌شود. لازم است که گیاه یا بخشی از گیاه را شست، سپس آن را بر روی یک سطح تمیز گذاشت و سپس با یک کارد پهن له کرد. با این روش ممکن است میکروارگانسیم‌های زنده وارد زخم شوند. از گیاهان دارویی غالباً به شکل تیزان استفاده می‌شود که با جوشاندن یا دم

کردن تهیه می‌شوند. دم کردن عبارت است از ریختن آب جوش بر روی مقدار متناسبی دارو و صبر کردن به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه. روش دیگر عبارت از ریختن دارو و آب سرد در یک ظرف درپوش دار و سپس حرارت دادن تا نقطه جوش و بی‌درنگ دور کردن آن از منبع حرارت و کنار گذاشتن به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه. روش دوم بهتر است.

جوشاندن عبارت است از ریختن دارو در آب سرد، حرارت دادن تا حد جوش، ادامه جوشاندن به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه، سپس کنار گذاشتن به مدت یک ربع. بسیاری از ترکیبات فعال گیاهی با این روش جوشاندن تجزیه می‌شوند.

نرم بودن گرد گیاهی اهمیت زیادی دارد. در بیشتر موارد ترکیبات موثر در درون باخته‌های گیاهی قرار دارند که توسط انحلال (دم کردن یا جوشاندن) باید از آن استخراج شوند. بنابراین لازم است که پیش از ساختن تیزان پوست، ریشه‌ها شاخه‌ها یا برگ‌های ضخیم گیاهانی نظیر انگور خرس را به تکه‌های بسیار ریزی خرد کرد. اگر این کار انجام نشود، این احتمال وجود دارد که بخش کوچکی از ترکیبات فعال گیاه در تیزان حل شوند.

انتخاب بین جوشاندن و دم کردن بیشتر به خواص شیمیایی مواد موثره موجود در گیاه بستگی دارد. به‌طور کلی گیاهانی را که روغن‌های فرار دارند همیشه با دم کردن آماده می‌کنند و هیچگاه با جوشاندن تهیه نمی‌شوند. برای گیاهان گلیکوزیددار نیز همین‌طور است، اما اگر گلیکوزیدها خیلی کم محلول باشند، گیاه را می‌توان مدت کوتاه (۲ تا ۵ دقیقه) جوشاند. گیاهان موسیلاژدار را نیز دم می‌کنند تا از انهدام مواد موثر آن‌ها جلوگیری شود. اما گیاهانی که موسیلاژ فراوان دارند (مانند دانه‌های برزک و به) باید به مدت ۱۰ تا ۳۰ دقیقه در آب سرد خیسانده شوند و پس از آن هم خیسانده آبی و هم خود گیاه خورده شود. اما گیاهان تانن‌دار را طبق یک قاعده می‌گذارند به مدت چند دقیقه بجوشد. هنگامی که از مخلوطی از گیاهان با حساسیت‌های مختلف نسبت به حرارت استفاده می‌شود، بهتر است که از

زیستگاه و گردآوری: این گیاه به حالت وحشی در منطقه مدیترانه، از اسپانیا تا خاورمیانه و نیز در شمال آفریقا و برخی نواحی آسیا می‌روید.

ایران: نواحی غربی ایران، اراک، اطراف دماوند، تبریز، خوی و ارومیه

ترکیبات و اثر: ریشه روناس ضخیم حاوی مشتقی از آنتراکینون به نام آلیزارین (Alizarin) است و به همین جهت خاصیت ملین و مسهلی دارد. یکی از اثرهای بسیار جالب این گیاه خاصیت انحلال سنگ‌های مجاری ادراری است بدین ترتیب که نمک‌های منیزیم، آلومینیوم، سدیم و آمونیم را حل کرده و سنگ را برای خروج آماده می‌کند، همچنین به علت داشتن مقادیری تانن خاصیت قابض نیز دارد.

مصرف: از جوشانده ۱۵ - ۳۰ در هزار ریشه نیمکوب، گرد ریشه به مقدار ۱ - ۴ گرم در روز به شکل محلول و نیز عصاره آبی آن به مقدار ۰/۳ تا یک گرم استفاده می‌شود.



زرشک

شرح: درختچه‌ای خاردار به ارتفاع ۱ - ۳ متر و دارای شاخه‌های شکننده است. شاخه‌های کوتاه یا جوان آن دارای برگ‌هایی به وضع متناوب یا تقریباً فراهم است. کناره برگ آن دندان‌هایی منتهی به خارهای ریز و نازک

روش تهیه‌ای استفاده شود که مناسب ناپایدارترین آن‌هاست و تمام بافت‌های چوبی را به قطعات کوچکی تبدیل کرد تا استخراج مواد موثر به‌خوبی انجام شود.

مقدار گیاه مصرفی، به وضع بیمار تحت درمان و کیفیت گیاه دارویی بستگی دارد. در شرح مربوط به گیاهان، مقداری که باید مصرف شود همیشه مشخص شده است اما برای بیماران ضعیف و کودکان این مقدار باید کاهش یابد.



روناس

شرح: گیاهی علفی، پایا به ارتفاع بین یک تا ۱/۵ متر است که دارای ساقه چهار گوش و پوشیده از خارهای کوچک و قلاب شکلی است که با آن به تکیه‌گاه‌ها متصل می‌شود. این خارها همچنین در کناره‌های برگ و رگبرگ میانی دیده می‌شوند. برگ‌های آن بیضوی دراز و نوک تیز است و با آن که به ظاهر مجتمع به تعداد ۶ تایی در طول ساقه دیده می‌شود معهذاً بیش از دو عدد آن‌ها برگ نیست و بقیه استیپول‌هایی با ظاهر برگ مانند می‌باشد. گل‌های آن کوچک، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهای متعدد در محور ساقه و یا در قسمت‌های انتهایی آن است. میوه‌ای گوشتدار و به رنگ قرمز تیره دارد.

قسمت مورد استفاده: ریزوم و ریشه

دارد. گل آن که در اردیبهشت و خرداد ظاهر می‌شود، به رنگ زرد زیبا و مجتمع به شکل خوشه‌های آویخته است. میوه آن کوچک، قرمز رنگ و بیضوی است و مزه‌ای ترش (ملایم) دارد.

قسمت مورد استفاده: از تمام قسمت‌های این گیاه (پوست، ریشه، ساقه و میوه) برای درمان استفاده می‌شود. پوست ساقه را در سایه می‌خشکانند.

زیستگاه: این درختچه در جنگل‌های اروپا و آسیا یافت می‌شود.

ایران: زرشک در نواحی شمالی ایران، آذربایجان، ارتفاعات البرز، رودبار، جنگل کندوان، مازندران، خراسان و بسیاری دیگر از نواحی ایران می‌روید.

ترکیبات و اثر: برگ، چوب و پوست این گیاه دارای آلکالوئیدی به نام بربرین (Berberine) است. ولی مقدار آن در پوست بیشتر است (۱/۷ درصد)، علاوه بر این در جوانه‌ها و ریشه آن مقداری قند، مواد رزینی موسیلاژی و

پکتینی وجود دارد.

مصرف: ریشه و پوست ساقه این گیاه از داروهای تلخ بشمار می‌آید و دارای اثر مقوی، صفرابر و مسهل است. از پوست ثانوی ریشه و ساقه زرشک که از نظر درمانی با ارزش است در خونروی‌هایی که در فواصل قاعدگی رخ می‌دهد استفاده می‌شود.

میوه زرشک دارای مقادیر زیادی ویتامین C است که از لیمو ترش بیشتر است و به همین جهت در درمان بیماری آسکوربوت از آن استفاده می‌شود. یکی از مهم‌ترین خواص آن خاصیت انقباض عروق به خصوص عروق رحمی است. امروزه از زرشک برای معالجه ناراحتی‌های کبد و گرفتگی‌های صفاوی استفاده می‌شود و بنابراین برای کسانی که از درد کیسه صفرا به شدت رنج می‌برند یکی از با ارزش‌ترین داروهاست. معمولاً برای این مصارف از دم کرده زرشک استفاده می‌شود. میزان مصرف گرد ساقه آن یک چهارم قاشق مرباخوری چندین بار در روز است.

