

گیاهان دارویی مورد استفاده در احتباس و افراط طمث

دکتر زینب ظاهری

متخصص داروسازی سنتی

استادیار دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز



Pimpinella anisum

انیسون

خانواده: Apiaceae

بخش مورد استفاده: دانه

طبیعت: گرم و خشک

اثرات درمانی

- ضد درد، ضد اسپاسم، قاعده آور
- کاهش علائم و درد پیش از قاعدگی
- افزایش جذب آهن
- وازودیلاتور، کاهنده فشار خون



تداخلات دارویی

- کاهش اثر داروهای ضد بارداری
- کاهش اثرات داروهای ضد سرطان
- افزایش اثر وارفارین
- هم زمان با مهار کننده های MAO باعث افزایش فشار خون می شود.
- همراه با گلیکوزیدهای دیجیتال موجب افزایش خطر هیپوکالمی





عوارض جانبی و هشدارها

✓ در بارداری (موجب سقط جنین می شود)

✓ اسانس انیسون در کودکان منع مصرف دارد.



Apium graveolens

کرفس



خانواده: **Apiaceae**

بخش مورد استفاده: دانه

طبیعت: گرم و خشک

اثرات درمانی

ضد درد، ضد اسپاسم، قاعده آور

کاهش علائم و درد پیش از قاعدگی

وازودیلاتور، کاهنده فشار خون

تداخلات دارویی

- داروهای مدر
- داروهای آرامبخش
- داروهای ضد انعقاد
- داروهای تیروئید
- تتراسایکلین و کلرپرومازین : بدلیل افزایش حساسیت به نور



هشدارها

➤ محرک رحم و سقط کننده جنین است و در بارداری منع مصرف دارد.

➤ منع مصرف در افراد با فشار خون پایین

➤ در افراد با مشکلات کلیوی و اختلالات خونی منع مصرف دارد.



Crocus

زعفران

sativus

خانواده: Iridaceae

بخش مورد استفاده: پرچم های گیاه

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف

- در سندرم پیش از قاعدگی موجب رفع درد و ناراحتی های قاعدگی
- آرامبخش، بهبود افسردگی
- افزایش میل جنسی
- قاعده آور



عوارض جانبی و تداخلات دارویی

مسمیت جنین است و در بارداری منع مصرف دارد.

مصرف زیاد موجب افزایش اضطراب در قاعدگی می شود.

سمیت کبدی

با داروهای ضدانعقاد تداخل دارد.



کپسول منستروگل

اجزای فرآورده: هر کپسول محتوی حدود ۸۰ میلی گرم عصاره خشک گیاهان انیسون، کرفس و زعفران می باشد.

کاربرد: اختلالات قاعدگی، برطرف کننده درد و اسپاسم

دوران ماهیانه

نحوه مصرف: روزی سه مرتبه هر بار یک تا دو کپسول با

کمی آب میل شود.



رازیانہ *Foeniculum vulgare*

خانواده: **Apiaceae**

بخش مورد استفاده: میوه

طبیعت: گرم و خشک



موارد مصرف

- افزایش شیر مادر
- قاعده آور، تسهیل کننده زایمان
- ضد نفخ و درمان کولیک نوزادان
- ضد اسپاسم و ضدالتهاب
- تسکین دردهای دوران قاعدگی
- دیورتیک و سنگ شکن ادراری
- آنتی ترومبوتیک
- برونکودیلاتور و کاهنده فشار خون
- آنتی آندروژن (مهار فعالیت اضافی تستوسترون)



تداخلات دارویی

- کاهش روند انعقاد خون
- داروهای ضد انعقاد
- کاهش اثر داروهای ضد بارداری
- کاهش جذب سیپروفلوکساسین
- کاهش اثر تاموکسیفن
- افزایش خونریزی در دوران قاعدگی
- روغن رازیانه توکسیک است و مصرف زیاد آن موجب القای تشنج و توهّم می شود.



هشدارها

- دارای ترکیبات استروژنی (فیتواسترژن) است و در بارداری به دلیل تحریک رحم منع مصرف دارد.
- در نوزادان و کودکان منع مصرف دارد.
- در بیماران با اختلالات کبدی منع مصرف دارد.



تخم رازیانه بصورت دم کرده به میزان ۵ گرم (یک قاشق مرباخوری پر)
دو بار در روز

کپسول نرم فنلین

- اجزای فرآورده: رازیانه
- موارد مصرف: درمان آمنوره، افزایش شیر مادر، تسکین دردهای دوران قاعدگی





شربت رازیانه بیوفیتا

اجزای فراورده: عصاره رازیانه

موارد مصرف:

- تنظیم دوره و کاهش دردهای قاعدگی
- پیشگیری از عوارض یائسگی و پیری زودرس
- شیرافزا

■ کاهش درد: در شروع قاعدگی ، هر هشت ساعت یک قاشق غذاخوری

■ پیشگیری از یائسگی: روزی یک قاشق غذا خوری

■ شیرافزا: یک قاشق مرباخوری سه بار در روز

Vitex agnus-castus

پنج انگشت

خانواده: Lamiaceae

قسمت مورد استفاده: میوه

طبیعت: گرم و خشک





موارد مصرف و اثرات درمانی

- سندرم پیش از قاعدگی و تسکین درد
- در اختلالات چرخه قاعدگی
- قاعده آور
- مهارکننده پرولاکتین
- تنظیم سطح پروژسترون از طریق تنظیم LH

تداخلات دارویی

- داروهای آگونیست دوپامین مانند کابرگولین
- افزایش اثر داروهای ضد پارکینسون مانند برموکریپتین
- افزایش سطح پلاسمایی داروهای ضد دیابت خوراکی
- تداخل اثر با داروهای ضد بارداری



عوارض جانبی

- واکنش های حساسیتی از جمله خارش و بثورات پوستی
- سردرد
- افزایش میزان خونریزی قاعدگی



قرص و قطره ویتاگنوس

اجزای فرآورده: گیاه پنج انگشت

موارد مصرف: اختلالات پیش از قاعدگی، رفع عوارض

یائسگی، تنظیم کننده اختلالات هورمونی

نحوه مصرف:

❖ قرص: صبح و شب یک عدد قبل از غذا (در صورت لزوم می تواند تا دو برابر

در روز افزایش یابد.)

❖ قطره: روزانه ۴۰ قطره در کمی آب یا آبمیوه و نیم ساعت قبل از صبحانه (در

صورت لزوم می تواند تا سه بار در روز و هر بار ۴۰ قطره افزایش یابد.)



قرص آگنوگل

- اجزای فرآورده: گیاه پنج انگشت
- تنظیم اختلالات قاعدگی (آمنوره)، رفع علائم قبل از قاعدگی، درمان علائم یائسگی (گرگرفتگی، تعریق شبانه)



قرص فمودین

- اجزای فرآورده: گیاه پنج انگشت
- موارد مصرف: بی نظمی های سیکل قاعدگی، سندروم پیش از قاعدگی
- نحوه مصرف: روزانه یک قرص حداقل به مدت ۳ ماه مصرف شود.



Zataria

آویشن شیرازی
multiflora



خانواده: **Lamiaceae**

بخش مورد استفاده: سرشاخه های هوایی گیاه

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

- ضد التهاب، ضد میکروب و ضد قارچ
- قاعده آور
- ضد درد و ضد اسپاسم
- ضد سرفه، خلط آور و آنتی اسپاسم برونشیا است.
- مصرف آویشن به صورت بخور در سرماخوردگی سبب بهبود
علائم می گردد.
- ضد نفخ و اشتها آور





تداخلات دارویی

- داروهای کاهنده فشار خون
- داروهای مورد استفاده در بیماریهای تیروئید
- داروهای ضد بارداری خوراکی

عوارض جانبی و هشدارها

- تحریک غشاء مخاطی و سوزش
- عوارض آلرژیک و التهاب پوست
- افزایش فشار خون
- کاهش فعالیت تیروئید
- منع مصرف در بارداری (مسقط جنین) و شیردهی



کرم واژینال لکورکس باریج اسانس

ترکیبات: اسانس آویشن شیرازی، تیمول، کارواکرول

موارد مصرف: درمان عفونت های کاندیدائی

روش مصرف: یک اپلیکاتور داخل واژن و به مدت

۷ الی ۱۰ روز متوالی.



شیرین بیان *Glycyrrhiza glabra*

خانواده: Fabaceae

بخش مورد استفاده: ریشه های گیاه

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

➤ قاعده آور

➤ ضدسرفه، خلط آور و آنتی اسپاسم برونشیاال است.



تداخلات دارویی

- داروهای آنتی آریتمی: هیپوکالمی ناشی از گیاه موجب افزایش خطر آریتمی می شود.
- گلیکوزیدهای دیجیتالیس: هایپوکالمی ایجاد شده باعث افزایش خطر سمیت با این داروها می شود.
- گلوکوکورتیکوئیدها: تشدید اثر گلوکوکورتیکوئیدها
- دیورتیکها: تشدید هایپوکالمی و احتباس آب و سدیم و افزایش فشار خون
- داروهای کنتراسپتیو : ایجاد هیپرتانسیون، ادم و هیپوکالمی
- وارفارین
- داروهای کاهنده قند خون



هشدارها

ریشه شیرین بیان در بیماری های ذیل منع مصرف دارد:

➤ سیروز کبدی و اختلالات کلستاتیک کبدی

➤ فشارخون بالا

➤ هیپوکالمی

➤ نارسائی کلیه

➤ بارداری

➤ داروهای کنتراستپتیو



قرص رازین (جویدنی - مکیدنی)

اجزای فرآورده: رازیانه و شیرین بیان

موارد مصرف:

- ✓ اصلاح اختلالات قاعدگی (آمنوره)
- ✓ تسکین دردهای اسپاسمی دوران قاعدگی (دیسمنوره)
- ✓ پیشگیری و بهبود علائم و عوارض یائسگی



Salvia officinalis

مریم گلی



خانواده: **Lamiaceae**

بخش مورد استفاده: بخشهای هوایی

طبیعت: گرم و خشک



موارد مصرف:

- بی اشتهايي
- التهاب دهان و حلق
- تعریق بیش از حد
- قاعده آور
- قطع ترشح شیر

هشدارها

- منع مصرف در دوران شیردهی، بدلیل کاهش ترشح شیر
- مسقط جنین، در بارداری منع مصرف دارد.
- بدلیل ترکیب توژون موجود در اسانس و عصاره هیدروالکلی نباید طولانی مدت مصرف شود.

تداخلات

خواب آورها، تشدید اثرات آرامبخشی



سالویگل

اجزای فرآورده: هر قرص روکش دار حاوی ۱۰۰ میلی گرم عصاره خشک
سرشاخه های جوان گیاه مریم گلی (*Salvia officinalis*)

نحوه مصرف: روزی ۳ بار هر بار یک تا دو قرص

مصرف این دارو در زمان بارداری و شیردهی غیر مجاز می باشد.



Mentha Piperita

نعناع

خانواده: Lamiaceae

بخش مورد استفاده: سرشاخه های هوایی گلدار

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

➤ ضد نفخ

➤ ضد درد، ضد اسپاسم



تداخلات:

➤ دمکرده نعناع موجب مهار سیتوکروم P450 می شود.

➤ آنتی اسیدها

➤ H2 بلاکرها

➤ مهار متابولیسم سیکلوسپورین توسط اسانس نعناع



موارد منع مصرف:

- التهاب و سنگ کیسه صفرا
- انسداد مجاری صفراوی
- آسیب شدید کبد
- مقادیر زیاد برگ نعناع در اوایل بارداری ممنوع است.
- اسانس نعناع در ناحیه صورت یا بینی شیرخواران و کودکان استفاده نشود (خطر اسپاسم)
- اسانس نعناع باعث شلی اسفنگتر مری - معدی میشود و احتمال رفلاکس را بالا می برد.



Mentha pulegium

پونه

خانواده: Lamiaceae

بخش مورد استفاده: سرشاخه های هوایی

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

➤ درمان آمنوره ثانویه و الیگومنوره (قاعده آور)

➤ ضد درد، ضد اسپاسم

هشدارها

منع مصرف در بارداری (مسقط جنین)



Origanum vulgare مرزنگوش - مرزنجوش

خانواده: Lamiaceae

بخش مورد استفاده: سرشاخه های هوایی

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

- قاعده آور
- تحریک تخمک گذاری
- درمان PCO

هشدارها

منع مصرف در بارداری



Matricaria chamomilla

بابونه



خانواده: Asteraceae

بخش مورد استفاده: گل

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف:

➤ عفونت های قارچی

➤ قاعده آور

تداخلات دارویی

- داروهای ضد انعقاد خون
- داروهای خواب آور

عوارض جانبی

- حساسیت و واکنشهای پوستی
- محرم رحم است و در بارداری منع مصرف دارد (مسقط جنین)



Sesamum

indicum

کنجد



خانواده: Pedaliaceae

بخش مورد استفاده: دانه

طبیعت: گرم و تر



موارد مصرف:

قاعده آور

روغن کنجد در سوختگی کاربرد دارد.

هشدارها

حاوی فیتواستروژن است و در بارداری منع مصرف دارد

کپسول فودنج

اجزا: پونه، کتیرا

موارد مصرف: آمنوره، اولیگومنوره

دستور مصرف: هر ۸ ساعت ۱ تا ۲ کپسول میل شود.

بر اساس یک مطالعه بالینی، تجویز دمنوش پونه میتواند در زنان مبتلا به POF باعث کاهش FSH و جریان خونریزی قاعدگی شود.



منع مصرف

- بارداری و شیردهی
- افرادی که دچار افراط حیض هستند.
- افرادی که در نقاط مختلف بدن دچار خونریزی هستند.

عوارض جانبی

تهوع یا احساس سنگینی معده



کپسول حبس طمث

موارد مصرف: مدر حیض، مسقط جنین، مفتّح

سدد، مسخّن رحم

اجزای دارو

مر مکی، ترمس، برگ سداب، پودینه، روناس،

مشکطرامشیع، انگوزه، سکبینج، جاوشیر، قسط،

سنبل الطیب



میزان و نحوه ی مصرف

ده روز قبل از قاعدگی نیم ساعت قبل از صبحانه و شب قبل از خواب، ۴ عدد کپسول همراه آب مصرف شود.

ملاحظات

- در صورتیکه ده روز بعد از قطع دارو قاعدگی صورت نگیرد مصرف دارو تکرار شود.
- در زمان قاعدگی مصرف نشود.
- در بارداری و شیردهی منع مصرف دارد.



کپسول رها (اثلق)

اجزای دارو: اثلق، رازیانه، تخم هویج

موارد مصرف

افزاینده میل جنسی در زنان و کاهنده آن در مردان، تحریک تخمک گذاری، تنظیم کننده اختلالات قاعدگی، رافع افسردگی و بهبود حال در دوران یائسگی



میزان و نحوه ی مصرف

نیم ساعت قبل از صبحانه و شب قبل از خواب ۲ عدد کپسول میل شود.

ملاحظات

- منع مصرف در بارداری
- منع مصرف زیاد و طولانی در مردان
- در ایام قاعدگی مصرف نگردد.



شربت سکنجبین بزوری مفوه

- اجزای فرآورده: تخم و پوست ریشه رازیانه، تخم و پوست ریشه کاسنی، تخم کرفس، تخم خیارین، تخم خربزه، سرکه، شکر سرخ، روناس، عسل، آب
- موارد مصرف: مدر طمث، مدر بول



- نحوه مصرف: نیم ساعت پیش از صبحانه و شب موقع خواب دو قاشق غذاخوری از شربت در یک استکان آب گرم حل کرده، میل شود.

گیاهان دارویی مورد استفاده در افراط طمث



capsella bursa-pastoris

کیسه کشیش



خانواده: Brassicaceae

بخش مورد استفاده: اندام های هوایی

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف

- سندرم پیش از قاعدگی
- خونریزی بیش از حد
- افزایش انقباض رحمی

منع مصرف

در دوران بارداری



بارهنگ *Plantago major* L.

لسان الحمل

خانواده : Plantaginaceae

بخش مورد استفاده: برگ و دانه و ریشه

طبیعت: در دوم سرد و خشک

افعال و خواص: حابس نزف الدم (خونریزی)،

رعاف (خونریزی از بینی)



میزان مصرف:

برگ: ۴ - ۲ گرم با یک لیوان آب تا حد جوشاندن حرارت داده و پس از ۱۰ دقیقه صاف کرده میل شود.

دانه: ۱۵ - ۵ گرم در یک لیوان آب ریخته ، هم زده و میل شود.

تداخلات: به علت موسیلاژ فراوان جذب لیتیم را مهار می نماید.



Punica granatum انار



خانواده: Lythraceae

بخش مورد استفاده: گل، پوست میوه

طبیعت: گل و پوست میوه سرد و خشک با قبض شدید

موارد مصرف

- ضد میکروب، ضد قارچ و ضد التهاب
- کاهش فشار خون
- شحم سفید انار چربی خون را کاهش می دهد.
- ریشه اش خاصیت ضد انگلی دارد.
- انار و گلنار یکی از اجزای مهم فراورده های دندان و دهان است.

هشدارها

انار قند خون دیابتی ها را بالا می برد.



کپسول گلنار

موارد مصرف

خونریزی غیرطبیعی رحم، نافع در اسهال مزمن

اجزا

سلیخه، گل ارمنی، صمغ عربی، گل سرخ، گلنار، اقاقیا (بدل: عدس)،

کتیرا



منع مصرف: در مبتلایان به کولیت اولسروز و یبوست مزمن احتیاط شود.

عوارض جانبی: یبوست.

در صورت ایجاد یبوست از گل‌قند، خاکشیر یا تمر هندی استفاده شود.

دستور مصرف:

ساعت ۹ صبح و ۷ عصر، ۲ تا ۴ کپسول با یک قاشق رب به یا رب سیب حل شده در نصف لیوان آب خنک یا عرق مورد یا عرق عنب الثعلب میل شود.



میزان و نحوه ی مصرف

دو قاشق غذاخوری از پودر را با یک و نیم لیوان آب بجوشانند تا یک لیوان آب باقی بماند. مایع را تا گرم است صاف نموده و با مقداری آب ولرم مخلوط کرده به صورت دوش واژینال یا اضافه کردن و نشستن داخل ظرف آب (روزی دوبار به مدت ۲۰ دقیقه داخل آن نشسته) مصرف کنند.



کیسول / پودر افراط طمٹ

خواص دارو : بند آورنده خون و کثرت طمٹ

اجزای دارو

گلنار، گل ارمنی، صمغ عربی (مکد ۱ واحد).

زمان و مقدار مصرف

ساعت ۹ صبح و ۷ عصر، یک قاشق ربّ به یا ربّ سیب را در نصف لیوان آب خنک یا عرق مورد یا عرق تاجریزی حل کرده با ۲ تا ۴ عدد کیسول میل کنند.



ملاحظات مصرف

- به حسب حال بیمار، در صورت حدّ خون، از عرق تاجریزی و در صورت ضعف ماسکه، از عرق مورد یا ربّ به استفاده شود.
- این دارو کاهش دهنده ترشح پرولاکتین است.



پودر نافع رحم

خواص دارو: برطرف کننده ترشحات زیاد و عفونت های رحمی

اجزای دارو

چای کوهی، بومادران، پنیرک، گزنه، کاکنج، تاجریزی، خارخسک

میزان و نحوه ی مصرف

نیم ساعت قبل از صبحانه و شب ها قبل از خواب یک قاشق غذاخوری از پودر را در یک و نیم لیوان آب به مدت ۱۰ دقیقه با حرارت ملایم بجوشانند تا یک لیوان از آن باقی بماند سپس دارو را صاف کرده و گرم میل کنند.



ملاحظات

➤ ممکن است چند روز اول میزان ترشحات افزایش یابد ولی بعد از ۵

تا ۷ روز کاهش یافته و درمان می شود.

➤ دارو ممکن است باعث افت فشار خون گردد در این صورت میتوان

دارو را با عسل میل کرد.



کڀاھن ڊاروڻي شيرافزا



زیره سبز *Cuminum cyminum*



خانواده: **Apiaceae**

بخش مورد استفاده: میوه

طبیعت: گرم و خشک

موارد مصرف

➤ تحریک ترشح شیر

➤ ضد نفخ

عوارض جانبی و هشدارها

➤ کهیر

➤ افزایش ترشح هورمونهای تیروئید

➤ محرک رحم، منع مصرف در بارداری

➤ منع مصرف در خونریزی شدید

تداخلات

کاهنده قند خون



کپسول شیرافزا

عصاره خشک رازیانه، زیره سبز، تخم شنبلیله و شوید
مصرف: روزانه سه نوبت، یک کپسول بعد از غذا با کمی آب
میل شود.



قطره شیرافزا

عصاره هیدروالکلی گیاهان رازیانه، زیره سبز، شنبلیله و شوید
مصرف: روزانه سه نوبت، ۲۰-۳۰ قطره در یک فنجان آب سرد با کمی قند
بعد از غذا میل شود.



شنبليله *Trigonella foenum-graecum*

خانواده: Fabaceae

بخش مورد استفاده: دانه های رسیده

طبیعت : گرم و خشک

موارد مصرف

➤ ضد نفخ

➤ افزایش دهنده ترشح شیر در مادران شیرده

➤ کاهش قندخون و کاهش سطح کلسترول و تری گلیسیرید



Fenugreek

هشدارها

- بارداری
- حساسیت به فرآورده های گیاهی
- کاهش قند خون

تداخلات

- داروهای کاهنده قند خون: تشدید هیپوگلیسمی
- داروهای ضدانعقاد: افزایش احتمال خونریزی
- داروهای کاهنده کلسترول: تشدید اثرات



کپسول لاکتوسیم (LACTOSIM)

ترکیبات: رازیانه، گزنه، خار مقدس، گالگا،

پنج انگشت، خار مریم، شاهپسند، گل

گاوزبان، جو دو سر

قطره بوتالاکت

حاوی عصاره هیدروالکلی گالگا،

رازیانه، شنبلیله، انیسون و زیره

سیاه



گیاهان دارویی مجاز در دوران بارداری





ریحان *Ocimum basilicum*

بیش از مقادیر معمول استفاده نشود

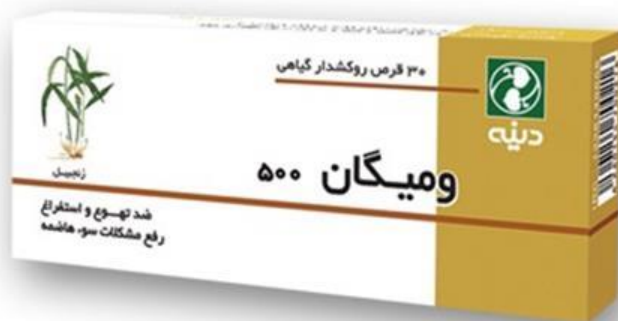


به لیمو *Lippie citriodora*

زنجبیل *Zingiber officinale*

ضد تهوع و استفراغ دوران بارداری

بصورت دم نوش مصرف نشود. در درمان استفراغهای بارداری
دوز روزانه از یک گرم زنجبیل خشک (۴ کپسول) بیشتر نباشد.





Malus domestica سیب

Cydonia oblonga به-سفرجل



تدرست و دل درست
و جان درست باشید

