

بسمه تعالی

اکیناسه (سرخارگل) چیست؟ (۸، ۱)



اکیناسه گیاهی است که از برگ، گل و ریشه چندین گونه از این گیاه، برای ساخت دارو استفاده می شود. اکیناسه به صورت گسترده برای مقابله با عفونت ها، به خصوص سرماخوردگی و سایر عفونت های دستگاه تنفسی فوقانی به کار می رود. بعضی افراد با اولین علامت سرماخوردگی اکیناسه مصرف می کنند، به این امید که بتوانند از پیشرفت آن جلوگیری کنند .

سایر افراد اکیناسه را بعد از شروع علائم سرماخوردگی مصرف می کنند، به این امید که بتوانند شدت علائم را کاهش دهند که البته ظاهراً تحقیقات و نتایج مثبت در زمینهٔ -ی درمان بیشتر از پیشگیری وجود دارد. همچنین اکیناسه برای مقابله با سایر عفونت ها از جمله آنفلوآنزا، عفونت مجاری ادراری، عفونت های قارچی واژن، تبخال های تناسلی، عفونت های خونی (سپتی سمی)، بیماری لته، التهاب لوزه، آلودگی های استرپتوکوکی، سیفیلیس، حصبه، مالاریا و دیفتری به کار می رود.

سایر کاربردها که ارتباطی به عفونت ندارند شامل نشانگان خستگی مزمن، روماتیسم، میگرن، سوء هاضمه -ی اسیدی، درد، گیجی، نیش مار زنگی و اختلال بیش -فعالی -نقص تمرکز می باشد.

گاهی مواقع مردم از اکیناسه برای پوست خود جهت درمان جوش، آبه، زخم ها و جراحت های پوستی، سوختگی ها، آگزما، پسوریازیس، صدمه های ناشی از اشعه ماوراء بنفش، تبخال، نیش زنبور و بواسیر استفاده می کنند .

گونه های سرخارگل بومی آمریکای شمالی هستند و به عنوان داروهای سنتی گیاهی توسط قبایل ابتدایی بومی استفاده می شدند. بعداً، مهاجرینی که رفتار بومیان را دنبال می کردند، شروع به استفاده از اکیناسه جهت اهداف درمانی کردند .

محصولات اکیناسه به صورت تجاری در اشکال مختلف از جمله قرص، شربت و چای موجود است. نگرانی هایی در مورد کیفیت بعضی از محصولات سرخارگل در بازار وجود دارد. فرآورده های اکیناسه معمولاً

برچسب های تقلبی دارند و بعضی با وجود ادعای برچسب آن، حتی دارای اکیناسه نیستند. همچنین، بعضی فرآورده های اکیناسه با سلنیم، آرسنیک و سرب مخلوط می شود.

آیا این گیاه بومی ایران هم هست؟ آیا در طب ایران کاربرد داشته است؟ (۴، ۵)
این گیاه بومی نواحی آمریکا است اما اخیراً در مکان های دیگر از جمله اروپا و ایران کشت می شود. ظاهراً این گیاه در طب ایران شناخته شده نبوده است .

سرخارگل چقدر کارایی دارد؟ (۱، ۸)

پایگاه اطلاعاتی جامع طب طبیعی، اثربخشی فرآورده را بر اساس شواهد علمی بر طبق مقیاس زیر درجه بندی می کند: مؤثر، به احتمال زیاد مؤثر، احتمالاً مؤثر، احتمالاً غیر مؤثر، به احتمال زیاد بی اثر، بی اثر و نبود شواهد کافی برای درجه بندی.

سرخار گل درجه ی اثربخشی را به صورت زیر دریافت کرده است:

احتمالاً مؤثر برای:

سرماخوردگی: بسیاری از مطالعات علمی نشان دادند که مصرف برخی فرآورده های اکیناسه هنگامی که علائم سرماخوردگی برای اولین بار مورد توجه قرار می گیرند می توانند در حد مختصر علائم را در بزرگسالان کاهش دهند. اما سایر مطالعات علمی اثری را نشان ندادند. مشکل این است که مطالعات علمی روی انواع مختلفی از گیاهان اکیناسه و روش های مختلف فرآوری انجام می شود. از آنجایی که مطالعات یکدست نیستند، تعجبی ندارد که مطالعات مختلف نتایج متفاوتی نشان دهند. اگر بتواند برای درمان سرماخوردگی کمک کند، سود آن در بهترین حالت احتمالاً اندک است. بعلاوه بدلائل نتایج متناقض مشخص نیست که آیا اکیناسه می تواند از سرماخوردگی جلوگیری کند یا خیر. هر نفعی از آن در این مورد هم احتمالاً مختصر است.

آلودگی های قارچی واژن: مصرف اکیناسه و اماله کرم بهداشتی آن بر روی پوست به نظر می رسد مقدار عود عفونت را در حدود ۱۶٪ (در مقایسه با ۶۰.۵٪ اکونازول) کاهش دهد.

احتمالاً غیر مؤثر برای:

هرپس های تناسلی (HSV): مصرف دو بار در روز ۸۰۰ میلی گرم نوع خاصی از اکیناسه (اکینافورس محصول شرکت بیوفورس ای.جی.) به مدت ۶ ماه به نظر نمی رسد تناوب یا دوره ی هرپس های راجعه ی تناسلی را

کاهش داده باشد.

نبود شواهد کافی برای درجه بندی (مدارک بیشتری جهت درجه بندی اکیناسه در این موارد نیاز است)
آلودگی مجاری ادراری، سردردهای میگرنی، نشانگان خستگی مزمن، اگزما، تب یونجه، حساسیت ها، نیش زنبور
عسل، اختلال بیش فعالی - عدم تمرکز، آنفلوآنزا.



آیا بی خطری آن بررسی شده است؟ (۱،۴،۵،۸)

اکیناسه داروی بسیار بی خطری در اکثر افرادی است که به طور کوتاه مدت آن را مصرف کرده اند. اطلاعات کافی در مورد بی ضرری آن در طولانی مدت وجود ندارد. بعضی عوارض جانبی مثل تب، تهوع، استفراغ، طعم نامطبوع، درد معده، اسهال، گلودرد، خشکی دهان، سردرد، بی حسی زبان، گیجی، بی خوابی، سردرگمی و دردهای مفصلی و ماهیچه ای و عوارض کبدی (عمدتاً با مقدار زیاد مصرف) گزارش شده اند. ۱ مورد از لکوپنی (کمبود گلبول‌های سفید خون) گزارش شده است که احتمالاً به دلیل مصرف طولانی مدت بوده است.

اکیناسه احتمالاً در کودکان بی خطر است. به نظر می رسد در اکثر کودکان بین ۲ تا ۱۱ سال ایمن باشد. به هر حال، ۷٪ این کودکان ممکن است بثوراتی را تجربه کنند که می تواند ناشی از واکنش حساسیت زا باشد. بعضی نگرانی ها وجود دارد که واکنش های حساسیت زا به اکیناسه می تواند در بعضی کودکان بسیار شدید تر باشد. به همین دلیل، بعضی نهادهای ناظر توصیه می کنند اکیناسه به کودکان زیر ۱۲ سال هم تجویز نشود.

واکنش های حساسیت زایی نادر (مانند خارش، التهاب، نقاط قرمز روی پوست و ادم موضعی) هم وجود دارد. معمولاً این واکنش های حساسیت زا در کودکان و بزرگسالانی دیده می شود که به چای مکزیکی (ragweed)، همیشه بهار، گل مینا حساسیت دارند. اگر حساسیت دارید، یا اگر پس از مصرف دچار حساسیت شدید با پزشک خود مشورت کنید.

مصرف اکیناسه بر روی پوست هم می تواند موجب قرمزی، خارش و بثورات شود.

احتیاطات لازم:

بارداری یا شیردهی: هر چند تحقیقات اندکی بی ضرری این گیاه را در دوز های رایج در بارداری و شیردهی نشان داده است اما اطلاعات بیشتری در مورد مصرف اکیناسه در طی بارداری یا شیردهی نیاز است. بهتر است احتیاط شود و مصرف نشود.

بیماری های خود ایمنی مثل اسکروز متعدد (ام.اس)، لوپوس، آرتریت روماتوئید، بیماری پوستی با نام پمفیگوس وولگاریس و غیره: اکیناسه ممکن است اثراتی بر روی سیستم ایمنی داشته باشد که بتواند این شرایط را بدتر کند. اگر بیماری خودایمنی دارید این گیاه را مصرف نکنید.

تمایلات ارثی به حساسیت (آتوپی): افرادی که این شرایط را دارند احتمال بیشتری دارد تا واکنش حساسیت‌زا به اکیناسه ایجاد کنند. بهتر است تا اگر این شرایط را دارند در معرض گیاه قرار نگیرند.

نقص یا ناتوانی کلیوی: به دلیل احتمال به هم‌زدن تعادل الکترولیت ها باید با احتیاط مصرف شود.

آیا سرخارگل تداخلاتی با داروهای رایج دارد؟ (۸، ۱)

تداخلات متوسط

از ترکیب با این موارد احتیاط کنید.

کافئین: اکیناسه ممکن است خروج کافه از بدن را به تأخیر بیندازد. مصرف اکیناسه به همراه کافئین ممکن است سبب غلظت فراوان کافئین در جریان خون شود و خطر عوارض جانبی را افزایش دهد. عوارض جانبی معمول عبارتند از عصبانیت، سردرد و افزایش ضربان قلب .

این شرایط ممکن است برای بعضی داروها (مثل لوواستاتین، کلاریترومایسین، سیکلوسپورین، دیلتیازم، استروژن ها، ایندیناویر، تریازولام، کلوزاپین، هالوپریدول، ایمی پرامین، پنتازوسین، اولانزاپین، پروپرانولول، تئوفیلین، زیلوتن و غیره) هم رخ دهد و به دلیل امکان جلوگیری از تجزیه آن ها توسط اکیناسه (با اثر بر روی بعضی سیتوکروم‌ها در کبد) ممکن است اثرات و عوارض جانبی آن ها افزایش یابد. قبل از مصرف سرخارگل، اگر هر دارویی مصرف می کنید با پزشک معالج خود مشورت کنید.

داروهایی که قدرت سیستم ایمنی را کاهش می دهند: (ایمونوساپرسور)

اکیناسه می تواند فعالیت سیستم ایمنی را افزایش دهد. مصرف اکیناسه همراه با بعضی داروهای کاهنده ی سیستم ایمنی (مثل آزاتیوپورین، سیکلوسپورین، مایکوفنولات، تاکرولیموس، پردنیزولون، کورتیکواستروئیدها و غیره) ممکن است اثرات این داروها را کاهش دهد.

تداخلات جزئی

میدازولام: مصرف میدازولام با اکیناسه جذب میدازولام را در بدن افزایش می دهد. این کار ممکن است اثرات و عوارض میدازولام را افزایش دهد اما اطلاعات بیشتری در این زمینه نیاز است.

آیا تداخلاتی بین سرخارگل با سایر گیاهان و مکمل ها وجود دارد؟ (۱)

تداخلات با سایر گیاهان و مکمل ها شناخته نشده است.

آیا تداخلاتی بین سرخارگل با غذاها وجود دارد؟ (۱)

تداخلاتی با غذاها شناخته نشده است.

دوز مصرفی اکیناسه چقدر است؟ (۱و۲و۴و۵و۸)

برای درمان عفونت های دستگاه تنفسی فوقانی از جمله سرماخوردگی و آنفلوآنزا، تنوع گسترده ای از دوزها بر اساس نوع اکیناسه و نحوه ی فراهم آوری آن مورد استفاده قرار می گیرد، اما اکثراً سه بار در روز مصرف می شوند. مثلاً پودر خشک شده گیاه که بر اساس ۳.۵٪ اکیناکوزید استاندارد شده است، ۳۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز مصرف می شود. در بعضی منابع بر اساس نوع بیماری و شرایط بدن توصیه شده است برای جلوگیری از سرکوب سیستم ایمنی با ۸ هفته استفاده، یک یا چند هفته دارو قطع شود.

قبل از مصرف، جهت آگاهی از میزان مصرف حتماً بروشور داخل آن را مطالعه و با پزشک خود مشورت کنید .

آیا اشکال دارویی از این گیاه وجود دارد؟ (۳،۶،۵)

در حال حاضر فرآورده های زیر ساخت داخل از این گیاه وجود دارند که اکیناسه یا به صورت ترکیبی یا مفرد مورد استفاده قرار گرفته است:

کپسول رمی کلد، قرص روکشدار فیتوکلد، کپسول ایموستیم طلایی، محلول خوراکی ایموستیم، قرص ایمواستیم (اکی هرب)، قطره ی ایمنوساپورت و کرم کالندیت ای، شربت ایموژن و شربت زینکلد.

منابع:

(۱) <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus> available at

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/druginfo/natural/981.html>

(۲) Ara DerMarderosian, Lawrence Liberti, John A. Beutler, Review of Natural Products, ۶th ed, Facts & Comparisons, U.S., ۲۰۱۱, p۴۳۸-۴۴۱

www.darooyab.ir, available at (۳)

==<http://www.darooyab.ir/DrugInfoD.aspx?MGID=MzgwNw>

- (۴) صالحی سورمقی محمد حسین، گیاهان دارویی و گیاه ۳درمانی، تهران، دنیای تغذیه، پاییز ۸۷، چاپ اول، جلد اول، صص ۲۲۱-۲۲۴.
- (۵) وزیریان مهدی، تحویل ۳زاده محمد، نیرومند چراغی مینا، گیاه ۳درمانی با رایج ترین گیاهان دارویی ایران، برای فردا، ۱۳۹۰، چاپ اول، جلد اول، صص ۱۳۱-۱۳۴.
- (۶) دلنوازی محمد رضا، روستایی آرزو، پارسا حامد، گیاهان دارویی نگرشی مبتنی بر شواهد و مستندات علمی به همراه احتیاطات مصرف در بارداری و شیردهی، برای فردا، ۱۳۹۲، چاپ اول، صص ۱۴۰-۱۳۵.
- (۷) PDR for Herbal Medicines, ۴th ed, Thomson PDR Healthcare Inc, ۲۰۰۷, p۲۶۶-۲۷۴
- (۸) Ara DerMarderosian, Lawrence Liberti, John A. Beutler, Review of Natural Products, ۶th ed, Facts & Comparisons, U.S., ۲۰۱۰, p۴۳۸-۴۴۱

معاونت غذا و دارو

دانشگاه علوم پزشکی سبزوار