

# گیاهان داروئی و داروهای گیاهی

گردآوری و تنظیم: دکتر سید احمد نقوی

تاریخ پیدایش بیماریها در انسان قدمتی به تاریخ خلقت بشر دارد. اولین تجارب انسان در درمان بیماریها آن هنگام آغاز گردید که بشر به طور اتفاقی درمان خویش را در طبیعت یافت. در دو دهه اخیر توجه اندیشمندان پزشکی به استفاده از طب سنتی و گیاهان دارویی می‌باشد. نخستین متون نوشتاری از کاربرد گیاهان دارویی در دوره پیش از تاریخ را می‌توان در سنگ نوشته های آشوریان، در پاپیروس‌های مصری و نوشته‌های کهن چین، هند، ایران باستان و سایر اقوام و ملل باستانی قدیم دید. در دو دهه اخیر همگام با رشد شیوه‌های درمانی مکمل یا جایگزین، گیاه درمانی مورد توجه مردم و جوامع پزشکی قرار گرفته است این رویکرد گیاه درمانی، اگر چه جهانی است ولی به فرهنگ و سطح اقتصادی و علمی هر کشوری نیز بستگی دارد. در کشورهای مختلف جهان الگوهای متفاوتی برای بکارگیری گیاهان در نگهداری از تندرستی مردم وجود دارد. در پاره‌ای از کشورها همانند چین، هند و چند کشور دیگر در کنار پزشکی رسمی (نوین) پزشکی سنتی آن کشور هم از استقلال عمل برخوردار است و گیاه درمانی جدا از مکتب پزشکی رسمی در شیوه‌های درمانی سنتی جایگاهی ویژه دارد.

با توجه به کاربرد گسترده و بازار آشفته آن در بسیاری از کشورها و این باور نادرست که گیاهان دارویی هر دردی را درمان می‌کنند و هیچگونه خطر و زیانی در پس ندارد عرضه اطلاعات علمی در مورد کاربرد گیاهان برای جامعه پزشکی و مردم از اهمیت بالایی برخوردار است.

### تاریخچه تجویر گیاهان دارویی

در خلال توسعه همه تمدن های بشری، همیشه ارتباط تنگاتنگ و نزدیکی بین انسان و گیاه وجود داشته است. با این وجود بیشتر گونه های گیاهی هنوز بررسی نشده و ناشناخته مانده اند از ۳۵۰۰۰۰ گونه گیاهی که در روی کره زمین شناسایی شده اند حدود ۱۰ هزار گونه از لحاظ داروئی بررسی شده اند و هنوز زمان زیادی مانده تا منابع جدید و با ارزش گیاهی کشف گردد. گیاهان را می توان به عنوان منبعی از مواد شیمیایی و بالقوه مفید دانست که هنوز همه آنها مورد بهره برداری واقع نشده اند این مواد نه تنها به عنوان دارو، بلکه به عنوان یک الگوی بی نظیر، نقطه شروعی برای ساختن آنالوگ ها می باشند و همچنین به عنوان یک ابزار جالب به فهم و درک بیشتر و بهتر پدیده های بیولوژیکی کمک می نمایند. کشور ایران از جمله کشورهایی است که هم بواسطه سابقه تمدن چند هزار ساله وهم به خاطر موقعیت خاص جغرافیایی و شرایط اقلیمی و آب و هوای مختلف که محل رشد انواع گوناگونی از گیاهان است از جهت طب سنتی و گیاه درمانی غنی می باشد

همین امر باعث رشد و شکوفایی این علم شده برای اینکه بدانیم هرکشوری چگونه در گذشته، بیماریهای خود را درمان می کرده اند باید طب سنتی آن کشور بررسی شود و دید آیا آن دارو را امروز هم می توان استفاده کرد یا خیر. و در صورت مثبت بودن نتایج آزمایشها آن داروی گیاهی را، به شکل دارویی مناسب با زندگی فعلی جامعه در آوریم و در صورت لزوم جایگزین یک داروی شیمیایی با عوارض جانبی بنمائیم. نکته ای که باید به آن توجه کرد آن است که طب سنتی غیر از گیاه درمانی است و نباید این دوبا هم اشتباه شده و یکی در نظر گرفته شود.

در طب سنتی ممکن است بجز گیاه از انواع درمانهای دیگر هم استفاده شود. مثلاً درمان با چشمه های آب معدنی ، درمان با بعضی از خاک ها و گل ها، غذادرمانی و استفاده از مواد خوراکی و دیگر انواع که در طب سنتی ایران هم به آنها توجه شده است. همچنین باید توجه کرد که طب سنتی ایران را نباید با طب سنتی اسلامی یکی در نظر گرفت زیرا قبل از ورود دین اسلام به ایران قطعاً پزشکانی وجود داشته اند . هنگامی که به طب سنتی اسلامی اشاره می کنیم خود را به برهه ای از زمان محدود می کنیم در صورتیکه طب سنتی ایرانی قبل از ظهور اسلام هم وجود داشته است طب سنتی را مجموعه ای از شناخت و فعالیت عملی در زمینه تشخیص ، پیشگیری و درمان تعریف کرده اند که از یک نسل به نسل دیگر می رسد و در حقیقت نتیجه ای از دانش پزشکی و تجربه های عملی موروثی و باورهای فرهنگی است. لذا منشاء طب سنتی ایران آمیخته ای از علم و فن پزشکی و فرهنگهای یونانی ، هندی، چینی ، بابلی، آشوری، اسکندرانی ، روسی ، عرب و ایرانی بوده است . بایرفرانسوی (Bayer) که یکی از اساتید تاریخ پزشکی است در دائرالمعارف علوم پزشکی جلد ۵۸ مربوط به تاریخ پزشکی چنین می نویسد. «اصول عقاید پزشکان قدیم به منزله مخزنی است که می توان حقایق سودمندی از آن استخراج کرده مشروط براینکه با کمال دقت تحت بررسی قرار گرفته مطالب صحیح را از غلط جداکنند.

مزایایی که برای طب سنتی عنوان می گردد عبارتند از : ۱- ارتباط فرهنگی میان بیمار و طبیب ۲- ارزانی نسبی خدمات بهداشتی، درمانی و دسترسی بهتر به منابع دارویی ۳- گیاهان پرورده طبیعت هستند سنخیت بیشتری با بدن انسان دارند و با طبیعت انسان موافق می باشند. ۴- تولید دارو از منابع گیاهی و کاهش وابستگی در کشور را به دنبال خواهد داشت. ۵- موجب کاهش خروج ارز از مملکت می گردد. ۶- ایجاد کار و رونق کشاورزی ۷- در بسیاری از گیاهان ماده مؤثره منحصر به فردی یافت نمی شود وهمین امر موجب دوز پائین مواد مؤثره موجود در یک گیاه و برخورداری از اثرسینرژیسم در مبحث داروسازی می شود. مثلاً برگ گیاه دیژیتال از لحاظ درمانی همانند گلیکوزید

دیژیتال است ولی شدت اثر سوء آن راندارد امروزه ثابت شده است که در برگ گیاه دیژیتال ماده ای به نام ساپونین است که از شدت اثر سوء دیژیتال می کاهد. داروهای گیاهی سنتی به صرف آنکه از منابع طبیعی گرفته شده اند همگی بی زیان نیستند چرا که تجربه طولانی مدت قرون گذشته همراه با روشهای آماری صحیح و پیگیری بیماران سالها پس از درمان نبوده است لذا بسیاری از عوارض نامطلوب بر ما پوشیده است.

برای پیگیری تاریخچه گیاهان داروئی ابتدا باید تاریخچه فارماکولوژی را بررسی نمود زیرا تا قرن نوزدهم میلادی از گیاهان داروئی جهت درمان بیماریها استفاده می شد. کشف ویژگیهای درمانی گیاهان باید ناشی از نوعی غریزه انسانی باشد. انسان اولیه از گیاهان بعنوان غذا و دارو استفاده می کرد و در این راستا انسان به مرور زمان و در اثر آزمایش و خطا و نیز تجربه های ناموفق فراوان موفق به کشف برخی از ویژگیها در بعضی از گیاهان شده است. و بر اساس این گونه ویژگیها گیاهان را شناسایی و طبقه بندی کرد او هم چنین مشاهده کرد که چگونه حیوانات به هنگام بیماری از گیاهان استفاده می کنند بعنوان مثال: وقتی دید که یک گوزن زخمی برای تسکین درد، تن خود را به علف مبارک می مالد به خاصیت ضد درد آن گیاه پی برد و بعدها برای تسکین درد زخمهایش آن را به کار گرفت. گیاه دیگر مرغ است که گربه ها از آن استفاده می کردند که خاصیت تهوع آور دارد بسیاری از نویسندگان به دانش غریزی حیوانات از گیاهان داروئی اشاره کرده اند. مثلاً می توان به استفاده گوزنهای ماده از زرابند برای تسهیل زایمان اشاره کرد و همچنین از کاربرد گیاه شیپوری وحشی توسط خرسها یاد کرد بیش از تشخیص گیاهان سودمند و درمانگر از گیاهان سمی موارد مسمومیت اتفاقی بسیاری می بایست رخ داده باشد.

در بین الملل جهان مصریان قدیم را باید نخستین ملتی دانست که از گیاهان داروئی به نحو گسترده ای استفاده می کردند در عصر هومر کشور مصر بعنوان منطقه غنی از گیاهان داروئی و سمی شهرت یافت. پایروس مشهور ابرس که گمان می رود سه هزار و پانصد سال پیش نوشته شده است حاوی مجموعه ای از دستورالعملهای دربردارنده بسیاری از داروهای دارای منشاء گیاهی که از آن جمله می توان به روغن، سرکه، تربانتین، انجیر، روغن کرچک، سیر، کندر، افسنتین، صبر زرد، تریاک، زیره، نعنا، زعفران، تخم کتان، خشخاش، انگور و پیاز اشاره کرد.

در مورد پزشکی ایران باستان اطلاعات زیادی بر جای نمانده است. نامورترین پزشک مسلمان، رازی بوده است که وی طیب، فیلسوف و شیمیدان معروفی می باشد معروفترین کتاب وی الحاوی است دانشمند و طبیب نامور دیگر ابوعلی سینا است مهمترین کتاب وی در خصوص پزشکی، القانون

است که بخش دوم این کتاب حدود شصت داروی معدنی، گیاهی و حیوانی مورد بحث قرار می دهد.

### فرآوری گیاهان دارویی:

به منظور استفاده از ویژگیهای درمانی گیاه، باید ترکیبات دارویی موجود در آن را طی فرآیندی خاص استخراج نمود دانش مرتبط با این فرآیندها، شاخه ای از داروسازی را به وجود می آورد که دارو سازی جالینوسی خوانده می شود.

کاشت و برداشت گیاهان دارویی:

همانگونه که می دانید گیاهان دارویی به واسطه یک سری مواد موثره در درون خود باعث اثرات درمانی می شوند که از جمله این مواد می توان به آلکالوئیدها، اسانس ها، گلیکوزیدها، تانن ها، فلاونوئیدها و غیره اشاره نمود. تفاوت های محیطی مانند رطوبت، دما، فشار، ارتفاع جغرافیایی، محل رویش گیاه و نوع خاک تاثیر قابل توجهی در میزان تولید این مواد موثره در گیاهان دارند همچنین زمان کاشت گیاه و زمان مناسب برداشت گیاه دارویی بسیار مهم است تا حداکثر مقدار ماده موثره در گیاه تولید شده باشد زیرا گاهی برداشت زود موقع یا دیر هنگام گیاه باعث کم یا عاری شدن گیاه از مواد حاصله می شود بهترین زمان برداشت گیاه بستگی به اندام مورد استفاده در درمان نیز دارد مثلا اگر اثر درمانی گیاهی به واسطه مواد موجود در ریشه گیاه باشد معمولا باید در پاییز پس از خاتمه فعالیت های گیاهی اقدام به برداشت نمود و یا اگر ماده موثره بیشتر در برگ های گیاه وجود داشته باشد باید هنگامی که عمل فتو سنتز در حد اکثر است که اغلب مصادف با موقع گل دهی گیاه می باشد انجام شود همچنین اینکه عمل برداشت با دست و یا دستگاههای صنعتی انجام شود بستگی به نوع گیاه دارد مثلا زعفران یا گل انگشتانه حتما باید با دست جمع آوری شوند و گرنه خراب خواهند شد.

### عصاره گیری و استخراج مواد موثره گیاهان دارویی: این مرحله بسیار دارای اهمیت است زیرا

استفاده از روشهای نادرست استخراج می تواند موجب شود که ماده موثره اصلا در عصاره وجود نداشته باشد. معمولا در روش های سنتی از روشهایی مانند جوشاندن و یا دم کردن گیاه برای عصاره گیری استفاده می کنیم اما باید دانست که بسیاری از مواد موثره با این روشها استخراج نمی شوند در صنعت از حلال های مختلفی مانند آب، الکل، اسید استیک، اتر و غیره استفاده می شود که انتخاب حلال، بستگی به ماهیت شیمیایی ماده موثره ای دارد که مطلوب است از گیاه استخراج و مصرف شود همچنین عصاره گیری با استفاده از دستگاههای خاصی که راندمان عصاره گیری را

مطلوب می کنند و تحت شرایط و زمان مناسب انجام می شود هدف از عصاره گیری استخراج هرچه بهتر و بیشتر ماده موثره و جداسازی ترکیبات بی اثر مانند سلولز و مواد رنگی و بافت های هم بند از گیاه، و دور ریختن آنهاست.

### **برخی شیوه های ساده استخراج شامل مراحل زیر می باشد.**

الف) جوشاندن: گیاه کامل یا برخی از بخشهای آن را به مدت معینی در آب جوشانده سپس قبل از صاف کردن اجازه می دهند که مدت نسبتاً زیادی خیس بخورد. پس آن را صاف کرده و استفاده می کنند.

ب) دم کردن: روش دم کردن هنگامی که عصاره گیری از بخشهای نرم و شکننده گیاه مانند برگ، گل یا غنچه مورد نظر باشد مناسب است. در این روش مقداری آب جوش بر روی بخش مورد نظر از گیاه ریخته می شود. ظرفی که برای اینکار در نظر گرفته می شود باید شیشه ای یا سفالی باشد تا از تشکیل تانات آهن جلوگیری شود زیرا اکثر گیاهان حاوی تانن هستند که می توانند با ظروف فلزی ترکیب شده املاح تانات را به وجود آورند.

پس از ریختن آب جوش بر روی گیاه باید فوراً درب ظرف بسته شود بسته به نوع گیاه پس از مدت معینی مایع به دست آمده را صاف و از آن استفاده می کنند.

ج) خیساندن: سومین روش ساده خیساندن گیاهان دارویی می باشد که مواد فعال آنها در آب سرد قابل حل می باشد برای اینکار تنها باید گیاه را چند ساعت در آب سرد گذاشت تا در این مدت تمام مواد فعالی که برای آزاد شدن نیازی به حرارت ندارند وارد محل شوند. بازده لعاب برخی از گیاهان مانند گل ختمی و پنیرک از طریقی خیساندن در آب سرد بالاتر از بازده آن در روش گرم کردن است.

د) عصاره گیری مستقیم: چهارمین روش استخراج عصاره گیری فشردن اندام گیاهی است در این روش گیاهان دارویی حاوی ماده دارویی مورد نظر باید تازه بوده و حاوی آب فراوان باشند. برای استفاده از این روش نخست گیاه تازه را اندکی جوشانده سپس با فشردن عصاره آن را می گیرند.

به این گونه فرآورده های دارویی عصاره اطلاق می شود. عصاره های حاصل از هر چهار روش فوق نوعی محدودیت زمانی دارند و به همین دلیل از آنها به عنوان عصاره های دارای عمر کوتاه یاد می شود در واقع در هر چهار روش جوشاندن، دم کردن، خیساندن و فشردن برخی ترکیبات حاصل

می‌شود که به سرعت دچار اکسیداسیون و تخمیر می‌شوند و در این فرآیندها ماهیت ماده داروئی، در نتیجه طعم مایع حاصل را تغییر داده و آن را غیر قابل مصرف می‌کنند.

برای پیشگیری از این امر می‌توان برخی از ترکیبات محافظ به عصاره افزود. موضوع نگهداری مواد داروئی استخراج شده اهمیت بسیار زیادی دارد برای این منظور روشهای نگهداری متعددی ابداع شده است که با استفاده از آنها می‌توان در هر زمان هر مقدار از ترکیبات داروئی فعال را مورد استفاده قرار داد.

دشواری جستجو و گردآوری گیاهان داروئی کمیاب یا غیر بومی و همچنین کوتاهی دوره برداشت این گیاهان از جمله مشکلاتی است که برای تهیه گیاهان داروئی موجود می‌باشد.

### **نکاتی در خصوص کشت و ریخت شناسی گیاهان داروئی:**

پرورش گیاهان داروئی آسان نبوده، تولید آنها دارای مشکلات خاص خود می‌باشد یکی از این مشکلات انتخاب مکان است که باید بر پایه نیازهای گونه گیاهی مورد نظر تعیین شود یعنی به صورتی باشد که شرایط رشد در آن بیشترین شباهت ممکن را با شرایط احتمالی زیستگاه طبیعی گیاه داشته باشد. دما، میزان رطوبت و ارتفاع زمین همگی از عواملی هستند که برای رسیدن به بهترین نتیجه باید در نظر گرفته شوند.

### **ریخت شناسی گیاه:**

**ریشه:** ریشه اندامی است که گیاه را درون خاک نگه داشته آن را قادر به جذب آب و مواد غذایی از خاک می‌کند.

**ساقه:** دومین قسمت مهم گیاه است. ساقه اندامی برای نگه داشتن شاخه، برگ، گل و میوه بوده  
**برگ:** برگ اندامی است سبز رنگ که شامل پهنک (Lamina): دمبرگ، غلاف و گوشوارک است به ندرت امکان دارد که تمام این اجزاء در همه برگها باشد اما معمولاً ترکیبی از پهنک و یک یا چند جزء دیگر وجود دارد.

### **انتشار مواد موثر در اندامهای مختلف گیاه:**

۱- کل اندام گیاه: مانند رازیانه، علف چشمه، خرزهره

۲- بذر: مانند خاک شیر- سیاه دانه- زیره

۳- برگ: آویشن، به لیمو

۴- ساقه: دارچین، رزماری

۵- سرشاخه‌های گلدار: مریم گلی، پونه، نعنای، آویشن

۶- ریزوم: زنجیل، زردچوبه، سنبل‌الطیب

۷- میوه: زیتون، عناب

۸- ریشه: رناس، شیرین بیان

۹- گل: بابونه، گل محمدی، زعفران، اسطوخودوس

۱۰- پیاز: سیر و پیاز

### تولید اشکال دارویی، بسته بندی مناسب و انبار داروهای گیاهی:

در این مرحله مناسب ترین شکل دارویی (قرص، کپسول، شربت، پماد و...) با توجه به ماهیت شیمیایی و فیزیکی ماده موثره گیاهی انتخاب می شود این عمل موجب استفاده راحت تر و علاوه بر آن با افزودن مواد محافظ ضد میکروبی و مواد آنتی اکسیدان ماندگاری و کیفیت فرآورده بیشتر خواهد شد همچنین می توان اطمینان داشت که با مصرف یک دوز از فرآورده مقدار مورد نیاز ماده موثره نه کمتر و نه بیشتر به بیمار خواهد رسید پس از تهیه شکل دارویی بسته بندی که موجب حفاظت دارو از نور، حرارت، آلودگی و رطوبت خواهد شد انجام شده و در انبارهای خنک و تاریک با تهویه مناسب نگهداری و سپس به بازار عرضه خواهد شد در صورتی که با تهیه گیاه خشک و مصرف آن نمی توان از شرایط نگهداری مناسب دارو اطمینان داشت. نکاتی که باید در رابطه با استفاده از فرآورده های گیاهی بدانیم و خودسرانه اقدام به مصرف نکنیم:

الف) بسیاری از گیاهان دارویی در دوران بارداری، شیر دهی، مشکلات کلیه، کودکی و یاسالخوردگی منع مصرف دارند و باید با احتیاط کامل و تحت نظر پزشک استفاده شوند.

ب) با مصرف خودسرانه گیاهان دارویی نمی توان مقدار دقیقی از ماده موثره را استفاده نمود و در صورت مصرف زیادتر عوارض جانبی نا مطلوب و در صورت مصرف کمتر عدم درمان در پی خواهد داشت.

پ) بسیاری از گیاهان دارویی که به صورت خام خریداری می شوند ممکن است در اثر نور، رطوبت و یا حرارت ماده موثره خود را از دست داده باشند و یا زمان مصرف آنها سپری شده باشد.

ت) تداخلات داروهای شیمیایی با گیاهان دارویی بسیار مهم است و گاه مصرف گیاه موجب کم اثر شدن داروهای شیمیایی مصرفی خواهد شد که این امر لزوم مصرف داروهای گیاهی را تحت نظر پزشک آشکار می سازد.



ت) ایمنی فرآورده‌های گیاهی متضمن بررسی‌های دقیق علمی و کنترل‌های کمی و کیفی و بالینی آنها می‌باشد که این مورد در رابطه با داروهای گیاهی انجام می‌شود نه گیاهان دارویی خام.

### طبقه بندی گیاهان داروئی:

انجمن محصولات گیاهی آمریکا سلامت و بی‌خطری محصولات گیاهی را در کتاب سلامت فرآورده‌های گیاهی به چهار دسته زیر تقسیم نموده است که تقسیم‌بندی بر اساس استفاده منطقی از گیاه است.

گروه یک: گیاهانی اگر درست مصرف شوند بی‌خطر می‌باشند.

گروه دو: گیاهانی که به یکی از دلایل زیر مصرف آنها محدود است.

الف: فقط برای استفاده موضعی

ب: در دوران بارداری نباید استفاده شوند

ج: در دوران شیردهی نباید استفاده شوند.

د: در دیگر موارد محدودیت مصرف که قید شده باشد.

گروه ۳: گیاهانی که دارای برچسب زیر می‌باشند:

«تنها باید تحت نظر یک شخص ماهر به طور مناسب مصرف شود» برچسب باید حاوی اطلاعاتی مانند میزان مصرف، موارد منع مصرف، عوارض جانبی بالقوه و تداخلات داروئی و یا اطلاعات مربوط به استفاده صحیح از آن ماده باشد.

گروه ۴: گیاهان که داده‌های کافی برای طبقه‌بندی آنها وجود ندارد.

در زیر اسامی برخی داروهای گیاهی را می‌آوریم که بیشترین استفاده را در داروخانه‌ها دارد:

ضد سرفه‌ها: برنکو تیدی، تیممیان، توسیان که همگی دارای عصاره آویشن بوده که اثرات ضد

سرفه داشته و همچنین ایمنی آنها در شیردهی و بارداری ثابت نشده است

فرآورده‌های پوستی: پماد کالاندولا، از عصاره گل همیشه بهار است که برای تسکین التهاب و

تحریک پوست بدن شیرخواران استفاده می‌شود.

کاپکس: عصاره فلفل می‌باشد برای رفع دردهای روماتیسمی استفاده می‌شود.

کرم کامیل: از عصاره بابونه حاصل می‌شود که در درمان التهاب‌های پوستی ناشی از خراش‌ها

و ترک‌های پوستی به کار می‌رود.

قطره آنتی میگرن: عصاره سنبل‌الطیب است و برای سردردهای میگرنی با منشاء عصبی مورد

استفاده قرار می‌گیرد.

کپسول تانامیگرن: بعنوان پیشگیری کننده حملات میگرنی به کار می‌رود این دارو را نباید به طور ناگهانی قطع کرد از این داور به عنوان پروفیلاکسی در درمان میگرن استفاده می‌شود پس باید به صورت مرتب مورد استفاده قرار بگیرد. والریک (شربت)، کپسول والرین، قرص نتوگل و شربت سداسین، در تنش‌های عصبی و بی‌خوابی‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند که حاوی عصاره گیاه سنبل‌الطیب می‌باشند. از استفاده طولانی مدت آن‌ها خودداری کنید. یبوست: شربت لاگزارسیسی، (حاوی روغن کرچک می‌باشد) در درمان یبوست مورد استفاده قرار می‌گیرد.

شیاف لوبری تیدی: این فرآورده به عنوان نرم کننده و ملین در پیشگیری و درمان یبوست به کار می‌رود.

ساشه موسیلیویم: که از پوسته دانه گیاه اسفرزه تهیه می‌شود که سبب افزایش تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات آن می‌شود مصرف زیاد موسیلیویم ممکن است باعث انسداد روده و مری شود.

داروهای ضد یبوست باید به همراه میزان بسیار زیاد آب مصرف شوند تا موثر واقع شوند زیرا این کار سبب می‌شود که آب از دست رفته بدن تامین شود.

قطره میرتکس: حاوی اسانس گیاه مورد است که در درمان آفت دهانی به کار می‌رود. پماد میرتوپلکس: در درمان تبخالهای پوستی استفاده می‌شود از تماس این دارو با چشم خودداری کنید.

قطره پرسیکا: در پیشگیری از جرم دندانها و پوسیدگی آنها مورد استفاده است و عصاره گیاه مسواک و نعنا می‌باشد.

پلانتازل: در درمان اسهال غیرعفونی به کار می‌رود. این ماده با جذب آب محتویات داخل روده موجب آن می‌شود که زمان توقف آنها در روده افزایش یابد از گیاهان نعنا و بارهنگ درست شده است.

قطره سنکل: برای دفع سنگهای مجاری ادرار، تسکین دردهای کلیوی و عفونت‌های مجاری ادراری بکار می‌رود.

این قطره از عصاره گیاهان داروئی نظیر: دانه رازیانه (۲۵٪)، دانه زیره سبز (۱۲/۵٪)، برگ بو (۱۲/۵٪)، دم گیلان، کاکل ذرت، میوه خارخاسک و تخم خربزه، تشکیل شده است در افراد حساس به کاکل ذرت ممکن است ایجاد واکنش آلرژیک نظیر درماتیت تماسی و کهیر شود.

شیرافزا: جهت افزایش شیرمادر به کار می‌رود و نیز باعث بر طرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش طفل می‌شود. قطره شیرافزا از عصاره هیدروالکلی گیاهان چون دانه رازیانه، زیره سبز، شنبلیله و اندام‌هوایی شوید تشکیل شده است.

ویتاگنوس: جهت رفع اختلالات قاعدگی و اختلالات یائسگی به کار می‌رود. این گیاه حاوی ۸۰-۹۰ میلی گرم عصاره خشک پنج انگشت می‌باشد. این فرآورده با توجه به اثرات هورمونی آن در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی‌شود.

### در این جا به ذکر برخی اختصاصات درمانی، شناخت و ایمنی برخی گیاهان و میوه‌ها که خاصیت درمانی دارند می‌پردازیم.

لیموترش: در طب سنتی از لیموترش به عنوان دارویی موثر در درمان عفونت‌های روده و ریه، مالاریا، بی‌اشتهایی، واریس، چاقی، یرقان و بالا بودن فشار خون یاد شده است. و برای پیشگیری از بیماری اسکوری که ناشی از کمبود ویتامین C می‌باشد شهرت جهانی دارد. ویتامین C یک آنتی اکسیدان قوی است که اثر عمیقی بر روی سلولها دارد از جمله، جلوگیری از ظهور تغییرات سلولی در جهت سرطانی شدن و همچنین از پیری سلولها جلوگیری می‌کند. آنتی اکسیدانها خاصیت ضد رادیکالی دارند.

سنب‌الطیب: بخش مورد استفاده دارویی این گیاه ریز و مفا و ریشه‌های کوچک آن است. گیاه دارای اثرات ضد تشنج، رفع ناراحتی‌های عصبی، آرام بخش، ضد تب، ضد بی خوابی، ضد میگرن. ضد فشارخون، ادرارآور و التیام دهنده زخم‌ها می‌باشد. که به شکل‌های پودر، قطره، کپسول. برای مصارف بی‌خوابی، میگرن. اضطراب، دل‌پره و افسردگی به کار می‌رود. در بارداری و شیردهی، بیماریهای کبدی و کودکان زیر ۱۴ سال منع مصرف دارد.

بادرنجبویه: این گیاه از خانواده نعنا می‌باشد و پزشکان سنتی مشرق زمین سالهاست برای درمان مشکلات خلقی از آن استفاده می‌کنند. دم کرده این گیاه به صورت سنتی جهت درمان بی‌خوابی، اضطراب، مشکلات دستگاه گوارش، افسردگی و میگرن مورد استفاده قرار می‌گیرد. بادرنبویه در اشکال مختلف مثل پودر، قطره خوارکی، شربت، ژل سوختگی و چای کیسه‌ای موجود می‌باشد در بارداری و شیردهی منع مصرف دارد.

گیاه خار مریم: فرآورده‌های این گیاه از تخم‌های داخل میوه تهیه می‌شوند. مهمترین کاربرد این گیاه اثر حفاظتی روی کبد است. عصاره گیاه خار مریم حاوی فلاونوئیدها می‌باشد. که خاصیت آنتی‌اکسیدانتی دارند و برای از بین بردن رادیکالهای آزاد حاصل از سوخت و ساز بدن مفید می‌باشد. فرآورده‌های دارویی آن به شکل کپسول قرص، چای کیسه‌ای در دنیا عرضه می‌شود. روغن خار مریم جهت شفافیت دست و صورت و رفع خستگی پوست مصرف می‌شود. کودکان زیر ۱۲ سال باید با احتیاط مصرف کنند.

نعنا: نعنا از قدیم به عنوان یک گیاه معطر و برطرف کننده ناراحتی‌های دستگاه گوارش به کار رفته است خود برگ و اسانس نعنا هر دو استفاده دارویی دارد. در طب سنتی از برگ‌های نعنا جهت برطرف کردن دردهای قاعدگی، تهوع، استفراغ، و عفونت مجاری تنفسی استفاده می‌شود. از اسانس نعنا جهت رفع نفخ، درد شکم، اسهال و سوء هاضمه استفاده می‌شود. منتول که نام دیگر اسانس نعنا و مواد موثره درون اسانس می‌باشد اثر آرام کننده دردهای موضعی داشته و به صورت پماد یا کمپرس جهت کاهش دردهای عصبی و دندان درد و سردردهای یک طرفه استفاده می‌شود. به علت خاصیت خنک کنندگی منتول از اسانس نعنا، در سرما خوردگی و گرفتگی مجاری تنفسی استفاده می‌شود. در دوران بارداری منع مصرف دارند. در شیردهی با احتیاط مصرف شوند.

گل گاوزبان: در طب سنتی به عنوان آرام بخش اعصاب، معرق، رفع گرفتگی صدا، ضد سرفه و خلط آور استفاده می‌شود. در طول بارداری و شیردهی منع مصرف دارد.

سیر: یکی از قدیمی‌ترین گیاهان مورد مصرف و دارویی سیر است. سیر تازه و عصاره سیر کلسترول و چربی‌های پلاسما را کاهش می‌دهد. ترکیبات گوگردی موجود در سیر خاصیت ضد عفونی کننده دارند. از دیگر خواص سیر می‌توان به اثرات ضد نفخ، هضم‌کنندگی غذا، اشتهاآور، ضد کرم و کاهنده قند خون اشاره کرد. مصارف موضعی آن جهت برطرف کردن دردهای عضلانی و عصبی، روماتیسم، میخچه و زگیل موثر است در اوائل بارداری منع مصرف دارند و در شیردهی باید با احتیاط مصرف شود.

بابونه: در طب سنتی ایران بابونه به عنوان تقویت کننده و درمان کننده تب و لرز به کار می‌رفته است بابونه قوای جنسی را تقویت می‌کند ادرارآور و قاعده‌آور است ترشح شیر را در مادران شیرده افزایش می‌دهد به عنوان کمکی در درمان سردرد بیخوابی، دندان درد استفاده می‌شود.

زنجبیل: زنجبیل از زمانهای دور در چین مورد استفاده بوده است. و هنوز هم در طب سنتی چین نقش مهمی را ایفا می‌کند و متخصصان طب هندی از آن به عنوان داروی جهانی نام می‌برند زنجبیل دارای خواص ضد باکتری و اثر بخش بر روی دستگاه گوارش و برای درمان حالت تهوع و سرگیجه در بیماری مسافرت مطرح است از مصرف این گیاه با معده خالی و با مقادیر بیش از ۶ گرم جداً باید پرهیز شود.

اکالیپتوس: این گیاه جهت درمان التهاب ریه، سرفه، برونشیت، بیماریهای سینوسی، تب و سرماخوردگی مورد استفاده قرار می‌گیرد. از اشکال موجود این گیاه می‌توان به روغن مایع، مایعات تبخیر کننده، روغن‌های موضعی و انواعی از مواد شستو دهنده دهانی اشاره کرد. اسانس این گیاه خوراکی نیست در موقع بخور دادن چشمها باید بسته شوند. در صورت بلع محلول اکالیپتوس امکان مسمومیت وجود دارد. و بیمار باید به سرعت به یکی از مراکز درمانی مراجعه کند.

آلونه‌ورا: گیاه صبرزرد با نام علمی آلونه ورا است. خاصیت اصلی صبرزرد به عنوان یک مسهل مقوی بوده و دارای خواص دیگری از جمله ضد ورم، ضد میکروب، التیام بخش زخمها، ضد آفتاب و ضد سوختگی می‌باشد. ژل آلونه‌ورا دارای اثرات خوب و مفیدی بر روی سوختیکهای معمول و حاصل از اشعه می‌باشد. ژل این گیاه موجب التیام زخم‌های به جا مانده از آکنه روی صورت است در دوران

بارداری منع مصرف دارد زیرا باعث سقط جنین می شود و در دوران شیردهی ممکن است از طریق شیر وارد بدن نوزاد شود و باعث ایجاد اسهال در وی می گردد پس در دوران شیردهی هم منع مصرف دارد.



جدول شماره ۱ - تداخل و اثرات مشاهده شده مصرف همزمان گیاهان دارویی پرمصرف با داروها

اثرات ممکن	دارو	گیاه
مصرف همزمان شیره صبر زرد با این داروها امکان هیپوکالمی را افزایش می‌دهد.	گلیکوزیدهای قلبی، داروهای آنتی‌آریتمی	صبر زرد (Aloe)
اثرات کاهش پتاسیم افزایش می‌یابد.	مدرهای تیازیدی، شیرین بیان و دیگر داروهای کاهنده پتاسیم خون	
تداخل صبر زرد با این داروها به صورت کاهش جذب آن‌ها ظاهر می‌شود زیرا با مصرف صبر زرد زمان عبور از دستگاه گوارشی کوتاه می‌گردد.	داروهای خوراکی	
کاهش تجمع پلاکتی مشاهده می‌شود.	ضدپلاکت‌ها و ضدانعقادها	قره‌قاط (Bilberry)
با مصرف همزمان سطح سرمی انسولین افزایش می‌یابد که این امر می‌تواند منتهی به هیپرگلیسمی شود. با داروهای پایین آورنده قند خون نیز اثر مضاعف ظاهر می‌شود.	انسولین و داروهای پایین آورنده قند خون	
کاهش تجمع پلاکتی و افزایش فعالیت فیبرینولیتیک اتفاق می‌افتد که در نهایت زمان خونریزی طولانی می‌شود.	ضدپلاکت‌ها و ضدانعقادها	
ترشحات گوارشی افزایش می‌یابد که این عمل تحریکات گوارشی ناشی از NSAIDs را تا حدودی تعدیل می‌نماید.	NSAIDs	فلفل (Capsicum)
ممکن است سبب سرفه شوند.	مهارکننده‌های ACE	
با افزایش جذب تتوفیلین، امکان سمیت با این دارو وجود دارد.	تتوفیلین	
با افزایش ترشح کاتکول آمین‌ها توسط فلفل، اثر مورد انتظار MAOIها کاهش می‌یابد.	مهارکننده‌های مونو آمینو اکسیداز (MAOIs)	
افزایش اثرات خواب‌آوری مشاهده می‌شود.	دپرسانت‌های CNS نظیر اپیوئیدها، بنزودیازپین‌ها و باربیتورات‌ها	
با مصرف همزمان، اثرات این داروها کاهش می‌یابد زیرا فلفل موجب افزایش ترشح اسید می‌شود.	H <sub>2</sub> بلاکرها، مهارکننده‌های پمپ پروتون (PPIs)	
امکان تاخیر در جذب وجود دارد.	داروهایی که محل جذبشان دستگاه گوارشی است	بابونه (chamomile)



گیاه	دارو	اثرات ممکن
دنباله زنجبیل	ضدپلاکت‌ها، ضدانعقادها	با آنتاگونیزه کردن ترمبوکسان سنتتاز و افزایش پروستاگلین، مهار تجمع پلاکتی اتفاق می‌افتد که این امر به طولانی شدن زمان خونریزی منجر می‌شود.
	بلاک‌های کانال کلسیمی	با افزایش برداشت کلسیم توسط میوکاردا، اثر مورد انتظار داروها تغییر می‌کند.
	داروهای کاهنده فشار خون	امکان آنتاگونیزه شدن اثر این داروها وجود دارد.
ژینکو (Ginkgo)	ضدپلاکت‌ها، ضدانعقادها	با افزایش مهار پلاکتی، اثرات ضدانعقادی شدت می‌گیرد.
	ضدتشنج‌ها	امکان کاهش اثر این داروها وجود دارد.
	داروهای شناخته شده به عنوان پایین آورنده آستانه تشنج	کاهش آستانه تشنج این داروها تقویت می‌گردد.
ژین سنگ (Ginseng)	محرک‌ها	اثر محرک‌ها افزایش می‌یابد.
	وارفارین	اثر آنتاگونیستی این گیاه با وارفارین به صورت کاهش INR ظاهر می‌شود.
	آنتی بیوتیک‌ها	امکان افزایش اثر بعضی آنتی بیوتیک‌ها وجود دارد.
	ضدپلاکت‌ها، ضدانعقادها	چسبندگی پلاکتی کاهش می‌یابد.
	دیگوکسین	امکان افزایش میزان دیگوکسین وجود دارد.
	مهارکننده‌های مونوآمینوآکسیداز (MAOIs)	عمل مهارکننده‌های مونوآمینوآکسیداز تقویت می‌شود.
	ضدجنون‌ها	به خاطر اثرات تحریکی CNS این گیاه، باید از مصرف همزمان آن اجتناب شود.
	فورزماید	اثر دیورتیکی کاهش می‌یابد.
	هورمون‌ها، استروئیدهای آنابولیک	با مصرف همزمان، تقویت اثر این داروها وجود دارد. اثرات استروژنیک این گیاه ممکن است سبب خونریزی واژینال و ندول‌های پستان شود.
	مهر طلا (Golden seal)	هپارین



گیاه	دارو	اثرات ممکن
دنباله بابونه	ضدانعقادها	با افزایش اثر وارفارین توسط این گیاه زمان خونریزی طولانی می‌شود.
	آهن	تانیک اسید (Tannic acid) موجود در گیاه جذب فرآورده‌های حاوی آهن را کاهش می‌دهد.
سرخارگل (Echinaceae)	سرکوب کننده‌های سیستم ایمنی	این گیاه با افزایش سیستم ایمنی بدن با این داروها تداخل دارد.
	هیپاتوتوکسیک‌ها	با بالا رفتن سطح آنزیم‌های کبدی امکان سمیت کبدی با مصرف همزمان زیاد می‌شود.
	وارفارین	طولانی شدن زمان خونریزی بدون افزایش در INR مشاهده می‌شود.
گل مغربی (Evening primrose)	ضدتشنج‌ها	آستانه تشنج پایین می‌آید.
بابونه گاوی (Fever few)	ضدپلاکت‌ها، ضدانعقادها	کاهش تجمع پلاکتی و افزایش فعالیت فیبرینولیتیک وجود دارد.
	متی سرژید	با مصرف همزمان، اثر متی سرژید افزایش می‌یابد.
سیر (Garlic)	ضدپلاکت‌ها، ضدانعقادها	با ممانعت از فعالیت پلاکتی، افزایش اثر ضدانعقادی وجود دارد.
	انسولین و دیگر داروهای کاهنده قند خون	با افزایش سطح سرمی انسولین امکان بروز هیپوگلیسمی زیاد می‌شود. با داروهای پایین آورنده قند خون نیز افزایش اثر مشاهده می‌گردد.
	داروهای پایین آورنده فشار خون داروهای کاهنده چربی خون	افزایش اثر با مصرف همزمان وجود دارد. امکان زیادی اثر این داروها در کاهش چربی خون وجود دارد.
زنجبیل (Ginger)	داروهای شیمی درمانی	زنجبیل می‌تواند تهوع همراه شیمی درمانی را کاهش دهد.
	H <sub>2</sub> بلاکرها، مهارکننده‌های پمپ پروتون (PPIs)	با مصرف همزمان، اثرات این داروها کاهش می‌یابد، زیرا زنجبیل موجب افزایش ترشح اسید می‌شود.



گیاه	دارو	اثرات ممکن
خار مریم (Milk thistle)	داروهایی که سبب اسهال می شوند	با مصرف همزمان، ترشحات صفرا افزایش یافته و معمولاً اثر لینت بخش ظاهر می شود. البته با افزایش اثرات امکان بروز اسهال وجود دارد.
گزنه (Nettle)	ضدتشنجها	احتمال افزایش اثرات خواب آوری جانبی وجود دارد. هم چنین ریسک تشنج بالایی می رود.
	نارکوتیکها، ضد اضطرابها و خواب آورها	اثرات خواب آوری افزایش می یابد.
	وارفارین	به خاطر وجود ویتامین K موجود در قسمت های هوایی این گیاه با وارفارین اثر آنتاگونیستی دارد.
گل ساعتی (Passion flower)	آهن	تانیک اسید موجود در گیاه جذب فرآورده های حاوی آهن را کاهش می دهد.
	دپرسیانتهای CNS نظیر اپیوئیدها، بنزودیازپینها و باربیتوراتها	اثر خواب آوری افزایش می یابد.
علف چای (St. John's wort)	مهارکننده های MAO، مهارکننده های اختصاصی بازجذب سروتونین (SSRIs)، ترازودون	با این داروها و ضدافسردگی های دیگر اثر افزایشی دارد. زمانی که با داروهای SSRI همراه شود می تواند سندرم سروتونین حادث گردد.
	مهارکننده های پروتئاز ویروس HIV (PIs)، Indinavir	این گیاه با PIs نباید همزمان استفاده شود. با القای مسیر متابولیکی سیتوکروم P450، اثر داروهایی که در این مسیر متابلایزه می شوند کاهش می یابد.
	نارکوتیکها، الکل	با مصرف همزمان افزایش اثر خواب آوری ایجاد می شود.
	داروهای حساسیت زا به نور	حساسیت به نور افزایش پیدا می کند.
	آمین های سمپاتومیمتیک مانند پسودوافدرین	افزایش اثرات وجود دارد.
	دیگوکسین	با کاهش سطح سرمی دیگوکسین، اثر درمانی آن پایین می آید.
	رزپین	این گیاه با رزپین اثرات آنتاگونیستی دارد.
	کنتراسپتیوهای خوراکی	موجب کاهش اثربخشی کنتراسپتیوهای خوراکی می شود.

اثرات ممکن	دارو	گیاه
اثر دیورتیکی افزایش می‌یابد.	دیورتیک‌ها	دنباله مهر طلا
با مصرف همزمان، اثرات این داروها کاهش می‌یابد، زیرا این گیاه موجب افزایش ترشح اسید می‌شود.	H <sub>2</sub> بلاکرها، مهارکننده‌های پمپ پروتون (PPIs)	
امکان تقویت اثر پایین آوردن فشار خون این داروها وجود دارد.	بیهوش کننده‌های عمومی	
افزایش اثر خواب‌آوری مشاهده می‌شود.	دپرسیانته‌های CNS نظیر اپیوئیدها، بنزودیازپین‌ها و باربیتورات‌ها	
چای سبز به صورت آنتاگونیست عمل می‌نماید.	وارفارین	چای سبز (Green tea)
افزایش اثر اینوتروپیک مثبت و تقویت سمیت دیژیتالی وجود دارد.	دیگوکسین	سرخ ولیک (Howthorn)
امکان تضعیف درمان با محرک‌های CNS وجود دارد.	محرک‌ها و یا دپرسیانته‌های CNS	کاوا (Kava kava)
با مصرف همزمان حالات شبه کوما حادث می‌شود.	بنزودیازپین‌ها	
اثر تضعیف کنندگی الکل و دیگر دپرسیانته‌های CNS تقویت می‌گردد.	الکل	
موجب کاهش اثرات لوودوپا می‌شود.	لوودوپا	
شیرین بیان سبب هایپوکالمی می‌شود که در مصرف همزمان بیمار می‌تواند به سمیت دیژیتال دچار گردد.	دیگوکسین	شیرین بیان (Licorice)
اثر کورتیکواستروئیدها زیاد می‌شود.	کورتیکواستروئیدها	افدرا (Ma huang)
اثر اسپیرونولاکتون کاهش می‌یابد.	اسپیرونولاکتون	
تقویت این داروها با مصرف این گیاه مشخص شده است.	مهارکننده‌های مونوآمینو اکسیداز (MAOIs)	
اثر تحریک CNS این داروها زیاد می‌شود.	محرک‌های CNS، کافئین، تئوفیلین	
با مصرف همزمان ریسک آریتمی افزایش می‌یابد.	دیگوکسین	
اثر این داروها کم می‌شود. زیرا این گیاه موجب هیپرگلیسمی می‌شود.	داروهای کاهنده قند خون	



گیاه	دارو	اثرات ممکن
ادامه علف چای	تئوفیلین	سطح سرمی تئوفیلین پایین می آید، بنابراین اثر بخشی این دارو کم می شود.
	داروهای بیهوشی	اثر این داروها طولانی می گردد.
	سیکلو سپورین	با مصرف همزمان سطح سیکلو سپورین تا زیر مقدار درمانی پایین می آید.
	آهن	تانیک اسید موجود در گیاه جذب آهن را کاهش می دهد.
	وارفارین	این گیاه میزان اثر بخشی ضد انعقادها را کاهش می دهد. بنابراین در صورت مصرف همزمان باید میزان وارفارین را افزایش داد.
سنبل الطیب (Valerian)	خواب آورها، دپرسیانتهای CNS	اثر خواب آوری این داروها افزایش می یابد.
	آهن	تانیک اسید موجود در گیاه جذب آهن را کاهش می دهد.