

معرفی گیاهان دارویی پسیلیوم یا اسفرزه

دکترعلیرضا قنادی

داروساز و PhD فارماکونوزی و داروهای گیاهی

ونکوور کانادا



”

پودرسیلیوم یا پسیلیوم Psyllium یا اسفرزه یکی از داروهای طبیعی موجود در سیستم دارودرمانی اکثر کشورهای دنیا و منجمله کانادا می‌باشد. گونه‌های گیاهی زیر عمدتاً در تهیه‌ی این دارو مورد استفاده قرار می‌گیرند:

ماده‌ی اصلی

دانه‌های اسفرزه،

ترکیبات موسیلاژی یا

لعاب می‌باشد

Plantago psyllium

Plantago ovata

گرچه اسفرزه در بسیاری از نقاط جهان، به صورت گیاهی خودرو می‌روید ولی در برخی از نقاط دنیا، به صورت مکانیزه نیز تحت کشت قرار گرفته است. هندوستان، بزرگترین تولیدکننده‌ی صنعتی پوسته‌ی دانه‌ی اسفرزه می‌باشد. این گیاه در ایران نیز می‌روید و به صورت کشت شده هم تحت پرورش قرار گرفته است. عمده‌ترین ماده‌ی موثره‌ی دارویی دانه‌های گیاه، شامل ترکیبات موسیلاژی



یا لعاب گیاه هستند که عمدتاً در لایه‌ی قشر خارجی دانه، قرار دارند. تعدادی از ترکیبات روغنی، گلیگوزیدی و استرولی، سایر مواد متشکله‌ی دانه را تشکیل می‌دهند. دانه‌های اسفرزه به واسطه‌ی دارا بودن مقادیر زیادی از موسیلاژ و فیبرهای محلول در آب، چنانچه در مجاورت آب قرار بگیرند، متورم‌شده و یک لایه‌ی غلیظ ژله‌ای شکل و چسبنده ایجاد می‌کنند. در مصرف خوراکی، پسیلیوم در روده، آب را جذب‌نموده و با ایجاد توده‌ای نرم و ژلاتینی و نیز با تحریک حرکات دودی شکل روده و کاهش زمان ماندن مدفوع در روده‌ی بزرگ، اثر ملینی خود را ظاهر می‌کند. اسفرزه سبب کاهش pH مدفوع می‌گردد. گرچه اثر دارو ۱۲ تا ۲۴ ساعت پس از مصرف خوراکی ظاهر می‌شود، ولی جهت ایجاد اثر کامل، بایستی درمان را حداقل ۳ روز ادامه داد.

تعداد بیماران مبتلا به یبوست در کانادا در برخی منابع تا سی درصد کل جمعیت کشور برآورد شده است و این موضوع سبب گردیده که مصرف داروهای ملینی نظیر پسیلیوم که یک داروی طبیعی محسوب می‌شود، مورد اقبال عمومی قرار گیرد.

پسیلیوم در درمان یبوست، تسکین التهاب مخاط روده، پس از اعمال جراحی رکتوم، یبوست دوران بارداری و نیز شیردهی و کمک به درمان چاقی استفاده می‌شود. مصرف طولانی پسیلیوم، همچنین سبب کاهش غلظت کلسترول و تری‌گلیسیریدهای خون از طریق تداخل در جذب مجدد اسیدهای صفراوی می‌شود. برخی از مطالعات، اثر مثبت اسفرزه در افزایش نسبی سطح HDL یا کلسترول خوب خون را گزارش نموده‌اند. این داروی گیاهی همچنین ممکن



تعداد بیماران مبتلا به یبوست در کانادا در برخی منابع تا سی درصد کل جمعیت کشور برآورد شده است و این موضوع سبب گردیده که مصرف داروهای ملینی نظیر پسیلیوم که یک داروی طبیعی محسوب می‌شود، مورد اقبال عمومی قرار گیرد



”

**مقدار مصرف پودر
پسیلیوم در بزرگسالان
۵ تا ۱۵ گرم، بسته به
تجویز و توصیه‌ی پزشک
یا داروساز، دو تا سه
مرتب‌ه در روز است که
بایستی در یک لیوان
آب، بخوبی مخلوط‌شده
و میل گردد**

است سبب کاهش ملایم قند خون گردد. پسیلیوم در بیماران مبتلا به انسداد روده و اسپاسم روده، منع مصرف دارد. تجویز همزمان پسیلیوم با هرگونه دارویی بایستی با مشاوره‌ی پزشک یا داروساز همراه باشد. پسیلیوم ممکن است در برخی افراد سبب ایجاد کهیر ملایم یا حساسیت پوستی شود. این داروی طبیعی همچنین باعث کاهش زمان عبور مواد از روده‌ها می‌گردد، لذا می‌تواند بر روی جذب برخی داروها اثر کند.

اسفزه در برخی از منابع طبیعی سنتی ایرانی به نام بزرقطونا نام برده شده و اثرات دارویی متعددی برای آن عنوان گردیده است؛ که از آن جمله می‌توان به درمان یبوست، رفع التهاب حلق و زبان، درمان زخم معده و زخم روده اشاره نمود. یبوست، در برخی منابع طب سنتی ایران، به‌عنوان هسته‌ی اولیه در شکل‌گیری و شروع تعدادی از بیماری‌های دیگر یاد شده است. امروزه، آثار قدیمی مربوط به گیاهان دارویی در منابع طب سنتی کشورها، موضوعات تحقیقاتی مناسبی جهت بررسی اثرات فارماکولوژیک این گیاهان در پزشکی و داروسازی نوین، محسوب می‌گردند. تعدادی از داروهای رسمی موجود در بازار دارویی دنیا نظیر مرفین، کدئین، دیگوکسین، وین کریستین و ده‌ها داروی دیگر، حاصل تحقیقاتی مشابه با آنچه ذکر شد، می‌باشد.

مقدار مصرف پودر پسیلیوم در بزرگسالان ۵ تا ۱۵ گرم، بسته به تجویز و توصیه‌ی پزشک یا داروساز، دو تا سه مرتبه در روز است که بایستی در یک لیوان آب، بخوبی مخلوط‌شده و میل گردد. امروزه از پسیلیوم فرآورده‌های تجاری مختلفی در بازار دارویی دنیا و منجمله کانادا و آمریکا وجود دارد.

